



# OD TU IN TAM

E-NOVICE

ŠTEVILKA 6

LETO I

DECEMBER 2010

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE PRI DRUŠTVU UPOKOJENCEV ŠKOFJA LOKA

## VSEBINA

Čaj ob petih	2	Uradne ure UTŽO	5
Čebelice	2	Klekljanje	5
Vabilo na čaj	3	Prodajna razstava	6
Projekt: Mreža		Planinci	6
izobraževanja starejših	3	Vrelec	6
Mi o sebi	3	Odmevi	7
Galerija Hodnik	4	Naše vprašanje	7
Vibracijska medicina	4	E-učenje	7
Kulturni mediatorji	5	Uporabni portali	7
Prijavite se	5		

Leto 2010 se izteka in pred vami so še zadnje letošnje novice

## VOŠČILNICA



**OD TU:****ČAJ OB PETIH****ČEBELICE***Nadja Podgoršek*

Člani Univerze za tretje življenjsko obdobje se z velikim veseljem udeležujemo srečanj na »Čaju ob petih«. Na našem drugem jesenskem srečanju smo se zbrali v Čebelarskem domu v Brodeh. Udeležba je bila presenetljivo številčna in tokrat smo z veseljem ugotovili, da je prišlo tudi kar nekaj moških članov, ki so žal na takih in podobnih predavanjih zelo redki.

V novem čebelarskem domu, ki so ga 19. junija 2010 uradno odprli in predali svojemu namenu, imajo odlične pogoje za svojo dejavnost in tudi za izobraževanje. Za dobrodošlico nam je predsednik društva Marijan Novak ponudil kozarček izvrstnega medenega likerja. Potem pa nas je povabil v dobro tehnično opremljeno predavalnico, kjer smo se seznanili z zgodovino čebelarskega društva. Predsednik Marjan Novak in Robert Kastelic, ki je eden najmlajših članov društva, sta nam predstavila slovensko čebelo, zgodovinski razvoj čebelarstva, razne vrste čebeljih panjev, tehniko pridobivanja medu in ostalih čebeljih pridelkov, razvoj čebeljega zaroda, člane čebelje družine in še vse polno dragocenih podatkov. Tako smo se vsaj malo seznanili z dragoceno čebelico, ki jo zagotovo ljudje premalo poznamo in premalo cenimo njen pomen za obstoj narave.

Dobili smo tudi odgovore na mnoga vprašanja. Pokazali so nam prostore, v katerih imajo vse naprave za pridobivanje medu. Ogledali smo si razstavljen stare in nove pripomočke. Za konec pa smo se

ustavili še v trgovinici, kjer smo lahko kupili vse mogoče čebelje dobrote: razne vrste medu, propolis, cvetni prah, medene napitke in druge dobrote.

Obisk nas je resnično navdušil in prepričana sem, da bodo mnogi naši člani tudi v prihodnje radi obiskovali njihovo trgovinico, ki nudi res prvovrstne čebelje pridelke. Po tej predstavitvi bomo znali še bolj ceniti delo pridnih čebelic, ki neutrudno skrbijo za našo naravo, kajti brez njih bi tudi življenje na Zemlji verjetno ugasnilo.

V novem letu 2011 pa jim želimo še mnogo uspehov pri vzgoji novih čebeljih družin.

Internet: [www.loski.cebelarji.si](http://www.loski.cebelarji.si)



V Brode smo se pripeljali z osebnimi avtomobili. Vozniki so sami ponudili prevoz, tako da so bili avtomobili polno zasedeni.



Medeni liker nam je zares teknil



Vedno se trudimo izpolniti načrte. Če je program zanimiv, težav ni. Prvi dve srečanja ob čaju sta že za nami. Na prvem smo se srečali z gobami, na drugem smo spoznavali življenje čebel. V začetku januarja nas bo obiskal lovec Lojze Mlakar in nam predstavil kakšno vlogo imajo v gozdu lovci. Naslednje srečanje bo še posebej zanimivo za ženske, saj nam bo Darja Rojec predstavila, kako je premagala zahrbtno bolezen – rak dojke.

