

PARAPLEGIK

ISSN 0351-9163

Št. 120

GLASILO Zveze PARAPLEGIKOV SLOVENIJE

marec 2010

ZMAGOVALKA FOTO NATEČAJA



SPREMEMBE V ZAKONODAJI

KAKO SE CELIJO RANE

BLOUDKOVO PRIZNANJE

DRAGI LAPORNIK

**LIKOVNO DELAVNICO OBISKAL
PRESEDNIK REPUBLIKE SLOVENIJE**

TISKOVINA

POŠTNINA PLAČANA PRI POŠTI 1130

2010
evropsko leto
boja proti
revščini in
socialni izključenosti



SLOVENIJA

Doma v Evropi.

Republika Slovenija
Urad vlade za komuniciranje

Zveza paraplegikov Slovenije izvaja cilje Evropskega leta
boja proti revščini in socialni izključenosti 2010

KAZALO

Delo Zveze	stran 4
Strokovno	stran 10
Intervju	stran 14
Delo društev	stran 16
Iz življenja	stran 25
Priznanje	stran 26
Šport	stran 27
Kultura	stran 33
V spomin	stran 41
Natečaj fotografije	stran 42
Oglasi	stran 44
Razvedrilo	stran 45
Križanka	stran 47

Glasilno 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.

Avtor fotografije na naslovnici: Jasmina Stritar (zmagovalka foto natečaja)

Osnovni podatki uredništva: Zveza paraplegikov Slovenije, Štišova 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

Poštnina plačana pri pošti 1130

Naklada: 1800 izvodov

ISSN 0351-9163



Drage bralke in bralec,

sem vas že prav pogrešala. V tem času se je zgodilo že toliko, da niti ne vem, kje bi začela. Pravi, da je vedno najbolje začeti kar na začetku. No, pa dajmo.

Koledarsko leto se je obrnilo že kar pred nekaj časa, z njim pa je prišlo polno novih načrtov, tako osebnih kot tudi poklicnih. Na Zvezi paraplegikov Slovenije smo precej časa namenili pravočasni oddaji prijav na razne razpise, s katerimi se finančno omogoča delovanje naše organizacije. Veliko moči smo usmerili tudi

v izvedbo nekaterih projektov. Novosti so prav tako v sami zakonodaji na socialnem področju. Našli boste kar nekaj koristnih informacij. Posebno zanimiv je strokovni članek o vedno aktualni temi, to je celjenju ran. Številna priznanja, ki jih dobivajo nekateri naši člani, dokazujejo, da so priznani športniki, in dva izmed njih predstavljamo na naslednjih straneh.

Vas pa znova pozivam k večjemu sodelovanju. Pošljite nam prispevke, postavljajte vprašanja, pišite komentarje in še kaj.

V deževnih dneh si le vzemite čas

in preberite naše glasilo. Ko pa posije sonček, hitro ven in naužijte se prvih spomladanskih žarkov. Naj vas ne prevzame spomladanska utrujenost.

Vaša urednica Tina Pavlovič



Glasilo Paraplegik je kot glasnik aktivnosti naše Zveze paraplegikov pa tudi vseh devet društev, ki sestavljajo našo skupno organizacijo. Vsak bralec, pa naj bo član organizacije, simpatizer ali naključni bralec, ki dobi glasilo v roke, lahko dobi vtis o slovenskih paraplegikih in tetraplegikih ter o našem organiziranem delovanju na nacionalni ali lokalni ravni.

Sodelavci na Zvezi predstavljajo svoja področja dela, na katerih lahko članom pomagajo z različnimi informacijami ali konkretnimi rešitvami, seznanjajo s zakonodajo, ki se v zadnjem času zelo spreminja, zato moramo poteze ministrstev te-

meljito spremljati in seveda zraven aktivno sodelovati. Ker se noben zakon ne piše izrecno samo za nas, ampak v širšem obsegu za vse invalide, je treba veliko kompromisov in usklajevanj, da se nam pravice ne zmanjšajo – kljub temu, da zakonodajalec vedno poudarja trenutno recesijo.

V posameznih rubrikah se predstavijo vsa društva, ki imajo v svojem okolju kaj pokazati in sporočiti širši javnosti. Iz tega lahko bralec spozna, koliko aktivnosti je v društvih na interesnem, športnem in ne nazadnje – kar je najpomembnejše – pri zagotavljanju pomoči članom, ki jo najbolj potrebujejo. Skratka, pestrost, aktivnost v okolju, kjer živimo, delamo in ustvarjamo, je naša vrlina in zato ne mine dan, ko delo društev ali Zveze ne bi bilo opaženo tudi v drugih sredstvih javnega obveščanja. Strinjam se, da še premalo, vendar moramo tudi sami s svojo izvirnostjo vzbuditi zanimanje.

Tudi v letošnjem letu bo Zveza kandidirala za sredstva ZZS, da bomo kot organizator skupinske obnovitvene rehabilitacije lahko zagotovili minimum po naši rehabilitaciji, ki je za nas zaradi posledic invalidnosti izjemno pomembna. Zato upam, da bomo zadovoljili vse potrebe po kakovostnem programu in tudi

ponudbo izvajalcev.

Pred nami so zbori članov ali občni zbori, kot se pojmujejo ponekod. Po zakonu o društvih morajo biti sklicani marca. Člani bodo ocenjevali delo vodstev, razpravljali o programih, dve društvi pa bosta imeli tudi volilna zbora članov. Zagotovo pa bodo dopisniki o tem kaj več napisali v naslednji številki. Pred Zvezo in društvi ter navsezadnje pred vsemi, ki prebirate te vrstice, je letos še veliko odprtih vprašanj. Zato bi vsakomur pred kakršno koli odločitvijo osvežil tri osnovna Askalonova načela, ki so tudi temelj stolicizma, in sicer: krepost je dovolj za srečo, nič razen kreposti ni dobro in čustvom ne smemo zaupati. Prepričan sem, da bi bile naše težave lažje rešljive in medsebojni odnosi boljši, če bi jih upoštevali.

Prihaja prebujanje narave, veselje po življenju, ki kliče po vstajenju iz otopenosti in zasanosti. Vse prijetno in v življenju polno zaokrožajo prazniki. Zato vsem, ki praznujete, želim v prihajajočih praznikih vesele, življenja polne in blagoslovljene velikonočne praznike.

Začetek nečesa novega nas vedno navdaja z lepimi občutki in pričakovanji, zato se potrudimo, da bomo zraven.

Vaš predsednik Dane



Predsednik Dane Kastelic



SEMINAR O VAROVANJU OSEBNIH PODATKOV

18. 2. 2010 je Socialna zbornica Slovenije v sodelovanju z Ministrstvom za delo, družino in socialne zadeve RS organizirala seminar o varstvu osebnih podatkov za izvajalce iz nevladnih organizacij. Seminar je bil namenjen izvajalcem enoletnih eksperimentalnih socialnovarstvenih programov (Osebna asistenca, Prevozi paraplegikov).

