

SOPOTJA

INTERNO GLASILO DRUŠTVA UPOKOJENCEV NOVO MESTO

Številka 61 • Leto 16 • September 2023



7

Pohodi poverjenišva Podgrad



9

Prvi jesenski pohod društva upokojencev NM



11

Poletne delavnice za otroke 2023



Spoštovane članice in člani,

prebivalci Slovenije smo s hitrim odzivom na izredne razmere, ki so posledica letošnjih povodenj na področju Koroške kakor tudi v delu osrednje Slovenije zopet dokazali, da znamo v težkih trenutkih stopiti skupaj. Ekipe civilne zaščite in gasilcev so v najkrajšem času priskočile na pomoč v krajih, kjer je bila največja nevarnost izgube, ne samo materialnih dobrin, ampak tudi človeških življenj. Pravočasno so uspeli evakuirati vse ogrožene prebivalce prizadetih območij. Še posebej pa smo prebivalci Slovenije pokazali veliko mero solidarnosti in prostovoljnosti pri odstranjevanju naplavin in poškodovanih objektov kakor tudi s prostovoljnimi prispevki ob vseh humanitarnih akcijah. To nam daje upanje, da je v nas še veliko sočutja in humanosti.

Enako mero empatije do sočloveka naj bi imeli tudi v našem običajnem življenju, saj s svojim obnašanjem in s svojimi dejanji vplivamo na našo okolico. Že pregovor pravi: Dobro se z dobrim vrača.

Pred nami so vsa jesenska opravila na vrtovih, v vinogradih in vinskih kletah. Vse to nam je bilo od nekdaj v veselje, saj žanjemo sadove našega celoletnega dela. Želim vsem vam, da jesenske mesece preživite v družbi vaših naj-

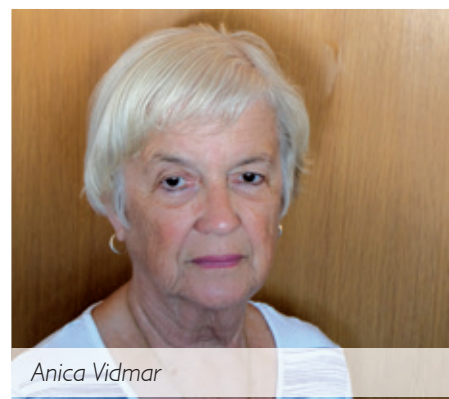


Stane Žagar

bližjih in vas vabim, da se v čim večjem številu udeležite aktivnosti, ki jih organizira naše društvo.

Pazite nase in ostanite zdravi!

Stane Žagar



Anica Vidmar

Ob gledanju vsega tega razdejanja pa razmišljamo: kako mi starejši lahko pomagamo tej naši ubogi naravi, prazni zemlji? Pred oči mi pride prizor starca iz afriške celine, ki je začel vse koščice različnih sadežev, ki jih je pojedel, ali našel na cesti, zbirati. Marsikdo bi pomislil, le čemu to počne? On pa je odgovoril: »V zemljo jih posadim in ko požene dovolj visoko steblo, jih presadim na mesto, kjer je človek izruval drevo, ki je raslo dolga leta. Tako bom ponovno vzgojil gozd, ozelenel puščavo, obogatil zrak in s tem pomagal naši materi zemlji!«

Tudi pri nas je padlo veliko dreves zaradi viharjev, požarov, žleda in drevesnih bolezni. Vzgoja novih sadik ni tako težka, potrebna je le volja, želja in seveda tudi tu bo potrebna pomoč

Dober dan, dragi bralci Sopotij!

Komaj je bila pomlad, pa je že minilo poletje in dopusti. Vse skupaj pa nam je popestrila narava s svojim besom, ki ga je pokazala v obliki uničujočih poplav in razdejanj. Vsak dan poslušamo, kako orkanski vetrovi in podivjane vode odnašajo rodovitno zemljo in pustošijo po domovih, šolah, tovarnah. Po drugi strani pa ogromni požari prav tako požirajo vse pred seboj. Za njimi ostajajo gole izsušene pokrajine, požgane in porušene vasi in mesta, velikokrat tudi sežgana telesa ljudi, ki se niso utegnili umakniti pred podivjanimi plameni.

vnukov, da bodo na sprehodu po gozdu sadili nove sadike.

Po drugi strani pa nas udarec narave sili v solidarnost, pogovor, druženje. Odstranjuje ograje med hišami, parcelami in mesti, istočasno pa tudi tiste pregrade, ki so zrastle v srcih ljudi. To je bilo nevidno sovraštvo, ki je klilo iz preproste človeške nečimrnosti.



»Zakaj ima on lahko taka okna, jaz pa le ta?«

Vidite to so razlike, ki delajo odtujenost med ljudmi. Kar naenkrat pa sta soseda složna, ko si iz vodne ujme rešujeta le osnovno "življenje". Skupaj sta pristala pod isto streho nekega

doma in narava ju je tako prisilila v pogovor, strpnost in sodelovanje.

Še vedno pa slišim besede fanta, ki je živel v eni od vasi ob vodi in komaj ušel razjarjenim valovom.



»Kljub hudim trenutkom mi je bilo toplo pri srcu, saj take vaše solidarnosti in človeške naklonjenosti nisem doživel nikoli prej. Povodenj je združila vse vaščane. Bili smo kot ena družina.«

Želim vam lepo vreme in človeške odnose.

Anica Vidmar

Pehar - Pehar res spleten iz slame, je relikv iz zgodovine. Kar kdo more, iz njega vzame, dar, zaklad ali spomine... (T. Pavček)

JOŽICA KASTELIC – vodja sekcije za domačo obrt pri DU Novo mesto

Sekcijo domače obrti - ohranjanje kulturne dediščine že od vsega začetka vodi v DU Nm Jožica Kastelic.

Gospa Jožica, letos ste doživeli veliko priznanje vašemu delu, saj bodo vaši izdelki domače obrti namenjeni za državna protokolarna darila. Varstvo kulturne dediščine je zaradi njene zgodovine in kulturnega pomena v javnem interesu in izdelki slovenski ponos. Kdaj so vas opazili in kako je prišlo do dogovora?

