

# ZELVAK

**TEMA  
MESECA:**

PE Škofja Loka

**ZDRAVJE:**

Sprostimo  
napetost v  
hrbtenici

**ŠPORT:**

Ekskurzija v  
Avstriji

Kdo je bila Alma Sodnik

Slavnostni koncert v Kočevju

Letni piknik varstveno delovnega centra

# UVODNIK

Čas hitro beži in jesen je že prikorakala k nam s svojimi zlatimi barvami in deževnimi dnevi, jaz pa sem še vedno pod vtisom selitve, gradnje podzemnih in nadzemnih parkirišč, delavnic in vsega ostalega.

Ampak vse to je že mimo in z veseljem vam sporočam, da smo prejeli Uporabno dovoljenje za obrtno poslovni objekt na Ulici Alme Sodnik 6, kar verjetno nekateri že veste. Še enkrat bi se vsakemu od vas rada zahvalila za potrpljenje in sodelovanje od selitve do pridobitve uporabnega dovoljenja. Vem, da so bili gradbeniki večkrat moteči za delovne procese, ampak drugače ni šlo.

Poleg novice o prejemu uporabnega dovoljenja bi vam rada sporočila tudi novico, da je naše podjetje prejelo Certifikat kolektivne blagovne in storitvene znamke »Invalidsko podjetje« in se s tem pridružilo še ostalim invalidskim podjetjem, ki jo že uporabljajo.

Prav tako smo uspešno prestali kontrolno presojo za pridobitev certifikata ISO. S skupnimi močmi smo zadostili vsem zahtevam ISO standarda kakovosti. Ob tem smo prejeli več pohval in ena od njih se navezuje na vzdušje, ki vlada v našem kolektivu. To je gotovo izredna pohvala vsem nam in naj nam bo v vzpodbudo za nadaljnje delo.

**KOT ZADNJE PA BI VAS RADA POVABILA NA TEŽKO PRIČAKOVANO OTVORITEV NOVIH PROSTOROV V LJUBLJANI, KI BO 23.10.2015 OB 12.30 URI. ZELO BOM VESELA, ČE PRIDETE VSI, KI VAM SLUŽBENE OBVEZNOSTI TO DOPUŠČAJO.**

Ponosna sem na to kar smo zgradili, zato se veselim našega snidenja na otvoritvi, kjer bomo skupaj nazdravili in se poveselili.

*Direktorica Mira Potokar, mag. posl. ved*



# Vabilo

na otvoritev novih poslovnih prostorov podjetja Želva d.o.o.

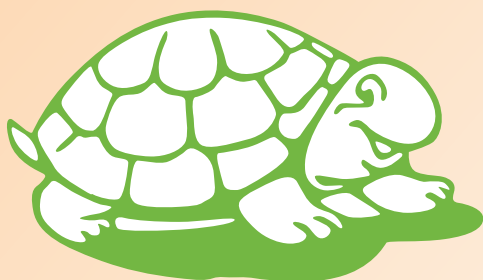
23. oktober 2015 ob 12.30 uri,  
na Ulici Alme Sodnik 6, Ljubljana

Slavnostni otvoritelj:  
Zoran Jankovič, župan MOL

Po uradnem odprtju vas vabimo na manjšo pogostitev.

*Mira Potokar*  
Mira Potokar, mag. posl. ved  
Direktorica

## KOLOFON



### ŽELVAK

Letnik 1, št. 7, oktober 2015

Interno glasilo družbe Želva d.o.o., Ulica Alme Sodnik 6, 1000 Ljubljana

Telefon: 01 280 33 00, e-pošta: info@zelva.si, www.zelva.si

**Ilustrator naslovnice:** Izidor Fiegl

**Oblikovanje in prelom:** Patricija Kastelic

**Uredništvo:** Tina Ponikvar, Kosana Jarec, Silvana Lešnjek

# NOVA POSLOVNA STAVBA

## PESEM: NOVA HIŠA

Leta so tekla in gradnja je stekla.  
Na robu mesta zrasla je naša hiša.  
Julija smo se preselili, mnogo dela smo imeli,  
kljub temu se selitve veselili.

Pred hišo so parkirišča in še marsikaj,  
kar je potrebno, spomladi pa še rože  
v prelepih posodah in drevje, da hiša bo gospa.  
Fantje so garali, na vročini so trpeli, ko so nas selili.  
Mnogo dela so imeli, za vse so poskrbeli.

Z roko v roki na delo hitimo, se kaj pogovorimo,  
Se sestankov udeležimo in po končanem delu  
hišo zapustimo.

