

Mi o sebi

Glasilo Društva upokojencev Škofja Loka in Društva U3 Škofja Loka
št. 37 leto XI april 2017



ZBOR ČLANOV DU 2017





Foto: Nevenka Mandić Orehek

17



Foto: Zlata Ramovš

21



Foto: arhiv J. Miklavčiča

24



Foto: Nevenka Mandić Orehek

39

Fotografije na naslovnici

1. MePZ Vrelec pred polno dvorano
2. PS Mavrica
3. Pozdravni nagovor župana mag. Mihe Ješeta
4. Loške orglice
5. Julija Jenko in Janez Šutar sta podelila priznanja prostovoljcem.
6. Metod Zakotnik

- 3 **UVODNIK**
- 4 **LETNI ZBOR ČLANOV**
- 5 **POGOVOR S PREDSEDNIKOM DU**
- 7 **PODELITEV PRIZNANJ DU**
- 8 Marija Draškovič – velika plaketa
- 9 Ivan Hafner – velika plaketa
- 10 Nevenka Mandić Orehek – velika plaketa
- 10 **PODELITEV PRIZNANJ ZDUS**
- Julija Jenko – velika plaketa
- 11 Cveta Škopelja – mala plaketa
- 11 Pisna priznanja
- 12 **DRUŠTVO U3**
- 13 Meri Bozovičar – častna članica društva
- 14 Večgeneracijski center
- 15 Čaj ob petih z Mino Kunstelj – Bindi
- 16 Čaj ob petih z Bredo Poljanec
- 17 **PRIJETNO DRUŽENJE S KNJIGO**
10. obletnica Marinkine knjižnice
- 18 Nasveti za branje
- 19 **GLASBA**
- MePZ Vrelec v jesensko zimskem času
- 20 Pevska skupina Mavrica
- Bronaste Loške orglice
- 21 **SPREHOD PO NAŠIH RAZSTAVAH**
- 23 **ZANIMIVA OSEBNOST**
- Silva Krapš
- 24 Poštar s kmetije pri Šlosarju
- 26 **PLESNA MATINEJA**
- 27 **ŠPORT**
- Končane so 36. ŠRI
- 31 Šahovska tekmovanja
- 32 Kegljaški mozaik
- 33 **GREMO NA POT**
- 35 **VESELI POHODNIKI**
- 36 **ČETRTKOVI PLANINCI**
- 37 **PROJEKT STAREJŠI ZA STAREJŠE**
- 38 **KORISTNE INFORMACIJE**
- 39 **POZDRAV POMLADI**

TUDI JESEN ŽIVLJENJA LAHKO PREŽIVIMO DEJAVNO

Jelka Mlakar

»Nisem še penzionist. To bom takrat, ko bom jutraj spal do osmih in komaj čakal, da grem spat.« To misel smo si izposodili pri **Tonetu Kužniku**, izdelovalcu lesenih skulptur iz Frankovega naselja. Tudi tretje življenjsko obdobje je lahko polno presenečenj. Mnogi se ljubiteljsko ukvarjate z umetnostjo vseh vrst, kvačkanjem, klekljanjem, vezenjem, šivanjem, pletenjem, modeliranjem, slikanjem, fotografiranjem, rezljanjem, kiparjenjem, oblikovanjem iz naravnih in umetnih materialov, izdelovanjem dekorativnih in uporabnih izdelkov ter še mnogimi drugimi konjički. Imate dovolj poguma, da svoje izdelke pokažete tudi drugim? V našem društvu imamo od leta 2010 Galerijo Hodnik, stalni razstavljeni prostor, ki je doslej gostil že 124 različnih razstav z 906 razstavljalci. Galerijo vodi petčlanski odbor, katerega duša je **Zlata Ramovš**, ki je v njem že od vsega začetka. Vsi, ki želite svoje izdelke pokazati, se lahko predstavite na skupinskih ali samostojnih razstavah, nekajkrat pa so naši člani razstavljali tudi na drugih lokacijah, tako v mali galeriji Občine Škofja Loka in Sokolskem domu kot tudi v Kranju ter na Bledu in Jesenicah. Razstavljeni izdelki so odlična promocija za vse upokojence. Dejavnost se kaže tudi v prostovoljstvu. Materialne dobrine, ki jih lahko kupi denar, človeka ne osrečujejo. Najhuje je, če obsediš doma in si nesrečen. Prostovoljec je lahko vsak, saj je to najbolj učinkovit način pomoči sočloveku. V našem društvu je že več kot 230 aktivnih prostovoljcev, ki opravijo ogromno neplačanega dela. Prav zaradi njihove prizadevnosti na različnih področjih je naše društvo prepoznavno v domačem okolju in tudi širše v Sloveniji. Hvala vsem, da ste z nami. Priznanja, ki jih vsako leto podeljujeta Društvo upokojencev Škofja Loka in občasno tudi ZDUS, so več vredna kot denar. Se strinjate, da nam prijetno poboža dušo in da novo energijo za delo, če nas nekdo opazi in naše delo ceni? Na zboru članov marca letos smo podelili tri velike plakete, najvišja društvena priznanja, poleg njih pa še pisna priznanja ter veliko ter malo plaketo ZDUS. Vsem prejemnikom iskreno čestitamo.

Izdajatelj

Društvo upokojencev Škofja Loka
Partizanska cesta 1, 4220 Škofja Loka
Tel. (04) 512 06 64
e-pošta drustvoupokojencev@siol.net

Odgovorna urednica

Jelka Mlakar

Stalni sodelavci

Martin Bizjak, Meri Bozovičar,
Ela Dolinar, Marija Draškovič,
Julija Jenko, Borjana Koželj,
Maruša Mohorič,
Nadja Podgoršek

Lektorica

Katarina Draškovič

Oblikovanje

Nevenka Mandić Orehek

Urednica fotografije

Zlata Ramovš

Tisk

GTO Košir d.o.o.
Naklada 2100 izvodov

Posamezni izvod stane 1,00 EUR.

ISSN 1855-0975

Naslednja številka
glasila izide
1. septembra 2017.



DRUŠTVO UPOKOJENCEV ŠKOFJA LOKA

Partizanska cesta 1, 4220 Škofja Loka

MŠ 5010721000

DŠ SI99746352

Tajništvo 04/512 06 64 in 040 226 667

Računovodstvo 04/512 63 08

Blagajna 040 857 273

E-pošta drustvoupokojencev@siol.net

Uradne ure sredo in petek od 8. do 12. ure

LETNI ZBOR ČLANOV

SKLEPI ZBORA

Besedilo in fotografije Nevenka Mandić Orehek

Vsakoletni zbor članov Društva upokojencev Škofja Loka je tudi letos potekal v večnamenski dvorani Osnovne šole Škofja Loka - Mesto. Vsi stoli so bili v petek, 17. marca 2017, zasedeni, saj se je zbora udeležilo veliko članov in gostov.

Zbor se je že tradicionalno začel s pesmijo MePZ Vrelec pod vodstvom zborovodkinje Nade Krajnčan. Predsednik DU Miro Duić je pozdravil vse navzoče in povedal nekaj besed o dveh spremljevalnih razstavah. Risbe, akvarele in grafike je razstavil Metod Zakotnik iz Društva paraplegikov, ročna dela, natančnejše pletenine in vezenine, pa je razstavila naša članica Janja Eržen. Predsednik DU je predlagal člane za organe zbora, nato pa je vodenje zbora prevzel Rudi Zadnik kot predsednik delovnega predsedstva ob pomoči Julije Jenko in Nežke Fojkar. Miro Duić je poročal o delu DU za leto 2016, računovodkinja Milica Habjan pa je podala finančno poročilo, ki sicer kaže slabše rezultate kot leto prej, vendar je poslovanje pozitivno. Poročala sta tudi predsednica nadzornega odbora Meri Bozovičar in predsednik častnega razsodišča Rafael Kavčič. Verifikacijska komisija pod vodstvom Martine Eržen je ugotovila, da je na zboru prisotnih 126 članov, kar je po pravilniku dovolj za sklepčnost in veljavnost sklepov. Vsi predlagani sklepi so bili sprejeti soglasno.

Za besedo je zaprosil župan Škofje Loke mag.

Miha Ješe, ki nam je nakazal, kako se bo reševala prostorska stiska DU, Marinkine knjižnice in Društva U3. Pozdravili so nas še predsednik komisije za kulturo pri Pokrajinski zvezi društev upokojencev (PZDU) za Gorenjsko Janez Šutar, predstavnik DU Žiri Ciril in Fani Vidmar, predstavnik DU Žabnica Tatjana Hribernik ter Jože Stanonik iz PD Škofja Loka. Metod Zakotnik se je zahvalil za priložnost, da je na spremljevalni razstavi lahko pokazal svoje slike.

Na zboru smo sprejeli vsa poročila o delu v letu 2016 ter načrte dela in finančnega poslovanja za leto 2017. Poleg tega smo odločili, da članarina za leto 2017 ostaja nespremenjena in pooblastili upravni odbor Društva, da med letom finančni načrt usklajuje s pritokom finančnih sredstev.

Po dveh glasbenih točkah PS Mavrica pod vodstvom Viktorja Zadnika smo podelili priznanja Društva upokojencev (DU) in Zveze društev upokojencev (ZDUS), nato pa je nastopila še skupina Loške orglice.

Po zaključku uradnega dela se je zbor nadaljeval v prijetnem vzdušju z druženjem in ogledom razstav.



Janez Šutar, PZDU za Gorenjsko



Ciril Vidmar, DU Žiri



Tatjana Hribernik, DU Žabnica

POROČILO NADZORNEGA ODBORA

Meri Bozovičar

Nadzorni odbor Društva upokojencev Škofja Loka v sestavi Sonje Dolinar, Marinke Trojar in predsednice Meri Bozovičar se je sestal 24. februarja 2017. Prisotna je bila tudi računovodkinja društva Milica Habjan.

Nadzorni odbor se je redno udeleževal sej upravnega odbora in vseskozi spremljal njegovo delovanje. Pregledali smo vestno in natančno pripravljeno gradivo za leto 2016, ki je vključevalo podatke o finančnem stanju poslovanja, bilanco stanja ter poročilo o prihodkih in odhodkih po dejavnostih. Iz tega dela poročila je bil ugotovljen primanjkljaj v višini 2.150,46 EUR, za kolikor je tudi manjši ostanek čistega dohodka. Nadzorni odbor meni, da so za starejše pomembna vsa področja delovanja društva, zato se morajo v okviru razpoložljivih sredstev razpisati vse aktivnosti. V društvu si nikakor ne smemo privoščiti negativnega rezultata. Pohvaliti moramo računovodkinjo za temeljito in uspešno finančno vodenje društva kot tudi našega nadvse uspešnega predsednika.



Meri Bozovičar ter člani predsedstva zbora članov Cveta Škopelja, Julija Jenko, Rudi Zadnik in Nežka Fojkar.

Foto: Nevenka Mandić Orehek

POGOVOR S PREDSEDNIKOM DU MIROM DUIČEM

Besedilo in fotografija Ela Dolinar

Miro, predsednik društva si že tretji mandat. Člani smo s tvojim delom več kot zadovoljni, zato upamo in si želimo, da sprejmeš še en mandat. Za začetek pogovora nam povej nekaj več o sebi. Tvoje delo v društvu poznamo, zato nam malo bolj opiši svojo pot do tu. Kje si odraščal in obiskoval šolo ter kam vse te je zanesla poklicna pot?

► V Slovenijo sem prišel leta 1965 in sicer na študij na Višjo ekonomsko-komercialno šolo v Maribor. Rodil sem se v Bjelovarju in na otroštvo v svojem rodnem kraju imam lepe spomine. Mati mi je umrla, ko sem bil star le teden dni. Oče se je poročil z mamino prijateljico, ki mi je bila čudovita mačeha. Doma smo imeli kmetijo, zato sem razmišljal o študiju agronomije, vendar me je prav ona navdušila za študij v Sloveniji in še danes sem ji hvaležen za njeno napredno razmišljanje in nasvete. Že kot otroka me je nekako intuitivno vleklo k Sloveniji, saj sem edini v vasi navijal za nogometni klub Maribor in pozneje za Olimpijo. Vas je bila namreč razdeljena na dva dela. Pravoslavni del je

navijal za Partizan in Crveno zvezdo, krščanski del pa za Dinamo in Hajduk. Jaz sem bil edini nevtralen, saj sem navijal za slovenske klube. Navduševali so me tudi madžarski športniki, kar verjetno izvira iz dela moje madžarske krvi, ki jo imam po stari mami in dedku. Že v ranem otroštvu sta me namreč naučila madžarskega jezika, ki smo ga takrat tudi redno uporabljali. Tudi šolska ljubezen se je zgodila, čeprav bolj z njene strani kot z moje. Pisala mi je čudovite verze in pesmi, ki jih še danes hranim v škatli na podstrešju. A moje srce se zanjo nekako ni ogrelo.

Med študijem v Mariboru sem si ogledal vse tekme Maribora, pozneje v Ljubljani pa vse tekme

Nadaljevanje s prejšnje strani

Olimpije. Pridno sem beležil rezultate tekem in danes z vnuki podoživljam tiste čase.

Bil sem štipendist Ljubljanskih mlekarn in po končanem študiju sem se tam tudi zaposlil. Tedanji direktor Ljubljanskih mlekarn

Janez Perovšek me je napotil v Škofjo Loko, kjer sem najprej delal kot vodja komerciale.

Ko je tedanji direktor odšel na delo v Ljubljano, sem postal v.d. direktorja, kmalu potem pa tudi direktor. V družbi Mesoizdelki nas je bilo tedaj zaposlenih 440. Direktor sem ostal 20 let in na svoje delo ter na delo svojih sodelavcev sem ponosen. Uspelo se nam je povezati z drugimi obrati, saj smo podjetju pridružili klavnico v Kranju in Tržiču ter obrat za predelavo v Stični. Poleg tega smo modernizirali klavnico v Škofji Loki in naredili hladilnico na Trati. Naša lastna

prodajna mreža, ki smo jo načrtno razvijali, je štela 75 prodajaln po Sloveniji in Istri. V tistih časih je bila oskrba z mesom velikokrat težavna, nam pa je uspelo zagotavljati kolikor toliko dobro založenost naših prodajaln. Veliko naših obratov in prodajaln obratuje še danes. Tudi z zaposlenimi nisem nikoli imel večjih problemov, čeprav so bile včasih težava kraje in alkohol na delovnem mestu. Leta 1995 se je podjetje združilo z Mercatorjem. Ko je dotedanjega direktorja Mirana Goslarja zamenjal Zoran Jankovič, Mercator ni bil več zainteresiran za proizvodnjo in predelavo, zato so iz sistema izločili Eto, KŽK, klavnice in druge podobne obrate ter ohranili samo trgovine. Ob svojem rednem delu sem bil še član upravnega odbora Poslovnega sistema Mercator, izvršilnega odbora Gospodarske zbornice Slovenije in predsedstva občinske skupščine, ter predsednik zbora združenega dela, občinskega komiteja ZK Škofja Loka, občinske zdravstvene skupnosti, RK v Škofji Loki in agroživilskega odbora za klavništvo Slovenije.

Kako poteka tvoj vsakdan? Večkrat si v društvu, zato nas zanima, ali ti ostane dovolj časa za vnuke in družino ter ali imaš tudi kakšno drugo dejavnost, ki te veseli in polni z energijo. Kako si spoznal svojo ženo?

► Ljubljanske mlekarne so bile lastnice trgovskega podjetja Savica v Bohinju, zato sem bil službeno večkrat tam. V oko mi je padla brhka mladenka,

zaposlena v tamkajšnji trgovini, in rodila se je ljubezen. Doma so imeli kmečki turizem, kjer je Marija, moja žena rada pomagala, jaz pa tudi, saj sem bil še od doma vaje kmečkega dela. Po poroki sva se preselila v Škofjo Loko, kjer se je



žena zaposlila na SDK, ko so ga ukinili, pa je delala na Gorenjski banki. To so bili časi, ko sem imel še veliko drugih obveznosti in bil veliko odsoten. Poleg vsega sva še gradila hišo in na plečih je imela res veliko dela, za kar sem ji zelo hvaležen. Navdušila me je za 40-dnevni post, letos že drugič, in za bolj zdravo prehranjevanje. Izogibam se sladkorju ter skušam jesti čim manj soli in bele moke. Priznati moram, da ni prav nič težko, ko se navadiš. 9. februarja je bilo eno leto, odkar se tega držim.

Vsak dan se odpraviva na Križno goro, ne glede na vreme. Hodim za svojo dušo, nimam občutka, da stradam, in trdim, da mi je Križna gora pojedla kilograme. V veliko veselje so mi vnuki in druženje z njimi. Poleg tega rad rešujem križanke in sudoku, predvsem zvečer v postelji. Pogledam še kakšen dokumentarni film in ko se ura bliža polnoči, je čas za spanje.

V glavi imaš verjetno še veliko zamisli za delo naprej.

► Leta 2007 sem se upokojil in prejšnja predsednica društva Mana Veble Grum me je povabila k sodelovanju. Čeprav sem bil do novembra še v službi, sem že tistega leta z vso odgovornostjo prevzel delo predsednika DU. Zelo sem zadovoljen z ljudmi, s katerimi delam, saj so odprti ter pripravljeni na kompromise in sodelovanje. Ni vse samo črno ali belo, vmes je tudi mnogo vijoličnega. Spoznal sem krasne ljudi, predvsem ženske, ki so gonilna sila društva. Ob tej priliki želim povabiti moške, naj se vključijo v dejavnosti društva. Dela je veliko, ne le dvakrat na teden po 4 ure, ko sem v društvu, ampak precej več. Opravil sem tudi šolanje za člana nadzornega sveta in to delo opravljal v hotelu Delfin v Izoli od leta 2012 do 2016. Trenutno kandidiram tudi za mesto nadzornika v Centru slepih in slabovidnih. Poleg različnih funkcij znotraj Zveze društev upokojencev sem trenutno tudi član sveta Centra za socialno delo Škofja Loka.

