

PROGRAM AKCIJ IN PRIREDITEV DRUŠTVA UPOKOJENCEV KAMNIK V LETU



2017

- Srednja vas:** Članice ženske sekcije se sestajajo vsak prvi torek v poletnih mesecih ob 19. uri, v zimskih mesecih (ko se prestavi ura) pa ob 16. uri, v Kulturnem domu v Srednji vasi.
Vodja: Ani Sušnik, tudi poverjenica v KS Srednja vas.
- Šmartno v Tuhinju:** Tu se družijo člani in članice vsako drugo sredo v mesecu ob 18. uri v Kulturnem domu Šmartno. **Vodja: Bernarda Štrajhar, tudi poverjenica v KS Šmartno.**
- Tuhinj:** Člani in članice se sestajajo vsak prvi torek v mesecu v prostorih športnega društva Zg. Tuhinj pri šoli v Zg. Tuhinju, ob 17. uri – poleti so počitnice.
Vodji: Mimi Kadunc in Mihaela Hribovšek, tudi poverjenici v KS Tuhinj.
- Sela:** Člani in članice se sestajajo vsako prvo sredo v mesecu ob 14. uri v zimskih mesecih, ostale mesece pa ob 15. uri v Gasilskem domu Sela – poleti so počitnice.
Vodja: Mojca Zavasnik, tudi poverjenica v KS Sela.
- Duplica:** Dnevni center na Duplici je odprt vsak torek od 10. do 12. ure (razen ob praznikih ter julija, avgusta in septembra). Ob 10. uri je telovadba z dihalnimi vajami s fizioterapevtko, sledi pa še krajši sprehod, če je vreme ugodno. **Vodi Dragica Požek.**
- Stranje:** Članice in člani se družijo vsak zadnji četrtek ob 18. uri v OŠ Stranje - **vodja Milenka Brajer**

XII. Delo socialnega odbora – Marijana Berlec

Obiskali bomo jubilarne, ki bodo v tem letu stari 80, 90 ali več let ter bolne in ostarele člane in članice ter vse člane, ki bivajo v domovih starejših občanov ter jih skromno obdarili. Jubilarantom, ki so stari 80, 85, 90 in več let pošiljamo tudi čestitko. Počastili bomo diamantne, biserne in zlatoporočence v juniju in decembru (**preverite, če imamo vaše podatke**).

XIII. Meritve in svetovanja

Meritve tlaka, sladkorja, holesterola in trigliceridov in zdravstveni nasveti – **vsak prvi torek** v mesecu (razen januarja, julija in avgusta) od 8. do 10. ure v prostorih društva. (Prispevek za material za enkratno uporabo) Razna svetovanja, izpolnjevanja vlog, idr. vsak torek in petek od 9. do 12. ure v prostorih društva. Dihalne vaje pod vodstvom fizioterapevke so vsak četrtek ob 10. uri v prostorih društva na Kolodvorski 5, razen julija, avgusta in septembra. Gornje dejavnosti so na voljo za vse starejše občane v občini Kamnik ne glede na to ali so člani društva ali ne.

XIV. Slovo od umrlih članov

Od vseh umrlih članic in članov se bomo poslovili z društvenim praporom, na oglasni deski v društvu bo osmrtnica in izobešena žalna zastava. Prosimo svojce umrlega, da o dogodku obvestijo **DU Kamnik oz. hišnika**, ki je obenem praporščak.

XV. Športna priznanja

Udeleženci pohodov, sprehodov, kolesarskih izletov in drugih športnih tekmovanj bodo prejeli priznanja za rekreacijsko oziroma športno udejstvovanje skladno s Pravilnikom o vrednotenju rekreativne dejavnosti in tekmovalnih rezultatov članov Društva upokojencev Kamnik. Podelitev priznanj je v mesecu oktobru, v gostišču »Klub Marjanca« Kamnik, Kolodvorska ul. 5.

XVI. Sodelovanje:

Vsem organiziranim oblikam društvenih dejavnosti se lahko pridružijo tudi člani Društva invalidov Kamnik in Društva diabetikov Kamnik.

XVII. Finančne obveznosti članstva

Članarina za leto 2017 12.– €

Vzajemna samopomoč 10.– €

(samopomoč–vpis možen samo do 70. leta starosti, če prenehate plačevati, izgubite pravico do posmrtnine)

Vpisnina za novega člana 2.– €

Izplačilo (posmrtnine) VS 205.– €

Izguba knjižice 1.– €

Vsak član, ki doseže starost 100 let in več ali 50 let članstva v društvu, je plačila članarine oproščen.

