

Kazalo vsebine

- | | | | |
|----|--|----|--|
| 3 | Vrednote, ki so vodilo delovanja našega Doma | 25 | Kuharska delavnica z Urošem Štefelinom |
| 4 | V prihodnost moramo gledati optimistično | 26 | Spremembe in izzivi na področju dela pomoči na domu v času epidemije |
| 5 | Dom zadovoljstva | 27 | Korona na terenu |
| 6 | Dom Taber uspešno nadaljuje delo | 28 | Izkušnja, ki mi je spremenila pogled |
| 7 | Življenje ni le to, kar se nam zgodi, pač pa tudi to, kaj mi s tem storimo | 29 | Spoštovanje, priložnosti in medsebojno sodelovanje s starejšimi v Domu Taber |
| 10 | Rudi razmišlja ... | 31 | Prostovoljstvo |
| 11 | Delo je predstavljalo velik izziv | 33 | Simbioza skupnost |
| 12 | Vpliv virusa covid-19 na delo v finančno-računovodski službi | 34 | Naši ustvarjalci |
| 13 | Delo v rdeči coni | 35 | Družbeno odgovoren delodajalec |
| 14 | Delo v sivi coni | 36 | Zahvala donatorjem |
| 15 | Delo tehnične službe v tem letu | 37 | Domska anketa 2020/2021 |
| 18 | Glasilo Tabrov koronček | 42 | Bivanje v rdeči coni |
| 19 | Izkušnje, ki nas povezujejo | 43 | Doživljanje izolacije |
| 20 | Preselitev ambulate | 57 | Omogočeni video klici in obiski |
| 21 | Delo ekonoma v korona času | 58 | Drage gospe |
| 22 | Delo varuha v sivi coni | 59 | Iz prelepe Besnice v prelepo Šmartno |
| 23 | Delo v kuhinji v korona času | | |
| 24 | Delo v kuhinji | | |



- 60 Dom Taber - dom lepih doživetij
in prijaznih ljudi
- 61 Dom Taber - Moj poslednji dom
- 62 Dom Taber - moje tretje
življenjsko obdobje
- 63 Dom Taber - dom
medsebojnega spoštovanja in
priložnosti
- 64 Odločitev, zakaj je Pavel prišel v
Dom Taber
- 64 Kolesarski navdušenec Anton
Valant
- 65 Novi stanovalec Franc
- 65 Moje veselje
- 66 Življenje naše pokojne
stanovalke Jožefe Prašnikar
- 67 Življenje v Domu Taber v
covidnih časih
- 68 Težki časi v obdobju zaprtja
Doma
- 69 Dogodki v preteklem letu
- 70 Petkovi pohodi varovanega
oddelka h kajži
- 72 Oddih stanovalcev v Rogaški
Slatini
- 75 Malo za smeh
- 76 Razgibajmo možgane
- 79 Vaje za urjenje spomina





Vrednote, ki so vodilo delovanja našega doma

Neža Sirc, pisarniška referentka - receptorka

Spoštovani stanovalci, svojci, prijatelji, zaposleni in vsi, ki prebirate naš domski časopis!

Kakšno leto je za nami! Polno skrbi, vprašanj, napora, utrujenosti, naveličanosti. Preživeli smo dneve, ko je bilo zares težko, ko smo se spraševali, kdaj bo vsega tega že konec. In tudi dneve, ko se nam je zazdelo, da bo vse v redu. Med nami so se stkali neka povezanost, pozitivna naravnost, upanje v boljše čase in nenazadnje tudi prepričanje, da bomo z vrednotami, ki so vodilo delovanja našega Doma, zmogli. In smo. Do naslednjega poslabšanja razmer. A smo nato spet zmogli ...

Za letošnjo nit časopisa smo si zato izbrali vrednote. Katere vrednote so to? Zdravje, spoštovanje, pomoč, solidarnost, prijateljstvo, skrb za drugega. Vrednote, ki gredo preko naših ozkih interesov in ciljev in upoštevajo sočloveka. Samo skupaj lahko gradimo nekaj več, nekaj boljšega. En človek lahko naredi veliko, skupnost lahko premika meje.

Delovanje posameznikov je povezano z vrednotami v zasebnem življenju in na delovnem mestu. Glede na naše vrednote oblikujemo naše cilje in sprejemamo odločitve, kako bomo ravnali, da te cilje dosežemo.

S pomočjo vrednot smo uspešno krmarili skozi krizni vsakdan. Vodstvo je pravočasno sprejemalo prave odločitve in ukrepe za zaščito stanovalcev in zaposlenih. Kljub pomanjkanju zdravstvenega in ostalega kadra zaradi bolniških odsotnosti je delo potekalo nemoteno. Prav vsi zaposleni v službah zdravstvene nege in oskrbe, strežbe, varstva, fizioterapije in delovne terapije, v kuhinji, v pralnici, v tehnični službi, v sprejemni pisarni in v upravi smo složno sodelovali in se trudili, da bi življenje v Domu teklo kar se da normalno. V delovnem procesu je bilo veliko sprememb in vsakodnevnih prilagajanj. Predvsem takrat, ko smo morali zaradi okužb vzpostaviti rdečo cono.



V krizah običajno odpade vse nepomembno in do izraza pridejo vrednote in solidarnost neke družbe. V tej epidemiji smo v našem Domu lahko spoznali marsikaj: kako pomembno je zdravje, kako dobrodošlo je druženje, kako pomemben je iskren stisk roke ali prijazen pogled, sočutne besede v težkih časih, srčnost, pomoč in podpora drugemu, prijaznost, koliko zmoremo in kako smo lahko potrpežljivi, kaj pomeni spoštovanje drugega, kako pripadni smo našemu Domu in navsezadnje tudi, kako lahko tudi v krizi ustvarjamo majhne priložnosti za veselje, smeh in upanje.

V časopisu boste lahko prebrali, kako drugačno je bilo delo v tem letu in kako smo stanovalci in zaposleni doživljali to krizno leto in zaprtje Doma. Namesto zaključka želim z vami deliti misel belgiskega pisatelja Phila Bosmansa: »*Kriza lahko postane tudi blagoslov! Spodbuja nas, da razmišljamo o pravih življenjskih vrednotah. Odločiti se moramo, kaj je za nas res pomembno.*«

Kakšno leto je pred nami? Ne vemo. A bomo zmogli ...

Imejte se lepo ob prebiranju našega domskega časopisa.





V prihodnost moramo gledati optimistično

Martina Martinčič, direktorica

Spoštovane bralke in bralci Novic iz Tabra!

Čas res hitro teče in pred nami je že šesta izdaja Novic iz Tabra.

Leto 2020/21 si bomo vsi zapomnili zaradi epidemije SARS-CoV-2. Življenje se nam je vsem zelo spremenilo, še posebno pa to velja za domove starejših občanov. V času, ko pišem ta prispevek, se že pripravljamo na četrti val epidemije. V Domu Taber je precepljenost stanovalcev in zaposlenih zelo dobra, zato upam, da nam virus v prihodnosti ne bo povzročal večjih težav. V zadnjem letu smo se glede virusa kar precej naučili, tako da bomo morebitni četrti val in zaprtje države bistveno lažje prebrodili.

Z virusom se bomo enostavno morali naučiti živeti. Življenje bo oz. je drugačno, kot smo ga bili vajeni. To pa ne pomeni, da je vsega konec. Potrebno bo poiskati nove izzive in poti, kako si polepšati življenje. V Domu Taber si bomo prizadevali še naprej delati kar se da dobro. Trudili se bomo, da boste stanovalci še naprej deležni kakovostnih storitev in se boste v Domu počutili dobro.

V naslednjem letu načrtujemo gradnjo prizidka, kjer bomo nudili namestitev 48 osebam z demenco. V letošnjem letu načrtujemo v Domu izdelavo poti za aktivne, stanovalcem bomo omogočili koriščenje turističnih bonov v Rogaški Slatini, čaka nas podelitev certifikata Družbeno odgovoren delodajalec in še kaj bi se našlo. V prihodnost moramo gledati optimistično in verjeti, da nas čakajo lepe stvari.

V mesecu septembru poteče mandat članom Sveta zavoda Taber, zato bi se jim rada na tem mestu zahvalila za izredno dobro sodelovanje. Prav tako se zahvaljujem celotni Občinski upravi ter županu Francu Čebulju, saj so nam v teh težkih trenutkih vedno bili pripravljeni pomagati.



Izredno vesela pa sem, da se je v tem »korona« času na nas spomnilo ogromno posameznikov in raznih organizacij. Prejeli smo ogromno sporočil, lepih misli in tudi raznih donacij. Lepo je, ko vidiš, da v težkih trenutkih nisi sam! Zato iskrena hvala vsem donatorjem in ostalim, ki ste se na kakršenkoli način spomnili na nas.

Iskrena hvala tudi vsem našim prostovoljcem, saj smo kljub zaprtju Doma ostali povezani!

Na prvem mestu pa ste seveda naši dragi stanovalci in svojci. Iz srca se vam zahvaljujem za potrpežljivost, razumevanje, podporo in zaupanje v teh negotovih časih.

Dragi sodelavci, iskrena hvala za strokovno in odlično opravljeno delo! Dokazali smo, da smo v Domu Taber ljudje z veliko začetnico!

V upanju, da se življenje čim prej vrne na stare tirnice, vas vse lepo pozdravljam in vam želim prijetno branje!





Dom zadovoljstva

Franc Čebulj, župan Občine Cerklje na Gorenjskem

Leta bežijo, Dom Taber pa praznuje že šesto obletnico delovanja. Vodstvo Doma Taber ter vsi zaposleni v Domu dobro skrbijo za vse varovance in jim omogočajo boljšo kakovost življenja. Skrb za ostarele je za marsikaterega našega občana, kot tudi občane in občanke sosednjih občin, dom zadovoljstva.

Ob peti obletnici delovanja Doma Taber smo se resno spopadali s pandemijo covid-19, ki so jo zaposleni z vodstvom in oskrbovanci vzeli z vso resnostjo ter spoštovali vse ukrepe omejitev vsakodnevnega normalnega življenja.

Trenutno smo v delni sprostitvi sprejetih ukrepov, a žal se moramo zavedati možnosti četrtega vala pandemije že to jesen.

Prepričan sem, da bo vodstvo Doma, vključno z zaposlenimi, storilo vse, da varovanci ostanejo v varnem domu, saj si želijo varno počutje, zdravje in dobro oskrbo.

Z vodstvom Doma Taber snujemo nove načrte. Skupaj si želimo, da bo Dom Taber zgradil dodatne prostore za 48 varovancev, namenjene osebam z demenco.

Zavod Taber je v mesecu juliju odkupil del zemljišča, na katerem želi zgraditi dodatne prostore. S strani Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve si Dom Taber prizadeva pridobiti razširjeno koncesijo za opravljanje dejavnosti stacionarnega varstva. Odobritev koncesije bo znana ob koncu tega koledarskega leta. Skupaj z vodstvom Doma Taber smo izvedli že nekaj sestankov glede vloge za koncesijo ter druge potrebne dokumentacije, ki je potrebna za pridobitev gradbenega dovoljenja. Upam, da bo za gradnjo dodatnih prostorov možnost pridobitve tudi iz drugih virov, predvsem sredstev za okrevanje in odpornost po pandemiji ter evropskih sredstev.



Moja optimistična napoved je pričetek izgradnje dementnega oddelka v letu 2023.

Na levi strani, severno od transformatorske postaje, bo novi lastnik zemljišča Prva Hiša v prihodnjem letu gradil varovana stanovanja.

Po vseh zaključenih navedenih investicijah bo sledila hortikultura ureditev celotnega kompleksa Doma Taber.

Vsekakor je to velika obveznost za vodstvo Doma in člane Sveta zavoda. Vsem želim, da se vse projekcije uresničijo. Z novopridobljeno infrastrukturo bo dana možnost sprejema novih oskrbovancev, ki jim bomo omogočili boljšo kakovost njihovega življenja, hkrati s tem pa se bodo odprla tudi nova delovna mesta.

Domu Taber želim, tako kot do sedaj, še naprej uspešno delovanje, oskrbovancem pa prijetno bivanje.





Dom Taber uspešno nadaljuje delo

Anton Kopitar, predsednik Sveta zavoda

Dom Taber je tudi v letu 2021 uspešno nadaljeval delo po zastavljenih ciljih, opredeljenih v Programu dela s finančnim načrtom za letošnje leto, ki v prvi vrsti zagotavlja izpolnitev potreb, želja in pričakovanj stanovalcev in zaposlenih v zavodu. Poslanstvo Doma Taber je uporabnikom zagotoviti kakovostno oskrbo in zdravstveno nego. Tudi v tem letu se je še nadaljevala pandemija covid-19 in s tem razmere, ki so od stanovalcev in zaposlenih terjale dodatno angažiranje za preprečevanje širjenja okužbe v Domu. Tu gre zahvala zaposlenim za vestno opravljanje dela z oskrbovanci in obiskovalci, da sta bila ogroženost oz. število okužb minimalna.

Kadrovske razmere so v večini domov starejših v Sloveniji problematične, prihaja do akutnega pomanjkanja delavcev na vseh ravneh, od čistilk, strežnic, bolničarjev in medicinskega osebja. V zavodu Taber nas je letos zapustila glavna sestra, ki jo je vodstvu uspelo nadomestiti z notranjim premeščanjem. Zaradi pomanjkanja določenih profilov je zavod razpisal več štipendij s področja zdravstva. Tudi delo Sveta zavoda je bilo prilagojeno zdravstvenim razmeram, tako smo imeli dve redni seji in eno korespondenčno. Na rednih sejah v mesecu februarju in marcu smo obravnavali in potrdili letno poročilo za leto 2020, iz katerega je razvidno, da so bili zastavljeni cilji v celoti realizirani. Obravnavan je bil tudi predlog finančnega načrta za letošnje leto.

Zaradi vse večjih potreb po posteljah v domovih tudi zavod Taber pripravlja projekt za dodatno pozidavo pri obstoječem Domu in bo tako prispeval k razbremenitvi akutnega pomanjkanju prostora v domovih starejših.



V letu 2021 se članom Sveta zavoda Taber izteče mandat. Ob tej priložnosti bi se zahvalil za sodelovanje in organiziranost pri delu ge. Heleni Vončina, ge. Andreji Jerala, g. Zdravku Kastelicu, ge. direktorici Martini Martinčič, ge. Maji Gros in ge. Nastji Pipan. Na sejah je redno sodeloval tudi župan g. Franc Čebulj, ki mu gre zahvala za konstruktivno in tudi kritično sodelovanje.



Življenje ni le to, kar se nam zgodi, pač pa tudi to, kaj mi s tem storimo

Katarina Bitenc, socialna delavka

V domovih za starejše smo se letošnje leto srečevali z obremenitvami in pritiski, ki presegajo navaden delovnik, prevzemali smo naloge, ki običajno niso vezane na naše delovno mesto in se vsakodnevno odzivali na nova in nova navodila. Vse to je od nas zahtevalo veliko mero fleksibilnosti in nenehnega dogovarjanja ter usklajevanja, saj je morala vsaka služba v Domu prilagajati svoje delo trenutnim protokolom.

Sprejemi starostnikov v Dom so bili v tem letu še posebej zahtevni, saj so morali stanovalci namesto prijazne podpore in spodbude k vključitvi najprej prestat sedemdnevno izolacijo, nato pa še naprej ohranjati varno distanco in se čim manj družiti. Vsi stanovalci pa so bili prikrajšani za številne obiske svojcev in fizično bližino, saj je bil Dom določena obdobja povsem zaprt za obiskovalce, določena obdobja pa so obiski potekali pod točno določenimi pogoji.

Za stanovalce sem sprva organizirala prinos pribojnikov iz trgovine in naročanje video klicev ter navadnih klicev in jih opravljala skupaj z delovno terapevtko in fizioterapevtko, pozneje pa so te naloge prevzeli na recepciji, javni delavci in varuhi. Skupaj s strokovnimi delavci sem sodelovala tudi pri prevozi nepokretnih stanovalcev do prostorov v Domu, kjer so se lahko srečevali s svojimi bližnjimi. Veliko nalog je bilo vezanih na posredovanje in urejanje zadev med stanovalci in svojci, ki jih v običajnih razmerah lahko opravijo sami, v letošnjih razmerah pa je bilo vse odvisno od našega sodelovanja.

Zaradi izvajanja vseh ukrepov v zvezi s koronavirusom in zavedanja nujnosti le-teh, da bi kar se da zamejili vnos virusa v Dom ter opozarjanja svojcev in stanovalcev, kadar so jih kršili, sem bila velikokrat v notranjem nesoglasju s seboj, saj sem se hkrati zavedala tudi stisk naših stanovalcev in njihovih bližnjih, ki so pogrešali drug drugega.



Morda je kdo pogrešal tudi mojo prisotnost v sivi in rdeči coni, zato želim na tem mestu pojasniti, da sem v resnici izrazila pripravljenost za delo v conah, vendar bi to pomenilo, da bi me moral nekdo nadomeščati v pisarni. Če bi vsak dan prehajala med svojo pisarno in sivo ali rdečo cono, pa bi bilo preveč tvegano, da bi zanesla virus v del Doma, ki je bil relativno varen. Zato je vodstvo odločilo, da ostanem v rezervni postavi, če bi koronavirus dlje časa vztrajal v Domu in bi zaradi izčrpanosti menjala kakšno drugo strokovno sodelavko. S stanovalci v sivi coni sem komunicirala preko video klicev, ki jih je na njihovi strani vzpostavila delovna terapevтка, če je bil pa res potreben pogovor v živo, sem se pa tudi oblekla v zaščitna oblačila in opravila obisk.

V tem obdobju sem stanovalcem vsako jutro natisnila eno zgodbo iz knjige Jorgeja Bucaya »Ti povem zgodbo?« z željo, da bi jim krepile dušo in duha v teh neprijaznih časih. Naš moto je bil: »Ena zgodba na dan prežene korono stran!« Kdor je lahko bral sam, je dobil svoj izvod zgodbe, tistim, ki imajo



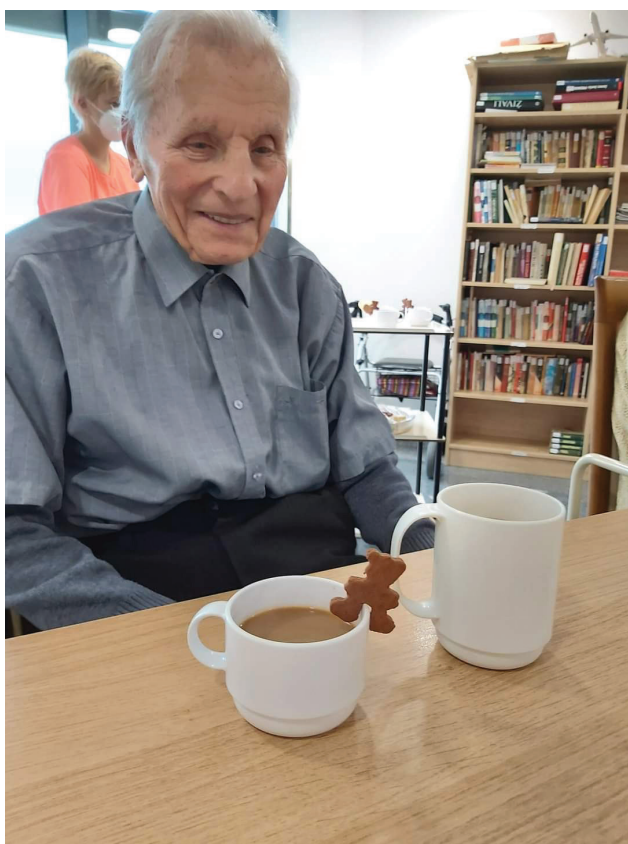
bolj utrujene oči, pa so zgodbe prebirali naši pripovedovalci, varuhi.