Še posebej sem ponosen na srebrni grb občine Škofja Loka, ki sem ga prejel leta 2015. Ob 60-letnici smo tudi v našem društvu začeli podeljevati priznanja. Do sedaj smo jih podelili 129, od tega 110 pisnih priznanj, ostalo pa so bile male in velike plakete. Že sedaj razmišljam, kako bi obeležili našo 70. obletnico delovanja leta 2019. Ostaja tudi

vprašanje glede prostorov društva. Priložnosti za načrtovanje bo še veliko, torej nam dela ne bo zmanjkalo.

Zahvaljujem se ti za ta odprt pogovor. Upamo in želimo si, da ostaneš naš predsednik vsaj še en mandat, saj je videti, da ti to delo koristi, ker si v odlični formi in si se resnično kar pomladil.

PODELITEV PRIZNANJ

DOBITNICA VELIKE PLAKETE DU IN PISNEGA PRIZNANJA ZDUS MARIJA DRAŠKOVIČ

Zlata Razpet

V tem članku vam bom predstavila zgodbo Marije Draškovič. Ob kavi mi je zaupala, kaj vse je doživela v življenju in kakšni so njeni načrti za prihodnost.

Srečali sva se pri meni doma. Spoznali sva se, ko sem se pridružila skupini knjižničark v Marinkini knjižnici. Skupaj delava že četrto leto.

Za začetek sem jo prosila, naj mi pove nekaj o mladosti. Malo je pomislila in odgovorila, da ima na otroška leta zelo lepe spomine, nato pa začela pripovedovati.

► Rodila sem se v Stražišču pri Kranju. Stanovali smo v dvosobnem stanovanju v hiši. Mati in oče sta bila preprosta človeka, delavca. Življenje v tistem času je bilo težko.

Nekaj časa smo bili popolnoma brez dohodkov in prejeli samo otroške doklade, vendar to ni bilo dovolj za preživetje tako velike družine, saj nas je bilo šest otrok. Moja mama je bila zelo bistra in iznajdljiva ženska. Čeprav je bila šibkega zdravja, je skrbela za vrt, na katerem je pridelala vso zelenjavo, ki smo jo potrebovali. Kupila je še moko in kašo in tako nismo bili lačni. Otroci smo ji pomagali po svojih močeh.

Čez dan smo se s sosedomi otroki igrali na našem dvorišču. Ko se je zmračilo in se je oglasil zvon s cerkve, nas je mama vseh šest poklicala po imenih in nam naročila, naj pridemo domov. Njen glas

slišim še danes.

Počitnice smo preživljali drugače kot danes. Ob zaključku šolskega leta so zorele borovnice, ki smo jih nabirali in prodajali. Ponje smo hodili v bližino Nakla. Takrat je do tja vozil vlak. Zjutraj smo se odpravili od doma vsak s svojo košaro in malico. Bila sem najmlajša, zato sem imela najmanjšo,

le štirilitrsko košaro. Za malico smo dobili kos kruha, zraven pa smo pojedli nekaj borovnic. Borovnice smo potem takoj prodali v Naklem, kjer so jih odkupovali, jeseni pa s tem denarjem kupili šolske potrebščine. Otroci, ne samo iz naše družine, tudi iz ostalih v



Zahvala Mariji Draškovič za njeno prostovoljsko delo v knjižnici

Foto: Zlata Ramovš

našem okolišu, smo vsako leto poskrbeli za kurjavo, saj denarja za premog nismo imeli. Najprej smo nabirali smrekove storže, kasneje pa še borove, ki so bolj goreli. Najlepše spomine imam na čase, ko se je zbrala cela ulica in se z vozičkom odpravila v gozd po okleščke. Mama nas je za pridnost tudi nagradila in nam na koncu počitnic dala denar za kopanje v

Nadaljevanje s prejšnje strani

kranjskem bazenu.

Ker smo živeli skromno in nismo imeli dovolj raznovrstne hrane, sem začela zaostajati v rasti. Starša sta se zato odločila, da me za nekaj časa pošljeta k stricu, ki je bil župnik na Sv. Lenartu. Tam sem končala tudi prvi razred, kot župnikova sorodnica seveda z odličnim uspehom. Na strica imam lepe spomine. Nekoč sem mu morala povedati, da smo rabutali hruške, a se ni jezil. Želim si izvedeti več o njegovem življenju, ki je bilo zelo pestro. Med vojno je bil duhovnik, a je kljub temu pomagal partizanom, da niso bili umazani in lačni. Za svoje delo je dobil tudi priznanje, saj se je držal načela, da je potrebno pomagati vsem ljudem, ki so v stiski in pomoč potrebujejo.

Povedati moram še, da sem takoj ob prihodu dobila zadolžitev. Na travniku pod župniščem so se pasle kokoši, katere sem morala paziti, saj so stricu skobci vedno kakšno odnesli.

Ko sem bila v 6. razredu osnovne šole, smo se iz Stražišča preselili v Kranj na dom moje mame. Zapustiti prijatelje in sošolce je bilo zelo težko, a kmalu sem se prilagodila in dobila dobre prijatelje. Po osnovni šoli sem se vpisala na gimnazijo.

Čudovite spomine imam na sošolce in profesorico slovenščine Marijo Žagar, ki nam je znala približati literaturo. Organizirala je tudi srečanja z različnimi pisatelji. Spoznali smo Franceta Bevka, Alojza Rebulo in Borisa Pahorja. Čeprav sem bila iz revne družine, se nisem nikdar počutila drugačne od sošolcev, ki so prihajali iz bogatih in izobraženih družin. Vsi smo bili enaki in zvesti prijatelji. Moji sošolci so na koncu 4. letnika izdali glasilo Plamenica, napisano pod vplivom modernistov. S to izdajo glasila so se v Kranju začeli politični obračuni. Tudi na fakulteti sem imela srečo, saj sem spoznala prave prijatelje kot tudi prave profesorje, ki so nas znali navdušiti in od katerih smo dobili širok pogled na tujo in slovensko književnost. Odnosi med študenti in profesorji so bili včasih drugačni. Spominjam se izletov po Sloveniji, ki jih je organizirala fakulteta. Za malico so nam dali hlebec sira, ki so ga nosili fantje, profesorica pa ga je za malico razrezala. Družili smo se tudi v prostem času, skupaj odšli na počitnice na morje in se zabavali. Veliko smo se smejali. Leta študija so hitro minila in potrebno se je bilo zaposliti. Moje prvo delovno mesto je bilo v Kranju na OŠ Franceta Prešerna, kjer sem delala v podaljšanem bivanju, hkrati pa sem nadomeščala še učiteljico na Srednji tekstilni šoli. Kasneje sem se zaposlila v Knjižnici Šiška, kjer sem bila zadolžena za vodenje podružnice v Medvodah.

Opravila sem tudi bibliotekarski izpit, kar je bilo zelo pomembno za naslednje moje delovno mesto. Leta 1981 me je pot pripeljala v Škofjo Loko. Na Podnu so zgradili šolski center, kjer sem najprej 10 let delala kot knjižničarka, nato pa 14 let na Gimnaziji Škofja Loka poučevala slovenski jezik in književnost. Leta 1994 so za zaključek gimnazije zopet uvedli maturo namesto zaključnega izpita in tako sem dobila priložnost, da sem se vključila v maturitetne priprave. Postala sem zunanji ocenjevalec in to delo opravljala še po upokojitvi. Leta 2004 sem izpolnila vse pogoje za upokojitev. Po odhodu v pokoj sem prve pol leta predvsem počivala, potem pa sem želela osvežiti svoje znanje angleščine, zato sem se vpisala na tečaj. Po ogledu knjižnice na U3 v Ljubljani smo razmišljali, da bi imeli knjižnico tudi v našem društvu. Ko so nam člani in tudi drugi začeli podarjati knjige, sem ugotovila, da bi tiste knjige zanimale naše člane in začeli smo jih izposojati. Tako je nastajala nova knjižnica. Prebroditi smo morali kar nekaj težav. Na pomoč sta mi priskočili Katja Galof in kasneje Nevenka Mandić Orehek. Nisem pričakovala, da se bo knjižnica tako razvila, saj ljudje podarijo res veliko lepih knjig. Knjige, ki so zelo brane in zanimive, pa tudi kupimo.

Marija, ko bodo naši bralci prebirali ta članek, boš ti že nehala delati kot prostovoljka v Marinkini knjižnici. Pričela boš z novim delom svoje zgodbe.

► Doma me čaka 10-mesečna vnučka Nežka, kateri bom posvetila svoj čas, saj jo bom čuvala. Tudi na ostale vnuke ne smem pozabiti, predvsem na Ajdo in Sama. Poleg tega bom več brala in želim si potovati, sopotnico že imam. Da bom vse to lahko uresničila, bom morala zelo dobro skrbeti za svoje zdravje.

Preden sva se poslovili, mi je rekla, naj za zaključek napišem, kar ji je naročila njena mama in česar se drži tudi ona.

»Pomagam vam, otroci moji, da boste tudi vi pomagali svojim otrokom in jih naučili pomagati ljudem, ki so pomoči potrebni.«

Nekaj misli za dobro voljo...

Poroka je samo fin izraz za posvojitev odraslega moškega otroka, ki ga starši ne morejo več obvladovati!

PS. Podpis: jezna žena ...

IVAN JANEZ HAFNER

PREJEMNIK PLAKETE STANKA BLOUDKA ZA ŽIVLJENJSKO DELO V ŠPORTU IN VELIKE PLAKETE DU

Besedilo in fotografija Ivanka Prezelj

14. februarja letos je na Brdu pri Kranju potekala slavnostna akademija ob že 52. podelitvi Bloudkovih priznanj. Odbor za podeljevanje je prejel 67 vlog in izmed njih izbral 4 dobitnike Bloudkovih nagrad in 10 zaslužnih oseb, ki so prejele Bloudkove plakete.

Plaketo Stanka Bloudka za leto 2016 je za življenjsko delo prejel tudi član našega društva Ivan Janez Hafner. Predlagatelji so v obrazložitvi zapisali: »**Ivan Hafner, po izobrazbi diplomirani metalurg, se je s športom srečal že v prvih letih po 2. svetovni vojni. Pomemben mejnik zanj so bila njegova dijaška leta na škofjeloški gimnaziji, na kateri so košarko igrali že leta 1953. Kasneje je postal tudi član prve ekipe loških košarkarjev in igral je vse do leta 1960, ko so tekmovali v 2. republiški ligi. Nato se je posvetil trenerski poti in bil skoraj 10 let predsednik Košarkarskega kluba v Škofji Loki. Od leta 1983 do 1994 je bil predsednik ZTKO Škofja Loka in tudi kasnejše Športne zveze Škofja Loka. V času njegovega zasedanja te vodilne funkcije je bilo zgrajenih in obnovljenih največ športnih objektov v vsej zgodovini škofjeloškega športa, za kar ima veliko zaslug. Aktiven je ostal tudi po upokojitvi, saj je prevzel vodenje športne sekcije Društva upokojencev Škofja Loka, kateri je z njegovo pomočjo uspelo dobiti plaketo za najuspešnejše društvo na Gorenjskem. V vseh preteklih letih je poleg opravljanja funkcij v športu tudi aktivno tekmoval v namiznem tenisu, streljanju, kegljanju, alpskem smučanju, smučarskem teku in plavanju. Zadnji naslov najboljšega igralca namiznega tenisa v Sloveniji v kategoriji nad 75 let je osvojil še v sezoni 2014/2015.**«

Ivanovo delovno sobo krasijo številne medalje in priznanja. Za dolgoletno in uspešno delo je leta 1992 prejel zlato Bloudkovo značko, leta 1989 pa nagrado občine Škofja Loka. Leta 2003 sta mu Zavod za šport in Športna zveza Škofja Loka podelila svečano listino. Leta 2006 je dobil bronasto skulpturo atleta, leta 2009 pa malo plaketo DU Škofja Loka. Njegovo življenje je bilo prepleteno tudi z odgovornimi nalogami izven športa. Kot univerzitetni diplomirani metalurg je



z dodatnim izobraževanjem opravljal delo ekonomista, pravnika, psihologa, analitika in mnoge odgovorne funkcije vse do najvišjega nivoja, ki ga je lahko dosegel kot nečlan ZK. Več mandatov je bil član UO Društva livarjev Slovenije in

član UO GZS, ob tem pa je pomagal pripraviti zakonodajo za uvedbo beneficiranega delovnega staža za livarje. V bančništvu je bil dolgoletni član izvršilnih in kreditnih odborov Gorenjske banke in predsednik kreditnega odbora združene skupine Ljubljanske banke, kar je druga najvišja funkcija. Leta 1985 je ob 30-letnici bančništva na Gorenjskem prejel nagrado Gorenjske banke. Uspešno in s poštenim namenom je vodil, analiziral ali sodeloval pri aktivnostih v občini Škofja Loka. Veliko let je aktiven tudi v škofjeloški župniji. Njegova življenjska pot je zelo pestra in raznolika, zato bi jo moral opisati v knjigi.

Vse življenje je z znanjem in predanostjo uspešno opravljal pomembne in zahtevne častne funkcije ter dela. Je človek, vreden zaupanja in velikega spoštovanja. Ivan, s teboj je lepo delati.

Uspeh ni ključ do sreče. Sreča je ključ do uspeha. Če imate radi svoje delo, boste uspešni.

(Albert Schweitzer)

Skrivnost uspeha v življenju ni v tem, da človek dela tisto, kar ljubi, temveč da ljubi tisto, kar dela.

(Winston Churchill)

NEVENKA MANDIČ OREHEK

DOBITNICA VELIKE PLAKETE DU IN PRIZNANJA ZDUS

Meri Bozovičar

Nevenka je nepogrešljiva ustvarjalka tega glasila. Glasilo oblikuje in se trudi, da vse prispevke spravi v pravo obliko ter da je naše glasilo na zelo zavidljivi ravni.

Kot strelka z zračno puško osvaja medalje na državnih, pokrajinskih in občinskih tekmovanjih, srečamo pa jo tudi pri balinarkah in pikadu. Leta 2015 je za svoje vsestransko in uspešno delo prejela pohvalo loškega župana. Trikrat na teden dela tudi v Marinkini knjižnici. Leta 2011 se je udeležila tečaja za uporabo sistema

COBISS in dobila pooblastilo za vnašanje podatkov v to bazo, to znanje pa uporablja tudi pri delu v knjižnici Loškega muzeja. Kot krvodajalka je leta 2012 prejela zahvalo Rdečega križa Slovenije. Leta 2013 jo je Slovenska Univerza za tretje življenjsko obdobje predlagala za ambasadorko



Foto: Martin Bizjak

dejavnega staranja, poleg tega pa je tudi članica Zveze prijateljev mladine in Zveze borcev za vrednote NOB.

Poleg mnogih drugih krožkov, ki se jih je udeležila pri U3, sedaj obiskuje še ruščino, nadvse pa uživa, ko s soplesalkami pleše country plese.

Fotoaparat je njen stalni spremljevalec, s katerim uspešno dokumentira vse pomembno dogajanje v U3 in društvu upokojencev.

Za tako uspešno in požrtvovalno delo si zasluži iskreno zahvalo.

Velika plaketa Društva upokojencev Škofja Loka in priznanje Zveze društev upokojencev Slovenije sta le kamenčka v mozaiku pohval, ki jih je Nevenka prejela za svoje ustvarjalno delo, in hvaležni smo ji, da svoje znanje deli z nami.

Nevenka, želimo ti vse dobro ter da bi še naprej uživala življenje in srečo. Veseli smo, da si med nami ter se z nami veseliš in ustvarjaš.

PODELITEV PRIZNANJ ZDUS

JULIJA JENKO

PREJEMNICA VELIKE PLAKETE ZDUS

Besedilo in fotografija Martin Bizjak

Julija Jenko je dolgoletna dejavna članica našega DU. Po duši je športnica in uspešna organizatorka, ki je do leta 2017 vodila celotno športno dejavnost DU Škofja Loka. Sodelovala je pri ustanovitvi planinske sekcije društva, ki se je razširila v nekaj precej številčnih skupin, dejavnost katerih lahko spremljamo tudi v tem glasilu. Na njeno pobudo naši člani že od leta 1996 rekreativno plavajo v CSS. Kadar je potrebno kaj postoriti, Julija vedno energično zaviha rokave. Dela kot poverjenica DU v najštevilnejšem predelu Škofje



Loke, ob izdaji vsake nove številke tega glasila raznosi okrog 200 izvodov in sodeluje v projektu Starejši za starejše. Julijo poznam že, odkar je bila mlada članica

ženske telovadne vrste v loškem TD Partizan. Od takrat so se vitrine pri njej doma napolnile s številnimi priznanji in odličji za športne dosežke v smučanju, kegljanju, streljanju in drugih športih. Sedaj igra pikado in sekcijo pikada tudi vodi, lubnikarji pa jo lahko skoraj vsak dan srečajo na strmih poteh te loške »svete gore«. Kot izjemna poznavalka ljudi in zgodovine našega DU piše tudi članke za to glasilo. A najpomembnejše je, da ima veliko srce za bližnjega v stiski, saj je dolgo stala ob strani eni od mojih daljnih tet, osamljeni Rezki, na katero smo

mi, njeni sorodniki, čisto pozabili. Zato Juliji iskreno čestitamo za prejeto priznanje in se ji zahvaljujemo za vse, kar je storila za nas.

