

БУДИЛНИК



Лист Геронтолошког центра „Нови Сад“
Бесплатан примерак



ГЦ „Нови Сад“ излагао на Сајму за пензионере



Студенти краљевске академије из Хага
у дому на Лиману



Градоначелник посетио
РЈ „Помоћ у кући и нега“

САДРЖАЈ

РЕЧ УРЕДНИКА	3
АКТУЕЛНОСТИ	
Градоначелник посетио РЈ „Помоћ у кући и нега“	4
Геронтолошки центар „Нови Сад“ излагао на Сајму за пензионере	5
Концерт европских првака, Гимназије „Јован Јовановић Змај“	6
Програм Удружења НВО „Трандафил“	7
Осмомартовске изложбе у домовима	8
Студенти Краљевске академије из Хага у дому на Лиману	9
Обележавање краја Великог рата у Клубу „Пролеће“	9
Десетогодишњица постојања Дневног боравка за одрасла и старија лица	10
Пројекат РЈ Прихватилиште за одрасла и старија лица	12
Сарадња са Удружењем пензионера Града Новог Сада	13
Обележена годишњица постојања Шаховског клуба „Пензионер“	14
Пријатељски турнир у пикаду	15
УСЛУГЕ	
РЈ Помоћ у кући и нега	16
САВЕТ ЛЕКАРА	
др Тајана Николић - Алергије код особа старије животне доби	18
ЛИКОВНА АЗБУКА	
Персида Малуцков- Шпанска уметност	19
ПЕСНИЧКИ КУТАК	21
КОРИСНИЧКИ КУТАК	23

„БУДИЛНИК“, интерно гласило Геронтолошког центра „Нови Сад“

Издавач: Геронтолошки центар „Нови Сад“, Фрушкогорска 32, 21000 Нови Сад

Телефони: +381 21 450 266; +381 21 6 350 542; Факс: +381 21 6 350 782;

web site: www.gerontns.co.rs e-mail gerontns@neobee.net

За издавача: Славица Шкрбић, директор Геронтолошког центра „Нови Сад“

Уредник: Ружица Вукић Рајић, организатор културних активности

Сарадници у овом броју: Маја Бабић, помоћник директора; Стеван Булић, организатор активности у клубовима; Бранкица Кресић, организатор активности у клубовима; Тоња Мирковић, руководиоца

РЈ Помоћ у кући и нега, Анђела Костић, социјални радник РЈ Помоћ у кући и нега; Милош Костић, социјални радник РЈ Прихватилиште за одрасла и старија лица; Снежана Сабо, руководиоца РЈ Дневни боравак за одрасла и старија лица

Интернет презентација: Немања Ђурић

Графичка припрема: Зоран Рац

Штампа: „САЈНОС“ доо, Нови Сад, sajnosns@gmail.com

Тираж: 500 примерака

CIP – Каталогизација у публикацији
Библиотека Матице српске, Нови Сад

613.98 (497.113 Нови Сад)

БУДИЛНИК : Интерно гласило Геронтолошког центра „Нови Сад“ /
уредник Ружица Вукић Рајић – год. 10 бр. 27 (2018.) – Геронтолошки
центар „Нови Сад“, 2018. – илустр. 30 cm

Квартално
ISSN 2217-5490
COBISS.SR – ID 263658247



Поштовани чииаоци,

Досегнусмо лагано, успаваним, тромим, зимским кораком и до пролећа.

Пролеће је моје омиљено годишње доба и волим га таквог зеленог, лепршаваог и цветног. Статистике кажу да су људи најзадовољнији управо у марту, априлу и мају. Тада све постаје некако другачије, интензивније. Појачано се луче хормони среће, па је то добар тренутак за нове почетке. А увек се може почети из почетка, без обзира на године. Треба само довољно јако желети, а познато је да жеља буди машту, па се осећамо слободније и креативније. Креативније у писању, сликању, штрикању, стварању... Креативност се огледа у сваком кутку, ходнику, соби и на зидовима Геронтолошког центра.



Пролећно сунце, кажу психолози, производи лепа осећања, па Вас позивам да их поделимо. Можемо их делити са комшијом уз јутарњу кафу, са цимерима у поподневном одмору, на папиру, у шетњи, на будућем излету, на хорској секцији, на јутарњим вежбама код физиотерапеута, на спортским играма код радних инструктора, на дружењу уз музику, или на културним програмима... Да културне активности утичу на срећу доказала је објављена студија британских научника. Према поменутом истраживању утврђено је да особе које се баве културним активностима, или их посећују, задовољније су животом без обзира на то колико су образоване, или богате. Осим доброг расположења, културне активности могу да донесу и добро здравље, уклањају депресију и чине живот задовољнијим.

Зато, искористите позитивне утицаје повећане количине сунца за инспирацију и подстрек у стварању, јер најлепше се ствара у пролеће. Не верујете ми? Покушајте, па ми јавите. Листови вашег „Будилника“ чекају да ваше упаковане мисли, насликане облике, шаренолике активности објаве.