Večkrat sem s svojimi izdelki domače obrti sodelovala na razstavah ZDUS, ki jih ima to združenje v svojih prostorih na Kebetovi ulici 9 v Ljubljani. Tam posebna tehnična komisija za kulturo izbere, kateri izdelki bodo razstavljeni. Tako sem se leta 2022 prijavila s svojimi drsankami. Komisija je med drugimi izdelki iz vse Slovenije potrdila tudi moje drsanke in jih razstavila. Po koncu razstave so bili nekateri izdelki izbrani tudi za razstavo na Ministrstvu za obrambo. V letu 2023 je Ministrstvo za gospodarstvo, trgovino in šport preko ZDUS objavilo razpis za promocijska darila s področja domače obrti. Prijavila sem se svojimi izdelki: drsanka, mala košarica, jerbašček, belokranjska pisanica in srček iz ržene slame. Vsi naštetih izdelki so bili izbrani. Pogoj pa je bil, da imam kot upokojenka prijavljeno na Upravni enoti osebno dopolnilno delo in da ima vsak posamezni izdelek certifikat pri Obrtno podjetniški zbornici Slovenije. Vse izdelke sem dostavila v predpisanem roku opremljene z ustreznimi nalepkami, na katerih so bile številke certifikatov, in prejela v obljubljenem roku tudi poravnavo izdanega računa zanje. MGTŠ pa jih bo porabilo v promocijske namene.

Kulturna dediščina so dosežki preteklih dob s področja materialne, družbene in duhovne kulture, ki so temelj za ohranjanje kulturne identitete Slovencev. Temeljna funkcija kulturne dediščine je v neposrednem vključevanju v sodobno življenje, posredovanje znanja iz preteklih obdobj, krepitev narodove samobitnosti in kulturne identitete.

Mojstrstvo in znanje Jožice Kastelic v sekciji društva na področju pletarstva, pisanic, izdelkov iz sivke je tudi vodenje delavnic in tečajev za vse generacije.

Pletarstvo je izdelovanje predmetov iz slame, koruznega ličja, leskovih viter, neobeljenih in obeljenih vrbovih šib, srobot, bek s prepletanjem, zvijanjem in zatikanjem. Pletarstvo se je razvilo kot izrazito domača dejavnost za potrebe posamičnih gospodinjstev in za prodajo v domačem okolju. Ponekod se je za potrebe tržišča razvilo v obrt. Pletarsko znanje se je širilo iz roda v rod, od 19. st. tudi s pletarskimi tečaji in šolami.

Pisanica ali pisanica je pobarvano ali z ornamentami poslikano trdo kuhano ali izpihano jajce. Pisanice so indoevropski po-

mladni simbol, v krščanstvu pa simbol Kristusovega vstajenja. Izdelujejo se za Veliko noč, kot šego pa jih omenja že Valvasor. V ornamentiki prevladujejo dekorativne prvine, tehnika krašenja zlasti v Beli krajini je batik (tekoči vosek in posebno pisalo).

Kdo ne pozna omamno dišečo in vsestransko uporabno sivko. Izdelki iz nje v rokah mojstrice domače obrti zažarijo v pestrosti oblik.

»Tisti, ki je goro prestavil, je začel z drobnim kamenjem«, pravi kitajski pregovor. Kje so pa vaši začetki domače obrti?

Začetki domače obrti segajo pri meni v leto 1995, ko sem začela z izdelovanjem belokranjskih pisanic. Dežurni krivec za to je moja mlajša hčerka, ki je takrat obiskovala Srednjo oblikovalno šolo v Ljubljani. Obvestila me je, da bo v Metliki v Belokranjskem muzeju tečaj za izdelovanje belokranjskih pisanic. Ker ona ni mogla, sem se tečaja udeležila jaz in reči moram, da so me popolnoma zasvojile.

Kasneje sem obiskovala tečaj pletenja na Kmetijski šoli Grm, največ pa sem se naučila od dolgoletne učiteljice pletenja, žal že pokojne Klančičar Majde, ki je strokovno vodila tečaje pri našem društvu, in vsestranskem pletarju Jožetu Pakarju, ki je prevzel njeno vlogo pri DU Novo mesto. Da so njegovi pletarski izdelki vrhunski, je potrdil tudi Janez Bogataj.

Uporabljate samo naravne materiale – kje jih dobivate?

Pri izdelovanju pletarskih izdelkov uporabljam samo naravne materiale, nabrane v domačem okolju. Šibje naberem v vinogradu, nekaj imam posajenega tudi okrog hiše, nekaj pa ga naberem v bližnjem gozdu. Koruzo za ličkanje pri-





delam na njivi. Seme sem dobila v Prekmurju (Turnišče). Ta koruza ima dolgo ličkanje svilenega otipa. Tudi rženo slamo za pletenje pridelam na njivi. Seveda pa jo moram ročno požeti in še nezrelo posušiti v kozolcu, ki sva ga z možem postavila no koncu njive. Seme za rž sem tudi dobila v Prekmurju (Lipovci), kasneje pa na Kmetijski šoli Grm na Sevnem.

Vaša vloga pri oživljanju kulturne dediščine je neprecenljiva - kako potekajo delavnice domače obrti v DU?

Delavnice Sekcije za domačo obrt pri DU Novo mesto potekajo že več kot 20 let v prostorih društva vsako leto od novembra pa do konca marca v naslednjem letu. Ko jih obvestim, se tam zberejo vsi, ki želijo svoj prosti čas popestriti z izdelovanjem koristnih in lepih izdelkov domače obrti. Tečaji so vsak petek od 17. do 19. ure. Tečajnikov je vsako leto okrog 15. Pridejo tisti, ki te večšine že obvladajo in svoje znanje posredujejo tistim, ki ga sprejemajo. Nekaj je tudi pravih mojstrov za pripravo in izdelovanje primerenih orodij, ki se rabijo pri pletenju. Na tečajih se tečajniki seznanijo, kje in kako nabrati primeren material in kako osvojiti posamezne tehnike pletenja.

Kakšna je struktura udeležencev na tečajih?

Na tečaje prihajajo predvsem upokojenci pa tudi tisti, ki so še v službah. Ti želijo nabirati to znanje predvsem iz veselja ali pa v svojem poklicu to rabijo in posredujejo naprej.

Je zanimanje za domačo obrt tudi med mladimi?

Na tečajih smo imeli tudi že študente, ki to znanje potrebujejo pri svojih diplomskih nalogah. Nekaj je zanimanja tudi v vrtcih in osnovnih šolah. Dejstvo pa je, da so mobilni telefoni pri otrocih zakon in jim za drugo zmanjka časa.

Plemenito je, ne da imaš posebna znanja, temveč da jih deliš z drugimi, da navdušuješ tudi mladino.

Prisedi k sočloveku in se pogovori z njim. Ostani ob njem, dokler je treba in ne odidi, dokler ne boš zanesljivo vedel, da si ga naučil ene od domačih obrti.

Izložba društva je najpogosteje obogatena z razstavnimi eksponati domače obrti, ki seznanja širšo javnost z delovanjem vaše sekcije in istočasno je tudi promocija kulturne dediščine.

