



Drobtinice

izpod plašča sv. Martina



LETNIK 2010, prva številka časopisa Doma sv. Martina



NAGOVOR GOSPODA ŽUPNIKA

Ob prvem letu

Ne morem verjeti. Eno leto je že za nami.

Tudi to leto je bilo najprej leto Božje previdnosti in Božjega varstva. Potem pa leto zaupanja v Vas, dragi uslužbenci in stanovalci Doma sv. Martina.

Skupaj smo zaupali tudi Vam spoštovani sorodniki, domačini, prijatelji in znanci.

Prvo leto našega Doma se je izteklo.

Bilo je polno upov, korajže in dobre volje. Vmes smo si vsak dan sproti »podarjali« usklajevanja in prilagajanja. Ni pa manjkalo strahov in porazov. Mislim, da čutimo enako ali vsaj podobno.

Moja velika želja in želja mnogih je, da tudi v prihodnje vsem ljudem, ki so nam zaupani vsak dan, to hišo vsaj približno spreminjamo v »**DOM**«, ki naj bo kraj miru za stanovalce in zaposlene.

Naj v Domu ne vlada sovraštvo, ampak ljubezen.

Naj v njem ne bo nesloge, ampak edinost.

Namesto užaljenosti in krivic naj bo v njem odpuščanje.

Zmota naj se umakne resnici.

Vera naj premaga dvom.

Naj v tej hiši ne bo tesnobe, ampak vsakodnevno upanje.

Naj tu ne bo prostora za greh, ampak za vsakodnevno luč božje milosti in človeške dobrote.

Naj v Domu ne bo žalosti, ampak veselje.

Naj tudi ne bo bolezni, temveč vse dni v letu 2010 dušno in telesno zdravje.

To so moje iskrene želje. VSEM !

Še posebej pa Vam, dragi stanovalci, in vsem Vam: Marko, Katica, Zdenka , Alenka, Janja, Monika, Maja, Ivanka, Matej, Ana, Jana U., Mateja, Urška, Lucija, Jana R., Zvone, Anja, Brigita, Mojca R., Saša, Maja, Mojca K., Vesna, Mimoza, Milena, Polonca, Sandra, Simona, Slavko, Marta, Ana, Zinka, Jože, Marjetka, Zdenka D., Anita, Andreja, Božidar.

Ivan Jagodic, župnik in predsednik Sveta Zavoda sv. Martina



UVODNE BESEDE DIREKTORICE

Porodi se ideja ... potrebuje čas, da dozori ... potrebuje ljudi, ki verjamejo vanjo ... potrebuje pridne in dobre ljudi, da jo uresničijo.

Na Martinovo nedeljo leta 2007 je ljubljanski pomožni škof Anton Jamnik položil temeljni kamen za novo stavbo Zavoda sv. Martina v Srednji vasi v Bohinju. Po različnih zapletih s pridobitvijo dovoljenja za gradnjo, ki je trajalo kar leto dni, so gradbeni delavci prijeli za lopato in pričeli z delom januarja 2008. Vreme je bilo v tem letu primerno za gradnjo in dela so potekala zelo hitro, hiša je rasla in z optimizmom smo zrl naprej. Na gradbišču je bilo veliko delavcev, vsi so hiteli, kajti dan otvoritve se je bližal.

Sprejem nas delavcev, ki smo dobili novo službo, razgovori s prvimi stanovalci in njihovimi svojci, čiščenje, priprave na otvoritev ... vse se je dogajalo s precejšno naglico.

Na sv. Štefana dan leta 2008 je bila svečana otvoritev z blagoslovom, ljubljanski nadškof Alojzij Uran, bohinjski župan Franc Kramar in župnik domače župnije Ivan Jagodic so prerezali trak in s tem dejanjem se je gradnja zaključila.

Zaposleni smo bili pred prihodom stanovalcev nestrpni, polni pričakovanja, kako bo, in napetost je rasla vse do trenutka, ko smo 5. januarja 2009 sprejeli prve stanovalce. Po začetni tremi in mnogih »nerodnostih«, ki smo jih doživeli v preteklem letu, menim, da nam uspeva.

Po prvem letu poslovanja sem zadovoljna, dom je poln prijetnih stanovalcev in sodelavcev.

Katica Mikelj, v.d. direktorice





VAROVANJE OSEBNIH PODATKOV STANOVALCEV

Pravice oskrbovancev:

- Pravica do enakega dostopa do zdravljenja in zdravstvene nege.
- Pravica do ustreznega strokovnega zdravljenja.
- Pravica do spoštovanja dostojanstva in nedotakljivosti.
- Pravica do samoodločbe.
- Pravica do informiranja.
- Pravica do podpore pri uveljavljanju pravic.

Situacij za kršenje oskrbovančevih pravic je veliko: rutinsko delo, hranjenje dokumentacije in odstopanje le-te drugim osebam, izpostavljanje oskrbovancev medijem, uporaba podatkov v raziskovalne, pedagoške in druge namene.

Človek je v času bolezni bolj občutljiv in ranljiv, zato je prav, da se sam odloči, katere informacije zdravstveno osebje lahko posreduje in komu.

Zdravnik je dolžan informirati oskrbovanca in/ali njegovega skrbnika o diagnostiki, terapiji, rehabilitaciji, prognozi, zapletih in času trajanja zdravljenja.

Medicinska sestra pa lahko posreduje podatke o oskrbovančevem počutju, o negovalnih intervencijah in o zdravstveni negi.

Brez pristanka oskrbovanca ne smemo dati nobene informacije! Kje kršimo to pravilo?

- Posredovanje podatkov svojcem.
- Posredovanje podatkov društvom, zbornici.
- Prodaja medicinskih pripomočkov.
- Hranjenje dokumentacije.
- Predajanje dokumentacije drugim, nepooblaščenim osebam.
- Poštne pošiljke z logotipom, žigom.
- Javljanje imen policiji.



Kako lahko pomagamo?

ZAČNIMO PRI SEBI!

- Med seboj se opozarjajmo.
- Se izobražujmo na področju varovanja pravic.
- V lastni ustanovi izdelajmo navodila, protokole.
- Zavedajmo se, da nimamo večjih pravic do podatkov, ker smo zaposleni v zdravstvenem zavodu.
- V prostoru, kjer je prisotnih več oskrbovancev ali svojcev, se ne pogovarjamo o počutju in diagnozah posameznikov.
- Vse delavce v zavodu zavezuje zakon o Varovanju osebnih podatkov. (objavljeno v Uradnem listu št. 59/1999).

Monika Polanc, vodja zdravstvene nege

Informacije z zdravnico dr. med. Selmo Brence Černezel

SREDA: 10.00–11.00 po telefonu ali osebno

Informacije z glavno sestro Moniko Polanc, dipl. med. ses.

TOREK IN PETEK: 13.00–14.00





ZLATA PRAVILA ZA KAKOVOSTNO STAROST

Tako kot vsa ekipa zaposlenih v našem Domu, sem tudi sama v lanskem letu zamenjala službo. Seveda, kako pa bi drugače delala tukaj. Znanje, ki sem ga pridobila v svoji prejšnji službi na Inštitutu Antona Trstenjaka v Ljubljani, pa vede, včasih pa tudi nevede, uporabljam pri svojem delu v Domu. Verjetno je večina od vas že slišala za Antona Trstenjaka, uglednega duhovnika in profesorja filozofije in psihologije, ki nam je v številnih knjigah zapustil veliko svojih razmišljanj o človeku. Njegovo dediščino pa neguje in nadgrajuje Jože Ramovš na inštitutu, poimenovanem po njem. Z vami bi rada delila delček njune modrosti.

Najprej zlata pravila za kakovostno starost. Enostavno, boste rekli. In pričeli naštevati: dovolj denarja, pa zvrhana mera zdravja, ohranjena samostojnost tudi v pozni starosti, pa družba sorodnikov in prijateljev, ne smemo pozabiti na čim manj telesnih bolečin in še kaj bi se našlo. Seveda, vse našteto drži. Je osnovni predpogoj za lepo starost. Brez tega ne gre. Pa je našteto res že dovolj za kakovostno življenje v starosti? So materialna preskrbljenost, kolikor toliko dobro zdravje in družba zadosten pogoj za lepo in kakovostno življenje v starosti? Verjetno vsak od vas pozna koga, ki ima vse pogoje (in še kakšnega zraven) izpolnjene, pa vendar ne bi mogli reči, da kvalitetno preživlja svoj čas. V mislih imam ljudi, ki ves čas nergajo, jim ni nič prav, kakorkoli se obrneš, jim ne moreš dobro ustreči. Težko bi rekli, da živijo kakovostno življenje.