Ваш уредник,
Ружица Вукић Рајућ



Градоначелник посетио РЈ „Помоћ у кући и нега“

Дан жена, 8. март запосленима у РЈ Помоћ у кући и нега улепшао је својим доласком градоначелник Новог Сада Милош Вучевић. Повод његовог доласка био је, управо, обележавање Међународног дана жена, те је и поклониио запосленим дамама букете цвећа. „Ово је прилика да, честитајући 8. март женама које су овде запослене, кажемо велико хвала свим запосленима у Геронтолошком центру „Нови Сад“, нагласио је градоначелник.

Град Нови Сад финансира из буџета ову радну јединицу, као и све отворене облике социјалне заштите, иако је оснивач геронтолошког центра Покрајина Војводина. Градоначелник је одабрао баш ову службу, јер се ове године навршава четрдесет година њеног рада. Поводом јубилеја Град Нови Сад ће обезбедити нова возила за службу како би запослени једноставније могли да дођу до својих корисника.

Директорица Установе Славица Шкрбић захвалила се градоначелнику на посети и подршци коју Град пружа Геронтолошком центру „Нови Сад“.





Геронтолошки центар „Нови Сад“ излагао на Сајму за пензионере

Геронтолошки центар „Нови Сад“ представио је своје услуге на 4. Сајму за пензионере, у Новом Саду. На изложбеном простору Установе посетиоцима се нудила могућност провере здравственог стања. Такође, уз помоћ радних инструкторки, посетиоци су се могли упознати са креативним радионицама у оквиру радне терапије, док је детаљније информације о значајним дешавањима у оквиру наше Установе нудио часопис „Будилник“.

Поред излагања, ГЦ „Нови Сад“ представио се и као учесник у програмском делу. Хорска, фолклорна и литерарна секција РЈ Клубови за старија и одрасла лица имала је запажен наступ. Хорску и фолклорну групу предводио је дугогодишњи сарадник Геронтолошког центра, уметнички руководиоц, господин Милорад Брзак.

Манифестацију под слоганом „За безбрижну старост“ отворио је Милан Кркобабић, министар без портфеља у Влади Републике Србије задужен за регионални развој и координацију рада јавних предузећа. Присутнима се обратио и покрајински секретар за социјалну политику демографију и равноправност полова Предраг Вулетић, који нам је указао част посетивши изложбени простор наше Установе.



Концерт европских првака, Гимназије „Јован Јовановић Змај“

Геронтолошки центар „Нови Сад“ имао је част да у просторијама дома на Лиману и дома на Новом насељу угости ученике Гимназије „Јован Јовановић Змај“. Талентовани, млади ђаци припремили су изврстан културно-забавни програм за кориснике домова. Концерт су извели соло певачи, чланови хора и оркестар под уметничким руководством диригента Јована Травице. Захваљујући труду, стручности и надасве великом квалитету господина Травице, овај хор осваја прва места где год да се појави, било да су то републичка такмичења, било да су европска. Четрнаест година заредом најбољи су на републичком такмичењу средњошколских хорова, а последње четири године су и носиоци златних медаља на интернационалним фестивалима (у Братислави, Прагу, Фиренци и Литванији).



Сведок квалитета њиховог наступа су и више него задовољни корисници дома, који су их наградили богатим аплаузом и речима хвале.

У знак захвалности за одржан хуманитарни програм, организаторка културних активности Ружица Вукић Рајић уручила је признање Установе диригенту Јовану Травици.



Програм Удружења НВО „Трандафил“

Корисници дома на Лиману имали су прилику да, по први пут, уживају у културно-забавном програму, који је за њих припремило Удружење НВО „Трандафил“ заједно са Академским културно-уметничким друштвом „Соња Маринковић“.

Удружење је основала и успешно води већ осам година госпођа Милена Јовичин.

НВО „Трандафили“ из Новог Сада је непрофитно удружење, које се бави очувањем културне баштине Новог Сада и шире друштвене заједнице и очувањем и неговањем националног и културног идентитета, пре свега српске и грчке заједнице.

Разлог и циљ постојања поменутог Удружења је да се негује култура, социјална и политичка историја Новог Сада и шире друштвене заједнице. Поседују секцију за издаваштво – за објављивање књига, публикација и њихово промовисање, за организовање изложби, форума, трибина, затим женску групу певача (ЖГП) са оркестром за музичко-сценске наступе. Баве се и пројектима, мултикултуралног карактера, у циљу развијања духа толеранције (међу њиховим члановима има Срба, Грка, Мађара, Русина, Словака и представника других мањинских заједница). Такође, председница Удружења, већ пуних 14 година, је позната и по својим хуманитарним радом кроз акцију „Придружи се“.

Корисницима дома програм су извеле чланице Женске певачке групе на челу са уметничким руководиоцем господином Добривојем Јанковићем. Употпуњујући и обогаћујући свој рад и своја музичка сазнања, Женска група певача сарађује и са другим мањинским заједницама у Новом Саду и Војводини проширујући своје музичке видике. На овај начин репертоар ове реномиране женске групе певача обухвата врло широк опсег народних песама, поштујући и ценећи, пре свега, поднебље и средину у којој живи и ради. Овог пута су отпевале сплет песама из Војводине (српске, буњевачке, мађарске, словачке...), српске песме са Космета и неколико македонских народних песама.



Осмомартовске изложбе у домовима

Сваке године, традиционално, Међународни дан жена, 8. март обележава се у свим домовима Геронтолошког центра „Нови Сад“ изложбама слика и ручних радова корисника, рађених у радној терапији уз стручну помоћ радних инструкторки. На овај начин наша Установа омогућује корисницима афирмисање и ширење старих заната, упознавање са новим техникама рада, као и могућност да се на што креативнији начин утроши слободно време.

