



Лист Геронтолошког центра „Нови Сад“
Бесплатан примерак

Излази квартално • Година XIII
Број 37. • пролеће/лето 2022

- Пројекат „И виртуално је витално“
- Геронтолошки центар „Нови Сад“ учесник округлог стола омбудсмана
- Корисници установе суделовали у хуманитарном концерту Кола српских сестара



САДРЖАЈ

РЕЧ УРЕДНИКА	3
АКТУЕЛНОСТИ	
Геронтолошки центар „Нови Сад“ учесник округлог стола омбудсмана	4
Корисници установе суделовали у хуманитарном концерту Кола српских сестара	5
Културно-забавни програми домова	6
Промоција књиге Веселинке Игић Филагих	7
Обиласци музеја и излети корисника Геронтолошког центра „Нови Сад“	8
Обележен Дан Клуба „Пролеће“	9
Клуб Геронтолошког центра „Зрењанин“ посетио Клуб „Коста Шокица“	10
Ускршња изложба Дома Футог и Прихватилишта	10
Одржано спортско такмичење Геронтолошког центра „Нови Сад“	12
Пролећни турнири клубова за стара и одрасла лица	12
ОД ИДЕЈЕ ДО ПРОЈЕКТА	
Пројекат „И виртуално је витално“	13
Пројекат „Помози, подржи, победи“	14
Пројекат „MagiC Carpet“	15
УСЛУГЕ	
Услуга техничара одржавања одеће	16
ПРЕДСТАВЉАМО ВАМ	
Тања Новић, корисница Дома Ново насеље	17
САВЕТ ПСИХОТЕРАПЕУТА	
Милош Костић- Тиранија требања	18
САВЕТ ЛЕКАРА	
Врућине су опасност за хроничаре	19
ЛИКОВНА АЗБУКА	
Персида Малуцков- Милена Павловић Барили	20
ПЕСНИЧКИ КУТАК	21
IN MEMORIAM	
Младен Никшић (1929-2022.)	22
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;

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

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

Уредник: Ружица Вукић Рајић, организатор промотивних активности

Сарадници у овом броју: Исидора Петковић, помоћник директора;

Рената Дамјановић- руководилац РЈ Вешерај; Татјана Вујић- социјални радник;

Тоња Мирковић- руководилац РЈ Клубови; стручни сарадници на услугама у заједници:

Нада Периновић, Бранкица Кресић, Стеван Булић;

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. 15. бр. 37. (2022.) – Геронтолошки
центар „Нови Сад“, 2022. – илустр. 30 cm

Квартално
ISSN 2217-5490
COBISS.SR – ID 263658247



Поштовани читаоци,

Крајем марта месеца обрадовала нас је вест Министарства за рад, запошљавање, борачка и социјална питања да се у свим геронтолошким центрима Србије укидају све ковид мере. Запослени у установи дочекали су вест спремни да се врате у пређашњи режим рада. Поједини корисници наших услуга дочекали су вест са сузама радосницама. Срећа се вратила на велика врата. И тек тада схватиш да слобода, ипак, нема цену. Тек кад нешто одузмеш човеку увидиш колико му је то било значајно у животу. Да би схватили вредност нечег, морамо прво да га изгубимо. Звучи тужно ова констатација, али, нажалост, чињенице јој иду у корист.



Убрзо, у априлу месецу, уведене су старе активности у домовима. Пензионери су могли поново да гледају, у домским просторијама, наступе разних културно-уметничких друштава, вртића, хорова, могли су да уживају у чистом ваздуху и у звуцима природе на излетима, да стекну нова знања у музејима Града, да се такмиче у разним спортским дисциплинама, да се друже на међуклупским сусретима... Све ово наведено имаћете прилику да детаљније погледате на страницама Будилника, које следе.

Драго ми је што поново видим ону криву линију, што је осмехом зову, на вашим лицима. Ви сте прави пример истрајаности и снаге. Потребна је била огромна количина психичке јачине да би се издржао дуг период изолације и ви сте то успели. Геронтолошки центар „Нови Сад“, запослени радници у њему трудили су се да вам буду подршка у једним од најтежих драма, које је живот нанео. Надам се да је подршка била и плодносна.

Честитам вам на снази, на трпељивости, на издржљивости, а изнад свега, честитам вам на међусобној љубави, пријатељству и толеранцији! Без њих не бисте успели.

Ваш уредник,
Ружица Вукић Рајућ



Геронтолошки центар „Нови Сад“ учесник округлог стола омбудсмана

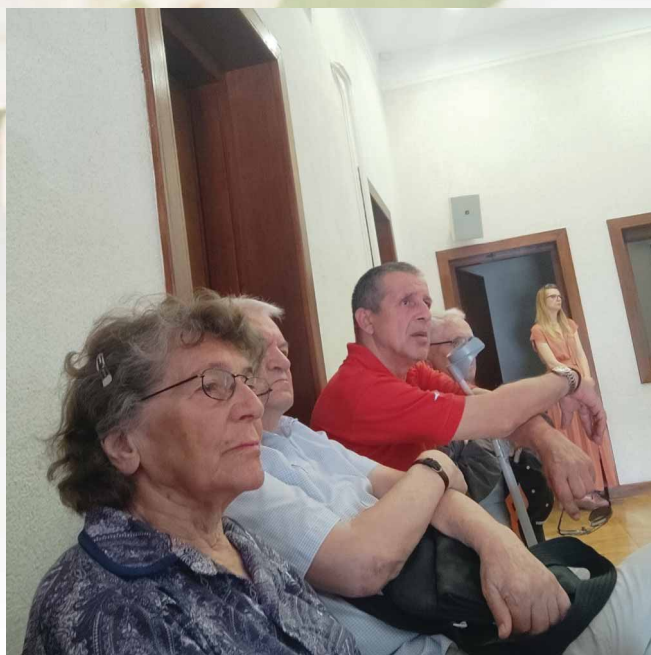
Геронтолошки центар „Нови Сад“ позван је да учествује на округлом столу, под називом “Изазови здравог старења”, у организацији Покрајинског заштитника грађана – омбудсмана. Скуп се одржао четрнаестог јуна поводом позива Уједињених нација на свеобухватну акцију у циљу побољшања живота старијих, њихових породица и заједнице и то на Међународни дан борбе против насиља над старијима.