Prvo pravilo, ki doda piko na i kvaliteti življenja, se glasi: *»Vsak človek mora biti v vsakem življenjskem obdobju osebno povezan vsaj z enim človekom iz vsake generacije.«* Torej, vsakdo potrebuje ob sebi družbo mlade osebe, nekoga iz srednje generacije in starega človeka. Le tako je vpet v celoto življenja. Tako v energijo otroka oz. mladega človeka, moč srednjeletnika in bogate modrosti in izkušnje starostnika.

Ni pa čisto vseeno, kakšna je medsebojna povezanost. Pomislite, s koliko ljudmi klepetamo, si izmenjujemo razne nepomembnosti, kot so mnenja o vremenu in podobno. S koliko ljudmi pa smo res osebno povezani, to pomeni *»da se s tem človekom vsaj vsak teden eno uro pogovarjamo o svojih osebnih izkušnjah in doživljanjih«*? Gre za to, da se mu lahko zaupamo, smo z njim iskreni in se nam ni treba skrivati za raznimi praznimi govoricami. Drugo pravilo pravi, da potrebujemo osebno povezanost vsaj s tremi ljudmi različnih generacij. To je že lepo, boste rekli, vendar v Domu res ni veliko možnosti za srečevanje mlade generacije. Vnuki nimajo veliko časa, pa še oddaljeni so ponavadi od našega Doma. Ravno zato smo k prostovoljnemu sodelovanju povabili učence višjih razredov osnovne šole v Bohinjski Bistrici. Veliko se jih je odzvalo in z veseljem so se pripravljali družiti s stanovalci Doma.

Zadnje, a ne najmanj pomembno pa je pravilo *»pozitivne usmerjenosti v odnosu«*. Preprosto, a sila težko pravilo. Gre za to, da se z nekom, ki ga imamo radi in nam veliko pomeni, pogovarjamo večinoma o lepih, veselih in spodbudnih



stvareh. Le ena negativna misel je dovoljena na pet pozitivnih. Kako radi v vsakdanjem življenju hitro začnemo z negativnim – le sem in tja se najde kakšna pozitivna misel. Kot da je enostavneje pritoževati se in negodovati. Še vreme nam nikoli ni po volji. Ali je prevroče, premrzlo, prevetrovno, presivo ali pa že kaj drugega, kar nam ni prav. Kako prijeten bi bil svet, če bi vsi upoštevali pravilo »pozitivne usmerjenosti v odnosu« in se pogovarjali o lepih stvareh.

Žal sveta na moremo spremeniti. Lahko pa začnemo pri sebi. Če vsakdo izmed nas v Domu le sem in tja kakšno negativno misel vrže čez ramo in jo zamenja s pozitivno, smo na poti ustvarjanja prijetnega in pozitivnega vzdušja za vse nas, ki delamo in tudi za tiste, ki živite v Domu ali pa hodite na obiske. Vsi skupaj ustvarjamo Dom, takšnega, kot je, in takšnega, kot si ga zaslužimo.

(Zlata pravila povzeta iz knjige Kakovostna starost dr. Jožeta Ramovša I. 2003).

Alenka Zorč, socialna delavka

INTERVJU Z ZDENKO MLAKAR ZALOKAR



1. Zdenka, povej nam kaj o sebi.

Težko je povedati kaj o sebi. Lahko pa navedem nekaj podatkov. Doma sem v Stari Fužini, ki je zame najlepši kraj v Bohinju. Sem poročena in imam tri otroke. Živimo skupaj z mojo mamo in bratom. Po poklicu sem diplomirani ekonomist in sem zaposlena kot računovodja v Zavodu sv. Martina. Prej sem bila zaposlena kot glavni računovodja na Občini Bohinj.

2. Kako si zadovoljna v službi?

V službi sem zadovoljna, le včasih je preveč dela. Službo imam blizu doma, kar mi trenutno veliko pomeni, saj so otroci še doma oziroma v osnovni šoli v Bohinjski Bistrici. Vem pa tudi, da ni prijetna vsakodnevna vožnja v službo izven Bohinja, pri čemer človek izgubi veliko časa. Moj mož se vsak dan vozi v službo v Kranj in pravi, da vsak teden preživi na cesti več kot 8 ur – še en deloven dan. Imam tudi dobre sodelavce, s katerimi se lepo razumemo in sodelujemo. Upam, da bo tako tudi ostalo.



3. Kje si preživela otroštvo?

Otroštvo sem preživela doma. Po osnovni šoli sem se vpisala na Srednjo pedagoško šolo v Tolminu (naravoslovno-matematična smer). Veselil me je poklic učiteljice narave in gospodinjstva. Šolo sem dokončala, a naključja so hotela, da sem študij nadaljevala na Ekonomski fakulteti.

4. Imaš tri otroke, verjetno ti doma ni dolgčas?

Ja, tudi pri nas imamo naloge, perilo, čiščenje, kuhanje. Otroci imajo tudi dodatne dejavnosti, ki se ponavadi vse križajo, tako da komaj uskladimo prevoze. Mateja hodi na balet na Bled in to trikrat na teden po dve šolski uri. Poleg tega hodi v glasbeno šolo in se uči klarinet. Hodi tudi k verouku in je bila letos pri sveti birmi. Blaž trenira karate dvakrat na teden. Karmen pa ima tri leta in ne obiskuje več vrtca. Varuje jo mama. V vrtcu je bila namreč kar naprej bolna.

5. Kako bi opisala svoje delo ?

Moje delo zahteva natančnost, zbranost, kljub temu pa je precej raznoliko, ker obsega vsa računovodska in knjigovodska opravila. Nenehno je potrebno slediti zakonskim spremembam na področju davkov, plač, knjiženja, obračunov ...

6. Če bi mogla, kaj bi spremenila v svoji službi?

Težko je karkoli bistveno spremeniti. Številke so številke. Trudim se, da bi si delo čim bolj olajšala s tem, da bi bilo čim več avtomatike. To je zdaj, v dobi računalnikov, že mogoče. Še vedno pa mora biti zraven človek, da podatke vnaša. Pa tudi tehnika včasih zataji.

Moti me edino to, da imam malo stikov s stanovalci, pa tudi z ostalimi zaposlenimi. Le poredko jih vidim. Ponavadi pa se še celo zgodi, da imam največ dela takrat, ko se kaj dogaja, ko bi jih že lahko spoznala, pa me ovirajo druge obveznosti.

7. Kaj rada počneš v svojem prostem času?

Zaradi diete, ki jo imava s starejšo hčerko, doma pečem brezglutenski kruh in tudi pecivo. Ta peka ni lahka, zato mi predstavlja še posebni izziv.

Poleg vsakodnevnih obveznosti imamo še malo zemlje, ki jo obdelujemo. Rada plavam in pletem, toda za to res nimam veliko časa.

**intervju opravila Maja Grm,
medicinska sestra**



DAN NA VAROVANEM ODDELKU

Prvi sončni žarki pokukajo nad bližnjimi vzpetinami in požgečkajo naš dom, ki še dremlje, ovit v tanke meglice in v varnem zavetju cerkve svetega Martina. Nočna izmena zaključuje, opoldanci pa se s polno paro pripravljamo na nov dan. Delam na varovanem oddelku kot varuhinja in delo opravljam z veseljem. Skrbim za dvanajst oskrbovancev z demenco.

Četrťez sedem začnem prebujati stanovalce. No, nekateri so bolj zgodnji, pa me že čakajo. Pomagam jim pri jutranji negi in oblačenju. Ko smo vsi oblečeni in umiti, imamo zajtrk v prijetnem skupnem prostoru, kjer preživimo večino dneva. Po zajtrku vedno skuhamo kavo in se posladkamo s kakim priboljškom. Oskrbovanci vedno pripravijo za seboj in sodelujejo pri vseh opravilih. Ob desetih ponavadi odidemo v avlo, kjer ima fizioterapevtka telovadbo. Velikokrat tudi pojemo. Čas pred kosilom izkoristimo tudi za ustvarjalne in bralne urice, gledanje televizije, igranje družabnih iger, sprehode, zlaganje perila ... Po kosilu si zopet privoščimo kavo, nato pa se večina oskrbovancev odpravi na popoldanski počitek. Svoj delavnik končam ob štirinajstih, ko predam delo bolničarju, ki je popoldne z oskrbovanci. Aktivnosti se dogajajo tudi popoldne, le v manjšem obsegu, saj so oskrbovanci popoldne že utrujeni. Po večerji se odpravijo spat, zanje poskrbi bolničar, ki je z njimi že vse popoldne.

