

Žarki svete Katarine



KAZALO

Uvodnik	3
Beseda ustanoviteljic skozi čas	6
O demenci in komunikaciji z osebami z demenco	14
Delovna terapija v času korone	22
Z zaupanjem v jesen življenja	28
Moje pesmi, moj nemir	40
Dom svete Katarine v letu 2020	42
O nas so zapisali	50
Za bistre glave in dobro voljo	60



Žarki svete Katarine

Glasiło Zavoda usmiljenk - Doma svete Katarine
Številka 9

Zbral: Klemen Jerinc

Fotografije: arhiv Zavoda usmiljenk - Doma sv. Katarine

Tehnično urejanje, oblikovanje in grafična priprava: Karmen Hvala

Tisk: Tiskarna Januš

Naklada: 400 izvodov

Mengeš, januar 2021



UVODNIK

Ob zaključku leta 2019 si nihče od nas ni znal predstavljati, kaj nas čaka v letu 2020 in kaj nam leto prinaša. Leto 2020 je bilo prelomno leto, drugačno leto. Srečali smo se z novimi izzivi, ki so od nas terjali nenehno prilagajanje in spreminjanje.

V mesecu marcu, ob izbruhu epidemije, smo se v našem domu odrezali odlično in prvi val smo preživeli brez okužb, vendar smo naše delo morali organizirati drugače. Stanovalci so bili večino časa na svojih oddelkih, druženja med njimi ni bilo, delo zaposlenih je potekalo po oddelkih, delovni terapevtki sta izvajali terapijo na drugačen način. Zaposleni so prihajali v službo z dovolilnico za prehod občin, delali v zaščitnih opremah. Vsi smo komaj čakali, da je prišlo poletje in da smo lahko pričeli z »normalnejšim« delom v domu, hkrati pa smo s strahom zrl v jesen. Čez poletje smo izpopolnili krizni načrt. Stanovalce smo vabili, da so čas preživljali zunaj na vrtu, svojce pa spodbujali, da so jih čim večkrat obiskali.

In prišla je jesen: drugi val ali tretji ... močnejši, čas izrednih razmer. Razmer, katerih naši stanovalci, ki so preživeli tudi vojne, ne pomnijo. Z jesenjo je, žal, tudi v naš dom vstopila prva okužba. Širila se je nepričakovano in zelo hitro. Uvedli smo rdečo cono, in ko smo misili, da smo najhujše že premostili, se je razširila na ostale oddelke. Kar naenkrat je cel dom postal »rdeče/siva cona«. Razmere niso bile prijazne, ne za zaposlene, ne za stanovalce.



Stanovalci so svoje dneve preživljali predvsem v svojih sobah, ostali so brez stikov s svojimi dragimi in brez stikov z ostalimi stanovalci v domu. Minil je teden, dva, tri V tem času so se zaposleni predano trudili lajšati dneve našim stanovalcem. Zaposleni smo stopili skupaj in se odločili, da bomo v tej bitki zmagovalci. Stanovalcem smo prepevali, se z njimi pogovarjali, jih pobožali, jih objeli namesto svojcev, se z njimi borili, brali pisma svojcev, jih razvajali z malenkostmi, vse da jim bo lažje premagati to bolezen. Vse bolj spoznavamo, kako izredno je pomemben osebni človeški stik, kako vsi to pogrešajo. Klici po telefonu in preko novih tehnologij veljajo veliko manj v primerjavi z nasmehom



in stiskom rok svojih dragih. Zavedamo se, da stanovalcem osebnega stika z vami – svojci in prijatelji, ne moremo nadomestiti, se pa trudimo vsaj malo polepšati njihove dneve.

Opazila sem, kakšno predanost do poklica imajo »moji« zaposleni. S celodnev- nim delom v skafandrih, v težkih razme- rah, ko si v 15 minutah dela premočen do kože in veš, da boš moral delati še preosta- le 3 ure in pol, da pride do menjave na od- delku, nihče od zaposlenih nikoli ni rekel: ne morem, ne bom, ne želim. To je preda- nost, to je pogum in neverjetna požrtvo- valnost. Kljub temu, da je na obrazih za- poslenih videti utrujenost, čutiti je, da po- grešajo druženja, dnevna dogajanja, a še vedno predano delajo, se medsebojno opo- gumljajo, predvsem pa delajo s SRCEM.

Žal se tudi v našem domu soočamo s slovesi stanovalcev. Vsaka izguba je tež- ka, boleča in nas vse prizadene. Za nas so to naši stanovalci, s katerimi smo splekli vezi, katere bomo cenili do konca življenja.

Ko pišem ta uvodnik, se stanje v domu umirja. Počasi bomo pričeli z dogajanjem, počasi bomo omogočali stike svojcem in upali, da nam letošnji dobri možje prine- sejo zdravja v letu 2021.

Dragi svojci, tudi vam hvala za zaupanje vaših dragih. Hvala za vaše razumevanje v teh časih, za mnoga sporočila in besede zahvale, za vse donacije zaščitne opreme, za sladke pozornosti, predvsem pa za po- zitivne misli in molitve. Hvala tudi našim sestram usmiljenkam, ki so skozi celotno leto molile za zdravje naših stanovalcev in zaposlenih. Zahvaljujemo se tudi vsem po- sameznikom in podjetjem, ki so nam da- rovali zaščitno opremo, sladkarije in osta- le dobrote.

Posebna hvala pa gre vsem zaposlenim, mojim zlatim sodelavcem in sodelavkam, brez katerih ne bi bilo nič, tako pa vem, da imam najboljšo ekipo. Zato hvala vsa- kemu posebej. In ja, bodimo ponosni nase, da smo v teh časih to zmogli!

Snežana Golob





Žarki svete Katarine



BESEDA USTANOVITELJIC SKOZI ČAS

V letošnjem letu vstopamo v deseto leto delovanja Doma svete Katarine. Pripravili smo vam povzetek besed ustanoviteljic iz preteklih let. Besede, ki jih je potrebno in vredno večkrat prebrati. V njih najdemo kratke opise vseh, za dom pomembnih mejnikov; od same ideje za izgradnjo, do njene realizacije. Izpostavljeni so pomembni svetniki, ki so nas in nas pri delovanju doma še naprej podpirajo.

Klemen Jerinc, socialni delavec

Kdo je bila sestra Katarina Labouré?

Katarina je bila preprosto in neizobraženo kmečko dekle, ki pa je v srcu gojila veliko ljubezen do Jezusa in Marije. Komaj devetletna je izgubila mamo. Pripovedujejo, da so jo videli, kako je splezala na stol in objela Marijin kip, ki je stal na omarici ter rekla: »Odslej boš ti moja mama.« Ko ji je bilo dvanajst let, se je ponudila, da bo prevzela gospodinjstvo na kmetiji, da bi lahko starejša sestra, ki je začutila Božji klic, odšla k usmiljenim sestram.

Tudi Katarina je kmalu začutila Božji klic, toda oče ni hotel o tem nič slišati. Ko je dopolnila 22 let, je končno popustil in ji dovolil oditi. Kmalu po vstopu k usmiljenim sestram v Parizu, je doživela čudovita Marijina razodetja. Marijo je večkrat videla v kapeli. Prvič ponoči, potem pa med skupno molitvijo. Pri enem od teh prikazovanj, 27. novembra 1830, ji je Marija razodela, naj da kovati svetinjo, kakršno je videla v videnju.

Sestra Katarina je o teh dogodkih pripovedovala edinole svojemu spovedniku. Ta ji sprva ni verjel, ampak jo je poučil, naj ne misli več na te reči, in da je prava pobožnost do Marije v tem, da posnemamo

njene kreposti. Šele, ko mu je nekoč rekla, da Sveta Devica ni zadovoljna, ker se ne izpolnijo njene želje, je pripisal vsej stvari malo več važnosti in vso zadevo opisal škofu. Ta ni videl v tem nič napačnega in je dovolil kovanje svetinje, ki je prinesla veliko milosti.





Sestra Katarina je bila po končanem noviciatu poslana v hišo, ki je imela na skrbi zavod za starejše in umobolne. V tej hiši je ostala vse življenje. Stregla je ubogim in opravljala hišna dela. Nihče ni vedel, da je ona tista, ki je videla Marijo. Vse pa je gnila njena mirnost, dobrosrčnost in velika potrpežljivost do ubogih. Posebno mil izraz na obrazu je imela pri molitvi rožnega venca, ki jo je razločno in natančno izgovarjala. Zato so sestre rade prišle k njej, da so skupaj molile rožni venec. Šele tik pred smrtjo, je sestra Katarina vse svoje skrivnosti zaupala hišni predstojnici s. Dufes.

*s. Metka Tušar
(Žarki svete Katarine, 2013)*

Kdaj in kako se je rodila ideja o Domu sv. Katarine?

Svet hitrih sprememb je tudi za Družbo hčera krščanske ljubezni (HKL) postal velik izziv. Pomanjkanje poklicev, in vedno večje število starejših in bolnih sester, je provincialnemu vodstvu Slovenske province narekovalo, da mora nujno razmišljati, kako poskrbeti za svoje članice.

To razmišljanje so podkrepile tudi številne prošnje ljudi iz okolice Ljubljane, ki so se obrnili na nas s prošnjami za sestre, ki bi prišle na njihov dom negovat ostarele in bolne svojce, dokler ti ne bodo sprejeti v dom starejših, kajti čakalna doba je bila že takrat zelo dolga. »O, ko bi mogle čim prej prilagoditi eno naših hiš ali pa sezidati novo, ki bi ustrezala standardu za oskrbo starejših oseb,« smo si večkrat zaželele. Tako bi mogle vsaj malo odgovoriti na potrebe časa in stiske ljudi.



Zavod usmiljenk

Provincialno vodstvo Družbe je imelo v mislih več lokacij: Mirenski Grad, Ljubljana, Šentjakob, Mengeš, kjer se bo pač pokazala prva možnost. Brž, ko je bilo sestram vrnjeno zemljišče ob sestrski hiši v Mengšu, je Družba HKL ustanovila Zavod usmiljenk, ki je bil 11. 1. 2005 vpisan v AJ-PES. Čeprav je zavod nekaj let ostal v mirovanju, je vendarle postal »instrument« za zakonito opravljanje dejavnosti – nege starejših oseb.

Z upanjem v jesen življenja

Vsi dobro vemo, da sama zgradba in zidovi še ne pomenijo ljubezni, varnosti in toplote, kar starejši ljudje tako zelo potrebujejo. Sestre smo ves čas želele, da bi Dom sv. Katarine mogel prav to ponuditi vsakemu stanovalcu. Predstavljale smo si, da bodo starejše in bolne sestre kljub svoji onemoglosti lahko tu nadaljevale svoje

poslanstvo molitve in darovanja trpljenja. Želele smo, da bi se tudi ostali stanovalci čutili tako sprejete in ljubljene, da bodo z upanjem preživljali svojo jesen življenja. Vedele smo, da sestre takšne nege in oskrbe z lastnim kadrom ne bomo zmogle zagotoviti. Delo bi zaživel s pomočjo sodelavcev in občasno morda tudi s prostovoljci, ki bodo pripravljeni podariti kakšen trenutek prostega časa in svojih moči stanovalcem Doma sv. Katarine.

V preteklih letih je bilo pod to streho že veliko lepega sodelovanja in gotovo se bo v tej smeri nadaljevalo še naprej. Zavetnica, sv. Katarina Labouré, ki je sama z veliko ljubeznijo 46 let delala pri starih ljudeh, pa naj vsakemu delavcu, delavki v tem domu odkriva lepoto strežbe in daje moč pri vsakdanjem delu.

*s. Barbara Šelih
(Žarki svete Katarine, 2014)*



Na zdravniški pregled sem spremljala starejšo in bolno sestro. Ležala je na bolniški postelji v eni od manjših čakalnic. S sestro sva se pogovarjali. Na bližnjem hodniku me je zmotil nekdo, ki je izrekel ime naše Družbe – sestre usmiljenke. Nehote sem prisluhnila. Zanimalo me je, kako se bo pogovor razvijal. Sestri sem dala znamenje, da bova najin pogovor nadaljevali pozneje.

