



GD SORA najboljša med pobratenimi društvi

Koče, 10. junija so gasilci mesta ob Rinži proslavili 110. obletnico obstoja in delovanja gasilskega društva. Ob tej priložnosti so pripravili tekmovanje v gasilskih disciplinah in gasilsko-športnih veščinah, ki so se ga udeležile ekipe iz pobratenih GD Sora, Škofja Loka in Žabnice. V obeh disciplinah so bili najuspešnejši gasilci GS Sora.

Čestitamo, v želji, da bi tudi prihodnje leto ubranili 1. mesto, ko bodo tudi organizatorji pobratenih društev.

Viktor Dragoš

PRI „LAJNARJU“ DOBITE VSE

Enkratna ponudba rabljene akustike

STOP! Ko ste že na Drenikovi ulici, poiščite hišno številko 17, na kateri je izobešena tabla z napisom: LAJNAR. Za tem posrečnim imenom, ki spominja na staro ljudsko glasbilo lajno, stoji privatna komisijska trgovina rabljene akustike in zabavne elektronike ter tovrstni servis. Komaj vstopite in vas že pozdravi množstvo električnih in akustičnih kitar, bobni, klaviature, glasbeni stolpi, kasetofoni, magnetofoni.

nem sektorju (v Iskri) in imela zagotovljeno socialno varnost, a izplačalo se je,“ pravi Slavko Hudoklin. Po treh letih lahko rečeva, da sva dobila povrnjeno vse, kar sva vložila.

Pri Lajnarju so pred kratkim odprli tudi servis. V njem popravljajo vse akustične aparate. Slavko Hudoklin je povedal, da tudi brez težav ne gre. V servisu namreč pogosto nimajo rezervnih delov. Nabavljajo



ni, radiotranzistorji, kabli... vse, kar mladi glasbeniki in ne samo oni, rabijo za svoj hobby ali poklic v svetu glasbe.

Pred tremi leti sta si namreč Slavko HUDOKLIN, elektrotehnik in Tone KOŠMRLJ, dipl. elektroinženir, umislila komisijsko trgovino, v kateri bi prodajali glasbeno opremo, HI-FI naprave ter računalniško in video opremo. Rečeno, storjeno.

„Veliko tveganje je bilo to za nas, ker sva bila zaposlena v družbe-

jih tudi v tujini za drage devize. Kaže pa, da se bo tudi to uredilo.

Posebnost Lajnarjev je tudi izposojevanje ozvočenja za razne prireditve. Zato ne omahujte. Pokličite jih po telefonu na številko 556-702. Trgovina in servis pa sta odprta vsak dan od 9. do 12. ure in od 15. do 19. ure, ob sobotah od 9. do 12. ure.

Ivan Sučur

Območno tekmovanje članov DU Ljubljana-Notranjska končano

V okviru 13. območnega tekmovanja športnikov društva Ljubljana-Notranjska je uspešno zaključeno. V organizaciji Mestne zveze upokojencev Ljubljana in pod vodstvom predsednika komisije za šport in rekreacijo tov. Franca KUŠARJA, se je med seboj pomerilo: v kegljanju — 6 moških ekip in 4 ženske ekipe; v balinanju — 8 moških ekip in 5 ženskih ekip; v streljanju — 6 moških ekip in 1 ženska ekipa; v šahu — 5 moških ekip.

V kegljanju so bili Šiskarji tretji, ženske prve, v balinanju so bili moški prvi, ženske četrte, v streljanju moški peti, ženske prve, v šahu moški tretji.

V republiško tekmovanje so se iz Šiske uvrstili kegljači in kegljačice, v balinanju moški in v streljanju ženske.

Jože Jenič

ZDRAVSTVENI KOTIČEK

Navodilo kako boste oblekli otroka v poletnih mesecih

Zunaj je vroče in nam je vroče. Odložili smo tople obleke in se oblekli v kratke rokave. Če samo pomislimo na volnena oblačila, nas prične dušiti. Ni se nam težko odločiti, kaj bomo oblekli, da nam ne bo prevroče. Za mnoge matere pa je težko vprašanje: „Kaj obleči otroku?“ Vedno naj velja pravilo: **ČE JE VROČE VAM, JE VROČE TUDI OTROKU! OBLECITE GA KAKOR SEBE!** Volno spravite za jesen, enako tudi spodnje majice z dolgimi rokavi. Tudi sintetika ni primerna. Koža pod sintetiko ne diha in se takoj oznoji. Najprimernejša so oblačila iz bombaža in platna. Ob hladnejših večerih ali v deževnih dneh oblecite otroku čez kratke nogavičke dolge bombažne hlače in lahko jopico.