Vaše delovanje na področju kulturne dediščine ni omejeno samo na DU Nm, temveč delujete tudi širše, vseslovensko. Nam predstavite vaše delovanje v prepoznavanju kulturne dediščine

Poleg tečajev je sekcija našega društva in njeni člani prisotna na veliko razstavah po vsej Sloveniji. Sama sodelujem, da omenim samo najpomembnejše, na Ribniškem sejmu, na Festivalu za tretje življenjsko obdobje v Ljubljani, dvakrat sem posredovala svoje znanje v Hotelu Delfin v Izoli,

kamor pridejo tečajniki iz vse Slovenije. V povezavi z oblikovalko iz Ljubljane, ki nastopa po evropskih mestih, so bili moji izdelki razstavljeni tudi izven Slovenije. Letos sem bila s svojimi izdelki prisotna tudi na razstavi v parku ob gradu Brdo pri Kranju.

Za prepoznavno in strokovno delovanje za ohranjanje kulturne dediščine je Jožica Kastelic prejela Zlato plaketo ZDUSA.

Kart, ki jih ob rojstvu dobimo v roke, ni mogoče zamenjati, od nas pa je odvisno, kako bomo igrali

Ob rojstvu sem prejela oblikovalske gene po svojem očetu. Po poklicu je bil mizar, vendar ne navaden. V firmi, kjer je delal, je izdeloval po drugi svetovni vojni prototipe pohištva, ki so se nato razvijali v serijsko proizvodnjo za izvoz v Ameriko. Vsakokrat, ko se peljem v mesto, pa se pri semaforju pri odcepu v Osnovno šolo Grm, ozrem na vilo pokojnega trgovca Hadla, na kateri je napis VILA ELZA. Črke tega napisa so lesene in jih je pred več kot sto leti izdelal moj oče za pomočniški izpit. Učil se je za mizarja pri mojstru Kobetu, ki je imel delavnico v neposredni bližini te vile. Elza pa je bilo ime Hadlovi ženi. Torej ti geni so me spremljali k ustvarjalnosti v domači obrti, ki so se izrazili šele v upokojenskem času. To je dokaz, da ni nikoli prepozno, samo če imaš voljo.

Srečo je treba iskati v stvareh, v katerih jo lahko odkrijemo in občutimo.

Katerim stvarjem v življenju rečete odločen »da«?

Največja vrednota je moja družina. Kolikor sem mogla, sem želela pomagati in pustiti svobodo možu in hčerkama pa tudi petim vnukom in eni vnukinji. Če jih stalno nekaj "komandiraš", te zasovražijo. Posreduj svoje znanje tistim, ki si tega želijo. Predvsem pa je bil vedno moj moto, da denar ni vse. Mnogo je drugih vrednot, ki te naredijo srečnega. Sama sem že velikokrat poudarila, da je srečen tisti človek, ki lahko dela, ki dela tisto, kar ga veseli in potem pride tudi tisto, da ima nekaj od tega, pa naj bo to v materialnem ali duševnem bogastvu.

Pohvala vašemu doprinosu k prepoznavnosti domače obrti in obogatimo praznike in obdarovanja z izdelki naše kulturne dediščine.

*Um se bogati s tistim,
kar prejme,
srce s tistim, kar da. (V. Hugo)*

*Z Jožico Kastelic se je pogovarjala in se veliko naučila
Slavka Kristan*

Sopotja so interno glasilo Društva upokojencev Novo mesto. Glasilo izhaja občasno. Uredniški odbor: Stane Žagar (odgovorni urednik), Ana Bilbija, Slavka Kristan, Jerneja Cvelbar. Jezikovno pregledal: Marjan Stokanovič. Naklada glasila je 2500 izvodov, ki ga brezplačno prejmejo vsi člani društva. Oblikovanje in tisk: Tiskarna Vesel Novo mesto. Naslovnica: Nevenka Gošnik, Poletje se poslavlja, akril na platnu, 50 x 70 cm. Društvo upokojencev Novo mesto, Čitalniška ulica 1, 8000 Novo mesto, telefon: 07/30 21 240, GSM: 041/717 031, e-pošta: upokojenci@t-2.net, www.upokojenci-nm.si, poslovni račun: SI56 6100 0000 0830 667, davčna številka: 25247581, matična številka: 5148430000. Uradne ure v pisarni društva so v ponedeljek, sredo in petek od 8. do 12. ure.



90 let Marije Prah

15. avgusta je častitljivih 90 let praznovala Marija Prah, ustanoviteljica in nekoč gonilna sila likovne sekcije JUTRO pri DU Novo mesto. Ob tem jubileju sva jo z Jelko Predovič obiskala, ji zaželela vse najboljše, jo razveselila z obiskom in s šopkom rož ter skromnim darilom. Bila je presenečena in vesela najinega obiska. Kljub temu, da je pred kratkim napolnila okroglih 90 let, je še zmerom čila in živahna ter bistrega duha pa tudi prijetna sogovornica. V pogovoru z nama je povedala, da je rojena v Idriji na Veliki šmaren, pa je zato dobila ime Marija. Pošali se, da jo je mami Marija v naročju prinesla. Osnovno šolo in malo gimnazijo je obiskovala v Idriji, v Tolminu pa učiteljšče.



njenih slik pa je upodobljeno tudi v akrilu. V akvarelu je največ upodabljala njej najljubše motive, predvsem kraje ob vodi, gradove in dolensko pokrajino in njene kraje. Njena ljubezen do slikarstva v njenih slikah izpoveduje svoj odnos in razumevanje likovnega ustvarjanja.

Marija Prah se je redno udeleževala likovnih kolonij in raznih extempor. Mariji zdravje v glavnem glede na leta še dobro služi, razen težave pri hoji. Prav zaradi tega se ne more več udeleževati raznih srečanj in aktivnosti pri likovnikih. Na koncu pogovora doda, da bi še mogoče sodelovala na kakšnem extemporu, če bi ji bil omogočen prevoz.

Obisk sva zaključila z dobrimi željami, in da se kmalu vidimo.

Karol Zagorc

Obudila je spomine o svojih službovanjih na Vrheh pri Dobrniču, podružnični šoli v Orehovici in na Štajerskem, od koder se je leta 1976 vrnila z možem na Dolenjsko v Novo mesto, kjer je poučevala na osnovni šoli Katje Rupena do upokojitve.

Seveda ni šlo mimo njenega slikarstva in vprašanja, od kdaj riše. Začetek sega v njena otroška leta, ko je s svinčnikom porabila vsak kos papirja, tudi starega, pa naj si bo to star koledar ali stara papirnata vrečka ali kaj podobnega. To ljubezen do risanja je ohranila vse do danes.