Pogovor za steno z odprtim oknom se je nadaljeval in osebi nista vedeli, da ju nekdo z zanimanjem posluša. »Sestre usmiljenke v Mengšu so odprle svoj dom za starejše in tisti, ki živijo v njem so zelo zadovoljni«, je nekdo povedal. Drugi sogovornik je odgovoril: »Bil sem v tem domu in sem že pri vhodu začutil mir in prijetno vzdušje. Pa tudi postrežba je zelo kvalitetna, osebje prijazno in skrbno. Vidi se, da je to sestrski dom – tam kjer so redovnice je bilo vedno za vse poskrbljeno. Stanovalci imajo možnost, da se vključijo v različne aktivnosti, sprehodijo se lahko po parku. Imajo pa tudi priložnost, da so vsak dan v kapeli pri sv. maši.« Pogovor se je nadaljeval v smeri, da bi tudi sogovornika rada živel v taki ustanovi, ko bosta stara in potrebna pomoči.

Morda bo kdo, ki bo to bral pomislil; pa saj ni vse tako sijajno ... so tudi težave, ki jih je treba reševati. Res je. Preizkušnje in težave najdemo povsod: v vsakem življenju, družini ali skupnosti, pa tudi v vseh ustanovah. Vsak jih rešuje na svoj način. Verniki črpamo moč in najdemo tolažbo pri Jezusu, ki pravi: »Pridite k meni vsi, ki ste utrujeni in obteženi, in jaz vam bom dal počitek. Vzemite nase moj jarem in učite se od mene, ker sem krotak in v srcu



ponižen, in našli boste počitek svojim dušam, kajti moj jarem je prijeten in moje breme je lahko.«

*s. Ljubica Jozić
(Žarki svete Katarine, 2015)*

Prav je, da se ustavimo ob Hajremonovem izreku, kakor ga je učitelj rekel svojemu sinu: »Za hip postoj! Ustavi se za trenutek! Vedno se je dobro malo ustaviti in pogledati v nebo.«

Takšen postanek in pogled v nebo sta od časa do časa potrebna tudi nam. Koliko žarkov je posredovala v teh letih sv.

Katarina z neba na vas? Kako lep razcvet doživlja Dom sv. Katarine? Potujete skozi napore in stiske, toda z dobro voljo in močnim sodelovanjem iz dneva v dan gradite dom in mu dajete vse lepšo podobo in dobro ime. Neštetokrat ste zazrti v nebo s svojim delom in z žarki ljubezni ogrevate to skupnost. Pristrčna hvala prav vsem za vsak iskreno položen kamenček v mozaik tega doma.

Najprej želim, da bi bila hiša, v kateri živite in delate, vaš dom, kjer se zares počutite kot doma. Da pa to bo, je potrebno, da vanj vsak po svojih močeh in sposobnostih še naprej in s še večjo zavzetostjo dodaja svoj delež, svoj žarek zavzetosti, topline, dobre volje in poguma, predvsem pa žarke iskrene odprtosti, zaupanja, medsebojne pomoči, razumevanja in sodelovanja. To, kar ste začeli, nadaljujte in še obogatite. Več bo vaših žarkov dobre volje, bolj bo ta skupni dom svetel in prijeten, še bolj bo res naš dom. Doma se dobro počutimo, če smo sprejeti in se imamo radi med seboj. Koliko bolj je ta občutek sprejetosti potreben v domu, kjer si skupaj – stanovalci in osebje – prizadevate za ozračje domačnosti, sprejetosti, medsebojnega razumevanja in spoštovanja! Morda ob tem ne bo odveč misel Malega princa: »Če hočemo videti, moramo gledati s srcem!« S srcem, tudi v strokovnosti, vestnosti in odgovornosti svojega dela.

*s. Bernarda Trček
(Žarki svete Katarine, 2016)*

Sveta Katarina Laboure, po kateri se imenuje naš dom v Mengšu, je vse življenje delala z ostarelimi ljudmi. Kot usmiljenka – hči krščanske ljubezni – je živela karizmo ustanoviteljice svete Ludovike de Marillac (1591-1660); žene, ki je skupaj s svetim Vincencijem Pavelskim (1581-1660) zaznamovala 17. stoletje v Franciji ter poznejša stoletja do danes, po celem svetu.

Ludovika je bila praktična žena in organizatorka. Poglejmo si nekaj navodil, ki jih je leta 1645 dala sestram v bolnišnici Saint-Denis:

- Sestre naj imajo veliko skrb, da bodo slabotni bolniki, ki ne morejo jesti ne mesa, ne kruha, imeli na vsake tri ure izmenoma juho in jajca, razen tega pa še kakšno slaščico pri roki, kadar to potrebujejo ali imajo radi, če le ne bo na škodo njihovemu zdravju.
- Skrbijo naj, da si bodo hudo bolni očistili usta, ali pa naj jim jih same pogosto očistijo, v strahu pred čirom; tudi naj pazijo, da ne dobe gangrene. V nujni potrebi naj omenjeni bolniki dobijo žele in krepke goveje juhe, kadar na primer ne morejo uživati juhe in jajc in jim je treba dajati malo in pogosto. Bolniki, ki ne pijejo vina, naj dobijo čaja ali sladke vode.
- Na tiste, ki bodo pili vino, pa naj sestre pazijo, da ga bodo razredčile in da ga bodo pili samo pri obedih.

S. Barbari Angiboust je pisala: »Prosim vas, naj sestre bolnikom zagotovo umijejo noge ob sprejemu, jih preoblečejo ter ravnajo z njimi krotko in ljubeznivo. Dolžnosti sester so, da bolniki dobijo zdravila in hrano ob pravem času.«

Skrb za ostarele in onemogle ljudi je v našem okolju veliko poslanstvo. Zaradi hitrega načina življenja so ostareli odrinjeni na rob. Pešanje telesnih in duševnih moči, srečevanje z boleznijo in onemoglostjo in misel, da se bliža konec zemeljskega življenja, predstavlja za človeka velik napor in pri nekaterih hudo stisko. Sveta Ludovika je za tisti čas doživela visoko starost. Tako ji niso bile tuje ne bolezen in ne starostna onemoglost. V začetku leta 1659 je pisala Vincenciju: »Včeraj zaradi boleznij nisem mogla končati tega pisma. Leto začnem v dušnih in telesnih slabostih in bolečinah.« Vendar je do zadnjega dne ostala duhovno sveža. V svoji duhovni oporoki je ob koncu življenja svoje sestre spodbudila:

»Drage sestre, kar naprej prosim Boga za vas, naj vas blagoslovi; prosim ga, naj vam podeli milost stanovitnosti v vašem poklicu, da mu boste služile tako, kot se od vas zahteva.

Prav skrbno služite ubogim, predvsem pa lepo živite skupaj v veliki edinosti in prisrčnosti. Ljubite se med seboj, da boste tako posnemale edinost in življenje našega Gospoda.

Prosimo sveto Devico, naj bo vaša edina Mati.«

Prepričana sem, da naši stanovalci ob ljudeh, ki jih spremljajo in skrbijo zanje, živijo polno življenje. Bodimo jim topel sončni žarek in trdna opora.

*s. Marta Rauh
(Žarki svete Katarine, 2017)*



Ljubo mi je, da lahko preko domskega Glasila Žarki svete Katarine nagovorim vse, ki bivate v Domu svete Katarine ter vse, ki v njem služite ostarelim in nenazadnje tudi vse, ki prihajate vanj na obisk, bodisi kot svojci stanovalcev bodisi kako drugače vključeni v delovanje doma.

Avgusta leta 2017 sem za sestro Bernardo Trček prevzela službo vizitatorice sester usmiljenk. Ta služba vključuje tako skrb in odgovornost za vse naše sestre, kot tudi za vse naše dejavnosti v okviru našega poslanstva, tako tudi Doma sv. Katarine. Delovanje doma sem pretekla leta po malem spremljala, zdaj pa ga bom bolj od blizu, pa ne samo po »službeni« dolžnosti, saj mi je služenje ostarelim in onemoglim tudi osebno zelo blizu. Moja 30-letna poklicna pot medicinske sestre in sestre usmiljenke je namreč z njim močno zaznamovana. In vsa ta leta mi je bila podarjena velika milost, da je bila tako soglasna z mojo notranjo naravnanoostjo, da me je služenje bolnim, ostarelim in onemoglim tudi osrečevalo in izpolnjevalo.

*s. Francka Saje
(Žarki svete Katarine, 2018)*

Veselje, molitev in hvaležnost so tri drže, ki me spremljajo ob misli na Dom svete Katarine v katerem sem kot prostovoljka delala pet let v pralnici in občasno na recepciji.

Kakor ni potrebno veliko, da osrečimo druge, tudi ni potrebno veliko, da drugim pokažemo hvaležnost za ... Ob tej misli se mi postavi vprašanje: komu vse moram biti oziroma sem lahko hvaležna in za kaj vse? Če bi začela naštevati, bi bil seznam zelo, zelo dolg in gotovo bi koga izpustila. A vendar nekateri izstopajo. Na prvem mestu je Bog, ki mi je podaril tuzemsko življenje in življenje za večnost; potem so tu starši, družina, ki so skrbeli zame, da sem odrasla in stopila na samostojno pot ... in tudi Družba hčera krščanske ljubezni – usmiljenk, katere članica sem že več kot trideset let.

Prav sestre usmiljenke pa smo v letošnjem letu še posebej hvaležne Bogu za sto let samostojne province. Hvaležne iz srca. Hvaležne za življenje Družbe od njenih začetkov pa do danes. Gotovo imate tudi vi, ki berete te vrstice, mnogo razlogov za hvaležnost v svojem življenju, v življenju vaše družine, sorodnikov, prijateljev, sodelavcev ... Vsi skupaj pa smo hvaležni tudi za Dom sv. Katarine, ki je mnogim postal drugi dom. Tu lahko vsi stanovalci v hvaležnosti z upanjem zrejo v jesen življenja, zaposleni pa jim pri tem pomagajo in stojijo ob strani, ter tako lepšajo to jesen.

*s. Marija Dolenec
(Žarki svete Katarine, 2019)*



Sestre so leta 1921 ustanovile sestrsko postojanko v Mengšu. Prevzele so staro hišo gospoda Levca, ki ni imel potomcev in jim jo je zapustil v dobrodelne namene. Sestre so oskrbovale njega, njegovo dekle, ter deset mengeških revežev.

Zaradi slabega stanja hiše so pripravile načrt za zidavo večjega poslopja, ki bi lahko sprejelo večje število okoliških revežev. Toda pot do nove zgradbe je bila dolga in mukotrpna zaradi dolgov in posojil. Sestre so delale neutrudno in se odrekale marsičemu, da so mogle plačati dolgove, ki so nastali pri prenavljanju zavoda. Vsako leto so kaj dozidale, dokupile, posodablale tehnologijo in način pridelovanja. Zavod so imenoval: Zavetišče sv. Vincencija.

Leta 1955 so iz pročelja zavoda odstranili napis »Zavetišče sv. Vincencija« in obesili nov napis »Dom počitka«. Iz pročelja so odstranili tudi kip sv. Vincencija Pavelskega in kip Marije Brezmadežne z Glavnega trga.

Leta 1973 je provinca v Mengšu sezidala hišo, namenjeno starejšim bolehnim in onemoglim sestram, zlasti tistim, ki so živele zunaj skupnosti. Takratna oblast jih je pregnala iz zavodov in hiš, kjer so delovale. Poimenovala so jo Dom sester. Zato se je več upokojenih sester iz Doma počitka preselilo v novo sestrsko skupnost. Namesto njih so na delo sprejeli civilno osebe.

Ko gledamo svetinjo, vidimo, da svetli žarki izhajajo iz Marijinih rok. Žarki so osvetlili zemeljsko poloblo, na kateri je Marija stala. Polobla predstavlja naš sodobni svet, ki ga rušijo revščina, nasilje, samoljubje, napuh; pa tudi svet, ki je že rešen z dejanji solidarnosti, pravičnosti in bratstva. Z znamenjem svetlih žarkov je Marija poučila Katarino naj črpa luč pri Svetem Duhu, ki prenavlja obličje zemlje, ter naj dovoli, da jo preoblikuje ljubezen. Pojasnila je: »Razlivam milosti na ljudi, ki me zanjo prosijo.«

Vsak dan se Bogu pri molitvi in daritvi svete maše, ki je zahvalna daritev, zahvaljujem za vse in prosim blagoslova. Vesela sem, da smem nositi sveto obhajilo po sobah doma vsem tistim stanovalcem, kateri ga želijo prejeti.

Vsem sedanjim in bodočim stanovalcem Doma sv. Katarine želim, da bi jim bila jesen življenja pri nas lepa, lažja in polna svetlih žarkov dobrote.