Če že nismo imeli izbire in smo morali upoštevati dana navodila, sem si prizadevala, da bi stanovalcem vsaj malo polepšali bivanje v domu. Skupaj z dvema stanovalcema sem poskrbela za jesensko dekoracijo, pri čemer smo iz starih, zavrženih knjig izrezovali papirnate buče in hruške, ki so krasile recepcijo in kavarno. Enega stanovalca, ki rad izdeluje figurice iz kalupov, sem spodbudila, da je izdelal kopije otroških jaslic. Imela sem tudi idejo, da bi spekli piškotke, ki se jih obesi na rob skodelice, in bi jih vsakokrat postregli ob kavi kot prijazno gesto, da naše stanovalce malo pocrkljamo in jim pokažemo, da so vredni naše ljubeče pozornosti. Na varovanem oddelku za osebe z demenco nam je to tudi lepo uspelo.

V resnici v življenju štejejo majhna dejanja in pozornosti na vsakodnevni ravni, ampak pridejo pa tudi prelomnice, ob katerih je prav, da malce postojimo in jih obeležimo drugače kot vse druge dni. Naša draga sodelavka je v jeseni praznovala okroglo obletnico in sem zanjo organizirala eno od presenečenj. Na travniku pred Domom smo ji pripravili veliko »Labodje jezero«, v katerem je lebdelo 12 labodov in dva šopka rož, narejenih iz balonov, ki smo jih sami napihnili in aranžirali. To je bila atrakcija tudi za stanovalce, ki so si jo z zanimanjem ogledovali in pozneje komentirali, kako je lepo, da znamo ljudi tako počastiti.

V tem obdobju je bilo prisotne veliko negotovosti in tesnobe, ko smo spremljali novice, v strahu čakali na rezultate hitrih testov stanovalcev ali zaposlenih, poslušali zgodbe iz drugih socialno-varstvenih zavodov in se spraševali, kaj bo sledilo, če koronavirus vdre v naš Dom. Namen vseh teh ustvarjalnih idej je preusmeritev pozornosti na pričakovanje dobrega, zavedanje hvaležnosti za še en dan, ko koronavirus ni bil prisoten v Domu, in kako bomo ta podarjen dan izkoristili. Da nismo samo v stanju čakanja, kaj hudega se bo zgodilo, ampak da zavzamemo proaktivno držo in ustvarjamo lepe trenutke, dvigujemo vzdušje in topimo tesnobo. Življenje ni le-to, kar se nam zgodi, pač pa tudi to, kar mi z njim storimo.







Rudi razmišlja ...

Rudi Sluga, namestnik direktorice za zdravstveno nego in oskrbo

»Korona«, covid-19, SARS-CoV-2 ... Je bilo sploh še kaj drugega v tem letu?

Ja seveda! Bilo je še vse ostalo delo, ki ga imamo, nato pa še »korona« povrhu ...

Kako smo zmogli? Še sam ne vem, kako... Neizkušenosť v taki situaciji, nepredvidljivost ... Bali smo se jo kot hudič križa. In ta strah je prisoten še danes. Prisoten bo še jutri. Le kdaj se ga bomo znebili ...?

Pri vsaki potezi pri delu nas je spremljal ta strah. Vsaka povišana temperatura, vsak bolezenski simptom, še kakšen neobičajen ... Pa smo vodje timov jemali brise in trepetali do izvida.

Ob vsaki napotitvi na zdravljenje v bolnišnico, ob vsaki napotitvi na specialistični pregled smo se bali, da okužbe ne bi zanesli k nam.

Nato pa prvi pozitivni izvid na covid. Vzpostavljamo sive in rdeče cone. Selitve. Kdo je zdrav? Do kam seže siva cona na oddelku? Ekipe, ki morajo vse to pokriti, ne smejo se prekrivati ... Dejansko stanje nam pokaže samo odvzeti bris. Le-te smo jemali vodje timov. Potrebno je bilo odvzeti brise vsem na oddelku. Kako stanovalcem to razložiti? Kako odvzeti bris, če bodo nasprotovali? K sreči so bili večinoma razumljivi, nekateri žal ne. Z delom smo začeli že ob 5. uri zjutraj, prebiranje raporta, iz katerega smo skušali izluščiti, kdo je ogrožen in kdo ne. Potrebno je bilo pripraviti zaščitno opremo in pripomočke za vnos v sivo ali rdečo cono. Začeli smo že pred 6. uro zjutraj, da je imela ekipa ob 7. uri podatke, kdo je okužen in kdo ne. In tako smo ponavljali ... Vsak vstop je moral biti predviden, da se ne bi morebitna okužba raznesla po Domu, da ne bi tudi sami zboleli in jo prenesli tudi domov ... Pod zaščitno opremo pa je vroče, se prepotiš, očala se ti zarosijo ... Ja, dodobra nas je stestirala ...

Večinoma so bili stanovalci dobro razpoloženi, veselili so bili vsakogar, ki je prišel v njihovo sobo in jim prinesel kakšno dobro novico. Nekateri žal ukrepov



niso upoštevali in smo se individualno prilagajali in upali, da ne počepnemo. Vsak se je v sobi znašel po svoje, da je ohranjal svojo psihofizično aktivnost. Pomagali smo, kolikor smo le lahko. Smo se pa vsi v tem času naučili uporabe elektronskih naprav in aplikacij. Skratka, opraviti smo morali svoje redno delo, ki ga je že tako na pretek, in to v zaščitni opremi. Potrebno je bilo res paziti, da se okužba ne bi raznašala. Razkužila so tekla in špricala v potokih.

Kot pravim, poleg dela s »korono« je bilo potrebno postoriti še vse ostalo delo. Stanovalci so ostali brez obiskov in smo postali vezni člen z »zunanjim svetom«. Bilo je težko, zaznamovalo nas je vse. In tudi v domačem okolju se nismo mogli »sprostiti«, saj nas je bilo strah, da ne bomo okužbo asimptomatsko zanesli v Dom.

Sedaj je situacija precej mirnejša, v veliki meri smo cepljeni, to nam daje občutek varnosti. Življenje se počasi vrača v stare tirnice, čeprav s cmokom v grlu. Res ne bi radi šli še enkrat čez to kalvarijo. Tako stanovalci kot zaposleni. Ni pa vse odvisno od nas, odvisno je od čisto vsakogar, ki stopi v naš Dom ...



Delo je predstavljalo velik izziv

Vanda Cerar, vodja tima

Covid-19, ki je v mesecu decembru 2020 vdrl skozi vrata Doma Taber, je v mojih očeh sprva prinesel občutke negotovosti in strahu, ob koncu pa celo pustil kanček pozitivizma, iz katerega izhajajo nepopisne delovne izkušnje in osebna rast. Verjeto si sama ne bi izbrala delovnega mesta v sivi ali rdeči coni, ne glede na delovno mesto in kraj, pa vendar sem bila ena izmed zaposlenih, ki je v cono morala vstopiti, »eden ali drug, navsezadnje je bilo delo potrebno opraviti«. Skozi ves ta čas so me gnali adrenalin ter sočutje in pomoč do soljudi.

Kot vodja AP in B-1-oddelka, ki sta logistično povsem locirana oddelka, je bilo delo vse prej kot enostavno. B-1-oddelek, ki je bil eden izmed prvih oddelkov v hiši, na katerem se je pojavila okužba s covid-19, ter AP-oddelek, ki se ga okužba k sreči ni dotaknila. Dva tako dislocirana in različna oddelka sta predstavljala velik izziv. Kot diplomirana medicinska sestra sem delo opravljala v sivi in rdeči coni celotne B-stavbe (jemanje brisov, zahtevnejši posegi zdravstvene nege, komunikacija s svojci in preostalim osebjem ter navsezadnje tudi podpora stanovalcem). Oddelek AP sem bila v času vrhunca epidemije primorana zapustiti, saj smo želeli zmanjšati prehajanje med okuženo in neokuženo stranjo hiše. AP-oddelek je v času epidemije pokrivala druga diplomirana medicinska sestra. Glava je tako rekoč morala slediti vsemu procesu in delu v hiši, saj so bili v času epidemije klici svojcev povečani, prisotne pa so bile tudi številne reorganizacije dela ter selitve. Obdobje covid-19 je tako poskrbel tudi za povečano sodelovanje različnih služb. Sem mnenja, da nas je covid-19 povezal, saj brez timeskega sodelovanja temu ne bi bili kos.

Ker vem, da so se med zaposlenimi v zdravstveni negi in stanovalci pojavljale stiske, tesnobe ter stres, sem se odločila, da izvedem raziskavo med zaposlenimi v zdravstveni negi in stanovalci, saj kot študentka zaključnega letnika podiplomskega študija - zdravstvena nega pripravljam magistrsko nalogo. Raziskovala bom pojavnost depresije,



tesnobe in stresa med zaposlenimi v zdravstveni negi in stanovalci v dveh domovih za starejše na Gorenjskem v času epidemije covid-19. Raziskava bo potekala na osnovi kvantitativnega in kvalitativnega dela. Kar pomeni, da bo večinski del predstavljal kratek anketni vprašalnik, ki bo meril postavke, kot so depresija, tesnoba in stres. Da pa bo raziskava še bolj verodostojna in zanesljiva, bo delo vključevalo še nekaj posameznih intervjujev, ki jih bomo izvedli s posameznimi predstavniki zaposlenih v zdravstveni negi in stanovalci doma za starejše. Ker so v svetu podobne raziskave že raziskane, v Sloveniji pa nekoliko manj, verjamem, da lahko z ugotovitvami raziskave doprinesemo k razvoju strokovnega dela.



Vpliv virusa covid-19 na delo v finančno računovodski službi

Maja Gros, namestnica direktorice za področje financ

Spomladi 2020 nam je drobní virus covid-19 spremenil naša življenja, navade, vzorce druženja, socialne stike in družinske vezi. Večinoma smo v nejeveri opazovali rušenje vsega znanega in ustaljenega, primorani smo bili popolnoma na novo postaviti svoje navade in se osamiti za zidove domov. Poletje je minilo v nekoliko mirnejšem ozračju, jeseni smo se ponovno vrnili v novo »normalnost«. Tako kot v privatnem življenju smo pretrese doživljali tudi službeno. Res, da z omembo covid-19 pomislimo najprej na zdravstveno krizo, vendar se nam je tudi v finančni službi sistem postavil na glavo. Vlada je z interventnimi zakoni želela omiliti posledice ukrepov, ki jih je sprejela v boju proti virusu, kar je v praksi pomenilo nešteto nejasnosti in različnih tolmačenj zakonov kot tudi popravkov letih. Nemalokrat se je zgodilo, da smo posamezen ukrep pretvorili v številke, vendar je tekom dneva prispelo z resornega ministrstva novo navodilo in izračune je bilo potrebno prilagoditi.

Največ dodatnega dela je bilo zaznati pri obračunu plač. Z razglasitvijo epidemije smo bili zaposleni upravičeni do dodatka za tvegane razmere, kriznega dodatka, nekateri tudi do dodatka za delo v sivi in rdeči coni. Pred izplačilom je bilo potrebno urediti vse administrativne formalnosti, predvsem ureditev notranjih pravilnikov, na podlagi katerih smo bili upravičeni do izplačila in naknadnega financiranja iz državnega proračuna. Nakazila iz državnega proračuna so bila realizirana z zamikom, kar je ponovno terjalo s strani finančne službe nemalo načrtovanja pri zagotavljanju likvidnih sredstev.

Težave so nam povzročale tudi odsotnosti zaposlenih, poleg naraščanja bolniških odsotnosti smo se soočali tudi z odhajanjem zaposlenih v karanteno, kot tudi izostajanja iz delovnega procesa zaradi tako imenovane višje sile, to je zagotavljanja varstva otrok do petega razreda osnovne šole. Spet smo se soočali z nemalo administracije kot tudi zlaganja denarnih sredstev za tovrstne odsotnosti



z dela. Tudi v finančno-računovodski službi smo se soočali z omenjenimi odsotnostmi, zato so bile stresne situacije pogostejše, z manj delovne sile smo morali opraviti še več dela.

No, malce v šali in malce zares, dogajale so se velike življenjske spremembe. In še se bodo, peklenski krog se prav gotovo še ni zaključil. Postkoronski stresni sindrom je že zahteval davek v povišanem številu ljudi, ki tožijo o depresivnih motnjah. Vendar živimo sedaj in v tem okolju. Vsekakor lahko veliko naredimo za sebe in svoje drage, če se ne prepustimo psihičnim pritiskom od zunaj. Bodimo ozaveščeni, da bo tudi to enkrat minilo, da smo lahko močni, zdravi in pogumni vedoč, da se bomo iz teh lekcij življenja tudi marsikaj naučili. Predvsem pa, da ni nič samoumevno in da se je potrebno za pridobitve zrelega človeštva vedno znova prizadevati, vsak od nas in vsak izmed nas. Moramo biti potrpežljivi in previdni, da bomo premagali to nevidno pošast, zaradi katere se dogajajo zgodovinski premiki. Nova realnost je tukaj. Prikrojimo si jo skladno s človeškostjo, empatijo in solidarnostjo.



Delo v rdeči coni

Klavdija Romšak, zdravstveni tehnik

Leto 2020, covid-19, »korona« leto. Virus je bil prisoten vseokoli nas. Mi smo se proti virusu borili dolgo časa, a doletel je tudi nas. Pojavil se je strah, kaj zdaj, kako naprej. Jeza, kaj smo naredili narobe, in na koncu upanje, vse bo dobro, zmogli bomo. Na to smo se pripravljali, potrebno se je zbrati, dati vse od sebe, predvsem pa ne obupati, ko bo najbolj težko. In zmogli smo, ob podpori stanovalcev, ki so se kljub okužbi počutili varni, ob podpori svojcev, ki so nam zaupali, predvsem pa ob podpori sodelavcev, ki so nam stali ob strani, nas spodbujali in bodrili, ko nam je bilo težko.

Naš delovni dan je trajal 13 ur. Ob prihodu v službo je najprej sledila predaja iz nočne ekipe, nato smo se oblekli v vso potrebno zaščitno obleko in odšli na delo. Opravili smo jutranjo nego, razdelili zajtrk, razkužili površine, izmerili vitalne funkcije, razdelili vso potrebno terapijo. Nato smo imeli kratek odmor za malico in da smo se nadihali svežega zraka. Nadaljevali smo s kosilom in opoldansko nego, ponovno je bilo vse prostore potrebno razkužiti, pregledati zalogo potrebnega materiala in manjkajoče naročiti. Sledil je odmor za kosilo, privoščili pa smo si tudi daljši počitek. Dan se je bližal h koncu, čakala nas je le večerja, večerna nega in urejanje odpadkov. Posebnosti dneva smo predali nočni ekipi in odšli domov. Vendar naša služba se ob odhodu ni končala, saj smo bili z mislimi ves čas pri stanovalcih in sodelavcih.

Ob koncu dneva smo odšli zadovoljni, saj smo delo opravili dobro, se je pa pojavljalo vprašanje, kaj nas čaka naslednji dan.



*Pogum ni odsotnost strahu,
temveč zmaga nad njim.
Pogumen človek ni tisti, ki
strahu ne čuti, ampak tisti,
ki strah premaga. (Nelson
Mandela)*



Delo v sivi coni

Nataša Lavtižar, delovna terapevtka

Bilo je po novem letu. Kdaj pa kdaj sem si že upala pomisliti, da se bo naš Dom ognil koroni. Pa se je zgodilo. Kot strela z jasnega. Kljub temu da smo bili pripravljeni, me je informacija o okužbi dodobra pretresla. Oddelka, kjer se je pojavila, bi se najraje v velikem krogu izognila. A je v življenju tako, da se določene stvari zgodijo z razlogom in se tako človek kaj novega nauči. Dobre tri tedne sem delala prav na tem oddelku, v sivi coni. Priznam, da so bili prvi dnevi zares stresni. Skrbelo me je, da ne bi okužbe prenesli med stanovalci, da se ne bi okužila sama in okužbe prenesla domov. Počasi sem dobila zaupanje v zaščitno opremo, da me zares ščiti, da si jo znam pravilno nadeti in še pomembneje, pravilno sleči. Delo na oddelku je bilo drugačno. Stanovalci niso smeli hoditi iz sob. Ko smo zaposleni prihajali v sobe v zaščitni opremi, smo poleg pozdrava najprej povedali svoje ime, saj nas niso prepoznali. Stanovalci so se dobro držali. Našli smo veselje v malih stvareh. Vsak dan so se razveselili kave po njihovem okusu. Prebirali smo nadvse poučne zgodbe Jorgea Bucaya: Ti povem zgodbo? Spodbudno smo jih poimenovali »Ena zgodba na dan prežene korono stran«. Telovadili smo po sobah in se tudi pohecali. Ta izkušnja nas je še bolj povezala in tudi utrdila. Lahko rečem, da mi ni žal in sem hvaležna, da sem imela možnost delati v teh razmerah.



*Čas je prepočasen za tiste,
ki čakajo, prehiter za tiste,
ki se boje, predolg za tiste,
ki žalujejo, prekratek za
tiste, ki se veselijo, toda za
tiste, ki ljubijo, je neskončen.
(Henry van Dyke)*



Delo tehnične službe v tem letu

Zdravko Kastelic, vodja tehnične službe

Tehnična služba zajema službo vzdrževanja in pralnico. Služba vzdrževanja skrbi za nemoteno delovanje opreme in naprav v Domu, opravlja različna vzdrževalna dela, razvoze kosil, prevoze stanovalcev, skrb za urejen Dom in okolico. Veliko pozornosti namenimo varnosti naših stanovalcev ter zaposlenih. Zato izvajamo redne periodične preglede za pravilno delovanje naprav za požarno varnost in osebnih dvigal, pomembno vlogo pripisujemo tudi učinkoviti rabi energije. Receptorji sproti vpisujejo okvare v knjigo popravil in v nujnih primerih pokličejo vzdrževalca.

V pralnici skrbijo za čistočo perila za potrebe zaposlenih Doma in stanovalcev. Za stanovalce opravljajo tudi dodatne storitve, kot so npr. šiviljske. Poleg tega poskrbijo za prinašanje čistega in zlikanega perila v sobe stanovalcev.

Prav vsak od nas lahko s kakšnim predlogom prispeva k boljšemu delovnemu vzdušju in doda delček sebe k uspešni zgodbi. Prijazni medsebojni odnosi so naš vsakodnevni izziv, saj vemo, da so nasmeh, topla beseda in občutek zaželenosti ravno tako pomembni kot odlično opravljena storitev. Moja pričakovanja do sodelavcev so pozitiven pristop, vztrajnost ter inovativnost, uvajanje sprememb, usmerjenost k reševanju problemov z upoštevanjem sodelavcev, visoki standardi kakovosti dela, stalno usposabljanje, sprejemanje drugačnosti, negovanje prijaznosti do vseh.

Vse to nam je še kako prav prišlo ob izbruhu pandemije covid-19, saj smo morali tako rekoč čez noč ob vzpostavitvi sive oz. rdeče cone spreminjati režime delovanja samega Doma. Pri tem smo upoštevali navodila regijskih koordinatorjev in naše službe ZNO.

Najzahtevnejša naloga je bila ukinitvev prostorov duhovne oskrbe v B-3 in ureditev štirih enoposteljnih sob z vso opremo. Selitev domske ambulante



in BP v vezni del A-1 ter ukinitvev prostorov fizioterapije ter postavitve rdeče cone. Trenutno smo uspeli ponovno vzpostaviti prostore fizioterapije, kar je dobro za naše stanovalce in zaposleno fizioterapevko.

Ob tem so naši zaposleni striktno upoštevali navodila o preprečevanju okužb s covid-19, saj je narava našega dela takšna, da se ne moremo izogniti prostorov ob vzpostavitvi cone (siva, rdeča). Delo mora biti opravljeno in napake odpravljene.

