

V Domu starejših občanov Ljubljana-Šiška pet stanovalk z več kot 100 leti

V Domu starejših občanov v Šiški so praznovali 100-letnico njihovih stanovalk Angele Bole in Ane Ovsenek. Prva se za visoko starost zahvaljuje dobrim genom, druga pa pravi, da je recept za dolgo življenje "delo in še enkrat delo". "Zgodaj spat in nič večerjat," pa je skrivnost za vitalno starost delila najstarejša stanovalka doma Kristina Saksida.

Zbrane je na dogodku, na katerem so sicer proslavili rojstne dni vseh stanovalcev v maju, nagovoril direktor Doma starejših občanov Ljubljana-Šiška Simon Strgar, zapel je domski pevski zbor, Rezka Žilič pa je zaigrala na Panove piščali. Kot se za rojstnodnevno praznovanje spodobi, sta glavni slavljenci dobili tudi vsaka svojo torto, od ljubljanskega župana Zorana Jankovića, ki se slavja sicer ni utegnil udeležiti, pa šopek z darilom in voščilnico.

Angela Bole in Ana Ovsenek sta po Strgarjevih besedah "dokaz, da se da kakovostno živeti še zelo dolgo".

Angela Bole, ki je dopolnila 100 let 8. maja, je zelo rada hodila v planine. Kot je povedala, je bila štirikrat na Triglavu, povzpela pa se je tudi na najvišji vrh Alp, Mont Blanc. Noge je danes ne ubogajo več, še vedno pa se rada sprehaja po domu. Vstane že ob štirih in eno uro telovadi. Slabo vidi in sliši, včasih posluša televizijo in prelista kakšno revijo, v celoti pa sama skrbi za svojo higieno in si sama pospravlja sobo.

"Na eno oko sem oslepela, na enega pa vidim meglo. Brati ne morem, križank ne morem reševati. V obeh ušesih imam slušni aparat, brez njega bi bila kot zid," je navkljub tem težavam dobrovoljno pripovedovala. Na vprašanje, kaj jo še danes ohranja pri močeh in kaj pripomore k visoki starosti, ni znala odgovoriti. "Nič. Narava je dala tako," je v smehu prikimala svojim dobrim genom. Ob tem je priznala, da je osem let kadila.

Kot so pojasnili v domu starejših občanov, je zelo dolgo živela tudi Angelina babica. Nikoli si ni želela, da bi živela zelo dolgo, kajti po njenih besedah "biti zelo star z zdravo pametjo ni fajn". Poudarila je še, da se razmišljanje človeka z leti spreminja, a v spominu so ji najbolj ostali dogodki iz ranih otroških let.

Ana Ovsenek, ki je 100 let dopolnila prav danes, pa je včasih rada pletla na stroj in nabirala gobe. S pomočjo hodulje na kolesih gre danes rada na sprehod v domski park in je rada na soncu. Po njenem mnenju je recept za dolgo življenje "delo in še enkrat delo". Že z 12 leti je kuhala za celo družino, kuhati jo je naučila mačeha, so povedali v domu starejših občanov.

Poleg svežih stoletnic je ta visoki jubilej lani novembra obeležila tudi stanovalka doma Marija Stanovnik. V domu pa prebivata tudi Frančiška Manfreda, ki je lani septembra dopolnila 103 leta, ter Kristina Saksida, ki bo novembra letos dopolnila 105 let. Ta je kot recept za visoko starost izpostavila, da je treba iti "zgodaj spat in nič večerjat". Spat se odpravi že ob 19. uri ali še prej, "kot dojenčki", je razložila. Na vprašanje, kako preživlja čas v domu, pa je odvrnila, da lenari in bere, da vidi "kaj je novega".