*s. Alojzija Uršej
(Žarki svete Katarine, 2020)*



Žarki svete Katarine



O DEMENCI IN KOMUNIKACIJI Z OSEBAMI Z DEMENCO

V naš dom, iz Univerzitetne psihiatrične klinike v Ljubljani, redno prihaja zdravnica dr. Polona Rus Prelog, specialistka psihiatrije. Za nas je pripravila članek za lažje razumevanje demence, njenih značilnosti in kako se sporazumevati z ljudmi, ki jih je prizadela ta bolezen.

Kaj pravzaprav je demenca?

Demencia je sindrom, ki ga povzroča bolezen možganov. Gre za motnjo več višjih kortikalnih funkcij: spomina, mišljenja, orientacije, razumevanja, računskih zmožnosti, učnih sposobnosti ter govornega izražanja in presoje. Demenca je pretežno bolezen starostnikov, povprečna življenjska doba pa se daljša. Starost je zato najpomembnejši dejavnik tveganja za pojav demence. Večinoma demenca prizadane osebe nad 65 leti, lahko pa se pojavi tudi že pred 65. letom. Demenca vsekakor ni del normalnega staranja. Običajno se razvija počasi in prikrito, postopoma več let in jo ločimo od pozabljanja v starosti oz. benigne starostne pozabljivosti, ki je v pozni starosti normativna. Na demenco lahko posumi bolnik sam, še pogosteje pa svojci in se je bolnik včasih ne zaveda. Natančno diagnozo demence in za katero vrsto gre, postavi zdravnik, običajno psihiater ali nevrolog. Pomembno je, da diagnozo postavimo čim prej, ker je zdravljenje uspešnejše in lahko odložimo napredovanje bolezni.

Po ocenah Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) na svetu trpi za demenco okrog 50 milijonov ljudi, s skoraj 10 milijoni novih primerov na leto, kar predstavlja en novonastali primer na vsake tri



sekunde. V Evropi ima demenco okoli 10 milijonov ljudi. Ob podaljševanju pričakovane življenjske dobe bo število oseb z demenco v prihodnje še naraščalo. Glede na projekcije SZO bo število oseb z demenco do leta 2030 naraslo že na 82 milijonov oziroma 152 milijonov do leta 2050. V Sloveniji je ocenjeno število ljudi z demenco blizu 35.000, zanje pa po ocenah skrbi vsaj 100.000 ljudi – svojcev in negovalcev.

Demencia je multifaktorska bolezen in je rezultat genetske dovzetnosti in drugih dejavnikov iz okolja. Starost je najpomembnejši dejavnik tveganja za Alzheimerjevo bolezen in druge demence; paci-



enti, ki zbolijo že pred 65. letom zaradi genetskih dejavnikov, pa obsegajo le majhen delež (1–5 %). V zadnjih letih je vedno več raziskav usmerjenih v preventivo. Znano je, da večino primerov demence lahko vsaj delno pripišemo srčno-žilnim (hipertenzija, diabetes in debelost) in psihosocialnim dejavnikom (izobrazba, socialna integracija, pristočasne aktivnosti itd.), kar so tudi glavni dejavniki, na katere lahko vplivamo. V obsežni mednarodni pregledni študiji so v letošnjem letu na seznam dejavnikov tveganja uvrstili tudi onesnaženost zraka, kajenje, zlorabo alkohola, nedavno poškodbo glave, okvaro sluha ter depresijo.

Med demencami je najpogostejša demenca pri Alzheimerjevi bolezni in predstavlja okrog 60-80% vseh demenc. Po pogostnosti sledijo: vaskularna demenca, demenca z Lewyjevim telescem, frontotemporalna demenca, demenca pri Parkinsonovi bolezni in druge redkejše oblike demence. Pri vseh vrstah demenc se sčasoma pojavijo podobni znaki bolezni, na katere smo lahko pozorni pri prepoznavanju: težave s spominom, mišljenjem, govorom, teža-



ve pri orientaciji v času in prostoru, spremembe v osebnosti in življenjskih navadah; med posameznimi tipi demence pa obstajajo tudi določene bistvene razlike. Poleg slabšanja t.i. kognitivnih funkcij, pogosto pride tudi do vedenjskih in psihičnih sprememb, kot so manjše sposobnosti za obvladovanje čustev, manj prilagojeno socialno vedenje ali upad motivacije.

Najpomembnejše značilnosti posameznih oblik demence

Alzheimerjeva bolezen, ki je najpogostejši vzrok demence, je primarna degenerativna možganska bolezen neznane etiologije. Razvija se postopno, enakomerno, skozi več let. Značilna je pomembna, vztrajna in napredujoča izguba spomina s pridruženo okvaro drugih kognitivnih funkcij in spremembe osebnosti. Glavni dejavnik tveganja je starost.

Demenca z Lewyjevim telescem se začne navadno bolj zgodaj kot Alzheimerjeva bolezen in ima tudi drugačen potek. Zanj je značilno, da pride do napredujočih kognitivnih sprememb, pri čemer so najbolj prizadeti pozornost in izvršilne funkcije. Spomin in učenje pa sta, v nasprotju z Alzheimerjevo demenco, lahko ohranjena do poznejših stadijev. Zelo značilne so vidne halucinacije, ki so izdelane, bolniki pogosto vidijo ljudi ali živali, v barvah, težko jih ločijo od realnosti. Kasneje se pojavijo znaki parkinsonizma. Pogosti so tudi padci in sinkope ter prehodne izgube zavesti. Večkrat poročajo tudi o ortostatski hipotenziji in urinski inkontinenci.

Vaskularna demenca obsega 15–20 % demenc in je posledica možganskih infarktov zaradi vaskularne bolezni. Ta vrsta

demence lahko nastopi nenadoma ali pa je potek »stopničast«, z nenadnimi poslabšanji, ko nastopijo žilni dogodki v možganih. Kognitivne funkcije, ki so prizadete, so odvisne predvsem od mesta žilnega dogodka v možganih, prav tako so pridruženi mišični in drugi vidni nevrološki znaki.

Frontotemporalna demenca zajema različne klinične slike, najpogosteje pa pride do postopne spremembe v vedenju in govoru. Ločimo dve obliki: vedenjsko in jezikovno. Prva se lahko kaže z apatičnostjo, spremembami prehranskih navad, izgubo empatije, razrvanostjo in družbeno nesprejemljivim vedenjem. Za jezikovno obliko je značilno, da pride do postopne izgube sposobnosti govora, ki se lahko kaže kot motnja razumevanja govora, iskanja besed

in poimenovanja predmetov. Tudi pri tej obliki demence sta spomin in sposobnost učenja lahko ohranjena do poznih stadijev. Začne se okrog 60. leta, lahko pa tudi prej ali kasneje.

Vedenjski in psihični simptomi ob demenci

Pri starostnikih z demenco se z napredovanjem motnje spomina in drugih znakov pogosto pojavijo tudi spremembe v vedenju, ki so lahko posebej težavne, tako za osebo z demenco kot za ljudi, ki zanje skrbijo, bodisi družinske člane ali negovalce. Med vedenjskimi simptomi se lahko pojavi nasilno vedenje, kričanje, preklinjanje, jokanje, nemir, vznemirljivost, tavanje, socialno neustrežno vedenje, spolno dezinhibirano vedenje, kopičenje stvari, ponavljajoča se vprašanja, spremljanje oz. sledenje drugim osebam, odklonilno vedenje, pogoste so tudi motnje prehranjevanja. Psihični simptomi, ki se najpogosteje pojavljajo ob demenci, pa so tesnoba, depresija, apatija, nespečnost, blodnje, napačno prepoznavanje in halucinacije.

Obravnavanje vedenjskih in psihičnih simptomov ob demenci je zahtevna. Zelo pomembno je, da najprej poskušamo poiskati vzrok; neredko ob kliničnem pregledu ugotovimo telesne vzroke, kot npr. okužbo sečil, prebavne motnje (obstipacijo), bolečino itd. Šele ko izključimo somatske vzroke in nefarmakološke metode obravnave niso uspešne, uvedemo simptomatska zdravila. Pri obravnavi je pomembno, da se prilagajamo potrebam in zmožnostim posameznega bolnika in kolikor je mogoče prilagodimo okolje (po-





skrbimo za primerno osvetlitev prostorov, mirno okolje, izogibanje hrupu). Pomembna je tudi primerna komunikacija.

Kaj je pomembno pri komunikaciji z demenco?

Pomaga, če vemo, kaj pravzaprav pričakovati v pogovoru z osebo z demenco. Nekateri vzorci, ki jih pogosteje opazimo, so lahko:

- težave pri iskanju pravih besed,
- zamenjava besed,
- opisovanje predmetov namesto poimenovanja,
- ponavljanje besed, zgodb ali vprašanj,
- mešanje nepovezanih idej ali fraz,
- izguba niti pogovora,
- boren govor in vključevanje v pogovor,
- uporaba primarnega jezika.

Da bomo v komunikaciji z osebo z demenco uspešnejši, pa nam lahko pomaga malo spretnosti. Nekaj nasvetov, ki izboljšajo našo komunikacijo z osebami z demenco:

Ko pristopimo, se postavimo v pozitivno držo

Z vedenjem in telesno govorico izražamo čustva bolj učinkovito kot z besedami. Zato pristopimo v prijetnem in spoštljivem tonu in s tem ustvarimo pozitivno vzdušje že v začetku. Uporabimo izražanje z obrazom, tonom glasu in dotikom; z vsem tem sporočamo naklonjenost.

Pridobimo pozornost

Če želimo pogovor, najprej zagotovimo pogoje, da bomo lahko imeli ustrezno pozornost. Omejimo distrakcije in hrup. Ugasnemo radio, TV, zastremo zavesa ali



zapremo vrata ali se premaknemo v tišje okolje. Preden govorimo, se prepričajmo, da imamo pozornost; osebo ogovorimo z imenom oz. priimkom, odvisno od našega odnosa. Zelo pomembno je, da se vsakokrat identificiramo (z odnosom, nazivom). Ob motnji spomina ne moremo pričakovati, da si nas je zapomnil/a tudi, če smo pred kratkim govorili. Če sedi, se spustimo na njegov/njen nivo in vzdržujemo očesni kontakt, s tem lažje pridobimo pozornost.

Jasno povejmo sporočilo

Uporabljajmo enostavne stavke. Govorimo počasi, razločno, v pomirjajočem tonu. Pomembno je tudi, da se trudimo, da ne povzdigujemo glasu. Če oseba stavka ne razume, ponovimo z istimi besedami. Če še vedno ne razume, raje nekaj minut počakajmo in nato drugače postavimo vprašanje. Raje kot okrajšave (on, ona, oni) uporabljajmo imena oseb in krajev.

Postavljajmo enostavna vprašanja

Sprašujmo eno vprašanje naenkrat; najbolje takšno, ki zahteva odgovor »da« ali »ne«. Kar se da, se izogibajmo odprtim

vprašanjem ali vprašanjem s preveč izbirami. Namesto: »Kaj bi rad oblekel?« lahko vprašamo: »Bi raje belo ali modro srajco?« Še bolje bo, če izbiro kar pokažemo.

Bodimo potrpežljivi, ko čakamo na odgovor

Lahko sugeriramo besede, če se nagovorjeni trudi z odgovorom. Iščemo tudi neverbalne namige, pozorni smo na govorico telesa in na vse, kar opazimo, ustrezno odgovorimo. Vedno se trudimo poslušati pomen in čustva za besedami, ki nam jih pove.

Razdelimo aktivnosti v več korakov

To naredi mnogo opravil bolj izvedljivih. Uporabljajmo vidne ključke (npr. kako postaviti krožnik na mizo). Pomembno je, da razložimo dogajanje, da ponavljamo navodila. Lahko tudi drugače povemo isto, če določenih navodil ne razume. Vmes lahko postavljamo enostavna vprašanja, da ocenimo razumevanje in ga hkrati utrdimo.

Ko postane težko, preusmerjajmo, zamotimo

Če postanejo vznemirjeni ali agitirani, pa je najbolje, da poskušamo spremeniti temo pogovora ali predlagamo kako aktivnost, npr. sprehod.

Odgovarjajmo z naklonjenostjo, pomirjajoče

Ljudje z demenco se velikokrat počutijo tesnobne in negotove vase. Večkrat se tudi zmedejo in se spomnijo stvari, ki se niso nikoli zgodile. Pomembno je, da se potrudimo, da jih ne prepričujemo v nasprotno. To bo zmedenost le povečalo. Najbolje je speljati pogovor drugam ali v primeru vznemirjenosti preusmeriti pozornost.