Marija Prah, upokojena likovna pedagoginja, že pet desetletij ustvarja v dolenski prestolnici. V njenem slikarskem repertoarju so krajinske podobe v tehniki akvarela, nekaj



Z avtobusom v Brežice

Članice in člani DU Novo mesto smo se v četrtek, 18.5.2023, z avtobusom odpeljali na enodnevni izlet v Brežice.

Pod strokovnim vodstvom smo si ogledali prenovljeni nekdanji mestni Vodovodni stolp, simbol mesta, ki je ob 670. letnici podelitve mestnih pravic Brežicam postal del Unescove mreže vodnih muzejev. Stolp je visok 46 metrov, do razgledne točke nad vodohranom vodijo stopnice in dvigalo. V petem nadstropju so znameniti trije balkončki, s katerih je možen prostrani razgled na mesto in okolico, v šestem pa čudovita arhitektura, kombinacija zidakov in lesa v obliki srca. Po ogledu stolpa smo se odpravili še proti Posavskemu muzeju Brežice. Z vodenim ogledom smo se seznanili z razstavami v muzeju. Spoznali smo življenje v Posavju skozi predmete, slikovne prikaze in pričevanja ter se seznanili z baročno umetnostjo. V muzeju potekajo različne aktivnosti kot so razstave, koncerti, poroke, letni kino idr. Po končanem ogledu smo se družili ob kosilu do prihoda avtobusa.

Marjana Vidic





Svetovni dan varnosti pacientov 2023

Letošnji slogan obeležitve je bil »**GLAS PACIENTU**«.

Mnoge bolnišnice po Sloveniji so v ta namen v petek, 15.9.2023, organizirale **DAN ODPRTIH VRAT**, med njimi tudi Splošna Bolnišnica Novo mesto, kjer so se zvrstile predstavitve raznih društev (Spominčica, Metuljčica, Trepetlika, Šola zdravja, idr. ...), ki se trudijo za krepitev in ohranjanje zdravja ter druženje, povezovanje, osveščanje in svetovanje obolelih med seboj in s strani strokovnega kadra. Kot članica Šole zdravja sem se udeležila delavnice, ki jo je vodila dr. Tatjana Pavlin. Najbolj me je nagovorila ugotovitev, da je »premalo odziva s strani pacientov«..., torej **ANGAŽIRAJMO SE...** Na spletni strani je objavljena **ANKETA**, ki jo lahko izpolni vsak, ki ima dostop do interneta.

Ob vsakem obisku pri zdravniku, oz. ob pripravi na potek zdravljenja ali operativni poseg, ima pacient pravico do **POPOLNE INFORMACIJE O POSEGU** oz. **POTEKU ZDRAVLJENJA**. Če tega ni deležen, naj to **ZAHTEVA**. Dolžnost zdravstvenega osebja pa je, da **PACIENTU POJASNI** na čimbolj razumljiv način.

Za uspešen izid vsakega zdravljenja je potrebna **OSVEŠČENOST => VPRAŠAJ IN SODELUJ...** »NI ČASA«, je le izgovor... počasi se le premika, sicer ne po korakih marveč po pednjih (pove dr. Pavlinova). **POSTAVITEV DIAGNOZE** predstavlja; - 90% pogovor (govori pacient, zdravnik poslušaj), - 9% fizični pregled, - 1% klinične preiskave.

»Kaj lahko pacienti sami naredimo zase, za svoje zdravje in posledično skrajšanje čakalnih vrst?« Potrebna je **ZDRAVSTVENA PISMENOST**, ki vključuje med drugim tudi uporabo aplikacije »**ZVEM**«...

POVEZANI = MOČNEJŠI => ANGAŽIRAJMO SE

Prisostvovanje na delavnici me je navdihnilo in skupaj s predstavnico DU Novo mesto, Dragico sem se udeležila še okrogle mize na temo »**ZAGOTAVLJANJE VARNOSTI PACIENTOV V ZDRAVSTVU SKOZI GLAS PACIENTA**«...

Največji navdih in vzpodbuda je bila prisotnost in pričevanje g. Jožeta Okorna, ki je paraplegik od svojega 20. leta starosti in avtor knjige z naslovom »**20 NAGELJNOV IN VOZIČEK**«, v kateri pripoveduje svojo življenjsko zgodbo. Toplo priporočam v branje...

Med drugim je v svojem pričevanju poudaril: »**ne prosjačenje, marveč sodelovanje** – predstaviti potrebe in vztrajati do izpolnitve oz. rešitve...«

PROSJAČENJE =/= SODELOVANJE

Vsi sodelujoči na okrogli mizi so bili enotnega mnenja, da »**VARNOST** lahko **DOSEŽEMO** samo **SKUPAJ = ZDRAVSTVENO OSEBJE + PACIENTI...**«

Aktivna vloga pacienta v procesu zdravljenja pa je omogočena le **OPOLNOMOČENEMU** in **ZINTERESIRANEMU PACIENTU**. Torej..., **ANGAŽIRAJMO SE...**

Pomembne točke za varnost pacienta: popolno zaupanje, empatija, spoštovanje, dostopnost, samozainteresiranost in **POVEZANOST**.

Vida Rifelj Novakovič

5 korakov za našo večjo varnost

1. Naša vprašanja

Ko se pogovarjamo z zdravnikom, medicinsko sestro ali farmacevtom, vljudno sprašujemo. Bodimo vztrajni, dokler ne razumemo, kaj so nam povedali.

Njihova naloga je, da nas vprašajo, ali razumemo njihovo razlago.

Vprašajo naj tudi, ali se strinjamo s predlagano terapijo.

Namig

Ponovimo jim, kar smo slišali glede diagnoze, zdravljenja in tveganj. Naj potrdijo, da smo prav razumeli. In mi potrdimo, da se strinjamo s predlagano terapijo.



2. Naša zdravila

Na seznam zapišimo vsa zdravila, ki smo jih dobili na recept, smo jih dobili v bolnišnici ali smo jih v lekarni kupili brez recepta.

Farmacevtu, zdravniku ali medicinski sestri povejmo za alergije, če jih imamo. Vprašajmo o neželenih učinkih. O tem, na kaj naj bomo posebej pozorni. Preverimo kdaj, koliko in kako naj vzamemo zdravilo. Preberimo navodila.

Namig

V aplikaciji zVem so zabeležena vsa zdravila na recept. V lekarni lahko prosimo, da nam ta seznam v zVem dopolni tudi z ostalimi zdravili, tako da nam izdela Osebnostno kartico zdravil.



3. Naše preiskave

Ko opravimo preiskavo, moramo pravočasno dobiti izvid. Zdravnik specialist naj nam že ob izvajanju preiskave pove, do kdaj bomo prejeli rezultate.

Ko dobimo izvid, ga preberemo, nato prosimo, da nam zdravnik pojasni, kaj rezultati pomenijo, kako vplivajo na nadaljnji potek zdravljenja.