Običajno nam dnevi potekajo v neki umirjeni rutini, včasih pa so situacije naporne. Takrat se moramo zaposleni posebno truditi, da se situacije ne zapletajo. Vendar pa so naši oskrbovanci pravi sončki, tako da doživljamo in preživljamo z njimi lepe dneve, ki nam dajejo mnogo izkušenj, ki nam bogatijo življenje.

Dom se zvečer potopi v mehko spokojno črnino in sanja in drema do prvih sončnih žarkov in v varnem zavetju cerkve svetega Martina.



Saša Urh, varuhinja



GREGORJEVO

Gregorjevo (12. marec) še danes velja za prvi pomladni dan, čeprav se ne ujema s koledarskim začetkom pomladi. Koledar se je v zgodovini spreminjal in prvotno sta se praznik in začetek pomladi ujemala. Ko je veljal še stari julijanski koledar, je namreč Gregor, sicer znan kot prinašalec luči, godoval na prvi spomladanski dan, ko je navadno res že toplo. Ta svetnik je bil v resnici Gregor Veliki, rojen okoli l. 540 v Rimu, in je veljal za idealnega papeža in cerkvenega učitelja. Vpeljal je nov koledar, ki ga uporabljamo še danes in se po njem imenuje gregorijanski.

Naše babice so za 12. marec govorile, da se takrat ptički ženijo. Stari običaj namreč pravi, da so se dekleta nekoč na Gregorjevo ozirala v nebo. Prva ptica, ki jo je dekle videlo, je naznanila, kakšen bo njen mož. V ljubljanski okolici so mnenja, da imajo ptički ta dan gostijo in da na vsakem grmu visi pogačica. V Beli krajini iščejo otroci pod grmovjem "berliček" in "povitico". Gregorjevo velja tudi za dan, ko spustimo luči v vodo, kar pomeni, da se takrat dan začne daljšati in ne delamo več ob razsvetljavi. Na Gorenjskem na predvečer praznika ohranjajo običaj spuščanja razsvetljenih barčic in hišic (imenovanih "gregorčki") v vodo. Po starih šegah namreč na ta dan sv. Gregor "luč v vodo vrže". V Kropi ima ta običaj dolgo tradicijo in sega še v čase, ko ljudje še niso poznali elektrike.

IDEJA ZA IZDELEK:

IZDELAVA PAPIRNATEGA PTIČKA



Izrežeš obliko trupa ptička, zarežeš, kjer morajo biti krila... ta pa narediš iz pravokotnega kosa papirja, ki ga prepogibaš, da dobiš "harmoniko"; potegneš skozi zarezo.

Sandra Košnik, fizioterapevka



KAKO SMO SE IMELI NA KOSTANJEVEM PIKNIKU

Mrzlo oktobrsko jutro je bilo, prva slana je že pomorila najbolj občutljive rožice na gredicah pred domom. V Zavodu sv. Martina je bilo tega dne še bolj živahno kot običajno. Svojci oskrbovancev so prihajali na obisk, najprej v njihovo sobo, nato skupaj z njimi na pripravljen prostor pod domom. Uslužbenci doma so že poskrbeli za vse potrebno: ozvočenje, mize, klopi in celo tople odeje, ki smo jih zaradi mraza dajali na klopi, da smo sedli nanje. Domačinke so pričarale s svojo originalno govorico in z zabavnimi zgodbami prav pristno bohinjsko vzdušje. Mladi fantje, verjetno še osnovnošolci, so zaigrali na harmoniko znane melodije, sem pa tja so tudi zapeli. Mize niso dolgo ostale prazne. Osebje nam je postreglo z okusno obaro, zeliščnim čajem in pečenim kostanjem. Na koncu smo dobili še posebne buhteljne, v katerih je bil zavit listek z modrostjo. Na mojem lističu je pisalo: *»Ko vas pokliče ljubezen, ji sledite, čeprav je njena pot strma in težka.«* Na moževem pa: *»Treba je nekoga osrečiti, da postanemo srečni.«* Ravno prav, sem si mislila. Osebje se je trudilo in nam streglo, čeprav bi si lahko prihranilo malo dela tako, da bi si sami postregli. Oskrbovanci so res bolj slabo okretni, a večina njihovih svojcev je mlajših in so še pri močeh. Prav lepo je bilo gledati sodelovanje treh generacij. Otroci so se učili sobivanja s starejšimi, srednja generacija pa je srbela za starejše, za katere prav lepo skrbijo v Zavodu sv. Martina. Direktorica Zavoda je povezovala program s preprosto in toplo besedo. Povedala je tudi novico, da vse oskrbovance lepo pozdravlja župnik, ki je v Makedoniji na »izletu s pari«. Nepoznavalci smo se spraševali, le koga ima pa župnik za par.

Skozi megleno dopoldne je celo posijalo sonce in pobožalo vso pisano družčino. Čas je ob pogovoru, programu in glasbi hitro mineval. Na koncu programa je direktorica dala mikrofona še oskrbovancem, da so povedali kakšno šalo. Moja mama je povedala tisto o krompirju, ki sem jo verjetno že kdaj slišala, a me je kljub temu nasmejala. V tem vedrem trenutku bi si želela, da bi trajal malo dlje. Ker je postalo malo hladneje, so najbolj občutljivi že začeli odhajati ...

Vse dogajanje se je zdelo skoraj idilično. Mama sicer pravi, da vedno ni vse tako idealno. Včasih je kakšen oskrbovanec slabe volje in izreče kakšno nesramno besedo, ki drugega užali in zabolí. Včasih imajo uslužbenci preveč dela in je na kakšno stvar potrebno malo počakati. To pa je tudi vse, kar se neprijetnega v domu lahko zgodi. A kdo ve bolje, kot prav oskrbovanci v svojih bolj ali manj častitljivih letih, da je življenje sestavljeno iz veselih in manj veselih dogodkov. Le od nas samih je odvisno, s katere plati gledamo. Vsem oskrbovancem želim, da bi znali na svet okoli sebe gledati le s sončne strani, da bi bila njihova jesen v domu sv. Martina čim lepša!

Vilma V. Merčun, hči stanovalke



V DOMU SV. MARTINA NAM POPESTRIMO ŽIVLJENJE



Praznovanje rojstnih dni

Danes, 16.11.2009, ob 10h smo se zbrali v skupnem prostoru doma. Praznovali smo. Med nami sta bila dva slavljenca: Vido Kuštrin 90 let in Franca Janša 85 let. Direktorica gospa Kati je prebrala o Vidi, kar so napisali njeni domači – da je izredno skromna ženička, so rekli. Voščilnici, cvetje in pa velika torta, ki sta jo spekla Marta in Slavko. Mmm, kako je bila dobra!

Praznovanje so nam popestrili otroci iz vrtca Srednja vas s svojim prisrčnim nastopom. Da so lahko skakali kot zajčki, so se za 10 min umaknili in si naredili kape z zajčjimi ušesi in pripeli repke. Lepa hvala vzgojiteljicama, da sta jih tako lepo pripravili. Veste, otroci nas še prav posebno razveselijo.

Žvanova Zofka nas je razvedrila z veselimi zvoki, ki jih je izvabila iz svojega meha. Na kraju pa sta nas z obiskom počastila še župan Franc Kramar in podžupan Jože Sodja, ki sta prišla voščiti Vidi. Tam pri vratih sem opazila nekaj domačinov. Kako lepo, sem si mislila. Naš dom je res dom odprtih vrat.

Še ta misel s table – naj z njo zaključim : DOBRO SE BOMO POČUTILI, KO BOMO NEHALI OBTOŽEVATI

Kostanjev piknik

O, kostanjev piknik s svojci v soboto, 17. vinotoka! Kljub mrazu uspel! Zahvala gre osebju Doma, vse od direktorice Kati, preko vrlih deklet – zdravniškega in negovalnega osebja, strežnic, ki so nam poleg ostalega osebja prijazno pogrnile klopi s toplimi odejami, pa do pridnih kuharjev, ki so poskrbeli za naše želodčke. Poleg prebivalcev Doma se je piknika udeležilo tudi precejšnje število svojcev. Na koncu so nam razdelili še buhteljčke, v katere so kuharji zamesili zvit trakec s pomembno mislijo. Na mojem je pisalo: »Ne govorite o svoji sreči človeku, ki je manj srečen od nas (Pitagora).« Veš, dragi Pitagora, spoštujem tvoj matematični izrek (saj sem ga že pozabila – je morda tisti o PI?). Za tole idejo pa nisem čisto gotova.

