

PROGRAM DELA DRUŠTVA UPOKOJENCEV NOVO MESTO ZA LETO 2024

ORGANIZIRANOST DRUŠTVA

Društvo upokojencev Novo mesto je vpisano v register društev pri Upravni enoti Novo mesto, pri AJPES-u v register prostovoljskih organizacij in ima status humanitarne organizacije in organizacije v javnem interesu.

Društvo je imelo konec leta 2023 1.950 članov. V okviru društva je organizirano poverjeništvo Birčna vas s 107 člani, ki ga vodi poverjenik Branko Jenič.

Leto 2023 bo zaključeno z zbori članov društva, kjer bo potrjen zaključni račun s poročilom za leto 2023 in program dela za leto 2024.

**REDNI LETNI ZBOR ČLANOV
JE NAČRTOVAN 28. MARCA 2024**

Vse člane vabimo, da se Zbora članov udeležijo. Zaradi lažje organizacije dogodka so obvezne prijave.

Letna članarina je po sklepu Upravnega odbora za leto 2024 12,00 EUR. Člani jo poravnate na sedežu Društva upokojencev Novo mesto ali jo nakažete na TRR: 61000-0000830667 pri Delavski hranilnici, d.d. Ljubljana. Za sklic uporabite datum, npr. SI00 11-01-2024.

Člani društva iz poverjeništva Birčna vas lahko poravnajo članarino na poverjeništvu.

Članarina Sklada vzajemne samopomoči ostaja v letu 2024 12,00 EUR.

Sklad je voden pri ZDUS in v društvu opravljamo le vpis članov s pobiranjem članarine ter urejamo potrebne postopke za izplačilo upravičencem na podlagi pogojev, določenih v Pravilniku sklada. (Pravilnik je na vpogled v pisarni društva). Če svojci pravočasno izrazijo željo, društvo poskrbi za prisotnost društvenega prapora na pogrebu umrlega člana.

I. REDNO DELOVANJE

AKTIVNO DRŽAVLJANSTVO

Člani društva aktivno delujejo v organih in delovnih telesih PZDU, kjer zastopajo interese članov na zboru članov, v upravnem odboru in komisijah za kulturo, šport, kadrovske organizacijske in statutarne zadeve, v ZDUS pa interese vseh upokojencev v Zboru članov, upravnem odboru, strokovnem svetu, častnem razsodišču in komisijah za pokojninsko invalidsko področje, zdravstvo in socialo, bivanjsko problematiko, gospodarsko in kadrovske-organizacijske in statutarne zadeve.

Zastopnost članov, ki delujejo v delovnih telesih ZDUS zahteva aktivno sodelovanje pri pripravi predlogov sprememb pokojninsko-invalidske zakonodaje, stanovanjske problematike ter ukrepov za izboljšanje socialnega položaja upokojencev. V nadzornem odboru ZDUS nas bo zastopala Rožca Šonc, v strokovnem svetu Rafko Križman in Ana Bilbija, Gozdana Petrič je predsednica Častnega razsodišča, v komisiji za kadrovske, organizacijske in statutarne zadeve deluje Ana Bilbija, v komisiji za zdravstveno in socialno varstvo Boris Pogačar, v komisiji za pokojninske in invalidske zadeve Nežka Ivanetič, v komisiji za tehnično kulturo Marija Vidic, v komisiji za bivanjski standard Stane Žagar, v komisiji za gospodarstvo in turizem Adolf Zupan in v komisiji za izobraževanje, publiciteto in informatiko Štefan David.

Na lokalni ravni je mag. Adolf Zupan svetnik v občinskem svetu, v svetu DSO delujeta Ana Bilbija in Rožca Šonc, v projektnem svetu za izboljšanje kakovosti bivanja upokojencev sta Rožca Šonc in Adolf Zupan.

AKTIVNO IN ZDRAVO STARANJE

AKTIVNOSTI V POVERJENIŠTVIH

Poleg skupnih dejavnosti društva bo poverjeništvo Birčna vas organiziralo še svoje aktivnosti.