На крају, традиција спојена са спретношћу и умећем резултира увек добром посећеношћу.

Да би изложбе биле свечаније и лепше, праћене су и квалитетним културно-забавним програмом. Овог пута свечано отварање у дому, у Футогу, увећао је Лука Марчета, ученик музичке школе „Исидор Бајић“ (огранак у Футогу). Он је извео композиције на хармоници.

У дому на Лиману организован је изврстан наступ хорске секције дома заједно са дечијим оркестром Друштва младих музичара „Инструментал“, на челу са уметничким руководиоцем, господином Србом Јанковим. Након програма деца су поклонила дамама цветиће, које су сама правила.

Изложбе су отворили корисници (Зора Бојанић, дом на Лиману, Снежана Николић, дом на Новом насељу и Евица Јокић, дом у Футогу), а управници домова одржали су поздравни говор у име Установе. Због свог занимљивог, надахнутог и богатог садржаја, овог пута објављујемо говор прим др Бранка Миличевића, управника дома на Лиману, који се надовезао на песму „Дан жена“, коју је прочитала корисница Зора Бојанић.

„За љубав и за живот је потребно двоје! Нити је самостална жена комплетна, нити је мачо мушкарац савршен. Само једно, жена и мушкарац могу бити све - јесу две природне супротности, али својим уравнотеженим међудејством стварају живот. Тако смо и ми настали и захваљујући различитим сплетом околности нашли се сада на овом месту.

Ту смо да видимо изложбу наших корисника. И колико год мислимо да их знамо и познајемо, увек нас изненаде својим свежим идејама и вештином којом, од готово ничега, стварају лепа и корисна дела. Изложба је продајна, тако да део те лепоте можете понети са собом да вас подсети на овај дан, када славио Дан жена, љубав и живот.

Колико је било у мојој моћи, за данас сам наручио лепо време и сунчан дан да лакше схватимо колико енергије и јаке светлости добијамо од Сунца, чија старост се мери милионима година. Увече ће се појавити нешто млађи Месец да нас подсети да нам је после напорног дана потребно време за размишљање и одмор; да схватимо како нам те две супротности, Сунце и Месец, дан и ноћ, топлота и хладноћа, доносе већ милионима година преко потребну равнотежу. И да, кад гледамо у небо, видимо и наше претке који нам се осмехују и навијају за нас, као што ћемо се и ми једног дана осмехивати нашим потомцима.“



Студенти Краљевске академије из Хага у дому на Лиману

Кориснике дома на Лиману, у марту месецу, посетили су студенти из Холандије са Краљевске академије приликом реализације једног дела свог пројекта под називом „Fieldtrip“. Сврха посете био је уметничко-истраживачки пројекат катедре за фотографију новосадске Академије уметности и Краљевске академије уметности из Хага.

Студенткиња из Холандије, Нина Шолард, у пратњи студената са Академије уметности из Новог Сада, фотографисала је портрете заинтересованих корисника дома и кроз разговор са њима покушала је да добије одговоре на питања о начину живота у доба СФР Југославије и односа према новој идеологији након социјализма. Циљ оваквог вида разговора и целог пројекта је да се открије култура града и земље у којој бораве.

Након разговора са корисницима дома, студенти су отишли поневши са собом позитивне утиске и задовољство испуњено ведром атмосфером, која је владала током размене искустава између млађе и старије генерације.



Обележавање краја Великог рата у Клубу „Пролеће“

Чланице Клуба „Пролеће“, познате су по неговању културе, историје и традиције кроз ручне радове и квалитетне културне програме. У свему томе велику подршку и помоћ налазе у председнику клуба Бранку Ранитовићу.

У априлу месецу, Клуб „Пролеће“, из Бегеча, приредио је за кориснике клубова и госте културни програм поводом сто година од завршетка Првог светског рата. У име клуба присутне је поздравила Марија Булић, председница секције жена ручног рада, а испред Установе Стеван Булић, организатор активности у клубовима.

У програму су учествовали Миодраг Миша Близанац, диригент националног хора „Исон“ и хора просветних радника „Просветитељи“, као и ученици драмске групе Српског народног позоришта у Новом Саду, који су извели представу писану по тексту професорице књижевности, Јелене Данко.

По завршетку програма, председник Клуба „Пролеће“ позвао је присутне на послужење.



Десетогодишњица постојања Дневног боравка за одрасла и старија лица

Радна јединица Дневни боравак за одрасла и старија лица припада отвореним облицима социјалне заштите и пружа дневне услуге у заједници лицима трећег животног доба, који су хронично оболели, са инвалидитетом и лицима у почетном стадијуму деменције. Овакав вид услуга пружа корисницима подршку да што дуже бораве у свом непосредном окружењу са породицом.

Дневни боравак је основан 1. јула 2008. године и ова година представља деценију његовог рада и постојања у оквиру Геронтолошког центра „Нови Сад“. Почео је као пилот пројекат под називом „Унапређење социјалне заштите старих лица на подручју Новог Сада“, који је подржала Амбасада Италије, регија Emilia Romagna, хуманитарна Организација „Progetto Sviluppo“, као и Управа за социјалну и дечију заштиту Града Новог Сада. Од великог је значаја за старија лица, јер им нуди задовољење основних животних потреба, а то је социјална интеграција, дружење у пријатној атмосфери са својим вршњацима.

