



# **Drobtinice**

**izpod plašča sv. Martina**





## SEMAFOR



Odraščal sem v domačem bohinjskem okolju, kjer se kot otrok nisem srečeval s semaforjem. Najbližji so bili na Jesenicah in v Kranju. Še tam so bili le posamezni, več pa jih je bilo v Ljubljani. Danes je semaforjev neprimerno

več. Srečamo jih tudi na bolj obremenjenih prometnicah na podeželju. V Bohinju ga še ni, čeprav bi bil včasih kje tudi že upravičen. Zakaj semafor? Je sredstvo, ki na preprost način prinaša sporočilo, na katerega se vsak človek, če se pravilno odzove, lahko tudi zanese, da bo njegova pot varna in ga bo pripeljala do zastavljenega cilja.

Semaforje, to je kazalnike, uporablja tudi gospodarstvo, npr. pri vodenju zalog ali spremljanju drugih pomembnih parametrov. V zadnjem letu je postal zelo aktualen »covid semafor«. Družbi oziroma državi sporoča, kje smo z obvladovanjem bolezni covid-19. Seveda so s tem povezani preprosti, pa večkrat tako težki ukrepi za posameznike (dosledna uporaba zaščitnih mask, distanca ter razkuževanje).

27. številka Drobtinic je prva, ki smo jo v Zavodu sv. Martina uspeli izdati od nastopa epidemije v marcu lanskega leta. Veliko bi imeli povedati in napisati v tem času, pa žal zaradi izrednih razmer nismo ne utegnili in ne zmogli. Vendar se zgodbe in utrinki niso izgubili. Nekaj jih prinašajo pričujoče Drobtinice.

Konec februarja 2020, ko smo spremljali poročila o covid-19 iz Italije, smo bili med prvimi, ki smo štirinajst dni pred razglasitvijo epidemije v Sloveniji zaprli Dom za obiske. Za mnoge se je zdelo takrat to nerazumljivo in pretirano. Takrat še nismo bili toliko

ozaveščeni o bolezni kot danes, nismo razpolagali z zaščitnimi sredstvi in še nismo imeli znanja, kako pravilno ukrepati v Domu v primeru pojava bolezni. Hvala Bogu nas je koronavirus v prvem valu epidemije obšel. Čeprav je bilo to obdobje psihično naporno, sem sam ves čas zaupal, da bomo zmogli. Večkrat sem sodelavkam in sodelavcem za zgled omenjal Mater Terezijo, ki je delala z gobavci, pa se sama ni okužila. Dopovedoval sem sebi in drugim, da če nam je okužba namenjena, jo bomo dobili, sicer pa ne. Naredili smo vse, kar smo znali in zmogli ter se izročili v božje varstvo.

V drugem, jesenskem valu epidemije je okužba zašla tudi v naš Dom. Kljub vnaprej jasnim protokolom in izvedenim izobraževanjem za pravilno uporabo zaščitne opreme je bilo to obdobje fizično in psihično zelo naporno. Uspelo nam je preprečiti razširitev okužbe med vse stanovalce. Okužilo se je 17 stanovalcev in trije so žal umrli.

V želji, da čim bolj zmanjšamo tveganje za prenos okužbe, smo izdelali povsem nove protokole za procese dela, ki smo jih postopno izpopolnjevali. Uvedli smo fiksne celodnevne izmene in fiksne nočne izmene, s čimer smo bistveno zmanjšali število kontaktov. Za postavitev novih protokolov v procesu dela, določitev čistih in nečistih poti po Domu, izobraževanje ter usposabljanje zaposlenih gre zahvala obema diplomiranim sestram Tatjani in Moniki ter domski zdravnici dr. Saši Langus za vztrajanje pri večkratnem testiranju vseh stanovalcev. Za ustrezno tehnično pripravo sive in rdeče cone ter za razkuževanje prostorov je poskrbel hišnik Andrej. Zahvala gre tudi zunanjim koordinatorjem za vso podporo, svetovanje, njihovo pripravljenost in odzivnost pri odgovorih na naša vprašanja. Kot zunanji koordinatorji so sodelovali diplomirana medicinska sestra Jana Lavtižar ter zdravnika dr. Maja Robič in dr. Joško Fajdiga. Pomagali so nam odgovarjati na strokovna vprašanja in načrtovati in izvajati vse ukrepe. Redno je





potekalo sodelovanje z Nacionalnim inštitutom za javno zdravje – NIJZ, Ministrstvom za zdravje - MZ in resornim Ministrstvom za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti – MDDSZ.

Pri obvladovanju okužbe v Domu se nam je zdelo pomembno, da poskrbimo za pravočasno in ustrezno razkuževanje prostorov in površin. Tako smo preko dr. Janeza Cerkovnika pridobili doniran vodikov peroksid, iz katerega smo lahko pripravili končno raztopino za razkuževanje z meglilnikom. Dr. Cerkovnik nam je svetoval pri tehnični rešitvi razkuževanja in nabavi meglilnika in UV lučke, ki v kombinaciji dajeta optimalni učinek pri razkuževanju prostorov.

V leto 2021 smo vstopili že s prvimi cepljenimi stanovalci in zaposlenimi. Od decembra 2020 redno s hitrimi testi tedensko oziroma po potrebi testiramo tiste zaposlene, ki niso cepljeni. Izvajamo še vedno vse zaščitne ukrepe za preprečevanje prenosa okužbe. Naseljujemo nove stanovalce po uveljavljenih protokolih. Vedno več je cepljenih, zato je tudi delo vsekakor precej lažje, kot je bilo pred meseci. Vsi zaščitni ukrepi, cepljenje in redno testiranje nam omogočajo, da lahko življenje v Domu praktično normalno poteka. Prvi stanovalci so tudi že odšli v domače okolje. Obiski v Domu potekajo vodeno, kar je pomembno za zagotavljanje vseh zaščitnih ukrepov (maske, razkuževanje). Ob tem naprošamo vse obiskovalce za razumevanje in da upoštevajo ukrep nošenja maske ob stiku s stanovalci.

Na tem mestu se zahvaljujem vsem zaposlenim, da so s predanostjo in dobro voljo zdržali v tem zahtevnem in napornem obdobju. Veliko je bilo strahu in negotovosti. Vendar smo z iskreno komunikacijo, odpravljanjem zaznanih težav ter občutljivostjo drug za drugega zmogli premostiti to izredno obdobje. Zagotovo so ob izvajanju vseh ukrepov,

zmanjšanju medsebojnega druženja, zadrževanju v sobah in odsotnosti obiskov bili prizadeti stanovalci. Tisti, ki so se razmer zavedali, so izkazali veliko razumevanje do vseh ukrepov, saj so vedeli, da gre za njihovo varnost in zdravje. Tudi vsem stanovalcem se zahvaljujem za njihovo razumevanje in potrpežljivost.

Na poseben način se je v tem času izvajala tudi duhovna oskrba. V avgustu 2020 je prišlo do zamenjave župnikov. Gospod Martin Golob je po petih letih delovanja v Srednji vasi v Bohinju odšel za župnika v župnijo Grosuplje. Novi župnik mag. Matjaž Zupan, doma iz Naklega, pa je v Bohinj prišel iz župnije Suha pri Škofji Loki. Želimo mu, da bi se med nami dobro počutil. V času popolne zaprtosti je župnik gospod Martin Golob imel svete maše preko facebooka samo za stanovalce Doma, kasneje pa je novi župnik gospod Matjaž Zupan že obiskal stanovalce z uporabo vse potrebne osebne varovalne opreme.

V veliko pomoč so se izkazali tudi zaposleni preko javnih del. Bili so nepogrešljivi pri pomoči, družabništvu in spremljanju stanovalcev, pri raznih opravilih, dodatnih delih in pri mnogih malenkostih, ki jih v času izrednih razmer res ni manjkalo.

Zahvala gre tudi Občini Bohinj in civilni zaščiti, da sta imeli posluš za naše potrebe in nam v času okužbe priskočili na pomoč pri vzpostavitvi rdeče cone, dostavi meglilnika in nabavi dodatnih postelj za rdečo cono.

Veliko je bilo stvari in dogodkov, v katere je bil vključen širok krog ljudi. Vsem in vsakomur smo hvaležni za vsak doprinos k boljšemu počutju stanovalcev in uspešnemu delovanju Doma sv. Martina.

Vse dobro!

*Jože Cerkovnik, direktor*





## GOSPOD ŽUPNIK SE PREDSTAVI



Ko so se pred 51-imi leti mnoge žene in dekleta 8. 3. veselile svojega praznika, namreč dneva žena, je Bog dal moji materi prvič videti to, kar je v svoji dobroti in ljubezni stkal pod njenim srcem. To majhno in kričavo dete sem bil namreč jaz, ki sem tisti dan prvič ugledal luč sveta in prvič vdihnil zrak neba. Ko sta me starša prinesla domov, sta sklenila, da mi bo ime Matjaž, kot tistemu kralju iz naših pripovedk, ker me je doma že čakala kraljica, namreč moja starejša sestra Alenka. V najinem skupnem kraljestvu sta se nama kasneje pridružila še Tanja in Gorazd in skupaj smo kraljevali v našem gorenjskem rajju, najprej v Kovorju, potem pa v Naklem, od koder danes pravimo, da smo doma.

Brezskrbna otroška leta so hitro minila. Tako kot danes, sem se tudi takrat srčno veselil življenja in ga vsrkaval vase z vsakim novim dnevom. Uka žeja me je po končani osnovni šoli speljala prvič v Ljubljano. Le da na srednjo gradbeno šolo, saj sem želel postati gradbenik in tudi ob gradnji boljšega sveta uresničiti svoje življenje ter z veseljem in delom zapolniti svoje dni. V teh štirih letih nisem nikoli pretirano resno razmišljal, da bom kdaj gradil ceste za Gospoda. Bolj resno sem premišljeval, da bi si našel dekle in si ustvaril lasten dom, kjer bi ob svoji najdražji čakal jesen svojega življenja. Spominjam se, da sem si vedno želel imeti večjo družino, saj sem ob starših začutil ljubezen in se učil ljubezni do življenja. Prišel je čas, ko je bilo treba odslužiti domovini in za leto dni sem moral od doma. Že pred tem sem se odločil, da bom nadaljeval svoje pridobivanje znanja na gradbeni fakulteti. Mislil sem namreč, da s tem dejanjem že polagam nepremakljive kamne v svojem življenju. In ko so me z vso močjo zajeli plameni ljubezni, sem bil povsem prepričan,

da sem našel pot, ki mi bo dajala vodilo in merilo za vse življenje. Toda, kot radi rečemo: »Človek obrača, Bog pa obrne,« tako se je zgodilo tudi meni. V štirih letih delovne dobe, ki sem jo opravil na Cestnem podjetju ob gradnji cest in pri drugih gradbenih objektih, je bil tudi čas prisluškovanja Božjemu klicu, pa tudi čas prepiranja z Bogom. Mišljenje, da sam že dobro vem, kam naj usmerim svoj življenjski korak, sem se počasi prepustil Božjim rokam in njegovim načrtom. Seveda sva se večkrat prepirala, toda vedno manj izgovorov in ugovorov je ostajalo meni v prid in zagovor. Redna osebna molitev in osebna posvetitev Materi Božji sta bili končno trdna temelja, ki sta mi služila za odskočno desko, ko sem se pognal v temine Božje ljubezni in previdnosti. Matematika je prikazala 27 let, toda Gospoda to očitno ni prav nič motilo. V svojem srcu sem bil dokončno odločen, da zamenjam ne le svoj poklic, marveč tudi svoje življenjske sanje. »In danes?« boste vprašali. Danes se prav dobro zavedam, da mi je na oni dan odločitve Gospod storil veliko uslugo, ko me je poklical. Sam pa sem storil le to, kar sem bil dolžan storiti. V roke in srce mi je položil dar, ki presega moje predstavne sposobnosti. Čeprav tega daru nisem vreden, On želi, da ga ponese njegovim in svojim bratom ter sestram. In kako zelo si želim, da bi tukaj med vami, pod varstvom in priprošnjo sv. Marjete, sv. Martina, Svetega Pavla, sv. Janeza Krstnika in v vseobjemajoči ljubezni Svetega Duha živeli tako, kot nam po svojem Sinu tudi naroča. Pred prihodom v Srednjo vas sem kot kaplan služboval v župniji Železniki in Trnovo v Ljubljani, obakrat po dve leti. Za prvo župnijsko mesto so mi določili župnijo Suha pri Škofji Loki, kjer sem bil župnik 14 let. Svojega duha rad krepim v molitvi, svoje telo pa ob kolesarjenju, hoji v gore in drugi rekreaciji. Vsem, ki boste brali te vrstice, želim Božjega blagoslova in Marijinega varstva. Naj vam in vsem vašim Bog podeli vse potrebne milosti za zemeljsko in večno življenje.

*Matjaž Zupan, g. župnik*





## V HVALEŽEN SPOMIN GE. MAJDI KROMAR

10. novembra 2020, dan pred praznikom sv. Martina, se je v Domu sv. Martina mirno in tiho od nas poslovila velika dobrotnica Doma sv. Martina in častna občanka Občine Bohinj ga. Majda Kromar.

Ga. Majda Kromar, roj. Avšič, se je rodila 16. 4. 1931 na Bohinjski Bistrici. Svoje otroštvo je preživela v Bohinju, od koder izvira tudi njena mama Rozalija. Počitnice je preživljala v Sneberjah pri Ljubljani, kjer je bil doma njen oče Maksimiljan. Ker je bil oče zaposlen pri železnici, se je ga. Majda leta 1946 preselila s staršema v Postojno, kjer je zaključila gimnazijo in leta 1950 maturirala. Leta 1952 se je družina preselila v Ljubljana-Polje. V Ljubljani je ga. Majda zaključila študij prava in spoznala svojega moža g. Francija Kromarja, s katerim se je poročila 20. novembra 1954. Po mamini smrti sta se z možem preselila v Švico, kjer je ostala 40 let. Mož Franci je bil gradbeni inženir in mizar. V Švici je vodil izgradnjo številnih gradbenih objektov, v prostem času pa je doma mizaril. Ob njem je ga. Majda dobila dober vpogled v gradbeniška in mizarska dela.

Ga. Majda je imela zelo dragocene spomine na svojega moža Francija, mamo Rozalijo, očeta Maksimiljana, sestro Vikico in še posebno na teto Tilko, ki ji je bila vedno velik vzor. Značaj in poštenost ge. Majde se je izoblikoval skozi strogo vzgojo, lepe zglede in poštene odnose. V svojih odnosih je bila direktna in korajžna. Svojo skromno držo, varčnost, natančnost, predvsem pa poštenost in pravičnost je ohranila skozi celo življenje.

Ga. Majda se je odločila in svoje premoženje, ki ga je podedovala po teti Tilki Schoch Mencinger, darovala človekoljubnim organizacijam, od tega je večino namenila izgradnji doma starejših občanov Zavoda sv. Martina v Srednji vasi v Bohinju. Vse od

začetka gradnje Doma pa do leta 2014 je aktivno sodelovala kot članica Sveta Zavoda sv. Martina, ki predstavlja najvišji organ ustanove. Junija 2015 se je ga. Majda zaradi oslabelosti preselila v Dom sv. Martina. Zaradi bolezni je zadnja leta preživela v postelji. Za vse opravljeno delo zaposlenih je vedno izražala hvaležnost.

Občina Bohinj je 26. avgusta 2013 ge. Majdi Kromar za izjemne zasluge pri uvedbi kvalitetnih socialnovarstvenih storitev za starejše občane v občini Bohinj, ki so za celotno občino trajnostnega pomena, podelila naziv častna občanka Občine Bohinj.