Fani Potočnik, stanovalka



ŽIVLJENJE V DOMU

Dom sv. Martina je velika pridobitev za domačine in na sploh. Je lepo urejen, stavba je lepa in tudi notranjost je enkratna – sodobna.

Hrana je odlična, primerna za starostnike, tudi kavo dobimo – kuharice dobro skrbijo za nas.

Poskrbljeno je tudi za zabavo. Obiskali so nas pevski zbori in popestrili naše bivanje v domu. Tudi diapozitive o slovenskih gorah smo gledali. Najbolj so nas razveselili otroci – malčki s svojim nastopom, pa otroška folklor. Ob tem smo se spomnili svojih mladostnih dni in nam je bilo toplo pri srcu. Da bi kar z njimi zaplesali, če bi nas noge le hotele ubogati. Na koncu naj pohvalim še sestre, ki se trudijo, da ustrezajo našim željam. In želimo tako sodelovati še naprej.

Alojzija Košir, stanovalka



Študentke geografije predstavljajo države sveta



MAJINA PESEM

*Dolgi so dnevi, dolge noči ...
Spomin nas popelje v nekdanje dni.
Prelepe trenutke nam zopet budi:
topel dom in toplo ognjišče,
pesem ptic in domače dvorišče.
Življenje nam drobna darila ponuja,
kdor jih opazi,
mu vsak dan radost prebuja.
To se zavemo tedaj,
ko nas usoda popelje v drug kraj,
ko nam bolezen prekriža poti,
v hipu življenje nam spremeni.
Obupani iščemo toplo dlan,
sklonjeni z glavo začenjamo nov dan.
Kje so zdaj cvetoče poljane?
Kje so pisani šopki rož?
Kje je zdaj sveže pečena potica?
Tišina in žalost se ugreza v lica.
Dobra misel pretrga spomine ...
In hitro nas žalost spet mine,
saj sreča nas čaka na koncu vasi,
k sebi vabi otožne ljudi,
v varen dom,
v varno zavetje,
kjer bo v jeseni dišala pomlad,
kjer bo v jeseni spet pisano cvetje. **Maja Grm***



MOJE ŽIVLJENJE



Po dolgem premisleku, kaj bi delil z vami, sem se odločil, da napišem nekaj o sebi in se vam na ta način predstavim.

Rodil sem se 22. septembra 1942 na Bledu, na kmetiji »Pr Danej«. Ime sem dobil po očetu, ki mu je bilo ime Joža, mama pa je bila Vida.

Starša sta na Bledu zgradila hotel Krim. Po vojni leta 1947 so ga nacionalizirali. Takrat se je morala družina s tremi sinovi v samo treh urah izseliti na kmetijo h »Kozlu« v Gorje. Oče jo je podedoval, vendar je bila v slabem stanju. S trdim in pridnim delom sta jo starša obnovila, čeprav sta morala začeti iz čiste »nule«. V zakonu sta se jima rodila še dva sinova, tako da je bila družina številna. Pet sinov ni bilo lahko preživeti. Poleg mene, kot najstarejšega, so bili še Janez, Danilo, Tonej in Dušan.

Po končani osnovni šoli sem star okoli 15 let ponovno odšel na Bled k »Daneju«. Tja me je povabil stric Ivan Vester, ki ni imel družine. Kot najstarejši nečak sem imel takrat ta privilegij, da postanem stričev naslednik. Za tisti čas je bil stric Ivan zelo napreden mož. Pomagali so mu dekle in hlapci. Čeprav sem se na tej kmetiji dobro počutil, sem se odločil, da poskusim kmečko prakso tudi v Nemčiji. Sprejet sem bil na zares sodobno kmetijo, opremljeno z najnovejšimi stroji in pripomočki, ki so takrat obstajali. Gospodar in njegova družina so me imeli izredno radi, zame so lepo skrbeli. Tam sem živel dve leti. Nato sem se vrnil nazaj na Bled, saj je zdravje strica Ivana pešalo in je potreboval novih moči.

Kmalu sem odšel v vojsko v Trogir. Po končani vojski sem vse svoje življenje posvetil kmetiji in delu na njej. Kmetija »pri Daneju« je bila ena največjih in



bogatejših kmetij na Bledu. Še danes sem zelo ponosen nanjo. Poleg kmetovanja smo se ukvarjali tudi s kmečkim turizmom.

Ko pišem svoje spomine, mi spomin priključuje moj avto Opel karavan, rdeče barve, ki je bil eden prvih na Bledu. To je bilo leta 1963. Prav tako sem imel med prvimi traktor Steyr. Čeprav je zelo star, je še danes vozen. Doma smo med drugimi imeli tudi žago, sodobne stroje in mehanizacijo. Veliko uslug sem naredil drugim okoliškim kmetom.

Življenje je nanoslo tako, da sem ostal sam, brez otrok in družine.

Tudi moje zdravje je začelo pešati, zato sem se odločil, da odidem v dom. Tako sem januarja leta 2009 prišel v Dom sv. Martina v Srednjo vas. Sedaj za kmetijo skrbi nečak in po moji smrti bo kmetija njegova. Čeprav mi je bilo težko pri srcu in nisem lahko zapustil kmečkega življenja, sem čedalje bolj vesel in zadovoljen, da bivam med tako dobrimi ljudmi, ki zame skrbijo in mi delajo družbo.

Vesel sem obiskov svojih sorodnikov, prijateljev. Najbolj vestno me obiskujeta brat Janez in nečakinja Janja, ki poskrbi, da dobim stvari, ki jih potrebujem.



Nikoli v življenju si nisem predstavljal, da se bom kdaj znašel v domu, toda vedno bolj se zavedam, da se bolje, kot se imam sedaj, res ne bi mogel imeti.

Rad bi se zahvalil prav vsem zaposlenim in mojim sobivancem za vse lepe trenutke, prijazne besede in skrb, ki sem jo deležen.

Jožef Vester, stanovalec



ŽIVLJENJEPIS VIDE KUŠTRIN

Vida Kuštrin se je rodila dne 16. novembra 1919 v Ljubljani v družini Tauses kot najmlajša hčerka. Njeno otroštvo je bilo lepo in največkrat se spominja preživetih izletov na Šmarno goro ter iger z domačimi živalmi, ki so jih imeli veliko. Ljubezen do živali jo spremlja že vse življenje.

Po končani šoli je pomagala očetu, ki je opravljal delo v notarski zbornici. Po vojni se je zaposlila na Finančnem ministrstvu, kjer je spoznala svojega bodočega moža. Poročila sta se leta 1947 v Ljubljani. Leto kasneje se jima je rodil sin Igor, dve leti kasneje pa še hčerka Breda.

Zaradi vzgoje otrok je po rojstvu hčerke začasno ostala doma, nato pa se je zaposlila v radijski hiši v Ljubljani kot administratorica in kasneje tajnica informativnega programa. To delo je opravljala do upokojitve.

Po upokojitvi so se začele zdravstvene težave, ki jih je bolj ali manj uspešno prestajala. Po upokojitvi moža sta se za stalno naselila v Stari Fužini, kjer sta uživala na sprehodih v lepi naravi, tako pozimi v snegu kot poleti ob jezeru. Vsak petek je pričakovala in se veselila srečanja z ostalimi najbližjimi, predvsem pa jo je razveseljevala vnukinja Mateja. To najlepše obdobje se je končalo po osmih letih s smrtjo njenega moža.

Zaradi zdravstvenih težav ni mogla živeti sama, zato je od ponedeljka do petka živela pri hčerki v Ljubljani, čez vikend in za praznike pa s sinom v Bohinju, kjer je bila še vedno najbolj srečna. Njene zdravstvene težave so se z leti stopnjevale in tako je sedaj v Domu svetega Martina v Srednji vasi, kjer je lepo in dobro poskrbljeno zanjo in je v okolju v »svojem« Bohinju.

Igor Kuštrin, sin

PESEM ANE LEGAT

Ponedeljek je rekel

Torku, da naj

Sreda vpraša Četrtek,

Če je res Petek rekel,

da je po Soboti – NEDELJA!



ŽIVLJENJE FRANCA GRAMCA

Bralcem časopisa bi rad predstavil zanimivo življenjsko zgodbo svojega očeta Franca Gramca. Rojen je bil kot najstarejši otrok leta 1925 v vasi Kamence v župniji Čatež ob Savi, kjer je tudi preživel mladost.