Če izvida ne dobimo v dogovorjenem času, pokličimo!

Namig

Rok za pripravo izvida je 3 delovne dni, če je nujno, takoj. Izjeme naj zdravnik specialist pojasni.



4. Naše zdravljenje

Vsaka bolnišnica v Sloveniji ima številne postopke in zaposlene, ki skrbijo za našo varnost.

Na voljo je tudi vse več meritev, ki kažejo na to, kako kakovostna je bolnišnica. Prosimo osebje, naj nam pokaže rezultate raziskave PREMS, ki že več let meri, kako so številni pacienti ocenili izkušnjo v naši bolnišnici.

Namig
Vprašajmo, koliko napak in zapletov so v naši bolnišnici zabeležili v zadnjem letu. Več zabeležk pomeni večjo skrb za kakovost, več priložnosti za izboljšave.



5. Naše naloge

Sodelujmo z zdravniki, medicinskimi sestrami, farmacevti in drugim zdravstvenim osebjem. Pogovarjajmo se, sprašujmo, preverimo, ali smo prav razumeli.

Držimo se dogovorov. Če smo sprejeli terapijo, jo izvajajmo. Zdravila jemljimo na način, kot smo to razumeli in sprejeli. Držimo se terminov.

Če se ne strinjamo s predlogi, to povejmo zdravniku specialistu in osebnemu zdravniku.

Namig
Če zaznamo napako ali zaplet, ga javimo zdravniku, medicinski sestri ali farmacevtu.



Za dodatne informacije ali pomoč lahko pokličemo tudi na nacionalni klicni center za pomoč pacientom na številki **0 801 801**.

Pohodi poverjenišтва Podgrad

Tako kot že vrsto let smo tudi letos upokojenci krajevne skupnosti Podgrad druženje v letu 2023 pričeli s pohodi na okoliške hribe. Dogovorili smo se, da bomo izvedli 12 pohodov.

Za vsak pohod je zadolžen določen član. Le ta ima svobodno izbiro poti, tako da smo velikokrat presenečeni in se z radovednostjo podamo na pot. Tako spoznavamo med potjo prijazne ljudi in nekaterim še neznane kraje v naši pokrajini. Prav tako se pri tem še bolje spoznavamo in kaj novega naučimo. Pot nas je letos maja vodila tudi do ekološke kmetije Mlinar v Rožnem Dolu, občina Semič, kjer na potoku Mlinščica vzrejajo postrvi. Te ribe so nam na kmetiji postregli pečene. Prav tako smo tudi letos imeli konec junija medgeneracijski izlet na visoko kraško planoto na vzhodnem robu Triglavskega narodnega parka, Pokljuko. Pohod med gozdovi Pokljuke je bil prijeten, kot tudi postanek v planinski koči na Uskovnici. Nekateri bolj pogumni udeleženci pohoda pa so se povzpeli na vrha Debela peč. Na koncu izleta, ko smo se vsi skupaj zbrali, smo se še ob dobri hrani in pijači v hotelu Jelka okrepčali. Skratka, upokojenci krajevne skupnosti Podgrad smo pridni pohodniki in skrbimo, da se družimo in ohranjamo stike, ter da nam mlajše generacije sledijo in se tudi z nami družijo.

Marjana Umek



Meddruštveni turnir v pikadu

Turnir je potekal 13. 9. 23 na Malem Slatniku.

Moška ekipa DU NM, v sestavi **Nemanič Leopold**, **Blatnik Zvone**, **Vertuš Ivan** in **Pureber Bojan**, je zasedla drugo mesto, med posamezniki pa je Blatnik Zvone dosegel tretje mesto.

Nemanič Leopold



Rezka Povše

Plešem z drevesom

*Moje drevo zna plesati.
dostikrat me zaprosi za ples.*

*Potrka na okno,
pomladno zašumi,
se prikloni
in ponudi roko.*

*Objame me z razpetimi vejami.
Potopim se v listnato prejo,
ovijem se ga kot bršljan.
Valoviva nad Krko
v pajčolanu vodne meglice,
pod nebom, pretkanim z
zvezdami,
Ujeta v Schumannovo
Sanjarjenje.*

*V rahli sapici plavava proti
Gorjancem.
Ne pohodiva nočnih sanj rož,
neslišno drsiva nad njimi.*

*Drevo srka gorjansko mesečino.
Diši po čarovniji,
pesmi nama zagore v grlu,
ob njih se jočeva in smejiva.*

*Pomladna noč prši,
najine stare olesenele žile
postajajo muževne.
Senožeti drhte v tišini.*

*Na plamenišču gorjanskih trav
zaveje po ljubezni.
Oblaki so nekje daleč visoko.
»Pod zvezdami davne pomladi
bova zaspala,
v gorjanskem cvetniku,«
reče moj zeleni Jurij!*

Naj se ne prebudi!



Dopust v Hotelu ZDUS Delfin – osebni vtisi

Upokojenci smo od 11. do 18. julija preživeli dopust v Izoli, hotel ZDUS Delfin. S soprogo sva bila prvič v aranžmaju, ki ga je vzorno in kot po protokolu, vodila gospa Slavka, gonilna sila društva.

Prevoz z udobnim avtobusom je minil mirno, kljub prislovični gneči na avtocesti proti morju. Od začetka nisem bil navdušen nad potovanjem na takšen način. Prepričali so me v nasprotno, spremenil sem svoje mnenje, kar velikokrat ni povsem enostavno.

Hotel Delfin ima tri zvezdice. Po komfortu, spremljajočih vsebinah (bazeni notranji, zunanji, kulturno-zabavni programi, arhitektonska zasnova...) se lahko kosa z višje rangiranimi hoteli, v katerih sva prebivala. Bila sva prijetno presenečena.

Prehrana je raznovrstna, bogata in okusna, za različne okuse in prehranske naravnosti.

Kulturno-zabavni večeri so bili primerni starosti gostov, glasba je bila nostalgično-sentimentalna. Prilagojeno našim zmožnostim smo pri plesu razgibali nekoliko otrdele sklepe, da nam ne bo treba kupiti WD-40.

Obenem smo obudili spomine iz nekkih drugih časov, ko smo bili mladi, ko je bilo vse lepše. Vsak od nas je svoja nagnjenja udeležal sebi primerno, kar ga je razveseljevalo.

Vodstvo hotela je pripravilo spoznavni dan, kjer so nam predstavili sedanjí trenutek, opisali težave in vizijo za prihodnost, ki je sodeč po opisu obetavna.

Pred povratkom domov nam je v začetku imenovana Slavka organizirala možnost nakupa avtohtonih pridelkov iz slovenske Istre, kar smo z veseljem in odobravanjem sprejeli, vsaj večina nas.

