



## Pomen in izzivi prostovoljstva v naši občini

Vprašanja postavil: dr. Jernej Kotar

**Normalnega delovanja družbe si ne moremo predstavljati brez predanih prostovoljcev, ki svoj prosti čas namenjajo za skupno dobro, ne da bi za opravljeno delo pričakovali denarno plačilo. Pomena prostovoljstva se dobro zavedajo tako na državni kot tudi na lokalni ravni, zato na različne načine ljudi že od malih nog spodbujajo k temu plemenitemu delu.**



Ančka Ulčar

Tudi med nami živi veliko posameznikov, ki del svojega prostega časa z veseljem namenijo sočloveku ali pa enemu od šte-

vilnih društev, in ena takšnih je tudi gospa Ančka Ulčar iz Šmartnega pri Litiji.

Gospa Ulčar, v imenu uredništva se vam najlepše zahvaljujem, da se ste tako prijazno odzvali našemu povabilu na pogovor. Zlasti starejši občani vas večinoma zelo dobro poznajo, saj ste aktivni v več društvih, ampak naj za začetek ne bo odveč vaša kratka predstavitev.

Rojena sem bila v Štangarskih Poljanah in otroška leta preživljala na mali kmetiji. V osnovno šolo sem hodila do četrtega razreda v Veliko Štango, nato sem šolo nadaljevala v nižji gimnaziji v Litiji. Do 16. leta sem bila doma, avgusta 1957 pa sem se zaposlila v takratni Tovarni usnja Šmartno in dočakala pokojnino.

**Kot smo že omenili, ste aktivni kot prostovoljka in članica več lokalnih društev. Ste bili morda družbeno dejavni že pred upokojitvijo ali ste čas za raznovrstne hobije našli šele po tem?**

Upokojila sem se leta 1991, v Mešani pevski zbor Zvon sem se včlanila leta 1985, to se pravi, da sem bila že aktivna pred

upokojitvijo. Takrat je Zvon začel z zborom v mešani sestavi, povabili so me za blagajničarko, kar sem še danes.

**Društvo upokojencev Šmartno gotovo sodi med dejavnejša društva v naši občini. Kdaj ste se mu pridružili in kaj vas je pri njem najbolj pritegnilo?**

Po osamosvojitvi Slovenije sem delala v Krajevni skupnosti Šmartno, ki je imela sedež v istih prostorih kot Društvo upokojencev. Ker je bila krajevna skupnost ob ustanovitvi občine v Šmartnem ukinjena, so me člani UO Društva upokojencev povabili v njihov odbor. Kljub obilici dela doma in v vinogradu sem bila rada med ljudmi, tudi izletov sem se rada udeleževala, saj v času službe ni bilo časa za izlete.

**Pred več kot desetletjem je v Šmartnem z delovanjem pričela tudi Šola zdravja, ki vsak teden izvaja telovadbo na prostem. Nam lahko podrobneje predstavite delo skupine?**

Res je, v Šmartnem smo pričeli z delovanjem telovadbe Šola zdravja 12. avgusta 2011. Imenuje se Telovadna skupina Purgrt Šole zdravja Domžale. Telovadimo od ponedeljka do petka vsak dan (razen praznikov) ob pol osmih zjutraj, pozimi in poleti na malem šolskem igrišču (za strelskim domom ob šoli). Telovadbo vodijo usposobljene članice pri avtorju tega programa dr. Grishinu, ki so prejele tudi potrdilo o usposabljanju. Na začetku delovanja skupine nas je dr. Grishin nekajkrat obiskal ob obletnicah. Sedaj je v Sloveniji že 273 skupin in 4410 vključenih oseb in njegov obisk ne pride več v poštev. Sedaj so

organizirana druga srečanja in družabna rekreativna izobraževanja. Trenutno je v maju organizirano družabno rekreativno izobraževanje v Veržeju, na katerem sodeluje profesor športne vzgoje in vodi program. Pri telovadbi gre poleg razgibavanja in vaj, ki pripomorejo k boljšemu zdravju, tudi za druženje, prijateljske vezi, ki se med nami ustvarjajo skozi vsa leta, saj se pogovarjamo, izmenjavamo življenjske izkušnje in pripovedujemo dogodke. Zjutraj za začetek velikokrat izvemo kakšen dober vic, proslavljamo rojstne dneve, ob novem letu organiziramo tudi skupno kavico ali kosilo. Včasih organiziramo tudi izlet. V letu 2022 je bila skupina v Mariboru in na Pohorju.

