

# PARAPLEGIK

ISSN 0351-9163

Št. 118

GLASILO Zveze PARAPLEGIKOV SLOVENIJE

september 2009

## VSESLOVENSKO SREČANJE PARAPLEGIKOV IN TETRAPLEGIKOV SLOVENIJE



**NAJBOLJŠI VOZNIK, VAREN IN VARČEN**

**INTERVJU Z DOC. DR. SIMONOM PODNARJEM, DR. MED.**

**KULTURNI DNEVI V PACUGU**

**SLOVENSKI RIBIČI INVALIDI**

**SVETOVNI PRVAKI**

**NATEČAJ FOTOGRAFIJE**

TISKOVINA

POŠTNINA PLAČANA PRI POŠTI 1130



## KAZALO

|                     |          |
|---------------------|----------|
| Delo Zveze          | stran 4  |
| Strokovno           | stran 12 |
| Intervju            | stran 14 |
| Delo društev        | stran 17 |
| Potopis             | stran 33 |
| Iz življenja        | stran 37 |
| Šport               | stran 40 |
| Kultura             | stran 53 |
| V spomin            | stran 59 |
| Natečaj fotografije | stran 60 |
| Zahvale in oglasi   | stran 60 |
| Razvedrilo          | stran 61 |
| Križanka            | stran 63 |

Glasilo Paraplegik izdaja Zveza paraplegikov Slovenije in njena pokrajinska društva: Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja, Društvo paraplegikov Gorenjske, Društvo paraplegikov Istre in Krasa, Društvo paraplegikov Koroške, Društvo paraplegikov Prekmurja in Prlekije, Društvo paraplegikov severne Primorske, Društvo paraplegikov severne Štajerske in Društvo paraplegikov jugozahodne Štajerske  
Za ZPS: Dane Kastelic

Glavna in odgovorna urednica: Tina Pavlovič

Uredniški odbor: Jasna Tepina, Dani Globokar, dr. med. asistent fiziater, mag. Aleksandra Tabaj, Jože Globokar, Dane Kastelic, Barbara Slaček, Benjamin Žnidaršič

Tajnica uredništva: Darja Kos

Lektoriranje: Darka T. Podgoršek

Tisk: C.VISTA d.o.o., 3270 Laško

Prelom in obdelava slik: C.VISTA d.o.o.

Foto naslovnica: Tone Planinšek

Osnovni podatki uredništva: Zveza paraplegikov Slovenije, Štihova 14, 1000 Ljubljana, p.p. 5714, Tel.: 432-71-38, fax.: 432-72-52

Email: zveza-paraplegikov@guest.arnes.si

Spletna stran: www.zveza.paraplegikov.si

Transakcijski račun: 03170-1001146571

Poština plačana pri pošti 1130

Naklada: 1800 izvodov

ISSN 0351-9163



## Lepo vas spet pozdravljam, drage bralke in bralci!

Poletje, polno vtisov in živžava, je za nami. Lepi poletni dogodki in mogoče tudi kakšni malo manj lepi so se končali. Upam le, da so pri vas prevladovali tisti lepi, tako kot pri meni.

Našo Zvezo paraplegikov Slovenije je to poletje zaznamovalo predvsem vseslovensko srečanje v Levcu, seveda v čast 40. obletnice združevanja paraplegikov in tetraplegikov. Z mnogimi smo se videli po dolgih letih. Obisk svete maše in družabni program sta nam kljub deževnemu vremenu močno razjasnila ta dan.

V tokratni številki je predvsem poudarek na varnosti v cestnem prometu. Na javnem razpisu za sofinanciranje programov varnosti v cestnem prometu za leto 2009 smo pridobili sredstva za aktivno uresničevanje naših ciljev in izvajanje projekta, ki smo ga poimenovali **NAJBOLJŠI VOZNIK, VAREN IN VARČEN**. Kakšen je namen oz. potek projekta, si preberite na prvih straneh.

Seveda so novosti tudi na področju sociale, kulture (kulturni dnevi, priznanja), športa (mnogo uspehov v različnih panogah), nekaj več je tudi potopisov in drugih člankov iz življenja, kar je prav pohvalno.

Toplo jesen vam želim.

**Vaša urednica Tina Pavlovič**



Ob pestrosti dogodkov, ki spremljajo letošnje jubilejno leto Zveze paraplegikov Slovenije in društev, je za nami tudi vseslovensko srečanje članov in članic ter njihovih svojcev. Tu sem imel priložnost, da sem se seznanil z različnimi pogledi in mnenji članov iz vse Slovenije. Med sabo smo odkrito spregovorili o delu Zveze in društev, kako se deluje na posameznih območjih Slovenije in ne nazadnje na nacionalni ravni.

Razumljivo je, da smo slabo pokritizirali v prepričanju, da se bo izboljšalo, dobro pa smo tudi pohvalili. Med zelo kvalitetnimi in različnimi mnenji sem ugotovil, da se mora Zveza paraplegikov in z njo društva neprestano spreminjati in prilagajati potrebam članstva, in to bom skušal prenesti v prakso. Toda tisti, ki si želi spreminjati, MORA imeti organizacijo preprosto rad! Sicer je to samo področje za populiste.

Skupno naši organizaciji mora biti, da sta Zveza in društvo partnerja pri skrbi za boljšo kakovost življenja svojih članov. Naloga Zveze paraplegikov kot krovne organizacije je

spodbujati in skrbeti, da so temelji za vsa področja delovanja društev na enakih predpostavkah. Zato je izjemno pomembno, da se vsak član društva aktivno vključi v delovanje in tudi tako s svojimi idejami in znanjem prispeva k oblikovanju celotne podobe društva ter Zveze, saj sta bili ti organizaciji največkrat prvi stik med realnostjo in življenjem iz perspektive invalidskega vozička.

V naslednjih mesecih je pred nami priprava Programov in projektov za leto 2010. Pomembno je tudi, da se bomo oktobra začeli pripravljati na gradnjo nastanitvenega dela Doma paraplegikov v Pacugu. Glavnina aktivnosti poteka prek mednarodnega razpisa Interreg – Intercis, saj smo v sklepni fazi, da pridobimo evropska sredstva, ki jih pričakujemo s partnerji v projektu. Povsem upravičeno računamo tudi na finančni vložek Republike Slovenije oz. Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve ter Ministrstva za zdravje, saj bomo v Domu paraplegikov izvajali dejavnosti s področja socialnega in zdravstvenega varstva, ki ga država v tem trenutku ne zagotavlja.

Odločilno vlogo pri finančni sklenitvi projekta pa bo s svojim deležem tako kot doslej zagotovo imela Fundacija invalidskih in humanitarnih organizacij.

Spoštovane članice in člani društev paraplegikov, želim vam, da ste si v poletnih mesecih nabrali dovolj moči in energije, da boste zdravi in ustvarjalni do naslednje izdaje glasila Paraplegik. Takrat pa upam, da vas bom razveselil s kakšnim novimi spodbudnimi novicami.

**Vaš predsednik Dane**



*Predsednik Dane Kastelic*



# VSESLOVENSKO SREČANJE PARAPLEGIKOV IN TETRAPLEGIKOV

Nazadnje smo se družili pred petimi leti na praznovanju petintridesete obletnice delovanja Zveze paraplegikov Slovenije. Takrat v Šentvidu pri Stični. Letos pa, ko praznujemo že okroglo, štirideseto obletnico organiziranega delovanja Zveze paraplegikov Slovenije ter združevanja paraplegikov in tetraplegikov, smo vseslovensko srečanje paraplegikov in tetraplegikov na željo članov ponovili.

V vseh teh letih je Zveza doživljala vzpone in padce, vendar je vedno postajala le močnejša. Zasluga za to je nedvomno v nas samih, njenih članih. In prav je, da se v zahvalo za podporo vsem nam srečamo na vseslovenskem srečanju članov.

Tako je bilo tudi letos, ko smo se zbrali na družabnem srečanju na Letališču Levec v Savinjski dolini, dolini hmelja. Program je bil skrbno pripravljen in verjamemo,

da se je našlo za vsakogar nekaj. Tako smo dogajanje zadnje sobote v avgustu, ki nam ni postregla s sončnim vremenom, začeli v Petrovčah; tam je v baziliki Matere božje potekala sveta maša, ki jo je daroval celjski opat Marjan Jezernik in nekaj besed namenil tudi vsem našim že pokojnim članom. Za branje berila smo zaprosili kar predsednika Zveze. Po maši nas je domačin iz Petrovč Srečko Klepej popeljal skozi zgodovino bazilike, župnik Ivan Arzenšek - Vanči pa nam je zagrajal na kitaro. Okoli 13. ure smo se člani že začeli zbirati na prizorišču dogajanja.

Najprej nas je pozdravil predsednik Zveze Dane Kastelic in povedal, da je to naš dan, ter poudaril, da so takšna srečanja pomemben del delovanja naše organizacije. Zveza praznuje štirideseto obletnico, Dane



Na odru so se vrstili govorniki. Najprej nas je pozdravil predsednik Zveze Dane Kastelic.

Kastelic pa je njen predsednik to leto, zato je člane nagovoril tudi človek, ki je organizacijo uspešno vodil vse od začetka delovanja, častni predsednik Zveze paraplegikov Slovenije Ivan Peršak. Pohvalil je delo Zveze in povedal, da je vesel, ko nas vidi tako zbrane in dobre volje, ter nam vsem zaželel obilo sreče in predvsem zdravja. Bili smo v občini Žalec in nekako smo upali, da nas bo pozdravil tudi župan Alojz Posedel, ki bi predstavil občino, a se je žal opravičil, nas je pa zato v Levcu sprejel predsednik Krajevne skupnosti Levec, Anton Jelenko, in spregovoril o zgodovini letališča in hmeljarstva ter nekaj besed namenil tudi stičišču dveh občin – Celja in Žalca.

Medtem ko so se na odru vrstili govorniki, se je pod hangarjem zbralo že lepo število članov in njihovih spremljevalcev pa tudi prijateljev in gostov Zveze – tokrat jih je bilo okoli tristo. Srečanje smo nadaljevali s prijetnim družabnim programom, ki so ga pod okriljem Turistično-kulturnega društva Levec odprle mažoretke. S svojimi spretnostmi so nas preprosto navdušile. Po programu bi moral nastopiti Vinko Šimek, a ga je na odru za celo uro nadomestil Jaka Šraufci-



Vseslovensko srečanje paraplegikov in tetraplegikov smo začeli v Petrovčah; tam je v baziliki Matere božje potekala sveta maša.



Člane je nagovoril tudi človek, ki je organizacijo uspešno vodil vse od začetka delovanja, častni predsednik Zveze paraplegikov Slovenije Ivan Peršak.

ger in nas vse do zadnjega nasmejal do solz. Do konca srečanja, ki se je končalo okoli devete ure zvečer s pesmijo in plesom, nas je zabaval ansambel Trio Žur z našim članom na klaviaturah in harmoniki Srečkom Vodebom. Program je povezovala novinarka in tiskovna predstavnica Greta Kokot Rajkovič.

Na letališču so bila na voljo tudi



Na letališču so bila na voljo tudi športna letala, a so zaradi dežja ostala na tleh.

športna letala, a so zaradi dežja ostala na tleh.

Žal se zaradi drugih obveznosti in verjetno tudi slabega vremena dogodka ni udeležilo kar nekaj predsednikov lokalnih društev, ki so jih pogrešali predvsem njihovi člani. Pogrešali pa smo tudi nekaj članov, ki so vidno zaznamovali delo Zveze.

Kot vedno se tudi tokrat ne bi imeli lepo in predvsem brezskrbno brez dobrosrčnih ljudi in sponzorjev. Torej gre zahvala podjetju VIGRAD d.o.o., ki nam je posodilo prenosne invalidske WC-je, in podjetju PETRE d.o.o., ki nam je postavilo priročen oder s klančino.

Prav tako se zahvaljujemo podjetju DELIKOMAT d.o.o. iz Maribo-

ra, saj bi brez njihove kave težko ostali zbrani, pa pekarnama Kavčič in Hlebček, ki sta nas nasitila s kruhom; da nismo bili žejni in lačni, hvala podjetjem ENGROTUŠ d.d., DAVIDOV HRAM d.o.o., KELLY'S CHIPS SOLLETI, PIVOVARNA LAŠKO d.d., VINAG d.d. Pekarna BRGLEZ d.o.o. in Gostišče FINK s.p.



Do konca srečanja nas je zabaval ansambel Trio Žur z našim članom na klaviaturah in harmoniki Srečkom Vodebom.

pa sta poskrbela za golaž in mesne narezke. Zahvala seveda tudi vsem prostovoljcem in članom Aerokluba Celje ter Prostovoljnemu gasilskemu društvu Levec za vsa fizično pomoč pri pripravi in izvedbi srečanja.

Naj vam zaupam, kaj sem ujela na uho. Znova se snidemo čez pet let na praznovanju petinštiridesetletnice delovanja Zveze paraplegikov Slovenije na Športnem letališču v Slovenj Gradcu.

**Barbara Slaček**



# NAJBOLJŠI VOZNIK, VAREN IN VARČEN

**Tisti naši člani, ki ste si poškodbo hrbtenice »pridelali« v prometni nesreči, se še posebno zavedate, da je varnost v cestnem prometu izjemno pomembna. Da bi se tega zavedali tudi vsi drugi udeleženci v prometu, se marsikatera organizacija, ministrstva in pristojne institucije trudijo vsak po svoje širiti zavedanje o varnosti v cestnem prometu.**

Ker je kar tretjina naših članov uporabnikov invalidskega vozička zaradi nepravilnega ravnanja v prometu, se tudi Zveza paraplegikov Slovenije s svojimi aktivnostmi trudi ozaveščati javnost pa tudi članstvo o varnosti v prometu in posledicah nesreč.

Tako smo se lani kot sopodpisniki Evropske listine o varnosti v cestnem prometu zavezali, da bomo v prihodnjem obdobju po svojih močeh in na različne načine prispevali k izboljšanju varnosti v cestnem prometu in ohranitvi 25.000 življenj. Evropska listina o cestnoprometni varnosti je sestavni del akcijskega načrta za cestnoprometno varnost 2002–2010, ki jo je Generalni direktorat za energetiko in promet leta 2004 prvič predstavil na zasedanju evropskih prometnih ministrov v Dublinu.

Letos smo na javnem razpisu za sofinanciranje programov varnosti v cestnem prometu za leto 2009 pridobili še sredstva za aktivno uresničevanje naših ciljev in izvajanje projekta, ki smo ga poimenovali NAJBOLJŠI VOZNIK, VAREN IN VARČEN.

Namen projekta je uresničevati cilje Evropske listine o varnosti v cestnem prometu; uresničevati

cilje Nacionalnega programa varnosti cestnega prometa; kot civilna družba pomagati državnim organom pri njihovih prizadevanjih za boljšo varnost na naših cestah; zagotoviti delovno skupino, ki bo sodelovala z državnimi organi pri pripravi ustreznih aktov, ki se nanašajo na varnost cestnega prometa; vplivati na zavest voznikov; zmanjšati število težko telesno poškodovanih v prometnih nesrečah in s tem preprečiti porast članstva v naši organizaciji; usposobiti voznike kombiniranih vozil, voznike motoriste in voznike invalide za varno in varčno vožnjo; z informacijskimi sredstvi Zveze ozaveščati člane o varčni vožnji, povezovanje s sorodnimi organizacijami, ki stremijo k istim ciljem.

Projekt bomo izvajali nacionalno s pomočjo društev in tako poskrbeli, da se bomo dotaknili vseh državljanov, lokalno, regionalno in nacionalno. Projekt smo razdelili na več sklopov:

## Šola varne vožnje

Vsodelovanju s policijsko akademijo in njihovim inštruktorjem varne vožnje bomo pripravili preverjanje spretnostne vožnje za:

- mlade voznike začetnike,
- voznike društvenih kombiniranih vozil, ki vozijo naše člane,
- voznike motorjev štirikolesnikov – člani,
- voznike motoriste,
- voznike invalide,
- vse voznike, ki bodo želeli preveriti svoje spretnosti.

Kot že vrsto let do zdaj se bomo udeležili spretnostne vožnje z

avtomobili v Murski Soboti.

## Predavanja

Organizirali bomo predavanje o varčni vožnji, ki ga bo vodil dipl. ing. strojništva. Predaval bo o zgradbi avtomobilskega motorja, o načinih, s katerimi varčujemo pri gorivu, obrabi motorja in posledično tudi skrbimo za zmanjšanje količine škodljivih izpustov v okolje.

V sklopu tega predavanja bo predstavnik AMZS predstavil predpise o varnem in pravilnem načinu prevažanja invalidov na invalidskih vozičkih s kombiniranimi vozili. Na predavanje bomo povabili tudi predstavnike voznikov sorodnih invalidskih organizacij. Prav tako bomo obiskali vsaj deset osnovnih šol, kjer bodo naši člani s svojimi zgodbami predstavili nevarnosti hitre vožnje in njihove posledice.

## Stojnice

Na šestih prireditvah v različnih občinah bomo na stojnicah opozarjali na varno in varčno vožnjo, zato smo pri Zvezi izdali plakat in predstavitvene brošure.

**Barbara Slaček**





# NAJBOLJŠI VOZNIK, VAREN IN VARČEN

## V skopu projekta "Najboljši voznik, varen in varčen", skrbimo za:

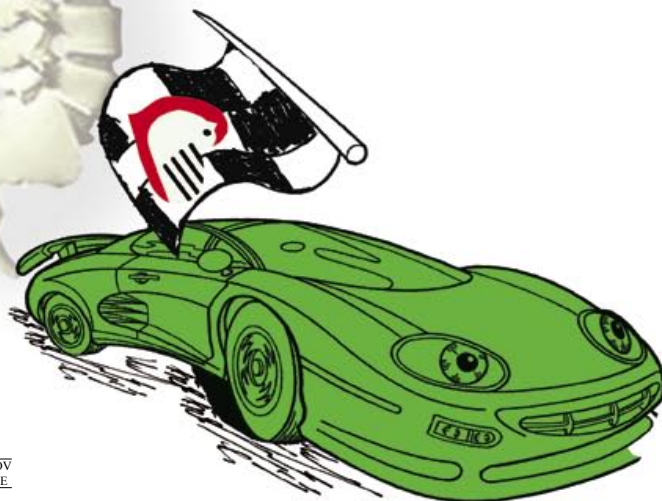
- Ozaveščanje javnosti o posledicah prometnih nesreč
- Izboljšanje kulture voznikov
- Zmanjšanje števila težko telesno poškodovanih v prometnih nesrečah
- Zmanjševanje škodljivih emisij v ozračju
- Seznanjamo voznike o načinih varčne vožnje

Hkrati pa s projektom uresničujemo cilje:

- Evropske listine o varnosti v cestnem prometu
- Nacionalnega programa varnosti cestnega prometa

## Izvajalci programa:

- Zveza paraplegikov Slovenije,
- Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine,
- Društvo paraplegikov severne Štajerske,
- Društvo paraplegikov Koroške,
- Društvo paraplegikov jugozahodne Štajerske,
- Društvo paraplegikov Gorenjske,
- Društvo paraplegikov severne Primorske,
- Društvo paraplegikov Istre in Krasa,
- Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja,
- Društvo paraplegikov Prekmurja in Prlekije.





# DRUGA REDNA SKUPŠČINA Zveze

**V Domu paraplegikov na Pacugu je 7. julija potekala druga redna seja Skupščine Zveze paraplegikov Slovenije.**

Delegati iz pokrajinskih društev in vodstvo Zveze so v obsežnem dnevnem redu razpravljali o celostnem delovanju in poslovanju Zveze. Pregledali so realizacijo sklepov iz prve seje, nato pa prisluhnili poročilom nadzornega odbora, disciplinske komisije, poročilu predsednika o delu Zveze za leto 2008 in poročilom o poslovanju Doma paraplegikov na Pacugu (poročilo nadzornega sveta, poslovno poročilo direktorja doma, poročilo gradbenega odbora).

Delegate je seveda najbolj zanimala prihodnja usoda doma na Pacugu, zato so še posebno z zanimanjem prisluhnili poročilu gradbenega odbora. No, to je bilo zelo spodbudno, saj bomo že jeseni nadaljevali drugo fazo gradnje doma z drugačnim, transparentnejšim načinom. Začela se bo torej gradnja bivalnega objekta in ureditev okolice. Po konstruktivnih razpravah in pripombah so delegati vsa poročila potrdili in sprejeli. Pri



*Seja druge redne skupščine Zveze*

tem so imenovali tudi nove članke nadzornega sveta za novo štiriletno mandatno obdobje. V 6. točki dnevnega reda so delegati po poročilu statutarne komisije razpravljali o predlogu novega statuta in poslovniku o delu upravnega odbora Zveze, skupaj z drugimi pravilniki, ki jih bo pripravila statutarna komisija, sprejeli pa jih bodo na prihodnji seji.

V zadnji točki – Pobude in vprašanja – so delegati dali kar nekaj pobud, nanašale pa so se predvsem na socialno področje in slabe razmere, v katerih še vedno živi veliko naših članov. Na seji so sprejeli nekaj sklepov, ki so pomembni za nemoteno in uspešno delovanje organizacije. Sejo skupščine je vodila predsednica Mirjam Kanalec.

**Jože Globokar**

## ZA OPRAVLJANJE VOZNIŠKEGA IZPITA

**Ena pomembnejših stvari po končani medicinski rehabilitaciji je socialna rehabilitacija, vključitev v normalne življenjske tokove in s tem tudi opravljanje vozniškega izpita ter prilagoditev avtomobila na ročno upravljanje.**

Vsi, ki ste imeli opravljen vozniški izpit in ste pred poškodbo vozili av-

tomobil, lahko med rehabilitacijo ali tudi pozneje na Inštitutu za rehabilitacijo z napotnico specialista fiziatra v laboratoriju za opravljanje vozniškega izpita opravite pregled in pridobite potrdilo oz. mnenje g. Alojza Fidlerja o usposobljenosti za vožnjo prilagojenega vozila.

Če pa vozniškega izpita še nimate in bi ga želeli opravljati, je postopek

podoben. Z napotnico splošnega zdravnika se naročite na pregled pri specialistu fiziatru na IRSR (prim. dr. Šavrin oz. dr. Škorjanec); ta vas napoti v laboratorij za opravljanje vozniškega izpita in tako pridobite ustrezno mnenje.

Pomembno je poudariti, da je postopek pridobitve zdravniškega mnenja brezplačen.





Nova škoda roomster

Teoretični del izpita lahko opravljate v kateri koli avtošoli v Sloveniji. Za praktični del izpita pa smo poskrbeli na Zvezi paraplegikov Slovenije. Kupili

kraji, sistemom proti zdrsavanju, ABS-zavornim sistemom, klimatsko napravo, avtomatskim menjalnikom in še mnogimi drugimi funkcijami.

Notranjost vozila se lahko spremeni v uporabno prostornino brez zadnjih sedežev ali pa se ti preklapijo in prtljažnik je avtomatsko povečan. Preklop ali odstranitev sedežev je preprost



Zadnja klop je deljiva, zložljiva, po potrebi pa jo lahko tudi odstranimo.

smo novo vozilo škodo roomster comfort 1,6, ki je osebno vozilo z najsodobnejšo tehniko in bogato opremo in nam bo v veliko pomoč pri vsakodnevnih vožnjah. Poganja jo motor z močjo 77 KW in prostornino 1598 ccm.

Opremljen je z blokado proti



Vgrajene so naprave za ročno upravljanje, na voljo je prenosna bučka za volan

postopek in ne zahteva nobenega vijačenja.

Vožnja je preprosta s šeststopenjskim prestavljanjem. V vozilo so vgrajene naprave za ročno upravljanje zavore in plina, ki jih je izdelal Jože Zajc, ing. str., in imajo ustrezno mnenje Inštituta za rehabilitacijo in A-test LPP oz. potrjeno homologacijo.

Vozilo si lahko po predhodni rezervaciji sposodite pri Zvezi paraplegikov Slovenije na tel. št. 01/432 71 38 ali e-naslovu: info@zveza-paraplegikov.si, za čas opravljanja voznškega izpita. Tako boste lahko izpit opravljali v domačem kraju pri avtošoli, ki si jo boste sami izbrali.

Pri Zvezi pa potekajo pogovori z AMZS, da boste v prihodnje lahko opravljali voznški izpit v njihovih izpostavah po Sloveniji. O dogovoru vas bomo sproti obveščali.

Pa uspešno opravljanje voznškega izpita in varno vožnjo vam želimo!

Miran Merslavič



# VRAČAMO SE V ŽIVLJENJE

**Junija, ko nas je sonce že začelo greti, in tik preden so se začeli letni dopusti, smo pri Zvezi organizirali spoznavno srečanje oziroma sprejem novih članov v našo organizacijo.**

Čeprav se vse leto trudimo članom že v času medicinske rehabilitacije na Inštitutu RS za rehabilitacijo na info točkah, ki jih izvajamo vsak mesec, približati delovanje naše Zveze, jim predstaviti možnosti posebnih socialnih programov in življenja z invalidnostjo, smo za vse člane, ki so bili sprejeti lani, pripravili tudi praktične delavnice. Tako smo 24. junija v Dom paraplegikov v Pacug povabili enaintrideset na novo sprejetih članov in jim pripravili pet izobraževalnih delavnic ter družabno srečanje, ki smo jim dali skupen naziv **VRAČAMO SE V ŽIVLJENJE**. Vabilu se je odzvalo sedemnajst članov in njihovih svojcev, delavnice so vodili različni usposobljeni strokovnjaki, mi pa smo poskrbeli za dobro vzdušje.

Navzoče je najprej pozdravil predsednik Zveze Dane Kastelic in vsem zaželel dobrodošlico. Potem je Barbara Slaček v sliki predstavila možnosti, ki jih ima Zveza s svojimi posebnimi socialnimi programi in

nastanitvenimi ter počitniškimi kapacitetami.

V drugem sklopu je direktor doma Jani Trdina govoril o zaposlovanju invalidov in o zakonodaji s tega področja, pa tudi o možnostih, ki jih predstavlja Sklad RS za spodbujanje zaposlovanja invalidov. Ker je v okolju, v katrem živimo, zelo pomembno ohranjanje zdravja in še pomembnejša pravilna izbira invalidskega vozička, je o tem spregovorila delovna terapevtka iz IRSR Petra Grabner. Ne nazadnje je o socialni vključenosti po medicinski rehabilitaciji, kar je še posebno primerna tema za svojce naših članov, govorila Barbara Trdina.

Kot opazovalka se je delavnici pridružila socialna delavka iz IRSRS Vanja Skok in izkoristila priložnost, da je zbrane pozdravila. Na koncu je Jože Zajc povedal še nekaj tehničnih in praktičnih stvari o predelavi vozil na ročno upravljanje ter o sami vožnji avtomobila.

Na koncu predavanj so seveda sledila še praktična vprašanja; večina se jih je nanašala na invalidske vozičke, sedežne blazine in pravice iz pokojninskega in invalidskega zavarovanja. Nato je bilo na vrsti



*Navzoče je pozdravil predsednik Zveze paraplegikov Slovenije.*

kosilo in izmenjava medgeneracijskih izkušenj med paraplegiki in tetraplegiki.

Po obilnem kosilu smo zbranim predstavili športne aktivnosti, igranje košarke na vozičkih, vožnjo s handbikom. Sledilo je še predavanje o potapljanju za ljudi s posebnimi potrebami, ki sta ga predstavila predsednik IAHD-Adriatic, Branko Ravnak in asistentka Alenka Fidler, pozneje pa je to zvrst rekreacije praktično predstavila še Barbara, ki se je kljub hladni vodi potopila v bazen.

Če sodimo po izrazih članov in svojcev in po njihovi odprtosti za pogovor o stvareh, s katerimi se srečujejo na svoji novi poti v življenje, lahko sklepamo, da je bil spoznavni dan več kot uspešno izpeljan in da smo dosegli svoj namen – **VRNITI SE V ŽIVLJENJE**.

Projekt delno sofinancira Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije s sredstvi javnega razpisa za sofinanciranje projektov za promocijo zdravja v letu 2009.

**Barbara Slaček**



*Ja, voda je bila zelo mrzla.*



# BAZEN V PACUGU

Ob pisanju članka se sezona v Domu paraplegikov v Pacugu še ni končala, vendar so vtisi, ki smo jih zbirali pri uporabnikih doma, pozitivni. Seveda se najde tudi kakšen posameznik, ki ni najbolj zadovoljen z domom in njegovim delovanjem. Prav je, da vsak izrazi svoje mnenje, in večinoma smo pripombe že med sezono upoštevali in s tem še izboljševali splošni vtis.