Ravno tako smo morali prilagoditi delo pralnice, saj je bilo tudi v času vzpostavitve rdeče cone perilo iz cone dostavljeno v pralnico. Zato je bila organizacija sprejema in oddaje perila pod strogim protokolom ravnanja zaposlenih in procesih pranja.

Ob tej priložnosti se vsem svojim sodelavcem zahvaljujem za požrtvovalnost, upoštevanje navodil in protokolov, da smo skupaj lahko preprečevali širjenje virusa covid-19 v našem Domu.



Ob sproščanju ukrepov covid-19 so se pred nami pojavili novi izzivi. Ker je bilo našim stanovalcem dovoljeno, da jih obiščejo njihovi svojci, je bilo potrebno zagotoviti prostore za obiske izven Doma. Zato smo se odločili, da najprej izvedemo zasteklitev dela terase na terasi oddelka demence A-1. Nato smo se lotili izdelave zimskega vrta ob terasi kavarne BP, da smo zagotovili tudi za ostale naše stanovalce možnost obiskov njihovih svojcev. Ob tem smo ugotovili, da so bile sanitarije največja pomanjkljivost za stanovalce v rdeči coni BP-fizioterapija. Tudi tega smo se lotili in vzpostavili ločen prostor, v katerem so tuš, umivalnik in wc, kar bo ob morebitnem novem izbruhu virusa covid-19 olajšanje za stanovalce rdeče cone.

Z zadovoljstvom ugotavljam, da smo kljub povečanemu obsegu del uspeli opraviti vsa redna vzdrževalna in investicijska dela, ki so bila potrjena v finančnem načrtu dela za leto 2021.

V okviru Projekta pridobitve certifikata Družbeno odgovoren delodajalec smo v naši službi pripravili med drugim tudi obvestila zaposlenim in stanovalcem o varčevanju z energijo.



Ker vsi delimo isto potrebo po ljubezni, je moč vsakogar, v kakršnihkoli okoliščinah, sprejeti kot brata in sestro.

Ne glede na drugačnost obraza, oblačil ali obnašanja ni med nami in drugimi nikakršnih bistvenih razlik. Nespametno bi bilo poudarjati razlike v zunanosti, kajti temeljna narava nam je vsem skupna.
(Dalaj Lama)





VARČUJ Z ENERGIJO IN
OHRANJAJ ZEMLJO ZELENO

**VEDNO UGAŠAJ LUČI, ČE NI
NUJNO, DA SVETIJO**

S svojim ravnanjem si doprinesel
delček za ohranjanje naše narave!



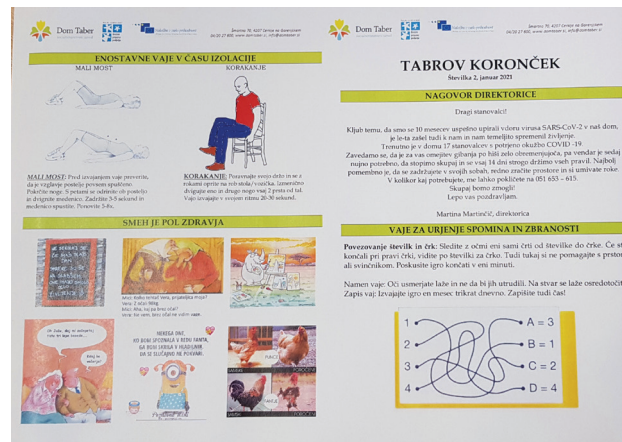
Glasilu Tabrov koronček

Neža Sirc, pisarniška referentka - receptorka

V letošnjem letu so naši stanovanke doživeli marsikaj. Tudi izolacijo v sobah. Da bi bili dnevi bolj pestri in da bi stanovalcem v sobah pregnali dolgčas, se je direktorica Martina domislila krasne ideje. Za stanovalce smo ustvarili glasilu Tabrov koronček. V enem mesecu smo izdali pet številk glasila.

Na začetku glasila je direktorica Martina vedno prispevala uvodni nagovor, v katerem je stanovalce obveščala, kakšno je stanje v Domu, koliko je okužb, kakšna so nadaljnja navodila, seveda pa ni pozabila na besede poguma, upanja in potrpežljivosti. V glasilu so sledile enostavne telovadne vaje v času izolacije, dihalne vaje in vaje za ohranjanje moči, ki jih je pripravila fizioterapevtka Mateja. Delovna terapevtka Nataša ni pozabila na vaje za urjenje spomina, ki so prav tako kot telovadba pomembne za ohranjanje vitalnosti. Vključili smo tudi razno zanimivo branje in poskrbeli, da so stanovalci izvedeli kaj novega. Tako so lahko na primer prebrali, katera zelenjava in sadje dobro pripomoreta k delovanju posameznih organov v telesu, kateri so nenavadni običaji po svetu, katere so najbolj ogrožene živali na svetu in zanimiva dejstva o naši Sloveniji. Tudi pozitivnih zgodb in misli ni manjkalo, saj smo se zavedali, da stanovalcem v sobah, še posebno tistim, ki bivajo v sobi sami, ni lahko in da jim vsaka pozitivna misel lahko spremeni razpoloženje. Stanovalce smo v glasilu tudi povabili, da napišejo, kako se v času izolacije počutijo, kaj premišlujejo, kako preživijo dan. Na koncu glasila pa smo vedno dodali kakšne šale, uganke, križanke in razvedrilne naloge, kot so poišči razlike in zrcalno slikanje.

Od stanovalcev smo dobili zelo dober odziv. Radi so prebirali glasilu in tako vsaj malo lažje zdržali izolacijo. Upamo, da izolacij po sobah ne bo več, ker pa so časi zelo nepredvidljivi, se lahko zgodi tudi kaj takega. Takrat pa se zopet beremo.



Najboljši del človekovega življenja so njegova mala, brez imena in pozabljena dela dobrote in ljubezni.
(W. Wordsworth)

Izkušnje, ki nas povezujejo

Mateja Murnik Gregorin, fizioterapevtka

»Tedaj je svetu zavladal nevarni virus, poimenovan je koronavirus. Po svetu so se začeli širiti strah, nezaupanje in pesimizem in temne sence so se zgrinjale na številne dežele, kjer sta se pred tem cedila med in mleko ...«

Takšen bi bil lahko uvod v še en znanstvenofantastični roman o apokaliptičnih epidemijah ali drugih katastrofah, ki smo si jih v preteklosti znali predstavljati le v svoji bujni domišljiji. Redkim posameznikom so bile poznane ekstremne situacije, kakršnim smo bili priča v preteklem letu in pol. Nismo si znali zares predstavljati resne grožnje, kakršen je izbruh množične bolezni. Ker nihče ni bil razsvetljen s podatkom, kako dolgo bo trajal boj s koronavirusom, smo sprva še nekako optimistično upali, da nam bo virus v našem Domu prizanesel. Izkazalo se je, da to ne bo tek na kratke proge, ampak vzdržljivostni tek z ovirami. Takšna tekma zahteva od sodelujočih tekmovalcev ustrezno taktiko za uspešno spopadanje. Vsak pri sebi smo morali najti svetle zveze, iz katerih smo lahko črpali moč. Na srečo smo ravno prav oddaljeni od urbanih mest, hribi in gozdovi pa so naši bližnji sosede in v njih je dovolj prostora za nabiranje nove, sveže in optimistične energije za moč.

Služba za fizioterapijo se je v preteklih osmih mesecih morala seliti dvakrat. Na srečo nisem postala



brezdomka. Večino časa sem si prostore delila s službo za delovno terapijo, krajši čas pa tudi s socialno službo. Stalnih prostorov ni bilo mogoče uporabljati skoraj osem mesecev. Terapevtske obravnave smo izvajali po sobah stanovalcev in oddelčnih hodnikih, če so razmere to le dopuščale. Spominjam se dneva, ko je padla odločitev, da je potrebno vse aparature in opremo izseliti. Bilo je ravno v času jesenskih počitnic in noči čarovnic, ki je otrokom vir navdiha o duhah ... V neprijetni situaciji se je utrnila misel, da bo fizioterapija postala prostor duhov in tako so se pokrita stojala kar mimogrede bolj za šalo kot zares spremenila v duhce. Na videz klavrna situacija je dobila pridih humorja. In moram priznati, da se je bilo vsaj v začetku lažje spopadati z novimi izzivi.

Dobra stran sobivanja z drugimi službami je bila hitrejši in učinkovitejši pretok vsakodnevnih informacij o stanju v Domu, ki se je včasih spreminjalo iz dneva v dan in celo iz ure v uro. Spremembe so postale naša stalna spremljevalka. Naše sodelovanje z gostiteljskima službama se je okrepilo. Sodelavkama se zahvaljujem za dobrodošlico in zgledno sodelovanje.



Preselitev ambulante

Beti Justin, medicinska sestra v domski ambulanti

Delo v ambulanti Doma Taber je zanimivo in hkrati zelo naporno, saj se delovnik nikoli ne konča točno ob koncu ordinacijskega časa, ampak šele takrat, ko so vsi akutni primeri obravnavani in oskrbljeni ter urejene vsaj nekaj sprotne birokracije.

Tako je bilo tudi tistega dne v decembru, ko se je v Domu pojavila prva okužba s covid-19. Že nekaj časa prej je bilo dogovorjeno, da se bo v primeru okužbe ambulanta selila na tako imenovani »vezni del«, saj smo prostore odstopili za namen oskrbe z okuženimi stanovalci. Ambulanta je bila namenjena zdravstvenim tehnikom, da so se lahko pripravili za vstop v »rdečo cono«. Tako sva bili z zdravnico tako rekoč čez noč primorani opravljati delo drugje. Na hitro je bilo potrebno preseliti popolnoma vse, kar se je nahajalo v ambulanti, ostale so le prazne omare. Pri selitvi smo sodelovali vsi zaposleni in je bilo delo relativno hitro opravljeno. Vendar pa je bilo nato nekaj časa potrebno, da sva se z zdravnico znašli, kajti prej smo vsi točno vedeli, kje se kaj nahaja, nato pa smo eden drugega spraševali, kje je to ali ono. Včasih je bilo že prav smešno. No, postopoma pa smo se le navadili in tudi uredili prostor, da je trenutno možno delati brez večjih težav.

Večja pomanjkljivost je, da stanovalci nekako nimajo dostopa direktno do ambulante in zdravnice, zato morajo na svoje zdravstvene težave opozoriti zdravstvene delavce na oddelku. Nato potem pride zdravnica na sobni obisk in stanovalca pogleda. Kljub temu se z zdravnico trudiva, da so vse potrebe po zdravstveni oskrbi zadovoljene, prav tako pa verjamem, da tudi kakšen sočuten pogovor domske zdravnice pripomore k dobremu počutju stanovalca. Zavedava se, da je tega mnogokrat premalo, a upava, da ga bo v prihodnje več.

Trenutno situacija še ni taka, niti ne vemo, kakšna bo epidemiološka slika jeseni, zato trenutno ambulanta ostaja še nekaj časa na »veznem delu«. Ob tej priliki bi želela opozoriti stanovalce in njihove



svojce, da se v primeru zdravstvenih težav obrnejo na oddelčno osebje, ki bo nato informacije posredovalo v ambulanto. Vsem stanovalcem želiva obilo zdravja.

*Če veš, kako biti
zadovoljen, si bogat.
(Lao Ce)*





Delo ekonoma v korona času

Anja Jagodic, ekonom

Čez noč je postala glavna naloga ekonoma naročanje zaščitne opreme in razkužil v upanju, da bi se izognili okužbi covid-19 oz., da bi bili v primeru okužbe res dobro pripravljeni. Potrebno je bilo zaščititi vse zaposlene in stanovalce, saj smo bili zelo izpostavljeni virusnemu bremenu. Hkrati pa nas je skrbela tudi odsotnost zdravstvenega osebja.

Je pa res, da smo v danem trenutku vsi potrebovali enaka zaščitna sredstva, ki jih ni bilo dovolj na zalogi. In tega blaga je primanjkovalo tudi dobaviteljem. Posledično so se cene zelo dvignile, nekateri so hoteli prodati tudi neprimerno zaščitno opremo, zato je bilo naročanje kar stresno, saj nikoli nisi vedel, ali bo naročeno blago ustrezalo standardom in če bo dobava pravočasna. Tako je bilo potrebno kar veliko dogovarjanja z dobavitelji, saj so nekateri dano situacijo izkoristili za še večji dobiček, mi pa smo se trudili poslovati čim bolj ekonomično. Moram reči, da smo imeli kar srečo in zavračanja blaga zaradi neustrezne kakovosti skoraj ni bilo. Dobavitelji, za katere smo se odločili, so bili zelo korektni in mislim, da so čutili našo stisko in nam pomagali, če so le lahko.

Potrebovali smo velike količine nitrilnih rokavic, zaščitnih mask, zaščitnih plaščev, zaščitnih kap, zaščit za obuvale, vizirjev, predpasnikov, tyvek kombinezonov, zaščitnih očal, kasneje pa tudi hitre teste za odvzem brisa. Seveda pa se je povečala tudi poraba vsestranskih visoko aktivnih razkužil za varno in učinkovito zaščito pred virusi.

Dana situacija pa je zopet pokazala, kako se v težkih trenutkih znamo še bolj povezati kot kolektiv in pomagati drug drugemu. Vsak izmed nas je imel kakšen slab dan, saj si enostavno mislil, da določenih stvari ne zmoreš. Takrat podpora in dobra beseda sodelavca naredita res čudež in te napolnita s še kako potrebno pozitivno energijo.



*Delaj to, v kar verjameš,
in verjemi v to, kar počneš.
Vse drugo je tratenje
energije in časa.
(Nisargadatta)*





Delo varuha v sivi coni

Neža Kropivnik, varuhinja v času zaprtja Doma

V Domu Taber sem pričela delati v začetku meseca novembra 2020, in sicer na delovnem mestu varuh. Delo je bilo kljub omejitvam zaradi koronavirusa dokaj razgibano. S stanovalci smo se družili v manjših skupinah, igrali družabne igre, šli na sprehod, pekli piškote, brali, peli in podobno. Ne glede na situacijo v državi smo ostali pozitivni, dokler nismo postali pozitivni.

Nekje v sredini januarja so me prosili, če bi se lahko pridružila ekipi v sivi coni. Nisem vedela, kaj pričakovati, malo pa me je bilo tudi strah. Najprej so mi pokazali postopek, kako pravilno namestiti zaščitno opremo, saj smo poleg maske morali nositi še zaščitna očala, vizir, kombinezon, rokavice in prevleke za čevlje. Že proces oblačenja nam je vzel kar nekaj časa, samo delo pa se je tudi občutno upočasnilo. Na strah pred virusom sem pozabila praktično takoj, ko sem naredila nekaj korakov. Prepotena sem bila, še preden sem stopila v prvo sobo, da o rosenju očal sploh ne izgubljam besed. Bilo je peklensko vroče!

Moje naloge v sivi coni so bile: pomoč pri razdelitvi zajtrka in kosila, pobiranje posode, kuhanje kave za stanovalce, razkuževanje kljuk, druženje s stanovalci po sobah. Vsak dan sem pohitela z delom, saj sem komaj čakala, da se skupaj z ostalimi puncami vrnemo v »našo sobico« (v sobo gospe Božič) na zaslužen odmor. Vse punce so bile res super, kljub resni situaciji smo se večkrat nasmejale, sama pa sem se tako navadila na njih, da mi je bilo prav čudno, ko je bilo konec sive cone in smo bile spet vsaka na svojem koncu. Na tem mestu bi rada pohvalila tudi kuhinjo, saj so nam vsak dan pripravili okusen zajtrk, kosilo in kavo.

Za stanovalce je bilo to obdobje kar precej stresno. Nekateri so močno potrebovali družbo in iskali več pozornosti kot po navadi. V sobah so bili praktično zaprti in izolirani cel dan. Predvsem tisti stanovalci, ki so bili od prej navajeni kavic, sprehodov, druženja, so se počutili ujete. Skupaj z delovno terapevtko



Natašo sva jim poskušali vsaj malo polepšati dan s kavo, branjem različnih zgodb ali zgolj s pogovorom. Večina stanovalcev je dobro sprejela ukrepe, so se pa tako kot pri vsaki stvari našle izjeme, ki so malo pokukale na hodnik in skočile na kratek sprehod. Pa saj jim nismo mogli zameriti. :)





Delo v kuhinji v korona času

Biljana Bučić, vodja kuhinje

V preteklem letu se tudi mi v kuhinji nismo mogli izogniti pandemiji, ki je zajela celotni planet. Primorani smo se bili prilagoditi in slediti smernicam svetovne zdravstvene organizacije.

Sama priprava hrane in ravnanje zaposlenih z živili je dorečena že v HACCP-sistemu, ki je enoten s smernicami v času pandemije, zato se naše delo v kuhinji ni precej spreminjalo. Delo z živili ni dovoljeno ne samo v času pandemije, v kolikor kažeš znake bolezni, nahod, vročičnost, črevesna okužba ipd. Spremenjena je samo obvezna uporaba zaščitne maske.

Da bi se izognili prenosu okužbe s strani zaposlenega na varovanca, s stanovalca na stanovalca, smo uvedli pribor in posodo za enkratno uporabo. Stanovalcem smo omogočili varnostno razdaljo, zmanjšali število oseb, ki so istočasno obedovali v jedilnici. Prostor večkratno prezračujemo in dodatno razkužujemo stole, mize in vse tiste površine, s katerimi so stanovalci v stiku.

Nekateri zaposleni v kuhinji smo se srečali z okužbo in prebolelostjo covida, smo se pa tudi enotno udeležili cepljenja.

Tudi letos sledimo kulturi prehranjevanja in se zavedamo, da se je na tem področju potrebno razvijati in izobraževati. Veliko truda vlagamo v obroke in serviranje hrane.

Udeležili smo se izobraževanja na področju zdrave priprave hrane brez konzervansov in aditivov. Prehrana je prepoznavna kot eden glavnih dejavnikov uspešnega staranja in je ključno sredstvo za preprečevanje fizičnega in duševnega poslabšanja s starostjo. Ustrezni prehranski vnos lahko prepreči povečano občutljivost na akutne in kronične bolezni, poslabšanje imunske funkcije in podhranjenost.



Kakovost hrane bomo ohranili s čim več uporabe lokalnega in sezonskega sadja ter zelenjave, zato vse več v oskrbo z živili vključujemo lokalne pridelovalce kot tudi domače predelovalce mesa in mesnih izdelkov ter mleka in mlečnih izdelkov.

*Sreča je kot metulj, ki ga
ne moreš ujeti; če pa mirno
obsediš, lahko sede nate.
(Neznan)*





Delo v kuhinji

Hermína Palić, servirka

Organizacija in komunikacija pri delu so bistvenega pomena za nemoteno delovanje ekipe in učinkovitega sodelovanja. Vzpostavitev pozitivnega odnosa s sodelavci lahko ustvari veliko bolj sproščeno okolje in zmanjša konflikte.

Zaradi tega enostavno v kuhinji čutiš pripadnost ekipi in si zaradi tega še bolj predan svojemu delu ter resnično skrbiš za uspeh te ekipe. Z dogovori in zastavljenimi cilji prispevamo k pozitivnemu rezultatu. Najbolj pomembno je to, da je končni rezultat prispevek cele ekipe, ne pa vsakega posameznika.

Moje izkušnje v kuhinji so zelo lepe ter vsakemu posamezniku priporočam, da v svojem življenju preizkusi veliko novih stvari, ker ga bodo mogoče prav one veselile.