Ga. Majda, počivajte v miru v zavetju Bohinjskih gor, ki ste jih vedno občudovali in jih nosili v svojem srcu. Bog vam povrni za vse dobro, ki ste ga storili v svojem zemeljskem življenju. Zaposleni in stanovalci Zavoda sv. Martina se Vas bomo vedno s hvaležnostjo spominjali.



*Ob podelitvi naziva častna občanka Občine Bohinj.*

*Jože Cerkovnik, direktor*





## POGOVOR Z JOŽETOM SODJO O ČASU KORONAKRIZE V DOMU



*V petek, 11. 12. 2020, je bil moj sogovornik gospod Jože SODJA.*

### **Kakšni so vaši občutki v Domu v tem času in kakšno je splošno vzdušje?**

V Domu sem približno tri leta; sicer sem letnik 1943. Najbolj nova je bila epidemija korona virusa. To nas je malo prizadelo. Svoboda gibanja je otežena.

Epidemija je vplivala na ljudi. Ali ne razumejo ali pa se ne poglobijo, vsi še niso dojeli resnosti položaja. Kakega znanega človeka, ki je prebolel to bolezen, posnamejo, a še temu ne verjamejo. Ljudje imajo lahko še dolgoročne posledice.

Stiki s svojci so bili okrnjeni. Doma sem iz sosednje vasi. Včasih sem šel domov vsaj enkrat na mesec, zdaj pa ne morem. Zadnjič sem bil na Jesenicah v bolnici, nato sem moral za dvanajst dni v karanteno, temu rečejo siva cona. Spredaj so dali lesen predprostor. V sobo je prišlo le osebje, trije ali štirje na dan. Bila bi težava, če bi ne imel televizorja.

Nekateri stanovalci še ne razumejo, eni so jezni zaradi prepovedi stikov, a to ščiti vse nas. Imam sladkorno bolezen, če pa zdaj dobim še virus, bom bolj nastradal.

Če greš iz sobe ven, moraš nositi masko, a jaz

to pozabim. Imam zalogo na polici. Malo sem pozabljiv.

Jaz sem za to, da se ljudje držimo teh ukrepov. Če se le polovica ljudi drži, se zadeve sproti podirajo. Zgubiš voljo, misliš, da nič ne zaleže. A ne zaleže zato, ker se eni ukrepov ne držijo.

### **Kako je potekalo življenje v Domu?**

Ukrepi so bili primerni, mislim, da smo najboljši Dom, drugi Domovi imajo več težav, saj so začeli prepozno in premalo z ukrepi. Verjamem, da je za človeka brez računalnika in televizije težje, jaz se pa zamotim. Pogrešam tudi sprehode. Imam sobno kolo, da nadomešča sprehode. Vse moraš jemati pozitivno in lažje preneseš, včasih moraš potlačiti kakšno željo. Na telovadbo sem hodil. V ponedeljek bo telovadba spet v avli, a je treba razkužiti roke. Ana jo bo vodila dvakrat na teden, obvezne so obrazna maska in razkužene roke. To bom šel, to je dobro. A razmak med nami mora biti.

### **Kaj pa duhovna oskrba?**

Pogrešam maše. Z Ivom gledava vsak večer mašo - po facebooku – vodi jo gospod Martin Golob, ob nedeljah se pa še ne znam povezati prek zooma. Vsake toliko časa bi bilo treba do obhajila. Zame je maša in obhajilo višek, ko sprejmeš Kristusa. Z župnikom Matjažem Zupanom sva nekoč zmolila na balkonu in mi je dal hostijo. En dan je bil tu v Domu. Na začetku so bile še maše v kapeli, kasneje pa so škofje to prepovedali. Tudi z novim župnikom Matjažem Zupanom se dobro razumeva.

### **Kaj pa obedi, zdaj, ko niso nič več skupaj v jedilnici?**

Težko si kaj izmišljuješ, da bi kaj zamenjal, npr. ribice ... Ljudje raje skupaj jedo. Jaz manj pojem. Sploh se mi je uprlo meso zadnje čase. Danes je bila na meniju riba, a je nisem pojedel. Premalo hodim.

### **Kaj je odpadlo?**

Odpadla so praznovanja rojstnih dni. Prej so bila praznovanja bolj sproti, vsak mesec. Poleti





smo sicer naredili praznovanje za več mesecev skupaj.

#### **Kateri ukrepi so za stanovalce najtežji?**

Omejevanje stikov s svojci. Nekaterim je šlo to na živce, meni ne, a imam računalnik, imam stik prek telefona. To je poseben čas zaradi epidemije. Marsikdo reče, da nas razume, a vsak ne more razumeti.

#### **Ali bi morali kaj narediti drugače?**

Ne. Ukrepi so pravi. Jaz bi bil še bolj strog.

#### **Kaj je po vaše najbolj pomembno v stresnih časih, kako naj ljudje najboljše prebrodijo težke čase?**

Ljudje naj se izogibajo slabim mislim. Pozitivno je treba razmišljati, potem lažje prebrodiš. Pri vojakih (pri Srbih) je bil izrek: »Što se mora, nije težko.« (»Kar je treba, ni težko.«) Zdaj je bolje, ko grem lahko kuhat kavo zjutraj in popoldne. Nočem se izpostavljati. Kava je zjutraj ob 6.45, popoldan pa ob 14.00. Popoldan smo na kavi stanovalci, zjutraj pa kavo skuham tudi za nekatere zaposlene.

#### **Kaj pa trajanje ukrepov?**

Razumem, da to ni hec. Pohiteli so s cepivi, to vpliva na vedenje ljudi. Vidim, kako nekateri še bolj zmedejo ljudi. Zlatku bi napisal, da so pevci s posluhom, pevci brez posluha, najbolj brez so pa raperji.

#### **Kaj si želite v zvezi s trenutnimi razmerami in za leto 2021?**

Največja želja je, da bi se čim prej tole rešilo. Vsak dan vsaj dvakrat molim, da bi se rešilo. Leto 2020 – epidemija je vse obrnila na glavo. Za leto 2021 - naj bi se rešilo. Okrog Božiča si voščimo veliko sreče in zdravja. Na Titaniku so bili vsi zdravi, le sreče niso imeli. Oboje je pomembno, zdravje in sreča.



*Jože Sodja na sprehodu do kapelice.*

*Pogovarjal se je Jaka Košir, javni delavec*

## **100 LET JUSTINE CEKLIN**



*Gospa Justina v svoji prvi službi pri Triglavovi Angeli, v sredini za roke držita Angelino hčerko Anico. Justina je prva na levi.*

Čas je relativen. Včasih se nam zdi, da je leto minilo, kot bi mignil. Kdaj mine sto let? Slavljenska, ki praznuje 100-letnico, bi rekla: »Hitro, prehitro«.



Justina Ceklin, rojena Pekovec, se je rodila 21. septembra 1920 pod Studorom pri Vorencu. Baje je takrat, ko so mati rojevali, grmelno in treskalo in novorojenka se je bliskanja in grmenja bala vse svoje življenje. Rodila se je šesta od sedmih otrok in mati so kmalu ugotovili, da ima deklič več talentov in da samo kmečko delo zanj ne bo dovolj. Še najstnico so jo poslali na Brod k Hrinovi, kjer se je naučila krojenja in šivanja. Z vozičkom, na katerega so ji naložili svežo solato, so jo pošiljali v Staro Fužino k Triglavovi Angeli, ki se je že takrat ukvarjala s turizmom. Naročili so ji, naj pove, da ima »fajn gvavnato sovato«. Angela je podjetno mladenko kmalu zaposlila za sobarico in varuško svoji hčerki Anici. Naslednja služba mlade Justine je bila v koči pod Stolom, kjer jo je oskrbnica med drugim naučila tudi prave, pokončne drže in z budnim očesom spremljala obiske mladih bohinjskih fantov, ki so prihajali pod Stol z razlogom, pa ne zaradi ljubezni do hribov. Eden se je menda med potjo gor še zgubil.

Gostinstvo je mlado dekle navdušilo in osvojilo za vse življenje. Večji del delovne dobe je preživela v Hotelu Pod Voglom. Pohvale njenih kuharskih veščin so padale še dolgo potem, ko je bila že upokojena. Z možem, tudi gostincem, sta se ukvarjala z gostinstvom in turizmom tudi po upokojitvi.

Veselje do kuhanja in peke peciva je ostalo in na policah njenega doma je kup različnih kuharskih priročnikov, izrezkov receptov, prepisov na roko, dopisov in popravkov. Tudi ob šivalnem stroju so še kroji, sukanci različnih barv, okrasni trakovi, gumbi. Veliko je tudi pletenih in kvačkanih izdelkov, nekateri so nedokončani. Nad hčerino profesuro se je seveda navduševala, a to, da ni podedovala takega veselja do kuhanja, pečenja in šivanja, ji pa ni šlo v račun.

Kap, ki je Justino prikovala na posteljo, je terjala velik davek. Odhod v Dom in ždenje v postelji je zadnje, česar bi si kdaj želela.

Ostajajo ji obiski svojih domačih, ostaja pogled na polje, na njen Studor in ostaja velika želja, da bi spet stopila na noge. Tiste noge, ki so tako rade poplesavale, ko se je na radiu ali televiziji vrtela domača glasba. »To je najboljša rekreacija,« je dejala, če si jo zalotil, ko se je vrtela po kuhinji.

Že Platon je dejal, da glasba daje dušo veselju, krila umu, polet domišljiji in šarm ter veselje do življenja. In tega naši slavljenki nikoli ni manjkalo. Ko smo jo vprašali, česa si želi za praznovanje 100-letnice, je izstrelila: »Polže! Zdaj naj mi zapojejo, potem jih ne bom slišala.« In so ji zapeli.



*Justina Ceklin ob praznovanju 100. rojstnega dne skupaj s Polži in harmonikarjem Jernejem Cesarjem.*

*Irena Ceklin, hči*

## MOJA ZGODBA: ANGELA MEDVED

sogovornica je bila gospa Angela Medved, pogovarjala sva se v četrtek, 10.12.2020 dopoldne. Pogovor je potekal sproščeno, v njeni sobi, medtem ko je gospa Angela kvačkala.





### **Kje ste se rodili?**

Rodila sem se 11. 4. 1936 na Primorskem, doma, ne v porodnišnici, v mamini postelji, v vasi Ponikve. To je šest km navkreber, nad Mostom na Soči, okoli 600 m nad morjem, pri cerkvi. Rojena sem bila v družini Kenda.

### **Kakšno je bilo vaše otroštvo?**

Oče je bil Leopold, mama Frančiška. Bila je revščina, ukvarjali smo se s kmetijstvom. Pri hiši smo bili štirje otroci, Gabriela, Marija, Frančiška in Angela (najmlajša). Ni bilo služb. Do hiše je vodila le pot, ni bilo nobene ceste. Vse smo morali nositi. V vas je peljala cesta, potem pa je vodila steza do hiše. V času 2. svetovne vojne je bilo hudo. Spomnim se vojnih prizorov, tako veliko, da mi je prav hudo. Kadar je bilo najhuje, sva šli s staro mamo v samoto, v hišo na samem. Ata se je skrival, mama pa je bila doma.

### **Kje ste hodili v šolo?**

V domači vasi je bila osnovna šola. Bila je ena učiteljica za vse učence in za vse predmete. V prvi razred smo hodili le malo, saj se je začela vojna. V drugem razredu smo dobili drugega učitelja, a ga nismo imeli radi. Učiteljica Angela, ki je učila 3., 4., 5., 6., 7., 8. razred, ta je bila dobra. Edina sem še živa, vsi sošolci so že pomrli, le ena, Marica, je še živa. V našem razredu so bili tudi nekateri starejši otroci. Pouk je potekal dopoldne in popoldne.

### **Kako se spominjate 2. svetovne vojne, kakšni časi so bili to?**

To so bili težki časi, bilo je grozno: Italijani, Nemci, partizani. Otroci smo bili korajžni, povsod smo hodili. Vojaki so bombardirali napačno hišo. Mama je obuvala čevlje pri rezervoarju z vodo, ko je padel tram od hiše, a sva ušli. Bile so žrtve - mamica, otroci, stara mama, en stric, ki ga je vrglo čez cesto in ni preživel. Imela sem šest let. Bilo je grozno, ker sem morala biti povsod. Tako se je zgodilo, da sem nekoč rešila sestro in še eno, sicer bi ju ustrelili. Šla sem z njima dol 6 km in 6 km v Tolmin. Ker sem bila zraven, so ju pustili, »ta beli«. Eden od njih mi je rekel »krota«, jaz pa njemu: »Ti si pa Mrakov.« Ata štiri leta ni spal doma, pač pa v hosti, v bunkerju. Zjutraj smo morali na hrib Zadnjik nesti k češpljam belo kunjo, da je vse v redu, sicer ni prišel iz hoste.

### **Ste se poročili, si ustvarili družino?**

18 let sem bila stara, ko sem šla v fabriko. Nisem se hotela učiti. Učiteljica je prosila, naj grem v šolo naprej, jaz pa ne. Šla sem v Podmelec, Klavže, v tovarno pohištva. Tja je šla najprej starejša sestra, potem še jaz. 6 km v eno in drugo stran vsak dan, zato me koleno boli. Potem pa sva imeli dol sobico. Tam sem spoznala moža, bil je vajenec Ivan Medved. Šel je v vojsko, v Makedonijo za 2 leti oziroma za 18 mesecev. Potem sva šla v Kranj. On je delal v Savi, jaz sem delala v Iskri.

### **Kakšno je bilo življenje v Jugoslaviji?**

Bilo je precej boljše kot med vojno. Na Kokrici sva z možem naredila hišo brez dolga. Imela sva dva otroka, starejša je hčerka Bojana, za njo pa sin Uroš. Takrat ni bilo nobenega vrtca. Ko je mož zbolel, je rekel zdravnik, da mu ni pomoči, umrl je pri 48-ih letih. Sin Uroš je bil takrat star petnajst let. Sin je doma, na Kokrici, hčerka je v Žirovnici poročena. Vsak od njiju ima po dva otroka: njegovi sta Tjaša in Patricija, njena pa sta Jasna in Andraž. Pravnuka sta pa Marcel in Gaber, eden je star tri leta in pol, drugi pa šest mesecev.



### **Kje ste živeli?**

Večino časa sem živela na Kokrici. Najprej v slabem stanovanju, potem v hiši – kupila sva jo, cela plača je šla za vrt, mož je bil takrat še zdrav.

### **Od kdaj ste tu, v Domu? Kako se tukaj počutite?**

Tu sem od kapi dalje. Bila sem v Ljubljani, en mesec v komi, v UKC-ju. Potem pa so me poslali v Dom starejših v Gornji Grad, kjer sem bila dva meseca. Hčerka je poslala okrog po domovih prošnjo. Približno dve leti sem že tu. Doma bi bila sicer od jutra do večera sama. Sin dodaja za oskrbo, nanj je hiša napisana. Urejam se še sama, zame je kar v redu tu, sem se kar navadila. Prej je bila moja sostanovalka Amalija, ki je bila zelo dobra, doma iz Škofje Loke. Imela je vodo v pljučih. Neke noči, ob pol polnoči, sem slišala, da je kar naenkrat bilo vse tiho. Šla sem do nje, pogledala me je še, pobožala in pokrižala. Zame je bila kot mama. Stara je bila 94 let. En vnuk jo je obiskoval.