- letni zbor članov v januarju
- izvajanje programa Starejši za starejše in pridobivanje novih prostovoljcev
- organizacija večernih srečanj v Gasilskem domu v Stranski vasi
- družabno srečanje članov s piknikom
- izboljšati obveščanje naših članov o dejavnosti DU Novo mesto
- izboljšati vključevanje članov iz poverjeništv v aktivnostih, ki jih organizira DU Novo mesto
- preveriti potrebe in želje članov in uvesti nove aktivnosti v okviru možnosti, ki jih imamo v KS
- sodelovanje in srečanje s sosednjimi poverjeništv

KLUB DRUŠTVA

Klub je namenjen članom društva za dnevno druženje s ciljem vzpostavljanja socialne mreže, preprečevanja socialne izključenosti in vključenost v družbo. Člani društva in starejši občani se družijo ob branju časopisov in revij, družabnih igrah, kot so šah, kartanje in drugo, predvsem pa se lahko družijo s prijatelji in z znanci ob kavi, čaju, soku ali drugih napitkih. Poleg prijaznega okolja in rekvizitov za družabne igre jim je na voljo tudi prenovljena knjižnica, kjer lahko berejo ali pa si sposojajo knjige. **Klub deluje od 8. do 12. ure vsak dan**, na željo uporabnikov pa deluje tudi ob praznikih. Za Klub skrbita prijazni gospodinji prostovoljki Tatjana Adamovič in Štefka Likar.

Letovanja, praznovanja, potovanja

Program letovanj in praznovanj pripravlja Slavka Antič, izletništvo pa vodi Marjanca Kopač. Želimo, da so programi odraz želja in pobud naših članov, zato vas vabimo, da nam posredujete predloge in pobude.

LETOVANJA

8. 2. – 15. 2.

11. 7. – 18. 7.

30. 5. – 6. 6.

3. 11. – 10. 11.

PRAZNOVANJA:

- marca praznovanje dneva žena
- oktobra martinovanje
- decembra zaključek leta

IZLETI

Izleti z namenom spoznavanja lepote in zgodovine Slovenije.

ENODNEVNA KOPANJA V IZOLI:

- v juliju in avgustu

Termini bodo objavljeni na oglasnih deskah, na spletni strani društva, člani bodo obveščeni po elektronski pošti. Vse navedene aktivnosti prilagajamo vremenskim razmeram.

Mešani pevski zbor (MePZ)

V zboru pod vodstvom Jožice Cujnik poje 16 pevk in 10 pevcev. Ob tej priložnosti vabijo vse, ki lepo in radi pojejo, da se jim pridružejo. Pevci se srečujejo na vajah **vsak ponedeljek ob 8. uri v Kulturnem centru Janeza Trdine** in na številnih nastopih, ki so skrbno pripravljeni, saj pevke in pevci veliko dajo na to, da je njihova izvedba vsake pesmi na kakovostni ravni.

V letu 2024 načrtujejo naslednje nastope:

- občni zbor društva (marec)
- srečanje upokojenskih pevskih zborov Dolenjske in Bele krajine
- območna revija odraslih pevskih zasedb 2024 v organizaciji JSKD (maj)
- nastop DSO Novo mesto in Trebnje (po dogovoru)
- tabor pevskih zborov Šentvid (junij)
- nastop na glavnem trgu Ex tempore (september)
- novomeški večer v hotelu Delfin (november)
- samostojni koncert.

Poleg programa, ki je načrtovan, se z veseljem odzovejo na povabila, ki pridejo med letom. Zbor vodi zborovodja Matej Burger, ki z rednimi tedenskimi vajami skrbno in strokovno usmerja pevce na vajah, da so nastopi kar najboljši. Zbor prepeva različne ljudske pesmi in njihove priredbe, primerne svojim zmogljivostim. Želijo si nastopati, saj radi pokažejo, kaj znajo in zmorejo.

Gledališka skupina – Mestno gledališče ljubljansko

V sezoni 2023/2024 nadaljujejo z abonmajskimi predstavami v Mestnem gledališču ljubljanskem, ki traja od septembra 2023 do junija 2024. V tej sezoni bo na Velikem odru pet predstav, na Mali sceni pa dve izbirni. Predstave so praviloma ob sredah v popoldanskem času, abonma se imenuje Sreda popoldanski.

REPERTOAR 2023/2024:

Veliki oder:

Eugène Ionesco: **PLEŠASTA PEVKA**, komedija absurda

Bernard-Marie Koltes: **ZAHODNI PRIVEZ**, črna komedija

Rose Sélavy: **RAZPOKA**, psihološki triler

Jernej Lorenci, Dino Pešut in ekipa: **POHORSKI BATALJON**, poskus rekonstrukcije

William Shakespeare: **KAKOR VAM DRAGO**, komedija

Mala scena:

Jelena Kajgo: **LUNAPARK**, komedija

Ralf Westhoff: **SOSEDJE**, komedija

Ugo Betti, **ZLOČIN NA KOZJEM OTOKU**, drama

Dragica Potočnjak, **TECI MAŠA, TECI**, kriminalna drama

Repertoar je kakovostno in strokovno izbran, izberejo ga v Mestnem gledališču ljubljanskem, le pri dveh izbirnih se posvetujejo s koordinatorko, da upoštevajo želje udeležencev, če je le mogoče.