Spomnimo jih dobrih starih časov

Spominjanje preteklosti je pogosto zanje pomirjajoče in hkrati potrditveno (ne bodo se npr. spomnili dogodka pred 45 minutami, se pa jasno spominjajo dogodkov, ki so se zgodili 45 let nazaj). Izogibajmo se vprašanjem, za katere potrebuje le kratkoročni spomin (kot npr. kaj so imeli za kosilo). S tem tvegamo, da zopet povečamo zmedenost. Splošna vprašanja o oddaljeni preteklosti so boljša in te spomine bolj verjetno hranijo.

Vzdržujmo smisel za humor

Uporabljajmo humor kadarkoli je mogoče. Nekateri ljudje z demenco ohranijo občutek za humor lahko celo do napredovale faze in se z veseljem nasmejijo z nami.

Če se pojavi težavno vedenje, se potrudimo, da ne vzamemo besed in vedenja osebno. Če nam ob vznemirjenju postane težko, si predstavljajmo, kakšno jezo lahko doživlja oseba v zmedenosti ob izgubi kontrole nad lastnim življenjem.

Mnogi svojci, negovalci in ljudje, ki delajo z osebami z demenco, povedo, da je izkušnja uspešne komunikacije z osebami z demenco lahko lepa in izjemno nagrajujoča. Zmožnost, da se povežemo z ljudmi, ki izgubljajo skoraj vse svoje miselne sposobnosti in jim lahko vlivamo občutek ljubezni, sprejetosti in varnosti, ko izgubljajo spomin in zmožnosti razumevanja, je lahko nadvse navdihujoča.

*Asist. dr. Polona Rus Prelog, dr. med.,
specialistka psihiatrije*



Žarki svete Katarine





*Ne vem, kakšna bodo nebesa. Vem pa, da nas Bog,
ko bomo umrli in prišli predenj, da nas bo sodil,
ne bo vprašal: »Koliko dobrih del si naredil v življenju?«,
ampak raje: »Koliko ljubezni si vložil v to, kar si delal?«*

Mati Terezija





Žarki svete Katarine



DELOVNA TERAPIJA V ČASU KORONE

Delovni terapevti smo zdravstveni delavci, ki smo prav tako vpeti v dogajanja korona virusa. Mnogi izmed kolegov v tem obdobju še naprej opravljajo svoje delovnoterapevtsko delo v različnih institucijah kot so bolnice, rehabilitacijski centri in domovi starejših občanov. Posamezniki so na čakanju, koriščenju prostih ur, lanskega dopusta, ... Vsekakor je med delovnimi terapevti tudi kdo, ki je bil prisiljen spremeniti opravljanje rutine delovnoterapevtskega dela in izvajanja delovnoterapevtskih storitev v tem obdobju. Tako je tudi v našem domu, v času okužb. Izvajanje storitev v zaščitni opremljenosti zahteva dodatno iznajdljivost in spretnost. Vse-

kakor pa je potrebno vedno znova razmisliti, kako strukturirati dan starostnika v njihovem zaprtem okolju, kako ohraniti pozitivnost in vedrino v tem obdobju pandemije za celoten tim in vse vključene.

V spomladanskem času, ko je ves svet pestil prvi val okužbe s koronavirusom, smo tudi v našem domu sprejeli in upoštevali vse preventivne ukrepe. Delovnoterapevtska obravnava je bila tako predstavljena na posamezne oddelke, kjer so se stanovalci še lahko družili. Delovni terapevtki sva pokrivali vsa področja delovanja človeka: dnevne aktivnosti, delo in prosti čas. Stremeli sva zlasti k temu, da se stanovalci niso počutili osamljene, saj je bil dom v tem času zaprt za obiskovalce. Kljub temu so stanovalci pogrešali skupni prostor, kamor so pred epidemijo z velikim veseljem prihajali vsak dan. Zaradi nenehnega transporta pripomočkov in dela v manjših skupinah, pa sva se bili prisiljeni soočati z manjšo storilnostjo.

V okviru terapij smo veliko časa preživeli zunaj v parku ter na terasah, saj nam je bilo vreme v spomladanskem času zelo naklonjeno. Mnogokrat smo tam lovili še zadnje sončne žarke. Pri dnevnih aktivnostih sva bili vključeni v osebno urejanje, terapevtsko hranjenje in transferje ter zagotavljanje pravih terapevtskih položajev nepokretnih stanovalcev. Vsak dan smo skrbeli za zdrav duh v zdravem telesu. Redno smo izvajali gibalne aktivnosti na vseh oddelkih, veliko smo prepevali, se pogovarjali, prebirali literaturo in izvajali





Žarki svete Katarine

različne tehnike sproščanja. V okviru danih zmožnosti smo redno izvajali individualne terapije: terapevtsko kolo, vertikalizacija, priprava na hojo, vaje ob ribstolu, trening hoje, ročno kolo, vaje za izboljšanje senzomotorike, trening ravnotežja, protibolečinska terapija in še bi lahko naštevali. Po končanem prvem valu, smo se s hvalenostjo, da nismo dobili nobene okužbe, preselili nazaj v prostore delovne terapije. Za vse nas je bil to prav poseben, prazničen dan, saj so se stanovalci iz različnih oddelkov, po dolgem času spet srečali.

To veselje smo skrbno negovali do prve okužbe v našem domu v zgodnji jeseni. Ker se je virus hitro širil, tako med stanovalci kot zaposlenimi, se je najino delo popolnoma prilagodilo razmeram doma. Opravljali sva delo bolničarke in gospodinje. V tem času sva ugotovili, kako močno naši stanovalci potrebujejo bližino, prijazno besedo, sočuten pogled in toplo dlan. Po svojih najboljših močeh sva se trudili zanje in vsak dan sproti upali, da se ta agonija čim prej konča. Kljub vsemu želiva iz tega časa izvzeti le najboljše in sicer to, da smo v tej izkušnji postali še bolj povezani.

Mateja Potočnik in s. Polona Vidic

Najboljši del človekovega življenja so njegova mala, brezimna in pozabljena dela dobrote in ljubezni.

William Wordsworth

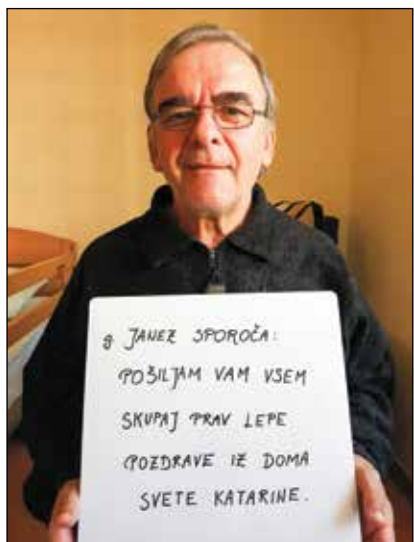






Žarki svete Katarine







*Življenje se ne šteje po številu vdihov,
ampak po številu trenutkov, ki so ti vzeli dih.*



Z ZAUPANJEM V JESEN ŽIVLJENJA

Vsak od nas, ki smo del Doma svete Katarine, dobro pozna prijazen in vedno nasmejan obraz sestre Jelke Rupnik. Vedno je pripravljena pomagati na recepciji ali v kapeli kot organistka, pri prevozih in spremstvih ostalih sester. Dejavna je v župniji, pevskem zboru, kot katehistinja, zakristanka, delilka obhajila v Domu počitka Mengeš. To je le nekaj odgovornih nalog, ki jih je s svojim žarom pri nas v Mengšu opravljala sestra Jelka. Sedaj že nekaj mesecev biva na Breznici in tam naprej izpolnjuje svoje poslanstvo. Veseli smo, da smo jo imeli v Mengšu, da nam je vedno, ko je bilo potrebno priskočila na pomoč na recepciji in tam, kjer je bilo potrebno. Beseda HVALA naj vam, draga sestra Jelka, da vedeti, da zelo cenimo vse, kar ste v Mengšu naredila. Verjamemo, da boste sedaj, ko ste še bližje vam tako ljubim goram, z enako srčnostjo skrbela za vse, ki se bodo obračali na vas.

Klemen Jerinc, socialni delavec

Naš socialni delavec, g. Klemen Jerinc, me v tem posebnem času koronaviруса, v adventu 2020, ko že nekaj mesecev živim na Breznici pri Žirovnici, zaprosil za prispevek o Domu svete Katarine skozi moje oči, skozi vrsto let, kar sem bila v Mengšu. Ko se oziram na ta čas, se mi spomin in pogled ustavljata ob dogodkih, stanovalkah in stanovalcih, sestrah, ob zaposlenih, ki so se vrstili in se vrstimo, teh je

pa veliko, (dobro, da sem si imena nekaterih zapisala).

Da, od blagoslovitve oziroma od začetka delovanja Doma, z novim letom 2012, sem živela tu! Prav tedaj, ob blagoslovitvi 19. julija 2009 in še potem, sem občudovala čudovite in dobre sodelavce: od najmanjših, najmlajših, ki so sodelovali na proslavi: koliko glasbenih, ustvarjalnih, delavnih talentov, otrok in staršev, njihovih in 'naših' sorodnikov! Koliko dobrotnikov Doma, prijateljev, molivcev, prvih sodelavcev ... je ostalo neopaznih. V tišini so bili pripravljene pomagati povsod, kjer je bilo potrebno in nekateri so uspeli ostati povezani z Domom do današnjih dni. Kar nekaj prostovoljcev, prostovoljk je prihajalo in nam pomagalo.

Pa naši prvi zaposleni, stanovalkke, stanovalci in njihove družine, sorodniki, znanci. Koliko lepih trenutkov, ur, dopoldnevov in popoldnevov so nam polepšali ter nas duhovno in praktično tudi bogatili. Že v za-





četku smo se lahko vsi udeležili različnih tečajev: od čiščenja in prve pomoči, do protipožarne varnosti. Mnogi teh 'malih in velikih' nam vseskozi pomaga. Nekateri so prišli k nam celo v službo in v njej zvesto vztrajajo. Spodbujali so nas; spomnim se učiteljice Marjete, ki nas je potem skoraj priganjala: 'Zdaj imate že dovoljenje za delo, začnite torej!' ... Seveda, iskala je mesto za svojega dragega očeta. Gre za prva leta Doma, ko je bil blagoslovljen, a zasedle smo ga najprej domače sestre, ker smo se morale preseliti iz prvotne sestrške hiše, ki je potrebovala obnovo. Sezidana je bila že v letu 1973 in je potrebovala preureditev ter vključitev v novi objekt Doma sv. Katarine. Dom je sprejel na okrevanje in zdravljenje tudi nekaj sester od drugod in se tako hitro napolnil. Nekateri so ostali tu le kratek čas. Če se je zdravje toliko izboljšalo, so lahko odstopili prostor drugim, saj ga je res že od začetka primanjkovalo, tudi v kapeli. (Sestre smo že med gradnjo opazovale, da so nekateri prostori zelo majhni, celo kapela. Prav smo imele.) Nekatero sestro so se nam pridružile od zelo daleč, npr. iz Beograda,

Mirna - prav za praznike vseh svetih leta 2011 se je nam pridružila nova članica: s. Stanislava Elizabeta Primožič, ki je prišla celo iz Pariza. Direktno na jug Pariza – v Chatillon sta se iz Ljubljane z avtom odpejlala ponjo njena nečaka. Vse poklicno življenje je preživela v tujini, sicer je prihajala iz župnije Šentrupert, kjer je do nedavna 'počival' naš bl. Lojze Grozde.

Na lepo sončno soboto, bil je god sv. Agate, 5. februarja 2011, je prišel med nas g. nadškof Alojz Uran in se tu kar dolgo zadržal: »Glejte, pomenljivo, prav na god tele mlade mučenke iz 3. stoletja krščanstva, sv. Agate, smo se tu, pri sestrah v Mengšu, zbrali, da blagoslovimo to prenovljeno kapelo in zgradbi, ki sta še v delu...« In nadaljeval: »Ta kapela me spominja na dvorano zadnje večerje, kjer sem pred nekaj dnevi imel priliko, da sem maševal. Apostoli – učenci – so se z Marijo, Jezusovo Materjo, tam zbirali k molitvi in čakali prihoda Svetega Duha.« Z več duhovniki, deset jih je somaševalo, je g. nadškof daroval sv. mašo. »Tu se bo molilo, v tej kapeli bodo posebej vsak dan molile sestre, premišlje-



vale, si nabirale moči za služenje in Jezusov blagoslov nosile med trpeče, bolne, ostarele in jim prinašale upanje. Zaupamo v Njegovo usmiljenje, da nam bo pomagal, pomnožil tudi vrste usmiljenih sester, če je takšna Njegova sveta volja!»