Želva na pročelju je včasih tiho zadržana v minule čase.  
Lepa, sama kakor tigrice, od daleč vidna,  
igriva a ne prava. Vsakič nas pozdravi,  
saj vesela je, da velika smo družina,  
Srečni skupaj vsi !

*Avtorici besedila: Tina Prašnikar in Ana Pirc*

## KDO JE BILA ALMA SODNIK?



**NAŠA NOVA STAVBA V LJUBLJANI SE NAHAJA NA ULICI ALME SODNIK IN KER SE NAS JE VELIKO SPRAŠEVALO, KDO JE PRAVZAPRAV BILA TA ŽENSKA, SMO POIZVEDELI PO KOMU JE ULICA DOBILA IME.**

Alma Sodnik se je rodila 23. marca 1896 v Ljubljani. Bila je zelo spoštovana profesorica filozofije na ljubljanski univerzi in je postavila temelje in standarde raziskovanja zgodovine filozofije. Bila je tudi prva doktorica filozofije na ljubljanski univerzi, ena prvih univerzitetnih profesorice in prva dekanja.

Leta 1924 je izdala brošuro Smernice za vzgojo deklet, v kateri je premišljevala o položaju ženske v sodobni

družbi. Menila je, da mesto žensk ni samo v materinstvu in gospodinjstvu in poudarjala, da moramo ženske doseči politično enakopravnost.

Kot pravijo njeni študentje, je bila Alma izredno razumevajoča učiteljica, ki se ni nikoli razjezila in je znala vljudno povedati svoje stališče, kot npr. z besedami: »O tem naj odloča citat in mesto, kjer je.«

Njeno delo na področju slovenske filozofije ostaja trajni znanstveni dosežek prvovrstne kakovosti, ki ga ne more obiti noben raziskovalec tega področja. Kot zanimivost naj še dodamo, da ima Ljubljana po zadnjem štetju 1.623 ulic in cest. Polovica jih je poimenovanih po pomembnih in zaslužnih moških in le 48 po znanih Slovenkah. Od teh jih tri četrt nosi ime po borkah NOB, zgolj ducat pa je takih, ki označujejo spomin na delo in življenje kulturnic, umetnic in znanstvenic, med katere sodi tudi Alma Sodnik.

*Tina Ponikvar  
(vir: www.lublana.si)*

## KADROVSKE NOVICE

### Jubilanti

V mesecu septembru je 5. jubilej v našem podjetju obeležil Miha Jenko, Matjaž Vončina pa je pri nas zaposlen že 10 let.

### Novice

Podjetje Želva d.o.o. je s strani Zavoda invalidskih podjetij Slovenije prejelo Certifikat kolektivne blagovne in storitvene znamke »Invalidsko podjetje«.

# TEMA MESECA

## POSLOVNA ENOTA PODJETJA ŽELVA D.O.O. V ŠKOFJI LOKI

Poslovna enota podjetja Želva d.o.o. v Škofji Loki je začela s svojim delovanjem v oktobru 2000. Tu izvajamo komunalno vrtnarske storitve in storitve poklicne rehabilitacije. V njej zaposlujemo predvsem osebe, ki želijo delati v odprtem okolju parkov, vrtov, otroških in športnih igrišč in okolici zgodovinsko kulturnih spomenikov. Naš največji naročnik je Občina Škofja Loka, urejamo pa tudi okolico večjih podjetij na Škofjeloškem in se trudimo ustreči čim večjemu številu individualnih naročnikom.

V zimskem času nudimo tudi storitve zimske službe. Znanje in spretnosti komunalno vrtnarskega programa si invalidi pridobijo preko usposabljanja in izobraževanja v naši organizacijski enoti, posledično pa si lahko pridobijo tudi redno zaposlitev. V sezonskem času so vključeni v delovne aktivnosti na področju komunalno vrtnarskih storitev tudi invalidi iz socialne vključenosti, predvsem tisti, ki jih privlači dinamično in raznoliko delo, ob katerem razvijajo svoje motorične sposobnosti in vztrajnostne navade.

**V PETNAJSTIH LETIH SMO S KVALITETNIM DELOM IN ZAVZETOSTJO USPELI PREPRIČATI TUDI NAJZAHTEVNEJŠE NAROČNIKE.**

Sodobna, okolju prijazna mehanizacija zagotavlja podjetju uspešno pot k dosegu zastavljenega cilja. Naš cilj je kvalitetno in enakovredno nastopati na trgu komunalno vrtnarskih storitev z ostalimi ponudniki in s pridobivanjem novih naročnikov ustvariti nova delovna mesta za osebe s statusom invalida.