Присутнима се обратио Покрајински заштитник грађана - омбудсман проф. др Зоран Павловић са уводном речи. Начелница Центра за промоцију здравља у Институту за јавно здравље Војводине доц. др Снежана Укропина причала је на тему: “Активности Института за јавно здравље Војводине у мониторингу и промоцији здравља старијих особа.”

Услуге Геронтолошког центра Нови Сад у светлу неговања способности и потреба старијих људи представили су руководилац Дома Лиман Весна Премић, руководилац Радне јединице Клубови за стара и одрасла лица Тоња Мирковић и руководилац Радне јединице Помоћ у кући и нега Милош Костић.

Заједнички закључак округлог стола је да сви мултидисциплинарно требамо да приступимо развоју постојећих услуга и успостављању нових, које ће допринети њиховом бољем и што квалитетнијем животу.

Поред излагача, округлом столу су присуствовали и социјална радница Тамара Кадовић и 6 корисника Дом Лиман, као и 3 корисника Клубова за стара и одрасла лица, који су имали прилику да учествују у дискусији и да размене искуства са корисницима из других геронтолошких центара.



Корисници установе суделовали у хуманитарном концерту Кола српских сестара

Корисници услуга Геронтолошког центра „Нови Сад“ посетили су амфитеатар Спортског и пословног центра Војводина, где се одржавао Видовдански хуманитарни концерт, у организацији Удружења Коло српских сестара Епархије бачке, на челу са госпођом Светланом Прокић. Организаторка промотивних активности Ружица Вукић Рајић организовала је долазак корисника Дома Лиман и чланова Клубова за стара и одрасла лица, који су својом донацијом на хуманитарном концерту помогли лечење болесне деце. Овим гестом, хуманом подршком лечењу најслабијих, угрожених лица корисници су показали величину своје душе. Добро дело чини једнак бенефит и примаоцу и даваоцу, јер је доброта једно од средстава за постизање среће.

На концерту је, између осталих, наступао и Хор „Исон“ Удружења „Вера Љубав Нада“ Миодрага Мише Близанца, у ком певају и корисници Дома Ново насеље. Ово удружење, иначе, је и познато по свом хуманитарном раду, те је корисницима Дома Ново насеље још већа част да буду део њега.



Културно-забавни програми домова

Геронтолошком центру „Нови Сад“, крајем марта месеца, послат је допис од стране Министарства за рад, запошљавање, борачка и социјална питања да се укидају све Ковид мере у домовима за старе. Након примљеног налога, рад у установи се вратио редовним токовима. Поново су могли да се организују културно-забавни наступи уметника, гостију из вртића, школа, КУД-ова... Организаторка промотивних активности припремила је за кориснике домова, у периоду од марта до јула месеца, низ наступа гостију, пријатеља установе.

Корисници домске услуге имали су прилику да одгледају програм деце из Вртића „Школигрица“, који су се корисницима Дома Ново насеље, представили песмицама и рецитацијама на српском и на енглеском језику. Запажен је био и наступ, у Дому Лиман, Музичке радионице „50+“, под руководством Весне Кесић Крсмановић, вишеструко награђиваног диригента хора опере Српског народног позоришта. Програм је, поред хорског дела, садржао и песме соло певача, уз музичку пратњу, као и рецитал сјајне Душице Цвејановић. Хор „Новосадске шмизле“, под руководством диригента Марка Асурџића, обрадовао је кориснике Дома Ново насеље извођењем народних песама, као и интерпретацијом песама из филмске музике. Академско културно-уметничко друштво „Соња Маринковић“ својим концертом у Дому Лиман и у Дому Футог окупила је велики број корисника, који су једночасовно професионално извођење сплета игара из Војводине и Србије, као и наступ ветеранског састава под уметничким руководством Добрета Јанковића, наградили великим аплаузом. Корисници Дома Футог имали су прилику да уживају и у концерту дечије фолклорне групе Културног центра Футог и у наступу певачке групе Клуба „Бранко Ћопић“ на челу са пензионером Брацом Вукасом.





Велика посећеност оваквих програма сведочи о позитивном значају културних дешавања на психичко стање корисника, на обogaћивање њихове свакодневнице квалитетним садржајима.

Промоција књиге Веселинка Игић Филагић

Веселинка Игић Филагић, тек, неколико месеци корисница је Дома Лиман, али је зато врло активна у домским активностима. Међутим, најзапаженија је у писању песама. Поезија јој је постала блиска још у раној младости када је и сама почела да пише, али део њене љубавне поезије однео је ратни вихор деведесетих година, те се поново писаној речи вратила тек у пензији. Теме објављених песама су живот пензионера, Срем и манастири у њему.

Десетог априла, у Дому Лиман и тринаестог у Дому Ново насеље одржана је промоција њене збирке поезије „Маштања и стварности трећег доба“, коју је посветила својој мајци и унуци. На предлог организаторке промотивних активности Ружице Вукић Рајић пристала је да одржи промоције своје последње објављене књиге. Теме објављених песама су блиске људима треће животне доби, а то су: живот пензионера, Срем и манастири у њему. Песме су добро прихваћене од стране корисника домског смештаја због занимљивости тема и дубине излагања.