## VABILO NA ČAJ OB PETIH LOVEC IN DIVJAD

**V sredo, 12. januarja 2011 ob 17. uri** nas bo obiskal lovec Lojze Mlakar iz lovske družine Škofja Loka. Pogovarjali se bomo o lovstvu in o organiziranju Lovske zveze Slovenija, ki je naravovarstvena organizacija. Lovci skrbijo za gozdne živali in njihov življenjski prostor. Dobimo se v Marinkini knjižnici v prostorih Društva upokojencev na Partizanski 1, Škofja Loka.



100let

Lovska zveza Slovenije

**MINISTRSTVO ZA JAVNO UPRAVO** je objavilo razpis za financiranje projektov vsebinskih mrež nevladnih organizacij (NVO) na nacionalni ravni. Na razpis se je prijavila Slovenska univerza za tretje življenjsko obdobje, kot partnerji pa smo se ji pridružile še univerze iz Žalca, Cerknice, Grosuplja in naša univerza.

Kratek naziv projekta je: **Mreža izobraževanja starejših**

Na tem področju nimamo izkušenj. Čaka nas veliko učenja in dela.



MINISTRSTVO ZA JAVNO UPRAVO

www.mju.gov.si, e: gp.mju@gov.si  
Tržaška cesta 21, 1000 Ljubljana  
t: 01 478 83 30, f: 01 478 86 49



Slovenska univerza  
za tretje življenjsko obdobje



Naložba v vašo prihodnost  
OPERACIJO DELNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA  
Evropski socialni sklad

## MI O SEBI Jelka Mlakar

Glavni cilj glasila Mi o sebi, ki izhaja od leta 2007, je čim bolj povezati dosedanje člane DU in pridobivati nove. V njem pišemo o naših aktivnostih in načrtih, o naših članih, pa tudi o problemih upokojencev. V letu 2011 bodo izšle štiri številke (marca, junija, septembra in decembra), ki bodo vsebinsko vezane na določene dogodke.

Glasilo pripravlja 11-članski uredniški odbor, ki se sestane takoj po izidu tekoče številke in začne s pripravami na novo. Tako smo zdaj pred izidom 15. številke, v kateri bomo začeli s serijo predstavitev naših prostovoljcev, ki delajo na različnih področjih. Bolj obširno bomo pisali tudi o Univerzi za tretje življenjsko obdobje, ki vse bolj privablja znanja željne upokojence. Med zanimivimi osebnostmi boste spoznali jamarja, ljubiteljico in organizatorko dejavnosti za mlade, objavili pa bomo tudi dve pretresljivi zgodbi iz časov druge svetovne vojne in vojne ob razpadu

## Mi o sebi

Glasilo Društva upokojencev Škofja Loka št.14 letnik IV december 2010

Drago Pavičević - hišnik



Čistilna akcija. Očistimo Slovenijo v eni uri dnevu



Pomoč starejšim



Meri Bozovičar - mediatorica v muzeju



Meritve krvnega pritiska, sladkorja in holesterola.



Učenje računalništva v parih

PROSTVOLJSTVO JE VREDNOTA

14. številka

Jugoslavije. Seznanili vas bomo tudi z novim načinom organizacije športnih dejavnosti in povzeli rezultate Medobčinskih športnih iger 2010, v katerih so se naši upokoenci dobro odrezali. Seveda pa ne bomo pozabili na program izletov in prireditev ter planinskih in pohodnih izletov. Na svoj račun boste prišli tudi ljubitelji stare glasbe. Svoje mesto bo našel tudi projekt Starejši za višjo kakovost življenja doma. Ozrli se bomo še v našo 60-letno zgodovino. V tej številki bomo s pomočjo potomcev predstavili dva tajnika – Ivanko Peternel in Milana Omahna.

Nova številka glasila Mi o sebi bo pri vas doma 11. marca 2011.

## GALERIJA HODNIK

*Zlata Ramovš*



Fotografije Tončke Benedik

Obveščamo vas, da bomo v začetku januarja razstavo fotografkinje gospe Tončke Benedik nadomestili z razstavo drugega našega člana in fotografskega kolega Janeza Bogataja. Tudi Janez je že dolga leta član Fotokluba Anton Ažbe, zato smo prepričani, da bodo njegove fotografije kvaliteten nadomestek dosedanje razstave. Razstava bo na ogled do marca. Prihodnje leto je izbrano za svetovno leto prostovoljstva, zato vam bomo tudi v naši galeriji поблиže predstavili tista dela, ki jih v društvu opravljamo prostovoljno.