PREVEČ OBLEČEN IN OZNOJEN OTROK SE BO HITREJE PREHLADIL, KOT OTROK, KI JE PRIMERNO OBLEČEN IN IMA SUHO KOŽO!

Vsem „vročinskim“ izpuščajem se boste izognili s poletnim oblačilom in vsakodnevnimi kopelmi.

Teden upokojencev v Šiški v mesecu septembru

Kot vsako leto, bo Zveza društev upokojencev Ljubljana-Šiška tudi letos organizirala že tradicionalni 14. TEDEEN UPOKOJENCEV, ki bo v času od 11. 9. do 16. 9. 1989.

Program aktivnosti

Šport:

- 7. 9. 1989 ob 9. uri kegljanje na kegljišču v Medvodah
- 8. 9. 1989 ob 8. uri balinanje na balinišču Litostroj
- 9. 9. 1989 ob 10. uri kolesarjenje, zbirališče v Dravljah
- 9. 9. 1989 ob 10. uri ribarjenje ob Koseškem bajerju
- 11. 9. 1989 ob 9. uri streljanje na strelišču ob Drenikovi 32
- 12. 9. 1989 ob 9. uri šah v sejni sobi ZDU Keбетova 9
- 16. 9. 1989 ob 10. uri pohodi na Toško čelo, na Šmarno goro in na Rašico.

Razstave ročnih del bodo 11. in 12. 9. 1989 in sicer:

- v Keбетovi 9 (dvorana ZDU)
- Dom starejših občanov M. Draksler-Marjana
- DU Medvode
- DU Šentvid

DU bodo vršila obiske na domovih pri starejših in bolnih članih dne 12. 9. 1989.

Tradicionalno srečanje upokojencev Šiske bo dne 13. 9. 1989 v Mostecu s pričetkom ob 14. uri.

V dopoldanskem času bo organiziran razgovor med predstavniki družbenopolitičnih organizacij občine Šiška in ZDU občine Šiška. Razgovor bo dne 14. 9. 1989.

Gledališka predstava bo 15. 9. 1989 v Domu svobode v Šentvidu. 16. 9. 1989 bo s pohodi na Toško čelo, Šmarno goro in na Rašico zaključeno celotedensko praznovanje.

Pomoč starejšim občanom na domu

Živimo v času grozovitih sprememb na vseh področjih človekovega življenja. Za časa enega človeškega življenja se tako drastično spremenijo razmere in odnosi, v katerih človek živi in dela, da se jim težko prilagaja ne le človek kot posameznik, težko se jim prilagajajo tudi institucije preko katerih naj bi ljudje zadovoljevali svoje potrebe.

Ljudje, ki so dosegli tretje življenjsko obdobje, najbolj intenzivno doživljajo spremembe v svojem ožjem in širšem okolju. Takih ljudi, starih nad 65 let, je v občini ŠISKA 13.125.

Katero so te spremembe? — Zaradi napredka znanosti, predvsem medicinske in zvišanja življenjske ravni se pomembno **zvišuje tudi življenjska doba**. Leta 1971 je znašala povprečna življenjska doba za moške 59,9 let, za ženske pa 66,7 let, leta 1979 pa za moške 66,9, za ženske pa 74,8 let. Življenjska doba se bo že v našem obdobju izrazito povečala, daljša je za ženske napram moškim, kar za 8 let.

— Daljša življenjska doba pomeni tudi **porast števila starejših ljudi**. V letu 1980 je bilo v SR Sloveniji 13,7 % prebivalcev starejših od 60 let, leta 2000 pa bo njihovo število naraslo predvidoma že na 17,1 %.

— S porastom starejših prebivalcev se **veča tudi število starejših bolnikov**, kar je razumljivo. Določene bolezni v mnogo večjem obsegu nastajajo in potekajo v kasnejšem življenjskem obdobju, ko gre že za manjšo odpornost in manjšo adaptibilnost starejšega organizma ob procesih staranja.