V sezoni 2023/2024 je v gledališki skupini 55 članov društva. Skupina je prijetna in zelo točna, kar je lepa kulturna lastnost.

Načrtujejo abonmajske predstave v MGL tudi za naslednje sezone, in če želite obiskovati gledališče, vas vabijo, da se prijavite do konca meseca maja.

Založba Snovanja

Založba Snovanja v okviru društva deluje od leta 2015. V okviru založbe so literarni oddelki Snovanja izdali 19 knjig.

Društveno glasilo Sopotja

Društveno glasilo SOPOTJA je namenjeno informiranju članstva in širše javnosti z aktivnostmi društva in s seznanjanjem z novostmi s področji, ki so zanimiva za starejše. V letu 2024 bodo izšle 4 številke. Društveno glasilo ureja 5 članski uredniški odbor.

MOBILNOST STAREJŠIH – PROSTOFER (RUDI)

Projekt mobilnosti »**PROSTOFER**« izvajamo v sodelovanju z MO Nm od leta 2018. 17 voznikov prostovoljcev, ki so člani DU Novo mesto opravlja prevoze z električnim vozilom, ki smo ga poimenovali »**RUDI**«, in je namenjen predvsem za obiske zdravstvenih ustanov in upravnih uradov.

Prevozi se izvajajo od ponedeljka do petka, praviloma v času med 7. in 15. uro. Naročilo za prevoz se opravi preko klicnega centra 080 10 10, dva delovna dneva pred potrebnim prevozom. Vozniki so izkušeni vozniki, ki so se odločili za humano prostovoljno delo in si za svojo odločitev zaslužijo priznanje in spoštovanje uporabnikov. Od januarja do konca novembra letošnjega leta so vozniki opravili 1.355 voženj in prevozili 32.240 km. Iz izkušenj teh dveh let pričakujemo v letu 2024 blizu 1.400 prevozov in okoli 2.500 ur prostovoljskega dela.

2. SOCIALNO VARSTVENI PROGRAMI

PROGRAM STAREJŠI ZA STAREJŠE

V društvu je veliko skrbi namenjeno socialno-zdravstvenemu področju. Veliko aktivnosti je namenjenih promociji zdravja in zdravega življenjskega sloga, skrbi za preprečevanje socialne izključenosti starejših in organiziranju različnih oblik pomoči in storitev.

V program, ki vključuje starejše iz območja Novega mesta, Prečne in Brusnic, je vključenih 2.227 uporabnikov. Do konca novembra 2023 je bilo opravljenih 600 obiskov od tega je 516 ponovnih in 62 prvih obiskov, kar predstavlja 120 % načrtovanega dela. Program bomo aktivno izvajali tudi v letu 2024. Vanj se bodo na novo vključili vsi starejši, ki bodo vstopili v 70. leto starosti. Načrtovanih je skupno 500 ponovnih obiskov in vsaj 50 prvih, ki jih opravi 32 aktivnih prostovoljcev. Ti z osebnimi razgovori ugotovijo kakovost življenja vključenih uporabnikov in njihove potrebe po pomoči. Namen izvajanja organiziranih pomoči je, da lahko starejši čim dlje živijo v domačem okolju. Za ugotovljene potrebe poskrbimo v okviru društva ali pomoč organiziramo v sodelovanju s partnerji. Več kot 80 % ugotovljenih pomoči se organizira v okviru DU. Naše društvo opravlja vodenje in koordinacijo programa za DU Prečno in Brusnice, v letu 2024 ga bo vodila Mateja Zelič.

V vrste prostovoljcev za delo v programu želimo pridobiti nove prostovoljce, ki so pripravljeni deliti svoj čas za delo na tem programu. Iskreno vabljeni.

STANOVANJSKO PODROČJE

Društvo za Nepremičninski sklad - NS Zavoda za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Slovenije - ZPIZ izvaja naloge evidentiranja prosilcev za najemna stanovanja sklada. V skladu s Pravilnikom NS bo društvo evidentiralo prosilce in izdelalo prednostno listo za dodelitev stanovanj za leto 2024. Število prosilcev za stanovanja iz leta v leto raste. Na letni ravni je tako prosilcev med 15 in 20.

Za področje stanovanjske problematike skrbi podpredsednica za socialne zadeve Dragica Ferbežar.