V najboljši luči se je znova pokazal bazen. Njegova funkcionalnost oziroma dostopnost je bila »pisana na kožo« osebam z različno stopnjo invalidnosti. Dostop je omogočen na tri načine. Osebe, ki uporabljajo bergle, imajo dostop po stopnicah in z ročaji na obeh straneh. Osebe na invalidskih vozičkih, ki imajo dovolj moči v rokah, lahko dostopajo s presedanjem čez rob, ki je v isti višini kot sedež invalidskega vozička.

Najtežji invalidi pa imajo možnost uporabe hidravličnega dvigala. Če zraven prištejemo še dejstvo, da v bazenu ni tokov in valov, je plavanje resnično varno in v užitek tudi tistim, ki so zaradi težkih poškodb zelo težko gibljivi. Z uporabniki, ki so bili nastanjeni v domu, in z dnevnimi obiskovalci, ki so bili večinoma organizirani prek lokalnih društev, je število oseb v in ob bazenu velikokrat presehalo štirideset.

## Morska voda

Uporaba fizikalnih in kemičnih lastnosti morja v medicinske namene imenujemo talasoterapija. Morska voda sodi med zdravilne vode in jo kot takšno uporabljamo v bazenih za izvajanje hidrokinetoterapije.



*Bazen z morsko vodo je resnično velika pridobitev za nas, tetraplegike in paraplegike. Kopanje v morski vodi krepi psihofizično kondicijo.*

Prav tako je najpomembnejši element, ki ureja obmorsko klimo zaradi akumulacije toplote in slanosti, ki se prenaša na zrak nad morjem – zdravilni aerosol. Kot zanimivost naj omenimo še, da je kemična sestava morske vode podobna sestavi plazme višje razvitih organizmov.

Znano je, da kopanje v morski vodi krepi psihofizično kondicijo, vendar je zdravilni učinek mrzlega elementa odvisen od zdravstvenega stanja kopalca, starosti, prebitega časa v vodi, temperature vode in valovitosti.

Prav zato sta kopanje ali vadba v morski vodi izredno pomembna za zdravljenje postoperativnih in posttraumatskih stanj ter drugih problemov na osteomuskularnem

aparatu.

Zaradi vsega naštetega je bazen resnično velika pridobitev za nas, tetraplegike in paraplegike.

Bazen pa ni bil namenjen zgolj kopanju, ampak smo ga izkoristili tudi za razne predstavitve. Upamo, da bo teh predstavitev v prihodnje še več. Velika želja pa je, da bazenu čim prej dodamo še notranjo Hubbardovo kad, kjer bo mogoče izvajati tudi dodatne vaje za telo.

**Jani Trdina**

Tistim, ki vedno zrejo v tla, se lahko zgodi, da spregledajo mavrico.

Anonim



# KRATKA PREDSTAVITEV CYRIAXOVE METODE V FIZIOTERAPIJI

**V manualni terapiji je mnogo metod in tehnik, ki prepoznajo, ocenjujejo in obravnavajo bolnikovo stanje gibalnega sistema. V članku je predstavljena cyriaxova metoda, ki jo je razvil angleški kirurg, ortoped James Cyriax, poznan kot oče ortopedske medicine.**

V svoji dolgoletni praksi je Cyriax razvil natančno diagnosticiranje in obravnavo okvar gibalnega sistema. Njegov pristop temelji na načelih, da bolečina izhaja z mesta okvare in da mora terapija doseči okvaro in prinesiti izboljšanje. Na podlagi tega je razvil selektivno klinično testiranje gibalnega sistema, ki sestoji iz anamneze, inspekcije, klinične preiskave in palpacije. Svoje znanje je prenašal na svoje sodelavce in učence; njegov učenec in tesni sodelavec je bil tudi Bob De Coninck, ki je ustanovitelj šole ETGOM iz Belgije in ki je skupaj z mednarodno inštruktorico fizioterapevtko Jožico Zupančič do upokojitve izobraževal fizioterapevte v Sloveniji. Fizioterapevti, ki se izobražujejo pri mednarodno priznanih inštruktorjih cyriax z licenco šole ETGOM, po uspešno opravljenem teoretičnem in praktičnem izpitu pridobijo naziv cyriaxov terapevt.

Izobraževanje za cyriaxovega terapevta poteka dvakrat letno po pet dni in je sestavljeno iz petih modulov, skupaj z zaključnim izpitom in pridobitvijo mednarodnega certifikata. Pri teoretičnih vsebinah se pogloblja in nadgrajuje znanje do diplomskega študija fizioterapije, praktični del pa je namenjen uvajanju novih metod in tehnik manualne terapije. Cyriaxov terapevt lahko samostojno izvaja fizioterapevtski pregled, ki zajema fizioterapevtsko anamnezo, inspekcijo ter

osnovne in specifične teste mehkih tkiv, sklepov in nevroloških struktur, ki ne potrebujejo kirurških posegov ali injiciranja, kar je domena zdravnikov.

Na podlagi rezultatov fizioterapevtskega pregleda (inspekcije, anamneze, specifičnih testov ter palpacije) fizioterapevt ugotavlja, kje je okvara, katere strukture so pri tem udeležene in ali gre za preneseno bolečino. To mu omogoča, da je kritičen pri izboru terapije in da proučuje njene izide. Cyriaxov terapevt pozna indikacije in kontraindikacije za izvajanje metod in tehnik manualne terapije, kar mu omogoča, da v sodelovanju z zdravnikom in kolegi prispeva k natančnejši diagnozi in prognozi. Pri tem upošteva ugotovitve, pridobljene z natančnim fizioterapevtskim pregledom. Manualne tehnike, s katerimi cyriaxov terapevt pospeši samozdravljenje oz. povzroči, da se samozdravljenje začne, so različne.

Globoka prečna frikcija je tehnika, ki se po cyriaxovi metodi uporablja pri poškodbah mišic, tetiv in vezi. Cyriaxov terapevt z rokami prečno gladi prizadeto strukturo, kar povzroči boljše prekrvitev, učinek pa je tudi zmanjšana bolečina ter prepričitev možnosti nastanka brazgotin oz. mehčanje že nastalih brazgotin. Pri poškodbah telesa mišice je zelo uporabna cyriaxova metoda, ki sestoji iz prečne frikcije poškodovane mišice, njene električne stimulacije in selektivne mišične kontrakcije, ki jo do meje bolečine izvaja bolnik sam.

S tridimenzionalno mobilizacijo, trakcijo, translacijo in manipulacijo sklepov in ob sklepnih struktur cyriaxov terapevt odpravlja bolečino, ohranja primerno gibljivost ter

statiko in propriocepcijo sklepa. S svojim znanjem zna preventivno svetovati bolnikom in njihovim svojcem o aktivnostih za vsakdanje življenje. Za lažje analiziranje in ocenjevanje bolnikovega stanja pa sprotno dokumentira in zapisuje podatke.

Cyriaxov terapevt lahko metode in tehnike cyriaxove medicine z izjemo manipulacij hrbtenice zelo uspešno uporabi tudi pri obravnavi bolnikov s spinalnimi lezijami, pri čemer upošteva kontraindikacije. Izkušen fizioterapevt manipulacije nadomesti z drugimi manualnimi tehnikami, ki so mu na razpolago. Pri tem je treba poudariti, da je pri bolnikih s spinalnimi lezijami, pri katerih je večina pozornosti usmerjena na hrbtenico in pripadajoče strukture, težave drugih sklepov in mehkih tkiv pa se nehote spregleda, zelo uporabna cyriaxova diagnostika. Na podlagi kliničnega testiranja se nato fizioterapevt – cyriaxov terapevt – odloči za cyriaxov pristop ali pa izbere kakšno drugo manualno tehniko. Če pa cyriaxov terapevt ugotovi, da gre za prizadetost sklepa ali mehkega tkiva, ki je ni mogoče zdraviti z manualnimi tehnikami, o tem obvesti lečečega zdravnika in se z njim posvetuje glede nadaljnje obravnave.

Na koncu je treba povedati tudi to, da natančno testiranje gibalnega sistema in izvajanje manualnih postopkov po Cyriaxu zahteva precej časa, kar pa, glede na obseg dela, žal ni vedno v celoti izvedljivo.

**dipl. fiziot. Bojan Čeru,  
cyriaxov terapevt**



# ZAKON O OSEBNI ASISTENCI

## OSEBNA ASISTENCA, PRAVICA DO SAMOSTOJNEGA ŽIVLJENJA

Aprila je bila imenovana skupina za pripravo predloga zakona o osebni asistenci za invalide, v katero so vključeni predstavniki Nacionalnega sveta invalidskih organizacij Slovenije, predstavniki reprezentativnih invalidskih organizacij ter predstavniki Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve.

Naloga delovne skupine je, da pripravi čim obširnejši in uporabnikom primeren predlog zakona o osebni asistenci. Kot predstavnica Zveze paraplegikov Slovenije sem na dveh srečanjih predstavila potrebe članov Zveze in opozarjala na morebitne

nepravilnosti pri izvajanju zakonskih postopkov. Prva razprava je bila namenjena dogovarjanju o tem, kaj je osebna asistenca, kdo naj bi jo uporabljal, kdo naj bi bil njen izvajalec in katere storitve osebne asistencije so namenjene invalidom.

Delovna skupina trenutno išče najboljša možna izhodišča za zakon, saj želi s samim zakonom zagotoviti stabilnost in samostojnost zakona. Zato je več predlogov glede tega, ali naj bi bil zakon o osebni asistenci samostojen zakon ali naj bi bil nadgradnja zakona o dolgotrajni oskrbi ...

V delovni skupini smo prišli do različnih mnenj, zato se bomo na naslednjem srečanju pogovarjali

več o tem, kdo in kako bi financiral izvajanje osebne. Predvsem pa se mora delovna skupina v pogajanjih dogovoriti za najugodnejši način financiranja osebne asistencije in s tem zagotoviti kontinuiran in uporaben zakon.

Delo ZPS je, da skupaj z drugimi invalidskimi organizacijami sooblikuje zakon, ki bo uporaben predvsem za vse naše člane, ki že uporabljajo osebno asistenco iz drugih virov ali bodo morebiti uporabljali pravice iz zakona o osebni asistenci.

Špela Šušteršič,  
strokovna delavka ZPS

## POSEBNI DODATEK ZA SOCIALNO OGROŽENE BO IZPLAČAN SEPTEMBRA

Septembra bo na podlagi Zakona o posebnem dodatku za socialno ogrožene izplačan poseben dodatek za socialno ogrožene osebam, katerih prejemek ne presega 313,00 evrov.

Če je do denarne socialne pomoči upravičena družina, bo ta prejela 200,00 evrov dodatka, če je upravičenec do denarne socialne pomoči posameznik, bo dobil 160,00 evrov. Za vse druge upravičence velja, da bodo, če njihovi prejemki ne presegajo 268,00 evrov, prejeli 120,00 evrov dodatka, če pa so njihovi prejemki višji od 268,00 evrov, vendar ne presegajo 313,00 evrov, bo dodatek izplačan v višini 80,00 evrov.

Dodatke bodo izplačevali center za socialno delo, Zavod RS za zaposlovanje in Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Slovenije. Upravičencem do dodatka ne bo treba oddajati vlog za pridobitev dodatka, saj bodo zgoraj navedene organizacije same po uradni dolžnosti preverile, kdo je do njega upravičen.

Vsem, ki mislite, da ste upravičeni do dodatka, priporočamo, da ste septembra pozorni, ali vam bo dodatek izplačan, sicer se lahko obrnete na strokovno službo na Zvezi paraplegikov Slovenije ali na pristojni center za socialno delo.

Špela Šušteršič

## ZBIRANJE DONATORSKIH SREDSTEV!

Strokovna služba na ZPS v okviru posebnih socialnih programov zbira donatorska sredstva. V okviru programa posebne socialne pomoči kompenzacija invalidnosti bomo obiskali paraplegike in tetraplegike, ki živijo v domovih starejših občanov, in jih obdarili z zbranimi donatorskimi sredstvi (prehramski izdelki in izdelki za vzdrževanje telesne higijene). Vse, ki ste pripravljene prispevati k donaciji v materialni obliki, naprošamo, da nas pokličete na telefon 01 432 71 38 in skupaj z nami omogočite bolj polno življenje članom, ki živijo v domovih starejših občanov.



# INTERVJU Z DOC. DR. SIMONOM PODNARJEM, DR. MED., NEUROLOGOM IN KLINIČNIM NEVROFIZIOLOGOM

**Srečevali smo vas na strokovnih predavanjih na društvi in Zvezi. Prosim, na kratko se nam predstavite – kdo ste in s čim se ukvarjate?**

Otroštvo in mladost sem preživel v Škofji Loki in se tam ob šolskih obveznostih posvečal tekmovalnemu športu – alpskemu smučanju. Zdal živim z družino v bližini Dolskega pri Ljubljani. Delam kot zdravnik specialist nevrolog na Inštitutu za klinično nevrofiziologijo Nevrološke klinike UKC v Ljubljani. Moje glavno področje dela je nevrologija perifernega živčevja, s poudarkom na nevrofizioloških metodah – predvsem elektromiografija (EMG). V delo na Inštitutu me je uvedel moj tedanji mentor prof. David B. Vodušek, ki se je ukvarjal z uronevrofiziologijo, področjem, kjer se stikata živčevje in spodnja sečila in na katerem se prekrivata področji dela nevrologov in urologov.

V svojih raziskavah za magistrsko in doktorsko nalogo sem veliko pozornosti namenil razvoju metod križne elektrofiziologije. Te so namenjene zlasti pacientom z okvaro perifernega dela križnega živčevja, med katerimi so tudi tisti s poškodbami kavde ekvine in konusa hrbtenjače, ki pogosto nastanejo tudi po zlomih ledvenih vretenc. Zanimalo me je tudi, ali bi lahko bile te metode v pomoč pri diagnostiki okvar osrednjega živčevja. Tako sem prišel do zamisli, da bi preveril uporabnost teh metod tudi pri tetra- in paraplegikih. Vaši člani so namreč zanimivi zato, ker je pri njih ta okvara osrednjega živčevja dobro definirana, čista in jasna.

**Kaj mislite s tem čista, jasna?**

V nasprotju z npr. pacienti z multiplo sklerozo, ki imajo lahko žarišča

okvare kjer koli v živčevju, imajo tetra- in paraplegiki žariščno okvaro hrbtenjače na določenem nivoju. Vsaj takšne so bile moje predstave. Raziskava z vašimi člani pa je v resnici razkrila, da je vsak od njih drugačen, zato so tudi rezultati precej bolj zapleteni, kot sem pričakoval.

**Kaj vas je potegnilo, da ste specializirali za nevrologa?**

Razumeti skrivnosti delovanja živčevja, ki ga proučuje nevrologija, je bilo eno temeljnih vprašanj, zaradi katerih sem se odločil za študij medicine. V času študija je bil poudarek na drugih internističnih področjih, kot so kardiologija, pulmologija in nefrologija. Ko sem že mislil, da se bom usmeril na eno od teh področij, sem na samem izpitu iz nevrologije naletel na svojega poznejšega mentorja prof. Voduška, ki me je po izpitu vprašal, ali bi me zanimala nevrologija. Po razmisleku sem prišel do sklepa, da je to še vedno moje osnovno področje in primarna želja v medicini.

**Od kod ideja proučevati živčevje spodnjih sečil, za katera vemo, da so šibka točka paraplegikov?**

Kot rečeno, je na to vplival moj mentor, prof. Vodušek. Na začetku sem bil kar nekoliko razočaran, saj vsak mladi nevrolog razmišlja predvsem o aktivnostih na področju višjih živčnih dejavnosti, ki so s stališča razumevanja delovanja možganov morda najzanimivejše. Niti na misel mu ne pride, da se je usmeril v spodnja sečila in zadnji del črevesja. Kot mnogokrat pa se je kmalu pokazalo, da gre za zelo zanimivo in zapleteno področje delovanja človeškega telesa. Kmalu je postalo tudi jasno, da so pri proučevanju bolnikov s temi teža-



*Doc. dr. Simon Podnar, dr. med.*

vami precej uporabne tudi nevrofiziološke metode, s katerimi pa se v diagnostiki bolezni križnega živčevja ukvarja le malokdo v svetu. S tem je naša skupina našla tudi svojo raziskovalno nišo. Pri tetra- in paraplegikih gre za okvaro osrednjega živčevja, ki jih je s temi metodami težje proučevati. Na splošno pa mislim, da smo nevrologi, čeprav gre predvsem za nevrološko okvaro, izključeni iz obravnave tetra- in paraplegikov. Po poškodbi jih pri nas največkrat obravnavajo le na travmatološki kliniki, od koder gredo na IRSR.

**Se vam zdi, da bi morali biti vključeni v ta prvi proces obravnave, ki že poteka na travmatološki kliniki?**

Mislim, da bi bilo to dobro, saj gleda vsaka stroka na tetra- in paraplegika s svojega zornega kota. Travmatologe zanima predvsem stabilizacija hrbtenice, rehabilitacijski zdravniki so usmerjeni v praktične vidike obravnave. Pri svojih stikih z bolniki, vključenimi v mojo raziskavo, sem tako opazil zelo slabo poznavanje možnih zapletov.



## Znakov, kot so nenaden glavobol, mrazenje, razbijanje srca ...?

Tako, ja. V bistvu tetra- in paraplegiki ne poznajo simptomov avtonomne disrefleksije.

### Kaj je avtonomna refleksija?

Pri tetra- in paraplegikih z okvaro hrbtenjače nad nivojem Th6 lahko pride do nenadzorovane reakcije avtonomnega živčevja pod nivojem okvare. Pri zdravem človeku je to živčevje, ki je odgovorno za uravnavanje delovanja notranjih organov (srca, pljuč, črevesja, sečil, žlez znojnic), pod stalnim nadzorom osrednjega živčevja. Če je hrbtenjača poškodovana, ta nadzor odpade. Če nastane draženje, zaradi npr. motenega praznjenja polnega mehurja, težkega zaprtja, preležanin ali posegov zaradi teh zapletov, lahko pride do nenadnega glavobola, potenja, naježenja kože, razbijanja srca. Pri tem jim navadno tudi zelo poraste krvni tlak ... Stanje je potencialno zelo nevarno, zato ga je treba preprečevati in zdraviti.

### Kako pa?

Pri vseh posegih pod nivojem poškodbe je potrebna, tudi pri tetra- in paraplegikih s popolno okvaro hrbtenjače, kljub temu da ne čutijo ničesar, zelo dobra analgezija. Pred vsemi posegi na sečilih, prebavilih in koži naj pacienti za preprečitev porasta krvnega tlaka tudi prejmejo Nifedipin 10 mg. Pacienti morajo redno spremljati praznjenje mehurja in črevesja, pozorni morajo biti na morebiten razvoj preležanin ali drugih poškodb. Jemljejo pa lahko tudi stalno zaščito z alfa adrenergičnimi zaviralci (tablete vasoflex 1 mg dnevno), ki zavrejo pretirano reakcijo simpatičnega živčevja.

Če pacient opazi tovrstne simptome, naj mu čim prej dvignejo trup in spustijo noge, sprostijo trebuh in dajo hitro delujoči antihipertenziv – npr. nifedipin. Pri tem naj mu ves

čas merijo krvni tlak in pulz. Čim prej je treba tudi odstraniti vzrok za reakcijo.

### Ali niso to znaki, s katerimi telo sporoča, da nekaj v telesu ni dobro? Ali ne bi s tabletami teh znakov odpravili?

Ne. Pravzaprav gre pri avtonomni disrefleksiji za dogodek, ki pacienta ogroža. Pacient mora redno spremljati delovanje svojega telesa in ne sme čakati do tega opozorila. Položaj je podoben, kot bi šele tedaj, ko nam že gori hiša, prepoznali dotrajanost električne napeljave, ki je bila vzrok za požar.

Kaj ste pravzaprav v vaši raziskavi proučevali in seveda, kakšne so vaše ugotovitve?

Dokončni rezultati študije še niso v celoti znani, saj jih še nisem sistematično analiziral. Nisem se še povsem odločil, ali sem zbral zadosti pacientov; primernih je bilo vsega skupaj nekaj manj kot dvajset. Nekateri so imeli namreč tudi okvaro konusa hrbtenjače in kavde ekvine, pri katerih gre za t. i. okvaro spodnjega motoričnega nevrona.

### Kako to, da jih ni bilo več?

Odziv je bil zelo odvisen od organizacije predstavitve na posamičnih društvih. Pri tem so se posebej dobro odrezali v celjskem društvu in zato ni naključje, da je bilo v raziskavo vključenih več njihovih članov kot članov preostalih društev.

### Kako pa je potekala raziskava?

Pacienti so bili naročeni in so prišli v nevrološko ambulanto. Najprej sva se pogovorila o vzroku okvare hrbtenjače, delovanju rok in rok, o morebitnih bolečinah, zaznavi pod nivojem poškodbe, simptomatiki avtonomne disrefleksije ... Sledila so vprašanja o motnjah odvajanja in zadrževanja seča, blata in spolnih funkcij. Po pogovoru sem opravil nevrološki pregled in opredelil okvaro hrbtenjače po lestvici

ASIA. Pri moških so sledile nevrofiziološke meritve. Pri teh smo najprej ocenili mišično aktivnost v zunanji zapiralčki zadnjika. Nato smo izmerili križne reflekse, pri katerih smo z električni dražljaji dražili drobna živca na moškem spolnem udu, odziv pa smo merili v drugi mišici medeničnega dna.

Pri tem smo ugotavljali jakost draženja ob pojavu odziva, njegovo zakasnitev ... Rezultati so bili bolj nepredvidljivi, kot sem pričakoval, saj se je pokazalo, da ne poznamo tetra- in paraplegikov, ampak je vsak pacient zgodba zase. Le nekateri so imeli vzorec, ki sem ga pričakoval pred raziskavo: refleksne odzive, izzivne ob električnem draženju z nizko jakostjo in z zelo kratko časovno zakasnitvijo.

Ta vzorec kaže na osnovno okvaro pri poškodbi hrbtenjače, pri kateri ni več nadzora osrednjega živčevja, in zato je križno živčevje preveč vzdražljivo. In moje osnovno vprašanje je bilo, ali je možno s to preiskavo postaviti diagnozo okvare osrednjega živčevja. Odgovor, ki ga je ponudila ta raziskava, je, da je to pri nekaterih pacientih sicer mogoče, da pa občutljivost metode ni zadostna, da bi bila metoda uporabna za presejanje pacientov s sumom na okvaro.

Raziskava se torej ni ukvarjala z zdravljenjem, ampak je bila diagnostične narave. Iz pridobljenih podatkov pa sem izvedel, da tetra- in paraplegiki večinoma nimajo rednih urodinamskih preiskav, mnogi pa niti nimajo svojega urologa. Trenutno se odpirajo nove možnosti, saj imajo na IRSR novo urodinamsko napravo, željo po podobni napravi pa imamo tudi na Nevrološki kliniki in še posebej na Inštitutu za klinično nevrofiziologijo. Imamo tudi zdravnico (dr. Melito Rotar), ki bi se zelo rada ukvarjala s tem področjem, v pomoč pa bi ji bil tudi cel tim nevrologov (prof. Vodušek, doc. Rodi, in jaz).



Ta ekipa bi ob sodelovanju urologov lahko po našem mnenju pomagala pri boljši oskrbi nevroloških bolnikov, s tetra- in paraplegiki vred.

### **Boste morda povečali število vključenih v raziskavo?**

Odločitve o tem še nisem sprejel. Opravil bom analizo podatkov in se nato odločil, ali je to še smiselno in potrebno. V načrtu imam še predavanje v nekaterih društvih. V mislih imam predvsem društvo v Slovenj Gradcu, ki je pokazalo interes za to predavanje. Tam bi načeloma še lahko pridobil kakega zainteresiranega bolnika.

### **Vendar imajo naši člani na tem področju zelo velike težave?**

Težave so zelo velike, vendar je v medicini vedno prvo reševanje življenja, na drugem mestu pa je kvaliteta življenja. Trenutni položaj v našem zdravstvu je tak, da so urologi, ki večinoma skrbijo za spodnja sečila slovenskih tetra- in paraplegikov, preobremenjeni z bolniki z urološkimi raki. Vaši člani, ki imajo kronične in za življenje kratkoročno ne tako nevarne urološke težave, zato velikokrat potegnejo kratko. Tega se zavedajo, a sami v trenutnih razmerah ne morejo kaj dosti storiti. Menimo, da lahko pri tem vsaj nekoliko pomagamo tudi nevrologi.

### **Kako pa naj bi naši člani skrbeli za zdravje spodnjih sečil?**

Zlasti tako, da vzamejo nego spodnjih sečil zares in da si najdejo in nato redno obiskujejo urologa. Dobljenih navodil zdravnikov naj se natančno držijo. Čim več naj si tudi preberejo o težavah, s katerimi se bodo v prihodnosti lahko srečali, tako da jih bodo pravočasno prepoznali in obiskali zdravnika.

V okviru društev in Zveze pa naj se trudijo doseči, da bi bila njihova obravnava boljša, na evropski

ravni. Eden od možnih ukrepov je tudi pomoč naši skupini pri nabavi urodinamske naprave ter to, da bi dosegli plačilo zadostnega števila preiskav pri ZZZS. Nihče od naših vodilnih namreč ne bo podpiral dela na tem področju, če bomo samo porabljali čas in material in s tem instituciji ustvarjali izgubo.

### **Kolikor mi je znano, ste prvi, ki je opravil takšno raziskavo?**

Res je, natančno takšne raziskave pri enaki populaciji bolnikov ni v svetu opravljal še nihče. Sam sem doslej delal predvsem s pacienti, ki imajo poškodbo perifernega dela križnega živčevja, npr. poškodbe zadnjega dela hrbtenjače ali živčnih korenin v hrbteničnem kanalu. Nekateri pacienti s tovrstnimi poškodbami so tudi med vašimi člani. V 10 letih sem jih zbral okoli 150 in s tega področja objavil veliko člankov predvsem v mednarodni literaturi. Moj namen s to raziskavo pa je bil, da grem še korak naprej in pogledam, kako je s temi metodami pri okvari hrbtenjače na višjem nivoju. S tem sem želel dobiti novo znanje in s tem dolgoročno tudi posredno izboljšati obravnavo in zdravljenje uroloških težav pri tetra- in paraplegikih.

### **Kje vidite stične točke, v katerih bi lahko z ZPS sodelovali v prihodnje?**

Predvsem je zelo pomembno, da je sodelovanje delavno in ne samo protokolarno, pomeni, da imajo vaša Zveza, društva in člani od sodelovanja korist. Drugače bo sodelovanje zgolj prehodno. Za takšno delovno sodelovanje na področju obravnave spodnjih sečil pa je nujno potrebna osnovna infrastruktura, ki sem jo že omenil.

### **Kaj omogoča ta naprava?**

S to napravo merimo tlake in pretoke v spodnjih sečilih. Tako lahko opredelimo, koliko čezmerni sečni mehur ogroža ledvice, zakaj para-

plegiku uhaja seč, zakaj ima težave zaradi avtonomne disrefleksije ... Vemo, da je bila še pred desetletji odpoved ledvic poglaviti razlog za prezgodnje umiranje paraplegikov. Urodinamska naprava omogoča racionalno zdravljenje in obravnavo spodnjih sečil tetra- in paraplegikov.

### **Bi bila aparatura namenjena tudi drugim pacientom in ne zgolj paraplegikom in tetraplegikom?**

Da, namenjena bi bila vsem nevrološkim pacientom, ki bi bodisi trpeli zaradi uroloških težav ali pa bi pri njih zaradi narave bolezni pričakovali zaplete na tem področju. Tako bi zaplete pravočasno odkrili in zdravili. Takšni bolniki so še tisti z multiplo sklerozo, parkinsonizmi, po možganski kapeh, s prirojjenimi nevrološkimi motnjami ... Pri nabavi računamo seveda tudi na sodelovanje njihovih društev ter farmacevtskih družb, ki proizvajajo zdravila, s katerimi zdravimo motnje v delovanju sečnega mehurja, saj za njihovo odkritje potrebujemo urodinamsko preiskavo.