Z začetkom 2. svetovne vojne se je njegovo življenje in življenje celotne družine zelo spremenilo. V nedeljo, 2. novembra 1941, se je začela njihova kalvarija. Nemci so jih izgnali z njihovega doma, s seboj so lahko vzeli samo najnujnejše stvari. Njihovo zbirno taborišče je bil, kot za mnoge izgnance, grad v Brestanici. Od tam so jih odpeljali v Nemčijo, v mesto Strigau v taborišče lager 122. Premeščanje se je nadaljevalo še v osemnajstih taboriščih po Nemčiji, Poljski in Franciji. V taboriščih so bile razmere za življenje nevzdržne, ob zelo slabi hrani in boleznih. Po vsem tem križevem potu se jim je v mestu Vestenbergu 30. avgusta 1943 pri prisilnem delu smrtno ponesrečil oče Martin, ki je zapustil devet otrok, najmlajši brat Martin je bil star komaj devet dni. Z mnogo problemi in pomoči ostalih družin so njegove posmrtne ostanke dovolili pripeljati na domače pokopališče.

Osvoboditev so dočakali 15. novembra 1944 v mestu Morhange v vzhodni Franciji. Osvobodila jih je ameriška 7. armada. Po treh letih in desetih mesecih so se 26. avgusta 1945 končno vrnili domov, kjer jih je čakalo pogorišče domače hiše. Ker nesreča nikoli ne počiva, je oče 29. decembra 1945 pri delu v gozdu nevede brcnil v vojaško mino, skrito pod listjem. Eksplozija je pomenila izgubo vida pri dvajsetih letih. Po vseh zdravljenih je prišel v dom slepih v Škofji Loki, kjer se je izučil za pletarja. V domu je spoznal bodočo ženo Frančiško, ki je žal pred dvanajstimi leti umrla. Po selitvi v Kranj je bil zaposlen v tovarni Iskra števci. Njegov hobi je bilo izdelovanje lesenih kuhalnic, ki so po celem svetu. Užival je tudi v poslušanju radia in dopisovanju s slovenskimi uredništvi v tujini, posebej za radio Vatikan in BBC London, ki ga je poslušal od leta 1952 do ukinitve. Zlom kolka letos aprila ga je prikrajšala za hojo. V Domu sv. Martina se počuti dobro in zelo mu je všeč, ker obiskuje svete maše. Zahvaljujem se gospodu župniku Ivanu Jagodicu in vsem zaposlenim za njihovo plemenito delo.

Igor Gramc, sin



KDO JE STANISLAV LUŽAR?



Od 3. junija 2009 je sostanovalec Doma sv. Martina. Ljubi svojo ženo, tri otroke in šest vnukov. Nadvse mu je všeč rojstni kraj Mengeš, takoj za tem Bohinj – že od nekdaj. Družina, ljubezen do soljudi, poštenost in delo so njegove vrednote. Rad je delil misli z drugimi, marsikatero tudi zapisal. V svojo debelo beležnico je zapisoval misli velikih ljudi – tudi svoje. Nekaj smo jih izbrali, da jih preberete tudi vi. To so misli, ki povedo, kdo je ata Stane.

Če resnično ljubimo, jih ljubimo z njihovimi napakami vred!

Sanjal sem, da je življenje le neskončna radost. Pa sem se zbudil in spoznal, da je življenje napor. Potem sem delal in doumel, da je v delu radost. (R. Tagore)

Dve svobodi sta: lažna, ki človeku dovoljuje, da dela, kar se mu zljubi, in resnična, v kateri lahko dela, kar mora.

Učenje je podobno veslanju proti toku, brž ko prenehaš, te tok začne odnašati.

Vrzi iz sebe vse staro – in boš večno mlad. (J. W. von Goethe)

Kdor izgubi poštenost, nima več kaj izgubiti.

Srečen je tisti, ki junaško brani tisto, kar ljubi.

Močan je tisti, ki premaga sebe.

Močan si toliko, kolikor je močno tvoje upanje.



Laž je religija sužnjev in gospodarjev, resnica pa je Bog svobodnega človeka.

Razum je kot padalo, deluje le, kadar je odprto.

Vsaka temna noč ima svetel konec.

Resnica je posoda lepote, svobode, večnega življenja. Dokler sem zvest resnici, sem zvest sebi, dokler delam v njenem imenu, bo moje delo rodovitno, ne bo ovenelo od pomladi do jeseni.

Moje delo je knjiga ljubezni – odpri jo domovina, da boš videla, kdo ti je pravičen sin!

Dal sem ti, kar sem imel, če je bilo veliko ali malo – Bog je delil, Bog razsodi!

Dobrota prihaja iz človeškega srca in išče človeško srce.

V Domu je srečal čudovite ljudi, ki ga negujejo, hranijo in se pogovarjajo z njim. Srečujemo vas tudi mi, ki k atuhodimo še rajši zaradi vas. Svoje delo opravljate kot poslanstvo do sočloveka. Hvala vsem in vsakemu posebej

Vodičarjevi, Abramovi in Lužarjevi

O JOŽEFI OBED

Glede na vaše vabilo, da bi nekaj napisali o vaših stanovalcih oziroma naših sorodnikih, sem se opogumila in bom napisala nekaj vrstic.

Sem sorodnica oziroma mož je nečak vaše stanovalke Jožice Obed. Z možem jo prideva večkrat obiskat. Udeležujeva se tudi vaših vabil na skupna druženja. Joži je zelo pridna, delovna in družabna. V življenju ji gorje ni bilo prizaneseno. Že v otroških letih ji ni bilo lahko in vso nadaljnjo življenjsko pot se je borila z možem Stanetom zgolj za preživetje. Hodila sta iz planine v planino, pasla živino in si tako krajšala čas in služila kruh. Pasla sta živino na Klomu, Ratitovcu, Bitenški planini, Ribčevi planini in še bi jih lahko naštevala, pa saj to Joži najbolj ve. Tako so minevala njena najlepša leta v mladosti in vse do nedavnega. Sedaj se ji je odprlo življenje v svet pod vašim okriljem in vašo streho, kar pa mislim, da si tak človek tudi zasluži. Res zelo lepo od Občine Bohinj, da je v veliki meri poskrbela za njeno, sedaj lepo življenje.

Zdravko Mohorič, nečak



ROZALIJA CERKOVNIK IZ STARE FUŽINE

6. junija je Rozalija Cerkovnik iz Stare Fužine praznovala svoj 90. rojstni dan. Rozka – Mežnarjeva mama, kot jo kličejo domači, sovaščani in vsi, ki jo poznajo, je v svojem dolgem življenju veliko preživela. Njena skromnost, sreča in dobra volja so jo pripeljale do tako visoke starosti. Zadnja leta ji je zdravje začelo pešati, od 16. januarja 2009 je v Domu sv. Martina v Srednji vasi.

Rozalija se je rodila 6. junija 1919 v Bohinjski Češnjici, po domače »pri Brdarju«, očetu Janezu in mami Ivani. V družini so bili štirje otroci: Rozalija, Marija, Jože in Ana. Do svojega 14. leta je hodila v OŠ v Srednji vasi. Doma je pomagala staršem na polju in varstvu mlajših dveh sester in brata. Veliko je tudi vezla. Nabirala je gozdne sadeže, maline, borovnice, brusnice, da je zaslužila kakšen dinar. Služila je v Valvasorjevem domu pod Stolom in v Stari Fužini, po domače »pri Ribiču.« V mladih letih je majarila na planini Krstenica, kjer je spoznala svojega moža Jožeta Cerkovnik.

Leta 1946 se je poročila na moževo kmetijo v Stari Fužini. Kmalu so se rodili otroci: Marija, Marjan in Jože. Z možem sta vzgajala otroke, skrbela za kmetijo in oddajala sobe gostom. Sodelovala sta na kmečki ohceti in kravjem balu v Bohinju. Tudi kasneje, ko je postala vdova, je še naprej sodelovala na kravjem balu do leta 2007.

Delo na polju in z živalmi jo je vedno razveseljevalo. Rada je za družino in za druge zamesila kruh in ga spekla v krušni peči. Kljub visoki starosti in težavam, ki so jo pestile, se je potrudila in pekla kruh vse do lanskega leta.

Po moževi smrti je živela s sinom Jožetom, snaho Marijo in vnukinjama Petro in Heleno. Otroci so jo razveselili s šestimi vnuki in devetimi pravnuki. Vse ima zelo rada in je vesela vsakega obiska.