Обиласци музеја и излети корисника Геронтолошког центра „Нови Сад“

Корисници услуга сва три дома и клубова за стара и одрасла лица имали су прилику да, у јуну месецу, обилазе музејске поставке у Новом Саду, посећују представе, као и да путују на једнодневне излете. Програм путовању су припремили и организовали организатор промотивних активности у домовима и клубовима- Ружица Вукић Рајић и Стеван Булић.

Пензионери из домова, по сопственој жељи, обилазили су Дунавски парк, манастире на Фрушкој гори, Раковац и Ново Хопово, док су предах направили на чарди у Сремској Митровици. Посетили су и Музеј Града Новог Сада, чија поставка, под називом „Нови Сад кроз историју“ никог није оставила равнодушним. Водич музеја им је детаљно представила све занимљивости града, уз исцрпне одговоре на свако постављено питање. Организован је био и обилазак Галерије Матице српске где су корисници имали прилику да погледају колекцију слика и хаљина Јованке Броз. Такође, чланови клубова имали су могућност да посете две изложбе: Међународну изложбу „Марама као културни означитељ“, у Музеју Војводине и изложбу „Нови Сад кроз историју“, у Музеју Града Новог Сада. Такође, путовали су у Сремску Митровицу и обишли су специјални резерват природе „Засавица“. У Сремској Митровици посетили су Царску палату, Трг Ћири Милекића, Српски дом, Имовну општину, градски парк, Трг Светог Стефана, зграду Царинарнице, Српску православну цркву Светог Димитрија, Трг Житна пијаца, пешачки мост Светог Иринеја на Сави који спаја Сремску и Мачванску Митровицу и Занатлијску улицу у Митровици. Посетили су и храм Светог Георгија у Салашу Ноћајском. У специјалном резервату природе „Засавица“ корисници су уживали у лепом амбијенту и у вожњи бродом где су провели остатак дана. Након целодневног и забавног дружења, излетници су изнели своје утиске описујући овај излет као велико освежење.



Обележен Дан Клуба „Пролеће“

Дан Клуба „Пролеће“, из Бегеча, чланови су свечано обележили седмог априла, у просторијама клуба. Прослава је обogaћена лепим културно-забавни програмом, у чијој су организацији учествовали сами чланови клуба на челу са Маријом Булић, председницом секције ручног рада клуба и председницом Удружења жена „Јефимија“, које је познато по неговању народног веза. Испред препуног клуба, присутне је поздравио председник клуба Бранко Ранитовић, а испред РЈ Клубови обратила им се Бранислава Кресић, стручна сарадница на услугама у заједници. Програм је, као и увек, вешто и надахнуто водила Татјана Чампрић. У програму су учествовали награђени песници са прошлогодишњег литерарног конкурса Геронтолошког центра „Нови Сад“, као и нова корисница Дома Лиман Веселинка Игић. Веселинка је имала прилику да окупљеним члановима клубова презентује своју нову збирку поезије. Након литерарног дела програма, наступили су тамбураши из Фртаљ банде, који су својим топлим тоновима улепшали и увеселили овај програм.

Дан Клуба је имао и хуманитарни карактер пошто су присутни пензионери сакупљали донације за оболелу девојчицу Ану. Сваки донатор добио је пакетић са медањацима, које је поклонио председник клуба.





Клуб Геронтолошког центра „Зрењанин“ посетио Клуб „Коста Шокица“

Клуб за стара и одрасла лица из Зрењанина посетио је Клуб „Коста Шокица“ Геронтолошког центра „Нови Сад“ тридесет и првог маја. Ови клубови су се побратимили пре 35. година и негују добар однос и сарадњу. Чланови клуба из Зрењанина дошли су заједно са њиховом социјалном радницом и руководиоцем Даном Ђорђевић, а испред Радне јединице Клубови за стара и одрасла лица Геронтолошког центра „Нови Сад“ поздравила их је и пожелела им је добродошлицу Бранкица Кресић, стручна сарадница на услугама у заједници. Дружење је протекло у веселој атмосфери уз поезију и музику. Растали су се са жељом да се сарадња настави, и у будуће, кроз заједничке програме и активности.



Ускршња изложба Дома Футог и Прихватилишта

У Дому Футог и у Прихватилишту за бескућнике отворена је изложба ручних радова корисника поводом великог хришћанског празника Ускрса. Изложени су били радови, који су рађени у радној терапији, у оквиру креативне радионице. У изради радова Дома Футог учествовали су корисници дома заједно са децом запослених радника. Током претходних година показало се



да неговање међугенерациске сарадње врло позитивно утиче на опште стање корисника, а првенствено на њихово психичко стање. Из тог разлога, запослени у Геронтолошком центру „Нови Сад“ протежирају овакав вид сарадње.

Отварање изложбе улепшао је културно-забавни програм, у ком је учествовала певачка секција дома под руководством организаторке промотивних активности. Чланови певачке секције наступили су у пратњи оркестра тамбурашке Фртаљ Банде. Овај оркестар сачињавају професионални уметници, музичари Градског тамбурашког оркестра заједно са Миланом Чичакином, радником Геронтолошког центра „Нови Сад“. Након наступа у дому, они су увеселили атмосферу и у Прихватилишту за бескућнике.

Свечаност отварања изложбе увеличала је директорица установе Славица Шкрбић, која је интервјуом за Радио-телевизију Војводина известила јавност о раду и активностима у оквиру установе, а окупљеним корисницима и колегама обратила се и руководилац РЈ Дом Футог Анђела Костић, као и руководилац РЈ Прихватилиште са Свратиштем Анђелка Бараћ.