Po sv. maši si je g. nadškof vzel čas, da je kot pravi usmiljeni Samarijan obiskal vse naše sestre po bolniških sobah. V vsaki sobi je zapel kakšno pesem, povedal kaj spodbudnega, pa tudi kakšno šalo. Sestri Gabrijeli Beniti Bartol, (ki je 9. februarja 2011 slavila 100 let življenja), je zapel »Na mnogaja ljeta«; njegov tajnik in šofer je moral kar čakati nanj. Pridružili smo se prošnji g. nadškofa, naj nam nebeški Oče pomaga, da bomo znali živeti po Božji besedi in res podarjati upanje vsem tistim, ki trpijo in so osamljeni in nimajo nikogar, ki bi jim namenil toplo besedo, iskren stisk roke, pozdrav, prijazen obisk. Prosili smo za nove poklice, nove delavce pri Gospodovi žetvi, da bi skupaj naredili nekaj lepega za Boga in za bližnjega. Kolikšen blagoslov je bil to! Kako nam je prepeval, sprejemal ljudi in vse duhovno krepčal. »Naj nas vse Gospod osrečuje in Marija varuje, sv. Jožef podpira!« tiho vzdihujemo, ko čakamo na začetek delovanja novega Doma sv. Katarine v Mengšu, kjer živijo in bodo še delovale, če bo Gospodu prav, sestre usmiljenke – hčere krščanske ljubezni. »Naj bo Božja pomoč z nami, da postanemo tudi sami v letu dobrotelčnosti in solidarnosti usmiljeni Samarijani prav zdaj in tukaj, kamor nas pošilja Gospod,« smo tiho molili.

V Gospodovem letu 2011 so v Domu sv. Katarine kar tri sestre slavile svojih 100 let življenja! Zadnja, 9. novembra 2011, je prišla na vrsto s. Sofronija Trpin, ki je



Žarki svete Katarine

bila po poklicu slaščičarka. Njen nečak, g. župnik in dekan, Anton Trpin, ki je že več let dušni pastir v Šentjerneju, je maševal po tetinem namenu: v zahvalo za 100 let življenja in za Božjo dobroto. Z njo smo zapeli pesem »Škrjanček poje«:

*Škrjanček poje, žvrgoli
se bel'ga dneva veseli.
Škrjanček poje celi dan,
ki danes vam je dan!*

*Sto let, zares, ni kar tako,
da tiho vse bi mimo šlo!
Čestitamo in kličemo:
»Bog živi, slavljenko!«*

*Še let naj Bog vam priloži,
kot On najboljše sam želi,
da skupnost naša še živi,
zaklad po Vas deli!*

Z novim letom 2012 je Zavod usmiljenk – Dom sv. Katarine uradno začel z delom. Postopoma se je vživljal v okolje in »z zaupanjem v jesen življenja« gledal, kako naj postane to, kar je Bog v svoji dobroti načrtoval, če bomo seveda sodelovali z Njegovo voljo. Sestre osebno in skupno molimo in premišljujemo. Prihajamo in odhajamo, bratsko, sestrinsko sodelujemo; prav tako vsi v Domu. Že se pripravljamo na bližnje in druge praznike, na advent in že skoraj božič, potem pokuka post in že smo blizu vrhuncu odrešenja: veliki noči.

V adventu Marija roma mimo koč. Okrog 50 njenih kipov, podob roma vsako leto po Mengšu in okoliških vaseh med božično devetdnevnicco – tudi po našem domu. Sprejmimo jo, da bo vedno naša Mama, sv. Jožef – naš hišni ekonom (sv. oče Frančišek je sedaj, 8. 12. 2020, razglasil leto sv. Jožefa) in Jezus: naš najboljši Brat.



Dom je takrat deloval že tretje leto. Kaj vse smo že doživeli! Vsa mengeška skupnost je z veseljem pričakovala 5. oktober 2014, ko je naša s. Herenija (Ana) Zakrajšek slavila svojih 100 let življenja! Čudovito lepa in topla Rožnovenska nedelja je bila in s. Herenija se je mogla s svojimi domačimi udeležiti sv. maše na Homcu, kjer stoji enkratna župnijska cerkev, posvečena Mariji. Slavje se je pričelo s sv. mašo, pri kateri so se stanovalcem in sestram našega Doma pridružile sestre iz Ljubljane, Breznice in Šentjakoba. Prisotna sta bila tudi sestra vizitatorica Bernarda Trček in g. provincialni ravnatelj Rok Gajšek.



Slovesno sveto mašo je daroval g. Srečko Turk, ki je bil takrat naš stanovalec. Odpeval mu je zbor sester usmiljenk oz. »domski zbor«, okrepljen z dobrimi pevci med zaposlenimi. Po maši smo se preselili v spodnjo jedilnico in jo napolnili do zadnjih kotičkov, vsi željni prisluhniti duhovniškemu oktetu Oremus. Nastopil je in nam celo uro prepeval! Poleg spremne besede člana Oremusa, g. Marjana Lampreta, župnika na Breznici (nisem mislila, da bom čez 6 let prav tam), so se zvrstila voščila naši 100-letni slavljenki. Z bogato besedo je spregovorila tudi direktorica Doma, gosa Marija Šterbenc, in ji podarila veliko torto. A 100-letna slavljenka ni praznovala sama: s. Metka Tušar, višja medicinska sestra Doma, je prav tedaj slavila 25 let svojega poklica, s. Antoneta Demaj pa 10 let. Na voščila se je oktet odzval z vsem srcem s pesmijo: »Na mnogaja ljeta!«

V tem Gospodovem letu 2014 se je v našem Domu sv. Katarine zvrstilo še več drugih nastopajočih; od pevcev, ansamblov, zborov, skupin, tudi folklorna skupina otrok iz Mengša, pa obisk Marijinega vrtca iz Cerkelj. Pripravili smo čudovito razstavo slik našega stanovalca, pravnika g. Lojzeta Marolta. Vse razstavljene slike je naslikal v zadnjih 6 mesecih. Med trajanjem razstave je izdelal nadaljnjih 11 slik. Potem pa še in še ... skoraj vsak teden eno. Dolgo smo imeli na recepciji »Maroltov razstavi kot«.

Za njim pa občudujemo fotografsko razstavo sestre Hermine (Justine) Pacek – prve fotografkinje med sestrami usmiljenkami. Otvoritev te razstave smo doživeli 25. oktobra 2014 popoldan. Omogočil jo je požrtvovalni g. Dejan Vončina, ki



je avtor besedila in razstave, organizator razstave – on je pranečak s. Hermine. Slikovno gradivo je skrbno pripravil zavzeti Sašo Kovačič. Razstavo je poleg Doma sv. Katarine omogočila tudi župnija sv. Lovrenca Brežice, Društvo 1824 Brežice, Občina Brežice, Reklame Žarn. V Brežicah se je namreč že odvila ta razstava v zgodnjem poletju. Na otvoritvi so spregovorili vsi sodelujoči, tudi tedanja hišna predstojnica, s. Ljubica Jožić, direktorica Doma, gospa Marija Šterbenc in s. Hermine sama. V prijetnem vzdušju je bil zbran ves Dom, prišla sta duhovnika župnije Mengeš – g. župnik Janez Avsenik in g. duhovni pomočnik Štefan Babič. Nastop

pal je zbor sester usmiljenk ob spremljavi glasbenih instrumentov. Bogu hvala, da je dal s. Hermini toliko zdravja, da je zmožna na invalidskem vozičku spremljati potek razstave in sama spregovoriti. Razgledanost s. Hermine, širina njenega duha in neomajna pripadnost fotografiji, so »rodili« okoli 600 fotografij. Ob njih bodo mogle prihodnje generacije spoznati način življenja, ki ga danes ni več. Nikjer več ni zaslediti tako kakovostnih črno-belih avtorskih fotografij sester usmiljenk. Prav avtorski pristop in lasten fotolaboratorij, ki so ji ga omogočili tedanji predstojniki, sta s. Hermini omogočila, da je ustvarila svojstveno in unikatno fotografsko dediščino. Zanimivi so fotografski portreti sester usmiljenk, razporejeni kot jagode rožnega venca, z njeno sliko Device Marije v središču, ki jo je izdelala v Beogradu 1968. Zanimiv priimek je nosila sestra: Pacek. Ko sem jo spremljala na Onkološko kliniko, jo je nekoč njena zdravnica v ambulanti vprašala, če ji je kaj nerodno, ker nosi takšen priimek. Razložila sem, da ji je priimek všeč, ker zelo rada riše oz. po domače 'packa'.

Čudovito je bilo to, kako radi so se posamezniki, skupine in zbori odzvali in s tem doprinali košček svoje ljubezni, lepote, dobrote, umetnosti in kulture k mozaiku, ki vse bolj krasi Dom sv. Katarine. Za nedeljske svete maše so si morali kar rezervirati datum, da niso sovpadali. Dostikrat so bile že vnaprej zasedene vse nedelje in prazniki. Prihajale so skupine: od predšolskih otrok do upokojencev. Kako lepo! In sodelovanje vseh v Domu – od odgovornega do zaposlenih, do hišnika, receptorja, sester ...



Kako lepi nastopi so nas osrečevali v Domu sv. Katarine, tudi povsem nenapovedani. Nekaj naših stanovalcev je pogumno nastopilo v 'solo' izvedbi, pa naši zaposleni, od socialnega delavca Klemena, pa terapevtek, gospodinj. Naša gospodinja Karmen je npr. 'Vijolice' osrečila in jim ob popoldanski malici pela skoraj celo uro, s svojim lepim, jasnim, močnim glasom: narodne, nabožne in Marijine pesmi. Kaj takega sem ujela, ko sem bila v službi na recepciji. Kar nekaj dni in nekaj let so v aprilu dijaki in dijakinje (13) Škofjske klasične gimnazije iz Šentvida nabirali izkušnje pri strežbi, uslugah in tudi pri hranjenju naših stanovalcev. Kolona invalidskih vozičkov s spremljevalci se je vila skozi Mengeš vse do župnijske cerkve, v cerkev in nazaj; tako prvi, drugi dan. Nekateri stanovalci so ob njihovem spremstvu uspeli priti tja



peš. Ves Dom je bil organiziran. Nazaj je bilo včasih težko priti, zato jih je g. župnik Marko Košir z avtom pripeljal nazaj (ravno na svoj godovni dan - 25. april).

»Naj nas vse Gospod osrečuje in Marija varuje, sv. Jožef podpira!« tiho vzdihujemo, ko znova in znova prosimo za koncesijo in čakamo. Nekateri so organizirali tudi molitev, sv. mašo, romanje 'za koncesijo', npr. na Kurešček. »Naj bo Božja pomoč z nami, da postanemo tudi sami v letu dobrotlosti in solidarnosti (2015/16) usmiljeni Samarijani, prav zdaj in tukaj.«

Dom sv. Katarine je zaživel v razsežnosti vseh svetih: upokojeni ljubljanski nadškof Alojz Uran je te dni (od 30. 10. 2015) tu na okrevanju po operaciji ledvice. Sam je prišel že pred operacijo ponižno prosit, če bi ga sprejeli za nekaj časa na okrevanje. Njegova prisotnost poživlja ves Dom



– s svojo dobroto, s petjem, z nagovori, s tako čudovitim glasom. Ko je na praznik vseh svetih prvič po operaciji maševal v domski kapeli in se je sv. maše udeležilo, kot navadno, zelo veliko ljudi, se je po sv. maši z vsakim posebej rokoval, delil podobice in vsakemu prisluhnil. Na praznik vernih duš je daroval kar tri sv. maše, kot se ta dan sme, pel psalm med berili, prijazno nagovoril, poudaril pomen molitve za rajne. Potem je z nami zmolil še dva rožna venca s petjem in vodil večernice. Kako je dober! Naj ga Bog ohrani, ozdravi. Tudi v župniji Mengeš je kar trikrat nagovoril starše treh različnih razredov in vsakemu dal podobico. Kako očetovsko nam je razlagal logotip leta usmiljenja, ki ga je razglasil sv. oče Frančišek.