Mama je svoj 90. rojstni dan praznovala v Ukancu, v krogu družine in prijateljev. Osebno sta ji tja prišla voščit gospod župan Franc Kramar in gospod župnik Ivan Jagodic.

V Domu sv. Martina v Srednji vasi pa so ji tudi pripravili kratek kulturni program s pogostitvijo: zaposleni v domu, varovanci in otroci iz vrtca v Srednji vasi. Direktor doma Marko Koselj ji je čestital za njen visoki jubilej in vsem varovancem doma, ki praznujejo v mesecu juniju. Kljub visoki starosti še vedno veselo zavriska.

Marija Stare, hči



DOLŽINA ŽIVLJENJA NAŠEGA JE KRATKA ...

Rodila sem se Mariji in Francu Hudomal v majhni idilični vasici Korpe nad Blagovico. Bili smo povprečna družina, ne bogati, ne revni. Ker pa sem bila peti od šestih otrok, zame ni bilo denarja za študij. Mama me je vpisala v krojni šiviljski tečaj v Ljubljani, najprej v začetni, nato še v nadaljevalni. Šivala sem bolj malo, ker ni bilo časa. Imeli smo 20 hektarjev zemlje in morala sem delati na polju. Pri 24-ih letih sem se poročila v Šinkov Turn pri Vodica. Z možem sva se dobro razumela, bil je umirjen in ni posebej užival v družbi. Jaz pa sem šla rada v družbo, ker sem rada pela, dobro plesala, kdaj pa kdaj povedala kakšno šalo in so me ljudje imeli radi. Z možem sva zgradila hišo in imela tri otroke. Bil je dober mož, a je žal prekmalu preminil, že pred petindvajsetimi leti. Kmalu zatem, ko je mož umrl, sem zaključila službo v Leku in se upokojila. Da bi lažje prebolela njegovo izgubo, sem šla kuhat v planine. Prvo poletje, leta 1986, sem kuhala v Koči pri sedmerih jezerih, nato pa enajst poletij v Pogačnikovem domu na Kriških podih. Vedno bolj so me začele ovirati zdravstvene težave. Letos januarja me je pretresla smrt mojega najstarejšega sina Romana. Zelo rad je zahajal v Bohinj na ribolov. Ko se je nekega zimskega popoldneva vračal z ribolova, ga je v Logu v Bohinju v smrt zbil vlak. Zato zelo sovražim bohinjsko železnico! A naključje je hotelo, da sem od avgusta dalje tudi sama v Bohinju ...

Jožefa Vrtačnik, stanovalka

DESETLETJE NA KRIŠKIH PODIH

Pogovor z Jožefo Vrtačnik

Dobro desetletje (od 1987 do 1997) ste preživeli na Kriških podih, kjer ste bili kuharica v Pogačnikovem domu. Pogačnikov dom je 2050 metrov visoko in do njega je z vseh strani najmanj tri do štiri ure hoda. Kako ste vi prišli gor in dol?

Vedno sem šla peš. Hodila sem počasi, a sem vedno prišla prej kot v štirih urah.

Na katere vrhove so odhajali obiskovalci Kriških podov?

Odhajali so na Razor in Planjo, na Šplevto, na Pihavc, pa na Stenar in celo na Škrlatico. Prihajali pa so iz Vršiča ali so se tja vračali, iz doline Vrat in iz Trente.

Kako je potekal delovni dan na Kriških podih, kadar je bilo lepo vreme?

Od petih do šestih zjutraj je dežurni v kuhinji delil čaj, od šeste ure dalje pa sem bila v kuhinji tudi sama in se je že dobilo skoraj vse, kar so si planinci zaželeli,



najpogosteje šunko z jajci. Zajtrk je bil do devetih, potem pa sem začela pripravljati kosilo. Kruh sem mesila vsak dan trikrat in vsakič sem ga spekla po tri pekače. Edino če je bilo slabo vreme, malo manj. Za osebje sem kuhala posebno kosilo. Za obiskovalce sem pripravljala polento in golaž, ričet, joto iz zelja ali iz repe, zelenjavne juhe, fižolovo juho, pašto, makaronovo meso, ajdove žgance z zeljem, polnjene paprike itd. Po kosilu ni bilo časa za počivanje. Popoldne sem spet mesila testo za kruh, pa tudi pekla pecivo, rožičev božični kolač, potice, včasih sem cvrla krofe, flancate, miške itd. Celo popoldne do večera smo delili hrano. Čaja je bilo treba skuhati sto litrov na dan, pa ga je bilo še premalo. Kuhali smo šipkov čaj, ki smo mu dodali citronko. Zvečer smo eno uro čistili kuhinjo. Spat smo šli šele ob 23h.

Kako pa je bilo, kadar ni bilo veliko obiskovalcev in je zunaj deževalo?

Tudi če je bilo slabo vreme, smo imeli vedno nekaj planincev, ki so zgodaj zjutraj odhajali. Ne spomnim se, da bi bili kdaj čisto brez obiskovalcev. A če je bil dež, sem popoldne lahko malo počivala. Zvečer smo včasih tudi zapeli. Simon ali Matej (oskrbnika) sta zaigrala na kitaro, peli smo, včasih če je prišla družba s harmoniko, pa smo tudi zaplesali.

Ali je kdaj, ko ste bili na Kriških podih, tudi snežilo?

Že avgusta je včasih zapadel sneg, da obiskovalci niso upali sestopiti. Včasih še do žičnice nismo mogli. Ker je voda zmrznila, smo talili sneg za čaj.

Kdaj vam je bilo na Kriških podih najlepše in kdaj najtežje?

Zmeraj je bilo enako. Vedno smo delali kot norci. Ampak v Planinskem društvu Radovljica so me vsako leto zelo lepo prosili, da sem šla delat. Zaslužek je bil za silo, prav veliko ni bilo. Mogoče je bilo težje takrat, ko sem na stopnicah padla na nek cepin in se poškodovala, a sem zato ravno tako delala.

Na Kriških podih so vas večkrat obiskovali tudi kozorogi. Kdaj so običajno prihajali?

Prihajali so zgodaj zjutraj. V luknje v skali smo jim dajali sol. Samci so se večkrat ruvali za prevlado. Mladiči so morali potrpežljivo čakati na sol, ker jim starejši kozorogi niso pustili blizu. Včasih je bilo več kot dvajset kozorogov naenkrat. Pa tudi ovce so prišle.

Ali ste na Kriških podih videli še kakšne druge živali?

Videli smo svizca, kače – črnega gada, gamse, ki so bili malo nižje, enkrat je prišla prav pred kočo tudi lisica. Ovc je bilo po šestdeset naenkrat okoli koče, same so se



pasle. Ko sem eno leto odhajala v dolino, so hotele z menoj, tako da sem se morala skriti, da so se obrnile. Veliko je bilo tudi planinskih kavk, v vročini pa so bile precej nadležne mušice.

Ali so na Kriške pode prihajali tudi tujci?

So. Veliko je bilo Italijanov, prihajali so Nemci, Nizozemci, Angleži, Čehi in drugi. Čehi so spali kar v šotoru za domom.

Kako je bilo, ko je bilo največ ljudi v Pogačnikovem domu?

Včasih je v domu prespalo še enkrat več ljudi, kot je ležišč, tudi po 150 do 200 ljudi. Spali so vsepovsod: po klopeh, mizah, pod klopmi, za šankom, v kopalnici. Spali so po tleh in nisi mogel stopiti nikamor, ker so vsepovsod ležali ljudje.

Kako danes gledate na tista poletja, ki ste jih preživel visoko v gorah?

Planinsko društvo Radovljica mi je podelilo posebno diplomo in veliko spominsko sliko – v les izrezljan Pogačnikov dom. Ostali so tudi lepi spomini na življenje v gorah in na delo, ki ga je bilo vedno veliko. Če je bila hiša polna, je bilo prijetno kuhati. Ko pa je bilo ljudi preveč, je bilo izredno stanje. Pomembno je, da smo se vedno dobro razumeli in da se nismo nikoli skregali. V spominu so mi ostali tudi lepi razgledi, ko smo opazovali sončne vzhode iznad Stenarja. Ko je bila gosta megla v dolini, so bili Prehodavci (ki so v isti višini na drugi strani doline) čisto blizu, tako da smo se hecali, da gremo tja na kavo.