CVETA ŠKOPELJA PREJEMNICA MALE PLAKETE ZDUS

Besedilo in fotografija Martin Bizjak

Cveto Škopelja kateri od naših članov morda pozna le kot vedno prijazno in marljivo tajnico društva. Vendar pa je Cveta tudi članica upravnega odbora DU in od leta 2007 namestnica predsednika DU. Sodeluje še v stanovanjski komisiji, dela kot prostovoljka v programu Starejši za starejše in poverjenica ter piše za to glasilo. Pod njenim vodstvom izletniška sekcija že več let odlično pripravlja zdraviliške aranžmaje ter organizira in vodi nepozabne izlete v tujino, ki so polno zasedeni. Letovanja v organizaciji njene izletniške sekcije so tudi za nekatere dokaj razvajene dopustnike izredno doživetje ne glede na vreme in zato bi bilo prav, da tej dejavnosti v tem glasilu



namenimo nekaj več prostora. Zaradi vsega omenjenega si Cveta priznanje za svoje dosedanje organizacijske dosežke in delo v upokojenski turistično izletniški dejavnosti v širšem slovenskem prostoru nedvomno zasluži. Bila je tudi članica komisije za turizem pri ZDUS, od leta 2014 pa še predsednica komisije za izletništvo in turizem PZDU Gorenjske. Cveti bomo nedvomno

iskreno čestitali vsi, ki smo okusili čare njenih izletniških in zdraviliških aranžmajev, in tudi vsak, ki je k njej v pisarno DU prišel po opravkih.

PODELITEV PISNIH PRIZNANJ ZDUS

Borjana Koželj

Zveza društev upokojencev Slovenije vsako leto podeljuje priznanja in letos je na predlog Društva upokojencev Škofja Loka pisna priznanja podelila tudi nekaterim našim članom.

Loško društvo upokojencev je med najbolj uspešnimi v Sloveniji. Poleg aktivnosti, značilnih za društva upokojencev, pri nas pripravljamo veliko

let zgledno skrbela **Marija Draškovič**, za urejenost in pestro knjižnično ponudbo pa skrbi še pet prostovoljk. Deset let že živi tudi glasilo Mi o sebi in



Foto: Martin Bizjak

Člani DU s priznanji Nežka Fojkar, Ferdo Pozvek, Ivanka Prezelj in Maruša Mohorič, ob njih predsednik Miro Duič in predstavnik PZDU Janez Šutar

dejavnosti, ki jih v drugih društvi ni. Na prvem mestu je Marinkina knjižnica, za katero je deset

naši člani vsako številko nestržno pričakujejo. Njegova urednica **Jelka Mlakar** je tudi učiteljica vsem, ki za glasilo pišemo, in z veseljem sodeluje z oblikovalko **Nevenko Mandić Orehek**, urednico fotografije **Zlato Ramovš** ter vrsto dopisnic in dopisnikov. Galerijo Hodnik je postavila **Zlata Ramovš**, ki zanjo še vedno skrbi in tako galerija že prerašča društvene okvirje. Društveni športniki skrbijo za zdravo telo in mimogrede osvajajo pokale. Povezuje jih **Ivan Hafner** ob podpori pridne

sodelavke **Ivanke Prezelj**, odlične športnice, slikarke in orgličarke. Za ugled šahistov z veseljem

Nadaljevanje s prejšnje strani

skrbi **Ferdo Pozvek**, ki je že dolgo tudi nepogrešljiv pevec v MePZ Vrelec.

Nevenka Mandić Orehek zgledno opravi vsako nalogo in se je vedno pripravljena tudi česa novega naučiti.

Maruša Mohorič je novinarka našega glasila od izida njegove prve številke. Poskrbi, da prostovoljke in prostovoljci dostavijo vsako sveže natisnjeno številko glasila tudi najbolj oddaljenim članom, spremlja udeležence na kopalnih izletih in počne še marsikaj. **Janez Radelj** je mešani pevski zbor najprej le pomagal voditi, potem pa vodenje prevzel v celoti. Poleg tega je že dva mandata član upravnega odbora in skrben član inventurne komisije. **Meri Bozovičar** je dolgoletna članica nadzornega odbora. Poleg tega se redno izobražuje na U3, za glasilo pripravlja zanimive prispevke o zgodovini našega mesta, sodeluje v programu Starejši za starejše in dela kot



Foto: Martin Bizjak

Priznanja Sonji Dolinar, Meri Bozovičar, Zlati Ramovš ter Milici Krajnik

prostovoljka v Loškem muzeju. Pomembno je, da je v društvu vse zgledno urejeno tudi na finančnem področju, za kar že vrsto let skrbi **Milica Habjan**, ki je hkrati podpredsednica društva. **Sonja Dolinar** vodi več delavnic v U3, poleg petja je vodila tudi dejavnost PS Mavrica. Sodeluje v odboru za razstave in prizadevno ureja društveni vrtiček. **Nežka Fojkar** je prejela priznanje ZDUSa za delo v okviru programa Starejši za starejše. Dobitniki so se priznanj razveselili, hkrati pa se zavedajo, da morajo svoje dobro delo nadaljevati tudi v prihodnje.

DRUŠTVO U3

LETO HITRO MINE

Borjana Koželj

Zopet poročamo o naših uspehih. Tokrat smo sestanek pripravili v Žireh, kjer smo prijetno združili s koristnim in nujnim ter izvedeli nekaj novega.

Ljudje v tretjem življenjskem obdobju smo danes vse bolj aktivni. Zavedamo se, da znanje potrebujemo za vsakdanje življenje, saj gremo le tako lahko v korak s časom v družbi ter razumemo sodoben način življenja, v njem delujemo in nanj vplivamo.

Poleg zavedanja o nujnosti **vseživljenjskega izobraževanja** je naša zelo pomembna vrednota **prostovoljstvo**, krepimo pa še **ustvarjalnost, odgovornost, pripadnost in solidarnost**.

Ljudje v našem mestu naše delo poznajo in pogosto prisluhnejo našim predlogom. Tako je občina Škofja Loka najbrž edina, ki daje možnost nevladnim organizacijam s področja izobraževanja, saj pripravljajo razpis Izobraževalni programi in usposabljanje odraslih, na katerega se lahko prijavimo in na njem tudi dobimo sredstva.

Število članov društva U3 počasi raste. Povečuje se zlasti zanimanje za učenje jezikov, letos pa smo posebno pozornost posvetili izpopolnjevanju znanja računalništva.

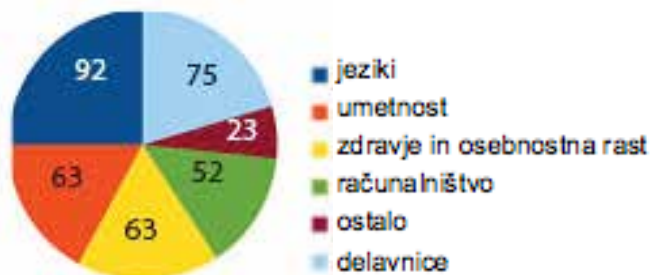
Nekaj številčk

Leta 2016 nas je bilo v Društvo U3 vpisanih že 368. V statutu društva razlikujemo med **stalnimi** člani, katerih je 26, in **podpornimi** člani, med katere spadajo vsi ostali. Med nami je 12,5 % moških, povprečna starost članov pa je 65,3 let.

V Društvu U3 dajemo poudarek dolgoročnemu in načrtovanemu **izobraževanju**. To je naša osnovna dejavnost, zato sredstva, ki jih pridobimo, skrbno razporedimo. Tako so **računalniški študijski krožki** postali bolj dostopni in zato tudi bolj zanimivi. Izpeljali smo začetni in nadaljevalni krožek, krožek uporabe tabličnega računalnika in pametnega telefona, začetni in nadaljevalni krožek rodoslovja z uporabo računalnika ter učenje urejanja fotografij in uporabe digitalnega fotoaparata. Na teh izobraževanjih je sodelovalo 52 udeležencev. Posvečamo se tudi ostalim področjem. Tako že dvanajst let spomladi v Sokolskem domu priredimo srečanje Pozdrav pomladi. Že dvakrat smo ob koncu poletja organizirali Šolo v naravi, še vedno pa so tu

tudi prijetni pogovori ob Čaju ob petih. Naša U3 temelji na **prostovoljstvu** in tako smo preteklo leto opravili 1927 prostovoljnih ur. Poleg sodelavk, ki sodelujejo pri organizaciji izobraževanja, imamo v vsakem študijskem krožku prostovoljnega animatorja ali animatorko, ki skrbi, da delo teče brez zapletov. Za strokovnost skrbijo mentorji, med katerimi je tudi nekaj prostovoljcev. Letu 2016 so samo članice vodstva U3 opravile 1070 ur prostovoljnega dela.

Število slušateljev v krožkih vpisanih v študijskem letu 2016/2017



Glede sodelovanja z lokalnim okoljem naj izpostavim naše delo v **Loškem muzeju**. V sodelovanju z muzejem smo pripravili in izpeljali krožek Skriti kotički Škofje Loke, v okviru katerega smo se posvečali odkrivanju manj znane, a zato

nič manj zanimive zgodovine starodavnega mesta. Krožek je bil dobro obiskan, a za prostovoljno delo v muzeju se žal ni odločil nihče. Trenutno poleg Marjana Gantarja z muzejem sodelujeta Nevenka Mandić Orehek, ki pomaga v muzejski knjižnici, in Meri Bozovičar, ki dela na področju etnologije. Drugo področje tesnega sodelovanja se obeta z **Večgeneracijskim centrom**, kjer smo že zelo aktivni. Sodelujemo tudi z **OŠ Cvetka Golarja**, saj so njihovi učenci stalni in dobrodošli gostje na naši prireditvi Pozdrav pomladi.

Za uspešno delovanje društva se zahvaljujem vsem prostovoljkam, ki skrbijo za tekoče delo v pisarni; animatorkam, ki skrbijo za red v študijskih krožkih; mentorjem in mentorjem prostovoljcem za njihovo strokovno delo; Zlati Razpet in prostovoljkam, ki vsako leto pripravijo prireditev Pozdrav pomladi; Eli Dolinar za organizacijo ekskurzije; Nevenki Mandić za vestno kuhanje čaja in opravljanje drugih opravil ter Jani Činku, ki je po izteku zaposlitve ostala z nami kot prostovoljka in Majdi Emeršič razkrila skrivnosti dela v pisarni. Nazadnje se zahvaljujem tudi Vlasti Mekiš za težaško delo na področju financ, saj skrbi, da je naš proračun uravnotežen, vse pogodbe strokovno sestavljene in še za mnogo drugega.

MERI BOZOVIČAR, ČASTNA ČLANICA DRUŠTVA U3 - AMBASADORKA VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA

Maruša Mohorič



Meri Bozovičar in Borjana Koželj

Foto: Zlata Ramovš

Na prireditvi Pozdrav pomladi v Sokolskem domu v Škofji Loki je bil posebno slavnosten trenutek, ko je Borjana Koželj, predsednica Društva U3, na oder povabila Meri Bozovičar, dolgoletno in najstarejšo članico loške U3. Meri je razglasila za častno članico društva in ji izročila priznanje, ki ga je dobila na predlog upravnega odbora U3 na skupščini marca 2017. Meri se je v svoji delovni dobi ukvarjala s številkami, obračuni in kontroliranjem finančnih poročil, skratka s ciframi, kot rada reče. Po odhodu v zasluženi pokoj je spoznala, da obstaja še veliko drugih, zanimivih stvari. V Kranju je obiskovala krožek umetnostne zgodovine, po ustanovitvi Univerze za tretje življenjsko obdobje v okviru društva upokojencev v Škofji Loki pa je bila ena od njenih prvih članic in univerzi ostaja zvesta vse do današnjih dni. Udeležila se je veliko zanimivih krožkov in predavanj o zgodovini Škofje Loke, njenih znamenitostih in posebnosti v etnološkem smislu. Po izobraževanju v Loškem muzeju je

Nadaljevanje s prejšnje strani
postala prostovoljna kulturna mediatorica, kar ostaja vse do danes. Številnim obiskovalcem z vsega sveta z veseljem razkaže Škoparjevo hišo in mnoge od njih navduši, da se seznani s fškalco, igro s fižolčki, ki smo jo poznali v otroštvu.

Poleg tega se že nekaj let uči angleščino in pridno piše domače naloge. V knjige je naravnost zaljubljena, zato je njena domača knjižnica zelo bogata. Vsako leto z veseljem prebere knjige za bralno značko Marinkine knjižnice.

Meri je tudi članica uredniškega odbora tega glasila in pripravlja zanimive prispevke o Škofji Loki in njeni okolici. Pri njenih 86. letih je prostovoljka, ki raznaša glasilo Mi o sebi na delu Partizanske ceste. V obrazložitvi predloga za imenovanje častne

članice U3 je navedeno še, da je tudi dolgoletna predsednica nadzornega odbora pri društvu U3 in DU Škofja Loka.

Ob sprejemu priznanja je Meri povedala: »Rada bi poudarila, da sem zelo hvaležna Jelki Mlakar, urednici glasila Mi o sebi, ki me je spodbujala k pisanju. Verjamem, da bom kmalu dokončala zgodbo o svojem življenju in izdala knjigo. Zahvaljujem se Borjani, predsednici društva U3 in skupščini U3 za imenovanje za častno članico. Presenečena sem, a tudi zelo vesela in ponosna.« Želim si, da bi tudi sama upoštevala njen življenjski moto: »Nikoli ni prepozno za učenje, za spoznavanje življenjskih izkušenj in modrosti.«

Meri, v imenu članic in članov U3 in DU ti za vsa priznanja iskreno čestitamo.

VEČGENERACIJSKI CENTER V ŠKOFJI LOKI SODELOVANJE Z DRUŠTVOM U3 IN DRUŠTVOM UPOKOJENCEV ŽE POTEKA

Apolonija Kandus

Na območju Občine Škofja Loka se odpira večgeneracijski center. Gre za projekt, ki ga kot partner Ljudske Univerze v Kranju izvaja Zavod O, zavod škofjeloške mladine. Z novim letom je v Sloveniji začelo delovati 15 večgeneracijskih centrov. Projekt poleg občine in države podpira tudi Evropska unija.

Z nekaterimi organizacijami in društvi smo se že dogovorili za sodelovanje, veliko dela pa nas še čaka. Zavod O je bil do sedaj zelo aktiven in znan predvsem kot zavod, ki skrbi za pestro in aktivno dogajanje ter izobraževalno noto pri mladih, s tem projektom pa svojo mrežo delovanja širi tudi na druge člane naše skupnosti.

Dejavnost večgeneracijskega centra se mora razvijati in oblikovati v skladu s potrebami in možnostmi vseh skupin, zato pozivamo vse, ki imate ideje, želje in potrebe, da se oglasite in sodelujete pri ustvarjanju naše skupne boljše prihodnosti. V našem okolju so zelo aktivna različna društva in organizacije, ki povezujejo generacije občanov. Tako ima tudi večgeneracijski center predvsem povezovalno vlogo, saj nadgrajuje že bogate obstoječe dejavnosti, kjer je to mogoče, in seveda ustvarja nove vsebine, ki jih ta projekt omogoča. Ob tem bi želela na pobudo Univerze za tretje življenjsko obdobje povabiti vse, ki za svoje gibanje potrebujejo voziček, slepe, starejše, ki ne zmorejo strmih stopnic, in druge, ki se srečujejo z arhitektonskimi ovirami pri dostopih na zelene lokacije, da nam to sporočijo na elektronski naslov apolonija@zavodo.org. Vse pobude bomo zbrali in

jih skupaj z U3 in njihovim fotografskim društvom predložili občini z željo, da naše mesto postane vsem dostopnejše in prijaznejše.

Večgeneracijski center se nahaja na Partizanski cesti 1 in je za neformalna druženja na voljo od ponedeljka do petka od 10. do 14. ure.

Urnik in seznam aktivnosti najdete na spletni strani Zavoda O www.zavodo.org ali na oglasni deski ob vstopu v prostore centra, Društva U3 in Društva upokojencev.



Društvo U3

Univerza za tretje življenjsko obdobje
Partizanska cesta 1, 4220 Škofja Loka

Uradne ure vsak delovni dan od 10. do 12. ure.

E-pošta loka3univerza@gmail.com

<http://3univerza-loka.splet.arnes.si>

Telefon v času uradnih ur 064 233 535

ČAJ OB PETIH PESEM, GLAS DUŠE

Breda Poljanec

Mina Kunstelj z vzdevkom Bindi se že vrsto let ukvarja z raziskovanjem glasu in zvoka ter ustvarjanjem na teh področjih. Največ veselja ima s petjem.