Pričakujemo čim prej oskrbovana stanovanja, nova – prilagojena stanovanja za starejšo populacijo in več investicij v dograditev dvigal v obstoječih stavbah. Društvo se bo še naprej aktivno vključevalo in prizadevalo za reševanje stanovanjske problematike starejših tako z NZ PIZ kot MO Nm.

SVETOVALNICE

Socialna svetovalnica

Socialna svetovalnica bo z delom nadaljevala tudi v letu 2024 v prostorih društva. Člani, ki potrebujejo pomoč, se za termin razgovora predhodno dogovorijo v tajništvu društva. Članom društva se svetuje pri reševanju težav in uveljavljanju socialno - varstvenih pravic.

Socialni položaj upokoјencev in finančna kriza vse bolj pritiskata na starejše, zato je tudi potrebn po organiziranju različnih oblik pomoči vse več. Svetovanje bo v letu 2024 vodila Dragica Ferbežar, podpredsednica društva za področje sociale, ki svetovanje vodi kot prostovoljka.

Pravna svetovalnica

Zaradi vse več primerov, ko se tudi starejši znajdejo v položaju, ki zahteva pravno pomoč, že vrsto let deluje pravna svetovalnica. Večina pravne pomoči je pri reševanju družinskih težav predvsem s področja dedovanja, stanovanjske problematike, mejnih sporov in tudi z drugih področij.

Tako kot pretekla leta bo tudi v letu 2024 kot prostovoljka svetovanje vodila univ. dipl. pravnica Ana Bilbija.

Svetovalnica pokojninskega in invalidskega področja

Na svetovalnico se obračajo člani, ki imajo vprašanja s tega področja, predvsem pri uveljavljanju dodatka za pomoč in postrežbo, vprašanja invalidnosti in nadomestila za invalidnost, pravilnosti izračuna in upoštevanja vseh prihodkov, ki se upoštevajo v osnovo za izračun pokojnine.

Svetovalnico kot prostovoljka vodi Nežka Ivanetič, univ. dipl. sociologinja.

Vse tri svetovalnice vodijo prostovoljke in so za uporabnike brezplačne. Za termin razgovora se dogovorite v tajništvu društva.

3. KULTURNO-IZOBRAŽEVALNA DEJAVNOST

Tudi v letu 2024 se lahko člani vključijo v številne dejavnosti iz kulturno izobraževalnega področja.

Sekcija	Vodja sekcije
Domača obrt- kulturna dediščina	Jožica Kastelic
Jutro, sekcija likovnikov	Karol Zagorc
Snovanja, sekcija literatov	Anica Vidmar
Bralni krožek	Slavka Kristan
Ročna dela	Marija Golob

Domača obrt – ohranjanje kulturne dediščine

Dejavnost bo potekala kot doslej pod vodstvom Jožice Kastelic, mojstrice domače obrti.

Tudi v letu 2024 planirajo nadaljevati s tečaji pletenja v spomladanskih in zimskih mesecih 2024, kot v preteklih sezonah. Tečaji bodo ob petkih od 17. do 19. ure v prostorih društva.

Po potrebi se bodo vključevali na razstave tako našega društva, PZDU in ZDUS, se odzvali na delavnice po željah šol in podobno. Prizadevali si bodo pritegniti čim več novih tečajnikov in pomladiti sekcijo.

Tudi izložba bo v letu 2024 prikazovala izdelke sekcije.

Jutro – likovna sekcija

Člani društva, ki radi izražajo sebe in svoje videnje sveta z barvo ali risbo, imajo priložnost, da se pridružijo članom likovne sekcije Jutro, ki jo vodi Karol Zagorc.

V sekciji aktivno deluje 16 članov. Program likovne sekcije za leto 2024 je naslednji:

- Skupinske razstave: DSO Novo mesto, v škofijskem Karitasu, v kulturnih centrih na Dolenjskem, študijski knjižnici Mirana Jarca Novo mesto, v prostorih RK Novo mesto in drugih primernih javnih prostorih, kjer jim bo omogočeno.
- Sodelovanja z Literarno sekcijo Snovanja, pevskim zborom DU Novo mesto, Društvom Machova dediščina pod Gorjanci, Likovnim društvom Trebnje, likovnim društvom Mavrica Novo Mesto, Likovna sekcija SVETLOBA Deskle in drugimi likovnimi društvi ter društvi in organizatorjem ex temporov.
- Promoviranje – preko medijev, na spletu, socialnih omrežjih, v internem glasilu SOPOTJA in drugje.
- Izobraževanja - obiskovanje razstav v Narodni galeriji v Ljubljani, Moderni galeriji v Ljubljani, Galeriji likovnih samorastnikov v Trebnjem in v drugih galerijah in muzejih v Novem mestu, Sloveniji ali v tujini. Enkrat tedensko likovna delavnica z Martino Hegediš v prostorih društva.