*Kar naredi puščavo lepo,
je to, da je nekje v njej
skrit vodnjak.
(Antoine de Saint-Exupéry –
Mali Princ)*



Kuharska delavnica z Urošem Štefelinom

Janez Zupan, kuhar

Ko sem izvedel, da bomo imeli kuharsko delavnico z gospodom Štefelinom, sem bil zelo presenečen. Sprva se mi je zdelo, da naše delo v kuhinji in njegov način kuhanja nimata veliko skupnega. Njegova kuhinja slovi po zelo vrhunskih jedeh.

Po prvi uri kuharske delavnice pa sem svoje mnenje takoj spremenil. Od tako velikega kuharskega mojstra se da zelo veliko naučiti. Spoznal sem, da se po njegovih recepturah lahko kuha tudi v naši kuhinji. Recepti so zelo preprosti. Odvisno je le od kakovosti sestavin, ki so ti na razpolago. Uroš Štefelin je pristaš lokalno pridelane sveže zelenjave kot tudi mesa in ostalih sestavin.

Zelo sem vesel, da sem si pridobil znanje in kuhal z velikim mojstrom Štefelinom.





Spremembe in izzivi na področju dela pomoči na domu v času epidemije

Ana Starman, koordinatorica pomoči na domu

Ko sem bila sama že počasi v odhajanju na porodniško odsotnost v času, ko je bila v Sloveniji lanskega marca tudi uradno razglašena epidemija, se mi ni niti sanjalo, do kakšnih razsežnosti se bo vse skupaj razvilo in spremenilo. Otroci so kar naenkrat ostali doma, javno življenje se je ustavilo, trgovine zaprle, mestni vrvež potihnil. Ljudje pa so ostajali vsak s svojimi stiskami, strahovi, težavami.

Spomnim se prvih navodil, ki smo jih prejeli na področju pomoči na domu. Ustavitev koordinatorskih terenskih obiskov, prepoved sprejemanja novih uporabnikov, omejevanje že dogovorjene pomoči, uvedba številnih varovalnih, zaščitnih ukrepov za socialne oskrbovalke, ki so kljub strahu in visokemu tveganju vsak dan odhajale na teren. Navodila za delo so se spreminjala iz dneva v dan in če je bilo prilagajanje nenehnim spremembam stresno zame kot koordinatorico pomoči na domu, kako naporno je bilo šele za zaposlene na terenu. Delo, ki je zahtevno samo po sebi tudi izven epidemije, je zanje postalo dodatno oteženo in utrujajoče. Nenazadnje so od preostalega kolektiva v Domu postale ločene tudi fizično, saj zaradi varnosti vseh niso več vstopale v glavno stavbo Doma. Ljudje na terenu so pričeli živeti v nenehnem strahu in skrbi, ali in kdaj bo nevarni virus zašel tudi v njihovo hišo. Spominjam se klicev svojcev, ki so naše storitve preventivno odpovedovali. Nekateri od njih še danes čakajo na ponovni pričetek obiskov naših socialnih oskrbovalk. Seveda le tisti, ki imajo možnost, da sami poskrbijo za pomoči potrebne sebi najbližje, mnogo pa je takih uporabnikov, ki so sami in brez tuje pomoči ne gre.

Ko sem se pred časom vrnila na delovno mesto koordinatorice pomoči na domu, sem najprej preletela seznam tistih, ki jih zaposlene obiskujejo. Marsikoga sem pogrešila in kasneje izvedela, da je bil za nekatere izmed njih usoden prav virus covid-19. Žal. A potrebe po pomoči na domu na terenu ostajajo in se povečujejo. To je opazen trend, ne le pri nas, temveč tudi izven naših meja.



Žal zaradi kadrovske podhranjenosti v tem trenutku ne moremo ugoditi vsem ter tako mnogi, ki bi jim vsaj pol ure naše pomoči na dan prišlo še kako prav, ostajajo sami in čakajo. Na roko, na lepši dan, na kanček zdravja, na konec tega norega, čudnega, nenavadnega časa, na katerega se kar ne moremo in niti nočemo navaditi. Bilo nam je vse samoumevno. Sedaj ni nič več takega, kar bi nam bilo zagotovljenega. Le stalna sprememba ...

*Sreča se najprej razkrije v očeh, ker v njih najlepše sije njen smeh.
(Neznan)*



Korona na terenu

Frančiška Tepeš, socialna oskrbovalka

Nelagodje. Strah. Negotovost. Odgovornost.

To so občutki, ki so nam verjetno v vsaj majhni meri skupni, ko pomislimo na začetek lanskega leta. Že pred novim letom smo samo od daleč spremljali dogajanje na Kitajskem. Borili so se z neznanim virusom. Poročali so o smrtnih žrtvah, o tem, kako so "čez noč" postavili nove bolnišnice.

Bili smo prepričani, da nas val invazivnega virusa ne more doseči. Kmalu po novem letu pa so začeli prihajati podatki o prvih okužbah pri nas, v začetku marca pa je vlada razglasila epidemijo.

To je bil začetek zelo stresnega obdobja, ki je od nas zahtevalo ogromno prilagajanja. Veliko je bilo novih napotkov za delo, ki pa so se hitro spreminjali glede na epidemiološke smernice.

Ob upoštevanju napotkov smo socialne oskrbovalke nosile tudi veliko odgovornost, da smo v domove naših uporabnikov vstopale zdrave. Sčasoma so v Domu začeli izvajati tedensko testiranje zaposlenih, kar je pripomoglo k temu, da smo v domove vstopale brez strahu, da prenašamo okužbo na uporabnike.

Ena težjih stvari, na katere smo se morale navaditi, je bilo oblačenje in slačenje plaščev pri vsakem uporabniku posebej. Sama sem potrebovala kar nekaj časa, da mi je to prišlo v navado.

Tako kot oskrbovalke pa so se na ukrepe morali navaditi tudi naši uporabniki. Skozi zaščitno opremo je težko navezati pristen stik, pridobiti zaupanje, otežena je tudi komunikacija. Še posebej pri starejši populaciji, ki so občasno zmedeni, težje slišijo ...

Kljub vsem ukrepom je bila v tem času potrjena okužba s covid-19 pri dveh uporabnikih, a smo uspeli, da okužbe nismo prenesli naprej.

Sedaj je od začetka epidemije minilo že več kot leto dni. Tako uporabniki kot zaposleni smo se navadili



na ukrepe. Maske so postale sestavni del delovne uniforme, uporabniki pa so ob nas sproščeni ne glede na to, kaj imamo oblečeno preko oblačil. A kljub temu z optimizmom čakamo dan, ko bomo svoje uporabnike pozdravile z nasmehom, ki ga ne bo zakrivala nobena maska.





Izkušnja, ki mi je spremenila pogled

Anja Stare, zaposlena preko javnih del

Ko me ljudje vprašajo, kje delam, rada rečem, da sem zaposlena kot »deklica za vse« v Domu Taber.

Kdo bi si mislil, da bom nekega dne zaposlena v domu starejših? Jaz že ne! Kako hitro se situacija obrne in te popelje novim dogodivščinam naproti!

Splet srečnih naključnih dogodkov me je popeljal v svet ljudi, ki so v jeseni svojega življenja. Medgeneracijsko povezovanje me je sicer že nekaj časa zanimalo, a si nisem predstavljala dela v domu starejših.

Prvi delovni dan me je velikost hiše prestrašila. Ogromno stopnic, dvigal, hodnikov. Občutek, kot da sem se znašla v labirintu. A sem se v njej prav hitro našla - naslednji korak je bil spoznavanje oskrbovancev, kar zdaj tudi že dobro obvladam.

Šele ob delu s starejšimi sem ugotovila, koliko je vreden dotik, topla beseda, da je včasih dovolj samo stisk roke ali prijazen nasmeh, objem. No, smejati sem se naučila z očmi, saj pri delu nosimo zaščitne maske.

Nisem vedela, da premorem toliko potrpežljivosti in sočutja, ki ga v današnjem svetu na žalost res manjka.

Varovanci so me naučili, da je treba živeti počasi, saj življenje že tako hitro teče.

Moje delo je dinamično, vsak dan se srečujem z novimi izzivi, spoznavam različne ljudi in testiram svoje meje zmogljivosti. Postajam bolj iznajdljiva, treniram marketinške spretnosti, dojemam, da je življenje minljivo, in vidim, da imamo v resnici vsega preveč, pa nam še ni dovolj.

Izkušnja, ki mi je že spremenila pogled na svet in življenje - in pričakujem, da to še ni vse.

Zaključujem z mislijo: Kdor ve, da je dovolj dovolj, bo vedno imel dovolj.



*Vsakdo je videti lep,
če odvržemo svoje predsodke
in pričakovanja
o tem, kakšni naj bi bili
ljudje videti.
(Anthony de Mello)*



Spoštovanje, priložnosti in medsebojno sodelovanje s starejšimi v Domu Taber

Sebastijan Jarc, varuh

Delo s starejšimi je posebna priložnost in izziv, ki omogoča mlajšim ljudem, da onemoglim starejšim nesebično pomagajo in jim s tem polepšajo še tistih nekaj trenutkov življenja, ki jih imajo pred seboj. S tem načinom dela niso zadovoljni le stanovalci v Domu, ampak tudi zaposleni, saj vsak preko svoje notranje vesti čuti, da je naredil nekaj lepega in koristnega zanje. Vsakega stanovalca v Domu moraš imeti rad, to je pogoj, da lahko z veseljem opravljaš svojo službo, svoje poslanstvo, ki ti je namenjeno. Nekaj izkušenj pri delu s starejšimi sem dobil od svojih starih staršev, od dedka in babice, s katerima sem bil v času otroštva in odraščanja veliko skupaj. Spomnim se lepih dogodkov iz preteklosti, ko smo skupaj hodili na izlete v naravo, babica me je naučila osnovnih napotkov glede dela na vrtu, veliko smo se igrali in pogovarjali. V zadnjih razredih osnovne šole je babica zbolela za pljučnim rakom in umrla. Dedku se je kmalu zatem zdravje močno poslabšalo in ni mogel več sam skrbeti zase, zato smo ga dali v dom starejših v Naklem. V času, ko je bil moj dedek v domu, sem videl, kako poteka delo s starejšimi v domovih za ostarele. Nega, obroki, družabne aktivnosti in pogovori so glavne stvari, ki jih lahko izpostavim pri delu s starejšimi v domovih starejših občanov. Dedka sem v domu pogosto obiskoval, veliko sva se pogovarjala, če je bilo toplo in lepo vreme, sem ga večkrat z vozičkom peljal tudi ven pred dom. Tega je bil izredno vesel, pokazal sem mu veliko rastlin, ki so rasle v okolici doma, in panoramo v ozadju. Vsako nedeljo in praznične dni, če je bilo le možno, smo preživeli skupaj pri nas doma, kar mu je zelo veliko pomenilo.

Po dedkovi smrti sem spoznal, koliko se lahko mlajši od starejših naučimo življenjskih modrosti, ki nam pomagajo, da se lažje spopademo z vsakdanjimi izzivi. Splošno počutje starejših, ki potrebujejo različne oblike pomoči, sem spoznal tudi preko svoje osebne izkušnje. V srednji šoli, pred enajstimi leti, se mi je pojavila bolezen na desni rami. Šlo je za



tri tumorje. Operacija je bila zelo tvegana in težka. Domači smo se skupaj s požrtvovalnim zdravstvenim osebjem oddahnili, da so bili tumorji benigni in ni bil rak. Spomnim se dni po operaciji, ko sem ležal v bolnici, povsem odvisen od drugih. Nekaj dni po operaciji nisem mogel hoditi, saj sem imel vrtoglavico. Postopno sem začel z utrjevanjem svoje desne roke in rame, a je bilo zdravljenje kar dolgotrajno. S pomočjo razgibavanja in fizioterapije je trajalo več mesecev, da sem lahko delal večino stvari, ki sem jih počel pred boleznijo. Trajalo je približno leto dni, da se je zarasla glavna živčnih končičev na desni rami in sem spet lahko dal nahrbtnik na rame. Ta izkušnja mi je pomagala, da sem spoznal, da obnemogli, med njimi tudi starejši, potrebujejo predvsem človeško toplino, nasmeh, prijaznost, spoštovanje in dobroto. Na tak način lahko spoznajo, da njihovo življenje še ni zaman in se še čutijo cenjene.

Po izobrazbi sem naravovarstveni inženir, šolam pa se tudi za hortikulturnega tehnika. Oboje se nanaša na področje narave, na varstvo rastlinskih,



živalskih vrst ter ekosistemov in urejanje okolice. Že od nekdaj sem imel rad naravo, tudi sam sem v prostem času veliko časa zunaj na terenu. Delam na vrtu, se ukvarjam z različnimi športnimi aktivnostmi (hoja v hribe, kolesarjenje, smučanje, tek, plavanje ...), nabiram zdravilne rastline za domačo uporabo. Zelo sem vesel, ko lahko stanovalcem v Domu Taber podelim svojo navezanost na ta poklic in jim povem, če si seveda želijo, tudi kakšno zanimivo stvar s področja varstva narave ali hortikulture oz. vrtnarstva. Vesel sem, ko vreme dopušča, da grem lahko skupaj s stanovalci ven, da uživajo ob družabnih aktivnostih pred Domom. V času sprehodov večkrat pospremim katerega od stanovalcev v park za Domom do kajže. Park je urejen z nasadi sadnih dreves, okrasnih grmovnic, z zeliščnim in s cvetličnim vrtom. Zelo sem bil vesel, ko se mi je ponudila možnost dela v parku, kjer vzdrževalcem pomagam pri urejevanju cvetličnega in zeliščnega vrta in delno tudi skrbim za okrasni vrt. V zeliščnem vrtu med drugim nabiram zelišča za potrebe kuhinje v Domu Taber. Nekateri stanovalci imajo posebej s področja vrtnarstva nekaj osebnih izkušenj in tudi od njih izvem kaj zanimivega za urejanje vrta. Zelo spodbudno je, da je eden izmed pokretnih stanovalcev v Domu uredil svoj vrtiček in zanj tudi lepo skrbi. Upam, da bo v prihajajočih letih še kaj takšnih primerov.

Življenje ni problem, ki ga moramo rešiti, temveč resničnost, ki jo moramo izkusiti (Yann Martel). Vsak izmed nas ima svoje poslanstvo na tem svetu, drug od drugega pa se lahko veliko naučimo. S pozitivno naravnostjo in z dobroto lahko prispevamo za dobro počutje vsakega človeka, to so majhni koraki, ki lahko spremenijo svet. Domu Taber, vsem stanovalcem in zaposlenim v prihodnjih obdobjih želim še naprej dobro medsebojno sodelovanje in veliko lepih trenutkov.

ŽIVI ZA DANES

Pablo Neruda

Počasi umira, kdor postane suženj navad,
ki si vsak dan postavlja iste omejitve,
kdor ne zamenja rutine,
kdor si ne upa zamenjati barv,
kdor ne govori s tistimi, ki jih ne pozna.

Počasi umira, kdor beži pred strastmi
in njihovimi močnimi emocijami,
zaradi katerih se zasvetijo oči
in znova oživijo osamljena srca.

Počasi umira, kdor ne zamenja življenja,
ko je nezadovoljen s službo ali z ljubeznijo,
kdor se zaradi sigurnosti odreka morebitni sreči,
kdor ne sledi svojim sanjam,
kdor si ne dovoli vsaj enkrat v življenju
ubežati pametnim nasvetom.

Počasi umira, kdor ne potuje, kdor ne bere,
kdor ne posluša glasbe, kdor ne najde miline v sebi.

Počasi umira, kdor uničuje lastno ljubezen,
kdor ne dovoli, da bi mu pomagali,
kdor preživi dneve z jamranjem nad lastno smolo
ali nad neprestanim dežjem.

Počasi umira, kdor opusti načrt, še preden ga
poskusi izvesti,
kdor ne sprašuje o tistem, česar ne ve,
kdor ne odgovori, ko je vprašan o tistem, kar ve.

Ne dovoli si počasnega umiranja!
Tvegaj in uresniči želje še danes!
Živi za danes!



Prostovoljstvo

Nataša Lavtižar, delovna terapevtka

Prostovoljci v preteklem letu zaradi omejitev večinoma niso mogli prihajati v dom. V maju so se razmere začele umirjati in razveselili smo se njihovega ponovnega obiska. Še vedno se moramo držati določenih ukrepov: skupine s prostovoljci potekajo zunaj, prostovoljci pa so cepljeni oz. se redno testirajo. Trenutno že potekajo pevske vaje, balinanje – prstomet, pogovorna skupina, obiski terapevtskega psa ter dvakrat mesečno v domu potekajo svete maše. Prireditve je bilo nekoliko manj, saj se tudi nastopajoči niso smeli zbirati oz. nekaj časa niso smeli prehajati občin. Nekaj pa nam jih je vendarle uspelo izpeljati in imeli smo se prav lepo. Toliko podoknic kot v letošnjem letu še nismo imeli, saj so prireditve potekale zunaj, stanovalci pa so si jih spremljali z balkonov.



Pevske vaje.



Pogovorna skupina.



Balinanje – prstomet.



Obisk terapevtskega psa.



Koncert ljudskih pevcev iz Tuhinjske doline.



Sveta maša.



Ljudski pevci Hiše čez cesto.



Podoknica Fantov z vasi.



Nastop Alenke Gotar in njenih učencev petja.



Simbioza skupnost

Mateja Murnik Gregorin, koordinatorica projekta

V preteklem letu smo kljub številnim omejitvam iskali in vzdrževali vezi z ljudmi izven Doma. Dom se je v šolskem letu 2020/2021 prvič vključil v projekt Simbioza SKUPNOST, ki spodbuja medgeneracijsko sodelovanje. V okviru projekta smo ohranjali stike z mlajšimi generacijami in svojci stanovalcev preko video klicev. V veliko pomoč so nam bila družabna omrežja in aplikacije, ki omogočajo video povezavo. V zadnjih dveh mesecih lanskega in v začetku letošnjega leta, ko je življenje okrog nas večinoma obstalo, so varuhi in delavci preko javnih del opravili preko 200 video klicev.

Zaradi omejitev je bilo potrebno spremeniti tudi režim obiskov, ki so v decembru 2020 in februarju 2021 potekali v novem prostoru pred varovanim oddelkom. V navedem obdobju smo omogočili preko 350 obiskov svojcev. Za sprejem in opremo obiskovalcev in stanovalcev je skrbela ekipa varuhov.

Del projekta je tudi Simbioza GIBA, ki je potekal v mesecu maju. Namenjen je spodbujanju zdravega življenjskega sloga z več gibanja v naravi. S projektom smo obogatili pomladanske dneve tudi našim stanovalcem na varovanem oddelku. Aktivnosti na svežem zraku smo bogatili ob sožitju z naravo.

SIMBIOZA
SKUPNOST

SIMBIOZA
GIBA
MED GENERACIJAMI



Naši ustvarjalci

Nataša Lavtižar, delovna terapevtka

Stanovalci so bili v letošnjem letu zelo delavni in ustvarjalni. S posebno vnemo so se lotili ustvarjanja slik za naše prostovoljce ob novem letu. Polepšali so skupne prostore v Domu in se lotili vseh vrst aktivnosti. Tudi tako nam je čas hitro in lepo minil, stanovalci pa so bili ponosni na svoje delo. Prava umetniška dela pa nastajajo tudi v sobah, ko se vse umiri in imajo stanovalci možnost svojo umetniško žilico dati na plan.



Slike za naše prostovoljce.



Izdelovanje rokavčkov pomagalcov.



Poslikava stekla.



Čudoviti roži, ki krasita naši novi kamniti steni.



Mavrična stena.

Družbeno odgovoren delodajalec

Nastja Pipan, koordinatorica projekta

Certifikat Družbeno odgovoren delodajalec je nov certifikat, ki temelji na smernicah mednarodnega standarda za družbeno odgovornost ISO 26000, katerega namen in cilj je izboljšanje družbeno odgovornega upravljanja v organizacijah v Sloveniji v odnosu do zaposlenih.