Bilo je 24. januarja 2017 in zunaj je bilo pravo zimsko vreme. Trda tema je bila ob peti uri in naletavale so drobne snežinke. Moral si paziti, ker je bilo poledenelo. Mina se je pripeljala iz Gorij pri Bledu. Petinštirideset minut je vozila. S seboj je prinesla veliko torbo, v kateri so bili zvončki koshiji in preprost inštrument



Foto: Nevenka Mandić Orehek

Pele smo skupaj z Mino Kunstelj (desno).

shruthi. Zbralo se nas je veliko. Glasba je del našega življenja, vendar je potrebno peti. Zvok, ki ga pojemo, zavibrira vsako našo celico, in ni dovolj, da glasbo samo poslušamo. Med nami ni nikogar, ki ne bi mogel svojega glasu uporabiti za uglasjevanje in dvigovanje svoje energije. Nevroznanost pravi, da se med petjem naši nevrotransmiterji povezujejo na nove in drugačne načine. Petje spodbudi delovanje desne možganske hemisfere in povzroča sproščanje endorfinov, hormonov sreče. Kadar pojemo skupaj, je učinek še toliko večji. Za začetek smo preprosto peli samoglasnike in občutili ter opazovali njihovo delovanje v sebi. Nato smo se posebej posvetili posameznim vokalom. Ugotavljali smo, da gre A navzgor in nas povezuje z vesoljem, O ovije naše telo in očisti avro, E pa gre v širjave našega prostora. Kadar je naša energija nizka in volja do

orodje, ki ga zaradi njegove preprostosti in dostopnosti prepogosto spregledamo. Na koncu nas je Mina povabila, da skupaj zapojemo. Zapeli smo preprosto pesem, sestavljeno iz treh besed, katere smo ponavljali ob spremljavi shruthija. S petjem smo začutili, kaj nam pesem pripoveduje. Nato so nam zapeli zvončki koshiji. Zaprli smo oči in poslušali nenavaden instrument. Ko smo oči odprli, smo začutili, da se je prostor spremenil. Barve so bile izrazitejšje, naši obrazi pa sproščeni in nasmejani. Občutili smo čar prisotnosti, ko smo bili tam in takrat in vse je bilo lepo in dobro. Z Mino sva pri Valterju poklepetali o njenih in mojih prihodnjih načrtih, si privoščili pravo kavo in zelenjavno pito ter se razšli. Podarila mi je tri rdeča domača jabolka, ki so dišala kot jabolka včasih in dejala: »Ta pa so naša.«

Tole bom obesil/a na vrata:

Umazana posoda pove, da sem nahranila svojo družino;
poln koš za smeti pove, da sem pospravila naš nered;
popackana tla povedo, da sem otrokom pustila, da se igrajo;
polna košara umazanega perila pove, da je moja družina v čistih oblačilih;
mokra kopalnica pove, da smo se tudi kopali....

In naslednjič ko prideš k meni domov in vidiš vse to;
razmisli preden me sodiš.

Če si prišel/prišla z namenom da vidiš NAS - vstopi,
če pa želiš videti čisto hišo, se prosim najavi!

ČAJ OB PETIH BRED POLJANEC

Zdravimo bolezni, o vzrokih vemo malo

Marta Satler

Naše februarsko srečanje ob čaju je bilo res posebno. Z vseh strani slišimo o zdravljenju različnih bolezni in redki smo tisti, ki pri sedemdesetih ne jemljemo nobenih zdravil. Naša tokratna gostja pa je stvari obrnila na glavo, saj je govorila, zakaj in kako zbolimo. Predstavila se je kot zdravnica, upokojenka in babica petih vnučkov. Povedala je, da je po upokojitvi začela raziskovati, zakaj zbolimo in kakšni so vzroki bolezni.

Breda Poljanec se je poglobila v literaturo različnih avtorjev, kupila Kirlianovo kamero in začela raziskovati. Kirlianova kamera, enostavno

povedano, omogoča slikanje človekove avre, bioenergetskega polja, ki v sedmih plasteh ovija človekovo telo, preko prstov in računalnika. Če je ta ovoj stanjšal ali celo prekinjen, obstaja velika verjetnost, da imamo na tem predelu telesa zdravstvene težave.

Ugotovila je, da najprej zbolimo energetsko, nato psihološko, nazadnje pa še fizično.

Omenila je dr. Ryka

Geerda Hamerja, ki je prvi povezal vpliv misli, čustev in prepričanj na telo. Dr. Hamer opisuje, da v trenutku šoka zbolimo na treh nivojih hkrati, torej na psihi, v možganih in v organih. Težava pri odkrivanju vzrokov bolezni je, da ne nastanejo v telesu, ampak so nematerialnega izvora, kar pomeni, da gre za misli in čustva. Dogodek ustvari konflikt oziroma šok, ki v možganih povzroči kratek stik in ga CT preiskava zazna kot koncentrične kroge. Takrat se v telesu pojavi rak ali kakšna druga bolezen in glodajoče škodljive misli, lokacija bolezni pa je povezana z mestom, kjer je šok v možganih nastal. Proces lahko ustavimo, če konflikt pravočasno razrešimo, zaradi česar je zelo pomembno, da stresne situacije predelamo in se jim čim bolj izogibamo. Drugi vzrok so strupi, ki jih z dihanjem in hrano vnašamo v telo. Resnično pomembno je, da hrana zraste na naši zemlji, saj ima tako enak genski zapis kot naša celica. Obstajajo še notranji strupi, kot so žalost, jeza, skrb, strah in pohlep, ki izčrpavajo telo in vodijo v številna obolenja.

Pri preprečevanju težkih bolezni, kot je rak, je zelo pomembno, da skušamo biti večino časa zadovoljni, razmišljamo pozitivno, se ne jezimo in se veliko

smejimo. Telo in um sta neločljiva, zato z mišljenjem lahko spremenimo odziv telesa. Torej spoštujemo drug drugega in živimo v tem trenutku, ne v preteklosti. Žal se je vsem vzrokom nastanka bolezni težko izogniti, ker ljudje lahko usmerjamo predvsem zavedni um, medtem ko naš nezavedni um,



Breda Poljanec (druga z desne)

Foto: Nevenka Mandić Orehek

ki predstavlja 95% našega obnašanja in reagiranja ter se oblikuje do šestega leta starosti, deluje avtomatsko. Zato moramo odrasli svoj um preprogramirati ter iz otroštva obdržati le prepričanja, ki nam pomagajo in nas energetsko polnijo, kar pa lahko naredimo le z zavestnim umom. Breda ni edina, ki jo v tretjem življenjskem obdobju zanimajo vzroki za nastanek bolezni. Tudi veliko drugih zdravnikov spreminja odnos do bioenergije in drugih metod, ki pa težko postanejo del uradne medicine, dokler njihovi pozitivni učinki na zdravje niso znanstveno dokazani. Odkritja dr. Hamerja niso bila v skladu z veljavno doktrino, zato so ga preganjali in celo obsodili na zapor. Velik vpliv farmacevtske industrije tudi danes preprečuje, da bi se alternativne metode uveljavile. Vendar Poljančeva pravi, da se danes paradigma oziroma zakoreninjeno mišljenje spreminja. Po mišljenju Atajcev, o katerih nam je veliko pripovedovala, moramo vse delati s pravo mero in ob pravem času, vsako naše dejanje pa naj ima nek smisel.

OB DESETI OBLETNICI MARINKINE KNJIŽNICE

Marija Draškovič

Prvo knjigo smo v inventarno knjigo naše knjižnice vpisali februarja 2007. Deset let kasneje imamo v klubskem prostoru društva upokojencev dobro založeno knjižnico, v kateri je zbranih 7300 knjig. Ob tej priložnosti smo prostovoljke pripravile razstavo, ki prikazuje razvoj knjižnice.

Začelo se je, ko smo v sodelovanju z U3 začeli zbirati strokovne knjige, povezane z vsebinami krožkov. Nekaj časa kasneje nam je Marinka Gartner iz Železnikov podarila čez tristo leposlovnih knjig in ugotovila sem, da bi te knjige zanimale tudi naše upokojence. Kasneje nam je čez tristo knjig podarila

še Marinka Berce, Marinka Rutar pa nam je podarila celotno zbirko Mladinske knjige Naša beseda. Ali je potem res nenavadno, da se naša knjižnica imenuje Marinkina knjižnica? Tudi v naslednjih letih nam je veliko ljudi knjige darovalo in zaloga je naraščala, zato smo se odločili, da jih bomo izposojali.

Že na začetku se nam je pridružilo nekaj bralcev, ki si knjige izposojajo še danes. Med najbolj zvestimi bralci je Jožefa Mezeg, ki smo jo predstavili v eni od prejšnjih številčk tega glasila. Naš stalni obiskovalec je tudi Rudi Zadnik, ki nam vedno pomaga tudi pri naših dejavnostih.

Obisk knjižnice in izposoja knjig sta se povečala, ko smo začeli z bralno značko. Letos že sedmo leto beremo knjige vodilnega avtorja iz naše knjižnice. Prvo leto smo brali knjige Ivana Sivca. Našim bralcem so blizu njegove povesti, v tistem času pa je izdal trilogijo Saga o Karantaniji, ki govori o času nastanka Samove države. Maja 2011 nam je pisatelj na naše povabilo predstavil svoje pisateljsko delo. Posebno doživetje je bil tudi obisk pisatelja Toneta Partljiča, ki je pomagal uveljaviti bralno značko za osnovnošolce. Poudaril je, da so se zaradi bralne značke razvile šolske knjižnice. S svojo vedrino nam je približal svoja dela. Naslednje leto smo izbrali pisatelja Bogdana Novaka, enega najbolj branih pisateljev v slovenskih knjižnicah. Ob

zaključku bralne značke nas je obiskal podžupan občine Hajdina pri Ptuj in nam predstavil knjigo Trte umirajo stoje, kasneje pa smo se na Ptuj tudi odpravili in odšli po poteh tega romana. Srečali smo se tudi s pisateljem, ki se je v dominikanskem samostanu na Ptuj udeležil pogovora o svojem

zadnjem romanu. Ta doživetja so bila zelo dragocena. Zadnji vodilni avtor je bila gorenjska pisateljica Polona Škrinjar. Brali smo njene povesti in romane iz delavskega in kmečkega življenja. Ko smo pisateljico obiskali in se z



Prostovoljec in prostovoljke v Marinkini knjižnici (z leve) Rudi Zadnik, Nevenka Mandić Orehek, Katarina Goljat, Brigita Lužar, Marija Draškovič, Marija Furlan, Zlata Razpet in Magda Malovrh

Foto: Jože Dolenc

njo pogovarjali o njenih delih, je večkrat povedala, da so bile nekatere zgodbe tako tragične, da jih je morala zapisati. Letos smo izbrali pisatelja Antona Ingoliča in kresnikovega nagrajenca Miho Mazzinija ter njegovo delo Otroštvo.

Zelo sem vesela, da naši bralci berejo knjige, predpisane za bralno značko.

V desetih letih smo pripravili tudi veliko prireditev Knjižnice pod krošnjami. Na travnik pred društvom upokojencev smo povabili otroke iz vrtcev in iz Društva prijateljev mladine. Pesnica Neža Maurer je otrokom večkrat brala svoje pesmi, vsako leto pa nas je obiskal tudi loški igralec Matjaž Eržen. Velikokrat smo imeli delavnico tapkanja, ki jo je vodila Pika Rainer, Jelena in Matjaž pa sta predstavila strip Trobentica. Obiskala nas je tudi pisateljica Evelina Umek in nam brala odlomke iz svojih besedil. Spoznali smo knjigo Bela dama, ki pripoveduje o tekačici Heleni Žigon.

Sodelovali smo tudi pri Bralnici na vrtu Sokolskega doma. Prvič smo brali odlomek iz romana Kjer se

Nadaljevanje s prejšnje strani

je nebo stikalo s hribi sodobnega ruskega pisatelja Vladimirja Makanina, naslednje leto pa sta svoja dela brali pisateljici Marija Krajnik in Minka M. Likar. Lani smo v goste povabili pisateljico Sonjo Porle, ki nam je predstavila svoja potopisa in razstavila nekaj igrac, ki so jih iz odpadnih materialov naredili otroci v Afriki.

Ko smo pred desetimi leti začeli vpisovati podarjene knjige, si nismo predstavljali, da bo knjižnica tako dobro zaživela. Prijazni ljudje so nam prinašali knjige in hitro se je zgodilo, da je zmanjkalo prostora. Dobili smo nove police, vendar so bile tudi te kmalu polne in razmišljati bomo morali o

večjih prostorih. Prihajati so začeli tudi bralci, ki so videli, da je naša knjižnica dobro založena. Ker je namenjena starejšim ljudem in knjige urejajo prostovoljke, je izposoja pri nas brezplačna. Veseli nas, da se z našimi bralci pogovarjamo in postajamo pravi prijatelji. Da bi knjige bralcem približali, smo na policah označili tiste z večjimi črkami. Že leta 2011 smo začeli našo knjižno zalogo vpisovati v sistem Cobiss, tako da lahko hitro ugotovimo, katere knjige imamo. Menim, da ugotovitev, da so ljudje, ki so brali dobre knjige, resnično doživeli več kot tisti, ki ne znajo in nočejo brati, v resnici velja. Če znamo brati, lahko doživimo toliko različnih življenj, kolikor si želimo. Vabim vas, da spoznate življenjske usode drugih ljudi in si tako obogatite življenje.

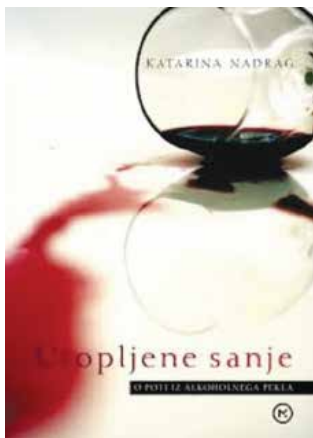
NASVETI ZA BRANJE

Marija Draškovič

Katarina Nadrag UTOPLJENE SANJE

Katarina Nadrag je otroštvo preživela v Škofji Loki. Od nekdaj jo zanima vpliv otroštva na odraslega človeka, še posebej kako travmatični dogodki v otroštvu vplivajo na občutenje sebe in vedenje v odraslosti. Danes živi v Železnikih, je mama dveh šoloobveznih otrok ter se ukvarja z refleksoterapijo in masažo.

Knjiga Utopljenе sanje je zgodba o družini, ki jo razžira alkohol. Pijača je močno zaznamovala tudi avtoričino otroštvo. Pisateljica v knjigi opisuje pot iz alkoholnega pekla. Gre za pretresljivo zgodbo o odraščajoči deklici, ki sta ji starša otežila otroška leta. Avtorica je odkrito spregovorila o stiskah, strahovih in posledicah, ki jih v njenem življenju pustil alkoholizem. Že kot otrok je ugotovila, da se o alkoholizmu v družinah ne govori. Sorodniki alkoholikov se svojega položaja pogosto sramujejo, navdaja jih občutek krivde, nemoči in potlačene jeze, zato se je odločila, da bo opozorila na težave otrok alkoholikov. Avtorica je našla moč, da se je soočila s svojimi čustvi in svojo bolečo zgodbo zapisala. Uspelo ji je, da se je po dolgih letih trpljenja, stiske in nemoči



<http://www.dobreknjige.si>



<https://cdn-az.allevants.in>

POSLUŠAJ ME, TEBI POJEM

Po odmevnem romanu Utopljenе sanje (2010), v katerem je poglobljeno opisala tragiko otroka iz družine alkoholika, je Katarina Nadrag v tem delu skozi perspektivo odrasle ranjene ženske pronicljivo zapisala

zgodbo nekdaj neljubljenega in nemočnega otroka. Glavna junakinja Polona v prvih poglavjih romana doživi tragičen dogodek, vendar to zanjo pravzaprav pomeni kapitulacijo, streznitev in končno priložnost za prebujenje v lastno življenje. Skozi razmišljanja in emocionalno zastavljene dialoge živo začutimo intenzivnost bolečine odrinjenih čutenj, kadar življenje od nas terja soočenje z njimi, in sledimo poti njene osebne rasti. Avtorica bralcu približa kaotičnost človekovega notranjega sveta v stiski, obenem pa nazorno opiše božansko moč medosebnih

odnosov, ki so za človeka lahko ravno toliko pogubni kot po drugi strani katarzični in osvobajajoči. Simbolika mozaika predstavlja idejo, da je mogoče iz različno okrušenih koščkov sestaviti novo umetnino. To je intimna realistična pripoved z globoko sporočilnostjo in v branje jo priporočajo splošnoizobraževalne knjižnice.

Odlomek iz knjige, stran 167

»Nikoli ne smeš dovoliti, da te kdorkoli poniža, te obtožuje ali krivi za reči, za katere nisi kriva. In, Darja, nikoli ne smeš dovoliti, da te kdorkoli ustrahuje,« sem jo pobožala po laseh.

GLASBA

MePZ VRELEC JESENI IN POZIMI 2016/17

Besedilo in fotografiji Martin Bizjak

Vsako leto MePZ Vrelec priredi koncert solidarnosti v podporo ljudem v stiski. Lanski koncert z naslovom Pa še s kom bi sanje delil je potekal 25. novembra v Sokolskem domu. Na prireditvi so poleg našega zbora sodelovale še mlade glasbenice Nuša, Lara in Patricija Rztresen iz Selc, ki so ubrano

je v zboru nastal kar mali klan sorodstva. V zbor se je vrnila Jožica Kovič, na novo pa je prišla Ana Frelih. Na svečnico smo priredili tudi vsakoletni božični koncert v kapucinski cerkvi Sv. Ane. V dokaj hladni cerkvi smo poslušalce ogreli z božičnimi in umetnimi pesmimi, po koncertu pa smo se v

samostanu ogreli tudi člani zbora s toplim čajem in prigrizki, ki so jih pripravile naše delavne pevke. Med pripravami na pestro koncertno pomlad si v Vrelcu le vzamemo čas za družabnost. Tako smo februarja priredili skupno praznovanje rojstnih dni več naših pevcev in pevk, ki so praznovali v teh zimskih mesecih. To so nam omogočili v Domu zveze borcev, kjer nam prijazno nudijo tudi prostor za vaje zbora, medtem ko okrepčila in priboljške pripravijo naše delovne pevke.



Del ženskih

zapele ob spremljavi klavirja. Nastopila je tudi uveljavljena glasbena skupina Planinca iz Hotovlje pri Poljanah s harmoniko in škap basom. Na dan pred miklavževim smo obiskali oskrbovance doma starejših v Stari Loki. Poleg izbranih skladb našega zbora, ki so jih oskrbovanci sprejeli in nagradili s spontanim ploskanjem, je dve pesmi zapel še trio v sestavi naših nekdanjih pevcev Jožice Kovič, Tineta Jenka in Janka Korenaka. Med koncertom nas je obiskal še Miklavž v spremstvu strašnih staroloških parkeljnov.