## INTERVJU S HUSEINOM ČAUŠEVIČEM

**PROSIM, ČE NAM LAHKO PREDSTAVIŠ SVOJE DELOVNO MESTO V NAŠEM PODJETJU?**

V Želvi v Škofji Loki delam že osmo leto kot skupinovodja.

**KAJ TI JE NAJBOLJ VŠEČ PRI TVOJEM DELU?**

Všeč mi je razgibano in raznoliko delo ter delo s skupino, tako da mi ni nikoli dolgčas.

**NA KAKŠEN NAČIN MOTIVIRAŠ SVOJO DELOVNO SKUPINO, DA USPEŠNO OPRAVI SVOJE DELO?**

Vsako jutro, ko pridem v službo imam s sodelavci sestanek, na katerem določimo razpored dela za ta dan. Skupini predstavim delovne naloge razumljivo in natančno, včasih tudi na humoren način. Cenim člane svoje delovne skupine, ki svoje delo opravljajo dosledno, natančno, uspešno in kvalitetno.

**KAKO PREŽIVLJAŠ SVOJ PROSTI ČAS?**

Najvišja vrednota v mojem življenju je moja družina. Radi imamo življenje v naravi, sprehajamo se po travnikih, gozdovih, hodimo v hribe in opazujemo spremembe narave v vseh letnih časih. Opazujemo prelesto pajkovo mrežo, prepredeno z jutranjo roso, poslušamo petje ptic in prisluhnemo glasovom gozda. Nanizal sem samo nekaj impresij, ki jih doživim v naravi, da bodo bralci razumeli, zakaj jo imam rad.

Sem tudi strasten gobar. Ko pride čas gobarjenja, koristim svoj letni dopust in nabiram številne vrste gob. Sem tudi športnik in sem aktivno balinal za Balinarsko športno društvo Škofja Loka 1000. Sedaj balinam rekreativno.



*Pogovarjala sva se Husein Čaušević in Kosana Jarec*

## LETNI PIKNIK VARSTVENO DELOVNEGA CENTRA



Poleg pestrega program so za goste pripravili še kosilo, srečelov, ples, druženje ob prijetni glasbi in prodajno stojnico z izdelki lastnega programa.

Uporabniki so z odličnim nastopom pokazali navzočim svoje kreativne spretnosti.

*Kosana Jarec*

**TRADICIONALNO DRUŽABNO SREČANJE UPORABNIKOV, STARŠEV, SKRBNIKOV, SORODNIKOV IN ZAPOSLENIH JE BILO ORGANIZIRANO 12.09.2015 V REKREACIJSKEM CENTRU MOSTEC V LJUBLJANI. ODZIV JE BIL ŠTEVILČEN IN JE PRESEGEL PRIČAKOVANJA, SAJ SE GA JE UDELEŽILO 166 OSEB.**

Goste je uvodoma pozdravila mag. Jasna Kofol, vodja Varstveno delovnega centra in bivalnih enot. Uporabniki so jim predstavili zanimiv kulturni program, v katerem so sodelovali uporabniki iz vseh sedmih oddelkov varstveno delovnega centra. Na koncu kulturnega programa je nastopajočim čestitala direktorica gospa Mira Potokar, mag. posl. ved, in jih prijazno povabila, da nastopijo na prireditvi ob otvoritvi nove poslovne zgradbe podjetja na Ulici Alme Sodnik 6 v Ljubljani.



# IZOBRAŽEVANJE

## STROKOVNA ESKURZIJA V AVSTRIJI



**STROKOVNI DELAVCI VARSTVENO DELOVNEGA CENTRA ŽELVA SMO SE UDELEŽILI STROKOVNE ESKURZIJE V SOSEDNJI AVSTRIJI, KI JO JE ORGANIZIRALO PODJETJE FIRIS IMPERL D.O.O.. IN JE TRAJALA OD 02.09.2015 DO 03.09.2015.**

Prvi dan ekskurzije smo v mestu Gleisdorf obiskali ustanovo "Chance B", ki izvaja enega najbolj inovativnih programov varstva in asistence oseb s težavami v duševnem razvoju v Avstriji. V okviru Chance B razvijajo različne programe: od dela in zaposlovanja oseb z motnjo v duševnem razvoju, razne oblike dnevnega varstva in dela, spremljanje mladostnikov in podpora pri integraciji v poklicnem izobraževanju, podpora pri iskanju in ohranjanju ustreznega delovnega mesta, svetovanje družinam otrok z motnjo v duševnem razvoju, nudenje podpore pri iskanju in življenju v samostojnem stanovanju ipd.