Vsi dosedanji člani so oproščeni plačila članarine, ko se preselijo v Dom starejših občanov.

XVIII. Poverjeniki društva:

• v KS Kamniška Bistrica Janez Bernot • v KS Črna lva Osolnik • v KS Godič Majda Sitar • v KS Tunjice Ivanka Vrhovnik • v KS Mekinje Justič Hočevar, Branka Senica • v KS Nevilje Rozka Rifel • v KS Podgorje Lojzka Kūrbus • v KS Duplica Marija Merčun in Majda Jakše • v KS Volčji Potok Jana Gruden • v KS Zaprice Branka Lap • v KS Perovo in Novi trg Tonka Rems. Za KS Šmarca, Tuhinj, Srednja vas, Šmartno in Sela so imena poverjenikov navedena v točki XI. Za KS Center je poverjenica Lojzka Vrankar (od meseca marca dalje za tiste, ki članarine ne plačajo v pisarni).

XIX. Društvo upokojencev Kamnik lahko spremeni ali dopolni predvidene termine posameznih akcij. Vsaka akcija je razpisana na oglasni deski.



Mešani pevski zbor DU Kamnik



Biserina para – december 2016



Kolesarji DU



Ženska sekcija na izletu

Društvena pisarna je odprta vsak delovni torek in petek od 8. do 12. ure.

Informacije na telefon: **01/ 839-10-15**

Pomoč starejšim: **01/831-92-66** in **041-848-084**

Telefon hišnika in praporščaka: **01/839-26-77** (Silvo Benetek)

e-pošta: **du.kamnik@kks-kamnik.si**, spletni naslov: **http://d-u.si/kamnik**

Predsednik društva: **Vinko Polak**

Častni predsednik društva: **Stane Simšič**

Podpredsedniki: **Miha Prosen**, zadolžen za šport,

Podpredsednica: **Marjana Berlec** zadolžena za socialo

Predsednik nadzornega odbora, urednik spletne strani in piar: **Franc Svetelj**

I. Avtobusni izleti

- 24.02.** (petek) – **PUSTOVANJE**, Turistična kmetija Kaučič-Benedikt - **vpis januarja**
- 25.03.** (sobota) – **HRVAŠKA – DEŽELA MERANIJA** (Ogled Kastava, Trsata, Reke, Moščenic – degustacija likerjev in olivnega olja in še in še..., postanek v Opatiji) s TA KOMPAS, **zbiranje prijav od januarja**
- 01.04.** (sobota) – **BOSNA** – Velika Kladuša-nakupovalni izlet - **vpis februarja**
- 19.04.** (sreda) – **SLOVAŠKA – BRATISLAVA**, v organizaciji z DU Komenda in TA »Meteor« Cerklje – **vpis februarja**
- maj** (sobota) – **Sveta Ana pri Lenartu** - degustacije in vse o zeliščih - **vpis marca**
- junij** (četrtek) – **Praznik češenj – Gorica in Goriška Brda** – **vpis maj**, odvisno od zorenja češenj
- julij** (vsako sredo) – **KOPALNI IZLET** v »Delfin« Izola - **vpis od junija**
- 22.07.** (sobota) – **AVSTRIJA – Grossglockner (veliki Klek) s TA VRANKAR** – zbiranje prijav maja
- avgust** (vsako sredo) – **KOPALNI IZLET** – v »Delfin«, Izola – **vpis julija**
- 05.08.** (sobota) – **VIŠARJE** - **vpis julija**
- 19.08.** (sobota) – **AVSTRIJA – Solni rudnik in Orlovo gnezdo s TA VRANKAR** - zbiranje prijav aprila
- 31.08.** (četrtek) – **SREČANJE UPOKOJENCEV GORENJSKE v ŽIROVNICI** – **vpis julija**
- 03.09.** (sobota) – **AVSTRIJA - PLIBERK** – nastop MePZ DU Kamnik – **vpis avgusta**
- september-oktober** – **TRGATEV V ZALOŠČAH in ORMOŠKIH GORICAH** – odvisno od zorenja grozdja – **vpis avgusta**
- oktober** - (petek) – **DAN ODPRTIH VRAT DRUŠTVA** – podelitev športnih in društvenih priznanj
- 11.11.** (sobota) – **MARTINOVANJE** – izletniška kmetija LOPAN v LOČAH – **vpis oktobra**