Ker gre pri vodenju evidenc članstva za občutljive osebne podatke, in ker si prizadevamo, da bi v vseh pogledih zadostili Zakonu o varstvu osebnih podatkov (ZVOP-1), smo zelo veseli, da so se seminarja udeležili predstavniki petih naših društev in Zveze paraplegikov. Žal se v nekaterih društvih še vedno ne zavedajo pomembnosti varovanja osebnih podatkov članov in se seminarja niso udeležili.

Zbrane je najprej pozdravil mag. Borut Grabrijan, predstavnik Direktorata za socialne zadeve pri MDDSZ, pozneje pa sta seminar vodila dr. Monika Benkovič Krašovec in Klemen Mišič, univ. dipl. prav., nadzornika za varstvo osebnih podatkov pri informacijski pooblaščenki.

Vsebina seminarja je zajemala:

- temeljne pojme varstva osebnih podatkov;
- pravne podlage za obdelavo osebnih podatkov;
- pravico posameznika do seznanitve z lastnimi osebnimi podatki;
- zavarovanje osebnih podatkov;
- izvajanje videonadzora;
- izdelavo katalogov zbirk osebnih podatkov;
- vpis v register zbirk osebnih podatkov;
- zagotavljanje sledljivosti obdelave osebnih podatkov in

- izdelavo aktov o zavarovanju osebnih podatkov.

Seminar je bil celodnevni in zelo poučen, saj je opozoril na izvajanje ZVOP-1, ki je stopil v veljavo že pred leti, vendar pa ga številni upravljavci z osebnimi podatki niso dosledno izvajali, kar je z izvedbo javnega razpisa socialnovarstvenih programov ugotovilo ministrstvo. Vsaka organizacija, ki posredno ali neposredno včlanjuje člane in je upravljavec osebnih podatkov, je po ZVOP-1 dolžna za vsako zbirko osebnih podatkov pri informacijskem pooblaščenču vzpostaviti katalog zbirke osebnih podatkov, ki vsebuje:

- naziv zbirke osebnih podatkov;
- podatke o upravljavcu osebnih podatkov (za fizično osebo: osebno ime, naslov opravljanja dejavnosti ali naslov stalnega ali začasnega prebivališča, za samostojnega podjetnika posameznika pa še podjetje, sedež in matično številko; za pravno osebo: naziv oziroma podjetje in naslov oziroma sedež upravljavca osebnih podatkov in matično številko);
- pravno podlago za obdelavo osebnih podatkov;
- kategorije posameznikov, na katere se nanašajo osebni podatki;
- vrste osebnih podatkov v zbirki osebnih podatkov;
- namen obdelave;
- rok hrambe osebnih podatkov;
- omejitve pravic posameznikov glede osebnih podatkov v zbirki osebnih podatkov in pravno podlago omejitev;
- uporabnike ali kategorije uporabnikov osebnih podatkov, vsebovanih v zbirki osebnih podatkov;
- dejstvo, ali se osebni podatki iznašajo v tretjo državo, kam, komu in pravno podlago iznosa;

- splošen opis zavarovanja osebnih podatkov;
- podatke o povezanih zbirkah osebnih podatkov iz uradnih evidenc ter javnih knjig;
- podatke o zastopniku iz tretjega odstavka 5. člena tega zakona (za fizično osebo: osebno ime, naslov opravljanja dejavnosti ali naslov stalnega ali začasnega prebivališča, za samostojnega podjetnika posameznika pa še podjetje, sedež in matično številko; za pravno osebo: naziv oziroma podjetje in naslov oziroma sedež upravljavca osebnih podatkov in matično številko).

Zbirk osebnih podatkov sicer ni treba ustvarjati upravljavcem osebnih podatkov z manj kot 50 zaposlenimi, vendar pa naša društva in Zveza upravljamo z občutljivimi osebnimi podatki, kot je diagnoza, zato smo to dolžni storiti.

Ravno tako morajo vsi upravljavci osebnih podatkov imeti Pravilnik o zavarovanju osebnih podatkov. Kadar ima upravljavec osebnih podatkov sklenjeno pogodbo s tretjo osebo (npr. računovodski servis, vzdrževalec informacijske tehnologije), je izpolnjen pogoj za pogodbeno obdelavo osebnih podatkov. Takrat mora imeti upravljavec s to tretjo osebo sklenjeno tudi pogodbo za potrebe pogodbene obdelave, kot to predvideva 11. člen ZVOP-1.

Vse o zavarovanju osebnih podatkov in o vzpostavitvi kataloga zbirk osebnih podatkov si lahko preberete na spletni strani informacijskega pooblaščenca: www.ip-pr.si, kjer je pod ikono obrazci vzorec kataloga zbirk, pogodbe in pravilnika, pod ikono register zbirk pa je mogoče vpisati zbirko podatkov v register.

Barbara Slaček



3. REDNA SEJA SKUPŠČINE ZPS

Tudi 3. redna seja Skupščine Zveze paraplegikov Slovenije je potekala v Pacugu. Delegati iz devetih pokrajinskih društev in vodstvo Zveze so se prostorih Doma paraplegikov zbrali 17. decembra 2009 in v obsežnem dnevnom redu razpravljali o celostnem poslovanju Zveze.

Seje je potekala po ustaljenem dnevnom redu. Pregledali so realizacijo sklepov iz druge seje, nato pa prisluhnili poročilu Nadzornega odbora in predstavitvi obsežnega programa dela Zveze za leto 2010.

Delegati so posebno pozorno prisluhnili poročilom nadzornega sveta in gradbenega odbora o dograditvi bivalnega dela in končni zgraditvi Doma paraplegikov v Pacugu. O številnih akcijah in dejavnostih, ki že uspešno potekajo v domu, je poročal direktor doma. Po teh obetavnih poročilih in raz-



Delovni potek seje je motil edino hud mraz, pred katerim so se nekateri zavarovali s kapucami, kapami in celo odejami.

pravi so delegati razpravljali o statutu Zveze, poslovniku o delu upravnega odbora in pravilniku o obnovitveni rehabilitaciji. Po obširni razpravi so jih potrdili.

▼ zadnji točki - Pobude in vprašanja

- so delegati dali kar nekaj pobud, na seji pa so sprejeli precej sklepov, ki so pomembni za nemoteno in uspešno delovanje organizacije.

Jože Globokar

ESCIF: IZBOLJŠATI KAKOVOST ŽIVLJENJA PARAPLEGIKOV IN TETRAPLEGIKOV

Evropska zveza paraplegikov Escif (European Spinal Cord Injury Federation) je bila uradno ustanovljena leta 2006 v Švici, združuje pa nacionalne organizacije paraplegikov iz 21 držav Evrope. Vizija Escifa, katerega članica je tudi Zveza paraplegikov Slovenije, je izboljšanje kakovosti življenja oseb s poškodbo hrbtenjače, ki živijo na območju Evrope.

