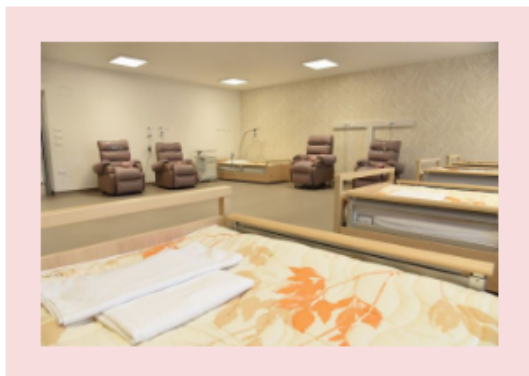


februar '23

Dnevni center za začasne nastanitve



V Novem mestu so ob praznovanju 43. rojstnega dne doma starejših občanov odprli dnevni center z začasnimi nastanitvami, ki je velika pridobitev za celo regijo. Kot je dejala direktorica doma Milena Dular, so jo simbolno poimenovali Ajda – po rastlini, ki dozori pozno v jeseni in je eno izmed najbolj hranilno bogatih živil, tako kot so v jeseni življenja polni

bogatih izkušenj in modrosti njihovi stanovalci in uporabniki. Opozorila pa je tudi, da se tudi v njihovem domu spopadajo s perečo kadrovsko podhranjenostjo. Skupaj s posledicami covida so razmere pripeljale do tega, da je v njihovem domu trenutno 315 stanovalcev (bilo jih je že 350). Dnevni center je povezan z domom, namenjen pa je starejšim, ki ne zmorejo več povsem sami živeti v domačem okolju ali pa si želijo aktivnega preživljanja prostega časa. Prostora je za 30 uporabnikov, ponudili pa jim bodo socialno in zdravstveno oskrbo. Dnevni center bo odprt od ponedeljka do petka od 7. do 16. ure. V prvem in drugem nadstropju Ajde je še 14 sob za 20 stanovalcev, ki potrebujejo začasno nastanitev. Namenjene so tistim, ki potrebujejo okrevanje po odhodu iz bolnišnice, ali pa bodo k njim prišli zato, ker svojci začasno ne morejo skrbeti zanje, tu bodo lahko bivali največ tri mesece. *(Besedilo in foto: Lidija Jež)*

O zgodovini babištva v Ljubljani

V avli Univerzitetnega kliničnega centra v Ljubljani je na ogled razstava o zgodovini babištva na Slovenskem. Razstavljenih je več predmetov, ki so jih pri svojem delu nekoč uporabljala babice, na primer torba z medicinskimi pripomočki in kolo, s katerim so hitele k porodnicam, ko so te še rojevale na domu. Formalno babiško izobraževanje se je za deželo Kranjsko po naročilu cesarice Marije Terezije sicer začelo v Ljubljani že pred 270 leti. Razstavo pa so odprli 23. januarja, na dan, ko so pred stotimi leti v Bolnico za ženske bolezni in porodništvo na sedanji Šlajmerjevi ulici (še vedno ji mnogi ljudje rečejo »stara porodnišnica«) začeli sprejemati prve porodnice in ginekološke bolnice. Leta 1950 so na vrtu porodnišnice zgradili babiško šolo z internatom, ki stoji še danes. Prostori v prvem nadstropju so bili namenjeni bivanju in spanju gojenk, spodaj pa so bile učilnice. Zadnje gojenke so štiriletno babiško šolo končale v letu 1984, tako je bilo prekinjeno izobraževanje, ki je trajalo od leta 1753. Babiško izobraževanje na višji stopnji se je začelo v letu 1996, prvič v zgodovini so se na študij babištva lahko vpisali tudi moški.

Najbolj inovativna slovenska živila



Inštitut za nutricionistiko je že deveto leto zapored razglasil najbolj inovativna slovenska živila. Med 79 predlogi se je 70 odstotkov izdelkov zaradi ugodne prehranske sestave uvrstilo v nadaljnjo obravnavo, kjer je komisija med drugim upoštevala še senzorično oceno, poreklo surovin in vidik obogatitve ponudbe v

posamezni kategoriji živil. Osem podjetij je prejelo nagrado za najbolj inovativna živila. Med pekovskimi izdelki sta bila to polnozrnatni kruh z lanom (Pekarna Grosuplje, Don Don) in droženi kruh s semeni (Spar Slovenija); med mlečnimi izdelki pa MU kefir (naravni, limona in vanilja) ter linija jogurtov EGO Proteini (Ljubljanske mlekarne) in jogurt s sirupom smrekovih vršičkov (Mlekarna Planika). Nagrajene so bile še bio testenine Biogetta pirine rožice z lanenimi semeni in pirini fuži z bučnimi semeni (Barbio's, d. o. o.) in ribje solate (Delamaris).

Nagradi za inovativnost v skupini predpripravljenih izdelkov sta prejela Mercator za izdelke linije Minute »Chef's choice«: obroki s črnim rižem, polnozrnatim kuskusom in fregolo, in Spar za Spar To Go: MVP skodelico s piščancem in Time Out skodelico. Podjetje Atlantic Droga Kolinska pa je prejelo posebno nagrado za inovativnost s področja trajnosti za linijo zelenjavnih namazov Argeta Veggie.