### **Kakšni se vam zdijo tile »korona časi«?**

To je grozna zadeva. Naj se neha, da bomo bolj v miru živeli. Jaz se kar počutim boljše, saj se sestre držijo ukrepov. Upam, da bodo kaj rešili s cepivom. Vprašanje je, koliko ljudi bo še umrlo zaradi korona virusa. Hudo je, ker nimamo obiskov, a se s svojci vsak dan slišimo po telefonu. Vsak dan se slišim s hčerko. Imam dva do tri pogovore na dan, kličejo me še iz vasi, ne le žlahta.

### **Imate kakšno sporočilo za ljudi, kakšno lepo misel?**

Čim manj prepira. Jaz se ne maram kregati.

### **Kaj vas v življenju najbolj veseli? Kakšna dobra knjiga, film, glasba?**

Rada imam film, če je slovenski, še najraje. Rada sem brala, a zdaj ne smem. Doma smo imeli skoraj čitalnico. Ata je rad bral. V vojni so nam vse pokurili. Kregala sem se, vpila, a vojak je metal knjige v peč. Največje veselje imam s potomci, z vnuki.

Z Angelo Medved se je pogovarjal: Jaka Košir, javni delavec

## **SPOROČILO LEPE BESEDE...**



*Veter, moj zvesti spremljevalec, sprejemam te vedno. Rad te imam spomladi, ko mi nežno šepečeš pesmi ljubezni, poleti, ko me opajaš z neštetimi vonji življenja, jeseni, ko pokrajino prekriješ z mehko preprogo iz listja in mi vztrajno dopoveduješ, naj ne odneham, pozimi, ko v snegu in ledu rišeš skrivnostne podobe kril, teles in obrazov s kostanjevimi očmi ter mi tako odkrivaš več poti, ki vodijo do cilja.*

Tudi življenje v Domu se je sprehodilo skozi letne čase, se spogledovalo z naravo in morda je bilo v tem zadnjem letu zares nekoliko drugače za vse nas. Čas epidemije nas je zaznamoval in oblikoval, kot posameznike, v odnosu do družbe, človeštva. Počutili smo se, kot da bi ponovno sedli v šolske klopi in se kot najbolj zagnani učenci spoprijeli z neznano in težko nalogo.

V prvih dneh in mesecih je bilo, kot da bi igrala glasba dežja v krošnjah dreves, mi pa smo stopali, stopali sami, v neznana brezpotja. Po cesti, kamor se ne more priti niti peš. Spomnim se svojih občutkov, strahov in nenehne misli na ranljivost in minljivost življenja. Bila so čutenja, bile so sanje in mnogokrat tiha molitev, naj nam bo končno dovoljeno pogledati v svetlo prihodnost, tako, ki nam je bila blizu od prej. Vsak izmed nas je iskal ravnovesje in se kdaj pa kdaj ustavil. Potem pa smo skupaj presegli strahove, in spremembe, ki smo jih sprejemali, so nam ponudile nove priložnosti za nove poti. Odkrivali smo znanje v sebi in se bogatili. Sadovi lastnega izkustva so nam dali moč in modrost. Moč nam je služila, da smo zdržali in se povezali med seboj z enakim ciljem, da zaščitimo življenje ranljivih ljudi. In nič nam ni bilo pretežko. Modrost je prihajala iz srca, ker





smo čutili odgovornost do življenja. Pa ne samo v smislu strokovnih ravnanj; močno je prevladala etika in moralne vrednote, ki jih kot človeška bitja nosimo v sebi. V tako težkih in zahtevnih trenutkih je to bogatilo življenje v Domu. Nobena reka ni bila preširoka, da je ne bi skupaj preplavali, in nobena stena previsoka, da je ne bi skupaj preplezali.

Zdaj lahko še toliko bolj verjamem, da se učimo živeti v trenutku sedanjosti. V bogastvu življenja se moje oči spogledujejo z lestvico življenjskih vrednot, ki se v takih okoliščinah spremeni, seveda odvisno od človeka do človeka.

Nobenega nauka nimam več. Zdaj se ne sprašujem več, zakaj ... Srce se je umirilo in napolnilo z nemim čudenjem ob vsej prehojeni poti.

*Vsem, ki ste Verjeli, Zaupali, bili Pogumni in se Trudili,  
Moje Spoštovanje in Hvaležnost*

*Tatjana Horvat, vodja zdravstvene nege*

## INTERVJU Z ZAPOSLENIM: JANJA HODNIK



*Janja, ko je bila majhna deklica.*

## O mojem otroštvu

Otroštvo sem preživela v mali vasi Lepence – tukaj v Bohinju. Čeprav kot edinka, razvajenosti nisem spoznala, prej skromnost, izobilja ni bilo. Staršem in starim staršem sem še danes hvaležna za vzgojo v skromnosti, delu, poštenosti in veri. Ko sem bila še majhna in je bila živa še prababica in ker sama še nisem znala brati, mi je prebiralala Župančičeve Mehurčke in pesmi iz knjige Pojte pojte drobne ptice. Vse sem znala na pamet – nekatere znam še danes. Seveda imam obe knjigi še danes doma, kot tudi kaseti pravljic Žogica Nogica in Zvezdica Zaspanka. Tudi otroci smo živeli drugače kot danes: telefonov in računalnikov takrat ni bilo, zato smo se igrali po vasi, po polju, ob Savi Bohinjki ali na bližnjem hribu za vasjo.



*Janja z družino: od leve: mož Slavko, otroci: Nace, Filip, Ažbe in Tjaša.*

## Moja družina

Z družino živim tukaj, v Srednji vasi. Sem poročena, da mi ni dolgčas pa za to poskrbijo 4 odraščajoči otroci: Tjaša (20), Ažbe (13), Nace (11) in Filip (3,5). Doma ni nikoli dolgčas, vedno se kaj dogaja in če je preveč mirno, potem že razmišljam in sprašujem otroke ali so v redu. Z možem Slavkotom sva oba zaposlena, poleg tega pa se ukvarjamo še s kmetijstvom in



turizmom. V delo poskuša čim bolj vključiti tudi otroke in mislim, da nama zaenkrat kar uspeva. Tjaša se je pridno posvetila študiju wellnessa, fanta pa velikokrat prevzameta že marsikatero delo na kmetiji namesto naju, vsakodnevno poskrbita za živali v hlevu in tudi delo na polju rada opravljata. Upam, da ju ta vnema in veselje do dela na kmetiji nikoli ne mineta.

#### **O mojem delu in moj običajni delovni dan:**

Težko opredelim, kaj počnem, boljše vprašanje bi bilo, kaj/česa ne počnem, saj me je povsod dovolj, kar lahko potrdijo tudi moji sodelavci. Moje delovno mesto je mesto/delo poslovnega sekretarja oziroma tajnice.

#### **Kaj ti je pri tvojem delu najbolj všeč?**

Moje delo oziroma delovno okolje mi je všeč zaradi dobre ekipe vseh sodelavcev ter vsakodnevnega stika s starejšimi ljudmi.

#### **Je kaj, kar bi rada pri tvojem delu spremenila?**

Sprememb pri delu si ne želim, v smislu prijateljstva in povezanosti z zaposlenimi in s stanovalci...

#### **Prosim naštej nam, kaj ti polepša dan?**

Seveda najprej družina. Polepšam pa si ga tudi sama, s tem, da skušam biti pozitivna in prijazna do soljudi. Strinjam se s Tonetom Pavčkom, ki je zapisal: *nasmeh nič ne stane, čudežno deluje, obogati tistega, ki mu je namenjen, ne osiromaši pa tistega, ki ga poklanja*. Ja, samo pogled, nasmeh, pozdrav, beseda ali dve so včasih veliko vredni kot največji zaklad na svetu. Tega se ljudje dandanes premalo zavedamo.

#### **Kaj počneš v svojem prostem času?**

Rada imam sprehode v naravo. Z energijo me napolni tišina gozda, šum vode, sedaj spomladi ta nora zelena barva prebujajočega se gozda. Včasih pa me premami tudi kakšen pohod višje, na bohinjske planine ali vzpon na vršace. Sprehod ali pohod zmeraj v dobri

družbi.

#### **Katero knjigo si nazadnje prebrala?**

Nazadnje sem prebrala knjigo Petre Škarja – Pot iz suženjstva v svobodo. (Že drugič.) Zelo rada prebiram knjige, ki opisujejo romarsko pot po Caminu.

#### **Zaupaj nam tvoj najljubši film?**

Nimam najljubšega filma, sem bolj pristaš serij (Dobri zdravniki, NCIS, Hawaii 5.0..) s fanti pa spremljamo serije na kanalih, kjer predvajajo življenje in dogajanja v naravi: Avstralski iskalci zlata, Življenje na Aljaski, Neverjetni dr. Pole..

#### **Imaš kakšno življenjsko načelo, ki se ga držiš oz. po katerem živiš?**

V teh časih je treba biti pozitiven, za vsakim dežjem vedno posije sonce.

*Pogovor je opravil Jaka Košir, javni delavec*

## **POGOVOR Z MARIJO REPINC O BRANJU IN KNJIGAH**



#### **Vaše življenje je že dolgo povezano s knjigami. Kako to?**

Moje celo življenje je povezano s knjigami. Mama je rada brala, oče pa ne. Mama je bila nepoklicna šivilja, oče pa Knjige me spremljajo od otroštva, moj okus pa se je tekom let spreminjal.

#### **Kakšne so bile sladkosti in težave učiteljskega poklica, ki ste jih izkusili?**

Kot učiteljica sem se veliko posluževala literature, ki je govorila o delu, o vzgoji, o motivaciji za učenje. Šlo je za strokovno čtivo. Radovednost nas je gnala, da smo iskali primerno literaturo in se bogatili ob njej. Otroku moraš potrskati na srce, da ga pridobiš.





Zlasti so me navdihnili dela in napotki Dušice Kunaver, npr. njeno delo Mlademu učitelju na pot. Med sabo smo si priporočali literaturo. Poučevala sem angleščino na Osnovni šoli Koroška Bela, pa tudi nemščino in (občasno) francoščino.

**Kaj ste brali nekoč, kateri so bili v vaši mladosti priljubljeni avtorji in knjige? Kaj so bila v šoli domača branja?**

Brali smo slovenske klasike, ki pa so se nam v tistih časih zdeli dolgočasni. Šele zdaj prepoznavamo to bogastvo slovenske literature. Spominjam se npr. A. Dumasa, čigar dela je kupovala in brala mama. Tu je bil tudi Karl May s svojim Winetoujem. Brali smo še z baterijo. Obvezna čtiva so bila nadloga, enako je bilo na fakulteti, pogrešali smo znane avtorje, npr. E. Zolaja, ki ga žal nismo brali. Spominjam se H. D. Thoreauja, z njegovim Waldenom, v katerem piše: »Bil sem bogat v sončnih dnevih.« Navduševale so me knjige, iz katerih sem posrkala življenjske nauke, iz njih sem si izpisovala lepe misli in citate. Tu sta bila še J. J. Rousseau in W. Whitman.

**Katere so vaše najljubše knjige oziroma avtorji? Katero knjigo še posebej priporočate?**

Že omenjeni H. D. Thoreau – Walden, A. de Saint-Exupéry – Mali princ. Močan pečat so pustile na meni poučne, duhovne knjige, npr. Knjiga o sreči, pa Anton Trstenjak s svojimi deli, Viktor Frankl – In kljub temu rečem življenju da ... Poseben pečat je ta knjiga meni pustila, ko mi je umrl sin. Pa Moč pozitivnega mišljenja. Moji najljubši slovenski pesniki so France Prešeren, Ciril Zlobec, Tone Pavček, Ivan Minatti (»Nekoga moraš imeti rad ...«).

**Kaj pa ste brali zdaj v Domu? Kaj so vam pomenile knjige v tem težkem obdobju vašega življenja?**

Zelo se mi je zahotelo, da posežem po slovenskih klasikih, ko sem bila negibna. Tu je bil Fran Saleški Finžgar – Pod svobodnim soncem in Janez Jalen. Opazila sem, kako je to

kvalitetno čtivo, nanj sem zdaj gledala z drugimi očmi. Pa Matjaž Kmecl – S prijatelji pod macesni. Kako doživeto, barvito opisuje naravo, besedilo je posejano z življenjskimi napotki, npr. kako nas smrti učijo, da je treba življenje živeti, saj je s smrtjo konec. Dobrodošle so mi bile tudi šaljive knjige avtorjev, kot so: Janko Mlakar – Gospod Trebušnik; Rado Murnik; Branislav Nušič – Avtobiografija; Jaroslav Hašek; Jerome Klapka Jerome – Trije možje v čolnu. Vse to so knjige, da te spravijo v smeh, ti dvignejo razpoloženje. Brala sem tudi Josipa Jurčiča – Desetega brata in njegove Rokovnjače, ki jih je napisal z Jankom Kersnikom, Ivana Sivca – biografije, popevke (Vejica rožmarina).

**Kaj vam pomeni slovenski jezik?**

Slovenski jezik mi zveni tako melodično, ima lepe besede. Škandal je, da se vse preveč podrejamo angleščini. Slovenščina je moj materni jezik.

**Imate kakšne dobre zamisli glede ureditve knjižnice? Kakšne knjige naj bodo ljudem na razpolago? Romani, pesmi, kriminalke? Kje bi jih bilo dobro imeti?**

Knjige morajo biti pri roki. Stara populacija ima slabši vid, rabi velik tisk. Branje naj jim ponuja imeti različne zadeve, različne žanre, za različne okuse. Spominjam se npr. Cankarja in njegove Skodelice kave, ki smo jo prebirali v Jeseniški knjižnici. Za nagrado ob prebranih najmanj treh knjigah je bralec dobil skodelico.

**Ali menite, da ljudje pogrešajo branje, na primer tisti, ki ne morejo sami brati, denimo zaradi težav z očmi? Ali naj jim beremo, če si ne morejo brati sami?**

Zaželeno bi bilo branje in po njem tudi debata o knjigah.

**Ali imate kakšno dobro misel za konec pogovora, vaše vodilo v življenju, kakšen vzpodbuden stavek?**

Blizu so mi misli: »Videti lepo, delati dobro, žeteti najboljše.« (Barbara Steinwick)



Sicer pa imam življenjski moto, to so verzi Toneta Pavčka:

»Ta svet je lep, če nekomu nekaj daš,  
ta svet je lep, če nekoga rad imaš,  
če stisneš roko komu, ki ga kaj boli,  
ta svet je lep, če si človek do ljudi.«

**Hvala vam za pogovor.**

*Pogovor je opravil Jaka Košir, javni delavec*

## TEŽKA OBDOBJA V ŽIVLJENJU IN KAKO SI POMAGATI

Za marsikoga je bilo lansko leto, pa tudi še letošnje, izredno težko. Življenje se je spremenilo. Veliko ljudi ni moglo delati, nekateri so izgubili svoj posel. V Domovih je bilo zaradi vseh novih pravil, strahu pred boleznijo in same bolezni, izredno težko. Na preizkušnji so bili medsebojni odnosi.

Zaposleni v Domu imamo lepo priložnost, da se družimo in pogovarjamo z našimi stanovalci, ki so v večini starejši od osemdeset let. Večina med njimi je v življenju že veliko preživela in obdobje epidemije korona virusa ni zanje prva preizkušnja. Doživeli so veliko hujše, kot je ta. Z nekaterimi med njimi sem se o tem pogovorila in jih prosila za nasvet, kako preživeti in prestati hude čase. Kaj je njim pomagalo skozi življenje, kadar jim je bilo hudo?