Prvega maja leta 2018 je opoldan prišel na obisk nečak s. Urške Pavlič – Franc Žveglič z ženo Jožico iz Trbovelj (on je tudi sorodnik naše misijonarke s. Terezije Pavlič). Tokrat je imel s seboj harmoniko. Dejal je, da ga je s. Urška, ko je prišel, večkrat vprašala, če ima s seboj harmoniko. Ho-

tel je katero zaigrati, poje namreč pri kolednikih, ki pojejo v času od sv. Jurija do sv. Florjana po hišah. Ena skupina obišče tudi do 75 hiš. Pričnejo zvečer na god sv. Jurija in hodijo okrog ponoči; zaključijo na god sv. Florijana, ko pojejo pri sv. maši v cerkvi sv. Florijana. Sodeluje s skupino iz Boštanj (ravno na večer prej, 30. aprila 2018, smo te pevce iz Sevnice in Boštanj lahko slišali po radiu Ognjišče v oddaji »Pevci zapojte, godci zagod'te«). Ko je ta dan on zaigral, se je zbudil ves Dom sv. Katarine! Prišli so mnogi in mu od blizu prisluhnili, nekateri peli, nekateri zaplesali. Zaigral je tudi na sestrski strani in razveselil vse, tudi obiske pri sestrah in ostale obiskovalce doma. Vmes so bili slavljenici, tudi sestre slavljenke. Presrečen je z ženo odhajal, ker je osrečil in razveselil druge.

Foné Megále – moški kvartet iz Medvod, pri katerem poje prvi tenor naš socialni delavec Klemen Jerinc; 'mladi, postavni možje' – kot jih je označila naša gospa direktorica Snežana Golob, od letos direktorica Doma sv. Katarine; možje z močnimi,



lepimi glasovi so polepšali četrtekovo popoldne na god sv. matere Terezije iz Kalkute, dne 5. septembra 2019.

Konec novembra, ob našem 'Družbenem tridnevju' 27. – 28. – 29.: praznik Brezmadežne s Čudodelno svetinjo, sv. Katarina Labouré in 29. ustanovni dan Družbe usmiljenih sester, smo slovesno praznovali god sv. Katarine Labouré, po kateri nosi ime naš dom. (To je bila hkrati obletnica 'dobljene koncesije'). Praznovanje je potekalo 28. novembra: ob 9h sv. maša, ki jo je daroval naš stanovalec p. Lojze Bratina, DJ. V pridigi je naša sestra vizitatorica predstavila življenje in delo sv. Katarine. Pri sv. maši smo sodelovali vsi: stanovalci, zaposleni in sestre. Sledil je kulturni program, pri katerem so nastopili: citrarska skupina 'Sončnice', kitarska skupina 'Tempo' in članice literarnega krožka Društva Lipa iz Domžal. Čudovito! Vedno lepo in osrečujoče! Bog nam je podaril, da letos slavimo 100-letnico Province! Hvala mu.

Vse do letos (2020) oz. do koronavirusa se je ta mozaik sestavljal, nadgrajeval in izpopolnjeval v veselje vseh ter v zaupanju v jesen življenja. Tudi v letošnjem letu je šlo vse 'po sreči': v nedeljo, 19. januarja, so nam pri sv. maši igrali lepe božične pesmi 'Perovi' – člani Mengeške godbe. To so kar naši sosedje, sodelavci, pomočniki v sili za marsikdaj; prosimo jih npr. tudi za pogostitev na srečanju, ob pogrebu.

Na god sv. Matija, sta nas, sestre, obiskali dve učenki 7. razreda šentviške OŠ Dr. Alojzija Šuštarja: Eva Macedoni iz Ježice v Ljubljani (nečakinja g. župnika iz Radvljice, Andreja Župana) in njena prijateljica, Dora Rus iz Polhovega Gradca. V





'power pointu' sta nam prikazali predstavitve sester usmiljenk – Hčere krščanske ljubezni, kakor sta jih pripravili v šoli za učno uro 'vera in kultura'. Odlično. Strmele smo in se veselile, da so še takšni otroci, mladi – nepokvarjena katoliška mladina. Predstavili sta nam našo Družbo skozi zgodovino, njuna sveta ustanovitelja, začetek dela usmiljenk v Sloveniji in njihovo današnje poslanstvo in sedanje postojanke v Sloveniji.

»Bog vas živi in ohrani, Marija varuje, sv. Jožef brani!« smo si večkrat zaželeli, ko je prišel mesec marec. A 13. marca, ko smo se s sv. očetom Frančiškom veselili njegovih 7 let papeževanja in molili z njim in zanj, so prenehale v svetiščih sv. maše z verniki. 17. marca zvečer oz. pred praznikom sv. Jožefa, so tudi v našem domu postavili 'ločilno steno', nismo se smeli več obiskovati. »Ostanite doma, ostanite zdravi!« smo se pozdravljali. Bog nam je podaril novih darov: sv. mašo s sv. očetom, ob njegovih namenih in razmišljanjih, podarjene so nam bile male duhovne vaje. Obnovitev sv. zaobljube 25. marca: blagoslov s sv. očetom in obenem z našim generalnim superiorjem, g. Tomažem Mavričem, iz Vatikana.

Na velikonočni ponedeljek, 13. aprila, smo doživeli polurno praznovanje: mlad fant s harmoniko, sin glavne sestre iz Doma počitka je igral na naši ulici – za oba domova – čudovito pomladno, sončno dopoldne; pred našim domom pa japonska češnja v polnem cvetju. Potem nas je vse osrečilo še par takšnih dogodkov za oba doma: 'Trzinke' so prišle in pele na klančini, pa še nekdo s harmoniko; potem štirje 'Domžalski godbeniki' v uniformah; nato s. Polona Vidic s kitaro in njena sodelavka,





Mateja Potočnik, vsi smo peli... Bogu hvala, da je z nami p. Lojze Bratina, naš stanovalec in tokrat edini duhovnik v domu. Ko se mu zahvalimo za čudovito molitev in petje (veliko let je vodil zbor v svoji župniji Dravlje v Ljubljani, orglal), se on nam zahvali ...

»Oj, sončni maj, oj cvetni maj! ... Drevesa po vrtilih cveto, po vejah pa ptice pojo Nebeški Kraljici Mariji...« Kako pomenljivo: 18. maja 2020 smo se spominjali 100-letnice rojstva sv. Janeza Pavla II., pokojni g. Srečko Turk, ki je bil pred leti z nami v domu, bi ta dan slavil 74. rojstni dan – s sv. očetom Janezom Pavlom II. se je srečal maja 1996, ravno ko ga je obiskal 'Abraham'. – Dne 19. maja 2020 je naš g. ravnatelj, Pavle Novak, slavil svojih 60 let. Nadškof Anton Vovk - bi pa 120 let...

Na lep Binkoštni ponedeljek, 1. junija 2020, na praznik Marije Matere Cerkev, so »Domu počitka« in »Domu sv. Katarine« z do solz ganljivim lepim petjem polepšali dopoldan člani Slovenske filharmonije. Pesmi »naj, naj«, tudi »Oj Triglav, moj dom«, »Tu je naš dom, tu smo doma«, »To dom je naš in vaš«.

Ohrani, dobri Bog, naš Dom sv. Katarine, naš rod, pod varstvom Božje Matere, naj vsi naši zaposleni, stanovalke, stanovalci, doživijo košček 'doma', ki so ga morali zapustiti. Naj se naš g. Drago Saje vesele svojih, svojega sina Draga in vnuka Draga Sajeta, naj še kdaj razveseli marsikoga, tudi naše dobre sosede. Parkrat tudi našega dobrega soseda Filipa Kimovca, oba sta gasilca in ravno ob sv. Florjanu goduje in 1. maja slavi svoj rojstni dan. Tako mu je letos naš g. Drago Saje voščil, po 'kompoziciji', ki jo je sam sestavil in uglasbil: *»Danes naš(-a) praznuje svoj rojstni (godovni) dan. Danes je en velik dan, ker naš(-a) ... praznuje svoj rojstni (godovni) dan. Kar nekaj let že ima, zato je zbrana tu družba ta. Dragi (-a) ... kar naprej hodite po tej poti, starost naj vas nič ne moti. Naj se vam zdravje okrepi, ne bolezen, ne stiska, nemoč, ne trpljenje naj vam ne zaustavi hrepenenja po boljšem, lepšem, srečnem. Mi pa vam zaželimo še veliko let, ki naj jih Bog vam dá doživeti, Marija naj vas varuje na poti, da se ob letu srečamo spet!«* (Drago Saje, oče duhovnika Andreja in bratranec g. Vinka Klančarja, CM).

s. Jelka Rupnik

MOJE PESMI, MOJ NEMIR

Potrebno je veliko delati, da človek razvije svoje talente. Tako skozi življenje pridobivamo številne izkušnje in vsaka nas na svoj način vzpodbuja, da začnemo svoje talente deliti z drugimi.

V tem duhu smo izdali pesniško zbirko Damijane Kravcar. S svojimi pesmimi izraža sebe in svet okrog sebe. Pomemben poudarek daje naravi, ki jo z navdušenjem

občuduje in opisuje. Hkrati pa je v pesmih zaznati veliko osebnih izkušenj, navdušenja in tudi stisk, s katerimi se je soočala.

Najbolj dragoceno od vsega je dejstvo, da naš dom Damijani ponuja varen prostor, kjer se rojevajo ideje za nove pesmi. Pesniško zbirko je predstavil g. Ivan Sivec.

*Klemen Jerinc
(iz predgovora k pesniški zbirki)*





Žarki svete Katarine



DOM SVETE KATARINE V LETU 2020

Vstopili smo v novo leto in novo desetletje. Še ne dolgo nazaj smo vstopili v novo tisočletje. Napovedi so bile takrat zelo skeptične, izpostavljali so celo možnost konca sveta. In kaj se je zgodilo takrat? Prav nič, razen veliko napak pri zapisu novega leta. In kaj se je v tem času zgodilo pri meni? Leta 2000 sem obiskoval prvi letnik srednje šole, takrat najstnik, aktiven zborovski pevec, živel na obrobju Ljubljane, kot še vedno rad rečem – v prvi vasi na Gorenjskem – v Dravljah. Glasba je zame kot obliž na rane, ki jih s seboj prinaša življenje. Morda se vam, ki ste starejši od mene, zdi čudno, da jaz – mlad človek govorim o ranah. Pa vendar v življenju vsakega od nas prihaja do raznoraznih preizkušenj, s katerimi se moramo soočiti. Vsak od nas pa razvije svojo strategijo s pomočjo katere prebrodi težke trenutke, ki pridejo naproti.

Verjamem, da se je pri vsakem od nas v teh 20 letih novega tisočletja nabralo veliko število dogodkov in najpomembnejši od vseh je, da smo tu v obliki, ki nam je bila dana ob rojstvu – torej še živimo. S tem želim povedati, da smo imeli vsako leto 365 ali 366 dni, ko smo lahko živeli in tudi preživeli. Preživeti nam je pomagalo tudi dejstvo, da svoj prosti čas namenjamo sočloveku in s tem bogatimo svoj vsakdan in vsakdan ljudi, ki jih obiskujemo, v zadnjem času z veliko večjo odgovornostjo, in tako omejujemo stike na tiste najbolj nujne.

Kaj smo v vseh teh 20 letih dosegli? Ko sem odhajal z Inštituta Antona Trstenjaka v novo službo v Dom svete Katarine, sem



bil v veliki dilemi ali je ta pot prava. Zavedal sem se, da bom sedaj srečeval ljudi, ki potrebujejo prostovoljce in njihov čas, da bodo lažje zmogli živeti. In res je tako. V domu se dnevno srečujem z zgodbami starejših, ki so v častitljivih letih in iz njihovih oči lahko razberem, da kljub starosti radi živijo. Si morete misliti, kako se razveselijo vsakega obiska svojcev, prostovoljcev, nastopajočih v našem domu? Ko bi le mogli videti, koliko dobrih lastnosti imamo in se osredotočali na slednje ter s pomočjo teh dobrih lastnosti prižigali lučke pri ljudeh, s katerimi se srečujemo. Svetloba, ki napolni enega človeka, ne osta-



ne samo pri njem, ampak napolni celoten prostor in okolico, v kateri se človek giblje.

Današnje druženje na oddelku smo namenili prebiranju pesmi naše stanovalke Damijane. Predno se vsi zberemo v skupnem prostoru je potrebno veliko prigrizovanja, da ljudje pridejo iz svojih sob. Velikokrat so bolečine, ki jih navajajo, samo izgovor pri pomanjkanju volje, da bi se vključili v aktivnosti. Ob koncu prebiranja pesmi pa je bilo opaziti nasmejane obraze. Veseli smo bili, da imamo med nami gospo, ki kljub tegobam, ki jih prinaša življenje, rada živi. Pa veste, kako se to vidi? Vidi se v njenih očeh – oči so ogledalo človeka in iz oči lahko preberemo, ali je nekdo zadovoljen, prestrašen, zaskrbljen, vesel, umirjen, razposajen, ...