Na prvi pogled sicer prinaša nabava takšne aparature dodatne stroške (nova storitev, večja poraba zdravil za izboljšanje delovanja spodnjih sečil), vse analize učinkovitosti pa kažejo, da se posledično zelo zmanjšajo količina porabljenih antibiotikov zaradi uroinfekcij, število obiskov zdravnikov, hospitalizacij ... Končni učinek je bistveno zmanjšanje celotnih stroškov obravnave bolnikov. Žal so pri nas oblikovalci zdravstvene politike vse preveč kratkovidni in te dimenzije novih storitev pogosto ne prepoznajo.

**Pripravila Špela Šušteršič**





# DOGAJANJE V DRUŠTVU PARAPLEGIKOV JUGOZAHODNE ŠTAJERSKE

Kljub poletnemu času kislih kumaric (ko se menda ne dogaja veliko) je bilo pri nas kar pestro. To najboljše ve naš Dominik, ki nas potrpežljivo vozi vsepovsod in še zdaleč ni samo šofer, ampak naša »dobra vila«.



*Panoramski polet nad Celjem in okolico je nekaterim pognalo adrenalin po žilah.*

27. 6. smo organizirali vsakoletno poletno srečanje vseh članov, tokrat na letališču Levec v bližini Celja. Najprej so se zjutraj zbrali ribiči v Preserju na ribiškem tekmovanju. Pozneje smo se začeli zbirati na letališču. Srečanja se je kot po navadi udeležilo veliko članov s spremljevalci. Po dobrem golažu in kramljanju smo si lahko privoščili panoramske polete nad Celjem in okolico (kogar pač ni bilo strah), kar je vsaj nekaterim pognalo adrenalin po žilah. Vmes nas je presenetila ploha, a smo našli zavetje v hangarju, nato pa so



*Reprezentanca slovenskih ribičev je osvojila naslov svetovnih prvakov.*

se poleti nadaljevali. Brez dobrot z žara seveda ni šlo, tudi tamkajšnji bife je bil dobro obiskan. Prijetno utrujeni, nekateri še pod vtisom poleta, smo se vračali domov.

17. 7. smo se mladi (predvsem po srcu) zbrali v Slovenskih Konjicah na prireditvi Dan brez vozička. Tam smo bili iz vse Slovenije, dogajalo pa se je veliko zanimivega. Seveda ni šlo brez potapljanja in plavanja, možna je bila vožnja s štirikolesnikom in kolesom na ročni pogon. Vmes smo še kaj pokramljali in si privoščili jedačo in pijačo, da so bili želodčki polni. Žal je bil, menda zaradi recesije, odpovedan prevoz z vojaškim helikopterjem. Pa nič zato, vsega smo se naužili in bilo je lepo srečati stare in nove prijatelje.

Veseli pa lahko še napišemo, da je na začetku avgusta reprezentanca slovenskih ribičev invalidov, v kateri je tudi naš Rudi Centrih, na Portugalskem ekipno osvojila naslov svetovnih prvakov. Naš Rudi pa je znova postal posamično svetovni podprvak.



*V kobilarni Lipica.*

Skupina tetraplegikov je s spremljevalci obiskala Kobilarno Lipica in Vojaški muzej v Pivki.

Poletne proste dni smo izkoristili za obisk naših članov, ki živijo visoko nad dolinami, k njim pa se vijejo strmo vzpenjajoče se ceste.



*Pred Vojaškim muzejem v Pivki.*

Rok Suhadolnik, ki ravno te dni praznuje visok življenjski jubilej, živi kar 1226 m visoko, Gabriela in Erika pa živita v osrčju pohorskih gozdov.

Naši ribiči niso lenarili in so se in



*Poletne proste dni smo izkoristili za obisk naših članov, ki živijo visoko nad dolinami.*

se še vneto udeležujejo ribiških tekmovanj. Udeleževali smo se tekmovanj v atletiki, potapljanja, še vedno poteka projekt Še vozim – vendar ne hodim.

Člani so se udeleževali srečanj v Semiču, obnovitvene rehabilitacije v Laškem, Čatežu, Pineti, Pacugu pa še kje. Obiskujemo tudi druga društva.

**Gordana Kitak**



# ČEŠNJEV DAN V BRJAH

3. 6. smo na povabilo društva NORMA 7 z veseljem odrinili spet proti Brjam na Primorsko, kjer se počutimo že kot doma. Vlastin in Majdin trud ter gostoljubnost domačinov nam je znova omogočilo in podarilo lep in bogat sončen dan. Srečali smo se s članicami in člani DP ljubljanske pokrajine in DP Gorenjske. Skupaj smo uživali v ročnih spretnostih (beri vlaganje češenj z žganjem v lepo okrašene kozarčke) in v literarnem popol-

dnevu, kjer smo zašli še globlje v čustveno plat življenja.

Vmes je bilo na razpolago dovolj jedače in pijače (le kaj bi brez domačega pršuta in vina), šli smo tudi v češnjev nasad in si tam lahko sami nabrali češenj. Ker vedno spoznamo še nove znance in prijatelje, je srečanje še toliko bolj zanimivo, tudi Anin Taček (kuža, seveda) nam je popestril dan (golaž ima zelo rad).

A kaj, ko lep dan hitro mine, pot domov pa je dolga. Prijetno utrujeni smo v večerih urah prispeli domov. Lepo je imeti takšne prijatelje, kot so gostoljubni Primorci, predvsem pa je lepo, da imamo in poznamo Vlasto in Majdo.

Življenje je pač naravnano tako, da ljubezen lahko izgori in mine, prijateljstvo pa vedno ostane.

Gordana Kitak

## PROJEKT »ŠE VEDNO VOZIM, ČEPRAV NE HODIM« PRERAŠČA ZASTAVLJENE CILJE

K projektu **Še vedno vozim - vendar ne hodim** smo v Društvu paraplegikov JZ Štajerske pred dobrim letom pristopili, da bi se para- in tetraplegiki, poškodovani v prometnih nesrečah, aktivno udeleževali v izobraževanju o varnosti v cestnem prometu, in sicer: **»Povejmo svojo zgodbo in preprečimo kakšno izmed mnogih nesreč, ki se po nepotrebnem dogajajo na naših cestah.«** Z dobrodelnim projektom smo želeli pridobiti tudi sredstva za nakup novega specializiranega kombija, namenjenega prevozu invalidov, za njihovo lažje

in učinkovitejše vračanje v aktivno življenje.

Projekt pa je kar hitro prerasel prvotno zastavljene okvire in se razvil v nacionalni projekt, s katerim člani tega in drugih društev aktivno pristopajo k reševanju problematike slabe kulture vožnje ter spodbujanju



**intenzivnejšega preventivnega delovanja.** Tako ponesrečencem s hudimi telesnimi poškodbami pomagamo pri rehabilitaciji in ponovni vključitvi v življenje.

skupino **mladih** – osnovno- in srednješolce, ki se z opravljanjem izpita za motor in vozniškega izpita za avto popolnoma samostojno vključujejo v cestni promet.

Z dobrodelno akcijo, ki je spremljala izobraževalni del projekta, smo omogočili nakup kombiniranega vozila, ki je že nekaj časa odlično v uporabi in omogoča udeleževanje članov društva na različnih aktivnostih. Kombinirano vozilo smo članom predali na novinarski konferenci, kjer so projekt podprla največja imena slovenske stroke

Osredotočili smo se predvsem na najbolj rizično ciljno





varnosti v cestnem prometu, na dogodek pa smo povabili tudi drugošolce celjskih okoliških šol. Našemu povabilu se je odzvala tudi Alenka Kolman, ki se je nesebično odrekla honorarju ter navdušila otroke in odrasle.

Pozitiven odziv javnosti je bil spodbuda za nadaljnje delo. Organizirali smo **predavanja na srednjih šolah**, zastavljena na konkretnih pričevanjih mladih, poškodovanih v prometnih nesrečah, ki bodo posledice svoje nepremišljenosti ali nepremišljenosti drugih vozil s seboj celo življenje. Tovrstna predavanja so podprta z modernimi komunikacijskimi orodji, s statističnimi podatki policije ter konkretnimi prikazi in poizkusi, povezanimi z varno vožnjo, in vključujejo sodelovanje različnih partnerjev (policija, ZŠAM itd.), naš inovativni pristop osebne izpovedi pa je vsakokrat požel ovacije.



**Peter Planinšek** je eden prvih predavateljev, ki so se odločili svojo zgodbo deliti z mladimi: »Na vseh dosedanjih predavanjih sem bil presečen, kako dobro so nas dijaki sprejeli, predvsem s svojo poslušnostjo (bila je popolna tišina). **Upam in želim si, da je dijakom ostal v trajnem spominu vsaj delček naših zgodb.** Zato si želim, da bo v prihodnje več mladih upoštevalo, da se v alkoholiziranem stanju ne podajo na ceste in da cesta ni za sproščanje adrenalinskih užikov. Ker sem tudi sam postal žrtev prometne nesreče – tetraplegik, je trud za ozaveščanje mladih več kot poplačan. Bil pa bi vesel, če bi se več naših članov odločilo za sodelovanje, saj se jih je približno 35 % poškodovalo v prometnih nesrečah, ne glede na to, ali so žrtve ali povzročitelji.«

Na dogodkih na srednjih šolah pa je posebno pozornost vzbudil naš mladi član **Matej Lednik**, ki svojo pripoved podkrepi tudi s prikazom pripomočkov, brez katerih zaradi nesreče pač ne more shajati: »Zanimivo je opazovati udeležence, kako spremljajo predavanja. In čeprav jim med pripovedovanjem celotne zgodbe poveš, kaj pomeni imeti poškodovano hrbtenjačo, si nihče ne zna predstavljati, česa vsega paraplegiki ne zmoremo oz. kakšne probleme vse imamo. In ko jih vprašaš, kaj vse mislijo, da kot paraplegik ne (z) morem, vsi najprej pomislijo na to, da

pač ne morem hoditi. In ko jim začnem pripovedovati, kako fino je iti s prijatelji na kakšno pivo ali na kakšno »fešto« in da je **moja obvezna oprema poleg vozička še nahrbtnik**, si nihče ne predstavlja, kaj je v njem. Ko pa ga odprem in iz njega privlečem te 40 cm dolge cevke, jim je hitro jasno, da to niso slamice za pijačo. In mislim, da jih to mnogo bolj pretrese kot pa to, da vidijo, da sediš na vozičku.«

Tako so se odvijala predavanja, s podobnim konceptom pa smo sodelovali tudi na različnih **prireditvah**, kjer smo s svojo prisotnostjo in vsebinami opozarjali na posledice neupoštevanja CPP. Eden izmed njih je bil tudi Avtoslalom na poligonu v Šempetru v okviru Vransko Summer nights, kjer smo dokazali, da se tudi udeleženci avtomobilističnih dirk zavedajo, da je korektno in razumsko vedenje v cestnem prometu izjemno pomembno.

Prepričani smo, da smo postavili zgled tovrstnim prireditvam, ki bodo v prihodnje še potekale. Vsi vozniki pa bodo naša sporočila lahko od septembra slišali tudi na prometnih informacijah na valovih nacionalnega prometnega radia - Radia Si.

Čaka nas delovna jesen, saj bomo predavanja izvedli po številnih srednjih šolah na območju celotne Slovenije. S pomočjo Direktorata za ceste Ministrstva za promet Republike Slovenije smo presegli regionalne okvirje in postali nacionalni projekt **»Se vedno vozim – vendar ne hodim«, v katerem se invalidi zavzemamo za izboljšanje varnosti v cestnem prometu in si prizadevamo za zmanjšanje števila smrtnih žrtev in poškodovancev v prometnih nesrečah.**



## UDELEŽENCI 3. EVROPSKEGA MLADINSKEGA KONGRESA OBISKALI CELJE

Od 25. julija do 1. avgusta 2009 je v Izoli potekal 3. evropski mladinski kongres, ki so ga simbolično poimenovali »Izzovi, predlagaj, ukrepaj!« Sto mladih iz več kot tridesetih evropskih držav je v osmih dneh razpravljalo o vključevanju mladih z manj priložnostmi v odločevalske procese, med drugim pa so sodelovali tudi pri petih akcijskih projektih, ki izboljšujejo razmere na tem področju.

V okviru kongresa so izvedli tudi akcijski projekt v sodelovanju z DŠIS (Društvo študentov invalidov Slovenije). Projekt je bil izveden v Celju, in sicer 29. in 30. julija 2009. Udeležili so se ga mladi iz Nemčije, Avstrije, Romunije, Češke, Srbije, Turčije in Finske, ki so se odločili za ta akcijski projekt; vodje projekta so bili študentje iz DŠIS in trije koordinatorji iz organizatorske ekipe kongresa.

Ideja tega akcijskega projekta je približanje sveta invalidov udele-

žencem, ki so spoznavali ovire in kako lahko tudi najbolj vsakdanje opravilo, kot je denimo nakup v trgovini ali sprehod po mestu, postane pravi podvig, če v mestu ni prilagojene površine za invalide. Na zemljevid mesta so označili najbolj neprilagojena mesta, jih poslikali in posneli ter iz tega ustvarili dokument, ki bo uporaben kot končni produkt delavnice in predlog oblastem o izboljšanju infrastrukture za invalide.

Zato so se obrnili po pomoč tudi na naše društvo, in sicer za prevoz dveh študentk iz DŠIS, ki sta uporabnici invalidskega vozička, in dveh udeležencev – preostali so odšli v center Celja z avtobusom. Nastanjeni so bili v Celjski koči, preden pa so se odpravili v mesto na izziv z ovirami, so se oglasili tudi na našem društvu. Tam smo jih sprejeli in jim predstavili naše delovanje in člane. Ker je bil predsednik društva žal zaseden, jim je organizacijo predstavila podpred-

sednica društva. Udeleženci so z zanimanjem poslušali in postavili kar nekaj konkretnih vprašanj. Najbolj so se spotaknili ob arhitekturne ovire, zaposlovanje, pse vodnike in seveda cene ortopedskih pripomočkov.

Za raziskovanje mesta Celja so si pri podjetju CRI izposodili pet invalidskih vozičkov in se tudi sami preizkusili, kako se je v naši koži »sprehajati« po starem mestnem jedru.

Sklepna prireditev kongresa je bila v petek, 31. julija, v državnem zboru, ko je udeležence uvodoma pozdravil Blaž Miklavčič, predsednik državnega sveta. Udeleženci obiska na našem društvu pa so imeli možnost predstaviti pomanjkljivosti in opozoriti na težave, s katerimi se srečujemo invalidi v Celju.

**Barbara Slaček**

NAŠEMU ČLANU MIČU OSTOJIČU IN NJEGOVI BARBARI ISKRENO ČESTITAMO OB ROJSTVU DVOJČKOV MITJE IN KRISTINE. DRUŽINI ŽELIMO OBILO ZDRAVJA IN DRUŽINSKE SREČE.

Vsak otrok je bolj dragocen in bolj čudovit kakor vsa čudesa tega sveta – bolj zapleten kakor vsi vrtinci sonca – bolj se zmore spreminjati, rasti in ustvarjati kaj novega.

DRUŠTVO PARAPLEGIKOV JUGOZHODNE ŠTAJERSKE.

Čestitki se pridružuje tudi Zveza paraplegikov Slovenije



# DAN BREZ VOZIČKA

Sedemnajsti julij sončen dan, kot nalašč za hlajenje v bazenu in prav tako kot nalašč za izvedbo šestega tradicionalnega dogodka Dan brez vozička.

Sama prireditev se s svojim repertoarjem dogajanja ni veliko razlikovala od tistih iz preteklih let. Je pa letos presenetila rekordna udeležba naših članov, paraplegikov in tetraplegikov, ki so se jim tokrat pridružili tudi kolegi iz hrvaške Zveze paraplegikov, tako da bi lahko prireditev označili že skoraj za mednarodno. Na letnem kopališču Slovenske Konjice se je namreč srečalo več kot šestdeset gibalno oviranih ljudi, ki nismo več zbuja-li radovednih pogledov preostalih obiskovalcev kopališča, saj so se nas v letih, odkar se tu redno srečujemo, očitno že navadili.

Prisotni smo se preizkusili v potapljanju, vožnji s podvodnim skuterjem, vožnji s štirikolesniki in kolesi. Nekateri so prvič po poškodbi sedli za volan avtomobila. Tisti, ki jih vse to ni preveč zanimalo, pa so



*Na poskusno vožnjo.*

se preprosto morali kopati v bazenu, saj je bila temperatura ozračja zelo visoka, voda v bazenu pa prijetno hladna.

Da so si naši vozički oddahnili od bremena, ki ga vozijo vsak dan, so poskrbeli Društvo paraplegikov Jugozahodne Štajerske, Zveza para-

plegikov Slovenije in Plavalni klub Slovenske Konjice, ob pomoči Mesta Slovenske Konjice in Javnega komunalnega podjetja Slovenske Konjice. Projekt je sofinanciral Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, kot donator pa je materialno priskočilo na pomoč podjetje Engrotuš iz Celja.



*Najmlajši član spet pod vodo.*

Zahvala gre seveda tudi ATV-sekciji motoristov pri Zvezi paraplegikov Slovenije, podjetju Ortopedija, ki je pripravilo predstavitev vozičkov, in ne nazadnje predsedniku Mednarodne organizacije za potapljanje ljudi s posebnimi potrebami IAHD - Adriatic, Branku Ravnaku, in asistentki Alenki Fidler ter našim članom potapljačem Alešu Pavšetu, Damjanu Peklarju, Klavdiji Poprat in Igorju Krischu.

Dogodek je bil tudi medijsko obarvan, saj sta dan z nami preživela novinarka in snemalec Regionalnega programa Maribor, RTV Slovenija.

**Barbara Slaček**



## POMLADNI IZLET V BREŽICE

Ko se narava obarva v vsej lepoti barv in je zrak že poln opojnih vonjav cvetja, je čas, da gremo kam na izlet. To se nam vsem prileže po dolgi zimi in hladu, ki nam je lezel po kosteh.

Letos je bil naš izlet še posebno zanimiv in pester, saj smo gostili članice in člane iz društev paraplegikov Prekmurja in Prlekije ter južne Štajerske oziroma Celjske regije ter seveda tudi našega društva. Zbrali smo se v Brežicah; tam nas je pričakala vodička turističnega društva Brežice, gospa Mojca Molan. Počasi smo se pomikali po glavni ulici od cerkve sv. Roka do gradu ter tako izvedeli za glavne zgodovinske dogodke, ki so pustili neizbrisni pečat Brežicam.

Za postavitev cerkve sv. Roka je denar darovala žena grofa Atemsa v letu 1700, ko je po Evropi kuga pobirala največji davek. Dolga leta je bila ta cerkev zelo znana po romanju slovenskih in hrvaških prebivalcev k sv. Roku 16. avgusta. V stavbi današnje gimnazije je bil najprej samostan, znan po prvi stavbi v Brežicah, ki je imela centralno ogrevanje. Po drugi svetovni vojni pa je v tej stavbi dobila domovanje gimnazija, ki je tam še zdaj. Malo naprej pa je bil pred nekaj leti postavljen spomenik izgnancem.

Znano je, da so fašistične sile med drugo svetovno vojno s preselitvijo prebivalcev v Šlezijo in drugod po Nemčiji nameravale razdeliti slovenski teritorij med nemško in italijansko prevlado. Tako bi bili



*Sprehod po Brežicah in ogled kulturnih znamenitosti*

narod prisili k raznarodovanju. S to žalostno namero so veliko škode utrpeli ljudje, saj so izgubili vse svoje imetje, veliko je bilo nepotrebnih žrtev in trpljenja. Mnogi si od tega žalostnega dela življenja niso nikoli opomogli.

Še kar precej je znanih posebnosti po mestu, pa vseh ne bom naštevala. Morda samo še, da je zelo znan brežiški grad, ki je pred stoletji branil to mestece in prebivalce s svojim obzidjem pred turškimi vpadi. Pomembno mesto je bilo to tudi v času slovensko-hrvaških kmečkih uporov pod vodstvom Matije Gubca. Danes pa je brežiški grad znan po letnih festivalih klasične glasbe v čudoviti, s freskami poslikani viteški dvorani.

Polni lepih vtisov in že malo utrujeni smo se ustavili na terasi gosti-

šča v senci. V času odmora in ob hladnem soku nas je prišla pozdravit tudi podžupanja gospa Čulerjeva, nato pa smo se odpeljali v Novo mesto v društvene prostore.

Nekateri naši člani, ki se niso udeležili izleta, so nas počakali v društvu. Tam smo si privezali dušo in potešili želodce. V prijetnem klepetu smo čedalje pogosteje ugotavljali, da si zelo želimo takšnih srečanj, ki nam vsem zelo veliko pomenijo.

**Bernarda Zorko**

**Petre**  
**ŠOTORI-HALE-ODRI**



# SPET SKUPAJ – PACUG 2009



*Tetraplegik skače v vodo, zadaj budno oko spremljevalca.*

Kot vsako leto doslej v poletnem času je tudi letos Zveza paraplegikov in Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja omogočila mlajšim članom petdnevno druženje v Pacugu.

Ni bilo treba veliko truda, da smo zbrali ekipo mladih, ki radi izkoriščajo počitnice ob morju, bazenih ali kjer koli drugje. Kraj, kot je Pacug, pa je pravi raj za preživljanje vročih poletnih dni. Idilično

okolje, stran od mestnega vrveža, s čudovitim pogledom na morje ne pusti ravnodušnih niti najzahtevnejših obiskovalcev tega kraja. Dnevi našega druženja so potekali v znamenju športnih aktivnosti, plavanja in predvsem izmenjave mnenj, saj so bili med nami tudi taki, ki življenje na vozičku šele spoznavajo.

Vzdušje v skupini je bilo enkratno, zato so nam ti dnevi prehitro minili. Že zdaj se veselimo ponovnega srečanja v Pacugu, čeprav so pred nami dolgi in mrzli dnevi. Upamo, da nam bo Zveza paraplegikov to tudi omogočala.

**Zahid Lukavica**



*Po vročem dnevu je zvečer prišlo pravo razpoloženje*



# SREČANJE DVEH DRUŠTEV V LIPICI

V soboto, 4. 7. 2009, smo se v prekrasnem vremenu v Lipici srečali para- in tetraplegiki iz Goriške in Obale ter Krasa. Tam nas je počakala predstavnica Občine Sežana in direktorica Bolnišnice Sežana gospa Silvana Šonc, ki je opravičila župana in pri tem dejala, da je vesela, da župan ni mogel priti, ker je s tem ona dobila priložnost, da nas spozna in se pogovori z nami.

Srečanja si je s spremljevalci ogledalo 78 udeležencev; ti so si pod strokovnim vodstvom ogledali kobilarno, zibelko vseh lipicanskih konj na svetu, ustanovljeno leta 1580. Po ogledu kobilarne in njenih znamenitostih smo se v prij-



V pogovoru s predstavnico Občine Sežana Silvano Šonc, Željko Geci, Matjaž Črne in Benjamin Žnidaršič

tni kostanjevi senci Letnega vrta okrepčali z jedmi z žara in hkrati pokramljali o vseh mogočih stvarih.

Popoldne smo si ogledali še eno znamenitost tega kraja, kapelico lurske Matere božje v Dolini. Od leta 1848 do 1875 je kobilarno vodil konjeniški general Karel Grünne. Hudo bojan (TBC) se je pogosto zatekal v vrtačo v Grgovcah.

Zaobljubil se je bil, da bo postavil oltar v čast Mariji, če ozdravi.

V spomin nanj je pri kapelici vzi- dana spominska plošča z napisom: IN MEMORIAM CAROLUS Grünne 1848–1875.

Za lep izlet gre zahvala dobrim organizatorjem.

**Benjamin Žnidaršič**



V koloni eden za drugim so si od objekta do objekta ogledali vse, kar je povezano z lipicanci.

## SREČNO, BENO

Pred kratkim se je z Abrahamom srečal naš član, podpredsednik društva, kulturnik, pesnik, pisatelj in slikar Benjamin Žnidaršič. Čestitkam in lepim željam se pridružujemo člani društva paraplegikov Istre in Krasa.

Za življenje, ki živiš ga, sam si odgovoren,

sam si rezultatov ustvarjalec neumen. Značaj, bolezen, teža, strah ... ustvarjaš si ti sam, ker v nezavedno si nenehno vnašaš tak program! (Ljuba Žerovc)

Benjamin se je ob srečanju z Abrahamom odločil za humano gesto.

Namesto daril so povabljeni lahko nakazali poljuben znesek v korist društva, to pa bo sredstva namenilo najpotrebnejšim članom.

Hvala, Beno!

**Društvo paraplegikov Istre in Krasa**





# SLOVESNO PRAZNOVANJE OB 30-LETNICI DRUŠTVA PARAPLEGIKOV PREKMURJA IN PRLEKIJE



Nagovor predsednice Marije Magdič

Pomurski paraplegiki in tetraplegiki smo 14. avgusta slavili 30-letnico delovanja. Ob tej priložnosti smo v svojih prostorih na Noršinski ul. 14 pripravili dan odprtih vrat, z osrednjo slovesnostjo pa gostovali v sprejemni dvorani ekonomske šole.

Predsednica Marija Magdič je v nagovoru predstavila društvo in njegovo dolgoletno delovanje. Priказala je življenje človeka, ki čez noč postane invalid, in posledice, s katerimi se pri tem spoprijema. »Namen društva je, da na tej poti pomaga svojim članom na vseh področjih vključevanja v družbeno in zasebno življenje,« je povedala.



Nastop folklorne skupine iz KD Beltinci

Vodenje društva je leta 1984 prevzel Matija Merklin in pod njegovim vodstvom so nastali vidni premiki v samem delovanju. Murskosoboška občina nam je podarila parcelo, na kateri smo s pomočjo lokalnih skupnosti leta 2004 zgradili nove prostore, na katere smo zelo ponosni. Ne smemo pozabiti, da nam je pri uresnitvi projekta v osnovi pomagala Zveza paraplegikov kot krovna organizacija našega društva. Danes DPPP izvaja posebne socialne programe in razne športne dejavnosti, člani pa se srečujemo tudi ob različnih interesnih dejavnostih.

Kljub vabilu na slovesnost vsem prekmurskim in prleškimi županom se je s svojim predstavnikom odzvala le Občina Murska Sobota. Podžupan Jožef Casar je ob tej priložnosti v imenu občine

društvu podaril zahvalno listino.

Praznovanja sta se udeležila tudi Viktor Frangež, sekretar iz Direktorata za invalide, in predsednik Zveze paraplegikov Dane Kastelic. Ta je društvu izrekel priznanje za aktivno soustvarjanje, sobivanje invalidov in neinvalidov ter prispevek h kakovosti življenja v regiji.

Člani in predstavniki društva so ob tej priložnosti dobili pohvale in priznanja za dosežke v športu kot tudi



Predsednica društva Marija Magdič in povabljeni

za aktivno delo v društvu v preteklih tridesetih letih. Zahvale so prejele tudi razne občine.

Slovesno praznovanje je na koncu popestrila folklorna skupina kulturnega društva Beltinci. Po končani prireditvi je bila na sedežu društva pogostitev vseh povabljenih s tradicionalnim prekmurskim bogračem.

**Anita Trebše**



# PRIŠEL JE, PRIŠEL ZELENI JURIJ ...

... govori pesem v Beli krajini, ki vabi številne raziskovalce, zbiralce ljudskega izročila, etnologe in nas, popotnike, v to čudovito pokrajino.

Zato je bil predlog Slavka Dunaja dovolj, da smo se skupina šestih članov in prevoznik Janez dogovorili, da se v nedeljo popoldne odpravimo v te prelepe kraje, natančneje v Semič, kjer ima Zveza paraplegikov Slovenije možnost bivanjske nastanitve. Ob prihodu smo opazili nasade plemenitih sort vinske trte in veliko sadik sadnega drevja in seveda cvetlice, ki jih oskrbnikova roka lepo neguje ... Tudi obnova kuhinje, kjer smo se zadrževale predvsem ženske, nas je razveselila. Prejšnja začasna je prenovljena v enoposteljno sobo, kar je mnogo bolj funkcionalno.