Obisk je potekal v obliki predavanja in izmenjavi izkušenj ter praks. Po strokovnem programu smo se odpeljali mimo Linza do mesta Passau v Nemčiji, kjer smo si ogledali prečudovito staro mestno jedro z rezidenčno palačo, stolnico in mestno hišo, ki velja za eno od najslikovitejših nemških mest.

Naslednji dan smo v mestu Linz v Avstriji nadaljevali z drugim delom strokovnega programa. Obiskali smo

## USTVARJANJE V ŽELVI

Kvačkan šopek je nastal v VDC Nova Gorica. Rože kvačkamo iz raznobarnih preje, pri končnem oblikovanju pa uporabimo svojo domišljijo. Za kvačkanje rože je potrebno osnovno znanje kvačkanja, ki je za nas najboljša terapija za dušo.

Osebno zadovoljstvo je doseženo takrat, ko s pisano rožo, ki nikoli ne ovane, razveselimo prijatelja ali prijateljico.

*Alenka Colja*



Družbo FAB, ki izvaja vrsto sodobnih programov za osebe z motnjo v duševnem razvoju kot tudi težko zaposeljive osebe in emigrante.

Sprejela nas je mag. Maria Egger, v nadaljevanju pa tudi direktorica celotnega sistema FAB, mag. Silvia Kunz. Predstavili so nam programe za osebe z motnjo v duševnem razvoju, kot tudi za dolgotrajno brezposelne osebe, seznanili so nas z razvojnimi trendi na tem področju, predvsem z vidika programov. Obiskali smo prostore, kjer izvajajo programe in nam jih obenem še podrobneje razložili ter odgovarjali na naša vprašanja.

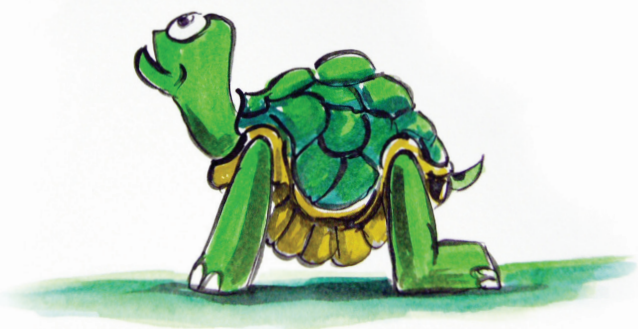
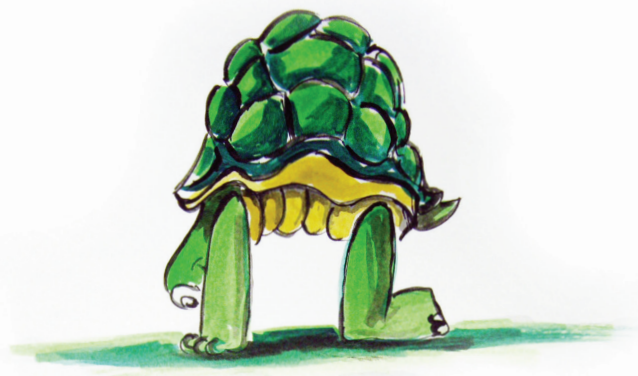
**TEMATSKO BOGATO IN ČASOVNO NATRUPANO ESKURZIJO SMO ZAKLJUČILI POLNI VTISOV IN Z NOVI MI IDEJAMI, KAKO BI VIDENO IN SLIŠANO UPORABILI V LOKALNEM OKOLJU IN PRI SVOJEM DELU.**

*Darja Jančar*



# PROMOCIJA ZDRAVJA

## SPROSTIMO NAPETOST V HRBTENICI



Togost in napetost v hrbtu poleg plavanja in hoje sproščajo tudi raztezne in sprostitvene vadbе. Navadno se jih lotevamo šele, ko začutimo bolečine ali ko se pojavijo že resnejše težave s hrbtenico. Vadba, ki je predstavljena, ne zahteva veliko časa niti napora. Vzemimo si vsaj pet minut na dan in sprostimo svoj hrbet.

- Postavimo se v položaj mačke.
- Hrbet izbočimo, glavo spustimo, kot prikazuje slika. Trebušne in hrbtne mišice so napete. V tem položaju izdihnemo.
- Vzdihnemo, hrbet vbočimo, glavo pa dvignemo navzgor.
- V vsakem položaju ostanemo nekaj sekund. Vadbo izvajamo počasi, z mehкими gibi. V začetku postopek ponavljamo 3 – 5 krat, kasneje tudi večkrat.