- Likovno ustvarjanje članov - udeležba na extempori: LKD Mavrica, Mokronog Trebelno, Rihpovec, Radeče, Sevnica, Mirna Peč in druge, kjer bo možnost.
- Organizacija ex tempora v Novem mestu v septembru
- Udeležba na likovnih kolonijah: Izola, Žalec, Maribor ali kakšna druga možnost.

Od aprila do 15. oktobra ob četrtkih slikanje na terenu, na Velikem Slatniku pri sotočju treh studencev in na drugih lokacijah na Dolenjskem, v času od 15. oktobra pa do aprila slikanje v prostorih DU Novo mesto.

Likovni tabor 3 dnevni Prekmurje Murska Sobota- Turnišče, tujina - 4 dnevne destinacije so: Italija, Hrvaška, BIH.

Snovanja – literarna sekcija

Literarna sekcija društva deluje od leta 2002. Je ena od najštevilčnejših literarnih sekcij na Dolenjskem, saj šteje kar 13 članov in članic.

Pod vodstvom Društva upokojencev se bodo družili vsako prvo sredo v mesecu v prostorih društva, kjer bodo sproti sprejemali naloge in obveznosti, ki bodo prihajala na društveni ali na literarni naslov.

V letu, ki prihaja, namerava literarna sekcija sodelovati na vseh razpisih v sklopu JSKD v Sloveniji.

Sodelovali bodo tudi na razpisanih literarnih natečajih, ki jih prirejajo različna literarna društva, knjižnice in druga društva širom Slovenije. V prihodnjem letu bodo sodelovali na proslavah v okviru društva in se udeleževali različnih razpisanih učnih natečajev, ki bodo dosegljivi njihovim možnostim. Priredili bodo nastop v društvu v okviru kulturnega praznika ob naši Rastoči deklci. Posamezni člani bodo nadaljevali s kulturnimi programi ob koncu pohodnih poti in srečanj: Machova pot, Dularjeva pot, Pohodništvo, Planinarjenje, Gasilstvo itd. Prav tako se bodo udeleževali regijskih kulturnih dogodkov.

V pripravi imajo kar nekaj novih knjig, ki čakajo ugoden trenutek za izdajo. Prav tako bodo vodili medsebojne pogovore o pisanju, prebirali svoja dela in nadaljevali s predstavitvami posameznih članov sekcije tako v društvenih prostorih, kot tudi v drugih kulturnih ustanovah, vse po sprotnem urniku.

Še vedno pa čakajo novega mentorja, ki bi jim pomagal spoznavati novitete in bil v pomoč pri pregledu in ocenjevanju naših del.

Bralni krožek s Slavko Kristan

Bralni krožek poteka od oktobra do junija. Vodi ga Slavka Kristan, višja knjižničarka in učiteljica slovenskega jezika. Krožek je namenjen spoznavanju z novimi ali znanimi in nagrajenimi literarnimi deli slovenskih in tujih avtorjev. Mentorica predstavi mesečno 6 – 8 kvalitetnih knjig različnih žanrov, da je za vsak bralni okus nekaj bralnih namigov. Srečanje je tudi priložnost za izmenjavo mnenj o prebranih knjigah.

Krožek deluje **vsako tretjo sredo v mesecu ob 9.30 uri** v prenovljeni knjižnici društva. Krožek je tudi priložnost za izmenjavo mnenj in nasvetov za prijetno branje in dvig bralne osebne kulture. Krožek je za udeležence brezplačen.

Želimo si, da bi ta prostor zaživel tudi kot prostor za druženje s knjigo in prijatelji ter srečanja ob kavici. Knjige si lahko člani društva izposodijo, vzamejo v trajno last ali pa zamenjajo s svojimi.

Ročna dela

Delavnico ročnih del vodi Marija Golob. Udeleženske pridobivajo veščine v kvačkanju, pletenju in izdelavi nakita iz različnih materialov in se izpopolnjujejo v skladu z izraženimi željami. Delavnice ročnih del potekajo od novembra do marca, in sicer **ob torkih ob 14. uri v prostorih društva**. Mentorica se za vodenje usposablja v okviru rokodelskih delavnic, ki jih organizira Zveza društev upokojencev Slovenije enkrat letno.

Udeleženske ročnih del v svoje vrste vabijo nove članice in člane.