Одржано спортско такмичење Геронтолошког центра „Нови Сад“

Двадесет и петог маја, на тераси Дома Лиман одржано је спортско такмичење између домова и клубова Геронтолошког центра „Нови Сад“. У такмичењу су учествовала сва три дома, Дом Лиман, Дом Ново насеље, Дом Футог, као и Клуб „Раднички“ и Клуб „Козара“ из Футога. Корисници су се надметали у пикаду, бацању алки и плочица, а најбоље такмичаре су наградили радни терапеути Дома Лиман. Прво место у пикаду је освојио Клуб „Козара“, друго Дом Ново насеље, а треће Клуб „Раднички“. Првонаграђени у дисциплини бацања алки је Дом Ново насеље, друго место је освојио Клуб „Козара“, а треће Дом Лиман. У дисциплини бацања плочица, прво место је освојио Дом Лиман, друго Клуб „Раднички“, а треће Клуб „Козара“. Титулу најбољег играча турнира понео је корисник Дома Ново насеље Милан Божић.

Пролећни турнири клубова за стара и одрасла лица

У Клубовима за стара и одрасла лица одржани су традиционални Пролећни турнири, које организују запослени у радној јединици на челу са стручним сарадницама на услугама у заједници. Чланови свих клубова, такмичили су се у следећим дисциплинама: шах, пикадо, домине, плочице, таблић, реми, висећа кугла, кошарка, брзо ходање, извођење пенала и у бацању алки. На крају такмичења, најбољима су додељени пехари и признања.



Пројекат „И виртуално је витално“

Геронтолошки центар „Нови Сад“, као придружени партнер на пројекту под називом „Одрживо јачање локалних здравствених система на западном Балкану: Побољшање здравља старијих особа погођених пандемијом КОВИД-19 и пренос знања мобилне неге и подршке из Аустрије у регион Западног Балкана“, учествује у реализацији пројектних активности које ће трајати до краја године.

Министарство социјалних питања из Аустрије финансира пројекат Hilfswerk International, а представништво БиХ је имплементатор. Пројекат је регионалног карактера и поред Геронтолошког центра „Нови Сад“ партнери и придружени партнери су: Удружење за помоћ и развој „ХАЈДЕ“ Сарајево, БиХ; Удружење „Партнерство за јавно здравље“ Сарајево, БиХ; Удружење за подршку и развој „Хуманост“ Скопље, Северна Македонија; ЈУ Центар за социјални рад Бања Лука, БиХ; Дом за душевно оболела лица „1.октобар“ Стари Лец, Србија и Установа социјалне Hilfswerk Кућа подршке, Сарајево, БиХ.

Општи циљ пројекта је ојачати локалне здравствене системе у Босни и Херцеговини, Србији и Северној Македонији доприносом смањења здравствених и социјалних последица пандемије КОВИД-19 за старије особе и јачање капацитета за мобилну негу у кући, у тим земљама.

Један од специфичних циљева је смањити изолацију старијих људи, побољшати њихово социјално, физичко, психичко здравље и промовисати њихове дигиталне вештине кроз практичне радионице и виртуалне центре за здраво старење.

Пројекат је почео са имплементацијом још у 2021. години и до сада је доста тога урађено. Ово је први корак у свет виртуалног, који су придружени партнери скупа направили у нади да ће путовање помоћи смањењу последица пандемије КОВИД-19 на особе старије животне доби. У оквиру пројекта, онлајн радионице из Геронтолошког центра „Нови Сад“ држали су социјални радници Анђела и Милош Костић, педагог Наташа Дрча, психолог Маја Бабић, радно терапеут Гордана Павловић, а Немања Ђурић, програмер-инжењер је држао корисницима предавање са темом: „Гугл еко систем“. Радионице су биле интерактивне, тако да су и сами пензионери могли да активно учествују у њој.



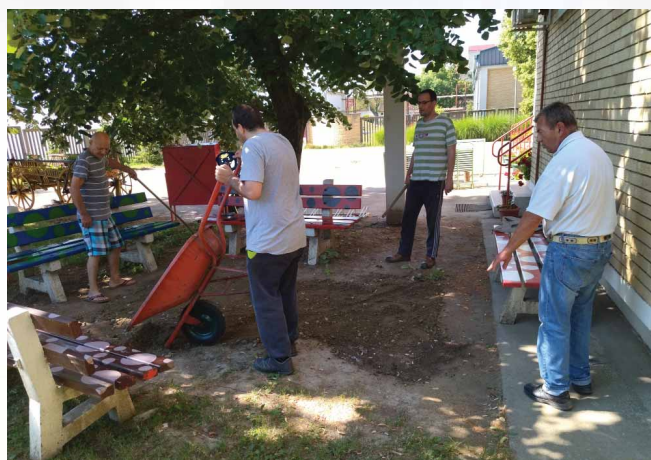
Пројекат „ Помози, подржи, победи“

Пројекат Радне јединице „Прихватилиште са Свратиштем“, под називом „Помози, подржи, победи“ наставио је да се реализује и током ове године. Пројекат је први пут рађен 2018. године, а писао га је социјални радник Милош Костић у сарадњи са руководиоцем РЈ Ађелком Бараћ и осталим запосленима у Прихватилишту за бескућнике. Финансијски је подржан од стране Града Новог Сада, Градске управе за социјалну и дечију заштиту.

Пројектом су обухваћени психички очувани и радно способни корисници услуга РЈ Прихватилиште са Свратиштем. 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 дворишту Прихватилишта, у Футогу. На пројекту су били ангажовани и стручни сарадници попут професора и ученика Пољопривредне школе у Футогу. 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. Ове године посађено је следеће поврће: парадајз, паприка, краставци, купус и лубеница.

Очекивани резултати пројекта су:

- 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.



Пројекат „MagiC Carpets“

У Дому Ново насеље реализован је део пројекта Културне Европе, под називом

«MagiC Carpets». Пројекат броји 15. партнера широм Европе, а један од њих је и Ново културно насеље. Концепт се заснива на корелацији интернационалног уметника, локалног уметника, локалне заједнице и кустоса. Задатак уметника је да креира уметнички рад у јавном простору на основу импресија из разговора са корисницима дома. Пензионеркама из дома и запосленим радницима било је драго да изађу у сусрет младој уметници Розани из Португалије и да јој помогну у стварању уметничког дела. Они су се сусретали више пута у току августа месеца, у атријуму Дома Ново насеље. У пријатном амбијенту, уз добро расположење и занимљиве приче корисника дома изнедрено је ново уметничко дело, које ће бити изложено на изложби Новог културног насеља, по завршетку пројекта.