Prebudili smo se v prelepo jutro in prav vsi smo presenetljivo dobro spali. Med obilnim zajtrkom smo se dogovorili, da moški del skupine preskusi svoje ribiške sposobnosti. Odpravili smo se po karte, kamor nas je vodil naš ribič Slavko, ki že vrsto let obiskuje dom v Semiču. Še isti dan smo si ogledali kopališče ob Kolpi, ki je bilo dobro obiskano, a kljub vsemu za paraplegike neprimerno. Odpeljali smo se na Gorjance, kjer po najvišjem slemenu (Trdinov vrh, 1178 m) poteka državna meja med Slovenijo in Hrvaško. Med vožnjo smo si ogledovali gosto poraščen gozd, kjer



Ob vrnitvi smo si ogledali tudi Krupo in njen izvir.

prevladuje predvsem bukev. Čar Gorjancev dajejo bistri potoki, med katerimi sta izvira Minutik in Gospodična (na 820 metrih nadmorske višine), kjer smo tudi postali. Ker so Gorjanci zelo slabo prehodni in jih obdajajo vinogradi, je najpomembnejša cesta čez preval Vahta. Tukaj smo imeli tudi bližnje srečanje s krajem pomora treh mladih pred leti in kjer svečke in cvetje spominjajo na človeško krutost, katere narava je nema priča ...

Naslednji dan so naši ribiči zavihteli svoje palice in poskusili srečo v prelepi Lahinji, ki je poleg Kolpe osrednja reka Bele krajine, dolga 33,4 km. Z Marijo sva občudovali idilično kraško reko in njeno barvitost, pri tem pa so naju božali prijetni sončni žarki ... Na sosednjem hribu so ovčke s svojim oglašanjem opozarjale nase. Med preletom so se ustavile različne zanimive vrste ptic. Sonce je počasi zahajalo in narava ob Lahinji se je bohotila v tisočerih barvitih otenkih. Z ulovom ni bilo sreče, a to ni pokvarilo razpoloženja, saj sva z Marijo nadomestili ribe s slastno večerjo. Zadnji dan smo izkoristili za izlet na Mirno goro, ki leži v vzhodnem delu Kočevskega roga, kjer se divja gozdnata prostranstva odkrito spogledujejo z belokranjsko ravnico.

Vožnja po makadamski poti ni bila nič kaj prijetna, zato pa smo si jo krajšali z ogledovanjem skozi okno in poleg naravnega muzeja in učnih poti lahko videli nekdanjo dediščino in oris življenja tukajšnjega malega človeka, ki se je poleg prodaje lesa preživljal tudi z domačo obrtjo. Vendar pa so danes te vasi zelo redko naseljene, saj je mlajša populacija migrirala za vsakdanjim kruhom v večja mesta.

Po dvajsetih minutah vožnje smo prispeli do tamkajšnjega planinske-



Zadnji dan smo izkoristili za izlet na Mirno goro, ki leži v vzhodnem delu Kočevskega roga.

ga doma. Ob pijači smo pogledovali za prelepim razgledom in začutili globoko spokojnost te gore. Zapeljala sem se okoli doma in pozdravili so me lepo oblikovani kosi lesa, kamor so bile vrezljane misli, med katerimi se me je ena posebno dotaknila: Drevesa so pesmi, ki jih zemlja piše na nebo. Mi jih podiramo in spreminjamo v papir, da lahko ovekovečimo svojo praznost.

Ob vrnitvi smo si ogledali tudi Krupo in njen izvir. Na videz čista reka je, če sklepamo po analizah, vse prej kot to. Večina vodotokov je onesnažena že pri samem izviru. Zdi se, kot da nikogar ne zanima, kako občutljivo in krhko je naravno ravnovesje ...

Tako se je v četrtek končal naš tri-dnevni izlet v Belo krajino in z nato-vorjenim kombijem smo odrinili iz Semiča. Ustavili smo se še na gradu Otočec, ki stoji na levem bregu reke Krke in nas popelje v čas srednjega veka. Danes zelo oblegana turistična točka je priljubljen kraj za poroke, koncerte, razne kulturne prireditve, ribolov ... Tudi mi smo ob Krki postali in si ogledali čudovito okolico.

Nismo se zadrževali, saj je vsak od nas že pogrešal svoj dom. Strinjali pa smo se v misli, da nam je bilo preprosto lepo!

Anita Trebše



# SREČANJE Z ŽUPANI IN S PREDSTAVNIKI OBČIN

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine zajema obširno območje osrednje Slovenije, temu primerno pa je tudi njegovo članstvo. Vendar to dejstvo ni nikoli ovira, da si v društvu ne bi z vsemi močmi prizadevali, da bi prav vsak posameznik aktivno zaživel v domačem kraju. Ob tem pa seveda ni dovolj, da bi se zgolj paraplegiki ali tetraplegiki prizadevali in prilagajali obstoječemu okolju.

Potrebno je tudi sodelovanje z občinami in s strokovnimi službami, ki lahko pomagajo pri odpravljanju težav in stisk naših članov. Zato sta potrebni občasno medsebojno usklajevanje in dogovarjanje. Prav to je bil tudi namen medobčinskega srečanja naših članov z župani in s strokovnimi službami občin Borovnica, Brezovica, Cerknica,

Dobrova-Polhov Gradec, Horjul, Logatec, Log-Dragomer in Vrhnika. Vabilu so se odzvali župani ali podžupani petih občin ter predstavniki CSD in ZZS vabljenih enot.

Delovno srečanje je potekalo v maju na Vrhniki s predstavitvijo delovanja društva. Predsednik Gregor Gračner je predstavil široko paleto programov in dejavnosti, ki jih v društvu izvajamo v korist svojih članov. Dotaknil se je tudi občutljive teme odzivnosti na razpise in financiranja programov po posameznih občinah. Finančne programe in vrsto drugih aktivnosti pa je predstavila podpredsednica Mirjam Kanalec. Pri predstavitvi težav, s katerimi se srečuje največje društvo ZPS, sta sodelovala tudi arhitekt Zveze Matjaž Planinc in strokovna delavka Špela Šušteršič.

Rafko Jurjevčič, društveni socialni referent, je pri tem poudaril, da je pri ljudeh, ki potrebujejo medicinsko rehabilitacijo, medicinsko tehnične pripomočke, obnovitveno rehabilitacijo ali zdravljenje, treba nujno upoštevati tudi njihovo vključevanje v socialno okolje, v kulturne in socialne aktivnosti. V ta namen je treba spodbuditi večje sodelovanje med različnimi ustanovami iz zdravstva, sociale, kulture, šolstva, športa ter drugih področij javnega in zasebnega življenja. Župani in predstavniki občin so ponudili pomoč pri reševanju naših težav. Takšna srečanja nas bogatijo, občini in strokovnim službam, s katerimi se srečujemo v domačem okolju, pa dodajajo novo dodano vrednost. Tovrstna srečanja bomo pripravili tudi na drugih območjih, kjer živijo naši člani.

## NA OBZORJU NOVI ŠPORTNI DISCIPLINI

Bomo tudi pri nas v Sloveniji s kanujem in kajakom v prihodnje tekmovali na mirnih ali celo divjih vodah?

No, v nekaterih zahodnoevropskih državah paraplegiki to že počnejo. Pri nas sta ti dve novi športni panogi sicer še v povojih, toda prvi zavesljaji so že za nami.

Navezali smo že stike z Olimpijskim komitejem Slovenije, ki želi tovrstno zanimanje spodbuditi tudi pri nas, obiskala pa sta nas tudi predstavnik Kajakaške Zveze Slovenije in direktor kajakaških reprezentanc Andrej Jelenc, ki naj bi s prilagojenim sedežem paraplegikom in tetraplegikom omogočil v čolnih stabilnejše sedenje, in študentka ljubljanske fakultete



Boštjan Ceglar ob prvih zavesljajih

za šport v Ljubljani Ana Bergant, ki celoten projekt kot raziskavo pripravlja v svoji diplomski nalogi. Kot že rečeno, prve zavesljaje so paraplegiki DP ljubljanske pokrajine Mojca, Grega, Suad in Boštjan

v bazenu fakultete za šport, tako v kanuju kot kajaku, že opravili.

Prvi vtisi so kar obetavni, le ravnotežje jim še dela nekoliko večje preglavice.



# Z MESTNIMI AVTOBUSI PO LJUBLJANI

Nekaj članov našega društva je na predlog vodstva Ljubljanskega potniškega prometa že pred enim letom praktično preizkusilo, kako poteka vožnja z nizkopodnimi mestnimi avtobusi.

V center mesta so se pripeljali z različnih koncev Ljubljane, vozniki pa za akcijo niso vedeli. No, z njihovimi »uslugami« nismo bili zadovoljni, saj jih je več kot polovica »padla na izpitu.« Velika večina voznikov ni usposobljena ravnati z avtobusi, ko prevažajo potnike na invalidskih vozičkih, verjetno pa bo bolj veljala trditev, da se jim preprosto ne ljubi izvesti postopka, ki je potreben za vstop ali izstop takih potnikov.

Vozniki namreč lahko nagnejo avtobuse in jih izravnajo z višino pločnika na postajališču. Pri tem je pomembno, da vozilo pripeljejo povsem do roba. In prav tu delajo največ napak. Poleg tega lahko spustijo kovinsko klančino, po kateri potnik na invalidskem vozičku



Na Mesarskem mostu je z nami pokramljal župan Zoran Jankovič.

varno vstopi in izstopi iz avtobusa. V letošnjem letu smo akcijo s predstavnikom LPP ponovili in ugotovili malo boljši rezultat. Pri tem smo prepričani, da bo vsako leto boljše, saj v LPP stremijo k temu, da bi vse potnike udobno, hitro in varno prevažali. Seveda tudi tiste na invalidskih vozičkih.

In ker smo bili že tako lepo zbrani sredi mesta, smo se podali še na voden potep po starem mestnem jedru.

Vodička Urška nas je popeljala po Mestnem trgu do Mesarskega mosta, tam pa nas je pričakal in pozdravil župan Zoran Jankovič. Najprej nas je povprašal po

morebitnih arhitekturnih ovirah, našemu članu Sašu Rinku, ki je tudi mestni svetnik, pa naročil, da si vse zapiše. Brez župana, ki je hitel naprej, smo prišli do Tromostovja in pot nadaljevali do Zmajskega mostu.

Urška nam je vmes podrobno razlagala znamenitosti stare Ljubljane, vse do grajskega griča; nanj smo se povzpeli s sodobno vzpenjačo. Zgodovina gradu, Ljubljana kot na dlani in že smo se napotili na pisano ljubljansko tržnico in se malo okrepčali. Nato nas je na poti do doma čakala še ena preizkušnja z mestnimi »zelenci.«

Pri potepanju po Ljubljani in vožnji z avtobusi so nas spremljale študentke delovne terapije iz Visoke šole za zdravstvo.



Voznik je videl potnico na vozičku, pa kljub temu ni nagnil avtobusa in zapeljal bliže pločnika.



## »DOMSKI« V SEMIČU IN PACUGU

V Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine reševanju socialnih težav pri članih posvečamo veliko pozornosti. Mednje sodijo tudi tisti naši člani, ki živijo v domovih za starejše občane, zato jim vsako leto že kar nekako tradicionalno pripravimo srečanje v naših domovih. V maju so bili en teden v Semiču, julija pa v Pacugu.

V Semiču jih je v svoji zidanci tudi tokrat sprejel in pogostil naš »mejaš,« prijatelj in semiški župan Janko Bukovec, v naslednjih dneh pa so raziskovali lepote Bele krajine. Med drugim so obiskali tudi več kot 250 let staro klet sredi Draščev. To je soseska zidаница, v kateri se zbirajo hišni gospodarji in pijejo svoje vino. In tako so tudi naši izletniki po stari navadi iz enega kozarca poskusili vino 65 gospodarjev. No, za nameček jih je ob prihodu v dom isti večer čakalo še posebno presenečenje. Obiskali so jih obiskali Belokranjci in jim prinesli svoje dobrote. Med njimi sta bili tudi mladenki Ana in Tjaša v narodnih nošah in iz tamburic sta



Izleta s turistično ladjo po Piranskem zalivu so se vsi razveselili.

izvabljali prelepe melodije. Bil je večer, ki ga dolgo ne bodo pozabili. Ob odhodu domov so se ustavili še v Rožnem dolu, kjer imajo izvrstne postrvi, popili še kavico in s tem končali pester program, ki jim ga je pripravil socialni referent dru-

štva Raffko Jurjevčič.

Pretekel je le dober mesec, ko so se spet srečali. Tokrat v domu v Pacugu. Ves teden so imeli lepo, sončno in vroče poletno vreme, tako da bazen z osvežilno morskovo vodo nikoli ni sameval. Tudi na morju smo jim pripravili pester program. S kombiji smo jih popeljali na ogled kobilarne v Lipici, s turistično ladjo so zapluli po Piranskem zalivu in si ogledali našo obalo z morske strani, nekega toplega večera pa so se odpravili na sladoled ter ogled Izole in Portoroža.

Tudi v Pacugu se niso dolgočasili. Prosti čas so zapolnili z družabnimi igrami, predvsem pa so se veliko kopali, sončili in izmenjavali praktične izkušnje.



V Beli krajini so nam ob prihodu po starem slovenskem običaju ponudil kruh in sol.



# NAŠE ČLANICE SO KOT ČEBELICE

Članice iz Aktiva žena, ki jih vodi Marjana Lavrin, so resnično aktivne. Vsak drugi torek se zberejo v prostorih društva in kar nekaj ur ustvarjajo, načrtujejo in izmenjujejo izkušnje. No, v letošnjem letu so delovne cilje usmerile predvsem v izdelovanje unikatnih novoletnih voščilnic. Nameravajo jih izdelati nekaj tisoč in z njimi tudi kaj zaslužiti. S tem bodo tudi z lastnim delom pokrile del stroškov in pospešile razvoj svoje dejavnosti. Seveda poleg tega izdelujejo tudi druge zanimive izdelke, ki jih ob različnih priložnostih društvo pokloni kot darilo.

Že nekako po tradiciji pa se vsako leto z vsem repromaterialom in pripomočki za en teden preselijo v Semič, nato pa še v Pacug. V maju so v Semiču »garale« od jutra do večera in uresničevale ideje, ki so se jim sprti porajale. Pri tem je kot edini moški s svojimi izumi sodeloval tudi voznik in negovalec Tomaž, ki so mu izjemoma dovolile

to čast. To pa verjetno zato, ker jih na teh srečanjih vseskozi razvaja in jim strokovno pripravlja razne specialitete na žaru. Za dobro počutje naših pridnih »čebelic« sta skrbeli še asistentka Vesna in sestra Hana, družbo pa jim je delal še mali in navihani Izak.

V Pacugu so bile zadnji teden v juniju. Kar petnajst se jih je zbralo, muhasto vreme, ki jih je spremljalo ves teden, pa jih je še dodatno zaposlilo. Vsekakor pa jih je pri enoličnem delu razveselil obisk iz društva, še posebno pa panoramski izlet po Piranskem zalivu z ladjo Solinarka. No, vmes bilo je tudi nekaj sončnih trenutkov; izkoristile so jih za sončenje in kopanje v prijetni morski vodi v bazenu doma.

V sezoni češenj so bile s predstavnicami DP jugozahodne Štajerske in DP Gorenjske v Brjah. V goste jih je povabilo Društvo Norma 7, s katerim že več let na kulturnem področju in raznih delavnicah nadvse



Češnje so obirale kar z vozička.

uspešno sodelujejo. Tokrat je bilo v Brjah še posebno zanimivo in prijetno. Pripravile so razstavo in nekakšno delavnico na temo češenj. Iz nizko rastočih češenj, ki imajo veje prav do tal, so kar z vozičkov obirale slastne rdeče sadeže, nato pa jih vložile v kozarce in te še okrasile. Seveda je pri njihovem delu tudi veliko smeha in veselega razpoloženja. In prav je tako!

## ZA KOPALNE DNEVE ČEDALJE VEČ ZANIMANJA

V društvu nismo pričakovali, da bo pri naših članih za tako imenovane »kopalne dneve« v bazenu še ne povsem dograjenega Doma paraplegikov v Pacugu toliko zanimanja. Nekoliko presenečeni smo bili že lansko sezono, v letošnji, ki je imela res precej vročih dni že na začetku, pa je bilo povpraševanje še večje.

Sicer pa našemu kopalcu zagotavljamo kar dobre razmere. Zjutraj ga s kombijem poberemo na njegovem domu, čez dan se

kopa v prijetni morski vodi in sonči, kosilo lahko po ugodni ceni pripeljejo v dom (ali pa hrano in napitke prinese s seboj), proti večeru pa je spet doma.

Poleg kopanja in sončenja v prijetnem mediteranskem okolju pa kopalci izkoristijo dan še za druge aktivnosti. Pri ljubljani so tarok, šah in pikado.



Z dvigalom preprosto v bazen



# NEPRIJAZNO VREME ZDESETKALO UDELEŽBO

Pa tako skrbno smo v društvu načrtovali to naše letošnje spomladansko-poletno srečanje. Vendar smo proti vremenu še nemočni, zato smo izkoristili vse, kar nam je bilo v tistih nemogočih razmerah dano. Najhrabrejši se ne damo, zato smo druženje kljub vsemu nekako izpeljali. Žal je v predvidenem času za ogled Trubarjeve domačije tako lilo, da smo se mu morali odpovedati. In tako se nas je kakšnih 80 zbralo v lovski koči, ki je v lasti Lovske družine Turjak. Pridružil se nam je še njen predstavnik Stane Hren.

No, odpadle so tudi viteške igre, zato pa nam je Marta Grčar, s.p., iz rokodelske družine predstavila kratko zgodovino in srednjeveška oblačila (graščakov, spletičen, vitezov), viteško orožje, loke in puščice (nekateri so se pomerili v streljanju z lokom) in srednjeveške plesse. Kar nekaj udeležencev srečanja se je naučilo dveh srednjeveških plesov. Obiskali smo tudi stojnice in nakupili nekaj spominkov.

Za prehrano so skrbeli: Berčon, maserka Mateja in njen brat Bošti. Golaž so začeli kuhati že ob šestih zjutraj, za specialitete na žaru pa so poskrbeli pozneje. V popoldanskih urah nas je obiskala in pozdravila

tudi podžupanja občine Velike Lašče, dr. Tatjana Devjak. V naši družbi se je dobro počutila, saj se je kar nekaj časa zadržala z nami.

Za popestritev in zadostitev hazardski žilici smo organizirali BINGO, ki ga je s pomočjo hostes Ismete in Fatime vodil že izkušeni maček Bojan Lukežič. Glavni dobi-

tek je za vse izpolnjene številke na enem igralnem lističu dobila Mirjam Kanalec (denar od prodanih lističev, nekaj čez 130,00 €), ki pa ga je po namigu socialnega referenta Rafka Jurjevčiča podarila socialno šibki članici Marjeti Regally.

Dobrodelnost se je še kar nadaljevala, saj je domačin Anton Štrukelj, ki živi v neposredni bližini lovske kočice in je preživel v naši družbi prijetno popoldne, podaril 40 €. Vodstvo društva se je odločilo, da gre ta denar v roke našemu



*Dobrodošlico nam je izrekla podžupanja občine Velike Lašče, dr. Tatjana Devjak.*

članu, ki si že nekaj časa želi kupiti digitalni fotoaparata, pa zanj nikoli ne najde denarja.

Potem se je še plesalo in pelo, saj je naš član Dolfe Košmrlj meh harmonike raztegoval še pozno v noč.

Glavna organizatorica Mojca Burger je imela vse pod kontrolo, pomagali pa so ji asistentje Darinka, Vesna, Alenka in Gašper. Za dobro glasbo je tako kot na vseh srečanjih skrbel Marino.

## NE HODIM, VENDAR VOZIM – NA RADIU SORA

Tudi Gorenjci smo pristopili k akciji Ne hodim, vendar vozim. Za začetek smo na radiu Sora v Škofji Loki predstavili program in smisel ozaveščanja voznikov o varni vonji. Program in akcije, ki so jih izpeljali doslej, je predstavila

ena od pobudnic te akcije Barbara Slaček. Poškodovanca v prometni nesreči Barbara in Boris Šter pa sva povedala še vsak svojo zgodbo in posledice nesreče. Oddaja je potekala v živo, del pa so predvajali še v nočnem

programu zelo poslušanegega radija Sora, ki s svojim signalom pokriva celotno Gorenjsko. Če prihranimo samo eno življenje, je naš namen dosežen.

**Boris Šter**



# IGORJA ORLA ŽE NEKAJ ČASA SPREMLJA DINA

Dina je prijazna, predvsem pa poslušna labradorka, ki je odslej stalna spremljevalka našega člana, tetraplegika Igorja Orla iz Fužine pri Zagradcu na Dolenjskem.

Igorju se je dolgoletna želja letos končno le uresničila. Že pred leti je postavil lep in primeren pesjak, saj se je pokazala možnost, da bi dobil psa, ki ga pri nas vzgajajo za spremljanje invalidov. No, te obljube so se nekoliko zavlekle, zato je pa zdaj toliko bolj vesel in srečen, ko so mu v akciji Bodi Totalno Cool s pomočjo BTC-ja, Toneta Fornezija - Tofa, revije Moj pes, Klinike za male živali in drugih le izpolnili to veliko željo. In kaj Dina vse zna? Dreser-

ka Maja Golob jo je po vztrajnem polletnem šolanju naučila, da Dina odpira vrata in predale, s tal pobira in prinese različne manjše predmete, predvsem pa je poslušna, ubogljiva in zvesta spremljevalka. In tako zdaj tisti, ki se vozite po cesti v okolici Zagradca, lahko vidite, kako ob Igorjevem vozičku poslušno stopa Dina. Igor namreč skrbi za svojo telesno kondicijo in vsak dan ob smaragdno zeleni Krki prevozi vsaj deset kilometrov.

Pes invalidu ni samo pomočnik in spremljevalec, ampak tudi prijatelj, ki daje svojevrstno toplino.

**Jože Globokar**



*Dina je prijazna in poslušna labradorka, ki je odslej stalna spremljevalka našega člana, tetraplegika Igorja Orla.*

## PRENOVA DRUŠTVENIH PROSTOROV OB 30-LETNICI DRUŠTVA

Ob trideseti obletnici ustanovitve Društva paraplegikov Gorenjske smo se odločili, da namesto biltenov, razkošnih proslav itd. raje prenovimo že tako lepe društvene prostore.

Nekaj prepotrebnihih financ smo si pridobili na razpisu, za drobna dela, ki se pokažejo ob vsaki adaptaciji, pa bo poskrbelo društvo in donatorji. Zamenjali smo dotrajana lesena okna z novimi aluplastičnimi in prepleskali so nam vse stene. Ob vsakem posegu se pokažejo še dodatna dela, tako da smo morali zamenjati del keramike na vhodu, prestaviti je bilo treba električno napeljavo, nekaj dela je imel še mizar pri krajšanju oprave.

Po temeljitem čiščenju so prostori zadihali s posebno svežino in dali uporabnikom še večji zagon za



*Ob trideseti obletnici ustanovitve Društva paraplegikov Gorenjske smo se odločili, da prenovimo društvene prostore.*

delo. Ne bi rad delal reklame za posamezna podjetja, ki so izvajala adaptacijo, vendar lahko rečemo, da so svoje delo opravili dobro, o

čemer se je prepričal tudi nadzorni arhitekt, g. Matjaž Planinc.

**Boris Šter**





# ČE SE ODPRAVLJAŠ V SAN FRANCISCO, SI ZATAKNI CVETJE V LASE ...

Tako poje Scott McKenzie v svoji pesmi, v kateri opisuje to prekrasno mesto, kjer se še danes čuti vonj poletja ljubezni, ki te prevzame in ti za vedno ostane v srcu ...

Zamisel za potovanje je prišla iznenada ... »A greva?« je nekega jutra vprašal moj dragi, ko sem še napol zaspana srkala kavo in gledala v megleno aprilsko jutro. »Kam? V Kalifornijo? Misliš resno? Ja, pa pejava, ne?« je bil moj odgovor. In tako se je vse začelo. Rezervirala sva si dopust, poklicala nekaj prijateljev, ki tam živijo, ter nekaj takih, ki so tja že potovali, si priskrbela čim več informacij o dostopnosti in začela brskati po spletu ter vse skupaj organizirati.

Sprva sva nameravala na pot sama, a sva se po dolgem in izčrpnem pogovoru premislila. Moja nega je precej zahtevna in misel, da bi moral Vito skrbeti na letališčih zame, voziček in prtljago, je bila skoraj strašljiva. In tako sva se odločila s seboj vzeti mojo mamo. In prva reakcija vseh prisotnih? »Kaaaam? V Ameriko? Čez ocean? Z letalom? S tem vozom? Ne, ne, ne ... Vidva sta zmešana!!!« No, počasi so se pomirili in se že kot nešteto krat doslej sprijaznili z mislijo, da ko si nekaj

vbijem v glavo, pač tako je...

V naslednjih tednih sem po internetu rezervirala lete, prve dve noči v motelu, avto – vsaj tako sem mislila, a o tem pozneje –, zavarovanja, dovoljenja in vse, kar spada zraven. Z nekaj kliki in elektronskimi sporočili je bil logistični del organizacije za nami. Sledilo je še načrtovanje poti po Kaliforniji. To mi je požrlo največ energije, saj sem morala izpolniti želje vseh štirih (Vitu, mami in meni se je pridružila še mami-na kolegica), na razpolago pa sem imela le 12 dni.

Končno je prišel 26. 6. 2009 in po tem, ko smo varno naložili voziček, kovčke in nas na letalo, smo poleteli na dolgo pot iz Benetk proti Atlanti in naprej v San Francisco. Let je bil miren in presenetljivo udoben. Po nekajurnem postanku in letu iz Atlante se je pod nami v soju milijonov luči pokazal San Francisco. Bili smo na cilju. Utrujeni, a veseli.

Že pri izhodu z letališča se je pokazalo, da je Amerika za invalide izjemno prijazna. Pred vrati je čakalo vsaj 20 taksijev, prilagojenih za prevoz invalidov na vozičkih, in edina skrb, ki sem jo imela, je bila barva taksija (žal rožnatega ni bilo na vo-



Pogled iz Telegraph Hilla na stolpnice v Downtownu s Transamerica Pyramid v sredini.

ljo), s katerim se bomo odpeljali v motel. Ta nas je precej razočaral, a bilo je pozno in utrujenost je bila prevelika, da bi že takoj poiskali kaj boljšega.

Prvi dan nas je novim dogodivščinam naproti posprenilo sonce in ni nas zapustilo celih 12 dni. Ker San Francisco velja za najbolj prilagojeno in invalidom prijazno mesto v ZDA, smo se že doma odločili, da avto prevzamemo šele čez tri dni, ko smo načrtovali pot naprej po Kaliforniji. Tako smo se odpravili na bližnjo avtobusno postajo in precej skeptično (pač izkušnje iz domovine) pričakali prvi avtobus ... In ta je bil, kot vsi tam, prilagojen. Že takoj, ko smo stopili iz avtobusa in se ozrli okrog, smo bili pečeni. Zaljubili smo se na prvi pogled, a ne v kakšno ameriško lepoticco ali lepota, da ne bo pomote, ampak v mesto samo. Takoj nam je zlezlo v srce in mislim, da je bilo vsaj meni že prvi dan jasno, da avta sploh ne bomo potrebovali. Prvi dan smo posvetili raziskovanju centra San Francisca in kmalu smo ugotovili, da mesto lahko v resnici prehodiš oziroma jaz prevozim.



Midva in Golden Gate v ozadju.



Mi štirje na slavnem simbolu San Franciscu GOLDEN GATE BRIDGE.

Ogledali smo si obračališče slavnih Cable Car (tramvajčkov, ki zmorejo strma pobočja mesta in jih še danes obračajo ročno), nebotičnike, v senci Transamerica Pyramide smo popili ogabno ameriško kavo, opravili prve nakupe v Chinatownu, kitajski četrti, ter se odpravili na obisk k morskim levom, ki že od vekomaj kraljujejo na posebej zanj postavljenih plavajočih splavih pri Pieru 39 na Fishermen's Warfu – ribiškem središču, ki je danes ena glavnih turističnih točk v mestu.

Spotoma smo našli veliko boljše hotel, le streljaj od vsega, in se skozi slikovito italijansko četrt North Beach odpravili na kosilo v Hard Rock Cafe na Warf. Slavni Alcatraz nam je vabljivo mežikal, ko smo utrujeni in zmrznjeni (San Francisco namreč ni preveč toplo mesto, saj z oceana stalno vleče hladni veter) srkali malo boljše kavo. Celodnevni sprehod nas je prepričal, da turisti, ki se v mestu ustavijo le za dva ali tri dni, San Franciscu delajo krivico, saj ima toliko neverjetno lepih koticov, da jih ne moreš

vseh videti v tako kratkem času.