Skrb za zdravje

Ob torkih ob 10. uri poteka plesna delavnica Zpleši babi pod vodstvom profesionalne plesalke in profesorice športne vzgoje Maje Geršak, ob sredah pa Delavnica sprostivnih tehnik pod vodstvom delovne terapevtke in terapevtke naravnega zdravljenja, Urške Derganc.

Gostimo tudi zanimive predavatelje s področja zdravja, prehrane, gibanja in prostega časa, osebne rasti in drugih zanimivih stvari in dogodkov. Organizirali bomo potopisna predavanja, predavanja na temo medosebnih odnosov, predvsem pa želimo upoštevati želje in potrebe članov, zato so zaželjene pobude in predlogi.

O dogodkih bomo obveščali z vabilom na oglasni deski, z objavami na naši spletni strani www.upokojenci-nm.si, po elektronski pošti in z objavami v različnih napovednikih. Mesečno izdajamo letak, v katerem so navedene vse naše aktivnosti v tekočem mesecu. Razdelimo ga vsem našim članom, ki nas pridno obiskujejo, obešen je na oglasni deski društva in v Hiši sožitja.

Računalniško izobraževanje

V letu 2024 bomo nadaljevali z individualnimi uricami računalništva, ki je prilagojeno ravni znanja posameznika. Tako kot v letu 2023 bomo spoznavali tudi delovanje pametnih telefonov in drugih računalniških naprav. Za termine se je potrebno predhodno dogovoriti v tajništvu društva.

Organizirali bomo tudi skupinske delavnice v prostorih društva.

MEDGENERACIJSKI PROGRAM

Ker verjamemo, da medgeneracijski dialog obrodi sadove, namenjamo svoj čas tudi našim najmlajšim. Zato **vsaj enkrat mesečno** pripravimo program za vnuke, babice in dedke. Čas, ki ga stari starši preživijo z vnuki, je dragocen in ob vseh aktivnostih, ki jih imajo otroci v vrtcih in šolah, potrebujejo tudi aktivnost, ki jih sprošča in povezuje z drugimi generacijami. Zato vas vabimo, da se teh delavnic udeležite s svojimi vnuki v čim večjem številu!

V letu 2024 bomo organizirali poletne tematske delavnice v času počitnic za otroke, dedke in babice, dobrodošli pa so seveda tudi starši, saj so izkušnje pokazale, da so prav te aktivnosti dober most med generacijami. Upamo, da bomo v Hiši sožitja za izvajanje programa uspeli dobiti sodelavca iz programa javnih del.

Povezujemo se z organizacijami v lokalnem okolju, s šolami in z vrtci, saj menimo, da se lahko z združenimi močmi veliko več naučimo, tako starejši kot tudi otroci. Vsa taka sodelovanja so pokazala pozitivne učinke, zato bomo z delom na tem področju nadaljevali tudi v letu 2024.

Udeležba na vseh delavnicah, predavanjih ter počitniških programih je za udeležence brezplačna. Društvo pripravi program in zagotovi izvajalce v času počitniških programov.

REKREATIVNI PROGRAM V HIŠI SOŽITJA

Bridž

Člani sekcije se ukvarjajo z učenjem in igranjem bridža že od leta 2014. V letu 2016 so se formirali kot samostojna sekcija v okviru DU Novo mesto.

Sekcija šteje v letu 2023 34 aktivnih članov, od katerih ima 32 status seniorja, in se **dvakrat tedensko zbirajo v prostorih DU od 9. do 13. ure**. Igre se redno udeležuje preko 30 članov. Vse petke posvečajo družabni igri in utrjevanju znanja. Večini članov bridža je to glavna priložnostna dejavnost.

Člani sekcije se in se bodo udeležili vrste turnirjev in državnih prvenstev z občasno mednarodno zasedbo.

Bridž sekcija Novo mesto je nosilec in organizator turnirjev v Kozarici, kar je tudi v letu 2024 eden od izbranih ciljev.

Vsekakor pa so člani aktivno prisotni vedno, ko gre za izobraževanja v Ljubljani in/ali v Novem mestu. V letu 2023/2024 se bodo nadaljevali spletni turnirji po uveljavljenem načrtu Bridž zveze Slovenije. V letu 2023 so člani začeli sodelovati tudi pri organizaciji državnih tekmovanj v bridžu, na katerih sicer sodelujejo že več let in zadnje čase dosegajo vidne rezultate.

Člani sekcije imajo namen organizirati v Novem mestu najmanj eno državno prvenstvo, načrtujejo izvedbo Odrprtega prvenstva Dolenjske, ki naj bi potekalo v Novem mestu.