Vilma V. Mračun, hči



Pred Pogačnikovim domom na Kriških podih



POLETJE Z MAMO V SREDNJI VASI

Začelo se je s požarom v kuhinji domače hiše, kjer sta živela mama in oče. To je bilo pred 13 leti. Sledilo je še nekaj nenavadnih dogodkov in bilo je očitno, da se z našo mamo nekaj dogaja, da je nekaj zelo narobe. Kmalu je bilo potrjeno, da je mama zbolela za Alzheimerjevo demenco, ki vodi v izgubo spomina.

Ko imamo diagnozo, se lahko začne zdravljenje, ki pa v primeru te bolezni zaenkrat ni zelo učinkovito. Bolnik nevidno drsi v nek nov svet, hkrati pa se trudi ohranjati stik z realnostjo. Svojci pa se začno učiti potrpežljivosti, iščejo način, kako živeti s takim bolnikom, kako mu pomagati, pa tudi kako ohraniti zdrav, pristen odnos z ljubljeno osebo, ki se zelo spreminja.

Nimam namena na tem mestu opisovati zgodovine materine bolezni, ki je dolga in polna preobratov, obupa in upanja. V vseh teh letih smo se vsi, ki skrbimo za našo mamo, veliko naučili o tej bolezni. Zdi se nam tudi, da smo v teh letih šele dobro spoznali blago, mirno naravo naše mame. Ne vemo, ali je pozabila vse, kar jo je kdaj skrbelo, žalostilo, ali pa je res v sebi z vsem pomirjena. Hvaležni smo, da je njena demenca mirna. Ostale so le še pesmi, ki jih je vedno rada pela, pa hvaležnost do vsakega, ki se trudi, da bi ji naredil kaj dobrega (žvižganje pa je novo). Čeprav ne ve, kdo je ob njej, čuti topel, spoštljiv odnos in to je zelo pomembno.

Poletje z mamo v Srednji vasi je res prelepo, nočemo, da se konča. Kot bi se mir in lepota narave, ki obdaja Dom sv. Martina, naselila tudi v njem. Mirni smo, ker je za mamo sedaj dobro poskrbljeno. To se zelo odraža tudi na njej.

Vedno, kadar jo obiščemo, je dobre volje, mirna, nasmejana, nobenega nemira ni v njej. Skoraj vse zaposlene v Domu že poznamo, tudi veliko stanovalcev, celo nekaj domačinov. Prijazno osebje je vedno pripravljeno pomagati, kadarkoli jih kaj prosiš. Že v recepciji te sprejme prijazen pozdrav. Vedno ti kdo ponudi roko, če jo potrebuješ, ali pa ti prinese celo malico na vrt. Res, imamo same lepe izkušnje. Ta hiša si res zasluži ime Dom. Tako vzdušje, tak način pa seveda ne nastane kar čez noč in ko ga enkrat imaš, ga je treba skrbno negovati in ohranjati. Začelo se je gotovo pri prvi dobri misli: narediti nekaj dobrega za tiste nemočne ljudi, ki sami ne morejo več skrbeti zase.

Hvala, ker nam pomagata na poti proti istemu cilju: omogočiti spoštljivo, človeka vredno življenje v njegovi jeseni. Želimo, da bi naše sodelovanje še dolgo trajalo.

Ivana Robežnik v imenu otrok Ivanke Schwarzman



JESEN ŽIVLJENJA NAŠE MAME

Pred 22. leti je umrl oče. Mama je v stanovanju ostala sama. Nekaj let se je zelo dobro držala. Hodili smo k njej na obiske, pa tudi ona je rada prišla k nam.

Nekega dne smo opazili, da ni več taka, kot smo jo bili navajeni. Zaprla se je vase, ni se hotela pogovarjati o svojih težavah. Moj mož mi je predlagal, da jo čez zimo vzamemo k sebi. Še danes vidim njen obraz. Ko smo jo vprašali, če gre z nami, nam je odgovorila: »Rada, samo če vam ne bom v napoto«. Moja otroka sta jo zelo lepo sprejela. Imeli smo se lepo in bila je član naše družine. To je trajalo 17 let. Med tem se je domov vračala samo v času našega dopusta.

Ves čas je bila zdrava. Pred sedmimi leti pa si je zlomila kolk. Po operaciji se je začela vedenjsko in govorno spreminjati. Prav pozorna sem postala nekega dne, ko mi je na mojo prošnjo, naj skuha fižolovko, odgovorila, da je ne zna.

Njeni zdravnici sem omenila njeno stanje. Dala mi je napotnico za specialista. Ta je na podlagi pogovora z njo in testov ugotovil začetek demence. Dobila je zdravila in od takrat bolezen stagnira. Medicinska sestra me je napotila v društvo Spominčica za samopomoč svojcem bolnikov z demenco. Skupina se sreča enkrat mesečno in verjemite mi, da komaj čakam naslednje srečanje. S strokovnim osebjem se odkrito pogovorimo o naših bolnikih. V skupini so me naučili, da je normalno, da je mama včasih žalostna, jezna, da ponavlja iste stvari, da kakšno stvar težko razume. Naučili so me, da jo znam poslušati, da se čim več pogovarjam z njo, da jo pohvalim, da jo večkrat pobožam. Spoznala sem, da se je treba mami prilagajati. Tako sem olajšala življenje njej in sebi.

V Bohinju pa se je bližala otvoritev Doma. Brat in sestra sta mi svetovala, da napišem prošnjo za sprejem. Tudi zaradi moževe bolezni je bila odločitev lažja. Ko je 15. januarja odhajala skozi vrata naše hiše, sem mislila, da mi bo počilo srce, obenem pa sem imela občutek, da se mama ni zavedala, kaj se dogaja. V Domu je bila najprej nastanjena v sobo za dve, misleč da ji bo družba koristila. Pa sem se zmotila. Ob spoznanju, da mama ni zadovoljna, smo predvidevali, da je reakcija posledica bolezni. Potrebovala je svoj mir. Po dveh selitvah je danes mama zelo zadovoljna. Vsem, ki prihajamo na obisk, se rada pohvali, kako lepo sobo ima, pa razkazuje pogled na Senožeta, kjer je mlada grabila seno, pa kako, da dobro kuhajo, pa koliko obiskov ima, ki jih vsak dan čaka v avli Doma. Kljub temu, da vsi nismo prav od blizu, naša mama ni pozabljena. Pa tudi v Domu pravi, da jo negujejo »ta domači«. Od jeseni pa je soseda postala še njena edina sestra.

Ob tej priliki bi se rada zahvalila vsem zaposlenim v Domu. **Francka Ergaver, hči**



ANA NUŠA KOLAR

Škripanje čevljev po makadamski poti ob živalskem vrtu. Pomlad. Lesene kocke med žafrani na travniku ob Večni poti. Velika noč. Zgodnje otroštvo. Mama. Sprehod z njo po zasneženem Tivoliju. Sankanje z mamo na Tranči. Zgodnje otroštvo. Zdelo se je, da bo trajalo večno.

Njena mladost.

Sprejem v dom. Sv. Martin v Srednji vasi v Bohinju. Hodiva ob bohinjskem jezeru. Spremljata naju Ajka in Šiba. Pogovarjava se. O otroštvu. O njenem. O mojem. O najinih skupnih spominih. O njenih zgodnjih letih v Rožni dolini. O njeni mami, ki je vzgojila tri hčere. Včasih tudi s trdo roko. O očetu, ki je bil mehka duša. O sestrah. O šoli. O vojni. V gimnazijo je hodila med vojno. Bilo je težko. Da bi pomagala, je mama tudi pletla. Tudi lepe norveške puloverje, ki so jih potem prodajali v Dom. Nekaterih stvari se spominja, drugih ne. Kot v pasovih. Vprašanje – se spomniš? – je prepovedano. Spravlja jo v stisko.

Hotela je postati igralka. Hodila je v gledališče in se učila Shakespeara. Celega Hamleta je znala na pamet. Pa Prešerna, Zupančiča. Marsikaj zna še vedno. Pot jo je zanesla drugam. Ukvarjala se je s predšolsko vzgojo. Vedno delovna, natančna, sistematična.

Nato je prišla družina. Oče in jaz. Topel dom. Ljubezen do narave. Doma je bila vedno kakšna žival.

Potem so prišli vnuki. Bila jima je Babica. Ves čas. Do zdaj.

Prišla je bolezen. Grda. Kar mislili smo, da bo bolje. Pa ni bilo.

Vedno sem si želela, da bi bila moja mama zadovoljna. Pogosto ni bila. Preveč zahtevna je bila do sebe.

Mislím, da je zdaj vseeno našla svoj mir. V lepem okolju, ob prijazni skrbi vseh okrog nje. In v najinih sobotah, ki so bile najine že dolga leta.