*Zdravko Repe na terasi svoje sobe.*

Gospod Zdravko Repe: »Vedno sem imel voljo; čeprav je bilo tudi zelo hudo, sem zmeraj verjel, da bo enkrat spet bolje. Nikoli nisem obupal. Pa sam sem se trudil in delal, kar sem lahko, da bi bilo bolje. V veliko pomoč mi je molitev. V mojem življenju je Marija že velikokrat uslišala moje prošnje in molitve.«



*Micka Žitnik s svojim »avtomobilom«.*

Gospa Marija Žitnik: »Za vse, kar je prišlo v življenju, tudi težke reči, sem si vedno mislila, da tako že mora biti, da mi je to namenjeno in sem potrpehla. Nobenega tudi nisem krivila za kaj; razmišljam, da že življenje samo poskrbi za tiste, ki delajo razne krivice. Meni se s tem ni potrebno ukvarjati in izgubljeni energijo. Nikoli pa se nisem smilila sama sebi, tudi jamrala nisem drugim, ampak sem v vsem, kar se mi je zgodilo, iskala tudi kaj lepega in dobrega. Vedno se kaj najde, v še tako težki stvari. V pomoč in oporo pa mi je narava. Gozd, smreke, travniki mi dajo veliko moči in volje, da vztrajam v življenju. Narava je zame dragocena pomočnica.«

Gospa Antonija Turunčič: »V mojem življenju je bilo vsega dovolj, tudi težkih obdobij. Ampak sama mislim, da je treba malo potrpeti, ne kar takoj obupati. Čas vse prenese. Velja, da vse mine – prav tako minejo tudi težave in zagotovo po težkih dogodkih pridejo na vrsto tudi lepi. Sama sem prepričana v to in mi je bilo zato tudi marsikdaj lažje.«





*Antonija Turunčič: dobra volja ob obisku hčerke Saše.*



*Milka Antolin v družbi prijateljice Milene Mencinger.*

Gospa Milka Antolin: Jaz sem pa taka, da vse vzamem za dobro. V moji družini nas je bilo 16 otrok in kot najmlajša sem bila vedno vajena ubogati ter drugim pomagati. Hodili smo skoraj dve uri hoje daleč v šolo in vse to me je že v otroštvu utrdilo v močno osebo, ki je ne spravi iz tira kar prvi problem. Sicer pa mi je bila v življenju v oporo glasba – trije moji bratje so igrali na instrumente in takrat je bilo vedno tako lepo, da je človek tudi na težave pozabil. Imam pa tudi prijateljice, ki so mi v življenju znale stati ob strani.

*Alenka Zorč, socialna delavka*

## TEHNIČNI POGLED NA BORBO S COVID-19



*Andrej v zaščitni opremi pred rdečo cono.*

Ena od bolj obremenjenih služb v letu 2020 je bila v Domovih zagotovo služba vzdrževalca. Dnevno so se pojavljale naloge in težave, za katere si nikdar ne bi niti zamislili, da jih bo potrebno izvajati in sproti reševati. Ne le, da je bilo v letu 2020 potrebno pošteno zavihati rokave, poleg tega je bila nujno potrebna tudi dobra mera iznajdljivosti in ustvarjalnosti.

Kar čez noč smo dobivali navodila in zahteve po spremembah prostorov, po zagotavljanju sivih in rdečih con, čistih in nečistih filtrih ... Te zahteve so se pogosto spreminjale in dopolnjevale, zgodilo pa se je tudi, da smo do rešitve prišli že sami, še preden smo dobili tudi uradna navodila za to. Za ustvarjanje dobrih in za nas ustreznih rešitev je bil predpogoj dobro medsebojno sodelovanje med direktorjem, vodjo zdravstvene nege in vzdrževalcem. Veliko nam je pomenila tudi podpora javnih delavcev, ki so znali videti in poprijeti za marsikatero delo.

Vse skupaj se je pričelo v marcu 2020. Takrat smo pričeli pripravljati prostor za potencialno



rdečo cono. To je bil pri nas prostor, kjer je potekala fizioterapija. Velik prostor, poln aparatov in fizioterapevtske opreme, je bilo potrebno sprazniti ter za aparate najti druge prostore. Fizioterapija je tako postala prostor za izolacijo – v ta namen smo tam zgradili pregradno steno – čisti in nečisti filter z vmesnimi vrati ter ustreznimi policami.

V marcu je Uprava RS za zaščito in reševanje pričela z rednim razdeljevanjem zaščitne opreme za Domove v svojem Logističnem centru na Rojah. Eden od zaposlenih je tako vsakih deset dni tam prevzemal robo, ki so jo namenili našemu Zavodu. Ker so bili vsi Domovi tja vabljeni hkrati, se je zgodilo, da je bila kolona čakajočih na prevzem robe celo še na izvozu z avtoceste. Količine zaščitnega materiala, ki nam je vsakokrat pripadal, so bile različne. Zgodilo se je tudi, da je vzdrževalec šel po robo v Ljubljano, tam počakal, da je prišel na vrsto in potem prevzel tri škatlice zaščitnih mask.

V aprilu smo v naprej pripravili za namen sive cone še prostor dnevnega centra. V iskanju rešitev, ne da bi morali zaradi izolacij premeščati stanovalce, smo prišli do ideje premičnih izolacijskih filtrov. Vzdrževalec je izdelal dve »covid premični predsobi« - ki se ju je dalo sproti zmontirati ob vsakokratni potrebi po izolaciji.



*Premični nečisti filter za sobo v sivi coni.*

V sivo cono je bilo, in je še, potrebno nameščati stanovalce, pri katerih obstaja sum na okužbo s covid-19, ta pa še ni potrjena. Prav tako morajo za deset dni v sivo cono na novo sprejeti stanovalci, ki okužbe še niso preboleli in niso cepljeni.

Takšni filtri so se izkazali kot zelo dobra rešitev. V maju se je ponovno odprl frizerski salon v Domu. Ob tem smo morali preprečiti gibanje zunanjih obiskovalcev salona po Domu – vzdrževalec je izdelal posebno steno z vrati, ki je preprečevala prehod naprej v Dom.

Na vhodih v Dom smo uvedli razkužilnik čevljev za zaposlene in obiskovalce.

Poletje smo preživeli mirno, veliko je bilo ukvarjanja z vodenjem obiskovalcev.

V začetku oktobra smo se lotili dodatne covid izolacije za primer aktivne rdeče cone. Tako smo z izolacijskimi stenami zaprli stopnišče v pritličju med stavbo A in C. To se je izkazalo kot pravilno razmišljanje, saj smo konec oktobra morali aktivirati rdečo cono, imeli smo prve okužene stanovalce. Pri vzpostavljanju aktivne rdeče cone smo sodelovali z Enoto civilne zaščite Občine Bohinjska Bistrica; ta je za fizično pomoč aktivirala člane Prostovoljnega gasilskega društva Srednja vas v Bohinju. Občina Bohinjska Bistrica pa nam je pomagala tudi s tem, da nam je posodila pet dodatnih negovalnih postelj – ki bi jih lahko namestili po potrebi ob širjenju rdeče cone.

Ker nismo nikoli vnaprej vedeli, koliko prostora bo rdeča cona še potrebovala (to je bilo odvisno od vsakokratnih pozitivnih testov stanovalcev, ki so se testirali na tri dni), je bilo potrebno že vnaprej pripravljati nove prostore – poleg aktivacije dnevnega centra smo pripravili in popolnoma izpraznili tudi prostor delovne terapije in delavnice, ter tja namestili postelje. Prav tako je bilo potrebno narediti izolacijsko pregradno steno v avli.





Za rezultate brisov stanovalcev in zaposlenih smo najhitreje izvedeli, če smo jih sami odpeljali v Kranj na OZG.

V času okužb v Domu se je izklopil centralni prezračevalni sistem, da se virus ne bi širil preko njega. Zračili smo ročno, s pogostim odpiranjem oken.

Po premestitvi okuženih stanovalcev v rdečo cono je bilo potrebno temeljito razkužiti njihove sobe. Temeljito razkuževanje ene sobe je zahtevalo dve uri časa.

Dnevno smo razkuževali vse hodnike, sanitarije, pralnico, kuhinjo. Redno smo razkuževali avtomobile socialnih oskrbovalk, ki delajo na terenu, ter službeni avtomobil. Za razkuževanje smo uporabljali 3% vodikov peroksid ter UV lučko.

Potrebno je bilo redno poskrbeti za pravilno odlaganje covid odpadkov.

24. 11. 2020 smo iz rdeče cone premestili zadnjega stanovalca nazaj v njegovo sobo.

Ker smo želeli čim prej spet vzpostaviti obiske stanovalcev, je v ta namen vzdrževalec naredil »zbliževalnik« - posebno pregradno steno, skozi katero so se ljudje lahko varno pogovarjali.



*Zbliževalnik za obiske.*

Vzdrževalec je za namen izolacij izdelal kar pet vrat ter skupno za sto kvadratnih metrov izolacijskih sten. Za to je porabil kar 320 kvadratnih metrov polivinila.

V letošnjem letu smo z velikim veseljem podrli pregradne stene v avli ter ponovno vzpostavili delovanje delovne terapije. Prav tako smo že ukinili pregrado stopnišča. Rdeča cona v svoji osnovni obliki v fizioterapiji in dnevnem centru še stoji, a že načrtujemo, da bodo počasi prostori zaživel v svoji prvotni obliki. Sive cone pa še vedno uporabljamo glede na vsakokratne potrebe.

Naši stanovalci so vsi cepljeni, prav tako je cepljenih že veliko zaposlenih. Obiski potekajo zunaj in v avli, po potrebi pa tudi v sobah stanovalcev – ob nošenju maske in razkuževanju rok. Tako stanovalci kot tudi zaposleni smo resnično veseli, da se je življenje v dobršni meri vrnilo v stare tirnice. Za nami je težko obdobje, za katerega upamo, da se nikoli več ne ponovi.



*Andrej in Miran pripravljata razširitev rdeče cone v domsko avlo.*

*Po pogovoru z Andrejem Koroščem, vzdrževalcem, zapisala Alenka Zorč.*



## KEMIJA V BOJU PROTI OKUŽBAM Z VIRUSI



V vsakdanjem življenju se pogosto srečujemo s problemom zaščite pred okužbami z virusi in bakterijami, ne da bi se tega prav zavedali. V ordinacijah zdravstvenih domov in v laboratorijih ter v operacijskih dvoranah po bolnišnicah

stalno gorijo luči, ki oddajajo modro-vijolično (ultravijolično) svetlobo. Te luči uporabljajo tudi v številnih bioloških in biokemijskih laboratorijih. Po drugi strani tudi vemo, da morajo embalažo za občutljivo in hitro pokvarljivo hrano pred pakiranjem temeljito razkužiti. Enako velja tudi pri pakiranju zdravil in še marsikje drugje. V farmacevtski in živilsko-prehrabeni industriji je velikokrat potrebno razkuževanje celotne proizvodne linije. Za razkuževanje v tako velikem obsegu je najprimernejša uporaba vodikovega peroksida in snovi narejenih na njegovi osnovi. Izdelke na osnovi vodikovega peroksida najdemo tudi v različnih praških za dezinfekcijo, čiščenje in pranje v gospodinjstvu (na primer Vanish), ter v kmetijstvu (za pranje posode in opreme za mleko).

Vodikov peroksid je spojina, ki je po sestavi zelo podobna vodi, s to razliko, da vsebuje dodaten atom kisika in je zaradi tega bolj reaktivna. Pri njegovem delovanju (reakciji) ali razpadu nastaneta voda in kisik, zato je vodikov peroksid okolju prijazen in vedno bolj aktualen kot poceni razkužilo.

Dezinfekcijske lastnosti vodikovega peroksida lahko učinkovito uporabimo tudi v boju proti okužbi z virusom, ki nam je v zadnjem letu močno spremenil življenje. Učinkovitost vodikovega peroksida znatno povečamo z uporabo meglilnikov, ki vodikov peroksid razpršijo v prostor v obliki meglice, ter s

hkratnim osvetljevanjem z ultravijolično svetlobo, ki povzroči nastanek ozona iz zračnega kisika. Tako je v prostoru istočasno prisotnih več kemijskih učinkovin, od katerih ima vsaka zase dezinfekcijski učinek, v pravem medsebojnem razmerju pa se njihova učinkovitost še dodatno bistveno poveča. V takšni kombinaciji namreč nastanejo nove reaktivne zvrsti, ki viruse uničijo v nekaj minutah.

Pri nas takšne naprave že nekaj let uporabljajo v bolnicah, predvsem za dezinfekcijo operacijskih dvoran in sob za intenzivno nego. Do sedaj je bila njihova uporaba zaradi visoke cene precej omejena, sedanja epidemija pa je njihov razvoj in uporabo izjemno pospešila in povečala. V tujini, predvsem v Aziji, takšne robotizirane naprave že množično uporabljajo za razkuževanje zaprtih javnih prostorov, kot so letališča, trgovski in kongresni centri, kinodvorane, vlaki in avtobusi.

Kljub dolgoletnim izkušnjam si nisem predstavljal, da bodo tako preproste kemijske snovi posegle v naše vsakdanje življenje.



Preizkus meglilnika in UV lučke 24.10.2020.

### O avtorju

*Dr. Janez Cerkovnik je profesor na Fakulteti za kemijo in kemijsko tehnologijo v Ljubljani in zunanji sodelavec Belinke Perkemije, največjega proizvajalca vodikovega peroksida v tem delu Evrope. Aktivno se ukvarja z raziskavami reakcij kisika, vodikovega peroksida in ozona.*

*dr. Janez Cerkovnik*





## KORONA OBISKI



Dom sv. Martina je velik DOM za mnoge ljudi. Za stanovalce je v začetku najprej drugi dom, v mislih so pogosto še doma, od koder so pravkar prišli. Sčasoma pa postane kar prvi dom – pri nas se stanovalci počasi začnejo počutiti

domače, spoznajo se med seboj in se navežejo drug na drugega. Spoznajo zaposlene in tudi z njimi ohranjajo lepe stike. Spet drugi pa ves čas hrepenijo po preteklosti, po svojem prejšnjem domu. Predvsem pa hrepenijo po času, ko so bili mlajši, bolj zdravi, vitalni, z manj bolečinami. Zdi se jim, da je bilo takrat vse lepše, boljše.

Drugi dom je tudi za nas zaposlene. Če pogledamo čisto po matematični plati: od 24-ih ur na dan jih gre okoli osem za spanje, ostane še šestnajst ur – od tega polovico preživimo v službi.

Kako deluje naš DOM, se je lepo pokazalo ob vodenih obiskih stanovalcev v poletju 2020. Ob branju priporočil za izvedbo varnih obiskov je bilo težko tudi nam, zaposlenim. Kako bomo vse to izpeljali? Bomo našli čas za vse skupaj? Kako bodo vodene obiske sprejeli naši stanovalci?

Pa smo začeli in je šlo. Sama sem prevzela torke. Moj torkov delovni dan je tako v glavnem vseboval srečevanja z obiskovalci. Od pol desetih dopoldne do šestih zvečer so prihajali napovedani obiskovalci. Skupno okoli petnajst ali še kakšen več. Obiski so se odvijali zunaj v atriju, v slabem vremenu pa v za to namenjenem notranjem prostoru. Sem in tja sem koga pospremila tudi v sobo, k stanovalcu, ki ni zmožgal več vstajati.

Izkazalo se je, da je lahko pravi izziv ob obisku sedeti drug nasproti drugega. Vsa ostala mašila (kuhanje kave, sprehod, pogovor še z drugimi stanovalci, pospravljanje po sobi) se umaknejo, ostane pa možnost za lep osebni pogovor. Tega je marsikdo zmožgal z lahkoto in odmerjene pol ure je minilo veliko prehitro. Komu drugemu pa je bilo težko zdržati toliko časa in je že v začetku prosil za krajši obisk.