Vloga mednarodne organizacije je povezovanje in promocija interesov ljudi s poškodbo hrbtenjače. Escif se zavzema tudi za tesnejšo obliko sodelovanja med

posameznimi nacionalnimi organizacijami, skupno delo v zvezi z vprašanji integracije ljudi s spinalno poškodbo v družbo, izmenjavo informacij, izkušenj in znanja ter varovanje interesov nacionalnih krovnih organizacij v povezovanju z drugimi organizacijami. Prizadeva si za vzpostavitev in spodbujanje »najboljše prakse« v posameznih državah članicah pri vprašanih, ki zadevajo ljudi s poškodbo hrbtenjače.

Escif je med svojimi članicami v obdobju od leta 2006 do 2007 zbiral razne podatke o zdravljenju, rehabilitaciji, socialnem in zdravstvenem varstvu oseb s poškodbo

hrbtenjače ter o organizacijah, ki združujejo paraplegike in tetraplegike. Na podlagi tega so ugotovili, kaj bi vseevropska zveza morala najprej storiti za izboljšanje življenja oseb s spinalno poškodbo. Zato je na kongresu leta 2007 v Lobbachu določila cilje svojega delovanja:

1. vzpostavitev regionalnih in/ali nacionalnih registrov oseb s poškodbo hrbtenjače v vseh evropskih državah;
2. spodbujanje centraliziranega zdravljenja poškodb hrbtenjače;
3. povezovanje strokovnega svetovanja in strokovnih podpornih storitev v rehabilitaciji;



4. proaktivna podpora za družine oseb s poškodbo hrbtenjače.

vključene štiri delovne skupine, od katerih se vsaka ukvarja z eno izmed področij. Politika delovnih skupin je raziskava trenutnega stanja in prakse ter oblikovanje smernic in

priporočil za »najboljšo prakso« na vsakem od štirih področij.

Na podlagi sprejetih ciljev so bile v sklopu Escifa že leta 2007 ustanov-

1. Članice Escifa se strinjajo, da je treba uvesti regionalne in ali nacionalne registre v vseh evropskih državah.

Prednosti registrov SCI za osebe s spinalno poškodbo:	S statistiko se bo s primerljivostjo, točnostjo in dostopnostjo:
pri finančnih in nadzornih vidikih	1. olajšala in izboljšala dodelitev sredstev za zdravljenje, rehabilitacijo in raziskave pa tudi za mobilnost, transport, prilagoditve bivalnega okolja itd.; 2. omogočila primerjava nacionalnih politik in političnih intervencij; 3. na podlagi dokazov omogočilo spremljanje posledic političnih odločitev in njihovega vpliva na rezultate.
s socialnega vidika	odkril obseg nezadovoljenih potreb na zdravstvenem in socialnem področju;
pri financiranju	vodilo k večji prepoznavnosti, tako da bo lažje dobiti sredstva za raziskave, zdravstvene in klinične objekte, pa tudi finančno podporo za organizacije, ki združujejo osebe s poškodbo hrbtenjače;
pri raziskovanju	premagale težave majhnih nacionalnih vzorcev in zagotavljale statistično zanesljive rezultate;
s kliničnega vidika	1. določil standard, ki bo zagotovil enotnost informacij o bolnikih, ki jih bodo zbirali centri v času rehabilitacije in v času nadaljnjega spremljanja posameznika; 2. omogočila primerjava npr. rezultatov rehabilitacije, medicinskih in kirurških posegov znotraj držav in med njimi;
s političnega vidika	pomagalo organizacijam, da bodo njihove politične dejavnosti, lobiranje in kampanje učinkovitejše;
s področja preventive	omogočilo vladam in organizacijam lažje posredovanje prizadevanj za preprečevanje/zmanjševanje poškodb hrbtenjače, saj bo statistika prikazala podatke o demografski in geografski razpršenosti poškodb hrbtenjače ter njenih vzrokih.

Prva delovna skupina je proučevala obstoječe registre v članicah Escifa. Podatke so zbrali in podali v tabeli 1.

Tabela 1 – Registri oseb s poškodbo hrbtenjače članic Escifa (leto 2009)

Država	Nacionalni register	Ni registra	Deljeno
Avstrija		x	
Anglija		x	
Belgija		x	
Bosna in Hercegovina		x	
Črna gora		x	
Danska		x	
Finska		x	
Hrvaška	x		
Irski	x		
Italija		x	



Litva		X	
Nemčija	X		
Nizozemska		X	
Portugalska		X	
Romunija	X		
Škotska	X		
Slovenija	X		
Španija		X	
Švedska			X
Švica		X	

V nekaterih državah (na Danskem in v Španiji) vodijo registre oseb s poškodbo hrbtenjače rehabilitacijske ustanove. Romunija je vzpostavila register oseb s poškodbo hrbtenjače, vendar ima trenutno probleme z zavarovanjem podatkovne baze. Švedska ima skupni register oseb s spinalno poškodbo skupaj z Norveško.

Skupina zdaj želi določiti:

- katere informacije je treba vključiti v dostopen nacionalni register;
- kako je mogoče podatke zbirati v kliničnem okolju brez ustvar-

janja pretiranih administrativnih nalog.

Seveda je treba posebno pozornost posvetiti tudi temu, kako bi bili nacionalni registri usklajeni s podatkovnimi nizi.

Opazimo lahko, da je Slovenija ena redkih evropskih držav, ki ima urejen nacionalni register oseb s poškodbo hrbtenjače. Pri podatkih, s katerimi razpolagamo, lahko rečemo, da le 1 % oseb s poškodbo hrbtenjače ni vključen v ta register oziroma niso člani članic Zveze paraplegikov Slovenije. Ali je tako

velika vključenost posledica majhnosti ali pa je bila že na začetku ustanovitve Zveze paraplegikov Slovenije pred davnimi štiridesetimi leti zasnova organiziranega združevanja paraplegikov in tetraplegikov dobra, je težko reči.

Vendar si bo ZPS tudi v prihodnje prizadevala za ohranitev in nadgraditev nacionalne baze podatkov o osebah s poškodbo hrbtenjače, kar pa je zaradi varstva osebnih podatkov in drugih teženj po ustanavljanju društev, ki ne bi bila vključena v ZPS, čedalje težje.

2. Escif si bo prizadevala za spodbujanje centralizacije zdravljenja, rehabilitacije in vseživljenjske nege oseb s poškodbo hrbtenjače ter ustanavljanje namenskih centrov odličnosti

Preglednici 2 in 3 prikazujeta odgovore članic Escifa na anketo, narejeno v letu 2007 glede lokacije zdravljenja bolnikov s

poškodbo hrbtenjače in njihove primarne rehabilitacije. Iz tabele je razvidno, da se zdravljenje in rehabilitacija močno razlikujeta

od države do države. Še bolj pa se razlikuje sistem varstva invalidov v posamezni državi.