Услуга техничара одржавања одеће

Услуга коју пружају техничари одржавања одеће неопходна је за свакодневно функционисање рада у Геронтолошком центру „Нови Сад“.

Бригу о чистоћи, дезинфекцији и свеобухватној хигијени веша обавља десет жена, које су запослене у овој служби, и то: осам техничара одржавања одеће и један кројач на челу са руководиоцем службе Ренатом Дамјановић. Оне су задужене за чистоћу робе сва три дома, свих 19. клубова за стара и одрасла лица, као и за Прихватилиште са Свратиштем. Осим чистоће радних униформи запослених, чаршава, столњака и осталог инвентара установе, запослене у овој радној јединици брину и о чистоћи веша свих корисника домова и Прихватилишта са Свратиштем. Њихов посао је веома обиман и захтеван, али га вредне раднице свакодневно завршавају на време. Квалификације које су потребне за обављање овог посла су основна школа.

Опис посла техничара одржавања одеће:

- пере веш, гардеробу, постељину, радну одећу, столњаке, крпе, завесе и осталу потребну робу;
- суши и пегла веш, одећу, постељину, столњаке, крпе;
- води дневну евиденцију примљеног, праног, пегланог и издатог веша;
- чисти и дезинфикује машине за сушење и пеглање рубља и радне просторије перионице;
- требају и преузима материјал за потребе одржавања одеће;
- обавља и друге истоврсне послове у складу са својом стручном спремом, знањима и способностима.

Просторије за реализацију овог посла налазе се у Дому Футог и поседују машину за прање веша великог капацитета, која може да опере 100 кг рубља одједном. Такође, поседују и машину, која може да опере 63. кг веша и мање машине за 18. килограма. У последње три године, установа је уложила

у техничку опрему и купила ваљак за пеглање веша, две нове машине за прање капацитета 80 кг и 40 кг, као и машину за сушење веша. Овим је и значајно олакшан и побољшан рад у вешерају.

Рад техничара одржавања одеће организован је по сменама, а организацију и распоред рада, као и надзор и контролу врши руководилац службе.



ТАЊА НОВИЋ

корисница Дома Ново насеље

Представљамо вам Тању Новић, корисницу услуга Дома Ново насеље, великог борца и вредну спортисткињу и уметницу. Рођена је са мишићном дистрофијом, али то је није спречило да оствари своје снове. Пут до испуњења жеља био јој је тежи него многим, али њена воља је била јача од свега. Своје афинитете испољила је још у детињству, те се врло рано учланила у Удружење дистрофичара јужнобачког округа, при Савезу дистрофичара Војводине. У међувремену је постала члан Управног одбора удружења. Здравствени проблеми је нису спречили да се бави разним активностима у оквиру поменутог удружења. Почела је да учествује у спортским такмичењима и ту је показала запажен успех. Такмичила се у следећим дисциплинама: трка колицима, шах, висећа кугла, реми. Освојила је 9. медаља, и то: 2 златне, 4 сребрне и 3 бронзане. Ни једно такмичење није могло да прође без медаље. Једино у картама није имала среће, али је зато највише награда освојила у шаху. Такмичења су била организована на нивоу Војводине, где су учествовала сва постојећа удружења дистрофичара. Такође, захваљујући удружењу, научила је и да плете на округлом разбоју, а хеклица са којом ради јој је успомена од баке. Поред тога, научила је да плете и са виљушком и тако су настале њене прве плетене капе, рукавице и шалови. Неколико њених радова је изложено у удружењу, а неке је поклањала.

Поред спортског духа, Тања поседује и уметничку црту. Хоби јој је сликање, којим се раније интезивније бавила, а воли и да се писмено изражава путем песама. Почела је да пише још у основној школи, у дванаестој години, а песме су јој, углавном, љубавне. Прва песма коју је написала рађена је за литерарно такмичење новосадских основних школа. И овај пут, Тања није прошла без награде. Освојила је треће место за песму под називом „Срећа“. То јој је дало подстицај да више пише, а и разредна у Основној школи „Јован Јовановић Змај“ је имала велики утицај на мотивацију за песничким изражавањем.

Када јој је мајка преминула, преселила се у Дом за стара и одрасла лица „Ново насеље“. У дому је задржала такмичарски дух, те активно учествује у друштвеним играма, које организује радни терапеут дома. Овде се дружи са пензионерима, помаже им и учествује у свим домским активностима. На предлог организаторке промотивних активности Геронтолошког центра „Нови Сад“, Тања постаје члан певачке секције дома, која се касније придружила инклузивном Хору „Исон“ Удружења „Вера, љубав, нада“, које води чувени новосадски професор Миодраг Миша Близанац. Убрзо затим, уз подршку и помоћ Удружења „Вера, љубав, нада“ Тања одлучује да, у двадесет и осмој години, настави школовање и уписује Средњу стручну школу „Милан Петровић“, смер за плетење. „Жеља ми је да кроз школу мало више активирам друштвени живот“ - саопштава Тања.

Ова храбра девојка је доказ да је у животу потребна само воља и упорност да би се све жеље оствариле.