San Francisco ne velja samo za najbolj invalidom prijazno mesto, temveč je prijazen do vseh. Naj bodo priseljenci z vseh koncev sveta, hipiji, hetero- ali homoseksualci, invalidi, vsi so dobrodošli in sprejeti v družbo. Drugi dan našega obiska v mestu je bil tako zaznamovan z eno najlepših Parad ponosa (Pride Parade 2009) na svetu. To, kar smo tisti dan doživeli na ulicah mesta, je bilo neverjetno.

Toliko pozitivne energije, enakopravnosti, barvitosti, dobre volje in toplih iskrenih nasmehov ne doživiš nikjer.

Neznanci, ki na roke poslikanih tablah ponujajo zastoj objem in ljudje, ki zastoj objeme sprejemajo, sproščen pogovor s sosedom, ki poleg tebe opazuje barvito parado, ki počasi drsi mimo, košček računa z nakracanim naslovom in telefonsko številko neznanca, ki se je čudežno znašel v tvoji torbici z napisom »Če rabiš kar koli, pokliči. To je San Francisco, kjer nosimo cvetje v srcih in laseh«, star volkswagen kombi, okrašen s tisočimi cvetlic in ogromnim simbolom miru, v katerem sedi poslovnež, ki hiti v službo ..., vse to in še veliko veliko več smo doživeli drugi dan naše ameriške pustolovščine.

Pred odhodom v novi hotel smo se povzpeli še na Coit Tower, razgledni stolp, ki so ga na željo Lillie Hitchcock Coit leta 1933 postavili na vrh Telegraph Hilla, od koder lahko objameš celo mesto ter okolico in se resnično zavedaš lepote in harmonije, ki te obdaja ... Tam, na stolpu, smo sklenili, da bomo ostali v mestu in si ogledali vse njegove lepote, dan za dnem, brez naglice, v ritmu mesta ... No, še sreča, da smo to odločitev sprejeli, saj je agencija rent-a-car (specializirana za oddajo prilagojenih kombijev), ki smo jo drugi dan klicali, da preverimo, kako in kaj z avtom, izgubila našo rezervacijo, kar se baje velikokrat zgodi. Edina večja smola na celotni potovanju.

Skratka, da ne bom predolga (o tem mestu bi lahko pisala v nedogled), ker me bo drugače urednica za ušesa, ostali smo v San Franciscu in se z avtobusi, tramvaji, metroji, taksiji, ladjicami, itd. vozili od znamenitosti do znamenitosti in tako obiskali Japonsko četrt, park Presidio in idilično marino, kjer se razkošne hišice v viktorijanskem stilu spogledujejo z morjem zaliva, najstrmejšo ulico na svetu – Lombard street, kjer avtomobili vijugajo po serpentinah, obdanih s cvetjem, doživeli smo akvarij in akademijo znanosti s svojim planetarijem,



Tako sem vsak dan uživala v vožnji z mestnimi avtobusi žal slike z mojim najljubšim šoferjem nimam :)



razstavo egipčanske umetnosti, nepozaben večurni sprehod po japonskem čajnem vrtu in rozariju v Golden Gate Parku, sprehodili smo se do polovice znamenitega rdečega velikana Golden Gate Bridga in objemali njegove gromozanske kable ter opazovali meglo, ki se je proti nam valila iz gozdov Moorii.

Doživeli smo 4. julij, ko Američani z neverjetnimi ognjemeti proslavijo svojo neodvisnost, se poigrali v Exploratoriumu, nakupili tone čokolade v Ghirardelliju in obiskali še milijon zanimivih koticov. Seveda sva si z dragim zaželela tudi dan zase in sva mamu in kolegico (obe strastni vinogradnici) posadila na avtobus in ju poslala na celodnevni izlet po kletah v slavno vinorodno deželno Napa valley. Bili sta navdušeni in midva vesela, da sta se imeli lepo.

Vseeno pa ne morem izpustiti ene najbolj znanih znamenitosti San Franciscu, če ne že cele Amerike – zapore Alcatraz. Karte za izlet je treba rezervirati že tedne oz. mesece prej. Mi smo imeli več sreče kot pameti in smo nanje čakali le tri dni. Odšli smo na ogled Angelskega otoka, kjer so prvič spustili sidro evropski osvajalci in ki je bil do pred kratkim v vojaški rabi. Na otoku je bila tudi imigracijska po-

staja, kjer so zadrževali priseljence, predvsem iz Kitajske, ki so množično prihajali na lov za zlatom. Z vlakcem te popeljejo po otoku in ti predstavijo celotno zgodovino ter botanične posebnosti. Poleg tega lahko ves čas izleta uživaš v enkratnem razgledu na mesto v daljavi. Z ladjico smo se nato odpravili do Alcatraza, zapore, ki še danes kot opozorilo mestu čepi na skali sredi zaliva. San Francisco je tako blizu, da veter nosi zvoke glasbe do celic, a zaradi silnih tokov, ki obdajajo Alcatraz, je mesto nedosegljivo.

Kljub temu da so minila že desetletja, odkar je zadnji zapornik zapustil zapor, po hodnikih še vedno vlada čuden občutek, ki te zmrza po hrbtu. Skala, kot jo imenujejo domačini, še vedno vzbuja strah. Otok so leta 1969 zasedli ameriški Indijanci in ga razglasili za svojo zemljo v boju za pravice, ki jih do tedaj niso imeli. Po devetnajstih mesecih in devetih dneh okupacije zaporov je tedanji predsednik Nixon končno podpisal številne zakone, s katerimi so plemenom zagotovili razne pravice in jim vrnili zemljo, ki jim jo je država v stoletjih zasegla in ni bila več v uporabi.

Alcatraz bo vedno v opomin vsem in je vsekakor vreden ogleda, ki pa neizbežno privede do globokega razmisleka o številnih vprašanjih, povezanih s človeško naravo.



Alcatraz

di, in ker sem že vrsto let v stikih s kar nekaj ljudmi po svetu, tudi v San Franciscu, sem preprosto izkoristila priložnost, da se z dvema spletnima prijateljicama srečam tudi v živo. Enkratna izkušnja in komaj čakam, da se spet srečamo, saj je zdaj to prijateljstvo še trdnejše. Svet je vedno manjši, se vam ne zdi?

No, to je bila moja poletna dogodivščina ... Prve popolnoma brezskrbne počitnice, na katerih sem dobesedno pozabila na voziček in na vse omejitve, ki jih ta prinaša. Imeti, pa čeprav samo za 12 dni, občutek popolne svobode gibanja in enakopravnosti, je tako neverjetna izkušnja, da bi jo težko opisala z besedami. Vrnitev v Evropo, Slovenijo, s številnimi omejitvami (na katere sem v nekaj dneh v ZDA čisto pozabila) je bila kot hladen tuš, ki ti zjutraj prežene še zadnjo mehko prijatnih sanj. San Francisco mi je zlezal pod kožo ter globoko v srce in bilo se je res težko vrniti v vsakodnevno rutino.

Vsekakor je bila to najlepša izkušnja doslej, in ko je letalo vzletelo in se nam je mesto pod nami smehljal v pozdrav, smo vedeli, da se bomo še vračali v San Francisco – mesto ljubezni, barvitosti in enakopravnosti.

Vesna Susič



Varen sestop iz tramvaja pod budnim očesom sprevodnika.

Vemo, da internet zblizuje lju-



# OGLED ČEŠKE PRESTOLNICE PRAGE

Mnogi med vami se še spomnite, kako smo še v času Jugoslavije potovali na Češko oziroma tedanjo Češkoslovaško. Z njihovimi paraplegiki smo imeli vsakoletno izmenjavo. Mi smo šli junija k njim v Hrabyně, kraj blizu Ostrave in Opave, kjer je bil (mogoče je še zdaj) njihov rehabilitacijski center, in tam smo imeli atletsko tekmovanje, oni pa so potem prišli k nam v Novigrad – Pineto. Ja, to so bili prijetni časi. Tekmovali smo v atletiki, skovala so se nova prijateljstva, pa še kar se tiče nakupov, je bilo takrat na Češkoslovaškem za nas pravi raj. Veliko sem tam nakupila za svoje bodoče gospodinjstvo, in ne samo takrat, ko sem šla tja na tekmovanje, temveč sem šla tudi v lastni režiji v Bratislavo po nakupih. Ampak Prage pa nisem nikoli videla in dolgo je v meni tlela želja, da si jo ogledam. In letos julija se mi je želja uresničila.

Moj brat, večni popotnik, mi je za rojstni dan poklonil dva dni bivanja v Pragi, plačal mi je dve nočitvi z zajtrkom v hotelu, ki je skoraj v samem središču Prage. Na pot sem šla s svojim avtom, tudi za vinjete (Avstrijsko, Slovaško in Češko) je

poskrbel moj bratec. Želela sem potovati skozi Slovaško, ker je tam vso pot avtocesta, drugače bi se Slovaški lahko tudi izognila, ampak potem bi bila pot bolj ovinkasta. No, po tej poti, čez Bratislavo, prideš v Prago v devetih urah, s tem da imaš vmes kar nekaj postankov. Sicer pa se ni nikamor mudilo.

V soboto, 25. 7. 2009, ob 9. uri dopoldne sem že bila pred hotelom v središču Prage. Moj brat naju je prijavil v hotelu, potem pa se je že začel potep po zlati Pragi. Imela sva tudi vodiča, ki je bratov prijatelj in študira v Pragi, tako da sem o tem mestu tudi veliko izvedela. Bila sem na Karlovem mostu, ki je najbolj znan most čez reko Vltavo, na Hradčanih, kjer je Praški grad, nekoč rezidenca čeških kraljev in cesarjev, danes pa današnjih vodilnih. Tam je tudi čudovita katedrala, pa zlata ulica z majhnimi hiškami, v katerih so živeli obrtniki in nekatere slavne osebe, med drugim tudi pisatelj Kafka, in še kar nekaj znamenitosti. Sama vožnja z invalidskim vozičkom sicer tukaj ni hudo udobna, ker prevladujejo tlakovci, ki so seveda zaščiteni, ampak tako je tudi v centru Novega mesta in kako potem ne bi bilo v Pragi, ki je na Unescovem seznamu svetovne kulturne dediščine.

V starem delu mesta je znamenita astronomska ura, mimo katere smo šli kar nekajkrat, in enkrat nam je uspelo, da smo bili tam ob pravem času, ko se na uri prikaže dvanajst apostolov, sicer je pa pod to uro vedno strašna gneča. Videla sem tudi



Tako imenovana Plešočka hiša, zanimiva sodobna poslovna stavba v Pragi

spomenik Jana Husa, Židovsko četrto s pokopališčem in sinagogo iz 13. stoletja, pa novejši spomenik, ki opozarja na neumnost komunizma, pa še in še ...Tukaj je premalo prostora, da bi o vsem pisala, ker sem izvedela tudi nekaj zanimivih legend. Vsekakor ima Praga upravičeno sloves duhovnega in kulturnega središča, v katerem je edinstvena in zelo lepa arhitektura, in zasluži si naziv »zlato mesto«. Res je sreča, da se je mesto izognilo rušenju med drugo svetovno vojno, ker jih je pozneje že komunizem dovolj prizadel.

Vsekakor svetujem vsem tistim, ki Prage še niste videli in si jo želite ogledati, da to tudi storite. Tudi za nas, vozičkarje, je dobro poskrbljeno, razen že omenjenih tlakovcev, ampak s kakšnim hodečim spremstvom sploh ni problema. Tudi cene se bistveno ne razlikujejo od naših, razen seveda v lokalih, ki so v neposredni bližini kakšne zname-



Spomenik, posvečen pobitim protestantom in opozorilo, naj se ljudje ne sovražijo, ampak imajo radi.



nitosti. Češke krone pa rajši dvignite na bankomatu ali zamenjajte v Sloveniji, ker je to ugodneje kot v njihovih menjalnicah. Za menjavo manjše količine evrov ti dajo bistveno manj, kot je njihova realna vrednost.

Ne morem pa se upreti, da ne bi na koncu omenila WC-jev, ki mi pri nas, v Sloveniji, v zadnjem času parajo

»živčke«, in sicer, odkar se v WC-jih za invalide pojavljajo nekakšne nenormalno velike in visoke školjke, z luknjo spredaj. Kdor si jih je izmislil, bi ga z veseljem potunkala vanjo.

No, na svoji poti čez Avstrijo, Slovaško in na samem Češkem nisem nikjer naletela na takšno školjko, pa sem jih uporabila kar nekaj. V vseh WC-jih za invalide je bila normalna,

navadna školjka in tega sem bila nadvse vesela. Tudi glede čistoče ni bilo problemov in to je tisto, kar je zame na vseh potovanjih zelo pomembno. Sicer pa je stranišče tako ogledalo vsake družbe, ker v današnjem času v civiliziranem svetu nihče več ne more brez njega.

**Zdenka Sintič**

## MORJE

Je začetek življenja in vsega, kar nas obdaja. V meni prebujajo domišljijo in širi obzorje. Pravijo, da voda čisti duha in telo. In res, v njeni bližini zame steče proces, v katerem se prebudijo vsi čuti ... Ne čudim se, da številni umetniki že od nekdaj navdihuje za njihove stvaritve.

Koliko zgodb skriva v svojih nedrjih – pretresljivih in romantičnih, veselih in žalostnih, razburljivih in nežnih. Misli mi zaplavajo v čas grške mitologije, ki nam pripoveduje o Neridah, morskih nimfah. Afrodit, rojeni iz morske pene, Homerjevemu Odiseju, ki ga je morje držalo v svojem nevarnem, pa vendar privlačnem objemu celo desetletje ... in do Marca Pola, ki je dolgih štiriindvajset let po svileni cesti prečesal ves Daljni vzhod ter Evropo obogatil s svilo, praškom, papirjem ... Pa nato Krištof Kolumb, čigar odprava je pomenila začetek obsežnejših stikov med Evropejci in evropsko kolonizacijo »novega sveta«.

Še bi lahko naštevala velikane, ki so pustili svoj pečat na morju, a naj končam s Titanikom, parnikom, ki je na svoji krstni poti, obtežen z raznolikimi prigodami, kljub vsej svoji veličini tragično potonil in nam za seboj zapustil spomin na prelepo filmsko romanco dveh, ki ju je morje povežalo v ljubezni.



*Morje je začetek življenja in vsega, kar nas obdaja.*

Marsikaterim zgodbam je bilo morje nema priča, jih spralo ter potisnilo v svoje skrivnostne globine. Legenda o vesoljnem potopu nas spomni, kako majhni, nevedni in neboljani smo pred morskimi prostranstvi, ki mene osebno preplavljajo z občutki lepote, neizmernosti, mogočnosti, krutosti in nevarnosti. Šele če jih spoznamo in razumemo, se jim lahko prilagodimo; obvladati jih ne moremo nikoli, a se tega čedalje manj zavedamo. Čeprav je samočistilni ekosistem, je to samo do svojih zmoglosti. Človek ga posiljuje z nečistočo

in s tem ruši njegovo naravno ravnovesje. Kot da se ne zavedamo, da nam daje ogromno bogastev in virov, a v zameno ne terja ničesar, le spoštljiv odnos. Dejstvo, da nas obdaja s tremi četrtinami, je privilegij, ki se kaj hitro lahko sprevrže v grožnjo.

Zaradi povedanega in še vsega, na kar me morje asociira, ga globoko spoštujem. Ostajam njegova zvesta gostja, saj v vsem, kar mi daje, najdem radost, poduk in veselje.

**Anita Trebše**



# SLIKANICA LEV ROGI

V času rehabilitacije na Inštitutu RS za rehabilitacijo me je nepričakovano poklicala mama ene mojih učenk iz 4. b razreda OŠ Bojana Iliča. Pred nesrečo sem namreč nekaj let poučeval na tej osnovni šoli v Mariboru. Povedala mi je, da je predstavnica staršev in otrok, ki so zame pripravili dobrodelno prireditev, s katero mi želijo pomagati ob nesreči. Ostal sem brez besed, presenečen in ganjen kot še nikoli prej.

Na začetku marca, kmalu po vrnitvi iz »Soče«, se je prireditev zgodila v dvorani šole. Nastopali so nekateri starši in vsi moji nekdanji učenci. Vsak je sam ali v skupini pripravil glasbeno, plesno ali gledališko točko, ki je navdušila in ganila nabito polno dvorano. Najbolj ganjen in srečen kot že

dolgo ne pa sem bil seveda sam. Lahko bi celo rekel, da je bil to eden izmed najlepših trenutkov v mojem življenju.

Na koncu prireditve sem za občinstvo in učence pripravil pravljico z naslovom Lev Rogi (Igor). Ti učenci, ki so pripravili prireditev, so bili nekaj let pred tem zame velika spodbuda, da sem se začel ukvarjati s pisanjem pravljič. Tako se mi je zdelo primerno, da zanje napišem prav posebno pravljico, ki jim bo predstavila tragično zgodbo moje paraplegije.

V njej opišem nesrečni padec z lestve, boj za življenje, soočanje z invalidnostjo, rehabilitacijo, pomoč prijateljev in optimizem, ki mi je pomagal pri vrnitvi v novo življenje. Seveda ima zgodba srečen konec, ki je obenem konec na invalidskem vozičku. Pravljica približa hendikepiranost otrokom na njihov način in tako pomaga pri detabuizaciji te teme.

Po končani prireditvi mi je ravnatelj šole predlagal, da bi učenci pravljico ilustrirali, nato pa bi jo izdali v obliki slikanice. Učenci so se resnično izjemno potrudili, saj so risali za učitelja, s katerim so nekoč preživeli mnogo nepozabnih ur. Nastala je zelo lepa slikanica, ki nosi prav posebno sporočilo.

Slikanico smo v sozaložbi Zveze paraplegi-



»Na dobrodelni prireditvi, ki so mi jo pripravili, sem bil ganjen kot že dolgo ne.«

kov Slovenije in Založbe Pivec ter ACADEMIE kot donatorja izdali na začetku septembra 2009.

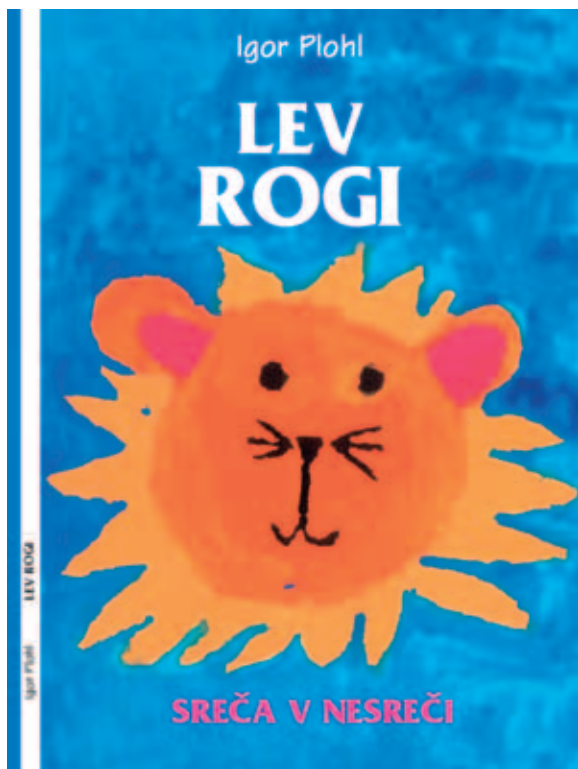
Ob tej priložnosti se iskreno zahvaljujem staršem, ki so pomagali pripraviti dobrodelno prireditev, ter otrokom, ki so nastopali ter narisali ilustracije.

Hvala tudi g. Danetu Kastelicu iz Zveze paraplegikov, ge. Mileni Pivec iz Založbe Pivec in ge. Majdi Kralj iz Academie. Posebna zahvala velja Lučki Zorko, ki je urednica slikanice, obenem pa ima velike zasluge, da je Lev Rogi zagledal luč sveta v takšni obliki.

Igor Plohl

Veliko je majhnih stvari, ki so vredne spoštovanja. Malo je velikih stvari, ki so vredne občudovanja.

Egipčanska modrost



Naslovnica slikanice Lev Rogi, ki je zagledala luč sveta.



# VZELI STE MI PARKIRNO MESTO – VZEMITE ŠE MOJO INVALIDNOST

23. maja 2009 je bil v reviji Žurnal med drugim objavljen tudi sestanek »Invalidom« je odklenkalo. Govori o tem, da so z letošnjim 1. majem stare invalidske izkaznice, ki so si jih ljudje preprosto kopirali ali izdelali in ki so invalidom omogočale parkiranje na prostoru za invalide, zamenjale nove, opremljene s fotografijo upravičenca in številko odločbe. In še dodali, da redarji in policisti že dosledno kaznujejo kršitelje.

Kar se mene tiče, super in čudovito, saj se je že premnogokrat zgodilo, da sem po več ur čakal na voznika, ki je kljub oznakam parkiral avto preblizu mojega in mi tako onemogočil, da sploh pridem v avto, kaj šele, da vanj zložim voziček. O tistih, ki so takšen parkirni prostor izkoristili »samo za trenutek«, pa tako nima smisla izgubljati besed.

Včasih se mi kar smeji, ko opazujem ljudi v vrstah, ko morajo počakati kakšno minuto več ali jih bog ne daj kakšen brezobzirnež celo prehititi. Najraje bi se stepili, če še ne kaj hujšega. In če to navežem na tisto, da sem sam voznike čakal že po več ur, potem je lahko

razumljivo, da sem v sebi včasih že dobesedno kipel. Pripravljaj besede, s katerimi bom »zbombardiral« nesramneža.

A ko se je ta pojavil, je na hitro oddrdal »se opravičujem«, se z nenavadno naglico usedel v avto in kot Schumacher zdrvel proč od moje pripravljene »jezikove župe«. Včasih me je imelo, da bi razen besed kaj vrigel za njim, a nisem ničesar imel pri roki. A nič se ne bojte tisti, ki grešite. Bil je le trenutni preblisk, ki se je že v naslednjem trenutku razpočil kot milni mehurček. Sem človek, ki se hitro ohladi. Sreča vaša J. Da so zakon (vsaj navidežno) vzeli resno tudi v Mestni občini Maribor in začeli z (ne)uspešnimi akcijami proti divjemu parkiranju, je sporočal še drugi brezplačni tednik Dobro jutro.

Varnostni sosvet MO Maribor je namreč začel akcijo Vzeli ste mi parkirno mesto – vzemite še mojo invalidnost. Spet super in za aplavz. A se mi zdi, da ne eno in ne drugo pri odpravljanju teh težav ne bo pomagalo. Pomanjkanje kulture in vzgoje je pri našem narodu preveliko, da bi se to zgodilo čez noč. In

še nekaj. Ko so mariborskega podžupana Roka Pečeta vprašali, zakaj nekaterih prekrškarjev še vedno ne kaznujejo, je odgovoril, da zaradi premajhnega števila mestnih redarjev. Ok, v redu. Vendar kaj, ko se omenjenega zakona velikokrat ne držijo prav tisti, ki bi zakon morali najbolj spoštovati, ga čuvati in izvajati.

Za primer zgoraj napisanemu sem fotografiral avto, parkiran na parkirnem prostoru za invalide, ki je imel na steklu namesto invalidske izkaznice oznako »International Police Association«. Lastnik bi moral biti zgled. A kot kaže, zakoni zanj ne veljajo. Ne, ti so le za navadno rajo. Upam samo, da je bila to le trenutna slabost lastnika. In upam, da se v prihodnosti ne bo treba »bojevati« za parkirne prostore, namenjene invalidom, še z tistimi, ki bi nas morali ščititi.

Me pa vseeno zanima, ali bi si mu kdo od stanovskih kolegov upal napisati listek s kaznijo. Vendar – saj vrana vrani ne izključuje oči, mar ne?

**Boris Klep**



Omenjenega zakona se velikokrat ne držijo prav tisti, ki bi zakon morali najbolj spoštovati, ga čuvati in izvajati. Za primer sem fotografiral avto, parkiran na parkirnem prostoru za invalide, ki je imel na steklu namesto invalidske izkaznice oznako »International Police Association«.



# MEDNARODNA KOŠARKARSKA LIGA ODLIČNO USPELA

Junija so se v prostorih Zveze sestali predstavniki ekip, ki so v sezoni 2008/2009 tekmovali v mednarodni ligi – direktor NLB lige Roman Lisac in organizatorji tekmovanja ter napravili nekakšen epilog celostne podobe nastopov v pretekli sezoni. Hkrati so se okvirno dogovorili tudi o načinu in poteku tekmovanja v sezoni 2009/2010.

Tehnični delegat mednarodne lige **Milan Lukan** meni, da je prva sezona obnovljene Regionalne lige 2008/2009 v košarki na vozičkih odlično uspela. Zahvala za nemoten potek lige gre organizatorju lige ZPS, ki jo je zastopal **Gregor Gračner**, ter vsem šestim sodelujočim ekipam, ki so tudi organizacijsko vzorno izpeljale posamezne tekmovalne dneve v svojih dvoranah. Tehnični delegat je imel nekaj pripomb na manjše napake in nekaj predlogov, da se te v novi sezoni ne bi ponovile.

Na delovnem sestanku so sprejeli in potrdili okvirno finančno poročilo in predlog o višini kotizacije za prihodnjo sezono. Po pobudah so sprejeli še pravilnik lige ter določili vrstni red, po katerem



Igralce je z dresi opremila Nova Ljubljanska banka.

naj bi pripravili tekmovanja posamičnih krogov in njihov urnik. V sezoni 2009/2010 bodo v ligi tekmovali naslednje ekipe: **KIK »ZMAJ« – GRADAČAC (BIH), CASTELVECCHIO – NORDEST GRADISCA (ITALIJA), KK »STELA« – ZAGREB (HR), KIK »SANA« SANSKI MOST (BIH), »SLOVENIJA« (SLO), KKI »VODICE« – VODICE (HR) in KKIK »VOJVODINA« – NOVI SAD (SRB)**. Prvo kolo bodo odigrali 3. 10. 2009 v Gradiški, drugo 14. 11. 2009 v Vodica, tretje 12. 12. 2009 v Zagrebu, četrto 23.

- 1. 2010 v Gradačcu, peto 6.
- 2. 2010 v Vodica, šesto 27.
- 2. 2010 v Sankem Mostu,
- sedmo pa 6. 3. 2010 v Novem Sadu.

voru in izmenjavi stališč so bili predstavniki ekip soglasni, da bo mednarodna liga potekala po turnirskem enokrožnem Bergerjevem sistemu za sedem ekip v eni skupini. Vsaka ekipa posamezne skupine bo v sedmih kolid odigrala šest tekem, enkrat bo prosta, enkrat pa bo organizator posamičnega kola.

Finalno srečanje bo po možnosti v času finalnih tekmovanj NLB lige pripravila Zveza paraplegikov Slovenije, na njem pa bo nastopilo prvih šest ekip. V pretekli sezoni je v mednarodni ligi tekmovalo šest ekip – **KKIK VOJVODNINA, KIK VODICE, KIK SANA, KK STELA, SLOVENIJA I in SLOVENIJA II**. Takšna je bila tudi uvrstitev na finalnem turnirju, ki so ga po šestih krogih na koncu tekmovalne sezone odigrali v športni dvorani OŠ v Zgornjem Kašlju pri Ljubljani.

Po medsebojnem dogo-

**Jože Globokar**



Vodstvo in predstavniki ekip na sestanku ob koncu tekmovanja





# MATEJA PINTAR IN ANDREJA DOLINAR ZNOVA ODLIČNI

V italijanski Genovi je v prvi polovici junija potekalo evropsko prvenstvo v namiznem tenisu, na katerem sta naši igralki **Mateja Pintar in Andreja Dolinar** znova dosegli izjemen uspeh.

Mateja je v odprtem delu prvenstva nastopila v razredu tri in pometla z vso konkurenco. Torej je najboljša igralka namiznega tenisa na invalidskem vozičku v Evropi. V nadaljevanju je v svoji skupini morala priznati premoč večni tekmici Slovačkinji **Aleni Kanovi**.

Uspeh Pintarjeve je z bronasto kolajno dopolnila Andreja Dolinar, ki je v tekmi za tretje mesto v skupini štiri premagala domačinko **Valerijo Zorzetto**. V ekipnem nastopu pa jima je za las ušla bronasta kolajna.