Prevoz domov je potekal umirjeno, po predvidenem načrtu. Prijazni voznik avtobusa nas je pripeljal na mesto, kjer nas je pred enim tednom pobral. Večina udeležencev je izrazila željo, da se zopet snidemo, na istem mestu, v kateri od dekad. Saj imamo sta-

tus najbolj številne in stabilne skupine. Vreme nam je bilo naklonjeno, kolikor je to letos predvidljivo in možno.

In ne na koncu, v času »filozofije«, da je dobiček esencialni cilj življenja in ekonomije, je vodstvo Delfina ohranilo socialni čut, kar je v skladu z Ustavo RS, ki je socialna država, in je odredilo cene storitev, ki so sprejemljive za upokojence.

Želim in pričakujem, da obdržijo to miselnost še nadalje, kar bo spričo prevladujoče miselnosti zelo težko, a ni neizvedljivo. Podpiramo jih pri njihovi filozofiji ohranjanja socialnega in solidarnostnega razmišljanja in delovanja, ki je pogoj za stabilno in harmonično družbo.

Kljub čarom Primorja, smo se radi vrnili v našo zeleno, gričevnato Dolenjsko.

Avgust 2023, Želimir Bošnjak

Varno in prijetno kopanje

Številni članki v prejšnjih številkah našega glasila pričajo, da imamo naš hotel Delfin zelo radi. Tudi kopanje je del našega Delfina. Tu pa včasih zataji naša modrost ali se preprosto ne zavedamo nevarnosti. Mogoče pa smo preprosto premalo poučeni, kar se seveda da odpraviti.

Na spletni strani NIJZ OE Novo mesto je objavljen enostaven in zelo poučen članek z naslovom »Varno kopanje v naravnih kopalnih vodah«. V članku med ostalim opozarjajo, da na morju upoštevajmo z bojami označena plavalna območja in plavajmo le znotraj njih. V kopalnišču našega hotela tega ne spoštujemo vedno. Mogoče se zanašamo na kopalniškega mojstra, ki nam bo priskočil na pomoč, če in ko bo v našem plavanju nekaj zaškripalo in nam bo sapa pošla, saj nas pogosto spremljajo bolezni, kot je sladkorna bolezen, bolezni srca in ožilja itd. Ali vemo, do kam sega njegov

teritorij? Kaj pa če smo izven njega? K zapisu teh vrstic me je vzpodbudil dogodek, ko je »nekaj zaškripalo« pri plavalcu mojih let. Na srečo sta priskočila na pomoč dva mladeniča z močjo in nekaj znanja. Sicer bi se lahko pripetljaj končal tragično.

Mogoče bi ne bilo odveč, da se vodstvo našega hotela opozori na to, da bi bilo dobro, da pripravijo krajši letak z najpomembnejšimi opozorili za ravnanje kopalcev. Vsaj nekateri bomo gotovo opozorilo upoštevali v prihodnji kopalni sezoni.

Ana Bilbija



Naši pevci na 52. Taboru slovenskih pevskih zborov Šentvid pri Stični, 18. junija 2023.



Prvi jesenski pohod društva upokojencev NM

12. septembra smo se ob 8.00 uri zbrali na parkirišču trgovine Spar v Irči vasi. Ker je kazalo na topel dan, smo kar hitro krenili mimo Drske, in nato po pločniku ob cesti Novo mesto – Straža do pokopališča Srebrniče.

V kratkem postanku na parkirišču smo bili seznanjeni s potrebami, z idejo in izgradnjo tega objekta. Arhitekti so za svojo strokovno delo pri načrtovanju in izgradnji ter umeščanju v prostor tega največjega novomeškega pokopališča prejeli pomembna strokovna priznanja arhitekturne stroke.

Pot nas je nato vodila skozi gozd po novi asfaltirani poti do naselja Potok, kjer smo prečkali zgoraj omenjeno cesto in se na za promet zaprtem lesenem mostu čez reko Krko ustavili ob kratki predstavitvi mostu, dvorca Zalog (ki se je v zgodovini imenoval Breitenau), njegovem nastanku, pestri zgodovini in njegovih lastnikih ter njegovemu zatonu.

Ker je opekarstvo pomemben del zgodovine kraja in stranske doline (skoraj polovica vseh zgradb v dolini Krke je bila zgrajena iz opek Opekarne Zalog), je bil historični prerez skozi to obdobje zelo dobrodošel.

Pot smo nadaljevali po makadamski označeni kolesarski stezi ob levem bregu Krke do na vzpetinici markantne cerkvice Sv. Martina v Zalogu. Ogledali smo si okolico cerkvice s pokopališčem in osmerokotno spomeniško varovano

kapelo in vežico.

Pot nas je nato vodila mimo objektov BTC v Češči vasi in nato naprej po označeni makadamski in na koncu asfaltirani poti do novozgrajene viseče brvi nad Krko v Irči vasi.

Pohod je 14 zadovoljnih pohodnic in pohodnikov končalo po dveh urah in pol zmerne hoje.

Pohod vodil in opisal Rafko Križman



10 let rastoče knjige v Novem mestu

Projekt Rastoča knjiga je v Novem mestu zaživel pred 10. leti. V parku ob knjižnici je spominsko obeležje, ki povečuje pomen knjige, in nam sporoča, da smo narod znanja, rasti, kulture in odličnosti. Vsako leto obeležju dodajo nov list z besedami ustvarjalca, ki je s svojim življenjem zaznamoval kulturni prostor kraja.

Letos so 21. junija dodali nov list, namenjen 180. letnici rojstva tiskarja Janeza Krajca, ki je postavil temelje založniške dejavnosti v našem mestu z izdajo 248-tih monografskih in serijskih publikacij.

V imenu občine je prisotne pozdravil podžupan Matija Škof. Zbrane sta nagovorila dr. Miha Japelj in slavnostni govornik dr. Miklavž Komelj, vnuk Boga Komelja, prvega ravnatelja novomeške knjižnice. Idejni oče projekta Rastoče knjige dr. Janez Gabrijelčič se žal zaradi bolezni ni udeležil slovesnosti. Voditeljica programa Carmen L. Oven je prebrala njegove misli, med drugim tudi:

»Knjige mi vedno pomenijo nekaj posebnega, nekaj velikega. Nekaj, kar ostaja za vedno in vekomaj samo zame, za mojo dušo, za moje skrite misli, za moja čustva, za mojo zasebnost, za mojo tiho človeško skrivnost. In morda prav enako in v podobni meri tudi za vse druge!«

Nastopili so mladi umetniki s svojimi avtorskimi glasbenimi točkami in priredbami Pihalnega orkestra Krka.