**Bi si želeli, da bi se vam pridružilo še več občank in občanov?**

Vsekakor je želja, da se nam pridruži še več občank in občanov, da sami ugotovijo, kako na dobro počutje vplivata svež zrak in jutranja telovadba. Vabljeni!

**Skupina Šola zdravja je ob deseti obletnici delovanja prejela priznanje Občine Šmartno pri Litiji. Ali sodelujete tudi s katero od lokalnih ustanov?**

Priznanja Občine Šmartno smo bili zelo veseli in obenem presenečeni, da smo v kraju sploh opaženi. Najlepša hvala za priznanje. Sicer pa, naša skupina že kar nekaj let sodeluje z Domom starejših občanov Tisje.

**Že v uvodu smo omenili vaše prostovoljno delo. Nam lahko zaupate, kaj vse ste do sedaj postorili kot prostovoljka?**

Pri pevskem društvu Zvon sem članica UO

od leta 1984 in vse do danes. Opravljam finančna dela – bilance – vodim razne evidence, skrbim za nabavo za koncerte itd. Pri Društvu upokojencev Šmartno sem članica UO od leta 2003. Imela sem razne zadolžitve, trenutno vodim evidenco članov, sodelujem pri organizaciji izletov itd. Od leta 2011 vodim Telovadno skupino Pungrt, ki spada pod društvo Šola zdravja Domžale. V letu 2021 je praznovala že 10. obletnico (zaradi covida praznovanje v letu 2022). Poleg vodenja skupine je potrebno interno skrbeti za razne podatke za matično društvo, da jih potem vključujejo v skupni obrazec, na primer za občni zbor itd. Opravljala sem tudi razne prevoze k zdravniku v Litijo, Ljubljano ali Trbovlje.

**Prostovoljstvo je temelj vsake družbe, saj brez njega marsikaj ne bi delovalo tako, kot mora, to smo nenazadnje spoznali ob pandemiji covida-19. Pomembno je še zlasti na lokalni ravni, saj večina društev temelji na prostovoljnem delu članov, poleg tega pa med nami živi veliko starejših, ki bi brez pomoči drugih le težko opravili določene storitve, kot je obisk zdravnika ipd. Občina se je zato že pred časom pridružila projektu Sopotniki. Kako bi vi ocenili stanje prostovoljstva v naših krajih?**

Mislím, da je Sopotnik dobra zadeva, vendar je problem v tem, da bo Sopotnik vsak čas premalo. Od začetka si marsikdo ni upal poklicati, da rabi prevoz. Sedaj so se ljudje navadili in bo potreba večja. Pri Sopotniku je še problem, da ne pelje v Ljubljano ali Trbovlje. Tudi o tem bo potrebno razmisliti.

**Ali menite, da Občina dovolj podpira prostovoljstvo?**

Ne vem, morda je na tem področju še premalo narejenega. Trenutno je vzpostavljena info točka, ki jo organizira Zavod ORELI iz Kamnika. To je informacijski center za starejše v povezavi z Občino Litija. V Šmartnem že deluje ob sredah od 11. do 12. ure v prostorih Društva upokojencev na Staretovem trgu 25. V tem času je prisotna dežurna koordinatorka Mili Medved ali Milena Mrzel, ki bo odgovarjala na vprašanja starejših po telefonu ali ob osebni obisku. To je sedaj šele začetek.

**Velikokrat lahko slišimo, da je prostovoljstvo v krizi, saj imamo ljudje vse manj časa, ki bi ga lahko namenili bližnjemu, razrašča se tudi egoizem. Se strinjate s to trditvijo?**

Se strinjam.

**V zadnjih letih so mnogi prepoznali vaš dragocen doprinos k razvoju lokalne skupnosti, saj ste prejeli kar nekaj priznanj. Na katera ste najbolj ponosni?**

Nisem človek, ki bi bila rada v središču pozornosti, vendar, če me že vprašate, priznam, da je plaketa Državnega sveta nekaj posebnega. Zahvaljujem se predlagateljici gospe Mariji Celestina.

**Gospa Ulčar, še enkrat najlepša hvala za prijeten klepet. V imenu uredništva vam želim obilo zdravja in uspešno delo tudi v prihodnje.**

Hvala za povabilo!