Certifikat ne vključuje zgolj zaveze k družbeni odgovornosti na vodstveni ravni, temveč naslavlja zaposlene, da aktivno sodelujejo pri izvajanju aktivnosti za družbeno odgovorno poslovanje organizacije.

Splošni cilji certifikata so spodbujanje delodajalcev k delovanju na področju družbene odgovornosti oz. trajnostnega razvoja, krepitev družbeno odgovornega upravljanja organizacij, izboljšanje delovnih pogojev, z vzpostavljanjem fleksibilnih oblik organiziranosti dela, dvigovanje organizacijske klime in delovne kulture ter izboljšanje privlačnosti okolja za delo.

Certifikat obsega štiri glavna področja: organizacijsko upravljanje, usklajevanje zasebnega in poklicnega življenja, medgeneracijsko sodelovanje ter zdravje in varnost na delovnem mestu.

Dom Taber je v postopku pridobivanja certifikata. V letošnjem letu smo implementirali temeljne (obvezne) ukrepe ter izbrali devet izbirnih ukrepov z vsakega področja. Izbirne ukrepe bomo pričeli aktivno izvajati najkasneje do konca prihodnjega leta.

Upamo, da bomo pri izvajanju aktivnosti čim bolj uspešni in bomo z ukrepi izpolnili zastavljene cilje.



Certifikat

**Družbeno
odgovoren
delodajalec**



Zahvala donatorjem

Martina Martinčič, direktorica

Od začetka epidemije pa do danes se je na nas spomnilo ogromno ljudi z različnimi donacijami. Za vse materialne in nematerialne donacije smo stanovalci in zaposleni izredno hvaležni. Veseli smo bili prav vsakega, ki se je v teh težkih razmerah spomnil na nas, zato se na tem mestu lepo zahvaljujemo:

- Čebelarju Franciju Strupiju
- Društvu DMC cerklje
- Društvu Elektronikov Slovenije
- Gospe Ani Petrič
- Gospe Ivanki Stare
- Gospe Katji Zdravec
- Gospe Marini Marinko
- Gospe Metki Orehek
- Gospe Nini Veselinovič
- Gospe Polonci Kocjančič in partnerju
- Gospodu Juretu Narobetu
- Gospodu Tomu Šarfu
- Kmetiji Pr' Ajdovc
- Lions Klubu Brnik
- Ljubljanskim Mlekarnam
- Nedeljskemu Dnevniku
- Občini Cerklje na Gorenjskem
- Odvetniški družbi Čeferin
- Osnovni šoli Davorina Jenka
- Otrokom in zaposlenim iz Marijinega vrtca
- Podjetju Agrropromet
- Podjetju Cargo-Partner
- Podjetju Medicep
- Podjetju Red Bull
- Podjetju Sensilab
- Rdečemu križu Slovenije
- Slaščičarstvu Lev
- Stanovalki Antoniji Grašič in Hčerki Lei Grašič
- Stanovalki Filipi Štimac in njenim svojcem
- Študentom Fakultete za socialno delo
- Telekomu Slovenije
- VDC Novo Mesto
- Zakoncema Rahne
- Založbi Narava

POSEBNO ZAHVALO PA NAMENJAM VSEM NAŠIM PROSTOVOLJCEM:

- Članicam bralnega krožka Liberius
- Gospe Ani Rehberger
- Gospe Darinki Kralj
- Gospe Ireni Koren
- Gospe Zdenki Jerina
- Gospodu Ivan Kropivniku

Prav vsi ste nam stali ob strani in nas spodbujali! Vsem en globok poklon in iskrena HVALA!

Dali ste nam vedeti, da nismo sami in to je najlepši občutek.

Dobra dejanja štejejo in povezujejo!



*Na koncu dneva lahko
prenesemo mnogo več,
kot se zavedamo.
(Frida Kahlo)*



Domska anketa 2020/2021

Anita Oman, pisarniška referentka - receptorka

Vsako leto med stanovalci, svojci in zaposlenimi naredimo anketo o zadovoljstvu, saj se nam zdi zelo pomembno, da na podlagi odgovorov ugotovimo, kje so naše prednosti in napake. Zadovoljstvo vseh je za delovanje organizacije zelo pomembno. Letošnje leto je bilo nekoliko drugačno, zaradi izrednih razmer glede korone, zato smo v anketo umestili tudi vprašanja na to temo.

Anketa je bila anonimna, saj smo želeli pridobiti vaše mnenje, kako ste na različnih področjih zadovoljni s samo organizacijo našega Doma.

Cilj ankete je na podlagi pridobljenih rezultatov ugotoviti, kje smo in kaj lahko izboljšamo. Iz analize ankete lahko razberemo, da so naši stanovalci, svojci in zaposleni na splošno zelo zadovoljni z našim Domom. Anketirancem smo ponudili tudi možnost, da izpostavijo pohvale, pripombe in predloge. Potrudili se bomo, da bomo vaša mnenja in predloge upoštevali tudi v prihodnje.

Vsem sodelujočim se zahvaljujemo za sodelovanje v anketi.

ANALIZA MERJENIH PODROČIJ – STANOVALCI 2021

PODROČJE	MERJENO PODROČJE	Povprečna ocena leto 2020 (primerjava)	Povprečna ocena leto 2021
Bivalni pogoji	splošno bivanje v Domu	4,09	4,13
	bivalni pogoji, prostori, oprema ...	4,43	4,30
	urejenost okolice	4,63	4,57
Prehrana	sestava jedilnika	3,50	3,87
	vrsta prehrane	3,72	3,90
	ure obrokov	4,02	4,24
	postrežba hrane	4,22	4,20
Oddelki	delo pralnice	4,36	4,28
	delo strežnic	/	4,25
	delo hišnikov	4,41	4,21
	opravljena popravila hišnikov	/	4,12
	zdravstveno- negovalna enota	4,15	4,19
	delo ambulate	4,25	4,32
	delo fizioterapije	4,42	4,42
	delo delovne terapije	4,45	4,51
Komunikacija	delo recepcije	4,41	4,43
	delo kavarnice	4,27	4,39
	odnos osebja do stanovalcev	4,32	4,29



	vođenje Doma s strani direktorice	/	4,51
	odločitve vodstva v času karantene	/	4,02
	obveščanje v času karantene, časopis Tabrov koronček	/	4,07
	sprememba pri prehrani, bolj naravni okusi, lokalna hrana	/	3,96
Zajtrk	okus	3,79	4,09
	raznolikost	3,73	3,81
	kultura prehranjevanja	3,74	4,06
Kosilo	okus	3,85	4,20
	raznolikost	3,85	4,10
	kultura prehranjevanja	3,92	4,11
Večerja	okus	3,72	4,11
	raznolikost	3,76	4,15
	kultura prehranjevanja	4,08	4,15

ANALIZA MERJENIH PODROČIJ – SVOJCI 2021

ODDELEK	MERJENO PODROČJE	Povprečna ocena leto 2020 (primerjava)	Povprečna ocena leto 2021
Bivanje	bivanje na splošno	4,40	4,59
	bivalni pogoji	4,50	/
	urejenost okolice	4,65	4,53
Oskrba po enotah	oskrba svojca	/	4,42
	zdravstveno-negovalna enota	4,59	4,44
	ambulanta	4,56	4,47
	fizioterapija	4,68	4,43
	delovna terapija	4,68	4,46
	recepција	4,71	4,65
	kavarnica	4,54	4,60
	pralnica	4,22	4,40
	delo hišnikov	4,44	/
	strežnice - čistilke	4,53	4,67
Komunikacija	odnos osebja do stanovalcev	4,62	4,62
	sodelovanje z vodstvom	4,32	4,53
	odziv osebja na kritiko	4,70	/



	informiranje o zdravstvenem stanju oskrbovanca	4,29	4,59
Aktivnosti	aktivnosti v Domu	4,29	/
Spletna stran Doma Taber	Spletna stran www.domtaber.si	4,66	/
Ukrepi v času korone	odločitve vodstva	/	4,35
	termini naročanja obiskov	/	4,16
	obveščanje na spletni strani+facebook+instagram	/	4,54

PREGLED POVPREČNIH OCEN ANALIZA – ZAPOSLENI 2021

VRSTA	MERJENO PODROČJE	Povprečna ocena leto 2020 (primerjava)	Povprečna ocena leto 2021
Pogoji dela	opremljenost delovnega prostora	4,30	4,19
	enotnost in povezanost kolektiva	4,14	3,83
	sodelovanje z neposrednimi sodelavci	4,18	3,95
	komunikacija in odnos z vodstvom	4,48	4
	odnos vodje do vas	4,53	/
	delo in vizija direktorice	4,67	4,33
	obveščanje o spremembah v organizaciji	4,05	3,80
	organizacija dela na vašem delovnem mestu	4,21	4
	reševanje konfliktov	4,21	4,04
	skupno število sestankov in zborov delavcev	4,21	3,92
	usklajevanje letnih dopustov	4,42	4,28
	zadovoljstvo z delovnim časom	4,16	4,02
	kakovost dela in storitev našega Doma	4,38	4,09
	ukrepi in odločitve vodstva v času karantene	/	4,40
	ali delo opravljate z veseljem?	/	4,35
Projekti	projekt Promocija zdravja na delovnem mestu	4,12	/
Prehrana	prehrana za zaposlene	4,12	3,90







Bivanje v rdeči coni

Ciril Novak, stanovalec

Danes so me testirali. Tudi cepljen sem že bil. Ne vem, kako da sem pozitiven, kajti moje počutje je odlično, tudi bolečine v križu so prenehale. Prilagajanje ne kaže drugega. Nahajamo se v pritličju te stavbe, blizu ambulate.

Šest nas je, žalostni, turobni obrazi, nihče ne ve, koliko časa. Vsak dan nam merijo pritisk, temperaturo. Nič nam ne manjka. Z eno besedo, smo v karanteni.

Obkrožajo nas mladi, nasmejani obrazi, ki se razdajajo, skušajo nam pomagati. Res, dolgčas nam ni. Smeh ima tukaj mlade, vse spremenimo v šalo. Z našo dobro voljo, da zmagamo, bo tudi koroni odklenkalo, nam pa vrnilo svobodo.



*Izraziti hvaležnost.
Izpovedati jo. Tako, povsem
iz srca. Izpovedati jo takrat,
ko jo iskreno začutiš. Brez
leporečja in narejenosti.
Razodeti jo v vsej resnici,
čisto odprto, tako kot se
zjutraj razpre nebo in obsije
z novo zarjo vso zemljo, brez
pridržkov in senc.
(Jože Urbanija)*



Doživljanje izolacije

ANA BENEDIČIČ, STANOVALKA

Neopazno se dnevi krajšajo. Sonce, rumena krogla, se za oblakom skriva. Tako je tudi naše razpoloženje. Naš Dom je lep. Nahajamo se v njegovem pritličju. Nihče ni resno bolan. Skrivamo se za zidovi, kjer nam gospodari koronavirus. Smo v karanteni. Za enkrat virusu še nismo kos.

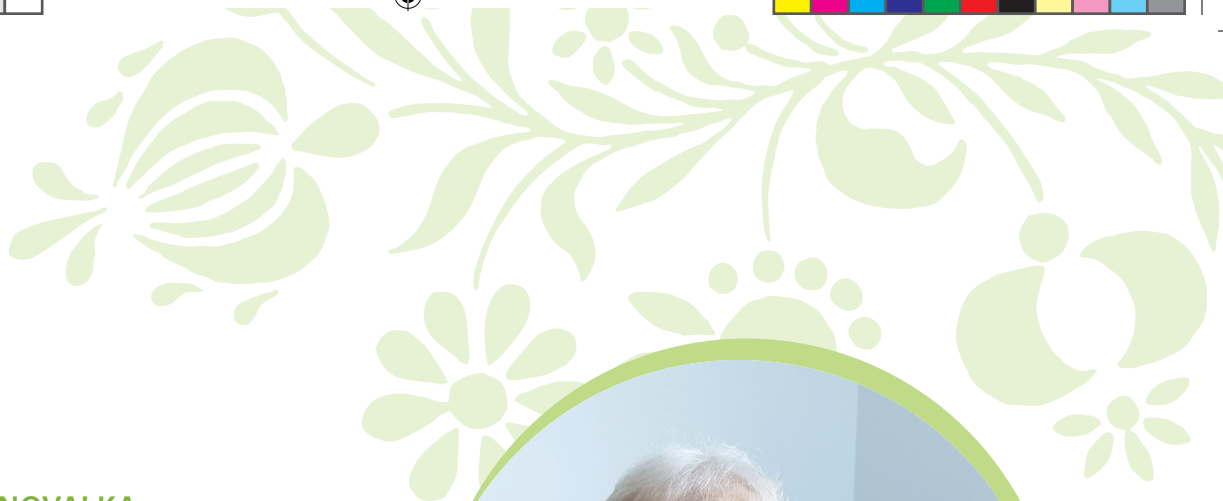
Srčno hvala mlademu fantu in dekletu, ki tako nesebično delajo, da nam lajšajo tudi bolečine. S prijazno besedo, s stiskom rok. Osebje je zelo prijazno; strežejo nam na vse načine, nič nam ne manjka.

Vem, da bomo s trdno voljo zmogli. Počutje je odlično, nič nam ne manjka, le dnevi se vlečejo v nedogled. Vsak dan isto vprašanje: "Koliko še?"



NADA BIZJAK, STANOVALKA

Obdobje karantene je v Domu spremenilo marsikaj. Omejeno nam je bilo gibanje, ni bilo frizerk in smo imeli že res grozne frizure. In ravno frizerke pogrešam najbolj. Pogrešam tudi skupno telovadbo. Upam in želim si, da to obdobje kmalu mine.



IVANA GODEC, STANOVALKA

Tako kot vsakemu, je tudi meni neprijetno, ko moramo zaradi karantene ostajati v sobah. Sem oseba, ki je rada v družbi, rada grem v kavarno na kako kavo, kjer spoznavam nove ljudi. V Domu Taber še nisem dolgo, tako da ne poznam vseh aktivnosti, ki se v njem dogajajo. A navkljub karanteni poskušam ostati aktivna. Izdelujem gobelin, pletem šal, rokavice in kapo za vnuka. Upam, da čimprej mine ta situacija.



MARIJA HRIBAR, STANOVALKA

Karantena, ki nas je doletela, je bila velik šok. Predvsem z vidika druženja in aktivnega preživljanja prostega časa. Zavedam se, da je bil to potreben ukrep zaradi preprečitve širjenja okužbe, a zelo pogrešam skupno telovadbo, hojo s hojico, pogovore na hodnikih in skupnih prostorih, tombolo. Pogrešam tudi obiske domačih. Želim pa si, da karantena čimprej mine in da bi me kdo lahko peljal z invalidskim vozičkom izven Doma, morda tudi v družbi še koga, da bi skupaj poklepetali. Hvaležna sem vsem zaposlenim, da se tako trudite z nami in nam tudi s kratko minuto pogovora lepšate dneve. Sama v sobi najraje prebiram Finance, Menegerja, pogledam TV.

DANICA OBLAK, STANOVALKA

Obdobje koronavirusa je znano, konec pa ne. Obdobje karantene je kar predolgo. Ves čas v sobi preživljam skoraj na enak način; stoje, leže ali sede, zraven pa premišlujem o tem, kako bi bilo doma v tej situaciji. Največkrat potem pridem do zaključka, da je morda najbolj varno biti nastanjena v tem Domu, saj tako ostajam verjeno najbolj varna pred tem virusom. V tem obdobju res veliko berem in verjamem, da že mnogo let nisem prebrala toliko knjig kot ravno v tem času. Žal mi je, da vseh praznikov, ki so se kopičili ob koncu prejšnjega leta in v začetku tega, med njimi je bil tudi osebni praznik, nismo mogli praznovati, šli so mimo kot megla. Upam, da kmalu pride čas, ko bo bolj mirno, da se bomo lahko sprostili. Domske zaposleni so skrbni, prizadevni in se trudijo za nas.



MARIJA ROZMAN, STANOVALKA

Brez karantene bi bila katastrofa. To, da smo bili omejeni na gibanje v sobah, nas je najverjetneje rešilo pred širjenjem tega nevarnega virusa po Domu. Seveda pa je za vse nas to pomenilo ukinitve druženja. In ravno druženje najbolj pogrešam. Druženje z mojima prijateljicama kofetavicama, saj smo si ob teh druženjih v pogovoru marsikaj zau-pale. Pogrešam skupinske telovadbe, fizioterapijo in delavno terapijo. Pogrešam sprehode, pravnuč-ke in nasploh druženje z domačimi. Komaj čakam, da mine karantena, da bom šla lahko zopet z vnu-kinjo k njej domov na kako kavo in klepet. Včasih tudi hči doma skuha kosila, za kar sem ji hvaležna. Z zaposlenimi sem zadovoljna, saj mi kljub težkim razmeram še vedno posvetijo dovolj časa za vse. V sobi najraje čitam, rešujem križanke in gledam televizijo.



ANTON VALANT, STANOVALEC

Ko gledam na izkušnjo karantene, ki sem jo doživel skupaj s sostanovalci, se mi najprej utrne misel, da moramo nanjo gledati na takšno, kot je, jo poskušati razumeti kot potreben ukrep za nekaj dobrega, boljšega. Razumeti je potrebno, da vsako takšno stanje enkrat mine, preneha. Ob takšnih priložnostih ne smemo dramatizirati, prenašati svoje slabe volje na druge. Ob tej priložnosti bi se iz srca rad zahvalil vodstvu, da je pravočasno sprejelo takšne ukrepe in smo na ta način "odsedeli" to karanteno z relativno dobrim rezultatom. Želim pa si verjeti tudi, da nam je pomagala tudi oddaljenost od urbanih središč. Mislim si, da v tak tok življenja, kot smo ga živeli, ne bomo več zmogli doživeti. Je pa res, da pogrešam druženje s sostanovalci, druženje ob kavi, klepetu. Skupaj s sosedi sva hvaležna tudi za dovoljene izhode za Domom, saj sva imela možnost sprehajati se neposredno iz najine sobe na bližnji hrib za Domom. Pogrešam tudi sprehode pred hišo, pogrešam kolesarjenje, pogrešam obiske domačih. Pogrešam pa tudi obisk žene. V sobi gledam televizijo, berem, rešujem križanke. Za konec pa bi pohvalil tudi vse zaposlene, ki ste se res natančno držali vseh zaščitnih ukrepov in ste na ta način v največji možni meri preprečili vnos te nevidne nadloge v Dom.



STANOVALKA DOMA TABER

Karantena mi ni bistveno spremenila načina življenja v Domu, ker pravim, da sem kljub temu imela kar premalo časa, saj se znam tudi v sobi odlično zaposliti. Rada namreč berem, rešujem križanke, saj na tak način krepim svoje možgane. Pogrešam pa druženje z ljudmi, kavarno in sprehode. Vesela pa sem, da so se ukrepi sprejeli tako hitro in strogo, saj smo na ta način uspeli kar dobro prestat to krizo. Hvala vsem zaposlenim, da so kljub vsem ukrepom ostali tako pozitivni, prijazni in ustrežljivi.

FRANC SKLEDAR, STANOVALEC

Dan preživljam tako, da gledam skozi okno, štejem avtomobile, ki peljejo mimo. Počutje je zaenkrat super, zame skrbijo vsi zaposleni. Dobil sem veliko križank in novega soseda. Komaj čakam novo jutro, nov dan, zajtrk. Poleg vsega pa premišljujem, kako bom, ko bo prišel dan izhoda iz sobe, da bom igral domine, tombolo, šel v kavarno na kavo. Upam, da ta dan pride čim prej.