Дневне активности у оквиру Дневног боравка задовољавају, поред социјалне, и психолошку, здравствену, културно-забавну и физичку димензију живота старијих лица. У складу са личним афинитетима корисник се укључује у следеће услуге ове радне јединице:

- превоз од стана корисника до Дневног боравка и назад;
- исхрана (доручак, ручак и, по налогу лекара, ужина);
- одржавање личне хигијене (купање, прање и шишање косе, уређивање фризура, нега ноктију...);
- здравствена заштита (мерење виталних функција, давање оралне терапије, физикалне терапије и рехабилитације, прање здравственог стања);
- групна кинезитерапија;
- организовање слободног времена корисника путем радно-окупационих, културно- забавних и спортско-рекреативних активности (ручни рад, израда различитих предмета, сликање, играње друштвених игара, певање, слушање музике, прањење тв програма, читање дневне штампе и књига из библиотеке, прославе рођендана, као и посећивање културно-забавних програма у дому на Новом насељу, које припрема организаторка културних активности).

Да бисте остварили право на услуге Дневног боравка потребно је да поднесете молбу у Центру за социјални рад Града Новог Сада, у улици Змај Огњена Вука бр. 13 и приложите следећу документацију:





- фотокопију личне карте;
- фотокопију здравствене књижице;
- фотокопију извода из матичне књиге рођених;
- последњи чек од пензије;
- извештај лекара опште праксе.

Након обраде, документација се, из Центра за социјални рад, шаље нашој Установи, која обавештава будућег корисника, или сродника о почетку примања услуга.

Добродошлицу новом кориснику пружају љубазни запослени радници: руководиоц Снежана Сабо (медицинска сестра), аниматор слободног времена Весна Штегер,

физиотерапеут Емил Рајчић и неговатељица Рада Бркљач. Они, између осталог, врше и адаптацију старијег лица приликом доласка у нову средину кроз индивидуалне и групне разговоре, а у оквиру радно-окупационе терапије спроводе активности које имају за циљ психосоцијалну и функционалну рехабилитацију, те утичу на очување и унапређење особе. Радна терапија представља и превенцију психичких сметњи тако што спречава апатију и депресију, јер кроз рад јача концентрацију и везу са стварношћу. Квалитет и стручност њиховог рада најбоље потврђује лиценца добијена 2016. године од Министарства за рад, запошљавање, борачка и социјална питања.

Капацитет Дневног боравка је 20 корисника, а радно време је усклађено са потребама корисника: 7-17 часова.

Уколико желите да постанете корисник услуга РЈ Дневни боравак за одрасла и старија лица, можете се обратити на контакт телефон 021/4889-512.



Пројекат РЈ Прихватилиште за одрасла и старија лица

Почела је реализација пројекта под називом „Помози, подржи, победи“, којим су обухваћени психички очувани и радно способни корисници услуга РЈ Прихватилиште са Прихватном станицом.

Основни циљ пројекта јесте да се стицањем основних животних вештина, психолошким оснаживањем и подршком, као и радним оспособљавањем на одређеним пословима створе услови за ресоцијализацију, тј. за излазак из стања бескућништва, односно услови за осамостаљивање особа обухваћеним овим програмом.

Паралелно са овим активностима корисници су радно ангажовани у пластенику, који је постављен у Дому за стара лица у Футогу. Стручну помоћ у вези рада у пластенику пружа професор и ученици из Пољопривредне школе из Футога.

Принцип производње пластеника је план органске производње, што подразумева постојање компосишта (органско ђубриво) чију сировину корисници сами обезбеђују (лишће, свежа покошена трава, остаци хране и сви органски остаци из Прихватилишта). Поред пластеника и компосишта извршено је и бушење бунара и постављена је одговарајућа пумпа, за такозвано наводњавање „кап по кап“.

Уз пластеник, компосиште и бунар са пумпом имамо заокружен циклус за производњу током целе године следећих врста поврћа: салата, млади лук, ротквица, парадајз, паприка, краставци, тиквице, млади кромпир, као и сезонског цвећа.

Такође у сарадњи са Пољопривредном школом из Футога, ученици ове школе обучавају кориснике Прихватилишта са свратиштем за прављење одређених кулинарских производа, односно за узгајање одређених пољопривредних култура.

Очекивани резултати:

- Активно и редовно учешће корисника у групном социјалном раду као и у радним активностима, оснажиће и мотивисати саме кориснике за промену квалитета живота;
- Позитивне промене код корисника на емотивном, понашајном и когнитивном нивоу;
- Корисници ће стећи одређене радне вештине које ће им помоћи да у будућности самостално воде живот;
- Радним ангажовањем у пластенику корисници ће се осећати корисним и испуњеним;
- Сарађујући са ученицима корисници ће се осећати да нису одбачени, односно да су прихваћени од стране других упркос проблемима који су их задесили.

Пројекат је писао Милош Костић, социјални радник РЈ Прихватилишта у сарадњи са запосленима у Установи, а финансиран је од стране Града Новог Сада, Градске управе за дечију и социјалну заштиту.