Starejši nujno potrebujejo varuha pravic

Društvo Srebrna nit v javnem pismu vlado in ministrstva ponovno poziva k ustanovitvi varuha pravic starejših. Starejši so najštevilčnejša ranljiva družbena skupina z največjim številom posameznic in posameznikov, ki so zaradi socialne izoliranosti, neinformiranosti in/ali pomanjkanja znanj in sposobnosti prikrajšani za mnoge dobrine in storitve, ki jim civilizacijsko in legalno pripadajo. Vendar poročila državnih institucij od inšpekcij, računskega sodišča do varuha človekovih pravic dokazujejo ali kažejo na diskriminacijo starejših. Ustanovitev ministrstva za solidarno prihodnost obeta izboljšanje položaja starejših kot ranljive skupine in kaže na večji posluš za njihove probleme in težave.

Vendar pa velik delež prebivalstva, ki je to državo gradil in vzdrževal, nima svojega zastopnika, imajo pa ga na primer športniki, so spomnili v Srebrni niti, prav tako pa v državi ni enotne točke, kamor bi se starejši lahko obrnili pri iskanju ustreznih informacij. Predlagajo, da bi varuh starejših deloval kot namestnik pri varuhu človekovih pravic.

Virtualna vadba s **Šolo zdravja**



Redna telovadba na svežem zraku pomaga k ohranitvi in izboljšanju zdravja, zato **društvo Šola zdravja** že nekaj let prireja brezplačne jutranje vadbe na prostem na različnih lokacijah po Sloveniji.

Omogočajo pa tudi brezplačno virtualno vodeno vadbo, ki je dobrodošla zlasti tistim, ki ne želijo v zimskem času telovaditi na prostem. Vse do 31. marca si lahko vsak delovni dan razgibate telo z enurno vodeno vadbo prek računalnika ali pametnega telefona. Telovadba je preprosta, vsak jo izvaja po svojih možnostih, začne se ob 8. uri. Povezavo najdete na <https://solazdravja.com>

V iskanju novih doživetij

Na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani bo **od 15. do 18. februarja** potekal že 33. sejem Alpe-Adria, sejem turizma, kampinga in karavaninga. Na njem boste dobili ideje za nova doživetja in pestro preživljanje prostega časa tako popotniki, izletniki in aktivni turisti kot tisti, ki počitnice združujete s kulturnimi doživetji, ter oni, ki se radi umirjate in sproščate ali pokušate lokalne dobrote. Seznanili se boste lahko tudi z virtualnimi doživetji in digitalizacijo, ki bodo krojili turizem prihodnosti.

Beseda leta 2022 je gasilec

Znanstvenoraziskovalni center Slovenske akademije znanosti in umetnosti je že sedmič zapored zbiral predloge za besedo, ki je v družbi najbolj zaznamovala preteklo leto. Prejeli so številne predloge, med katerimi je komisija izbrala finalistke: bot, draginja, energent, femicid, gasilec, povzemalnik, predator, predsednica, supervolilno leto, svoboda in vojna. Spletnega glasovanja se je udeležilo več kot štiri tisoč ljudi, ki so odločili, da je beseda leta 2022 postala *gasilec* (sledita ji svoboda in draginja), kretnja leta pa je *Vse je v naših rokah*. Najboljšo pesem leta, sestavljeno iz 11 finalnih besed, je napisal zamejski avtor Peter Verč. Naj spomnimo, da je bila za besedo leta 2021 izbrana kratica PCT.

Maškare se že zbirajo



Obhod kurentov spada na Unescov seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva in ptujsko kurentovanje je ena najbolj obiskanih pustnih prireditev pri nas. Največ dogodkov, ki potekajo po mestnih ulicah, se bo zvrstilo **od 11. do 21. februarja**. Omenjamo samo nekatere, na primer sobotno otvoritveno etno povorko s tradicionalnimi pustnimi liki ali Dan kurentov/korantov, ko se

bo 15. februarja popoldne na Mestnem trgu zbralo na stotine teh rogatih in pernatih mask. V nedeljo, 19. februarja, bo ob 13. uri krenila na pot mednarodna karnevalska povorka, naslednji dan bodo rajali otroci, v torek pa bodo pusta (veselo) pokopali. Vmes pa se lahko – v maski ali brez nje – udeležite še drugih prireditev ali katerega od številnih koncertov. Več na www.kurentovanje.net.

Eno od tradicionalnih pustovanj je tudi v Cerknici, kjer se bo Coprniško zmajevanje začelo že 14. februarja. Vrhunec bo doživelo s sobotno največjo otroško maškarado s coprnicami, Butalci in drugimi gosti, na pustno nedeljo, **19. februarja**, pa se bo točno okoli 12.32 začela velika povorka po ulicah Cerknice. Več preberite na: <https://pust.si/>.

Anita Žmahar