

PLAN DEJAVNOSTI ZA LETO 2020 (izvleček iz letnega plana dela)

Spoštovani člani DU Ig!

Predstavljamo vam predlog dejavnosti za leto 2020. Izpostavljamo le programe, ki so zanimivi za širšo javnost. Želimo, da jih izkoristite v čim večji meri! Vabimo vas tudi, da se nam priključite vsi, ki imate voljo do sodelovanja pri sami organizaciji dela v društvu! Dejavnosti je mnogo, dela pa tudi!



SOCIALA – področje vodi Nevenka Šutič (GSM 040-177 235)

- Izvajanje projekta Starejši za višjo kakovost življenja doma, (starejši za starejše),
- Obiskovanje in anketiranje vseh občanov, starejših od 69 let,
- Izvajanje ponovnih obiskov po potrebi in v dogovoru z obiskovancem,
- Ugotavljanje potreb starejših po vseh vrstah pomoči na domu in sodelovanje pri organiziranju pomoči,
- Posredovanje podatkov o potrebah in vrstah pomoči pristojnim službam (občini, patronažni službi, Centru za socialno delo, Zavodu za pomoč na domu, privatnim organizacijam, ki organizirajo pomoč na domu in nevladnim organizacijam, ki se ukvarjajo s tem), po predhodnem dogovoru z obiskovancem,
- Vodenje baze podatkov o potrebah starejših po pomoči na domu,
- Udeleževanje na sestankih in izobraževanjih, ki jih organizira ZDUS,
- Sodelovanje prostovoljcev z javnimi službami s tega področja: Centrom za socialno delo LJ. Vič Rudnik, Patronažno službo in pristojno službo Občine Ig,
- Naloge se izvajajo z upoštevanjem spoštovanja varstva osebnih podatkov,
- Obisk članov ob njihovih okroglih obletnicah 80 in več, z iskrenimi čestitkami za visoke jubileje in z enotnim darilom; pošiljanje rojstnodnevnih čestitk članom, starim nad 75 let,
- Sodelovanje z Rdečim križem in Karitasom v primeru potreb po zagotovitvi nujne pomoči občanom,
- Reševanje nastale problematike na sestankih, spremljanje opravljenega dela in skrb za nemoten potek planiranega dela,
- Organiziranje letovanja v hotelu Delfin v Izoli.

IZLETI – področje vodi Marija Župec (GSM 041-427-427)

- sreda, 15. do sobota, 18. aprila : Sarajevo, Mostar, Travnik, Jajce (2 nočitvi),
- četrtek, 10. septembra: Kras

DRUŽABNA SREČANJA – področje vodi Danica Nebec (GSM 031-368 776)

- februarja: pustovanje, marca: občni zbor DU Ig in srečanje starejših občanov,
- novembra: martinovanje, decembra: družabno srečanje ob novem letu.

ŠPORT IN REKREACIJA – področje vodi Ana Podržaj (GSM 041-329 852)

Balinarska sekcija: moški - dejavnost vodi Zlatko Krnjak (GSM 040-877-662);

ženske - dejavnost vodi Ana Podržaj (GSM 041-329-852)

- vadba poteka na balinišču DU Ig pri gasilskem domu, lahko tudi vsak dan, glede na vremenske pogoje,
- v zimski ligi november 2019 – april 2020 trenira 1 ekipa na najetem balinišču v Ljubljani,
- odzivali se bomo na vabila na turnirje, in sicer vsaj s po eno ekipo (3+1 ali 4+1),
- petek, 22. maja: tradicionalni ženski balinarski turnir (3+1) na balinišču DU Ig pri gasilskem domu,
- petek, 19. junija: turnir balinarske sekcije z udeležbo moških in ženskih ekip na balinišču DU Ig,
- petek, 21. avgusta: tradicionalni moški balinarski turnir (3+1) na balinišču DU Ig,
- sreda, 16. septembra: dan balinarjev - veteranov (nad 70 let) balinarske sekcije, na balinišču DU Ig.

Kolesarka sekcija: dejavnost vodita Zmago Werbole (GSM 040-462 279) in Ivan Zalar (GSM 041-540-528)

- sobota, 23. maja: Ig-Brest-Tomišelj-Lipe-Črna vas-Mah-Ig,
- četrtek, 4. junija: Ig-Podturjak-Škofljica-Ig,
- četrtek, 18. junija: Ig-Brest-Tomišelj-Podpeč-Plešivica-Ig,
- sobota, 5. septembra: Ig-Brest-Tomišelj-Iška vas- Iški Vintgar-Ig.

Pohodniška sekcija: dejavnost vodita Jože Krašovec (GSM 041-351 343) in Janko Purkat (GSM 051-369-213)

- sreda, 13. maja: planinski pohod – Ušte nad Moravčami - 658 m,
- sreda, 30. septembra: planinski pohod - Janče - 784 m,
- vsak ponedeljek je ob 8.00 uri izpred PGD na Igu, pohod po bližnji okolici, vodita Tončka Strle tel. 041-868-010 in Tončka Jeraj tel. 031-446-908 in drugi.

Pikado sekcija-moški: vodi jo Mirko Vujič (GSM 030-627 351)

- ✚ vadba poteka v MC, vsak drugi, tretji in četrti torek v mesecu od 9.00 do 11.00 ure.