V marcu bomo tako pripravili prvi del razstave o našem prostovoljskem delu. Na

njej vam bomo predstavili dela, ki jih člani društva prostovoljno opravljamo v Univerzi za tretje življenjsko obdobje in v prostovoljskih projektih društva.

April in maj sta predvidena za slikovno informiranje obiskovalcev galerije o različnih društvenih aktivnostih, ki bodo potekale v spomladanskem času.

Junij pa bo spet v znaku prostovoljstva. Tedaj vam bomo predstavili vodenje društva in univerze ter vodenje športnih sekcij in drugih društvenih dejavnosti.

Upamo, da vas bodo predvidene razstave pritegnile in da si jih boste z veseljem ogledali. Otvoritve razstav bodo objavljene na naših oglasnih deskah, v e-novicah Od tu in tam in glasilih Mi o sebi.

## ŠTUDIJSKI KROŽKI

### VIBRACIJSKA MEDICINA

*Maruša Mohorič*

Na programu Univerze za tretje življenjsko obdobje sem opazila, da je v jesenskem roku razpisan nov krožek z naslovom Zdravje – Vibracijska medicina. Le kaj bi to lahko bilo, so se verjetno spraševali tudi drugi. Zanimanje je bilo, prijave tudi, celo za dve skupini. Pa si pogledjmo, kakšno presenečenje nas je čakalo.

Prijazna, nasmejana, dobrovoljna, dobro podkovaná mentorica Breda Poljanec, dr. med., zdravnica in ginekologinja, nam je predstavila bolj neznane kot znane svetove, znanstvenike vseh vrst in z vseh koncev sveta, ki so se ukvarjali s človekom, z različnimi pogledi na svet in raznimi metodami zdravljenja človeka. Magnetne in elektromagnetne terapije, homeopatija, zdravljenje s kristali, zvokom, elektroterapijo in radiologijo, pomen meditacije, zdrava prehrana in divja hrana,... pa še kaj se je našlo na zelo sproščenih in zanimivih srečanjih.

Breda nas je razveselila z vabilom na ogled čudovite zbirke kristalov v Kranju, udeleženske so bile navdušene. Obisk bomo ponovili v januarju, saj nekatere precej zaposlene

upokojenke niso uspele uskladiti svojih obveznosti, da bi se pridružile v decembru. Čaka nas še merjenje s Kirlijanovo kamero, upamo na pozitivno energijo. Za vse udeležence krožka, pa tudi za vse druge naše člane pa pride presenečenje v aprilu, ko bomo gostili človeka, ki veliko ve o zdravi prehrani in divji hrani, ki raste okrog nas. Zelo na kratko sem želela spodbuditi vašo pozornost, morda vas bo navdušilo, kaj vse lahko »študirate« na naši Univerzi.

## PROSTOVOLJNI KULTURNI MEDIATORJI V LOŠKEM MUZEJU

V Loškem muzeju povabijo vsako leto na prednovoletno srečanje vse sodelavce in tudi letos so bili mediatorji njihovi gostje.



## PRIJAVITE SE:

### ŠIVANJE

V današnjih časih veliko govorimo o recikliranju na raznih področjih. Recikliramo lahko tudi oblačila in jim damo novo, modernejšo podobo. Takšno znanje si bomo pridobili v šiviljskem krožku, ki ga bomo izpeljali v začetku leta 2011. 20-urni tečaj šivanja bo vodila Fani Tavčar. Zanimanje za tečaj je, le prijav še nismo dobili. Čakamo na vašo prijavo

### VIBRACIJSKA MEDICINA

Zaradi velikega zanimanja bomo v januarju še enkrat organizirali študijski krožek pod mentorstvom Brede Poljanec. Nekaj prijav lahko še sprejmemo.



**Uradne ure** Univerze za tretje življenjsko obdobje so ob **torkih in četrkih od 10. do 12. ure.** Takrat lahko pokličete tudi na telefon: **040 292 646.**

## Z DELOM SO ZAČELI NOVI KROŽKI:

Klekljarice so se srečanja zelo razveselile.





## PRODAJNA RAZSTAVA

Že drugo leto zapored v decembru pripravimo prodajno razstavo izdelkov Varštveno delovnega centra Kranj, enota Škofja Loka. Tudi letos je kar nekaj njihovih izdelkov romalo v malho Božička in dedka Mraza.