Člani bridž sekcije se povezujejo s člani drugih sekcij po Sloveniji, posebno z bridžisti iz Šaleške regije, s katerimi izmenjujejo prijateljska srečanja, ki se bodo nadaljevala tudi v letu 2024.

Člani bridž sekcije izvajajo poučevanje bridža v okviru RIC-a, z namenom, da se tečajniki kot bridžisti začetniki priključijo novomeški sekciji in tako postanejo tudi novi člani DU. Dejavnost poučevanja bo potekala skozi vse naslednje leto.

Šah

Šah se v okviru Hiše sožitja odvija **vsak torek od 9. - 11. ure**, kjer šahira 8 udeležencev, ki utrjujejo znanje in tehnike šahiranja. V letu 2024 bodo nadaljevali z igranjem po ustaljenem programu, in sicer vsak torek v prostorih društva.

Pikado

Pikado se izvaja **1 x tedensko za ženske in 1 x tedensko za moške** in sicer v torek za ženske, v sredo za moške v prostorih društva. Skupno igra 23 udeležencev. Igranje se bo izvajalo tudi v letu 2024 v istih terminih. K sodelovanju vabijo nove igralce.



4. ŠPORTNO-REKREATIVNA DEJAVNOST

V športno - rekreativni dejavnosti, ki jo vodi Janez Mohorčič, profesor športne vzgoje, si prizadevamo osvestiti člane društva, da bi začutili potrebo po gibanju in spoznali pomen gibanja za zdravje. S tem širimo spoznanje, da je telesna aktivnost način življenja in da z njo ustvarjamo pogoje za zdravo in vedro preživljanje prostega časa v tretjem življenjskem obdobju. To nam nudi tudi obilo užitkov pri športni vadbi in na tekmovanjih. Sodelovanje v športnih aktivnostih je tudi priložnost, da se člani med seboj bolje spoznajo, sklenejo nova poznanstva in kvalitetno preživijo svoj čas.

Sodelovanje s Športno zvezo Novo mesto - nameni in cilji delovanja:

- spodbujanje in dogovarjanje o vseh za šport pomembnih vprašanjih,
- razvijanje množičnosti, zlasti na področju športa in rekreacije starejših občanov za ohranjanje in krepitev zdravja, ter navajanje na smotno in aktivno izrabljanje prostega časa.

Sodelovanje z Zavodom Novo mesto in udeležba na 64. delavskih športnih igrah

- zagotavljanje terminov za vadbo oz. treninge naših športnikov v vseh disciplinah, kjer je to potrebno,
- skrb za uveljavljanje tekmovalnih sistemov, ki spodbujajo razvoj in omogočajo doseganje zadovoljivih športnih rezultatov,
- sodelovanje v vseh športnih disciplinah, ki omogočajo enakopravno udeležbo glede na starostno skupino vseh sodelujočih,
- tekmovanje poteka po programu in pravilih, ki jih izdela in ponudi Zavod Novo mesto
- v letu 2023 so se naši člani ekipno uvrstili na 5. mesto in kot edini upokojenci tekmovali z mlajšimi ekipami zaposlenih.

PZDU tekmovanja

- sodelovanje na razpisanih tekmovanjih v vseh disciplinah po programu športne dejavnosti PZDU
- vodje tekmovalnih skupin v PZDU tekmovanjih morajo zagotoviti pripravo in treninge za uspešno zastopanje našega društva. Doseženi rezultati (prvo mesto) so neposredna pravica za udeležbo na državnem prvenstvu
- v letu 2023 so se naši člani ekipno uvrstili na 6. mesto in se veselijo nastopov v prihodnjem letu.

ZDUS tekmovanja

- v letu 2023 so člani tekmovali na dveh državnih prvenstvih.

Ostale sekcije sodelujejo s sosednjimi društvi za izmenjavo izkušenj in prijateljsko druženje.

Poskušamo ozavestiti naše člane o pomembnosti gibalne kulture z organizacijo korektivne telovadbe za vse člane našega društva.

Ugodnosti na področju športa

- za vadbo članov društvo najema prostore v SD Gorjanci, OŠ Stopiče, OŠ Bršljin, OŠ Mali Slatnik, na Kegljaškem društvu Krka, v Teniškem klubu Portovald, Društvu slepih in slabovidnih Irča vas in ŠC Košenice.

Člane vabimo, da nam posredujejo svoje predloge in pobude pa tudi pripombe, saj želimo s programi zadovoljiti čim večje število članov. Na vse dejavnosti, ki so navedene, se lahko prijavite v tajništvo društva.