Сарадња са Удружењем пензионера Града Новог Сада

Годинама уназад наша Установа негује квалитетну сарадњу са КУД-ом Удружења пензионера Града на челу са председницом госпођом Олгом Ковач.

Културно- уметничко друштво Удружења окупља талентоване људе треће животне доби и пружа им могућност да те своје таленте негују, развију и покажу. У оквиру КУД-а постоје разне културно-забавне секције које им то омогућују: музичка, фолклорна, литерарна, драмска и ликовна. Чланови секција учествују у разним културним програмима на смотрама, фестивалима, отварањима... Тако су и домови и клубови Геронтолошког центра „Нови Сад“ имали прилике да угосте готово све њихове секције. У току ове календарске године у домовима је гостовала њихова драмска, фолклорна, музичка и литерарна секција. Драмска секција је наступила са својом шаљивом представом „Приче из наше улице“ чији је аутор текста, сценограф и драматург госпођа Зузана Карлечик, чланица КУД-а и литерарне секције клубова. Пре почетка представе, корисницима дома представили су се и поједини чланови њихове литерарне секције. Задовољство корисника огледало се у смеху и великом аплаузу, којим су извођачи награђени.

Свој таленат и велики рад показала је и фолклорна секција под уметничким руководством господина Саве Цвијанова, која је наступила у дому у Футогу заједно са соло певачима и песницима КУД-а. Корисници дома узвратили су песмом Недељка Грађина и тиме, уједно и, узели учешће у програму.

Добра сарадња је, уједно, и пут до пријатељства, те ће се она неговати и у будуће на обострано задовољство и корисника наше Установе и чланова КУД-а.



Обележена годишњица постојања Шаховског клуба „Пензионер“

Шаховски клуб „Пензионер“ основан је 21.02.1996. године у Клубу за старија и одрасла лица „Иво Андрић“. Клуб су основали двадесет и двоје пензионера, а иницијативни одбор чинили су Милован Обрадовић, Никола Москаљ, Тилка Миличић, Божа Тица, Ненад Свитлица и Славко Секулић. Тренутно, клуб има 27 регистрованих чланова.

Већина чланова ШК „Пензионер“ уједно су и чланови Клубова за старија и одрасла лица Геронтолошког центра „Нови Сад“. Од оснивања учесници су Новосадске лиге, као и разних такмичења у граду и покрајини и познати су по успесима. Увек су у горњем делу табеле.

Ове године, као и претходне, ГЦ „Нови Сад“ изашао је у сусрет члановима поменутог клуба и обезбедио им просторију Клуба „Оаза“ за одржавање меморијалног турнира под називом „Недељко Рудић“. Недељко Рудић био је подпредседник клуба, а након његове смрти супруга му је постала спонзор такмичења, које носи његово име. Турнир је организован поводом 22. године постојања клуба и играо се по Швајцарском систему паровања. Судије су били ФА Кресоје Нотарош и НА Ненад Малешев.

Обележавање годишњице започето је свечаном седницом, коју је водио секретар клуба Цветко Вуковић, а председавао је и председник Божидар Карличић. Након седнице, Добринка Обровски, чланица литерарне секције клубова, прочитала је своју песму, чиме је и отворен турнир. Играло се на 22 табле, а завршило се доделом пехара и поклон књигама („Војвођанске приче“ од Вање Чобанов и „Недељко, сећања“ од Косовке Рудић). Одржавање турнира помогли су: ГЦ „Нови Сад“, породица Рудић Недељка, породица Славка Секулића, Удружење пензионера Војводине, Удружење пензионера Града Новог Сада, пицерија „Ћао“ и пекара „Бакер плус“.

Шаховски Клуб „Пензионер“ својим постојањем и ангажовањем, заједно са својим сарадницима, као што је Геронтолошки центар „Нови Сад“, чини да живот пензионера у дружењу и такмичењу буде лепши и лакши.



Пријатељски турнир у пикаду

У дому у Футогу, по први пут је организовано пријатељско такмичење клуба за старија и одрасла лица и дома. Увидевши потребу за таквим видом активности, организаторка активности у клубовима Бранкица Кресић и радна инструкторка Гордана Павловић дошле су на идеју да реализују заједничко такмичење у ком ће учествовати чланови Клуба „Козара“ и корисници дома у Футогу. Турнир је био појединачни, а за прва три места додељене су награде у виду захвалница. Прво место освојила је Драгица Савић, корисница дома у Футогу, друго Даринка Јуришић, такође корисница дома, а треће Гордана Бјелић, председница Клуба „Козара“.

Задовољни протеклим турниром, корисници су изразили жељу да се оваква пријатељска такмичења наставе и у будуће, као и да се прошире и на друга спортска такмичења.



РЈ Помоћ у кући и нега

У склопу Геронтолошког центра «Нови Сад» послује Радна јединица „Помоћ у кући и нега», која је основана 1978. године да би пружала услуге старијим, изнемоглим, хронично оболелим лицима, као и другим лицима која нису у стању да се сама старају о себи (лицима са инвалидитетом), а чије је пребивалиште на територији Новог Сада.

Циљ рада ове радне јединице је подршка што дужем и квалитетнијем самосталном животу корисника у свом домаћинству.