Pikado sekcija-ženske: vodi jo Ana Podržaj (GSM 041-329-852), namestnica Marija Virant (GSM 040-752 092)

- ✚ vadba poteka v MC, vsak drugi, tretji in četrti torek v mesecu od 9.00 do 11.00 ure.

Sekcija za šah: vodi jo Jože Mehle (GSM 031-802-602, TF 01 427-11-22), nam. Đuro Ribič (GSM 031-810-777)

- ✚ vadba poteka v MC, vsak drugi, tretji in četrti torek v mesecu od 9.00 do 11.00 ure.

Telovadba za starejše v MC, koordinatorka Milojka Černeka (GSM 051-376 402)

- ✚ vadba poteka vsak ponedeljek in vsak četrtek od 10.00 do 11.00 ure.

Rekreacija za starejše v MC, koordinatorka Marica Poredoš (GSM 031-866 798)

- ✚ vadba poteka vsak ponedeljek in vsako sredo od 8.00 do 9.00 ure.

Telovadba za starejše v mali dvorani Kulturnice na Golem, koordinatorka Milojka Černeka (GSM 051-376 402)

- ✚ vadba poteka vsak ponedeljek in vsak četrtek od 19.00 do 20.00 ure.

Fizioterapevtska vadba v OŠ, koordinatorki Danica Nebec (GSM 031 368 776) in Silva Dolinšek (GSM 051-213 137)

- ✚ vadba poteka v stekleni avli vsako sredo od 17. do 18. ure in od 18. do 19. ure.

Sodelovanje društva na regijskih športnih igrah upokojencev v balinanju in pikadu (v aprilu in maju).

Šola zdravja, tel. skupina , ki vadi pri gasilskem domu na Igu, koordinatorka Ana Podržaj (TF 01-2862 615) in

- ✚ vadba poteka vse leto vsak dan od 7.30 do 8.00 ure, razen ob nedeljah in praznikih.

Šola zdravja, tel. skupina , ki vadi pri gasilskem domu v Vrbljenu, koordinator Nikola Javorščak (TF 01-2863 583)

- ✚ vadba poteka vse leto vsak dan od 7.30 do 8.00 ure, razen ob nedeljah in praznikih.

KULTURA – področje vodi Darinka Mazi Batagelj (GSM 041-450 431)

Mešani pevski zbor – dejavnost vodi Vinko Strle, zborovodkinja Tanja Benedik

- ✚ marca: nastop na občnem zboru DU Ig in srečanju starejših občanov,
- ✚ aprila: nastop v domu starejših občanov v Štepanjskem naselje,
- ✚ maj: Občinska revija pevskih zborov,
- ✚ maja: nastop na reviji JSKD Ljubljana okolica,
- ✚ maja: nastop na reviji pevskih zborov osrednjeslovenske regije na Gospodarskem razstavišču
- ✚ oktober: letni koncert
- ✚ oktobra: nastop v domu starejših občanov na Vrhniki
- ✚ decembra: Božični koncert

Druge dejavnosti:

- ✚ Organizacija kulturnih dogodkov, zlasti na večjih prireditvah društva.
- ✚ Odzvali se bodo tudi na povabila za gostovanja, ki jih bodo prejeli med letom

SKUPNE NALOGE

Prireditve društva, ZDUS in OZDU ter sodelovanje na občinskih prireditvah

- ✚ marca: občni zbor društva in srečanje starejših občanov
- ✚ srečanje Osrednjeslovenske zveze društev upokojencev (po urniku zveze);
- ✚ februarja: sodelovanje na Podkrimskem pustnem karnevalu,
- ✚ septembra: sodelovanje na lžanskem sejmu,
- ✚ oktobra: sodelovanje na dobrodelnem teku v Dragi.

Druge naloge

- ✚ predvidena so predavanja s področja zdravja, itd, programi bodo objavljeni sproti,
- ✚ informiranje širše javnosti o delu v društvu z objavami v Mostiščarju in drugih javnih občilih,
- ✚ pomoč OŠ Ig pri varovanju učencev na poti v šolo in iz šole (prvi teden ob začetku šolskega leta),



Opozorilo: V Sloveniji vsak dan približno štiri osebe doleti srčni zastoj. Upoštevajmo naslednje:

V primeru nenadnega srčnega zastoja so za preživetje bolnika izredno pomembni čimprejšnja prepoznavna stanja, klic nujne medicinske pomoči na številko 112 in izvajanje temeljnih postopkov oživljanja. Tu je poleg zunanje masaže srca odločilnega pomena tudi čimprejšnja uporaba avtomatskega zunanega defibrilatorja (AED). To je prenosna elektronska naprava, ki je sposobna zaznati zastoj srca pri človeku, s pomočjo električnega sunka pa lahko srce ponovno požene in s tem reši življenje. AED, ki je last našega društva, se nahaja v vratarnici KIG in je neprekinjeno dostopen. Naprave AED se nahajajo tudi v gasilskih društvih, v ambulanti in pritličju Centra Ig, v RTC Zapotok, pa mogoče še kje. Pozanimajte se, kje v vaši bližini se taka naprava nahaja in si to zapomnite!