Vsak dan v dopoldanskih urah jih lahko obiščete. Če ne utegnete med 6. do 15. uro, pokličite jih na tel. 031454 882 in se dogovorite za popoldanski obisk in še kaj lepega kupite.



## PLANINCI

Naši planinci se redno oglašajo na spletnem portalu [www.seniorji.info](http://www.seniorji.info)

### PO NOTRANJSKEM KRASU IN NA KRŠIČEVCU

*Mira Kofler*

Leto se počasi izteka in pred nami je letošnji zadnji četrtkov pohod. Sveže jutro in modrina nad nami sta obetala, da bo zaključek lep.

Znova smo se namenili proti zahodu, tokrat na notranjski kras. Tam nad Lomom je burja odpihnila meglo in pogled je lahko sledil obrisom Nanosa, ki se je razkazoval v hladno jutro. Pri Postojni smo se zapeljali v Pivško kotlino in se skozi Prestranek in Palčje zapeljali v Jurišče. Na kmečkem turizmu pri Cunarju se je prilegla topla jutranja kavica in nato na pot!

*Nadaljevanje lahko preberete na:*

[http://www.seniorji.info/IZLETI\\_IN\\_POCITNICE](http://www.seniorji.info/IZLETI_IN_POCITNICE)  
[Po Notranjskem krasu in na Krsicevcu](#)



Spretnost!

## VRELEC

*Marinka Logar*

V cerkvi Sv. Jurija smo v soboto, 16. decembra uspešno izvedli letni koncert kljub ostremu mrazu. Skrbelo nas je, kajti v takih pogojih je zelo težko peti. Zaradi bolezni je manjkalo kar deset pevcev, po koncertu pa so zboleli še ostali.

Kljub vsemu smo uspešno zaključili leto in se poveselili v gostilni Crngrob. Sedaj imamo malo počitnic, ki so dobrodošle v tem nepredvidljivem vremenu. Stiskamo in grejemo se doma ob toplih pečeh in čaju.. Želim vam lepe in prijetne praznike ter obilo SREČE v LETU 2011.



## ODMEVI:

PO VOLITVAH (popravek)

Spoštovani!

Prebrala sem e novice in imam majhen popravek oziroma pripombo. V prispevku "Po volitvah," v katerem bralcem osvežite spomin na dane obljube županskih kandidatov, je podatek: Tina Tržan - Zares - izgradnja medgeneracijskega centra.....netočen. Tina Tržan je na volitvah kandidirala kot samostojna kandidatka s podporo volivcev. Kandidaturo Tine Tržan je javno podprlo več strank, in sicer Desus, Glas žensk in Zares. Naštete stranke imajo v Občinskem svetu svoje predstavnike in prepričana sem, da se bodo le te zavzemale, da se prostorska stiska DU v doglednem času uredi.

Prisrčen pozdrav

*Katja Galof*

---

## NAŠE VPRAŠANJE

Tokrat sprašujemo bralce e-novic.

Ste z vsebino e-novic zadovoljni? Kaj bi še dodali?

---

## E-UČENJE: SPLETNE UČILNICE

Za računalništvo in srednje šole:

[www.praktik.si](http://www.praktik.si)

Za snovanje videoposnetkov, veščina likovne kompozicije, slovenščina na daljavo, fizika, tehnika in tehnologija:

<http://www.egradiva.si/>

Za računalništvo, jezike:

[www.zmaga.com](http://www.zmaga.com)

## PORTAL ZA STAREJŠE:

Praktični nasveti, središča druženja, medgeneracijsko, seznam zdravilišč, zdravje, pomoč in oskrba, varovana stanovanja, pokojnine in finance, recepti, moj vrt, izleti in počitnice, šport in rekreacija, izobraževanje, domovi za starejše:

[www.seniorji.info](http://www.seniorji.info)

---

Spletne novice OD TU IN TAM je uredila Borjana Koželj in oblikovala Nevenka Mandić Orehek.

Če E-novice ne želite prejemati, nam to sporočite na naslov:

[loka3univerza@gmail.com](mailto:loka3univerza@gmail.com)

Če pa poznate koga, ki bi novice rad dobival, prosimo, da nam posredujete njen ali njegov elektronski naslov.