Po podatkih iz raziskave zdravstvenega stanja starejših prebivalcev Ljubljane (Univerzitetni inštitut za gerontologijo, Interna klinika Trnovo 1987),

ugotavljajo 74,5 % tistih, ki jih po današnjih medicinskih kriterijih uvrščamo v skupino kroničnih bolnikov. Med bolniki so najpogostejši hipertonični (46,1 %), bolni na srcu (37,9 %), diabetiki (23,0 %), bolni na dihalih (18,3 %). Raziskava je bila izvedena med tistimi starostniki, ki živijo na svojih domovih.

Raziskave med starostniki so pokazale, da približno 16—20 % prebivalcev, ki so starejši od 60 let potrebuje različne oblike pomoči, da lahko žive samostojno.

— Tu se poraja nov problem: **spremenjena vloga družine oziroma porast zaposlenosti žensk**. V letu 1978 je bil delež zaposlenih žena 46,4 %, v letu 1986 pa 47,0 %. Po raziskavah okrog polovice starejših živi v takšni ali drugačni družinski ali gospodinski skupnosti, pomoč na domu jim nudijo svoji. Strah pred popolnim prehodom na nuklearno družino (starši, otroci) je do neke mere neutemeljen. Ob tem, ko ne moremo računati s popolnim razpadom razširjene družine, pa moramo vsekakor računati na njeno preobremenjenost in nastalo nujnost delitve njenih prvotnih funkcij med njo in družbo, ter novim vzorcem delovanja in obnašanja na tem področju.

Zavodsko oskrbo želi ali potrebuje okrog 5 % starejših ljudi, po evropskih standardih.

Pričujejoče socialne in demografske spremembe zahtevajo takšno socialno politiko, ki bo vsestransko upoštevala individualnost vsakega starega človeka in specifičnost njegovih socialnih potreb. Dolgoročni in osnovni cilj družbene skrbi za starega človeka je, da se ga čim dlje je mogoče zadržati v njegove

vem domačem okolju. Dejstvo je, da so stari ljudje vgradili del svojega življenja in dela v družbeni in ekonomski razvoj. Danes imajo pravico, družba pa dolžnost, da jim zagotavlja ustrezne življenjske pogoje. Varna in srečna starost je nedvomno najobčutljivejše vprašanje socialne varnosti človeka in družbene akcije, ki vključuje naslednje naloge in cilje:

- preprečevanje prehitrega staranja,
- vzdrževanje kvalitete življenja, kljub staranju in propadanju človeka,
- zagotavljanje ustreznih družbenih in strokovnih dejavnosti na tem področju.

Kako se pravzaprav izvaja organizirana skrb za starejše?

Na področju okorele in sprofesionalizirane socialne politike, se v zadnjih letih pojavljajo določene inovacije, ki do neke mere kompenzirajo pomanjkljivosti v družbeni skrbi za starejše, predvsem za tiste starostnike, ki preživljajo starost na svojih domovih in ki potrebujejo le majhno pozornost družbe, da si starost na domu podaljšajo.

Ta pomoč je dvojna: pomoč pri osnovni zdravstveni negi nudi patronažna služba pri zdravstvenih domovih, le ta ima že daljšo tradicijo. Druga oblika pomoči sega v starostnikovo ožje okolje: gospodinjstva pomoč in dostava hrane na dom.

V občini Šiška osrednji nosilec izvajanja programa družbeno organizirane pomoči starejšim Center za socialno delo, ki v zadnjem času uveljavlja tudi neformalne oblike pomoči (sosedska pomoč). Izredno pestro dejavnost in program za starostnike ima tudi

Dom starejših občanov Marija Draksler-Marjana, patronažna služba in organizacija Rdečega križa.

Na Centru za socialno delo je zaposlen socialni delavec tov. Janez KRALJ, ki je koordinator vseh oblik pomoči starejšim na domu. Tov. Kralj sprejema obvestila iz različnih virov o občanah, ki bi potrebovali pomoč na domu. Z obiskom na domu in z zbiranjem dodatnih informacij (svoji, sosed, KS, zdravstveni dom) ugotovi potrebo občana, glede na postavljene kriterije opredeli nujnost pomoči ter določi oblike pomoči in izvajalca. Naročilo za izvajanje pomoči preda izvajalcu in nato spremlja izvajanje pomoči. Glede na socialni položaj občana določi njegov prispevek k ekonomskim cenam storitev, ki jih nudi dom starejših občanov, v primerih, ko gre za posebne okoliščine, pa pripravi predlog za svet za varstvo odraslih. Poleg tega vodi koordinacijsko komisijo vseh izvajalcev pomoči starejšim občanom na domu v občini Šiška.