Veščine opazovanja se človek uči celo življenje. Zavedam se, da smo socialni delavci zelo dobri opazovalci. Zelo dobro znamo videti in začutiti veselje in stisko sočloveka. Potrebno pa je, da smo prisotni in pristni. Samo na tak način bomo res lahko



Pesem o reki

Tone Pavček

Misliti hočem kot misli reka.

*Teči od izvira do izliva
kot ona, ki med bregove ujeta
nikoli ista in zmeraj živa
odteka v večnost
in neprenehoma biva.*

*Vse dosegljivo spodjeda
in nosi s sabo, umiva in spira
zablode časa, zagate dedov,
zaupanje vnukov, nevero,
zanos in zasluge in vse umirja
na pravo mero.*

*Teči torej. Preprosto kot reka.
Od izvira pa do izliva.
In ne pozabiti, kako so lepa
naročja vrb, kamor skriva
pesmice veter,
in obzorja nedosegljiva.*

prav opazili, kaj nam določena oseba želi povedati. Zato je potrebno dobro poslušati, slediti pogovoru in modro molčati. Besede so lahko povsem odveč, pomembno je, da znamo skupaj s človekom biti – popolnoma brez besed in brez mučne napetosti. Prav tovrstna napetost nas sili k govorjenju, ki je v največ primerih prazno, brez neke tehtne vsebine. Veliko večjo težo ima prisotnost in tišina, ki daje sočloveku varnost in zaupanje, da ni sam.

Kaj pa smo v teh letih dosegli v Domu svete Katarine? Začetki segajo v leto 2012, ko smo začeli s sprejemi stanovalcev, prihodi sodelavcev, oblikovanjem konceptov





dela in skrbi za naše stanovalce. Med najpomembnejše dosežke gre zagotovo uvrstiti dejstvo, da imamo v domu najstarejšo stanovalko, ki bo 5. februarja 2021 dopolnila 106 let. Poleg nje smo v letošnjem letu praznovali še dve 100 letnici. Prvo v novembru, drugo v decembru. Sestra Mervina, ki je 100 let praznovala v decembru, je od domačih prejela 100 cm dolgo torto z namenom, da vsako leto njenega življenja predstavlja en centimeter na torti. Si sploh lahko predstavljate, kako velika torta je to? K sreči, smo v domu vedno pripravljeni pomagati, tako smo tudi pri torti priskočili na pomoč in jo s skupnimi močmi pojedli. Ob dejstvu, da imamo med 60 stanovalci 3 stoletnice in še 21 stanovalk in stanovalcev, ki so že dopolnili 90 let, lahko rečemo, da je povprečna starost v domu visoka.

Izpostaviti gre, da imamo dobro ekipo pridnih, delovnih ljudi, ki s svojo srčnostjo skrbijo za naše stanovalce. To začutiš v njihovih dejanjih. Prav dejanja so tista, ki so nas, s pomočjo odgovornega ravnanja direktorice in glavne sestre, pripeljala

k malo bolj mirnim božično-novoletnim praznikom, saj ni potrebno posebej izpostavljati kakšno je bilo leto 2020 za stanovalce in zaposlene v domovih za starejše. Vsekakor pa je pomemben podatek, da smo skupaj zmogli.

Vesel sem, da sem bil lahko del te krasne zgodbe, ki je pisala nova in nova poglavja v razgibani in bralcem zanimivi knjigi z naslovom: Dom svete Katarine. Hvala vam, dragi stanovalci, svojci in zaposleni, da smo s skupnim delom lahko pisali to skupno zgodbo. Verjamem, da bodo nova poglavja nastajala tudi v prihodnje zaradi vas, dragi stanovalci, svojci in dragi sodelavci.

Vaš Klemen

Samo beseda sem

Ciril Zlobec

*Vse bolj postajam že jaz sam beseda,
v deročem toku skozme se pretaka,
kot usedlina, pena v meni čaka,
kdaj spet bo – ptica pevka ali ujeda –*

*v vnaprej zgubljeni večni tekmi s časom,
zagostolela, kriknila v tišino
minljivosti vso mojo bolečino,
strah in pogum in srečo – z mojim glasom.*

*Ponosno vzklikam si: Saj to sem jaz!
beseda, ki oživlja jo moj glas,
jaz – stvarnik ... a kot stari jezni Bog,*

*ki razočaran vès čas se spotika
nad delom svojega duha in rok,
nergam: Oblika sem, samo oblika.
Kot vsak, ko si ustvari svoj obraz.*





Žarki svete Katarine







Žarki svete Katarine



O NAS SO ZAPISALI

Skoraj leto dni živiva z ženo, ki jo je prizadela možganska kap, v domu Sv. Katarine v Mengšu. Tu so bile pred nama že moja mama, moja sestra in naša teta. Življenje v Domu tako dobro poznam. Pred preselitvijo v Mengeš sva tudi midva leto in pol bivala v bolj oddaljenem domu, še prej pa sva obiskovala ostarele sorodnike v različnih domovih v Ljubljani. Vsak dom ima boljše in slabše strani, zato domov ne želim primerjati. Prav tako bi ne bilo modro primerjati posameznikov ali skupin, ki za nas skrbijo. Življenje v Domu sv. Katarine pa ima nekaj, česar drugod ni, to je prisotnost sester usmiljenk. Njihova molitev je vpletena v ritem vsakdanjega življenja. Nekatere sestre usmiljenke delujejo z drugim zdravstvenim in negovalnim osebjem kot medicinske sestre, kot fizio in delovne terapevtke, kot negovalke in pri drugih opravilih. V Domu pa so kot oskrbovanke tudi sestre usmiljenke, ki zaradi starosti ali bolezni potrebujejo nego in zdravstveno oskrbo. Le te so večinoma v svojih sobah ali v hišni kapeli in molijo. Tako lahko rečemo, da sestrsk skupnost kot celota živi po starem meniškem načelu »Ora et labora«, kar po pomeni »Moli in delaj«.

Po svetu živijo različne redovne skupnosti z različnimi karizmami. Ena od najstarejših in najbolj povezanih z evangelijem je karizma služenja ubogim. Velika sodobna svetnica mati Terezija je to poslanstvo izrazila z besedami: »Sad molitve je vera, sad vere je ljubezen, sad ljubezni je služnje in sad služenja je mir«. Gotovo so našim očem prikrite marsikateri težave in

stiske, a življenje, ki so ga sestre izročile Bogu, odraža prav to umirjenost, ki je svet ne more dati. Nam oskrbovancem pa je dragocen dar, posebno v času, ko nas z vseh strani zasipajo s slabimi novicami.

Stanovalci smo s sestrami usmiljenkami povezani vsak dan, ne le ob nedeljah ali praznikih, ko so tudi v nekaterih drugih domovih svete maše ali obredi. S kratkim obvestilom smo povabljeni, da se preko hišnega radia ali v kapeli pridružimo obredom. Seveda tisti, ki to želi. Tistim, ki so »priklenjeni« na posteljo, sestre pri-





nesejo tudi sveto obhajilo. Pred »korono« je bila zjutraj vsak dan sveta maša. Ker v času epidemije ne more prihajati v Dom duhovnik od zunaj, imamo na srečo med nami patra, ki vsak dan mašuje v kapeli, mi pa se lahko udeležimo svete maše v sobah preko hišnega radia. Pri teh mašah redno sodeluje ena od sester usmiljenk, ki z branjem beril in s petjem polepša obred.

Vsak dan je v kapeli tudi molitev rožnega venca, ki se ji v času epidemije lahko pridružimo v sobah, v zadnjem času pa tudi v kapeli. Ko se z ženo sprehajava po parku ob Domu, je kar ganljivo videti sestre, ki odprejo balkonska vrata, da se pozdravimo in spregovorimo nekaj besed. Pogosto imajo v rokah rožne vence, molitev jih spremlja ves dan. Sledijo evangelijskemu svetu: »Nenehno molite!«.

Kot je lep zaključek dneva z molitvijo, tako naj se tudi življenje zaključi z molitvijo. V zadnjem letu se je poslovilo kar nekaj naših stanovalcev. Ob slovesu iz Doma pokojnik leži v poslovilni vežici. Lep obi-

čaj je, da se ob svojcih zberejo tudi sestre usmiljenke in zanj molijo. Tako se od tega sveta res poslavlja v »Božjem imenu«. V zadnjih mesecih to, žal, ni mogoče in vsi čutimo, kako ob odhodu nekoga izmed nas v večnost, nekaj pomembnega manjka.

Napačno bi bilo ob povedanem razumeti, da sem prezrl prijaznost, delavnost, strokovnost in druge vrline vseh, ki v Domu skrbijo za naše zdravstvene, telesne, duhovne in duševne potrebe. Izpostavil sem le tisto, kar menim, da je v Domu sv. Katarine posebej dragoceno. V težkih urah stisk in dvomov me vzpodbuja zgled sester, »da hočem verovati v nebeški svet, ki biva nad nami. Da hočem verovati, da je onkraj bolečine Tvoja tolažba, da je onkraj neuspehov brezkončno upanje, da me onkraj padcev Ti kličeš, vabiš, čakaš. Pridi Sveti Duh, da bi videl to, kar je očem nevidno. Pridi Sveti Duh, izlij svojo nadnaravno luč, da bom lahko živel na drugi ravni, vedno višji in globlji.«

Jože Marinko





Ko se ob vstopu v novo leto 2021 oziram nazaj v preteklo leto, se najprej Bogu zahvalim za vse, kar sem prejela od Njega in po bližnjih bratih in sestrah.

Ob okužbi z virusom Covid 19 sem bila skupaj z nekaj stanovalci (stanovalkami) v izolaciji – v rdeči coni. Ta je bila v prostoru naše delovne oziroma fizioterapije in še enem prostoru. Ob vsakdanji negi, postrežbi, sprejemanju težav in ovir, smo skupaj doživljali lepe trenutke povezanosti in preživeli lepe dni. Podelili smo si dobre misli, prebrali kaj lepega, molili. Poslušali smo tudi radio in prenos svete maše. Osebno sem bila nekako zelo vesela, ker sem v prostem času lahko brala knjige, ki so dvigale mojega duha.

Tukaj bi se rada zahvalila vsem, ki so nam v tem času stali ob strani, mislili na nas, nas podpirali in nam z vsakdanjimi drobcami pomagali. Tu je direktorica, ga. Sneža, g. Klemen, osebje v kuhinji, pralnici, medicinsko osebje, čistilke, recepciji, in sploh vsi, da koga ne izpustim. Vsem iskrena HVALA. Lahko rečem, da sem se ob podpori vseh vas, ki ste nam

blizu, čutila obdarjena z neizmerno pozornostjo. V tem novem letu želim, da bi ob vsem kar nam leto prinese, bili v podporo drug drugemu. Tako bo naše življenje lepo in srečno.

S. Alojzija Uršej

Skoraj leto je že minilo, odkar sem prišla v ta čudoviti dom in kolektiv, kjer so stanovalci še ljudje in ne zgolj številke. V današnjem svetu me moti, da smo ljudje med seboj tako odtujeni in hladni. Naš kolektiv je drugačen. Resnično delamo z roko v roki ter si med seboj pomagamo. Delam kot gospodinja. V začetku sem bila na oazi, sedaj sem pa že nekaj časa na vijolicah. Preden sem prišla sem, sem 12 let delala kot terenska delavka na pomoči na domu v Kranju. Tako kot na terenu, sem se morala tudi tukaj marsikaj naučiti o potrebah stanovalcev. Dokler se nisem navadila, je bilo kar naporno: kaj kdo rad je, pije, kaj lahko naredi sam in kdaj rabi pomoč. Česar koli nisem vedela, znala ali zmogla, sem lahko kogarkoli in kadarkoli vprašala ali prosila



za pomoč ter jo dobila. Dragi moji sodelavci en velik HVALA za vse.