Tabela 2 – Lokacija zdravljenja novih pacientov s poškodbo hrbtenjače - v %, kjer je podano

Država	Specializirana bolnišnica	Oddelek za poškodbo hrbtenjače	Oddelek za nevrokirurgijo	Travmatološki oddelek	Nespecialistični oddelek
Avstrija			X	X	
Anglija in Wales	X	X	X	X	
Belgija		60		20	30
Danska		X	X		
Finska			50	50	
Hrvaška	X		X	X	
Irska	100				
Italija		50	25	25	
Nemčija		80	5	15	
Nizozemska				X	
Portugalska		X			
Slovenija	X	X		X	



Škotska	x		x	x	
Španija	40	15	10	10	25
Švedska		x		x	
Švica	50	25	25	x	x

Tabela 3 – Primarna rehabilitacija oseb s poškodbo hrbtenjače (v %) in število postelj (kjer je podano)

Država	Specializirana bolnišnica za poškodbe hrbtenjače (1)	Oddelek za poškodbe hrbtenjače v splošnih bolnicah	Rehabilitacijski center za osebe s poškodbo hrbtenjače (2)	Splošni rehabilitacijski center	Število postelj v 1 in 2
Avstrija			85	15	160
Anglija in Wales	75	x	x	x	400
Belgija		60		40	126
Danska			90	10	67
Finska			60	40	43
Hrvaška			90	10	35
Irska	100				50
Italija		50	25	25	500
Nemčija	x	x	x	x	?
Nizozemska			x	x	?
Portugalska	x		x	x	?
Slovenija			99	1	70
Škotska	x			x	?
Španija	x	x	x	x	850
Švedska		x	x	x	?
Švica	60	35	5		235

Osnovnih argumentov za centralizirano zdravljenje, rehabilitacijo in sistem varstva oseb s poškodbo hrbtenjače je več. Najpomembnejše je, da se centri odličnosti lahko osredotočijo ne le na zdravljenje in nego, marveč tudi na raziskave in usposabljanje osebja. Pomembno vlogo imajo tudi pri pretoku informacij in podpori paraplegikom in njihovim družinam, družinskim zdravnikom, lokalnim bolnišnicam itd.

Delovna skupina se zaveda, da imajo geografske značilnosti pomembno vlogo pri logistiki zdravljenja, rehabilitaciji in skrbi za osebe s poškodbo hrbtenjače. Obravnavala je tudi vprašanje »kritične mase«, ki je sprejemljiv parameter v drugih specializacijah.

Vendar pa je trenutno priporočilo delovne skupine: kakovost pred razdaljo! Glavna naloga zdaj je priporočitev rešitev za sistem varstva in oskrbe.

Vmesno poročilo delovne skupine poudarja, da se ponovna vključitev oseb s trajno poškodbo hrbtenjače v skupnost lahko doseže le s širokim pristopom – za reševanje zdravstvene, poklicne, družbene skupnosti in posledic SCI.

Ni dovolj le usposabljanje ljudi, da se lahko sami oblečejo, kontrolirajo svoje črevesje in mehur, skrbijo za nego kože in, da obvladajo premikanje z vozička in na voziček. Ljudem je treba dati predvsem razlog za uporabo teh znanj in spretnosti. Tak celovit in usklajen

pristop k rehabilitaciji je najlažje doseči v centraliziranem sistemu.

V Sloveniji je rehabilitacija oseb s spinalno poškodbo popolnoma centralizirana. Skoraj vsi so deležni primarne rehabilitacije v Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu RS – Soči. Tudi pozneje je Soča tista, ki spremlja paraplegika predvsem pri spremljajočih boleznih in nabavi ortopedskih pripomočkov; pri socialnem vključevanju pa ima le majhno vlogo.

Nekoliko drugačna je slika pri prvem zdravljenju poškodb hrbtenjače. Bolniki se namreč zdravijo v lokalnih bolnišnicah po Sloveniji, največkrat na travmatoloških oddelkih.



3. in 4. Medsebojna podpora članov in proaktivna podpora za družine

Ti dve skupini si prizadevata za vzpostavitev okvira, ki bo nastal iz sedanjih praks in zamisli ter skušata oblikovati priporočila za podporo modelov in dejavnosti, katerih namen je spodbuditi nacionalne organizacije in nacionalne zdravstvene organe pri njihovih aktivnostih. Ključna točka je, da je za takšne dejavnosti potrebno stalno

financiranje. Predlogi bodo predstavljeni na naslednjem kongresu Escifa v Lobbachu v maju 2010.

Naslednji koraki ...

Escif se popolnoma zaveda, da bodo njegova priporočila koristila le ob tesnem sodelovanju s strokovnjaki zdravstvenega varstva SCI v Evropi. V odprti razpravi

skupaj z raziskovalci, terapevti in zdravstvenim osebjem bi radi ustvarili vseevropski temelj, iz katerega bomo lahko izvajali pritisk na zdravstvene oblasti v vsaki državi. Več informacij si lahko pogledate na spletni strani www.escif.org

Povzela Mirjam Kanalec

LIONS KLUB BLED GOLF - IZBOR NAŠEGA PACIENTA - HUMANITARNA AKCIJA

O humanitarni akciji, ki jo je organiziral Lions klub Bled Golf, sem že pisala v reviji Paraplegik. Vendar imam zdaj še nove podatke, za katere želim, da jih preberete. Podatki so dobri in spodbudni. Naj na kratko opišem ozadje, kako se je zgodil izbor našega pacienta na Oddelku za rehabilitacijo pacientov z okvaro hrbtenjače na URI – Soča.

Decembra 2008 smo na oddelku dobili informacijo o možnosti za sodelovanje v humanitarni akciji, ki jo je organiziral Lions klub Bled Golf. Na našem oddelku smo takrat pripravili predlog za dva pacienta tetraplegika. Oba sta bila glede na povsem spremenjeno zdravstveno stanje po poškodbi stalno vezana na uporabo elektromotornega invalidskega vozička, ki ga lahko samostojno upravljata s posebnimi komandami, ki se kontrolirajo z

gibi vratu oziroma z brado.

Lions klub Bled Golf se je odločil za pomoč v obliki donacije za mlajšega od pacientov, pri čemer so upoštevali dejstvo, da v družini živi še hčerka, ki študira. Humanitarna prirediteljska Lions Ski Open 2009 je potekala 21. 2. 2009 na Kravcu. Preteklo je kar nekaj časa po humanitarni prireditvi, da je bil znan izkupiček zbranih sredstev. V humanitarni akciji se je nabralo 7000 evrov.