Stanovalci so se neizmerno veselili svojih obiskovalcev. Razveselila sem jih že dan prej, ko sem jim povedala, da bo naslednji dan obisk. V torek so me potem ob dogovorjeni uri že nestrpno čakali – »Gremo? Je moj domači že prišel?«. Lahko sem spremljala veliko ganjenost, ko je gospa po dolgem času ponovno videla svojega vnuka, ki je vmes precej zrasel in je postal že velik fant. Ali pa gospa z demenco, ki sta jo obiskala njena dva vnuka. Zaradi napredovale bolezni ni več vedela, kdo sta – zamešala ju je z nečakoma. Ko sem jo po koncu obiska spremljala nazaj v Dom, mi je zaupala: »Vesela sem, ko prideta. Rada ju imam.«

Druga gospa je bila vedno vesela, ko je ob obisku dobila še piškotke. S ponosom in veseljem jih je razdelila med vse – tako smo se ob torkih popoldne večkrat vsi skupaj sladkali z njenimi piškoti.

Pravo veselje je bilo pogledati na lep sončen dan v naš atrij – videli smo majhne skupinice stanovalcev in obiskovalcev, kako se družijo in se pogovarjajo.

Obiski popestrijo vsakdanjike v našem Domu, vanj prinesejo svežino, mladost, veselje. Težko jih je omejevati, še težje prepovedovati. Korona virus je prinesel na to področje velik izziv, stanovalce v Domovih je postavil v izredno težak položaj, ko so odrezani od svojih domačih.

Zato vas domače vabim, da v času, ko velja prepoved obiskov, pomagate popestriti dan



svojemu staremu človeku drugače. Vabljeni ste, da na mail [alenska.zorc@zsm.si](mailto:alenska.zorc@zsm.si) napišete pismo ali sporočilo za stanovalca – natisnila ga bom in ga prenesla naprej. Elektronska pisma lahko napišete tudi svojci, sosodje in prijatelji, ki iz različnih razlogov ne morete priti na obisk – zagotavljam vam, da se boste tudi tako približali sočloveku in mu pomagali pri premagovanju občutka osamljenosti.

Lahko pokličete in se dogovorite za video klic ali pa ostanete v stiku preko telefona. Zaposleni v Domu bomo z veseljem nesli telefonsko slušalko stanovalcu, da se vsaj malo pogovorita.

Ko sodelujem v takšnih stikih, vidim, da prav tako polepšajo dan in narišejo nasmeh na obraz, čeprav ne pride do osebnega srečanja. Preko telefona, video klica ali sporočil stanovalci vedo, da niso pozabljeni, da je domačim še vedno mar zanje in ostajajo v stiku z njimi še naprej.



*Sin Matej na obisku pri svoji mami Ivani.*

*Alenka Zorč, socialna delavka*

## **IZKUŠNJA SVOJCA – KAKO SEM OHRANJAL STIK S SVOJO SORODNICO KLJUB KORONA VIRUSU IN UKREPOM V DOMU**



*Kristina Bohinc na obisku pri Ceciliji Čebašek.*

Epidemija Covid-19 je marsikomu spremenila življenje, tudi moji 92-letni teti Cilki in meni.

Za teto je skrbel moj bratranec, ki je hudo zbolel in me je novembra 2019 prosil za pomoč pri negi in varstvu tete.

Ko se mu je zdravstveno stanje poslabšalo, sem se začasno preselila v Kranj in skrbeli za bolnega bratranca in teto. Februarja 2020 je po hudi bolezni umrl in za teto je bilo potrebno najti ustrezno varstvo. Zanj smo želeli najti primeren Dom, ki poleg storitev nege in varstva nudi tudi duhovno oskrbo, saj teti to veliko pomeni. Dom sv. Martina je bil glede na naše želje in potrebe edina izbira. Ko smo oddali vlogo za sprejem v Dom, je bila razglašena epidemija in s tem povezane omejitve, žal pa je bil tudi Dom sv. Martina polno zaseden.

Kljub vsem omejitvam, ki jih je prinesla epidemija, mi je bilo lepo s teto, saj sva skupaj prestajali to obdobje z molitvijo, petjem in gledanjem televizije. Med nama je nastala posebna vez in navezanost. Teta uživa v vožnji z





avtomobilom in v občudovanju narave, zato sva izkoristili prvo sprostitev ukrepov gibanja. Nadeli sva si maski in se odpeljali v Lipico, Dornberk, Vinico, na Jezersko, v Planico, in iz avtomobila občudovali naravo. Pred epidemijo sva se podali na celodnevni izlet in obisk k moji hčeri v Avstrijo na Türracher Höhe, ki leži na 1763 metrov nadmorske višine.



*Na izletu v Avstriji.*

Na poti na Primorsko je teta iz avtomobila zagledala vetrnico za proizvodnjo električne energije in komentirala, da nekdo telovadi in da ima tri noge. Zaradi te izjave sva se smejali celo pot.

Julija 2020 se nam je nasmehnila sreča in teta je bila sprejeta v Dom. Kljub selitvi in spremembi okolja se je hitro prilagodila na svoj novi dom - Dom sv. Martina. Obiskovala sem jo enkrat tedensko, malo sva poklepetali in obujali spomine, redno pa smo bili tudi v kontaktu s socialno delavko gospo Alenko Zorč. Vedno, ko sem odhajala domov, me je prevzel dober občutek, da je teta v dobrih rokah in da je lepo poskrbljeno zanjo. Oktobra 2020 je bila ponovno razglašena epidemija in obiski so bili prepovedani, tako da smo se videli in slišali preko interneta. Tako teti kot meni je takšen način komunikacije predstavljal izziv, saj so osebni stiki le osebni stiki. V spominu mi je ostalo, ko je teta rekla, da nima urejene frizure, saj zaradi omejitev niso bile dovoljene frizerske storitve. Vprašala sem jo, če ima ugledanega kakega gospoda,

da mora imeti urejeno frizuro. Sramežljivo je sklonila glavo med ramena in odgovorila: »Daj, daj, Kristina, kje pa, to pa ne.«

Decembra se je pričelo cepljenje in s tem tudi pričakovani lažji osebni stiki z oskrbovanci, kar teti in meni veliko pomeni.

Epidemija Covid-19 ni prekinila najine povezanosti, le še bolj jo je utrdila, saj vem, da je v dobrih rokah in da celotno osebje Doma sv. Martina po svojih najboljših močeh pripomore k dobremu počutju oskrbovancev.

*Kristina Bohinc, Ovsiše (nečakinja ge. Cecilije Čebašek)*

## OBISKI V ZAVODU SV. MARTINA



*Franciška Pisek*

Pride čas, ko človek spozna, da peša, čas ko ni več prepričan v svoje moči. Jeseni, leta 2019 me je mama prvič vprašala za mnenje, kaj če bi šla v dom starostnikov. Povedal sem ji, da je to izključno njena odločitev. Že kakšno leto prej, sem ji začel vsak dan prinašati kosilo iz »Centra« v Lescah. Do takrat je živela na Bledu, na Rečici.



Njenega moža, mojega očeta, že dvainštirideset let ni več. Nič več se ni počutila varno, sama v stanovanju, zato se je v starosti skoraj triindevetdesetih let odločila za »DOM«. Proces je stekel. 17. junija 2020 sem jo pripeljal v Zavod svetega Martina v Srednji vasi. Čez dva tedna bo preteklo že eno leto. Obiščem jo enkrat tedensko, v začetku pa sem jo obiskoval tudi dva ali trikrat na teden.



*Frančiška Pisek v družbi javne delavke Majde Hodnik.*

V tem času sem spoznal, ali vsaj srečal že skoraj vse osebje zavoda. Beseda prijazen, oziroma prijazno osebje ne pove veliko. Ko, malo od daleč, v času obiska opazujem zavzetost, prijaznost, energijo, katero ti ljudje posredujejo svojim varovancem, sem srečen in pomirjen. Mama je na varnem, preskrbljena, na toplem, med toplimi ljudmi.

Vem, da v ta odnos osebje daje vse. Starejši ljudje znajo biti naporni, trmasti. Včasih težko dojamejo, kaj naj storijo, včasih jih zmede že spremenjen potek dneva, sploh v tem času kovida – 19. Dolgo obdobje brez stika z domačimi, poseben režim higiene in hranjenja. Še nas, malo manj stare, je to prizadelo in zmedlo.

Tudi sam sem pri mojih dvainsedemdesetih letih na tem (tako kot vsi mi), da bo prišel dan, ko ne bom več zmoget. V sedanjih časih, družina fizično ni sposobna skrbeti za brezmočno osebo. Žena bo preslabotna za oskrbo starca, hčere in vnuki bodo na svojih poteh, s svojim življenjem.

Takrat bom potreboval take ljudi ob sebi, kot so v Zavodu svetega Martina v Srednji vasi. Takrat bom šel v »DOM«.

*Stane Pisek, sin stanovalke Frančiške Pisek*

## DELO V REDNIH TIMIH KOT ODGOVOR NA KORONA VIRUS



Bil je lep sončen dan, dan, ko nam je glavna sestra povedala, da bomo začeli s posebnim režimom dela, saj je bila razglašena epidemija korona virusa.

Razdelila nas je v tri skupine, delali smo vsak tretji dan po 13 ur, tudi v nočni izmeni sta bili dve stalni ekipi. Dobili smo navodila, kako se držati ukrepov, in bilo nas je strah; vse skupaj je bilo eno veliko vprašanje, kako bomo to zmoogli.

Ob prihodu v službo smo si najprej razkužili obuvala, nato roke, si naredili kirurške maske in se preoblekli. Držati smo morali razdaljo med sabo, si razkuževali roke, maske smo odstranili samo med malico. Oskrbovanci so morali ostati v svojih sobah, tudi vse obroke smo jim delili po sobah. Nekaterim je bilo težko dopovedati, kaj se dogaja, zakaj ne smejo ven iz sobe, zakaj jih domači ne obiščejo. Za razvedrilo smo jim prižgali televizijo ali kakšno veselo glasbo, vendar je bilo vseeno čutiti ogromno strahu in nemira, nič manj pa ni bilo strah nas zaposlenih, ko smo vsak dan spremljali novice,





kako število okuženih z virusom raste.

Konec maja je bil prvi val mimo in nam je prizanesel. Ponosni smo bili, da smo se ukrepov dobro držali. Čez poletje smo se nekako oddahnili, še vedno pa smo budno spremljali novice, saj vsega še ni bilo konec, napovedovali so ponovni val okužb. In prišel je oktober, z njim pa epidemija in drugi val. Virus se je pojavil tudi v našem Domu. Spet smo začeli delati v skupinah. Okužene oskrbovance je bilo potrebno preseliti v prostore, kjer smo imeli pripravljeno rdečo cono. Po oddelkih smo delali s še strožjimi ukrepi. Po sobah smo bili zaščiteni z maskami FFP2, rokavicami, plašči in vezirji. Za vsak vstop v sobo, kjer smo imeli sivo cono, pa je bilo potrebno ponovno vsa zaščitna sredstva zamenjati. Ni bilo časa razmišljati, ali lahko delamo ali lahko dihamo pod vso to plastiko. Treba je bilo zaščititi sebe in oskrbovance. Treba je bilo poskrbeti zanje, jih nahraniti, preobleči, tudi pomiriti. Večkrat je prišlo do kakšne »slabe volje«, saj nas skozi maske in vezirje niso slišali, nas niso razumeli, niti nasmeha jim nismo mogli nakloniti. Marsikdo se nas je prestrašil. Vendar ni šlo drugače, treba je bilo upoštevati ukrepe. Tudi nam ni bilo lahko, večkrat so prišli težki dnevi. Vsega smo imeli vrh glave, bili smo utrujeni. Mediji pa so še vsak dan sporočali ogromne številke okuženih in umrlih. Lahko smo se veselili vsaj tega, da smo virus v našem Domu zelo uspešno obvladali, da se ni širil.

Prišel pa je tudi težko pričakovani dan cepljenja in takoj smo lažje zadihali. Še vedno pa smo se držali ukrepov in se jih še držimo. Samo upamo lahko, da se kaj podobnega ne zgodi več. Nekaterim je za vedno spremenilo življenje. Pogrešamo spet navaden dan, ko se ne bo treba spraševati, ali nekemu lahko ponudim roko in imam vse na sebi, da lahko brezskrbno vstopim v sobo.

*Maja Grm, srednja medicinska sestra*

## DELO V RDEČI CONI



Tudi pri nas je »oživila« RDEČA CONA.

Pa začnimo s samim vstopom v rdečo cono. Zjutraj sem najprej vstopila v »čisti prostor«, kjer sem si nadela zaščitno opremo. Hvala B o g u i n n a š i m odgovornim v Domu, da

smo bili z njo dobro preskrbljeni.

Zaščitna oprema je: skafander (tisti beli pajac, maska, vizir ali očala, rokavice in zaščitni copati. Oblečen vanjo pa si videti kot »prebivalec Marsa«. Na račun slačenja in oblačenja smo se veliko nasmejali. Udobna ta oprema res ni, saj je v njej tako zelo vroče, da v trenutku lahko postaneš čisto moker. Ne moreš se niti popraskati, ne iti na stranišče ne piti tekočine ... in čakaš samo izhod na zrak. Delo v njej je vsekakor bolj fizično naporno in včasih tudi nerodno. Ko si v opremi dlje časa, te to resnično izčrpa, kar lahko potrди vsakdo, ki je kdaj delal v njej. Ko sem zapuščala rdečo cono, sem opremo posebej skrbno in varno, po predpisih, slekla. Paziti sem morala na križanje »čistih« in »nečistih« poti, da ne bi prišlo do možne okužbe. Razkuževanje sebe in vsega je postalo nekaj normalnega, rutina. Po podobnih postopkih so delali po vseh bolnišnicah, domovih za ostarele, ter povsod, kjer so imeli okužbo s korona virusom.

Zase lahko rečem, da sem to delo opravljala z zavedanjem, da je vsakdo od mene vreden prejeti tisto osnovno, človeško, da mu dam piti, jesti, da ga uredim in mu pomagam, da sem mu blizu. Kljub naporu sem prejela več, kot sem darovala. Hvaležnost stanovalcev in veselje ob jutranjem srečanju ti v trenutku vlijeta novih moči. Postali smo bolj povezani, mislili smo drug na drugega in točno smo vedeli, ob kateri uri se bomo spet srečali. Lahko bi celo rekla, da smo drug drugemu s skrbnostjo pripravljali



»dom«, da smo drug drugemu dali prostor pri sebi, da smo bili pristni in nenarejeni. Včasih smo bili zgovorni, veseli, odštevali smo dneve do izhoda iz rdeče cone, spet drugič nam je bilo težko, bili smo že vsega naveličani. Takrat je bilo še bolj pomembno, da smo imeli drug drugega.

Ob pisanju teh vrstic se mi misli sprehajajo od stanovalca do stanovalca. Vsakdo ima svojo zgodbo. Zame je vsako življenje dar od Boga, sveto in skrivnostno. Nekaterih stanovalcev ni več med nami, pustili pa so tiho sled.

Hvaležna sem za to izkušnjo, ki ni bila dana vsakomur. Postaneš drugačen, na življenje začneš gledati z večjim spoštovanjem in tišina postane edini odziv na mnoga nespametna »modrovanja« tega sveta.

V Svetem pismu so zapisane Jezusove besede: »Karkoli ste storili kateremu teh mojih najmanjših bratov, ste meni storili.« (Mt 25, 40) In to vodilo je zapisano v vsako človeško srce, če si veren ali pa ne. Vsi smo na svetu z namenom, da smo človeku človek, drug drugemu »brat in sestra«.