II. Večdnevni izleti v organizaciji turističnih agencij

- 10.-12.3.** (pet.-ned.) – **PRAZNOVANJE DNEVA ŽENA v OPATIJU**, v Hotelu Opatijska Cvijeta 4 - zbiranje prijav od januarja za TA »KOMPAS«
- 01-02.07.** (sob.-ned.) – **TIROLE IN DOLOMITI** - po poteh gorskega zdravnika, in čudoviti Dolomiti – **zbiranje prijav od aprila za TA »KOMPAS«**
- 07.-8.10.** (sob.-ned.) – **NEPOZABNA SLAVONIJA** – Škofovsko Đakovo, katedrala, lipicanci, klet in Vinogradi BELJE, VALPOVO, OSIJEK - grofovsko zgodba Našic itd., – **zbiranje prijav od julija za TA »KOMPAS«**
- oktober** – **OBIRANJE MANDARIN** – zbiranje prijav za TA »KOMPAS« - od julija

III. Počitnikovanja

- 04.06. – 11.06.** (ned.-ned.) **Letovanje v Lendavskih toplicah - vpis aprila**
- 02.-09.09.** (sob.-sob.) **HRVAŠKA – VODICE, VILLA ARAUSA 3** tik ob morju – **zbiranje prijav od februarja za TA »KOMPAS«**
- 13.-20.09.** (sreda-sreda) – **HRVAŠKA – DUGI OTOK – LUKA – prijave od februarja**
- 05.-12.11.** (ned.-ned.) **Počitnikovanje v hotelu »Delfin«** v Izoli - **vpis septembra**

IV. Kolesarski izleti

- 22.04. (sobota) Suhadole – srečanje pri mlinčkih
- 04.05. (četrtek) Kamnik-Suhadole-Vodice-Zalog-Kamnik
- 18.05. (četrtek) Kamnik- Komenda - Cerklje - Kamnik
- 25.05. (četrtek) Kamnik- Križ - Komenska dobrava – Cerklje - Komenda
- 01.06. (četrtek) Kamnik- Volčji Potok – Moravče - Kamnik
- 08.06. (četrtek) Kamnik – srečanje kolesarjev 4 - občin
- 22.06. (četrtek) Kamnik-Suhadole – Skaručna – Vodice - Kamnik
- 06.07. (četrtek) Kamnik-Komenda – Preddvor - Komenda
- 20.07. (četrtek) Kamnik-Volčji Potok – Radomlje – Mengeš – Vodice - Kamnik
- 27.07. (četrtek) Kamnik-Komenda-Cerklje-Šenčur - Kamnik
- 03.08. (četrtek) Kamnik-Komenda-Cerklje-Vodice-Kamnik
- 10.08. (četrtek) Kamnik-Suhadole – Vodice - Mengeš – Radomlje - Kamnik
- 17.08. (četrtek) Kamnik-Križ - Komenska dobrava - Cerklje - Komenda
- 31.08. (četrtek) Kamnik-Suhadole-Vodice-Skaručna-Topole-Kamnik
- 14.09. (četrtek) Kamnik-Komenda-Pšata-Cerklje-Adergas-Kamnik
- 21.09. (četrtek) Kamnik-Volčji Potok-Mengeš-Vodice-Komenda
- 28.09. (četrtek) Kamnik-Kamniška Bistrica-Kamnik
- 05.10. (četrtek) Kamnik-Komenda-Cerklje-Vodice-Kamnik zaključek (sobota) Kostanjev piknik - datum bo objavljen na oglasni deski

Vse vožnje se začno ob 8. uri z dvorišča DU Kamnik. Ob slabem vremenu se vožnja preloži na naslednji dan, če je tudi tedaj slabo vreme, se termin vožnje preloži.

Telovadba na prostem »Šola zdravja« Kršmančev park – ob 7:30 uri (razen nedelja, prazniki)

Telovadba na prostem »Šola zdravja« Športni park Podgorje - ob 7:30 uri (razen nedelja, prazniki)

Telovadba v Šolskem centru Rudolfa Maistra–za upokojece – vsako sredo ob 16. in 17. uri (plačljivo)

Predsednik športnih sekcij je **Miha Prosen** informacije na tel.: 041 207 943, podpredsednik **Vojko Haclar**, ostale informacije športnih sekcij dobite pri vodjih in sicer: **Balinarji – Dani Volčič, Kegljanje – Franc Poljanšek, Smučarji – Marjan Schnabl, Streljanje – Pavle Serša, Tenis – Tone Prešeren, Pikado – Mimi Vrhovnik, Plavanje – Helena Sterle, Kegljanje s kroglo – Marjan Hribar, Kolesarstvo – Vinko Polak, Prstomet – Franc Schnabl, Šah – Matjaž Verbole, Ples – Miha Prosen, Namizni tenis – Tone Klemenc, Pohodi – Marija Merčun, Silva Bizjak, Sprehodi – Julka Polak, Marija Merčun, Nordijska hoja – Branka Senica**, Vabljeni novi člani v vse športne discipline.