Medtem pa je naš pacient končal rehabilitacijske programe. Zaradi svojega zdravstvenega stanja se ni mogel vrniti na svoj dom k družini, zato smo skupaj z njim in njegovo ženo iskali drugo začasno rešitev za njegovo bivanje. Z drugimi besedami: kot oddelčna socialna delavka sem se vključila v iskanje primerne namestitve zanj v domu starejših

občanov. Drugih, zanj primernih namestitvenih možnosti namreč v Sloveniji nimamo. Izmed številnih poslanih vlog za sprejem v domsko varstvo je pozitiven odgovor prišel iz Ormoža. Tam je gospod dobil svojo sobo in je bil s premesitvijo tudi zadovoljen. Glede porabe humanitarnih sredstev pa se je odločil, da bi mu zelo prav prišel računalnik s posebno prilagojeno lasersko tipkovnico. Izbral si je tudi suspenzijske zanke za roke. Za preostali znesek doniranih sredstev pa je bilo dogovorjeno, da se bodo mesečno porabljala za plačilo oziroma doplačilo domske oskrbe v Ormožu.

Pravzaprav se je celotna humanitarna akcija v korist našega pacienta končala 24. februarja 2010.

Vanja Skok

KORISTNA INFORMACIJA

Prošnja mednarodnega Rdečega križa in reševalnih organizacij: Vozniki reševalnih vozil so pri nesrečah opazili, da ima večina poškodovancev pri sebi mobilni telefon.

Pri poškodovancih, ki so v nezavesti, reševalci na osnovi dolgega seznama številčk na mobilnem telefonu ne vedo, koga poklicati

in obvestiti. Zato so reševalci in zdravniki predlagali, da vsak v svoj imenik mobilnega telefona zaradi morebitne nesreče pod psevdonom vstavi kontaktno osebo, ki jo je treba poklicati.

Mednarodno priznani psevdonim je ICE (= In Case of Emergency)

Pod tem imenom vnesite klicno

številko osebe, ki naj jo pri morebitni nesreči pokličejo reševalci, gasilci ali policisti. Če je takih oseb več, uporabite ICE1, ICE2, ICE3 itd. To je lahko izvedljivo, nič ne stane, lahko pa veliko pomaga!

Prosim, posredujte to sporočilo naprej svojim prijateljem in znancem. Tako bo ta postopek postal uporaben vseh povsod.



ODPRTJE DVIGALA

Branko Rupnik, znan likovnik med paraplegiki, in njegova življenjska sopotnica Marja Šerbela - Rupnik, ki je ravno tako umetnica, sta ob koncu lanskega leta končno dočakala dvigalo, ki sta si ga dolga leta želela, zadnja leta pa sta ga že potrebovala.

Projekt in zasnovi za vgradnjo dvigala je že pred desetimi leti izdelal arhitekt Matjaž Planinc, sama želja po dvigalu pa je v njenih glavah zorela kar petintrideset let – Marja pravi, da tako dolgo, kolikor let sta poročena. Pa vendar se nikoli ni našlo tistih nekaj odvečnih finančnih sredstev, s katerimi bi si lahko olajšala vstopanje v svoj dom in izstopanje iz njega.

Z veliko previdnosti sta pri županji občine, v kateri prebivata, zaprosila za pomoč pri realizaciji

in brez kakršnih koli zadržkov je občina obljubila pomoč. Seveda smo na pomoč priskočili tudi pri Zvezi in Društvu paraplegikov jugozahodne Štajerske. Ker je bil projekt resnično velik zalogaj, so pri gradnji pomagali tudi številni posamezniki in podjetja.

Kot že rečeno, je bilo slavnostno odprtje dvigala v decembru, udeležila pa sta se ga Barbara Slaček kot predstavnica Zveze in Aleš Povše, predstavnik društva.

Dvigalo je res veličastno, saj je speljano v tri etaže, in prav v najvišji sta Branko in Marja odprla slikarski atelje, ki sta si ga ravno tako želela. Na odprtju je bilo kar lepo število povabljenih, med drugim županja občine Ljubno ob Savinji in občinski svetniki pa tudi posamezniki, ki so zaslužni za

njuno pridobitev. Branko in Marja sta nas vse prisrčno pozdravila in v svojem govoru povedala, da je to dvigalo majhen korak za Ljubno, a velik zanju, ter da sta se od navdušenja prvih nekaj dni kar vozila in vozila.

V govoru je zbrane pozdravila tudi županja Anka Rakun in jima čestitala za pogum, ker sta si fizično upala pristopiti k temu projektu. Vsi vabljeni smo se tudi podpisali v knjigo gostov, ki sta jo ob tem dogodku odprla. Gostitelja pa sta v znak zahvale zaslužnim podelila zahvalne listine in grafike.

Zveza paraplegikov jima čestita ob uresnitvi njunega projekta z željo, da bi jima dvigalo še dolgo dobro služilo.

Barbara Slaček

Strokovno

KAKO SE CELIJO RANE

V prispevku za bralce revije Paraplegik zdravnik Tomaž Velnar, dr. med., specializant nevrokirurgije, predstavlja mehanizme, ki so vpleteni v procesu celjenja rane oziroma poškodbe kože in podkožnega tkiva, ki lahko nastane zaradi poškodbe ali čezmernega pritiska. O ranah in poškodbah zaradi čezmernega ali nepravilnega pritiska ste bralci revije Paraplegik že veliko slišali in prebrali, žal pa imate mnogi izmed vas z ranami in poškodbami kože in podkožja tudi praktične, seveda neprijetne izkušnje. Ker so mehanizmi tkivnega celjenja in regeneracije precej zapleteni, je v članku sorazmerno veliko latinskih izrazov, za katere ni ustreznega slovenskega prevoda. Dr. Velnar je v okviru strokovnega izpopolnjevanja v Angliji opravil tudi raziskovalno nalogo v eksperimentalnih laboratorijskih pogojih, in sicer na temo procesov celjenja, s katero je pozneje pridobil tudi naslov magister znanosti. Dr. Velnar trenutno končuje specializacijo iz nevrokirurgije in je zaposlen v Univerzitetnem kliničnem centru v Mariboru.

asist. Daniel Globokar, dr. med.

Uvod

Problematika ran in celjenja tkiva je stara tako kakor človeštvo. Že pred tisoči let so vrači in šamani poskušali priklicati na pomoč dobre duhove, da bi bolnega ozdravili in ga rešili tegob. V zapisih antičnih civilizacij je predstavljenih mnogo takratnih bolezni in metod zdravljenja, ki se še močno prepletajo z magijo. S spoznavanjem biologije in

fiziologije obnove tkiv pa so počasi, vendar nezadržno rasli tudi znanje in izkušnje in skrivnost zdravljenja je čedalje bolj prehajala v pravo znanost.