*Pogled skozi okno na delo v rdeči coni.*



*Zunaj in znotraj rdeče cone.*



*V opremi za varno delo.*



*Nočna ekipa: Jana in Brigita.*





Mir in dobro!

*Maja Ahčin, bolničarka negovalka*

## EPIDEMIJA KORONA VIRUSA USTVARI PRILOŽNOSTI ZA DOBRA DELA

Izredne razmere vedno še bolj izpostavijo značaj vsakega posameznika. Marsikateri tudi v posebnih, težkih razmerah išče rešitve in načine za pomoč drugim, za služenje sočloveku. Tako je bilo tudi v lanskem in letošnjem letu v našem Domu. Medsebojne pomoči je bilo veliko in vseh primerov zagotovo ta prispevek ne more zaobjeti. Lahko pa vam nanizam nekaj drobtinic in idej, kako se z malim dobrim delom lahko bistveno polepša dan, predvsem pa da sočloveku vedeti, da nam je mar zanj in da je za nas dragocen.

**Primer dobrega dela stanovalcev:** v času, ko so morali biti vsi stanovalci po sobah, ni bilo možno, da bi se zjutraj skupaj usedli in spili kavo. Zato je gospod Jože nabavil ročko za kuhanje kave v sobi ter navsezgodaj zjutraj skuhal kavo zase in za sostanovalce ter jo vsakomur dostavil pred vrata njegove sobe.

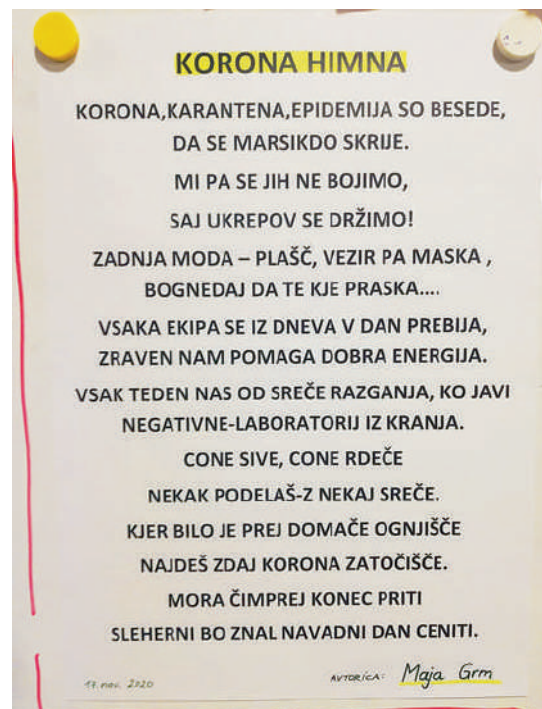
**Primer dobrih del zaposlenih:** sodelavka Maja je za dobro voljo in veselje vseh napisala hudomušno pesem o korona virusu. Zaposleni so izdelali sneženega moža pred Domom. Sodelavka Jana je v času, ko ni bil možen dostop do frizerja, pričela sama striči stanovalce, čeprav ni imela s tem izkušenj.

**Dobra dela drugih občanov:** osnovnošolci Osnovne šole dr. Janeza Mencingerja so napisali veliko lepih spodbudnih pisem za naše stanovalce, da so jim krajšala čas, preživeti v sobah. Zaposleni na Občini Bohinj so za stanovalce narisali lep plakat in jim tako sporočili, da mislijo nanje. Učenci Glasbene

šole Kranj so doma posneli osebne videe s svojimi nastopi za naše stanovalce. Iz Zavoda Belih Angelov so zaposlene in stanovalce nekega dne prijetno presenetili z dostavo slastnih pic. Dvakrat so nas obiskali Rdeči noski in zunaj naredili zabavno predstavo za stanovalce.



*Beli angeli so nam prinesli slastne pice.*



*Korona Himna od Maje Grm.*



*Obisk Rdečih noskov nam je polepšal siv zimski dan.*

*Alenka Zorč, socialna delavka*

## VAROVANI ODDELEK KLJUBUJE COVID-19



*Po zajtrku se prileže dobra kavica.*

Proti virusu se borimo s smehom in delom. V mesecu marcu 2020 smo ob Tednu možganov pripravljali presenečenje, in sicer

slikarsko razstavo, delo naših stanovalcev, potem pa je prišel ta korona virus in zaprl naša vrata. Slike še vedno visijo, obiskov pa v polni meri še vedno ni. Dragi svojci, slej ko prej jih boste lahko videli, saj enkrat bomo morali odpreti vrata.

V tem času nismo lenarili. Kar nekajkrat smo kosilo skuhalo sami. Poplaknili smo ga z brezalkoholnim pivom. Pekli smo štrudelj, piškote, delali rezance, luščili grah in fižol. Naredili smo poletno in jesensko dekoracijo za ves Dom. Na oddelek smo dobili akvarij.

Poskrbeli smo tudi za lastno urejenost. Ker frizerka in pedikerka nekaj časa nista smeli prihajati v Dom, smo si kar sami uredili frizerski salon, urejali frizure in delali pedikuro. Poleg tega telovadimo in hodimo na sprehode.

Čez poletje ste se na obiske lahko naročali in naši stanovalci so bili veseli vaših obiskov. Občasno obiski niso mogoči, takrat vas prosimo, da napišete kakšno pismo, razglednico, pokličete po telefonu ali po eni od aplikacij za video klic.

Težko je stanovalcem z demenco razložiti, kaj se dogaja in zakaj so obiski v taki obliki.

Nekega dne smo se pogovarjali o tem in kar niso mogli razumeti, zato sem razložila na preprost način: »Zunaj razsaja huda virusna bolezen. Zaradi nje lahko vsi zbolite in morate vse dni ležati v svoji postelji in ne smete iz sobe. Bolje, da se pazimo in se nekaj časa ne družimo z drugimi ljudmi, da se ne bomo od koga tega virusa nalezli.«

Med razlago sem jim kazala, kako te virus zagrabi, kako skače okrog. Na začetku so me začudeno gledali, vmes so se že smejali, na koncu pa so se strinjali z mano.

Ostanite zdravi in pazite nase.





## ČAS EPIDEMIJE – IZKUŠNJA S TERENA



V lanskoletnem marcu smo se prav na hitro srečali z epidemijo koronavirusa, ki je tudi od nas negovalk zahtevala kar nekaj prilagajanja in sprememb dela. Ker je šlo za nepoznano in zelo agresivno bolezen, je bil prisoten strah pred okuženostjo, tako z naše strani, kot s strani naših oskrbovancev.

Da bi preprečile širjenje virusa, smo tako pri oskrbovancih, ki so bili okuženi ali so imeli sum na okuženost in so bili v tako imenovani sivi ali rdeči coni, imele visoko stopnjo zaščitenosti. Nasploh smo pazile, da ne bi prenesle bolezni kam drugam. K tem starostnikom je običajno hodila samo ena negovalka in je skrbelo za obolelo osebo ves čas izolacije.

Navsezadnje hodimo od hiše do hiše, od enega oskrbovanca do drugega. Strah pred okuženostjo je bil vedno prisoten. Da bi to preprečile, smo bile punce vedno v zaščitni obleki, redno smo hodile na testiranja, kasneje s(m)o se tudi cepile, skrbele smo za redno razkuževanje naših rok ter naših delovnih pripomočkov.

Sčasoma je ta strah počasi izzvenel, cepili so se tudi naši oskrbovanci. Ker naš odnos temelji na zaupanju, smo si tudi takoj sporočili vsako novost oziroma zbolelost, pa naj je to šlo za nas, ali pa za naše družinske člane. Zahvaljujoč cepljenju in primernim ukrepom se epidemija počasi umirja, življenje se vrača v ustaljene tirnice. Komaj čakam dan, ko se bomo spet lahko pogovarjali brez maske na obrazu, videli spet nasmeha drug drugega in brez pomisleka objeli sočloveka.



*Deževen konec tedna je Petra na varovanem oddelku popestrila z okusno kavico s smetano in branjem Solzic.*

*Jana Strgar, oskrbovalka na varovanem oddelku*

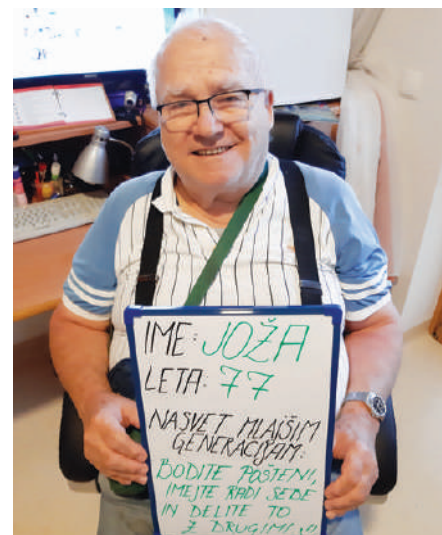
*Sabina Gogala, socialna oskrbovalka na terenu*



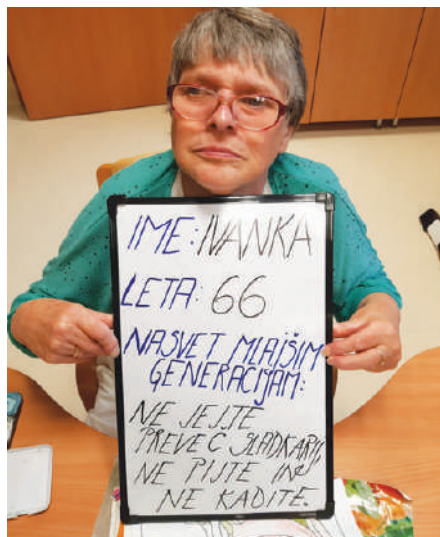
## NASVET NAŠIH STANOVALCEV MLAJŠIM GENERACIJAM

Najbolj dragocena stvar, ki so mi jo dala leta dela v Domu, so izkušnje in nasveti naših stanovalcev. Naši stanovalci so doživeli in še vedno živijo zavidljivo starost. V koronarnih časih so mi ti nasveti še posebej odzvanjali, zato smo s sodelavci naše stanovalce prosili, da nasvete, kako polno živeti, delijo z vsem Bohinjem in širše. Da je prenos še bolj živ, vam nasvete prenašamo v sliki in besedi.

*Ana Valant, kineziologinja*









## AKTIVNOSTI V OKVIRU DELOVNE TERAPIJE V LETU 2020



V mesecu januarju 2020 še slutili nismo, da bo nepoznani virus tako hitro vplival na življenje v našem Domu. Januarja in februarja smo še imeli vsak ponedeljek druženje ob petju s prostovoljkama Mileno Jeklar in Valči Stare. Ob





torkih se je srečevala bralno – pogovorna skupina pod vodstvom prostovoljke Zdenke Erlah. V začetku januarja so nas tako kot vsako leto doslej obiskali vsi učenci OŠ Srednja vas v Bohinju. Skupaj z učiteljicami so pripravili nastop »Voščimo vam lepe praznike«. Učenci so nas zadnjič v tem letu obiskali na pustni torek v mesecu februarju. Preden smo Dom zaprli zaradi epidemije konec februarja, smo imeli devet prireditev. S svojim nastopom ali predstavitev so nas razveselili:

- ✿ veterani folklorne skupine KUD Triglav - Srednja vas,
- ✿ družina Stanovnik s potopisom o Madagaskarju,
- ✿ pevski zbor župnije Srednja vas v Bohinju,
- ✿ Anja Poštrak in Barbara Kalan iz Gorenjskega muzeja, enota Bohinj, sta predstavili zgodbo hotela Zlatorog v Ukancu od nastanka do danes,
- ✿ kitarska skupina in folklorna skupina Lukovica,
- ✿ učenci Glasbene šole Radovljica,
- ✿ Borut Grm, Mitja Jeršič in Žiga Grm z igranjem na harmoniko,
- ✿ Zdenka Erlah, Valči Stare in Milena Jeklar so oblikovale urico kulture ob Prešernovem dnevu.

V tem nenavadnem letu nam je prav prišla sodobna tehnika. Predvsem mladi so se posneli in nam video nastope poslali. Glasbena šola Kranj je pripravila pod vodstvom ravnateljice Petre Mohorčič in učiteljev 16 glasbenih posnetkov učencev za naše stanovalce z osebnim nagovorom, praznična voščila in božič z orglami. Stanovanci so bili prijetno presenečeni in so učencem zaploskali in tudi pomahali v pozdrav. Nastop so prilagodili za vsakega stanovalca posebej. Za gospo Jelo, ki je rada gledala filme o Kekcu, je učenec Jan zapel Kekčevo pesem. Veliko stanovalcev je v življenju igralo kakšen inštrument. Ti posnetki

so jih spomnili na njihovo mladost. Tako lahko pritrdimo misli Hansa Christiana Andersena: »Kjer besedam spodleti, glasba govori.«

OŠ dr. Janeza Mencingerja Bohinjska Bistrica je posnela proslavo ob dnevu samostojnosti in enotnosti ter Osnovna šola Kašelj video voščilnico.

Zahvaljujemo se ravnateljem in učiteljem ter učencem za trud, da so zaigrali, zapeli in posneli svoj nastop za naše stanovalce.

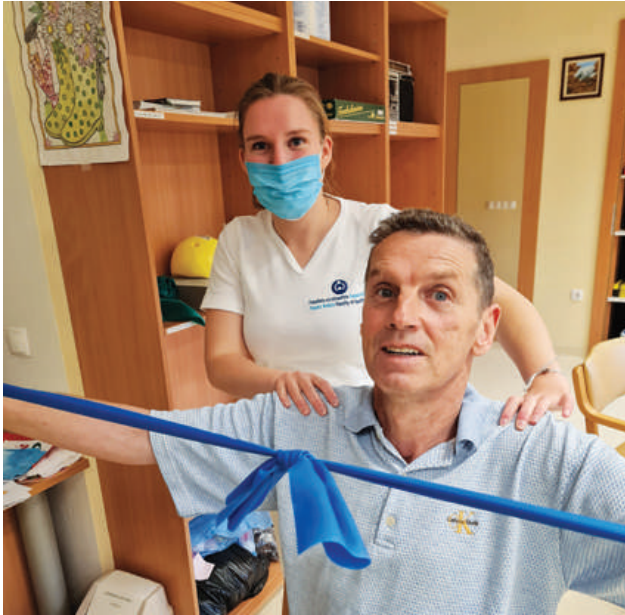
Oktober 2020 je bil prostor delovne terapije spremenjen v rdečo cono. Delovna terapevtka je bila vključena v individualno delo na oddelku. Vsi stanovalci so bili v sobah, zato je bilo največ storitev na področju skrbi za samega sebe (trening jutranjega oblačenja, posedanja in presedanja, trening prehranjevanja). V obdobju največjih okužb je bila delovna terapevtka dodeljena v pomoč negovalni enoti. Ko se je stanje glede okužb malo izboljšalo, so bili stanovalci vključeni v individualne aktivnosti izboljšanja gibanja. Za stik z zunanjim svetom smo stanovalcem omogočili branje dnevnega časopisja, lokalnih časopisov, gledanje televizije in video klice. V času praznikov je delovni terapevt ležečim stanovalcem prebiral razna osebna voščila. Rdeči noski so dvakrat pripravili kratko parado z zunanje strani Doma.

Stanovalec Doma je še vedno človek, ki je družbeno bitje, in potreba po druženju v obdobju starosti pride še bolj do izraza, saj je to obdobje izgub in je zato občutek osamljenosti pogosto prisoten.