Услуге помоћи у кући обухватају:

- чишћење просторија у којима борави корисник, као и просторија које су непосредно везане за личне потребе корисника;
- мењање и одржавање личног рубља и постељине (стављање рубља и постељине на машинско прање, пеглање);
- припрема једноставнијих оброка за корисника, сервирање хране, помоћ при храћењу, прање посуђа након оброка;
- набавка прехранбених и других производа за корисника, плаћање рачуна корисника, куповина лекова корисника и др;
- доношење огрева и брига о проветрености и загрејаности просторија у којима корисник борави.

Услуге неге обухватају:

- помоћ при одржавању личне хигијене непокретних корисника (купање, прање косе, шишање и уређивање фризура, нега ноктију);
- помоћ при храћењу непокретних корисника;
- промена личног рубља и постељине непокретних корисника;
- превенција и обрада декубитуса;
- контрола виталних знакова (мерење крвног притиска, мерење температуре исл.);
- пласирање и одржавање хигијене катетера, одржавање хигијене трахеја, гастростоме и илостоме;
- едукација корисника и чланова породице о принципима основне здравствене заштите.

Ове поменуте услуге пружа стручно обучено особље, које је спремно да адекватно одговори на специфичне и многобројне потребе корисника наших услуга, а то су: руководилац РЈ, социјална радница, главна медицинска сестра, тријажерке, медицинске сестре-техничари, неговатељице и спремачице.

Корисник услуге може користити два, три или пет пута недељно у трајању од по један сат дневно у току радног времена од 7 до 15 часова. Највише може да добије четири сата у току недеље.

Одлуку о томе која врста услуга је потребна доноси стручна служба Центра за социјални рад Града Новог Сада.

Центар за социјални рад Града Новог Сада је упутни орган, те да би остварили право на услуге ове радне јединице потребно је да поднесете захтев у Центру за социјални рад, у улици Змај Огњена Вука, број 13. и приложите им одређену документацију.



Од документације је потребно:

- 2х фотокопија личне карте;
- 2х фотокопија медицинске документације;
- чекови од пензије за последња три месеца;
- потврда из Националне службе за запошљавање (уколико сте незапослени).

Након достављања документације социјални радник из Центра за социјални рад и тријажер из РЈ Помоћ у кући и нега ће изаћи у кућну посету где ће утврдити потребан обим услуга за корисника. Обим услуга се утврђује на основу здравственог стања корисника, степена бриге сродника или других особа, и личног опредељења корисника. Непосредно након тога креће се са реализацијом услуга.

Цену услуге одређује Центар за социјални рад Града Новог Сада. Пуна економска цена је 530,00 динара по једном часу услуге. Уколико се доставе документа везана за примања, цена иде од 0,00 до 265,00 динара по једном часу. Разлику финансира Град.

Потреба за овим видом услуге у граду је велика, што сведочи велик број корисника. На месечном нивоу услуге ове радне јединице добија 230 корисника. Министарство за рад, запошљавање, борачка и социјална питања препознао је квалитет рада РЈ Помоћ у кући и нега и доделио јој је лиценцу за рад 2016. године.

Ова радна јединица труди се да пружи што квалитетнију услугу својим корисницима, па је, из тог разлога, ангажована и на писању и реализовању пројеката. Пројекат „Превенција насиља над старијим особама“ (2016. године), финансиран је од стране Покрајинског секретаријата за здравство, социјалну политику и демографију.

Такође, ускоро треба да почне са реализацијом пројекат „Подршка тешко покретним и непокретним особама- услуга превоза у санитетском возилу уз пратњу“, финансиран од Покрајинског секретаријата за социјалну политику, демографију и равноправност полова.

Уколико желите да постанете корисник услуга РЈ Помоћ у кући и нега, можете се обратити на контакт телефон 021/450-266, локали 204, 205. и 206.



Пише: др Тајана Николић,
руководилац Радне јединице Здравствене заштите

Алергије код особа старије животне доби



Алерија настаје услед неправилног рада имуног система.

Скоро половина наше популације има проблем са неком врстом алергије. Велики број ових алергија повезан је са годишњим добима. Сезонске алергије су реакције, које изазивају полен, буђ, или трава.

Март и април су месеци када је актуелан полен дрвећа, а полен трава прави проблеме од маја до јула (а некад чак до краја августа), док је полен корова у ваздуху од краја јула све до октобра.

Симптоми алергија укључују кијање, пецкање и свраб у носу и очима, цурење носа и генералну иритацију коже и слузокоже. Ови симптоми могу изазвати, после дужег времена, главобоље, затвор, грозницу, притисак у глави, бол у синусима и упорни кашаљ.

Сезонске алергије нису обољење, али знатно отежавају живот, поготово старијим особама. Због алергије ће се осећати уморно и исцрпљено, па ће бити мање мотивисани да буду активни и уживају у лепим и топлим данима.

Многи мисле да је немогуће да старији људи имају ове пролећне алергије уколико их нису имали раније, па симптоме не уоче на време. Алергије се могу развити у било ком тренутку и утицати на људе свих година. То што прошле године нисте имали проблем са поленском кијавицом или алергијом на амброзију, не значи да ове то не може да вам се деси.