Celjenje tkiva

Organizem, ki ga poškodujejo škodljivi vplivi iz okolja, se brani z obnovo tkiv, katere temelj je delitev celic. Poškodba tkiva sproži tkivni odziv, ki je usmerjen k ponovni

vzpostavitvi funkcije. Procese obnove poškodovanega tkiva razvrščamo v štiri faze: I) strjevanje krvi in ustavljanje krvavitve (koagulacija in hemostaza); začne se takoj po poškodbi, II) vnetno obdobje, III) proliferativno obdobje, ki se začne po nekaj dnevih in pomeni glavno fazo celjenja ter IV) nastanek brazgotine (1, 2).



I) Koagulacija in hemostaza

To obdobje se začne v rani takoj po poškodbi. Glavni cilj je preprečiti izkrvavitev in s tem ohraniti krvno-žilni sistem ter vitalne organe, tako da ostane njihova funkcija ohranjena kljub poškodbi. Drugi cilj je dolgoročen: krvni strdek bo osnova za vraščanje celic v poznejših fazah celjenja (3).

Škodljiv dejavnik povzroči poškodbo majhnih žil in prehod krvi v rano (4). Poškodovane žile se hitro skrčijo zaradi živčnega refleksnega mehanizma, s skrčenjem gladkih mišičnih celic, ki gradijo žilno steno. Skrčenje gladkih mišic je dovolj močno, da lahko prepreči krvavitev iz majhne arterije, če je prekinitev prečna. Refleksno skrčenje žile lahko začasno zmanjša ali celo ustavi krvavitev. Čez nekaj minut žilno skrčenje popusti, ker pomanjkanje kisika v žilni steni povzroči pasivno sprostitvev gladkih mišic, in krvavitev se zato spet pojavi. Če v tem času ne bi prišlo do nastanka netopnega krvnega strdka, bi bili ti žilni mehanizmi dolgoročno neučinkoviti (5,6).

II) Vnetno obdobje

Vnetna faza sledi obdobju koagulacije in hemostaze. Cilj je nastanek imunske ograde okrog poškodovanega tkiva in mikroorganizmov, ki so v njem. Vnetni odgovor vključuje komponento zgodnjega (akutnega) in dolgotrajnega (kroničnega) vnetja.

Zgodnje vnetno obdobje

Začne se že v poznih obdobjih koagulacijske faze in ima številne naloge. Aktivira molekularne procese, ki vodijo v prihod belih krvničk v rano, katerih glavna naloga je preprečitev okužbe. Te celice začnejo požirati in uničevati bakterije, tuje delce in poškodovano tkivo (7).

Bele krvničke se začnejo v rani zbirati že po 24 do 36 urah zaradi

različnih snovi, ki vplivajo na njihovo potovanje po tkivu. Zaradi sprememb posebnih molekul na njihovi površini se te celice najprej začnejo lepiti na endotelijske celice v majhnih venah, ki obdajajo rano. Pod vplivom toka krvi se kotalijo vzdolž endotelija. Proces lepljenja in kotaljenja sta najprej odvisna od šibkih povezav med belimi krvničkami in endotelijem, pozneje pa se aktivirajo močnejše povezave. Te povzročijo, da se celice nehajo kotaliti in se plazijo iz majhnih ven, tako da se prerinejo med endotelijskimi celicami (5–7). Sledi potovanje v rano, ki je odvisno od posebnih kemičnih snovi, ki se sproščajo iz rane in njene okolice. Ko bele krvničke prispejo v rano, začnejo požirati mrtvo tkivo in bakterije. Uničujejo jih s posebnimi encimi (6,7).

Po nekaj dneh od poškodbe, ko so bakterije odstranjene, se aktivnost belih krvničk postopoma spremeni. Po končni nalogi se morajo te celice odstraniti iz rane, da lahko sledijo naslednje faze celjenja. Odvečne celice se odstranijo z izločanjem na površino rane kot tako imenovani detritus in z apoptozo, posebno obliko programirane celične smrti. Ta omogoči odstranitev neravnih celic iz rane brez dodatne poškodbe tkiva ali vnetja (9).

Pozno vnetno obdobje

Kot del poznega obdobja imunskega odziva, 48 do 72 ur po poškodbi, se v rani pojavijo posebne celice, ki jih imenujemo makrofagi. Tudi ti so podvrsta belih krvničk in nadaljujejo proces požiranja (7). Na ranjeno področje so pritegnjeni s številnimi snovmi, podobno kot bele krvničke v zgodnjem vnetnem obdobju. Makrofagi so bistveni za pozne faze vnetnega odgovora, kjer delujejo kot glavne celice, ki usmerjajo nadaljnje faze celjenja tkiva z izločanjem številnih snovi, ki vplivajo na razmnoževanje in rast različnih celic v rani (10). Primanjkljaj makrofagov v rani povzroči motnje

celjenja zaradi slabega odstranjevanja odmrlih celic iz rane, slabo nalaganje vezivnega tkiva in upočasnjeno oblikovanje žilne mreže. Posledica je nezadosten nastanek vezivnega tkiva in slaba natezna čvrstost zaceljene rane (11). Tretja vrsta belih krvničk so limfociti, ki pridejo v rano v poznem vnetnem obdobju. Ti se na mestu poškodbe pojavijo po 72 urah (7).

III) Proliferativno obdobje

Ko delovanje škodljivega dejavnika preneha, se začne obnova tkiva (2,7). Proliferativno obdobje se začne tretji dan po poškodbi in traja še do dva tedna. Glavna značilnost je potovanje vezivnih celic – fibroblastov – v rano in odlaganje vezivnega tkiva, ki deluje kot nadomestek za začasno mrežo iz krvnega strdka (8, 9). Ob koncu prvega tedna je zbranega že veliko vezivnega tkiva, ki še pospešuje celično prehajanje v rano. Zdaj se fibroblasti spremenijo v posebne celice, miofibroblaste. Ti aktivno stegujejo svoje podaljške in se pripenjajo na vezivo v rani. Zaradi skrčenja celičnih podaljškov nastopi skrčenje rane, pomemben dogodek v procesu obnove, ki približa robove rane. Odvečni fibroblasti so po opravljeni nalogi odstranjeni s posebno obliko celične smrti, ki jo imenujemo apoptoza (12, 13).

Nastajanje kolagena

Kolageni so pomembne sestavine v vseh obdobjih celjenja. Omogočajo čvrstost in integriteto tkiv, izdelujejo pa jih fibroblasti. Kolageni igrajo ključno vlogo v proliferativni fazi vnetja in v obdobju preoblikovanja rane (13).

Angiogeneza in nastanek granulacijskega tkiva

Nastanek in preoblikovanje novih krvnih žil nastaja vzporedno z drugimi stopnjami celjenja. Kapilarni brstiči se iz robov rane vraščajo v krvni strdek v rani. Po nekaj dneh nastane mreža, sestavljena iz števil-



nih novih kapilar. Celice v rani in vezivno tkivo sestavljajo tako imenovano granulacijsko tkivo, ki nadomesti začasno mrežo iz krvnega strdka. Z nalaganjem veziva – kolagena – se gostota krvnih žil zmanjšuje in granulacijsko tkivo zori, kar vodi v nastanek brazgotine (14).