Katarina Kolar, hči





JOŽE IN TONČKA PREZELJ

Tončka(Antonija), rojena 20. aprila 1934 na Češnjici pri Železnikih. Oče je bil gozdni delavec – voznik, mama pa gospodinja. Bilo je osem otrok. Imeli smo majhno kmetijo, ki nas je zelo zaposlila in tudi reševala pred lakoto med vojno in po njej. Brez pridelkov doma bi bili večkrat lačni. V šolo je Tončka začela hoditi po vojni (med vojno pri nas ni bilo šole), zaradi njene bolezni pa je šolo končala predčasno. Imela je namreč probleme s hrbtenico. V službo je šla 22. februarja 1954 v Alples. Kot delavka je tam služila kruh do 13. decembra 1982. Pri svojem delu je imela nesrečo, odrezala si je del prstov na desni roki, zato ima tudi nekaj invalidnine.

Jože Prezelj je rojen 22. decembra 1936 na Češnjici kot četrti otrok v družini. Pri njegovih štirih mesecih življenja je imel meningitis, posledice v duševnem razvoju so ostale za vse življenje. V šolo je Jože začel hoditi po vojni. 17. decembra 1953 je prav tako kot sestra Tončka tudi on začel delati v Alplesu kot pomožni delavec. Februarja 1970 je imel nesrečo in ima še danes kovino v roki. Zaradi težkih razmer v gospodarstvu so ga 21. julija 1991 predčasno upokojili. Jože ima 37 let in 7 mesecev delovne dobe.

Leta 1965 sta dobila Jože in Tončka dvosobno stanovanje v bloku in tam sta ostala do odhoda v dom 4. februarja 2009.

Ves ta čas sta živela skupaj in si pomagala. Tončka je gospodinjala, Jože je pomagal pri delih, kjer je mogel in znal. Velikokrat sta se udeležila izleta z invalidi. Pomagala pa sta tudi pri delu na domu staršev, pri sušenju sena, varstvu bratovih otrok, skrb za obolelo mamo ...

Težave, zaradi katerih smo začeli iskati dom, so se začele vidno kazati. Začela sta zamenjavati denar, nista razumela vrednosti denarja, nista redno oziroma po predpisih jemala zdravil, tudi kuhanje je postajalo »čudno« ... Nekaj časa smo zanj skrbele sestre, svakinje ...A je bilo zelo težko, ker smo preveč oddaljeni (le svakinja živi na Češnjici) in imamo vse velike družine.

Rešitev smo našli pri Vas v vašem domu. Zdaj smo zadovoljni. Zanju ne bi mogli tako skrbeti. Tončka ima še vedno domotožje, Jože pa je zelo dobre volje. Izpolnila se jima je želja, da ostaneta skupaj.

Hvaležni smo vam sestre, brat, svakinja.

Lojzka Bernik, sestra



MOLITVI MOJE MAME NEŽKE BAŠKOVIČ

O Marija, klic srca,
bodi nam usmiljena.

Ti nam moreš pomagati, saj si Mati.

Ko nikjer ni več pomoči,
si nam zvezda v temni noči.

Ne presliši prošnje glas,
ljuba Mati, usliši nas!

Živiva skupno, ljubi Jezus, brez tebe manjka mi moči.
S teboj se ne bojim viharjev, če moj čolniček vodiš ti.

Moliva skupno, ljubi Jezus, in najin klic prodre v nebo.
Če s tabo molim, večni Oče gotovo me uslišal bo.

Deliva delo, ljubi Jezus, vse misli, pota in skrbi.
Obilen blagoslov bo želo, če z mano delaš Jezus ti.

Trpiva skupno, ljubi Jezus, naj zbada trnje, rani križ.
Izpijva grenki, bridki kelih, sladak bo, če z menoj trpiš.

Ljubiva skupno, dobri Jezus, srce je tvoje sreče vir!
O daj nebeške mi ljubezni, daj moji duši božji mir.

In s tabo si želim umreti, s teboj se smrti ne bojim.
Ob tvoji roki, trikrat sveti, naj še v nebesa pohitim.

In ko omahnem v težkem boju, bo tvoj še zadnji moj smehljaj.
Takrat, usmiljeni moj Jezus, dobrotno mi odkleni raj.

Marica Uršič, stanovalka



ZA DOBRO VOLJO:

MEDVEDEK

Majhen medved sprašuje mamo: »Mami, ali sem jaz res medvedek?«
Mama mu odgovori: »Seveda si medvedek, sinko!«
Drugi dan spet sprašuje mamo: »Mami, ali sem jaz res medvedek?«
Mama spet odgovori: »Sinko, seveda si medvedek! Zakaj pa to sprašuješ?«
Mali medved pa pravi: »Ja, zato, ker me zebe kot psa!«



ČRNI RIBEZ

Sinko sprašuje mamo: »Mami, kaj pa je to?«
Mama mu odgovori: »Sinko, to je črni ribez.«
Sinko radovedno vpraša: »Zakaj pa je črni ribez? Ali ne vidiš, da je rdeč?«
Mama odgovori: »Sinko, to je pa zato, ker je še zelen.«

ZREZKI

Učiteljica sprašuje otroke, kaj so jedli prejšnji dan za kosilo. Večina otrok odgovori, da so jedli zrezke, Janezek vedno odgovori, da so jedli enolončnico. Pa Janezek potarna svoji mami: »Zakaj pa pri nas vedno jemo samo enolončnice, drugod pa zrezke?«
Mama mu svetuje: »Pa reci še ti, da si jedel zrezke, če vsi drugi tako pravijo.«
Učiteljica naslednji dan spet sprašuje otroke, kaj so prejšnji dan jedli za kosilo. Janezek ponosno reče: »Včeraj sem pa jedel zrezke.«
Učiteljica ga vpraša: »Ja, koliko pa si jih pojedel?«
Janezek odgovori: »Tri zajemalke!«

Jana Urbanc, medicinska sestra



NAGRADNA IGRA ZA STANOVALCE

Pripravili pa smo vam tudi za vsak mesec eno uganko, da bodo vaše sive celice malo delale.

V avli na oglasni deski bo napisana ena uganka in vi boste morali napisati na listek rešitev, ki ga boste odvrgli v škatlo, nato pa bomo vsak mesec izžrebali nagrajenca. To bo veljalo samo za stanovalce, začeli bomo v mesecu januar ju.

Veliko sreče pri ugibanju vam želimo!

Jana Urbanc, medicinska sestra

PREGOVORI

Če prosinca ne zmrzuje, ne sneži, rad sušec to nadomesti.

Če je Svečnica zelena, bo Velika noč zasnežena.

Če breskve pred Gregorjevim cveto, trije eno pojedó.

Če sončen je april in suh, bo maj za lepo vreme gluh.



MISEL ZA NEKEGA LEPEGA DNE:

Ne, nisem več brezdomka na tem svetu, streho imam nad glavo.

Neža Maurer



Zavod sv. Martina

Uredniški odbor:

Alenka Zorč

Jana Urbanc

Monika Polanc

Maja Grm

Sandra Košnik

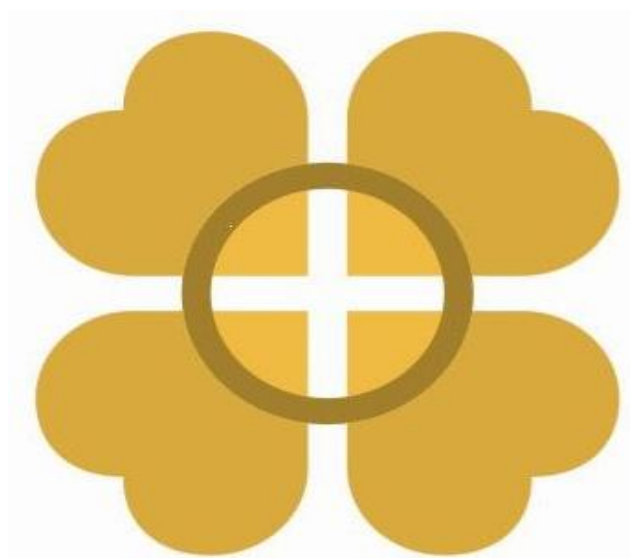
Saša Urh

Tehnična podpora: Janja Hodnik

Avtorica naslovne fotografije: Vilma V. Merčun

Avtorica naslovne slike sv. Martina: Ema Gogala

Lektorirala: Urša Skobrne



Zavod sv. Martina

Srednja vas v Bohinju 33 A

4267 Srednja vas v Bohinju