**Милош Костић-психотерапеут, мастер социјалног рада,
руководилац РЈ Помоћ у кући и нега**

ТИРАНИЈА ТРЕБАЊА



Од малих ногу нам говоре шта све треба да урадимо да би ``порасли``. Требаш да једеш боранију, она је пуна витамина, требаш да переш зубе свако вече, иначе ће ти сви зуби отпасти када будеш имао 20 година. Требаш да учиш и да слушаш учитељицу све што ти прича на часу, јер треба да постанеш образован и паметан, а не да радиш цео живот по кафићима. Треба да се бавиш спортом, јер се сви твоји другари баве неким спортом. Треба да одрастеш и будеш озбиљан, јер живот је борба. И некако одрастеш, постанеш пунолетан, и кажеш себи: „ Е неће ми више нико говорити шта треба да радим!“. Тад кренеш да певаш од Боре Чорбе стихове:„Радићу што год хоћу. Ко ће да ми забрани? Напићу се и певати на сопственој сахрани.“ И такво животно усхићење код неких траје дуже, код неких краће, али се код већине заврши за пар година. Убрзо се врате стари обрасци функционисања, односно све више се срећете са ситуацијама које бивају окидачи уверења да ``треба да, или морам да урадим то и то``. То уверење се временом развило и довело до тога да сада све више сами себи говорите треба да, или морам да. Говорите, јер се упоређујете са другима. Он, већ, ради, па треба да ја да нешто урадим по том питању. Она се већ удала и има дете, а ја ћу ако овако наставим да постанем баба девојка, морам што пре да нађем неког да би се удала ... Говорите све више сами себи треба да, јер и родитељи од тебе очекују да им син и ћерка буду угледни доктор и правница, да се добро ожене и удају, и још ти и кажу требаш да имаш такав живот, јер када већ ја нисам могао све то да остварим, ти би то требало да урадиш. Такође, све више сами себи то говорите, јер те и само друштво притиска да постанеш „одговоран грађанин``. А критеријуми одговорности, у једном капиталистичком друштву, јесу што већа потрошња, односно расипање.„Расипање је, у високо развијеном капиталистичком друштву, највиша врлина. Расипање је гориво, које производи противречности, противречности оживљавају привреду, а њено оживљавање опет води у расипање.“ (Мураками - Играј, Играј, Играј)

И та тиранија требања се само наставља, односно само се врти у круг. То доводи до тога да се осећате да што више испуњавате захтеве треба да вам живот све више измиче. Измиче вам живот, јер осећате све већу кривицу и љутњу, тугу и страх. И онда, на крају, себи кажете: „Не треба тако да се осећам, то ће ме убити.“

Не постоје лоше, или забрањене емоције, важно је само како их препознајете и шта радите са њима. Нека од питања која вам могу помоћи да се изборите са тим емоцијама, а које се могу јавити због те силне тираније требања могу бити, нпр: Шта све то треба да урадим тренутно у животу? Како се осећам у вези тога? Шта је најгоре што може да се деси ако неке од тих ствари и не урадим? Која је заправо функција тог констатног притиска да нешто треба да?

А ако и не можете да се ослободите тог „треба да“, слободно га изговорите и даље, али потрудите се да му дате друго значење, односно покушајте да га ставите у ``други рам``. Треба да више преузмете одговорност за то како се осећам и да више уживам у животу...



Текст преузет са веб-сајта Дома здравља „Нови Сад“

ВРУЋИНЕ СУ ОПАСНОСТ ЗА ХРОНИЧАРЕ

Због летњих високих температура код оболелих од високог притиска, срчаних болесника и дијабетичара може доћи до компликација њихове основне болести. Посебан опрез потребан је кардиоваскуларним болесницима, оболелима од респираторних и реуматских болести, као и дијабетичарима.

Путовање хроничарима није забрањено, али они морају пажљиво да бирају дестинације како би избегли компликације своје болести. Наиме, најбоље је путовати ујутру и касно послеподне. Оваквим болесницима се не саветује да путују сами. Довољно уношење течности спречиће дехидратацију и пад крвног притиска. Дијабетичари морају да поведу посебну пажњу о инсулину. Он се преноси у фрижидеру на +4 степени (не сме да се смрзне нити да буде на високој температури, јер губи дејство).

Кардиоваскуларни болесници

Хронични кардиоваскуларни болесници су током лета највише угрожени. Неопходно је да се придржавају прописане терапије од стране лекара и да имају лакшу исхрану – да не конзумирају кафу, алкохол, масну и пржену храну, а дневни мени да што више садржи салате, кувану храну, поврће, воће, пилетину, рибу и житарице. Хроничари треба да остају код куће и следе савете лекара, а ако морају ван куће, најбоље је да то раде рано ујутру, или касно поподне и увече.

Високе температуре изазивају ширење крвних судова, па може доћи до пада крвног притиска. То колебање крвног притиска може бити опасно и због тога се саветује чешће мерење притиска код куће и кориговање терапије у складу са тим. Наравно, претходно је потребно консултовати лекара.

Лекар ће сваком пацијенту који болује од хипертензије (повишеног крвног притиска) објаснити за који лек може да смањи дозу и за колико. Осим тога, и грађани морају водити рачуна о свом здрављу. Особе са високим крвним притиском не би требало да у летњим месецима обављају теже физичке послове. Такође, не би требало да бораве на сунцу од 9 до 17 сати.

Плућни болесници

Летње време погодује неким вирусима, па може доћи до респираторних инфекција, које су теже код плућних болесника. Зато асматици и оболели од хроничне опструктивне болести плућа треба да избегавају задимљене просторије и места где има прашине, а што више да бораве на свежем ваздуху. Као и сви, плућни болесници треба исхрану да базирају на већим количинама воћа и поврћа како би ојачали одбрамбени систем организма. Искористите лето и топло време, па се бавите пливањем, које је посебно погодно за ову врсту болесника.

Дијабетичари и реуматичари

Као и код оболелих од хипертензије, током лета је могуће да ће дијабетичарима требати мања доза терапије, па им се саветује да чешће мере гликемију. Стручњаци саветују да се пре пливања мери ниво шећера у крви. Ако је већи од 16 ммол/л телесна активност је добродошла, да би се шећер сагорео. Ако је гликемија нижа од 8.5 ммол/л треба појести, пре купања, неку намирницу богату угљеним хидратима, како би се избегла хипогликемија у води. Посебно је важно да апарат за мерење гликемије и тест траке држите у хладу.