**Slovenijo so zastopali Mateja Pintar, Andreja Dolinar, Jolanda Belavič, Bojan Lukežič, trener Gorazd Vecko in njegov pomočnik Damijan Lazar.**

Jože Globokar



Mateja Pintar je najboljša igralka namiznega tenisa na invalidskem vozičku v Evropi.

# MARKO SEVER MALO DRUGAČE

Kdor pozna Marka, ve, da je to tisti »modri dirkač«, ki v Sloveniji v vožnji z dirkalnim vozičkom ali, kot mu pravimo, s formulo nima konkurence. Tokrat pa se je Marko preizkusil v tekmovanju v kolesarjenju s handbikom.

Med 25. in 26. julijem je v italijanskem mestu Piacenza, ki je glavno

mesto pokrajine Piacenza, pokrajine na severu Italije, potekal evropski pokal v kolesarjenju za invalide. Tekmovanja so se udeležili tudi člani slovenske reprezentance v kolesarstvu in Marko je tudi v tej disciplini pokazal, da ni od muh.

Fantje so po daljši vožnji prišli do cilja v Piacenzi in nekaj časa iskali hotel, v katerem

Prvi dan je bila na sporedu krožna vožnja in po podatkih preostalih tekmovalcev naj bi bila steza dolga deset krogov, v resnici pa jih je štela dvajset oz. 48 km. Kljub večjemu številu krogov je Marko dosegel odlično četrto mesto.

Naslednji dan je sledil kronometer ali vožnja na čas v dolžini 19,9 km, kjer je Marko Sever dosegel prav tako dobro peto mesto. Za vodilnim Kanadčanom, ki si je prvo mesto prislužil s časom dvaintrideset minut in štirinajst sekund, je Marko zaostal le za dve minuti in pol.

Čestitke Marku in seveda tudi preostalim fantom, ki so zastopali slovenske barve.

Povzela Barbara Slaček



Na evropskem pokalu v kolesarjenju za invalide je Marko dosegel odlično četrto mesto.



# SLOVENSKI RIBIČI INVALIDI SVETOVNI PRVAKI

**Rudi Centrih** – član DP jugozahodne Štajerske svetovni podprvak

Na Portugalskem je od 5. do 9. avgusta 2009 v mestecu Ponte de Sôr potekalo 11. svetovno prvenstvo v športnem ribolovu s plovcem. Med ribiči invalidi iz 32 držav je slovenska reprezentanca osvojila prvo mesto in s tem naslov svetovnih prvakov. Odličen rezultat je z osvojitvijo drugega mesta v posamični konkurenci dopolnil še **Rudi Centrih**.

Med petimi tekmovalci so poleg **Branka Zeliča** in **Karla Zimška** nastopili tudi trije ribiči iz Zveze paraplegikov Slovenije – **Rudi Centrih** iz DP jugozahodne Štajerske, **Boštjan Javernik** iz DP Koroške in **Franc Štefanič** iz DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja.

S tem izrednim uspehom so naši ribiči ponovili uspeh iz svetovnega prvenstva, ki je bilo leta 2004 pri nas v Radečah. Prav tako je v



Slovenska reprezentanca ribičev invalidov je že drugič osvojila naslov svetovnih prvakov.

posamični konkurenci uspeh iz Radeč ponovil tudi član DP jugozahodne Štajerske Rudi Centrih, ki je na Portugalskem za tekmovalcem iz

BiH in pred tekmovalcem iz Češke znova osvojil srebrno kolajno.

**Jože Globokar**



Flucher Jože s.p.,  
Kidričeva ulica 14,  
3250 Rogaška Slatina

tel.: 03 819 02 00,  
fax.: 03 819 02 01,  
gsm: 041-612-015

[www.flucher.si](http://www.flucher.si), [agencija@flucher.si](mailto:agencija@flucher.si),  
[prevozi@flucher.si](mailto:prevozi@flucher.si)





# RIBOLOV VOGRŠČEK 2009

**V nedeljo, 5. 7. 2009**, je bilo na trasi jezera VOGRŠČEK pri Novi Gorici meddruštveno tekmovanje v športnem ribolovu, ki ga je organiziralo Društvo paraplegikov Istre in Krasa in Zveza paraplegikov Slovenije.



Predstavniki zmagovalnih ekip v ribolovu na Vogrščku 2009.

Tekmovanje je bilo v ekipni (III. Kolo lige ZPS) in posamezni konkurenci. Tekmovanja se je udeležilo 24 tekmovalcev iz sedmih društev. Tekmovanje je potekalo v skladu s Pravilnikom RZS o tekmovanjih v lovu rib s plovcem.

#### EKIPNO:

1. DP Prekmurja in Prlekije – 4,030 kg
2. DP severne Štajerske – 3,520 kg
3. DP jugozahodne Štajerske – 3,490 kg
4. DP Koroške – 2,360 kg
5. DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja – 1,950 kg
6. DP Istre in Krasa – 0,860 kg
7. DP ljubljanske pokrajine – 0 kg

Posamezno (prvi trije v vsaki skupini):

#### Sektor A:

1. IVAN ŽALIG (1670 g)
2. SREČKO ŠILAK (1570 g)
3. SLAVKO DUNAJ (1190 g)

#### Sektor B:

1. MIRKO TEMNIK (2900 g)
2. LEON JURKOVIČ (2250 g)
3. BOŠTJAN JAVERNIK (1920 g)

#### Sektor C:

1. FRANC SIMONIČ (1720 g)
2. ŽELJKO GECI (760 g)
3. FRANC BOROVNIAK (590 g)

**Benjamin Žnidaršič**

## PETO, ZADNJE KOLO V ŠPORTNEM RIBOLOVU

Društvo paraplegikov severne Štajerske je 30. avgusta 2009 na ribniku Rogoznica pri Ptujju pripravilo zadnje, peto kolo tekmovanja v športnem ribolovu.

Ribiči paraplegiki so najprej izžrebali svoja lovna mesta, nato pa v triurnem ribolovu bolj ali manj uspešno preskušali izbiro vabe in ribiško srečo.

Vsako društvo je za ekipno tekmovanje lahko prijaviilo tri ribiče, ki so tekmovali po pravih Ribiške Zveze Slovenije. Vsak tekmovalec je moral imeti mrežo za ulovljene ribe in podmetalko.

#### IZIDI PO PETIH KOLIH EKIPNO:

1. Ekipa Celje
2. Ekipa Maribor
3. Ekipa Murska Sobota
4. Ekipa Slovenj Gradec
5. Ekipa Novo mesto
6. Ekipa Koper
7. Ekipa Ljubljana

#### PRVA TRI MESTA POSAMIČNO:

1. Franc Simonič – MB
2. Boštjan Javernik – SG
3. Rudi Centrih – CE



V zadnjem kolu so bili najboljši ribiči iz DP jugozahodne Štajerske, drugi iz DP Prekmurja in Prlekije, tretji pa ribiči iz DP severne Štajerske.

**Jože Globokar**





# POTAPLJAŠKI TABOR V ITALIJI

Zveza paraplegikov Slovenije je v sodelovanju z Mednarodno zvezo društev IAHD Adriatic, Lions klubom Konjice in podjetjem Suunto iz Finske med 14. in 17. junijem organizirala štiridnevno odpravo potapljačev s posebnimi potrebami v Italijo. IAHD Adriatic se je odzval povabilu doktorja znanosti Arneta Sieberja z Inštituta v Pisi in direktorja Podjetja Divesystem Paola Zazzierija.



*V zavetju tišine in breztežnosti.*

Ekipo smo sestavljali Klavdija Popopat, Barbara Slaček, Aleš Povše, Damjan Peklar in Igor Krisch, ki smo v spremstvu sedmih spremljevalcev potapljačev, ki so bili primerjalna skupina, in v spremstvu novinarjev Nacionalne televizije Slovenija, ki je vso zadevo dokumentirala, doživeli vroče junijske dni v osrčju Italije. Na pot smo se s prilagojenim mini avtobusom,

ki je opremljen z dvizžno ploščadjo, odpravili že okoli druge ure zjutraj, saj je bila pred nami dolga in naporna vožnja. V Toskano smo prispeli ob dveh popoldne in si takoj privoščili krepko kosilo (testenine kajpak), potem smo se namestili v svoje sobe in se namočili v prijetnem in lepo dostopnem bazenu, ki se je ponujal dobesedno na pragu naših sob. Deset metrov globok bazen je sestavni del podjetja Divesystem v Massa Marittimi, kjer izdelujejo opremo za tehnično potapljanje, ki oskrbuje italijansko vojsko, policijo in reševalce. Imajo tudi svoj razvojni oddelek, ki smo si ga, kakor tudi celotno proizvodnjo opreme, lahko ogledali.

Naslednja dva dni smo preživeli sto kilometrov vzhodnjeje na polotoku Monte Argentario in jih izkoristili za potapljanje v Tirenskem morju, s pogledom na otok Elbo. Prespali so v apartmajskem naselju Pineta, ki je bilo prekrasno obdano z oljkami in oleandri, potapljali pa smo se z ladje Mahabe, ki je izplula iz luke Porto Santo Stefano. Pri potopih smo uporabljali testne računalnike



*Aleš brez mehurčkov v zaprtem krogu.*

suunto vyper s sondo. Potopi v toplém morju in bistri vodi so bili neverjetni, saj smo lahko videli ogromno različnih morskih bitij in celo barvno paleto koral in morskih vetrnic. Vsem sponzorjem in donatorjem, ki ste podprli projekt, se najlepše zahvaljujemo. O potepu in dogodivščini, pa tudi resnem raziskovalnem delu ekipe potapljačev je v dokumentarnem prispevku in v pogovorni oddaji poročala RTV Slovenija – Regionalna televizija Maribor.

Vsem sponzorjem in donatorjem, ki ste podprli projekt, se najlepše zahvaljujemo. O potepu in dogodivščini, pa tudi resnem raziskovalnem delu ekipe potapljačev je v dokumentarnem prispevku in v pogovorni oddaji poročala RTV Slovenija – Regionalna televizija Maribor.

**Barbara Slaček**

Foto: Nevenka Richter Peče  
in Marjan Richter



*Pred odhodom na potope v luko Santo Stefano.*

suunto vyper s sondo. Potopi v toplém morju in bistri vodi so bili neverjetni, saj smo lahko videli ogromno različnih morskih bitij in celo barvno paleto koral in morskih vetrnic.

Tisto malo prostega časa, ki smo ga imeli na



# PREIZKUS MOČI PO ZIMSKI VADBI



Največ je bilo kegljačic in kegljačev.

Naše društvo po končani zimsko-spomladanski rekreativnošportni vadbi junija vsako leto pripravi tradicionalno tekmovanje v kegljanju, streljanju z zračno puško, pikadu in šahu. To je nekakšen preizkus zmogljivosti vsakega športnika rekreativca, ki se lahko primerja z rezultati iz predhodnih tekmovanj.

športnikov rekreativcev. Zaradi obsežne rezultatne liste predstavljamo le najboljše uvrstitve.

## KEGLJANJE:

1. Senka Ivanišević (479 kegljev – ugnala je vso moško konkurenco),
2. Hasan Čaušević (477 kegljev) in
3. Viktor Rupnik (466 kegljev).

Ker so rezultati zapisani in dosegljivi, lahko vsak tekmovallec kaj hitro ugotovi, ali je v svojih športnih dosežkih napredoval ali nazadoval.

Tokrat je na tekmovališčih na Malenškovi v Ljubljani v posamičnih disciplinah tekmovalo 46

## STRELJANJE:

1. Viktor Rupnik (154 krogov),
2. Veselka Pevec (154 krogov) in
3. Štefan Glavan (138 krogov).

## PIKADO:

1. Ibrahim Bradarič (199 točk),
2. Štefan Glavan (192 točk) in
3. Gregor Gračner (176 točk).

## ŠAH:

1. Jasmin Sabljakovič (4 točke),
2. Jakob Škantelj (3,5 točk) in
3. Ejub Puškar (3 točke)

Ker je bilo to odprto tekmovanje in so vse tekmovalke in tekmovalci nastopali v eni skupini, lahko iz rezultatov razberemo, da so se v kegljanju in streljanju naše športnice povsem izenačile z moško konkurenco. To sta potrdili naša najboljša kegljačica Senka Ivanišević in strelka Veselka Pevec.

## KEGLJANJE KOPER 2009

Društvo paraplegikov Istre in Krasa je 6. junija 2009 na Bonifiki v Kopru v soorganizaciji z Zvezo paraplegikov Slovenije priredilo turnir v kegljanju za paraplegike in tetraplegike. V odprti kategoriji je tekmovalo 35 kegljačic in kegljačev, v ekipnem pa osem ekip. Podelitev priznanj in sklenitev turnirja sta bili v domu paraplegikov Piran v Pacugu.

Prvi trije v odprti kategoriji: Alfred Lasetzky (tretji), Viktor Rupnik (prvi) in Martin Tabak (drugi)

V metih po 60 lučajev mešano so bili doseženi naslednji izidi:

## EKIPNO:

1. DRUŠTVO PARAPLEGIKOV LJUBLJANSKE POKRAJINE, 954 podr. kegljev
2. DRUŠTVO PARAPLEGIKOV SEVERNE ŠTAJERSKE, 859
3. DRUŠTVO PARAPLEGIKOV JUGOZHODNE ŠTAJERSKE, 832
4. DRUŠTVO PARAPLEGIKOV PREKMURJA IN PRLEKIJE, 823
5. DRUŠTVO PARAPLEGIKOV KOROŠKE, 701
6. DRUŠTVO PARAPLEGIKOV ISTRE IN KRASA, 640
7. DRUŠTVO PARAPLEGIKOV GORENJSKE, 634
8. DRUŠTVO PARAPLEGIKOV DOLENJSKE, BELE KRAJINE IN POSAVJA, 437

Prvi trije zmagovalci so dosegli naslednje rezultate:

1. Viktor Rupnik, 253 podr. kegljev
2. Martin Tabak, 246
3. Alfred Lasetzky, 244

## Benjamin Žnidaršič





# PETNAJSTI TENIŠKI TURNIR MEŠANIH DVOJIC LAŠKO 2009

V soboto, 27. junija 2009, smo igralci tenisa na vozičkih tekmovali na peščenih igriščih teniškega kluba Marija Gradec.

Turnir v mešanih parih je bil v Laškem že petnajsti po vrsti, jeseni pa igramo v Šenčurju na Gorenjskem. Igralo je pet igralcev in igralka iz Zveze paraplegikov Slovenije ter šest igralcev in igralk iz Zdravilišča Laško in Thermane Laško. V prvih treh kolih smo po vsaki igri izžrebali nove mešane pare in skupek točk vsakega posameznika je dal pare za tekmo v polfinalu in finalu oziroma za prvo in tretje mesto.

- 1. mesto: Zdravko Eržen in mag. Roman Matek
- 2. mesto: Boris Šter in Majda Žgajner
- 3. mesto: Slavko Bračič in Jernej Gostečnik

Sodelovali so še Mojca Tomažin, Sašo Rink in Uroš Stiperski iz ZPS

ter Damjana Damiš, Meta Meh in Zdenko Sinkar iz Laškega. Pogrešali pa smo našega starostu, prijatelja Janeza Češnovarja, ki se zaradi poškodbe in bolezni turnirja ni mogel udeležiti.

Med tekmovanjem nas je za kratek čas obiskal predsednik ZPS Dane Kastelic, ki je bil na poti v Maribor. Prijazni organizatorji so nas pogostili, kot se za spodobijo za zdravilišče najvišje kategorije, in tudi vreme nam je bilo z izjemo manjšega naliva naklonjeno. Razglasitev re-



Prvo mesto sta osvojila Zdravko Eržen in mag. Roman Matek, 2. mesto pa Boris Šter in Majda Žgajner.

zultatov in podelitev medalj pa je bila v sklopu preostalih športnih prireditev v šotoru poleg Zdravilišča Thermana.

**Boris Šter** re-

## ŠAH – 14. RADEJEV MEMORIAL

Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja je 26. maja organiziralo 14. Radejev šahovski memorial v prostorih našega društva v Novem mestu. Tekmovanje je bilo v spomin na našega pokojnega dolgoletnega predsednika društva in predsednika skupščine Zveze paraplegikov Jožeta Radeja, ki je kljub različnim zadolžitvam vedno našel čas za igranje šaha.

Udeležilo se ga je 28 tekmovalcev šahistov iz lokalnih regijskih društev Zveze paraplegikov, društva invalidov Novo mesto, društvo paralitikov, Jožetova hčerka Alenka ter nečakinja Mojca Grilc.

Vsi tekmovalci so dobili spominsko majico na 14. Radejev memorial. Prvi trije so bili nagrajeni s kolajnammi in praktičnimi nagradami. Prehodni pokal je za v domačo vitrino osvojila Mojca Grilc za eno leto, kajti treba ga bo trikrat osvojiti, da preide v trajno last.

Prva tri mesta so osvojili:

| Mesto | Igralec       | LRat | Točke |
|-------|---------------|------|-------|
| 1     | Mojca Grilc   | 1847 | 6.5   |
| 2     | Edo Planinc   | 1500 | 5.5   |
| 3     | Srečo Obošnar | 1773 | 5.5   |

Arbiter: Cvirn Ludvik, drž. šah. sodnik

**Mirko Sintič**



Kljub visoki temperaturi so možgani morali delati.



# MOTORISTIČNA POTEPANJA

Mnogo motorističnih navdušencev se bo strinjalo z menoj, da so solo potepanja najslajši del motorizma. No, pod motoriste mislim tudi nas in našo ATV-sekcijo. ATV-motoristi smo postali v svetu enoslednih vozil, motorjev, dobro poznani. Precej paraplegikov, ki se udeležujemo motorističnih srečanj, potujemo naokoli itd., je pozitivno presenečenih nad sprejemom v krog motoristov, ki ga doživljamo vsakič, ko se kje pojavimo. V skupini ali solo. To so prijetni občutki, prav tako, kot je prijetno čutiti svobodo, piš vetra pod čelado in pokrajino, ki drvi mimo tebe.



*Motoristična potepanja po prelepi Sloveniji*

Naključje številčk, dogodka ali kar koli drugega se mi je pripetilo na 25. aprila 2009. Lep sobotni dan, ko s spremljevalko zajahava najin motor in se usmeriva proti Gorenjski. Še iz časov, ko sem hodil s prijatelji na Vršič uživati v turni smuki, se spomnim, da so cestarji za prvomajske praznike s plugi, rolbami in drugo mehanizacijo vedno očistili prelaz, ki povezuje Primorsko in Gorenjsko.

Tudi letos se niso izneverili tradiciji, še več. Prelaz so očistili par dni prej, kljub rekordni snežni odeji.



*Prelaz na Vršiču: splužena cesta je bila kot vkopana, na obeh straneh pa šestmetrske stene iz snega.*

Ob tem bi dodal, da sem v času, ko pod ritjo še ni bilo vozička, preživel na Vršiču veliko veliko turnosmučarskih dni, ampak tako lepega Vršiča, ko je bil letos, še nisem videl. Splužena cesta je bila kot vkopana, na obeh straneh pa šestmetrske stene iz snega. Prečudovit pogled, doživljaj, ki so ga doživeli še najmanj trije paraplegiki, ki so se nekaj dni za menoj zapodili na Vršič. Med njimi je bila tudi ženska bravo, Jovita! Naj se ve, kdo je postal oziroma postala nova članica, ki zelo uspešno izpodbija teorijo, da so ženske »samo za šporhet dobre«. Upam, da se Dukiju in Zdravku ne bo nos povetil. Po spustu z Vršiča sem se spotoma ustavil v Kranjski Gori na Petrolu, natankal moped in se odpeljal domov. Ob pregledovanju slik in pogledu na številke v kotu mi

šine v glavo. Natanko šest let, skoraj natančno do minute, natančno na istem kraju, na kraju »zločina«. Naj povem, da sem si pred šestimi leti, natančno na istem mestu, ob enakem času, pridelal invalidski voziček. Naključje številčk, dogodka ali kar koli drugega. Življenje gre naprej. In jaz z njim. Naslednji dan, 26. aprila 2009, se že peljemo na Hrvaško, natančneje na Grobnik, kjer so naši znanci motoristi zakupili grobniško dirkalno stezo in na njej izživljali vse tisto, kar ni za na cesto, promet in preostalo. Greh bi bilo, ko smo že tako blizu, da se ne bi zapeljali še na Reko in v Opatijo. Pa je minil še en čudovit dan s prijetno skupino ATV-motoristov.

In skoraj nemogoče se bo slišalo, da sem bil naslednji dan že spet na solo vožnji proti Savinjski dolini, »tajkunovi« dolini (Laško), Hrastniku, postanek na Trojanah je skoraj obvezen, pa še malo sem in tja. In spet gre življenje s svojim tempom naprej. Prav tako naš čas, ki ga kar veliko preživim na svojem mopedu. Prvomajske praznike sem prevozil



v drugem koncu Slovenije. Ljubljana, Postojna, Goriški konec. Tokrat sicer ni bilo solo, kajti v Postojni se mi je pridružil znanec, nato pa še en naš znanec Marko iz okolice Ajdovščine. Trije mopedi in pet radevednih raziskujemo goriški konec. V Novi Gorici se razidemo. Sam se usmerim po prelepi dolini Soče, po Baški Grapi, do gorske vasice Sorice. Nato pa po hribu navzdol, proti Ljubljani. Načrtoval sem skok čez Soriško planino do Bohinja, vendar je bila cesta zaradi kamnitega plazu zaprta. Ni treba omenjati, da opozorilnih tabel nisem upošteval. Rinil sem in rinil, dokler se v živo nisem prepričal, da je plaz res tak, da ne bo šlo.



Zato pa je šlo naslednji dan. Tokrat se mi pridruži Duki. Smer Gorenjska. V Trziču spotoma pobereva znanca in mah-nemo proti Golici. Za narcise, domačini jim pravijo ključavnice, je malce prezgodaj, pa vendar smo jih doživeli, videli in vdihavali prečudovite vonjave. Škoda, da bralci revije Paraplegik ne morejo videti vseh slik. Dovolj je bilo tega potepanja za prvomajske praznike, vendar sem, smo zdržali le en teden. Petek, 8. maj 2009, znameniti in

*Smo skoraj povsod, kjer se kaj dogaja in kamor smo povabljeni.*

ki ga poznamo, smo veseli, da smo lahko njegovi prijatelji. Prijateljske vezi, ki so se sklenile v teh letih poznanstva, so brezmejne, prav tako kot vse, kar se je dogajalo te tri dni okoli nas.

Posebej je treba omeniti rekord, ki se podira vsako leto prav na tem motosrečanju. Število ATV-jev v skupni gasilski sliki je 48, med njimi nas je precej paraplegikov. Še en lep občutek pripadnosti neki

skupini, ki nas je kljub našim težavam povsem enakovredno vzela med sebe. Nikakor ne morem pozabiti besed neinvalida Žileta, ki je že večkrat ob takih in drugačnih dogodkih dejal. »Fantje in dekleta, hvala vam, ker ste mi pokazali, kako se živi. Mi, neinvalidi, se moramo od vas, invalidov, še mnogo naučiti.« Prepričan sem, da vam ob takih prijateljih ne more »biti vse ravno« .

Sobota, 9. maj 2009. V jutranjih urah se vsaj 30 ATV-jev odpravi na piknik v Cerknici, kamor smo bili povabljeni. Po pikniku se četa vseh tridesetih v koloni odpravi prek Bloške planote na motozbor v Šentvid pri Stični, ki poteka tri dni. Uhh, kilometri se kar nabirajo. Smo sko-

raj povsod, kjer se kaj dogaja in kamor smo povabljeni. Včasih se sprašujem, ali je glede na moj položaj sploh normalno, da sem tako aktiven. Pa vseh voženj, ki sem jih napravil sam, veliko pa v duetu z Dukijem, sploh še nisem opisal. Ampak vseeno, bom končal. Do naslednje lune, ko me bo prijelo pisanje, pa lep pozdrav vsem.

**Jaka**

## MANGARTSKO SEDLO (2100 M)

»Na njem bodo svojo gorsko avanturo končali vsi, ki ne morejo, ne znajo ali nočejo hoditi.«

Citat iz prijetne brošure, ki jo dobijo vsi obiskovalci tega sedla ob plačilu za uporabo najvišje ležeče asfaltirane ceste v Sloveniji. Mlajši fant, ki pobira cestnino, me kot uporabnika invalidskega vozička brezplačno z besedami »lep dan vam želim« pospremi mimo zapor-

nice. Motor, v mojem primeru ATV, je svoboda, vedno reče Joža. Kako res je to, vemo v glavnem uporabniki, ne lastniki ATV-ja. Pod uporabnike se štejem tudi sam, kajti letošnja številka na števcu, ki kaže že več kot 6000 prevoženih kilometrov, to dokazuje. Žal je med nami, para- in tetraplegiki, veliko lastnikov ATV-jev, ki jih imajo doma varno pospravljene in prekrte s prahom. Čepijo doma, se ne udele-

žujejo srečanj, skratka, videti je, kot da so obupali.

In temu obupu se niti ne čudim, kajti na spletnih straneh Zveze paraplegikov Slovenije so prav motoristi sekcije ATV pri ZPS diskriminirani, zapostavljeni in izrinjeni iz središča dogajanja. Če malce poenostavim, se na naši ZPS dogaja prav to, za kar se omenjena zveza bojuje za nas, »hrbtenjačarje« .





Vrnimo se k 19. juliju 2009, dnevu za v hribe. Vremenska fronta, ki je prešla Slovenijo, dež in veter dan prej so očistili ozračje. V dopoldanskih urah se na hitro odločim. Ljubljana–Kranjska Gora–Trbiž–Predel–Mangartsko sedlo–Bovec–Vršič–Ljubljana. In tako je tudi bilo. Kako opisati prekrasne Julijske Alpe, pokrajino in preostalo? Ne vem, vem pa, da je bil dan res prelep in vsi, ki smo ta dan bili na kakršnen koli način kje visoko v gorah, smo si enotni. Tako lepih trenutkov je res malo.

Spet citat iz brošure.

»Travnata planjava pod vrhom Mangarta je najlepša v začetku julija, ko zažari v osupljivem ognjemetu tisočerih barv. In ni ga človeka, ki ga ne bi očaral pogled na Visoke Ture in Belopeška jezera.«

Obzirno, počasi, z odobravanjem preostalih obiskovalcev mi je bilo dano, da se z ATV-jem zapeljem z asfaltirane ceste še kakšnih nekaj deset metrov višje na to travnato planjavo. Besede iz citata še kako držijo. Pogled v dolino Belopeških jezer me je začaral, ne očaral. Sedim, gledam in gledam, uživam kot začaran.

Jože, motor je res svoboda. Začutil sem jo na vrhu sedla. Rahel vetrič me prijetno boža, globoko vdihnem in kot že neštetokrat sem spet srečen. Le kaj bi dal, da bi del te sreče, očaranih in začaranih pogledov, lahko delil s preostalimi tetra- in paraplegiki. Da bi vsaj tiste slike, ki jih pošljem na spletno stran ZPS-ja, ostale kakšna dva, tri dni na ogled, tako pa ...? Sami izgovori. Eden izmed boljših je tudi ta: »Kaj bi bilo, če bi se objavljalo vse, kar se dela na Zvezi? Tvoja novica ne bi bila na prvem mestu niti pol ure!« Okej, razumem, ne razumem pa tega, da so lahko novice in slike ene izmed interesnih dejavnosti objavljene več dni, kljub temu da se je medtem na ZPS in pri drugih interesnih dejavnosti dogajalo marsikaj. »Pot miru, romanje po spominu soške fronte, utrdb, mimo



»Sedim, gledam in gledam, uživam kot začaran.«

odmaknjenih lepot, po tihih stopinjah prekrasne narave, ki nam s svojo bohotno silo odrine temno misel in spregovori o zmagi življenja.«

Naslednji citat v brošuri, ki ob pogledu na vklesane kaverne, spominske plošče in še bolj znano Rusko kapelico da misliti o nerazumljivosti človeštva ob prelivanju krvi nič krive raje. Cilji in želje posameznih interesnih dejavnosti (skoraj identično kot na ZPS) se kljub opominu in spominu nadaljujejo. Kot da človeštvo tod okoli ne bi doživelo boja soške fronte, je boj in prelivanje krvi nadaljevalo v še dveh velikih nesmiselnih morijah.