Zaključek uspešnega leta 2016 smo proslavili na vaji v gostilni Starman, kjer se je ob žlahtni kapljici naša pesem še bolj razživela.

V leto 2017 je Vrelec zakoračil okrepčen z novimi pevci. Pridružila sta se nam Tone Ravnikar in Andrej Derlink, član ansambla Suha špaga, sicer pa že 22 let pevec zbora LTH. Skupaj z zakoncema Ravnikar



.... in del moških pevcev MePZ Vrelec

17. marca 2017 smo z dvema pesmima otvorili zbor članov DU Škofja Loka, kjer sta naša pevca Janez Radelj in Ferdo Pozvek prejela pisni priznanji ZDUS. Na povabilo MePZ Lubnik smo 24. marca 2017 nastopili na njihovem koncertu v Kristalni dvorani Sokolskega doma.

PEVSKA SKUPINA MAVRICA

Rudi Zadnik

Pevska skupina Mavrica pri Društvu upokojencev Škofja Loka deluje že osmo leto. Skupina ima 18 članov in enega podpornega člana. Ob koncu preteklega leta smo člani pripravili zbor, na katerem smo izvolili novo vodstvo skupine, obravnavali poročilo o delu in finančno poročilo za leto 2016 ter sprejeli program dela in finančni plan za leto 2017. Podelili smo tudi priznanji Pevske skupine Mavrica, ki sta ju prejela dotedanji dirigent Aleksander Zagoršek za sedemletno dirigiranje in Sonja Dolinar za predsedovanje skupini. V preteklem letu smo imeli 26 vaj in 9 nastopov. Pripravili smo samostojni koncert v Domu starejših Taber

v Cerkljah ter nastopili za Društvo invalidov Škofja Loka, krajevno organizacijo RK Škofja Loka - Mesto in Združenje borcev Škofja Loka. Prepevali smo na prireditvah Pozdrav pomladi, ob podelitvi nagrad pri Mercatorjevem projektu Radi delamo dobro, na bralnici v Sokolskem domu ter na pikniku športnikov DU Škofja Loka. Izvedli smo še 9 drugih aktivnosti, kot so obiski v domovih starejših, celodnevni izlet, pohodi, tombola, dan žena, miklavževanje, rojstni dnevi, zaključek leta in druge aktivnosti, ki popestrijo delo naše skupine. Opravili smo preko 60 ur prostovoljnega dela, ki je zajemalo urejanje, čiščenje in ogrevanje prostora za vaje v prostorih DU Škofja Loka.

Zaradi zdravstvenih težav našega dirigenta Aleksandra Zagorška, ki je skupino vodil sedem let, smo se dogovorili tudi o njegovi zamenjavi, medtem ko je Aleksander ostal član društva. Skupino sedaj vodi prof. Viktor Zadnik, s katerim smo na podlagi urnika in programske usmeritve izbora redno začeli vaditi na začetku januarja. Svoj prvi nastop z novim dirigentom smo imeli decembra, ko smo za Združenje borcev Škofja Loka nastopili v Centru slepih, slabovidnih in starejših v



Mavrica z novim vodjem, prof. Viktorjem Zadnikom

Foto: Nevenka Mandić Orehek

Stari Loki.

Vzdušje v zboru je zelo dobro, saj nikoli ne pozabimo na člane, ki imajo rojstni dan. Z njimi se poveselimo na posebni vaji, kjer jim izročimo čestitko in zapojemo pesem po njihovem izboru.

Tudi na članico Francko Kranjc, ki nas je zapustila zaradi starosti in se je preselila v Dom starejših Taber v Cerkljah, nikoli ne pozabimo. Naša nekdanja pevka je februarja praznovala že častitljivih 91 let, za kar ji še enkrat iskreno čestitamo.

Tudi v tem letu bomo delali v skladu s našim programom. Aktivno bomo vadili in poslušalce razveseljevali z lepim petjem narodnih pesmi na različnih prireditvah DU Škofja Loka, U3 in drugih organizacij.

BRONASTE LOŠKE ORGLICE - PO ENEM LETU DELOVANJA

Ivanka Prezelj

Lani je naša skupina delovala pod imenom Loške orgličarke. Ko se nam je v decembru pridružil kitarist Bogdan Snoj, pa smo si naredili ime Loške orglice. Redne skupne vaje in igranje doma se nam je obrestovalo, k večji samozavesti in manjši tremi pa nam je pomagalo tudi lanskih devet nastopov, saj smo igrali povsod, kamor so nas povabili.

25. februarja 2017 smo se udeležili 18. mednarodnega festivala (ah) TE ORGLICE v Mokronogu. Na festivalu je nastopilo 19 raznolikih skupin, največ slovenskih, druge pa so prihajale iz Avstrije, Hrvaške in Italije. Večje skupine so zaigrale tri skladbe, dueti pa dve. Vse nastopajoče je poslušala tričlanska strokovna komisija, ki je ocenila izbiro programa, interpretacijo in tehnično izvedbo skladb. Naša skupina je prejela bronasto priznanje, ki je bilo krona za enoletno vestno prizadevanje za dobro igranje na orglice, ki je letos oplemeniten s spremljavo kitare. Ocena nam je vlila novega elana za nadaljnje delo.

Zanimivo se mi zdi, da je najenostavnejša pesem dobila največ točk. Morda bi morali po mnenju komisije poseči po enostavnejšem izboru, saj bi pesem tako boljše tehnično izvedli in interpretirali. A še vedno se lahko tudi motim. Čeprav je bila

organizacija tega mednarodnega festivala dobra, smo pogrešali, da bi komisija svoje ocene skupinam sporočila pisno ali v pogovoru s člani ter jih



Foto: Marko Kapus

Loške orglice s kitaristom Bogdanom Snojem

opozorila, na kaj bodo morali bolj paziti in kako naj odpravijo ovire do boljših rezultatov. Veselimo se našega druženja, novih viž in novih nastopov.

SPREHOD PO NAŠIH RAZSTAVAH

SPREHOD PO NAŠIH RAZSTAVAH

Zlata Ramovš

Zima se je prevesila v pomlad, ko smo upokojenci obeležili sedmo leto delovanja odbora za razstave. Veseli nas, da je naša čakalna lista razstavljalcev polna in smo lahko pripravili načrt razstav za celo leto.

Zadnja fotografska razstava pred novim letom z naslovom Naše aktivnosti 2015/2016 se je iztekla. Na njeno mesto smo 7. februarja 2017 postavili na ogled fotografije naše članice **Mire Kofler**, biologinje ter ljubiteljice in strastne fotografinke narave. Z razstavo **Gledam svet, življenje vidim** in projekcijo fotografij je Mira obeležila svojo 70-letnico in z obiskovalci praznovala svoj jubilej ter jih pogostila. Odprtje razstave in praznovanje sta z glasbenim nastopom popestrila Jože in Valerija Dolenec. **Vsem** trem se zahvaljujemo za lepo

doživetje, Miri pa želimo veliko dobre luči za njene fotografije.

Na spremljevalni razstavi je naša dolgoletna klekljarica **Marjeta Pivk** razstavila svoj **klekljan nakit**, ki so ga obiskovalci zelo pohvalili. Šest let je pod vodstvom mentorice iz klekljarske šole Idrija obiskovala tečaj klekljanja v trgovini Čipka. Klekljala je v društvu Cvetke v Žireh, zdaj pa je članica klekljaric v društvu Deteljica v Gorenji vasi in v našem društvu. Udeležuje se tudi različnih natečajev. Njeni izdelki so zelo raznoliki, tokrat pa smo zaradi pomanjkanja



Mira Kofler (druga) predstavlja svoje fotografije

Foto: Bojan Kofler



Foto: Bojan Kofler

Marjeta Pivk kleklja tudi nakit.

prostora razstavili le njen unikaten nakit in nekaj slik.

Ob prireditvi **10 let Marinkine knjižnice** 27. februarja 2017 je razstavo fotografij o razvoju in delu knjižnice pripravila vodja knjižnice **Marija Draškovič s svojimi prostovoljkami**. S to prireditvijo se je Marija poslovila od prostovoljnega dela v DU Škofja Loka in se tako že drugič upokojila. Marija, hvala za tvoje sodelovanje in vse zanimive razstave, ki si jih pripravila s svojimi sodelavkami.



Foto: Nevenka Mandič Orehek

Marija Draškovič in Mari Furlan pripravljata razstavo ob 10. letnici MK.

Ob zboru članov, ki ga pripravljamo v OŠ Škofja Loka-Mesto, smo sredi marca postavili dve spremljevalni razstavi. Tokrat smo ponovno gostili Ločana **Metoda Zakotnika**, priznanega slovenskega slikarja in grafika. Metod je invalid paraplegik, ki se je po rehabilitaciji začel ukvarjati z likovno umetnostjo. Za svoja likovna dela je prejel več visokih priznanj, predvsem za svoje grafike. Vsestransko aktivni Metod opravlja tudi visoke

funkcije pri Skupščini zveze paraplegikov Slovenije, Zvezi likovnih društev Slovenije in Društvu paraplegikov. Na razstavi nam je predstavil svoja



Foto: Zlata Ramovš

Razstava grafik in akvarelov Metoda Zakotnika

novejša likovna dela v tehnikah grafike, akvarela in risbe s svinčnikom. Ob njem je svoja **ročna dela** razstavila naša članica **Janja Eržen**, pevka v glasbeni skupini Mavrica in naša pridna vrtnarica. Njena ročna dela ne zajemajo le prtov, igrač, slik in



Foto: Zlata Ramovš

Ročna dela Janje Eržen

voščilnic, ampak tudi unikatne pletene izdelke, ki jih je predstavila na izložbenih lutkah blagovnice Nama. Janja pravi, da se z ročnimi deli rada ukvarja tudi še sedaj.

Sredi aprila bomo postavili že šesto tradicionalno fotografsko razstavo **Moj pogled**, o kateri pa bomo več napisali prihodnjič.

BITI SENIOR-KA je super!

Imam vse, kar sem želel-a kot najstnik, samo 50 let kasneje.
Ni mi treba hoditi v šolo ali v službo.
Vsak mesec dobim žepnino.
Imam svoje lastno stanovanje.
Nimam omejitev izhodov.
Imam vozniško dovoljenje in avto.
Nihče iz moje družbe se ne boji nosečnosti.
In nimam mozoljev!

SILVA KRAPŠ, ROJENA KOBAL, VSESTRANSKA TOVARIŠICA TER PRIJAZNA IN USTREŽLJIVA PRIJATELJICA

Julija Jenko

Rodila se je leta 1934 v Stražišču pri Kranju kot prvorojenka mami Jožefi iz Poljanske doline in očetu Jožetu Kraševcu. Ima še mlajšega brata Vasilija in sestro Miro, s katero se veliko družita in hodita v toplice ter na morje v Piran, kjer imajo apartma. Osnovno šolo in gimnazijo je končala v Kranju. Njena velika želja pa je bila medicina, vendar so starši nekdanji imeli veliko vpliva na odločanje mladih, zato je izbrala pedagoški poklic in zaključila Pedagoško akademijo v Ljubljani.

Prvo službo je dobila v Gorenji vasi, nato pa postala ravnateljica šole v Leskovici pod Blegošem, pri čemer ji je pomagala Marica Šinkovec. Poleg rednega pouka na štirirazredni šoli je Silva strmela k čim bolj razgibanemu življenju otrok kot vaščanov, zato je v Ljubljani pri Milanu Korunu opravila tečaj in si je pridobila profesionalne veščine za igro. V šoli so tako uprizarjali različne igre, v katerih je zaigrala tudi sama. Bila je tudi na tečaju profesorja Ulage v Rovinju, kjer je dobila veliko znanja o različnih telovadnih veščinah, katere je potem vnašala v šolski program. Pripravljali so akademije, del katerih so bile tudi telovadne točke. Odšla je tudi na smučarski tečaj v Kranjsko Goro.

Po šoli v Leskovici je svojo učiteljsko kariero nadaljevala v Sovodnju. Za pusta se je rada oblekla v različne izvirne maske. Na maškardi v Gorenji vasi je tako srečala bodočega moža Jožeta, gozdarskega inženirja, ki je delal v Poljanski dolini. Tudi letos se je za pusta našemila in se pokazala sosedom v bloku. Mož Jože je dobil stanovanje v Frankovem naselju in preselila sta se v Škofjo Loko. Silva je dobila službo na šoli Cvetka Golarja, iz katere je odšla v pokoj. Na šoli je bila nekaj časa razredničarka četrtega razreda, kasneje pa je učila slovenščino in srbohrvaščino.

Bila je razredničarka moji hčeri in sinu v četrtem razredu. Še vedno imam shranjeni njuni lični voščilnici, ki sta jih pod njenim vodstvom naredila meni za 8. marec. Voščilnice so bile narejene v lesorezu, nanje pa so bile prilepljene rožice iz filca in metuljček, narejen iz opilkov svinčnika, ošiljenega s šilčkom. Voščilnice so tako nastajale kot slike slikarjev. Na fotografiji je voščilnica s podpisom tovarišice Silve, ki jo je naredila moja hčerka Barbara.



Foto: arhiv Silve Krapš

Silva Krapš (sedi prva z leve) s članicami jutranje telovadbe 1000 gibov v Frankovem naselju

Silva je zelo predana umetnosti. Hodnik v njenem trisobnem stanovanju od začetka do konca in od vrha do tal krasijo prelepe slike slikarjev Franceta Slane, Ive Šubica, Franca Novinca in Borisa Jesiha, nekaj pa je tudi njenih lastnih stvaritev. Veliko slik je dobila, nekaj pa jih je kupila.

Pozimi so s prijatelji smučali, poleti pa hodili v hribe. Z možem sta veliko potovala. Po njegovi smrti je bila zadnjič na večjem potovanju v Jemnu. To jo je ohranjalo in bogatilo, tako da je še sedaj na starost vitalna in vesela.

Na šoli Cvetka Golarja je bila pobudnica za ustanovitev folklorne skupine. Za pustne pavorke so sami izdelovali maske, se oblekli in se z učitelji sprehodili po Frankovem naselju. Všeč so ji tudi ročna dela. Letos si je spletla kapo z modernim cofkom, plete pa tudi otroške copatke za darila. Veliko bere knjige, revije, časopise in naše glasilo Mi o sebi. Vedno rada pomaga sorodnikom. V bloku se vsi lepo razumejo, še posebej veliko pa se družijo s sosedo Angelco Klemenčič, s katero si tudi pomagata. K njej prihajajo na obisk njeni nekdanji učenci in njihove družine. Še vedno je v stiku s šolo Cvetka Golarja, kjer jo povabijo na njihove

Nadaljevanje s prejšnje strani

prireditve. Večkrat pomaga učencem, ki težje sledijo učnemu programu. Redno spremlja dogajanje v Škofji Loki, Loški muzej pa jo vabi na razstave. S sestro imata abonma v enem od ljubljanskih gledališč.

Udeležuje se jutranje telovadbe 1000 gibov na prostem, ki poteka v Frankovem naselju. Kot je videti na sliki, so najbolj številčne udeleženke te telovadbe prav upokojenke našega društva. **Tovarišica Silva, bodite tako pogumni še naprej.**

POŠTAR S KMETIJE PRI ŠLOSARJU V STARI LOKI

Besedilo in fotografiji Zlata Ramovš

Kje so časi, ko nas je poštar s svojim prihodom skoraj vedno razveselil? V mojih mlajših letih je potrkal na vrata in nam prinesel prijazno pismo, bratovo razglednico iz vojske, revijo Tovariš in Tedensko tribuno, iz katere sem izrezovala Dogodivščine Zvitorepca, Trdonje in Lakotnika. Kasneje je prinašal tudi mamino pokojnino. Mama mu je takrat po običaju vedno podarila nekaj tringelta ali ga pogostila s kakšno dobroto, če jo je imela pri roki.

Eden takšnih uniformiranih poštarjev, obteženih s težko pošno torbo in včasih še z dodatno aktovko, je bil tudi Jože Miklavčič iz Stare Loke. Poštarsko službo je opravljal od leta 1969 do 2005 in bil tedaj eden od šestih poštarjev v Škofji Loki in okolici. Svoje dolge poti je precej otovorjen opravljal peš ali z domačim kolesom. Njegov delovni teritorij so bile vse vasi ob sedanji Kidričevi cesti do Trate, Reteč in Drage, vasi ob Sori, celotno staro mesto, Groharjevo naselje in Stara Loka ter vasi in naselja okoli nje vse do Pevna.

Takrat je bilo poštних nabiralnikov še zelo malo, zvoncev na vhodih hiš v glavnem ni bilo, večina stanovanj pa je bila odklenjenih. Jože je pošiljke dostavljal v stanovanja, osebno v roke naslovnikom. Vsak dan je moral po mnogih stopnicah, katerih je bilo največ na Mestnem trgu. Poleg dostavljanja pošte, časopisov in paketov je tudi pobiral naročnine za telefon in časopise ter prodajal pisma, dopisnice, kartice in znamke. Dostavljal je tudi denar in manjše pakete, za katere je pobiral odkupnine. Kljub precejšnjim vsotam denarja, ki so jih poštarji prenašali predvsem takrat, ko so nosili pokojnine, so bili ropi poštarjev zelo redki. Jože je težavo z denarjem imel le enkrat, ko ga je ena od strank ogoljufala, a so jo hitro odkrili. Najbolj je moral paziti v času pred osamosvojitveno vojno, ko so pogosto izdajali nove bankovce dinarjev z vse več ničlami. Takrat je moral biti izredno pazljiv, da se pri izdajanju ali sprejemanju denarja ni uštel. Težave mu je povzročala tudi velika inflacija, saj so bile cene storitev in artiklov, ki jih je prodajal, skoraj vsak dan drugačne. Napako bi moral seveda pokriti iz lastnega žepa.