*Silvana Lešnjek*

## SLAVNOSTNI KONCERT V KOČEVJU

**DNE 24.9.2015 SO NA SLAVNOSTNEM KONCERTU MEŠANEGA PEVSKEGA ZBORA KOČEVJE V ŠEŠKOVEM DOMU V KOČEVJU NASTOPILO ČLANI PLESNE SKUPINE VARSTVENO DELOVNEGA PODJETJA ŽELVA.**

Na prijazno povabilo predsednice Društva upokojencev Kočevje, gospe Ane Kosten, je na letošnjem slavnostnem koncertu Mešanega pevskega zbora Kočevje nastopila plesna skupina Varstveno delovnega centra kot ena izmed gostov zbora.

Mešani pevski zbor društva je publiki predstavil bogat glasbeni repertoar, nastopili pa so še Folklorna skupina DU iz Raba in gledališka in plesna skupina



Društva upokojencev Kočevje. Med častnimi gosti sta bila župan občine Kočevje dr. Vladimir Prebilič in direktorica podjetja Želva d.o.o., gosa Mira Potokar, mag. posl. ved.

Nastop članov plesne skupine Želva lahko ocenimo kot enakovreden nastop ostalih nastopajočih, saj so bili nagrajeni z bučnim aplavzom gledalcev.

*Kosana Jarec*



# Ali ste vedeli?

Žabe imajo neprestano odprte oči, tudi ko spijo. Za njih so oči zelo pomemben organ, saj z njimi lahko istočasno gledajo naprej, vstran in gor, mežikanje pa jim pomaga prebavljati hrano.

# ISKRICE

Večino modrosti pogosto spremlja malo besed.

Sofoklej



## KRIŽANKA

	POMOČ: AGAR AGENDA STALO STEP	ZIMSKA PADAVINA	IMETJE, LASTNINA	MORILSKI NAPAD NA ZNANO OSEBNOST	DROG ULIČNE SVETILKE	ANJA RUPEL
	SPAČENA PRIKAZEN					
	URADNIK, KI OVERI PODPIS					
	..., TI, ON					
						AVTOR: MATJAŽ HLADNIK
						LEKARNA
	KONJU PODOBNA MITOLOŠKA ŽIVAL Z ROGOM	DNEVNIK, ZAPISNIK				
		KIKS, SPO- DRSLJAJ				
NEMŠKI AVTO, MERCEDES ...			AMERIŠKI JAZZ PLES			
			ŠTEVILO 100			
PRVO NARAVNO ŠTEVILO			STOJALO (KRAJŠE)			
			PEVEC NABER			
HRUP, TRUŠČ				ZMIKAVT		
				ZVONIMIR CIGLIČ		
KAMENJE ZA NASI- PANJE IN BETONI- RANJE					BOJAN EMERŠIČ	
					VILKO UKMAR	
NAŠE MESTO OB SORI, ŠKOFJA ...			SLABA ŠOLSKA OCENA, IZRAZ ZA ŽEBELJ			
ŽELATINA IZ MORSKIH ALG						

## Pregovor Meseca

Časa moč vse premore.

## MISEL MESECA

Biti pripravljen je veliko, znati čakati, je še več, toda izkoristiti pravi trenutek, je vse.

(Arthur Schnitzler)

### NAGRAJENCI:

1. nagrada (vrednostni bon 40€)

**DENIS ŽELEZNIK**

2. nagrada (Želvin izdelek)

**STOJAN JAVORNIK**

3. nagrada (Želvin izdelek)

**GREGOR VRZEL**

Rešitev križanke - geslo v sivem polju lahko pošljete na [info@zelva.si](mailto:info@zelva.si) ali pa ga napišite na kos papirja, skupaj s svojim imenom, priimkom in vašo telefonsko številko, ter nam ga pošljite v zaprti kuverti na naslov: **Želva d.o.o., za Želvaka, Ulica Alme Sodnik 6, 1000 Ljubljana.**

Nagrade lahko osebno prevzamete v Ljubljani, na Ulici Alme Sodnik, pri Tini Ponikvar v tajništvu. Lahko pa pokličite na številko 01/280 33 00 ali pišite na [info@zelva.si](mailto:info@zelva.si) in dogovorili se bomo za način prevzema.

## ŽELVA KOV NASVET

Bodi hvaležen vdanemu, a vdan hvaležnemu.