Direktor novomeške knjižnice Luka Blažič je omenjene govorce povabil k zasaditvi grmičkov hortenzij, ki bodo krasile čez čas park s 37.000 cvetovi in simbolizirale povezanost

meščanov z vrednotami in načeli vklesanimi v spominsko obeležje. Vsak cvet bo za enega Novomeščana! Ob koncu so izpustili deset golobov pismonoš, ki so ponesli zapisa- ne verze in sporočila na obeležju Rastoče knjige v različne kraje.

Slovesnosti smo se udeležili tudi snovanjci, ki smo ponosni tudi na upokojensko Rastočo deklico v prostorih društva, ki je naš upokojenski simbol Rastoče knjige. Ponosni smo tudi na Založbo Snovanja, saj je seme založništva v Novem mestu zasejal mojster črne umetnosti Janez Krajec. Že od januarja 2020 naša deklica raste, drevo dobiva liste odličnosti in je vse bolj zeleno, ob deklici pa je bogata knjižna bera literarne sekcije Snovanja. Naša Rastoča deklica oznanja, da smo upokojenci pridni, pošteni, sposobni in samozavestni, polni odličnosti in ljudje nenehne rasti, ki želimo večati in poglobljati svoje znanje in kreativnost.

Zapisala: Rezka Povše

**SKOZI STARA MESTNA VRATA,
V SVET PRIHODNOSTI, ZNANJA IN IGRANJA.**



Snovanjci se predstavimo:

»Vsaka zapisana beseda je zmaga nad smrtjo!«

Michel Butor, francoski pisatelj

Literarna sekcija Snovanja pri Društvu upokojencev Novo mesto je bila v prostorih Društva upokojencev Novo mesto ustanovljena februarja 2002. Danes je aktivnih 14 članov, v vseh letih od nastanka pa je v sekciji Snovanja delovalo 30 dolenskih literatov upokojencev. Sekcijo je do leta 2023 vodila Tereza Balažević, zdaj pa je vodenje prevzela Anica Vidmar.



Seniorji literati, združeni v snovanjce, smo v svojem aktivnem obdobju počeli vse mogoče, delali smo, da smo preživeli. Mogoče smo se od drugih ljudi ločili le po tem, da smo veliko brali, da smo gojili ljubezen do knjig, da smo jih kupovali z zadnjimi dinarji in jih skrbno čuvali. Z upokojitvijo, ko smo imeli naenkrat dovolj časa zase, pa smo začutili potrebo, da bi svojo zadnjo etapo življenja zaključili z ustvarjalnim obdobjem, s pisanjem. Seveda pa se pisanja ni mogoče naučiti, mogoče se ga je le trajno učiti in z njim zoreti.

A pisanje je samotno početje ne samo takrat, ko pisec išče besede in rime, osamljen ostane tudi, ko je besedilo že napisano, zato je literarno druženje v okviru **Društva upokojencev neprecenljivo**. Da je vsakokratno druženje snovancev nov pogled, je v veliki meri zasługa dobrih mentorjev, v preteklosti **Marjanca Kočever in Smiljana Trobiša**, od leta 2012 pa se je snovancem posvečal znani novomeški književnik in novinar **Milan Markelj**, Trdinov nagrajenec in častni član sekcije Snovanja.

Snovanjci smo posamezno v samozaložbi, pri založbi Snovanja in pri drugih založbah do zdaj izdali **38 knjig** in sicer:

Terezija Balažević je izdala štiri knjige pesmi: **Dajem iz srca** (2001), **Podobe v srcu** (2003), **Dotik življenja** (2005), **Ko tišina govori** (2009).

Malči Božič je napisala knjigo **S peresom skozi življenje** (2017).

Jože Bračika je izdal pesniško zbirko **Bodičaste rože** (2022).

Marjan Hren je izdal tri knjige: **Pesmi s ptičjega brega** (2011), **Aforizmi in hrenaste misli s ptičjega brega** (2001), **Slatenska dolina in Machova dediščina pod Gorjanci** (2016).

Ivan Hrovatič je leta 2002 izdal pri Dolenjski založbi pesniško zbirko **Sledi prehojene poti**.

Antonija Ivanež je izdala leta 2003 avtobiografijo **Moje življenje** in pri svojih 93 letih še zbirko **Pesmi** (2016).

Jožica Lukan je letos izdala knjigo **Na krilih srca** (2023)

Marinka Miklič je izdala dve knjigi kratke proze: **Odrpta ograja** (2012) in **V kamen vklesano** (2019).

Jure Murn je leta 2000 izdal takrat zelo odmevno knjigo **Deželica cvička**.

Rezka Povše je izdala pet knjige proze, poezije in anekdot:

Govoreči kamni (1998), **Drobtinice** (2001), **Razsutje jesenskih rož** (2008), **Šopek za Julijo** (2022) in **Klopce mojega mesta** (2023).

Maks Starc je izdal knjigo pesmi **Odmev duše** (2007) ter dve avtobiografski knjigi: **Srečanje s seboj** (2007) in **Srečanje s seboj 2, Bili so hudi, a tudi lepi časi** (2016).

Frane Umek je napisal štiri knjige pesmi: **Odprti se** (1998), **Tretji korak** (1999), **Utrinki mojega trenutka** (2015) in **Iz sebe za spomin** (2021).

Ana Vidmar je izdala devet knjig različnih zvrsti, pesmi, prozo in pravljice: **Pesmi** (1999), **Stihi življenja** (2000), **V koščku svetlobe** (2004), **Fržonija** (2014), **Dvojno zvonjenje** (2016), **Vran Koki** (2018), **Šušu in Nišu** (2018) in **Zgodbe izpod rute** (2019) in **Veverica Mumi in druge zgodbe** (2022).

A tudi ustvarjalni snovanjci **Stane Cerar**, **Anica Mušič** in **Nace Mrvar** se bodo gotovo v kratkem odločili za izdajo lastne knjige.

Če k vsem izdanim knjigam prištejemo še **enajst Zbornikov**, je to skupaj 24.000 izvodov knjig snovancev, ki so vse prodane, razdeljene ali podarjene, našle so mesto v novomeških in dolenskih domovih, nekatere pa so si utrle pot tudi izven lokalnega okolja.

Na pobudo mentorja **Milana Marklja**, ki je zaznal željo po izdaji knjig snovancev, je začela sredi leta 2015 pri DU NM delovati **Založba Snovanja** s samozaložniškim načinom financiranja. Večino knjig je uredil in oblikoval Milan Markelj, med njimi so tudi tri knjige, ki so bile **nominirane za najboljšo samozaložniško knjigo leta**. Do sedaj je v založbi Snovanja izšlo 19 knjig.