Jože Miklavčič z ženo Mimi

S sodelavci na pošti so se dobro razumeli. Zjutraj so ob razdelitvi pošte skupaj prebili dve do tri ure, nato pa odhajali vsak na svojo pot s kolesi ali peš. Za obrabo gum so dobili nekaj odškodnine. Jože nikdar ni preverjal, koliko kilometrov je opravil dnevno, a v 37. letih delovne dobe jih je zagotovo bilo zelo veliko.

Občasno je uvajal mlade poštarje. Skupaj z njimi je delal dva ali tri dni, potem pa so svoje delo že morali opravljati sami.

Ob službi je Jože skrbel še za domačo kmetijo. Za počitek in dopust ni bilo časa, saj je bil prost le ob nedeljah in praznikih, pa še takrat so živali morale jesti.

Po dolgih letih sem ga opazila na njegovem domačem dvorišču v Stari Loki, nasproti gostilne Starman, kjer je na zanimivem, lastnoročno oblikovanem butarniku pripravljaj butare. Ko mi je

povedal, da je bil včasih poštar, sem se ga spomnila, saj je pošto dostavljal tudi nam.

Otroška leta je preživel na Koprivniku nad Sovodnjem. Kot mladenič je pomagal v kovačiji, ko pa je ta propadla, je odšel k vojakom. Bil je v Plevlji v Črni gori, nato pa v prekomandi v Mostarju. Dodeljen je bil planinski pešadiji, kjer mu je bilo zelo všeč, saj so veliko smučali in hodili po hribih. Po vrnitvi iz vojske je delo našel na Pošti, kjer je ostal do upokojitve.

Ob začetku opravljanja poštne službe je večkrat pomagal na kmetiji pri Šlosarju v Stari Loki, kamor ga je vleklo tudi zaradi njihove mlade hčerke Mimi. Pred 46 leti jo je zaprosil za roko in tako je poleg poštarja postal tudi kmet v starološki Fari, v okolju, kjer je bilo takrat več drugih kmetov. Žal so vse sosednje kmetije, razen ene, sčasoma prenehale s svojo dejavnostjo. Lastniki so jih prodali, dali v najem, se preselili ali pomrli, mladi pa se niso več odločali za delo doma, saj je le malokdo od njih znal opravljati vsa kmečka dela. Že sklepati koso zna le malo mladih.

Kmetija pri Šlosarju je stara več kot 170 let. Na njej redijo govedi in koze. Pri vodenju kmetije Jožetu in njegovi ženi pomaga še sin, hči pa živi v Papirnici.

Njihova mala domačija je stisnjena med Prifarškim potokom in cesto skozi Faro, zato imajo težave s pomanjkanjem prostora na majhnem dvorišču. Z njega so včasih s konjem v mlekarno na Spodnjem trgu vozili mleko, ki ga je njegova tašča zbirala po okoliških vaseh. Čeprav imajo neposreden izvoz na cesto, je zapeljati nanjo s traktorjem večkrat nevarno, saj je izvoz nepregleden, avtomobilov pa vse več. Na srečo po ozki ulici ne vozijo več redni

avtobusi, kot so vozili do odprtja nove ceste mimo Podna leta 1974.

Na razmetanih parcelah v okolici imajo njive, na katerih pridelujejo žito in krompir ter krmo za živino. Imajo tudi nekaj gozdov, ki so ravno tako na različnih koncih in kjer pridelajo drva zase ter nekaj tudi za prodajo. Uničujoči žled jim ni naredil veliko škode, ravno tako ne škodljivi podlubnik, saj nimajo veliko iglavcev. Na srečo je kmetija majhna,



Priprava butar na lastnoročno izdelanem butarniku

zato jim ni treba voditi kmetijskega računovodstva in knjigovodstva, ki grenita delo in življenje večjim kmetom.

Jože ima na kmetiji opravke cel dan, zato bi težko imel kakšen hobi. Pravi, da je zdaj, pri 73. letih, pri delu bolj počasen, največ preglavic pa mu delata slab vid in očala, ki jih nikjer ne najde ravno takrat, ko bi jih najbolj potreboval.

Dragi bralci, vam je to znano? Jože, dobrodošel med nami, upokojenci.

Marinka Hobič

Naš praznik Dan žena

Čujte, čujte, vi možje,
kaj želijo si žene,
da za praznik dan žena,
darilo lepo se jim da.

Če pa koga zaskrbi,
kje denarce naj dobi,
ker porabil je vse prihranke,
naj denar gre iskat v banke.

Vendar pa prva vsaka stvar,
ne dobi se za denar,
včasih v žensko se srce,
druge vrinejo želje.

Kaj bi le katera dala,
da moža bi zamenjala,
je pust vsak dan kot dren
in prav gromozansko len.

Ko doma ji le sitnari,
godrnja, povsod tečnari,
vtika nos pri vsaki reči
in prav nič mu ni povšeči.

Če bi se ta krokodil
menjal kot avtomobil,
brž bi menjala vozilo,
to bi rada za darilo.

Žabnica, 19. 3. 1994

DUŠA JE TISTO, KAR SMO, TELO NAM JE ORODJE

Maruša Mohorič

Ples je poleg učenja jezikov ena od aktivnosti, ki jo strokovnjaki priporočajo za ohranjanje spomina. Ne verjamete? Pravijo, da ples krepi naše možgane ter tako vpliva na fizično, psihično in duševno stanje. Zelo pomembno je tudi druženje in užitek. Ples je vse to.

Alina Francka Bonjšak je animatorka na plesnih matinejah za upokoјence, ki potekajo vsako sredo v plesni dvorani plesne šole Art v Megacentru na Trati pod vodstvom **Iva Berčiča**, ljubitelja plesa in vsestranskega prostovoljca.

Ločani, tudi upokoјenci, ki radi plešejo, hodijo na ples v različne kraje po Sloveniji. Včasih so lahko plesali v hotelu Transturist, ki pa je že dolga leta zaprt. Pobudniki in navdušenci za ples so se za akcijo dogovorili kar hitro. Društvo upokoјencev je objavilo vabilo, Ivo je pa pridobil dovoljenje

našega župana Mihe Ješeta, ki si je tudi želel, da bi se v mestu nekaj dogajalo. Tako so se tisti, ki jih je ples zanimal, pozimi leta 2015 vsako sredo srečevali v Sokolskem domu, kjer so nekateri obnavljali svoje znanje plesnih korakov, medtem ko so bili drugi čisti začetniki. Vaja dela mojstra in osvajali so korake dunajskega in angleškega valčka, polke in fokstrota, sambe, diskofoksa in čačaja. Na začetku, pred dvema letoma, se je zbralo okrog petnajst navdušencev, potem pa so začeli prihajati novi, ne le iz Škofje Loke, ampak tudi iz drugih krajev. Med njimi so

bili športniki, pohodniki in še marsikdo, tako da se je zbrala zelo pisana družina ljubiteljev ritma, glasbe in druženja. Alina pravi, da jih je na seznamu že okrog 40. Nekateri nikoli ne manjkajo, drugi pa pridejo občasno.



Alina F. Bonjšak in Ivo Berčič

Foto: Nevenka Mandić Orehek

Leta 2016 so se preselili na Trato, kjer imajo odlično dvorano z ogromnim celostenskim ogledalom, na katerem si lahko ogledajo, ali so si pravilno zapomnili predpisane korake, in dobrim ozvočenjem, kar so po Berčičevem mnenju v Sokolskem domu pogrešali.

Plesna matineja, kot se imenuje skupina, ima vaje vsako sredo dopoldne

od 10. do 12. ure. Povabili so me na prednovoletno matinejo, kjer so plesali ter se zabavali in veselili ob bogato obloženih mizah. Tisti dan so mi resnično polepšali.

Ivo Berčič je v življenju počel mnogo stvari na različnih področjih, v plesu pa enostavno uživa. Z



Udeleženci prednovoletne matineje

Foto: Alina Francka Bonjšak

Rudijem Kožuhom sta bila pobudnika plesnih vaj za upokojence. Delata prostovoljno in Berčič pravi, da mu je všeč, ker so upokojenci zadovoljni in navdušeni, ko ugotovijo, da se lahko naučijo nekaj novega. Zelo si želi, da bi se skupini pridružili moški, ker so ženske v večini, a so zelo solidarne. »Življenje je prekratko, da bi delal samo na enem področju. Duša je tisto, kar smo, telo nam je orodje«, pravi Ivo, ki rad pomaga ljudem, ker mu je to v veselje. Všeč mu je, da včasih iz heca nastanejo čudovito prijetne stvari, zato upokojenke in upokojence vabi, da se jim v jeseni pridružijo. Zelo navdušena udeleženka plesne matinee je

tudi **Nika Križnar**, pohodnica in planinka. O plesnih vajah je povedala: »Ples je zelo prijetna in koristna rekreacija, pri kateri razgibaš celo telo. Vedno se naučimo kaj novega in se zraven še nasmejimo. Smeh pa je pol zdravja, kot radi rečemo. V plesu zelo uživam.«

Franc Okorn je bil med tistimi, ki so se v tretjem življenjskem obdobju prvič spopadli s plesnimi koraki, a je kljub temu nad vajami navdušen. Ples mu je v veliko veselje in užitek tudi zaradi druženja. Ivo Berčiču se zahvaljuje za vztrajno delo in veliko potrpežljivosti.

Če se želite razgibati v dobri družbi ob prijetni glasbi, izberite ples na plesni matineji. Ne bo vam žal.

PRIZNANJE PROJEKTU POZDRAV POMLADI



Foto: Zlata Ramovš

V soboto, 8. aprila 2017 smo se udeležili prireditve v Miheličevi galeriji v Kašči. Mladinski svet Škofje Loke je razglasil dobitnike priznanj Naj prostovoljec in Naj prostovoljski projekt. Med dobitniki priznanj je tudi naš skupni projekt Pozdrav pomladi.

Priznanje je prejela Zlata Razpet, ki je že večkrat zelo uspešno vodila organizacijo prireditve.

◀ Z leve: podžupan Občine Škofja Loka Tine Radinja, Naj prostovoljka v kategoriji do 30 let tabornica Rebeka Jereb, Naj prostovoljec v kategoriji nad 30 let gasilec Andraž Hostnik, Zlata Razpet s priznanjem za Naj prostovoljski projekt in predsednik Mladinskega sveta Krištof Ramovš.

KRKIN DAN ODPRTIH VRAT

V soboto 8. aprila 2017 smo člani Društva U3 bili povabljeni v tovarno zdravil Krka v Novem mestu. Ogledali smo si najsodobnejše obrate proizvodnje tablet in kapsul. Lahko smo si izmerili krvni tlak in sladkor v krvi. Krkini strokovnjaki so nam svetovali glede zdravljenja in lajšanja bolezenskih težav. **Hvala kolektivu Krke in vsem njihovim prostovoljcem za poučen izlet in več kot prijazen sprejem!**

Po skupinskem fotografiranju (v obratih ni dovoljeno fotografiranje) in obilni pogostitvi smo si ogledali še grad Struga, kjer nas je z vitezom in hlapcem sprejela grajska gospa Eleonora.



Foto: Nevenka Mandić Orehek

SVEČANA RAZGLASITEV KONČIH REZULTATOV 36. ŠPORTNO REKREATIVNIH IGER

Ivan Hafner

Zadnje tekmovanje 36. ŠRI je bila tekma v kegljanju za moške in ženske.

Ženske ekipe dvojic so nastopile 12. novembra 2016 na kegljišču na Podnu. Med štirimi ekipami sta bili dve iz našega društva. Zmagala je naša prva ekipa v sestavi Smiljana Oblak in Zdenka Gaber, ki je podrla 969 kegljev. Drugo mesto je zasedla ekipa DU Selške doline. Zaradi premajhnega števila ekip so naše kegljačice dobile le tolažilne točke.

Moške ekipe so nastopile na način borbenih iger, kjer je pomembno dobro obvladovanje »čiščenja«. Med osmimi 4-članskimi ekipami je glede na močno konkurenco naša ekipa s 635 podrtimi keglji osvojila zelo dobro 4. mesto. Ekipo so sestavljali Peter Mravlja, Janko Fojkar, Tine Uršič, Franc Žontar in Stane Ferle kot rezerva.

Kegljači in kegljačice so tako dodali zvrhano mero točk za ponovno končno slavo na 36. ŠRI.



Foto: Ivan Hafner

Prehodni pokal v rokah predsednika Mira Duića

Zaključna prireditev 36. ŠRI je potekala 23. februarja 2017 v gostilni Taverna Petra v Gorenji vasi.

Sponzor prireditve je bila občina Gorenja vas - Poljane, zato se je slovesnega zaključka udeležil tudi župan Milan Čadež. Poleg njega so bili prisotni še direktor ZZŠ Igor Draksler, sekretar Aleš Murn, Srečo Gaber, predsednik odbora iger, in drugi. V nadaljevanju si pogledjmo končne rezultate.

V ženski konkurenci je v 12 panogah nastopilo 24 udeležencev z najmanj eno in največ 10 ekipami. Največ točk so zbrale naše tekmovalke in sicer kar odličnih 250. Drugo uvrščene ekipe LTH CASTINGS so zbrale 212 točk.

V moški konkurenci je v 20 panogah nastopilo kar 68 udeležencev iz UE Škofja Loka, izven konkurence pa še 12 ekip izven naše UE. Glede na število nastopajočih ekip je bilo udeležencev zelo veliko. Tudi tu so bile naše številne ekipe v končnem seštevku najuspešnejše, saj je zmagovalna ekipa DU ŠKOFJA LOKA zbrala odličnih 683 točk. Tesno ji na drugem mestu sledijo ekipe ZAVOD ŠOLE, ki so zbrale 664 točk.

Tako je tudi glavna lovorika tekmovanja, torej skupna zmagata in osvojitve prehodnega pokala, pripadla DU Škofja Loka.



Foto: arhiv Ivana Hafnerja

Prehodni pokal zmagovalcev iz rok Blaža Pippa (levo) in direktorja ZZŠ Igorja Drakslerja (v sredini) je prevzel Ivan Hafner koordinator športa v DU.

Pred leti o čem takem ne bi mogli niti sanjati. Tako smo potem, ko smo lani prehodni pokal dobili v našo trajno last, uspešno zastavili osvajanje novega.

Točkovanje za naj rekreativko in naj rekreativca 36. ŠRI je vzporedno točkovanje najboljših posameznikov. Točkujejo se le tiste panoge, kjer se poleg ekipnega izvede tudi posamično medobčinsko prvenstvo. Pri ženskah zajema pet, pri moških pa sedem panog. Tako so na zaključni slovesnosti razglasili tudi naj športnike področja loške UE. V ženski konkurenci je zmagala Nina Marenk iz LTH CASTINGS, v moški pa Anže Žakelj iz POCLAIN HYDRAULICS.

Med najboljšimi, ki so prejeli tudi praktične nagrade, sta bili med predstavnicami našega društva Jožica Anžel, ki je bila tretja, in Tina Ušeničnik. Med moškimi je Brane Korenčič zasedel odlično 2. mesto, nagrade pa sta prejela tudi Franc Rupar in



Foto: Ivan Hafner

Naj športnika 36. ŠRI Jožica Anžel in Brane Korenčič

Mirko Pintar. Čestitke vsem naštetim ter tudi vsem drugim našim športnikom, ki so s svojim uspešnim nastopanjem prispevali k tako velikemu uspehu našega društva.

Še posebej se zahvaljujem vsem našim vodjem sekcij za vložen trud pri vodenju vadbe in zbiranju najboljših ekip.

Po končanem uradnem delu smo ob skromni pogostitvi še kar nekaj časa ostali v prijetnem okolju, se poveselili in premlevali, kako bi zajeli še več tistih, ki sicer ne nastopajo v različnih ligaških tekmovanjih, a vseeno radi in navdušeno tekmujejo ter se trudijo ostati telesno čim bolj aktivni.



Foto: Ivan Hafner

Predstavniki športnikov našega društva

SMUČARJI SO ŽE KONČALI S TEKMOVANJI

Ivan Hafner

NOV USPEH NAŠIH ČLANOV NA PRVENSTVU PZDU GORENJSKE V SMUČANJU

Potem ko je lansko prvenstvo odpadlo zaradi slabih snežnih razmer, je tekmovanje letos že tretjič potekalo na smučišču Senožeta v Bohinju.

Prizadevni prireditelji iz DU Bohinjska Bistrica so prvenstvo uspešno izpeljali 10. februarja 2017.

Na majhnem, a domačem smučišču se je zbralo 133 alpskih smučarjev in smučark ter 41 tekačev in tekačic na snegu, torej skupaj kar 174 ljubiteljev zime iz 23 društev upokojencev Gorenjske. Lepo število, najbolj množično med vsemi panogami. V veleslalomu je tekmovalo 25 žensk in 108 moških.

v kategoriji od 71 do 75 let. V kategoriji od 66 do 70 let je med desetimi smučarkami Tina Ušeničnik zasedla šesto, Tončka Dolinar pa sedmo mesto. V najmlajši kategoriji do 65 let je bila udeležba najbolj številčna. Med 12 nastopajočimi se je od naših najbolje odrezala Nada Nastran, ki je bila zelo dobra peta.

Med smučarji je v kategoriji nad 75 let nastopilo kar 19 smučarjev. Premočno je zmagal naš odlični tekmovalac Franc Guzelj - Šničl in tako postal prvak Gorenjske v najstarejši kategoriji. S 13. mestom se je dobro odrezal tudi Janez Kavčič.

Med 16 nastopajočimi v kategoriji od 71 do 75 let je zelo dobro šesto mesto zasedel vodja naše smučarske sekcije Roman Berčič. Tekmoval je tudi Viktor Debeljak, ki je bil dvanajsti.