GABRIELA ŠPACAPAN, STANOVALKA

Karantena, ki nas je doletela, je bila velik šok. Predvsem z vidika druženja in aktivnega preživljanja prostega časa. Zavedam se, da je bil to potreben ukrep zaradi preprečitve širjenja okužbe, a zelo pogrešam skupno telovadbo, hojo s hojico, pogovore na hodnikih in skupnih prostorih, tombolo. Pogrešam tudi obiske domačih. Želim pa si, da karantena čimprej mine in da bi me kdo lahko peljal z invalidskim vozičkom izven Doma, morda tudi v družbi še koga, da bi skupaj poklepetali. Hvaležna sem vsem zaposlenim, da se tako trudite z nami in nam tudi s kratko minuto pogovora lepšate dneve. Sama v sobi najraje prebiram Finance, Menegerja, pogledam TV.



ROZALIJA ŽURA, STANOVALKA

Karantena kot taka ni dosti spremenila vsakdana, nam je pa vseeno omejila druženje. Ko pomislim, kaj vse pogrešam, se najprej spomnim na hojo s hoduljo, saj sem s pomočjo te nekako ohranjala moč v nogah. Pogrešam tudi svete maše, druženje s prostovoljci, terapije pri delovni terapevtki in fizioterapevtki. Hvala vsem zaposlenim, ki se trudite z nami.



FRANČIŠKA KRAJNC, STANOVALKA

Koronavirus mi je popolnoma spremenil življenje. Počutim se stisnjeno, ni zraka, kljub temu da odpiram balkonska vrata. Pred to karanteno sem šla vsak dan z vozičkom v park, posedela po klopcih in se predajala soncu, ki nas je toplo grelo. Sedaj se sprehajam po sobi, da si vsaj malo razgibam noge, ki so postale kar okorne. Podplati pri copatih so postali tako gladki, da nekega dne nisem mogla vstati iz naslonjača. Več kot pol ure sem se trudila, da bi vstala, pa mi ni šlo. Pozvoniti nisem mogla, ker je bil zvonec previsoko, telefon pa v vozičku daleč proč. Vsa prepotena sem nekoliko počakala, zbrala zadnje moči in se dvignila. Čez nekaj časa je prišla v sobo sestra in mi svetovala, naj si obujem čevlje z nasekano gumo, da ne bo drselo. Sedaj nosim ves dan čevlje in hodim previdno, da se ne bi še te zgladile. Komaj čakam, da bi se razmere uredile in da bi zopet normalno zaživel.



MARIJA GAŠPIRC, STANOVALKA

S sosedo Marijo se kratkočasiva, večkrat se pogledava in si misliva vsaka svoje. Skupaj gledava skozi okno. Komaj čakam, da bom šla lahko ven na zrak, v dnevni prostor igrat domine in vse ostale družabne igre ter popit kavo s stanovalci.



JANEZ VAJS, STANOVALEC

Dan začnem težko, saj ni kavarne in najboljše kavi-
ce, tako da je zaenkrat to največja želja. Po zajtrku
počivam, nato se s sostanovalcem malo pogovar-
java, poslušava radio in tako laže počakava kosilo.
Po kosilu spet počivam, poslušam radio in tako
mine dan.



MARIJA ŠTUPAR

Zelo mi je dolgčas, a vendar imam sosedo, s katero
se lahko pogovarjava. Hrana je zelo dobra, samo
preveč jo je. Komaj čakam, da se znebimo te bo-
lezni, da končno lahko objamem svoje domače.



FRANČIŠKA VOMBERGAR, STANOVALKA

Večkrat razmišljam o svojih domačih in jih zelo pogrešam. Želim si, da bi se lahko večkrat videli. Pogosto razmišljam o dogodkih iz preteklosti in si želim, da bi v polnosti izkoristila dogodke v sedanjosti. Moti me nekorekten odnos nekaterih negovalk, ki pristopijo k meni preveč agresivno. Zaenkrat nimam večjih zdravstvenih težav. Dnevi mi minevajo dokaj hitro, tako da mi ni nikoli dolgčas. Rada sem bolj sama zase. Strah premagujem s pozitivnim mišljenjem.



MARIJA ROTAR, STANOVALKA

V dnevnem prostoru se vsak dan dobivamo stanovalci tega hodnika. Ob jutranjem zajtrku smo slišali slabo novico, da se je v našem Domu pojavil virus. Malo smo bili razočarani, a smo se kmalu navadili. Morali se bomo zadrževati v svojih sobah. Pa saj to ni tako hudo. Imam prijateljico Angelco, s katero si krajšava dan. Upam, da bo prihodnji teden bolje. Imava radio, najraje poslušava Aktual. Seveda Petkovo pumpo. Lep pozdrav.

JOŽEFA PRAŠNIKAR, POKOJNA STANOVALKA

Preko dneva se največ zamotim z branjem in pospravljanjem raznovrstnih stvari. Večjih zdravstvenih težav zaenkrat ni. Pogrešam stik s sstanovalkami in razgibavanje po hodnikih. Zelo si želim, da bi šla na svež zrak. Strahove premagujem z zaupanjem v božjo previdnost in v pozitivno mišljenje. Z zaposlenimi se dobro razumem. S hrano in pijačo sem zadovoljna.

LJUDMILA DOLENEC, STANOVALKA

Imam težave z bolečinami v ušesih, kar izhaja še iz službenih časov. Zelo si želim, da bi se težave z ušesi odpravile. Močnih bolečin zaenkrat ne čutim. Pogrešam pa stik s svežim zrakom, zato komaj čakam pomlad in poletje, ko bomo več zunaj. Na srečo večjih zdravstvenih bolečin in težav ni. Ne razmišljam o strahovih, ker se trudim na življenje gledati čim bolj pozitivno. Čez dan se dobro zamotim z branjem, tako da mi čas hitro mineva.



MARIJA ERZAR, STANOVALKA

Pogrešam stik z domačimi. Vesela sem za radio v sobi, da lahko izvem koristne novice, ki se dogajajo po svetu, brez njega bi bilo zelo dolgčas. Imam zelo dober odnos s sestrami in negovalkami. Preko dneva se največ zamudim z branjem časopisov ali revij. Veliko razmišljam o domačih in domačem okolju. Strahove premagujem s pozitivnim razmišljanjem in da obstajajo ljudje, ki mi želijo dobro.



MARIJA FINŽGAR, STANOVALKA

Zadovoljna sem s prehrano v Domu. Dober odnos s sestrami. Premišlujem o svojih domačih, zlasti o hčerki in vnuku. Želim si, da bi šla malo ven na svež zrak. Strah me je teme. Na splošno strahove premagujem s prijateljstvom in zavedanjem, da so v Domu ljudje, ki me imajo radi. Dnevi minevajo dokaj hitro skupaj s sestanovalko Vido, s katero se dobro razumem. Večjih zdravstvenih težav zaenkrat nimam.



MARIJA LANG, STANOVALKA

Z domačimi se slišim po telefonu, ki mi od doma prinesejo različne dobrote. Preko dneva se zamotim z razmišljanjem o različnih dogodkih v Domu in o svojih domačih. S sestrami in negovalkami imam korekten odnos. Zamotim se tudi z branjem časopisov in revij. Otroštvo sem preživela na kmetiji, zato mi misli pogosto uhajajo nazaj na prijetno doživete dogodke. Strahove premagujem s pozitivnim mišljenjem in zaupanjem v božjo previdnost. V Domu mi ni nikoli dolgčas, saj se dogajajo različne stvari, ki mi krajšajo čas. Večjih zdravstvenih težav zaenkrat nimam. S hrano in pijačo v Domu sem zadovoljna.

MARIJA PRAŠNIKAR ŠINKOVEC, STANOVALKA

Preko dneva se najpogosteje zamotim z branjem literature in s počitkom. Najraje razmišljam o družini in domačih. Pogrešam njihov stik in si zelo želim, da te razmere čimprej minejo, da bi se lahko s svojimi zopet videli. Zelo rada imam naravo, živali in rastline. Izhajam iz podeželskega okolja, vendar doma nismo imeli kmetije. Pogrešam stik s svežim zrakom in komaj čakam pomlad, da grem lahko ven. Strahove in negativna nagnjenja premagujem s pozitivnim razmišljanjem in optimizmom. Zelo si želim, da bi laže govorila in premagala zdravstvene težave. Pogrešam stik z domačimi, ker sedaj dnevi minevajo počasneje.



MARIJA RAHNE, STANOVALKA

Osebni odnos s stanovalci in zaposlenimi mi je všeč. Zelo pogrešam stik z domačimi. Pogrešam, da bi me večkrat dali na voziček in peljali malo naokrog. Preko dneva se najpogosteje zamotim s počitkom, ki mi zelo odgovarja. Pogrešam, da bi lahko odšla večkrat ven na svež zrak. Veliko premišljujem o svojih domačih, o hčerki in vnukih. Pojavljajo se mi zdravstvene težave, predvsem z mehurjem in ledvicami. V času karantene se mi zdijo dnevi zelo dolgi, saj ne moram videti svojih domačih in večino časa samo preležim v postelji.



MIJA BERTONCELJ, STANOVALKA

Preko dneva se zamotim z branjem revij, gledanjem televizije in opazovanjem pokrajine ob Domu. Pogrešam stik s svežim zrakom, zato si zelo želim, da krizne razmere čimprej minejo. S hrano sem na splošno zadovoljna, zelo rada se posladkam s piškoti in s Pocket Coffe. Preko dneva veliko razmišljam o dogajanju po svetu. Pogrešam stik z domačimi in s prijatelji. Povezujejo nas pogovori in SMS-i. Sem zelo razgledana in poznam veliko stvari. Strahove premagujem s pozitivnim mišljenjem v upanju, da bo dobrota premagala zlo.



NADA RIBNIKAR, STANOVALKA

Preko dneva največ razmišljam o svojih domačih in jih zelo pogrešam, pogosto jih pokličem. Zelo si želim, da bi lahko odšla na svež zrak. Občasno se zamotim z branjem revije in hojo po sobi sem in tja. Ker imam rada živali in naravo, komaj čakam pomlad, da bom lahko spet uživala v zelenju. Bojim se samote, drugače pa strahove in bojazni premagujem s pozitivnim mišljenjem. Zaenkrat nimam večjih zdravstvenih težav.





PAVLA JERAJ, STANOVALKA

Zamotim se s počitkom in z razmišljanjem o domačih in dogodkih v Domu. Zdravstvene težave se stopnjujejo ob poslabšanju sluha, moč v rokah pojenjuje, v nogah čutim mravljinco in ne morem hoditi. Pogrešam stik z domačimi in drugimi stanovalci na hodnikih ter svež zrak. Komaj čakam, da krizne razmere minejo. Z zdravstvenim osebjem imam kratek odnos. S hrano in pijačo sem zadovoljna. Včasih, ko ne morem brati, mi postane malo dolgčas. Pogrešam tudi svoj dom, kmetijo in dejavnosti na njej.



PAVLA OMAN, STANOVALKA

Čez dan se največkrat spomnim preteklih dogodkih iz vojnega časa in svojih domačih. Pogrešam domače. Tudi borovnice bi še rada nabirala, pa gobe in druge gozdne dobrine. Komaj čakam pomlad in konec tega virusa, da bom lahko več na svežem zraku. Strah me je preteklih dogodkov, ki sem jih doživela v času vojne, vsem želim, da se kaj takega nikoli več ne bi ponovilo. Dolgčas mi ni nikoli, saj se vedno s čim zamotim. Rada opazujem različne živali, predvsem ptice in muhe, ki se podijo po travnikih ob Domu.





TEREZIJA AJDOVEC, STANOVALKA

Dnevi najhitreje minevajo ob telefonskih pogovorih z domačimi, gledanju televizije in opazovanju pokrajine skozi okno. Preko dneva največ razmišljam o domačih. Želim si, da bi se dnevi ogreli in bi karantena hitro minila. Odnosi z zaposlenimi se mi zdijo korektni, s hrano in pijačo sem zadovoljna. Zelo si želim miru. Strahove premagujem s pozitivnim mišljenjem in optimizmom na boljši jutri. Dolgčas mi ni nikoli, saj se preko dneva zamotim z različnimi aktivnostmi.



VIDA PER, STANOVALKA

Zamotim se z molitvijo ter pogovorom s sestrami in negovalkami, ki me imajo rade. Razmišljam o domačih in o dogodkih, ki jih izvem v verskem tisku (Družina, Ognjišče). Strahove premagujem z molitvijo in družabnostjo s stanovalko Marijo. Molitev mi pomaga tudi, da premagam dolgčas. Menim, da mi nikoli ni dolgčas. Občasno me boli v želodcu.





Omogočeni video klici in obiski

Pogovor s stanovalko Rozalijo Centa opravil in zapisal Tomaž Klemenc

Ga. Rozi, kako se vam zdi obdobje karantene?

Obdobje karantene ni prav nič prijetno, saj nikamor ne moreš iti. Rada bi se s hčerko zunaj sprehajala in se z njo pogovarjala.

V času karantene smo vam omogočili ...

Video klice! Zelo sem vam hvaležna, da nam omogočate ta način komunikacije z domačimi, saj nam stanovalkam in stanovalcem to ogromno pomeni. Zagotovo to ne nadomesti obiska svojca in pogovora z njim v živo, a ohrani nam vez.

Ko so razmere dopuščale, so bili mogoči tudi obiski. Kako ste jih doživljali?

Tudi to nam je veliko pomenilo, pa čeprav je trajalo samo 15 minut. Sicer je bilo veliko prekratko, a vsaj videli smo se, si vlili upanja in tako ostali pozitivno naravnani.

*Ko boste močnejši na enem področju, boste ugotovili, da so postala obvladljiva tudi druga. In naslednja stvar, ki jo boste opazili, je, da iz sadike rastete v visoko, čudovito drevo, ki ima korenine zasidrane globoko v zemljo. Z drugimi besedami, uspevali boste v celovito, čudovito, skrivnostno in neprimerljivo stvar, imenovano ...
ŽIVLJENJE!
(Louise Hay)*



Drage gospe

Po ljudski pesmi napisala Lidija Puc, stanovalka

Ali poznate zgodbo o Golici?
Mislim, da ne, zato Vam jo povem ...

Pred mnogimi sto in nekoliko leti,
je Stvarnik mogočni še hotel imeti
natančne podatke vseh svojih stvari in
vedeti želje vseh svojih ljudi.

Na svet, ki takrat še pregrešno izgledal,
poslal je poslance in jim zapovedal,
da vsa popravila takoj izvrše
in grešnikom grehe takoj odpustel!

Ves svet komisija je ta prehodila,
napake nikjer ni nobene dobila.
Le tam pod Golico, kjer danes je raj,
zgodil se je čudež ... povem Vam, zakaj.

Na trati zeleni, ob poti sedela
je deklica mlada in bridko ihtela.
Sočutno jo vpraša sv. Peter tedaj,
čemu da se joče, pove naj, zakaj!

»Iskala sem rož, pa jih nisem dobila,
da venček bi spletla, ki sem ga zgubila.«
Sočutnik svetnik se tedaj nasmeji,
naravi brez rož pa tako govori:



»Kolikor se venčkov je tukaj zgubilo.
prav tol'ko narcis na tem hribu bo vzkilo,
naj vsaka narcisa pomeni svoj greh,
ki zgodil doslej se je na teh tleh.«

Z vseh krajev prihajajo semkaj device,
pod firmo »turist« po te bele cvetlice.
In trgajo, pulijo, brišejo sled,
da bi nad tem grehom ne zgražal se svet!





Iz prelepe Besnice v prelepo Šmartno

Ciril Papler, stanovalec

Sem Ciril Papler. Star sem 94 let. V Dom Taber sem prišel 28. oktobra 2015.

Vse življenje sem preživel doma na kmetiji. Poznal sem samo kmečko delo. Doma nas je bilo sedem otrok. Bil sem najmlajši. Vsi moji bratje in sestre so žal že pokojni. Ker nisem imel svoje družine, je zame poskrbela nečakinja. Z leti sem toliko opešal, da smo se z njeno družino odločili, da bo zame najbolje poskrbljeno v domu.

Najprej sem bil kratko dobo v bolnici na Jesenicah. Zelo hitro pa se je našla priložnost za Dom Taber, kjer sem že pet let in pol. Zelo sem zadovoljen. Vse življenje sem bil doma, nikoli nisem bil na dopustu, samo delal sem. Veliko veselja sem imel s konji in z živino. V zimskem času sem kuhal žganje in sekal drva. Nikoli nisem hodil v službo. Najdlje v svojem življenju sem bil v Bosni, kjer sem služil vojaški rok. Bil sem v Banja Luki, Jajcu, Travniku, Mrkovič Gradu, Bihaču in Prijedoru. Drugega sveta nisem videl.

V Tabru sem zadovoljen, imam družbo, popolno oskrbo, dobro hrano. Kraj Šmartno je kot Besnica: veliko zelenja, polja, ki jih kot kmet neizmerno ljubim. Rad sem tukaj. Želim si trdnega zdravja in da bi ostalo tako, kot je.



*Najboljša ladja za plovbo
po morju življenja je
prijateljstvo.
(J. M. Robertson)*





Dom Taber - dom lepih doživetij in prijaznih ljudi

S stanovalko Marijo Krejan zapisal Sebastijan Jarc, varuh

V Dom Taber sem prišla pred petimi leti, po moževi smrti in bolezni, ki sem jo imela. Otroci zame zaradi bolezni niso mogli več skrbeti. V preteklem času sem v Domu rada hodila k telovadbi, ki jo v zadnjem času zaradi poslabšanja bolezni redko obiskujem. Rada se udeležujem igranja tombole. V svoji sobi rada gledam televizijo in grem večkrat ven na svojo teraso. V prvih letih bivanja v Domu sem rada reševala križanke, ki jih sedaj zaradi težav z očmi skoraj ne morem več reševati. Zelo sem vesela družabnih dogodkov v Domu, med drugim koncertov, rojstnodnevnih praznovanj, svetih maš, ipd. Vesela sem, da so svete maše v zadnjem času spet vsak mesec v Domu.

Zaposleni imajo do mene prijazen in korekten odnos. Vesela sem, da se iz Doma Taber odpira prekrasen pogled na cvetoče travnike, polja, gozdove, griče, hribe in gore. Okolica je lepa in mirna, tako da se lahko res spočiješ ter odmisliš vsakdanje tegobe. Pred časom, ko sem še hodila, sem sama rada šla v kavarno znotraj Doma, sedaj tja zahajam le občasno, najraje pa naročim kavo in sladoled. Zelo sem vesela vsakdanje kave v sobi, s katero mi postrežejo varuhi. V času stroge karantene, zlasti v začetku leta 2021, sem zelo pogrešala neposreden stik z domačimi, saj niso mogli priti k meni na obisk. Vesela sem, da so se ukrepi sprostili in upam, da bo tako ostalo tudi vnaprej. Vsem zaposlenim v Domu želim dobro medsebojno sodelovanje, ki se bo kazalo v strpnosti, prijaznosti, dobroti in spoštovanju, Domu Taber pa, da se uspešno razvija še naprej in uresniči svojo dolgoročno vizijo pomoči ljudem v tretjem življenjskem obdobju.



*Življenje je kot vožnja s
kolesom. Da bi ohranil
ravnotežje, se moraš
premikati.
(Albert Einstein)*





Dom Taber - moj poslednji dom

S stanovalko Marijo Kratnar (zdaj že pokojno) zapisal Sebastijan Jarc, varuh

V Domu Taber sem približno štiri leta. Pred prihodom v Dom sem bila doma in sem živela skupaj z možem in preostalimi družinskimi člani. Tukaj se rada udeležujem družabnih iger, predvsem tombole. Zelo sem vesela, če me kdo od zaposlenih pelje ven z vozičkom, da se naužijem svežega zraka. Všeč mi je, da se Dom Taber nahaja v mirni okolici, ob vznožju gričev, poraslih z gozdovi, od koder se odpira prekrasen pogled na okoliško pokrajino ter zasnežene gore v ozadju. Lep razgled na pokrajino in hribe mi prinese notranji mir.