Лето највише прија реуматичарима и зато им се препоручује сунчање и лежање на топлем песку. Благотворно делује и купање у топлем морском плићаку, али је неопходно да се по изласку из воде мокар купаћи костим замени сувим.

Савет злата вредан

Када климатизујете аутомобил, водите рачуна да температурна разлика не буде већа од пет до седам степени у односу на спољашњу температуру! Ово правило важи и за климатизацију радног простора и станова. Такође, просторије редовно проветравајте и обезбедите циркулацију ваздуха. Не заборавите да климе редовно одржавате, јер су расадници штетних микроорганизама.



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

МИЛЕНА ПАВЛОВИЋ-БАРИЛИ

Милена је рођена у Пожаревцу 1909. године, а умрла је у Њујорку 1945. године. Ова сликарка потиче из угледне, старе српске породице, пореклом од Карађорђа. Миленин отац Бруно Барили, такође, потиче из угледне породице. Био је композитор, песник и музичар.

Милена је стекла велико знање захваљујући породици, која је неговала традицију прошлости, а посебно грчку митологију и историју. Пуно је и путовала по Европи, обилазећи градове попут Рима, Нице... Тако је стекла многе пријатеље у свом кратком, али успешном животу. Уметничку школу завршила је у Београду, а Академију уметности у Минхену. Путовала је много, а највише успеха, као сликар, постигла је у Њујорку и у Паризу. На својим сликама користи дух старе Грчке заједно са елементима садашњости. Стари антички елементи се добро уклапају на њеним сликама. Уклапајући елементе у дух ренесансе успешно гради своју слику.

Бавила се и илустрацијом радећи за светски признате модне часописе, као што је, „Вог“ и „Шарм“. Израђивала је нацрте, текстове и костиме за балетске представе. Посебно је радила нацрте, костиме и сцену за балет „Себастијан“ Ђан Карла Менотија.

За нашу сликарку Милену Барили може се рећи да је била личност без преседана у српској модерној уметности. Иза ње су остале слике пуне духа и чудне исконске лепоте. Но, најлепши од њих су портрети и аутопортрети по којима је и највише позната.



АУТОПОРТРЕТ СА ВЕЛОМ

Ово је, може се рећи, један од најлепших њених портрета. Слика је студиозно урађена са мноштвом ситних детаља и изванредним пролазом прозирне тканине на људском лицу и телу. Рука пажљиво придржава огрлицу међу прстима. Ту је вео прозиран и бео, па набори на њеној хаљини и нежан покрет руке, која прихвата перле са огрлице.



АУТОПОРТРЕТ СА БЕЛИМ ШЕШИРОМ

Велики бели шешир уоквирује њено лепо лице. А ту су и очи, топле и лепе, широм отворене журе у загрљај.



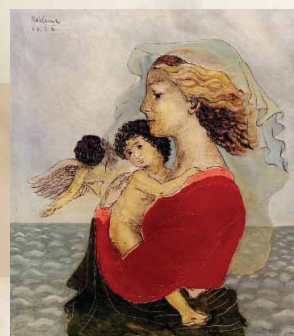
АУТОПОРТРЕТ СА БЕЛОМ ТОКОМ

Бела тока уоквирује њен лепо лице, али, напротив, још више истиче њене очи и усне.



МАДОНА

На интересантан начин приказана је љубав Богородице у лику жене, која благосиља своје чедо, као и Богородица.



АУТОПОРТРЕТ

Овај леп портрет Миленин је необичан. Она као да пита да ли је добро ово што ствара. У њеном плачу нема страха и неверице, јер зна да је све ово настало потезом њене четке пуне љубави.





ИВАН ОБРАДОВИЋ

корисник Прихватилишта са Свратиштем

Прва дама
Нашег дома прва дама-
госпођа са пуно шарма.
Не може јој да се нађе замерка-
наша драга Бараћ Анђелка.

Обожава цвеће ова жена,
велика је оно љубав њена,
а ко љубав гаји према цвећу
и људима пружа топлу реч и срећу.

Сваког дана посао јој
носи нова искушења,
ал' она је увек
доброг расположења.

Велика је њена одговорност,
ал' њу краси воља и упорност.
У послу јој нема мане,
првој дами нема равне.

Достојанствена и смерна
у ситуацији свакој,
у невољи тешкој,
у прилици лакој.

Нежна и крхка душа,
а кад треба лавица.
Она је нашег дома
радница и господарица.

Наша прва дама
пријатељску руку свима пружа.
Нек је срећа, добро здравље
бар година још сто служи!



ВЕСЕЛИНКА ИГИЋ ФИЛАГИЋ

корисница Дома Лиман

Додати живот годинама

Од рођења године постоје,
у младости оне се не броје,
јер изгледа као да стоје,
док касније све брже пролазе,
ал' газимо једне исте стазе.

У години исти је број дана,
у младости велика је мана,
само желе да буду старији.
Кад порасту буду паметнији,
па схватају колике су грешке
и што касније године су тешке.

Јер што даље сви ми пожелимо
да године бар зауставимо,
да у једној што више доживимо,
па због тога ми се и дружимо.
Тако би нам дужи живот био,
догађајима кад би се испунио.

То је оно што нам назив каже,
живот се са годинама слаже.
Додамо ли живот годинама
и сва прошлост путоваће са нама.