Постоје начини да се оболелом олакша ово стање:

- Обавезно реците симптоме алергија лекару да би вам помогао да их ублажите и максимално олакшате живот у том периоду;
- Алергије нису обољење, али могу да имају озбиљан утицај на здравље старијих особа. Ако већ имате кардиоваскуларних проблема, тешко дисање, кашаљ и кијање могу да буду веома опасни. Алергије обавезно лечите на време и на прави начин како би сте избегли озбиљне последице;
- Обавезно разговарајте са лекаром пре него што почнете са било каквом терапијом за алергију. Многи лекови изазивају симптоме попут вртоглавице, раздражљивости и умора. Такве нуспојаве повећавају ризик од пада, или могу утицати на ефекте других лекова и зато је лекар ту да посаветује када је најбоље и у којој дози дати такав лек;
- Лекови нису једино решење. Обогаћите исхрану свежим воћем, поврћем и орашастим плодовима, грожђем, јабукама, наранџама и парадајзом;
- Држите прозоре затворене да би сте избегли улазак полена. Уградња квалитетног прочишћивача ваздуха уклања и 99% алергена из ваздуха;
- Након изласка се истуширајте и обуците чисту одећу да би сте уклонили остатке полена;
- Свакодневно испирајте нос сланом водом и пијте пуно течности.

На овај начин, лакше ћете поднети све симптоме алергије.



Пише: ПЕРСИДА МАЛУЦКОВ- ликовни педагог у пензији, предавач у школици сликања клубова за стара и одрасла лица

Шпанска уметност

приказом дела Дијега Веласкеза уводимо вас у лепоту шпанског сликарства.

ДИЈЕГО РОДРИГЕЗ ДЕ СИЛВА

Познатији је био под именом Веласкез. Рођен је 1599. године, у Севиљи, престоници Каталоније. Рано се почео бавити сликарством и у том му је највише помогао сликар Франциско Пачек. Рано је и стекао титулу мајсторства и касније постао главни сликар на двору Филипа IV, који му је омогућио да овековечи у портретима читав шпански двор.



Стара куварица - Ово је једна од слика из раније епохе сликара, када се радије бавио приказом слика из живота. Бака прави кајгану, можда и прича са дечаком, али овај мали тренутак приказан је убедљиво уз мноштво других детаља.

Девојке у ткачници Ђилима - Слика девојака у раду је једна од ранијих Веласкезових радова. Већ на самом почетку је прихватио да може да слика само директно по посматрању и да ништа не измишља, или додаје. Гледајући слику добијате утисак да ове жене заиста раде, договарају се и причају међусобно. Са приказом једне таписерије на зиду у позадини, сликар дочарава дубину простора.



Папа Иногентио X - Један је од ретких портрета високог црквеног племства.

Веласкез је у два наврата боравио у Риму, у пратњи свога краља Филипа IV. Тако му је омогућено да портретише папу. Слика успешно приказује нарочито одећу- прозирност и сјај свиле.

Краљ Филип IV на коњу - Веласкез је рано својим радом постао миљеник краља Филипа IV. Тако је настао и овај портрет са безброј детаља на краљевој одећи уз измишљени тренутак приказа краља на седлу коња.





Дворски пајац Нано са псом - Слика нам даје невероватан однос малог човека и пса. Уз то даје лепоту одеће пајца и перја на његовом шеширу.

Принцеза Мариана од Аустрије – Ово је један од многобројних портрета са шпанског двора. Сликареви портретисти су сатима стајали да их он прикаже. Сви детаљи (фризура, безброј детаља на хаљини, прозрачност беле марамице) приказани су пажљиво.



Младе племкиње – Ово је једна од најлепших сликаревих дела. Настала пред крај његовог живота доказује способност сликара да уђе у све проблеме на слици.

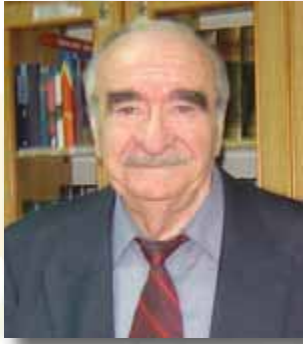
Централни део посвећен је главном лику- малој девојчици коју облаче служавке, ту су и дворски кепеци, њени забављачи, па чак и њен пас. Дубину просторије дочарава, што није неуобичајено, аутопортрет самог сликара са штафелајем и лик оца на отвореним вратима просторије.

Због мноштва детаља, а посебно због лика мале инфанткиње, ово се убраја у један од најлепших слика свих времена.

Принц Балтазар Карлос са пајцем Наном – Омиљена тема сликара били су портрети краљевске деце- инфанта и инфанткиња.

Ово је портрет принца, краљевог наследника. Слика посебно обраћа пажњу на лик детета и пајца уз невероватан приказ детаља на одећи дечака који је, бар тако каже, морао стрпљиво да позира сатима сликару.





Михајло Голубовић, корисник дома на Лиману

Почео је да пише у познијим годинама аутобиографске, љубавне и социјалне песме. Објавио је четири збирке поезије: „Поглед очију твојих“, „Животи мог живота“, „Беседа песме о сети сећању љубави“, „Хвала ти за мир у хлебу“.

Члан је Клуба песника „Орфеј“ у Суботици.