Zaposleni so prijazni do mene, do sedaj nisem imela težav z njimi. Tudi hrana je v redu. V sobi sem rada brala knjige in časopise, sedaj pa tega praktično ne morem več zaradi težav z očmi. Pred časom sem lahko sama šla v domsko kavarno in si naročila kavo in kakšno tortico, sedaj pa sem zelo vesela, ko mi zaposleni prinesejo kavo kar v sobo. V času karantene sem zelo pogrešala domače, saj se nismo mogli videti, slišali smo se lahko samo preko telefona. Vesela sem, da so se razmere umirile in se lahko spet vidimo. Vesela sem, ko me prideta hčerka in sin obiskat. Takrat me vedno vzameta s seboj ven v naravo. Hodim s pomočjo visoke hodulje. Po mojem mnenju se s svojo hčerko in s sinom še vedno premalo vidimo. Zelo ju pogrešam in si želim, da bi bila vedno ob meni. Hvaležna sem fizioterapevtki Mateji in delovni terapevtki Nataši, ki mi pomagata pri hoji. Kljub prizadevanju in pomoči zaposlenih me še vedno bolijo noge, zelo si želim, da bi bile s pomočjo fizioterapije bolečine omiljene. Vsem zaposlenim želim, da bi cenili svoje življenje, saj leta hitro minejo in se človek kmalu postara ter postane manj okreten. Tako ne more izkoristi vseh svojih potencialov, ki jih ima. Zaposlenim želim dobro medsebojno sodelovanje, veliko medsebojne prijaznosti in razumevanja. Naj vse nas povezujejo ljubezen drug do drugega, strpnost in solidarnost. Domu Taber v prihajajoče želim vse dobro in uspešen razvoj.



*Bodite sočutni, kajti
resnično videti življenje
skozi oči nekoga drugega,
je lahko najdragocenejša
izkušnja in pomeni tudi
živeti polnejše življenje.
(Neznan)*





Dom Taber - moje tretje življenjsko obdobje

S stanovalko Marijo Finžgar zapisal Sebastijan Jarc, varuh

V Domu Taber sem praktično od začetka njegovega delovanja. V Dom sem prišla po moževi smrti zaradi vedno slabšega zdravstvenega stanja. Zaradi moje oslabelosti domači niso mogli več skrbeti zame.

V Domu se občasno udeležujem telovadbe, po možnosti pa tudi drugih družabnih dogodkov. Zaposleni imajo do mene prijazen in korekten odnos, dobro se razumem z njimi. Hrana v Domu je na splošno tudi v redu. Večino časa preživim v svoji sobi, od koder imam lep razgled na travnike, polja, gozdove in hribe. S svojo sostanovalko Vido se dobro razumeva. V času stroge karantene sem zelo pogrešala svoje domače, saj se nismo mogli videti. Tudi sedaj, ko so se razmere malo sprostile, jih pogrešam, saj se mi zdi, da se še vedno premalo vidimo. Zelo sem vesela poslanstva svojega vnuka Anžeta, ki je bil posvečen v duhovnika. Želim si samo, da bi se z njim večkrat videla. Spomnim se ga še kot malčka, za katerega sem pogosto skrbela. Zelo je bil in je še vedno prisrčen. Iskreno imam rada tudi svojo hčerko Vilmo in ostale domače, s katerimi se dobro razumemo. Vesela sem, da je Vilma zelo dobra učiteljica. Zaposlenim v Domu želim, da se podpirajo, si pomagajo in dobro sodelujejo med seboj. Želim si, da bi vse nas povezovalo okolje pravičnosti, miru in dobrote, da bi se vsak čutil sprejetega tak, kakršen je, brez kritik in posmeha. Domu Taber v prihodnje želim, da izpolni svoje poslanstvo skrbi za starejše. Naj postane zgled prijaznega in toplega doma starejšim občanom ter vzor ostalim domovom po Sloveniji.



*Med prijatelji ne šteje tisto,
kar je izgovorjeno, ampak
tisto, česar ni treba izreči.
(Albert Camus)*



Dom Taber - dom medsebojnega spoštovanja in priložnosti

S stanovalko Gabrijelo Špacapan zapisal Sebastijan Jarc, varuh

V Dom Taber sem prišla kmalu po odprtju doma pred petimi leti. Eden izmed razlogov za odločitev odhoda v Dom je bila moževa smrt, domači pa zaradi moje oslabelosti niso mogli več skrbeti zame. V družini nas je bilo sedem otrok, jaz sem bila najmlajša. Z domačimi sem se na splošno dobro razumela in nikoli nismo bili v sporu.

Všeč mi je odnos zaposlenih do mene, so zelo prijazni in mi pomagajo, ko je potrebno. S hrano sem na splošno zadovoljna, zelo pa sem vesela tudi kave, ki mi jo vsak dan skuha nekdo od varuhov. Moja najljubša pristočasna dejavnost je branje knjig, časopisov in revij. Pred časom, ko sem imela še dober glas, sem rada prepevala in reševala križanke. V času karantene sem zelo pogrešala domače, saj takrat ni bilo možno imeti obiskov z njimi. Tudi sedaj, ko so se razmere sprostile jih pogrešam, saj si želim, da bi bili pogostejše pri meni. Zelo mi je všeč okolica Doma, ki ga obkrožajo gozdovi, polja, ravnine, griči in hribi. Zelo rada hodim na balkon svoje sobe, od koder se sončim in uživam na zraku. Z veseljem obiskujem telovadbo, ki poteka v Domu vsak delovni dan, sicer pa se občasno odpravim tudi do kajže. Ena izmed stvari, ki jih v zadnjih obdobjih pogrešam, je plavanje.

Pred časom sem vozila tudi avto, z njim sem se večkrat odpravila proti Gorenjski in Štajerski. Pred prihodom v Dom sem bila družbeno aktivna. Hodila sem na koncerte in operne predstave v Sloveniji in tujini. Najlepši spomini na potovanja v tujino mi sežejo v Španijo, Turčijo, Francijo (še posebej Pariz in dolina Loare) in Anglijo (še zlasti London). Doma sem zelo rada vrtnarila. Vrtniček sem imela v Dobnem nad Ljubljano. Vrtnarjenje mi je bilo v veliko veselje. Na vrtu so mi najboljše uspevali stročji fižol, solata, paradižnik, grah in ostale vrtnine. Gojila sem tudi zelišča, med drugim rabarbaro, sivko ipd.



Zaposlenim v Domu Taber želim dobro in uspešno delo naprej, veliko lepega, predvsem pa, da bi se razumeli ter si pomagali med seboj. Domu Taber na splošno želim, da bi se še naprej razvijal v zglede den dom za starejše.

*Mir pride od znotraj,
ne iščite ga zunaj.
(Buddha)*



Odločitev, zakaj je Pavel prišel v Dom Taber

S stanovalcem Pavlom Peterlinom zapisal Bojan Pavlič, varuh

Zakaj je prišel v Dom Taber? S sorodniki so se lepo sporazumeli in je šel v prečudovit Dom, blizu svojega doma. Tukaj mu je vse na razpolago, dobra hrana, pijača, zadovoljen pa je tudi s posteljo. V Domu je spoznal že veliko dobrih ljudi. Hitro je navezal prijateljske stike. Nekaj stanovalcev že pozna od prej. Veliko se pogovarja po telefonu s sorodniki in mu ni nikoli dolgčas. Rad pomaga pri lupljenju česna in čebule, nabral je tudi že veliko rož za stanovalce, rad se udeležuje prireditev in gre k sveti maši. Rad hodi tudi na balinanje ali pa obiskuje ostale poznane stanovalce. Na splošno pa rad govori z vsakim, ki ga sreča. Saj je zelo komunikativna oseba. Včasih je pomagal v cerkvi zvoniti. V Domu bi rad pohvalil vse zaposlene.



Kolesarski navdušenec Anton Valant

S stanovalcem Antonom Valantom zapisal Bojan Pavlič, varuh

Dom Taber je gospodu Antonu zelo všeč. Je v lepem kraju in obkrožen z naravo. Zelo je zadovoljen, ker ima svojo sobo postavljeno tako, da ima razgled na gozd. Z zaposlenimi je zadovoljen, saj mu nudijo pomoč in pripomočke, ki jih potrebuje. V lepem vremenu rad kolesari po občini. Skoraj vsak dan gre tudi na sprehod do kajže z aplikacijo, ki šteje korake. Tam uživa ob pogledu na naravo, vinsko trto in kipe, ki so postavljeni ob poti. Ob slabem vremenu je v sobi, kjer rešuje križanke, bere časopis in gleda televizijo. Zelo rad pa tudi gleda skozi okno. Želel si je priti v ta kraj, blizu gozda in gora. V času karantene se je zelo prilagodil. Bilo je težko, ampak ni mu delalo posebnih preglavic, ker spoštuje ukrepe. Bil je optimističen. Gospod je zadovoljen tudi s hrano in postrežbo.



Novi stanovalec Franc

S stanovalcem Francem Sitarjem zapisal Bojan Pavlič, varuh

Gospod je z letošnjim letom prišel v Dom Taber. Ob prihodu je bil zaskrbljen, kako se bo vključil v tukajšnje življenje. A hitro je spoznal stanovalce in našel prijatelje. Tukaj ima delo z rožami, z veseljem pa se udeleži tudi vsakotredenskega lupljenja česna in čebule. Gospod je zelo aktiven v Domu in rad pomaga in sodeluje. Rad hodi na balinanje, razne dogodke, k maši in telovadbi. Posebej mu je všeč, če je telovadba zunaj na svežem zraku ob lepem vremenu. V prostem času rad prebira časopis, gleda televizijo in gre na klepet k sostanovalcem. Ko pa ima obiske, gre rad ven na svež zrak. Uči se tudi sprehoda s hojco in rad ima tudi sobno kolo. Zaposlenim pa sporoča, naj bodo še naprej tako dobri, in jim želi levše dobro. V Domu sta mu všeč čistoča in higiena.



Moje veselje

Ana Benedičič, stanovalka

Moj rojstni kraj je mesto Idrija. Malo mesto, polno presenečenj.

Po gimnaziji sem odšla v Tolmin na učiteljske. Žal to ni bila moja želja. Šole nisem dokončala. Želela sem več. Veselilo me je risanje, upodabljanje človeka. Pozneje sem prosti čas posvetila temu veselju. Pričela sem z risanjem cvetja, obrazov. Najbolj so se mi posrečili otroški obrazi, zame so bili najlepši. S hvaležnostjo se spominjam profesorja risanja. Zbudil je v meni željo po lepoti narave, človeka. Saj je v človeku vse, kar iščemo. Samo prisluhniti mu je treba.





Življenje naše pokojne stanovalke Jožefe Prašnikar

V spomin zapisala Jolanda Oroz, hčerka pokojne stanovalke

Ko se je poslovila, je bila stara 86 let. Celo življenje je rada delala, saj ji v življenju ni bilo prav z rožicami postlano.

V Domu smo jo poznali kot najbolj pridno pri zlaganju perila in lupljenju čebule in česna. Pri svojem delu je bila tako vneta, da jo je bilo včasih potrebno kar malo ustaviti, da ne bi šlo v škodo njenega zdravja.

Bila je nezakonski otrok. Včasih so take otroke dali v oskrbo drugim ljudem, zato je bila nekaj let v Marijanišču v Kranju, kjer so zanjo skrbele nune. Ko se je začela 2. svetovna vojna, so Marijanišče zaprli. Petletni deklici je mama zavezala culo in jo poslala v svet, češ, te bo že kdo našel in skrbel zate. Imela je srečo, saj jo je našel kmet z Brnika. Njegova žena je dobro skrbela zanjo. Po vojni je šla skupaj z njima v izgnanstvo v Vetrinje na Koroškem. Tam je tudi hodila v šolo. Po enem letu se je skupaj z njima vrnila nazaj. Vedno je rekla: »Ta moja Francka je lepo skrbela zame«.

Kot 13-letno dekle je začela delati v tekstilni tovarni v Kranju. Živela je pri več družinah, kjer je za plačilo sobe opravljala gospodinjska dela.

Leta 1955 se je poročila. Z možem sta živela in delala v Mlekarni v Kranju. Mož je vozil tovornjak, sama pa je opravljala težko fizično delo v slanici. Rodila je dva otroke (sina in hčerko). Leta 1976 se je zaposlila v Domu upokojencev v Kranju, najprej kot sobarica, kasneje, ko je opravila kvalifikacijo, pa kot negovalka. Delu je bila zelo predana. Upokojila se je, ko se ji je rodila prva vnukinja, s katero imata rojstni dan na isti dan.

V prostem času je zelo rada hodila v hribe, rada je tudi vrtnarila. Izjemna pa je bila v pletenju in šivanju. Tako otoka, kot kasneje vnuki in tudi pravnuk, so nosili lepe pletenine (vsi v pleteninah in unikatnih šiviljskih izdelkih). Vedno je rada brala

in poslušala klasično glasbo. Dvakrat na leto je šla sama na pohod v Ljubljano, kjer je obiskala muzeje, cerkve, si privoščila dobro kosilo, deci cvička, pa seveda kavo. Brez kave ni življenja, je vedno rekla.

Mama je bila vedno steber družine. Veliko časa je namenila otrokoma, saj je bil mož veliko službeno odsoten. Občutek varnosti je bil za naju, kot otroka, dragocen. Vedno je bila neposredna, prijazna, skromna in malce navihana. Z življenjem v Domu je bila zadovoljna, saj ni bila nikomur v nadlego in se je preživljala sama, kot je rekla.

Zelo jo pogrešamo.



*Čeprav se naše telo stara,
pojema, postaja slabotno,
krhko in bolno, krila duše
okrog telesa stalno nežno
objemajo to krhkost.
(Neznan)*





Življenje v Domu Taber v covid časih

Tomo Šarf, sin stanovalke Marije Šarf

Leti 2020 in 2021 si bo cel svet nedvomno zapomnil po v tem času največkrat odtipkanem geslu na vseh brskalniki: COVID.

Takoj na začetku se oddaljimo od naših osebnih mnenj o tej temi. Vsakdo si je o tem lahko ustvaril svojo sliko, na koncu koncev pa smo vsi skupaj morali upoštevati splošna pravila igre. Pravila, ki so se v tem letu in pol nešteto krat spremenila in to ne le glede na čas, temveč tudi glede na prostor. Kar je danes veljalo tu in tam, že jutri ni več veljalo le malo stran in obratno. Pri vsem tem je bilo sprejetih veliko težko razumljivih pravil igre, večkrat na videz povsem nelogičnih; večkrat smo imeli občutek, da pravila postavljajo politika in kapitalski lobiji in ne stroka – a to že posega v naše osebno razmišljanje, čemur pa se bomo izognili, kot smo zapisali na začetku.

Vse to je imelo izjemen vpliv na naše življenje na vsakem koraku. Spreminjajočim se omejitvam gibanja in druženja, nujnosti ter nošenju mask in še čemu, smo se težko privadili. Formalna delitev prebivalstva na bolj ali manj ogrožene skupine je bila ena od lažje razumljivih odločitev. Povsem logično je, da so starejši takoj padli v najbolj rizično, najbolj ogroženo skupino. Seveda je največja koncentracija le-teh prav v domovih za starejše, poleg tega ima večina stanovalcev še različne in dolgotrajne zdravstvene težave. Domovi pa, ravno tako kot ostali svet, niso mogli biti pripravljeni na zapletanje situacije, kakršni smo (bili) priča.

Vodstva domov so bila postavljena pred večkrat nerešljive probleme, kako organizirati delo po domovih, da bodo po eni strani zadostili zakonskim zahtevam, ki so bile večkrat nedorečene in nerazumljive, po drugi strani poskrbeti za kar največjo možno varnost stanovalcev in po tretji strani zadostiti pričakovanjem ali celo zahtevam svojcev po neki normalni komunikaciji z njihovimi najdražjimi.

Sam lahko mirne vesti rečem, da se v nobenem trenutku ne bi rad znašel v koži ljudi, ki so bili prisiljeni krmariti med temi Scilami in Karibdami. Večkrat sem se spraševal o smiselnosti in potrebnosti sprejetih ukrepov v Domu Taber, a na koncu koncev sem si vedno rekel: »Ej, kaj bi pa ti naredil na njihovem mestu?« Hudičevo težko se je odločiti med več možnostmi, za katere veš, da niso idealne in da imajo poleg dobrih strani tudi slabe. A odločitev pač moraš sprejeti.

In tako smo leto in pol vzdrževali stike s svojci na zelo specifičen, lahko rečem kar KOVID način: od popolne prepovedi, preko 15-minutnih »nadzorovanih« obiskov, do sedanjega, že dokaj sproščenejšega režima. Pri tem se vsaj osebno zavedam, da so vse to bile in so še vedno neke improvizacije, neko iskanje najboljše možne variante.

Vse skupaj je nedvomno pustilo posledice na stanovalcih Doma. Zmanjšanje komunikacije na tisti minimum zanesljivo ni dobro vplivalo na njihovo duševno zdravje, a delež tistih, ki so podlegli tej kugi 20-tih let, je bil v našem Domu presenetljivo majhen, kar je najpomembnejše.

Ko se ozrem, lahko mirno rečem, da imam občutek, da so bile odločitve vodstva na mestu. Kakršnekoli so že bile, so dosegle svoj osnovni namen: zmanjšati ogroženost stanovalcev na minimum.





Težki časi v obdobju zaprtja doma

Metka Strnad, hčerka pokojne stanovalke Marije Kratnar

Koronsko leto 2020/21 nikakor ni bilo prijetno. Poleg omejitev gibanja, druženja s prijatelji, odpadlih dejavnosti in potovanj ter s tem povečano slabo voljo, nas je zaznamovala tudi skrb, kako bo z našimi domačimi, ki prebivajo v domovih.

Vedeli smo, da poleg domskih aktivnosti osebni kontakti pozitivno vplivajo na duševno stanje in zavedanje starejših. Ti stiki jih aktivirajo, da postanejo miselno aktivnejši, »prisiljeni« k večji gibalni aktivnosti, ki se je sami ne bi lotili. Vsega tega v najtežjem koronskem obdobju ni bilo.

Za vzdrževanje stikov so nam bili na voljo video in telefonske povezave in kasneje dobro organizirani kratkotrajni obiski ene osebe v varnih pogojih. Zaradi dolgotrajnih nenormalnih kontaktov, so se začeli pojavljati problemi zmanjšanja psihične zbranosti, kar je pri svojcih, ki se s tem v preteklosti še nismo srečali, povzročilo zaskrbljenost in stisko.

Situacija je še dodatno obremenila zaposlene, ki jih je v domovih premalo. Nekateri varovanci so bili zaradi stanja bolj zahtevni, vznemirjeni in niso razumeli situacije, zakaj ni obiskov, ter so svoje težave prenašali na osebje. Dobro pa je, da so bivalne razmere v Domu Taber dobre v primerjavi s številnimi domovi (klimatizacija, oprema, svetli in dovolj veliki prostori). Če tega ne bi bilo, bi bilo življenje za oskrbovance in zaposlene še veliko težje.

Želimo si, da v bodoče ne bi prišlo do podobnih zdravstvenih situacij. Ponovno pa smo spoznali, da so ob takih razmerah med ljudmi še kako pomembni ravnanje in medsebojna pomoč družine ter sodelovanje in odprte informacije z zaposlenimi v Domu.