»V visokogorski svet stopajte spoštljivo. Prisluhnite tišini. Prepustite se utripu prostora, ki je star, kot je staro življenje.« Kako preprosto in trdo je to staro življenje, ne bom vedel nikoli, se pa da začutili ob pogledu na stanove, visoko v hribih, kjer se pase drobnica. Pokošeni travniki na strmih pobočjih. Pokošena trava, skrbno posušena in na starodavni način pospravljena v stanove. Ja, to je utrip prostora, ki ga doživljam tukaj s svojim ATV-jem. Z največjim spoštovanjem do tega sveta se ne oddaljujem od ce-

ste, kajti voznja v Triglavskem narodnem parku utegne biti precej draga.

Počasi se me lotevata lakota in utrujenost. Kamp Klin v dolini Lepene bo pravi naslov, to vem še od lanskega leta, kjer smo parain tetraplegiki prespali, se spočili, najedli. Majhen, preprost kamp, ki obratuje le tri do štiri mesece na leto, gosti v glavnem pohodnike, kolesarje, kajakaše in druge ljubitelje tega mirnega dela domovine ter premore toaletni prostor, prilagojen za invalide. Tudi zaradi take »malenkosti« se rad ustavim v tem kampu. Da ne omenjam domačih dobrot, ki jih je mogoče dobiti. Ker nisem načrtoval spanja, kar mi je malce tudi žal, sem po poštenem obroku in počitku spet v sedlu na svojem ATV-ju.

Mangart in dolina stoterih slapov, še se bom vrnil, če mi bosta le zdravje in tehnična brezhibnost mojega motorja to omogočala. Še pridem na sir, narejen po starodavnem izročilu dedov in pradedov. Proti koncu tega pisanja, za katerega srčno upam in držim fige, da ne bo cenzuriran, bom ob 40-letnici ZPS napisal hvala vsem, ki se trudite na različne načine za obstoj in delovanje te organizacije. In Jaka



ne bi bil Jaka, če se ne bi »obregnil« tudi ob nekatere stvari, pri katerih drugi molčijo in so se prepustili toku dogajanja.

» Motor je svoboda in, hudiča, pustite nas že enkrat, da to svobodo delimo s tistimi, ki jim tako preživljanje invalidnosti ni dano, ki si tega ne morejo privoščiti ali kar koli drugega. Pustite naše, moje prispevke na spletnih straneh ZPS.«

Bližajo se dopustniški dnevi, tudi moji. Preživel jih bom tu

in tam, v glavnem na svojem ATV-ju, otovorjen z razno kramo, spremljevalko, dobro voljo in svobodo. Fotoaparati, beležka in še kaj, kar je potrebno za pisanje, bodo z menoj. Obiskal bom kakšne lepe skrite dele domovine in sosednje države. Nekako vem, da boste v naslednjih izdajah revije Paraplegik z menoj oziroma nami, ki se počutimo svobodni, kar se meni osebno zdi



*Dan je bil res prelep. Pokošeni travniki na strmih pobočjih. Pokošena trava, skrbno posušena in na starodavni način pospravljena v stanove. Ja, to je utrip prostora, ki ga doživljam tukaj s svojim ATV-jem.*

nekako najboljši del; pomešan in sprejet sem v družčino, kjer ni čutiti prav nobene razlike, čeprav smo na vozičkih. Čedalje več fantov in deklet ve, kakšne so naše potrebe, kako se luča in kača, kaj vse moramo uporabljati, prisluhnili so nam, ATV-motoristom, nas sprejeli medse, na srečanjih nam pripeljejo celo invalidske WC-je, zato pozivam vse preostale lastnike ATV-jev, da se

malce zmigate, spravite svoje posušene riti na sedež motorja in se z nami odpravite naokoli, tako da ne bomo samo eni in isti diskriminirani. Ha, ha, kako nesramen znam biti. In z vsakim potovanjem, z vsako vožnjo in z vsakim prispevkom bom bolj in bolj.

Prizadetim in tistim, ki se prepoznajo, se ne bom opravičil, kajti kritika pomeni popraviti napake, ki jih delamo brez izjeme vsi, in takšne ali drugačne napake

bomo na neki način tudi odpravili. Da ne bo dolgčas. Počasi končujem, upam in želim si, da mi ne bo treba protestno zapustiti članstva v ZPS zaradi diskriminacije in svobode, ki jo skupaj živimo, uživamo in konec koncev tudi končamo. Nič ni in ne bo večno, zato se imejmo radi.

**Jaka**

## GROSSGLOCKNER – VELIKI KLEK

Kar nekaj časa je minilo, ko sem v svojih prispevkih pisal o pomikanju mej, predvsem pa, kje so te meje, do katerih lahko seže paraplegik, natančneje paraplegik ATV-motorist.

Sistematično sem sešteval prevožene kilometre, porabo bencina, stanje svoje zadnje plati, možnosti uporabe WC-ja v naravi itd.

Da se skoraj vse da, če je le malce volje in če v svoji glavi počistimo ovire, ki jih sploh ni. Vse to in še kaj zraven sva Jaka in Duki 19. 8. 2009 v jutranjih urah začela doživljati s svojima ATV-jema, preživljati in se bojevati z ovirami, ki jih ni in ki so.

Otvorjena, dobre volje in precej optimistična se odpraviva na pot iz Ljubljane, proti mejnemu prehodu Korensko sedlo. Nekaj najinih zvestih spremljevalcev, ki so vedeli, kam se odpravljava, naju na poti počaka, zato prva kavica sede na svoje mesto že v Šenčurju. Naslednji in tudi zadnji postanek v Sloveniji je v Kranjski Gori na Petrolu. Dotočiva gorivo in motor že brni pod ritjo. Spust proti Beljaku, nato pa po Ziljski dolini proti Špitalu ob Dravi po značilni avstrijski pokrajini. Povsod urejene hiše, vrtovi in cvetje. Ni hiše, da na balkonih ali oknih ni cvetja. Travniki, skrbno pokošeni in pospravljani, gozdovi

urejeni brez grmovja in tiste zaraščenosti, s katero se razkazuje marsikateri pašnik ali jasa pri nas v Sloveniji. Kmalu se tudi na lastne oči prepričava, da ljudje tod okoli z mehanizacije skrbijo za svojo zemljo. V Ziljskih Alpah se čudiva, kako lahko traktor kosi, pobira in balira pokošeno travo v takih strminah. Vidiva, da traktor ni navađen, ampak je veliko širši in da je skoraj vse prilagojeno za delo v strminah.

Lepa, na novo asfaltirana cesta naju v rahlem spustu pripelje do Milštatskega jezera, kjer turizem kar cveti. Polni kampi, polno nebo



jadralnih padalcev, zmajev, čolni, kajaki, sveže mleko, sveži sir in še kaj se najde, kamor koli pogledaš. Hitiva dalje. Winklem je prijetno avstrijsko mesto, kjer se začnejo sanje mnogih motoristov, kolesarjev in raznih avanturistov, med katere spadamo tudi nekateri paraplegiki na ATV-jih. Grossglockner Hochalpenstrasse. Da, to je to. Lepa asfaltirana cesta je polna zavojev, ovinkov, rid in prelepih razglednih točk.

Dukiju predlagam, da poiščeva primeren kamp ali kaj drugega, da se udobno uleževa in naslednji dan naskočiva cesto. Rad bi poudaril, da so kampi, ki so prilagojeni za invalide, vsi po vrsti označeni, tako da je strah, kako in kje prespati hitro minil. Sicer se je Duki potrudil že doma in na računalniku in po internetu vse skupaj preveril, načrtoval pot, natiskal vso potrebno literatura itd.

Po kratkem prigovarjanju me Duki prepriča, da naju ovinki in ride čakajo prav ta trenutek. Popustim in ni mi bilo žal.

Pod nama leži ledenik Grossglockner, ATV-ja sta parkirana na ploščadi, imenovani Kaiser Franc Jozef Hohe, 2369 metrov nad morjem, midva sediva na svojih vozičkih in jeva burek ter uživava v pogledu na vršace in zahajajoče sonce. Seveda sledi obvezno slikanje, lulanje in ponovno natovarjanje najine dodatne

opreme oz. vozičkov. Greva naprej. Ne vem, od kod Dukiju toliko volje, saj je bila sama vožnja precej naporna. Kakšne hude vročine na tej nadmorski višini pa ni bilo.

Še kakšne pol ure ovinkaste in lepe ceste, seveda vse visoko nad gozdno mejo z razgledom na vse strani. Urejeni pašniki, na katerih se pase živina, ovce, kaj več pa ne vidi, ker hitiva. In – glej ga! Prelaz Hochtor 2504 metrov nad morjem. Prečkava prelaz, na drugi strani pa tabla z napisom Land Salzburg. Meja med avstrijsko Koroško in deželjo Salzburg. Prijetni občutki, da sva priplezala tako daleč. Vendar nadaljujema. Cesta, ki jo sanjajo in doživljajo predvsem »bajkerji«. Napis, kot so biker point, biker welcome, biker park itd. govorijo, da so tod motoristi v večini in da ta alpska cesta živi in diha za motoriste in motoristični turizem nekaj mesecev na leto.

Z nasmehom na ustnicah brez kakršnih večjih težav prispeva na najvišjo točko. Edelweiss-Spitze, 2571 metrov nad morjem. Seževa si v roke, zadovoljna, srečna, ne zavedajoč se, da sva kot ATV-motorista v osrčju nacionalnega parka Hohe

Tauern presegla, premaknila, doživela še eno mejo in ponovni sončni zahod. Dolg spust do Bruck an der Grossglocknerstrasse, kjer najdeva prijeten kamp. Ker se po malem že spušča mrak, se namestiva v kampu, spijeva in nazdraviva s pivcem ter premlevava vso pot in lepote visokogorskega sveta. Prevzeta z vsem, kar sva



Jaka na Edelweis Spitze 2571 m/nm

videla, utrujena zaspiva. Kakor sva utrujena zaspala, se še bolj utrujena zbudiva. Jaz malce škilasto gledam, Duki niti ne je, pa popolnoma moker. Sploh se ne čudim. Spa! je na prostem v spalni vreči, ponoči se je temperatura na 1000 metrov nad morjem spustila na +18 stopinj, da ne omenim vlage. In v takem slabem stanju začneva vožnjo v iskanju prave poti proti Obertauernu. Ko jo najdeva, se samo voziva in voziva ter občudujema naravo okoli sebe. Vse to tam nad 1500 metrov nad morjem oziroma tik nad gozdno mejo. Ne morem se spomniti vseh znanih smučišč, mimo katerih sva se vozila. Škoda, da je bila pred nama še dolga pot. Škoda predvsem zato, ker bi se lahko večkrat ustavila in naredila kakšen lep postanek.

Avantura na Oberentauernu se končuje, ko zapeljeva v nacionalni park Nockberge. Da ne bi bilo kakšnega nesporazuma in da ne bi spet kdo pisal kakšnih dopisov na ZPS, kakšni divjaki smo ATV-motoristi, ki nimamo nobenega spoštovanja do narave, bi pojasnil, da je ob plačilu cestnine za vse avstrijske ceste v nacionalnih parkih vožnja vseh motornih vozil dovoljena in legalna. Invalidi sicer ne plačamo polne cene, imamo pa kar nekaj popusta. Ampak človek z veseljem plača uporabo ceste, saj je ta denar namensko uporabljen za vzdrževanje teh cest, ki so odprte le nekaj



Zahod na ledeniku, ki izginja.



mesecev na leto. So prav prijetne, prav tako parkirišča in vse, kar je ob njej. Zanimivo pa je, da je cesta v nočnih urah zaprta za promet. Meni je cesta skozi ta nacionalni park pustila prav poseben pečat. Nockalmstrasse, kot jo imenujejo, je tako lepo zavita, ovinkasta in z malo prometa, speljana skozi različna poraščena področja, polna potočkov, rečic, cvetja in borovcev. Vonjave se menjajo skoraj na vsakih 500 metrov. Poezija za oči in nos. Tudi za moped. 35 km, 49 ovinkov, prelaz oz. najvišja točka je 2042 metrov nad morjem pa še blizu je. Takoj za Celovcem se začne. Za naju se nazaj grede tam sicer konča, zato sledi še skok prek Ljubelja skozi Tržič in v Ljubljano.

Najina dvodnevna avantura je bila končana in potrebovala sva cel dan in še pol zraven, da sva ohladila zadnjo plat, strnila vtise, pregledala slike ... Čedalje bolj prihaja za nama tudi celotna avantura. Dva paraplegika v dveh dneh, 700 prevoženih kilometrov, da višinske razlike sploh ne omenjam. Brez kakršne koli pomoči neinvalidov ali kar koli drugega. Sama s svojim ATV-jema in vso naloženo kramo, ropotijo, hrano, pijačo, invalidskim vozičkom!



Duki na prelazu Hochtor 2504 m/nm.

Kje je naslednja meja? Ne vem. Kje bo naslednja avantura, pa vem.

LP Jaka

## ROMANJE V KRAJE SV. FRANČIŠKA ASSIŠKEGA

Junija se je z romanja po krajih, kjer je živel in deloval sv. Frančišek Asiški, srečno in brez nezgod vrnila skupina osemdesetih motoristov iz različnih krajev Slovenije. Med njimi sta bila tudi naša ATV-motorista Jože Zajc in Dolfe Košmrlj z ženo.

To je bila dolga in izredno naporna pot, še posebno za naša dva paraplegika. Idejni vodja tega zanimivega in vsekakor privlačnega potovanja je bil motorist pater Niko. Tridnevno druženje se je začelo z zbiranjem na črpalki v Gonarsu; tam se je pisana družčina motoristk in motoristov razvrstila v štiri potovalne skupine. Vodje skupin in zadnje v koloni so opremili z rumenimi odsevnimi brezrokavniki, vsak udeleženec pa je prejel motoristično rutko. In tako je predskupina s štirikolesnikom, trajkom, motoristoma, press avtom in spremljevalnim kombijem začela tridnevno pot proti Raveni, Ceseni, Perugi s postankom na čudoviti La Verni. Prvi vtisi po 570 km dolgi poti so bili dobri, saj so uživali na gori, kjer je Frančišek dve leti



Romanje osemdesetih motoristov iz različnih krajev Slovenije po krajih, kjer je živel in deloval sv. Frančišek Asiški.

pred smrtjo dobil Kristusove rane. Naslednji dan se je skoraj kilometer dolga kolona v spremstvu mestnih policistov na motorjih začela pomikati proti Assisiju, do bazilike sv. Frančiška. Ogled bazilike, v kateri je Frančiškov grob, čudovitih fresk, Cimabue in Giotto je bil enkrat. Po maši so si ogledali še mesto, ki je ohranjeno v svoji prvobitnosti, se sprehodili do Frančiškove rojstne hiše, nato pa nadaljevali vo-

žnjo do 1200 m visoke gore nad Assisijem Monte Subassia. Od tam se razpre Umbrija v vsej svoji lepoti.

Po strnjenih vtisih, kamor je vsak romar v mozaik dodal svoj kamenček, so se skupine po tridnevnem druženju podale na dolgo pot proti domu. Vodilo poti je bilo »Mir za vse«.

Povzel Jože Globokar



# DREVO V POKRAJINI

Slikarjem, ki slikajo z usti

Prvič sem ga srečala na razstavi.  
Položaj sonca je narekoval kot  
gledanja,  
okno, staro stoletje.

Dohitela sem ga, ko je obstal pri  
Drevesu v pokrajini.  
Trudi se naslikati sliko. In vsak  
teden mu uspe  
narisati tri liste, je rekel.

Nekega dne se je zastrupil z nečim,  
kar je pojedel. Oči je imel kot  
žveplo,  
usta je imel kot grčo.

Ko se je po nekaj dneh počutil  
bolje,  
je stopil v atelje, pobral vse slike,  
ki jih je narisal,  
in jih vrgel v kanto za smeti.  
Zdaj spet slika, je rekel.

Če pridem in ga najdem pri  
slikanju,  
tega ne obžalujem, ker se smehlja  
tudi,  
ko je več kot slep zame.  
*Razpiram veje, vse telo me boli,  
reče,*

medtem ko barva list papirja.  
Horizont se zvija kot kača v belini  
ustnic,  
ki so tesno prijele les.

Spustim pogled in rečem hvala,  
ko si zvečer umivam obraz  
iz navade.

\*\*\*

Najprej ne vidiš, da je drevo v  
pokrajini.  
Nekdo je uporabil nož ali kaj,  
da je zarezal naravnost  
v tej obsodbi.  
*Morali so ga okronati z imenom.*

Drevo raste iz tal kot vitki drog

telegrafa.  
Stoji mirno kot omara.  
Ampak tu se mreža vpletanja virov  
zgosti  
z nevidnim gibom govornice po  
žicah.  
Mirno teče dalje boj invalidov za  
vstop v javno sfero.  
In tisti zvok, ki se sliši, ko čopič  
zadene ob napeto platno.

\*\*\*

Niti v zraku ni bilo sledi čaščenja  
in posvetitve.  
Nekaj modrine in le smrtna tišina.  
Kar je zmeraj res tam – kakor  
ploha puščic.

Samo drevo neprimerljivo,  
*zeleno, sladko in pogrebno.*  
Temna senca ga žene v višino.

In obstanem, vitka v pokrajini,  
ki je ne morem oceniti,  
da bi utegnila zlahka izgubiti  
razum.

Narišem drevesa vsenaokrog,  
žitno polje, otroke.  
Kako me je presunilo:

čisto blizu so ovce *strnišča popasle  
vse do prahu in puščavski vrtinec  
srka prst v svoj lijak,*

da komaj razločim žitno seme,  
ki obkroža to slepo oko,  
ki me je v sanjah begalo.

Vonj po gorečem lesu  
kakor hipno razodetje  
prereže povezavo,

ki sem tako osupljivo mislila,  
da ni bila tam  
kot žalovanje otrok.

Še zdanilo se ni.  
Še vedno jih vidim.  
Vsi nosijo bele majice.

Darinka Slanovec

## PRIZNANJE NAŠI PESNICI

Naša uspešna pesnica **Darinka Slanovec**, ki je izdala že več pesniških zbirk in prejela nagrado na mednarodnem natečaju za poezijo haiku, je doživela še en uspeh. Skladatelj **prof. Milivoj Šurbek** je namreč uglasbil že njeno drugo pesem. Prva iz leta 2003 nosi naslov **Bolečina**, tokratna pa **Resnica**. Tudi to poje **Komorni moški zbor Lek**. Premierno so jo že pred časom zapeli v zavodu Sv. Stanislava v Ljubljani, nato pa večkrat izvajali na koncertih in revijah. Oktobra 2009 jo bodo predstavili tudi na reviji izbranih pevskih zborov v francoski Nici.



Naša uspešna pesnica Darinka Slanovec

Jože Globokar



# Četrty tradicionalni DNEVI KULTURE INVALIDOV KULTURNI DNEVI V PACUGU

## OTVORITEV RAZSTAVE

V Domu paraplegikov v Pacugu so od 31. avgusta do 5. septembra v organizaciji Zveze paraplegikov in DP Istra in Krasa potekali že četrty tradicionalni DNEVI KULTURE INVALIDOV. V kulturnem tednu se je izvajalo kar nekaj kulturno-umetniških prireditev: odprtje skupinske razstave (31. 8.), HAGADA z Gregorjem Čušinom (1. 9.), kulturni večer z Normo 7 in našimi poeti (2. 9.) ter nastop priljubljenega kantavtorja Adija Smolarja (4. 9.)

Ves teden pod mentorskim vodstvom Jožeta Potokarja in akademskega slikarja Izidorja Jalovca so potekale slikarske delavnice. Na njih se je izpopolnjevalo več kot 20 slikarjev, med njimi tudi tisti, ki so člani Mednarodnega združenja slikarjev, ki slikajo z usti ali nogami. Odprtje razstave in kulturni večer je na harmoniki spremljal Nejc Slapar. Na stenah prostorov doma visi več kot 65 najnovejših del naših slikarjev, med njimi pa svoje umetnine razstavlja tudi izraelski slikar, polnopravni član VDMFK in prijatelj slovenskih umetnikov, Izik Adir. Ob odprtju razstave je program povezovala in likovna dela oceni-

la likovna kritičarka in umetnostna zgodovinarica Polona Škodič. Za tem je razstavo odprl piranski podžupan Alberto Manzin. Pri tem je pripomnil, da se v likovni ali besedni umetnosti, glasbi ali razvoju znanstvene misli, človek skoraj ne more mimo občutka, da se prav v najtežjih trenutkih rodijo najboljši umetniki. »Ta vaša današnja razstava je nekaj posebnega, ker ima drugačne razsežnosti. Čestitke torej vsem zbranim umetnikom!«



Na stenah prostorov doma razstavlja tudi izraelski slikar, polnopravni član VDMFK in prijatelj slovenskih umetnikov, Izik Adir.



Odprtje razstave in kulturni večer je na harmoniki spremljal Nejc Slapar.

## HAGADA Z GREGORJEM ČUŠINOM

Naslednji dan, v torek, 1. septembra, je kulturni večer v Domu paraplegikov v Pacugu zaznamoval igralec Mestnega gledališča ljubljanskega Gregor Čušin. Udeležencem je z izrazitim čutom za mimiko in imitacijo z anekdotami in šalami zanimivo povezal nekaj odlomkov iz Svetega pisma. V svojem igralsko zahtevnem projektu HAGADA je v enournem monologu ob-

držal izjemno pozornost našega, sicer bolj maloštevilnega občinstva. Hagada je predstava, ki ima 14 odlomkov iz Svetega pisma, avtor pa iz vsakega razvije svojo komično zgodbo in vanjo vplete prisposode iz našega vsakdana. Igralec Gregor Čušin nas je v odlični predstavi resnično nasmejal, po predstavi pa smo z njim tudi malo poklepetali.

## KULTURNI VEČER POETOV

Prireditve v Domu paraplegikov v Pacugu so se vrstile še kar naprej. Tako smo tretji dan kulturnega tedna namenili recitalom naših poetov – Ljubice Jančar, Darinke Slanovec, Marjetke Smrekar, Gordane Kitak in Benjamina Žnidaršiča. Sodelovala je tudi pesnica Marija Grbec - Kaligarič. V goste in k sodelovanju smo kot vsako leto povabili tudi Društvo animatorjev Norma 7, s katerim že vrsto let odlično sodelujemo. Društvo z zadovoljstvom sodeluje v našem programu in tako izkazuje spoštovanje in pomembnost namena in cilja družjenja različnih ustvarjalcev članov ZPS in njihovih številnih gostov.

Predsednica društva Vlasta Rebek, ki je program na kulturnem večeru povezovala, je med drugim pri-



Razstavo je odprl piranski podžupan Alberto Manzin.



Igralec Mestnega gledališča ljubljanskega Gregor Čušin je v enournem monologu obdržal izjemno pozornost našega, sicer bolj maloštevilnega občinstva.

pomnila: »Dnevi kulture invalidov je nadvse pomemben projekt in vsa pohvala pronicljivosti organizatorjev, ki se zavedajo pomena tovrstnih dogodkov. Ob tem mislimo na Benjamina Žnidaršiča



Po predstavi pa smo z igralcem tudi malo poklepetali.

in šele čas bo pokazal obsežnost in pomen njegovih posameznih akcij. Lastna obremenjenost z majhnostmi, ki nas obkrožajo v vsakdanjem življenju, nam namreč pogosto zakriva prispevek kvalitete življenja invalidnih oseb.« Nekaj svojih pesmi so naši pesniki prebirali sami, nekaj pa recitatorke Društva Norma 7 in člani Zveze. Posebno pa je navdušil recitatorski par Majda Birsa (Norma) in Metod Zakotnik (ZPS), ki sta predstavila duhovite pesmi Ferija Lainščka,

napisane za njo in njega. Prelep kulturni večer je z lepimi melodijami popestrila komorna skupina INSTRUMENTALIS (flavta, kitara, mandolina).

### ZADNI VEČER JE NAVDUŠEVAL ADI SMOLAR

Pestre, zanimive in ustvarjalne Dneve kulture invalidov 2009 je na večernih prireditvah v petek, 4. septembra, sklenil kantavtor Adi Smolar. Adija res ni treba posebej predstavljati, saj ga skoraj prav vsak pozna, še posebno njegove izvirne in duhovite pesmi. Saj ne vemo, katera je boljša – tista Je treba delat ali Rolica papirja, ki lahko kot nepomembna rolica marsikoga osreči, ali Daleč, daleč je za naju pomlad ali Bog ne daj, da bi crknu televizor ali Jaz sem malo nor ali Klinc pa lepota ali Joj mene in še in še.

No, tokrat je kar številnemu in hvaležnemu občinstvu predstavil širok izbor



Nekaj svojih pesmi so naši pesniki prebirali sami, nekaj pa recitatorke Društva Norma 7 in člani ZPS.

svojih najbolj popularnih »komadov«, ki smo vsakega posebej nagrajevali z bučnim aplavzom. Pri tem je pripomnil, kako lepo je živeti v deželi, kot je Slovenija, in da je treba vzgajati tudi našo zlato mladino, da jo bo znala ceniti in ljubiti. Adi, ki je med pevci eden največjih humanistov, nam je resnično pri-



Tretji dan kulturnega tedna smo namenili recitalom naših poetov. Prelep kulturni večer je z lepimi melodijami popestrila komorna skupina INSTRUMENTALIS.

pravil enkrat in nepozabno lep zabavnoglasbeni večer.

Dnevi kulture invalidov 2009 so se



Številnemu in hvaležnemu občinstvu je Adi Smolar predstavil širok izbor svojih najbolj popularnih »komadov«.

v soboto, 5. septembra, končali na Piranskem ekstemporu. Na razstavo so se uvrstili: Boris Šter, Izidor Jalovec in Stojan Rutar.

Na prelep in kulturno bogat teden bomo še dolgo imeli lepe spomine.

Jože Globokar



Adi med pevci eden največjih humanistov.

#### PRIREDITVE SO OMOGOČILI:

- ZVEZA PARAPLEGIKOV SLOVENIJE
- DRUŠTVO PARAPLEGIKOV ISTRE IN KRASA
- DOM PARAPLEGIKOV, Pacug
- ZAVOD ARS VIVA, Podcerkev
- OBČINA PIRAN
- OBČINA IZOLA
- OBČINA POSTOJNA
- OBČINA KOMEN
- OBČINA ILIRSKA BISTRICA
- JAVNI SKLAD RS ZA KULTURNO DEJAVNOST
- MIROTIM d.o.o., Ljubljana
- MERCATOR d.d., Ljubljana
- HOBBY ART, Kranj
- C.VISTA d.o.o, Laško

#### NE BODI KOT DRUGI

Feri Lainšček

Prinesi mi rože, ki divje cvetijo,  
odpelji me v goro, kjer škrti živijo.  
Pokaži mi zvezdo z mojim imenom,  
zloži mi pesem z bizarnim refrenom.

Povabi me včasih v kraje neznane,  
mi zjutraj pod okno pripelji cigane.  
Povej mi o sanjah, četudi so grešne,  
zaupaj mi želje, četudi so smešne.

Napravi to zmeraj, ne bodi kot drugi,  
ljubezen ni reka, ki teče po strugi.  
Napravi to zopet, ne hodi po poti,  
saj sreča ni nekaj, kar pride naproti.

Poljubi me nežno, ko drugi hitijo,  
povabi me v mesto, ko drugi že spijo.  
Usoda je živa in mrtvi junaki,  
naj še hrepenijo postaje in vlaki.

Izbrala Gordana Kitak

## ČLAN LIKOVNE SEKCIJE ZPS SODELOVAL NA DOBRODELNI PRIREDITVI

Učenci osnovne šole iz Orehka pri Kranju so v sodelovanju z varovanci Centra za usposabljanje, delo in varstvo Matevža Langusa iz Radovljice priredili slikarsko kolonijo. Na njej smo sodelovali tudi likovni umetniki Gorenjske.

V lepem in toplem pomladnem dnevu smo poleg slikanja na Linhartovem trgu v Radovljici videli tudi kulturni nastop varovancev Matevža Langusa. Častna pokroviteljica projekta je bila soproga predsednika Republike Slovenije gospa Barbara Miklič Türk. Obiskala je likovno kolonijo in prisotnim namenila nekaj prijaznih besed.