Epitelizacija – kritje rane z epitelij-skimi celicami. Selitev epitelij-skih celic (to so krvne celice, npr. celice kože) poteka z robov rane. Začne se že nekaj ur po poškodbi tkiva. Najprej nastane ena plast celic, ki prekrije poškodbo, navadno v 24 urah po njej. Spremlja jo povečana stopnja delitve celic ob robovih rane. Ko se napredujoče celice z robov srečajo, migracija preneha in celice se zasidrajo na svojem mestu (15).

IV) Nastanek brazgotine in faza preoblikovanja rane

Faza preoblikovanja rane je zadnje obdobje med celjenjem. Oblikuje se nov epitelij, brazgotinsko tkivo se dokončno preoblikuje. To obdobje lahko traja tudi do enega ali dve leti, včasih celo dlje (12). Preoblikovanje akutne rane nadzorujejo mehanizmi, ki vzdržujejo ravnotežje med nastajanjem in razgradnjo komponent ter s tem omogočajo normalno celjenje. Med zorenjem se snopi veziva v rani debelijo in natezna čvrstost rane raste sorazmerno z zbiranjem vezivnega tkiva, predvsem kolage-



Fotografija preležanine zaradi prekomernega pritiska v tipični regiji.

na. Kolagenska vlakna lahko obnovijo do 80 % jakosti v primerjavi z nepoškodovanim tkivom. Končna jakost pa je seveda odvisna od trajanja in lokalizacije procesov celjenja. Čvrstosti rane, enake kot pred poškodbo, ni mogoče doseči (16).

Začetno kopičenje kolagena v rani je neorganizirano. Sčasoma pa postanejo nove kolagenske niti bolj orientirane in prepletene. Končna organizacija vlaken je dosežena v zadnjih fazah preoblikovanja rane na račun skrčenja – kontrakcije rane. Vezivno tkivo v globini se krči in približa robove. Število celic se manjša z apoptozo, sčasoma

preneha tudi rast kapilar, krvni pretok se zmanjša in presnovna aktivnost v rani upade. Končno stanje je nastanek zrele brazgotine z majhnim številom celic, krvnih žil in z veliko čvrstostjo (16, 17).

Organizem lahko tako s številnimi in zapletenimi dogajanjem popravi okvaro, povzročeno s škodljivim dejavnikom ali boleznijo, če ni bila prehuda, in znova omogoči delovanje zaceljenega dela.

**Tomaž Velnar, dr.med.,
specializant nevrokirurgije**

Literatura

1. Vanwijck, R. Surgical biology of wound healing. Bull Mem Acad R Med Belg 2001; 115; 3–4: 175–84.
2. Degreef, H. J. How to heal a wound fast. Dermatol Clin 1998; 16; 2: 365–75.
3. Broughton, G., Janis, J. E., Attinger, C. E. The basic science of wound healing. Plast Reconstr Surg 2006; 117; S 12–34.
4. Lawrence, W. T. Physiology of the acute wound. Clin Plast Surg, 1998; 25; 3: 321–40.
5. Streckler - McGraw, M. K., Jones, T. R., Baer DG. Soft tissue wounds and principles of healing. Emerg Med Clin North Am 2007; 25; 1: 1–22.
6. Natarajan, S., Williamson, D., Stiltz, A. J., et al. Advances in wound care and healing technology. Am J Clin Dermatol 2000; 1; 5: 269–75.
7. Hart J. Inflammation. 1: Its role in the healing of acute wounds. J Wound Care 2002; 11; 6: 205–9.
8. Flangan, M. The physiology of wound healing. J Wound Care 2000; 9; 6: 299–300.
9. Richardson, M. Acute wounds: an overview of the physiological healing process. Nurs Times 2004; 100; 4: 50–3.
10. Hunt, T. K., Hopf, H., Hussain, Z. Physiology of wound healing. Adv Skin Wound Care 2000; 13; S 6–11.
11. Hess, C. T. Skin care basics. Adv Skin Wound Care 2000; 13: 127–8.
12. Ramasastry, S. S. Acute wounds. Clin Plast Surg 2005; 32; 2: 195–208.
13. Greenhalgh, D. G. The role of apoptosis in wound healing. Int J Biochem cell Biol 1998; 30; 9: 1019–30.
14. Moon, J. J., Matsumoto, M., Patel, S., et al. Role of cell surface heparin sulphate proteoglycans in endothelial cell migration and mechanotransduction. J Cell Physiol 2005; 203; 1: 166–67.
15. Baum, C. L., Arpey, C. J. Normal cutaneous wound healing: clinical correlation with cellular and molecular events. Dermatol Surg 2005; 31; 6: 674–86.
16. Clark, R. A. Regulation of fibroplasia in cutaneous wound repair. Am J Med Sci 1993; 306; 1: 42–8.
17. Mulder, G. D., Vande Berg, J. S. Cellular senescence and matrix metalloproteinase activity in chronic wounds. Relevance to debridement and new technologies. J Am Podiatr Med Assoc 2002; 92; 1: 34–7.



SPREMEMBE V ZAKONODAJI NA SOCIALNEM PODROČJU

Zakon o socialnovarstvenih prejemkih in Zakon o uveljavljanju pravic iz javnih sredstev
Vlada RS želi doseči spremembe z naslednjimi ukrepi:

- nova določitev minimalne ravni socialne varnosti in določitev njene višine na ravni, ki bo zagotovila dostojno življenje;
- zagotovitev enotne vstopne točke v sistem socialnih pomoči;
- vzpostavitev enotne evidence vseh pomoči, ki jih prejema posameznik.

Ti ukrepi naj bi se izvajali v predlogu **Zakona o socialnovarstvenih prejemkih - ZSVP** in v predlogu **Zakona o uveljavljanju pravic iz javnih sredstev – ZUPJS**.

Cilji izvajanja na novo predvidenih ukrepeh so:

- preprečevanje kopičenja socialnih pravic in odprava sistema povezanih pravic;
- sprememba ravni in meril za posamezne pravice s ciljem večje stimulacije za delo in zmanjšanja pasti revščine in brezposelnosti;
- učinkovitejši in do uporabnika prijaznejši sistem socialnih transferjev;
- zagotavljanje pomoči tistim, ki jo resnično potrebujejo.

Namen Zakona o socialnovarstvenih prejemkih je, izboljšati sedanjo ureditev instituta denarne socialne pomoči in ga prilagoditi zakonskim spremembam na drugih sorodnih področjih (ZUPJS, ZPIZ, ZDOZDO idr.).