Ravno ko sem se malo privadila delu, pa je prišel prvi val korone. Ta je postavil stvari na glavo. Nič več druženja, skupne telovadbe, praznovanj rojstnih dni, sv. maše, klepeta med seboj. Vsi so ostajali zaprti svojih sobah. Zopet se je bilo potrebno naučiti, kako najbolj zaščititi stanovalce in v novih razmerah delati z njimi. Vsem je bilo jasno kot beli dan, da bomo delavci tisti, ki bomo bolezen prinesli v hišo. Obroke smo postregli v sobah, sv. mašo so poslušali po ozvočenju, obhajilo pa so sestre prinesle na oddelek in v sobo vsakomur, ki je to želel. To, da imaš možnost biti pri sv. maši in prejeti obhajilo, mi je bilo samoumevno, v času karantene pa je bil to privilegij in pravi blagoslov. Takega privilegija nima veliko starostnikov niti doma, kaj šele v domovih. Ravno to mi je v tem domu všeč, da imajo starostniki možnost in se lahko prostovoljno pridružijo sv. maši. Bogu hvala za to.

Tako kot vse stvari, je šla tudi prva korona mimo. Začeli so se dopusti, v domu pa se skoraj ni poznalo, saj so nam prišli pomagat študentje in dijaki. Delo je bilo res lepo organizirano. Včasih pa nad naš kolektiv pridejo temni oblaki in kakšna nevihta. Skoraj tako kot doma. Pa vendar za tem posije sonček. Če takih dni ali uric ne bi bilo, sploh ne bi znali ceniti, kako se lahko imamo lepo.

Jesenski val korone pa je bil za vse precej težji. Korona je prišla na obisk nepovabljen, vendar smo jo morali sprejeti. Na vsakem dnevnem raportu nam je bilo naročeno kaj novega in bolj zakompliciranega. Ampak se nismo dali. Vsi skupaj smo



se učili in reševali trenutne razmere. Čisto enostavno je imeti navodila zapisana na papirju. Ko se začne zares, pa vidiš, da je treba improvizirati in stvari reševati sproti. Niti najboljši plan ne more predvideti vseh malenkosti.

Delovnik se je spremenil iz treh v dve izmeni. Delali smo cel dan, naslednji pa je bil prost. Na oddelku sta bila en negovalec in ena gospodinja. Kljub težjemu delovniku, smo se med seboj na oddelkih še bolj povezali. Ni bilo več delitve: za tega stanovalca skrbi negovalec, za drugega pa gospodinja. Delali smo še bolj z roko v roki. Ta korona nas je še bolj povezala, kar je vsaj ena dobra stvar pri njej. Preden pa nas je zapustila, je nekatere od stanovalcev vzela s seboj. Vsi skupaj smo se nekaj novega naučili in srčno upam, da ne pride več k nam.

Naše stanovalce prav občudujem. V starosti res ne potrebuješ veliko: nekaj hrane in pijače, topel prostor, suho plenicco predvsem pa družbo strpnih in potrpežljivih ljudi. Z leti postajajo spremembe veliko večje in jih težje sprejmeš. Odločitev, da odideš v dom, je zagotovo zelo velika sprememba.



Zdi se mi, da bi jo lahko primerjala s poroko: odideš od doma, kjer si bil sprejet, ljubljen in dragocen za starše. Ko prideš v drugi dom, je v začetku zelo težko, ampak imaš ob sebi ljubljenega soproga in je vse lažje. Skupaj premlevata in rešujeta težave. Z odhodom v dom pa mislim, da je še težje. Pustiti vse, kar si zgradil, tudi večji del stvari, na katere te vežejo spomini na preteklost, na lepe trenutke in mladost. Le malo tega moreš vzeti s seboj. V domu imaš samo sobico. Nekateri si to sobico delijo še z nekom. Tukaj nimáš svoje ljubljene osebe, h kateri bi se lahko stisnil, ko ti je težko.

Zato lahko vsem starejšim v sedanjem žargonu rečem, da so »carji«. Ja res, res ste občudovanja vredni, da kljub letom, tako dobro prenašate te velike spremembe. Nekateri nam to občasno pokažete, nekateri pa v sebi trpite in čakate, da bo vsega konec. Lažje je, če se z nekom pogovoriš, naj bo to tvoj sostanovalec, negovalec ali kdorkoli drug. Breme je lažje če ga nosiš z drugim.

Ema Oblak, gospodinja

Paulo Coelho je zapisal:

Kako se luč razlije po hiši?

Tako, da odpremo okna.

Kako vstopi luč v človeka?

Tako, da ta ljubezni odpre vrata.

Zaposleni v Domu svete Katarine ste prežeti s to ljubeznijo in predanostjo v oskrbi za naše drage svojce, ki so v teh težkih časih popolnoma odvisni od vašega neutrudnega dela, posebno tisti, ki so nepokretni in niso več sposobni komunikacije na daljavo. Ne moremo si niti misliti, koliko moči, energije, odrekovanja, zavzetosti, organizacije in iznajdljivosti je potrebno, da zmorete poskrbeti za vse.

Zato vam vsem izrekamo iskreno zahvalo. Svoje delo jemljete ne le kot službo, ampak tudi kot poklicanost, saj je to »luč« čutiti v celi hiši že ob vstopu vanjo. Vemo, da so besede le majhna podpora v teh časih, ko potrebujete sredstva in roke za pomoč. A tako bi radi izrazili našo globoko hvaležnost in spoštovanje.

Z vero in upanjem vas prisrčno pozdravljamo in želimo vse dobro,

družina Grabnar

Ravno na svoj god, 3. decembra 2015, je moja mami, Frančiška Cerar, prvič prestopila prag vašega doma kot nova varovanka. Skoraj pet let je bila v vašem domu. Konec meseca novembra bi dopolnila 88 let, pa jo je Bog prej poklical k sebi. Za celo obdobje bivanja pri Vas, bi se vam rada zahvalila za vso skrb, pozornost in prijazne besede. Zahvaljujem se celotnemu kolektivu, predvsem pa oddelku Vijolice, kjer je bila nastanjena. Resnično nikoli nisem odšla od nje ža-

lostna, saj sem vedela, da je zanjo dobro poskrbljeno. Mami mi je večkrat rekla: »Sem na toplem, skuhajo mi, pridejo pospraviti, kaj bi si želela še več, saj sama vsega tega ne zmorem.« Mami vam je bila hvaležna.

Tudi zadnji dan, ko se je poslavljal, mi je bilo dano biti ob njej in doživeti poseben občutek milosti tega trenutka z vso vašo podporo in zato se vam iskreno zahvaljujem.

Magda Hrovat





Žarki svete Katarine







Žarki svete Katarine



ZA BISTRE GLAVE IN DOBRO VOLJO

Smiselno povežite besede!

ROŽA	ČEVELJ
DREVO	OKNO
AVTO	CVET
HIŠA	LIST
NOGA	ROKAVICA
ROKA	REP
PES	SLUŠALKA
URA	VOLAN
TELEFON	KAZALCI

Katera slovenska mesta se skrivajo v naslednjih črkovnih skupinah?

POEKR

BUJLNALAJ

BIMAROR

KJAŠOF KOAL

JNKRA

LEVEJNE

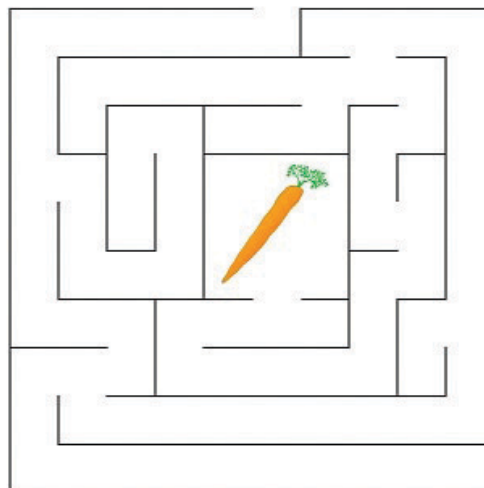
PRŽOTORO

RIPNA

CELEJ

ŠENGEM

Pomagajte priti zajčku do korenčka!



Vir: http://www.piki.si/labirinti/labirint_107_zajec_korenje.JPG

Rešite sudoku!

5	3			7				
6			1	9	5			
	9	8					6	
8				6				3
4			8		3			1
7				2				6
	6					2	8	
			4	1	9			5
				8			7	9

Vir: <https://images.app.goo.gl/ME7PdvLaeV431AoL9>

ZA DOBRO VOLJO

Dedek v lekarni

Dedek gre v lekarno po vitamini za svojega vnuka. Lekarnar ga vpraša: »Kateri vitamin: A, B ali C? Dedek mu odgovori: »Vseeno, moj vnuk še ne pozna abecede.«

Izobraženost

Pes Maks sreča drugega psa in ga pozdravi: »Hov, hov!« »Kikiriki!« odzdravi drugi. Ko ga Maks začudeno pogleda, mu ta pojasni: »Treba je znati tudi druge jezike.«

Zgubana

Učitelj glasbe sprašuje: »Boštjan, povej mi, kateri instrument je najstarejši?« »Harmonika.« »Po čem sklepaš?« »Ker je tako zgubana kot moja prababica.«

Zdravje

»Stara mama,« vpraša Lina, »ali Bog lahko zboli?« - »Ne, dragica.« Tedaj ji Lina pomoli časopis in pravi: »Tukaj piše: »Gospod Bog je poklical k sebi doktorja Kramarja.«

Razumljivo

Mama razočarano reče Sabini: »Ne razumem, kako imaš lahko tako slabeocene pri zgodovini. Ko sem jaz bila v šoli, mi je vselej šla dobro.« Sabina ji razloži: »Mami, ko si ti hodila v šolo, je bilo zgodovine veliko manj.«

Operacija

Po prestani operaciji odpeljejo bolnika nazaj v sobo. »Zelo sem vesel, da je vse minilo,« reče svojima sosedoma. »Ne veselite se prezgodaj,« ga posvari prvi sosed, »v mojem trebuhu so med operacijo pozabili košček vate in vse je bilo treba opraviti znova.« »To ni nič,« pravi drugi sosed, »v mojem trebuhu so pozabili škarjice ...« Tedaj se odpro vrata, kirurg pogleda v sobo in vpraša: »Ali je kdo videl moj dežnik?«

Težava

Župnik svojemu kolegu: »Vedno se pripravljam na pridigo pozno v noč, potem pa ne morem zaspati.« Kolega mu svetuje: »Preberi si katero od svojih prejšnjih pridig, pa boš zaspal.«

Janezek in župnik

Župnik: »Janezek, mi prosim poveš kje je železniška postaja?«

Janezek: »Ne!«

Župnik: »Daj no, ne bodi tak, povej mi kje je železniška postaja?«

Janezek: »Ne!«

Župnik: »Janezek, s takim obnašanjem pa ne boš prišel v nebesa!«

Janezek: »Vi pa na postajo ne.«

Kovanci

»Moj stric je numizmatik,« se hvali Luka.

»Kaj pa je to?« ga vpraša Žiga.

»Numizmatik je nekdo, ki zbira kovance.«

»Zmeraj te tuje besede! Včasih smo temu rekli berač!«

Stvarjenje

Katehet pri verouku vpraša otroke, naj povejo, kako je Bog ustvaril človeka. Dvignila se je neka deklica: »Najprej je Bog ustvaril Adama. Potem ga je pogledal in dejal: *Morda lahko naredim kaj boljšega, poskusimo!* In tako je ustvaril Evo.«



UGANKE

Petindvajset jih koraka,
a drugačna je prav vsaka,
kdor dodobra jih spozna,
je med knjigami doma.

(ADECEBA)

Beli zobje
pa še črni so vmes,
trebuh raztegne,
te vabi na ples.

(AKINOMRAH)



Na obzorju nariše se
pisana cesta,
vzpenja se kvišku,
nad hribe in mesta.

(ACIRVAM)

Na pomlad je Golica cela
od belih cvetk vsa bela, bela.
Zelo grdo ljudje ravnaajo,
ki toliko rožic pokončajo.

(ASICRAN)



Najbolj zlat je med zlatniki
in bolj vroč kot ognjeniki,
je vesoljni kralj obzorja,
zemljo greje in vsa morja.

(ECNOS)

Zlahka na eni nogi stoji,
ko žabe v mlaki lovi.
Na dimniku gnezdi najraje,
jeseni pa v južne gre kraje.

(AJLKROTŠ)

Zbral: Jan Celarec





Žarki svete Katarine







*Prijazne besede so lahko kratke in lahkotne,
a njihov odmev je neskončen.*

Mati Terezija



Z upanjem v jesen življenja



ZAVOD USMILJENK
duhovno-karitativni in prosvetni zavod

Dom svete Katarine

Zavrta 45, 1234 Mengeš
telefon: 059 365 400
telefaks: 059 365 401
facebook profil: Dom sv. Katarine
e-pošta: dom.sv.katarine@zavod-usmiljenk.si
www.zavod-usmiljenk.si