V kategoriji od 66 do 70 let je bila udeležba največja, zato je 7. mesto našega Janeza Potočnika že lep uspeh. Dobra uvrstitev je tudi 13. mesto Janka Podrekarja.

Naš Boris Vodopivec je bil med 28 najmlajšimi do 65 let zelo dober sedmi.

S svojimi izvrstnimi uvrstitvami so naši alpski smučarji in smučarke zbrali 88 točk in odnesli zmagovalni pokal.

V smučarskih tekih je tekmovalo 12 tekačev in 29 tekačic. Pri tekačicah so v kategoriji nad 75 let



Foto: Ivan Hafner

Franc Guzelj, gorenjski prvak v društvu najboljših

Med smučarkami je bila v kategoriji nad 75 let ob zelo majhni udeležbi Nežka Trampuš druga, enako uvrstitev pa je dosegla tudi Francka Tušek

Nadaljevanje s prejšnje strani

tekmovali štiri tekačice, med katerimi pa ni bilo nobene iz našega društva. Tudi v kategoriji od 71 do 75 nismo imeli nobene predstavnice. Med štirimi tekačicami v kategoriji od 66 do 70 let je bila Tina Ušeničnik tretja, med štirimi najmlajšimi udeleženkami do 65 let pa je Jožica Anžel postala podprvkinja Gorenjske.

Pri tekačih je v kategoriji nad 75 let teklo pet tekmovalcev, med katerimi ni bilo naših članov.



Foto: Ivan Hafner

Naši smučarji tekači so bili odlični.

Med štirimi tekači v kategoriji od 71 do 75 let je bil naš Niko Mesec drugi in tako postal podprvak, Jože Ramovš pa je bil tretji. Najuspešnejši smo bili v kategoriji od 66 do 70 let. Med 12 tekači je v napeti borbi do zadnjega zmagal naš Pio Lapanja, ki je bil



Foto: Ivan Hafner

Zmagovalna ekipa DU Škofja Loka s prehodnim pokalom

z 0,18 sekunde boljši od domačina Janeza Maleja in tako postal gorenjski prvak. Odlična sta bila tudi Srečo Pirman na četrtem in Mirko Pintar na petem mestu. Med osmimi tekači v kategoriji do 65 let je Boris Vodopivec zasedel dobro četrto mesto. Odlični nastopi naših tekačic in tekačev na smučeh so nam prinesli 88 točk, enako tudi nastopi alpincev. Osvojili smo tudi naslov najboljšje tekaške ekipe PZDU Gorenjske.

Seštevek 176 točk je več kot zadoščal, da smo še enkrat osvojili prehodni pokal najboljšje smučarske ekipe na Gorenjskem. Vsem tekmovalcem in vodjema obeh sekcij čestitamo.

PRVENSTVO V VELESLALOMU V OKVIRU 37. ŠRI

Tekmovanje v veleslalomu je bilo prvo tekmovanje za 37. ŠRI. Potekalo je 11. februarja 2017 na smučišču Rudno v organizaciji SD Buldožerji.

Tekmovanje je štelu ekipno za točke ŠRI, posamično pa za točke za naj športnico in naj športnika 37. ŠRI. Za ekipne točke vedno tekmuje dvočlanska ekipa. Na tem tekmovanju je nastopilo 18 smučark v osmih ekipah in 20 smučarjev v desetih ekipah. Ekipni rezultat dobimo iz absolutne razvrstitve ne glede na starost, zaradi česar so pogoji za starejše smučarje težji. Poglejmo, kako uspešni so bili naši.

Naša prva ženska ekipa, v kateri sta smučali Irena Šubic in Nada Nastran, je dosegla četrto mesto, naša druga ekipa s smučarkama Tončko Dolinar in Tino Ušeničnik pa je bila sedma.

Med moškimi sta bila Franc Guzelj in Janez Potočnik v prvi ekipi šesta, Janko Podrekar in Tone Škof sedma, Roman Berčič in Viktor Debeljak pa osma.

V tekmovanju za posamično medobčinsko prvenstvo ter za točke za naj športnice in športnike pri ženskah naših predstavnic v štirih mlajših kategorijah sploh nimamo, v najstarejši kategoriji nad 60 let pa seveda nastopajo samo naše članice, zato je bila ta kategorija nekakšno prvenstvo našega društva. Med petimi

tekmovalkami je prvkinja postala Irena Šubic, podprvkinja pa Nada Nastran. Tončka Dolinar je bila tretja.

V posamičnem tekmovanju pri moških prav tako kot pri ženskah v štirih mlajših kategorijah nismo imeli predstavnikov, v kategoriji od 61 do 70 let pa so nastopili samo štirje naši člani. Zmagal je Janez Potočnik pred Jankom Podrekarjem in Tonetom Škofom. Tudi v kategoriji nad 60 let so bili vsi trije nastopajoči samo naši člani. Prvi je bil seveda Franc Guzelj, drugi Roman Berčič in tretji Viktor Debeljak. Če bi združili obe starejši kategoriji, bi ponovno imeli interno društveno prvenstvo.

Najboljši smučar našega DU po času je bil Franc Guzelj. Drugo mesto je zasedel Janez Potočnik, tretjega pa Janko Podrekar.

Tekmovanje v SMUČARSKEM TEKU za 37. ŠRI je bilo razpisano za 11. februar 2017, a je bilo zaradi premajhnega števila prijav prestavljeno na konec leta.

TRADICIONALNO TEKMOVANJE UPOKOJENCEV UE ŠKOFJA LOKA V VELESLOMOMU

To tekmovanje ima že večdesetletno tradicijo kot prvenstvo nekdanje Občine Škofja Loka, kasneje upravne enote Škofja Loka.

Organizator tokratnega srečanja je bilo naše društvo, tehnično organizacijo tekme pa smo zaupali prizadevnim delavcem SD Buldožerji z Rudnega.

Tekma in druženje smučarjev upokojencev je bilo 7. marca 2017 na smučišču na Rudnem.

Tekmuje se samo posamično po starostnih kategorijah, najboljšim pa se podelijo medalje.

Zaradi krajše proge je tekmovanje potekalo v dveh tekih.

V ženski kategoriji 71 let in več sta prišli na start le dve smučarki. V hudi borbi je zmagala naša Francka Tušek pred Ivanka Gartner za komaj nekaj drobcev sekunde.

V kategoriji od 66 do 70 let so naše tri tekmovalke ostale za stalno zmagovalko Verono Šmid iz Železnikov. Tako je bila naša najboljša Smiljana Oblak, za njo pa sta se uvrstili Tončka Dolinar in Tina Ušeničnik.

Med najmlajšimi do 65 let je nastopilo sedem smučark. Zmagala je naša nova najmlajša upokojenka Janja Stanonik, tesno za njo so se uvrstile tri Žirovke, sledile pa so jim naše članice Irena Šubic, Nada Nastran in Cirila Tavčar.

Med moškimi nad 75 let je premočno zmagal naš abonirani zmagovalec Franc Guzelj. Tretji je bil Peter Zihlerl, četrti in tudi zadnji pa Janez Kavčič.

Med petimi tekmovalci v kategoriji od 71 do 75 let smo imeli enega predstavnika, Viktorja Debeljaka, ki je zmagal. Zmagovalec je postal tudi Janko Podrekar, eden od naših treh tekmovalcev v kategoriji od 66 do 70 let.

Najhujša konkurenca je bila med najmlajšimi, kjer je nastopilo kar 12 smučarjev. Naš edini predstavnik Leon Tušar je zasedel zelo dobro četrto mesto.

Bolj kislo jutranje vreme je postajalo vse bolj prijazno in tako sta malica in razglasitev rezultatov že potekali na soncu.

Ob koncu uradne podelitve medalj smo se s simboličnim darilom spomnili še najstarejše smučarke in smučarja. Darilce sta prejela člana DU Selška dolina Ivanka Gartner in Jakob Gartner. Glede na to, da sta poročena že od nekdaj, seveda ni presenetljivo, da prihajata iz istega društva. Nekaterim se je strašno mudilo po novih opravih in dolžnostih, drugi pa smo klepetali malce dlje. Bilo je prijetno.

37. ŠRI TEKMOVANJE V ŠAHU

Ivan Hafner

Tekmovanje v šahu za točkovanje ŠRI se že nekaj let vključuje v tekmovanje za pokal Poljanske doline. Tekmovanje za pokal zajema sicer sedem ciklov oziroma turnirjev, od katerih se dva točkujeta za ŠRI.

Tokrat so se organizatorji ŠD Poljane in SZ Škofja Loka dogovorili, da bo I. turnir na Trati v ŠD Trata, II. turnir za 37. ŠRI pa v Gorenji vasi - Rupnikova linija v jesenskem terminu.

I. turnir v šahu je potekal v mali dvorani športne hale na Trati 25. februarja 2017. Naši šahisti so bili odlični. Turnirja se je udeležilo 12 dvojic, a za tekmovanje 37. ŠRI je tekmovalo sedem ekip.

Zmagala je naša ekipa v sestavi Tase Ristov in Jože Rupar, kar je odličen rezultat. Visoko mesto je zasedla tudi naša druga ekipa, za katero sta nastopila Ivan Rikato in Slobodan Milošev, ki pa je po pravilih dobila le 10 točk za udeležbo.



Šahisti DU se ob ponedeljskih dopoldan redno srečujejo v Marinkini knjižnici.

Kljub temu so vsi štirje dobili lepo število točk za točkovanje za naj športnika 37. ŠRI.

Foto: Nevenka Mandić Orehek

KEGLJAŠKI MOZAIK I. četrtertletja 2017

Ivan Hafner

18. PRVENSTVO DU ŠKOFJA LOKA JE ŽE V POLNEM TEKU

Sredi februarja 2017 smo pričeli z najpomembnejšim tekmovanjem naših kegljačev in kegljačic.

Trajalo bo do konca maja 2017. Bitka za naslove najboljših bo huda.

OBČINSKA KEGLJAŠKA LIGA

Liga bi bila brez zaostankov in prelaganj že zaključena. Naši dve moški ekipi in ženska ekipa, ki igra v moški konkurenci, so namreč s tekmami že zaključili.

Rezultati naših ekip so slabši kot v minulih letih, saj so v spodnji polovici lestvice desetčlanske lige.

POSAMIČNO OBČINSKO PRVENSTVO

MOŠKI

43 kegljačev je že februarja končalo razigravanje, najboljših 16 pa je finalno serijo končalo 23. marca 2017. Od desetih naših kegljačev so se v finale uvrstili trije. V finalu so seveda kegljali pretežno tekmovalci, ki tekmujejo v slovenskih ligah.

Zmagal je izkušeni Edo Oberstar, ki je z odličnimi 619 podrtimi keglji v finalu ugnal mlade slovenske kegljaške upe. Drugo mesto je zasedel Miha Jenko, tretje pa Jure Starman, oba finalista letošnjega državnega prvenstva. Naši finalisti Lojze Homan, Roman Selan in Janko Fojkar so zasedli sedmo, osmo in trinajsto mesto. S tem so dosegli najboljšo uvrstitve med rekreativnimi kegljači.

ŽENSKE

Tekmovalo je tako malo kegljačic, da se vse uvrstile v finale osmih, ki je potekalo 10. marca 2017.

Presenetljivo je prvič zmagala Marija Benedik iz DU Selška dolina, ki je skupaj podrla 1031 kegljev.

Značilnost njenega kegljanja je dvoročni izmet krogle med nogami. Smiljana Oblak in nekdanja tekmovalka Lidija Vintar sta podrla vsaka po 1023 kegljev, vendar je bila Lidija boljša zaradi boljšega čiščenja. Tako je Smiljana zasedla tretje mesto.

TRADICIONALNI DVOBOJ S KEGLJAČI DU SELŠKE DOLINE

15. marca 2017 sta se ekipi prijateljskih društev spet pomerili v običajni sestavi ekip. To pomeni, da za vsako ekipo kegljajo štiri kegljačice in šest kegljačev, ki skupaj odigrajo deset dvobojev.

Dvoboj je bil izredno napet in zanimiv. V prvih štirih parih so se pomerile kegljačice. Povedle so tekmovalke Selške doline s 3:1. Našim je točko



Foto: Ivan Hafner

V ženskih dvobojih je zmagala le Smiljana Oblak.

prinesla Smiljana Oblak. Po prvih treh moških parih so naši znižali vodstvo Selčanov, saj sta zmagala Stane Gaber z odličnimi 553 podrtimi keglji in Janko Fojkar.

Nato je Tine Uršič izenačil, Vlado Podviz tesno izgubil, v zadnjem odločilnem paru pa sta se srečala oba aduta, Janez Rihtaršič in naš Peter Mravlja. Na štirih stezah sta vsak po dvakrat zmagala in oba



Foto: Ivan Hafner

Za višek napetosti sta poskrbela Janez Rihtaršič in Peter Mravlja.

podrla tudi enako število kegljev, vsak po 543. V odločilnem dvoboju sta tako osvojila vsak pol točke. Rezultat dvobojev je bil tako 5,5 : 4,5 za DU Selška dolina, a skupni rezultat dvoboja 5015 : 4948 podrtih kegljev za našo ekipo je prinesel končno zmago našim kegljačem, saj je bilo na koncu 6,5 : 5,5 v našo korist. Zaradi te najmanjše končne zmage smo prehodni pokal obdržali še za eno leto. Za navijače je bil ta dvoboj prava poslastica. Povedati moram, da so bili po dolgoletnem dogovoru izmenjavanja gostitelji na kegljišči Poden tokrat Selčani in da so se res dobro pripravili. Ponudba hrane in pijače je bila odlična, tako da so navijači zlahka vzdržali na več kot peturnem dvoboju.

PROGRAM IZLETOV, LETOVANJ IN PRIREDITEV V LETU 2017

(april – december)

15. do 19. maj	Provansa (turistični izlet – avtobus)
27. maj	Piknik DU
10. do 17. junij	Bol na Braču (prijava in prvi obrok v decembru 2016)
5. julij	Debeli rtič
12. julij	Debeli rtič
19. julij	Debeli rtič
26. julij	Debeli rtič
2. avgust	Debeli rtič
9. avgust	Debeli rtič
16. avgust	Debeli rtič
23. avgust	Debeli rtič
30. avgust	Debeli rtič
31. avgust	Srečanje upokojencev Gorenjske.
13. do 20. sept.	Dugi otok - letovanje
20. do 27. sept.	Terme Fojnica (zdraviliško letovanje in turistični izleti)
september	Trgatev
16. september	Srečanje športnikov DU
3. november	Martinovanje

Obiske gledaliških predstav objavljamo v sprotnih obvestilih.

Vse objave bodo na oglasnih deskah v DU, pri Pošti in na Šolski ulici.

Prijave z obveznimi vplačili sprejema do objavljenega roka oz. do zapolnitve prostih mest v avtobusu Danica Celestina ob sredah in petkih med 8. in 11. uro v pisarni DU. Informacije na tel. 040/857 273. Prijave bodo upoštevane z dnem vplačila.

Izletov in prireditev se udeležite na lastno odgovornost.

Pridržujemo si pravico do sprememb, odpovedi ali dopolnitev terminov posameznih izletov in akcij.

Poleg programa našega društva vas v nadaljevanju obveščamo tudi o programu, ki ga je za vsa društva upokojencev Gorenjske pripravila Komisija za izletništvo in turizem pri PZDU Gorenjske:

24. junij do 1. julij 2017	Hotel Delfin Izola, (letovanje)
11. do 13. september	Strasbourg (obisk evropskega parlamenta)
1. polovica oktobra	Zahodna Srbija (turistični izlet)

Vse dodatne informacije v zvezi s programi lahko dobite pri Cveti Škopelja, tel. 040/226 667 ali na e-naslovu cveta.skopelja@gmail.com

Soba brez knjig je podobna telesu brez duše. (Cicero)

Branje je za možgane isto kot gibanje za telo. (Richard Steele)

Knjiga je kot človek: pametna in neumna, pogumna in boječa, lepa in grda. (John Steinbeck)

Sončni vzhod prebuja naravo, branje knjig razsvetljuje glavo. (Mongolski pregovor)

Knjiga, ki ni vredna, da bi jo dvakrat prebral, tudi ni vredna, da bi jo enkrat. (Neznan avtor)

GREMO NA POT

PROGRAM IZLETOV VESELIH POHODNIKOV

DATUM

CILJ IZLETA

8. maj	Ostrožno – Prem, Brkini
22. maj	Španov vrh nad Jesenicami
12. junij	Slavnik
10. julij	Krvavec – Pl. Koren – Pl. Košutna
7. avgust	Dobrač, Avstrija
11.-12. september	Podvežak – Vodotočnik – Pl. Korošica, Savinjske Alpe; dvodnevni izlet
25. september	Dolina Bodental – Ugrizova planina, Avstrija
9. oktober	Volinjek – Andrejev vrh na Koroškem
23. oktober	Okrog Belopeških jezer, Italija
6. november	Po poti Ene žlahtne štorije v Goriških Brdih
4. december	Pot v neznano

Poti so načrtovane za 3 do 4 ure hoje brez postankov in so večinoma krožne. GLEJ OBVESTILA.

Z NAMI NA POT! Dragica Gartner, Franjo Koprek, Jana Bešter, Nika Križnar

PLAN POHODOV ČETRTRKOVH PLANINCEV

20.04. Baza 20 – Mirna gora - Slavko	17.08. Zelenica – Dolnji ploti (plezalna), na Možeh (lažja) - Slavica
04.05. Čaven – Kucelj - Nežka	31.08. Lokovnikov Grintovec - Slavko
18.05. Planina Kuhinja – Sleme – Javorca - Dragica	14.09. Socka – Kislica - Slavica
01.06. Brinjeva gora - Slavica	28.09. Kolovrat - Slavko
15.06. Po Bornovih tunelih, Prevala - Nežka	12.10. Lipnik, Italija - Dragica
22.06. Okolica Lendavskih gor (dvodnevni izlet) - Slavica, Nejc	26.10. Hrvaško Zagorje - Slavica
06.07. Mussenhohe, Avstrija - Dragica	09.11. Idrija – Hleviška planina - Nežka
20.07. Dobrča - Slavica	23.11. Lubnik - Slavica, Dragica
03.08. Dolina Voje – Uskovnica - Nežka	07.12. Zaključni izlet v neznano - N+S+D+M

Datum in smer predlaganih planinskih pohodov se lahko spremenita glede na vremenske razmere.