Razstava slik je bila na ogled do 3. junija v telovadnici OŠ Orehek. Na sklepnih prireditvah so nastopali



Likovno kolonijo je obiskala častna pokroviteljica projekta soproga predsednika Republike Slovenije gospa Barbara Miklič Türk.

učenci OŠ iz Orehka, varovanci zavoda Matevža Langusa ter estradna umetnika Manca Izmajlova in Gibonni. Program je povezoval Jure Sešek.

Likovni izdelki, ustvarjeni v tej koloniji, so bili namenjeni prodaji. Izkupiček od prodaje slik se bo uporabil za nakup dvižne ploščadi v OŠ Orehek in za nakup igral v CUDV Radovljica.

Metod Zakotnik

Avtor fotografije: OŠ Orehek





# LIKOVNA DELAVNICA LEŠE 2009

## POVEZANA S PRAZNOVANJEM

Za likovnike pri Zvezi paraplegikov Slovenije lahko trdimo, da smo resnično aktivni. Vse leto se v likovnih delavnicah izpopolnjujemo pod mentorstvom Rassa Causeviga in Jožeta Potokarja, prirejammo pa tudi številne samostojne in skupinske razstave. Likovne delavnice po navadi organiziramo v društvenih prostorih ali po drugih krajih v Sloveniji. V letu 2009 smo gostovali v Tolminskih koritih, Obrhu pri Cerknici, Semiču, Novem mestu in pri sosedih v Zagrebu.

Tokrat smo se na dan državnosti že četrto zbrali v Lešah pri Trziču, na domu slikarja in referenta za kulturo pri Zvezi paraplegikov Slovenije **Borisu Šteru**. Najprej smo se likovni umetniki pod vodstvom mentorja **Jožeta Potokarja - Cvrča** izpopolnjevali v različnih slikarskih tehnikah, nato pa smo v popoldanskem času z lepim kulturnim programom proslavili 18. rojstni dan naše države. S plesi v orientalskem stilu so navdušile mlade in nadvse prikupne plesalke iz Leš in okolice – **Ana, Nina, Vesna, Sara, Suzana in Nežka** – iz plesne skupine

**SAHAR**, ki jih vodi Iris Šober. Svoj nastop so morale kar nekajkrat ponoviti. Sledil je nastop mešanega pevskega zbora DOBRČA pod vodstvom pevovodje Staneta Bitežnika. Zapeli so nekaj narodnih pesmi, eno pa so posvetili tudi našemu vsestranskemu kulturnemu ustvarjalcu **Benjaminu Žnidaršiču** za 50. rojstni dan.

Z ženo Ano sva program in pogostitev pripravila za okoli 60 povablencev – slikarjev, spremljevalk in nastopajočih. Prireditev je bila do potankosti izdelana, le torta v obliki slikarske palete, ki sva jo namenila slavljencu Benu, je po nesreči padla na tla in namesto lepega izdelka smo jedli lešansko grma-



Tokrat smo se na dan državnosti že četrto zbrali v Lešah pri Trziču.

do. Zahvaliti pa se je treba še spremljevalkam za pomoč pri asistenci invalidom in pri pripravi hrane. Likovno delavnico so podprli **Javni sklad Republike Slovenije za kulturo, Mercator maloprodaja in Občina Trzič**. Direktor Mercator maloprodaje Peter Zavrl si je z ženo tudi ogledal dela likovnikov in kulturni program. Vsem za vaš prispevek najlepša hvala.

Boris Šter

## PRVA SAMOSTOJNA RAZSTAVA GRAFIK IN AKVARELOV METODA ZAKOTNIKA

Metod Zakotnik je v Burnikovi dvorani Centra slepih in slabovidnih v Škofji Loki pripravil prvo samostojno razstavo grafik in akvarelov. Posvetil jo je svoji družini in staršem. Na odprtju je nastopil moški pevski zbor LTH iz Škofje Loke in tamburaška skupina Bisernica iz Reteč pri Škofji Loki. Ljubitelji likovne umetnosti so si lahko ogledali likovno razstavo grafik in akvarelov od 2. junija do 15. avgusta.

Metod Zakotnik



Avtor slik je Metod Zakotnik.



# RAZSTAVA V GALERIJ DOLIK

## Pregledna razstava treh slikarjev, ki slikajo z usti, na Jesenicah

V razstavnem salonu Dolik na Jesenicah, Cesta maršala Tita 12, so 24. julija 2009 trije naši likovni umetniki – **Vojko Gašperut, Silvo Mehle in Benjamin Žnidaršič** –, ki slikajo z usti, odprli skupinsko razstavo. Razstava, ki so jo odprli s krajšim kulturnim programom, je bila na ogled do 19. avgusta 2009.

Program je povezoval Jože Varl. Avtorji so se predstavili z deli, narejenimi v zadnjem obdobju, zato da bi njihova razstava zaokrožila po Sloveniji in tudi po Italiji.

Vsi invalidni umetniki smo bili presunjeni zaradi dejstva, da bo likovni salon, ki smo ga bili toliko let

navajeni obiskovati in razstavljati v njem, kar nenadoma prenehal delovati v svoji prvotni obliki in na svoji prvotni lokaciji, zato smo se s protestnim pismom obrnili na jeseniškega župana. Kot ljudje, ki so jih nekoč že odrinili na rob družbe, vemo, da si umetniki z Jesenic zaslužijo svojo pozornost in za svoje delovanje obdržijo svoj likovni salon.



V Doliku se je ob odprtju skupinske razstave zbrala prijetna družina ljubiteljev umetnosti.

Salon je odprt vsak dan, razen ob sobotah popoldne, nedeljah in praznikih, od 9. do 12. ure.

**Benjamin Žnidaršič**

Kultura

## V VRTCU V DOMŽALAH

V sredo, 17. junija, smo v vrtcu v Domžalah slikarji Zveze paraplegikov Slovenije s pomočjo vzgojite-

ljic pripravili srečanje z namenom, da predšolskim otrokom predstavimo invalidnost in jim našo drugačnost predstavimo na igriv in zabaven način.

Med pogovorom smo peli, se zabavali in prikazali slikanje z usti. Slikarja z usti Benjamin Žnidaršič in Silvo Mehle sta jim to predstavila tako, da sta jih še podučila o previdnosti na cesti ali pri vsakdanji igri. Potem je vsaka od treh skupin

otrok poskusila tudi slikati z usti.

Slikar Boris Šter in Dragica Čadež pa sta na zabaven in ustvarjalen način pripravila delavnico abstraktnega slikanja, tako da so otroci na velikih platnih pokazali svojo ustvarjalnost. Platna bomo skupaj z drugimi platni ponudili v odkup za dobrodelne namene.

**Benjamin Žnidaršič**

Ko vidiš svet v zrnu peska in nebesa v divjem cvetu, držiš v svoji dlani neskončnost in v trenutku - večnost

William Blake



Silvo Mehle je navdušil otroke s svojim slikanjem.



# V SPOMIN ... FRANCI CILENŠEK



Tako nepričakovano, kot udari strela z jasnega, je prišla k nam vest, da nas je v triinpetdesetem letu za vedno zapustil Franci Cilenšek.

Žalostna novica, ki se je bliskovito razširila, je osupnila vsakega od nas in vsakega od njegovih številnih prijateljev. Usoda, ki je ne moremo predvideti, ga je kar tako

čez noč iztrgala iz družine, od predanega dela in od nas. Žena Maja je ostala brez moža, otroka Petra in Uroš brez skrbnega očeta, mi pa brez prijatelja.

Kljub redni zaposlitvi je imel Franci Cilenšek v mislih še veliko smelih načrtov. Bil je poln življenja in ustvarjalnih moči, poln dobre volje, vsakomur pripravljen pomagati. Zdaj ostaja za njim praznina. Mnogo mnogo prezgodaj nas je zapustil.

Neprijazna usoda ga je že pred dvaindvajsetimi leti priklenila na invalidski voziček. Tako kot vsakemu izmed nas, tudi njemu ni bilo lahko. Toda hrabro si je nadel svoj križ in z družino začel novo, nekoliko drugačno, vendar ustvarjalno in polno življenje.

Po nesreči se je kaj hitro rehabilitiral in se aktivno vključil v delo naše organizacije. Imel je odlične

organizacijske sposobnosti, polovičarskega dela ni poznal, k delu pa je znal pritegniti tudi druge. Spomnimo se samo prvega koncerta Dobra misel, ki smo ga na Jožefovo v letu 1995 imeli v Litiji. Pri organizaciji te velike prireditve je bil nepogrešljiv in poln idej. Bil je tako rekoč desna roka takratnega župana Mirka Kaplje. Med številnimi koncerti, ki so sledili, se litijski ni nikjer več ponovil.

Spomnimo se tudi tradicionalnih in odmevnih kegljaško-šahovskih turnirjev v Litiji, ki jih je s sodelavci vsako leto tako skrbno in popolno pripravljaval. Naši kegljači in šahisti so se jih radi in številno udeleževali, saj je vedno poskrbel za prijetna presenečanja. Ti turnirji so izstopali in so bili nekaj posebnega. Aktivno pa je deloval tudi v naši organizaciji upravljanja.

Franci, tvoj prispevek je velik, zato ti še enkrat hvala za vse.

Jože Globokar

## NAŠI UMRLI ČLANI

Ana Marija MASTNAK,  
članica DP ljubljanske  
pokrajine, rojena 13. 1. 1943

Jože HERMAN,  
član DP JZ Štajerske,  
rojen 7. 5. 1965

Vladimir POTISK,  
član DP S Štajerske,  
rojen 1. 7. 1936

Marjan BAJDE,  
član DP ljubljanske pokrajine,  
rojen 29. 10. 1965

Igor MAHER,  
član DP Istre in Krasa,  
rojen 4. 2. 1963

Semiz ŽERIC,  
član DP ljubljanske pokrajine,  
rojen 1. 9. 1956

Franci CILENŠEK,  
član DP ljubljanske pokrajine,  
rojen 21. 12. 1956

Jožica HRIBAR,  
članica DP ljubljanske  
pokrajine, rojena 21.6.1958

Marjan SELINŠEK,  
član DP S Štajerske,  
rojen 6.1.1970

Ivan SELAK,  
član DP Dolenjske, Bele  
Krajine in Posavja  
rojen 28.4.1929



# NATEČAJ FOTOGRAFIJE

Uredništvo Paraplegika objavlja natečaj fotografij na temo **Zanimivosti iz življenja invalidov**. Posebno so zaželenе fotografije s humorno noto.

Na natečaju lahko sodelujejo vsi invalidi in neinvalidi.

**Fotografije pošljite najpozneje do 20. novembra 2009, po e-pošti na naslov:**

**zveza-paraplegikov@guest.arnes.si**

Najmanjša resolucija mora biti 1800x1600.

Posebna komisija, ki jo sestavljajo Jožica Zafred, fotografinja, Boris Poropat, snemalec in fotograf TVS, in Boris Šter bo izbrala fotografije, ki bodo objavljene v reviji Paraplegik.

3 najboljše fotografije bomo nagradili tudi z denarno nagrado:

**PRVA NAGRADA: 30 EUR**

**DRUGA NAGRADA 25 EUR**

**TRETJA NAGRADA 20 EUR**

## UGLASI

Prodam električni voziček  
Ortopedia, nov, cena 2200 €.   
Erwin Ogner, 041/ 502 142

Prodam napravo Stairmax special  
(uporabnik jo lahko uporablja brez  
tuje pomoči, samostojno).

Voziček adaptiran na stairmax  
je Küschel Champion (škarje), ki  
ga ravno tako prodam skupaj z  
napravo. Za vse informacije sem  
dosegljiv na GSM: 041 381 772.  
Ogled je možen v Grosupljem.

Cena po dogovoru!

## ZAHVALE

Lepo se zahvaljujem Zvezi paraple-  
gikov Slovenije in Društvu paraple-  
gikov Istre in Krasa za ugodno odo-  
breno enkratno denarno pomoč.

**Marjan Fabec**

Ob smrti drage mame se za pomoč  
zahvaljujem Zvezi paraplegikov  
Slovenije in Društvu paraplegikov  
Istre in Krasa.

**Valter Mahne**

Najvišja vrsta poguma je  
pogum kljubovati bolečini,  
živeti z njo, je nikolito poka-  
zati drugim, pa se kljub temu  
veseliti življenja in se zjutraj  
zbujati z navdušenjem nad  
dnevom, ki prihaja.

Howard Cosel

## POZITIVNE MISLI

Če mislim, da sem potolčen/a, to  
tudi sem,  
če mislim, da ne smem, potem  
tako tudi je,  
če želim zmagati in mislim, da ne  
morem,  
skoraj zanesljivo ne bom ... tudi  
naprej.

Če mislim, da bom izgubil/a, sem  
že.  
Zato, ker na tem svetu gre tako,  
da se uspeh začne v meni.  
Vse je v meni!

Če mislim, da ne spadam sem,  
tako tudi je.  
Misliti moram navzgor,  
popolnoma prepričan/a vase.  
Preden pridem tja.

Zmaga v življenju ne gre vedno  
najhitrejšemu ali najmočnejšemu.  
Zmaga gre meni, ker vem, da  
lahko!  
Meni, ker vem, da sem že!



# VICI IN SMEŠNICE

## AKCIJA

Zakaj svetlolaska pride v trgovino oborožena?

- Ker na vratih piše: AKCIJA.

## PAMET

Prijatelja se pogovarjata:

► Vse ženske so prepričane, da so najpametnejše in da vse vedo in razumejo.

► To ni res. Moja sama prizna, da ne razume nečesa.

► Česa pa?

► Zakaj se je poročila z menoj.

## STREHA

Sosed pove sosedu:

► Veš, včeraj mi je puščala streha.

► Ali si jo popravil?

► Nemogoče bi bilo. Včeraj je preveč deževalo.

► Potem jo pa popravi danes, ko ne dežuje več.

► Sploh ni potrebno. Danes ne pušča več.

## LAŽNIVKA

Janezek pripoveduje prijatelju o svojem novem dekletu:

► Veš, včeraj mi je moja punca rekla, da sem najlepši in najbolj ljubezniv moški na tem svetu.

► In s tako lažnivko se ti misliš poročiti?

## MOJ BOG

Dve študentki se pogovarjata:

► Kako je bilo kaj na izpitu?

► Ne vem še, ampak mislim, da kar v redu. Član komisije je bil starejši gospod.

► In kaj je rekel?

► Meni nič, ampak očitno je zelo pobožen, ker je kar naprej ponavljal: O, moj bog!

## TRGOVINA

Zakaj se svetlolaska v trgovini plazi po tleh?

► Ker so nizke cene.

## PRVO VPRAŠANJE

Profesor na izpitu vpraša Janeza:

► Midva pa se že pozna, mar ne?

► Da. Lani sem bil pri vas na izpitu in trikrat mi je spodletelo.

► Brez skrbi, saj vam bo zato danes šlo bolj gladko. Priznam vam izpit, če se spomnite, katero je bilo lani moje prvo vprašanje.

► Rekli ste: »Midva pa se že pozna, mar ne?«

## NOGICA

Mala stonoga potoži svoji mami:

► Mami, mami, nogica me boli.

► Katera pa?

► Ne vem.

► Kako ne veš?

► Znam šteti samo do deset.

## KRUH

Mama reče Janezku:

► Janezek, pojey kruh, da boš velik in močan.

► Ne maram ga. Zakaj pa bi moral biti velik in močan?

► Da si boš lahko zaslužil svoj kruh.

► Če ga pa ne maram.

## PALICA

Oče pregleduje sinovo spričevalo:

► Matematiko imaš nezadostno. Ali veš, kaj to pomeni?

► Ne vem.

► Palica bo pela.

► Se mi je kar zdelo. Ali ti kar povem, kje stanuje učitelj matematike?

## VEM

Pride možakar v službo z izbitim zobom in modricami. Prijatelji ga vprašajo:

► Kdo te je pa tako zdelal?

► Janez.

► Nemogoče! On pa vendar ni tak pretepač, pa še najboljša prijatelja sta bila.

► Samo eno besedo sem mu rekel, pa je počilo.

► Kakšno besedo?

► Hvalil se je, kako sijajna je njegova žena v postelji, jaz pa sem samo pripomnil: 'Vem.'

## PREDNIKI

Kdo so predniki sesalcev?

► Metle!

## POGUM

Oče jezno gleda sinovo matematično nalogo, ki je popolnoma rdeča od popravkov. S pestjo udari po mizi in zakriči:

► Kako si sploh upaš priti domov s tako slabo nalogo in nezadostno oceno?

Sinko ga pogleda in odgovori:

► Na pogumnih svet stoj!

## NE MORE JESTI

Janez potoži prijatelju:

► Tako sem zaljubljen v moje dekle, da ne vem, kako bi ji to povedal.

Prijatelj mu svetuje:

► Ko jo boš srečal ji reci, da jo imaš tako rad, da še jesti ne moreš več. Ko Janez spet sreča deklo, zardi in ji plaho reče:

► Ko te zagledam, me mine ves apetit.

## POKORA

Voznik reče ženski, ki poskuša poriniti pijanega moža na avtobus:

► Ta pokora mora ostati zunaj.

Mož se obrne k ženi in reče:

► No vidiš. Saj sem ti rekel, da ne moreš z menoj.

## OBLETNICA

Prijatelj razlaga prijatelju:

► Za najino dvajsetletnico poroke peljem ženo v Avstralijo.

Ta ves presenečen reče:

► To je pa zelo lepo in drago darilo. Le kaj boš potem naredil za vajino tridesetletnico poroke, če se boš že sedaj tako odrezal.

Prijatelj reče:

► Nič posebnega. Vrnil se bom nazaj v Avstralijo in ženo pripeljal domov.



# KVIZ ZA RAZVEDRILLO

|   |   |    |   |    |    |   |    |    |    |    |    |    |    |    |   |
|---|---|----|---|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|----|---|
| 1 | 4 | 11 | 4 | 2  | 14 | 3 | 12 | 13 | 17 | 11 | 4  | 15 | 16 | 17 | 3 |
|   |   |    | 5 | 7  | 16 | 1 | 16 | 6  | 3  | 8  | 10 | 12 | 13 |    |   |
|   | 2 | 16 | 9 | 13 | 3  | 6 | 6  | 3  | 18 | 16 | 1  | 16 |    |    |   |

Pri vsaki številki so navedeni trije odgovori. Odločite se za pravilnega in s črko, ki je pred njim, nadomestite povesod v liku tisto številko. Vse črke v liku, brane vodoravno, dajo slovenski pregovor.

**1. Naslov pesmi Antona Aškerca je:**  
F - Ančka  
Č - Anka  
C - Anica

**2. Če se je nekaj zgodilo danes zjutraj, je to bilo:**  
Z - davi  
L - drevi  
V - osorej

**3. Dirkalna steza za kolesarje je:**  
I - hipodrom  
U - palindrom  
O - velodrom

**4. Kakšna je nočna padavina, ki škoduje rastlinam?**  
E - slana  
T - sladka  
A - grenka

**5. Kateri lik ima štiri enake stranice?**  
P - romb  
K - deltoid  
R - trapez

**6. Latinsko ime za ednino je:**  
S - plural  
E - dual  
B - singular

**7. Kaj je koza klamf?**  
Ž - pripomoček za spenjanje  
O - suha onemogla koza  
T - otroška igra

**8. Kdo je Vinko Globokar?**  
D - slovenski arhitekt  
H - slovenski glasbenik  
N - slovenski slikar

**9. Kje je most, če o njem piše Ivo Andrič?**  
G - na Moravi  
V - na Savi  
M - na Drini

**10. Brez koga ni mogel Robinson na samotnem otoku?**  
R - torka  
J - četrtka  
U - petka

**11. Kdo ali kaj ni cepec?**  
F - neotesan človek  
L - kmečko orodje  
S - strupena goba

**12. Kaj je parkur?**  
Š - vrsta pajka  
D - konjski šport  
I - ruska juha

**13. Kdaj je bil postavljen Aljažev stolp na Triglavu?**  
Ž - leta 1890  
H - leta 1900  
A - leta 1895

**14. Kelvin je merska enota za merjenje:**  
G - temperature  
C - dolžine v astronomiji  
M - energije

**15. Kateri pojem ni povezan s fotografijo?**  
P - negativ  
L - fotosinteza  
N - fiksir

**16. Kakšna je podlaga turške zastave?**  
K - modra  
T - bela  
I - rdeča

**17. Koliko let je trajala stoletna vojna med Anglijo in Francijo?**  
S - 100 let  
J - 116 let  
E - 105 let

**18. Kaj pomeni MDXVII?**  
Z - število 1117  
Ž - število 1517  
U - število 1067

Albin Rožman

Rešitev kviza iz 117 številke:

O KRESI JE DAN TAKO DOLG, DA ČLOVEK, ČE SE SKRČI VANJ TRČI, ČE SE PA STEGNE, PA VANJ DREGNE.



|  |  |   |   |  |  |  |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |  |
|--|--|---|---|--|--|--|---|---|---|--|--|---|---|---|--|--|--|
|  |  |   |   |  |  | Avtor:<br>GEORG<br>GIDER -<br>ENIGMATKO                  | ŠVEDSKA<br>FILMSKA<br>DIVA (ANITA)            | TEMNO-<br>POLTA<br>MANEKENKA<br>CAMPBELL              | EMIL<br>NAVINEK                                   | MAJHEN<br>RT                                 | IRSKO<br>ŽGANJE IZ<br>BRINOVIH<br>JAGOD                | ODDELEK ZA<br>NOTRANJE<br>BOLEZNI V<br>BOLNIŠNICI | OPLEME-<br>NITENO<br>ZELEZO                           | MEJNA<br>REKA MED<br>ARMENIJO<br>IN TURČIJO |  |  |  |
|  |  |   |   |  |  | DELOVNA<br>MOČ   |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |  |
|  |  |   |   |  |  | LASTNIK<br>KANTINE                                       |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |  |
|  |  |   |   |  |  | BOLOGNA  |   |   |   |  | STARO IME<br>ZA INDIGO                                 |   |   |   |  |  |  |
|  |  |   |   |  |  | KRAJ NA<br>POLOTOKU<br>PELJEŠČU                          |   |   |   |  | ŽAREČ<br>DELEC   |   |   |   | MESTO NA<br>SV. POLJSKE<br>NOGOMETNI<br>TRENER<br>(MATIAŽ) |  |  |
|  | IZREDNO<br>POŽREŠEN<br>ČLOVEK,<br>SNEDEŽ | STEKLENA<br>CEVKA ZA<br>ODMERO<br>ZDRAVIL           | REKA NA<br>SEVERU<br>NEMČIJE                  | JURE<br>PENGOV<br>GRŠKA<br>MITOLOŠKA<br>REKA     |  | TRI ENAKE<br>KARTE PRI<br>POKRU<br>AM. IGRAČKA<br>TURNER |   |   |   | MNOŽIČNI<br>TEK V NARAVI<br>?.<br>IN POMP    |  |   |   |   |  |  |  |
| JAMAR  |  |   |   |  |  |  |   | SL. SKLADA-<br>TELJ (CIRIL)<br>KRAJ PRI<br>GEDEROVCIH |   |  |  | STAROSTA<br>DIPLOMAT-<br>SKEGA<br>ZBORA,<br>DOYEN | ČRNA<br>CELINA  |   |  |  |  |
| PREBIVALEC<br>FRANC,<br>MESTA<br>NIMES             |  |   |   |  |  |  |   | NOČNO<br>KROKANJE<br>100                              |   |  |  |   |   |   |  |  |  |
| MANAGER<br>BEATLOV<br>(BRIAN,<br>1934-1967)        |  |   |   |  |  | NEUGODEN<br>OBUČITEK<br>LUKA NA<br>OTOKU KRKU            |   |   |   | SLOVENSKI<br>DRAMSKI<br>IGRALEC<br>(BOJAN)   | ORIANA<br>FALLACI<br>VELIKA<br>DVORANA                 |   |   |   |  |  |  |
| DELAVSKA<br>ENOTNOST                               |  |   | STARA ZVEZA<br>DRŽAV<br>LIT. JUNAK<br>(LUPIN) |  |  |  |   |   | OKROGLA<br>PLETENA<br>POSODA<br>OLGA<br>AVBELJ    |  |  |   |   |   |  |  |  |
| PASJA<br>HIŠICA                                    |  |   |   | STANE<br>NOVAR<br>OČE                            |  | STARA<br>IGRAČKA<br>NA VRVICI<br>VOJAK PRI<br>RADARJU    |   |   |   | MEHIŠKI<br>INDJANCI<br>SKANDIN.<br>MOŠKO IME |  |   |   |   |  |  |  |
| ČASTNI<br>SANOIMOR<br>JAPONSKIH<br>SAMURAJEV       |  |   |   |  |  |  | MAJHEN<br>ZASELEK<br>(REDKO)<br>KAREL<br>NOVY |   |   |  |  |   |   |   |  |  |  |
| PRAZNOVANJE<br>POROKE,<br>OHCET                    |  | ZENSKA,<br>KI STOKA<br>IZLOČEK<br>ZLEZ,<br>POBUDILO |   |  |  |  |   |   | ČRNA<br>POLJSKA<br>PTICA<br>SL. KIPARKA<br>(NACA) |  |  |   |   |   |  |  |  |
| BIVŠI<br>TISKOVNI<br>PREDSTAVN.<br>NATA<br>(JAMIE) |  |   |   | VRHOVNI<br>OČE BOGOV<br>V NORDIJSKI<br>MITOLOGIJ |  |  |   | 20.<br>HEBREJSKA<br>ČRKA<br>MOSTVO<br>(ORIG.)         |   |  |  | DOMAČA<br>ŽIVAL,<br>KI DAJE<br>MLEKO              | ODLOČNO<br>DEJANJE<br>ODLOČNO<br>DEJANJE ZA<br>DOSEGO | MEŠO<br>(MANŠAL.)                           |  |  |  |
| BESEDICA<br>PRED<br>NEMŠKIMI<br>PLEMŠKIMI<br>IMENI |  |   |   | ŠTAJERSKI<br>PONUDNIK<br>INTERNETA               |  |  |   | KREPCILO<br>V OBLIKI<br>TONIKA<br>UKANA               |   |  |  |   |   |   |  |  |  |
| ČONA,<br>PODROČJE                                  |  |   |   |  | KRLEZEVA<br>DRAMA<br>IZUMRLI<br>SLOVAN |  |   |   |   |  | BREZ NJIH<br>NE BI BIL<br>ABECEDA<br>TURSKI<br>VELIKAŠ |   |   |   |  |  |  |
| TINE<br>MAHKOVEC                                   |  |   | DUŠE<br>UMRLIH<br>SLOVANOV<br>HELJ            |  |  |  | POŠKODBA<br>TELESA<br>KAREL<br>IPAVČIČ        |   |   |  | UMETNOST<br>(LAT.)<br>3. OSEBA<br>EDNINE               |   |   |   |  |  |  |
| SLOVENSKA<br>GORA V<br>BOHINJSKIH<br>ALPAH         |  |   |   |  |  |  |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |  |
| OMAMNO<br>SREDSTVO,<br>NARKOTIK                    |  |   |   |  |  |  |   | FOTELIJU<br>PODOBEN<br>OBLAZINJEN<br>SEDEŽ            |   |  |  |   |   |   |  |  |  |

Razvedrilo

www.enigmatko.com

**ENIGMATKOV**  
Ugankarski slovar  
www.enigmatko.com

**DOAJEN - starosta diplomatskega zbora**  
**KRAJINA - prekmurski obmejni kraj**  
**EPSTEIN - Brian, angleški glasbeni manager**

Pravilno geslo križanke iz št. 117 se glasi: **ODKRITJE SPOMINSKE PLOŠČE, ŠTIRIDESET LET**

Nagrajenci križanke iz Paraplegika števil. 117: Marko BOLKA, DSO Potoče 2, 4205 PREDDVOR, Vojko RENKO, Smedniška 59, 4000 KRANJ, Franc REŽEN, Trebinjska 10, 1000 LJUBLJANA. Vse tri nagrade so v vrednosti 20,00 EUR.

Pravilno geslo križanke napišite na dopisnico in pošljite najpozneje do 20. novembra 2009 na naslov: Zveza paraplegikov Slovenije, p.p. 5714, 1001 Ljubljana.

# ŠE VEDNO VOZIM - VENDAR NE HODIM

DRUŠTVO PARAPLEGIKOV JZ ŠTAJERSKE ZA VEČJO  
PROMETNO VARNOST IN NJIHOVO MOBILNOST.

DRUŠTVO PARAPLEGIKOV  
JUGOZHODNE ŠTAJERSKE