*Življenje se nikoli ne ustavi,
a mi se lahko. Osredotočimo
se nase, globoko vdihnemo,
si nabereemo novih moči
ter na svet pogledamo z
drugačnimi očmi.
(Timea Varga)*





Dogodki v preteklem letu

3. 9. 2020	koncert Fantov z vasi, ki so imeli turnejo po vseh domovih v Sloveniji
9. 9. 2020	odprtje demenci prijazne točke in nastop DU za Poljansko dolino
15. 9. 2020	snemanje intervjujev stanovalcev za oddajo Vikend paket – modrozniki
21. 9. 2020	pohod za spomin
28. 9. 2020	praznovanje 5. obletnice odprtja Doma
30. 9. 2020	koncert ljudskih pevk Dečve
23. – 26. 11. 2020	delavnice izdelovanja adventnih venčkov
4. 12. 2020	obisk Miklavža
14. – 16. 12. 2020	delavnice izdelovanja novoletnih voščilnic
23. 12. 2020	obisk in obdarovanje Božička
16. 2. 2021	veselje ob pustu
11. 3. 2021	obisk Rdečih noskov
25. 3. 2021	izdelovanje butaric
30. 3. – 2. 4. 2021	delavnice izdelovanja pirhov
22. 4. 2021	koncert Simona Eržena
23. 4. 2021	sodelovanje v vseslovenskem projektu Petje s srcem
30. 4. 2021	koncert tria Ani, Francka in Miro
20. 5. 2021	izlet stanovalcev: ogled Cerkelj
26. 5. 2021	koncert Alenke Gotar in njenih učencev petja
1. 6. 2021	koncert ljudskih pevcev Hiše čez cesto
17. 6. 2021	izlet stanovalcev: ogled gradu Strmol in velesovske cerkve (Adergas)
28. 6. 2021	koncert ljudskih pevcev iz Tuhinjske doline





Petkovi pohodi varovanega oddelka h kajži



Odprava na pohod.



Malo počijemo.



Hoja v breg.



Pogasimo žejo.





Krog prijateljstva.



Zaplešemo.



Se poveselimo.



Zapojemo.



In se ob ritmu harmonike vrnemo.





Oddih stanovalcev v Rogaški Slatini

Stanovalci so v mesecu avgustu obiskali toplice v Rogaški Slatini. Omogočili smo jim, da koristijo državne turistične bone. Stanovalci so na kratko strnili misli, kako so preživeli tri dni na oddihu v Rogaški.

VLADIMIR URBANC

»Bil sem zelo zadovoljen s sobami, ki so bile čiste in obnovljene. Sprehodi so bili odlični, prav tako hrana. Imeli smo dobrega šoferja. Vse je bilo pozitivno in z veseljem bi vse še kdaj ponovil.«

ANTON VALANT

»Všeč mi je bilo kopanje, še posebej v zunanjih bazenih. Vreme je bilo super, prav tako družba. Všeč



mi je bilo, da sem se lahko veliko sprehajal. Hrana je bila odlična in z veseljem bi se udeležil podobnega izleta.«

LOJZE VRTNIK

»Všeč mi je bila družba, z nami je šla tudi direktorica. Zadovoljen sem bil s šoferjem, prav tako s hrano. Sobe so bile čiste in urejene. Povezani smo bili med stanovalci, zato sem bil vesel, da sem se izleta lahko udeležil.«

JOŽICA HRIBAR

»Zelo sem zadovoljna z izletom. Najbolj mi je bilo všeč, ko smo šli zjutraj skupaj na kavo ter sprehod od hotela do kavarne. Rada sem se kopala v vodi in reševala križanke. Všeč so mi bile skupinske igre na kopališču. Pohvalila bi organizacijo in osebje, ki je šlo z nami. Sigurno bi izlet ponovila.«



DANICA OBLAK

»Imela sem se čudovito. Zelo sem bila zadovoljna z odnosom med zaposlenimi in stanovalci. Všeč mi je bilo kopanje, sprehodi in hrana. Še posebej juhe, meso in sladice. Želim si še takih izletov.«

IVANA DROBNIČ

»Imela sem se zelo lepo. Všeč sta mi bili družba in organizacija. Direktorica Martina, Nataša in Klavdija so bile odlične. Zadovoljna sem bila s kopališčem, sprehodi in z urejeno okolico. Tudi hrana je bila dobra. Z veseljem bi se še enkrat udeležila takega izleta.«

MARIJA IN IVAN HERLEC

»Enkratna izkušnja. Imela sva se odlično, več kot sva pričakovala. Vse tri spremljevalke so bile zlate. Všeč nama je bilo kopanje, pa skupinske igre in družba. Hrana je bila dobra in želiva si še več takih izletov.«





KO SEM SE ZAČEL RESNIČNO IMETI RAD

Charlie Chaplin

Ko sem se začel resnično imeti rad,
sem spoznal, da sem vedno in ob vsaki priložnosti
na pravem mestu in v pravem času
in da je vse, kar se dogaja, pravilno –
od takrat dalje sem lahko miren.
Danes vem, da se to imenuje ZAUPANJE.

Ko sem se začel resnično imeti rad,
sem lahko spoznal, da sta čustvena bolečina in
trpljenje
za mene samo opozorilo, da živim v nasprotju z
lastno resnico.
Danes vem, da se to imenuje BITI VERODOSTOJEN.

Ko sem se začel resnično imeti rad,
sem prenehal hrepeneti za nekim drugim življenjem
in lahko sem videl, da je bilo vse okoli mene poziv
za rast.
Danes vem, da se to imenuje ZRELOST.

Ko sem se začel resnično imeti rad,
sem si prenehal krasti prosti čas
in prenehal sem ustvarjati mogočne projekte za
prihodnost.
Danes počnem samo to, kar ustvarjata zado-
voljstvo in radost,
tisto, kar ljubim in kar ustvarja smeh v mojem srcu,
na moj lasten način in v mojem osebnem ritmu.
Danes vem, da se to imenuje ČASTITOST.

Ko sem se resnično začel imeti rad,
sem se osvobodil vsega, kar ni bilo zdravo zame,
od jedi, ljudi, stvari, situacij
in od vsega, kar me je vedno ponovno povleklo
niže, proč od samega sebe.
Na začetku sem to imenoval „zdravi egoizem“,
a danes vem, da je to LJUBEZEN DO SAMEGA
SEBE.

Ko sem se resnično začel imeti rad,
sem prenehal imeti vedno prav,
tako sem bil manj v zmoti.
Danes sem spoznal, da se to imenuje SKESANOST.

Ko sem se resnično začel imeti rad,
sem se odrekel življenju v preteklosti
in da skrbim glede prihodnosti.
Sedaj živim samo v tem trenutku, v katerem se
vse začneja.

Tako živim danes in to imenujem ZAVEDANJE.
Ko sem se resnično začel imeti rad,
sem spoznal, da lahko od svojih misli zbolim in da
sem lahko slaboumen.
Ko pa sem spet našel moči svojega srca,
je razum dobil pomembnega partnerja.
To vez danes imenujem MODROST SRCA.

Ni potrebe, da se še naprej bojimo razprav,
konfliktov in problemov s samim seboj in z
drugimi,
ker tudi zvezde sem ter tja trčijo med seboj
in nastanejo novi svetovi.
Danes vem: TO JE ŽIVLJENJE.





Malo za smeh

Mož se vrne iz službe: »Žena! Danes sem bil v zavarovalnici in sklenil življenjsko zavarovanje za sto tisoč evrov.«
»Super! Zdaj ti pa ne bo več treba za vsako malenkost obiskovati zdravnika!«

Kar se žensk tiče, one imajo tri stopnje odraščanja:
1. Jezijo očeta.
2. Živcirajo moža.
3. Sitnarijo zetu.

Schuster, skakalni trener, bled in prepoten pakira potovalno torbo za odhod v Švico. Freund nekaj časa molči, potem pa se le odloči povprašati trenerja, kaj ga je tako znerviralo.
»Kaj je šefe? Nisi najboljše volje, a ne?«
»Ne!« Zabrusi Werner.
Freund se ne da kar tako odgnati: »Kaj je bilo ... Povej no ...«
»Mah, eden od teh bratov Prevc ...«
»Ja in? Saj se nisi nič pogovarjal z njim ... Kolikor vem, ste se samo pogovarjali, kaj si želijo za Božička...« se čudi Freund.
Schuster jezno: »Ja! Točno, samo to. In veš, kaj so mi rekli?!«
Freund razmišljujoče: »Ne vem ... Si želijo avto? Računalnik?«
Werner: »NE! BRATCA! BRATCA SI ŽELIJO!«

»Natakar, zakaj moj zrezek držite z rokami?«
»A hočete, da mi še tretjič pade na tla?«

V knjigarno vstopi možki in reče prodajalki:
»Prosim, rad bi knjigo z naslovom "Moški, gospodar v hiši."«
Prodajalka ga pogleda in reče: »Poglejte zgoraj, znanstveno fantastiko prodajamo v prvem nadstropju.«

Med evropskim prvenstvom -
Srednji napadalec: »Zelo mi je žal, da sem zgrešil zanesljiv gol. Najraje bi samega sebe brcnil v rit!«
Trener: »Kar daj. Saj boš tako ali tako zgrešil!«

»Ni več dvoma,« je rekel doktor pacientu,
»zastrupljeni ste bili!«
»S čim vendar?« je vprašal pacient.
»To bo pokazala obdukcija!«

Jure: »Vrni mi 50 evrov!«
Franci: »Kdaj si mi jih pa posodil?«
»Zadnjič, ko si bil pijan.«
»Saj sem ti jih že vrnil!«
»Kdaj?«
»Ko si bil totalno pijan!«

Dva tabornika sta se izgubila v gozdu.
»Trikrat ustrelj v zrak, da pridejo po naju.«
»Prav.«
Ustrelj še trikrat, nihče ni slišal.
»Prav.«
»Še vedno ni nikogar. Ustrelj še trikrat.«
»Ne morem, imam samo še eno puščico.«

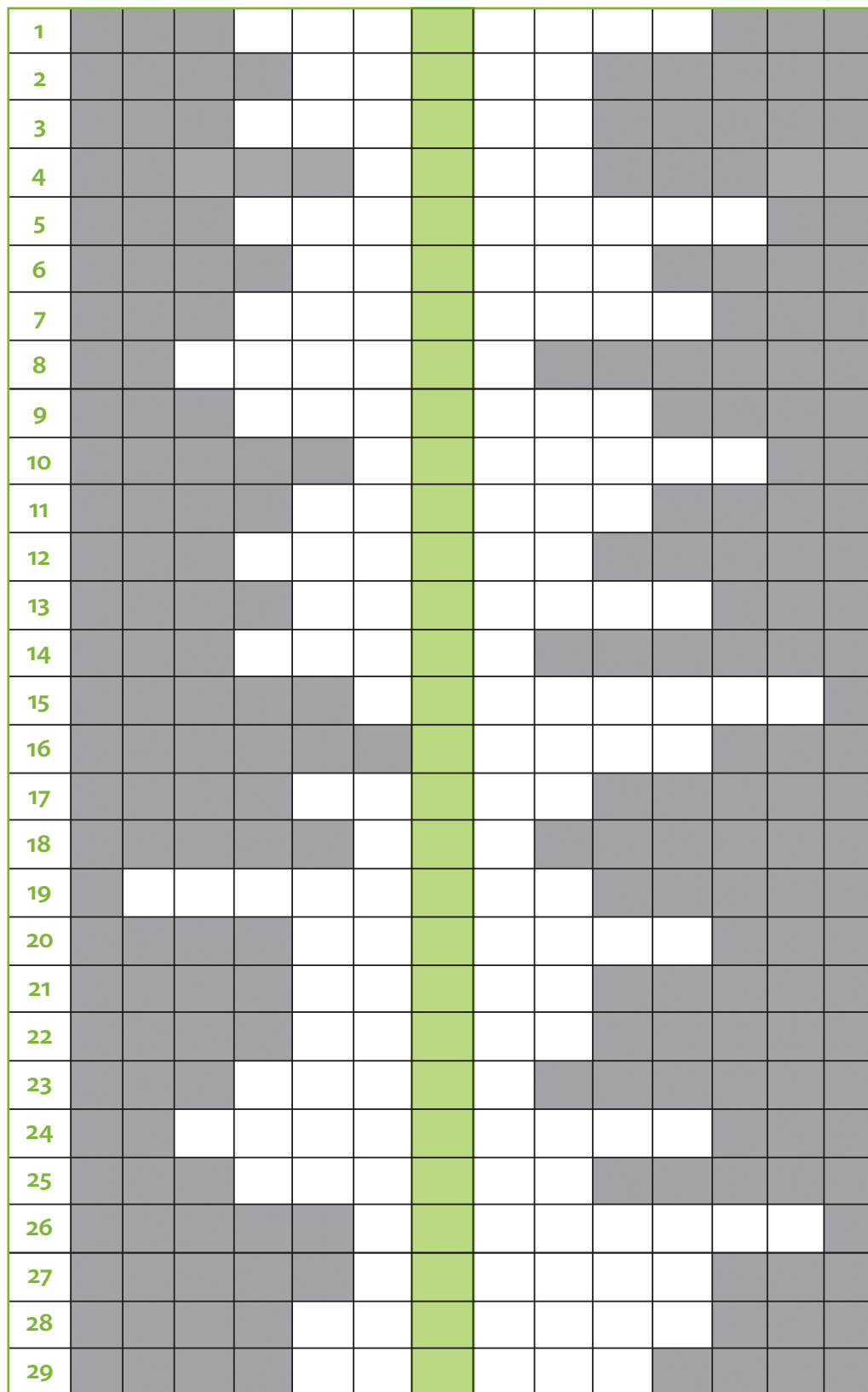
Mož se odločil, da bo ženi za rojstni dan kupil lep kostim, zato je šel v trgovino in res izbral najlepšega.
Prodajalka ga je vprašala, katero številko potrebuje, on pa je pojasnil: »Za številko ne vem, toda ko vstane s kavča, mi z ritjo zakrije ves ekran televizije, ki v diagonalni meri 70 cm.«





Razgibajmo možgane

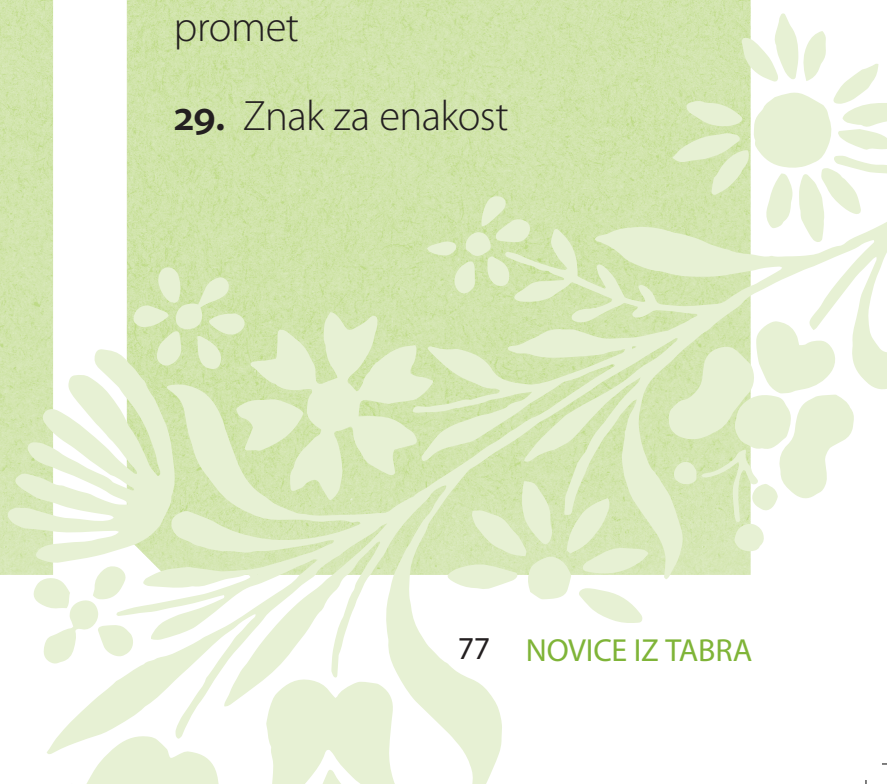
KRIŽANKA





1. Prebivalec Slovenije
2. TV-zaslon
3. Konec tedna
4. Ploščad za nastope v gledališču
5. Najvišji vrh Kamniško-Savinjskih Alp
6. Nepremočljiva športna vetrovka
7. Naše obmorsko mesto
8. Nebesno telo, ki kroži okoli Sonca
9. Začetek življenja
10. Oranžna zelenjava
11. Travnik
12. Slovesna zaobljuba poroke
13. Negovalec nohtov
14. Mesec z muhastim vremenom
15. Zeleno barvilo v listih
16. Glasbena skupina osmih pevcev

17. Koplje rudo
18. Človekov najboljši prijatelj
19. Strokovnjak za tehnologijo
20. Sadež, iz katerega predelujejo sok in vino
21. Obod slike
22. Trik, prevara
23. Ulično glasbilo v obliki zaboja
24. Prešernov najboljši prijatelj
25. Najvišja kopenska žival
26. Zdravi ljudi
27. Slike, položene iz barvnih kamenčkov ali kosov stekla
28. Signalna naprava, ki ureja promet
29. Znak za enakost





SUDOKU

6		8	9					3
2				8	4		6	
9		1		3		5		
8			1	7	6	2		
5	1			2			8	6
		6	8	4	5			1
		3		6		8		2
	8		5	9				7
7					8	3		4

	6	9			4		8	
	4	2	8	3		5		9
7		8			9			3
	2	6	3	4	8		1	
	8		2	9	1	6	3	
6			9			4		8
8		5		7	3	9	2	
	9		5			3	7	





Vaje za urjenje spomina

1. V eni minuti se spomnite 10 vonjev, ki spominjajo na jesen.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

2. Preberite spodaj naštetе številke v danem zaporedju. V treh minutah zapišite številke v enakem vrstnem redu, ne da bi jih še enkrat pogledali.

2 5 5 5 5 6 6 4 5 7 3 5 0 8 7 8 6 1 1

3. V eni minuti naštejte 10 predmetov, ki jih najdemo v kopalnici.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

4. Preberite spodaj naštete predmete v danem zaporedju. V treh minutah zapišite prebrane besede - predmete v enakem vrstnem redu, ne da bi jih še enkrat pogledali.

- | | | | |
|------------|----------|----------------|--------------|
| 1. radio | 6. ključ | 11. zvezek | 16. noga |
| 2. stol | 7. vrata | 12. knjiga | 17. roka |
| 3. avto | 8. milo | 13. miza | 18. svinčnik |
| 4. omara | 9. kruh | 14. roža | 19. nogavice |
| 5. telefon | 10. čaj | 15. računalnik | 20. vrečka |

5. Preberite spodaj zapisano uganko in jo poskušajte razvozlati. Če vam je ne uspe razvozlati v dveh minutah, si jo vizualizirajte. Narišite si zapisano uganko in bo lažje.

Petindvajset jih koraka, a drugačne je prav vsaka, kdor dodobra jih spozna, je med knjigami doma.





Dom Taber
socialno varstveni zavod

Šmartno 70, 4207 Cerklje
na Gorenjskem

info@domtaber.si
www.domtaber.si
04/20 27 600

UREDNIŠKI ODBOR DOMSKEGA ČASOPISA

Martina Martinčič, direktorica

Neža Sirc, pisarniška referentka - receptorka

Nataša Lavtižar, delovna terapevtka

Anita Oman, pisarniška referentka - receptorka
lektorirala **Daniela Močnik, prof.**

TISK IN OBLIKOVANJE

Tiskarna Jagraf d.o.o.
naklada 600 izvodov

NA NASLOVNICI

Spređaj: Marija Rozman, Frančiška Krajnc, Ivan in
Marija Herlec

Zadaj: Ana Benedičič, Jožica Hribar, Ciril Novak

VIRI SLIK IN CITATOV

<https://lepemisli.org/>
Arhiv Doma Taber

INTERNO GLASILO SVZ TABER

NOVICE IZ TABRA

September 2021, VI. leto, št. 1
Brezplačni izvod

NOVICE IZ TABRA 80