Dom starejših občanov Marija Draksler-Marjana ima poleg svoje osnovne dejavnosti, oskrba in nega starostnikov v domu, organizirano tudi zunanjo dejavnost, ki naj bi pokrivala potrebe tistih starostnikov, ki preživljajo starost na svojih domovih. Zunanja dejavnost Doma obsega:

- razvoz kosil na domove (trenutno razvažajo okrog 60 kosil dnevno),
- gospodinjstvo pomoč na domu. Redno gospodinjstvo pomoči že nekaj let opravlja prizadevna tovarišica Ramica Zlatka. Deluje pa tudi gospodinjstveni servis za občasna opravila v gospodinjstvu.

— dom nudi možnost prehranjevanja zunanjih abonementov v Domu,

— dnevno varstvo za tiste starejše občane, ki želijo priti v družbo ali ne morejo biti sami doma v času odsotnosti otrok in sivocev,

— pranje osebne in posteljne perila.

Starejši občani Šiske pa se lahko vključijo tudi v družabno življenje doma

— vsi, ki imajo veseleje do petja se lahko pridružijo pevskemu zboru ob četrtkih ob 15. uri.

— ob ponedeljkih in četrtkih ob 9. do 12. ure lahko v Domu pletejo, kvačkajo, izdelujejo makrameje...

— ob torkih in petkih ob 9. do 12. ure so družabne ure za šah, karte, domino itd.,

— bralna ura za slabovidne je vsako sredo ob 11. uri,

— vsak četrtek je odprta knjižnica ob 9. do 12. ure in od 13. do 14. ure,

— ambulanta Doma ponuja možnost rednega merjenja pritiska vsak četrtek ob 13. do 14. ure.

Rdeči križ občine Ljubljana-Šiška opravlja številne oblike prostovoljne dejavnosti za reševanje aktualne problematike ostarelih, invalidov in drugih občanov, ki so potrebni pomoči. V izvajanje teh aktivnosti so vključene vse starostne skupine aktivistov RK, med njimi je veliko mladih. V minulih letih je bilo v občini Ljubljana-Šiška usposobljenih preko 300 prostovoljcev za izvajanje socialnega dela, nego bolnikov na domu, ter za varstvo in delo s starejšimi. Aktivisti so usposobljeni do te mere, da so lahko v pomoč zdravstveni službi za opravljanje manj zahtev-

nih del pri negovalnem procesu. V KS Dravljah, Šentvid, Hinko Smrekar delujejo postaje RK. Aktivisti Rdečega križa sprejemajo in vodijo evidenco potreb posameznikov ali družin, ki potrebujejo katerokoli pomoč, ki jo lahko nudi RK v svoji postaji — pomoč v oblačilih, pomoč v obliki domače nege bolnika, občasno merjenje krvnega pritiska. V vseh KS občine Šiška delujejo socialnozdravstvene komisije, v katere so vključeni aktivisti RK.

Raziskave ugotavljajo, da ima starejša populacija veliko večje potrebe po teh oblikah pomoči, kot se jo izvaja. Največji problem ni organizacija in izvedba teh dejavnosti. Problem je kako odkriti in informirati starejše občane, ki so potrebni pomoči, o teh dejavnostih in pridobiti njihovo zaupanje.

Tu so ravno organizacije Rdečega križa, patronažna služba, zdravstveni domovi, krajevne skupnosti, društva upokojencev in hišni sveti, tisti dejavniki od katerih se pričakuje in katerih dolžnost je, da v svojih sredinah odkrijejo starostnike, ki potrebuje eno izmed teh oblik pomoči, da bi si podaljšali starost na svojem domu in ga pošljejo na pravi naslov.

Cilj teh inovacij na področju socialne politike je, da bi dvignili nivo kvalitete življenja starejših ljudi in da bi pomoč dobili res tisti, ki jo tudi najbolj potrebujejo.

Družbena zavest, ki sprejema staranje in starost kot del individualnega in družbenega življenja mora zavračati družbeno varstvo starejših kot karitativnost ali paternalizem, v njem bi morali videti humanizacijo in napredek družbe.