*Simona Ušeničnik, del. terapevtka*



## MOJA PRAKSA V DOMU



*Nikolina in Andrej pri vadbi.*

Sem študentka zadnjega letnika fizioterapije in sem v Zavodu sv. Martina začela opravljati obvezno prakso letos konec marca. S starejšimi sem se že srečala, preden sem prišla sem.

Ko sem prvič prestopila prag Doma starejših občanov, sem takoj vedela, da mi je poklic pisan na kožo, čeprav sem takrat delo opravljala še kot srednja medicinska sestra. Všeč mi je, ker lahko s stanovalci zgradiš prijateljski odnos in veš, da bo le-ta trajal do konca življenja. Vedno ostanejo v našem spominu, nekateri v dobrem, drugi pa kot nekakšna lekcija. S stanovalci smo se zelo hitro zbližali, kar je tudi prav. Človeka moraš celostno poznati in ga tudi tako obravnavati. Z ljudmi v Domu se lahko odkrito pogovarjaš in nihče te ne bo sodil. Za delo z ljudmi, posebej starejšimi, moramo imeti empatijo, moramo biti razumevajoči in predvsem strpni.

Delo v hiši je prijetno, tako stanovalci kot osebje so zelo prijazni. Vsak dan znova se z veseljem vračam v Zavod Sv. Martina.

*Nikolina Jakopič, študentka fizioterapije na praksi*



*Anže pomaga Malči vaditi hojo.*

Sem Anže, študent kineziologije, in v Domu opravljam prakso. Moja želja je bila opravljanje prakse s športniki, vendar me je zaradi vsem znanih okoliščin pot zanesla v vaš Dom. Sprva sem mislil, da v Domu ne bom pridobil ustreznih izkušenj za delo v prihodnosti, vendar sem zaradi odličnega osebja, posebej mentorice Ane, mišljenje takoj spremenil. Že s prvim dnem je bilo v Domu čutiti pozitivno energijo tako zaposlenih kot stanovalcev, ki so me takoj sprejeli za svojega. Lahko bi rekel, da prakse ne jemljem več kot »delo«, temveč kot pomoč prijateljem, saj sem se z večino stanovalcev spoprijateljil in se od njih vsak dan učim novih stvari. Prav tako pa mi krajšajo čas s svojimi življenjskimi zgodbami. Če bi imel še





eno možnost izbiranja prakse, bi prav zagotovo zopet izbral delo v Domu, saj sem navdušen nad širino znanja, ki sem ga pridobil.

*Anže Lapajne, študent kineziologije na praksi*

## GOSPODINJSKA SKUPINA

Ne poznate me še, zato dovolite, da se vam najprej predstavim. Sem Majda Hodnik, doma sem v Ribnem pri Bledu. Po poklicu sem tehnik mehatronike. Kaj dela tehnik mehatronike v Domu za starejše?

Pa vam kar povem, da sem od 9. februarja letos v Zavodu sv. Martina zaposlena kot javna delavka. Na razgovoru za službo so mi povedali, da bom delala z ljudmi in za ljudi – stanovalce v Domu. Priznam, da me je bilo v začetku zelo strah. Strah me je bilo dela z ljudmi, spraševala sem se, ali mi bo to sploh šlo, ali me bodo ljudje sprejeli, jim bom znala pomagati, se bomo razumeli?

Ko sem začela delati, pa sem hitro ugotovila, da je bil moj strah odveč. Z veseljem hodim v službo. Polovični delovni čas mi hitro, včasih še prehitro mine. S stanovalci, s katerimi sem bolj v stiku, se dobro razumemo, veseli so mojega obiska in pomoči. K njim pridem na obisk, na klepet, peljem ali spremljam jih na sprehod. Nekaterim ponudim v postelji dodatno sadje, malico za okrepitev, komu prinesem kavo. Čez konec tedna razmišljam o njih, kako se imajo. Sprašujem se, ali jim je dolgčas, ko nas ni v službi.

V veselje mi je tudi sodelovanje pri gospodinjski skupini. Vsak ponedeljek jo imamo. Skupaj s stanovalkami pripravimo kaj dobrega za pod zob. Pri tem zelo dobro sodelujemo tudi z vodjem prehrane Mihom.

Naredili smo že orehove rogljičke, jajčne rezance za v juho in slane prigrizke. Včasih narežemo zelenjavo za v zelenjavno juho. Stanovalke me že med tednom sprašujejo, kdaj bomo spet kaj pekle.

Če želite še vi poskusiti, sem vam zapisala recept za domače jajčne rezance. Poskusite, čisto preprosto je!

Potrebujemo: 1 kg moke  
10 jajc  
1 žlica olivnega olja  
1 ščepec soli

Iz navedenih sestavin zamesimo testo. Testo naj kakšno slabo uro počiva, nato pa ga na tanko razvaljajmo v pravokotnik. Tudi tega malce posušimo (ampak ne preveč, da ne bo testo preveč suho). Potem pa pravokotnik zvijemo kot v palačinko in začnemo rezati tanke rezance. Vse skupaj gre še lažje, če imamo strojček za delanje testenin. Rezance med seboj ločimo in jih pustimo na krpi, kjer se popolnoma posušijo.

V juhi jih kuhamo okoli osem minut. Pa dober tek!



*Članice gospodinjske skupine v akciji.*



*Združevanje prijetnega s koristnim: prijeten pogovor stanovalk ob delu.*



*Takole so nastajali okusni rezanci za v juho.*



*Majda in Milena sta olupili cel žakelj čebule.*

*Majda Hodnik, javna delavka*

## PRISPEVKI IVANKE SEDEJ



### 25. 2. 2020 - Pustno rajanje

Danes, 25.2.2020, v torek, smo imeli pustno zabavo s folkloro iz Bohinjske Bistrice in z otroki iz Srednje vasi. Danes sem plesala z delovno terapevtko Simono Ušeničnik. Doslej še nikdar nisem. Potem sem dvakrat plesala še s člani iz folklorne skupine in z Vero Urhovo, ki tudi dežura z mano v dežurstvu. Smo se tudi nasmejali. Veliko nas je bilo. Takrat tisti dan ne barvam, tudi za rojstne dneve ne barvam. Tisti dan sem prosta.

*Lep pozdrav od Ivanke Sedej.*

### 27. 2. 2020 - Ob rojstnem dnevu

Spet smo praznovali rojstne dni. Nekateri so imeli rojstni dan že januarja, pa takrat nismo nič praznovali. Zaradi bolezni in prehladov in vsega tega. Bilo je osem slavlencev. Imeli smo tudi dobro torto, in to kokosovo. Bila je zelo dobra. Igrali so nam od gospe Grmove Tončke vnuki. Zelo lepo je bilo.

In potem so se vrata zaprla za 14 dni, da se ne bi še mi okužili. Tako ne bo obiskov. Zaklenili so na obeh straneh, samo za obiske. Mi smo lahko šli ven, samo danes ne, ker je bilo grdo vreme ves





dan.

Kmalu bova s sestro Olgo imeli 11 let, odkar sva v Domu, in to bo 3. 3. 2020. Letos je prestopno leto, takrat pa je bilo navadno leto – prišli sva tudi v torek, 3. 3. 2009.

*Lep pozdrav od Ivanke in Olge Sedej.*

### **21. 9. 2020 – Praznovanje 100. rojstnega dne**

Imeli smo velikansko slavlje. Popoldan ob 14.00 uri. Gospa Justina Ceklin je praznovala 100 let. Za nastop je izbrala skupino Polži. Bil je tudi harmonikar Jernej Cesar. Imeli smo lepo vreme za to slavlje. Justina je imela tudi torto z gozdnimi sadeži. Tudi govor je imela. Od mene je dobila prtiček. Nanj sem izvezla venček rožic.

Imeli smo še enega slavljenca, gospoda Jureta Berceta, ki je imel 80 let. Kmalu za njim pa je imela gospa Cecilija Arh 90 let. Tudi njen rojstni dan smo praznovali. Na njenem rojstnem dnevu sem igrala eno uro. Za mano pa je igral Jaka Košir. Vsaj žurko imamo, če že obiskov ni. Zdaj smo imeli že kar štiri žurke. Že po 21. 9. 2020 so Dom zaprli. Tako spet nimamo obiskov. Teče že tretji teden od tega. Imamo telefone na voljo.

*Lep pozdrav od Ivanke in Olge Sedej.*

### **31. 12. 2020 – Pogled nazaj v leto 2020**

To leto je bilo zanič. Ničesar ni bilo! Tudi izleta ne. Pa tudi Cukija ne. Seveda ni bilo jesenskega izleta, ne! Bile pa so žurke, in to štirikrat. Pa tudi jesenskega piknika ni bilo za nas in za svojce, ki smo ga bili vajeni. Imeli smo obroke kar v sobi. Ročnega dela še zdaj nimava z gospo Marijo Zalta. Pa tudi barvanja ne. Letos za ta veseli dan kulture ni bilo nič. Pa tudi po dežurstvu prostovoljcev še nič ne diši. Vrnili pa so se telovadba in sprehodi po polju. Sprehodov po vasi še ni nazaj in obiskov v sobah tudi ne. So pa obiski v izolacijski sobi, ne bo več dolgo tega. Pa tudi Drobtinic še ni naokrog. Pa tudi na grobove nisem mogla s

sestro Anico. Sama je šla na grobove. Nisem mogla iti na piknik v Belo Krajino in k bratu Vinku v Vipavo za tri dni! Bila sem v sobi od 17. oktobra do 17. novembra. Na noben sprehod nisem mogla iti. Od 17. novembra sem pa spet zunaj na sprehodu sama.

*Lep pozdrav od Ivanke in Olge Sedej.*

### **16. 2. 2021 – Pustna zabava**

V torek smo imeli malo pustno žurko po dolgem času. Bili smo napravljeni v maske. Tudi jaz sem imela velik rdeč klobuk.

### **25. 2. 2021 – Kako je sedaj pri nas v Domu?**

Lepo je, da smo dobili rojstne dneve nazaj na isto mesto, kot so bili prej. Od 17. 10. 2020 do 17. 11. 2020 smo bili za en mesec v sobi. Potem smo spet šli na sprehod po polju in se sprehajamo tri mesece. Na zajtrk smo šli 4. 2. 2021. Za v trgovino nimamo še nič, tudi sprehodov v vas ne. V četrtek pri telovadbi smo zvedeli, da bomo spet začeli postopoma s tombolo, barvanjem in rojstnimi dnevi. Kmalu bomo imeli še glasbeno urico, to smo imeli na začetku februarja 4. 2. 2021. Jaka in jaz sva oba igrala na klaviature. Jaz igram, medtem ko on vozi stanovalce v avlo, in še vmes. In na koncu programa. Seveda ima to stvar čez Simona Ušeničnik. Vedno me vpraša za to stvar.

*Lep pozdrav od Ivanke in Olge Sedej.*

### **25. 2. 2021 – Praznovanje rojstnih dni**

Danes pa praznujemo rojstne dni kar za štiri mesece nazaj. Zaradi korona bolezni - Covid 19. Vsak mesec sem odštevala. Pa smo prišli do cilja. Letos je imela moja sestra Olga 70. rojstni dan. Rojstni dan ima 10. julija. Jaz, njena sestra Ivanka, pa imam rojstni dan en teden prej. Za darilo je dobila vizitko in prtiček, ki sem ji ga jaz izvezla za njen praznik. Pa tudi šopek, ki ga je nabrala Janja Hodnik. Zelo veliko vizitk je bilo treba za vse, ki so v zadnjih štirih mesecih



praznovali rojstni dan.

Direktor Jože Cerkovnik je igral na svojo harmoniko, Jaka Košir pa je igral na klaviature, ki jih je posodil direktor. Letos sem jima dala prednost. Včasih me zelo bolijo prsti zaradi artritisa in potem sama težko igram na svoj »sintesajzer«. Program je vodila in brala Alenka Zorč. Potem pa so začeli rezati in razdeljevati torto in sokove. Ob petkih pa dobivamo sladoled po maši, ko imamo sladoledni dan.

*Lep pozdrav od Sedejevih dveh sester.*

### **9. 3. 2021 – Praznovanje 100. rojstnega dne**

Danes v torek smo spet imeli eno gospo, Frančiško Gartner, ki je dopolnila sto let. Imeli smo tudi muziko. Igrala sta nam in njej za stoti rojstni dan. Imela je tudi torto, ki so ji jo spekli v kuhinji. Za harmoniko je bil sam gospod Jože Cerkovnik, na klaviaturah (seveda mojih) pa Jaka Košir. Saj jih gre sam iskat na mojo posteljo. Kadar kaj delam, jih imam na postelji. Jaka ima moje dovoljenje. In to vedno. Tudi za glasbeno urico. Saj jih mu že dolgo posojam, kadar jih želi, in jih tudi prinese v sobo nazaj. Tudi sestro Anico sva imeli na obisku. Prinesla nama je nekaj sadja in pa kekse, ter čokolade in križanke ...

*Lep pozdrav od Ivanke in Olge.*

### **25. 3. 2021 – Praznovanje rojstnih dni**

Imeli smo spet rojstne dneve, tokrat v avli, ker zunaj ni bilo dovolj toplo. Tokrat so bile štiri ženske, samo ena je imela 90 let. Samo Jaka je igral na klavir. Tudi jaz sem igrala med tem, ko je Jaka vozil v avlo stanovalce. In na koncu žurke tudi. Bila je zelo dobra torta ter šampanjec zraven nje. Rojstne dneve je vodila Alenka Zorčeva. Obe z Olgo sva bili tam.

*Lep pozdrav od naju, Ivanke in Olge.*

### **28. 3. 2021 – Menjava ure**

Lep pozdrav, toda danes v nedeljo me je zmešala ura. Še nikoli me ni, zato, ker sem mislila, da je morda ne bo več treba menjati. »Rekli so, da je letos ne bi.« Pa so jo vseeno dali! Včeraj, v soboto, nisem obrnila kazalca na tretjo uro naprej. In tako sem danes spala eno uro dlje, kot bi se morala zbuditi. Ko je bila 5:30 bi morala vstati, ali pa vsaj petnajst minut kasneje. Tako sem vstala ob 6:45.



*Lep pozdrav od Ivanke in Olge.*

## **MANJ ZNANI KOTIČKI BOHINJA**

Če bi vas vprašala, ali mi lahko naštejete nekaj znamenitosti Bohinja, bi verjetno našteli Cerkev sv. Janeza, pa Slap Savico, Cerkev sv. Martina, Dom sv. Martina, Korita Mostnice ... Verjetno pa bi vas zelo malo, morda nihče, med naštevanjem omenilo tudi Slap Grmečico in Slap Peračico. Ja, oba slapova sta bohinjska, nahajata pa se oba razmeroma blizu drug drugega. In oba me tako ali drugače spremljata že vse življenje.

**Slap Peračica** (domačini ji pravimo kar Perošca) ali uradno Piraški slap se nahaja ob glavni cesti Nomenj-Bohinjska Bistrica v steni na desni strani zaselka Log v Bohinju. Slap je





višji od 100 m. V deževnem obdobju je pogled na slap zelo mogočen. Večinoma pa je ta slap suh in ga stežka štejemo med stalne slapove. Poleti se nam ponuja le suha stena, pozimi pa se le redko ponaša z ledenim okrasjem. Najlepši pogled nanj je preko mostu čez Savo Bohinjko, vendar se vidi samo zgornji del slapa. Do vznožja slapa se je možno sprehoditi po ozki stezici.