Очи

Не препознах очију твојих боју
Хоћу ли имати још прилику коју
Да их поново сретнем
И поглед на њих спустим
Као на драгуља два
Под већама густим

Зашто те очи
Нису увек крај мене
Да поглед свој
Не скидам са жене
Што смарагде
Под капцима таји
Има ли игде места
Где се та лепота гаји

Ја нисам знао
Да очи могу тако да се воле
Ја нисам знао
Да погледи могу толико да боле
Да могу да тиште
Ко на сунцу ране голе
Кад угасе сјај љубави своје



Стеван Јовановић, члан Клуба „Каћ“

Пише поезију и прозу, афоризме, комедије, есеје. Објавио је збирку поезије за децу под називом „Нека те само пипну.“

Поред стихова пише и колумне за „Каћке новине“, а радио је и на РТВ „Југовић канал“. Заједно са композитором Ференцом Ковачем, стварао је песме дечије, староградске, забавне, химне фудбалском и рукометном Клубу „Југовић“ из Каћа. Њихове песме освајале су награде, и то прву на Фестивалу „Златна тамбурица“, другу и трећу на Фестивалу „Београдско пролеће“ и на дечијем Фестивалу „Распевано пролеће“. Такође, успехе су низали и на међународним такмичењима. У Румунији су освојили другу награду на фестивалу дечије музике у Онешти, а у Црној Гори три треће награде на дечијем фестивалу у Рожају.

Панонски бисер

Кад год ми је душа пуна сете,
ил' пожелим бокал доброг вина,
увек дођем ту крај старог сата,
на тврђаву Петроварадина.

Испред мене, баш као на длану,
простире се мој вољени град
на обали плавога Дунава,
као бисер, блиста Нови Сад!

Срем са десне, Банат с леве стране,
а за леђи' пружио се Бачка.
У песмама казиваше многи
да ту леже три срца јуначка.

Не верујем на целога свету
да још неко такав бисер има,
као овај из Панонског мора,
са којим се дичи Војводина.

Многи су те освојити хтели,
а ти гордо пркосио свима.
Златна росо Панонске равнице,
ти си нама Олимп и Атина!

Волим твоја рашчупана јутра,
аласе што своје мреже плету.
Нови Саде, мој најлепши граде,
ја те волим највише на свету!





ДРАГА БУДИМИРОВИЋ, чланица Клуба „Ново насеље“, литерарне секције клубова „Љубитељи лепе речи, хорске секције, а, до недавно, и фолклорне секције КУД-а пензионера „Исидор Бајић“.

Два голуба

Моје ноћи су дуге,
моја душа пуна је туге.
Ноћи су пуне таме
док чекам зору да сване.

Зора је сванула бела,
ја бих још да живим хтела.
Кад зора сване и сунце гране
голуб и голубица на мој прозор стане.

Моја деца голуби бели,
своја су гнезда свили,
своју маму и тату нису заборавили.

Моја Оља, првеница мила,
троје унучади ми подарила.
Мој Зоран, душа танана,
добрио је сина наследника,
и они су мој понос и дика.

Моје срце куца јаче,
кад их видим ја од среће плачем.
Моја душа пуна радости
због свега што сам доживела у старости.



НАДА ЈОВАНОВИЋ КРУПЉАНИН, чланица литерарне секције клубова ГЦ „Нови Сад“, литерарне и драмске секције КУД-а Удружења пензионера Града и Савеза књижевника у отаџбини и расејању. Добитник је више диплома, похвала и награда. РТВ Војводина снимила је документарца о њеном животу, под називом „Нада“.

Буди ми подршка

Не тражим од тебе чуда невиђена!
Не требаш ми ни за бог зна каква дјела!
Али, ако ми заиста помоћ затреба,
само човјек буди. Ето, то бих хтјела!

Можда ми живот уместо среће пошаље:
невољу, тугу, болест, или неки пораз.
Биће ми лакше ако ме загрлиш,
потапшеш и наслониш образ уз образ.

Видиш ли да венем, да имам неку муку-
узми, благо стегни и држи ме за руку.
Погледај ме, осмијехни се и ћути,
умирићеш срце што на пропаст слуги.

Будеш ли свједок суза и безгласног плача:
Овлаш ме пољуби и не пуштај ми руку.
Заштитнички приви ме на груди.
Молим те, пријатељу, тад подршка ми буди!





ЈЕЛЕНА ВОЛИЋ

корисница дома на Лиману

Задовољна сам услугом коју ми пружа Геронтолошки центар „Нови Сад“ и не бих ту ништа мењала, за сада. Нека остане тако. Активна сам у дому, посећујем културне програме, литерарна дружења, вежбе, пишем прозне текстове и песме. Највише волим да идем на излете, па бих волела да их има више.



САВО МАЛЕШЕВИЋ

корисник дома на Новом насељу

Живео сам у приватном дому, у Петроварадину и тамо ми се није допало. Соба је била јако мала, као да си у тамници. У дому на Новом насељу је милијарду пута боље. Задовољан сам смештајем, храном, са свим сам задовољан. Тамо нисам имао никакве активности, а овде их има доста. Физички сам активан, шетам, посећујем културне програме.



ДРАГИЦА САВИЋ

корисница дома у Футогу

Овде сам већ осам година и у дому ми је лепо. Задовољна сам са услугама кухиње и са докторицом, као и са радном инструкторком Гоцом. Радим ручне радове, играм пикадо, доmine, карте, такмичим се. Смештај ми је добар и све ми је добро.