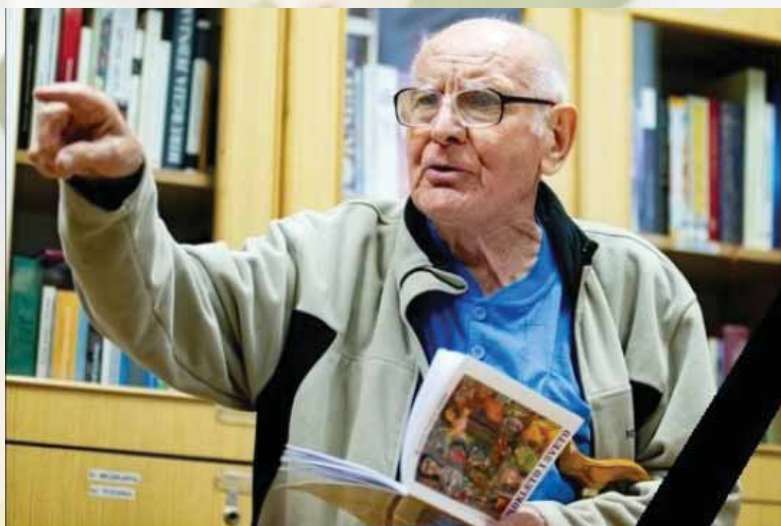
МЛАДЕН НИКШИЋ (1929-2022.)

Рођен је у Херцеговцу (република Хрватска), а од 1945. живео је у Новом Саду. Био је, по професији, грађевински инжењер, али је постао познат, ширем кругу новосадске културне сцене, као ликовни стваралац и врстан песник. Посветио се цртању и сликању улица и зграда старог језгра Новог Сада и његових китњастих фасада. Имао је више самосталних и заједничких изложби, а добијао је и ликовне награде. Био је члан, а један период, и председник ЛИКУМ-а (ликовног удружења уметника) Војводине.

Писао је и поезију. Објавио је пет збирки песама: „Песме“ (1996.), „Поезија трећег доба“ (1997.), „Песме“ (2014.), „Проклето и свето“ (2018.) и „А ча“ (2019.). „А ча“ је прва збирка песама у Војводини, која је написана на чакавском наречју. Он је поета који је свуда тражио лепоту, и у призорима из детињства и у пејзажима мора и равнице и у жени, и у тренутку који проживљава. Према оцени критике, писао је поезију пуну топлине и духа. Заступљен је и у зборницима песама са манифестација „Препреково прољеће“ и „Лира наива“.

Био је члан Књижевног клуба Хрватског културно-уметничког-просветног друштва „Станислав Препрек“ из Новог Сада, а једно време је певао у збору ХКПД-а „Јелачић“ из Петроварадина. Био је члан уредништва „Весника“, информативног гласила Новосадског клуба, који је накнадник Енциклопедије Новог Сада.

Долазио је у Клубове за стара и одрасла лица при Геронтолошком центру „Нови Сад“ где је излагао своје ликовне радове на изложбама, а својом поезијом улепшавао је свакодневницу члановима клубова. Све своје песме је напамет казивао, није их никад читао. Драж песама давао је и његов драмски начин интерпретације. Његов шарм, уникатан господски стил, елоквенција и таленат освајали су где год да се појавио. Они ће, заједно са песамама и сликама, чувати од заборава сећање на овог великог човека.



БАЧКА

Да ли знаш каква равница је моја
Кад љетње сунце припече од горе
Равницом разљеже на стотину боја
Ко да сваки од њих ову земљу оре.

Па макови црвени у зеленој трави
А до њих жито разасу се жуто
Под теретом плода ка земљи се сави
Недајућ стабљици да клас носи круто.
То је моја Бачка, земља родна, плодна,
Та равница вјечна проклета и света
Пијана и тријезна увијек благородна
По стоти пут хваљенам по стоти пут клета.

Волим брата Србина, Шокца и Мађара,
Бунјевца, Словака и брата Хрвата,
На Дунаву пецароша и старог лађара,
Рома, Русина, Румуна ко брата.

Ма каква ти била, ја сад гласно велим
И желим те такву каква ти и јеси
Волит ћу те увијек срцем целим
Нек су ти за навијек опрштени гријеси.





КАТИЦА ШПАРОВИЋ
Корисница Дома Лиман

У дому ми је супер! Задовољна и презадовољна сам! Дошла сам у дом шлогирана и нисам функционисала, али овде су ми помогли и сад ми је добро. Упознала сам једног корисника дома, бившег министра Остоју кога сви знају и са њим се дружим и сад сви и мене знају. Хране има довољно и мени је добра. Певам код вас у хору, активна сам доста, идем на вежбе код физиотерапеута и уживам у томе, штрикам... Некад сам била саобраћајни полицајац, прва жена полицајац у Новом Саду и сад сам у дому открила нове хобије. Не желим строгу обавезу, већ се укључујем свуда где могу. Довољне су ми активности које постоје, не бих ту ништа додавала. Све у свему, овде се осећам задовољно и срећно са новим животом. Како ће ми бити, само од мене зависи.



ТЕРЕЗА КНЕЗИ
корисница Дома Ново насеље

Дошла сам у дом у фебруару месецу, по својој вољи. Јако сам задовољна. Нашла сам пријатеље овде са којима се лепо дружим. Деца моја су срећна, јер виде да ми је добро овде. Две године сам живела сама због изолације, била сам усамљена, тако да ми долазак у дом много значи. Пуно ми је боље и лепше. Посећујем психолошке радионице у дому, играм карте, реми, решавам укрштене речи, читам... Сестра ми је, такође, овде, па јој посвећујем доста пажње.



ЖЕЉКО ИЛИЋ
корисник Дома Футог

Задовољан сам јако услугом у дому, запослени су сви одлични. Једино што бих мењао је број особља, требало би да их има више, превише раде. Што се хране тиче, свако има свој укус, па нешто волиш, а нешто не, али, у глобалу, свиђа ми се.



ДОМ НОВО НАСЕЉЕ – РАДНА ТЕРАПИЈА