*Pogled na slap Peračica.*



*Grmečica.*



*Grmečica.*

### **Slap Grmečica**

Slap Grmečica se skriva v gozdu pod Ročevnico. Po velikem dežju se bučanje slapu sliši daleč naokrog, zaradi obilice vode pa je skoraj nedostopen. Zanj je značilno, da se okrepi šele 12 ur po deževju. Slap je uradno visok 8 metrov. Iz korit pada v večji tolmun, naprej teče po ozki strugi in se na koncu izlije v Savo Bohinjko. Po ozki poti se lahko povzpemo nad slap, ga prečkamo čez kamnit mostič (zgrajen leta 1963), od koder se nam odpre lep pogled na globoko sotesko z manjšimi jezerci in slapovi. Stezica, ki jo vidimo pred mostičkom, pa se vzpenja ob robu korit Grmečice višje nad strugo, vse do vasi Nemški Rovt.

Zame ima slap Grmečica tisto nekaj, nekaj, kar me vleče tja še danes. Mogoče je zame poseben zato, ker me spremlja že od malih nog in skozi vse letne čase: spomladi ob čiščenju našega travnika tik ob slapu, poleti ob košnji travnika, jeseni ob grabljenju odpadnega listja kot stelje za živino, le pozimi smo ga zgolj občasno obiskovali in občudovali vodo, ujeto v ledene skulpture.



Kot da bi bilo včeraj, se spominjam, kako je stari oče ob odmoru med košnjo ali med spravi lom sena nastavljal trnek pod slap in lovil postrvi, ki so iz Save priplavale po toku navzgor pod slap.  
Nepozabno.

*Janja Hodnik, poslovna sekretarka*

## KOTIČEK ZA POEZIJO

### MARTININI PESMI



#### Neskončna tišina

Jutranja zarja ožarja vrhove,  
škrlatni oblaki budijo bogove,  
še preden prikaže se sonce na plan,  
prebuja se jutro, rodi se nov se dan.

Prek travnatih gričev, borovcev livad,  
do samotnih viharikov, skalnatih plat,  
neso me podplati boleči in plašni,  
ko vztrajno vzpenjam po poti se prašni.

Prežema miru me neskončna tišina,  
poživlja duha mi nebeška modrina,  
v nosnici me reže vonj gorskega cvetja,  
rastoče v zaplatah že dolga stoletja.

Okušam slad zraka opojno ostino,

ki vzame mi dih stopajoči v brežino,  
izzove na čelo mi srage slanice,  
v rdečico obarva zbledelo mi lice.

Odeta v vročino poletnega sonca,  
počivam na cvetja blazinah brez konca,  
umaknjena daleč od ulic nemirnih,  
uživam v lepotah zakladov nam širnih.

*Martina Pirnat, frizerka v Domu*

#### Oaza

Ne izgubi se v času, ki ga več ni,  
pusti naj z njim spomini bledijo,  
Ne izgubi zavesti, da edini si,  
čigar srce lahko ohromijo.

Išči vsak dan trenutke izbrane,  
ki te navdihujejo, celijo rane.  
Bodi vedno zavesten, prisoten,  
naj te mrazi, ali cel si poten,  
vedi da telo govori ti resnico,  
sprejmi za svojo ga spovednico.

Vedno zaupaj si, kar te teži,  
nikdar si ne zatiskaj oči,  
ker vedno boš le sam sebe izdal,  
boleče na križ se boš prikoval.

Bodi kar si, ker popoln si tak,  
trden kot skala, kot stene zidak,  
spoznal boš, da v sebi si pravi junak,  
ki ne boji se resnice, ne obžaluje napak.

Ostane le ena ti pot do oaze,  
ta vodi čez prepade in čez prelaze,  
a vredno je najti svoj košček miru,  
ki te izpopolni, razbremeni te strahu.

*Martina Pirnat, frizerka v Domu*





Je Hoja v dvoje. Strpnost. In Pomoč.

Je Čaj iz Dobre Misli in Objema.  
Zaupanje, ki slednji Gib prežema.  
Sočutje. Zlasti, kadar pade Noč.

### Duša

Duša je Sneg. In rožno Polje Ajde.  
Oko, ki išče Svet. Pogled, ki najde.  
Popotnik s Culo pisanih Dejanj.

Duša: Igralec z mnogimi Obrazi.  
Bojišče, kjer so Zmage in Porazi.  
Duša je Ocean brezbrežnih Sanj.

*(iz zbirke Koordinate  
svita, Jaka Košir, 2020)*

## JAKOVI PESMI



### Prijateljstvo

Prijateljstvo je bel Golob Bližine.  
Pogovor Duše z Dušo, ki ne mine.

## PRIGODE IZ DOMSKEGA ŽIVLJENJA

- ◇ Sestra hrani stanovalko z jagodovim pudingom. Medtem ji ta komentira: »Ta puding je pa iz ta rdečega mleka, verjetno se je krava najedla rdeče pese!«
- ◇ Pri pitju čaja se stanovalec kremži in pove: »To pa ni podobno čaju, edino moker je, to je pa vse!«
- ◇ Stanovalec po obisku, ki je moral biti na varnostni razdalji, razlaga: »Danes sem imel 2 metra obiska.«
- ◇ Sestra deli tablete. Pa ji ena od stanovalk pripomni, da ji jih je dala toliko, da bo lahko sestavila koralde.



- ◇ Stanovalka med kosilom glasno razmišlja:  
»Leta so šla hitro, jem pa počas!«
- ◇ Bolničar pomaga stanovalki pri premeščanju v posteljo in jo poskuša razvedriti: »Ljubo doma, a Ljubota od nikoder.«
- ◇ Na velikonočno jutro stanovalka pripomni:  
»Jezus je vstal, mi pa še ležimo!«
- ◇ Med merjenjem vitalnih funkcij stanovalka zaskrbljeno: »Tkuj maš enih mašin, da človek še umret ne more, koder bi rad!«

Zbrala: Maja Grm,  
srednja medicinska sestra



Vrtec Srednja vas na obisku, nagrada za lepo petje.

## VAJE ZA SPOMIN

V Domu v četrtnih namenimo nekaj časa možganski vadbi. Trudimo se, da je ta vadba raznolika in zato tudi nikoli dolgočasna.

Včasih se gremo tombolo, včasih priredimo tekmovalni kviz v skupinah, največkrat pa poskušamo skupinsko odgovarjati na razne miselne orehe, matematične, slovnične ter geografske naloge. Pri tem se naučimo tudi kaj novega, zanimivega. Kaj vse počnemo na vajah za spomin, vam želimo prikazati tudi v glasilu. Pa veliko užitka in naprežanja možganov ob reševanju!

**Uredite črke tako, da dobite imena slovenskih mest.**

NCJISEEE = \_\_\_\_\_

NSKAAJKR AORG = \_\_\_\_\_

OOVN SEOTM = \_\_\_\_\_

VEORBJLT = \_\_\_\_\_

JVSENOL CRDEAG = \_\_\_\_\_

**Naštejte vsaj 5 imen, ki se začnejo na črko G:**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Izračunajte.**

7 x 8 = \_\_\_\_\_

9 x 5 = \_\_\_\_\_

6 x 6 = \_\_\_\_\_

45 + 18 = \_\_\_\_\_





$$96 - 72 = \underline{\hspace{2cm}}$$

**Za naslednje slovenske regije zapišite eno od značilnih jedi:**

Gorenjska: \_\_\_\_\_

Obalno kraška: \_\_\_\_\_

Pomurska: \_\_\_\_\_

Koroška: \_\_\_\_\_

Zasavska: \_\_\_\_\_

*Alenka Zorč, socialna delavka*

**REŠITVE VAJ:**

**SLOVENSKA MESTA:** Jesenice, Kranjska Gora, Novo Mesto, Trbovlje, Slovenj Gradec

**IMENA NA G:** naši stanovalci so predlagali: Gorazd, Gabriela, Gaber, Gašper, Gregor, Gordana in Gizela.

**IZRAČUNAJTE:** 56, 45, 36, 63, 24

**ZNAČILNE JEDI:** GORENJSKA: sir "trnič", Jurjeva kapa, dražgoški kruhek, loška smojka, kranjska klobasa, ajdovi krapi, kocovi rateški krapi, blejska kremna rezina, bohinjski mohant, danka ali želodec s kašo, ajdovi in koruzni žganci, tržiška bržola, govnač, gobe z ajdovo kašo.

**OBALNO KRAŠKA:** zeliščna frtalja, jota, krompirjevi cmoki s češpljami, zelenjavne mineštre, lasanje, sveže ribe, brodet, njoki z gobami.

**POMURSKA:** bujta repa, prekmurska gibanica, dödole, ajdov kruh, bograč, ciganski golaž, rejtaši, posolanka, meso iz tunke.

**KOROŠKA:** rženi kruh, koroška skuta s čebulo in bučnim oljem, totrovo olje, kruhov hren, mežerli, kvočevi nudlni, rpičeva juha.

**ZASAVSKA:** knapovsko sonce – funšterc, krumpentoč, jetrnice, knapovski golaž, grenadirmarš.

## RAZSTAVE

Na ogled je razstava likovnih izdelkov stanovalcev iz varovanega oddelka.





*Septembra 2020 je Jurij Berce dopolnil 80 let.*



*Februarja 2021 je Franc Sodja praznoval 90 let.*

**UTRINKI S PRAZNOVANJ  
ROJSTNIH DNI**



*Poletno praznovanje rojstnih dni: avgust 2020.*



*Marija Repinc pa je februarja letos dopolnila 70 let.*





*Okroglih osemdeset je dopolnila tudi Antonija Grm.*



*Praznovanje v aprilu: posebej veselo je, kadar direktor Jože Cerkovnik zaigra na harmoniko.*



*Marec 2021: Frančiška Gartner praznuje 100 let.*



*Vinko Korošec prejema darilo za rojstni dan, april 2021.*



*Praznovanje rojstnih dni v marcu 2021.*



*Praznovanje v maju 2021, Anica Novak reže torto.*





*Dragica Sodja se je razveselila šopka rožic, maj 2021.*



*Za Božič smo v kmečki peči spekli kruh.*

## UTRINKI V BESEDI IN SLIKI



*Posebni praznični trenutki.*



*Letošnja zima nam je podarila obilico snega: Andrej in Jaka pri čiščenju poti.*



*Takole je bilo pri nas 3. maja letos.*





*Skupaj s stanovalci smo pripravili praznovanje kulturnega dne.*



*Sprehod do kapelice okrepi telo in napolni dušo.*



*Za pusta so nas obiskali posebni obiskovalci.*



*Uživanje na toplem sončku.*



*Za Veliko noč smo se lotili barvanja pirhov.*



*Lep pozdrav od Mare Justin, Micke Žitnik in Angele Medved.*





*Milena Mencinger je najbolj vesela, kadar je lepo vreme in je lahko zunaj.*



*Ga. Juhant med barvanjem.*



*Priprava regratove solate.*



*Rojstni dan pokojne Majde Kromar smo obeležili s sv. mašo, letos bi 16.4.2021 dopolnila 90 let.*



*Neprecenljivo: pomladno uživanje ob okusni regratovi solati.*



*Andrej, Miran in Jaka ob urejanju gredic.*





*Boris Verovšek pomaga pri barvanju klopi.*



*Skupna telovadba.*



*Dela pri tako veliki hiši nikoli ne zmanjka: Boris in Miran.*



*Takole pa je bila videti skupna telovadba v času, ko je bilo potrebno posebej paziti na razdalje in zaščito.*



*Stanovalke pri ustvarjanju vizitk.*



*Takoj po začetku sproščanja ukrepov v Domu.*





*Dobra družba: stanovalci pri popoldanski kavici.*



*Družabne igre.*



*Ivanka Kurnik na sprehodu.*



*Domine znajo biti prav zabavna igra.*



*Blejski župan Janez Fajfar na obisku pri sorodnici Ivani Malej.*



*Ingrid Štros se veseli svoje nove sobe z balkonom. Tam jo obišče tudi muček.*





*Anže in Nikolina opravljata prakso v Domu.*



*Prihod v Dom je tudi lepa priložnost za stkanje novih prijateljskih vezi: Marija in Vikica.*



*Jaka Košir in Antonija Turunčič.*



*Nasmejani Milena Mencinger, Boris Verovšek in Micka Žitnik.*



*Vida Roblek in Brane Herič na sprehodu.*



*Na praznik sv. Rešnjega Telesa je četrta postaja procesije potekala v atriju Doma.*





## NAŠI 50-LETNIKI



*Direktor - razrez torte za stanovalce in sodelavce.*



*Marta - na stolček bo posedla vnučko.*



*Direktor - preizkušnja zaščitne opreme.*



*Mateja Dijak praznuje.*



*Janko - v času koronavirusa nas tudi obišče, tokrat smo ga povabili na kavo.*



*Mojca Korošec - uresničila se ji je želja.*





## Skrb za očeta in mater (Sir 3, 1-16)

Mene, svojega očeta, poslušajte, otroci,  
po mojem nauku se ravnajte, da boste  
rešeni.

Gospod je namreč očeta povzdignil nad  
otroke  
in utrdil materino pravico  
pri sinovih.

Kdor spoštuje očeta, bo dosegel odpuščanje  
grehov,  
kdor slavi svojo mater, zbira zaklad.

Kdor spoštuje očeta, bo vesel lastnih otrok,  
na dan svoje molitve bo uslišan.  
Kdor slavi očeta, bo dolgo živel,  
kdor uboga Gospoda, bo svoji materi dal  
počitek;  
kakor gospodom bo stregel svojim staršem.  
(Kdor se boji Gospoda,  
spoštuje očeta.)

V dejanju in besedi spoštuj svojega očeta,  
da bo nate prišel njegov blagoslov,  
zakaj očetov blagoslov utrjuje hiše otrok,  
materina kletev pa jim izruje temelje.

Ne išči svojega ugleda s tem, da bi sramotil  
svojega očeta,  
zakaj sramotenje očeta ti ne bo v slavo.  
Slóves moža namreč izvira iz spoštovanja do  
očeta,  
kakor je otrokom v sramoto, če ne spoštujejo  
matere.

Otrok, zavzemi se za očeta na njegova stara  
leta,  
nikar mu v njegovem življenju ne povzročaj

gorja.

Čeprav mu pamet peša, bodi prizanesljiv,  
ne zaničuj ga, čeprav si na višku svoje moči,  
zakaj usmiljenje do očeta ne bo pozabljeno,  
marveč se ti bo vračunalo v spravo za grehe;  
na dan tvoje stiske se te bo Gospod spomnil,  
kakor slana ob lepem vremenu, tako se bodo  
stopili tvoji grehi.

Kdor zapusti očeta, je kakor bogokletnik,  
kdor jezi svojo mater, je preklet od Gospoda.







**Izdajatelj:**

Zavod sv. Martina,  
Srednja vas v Bohinju 33 A  
4267 Srednja vas v Bohinju  
Tel. št.: 04 577 84 10  
Elektronska pošta: [zsm@zsm.si](mailto:zsm@zsm.si)  
[www.zavodsvetegamartina.si](http://www.zavodsvetegamartina.si)  
Direktor: Jože Cerkovnik



**Naklada: 550 izvodov**  
**ISSN: C507-4541**

**Uredniški odbor:**  
Alenka Zorč  
Jana Ovsenek  
Jana Strgar  
Janja Hodnik  
Maja Grm  
Tatjana Horvat

Fotografije: arhiv Zavoda sv. Martina,  
osebni arhiv Petre Platiša

Fotografije uredila: Janja Hodnik

Lektoriranje: Julijana Cundrič  
Oblikovanje: Mojca Rožič  
Tisk: Salve, d.o.o