URNIK treningov športnih panog DU Kamnik in termini prvenstva sekcij:

Ballnanje:	treningi – vsak dan preko celega dne; prvenstvo sekcije – april, maj (odvisno od sistema oz. števila udeležencev)
Kegljanje:	treningi – ponedeljek od 15. do 17. ure; prvenstvo sekcije – maj
Kolesarstvo:	treningi: prvenstvo sekcije – september
Pikado:	treningi – torek ob 16. uri, četrtek ob 16. uri
Smučanje:	treningi – prvenstvo sekcije ni predvideno
Streljanje:	treningi – četrtek ob 18. uri nad keglljiščem
Šah:	treningi – ponedeljek ob 17.30 uri
Tenis:	treningi – prvenstvo sekcije – maj
Namizni tenis:	treningi – sobota in nedelja, ob 9.00 uri, Osnovna šola Marije Vere, Duplica
Prstomet:	treningi – sreda ob 9. uri
Plavanje:	treningi – po dogovoru
Kegljanje s kroglo:	treningi – ponedeljek ob 9. uri – avtokamp »Pod Skalco«

Člani vseh športnih sekcij morajo biti tudi člani društva upokojecev.

V. Pohodi DU Kamnik

07.01. (sobota) Kamnik-Rudnik	13.07. (četrtek) Motnik-Slope -Tuhinj
06.04. (četrtek) Trojane-Doline-Moravče	24.08. (četrtek) Velika planina-Stahovica
11.05. (četrtek) Kozjak-Šipek-Šmartno	07.09. (četrtek) Šenturška gora
15.06. (četrtek) Trnovče-Rudnik-Kamnik	26.10. (četrtek) Zakal-Vegrad-Kamnik
29.06. (četrtek) Tuhinj-Kostavska planina-Črnivec	02.11. (četrtek) Potok-Velika Lašna-Kamnik

VI. Sprehodi

Vsak **prvi** in **tretji** ponedeljek v mesecu sprehodi do 2 uri – vodji: Marija Merčun in Julka Polak.

Zimski čas odhod ob 9. uri, **poletni čas junij, julij, avgust ob 8. uri** z dvorišča društva na Kolodvorski ulici 5.

VII. Sprehodi Tunjice:

Vsak torek zimski čas od 15.00 do 16.00 ure, **poletni čas** od 17.00 do 18.00 ure, zbirno mesto pred šolo

VIII. Nordijska hoja

Vsak **drugi** in **četrti ponedeljek** v mesecu do 2/30 uri - vodi Branka Senica. Odhodi iz društvenega dvorišča **poletni čas ob 8.00 uri, zimski čas ob 9.00 uri**

IX. Kulturna sekcija – vodja Milenka Brajer

V kulturni sekciji sodelujejo Mešani pevski zbor, ki ga vodi Karla Urh, Ljudske pevke PREDICE, ki jih vodi Angelca Jagodic ter bend »JESENSKI CVET«, ki ga vodi Lojzka Ocvirk in dramska sekcija, vodja Marjetka Friedl.

Kulturni popoldnevi so prvi petek v mesecih februar, marec, december na zabavno-kulturnem popoldnevu upokojecev v gostišču »Klub Marjanca«.

Skupine sodelujejo tudi na občinskih, območnih, republiških revijah in ostalih prireditvah.

V oktobru bo DAN ODPRTIH VRAT (za vse člane) v društvu s podelitvijo športnih priznanj.

X. Literarno področje: Vodja Ivanka Učakar

SREČANJE S KNJIGO – PRVI ČETRTEK V MESECU OB 16. uri razen poletna meseca, program pripravlja Matična knjižnica Kamnik.

XI. Ženske sekcije in druga druženja:

Kamnik: Članice ženske sekcije se sestajajo vsak drugi in četrti četrtek v mesecu, razen v juliju in avgustu in to v DU Kamnik, Kolodvorska ul. 5, Kamnik/ I. nadstropje ob 16. uri.

Vodja: Anica Blejc, tudi poverjenica v KS Šmarca.