Snovanjci imamo tudi zavidljivo število **revijalnih objav**. Pri tem je treba povedati, da vsaka objava v reviji in časopisu doseže veliko večje število bralcev od vsake knjige.

A to še zdaleč ni vse, kar počnemo snovanjci. S svojimi **nastopi**, na katerih beremo pesmi in prozo, smo prisotni na večini praznovanj po vsej Dolenjski in drugod po Sloveniji. Vse prireditve, kjer nastopamo, so dobro obiskane, dvorane polne, publika hvaležno aplavdira, zato skoraj ni kraja na Dolenjskem, pa tudi širše, kjer snovancev ne bi poznali. Naj zato posebej poudarim in poudarjam, da snovanjci tako že dvajset let aktivno **soustvarjamo dolenski kulturni prostor**.

Literarna sekcija Snovanja je za svoje delo prejela **priznanje občine in priznanje PZDU**, med snovanjci so trije **Trdinovi nagrajenci**. Na natečajih, na katerih snovanjci redno sodelujemo, pa **posegamo po najvišjih nagradah**.

Vsaka napisana beseda je povabilo bralcu, da vstopi v avtorjev svet, tudi v svet snovancev, ki vas bomo s svojo prvinskostjo zagotovo prevzeli. Po vsaki prebrani knjigi smo malo drugačni, smo bogatejši, zato je v resnici **»vsaka napisana knjiga zmaga nad smrtjo«**.

Besedilo: Marinka Marija Miklič, fotografije: Anica Vidmar



Poletne delavnice za otroke 2023

Tudi letos so se čez poletje vrata naše hiše na široko odprla za otroško razigranost ter medgeneracijsko druženje in povezovanje.

V juliju in avgustu so potekale otroške delavnice, ki so bile raznolike, vsebinsko bogate, zabavne, pristrčne. Vse delavnice so izvedli izvajalci, ki so na svojem področju strokovnjaki, z dolgoletnimi izkušnjami.

Delavnice smo želeli otvoriti s pohodom po Trški gori, ki pa smo ga zaradi vročinskega vala morali odpovedati.

V istem tednu smo delavnice nadaljevali z edinstveno grafično delavnico, kjer so si otroci pod vodstvom umetnice Lilijane Čuček izdelali več izdelkov s tehniko grafike brez tiskarske preše. Otroci so lahko izdelali število grafik, kolikor so jih želeli.

V drugi teden smo zaplesali v ritmičnih Bachovih plesov. Skozi gibanje plesov narave in cvetnih esenc nas je popeljala Marija Črv, ki že več let vodi več plesnih skupin. Prepustili smo se sproščnemu in naravnemu gibanju ter si s tem izboljšali dobro počutje, dosegli ravnovesje in notranji mir.

V četrtek drugega tedna nam je pravljica Slavka Kristan odstrla svet pravljič. Po dvokilometrski poti skozi Portovald smo prisluhnili gozdnemu dogajanju, gozdni škrajte pa so se poskrili med korenine dreves. Ob kamniti skulpturi vodne vile smo poslušali pravljico o Vodni vili in drvarju. Na končni postojanki ob kamniti skulpturi Povodnega moža pa so se malčki, babice in dedki posedli po klopcih v prijetni senci in navdušeno sledili zgodbi o Povodnem možu in še sedmim drugim pravljičam. Na koncu nam je kamnita žaba izpolnila še željo po sladoledu.

Tretji teden smo z gozdarjem, permakulturnikom in naravo-



varstvenikom Janezom Božičem spoznavali gozdno učno pot na področju Pogorelca. Seznanili smo se z drevesnimi vrstami in ostalim gozdnim rastlinjem, plezali po razvalinah gradu, ter se ohladili ob vhodu v jamo. Seveda brez skupne malice ob robu gozda ni šlo.

Četrtek pa je bil namenjen sladkim in slanim pregreham. Kuharska ustvarjalka Andreja Krevs je z otroki ustvarjala kvašene slane rogljičke in čokoladne praline. Kako težko je bilo počakati do konca, da smo vse dobrote lahko poskusili, oz. bolje rečeno, se jih konkretno najedli. Vsega je bilo toliko, da je vsak odnesel dobrote tudi domov.

V zadnjem tednu smo bili zopet ustvarjalni. Z Marjano Vidic so otroci poslikali igrive in zabavne glinene lončke, ki jih bodo lahko uporabili kot lončke za svinčnike, okrasne lončke za lončnice ali karkoli drugega bodo želeli.

Za veliki zaključek letošnjih poletnih delavnic pa smo otroke nagradili s predstavo, ki je bila za inovacijo nagrajena z brnasto nagrado Gospodarske zbornice. Avtorica in izvajalka predstave Nataša Frank nas je popeljala v svet nerodnega a simpatičnega miška Bamija, kar je tudi lepa zgodba o prijateljstvu. V samo predstavo so se s svojimi opažanji, komentarji in predvidevanji, kaj se bo z miškom zgodilo, ves čas vključevali tudi otroci.

Vsem izvajalcem se za njihov trud in velik doprinos otroški radovednosti iz srca zahvaljujemo.

Urška Derganc



Dan odprtih vrat

Dan odprtih vrat v Vojašnici Franca Uršiča Novo mesto dne 10. junija 2023

Tudi letos je bilo poskrbljeno za razgiban program:

- vožnja z bojnimi vozili in s čolni po reki Krki,
- tekmovanje v kuhanju golaža, katerega se je udeležila tričlanska ekipa
- DU Novo mesto v sestavi: Nemanič Leopold, Bojan Pureber in Zvone Blatnik in zasedla končno 2.mesto.
- streljanje z zračno puško in lokom,
- predstavitev motorjev in starodobnikov z blagoslovom,

Za pijačo in prehrano je bilo poskrbljeno. Za veselo razpoloženje, pa je poskrbela vojaška glasbena skupina Naboj.

Polde Nemanič





Ekipa zmagovalcev ribiškega tekmovanja
igrah PZDU:
Srečko Lamut, Janez Gregorčič,
Ivan Bobnar, Milan Fabjan.
Na državnem prvenstvu so zasedli 5. mesto.
Čestitamo!



AKCIJA za nove naročnike

**Naročite Dolenjski list za 6
mesecev ali eno leto in vam
podarimo paket križank.**



**Pokličite na telefonsko številko 07 39 30 508 ali nam pišite na
narcnina@dol-list.si**



Bilobil®

**Nekdo je nekaj pozabil
in potrebuje Bilobil.**

Moj um v vrhunski formi.

Možgane oskrbi z več kisika.



www.bilobil.si

**Bilobil izboljša spomin
in koncentracijo.**

KRKA

Pred uporabo natančno preberite navodilo!
O tveganju in neželenih učinkih se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.