Rezervni pohodi v primeru slabega vremena:

Kompotela

Slavnik

Tromeja

SAŠO HRIBAR

RESNICA

To, kar nisi, povej vsem, da si.

ČAS IN PROSTOR

Kjerkoli in kadarkoli, žal si v vsakem ogledalu ti. Ni pomoči.

POČITEK

Kdor teka s polnim želodcem, je veliko hitrejši od tistega, ki počiva.

SANJE

Vsak mesec vsaj enkrat sanjaj, da nič ne spiš.

MEDGENERACIJSKI POHOD

Dragica Gartner

Ko so mi predlagali, naj napišem nekaj o prihodnjem pohodu, sem se spomnila in si zaželela, da bi med poletnimi počitnicami pripravili medgeneracijski pohod.

Predlagam torej, da bi julija in avgusta, ko je pogosto težko dobiti varstvo, pohodniki s seboj na pohod lahko vzeli tudi vnuke. Gre za pohoda na Krvavec in Dobrač, dve prijetni in prav nič naporni poti, zato bi bila ta možnost enkratna. Možna je tudi krajša varianta ali uživanje na planini, seveda skupaj s starimi starši ali starši. Vem, da se vsi ne bodo strinjali, a meni pa se zdi prav, da bi vnuki na takšen način preživeli čas s starimi starši ter skupaj opazovali naravo in gore. Spoznali bi, da je tudi jesen življenja zelo lepa, mi, starejši, pa bi se počutili mlajše. Ko je eden od vnukov pred leti slišal pripombo pohodnice, je žalostno dejal: »Samo z babi bi bil rad.«. Upam, da bomo takšno razmišljanje prerasli in nam bo lepo, če bo z nami kdo mlajši. Ponosni moramo biti, da vnuki želijo hoditi na pohode z nami. Dovolj zgodaj jim je treba pokazati te lepote ter jih naučiti, kakšen zaklad imaš, če lahko hodiš, ter da se je zanj potrebno tudi truditi. Tako bodo morda manj časa preživeli pred računalniki in televizijo. Pravočasno jih je treba okužiti z naravnimi lepotami in hojo, s to čudovito »pozitivno drogo«.

Lani sta se nam na pohodu na Jelovico pridružila moj sin in vnuk. Še sedaj se rada spominjata, kako lepo je bilo, kako starejši dobro hodimo



Foto: Dragica Gartner

Štiri generacije na skupnem pohodu po Jelovici

ter kako lepo si znamo popestriti dan z živahnostjo, domačo glasbo pri koči, dobro jedačo in odlično družbo. Poleg tega se je vnuk počutil koristnega, saj je ves čas opazoval, kakšen razmak je v vrsti, in mi povedal, kadar smo hojo morali upočasniti. Želita se nam pridružiti tudi letos.

Dobro bi bilo, če bi se tudi vnuki včlanili v planinsko društvo, saj bi bili tako zavarovani. Članarina znaša 7€. Upam, da ideja pade na plodna tla.

POPRAVEK

V prejšnji številki smo pod fotografijo, posneta v Metliki, pomotoma napisali, da smo si ogledali Novo mesto. Hvala znanki, ki nas je na to opozorila. Za pomoto se opravičujemo.



Foto: Zlata Ramovš

ČETRTOVKOVI PLANINCI

MOJI KORAKI Z NEŽKINO SKUPINO

Besedilo Martina Eržen, fotografije Slavica Laznik

Brez hribov, gorništv in pešačenja si življenja ne znam predstavljati. Potreba po razgibavanju telesa, pridobivanju kondicije ter uživanju v lepotah narave v hribih in gorah mi daje veselje do življenja. Hodila sem že od nekdaj, ko sem se upokojila, pa sem začela planinariti še bolj redno.

Približno enkrat na teden grem na Lubnik, včasih tudi na Blegoš ali Ratitovec, za višje hribe in gore pa sem se pridružila Nežkini skupini, saj hoditi sam ni niti zanimivo niti varno.

Ko sem se pred mnogimi leti pridružila njeni skupini, me je Nežka takoj povabila, naj ji pomagam pri organizaciji izletov, plačevanju stroškov izletov ter vodenju računov in evidenc za njene pohodnike. V tem času sem s planinci Nežkine skupine doživela mnogo lepih pohodov ter lepih in veselih dni. Postali smo res pravi prijatelji, čeprav včasih v smehu pravijo, da bi bil izlet lahko še lepši, če bi jaz manjkala ali jim ne bi zaračunala stroškov. Z upokojenimi planinci sem prehodila veliko planinskih poti po Sloveniji, nekaj pa tudi v tujini. Sama se na takšne izlete ne bi nikoli odpravila. Na naših poteh si velikokrat ogledamo tudi znamenitosti krajev, kjer hodimo. Obiskali smo že veliko bojišč iz prve svetovne vojne, spomenike iz druge svetovne vojne, stare mline in muzeje.



Šentviška planota

V spominu sta mi zelo ostala predstavitev življenja vojakov na Koti 1313 in vesela predstava kurentov na Ptuju.

Naši planinci so opravljali različne poklice. Lani se nam je pridružil Zvonko, ki je bil deset let vremekar na Kredarici, prej pa o vremenu poučeval tudi v vojski. Ravno zaradi njega je bil naš zadnji pohod na Polhovce in Pasjo ravan zelo zanimiv in poučen. Mnogi med nami nismo vedeli, da imamo v naši bližini ravno tako pomembno



Križna gora



Pasja ravan

vremensko postajo na Pasji ravni, kot sta postaji na Kredarici ali v Ljubljani. Zvonko nam je lepo razložil, kako pomembna je vremenska postaja z vsemi aparati, radarji in senzorji za spremljanje vremena okoli nas. Vreme je za nas planince zelo pomembno, saj se na pot odpravimo le v lepem vremenu.

Na pohode običajno odhajamo zgodaj zjutraj in ko z nahrbtnikom na ramah krenem proti vojašnici, vem, da je pred menoj dan uživanja v naravi, brez časopisov, televizije in kuhanja, le v prijetni družbi planincev, ki uživajo v čarih planinskega sveta.

POGLED V PRETEKLO LETO

Nežka Fojkar

Starost si vsi želimo preživeti doma, med svojci in prijatelji. Drug drugemu moramo pomagati, da bomo lahko ostali doma, ko sami ne bomo več zmogli v celoti skrbeti zase. Prostovoljci iz dosedanjih izkušenj vemo, kaj preživljajo osamljeni starostniki in kako težko prosijo nekoga za pomoč. Naš moto je »Danes bom jaz pomagal tebi, jutri bo kdo mlajši pomagal meni.«

Cilji programa Starejši za starejše so najti osamljene, onemogle vrstnike in jim polepšati starost ter olajšati stiske, dobiti informacije o starejših, ki potrebujejo pomoč,

in jih posredovati pristojnim strokovnim službam ter povečati vpliv civilne družbe na odločanje o starejši populaciji.

Ob koncu leta se moramo ozreti nazaj in predstaviti tudi naše rezultate. V občini Škofja Loka, ki ima okrog 23 000 prebivalcev, je bilo lani 3 307

oseb, starejših od 69 let, ali skoraj 14 % prebivalcev. Občina nam je za naše delo zagotovila seznam oseb in tudi delno sofinancirala naš program.

Leta 2016 je v programu aktivno sodelovalo 30 prostovoljcev, ki so se za delo tudi ustrezno izobrazili. V preteklem letu so opravili kar 1051 obiskov na domovih starejših oseb, kar pomeni najmanj toliko ur prostovoljnega dela. Če bi to delo ovrednotili z minimalno postavko 6 € na uro, to znese kar 6.306 €. Vsem prostovoljcem za njihovo delavnost in prizadevnost čestitamo.

Program Starejši za starejše je za starajočo družbo zelo primeren in presega običajno društveno skrb za članstvo, saj je namenjen vsem občanom naše občine. Ob tem naj poudarim, da imamo prostovoljci za razliko od uradnih služb možnost potrkati prav na vsa vrata starejših oseb in se z vsakim posebej pogovoriti o kvaliteti njegovega življenja.

Prosti čas večina starejših preživlja v domačem okolju, kjer jim vrtnarjenje ter pogosti stiki z otroki in bližnjimi pomenijo prijetno sprostitev in

socialno varnost. Žal te možnosti nimajo vsi, saj ugotavljamo, da je kar nekaj starejših bolj ali manj osamljenih, nemočnih ali bolnih. Te osebe občasno

potrebujejo pomoč. S svojo majhno pomočjo so naši prostovoljci starejšim pogosto reševali njihove »velike« težave. Največ je bilo druženja, prinašanja hrane iz trgovine, prevozov, spremstva po opravkih in dajanja nasvetov.

Na vprašanje, kaj bi starejši želeli, da občina zanje še organizira, je bil najpogostejši odgovor dnevni center za osebe s spominskimi motnjami,

saj se povečuje število ljudi z demenco. Na drugem mestu je bil omenjen medgeneracijski center za aktivnosti starejših. Zelo pogosta želja je tudi dom za starejše, ker se potreba po tej obliki varstva velikokrat pojavi zelo na hitro. Starejši se bojijo, da se bodo ukinile manjše trgovine v naseljih, saj so trgovski centri v Škofji Loki odmaknjeni in preobsežni, zato se starejši v njih težje znajdejo. Želijo si tudi urejenih sprehajališč in več klopi za počitek v naravnem okolju.

Naše letno poročilo redno pošljemo tudi županu, ki se je letos na naše predloge tudi aktivno odzval. 29. marca je sklical tiskovno konferenco, kjer so bile predstavljene vse dosedanje aktivnosti na področju skrbi za starejše in vizija za naprej.

Program Starejši za starejše je trajnega značaja, z njim pa starejšim osebam omogočamo nova znanstva in prijateljstva ter tako preprečujemo osamljenost in zagotavljamo bolj kakovostno življenje, obogateno s socialno bližino. To je dodana vrednost našega prostovoljstva, zato bomo z delom nadaljevali.



Nežka Fojkar na tiskovni konferenci

Foto: Zlata Ramovš

TISKOVNA KONFERENCA

29. marca 2017 je na pobudo škofjeloškega župana mag. Mihe Ješeta potekala v Sokolskem domu predstavitev vseh dosedanjih aktivnosti celovite oskrbe starejših in medgeneracijskega sodelovanja v občini Škofja Loka. Poleg Društva upokojencev in Društva U3 so medijem predstavili svoje delo

namenjeno starejšim še Center slepih, slabovidnih in starejših, Rdeči križ, Karitas in Večgeneracijski center. Ugotovili so, da je starejšim v Škofji Loki na razpolago veliko podpornih storitev. O tem bomo obširno poročali v septembrski številki glasila MI O SEBI.

KORISTNE INFORMACIJE

Tudi v tej številki glasila objavljamo pomembnejše številke organov našega društva.

Predsednik: Miro Duić, tel. 04 512 06 64; 040 226 648

Podpredsednica: Milica Habjan, tel. 04 512 63 08; 040 292 647

Tajnica: Cveta Škopelja, tel. 04 512 06 64; 040 226 667

Elektronski naslov: drustvoupokojencev@siol.net

URADNI DNEVI KOMISIJ, KNJIŽNICE IN PROJEKTOV TER TELEFONSKE ŠTEVILKE VODIJ SEKCIJ IN PRAPORŠČAKA

Računovodstvo: vodja Milica Habjan, tel. 04 512 63 08; 040 292 647

Pomožna blagajna za plačilo članarin in enodnevnih izletov ter dogodkov:
sreda in petek od 8. do 11. ure - Danica Celestina, tel. 040 857 273

Izletništvo, letovanja in srečanja: vodja Cveta Škopelja, tel. 040 226 667
sreda in petek od 8. do 11. ure: vplačila obrokov za letovanja in potovanja

Šport in rekreacija: vodja Ivan Hafner, tel. 041 871 271

Planinska sekcija: vodja Nežka Trampuš, tel. 041 225 226

Pohodniška sekcija: vodja Dragica Gartner, tel. 041 607 483

Odbor za razstave: vodja Zlata Ramovš, tel. 041 971 327

Glasilo Mi o sebi: urednica Jelka Mlakar, tel. 031 640 162

Projekt Starejši za starejše in najemna stanovanja: vodja Nežka Fojkar, tel. 041 717 210

vsako 1. sredo v mesecu od 8.30 do 10.30 ure

vsak 3. četrtek v mesecu od 8.30 do 10.30 ure

Slovo od umrlih članov

Od pokojnih članic in članov se bomo poslovili z društvenim praporom na pogrebu. Žalna zastava bo na dan pogreba in en dan pred tem izobešena na sedežu društva. Svojce umrlega prosimo, da o dogodku obvestijo **društvo na številko 04 512 06 64, tajnico društva na številko 040 226 667, praporščaka Draga Pavičeviča na številko 040 327 770 ali svojega poverjenika.**

KRALJI ULICE

Vsi imamo srce. Vsi! Nekateri ga pač morajo vzeti iz zmrzovalnika in ga odtaliti. (*Gogi*).

Zakaj so velika srca tako krhka, da ne vem, kako naj jih primem. (*Matilda M. Dobro*).

Ko hodiva po cesti in vidiva na tleh smeti, jih pobereva in vrževa v koš. Konec koncev mora biti najin dom čist. (*N. N.*)

POZDRAV POMLADI

Besedilo Ela Dolinar, fotografije Zlata Ramovš

**Pomlad je zato, da svet ne umre,
da se življenje lahko zmeraj na novo začne.**

Na čudovit in topel pomladni dan 21. marca 2017 smo se že dvanajstič zbrali na prireditvi Pozdrav pomladi. Prireditev se je začela z glasbenim nastopom, ob spremljavi kitarista je namreč zapela profesorica solo petja Saška Kolarič. Sledili so slavnostni govorniki, od katerih je vsak povedal nekaj spodbudnih besed. Nagovorili so nas župan mag. Miha Ješe, predsednica Društva U3 Borjana Koželj, predsednik Društva upokojencev Miro Duić ter predstavnik Večgeneracijskega centra in direktor Zavoda O Miha Peternel. Njihovi pozdravni nagovori niso bili dolgi, za kar smo jim bili hvaležni. Prireditev sta pristrčno povezovali osnovnošolki Ema Kolenko in Petra Stare. Kot uvod v naslednjo točko je o plesu govorila



Saško Kolarič na kitaro spremlja Leon Ravnikar.



Program sta povezovali Ema Kolenko in Petra Stare iz OŠ Cvetka Golarja.

pesem Bine Štampe Žmavc, ki gre tako:

*»Ples je zato, da v sebi začutiš ptico,
ziblješ lahkotnost neba in zemlji pripneš perutnico.
Ples je ritem sveta, ko znaš brez peruti leteti,
brez teže pozabiti tla, v srcu kril zazveneti.«*

Na oder so prišle plesalke country plesa, ki so odplesale dva plesa in navdušile občinstvo. Nastopili sta tudi pisateljica Minka Likar in mlada glasbenica na tolkalih Hana Karabegović iz Glasbene šole Škofja Loka.

Malce smo se umirili in nato na oder povabili Meri Bozovičar, ambasadorko vseživljenskega učenja in prostovoljstva, ki je prejela naziv **častne članice Društva U3**. »Hvaležna sem, da sem lahko obiskovala več kot 30 različnih študijskih krožkov in delavnic«, je povedala ob podelitvi priznanja. Zahvalili smo se ji za njeno dosedanje delo in ji v

spomin podarili akvarel Škofje Loke delo Edija Severja. Po gromkem aplavzu so na oder stopile orgličarke ter odigrale dve čudoviti nežni pesmi, ki sta pobožali naša ušesa.

Po tem nastopu je Marija Draškovič, duša in srce društvene knjižnice, ob desetletnici delovanja Marinkine knjižnice prejela posebno priznanje Društva upokojencev Škofja Loka in priznanje ZDUS za njen trud oziroma za postavitve in delovanje Marinkine knjižnice, ki ima med knjižnicami prav poseben status.

Spet smo se vrnil v glasbi. Pevci Mavrice so nas ob spremljavi harmonike, ki jo igra novi vodja zbora profesor Viktor Zadnik, popeljali v šumeče gozdove in soncu zapeli, naj le sije in sije.

Vse lepo se enkrat konča, a da ne bi minilo prehitro, smo prostovoljke v predverju Sokolskega doma pripravile še pogostitev. Na mizi so se znašle sladke in slane dobrote. Hvala vsem, ki ste spekle toliko slastnih prigrizkov in peciva. Ob prijetnih zvokih pesmi smo nazdravili in poklepetali ter se dobro razpoloženi razšli z obljubo, da se naslednje leto spet srečamo na prireditvi Pozdrav pomladi.





Pozdravni nagovor župana,
mag. Miha Ješeta



Marija Draškovič je prejela priznanje DU Šk. Loka
ter priznanje ZDUS.



Naša najnovejša pridobitev - U3 plesalke



Pisateljica Minka Likar



Meri Bozovičar, prva častna članica
Društva U3 z Borjano Koželj

POZDRAV POMLADI 2017



Pevska skupina Mavrica



Glasbena skupina DU Loške orglice



Za udarni konec proslave je poskrbela mlada
Hana Karabegović.