Če nam boste zaupali elektronske naslove, na katere vas lahko obveščamo o vseh aktivnostih, bomo to z veseljem storili. Spremljajte tudi našo spletno stran **www.upokojenci-nm.si**.



NE POZABITE!

I % dohodnine lahko podarite tudi Društvu upokojencev Novo mesto.

Leta 2014 je Društvo upokojencev Novo mesto pridobilo status humanitarnega društva. Če svojega I % dohodnine niste namenili še nikomur ali pa ste se odločili, da ga od sedaj namenite nam, bomo vašega prispevka izredno veseli. Odločitev vas v ničemer finančno ne obremeni, ta znesek gre po vaši odločitvi društvu in ne v proračun države. Izjavo o namenu dobite v tajništvo društva. Izpolnjena lahko prinesete v tajništvo društva ali pošljete na Finančni urad Novo mesto, p. p. 380.

DELOVNI ČAS PISARNE DRUŠTEV

V pisarni društva smo članom na voljo vsak **ponedeljek, sredo in petek med 8. in 12. uro**. Lahko nas pokličete na telefonski številki 07/30-21-240 ali 041/717-031 ali nam pišete na elektronski naslov upokojenci@t-2.net.

Športne dejavnosti	Vodja in telefonska številka	Termin vadbe	
šah	Edo Lubej, tel 070 755 843	vsak torek ob 9. uri v prostorih društva	
petanka ženske petanka moški	Marija Golob, tel. 070 701 764 Janez Matoh, tel. 041 252 401	po dogovoru po dogovoru	
pikado ženske pikado moški	Slavka Rifelj, tel. 031 276 249 Polde Nemanič, tel. 031 639 475	ženske vsak torek ob 16. uri pozimi in 17. uri poleti v prostorih društva moški vsako sredo ob 17. uri pozimi in 18. uri poleti v prostorih društva	
streljanje ženske streljanje moški	Lidija Fabian, tel. 041 476 285 Lojze Gradišar, tel. 031 221 268	vsak torek od 9. do 11. ure v zaklonišču na Jerebovi ulici	
balinanje ženske balinanje moški	Slavka Rifelj, tel. 031 276 249 Janez Matoh, tel. 041 252 401	ženske ob ponedeljkih od 8. do 9.30. ure na balinišču Drska, moški ob torkih in četrtek ob 17. uri na balinišču Drska	
kegljanje (na vrvici) ženske kegljanje (na vrvici) moški	Nikolič Katica, tel. 031 385 455 Alojz Kebelj, tel. 031 383 857	vsak ponedeljek in petek od 9. do 11. ure na kegljišču Portoval (na vrvici): moški ob torkih in četrtek od 9. do 11. ure ter ženske ob ponedeljkih od 10.30 do 12. ure v Medobčinskem društvu slepih in slabovidnih v Irči vasi, Novo mesto	
namizni tenis ženske	Martina Hribar, tel. 041 977 105	v Namiznoteniškem klubu Krka v Drgančevju vsak petek od 19.30 do 21.00;	
tenis ženske tenis moški	Mia Zupanc, tel. 041 235 756 Brane Krošelj, tel. 041 582 999	na Portovaldu, v času od 15.10.2022 do 30.4.2023 ob sredah med 11.30 in 13.30. uro	
tek ženske in moški	Martin Kužnik, tel. 040 288 360	individualno	
veslanje (rafting) ženske veslanje (rafting) moški	Marija Golob, tel. 070 701 764 Ljubo Murn, tel. 041 760 744	po dogovoru	
smučanje ženske in moški	Jože Ravbar, tel. 041 738 309	individualno	
smučarski tek ženske in moški	Martin Kužnik, tel. 040 288 360	individualno	
kolesarjenje ženske kolesarjenje moški	Rafko Križman, 031 333 533	individualno	
športni ribolov moški	Janez Gregorčič, tel. 040 322 792	individualno	
plavanje ženske in moški	Toni Špringer, tel. 041 738 371	po dogovoru	
badminton ženske badminton moški	Julijana Novak, tel. 040 844 307 David Keber, tel. 031 715 539	Šport klub Košenice, ob sredah med 18. in 19. uro	
korektivna telovadba	vodja	vadba	fizioterapevtka
OŠ Bršljin	Jelka Fajdiga, tel 031 458 805	vsak četrtek ob 17. in 18. uri	Majda Kralj
OŠ Podgrad	Rezika Turk, tel. 031 633 525	vsak ponedeljek ob 19. uri	Slavka Jeriček
Klub društva na Čitalniški 1	Urška Derganc, tel. 040 330 483	vsak ponedeljek ob 17. in 18. uri	Urška Derganc, del. terapevtka