Zakon o socialnovarstvenih prejemkih uvaja:

- **minimalni dohodek v višini**

75 % (začasni minimalni dohodek znaša 385,08 evrov)

- **varstveni dodatek v višini 161,73 evra (za osebe, ki so trajno nezmožne za delo, trajno nezaposljive in osebe, starejše od 65 let)**
- **dodatek za aktivnost (v višini 161,73 ali 80,865 evra)**

Ob navedenem Zakonu o socialnovarstvenih prejemkih predlagana zakonodaja izboljšuje tudi nekatera zdaj pomanjkljiva zakonska določila na področju denarne socialne pomoči, **s katerimi se zmanjšuje možnost zlorab in izkoriščanja sistema**. Na novo se tako uvaja zakonska domneva obstoja zunajzakonske skupnosti, nova definicija posredno ugotovljenega dohodka in uvedba novega načina upoštevanja premoženja in ugotavljanja dohodka iz dejavnosti.

Zaostrile pa se bodo tudi sankcije pri morebitnih zlorabah, krivdnih razlogih za neupravičenost do DSP in prikazovanju lažnih podatkov ali prikrivanju resničnega stanja.

ZAKON O UVELJAVLJANJU PRAVIC IZ JAVNIH SREDSTEV

V samem zakonu je predvidena »**enotna vstopna točka**« v sistemu socialnih pravic, ki so vezane na ugotavljanje materialnega položaja posameznikov in ne temeljijo na socialnem zavarovanju. Na centru za socialno delo bodo posamezniki oddali **le eno vlogo za pridobitev katere koli izmed 11 v zakonu urejenih pravic** do denarnih prejemkov, subvencij in znižanih plačil:

1. otroškega dodatka,
2. denarne socialne pomoči,
3. varstvenega dodatka,
4. državne štipendije,
5. znižanja plačila za programe vrtcev, ki jih izvajajo javne službe,

6. subvencije za malico za učenec in dijake,
7. subvencije za prevoz za dijake in študente,
8. oprostitev plačil socialnovarstvenih storitev in prispevka k plačilu sredstev, namenjenih za plačilo oziroma doplačilo pravic družinskega pomočnika,
9. subvencije za najemnino,
10. pravice do kritja razlike do polne vrednosti zdravstvenih storitev za socialno ogrožene osebe,
11. pravice do plačila prispevka za zdravstveno zavarovanje.

Zakona sta finančno nevtralna in ne zahtevata dodatnih proračunskih sredstev.

Znotraj trenutnega sistema socialnih transferjev naj bi prišlo do nekaterih prerazporeditev, usmerjenih v večjo pravičnost in preprečevanje kopičenja transferjev in zlorab.

S spremembami se stremi k temu, da bodo tisti, ki pomoč resnično potrebujejo in so v resnici najbolj ogroženi (starejši, invalidi), tudi pridobili to pomoč po čim bolj prilagojenih postopkih. Zakona bosta predvidoma sprejeta v drugi polovici leta, v veljavo pa bosta stopila v letu 2011.

Povzela:
Špela Šušteršič,
strokovna delavka



INTERVJU Z PODPRVAKOM

V ŠPORTNEM RIBOLOVU RUDI CENTRIH

Član DP Jugozahodne štajerske je paraplegik, ki se je leta 1997 poškodoval pri delu, ko je padel z višine. Po včlanitvi v društvo se je takoj začel aktivno ukvarjati s košarko na vozičkih. Še vedno je član slovenske reprezentance, čeprav je njegova strast športni ribolov. Lani je na svetovnem prvenstvu v športnem ribolovu na Portugalskem osvojil naslov podprvaka, z ekipo pa so osvojili naslov svetovnih prvakov. Da je mera polna, je Rudi prejel tudi naziv športnik leta med invalidi 2009.

Zakaj ravno ribolov?

Moje navdušenje za ribolov sega tako daleč kot moj spomin. Oče je bil ribič in očitno mi je bilo to položeno v zibelko oz. nosim v genih. Že kot triletni fantič sem z očetom odhajal na ribolov, se pravi, da se z ribištvom ukvarjam že vse življenje. Tudi ko sem po poškodbi ostal na invalidskem vozičku, sem se po včlanitvi v društvo pridružil ekipi celjskega društva in gojil to strast naprej. Če lahko rečem, da smo se takrat šli tekmovalni ribolov, saj je vse skupaj potekalo le na državni ravni, med društvi, kajti tekmovalni ribolov v svetovnem merilu se je uveljavil šele leta 2003.

Od kod potrpežljivost oz. kaj je tako vznemirljivega pri »sedenju ob vodi«?

Kot sem že rekel, imam to v genih. Vedno znova me vznemirja pričakovanje, kaj se bo zgodilo na drugi strani trnka, saj nikoli ne veš, kaj lahko pričakuješ. Če si lovec, vidiš žival in jo ustreliš, pri ribištvu pa si vedno v negotovosti, in to je tisto, kar me vleče – pričakovanje.

Vsakega pravega ribiča so že vsaj

enkrat vprašali, kako veliko ribo je ujel, »koliko je merila med očmi«? Bodiva realna ... in če govoriva o največji ribi, kakšna je bila pa najmanjša?

Največja riba, ki sem jo ujel, je bil som, ki je meril meter in štiriinštirideset centimetrov, tehtal pa je trindvajset kilogramov. Ujel sem ga v Savi. Ker si vsak ribič obdrži trofejo, imam enega takšnega doma na steni. O najmanjši ribi bi lahko govoril kot o največjem razočaranju. Mislim, da je merila približno tri centimetre in je verjetno najmanjša riba, ki jo še lahko ujameš na trnek. To se mi je zgodilo vsaj petkrat.

Slišala sem kar nekaj mitov o ribičih, na primer, da pozimi grejejo črve kar v ustih, pa da ribič nikoli ne je rib in da je ribe treba loviti zgodaj zjutraj ... Kako je s tem pri tebi?

Res je, da ribiči v glavnem ne jemo rib in tudi jaz jih ne jem. No, dvakrat na leto že pojem kakšno morsko, to pa je tudi vse. Ribo vedno vrnem v vodo. Pri tekmovalnem ribolovu se ribe navadno lovijo med sedmo zjutraj in eno popoldne, da bi bilo kaj lažje in da bi ribe bolj prijemale, če bi lovil na primer ob štirih zjutraj, je samo mit in na ulov ne vpliva. Je pa res, da se ljubiteljski ribiči odpravljajo na lov že tudi ob tretji uri zjutraj.

Verjetno zaradi ljubega miru. Res je, da so včasih črve imeli v ustih, pa ne zato, da bi jih grel, ampak ker je bil lov na črve prepovedan in so jih skrivali v ustih. Tega ne počnejo več, ker je zdaj takšen lov dovoljen. Sam pa tega nisem nikoli počel.

Spomnim se, da si, še ne tako davno, več časa posvetil košarki.

Zakaj si parket v dvorani tako na hitro zamenjal za ribnik v naravi?

Še vedno rad igram košarko in se tudi precej redno udeležujem treningov in tekem. Odgovor pa je preprost, v naravi se bolje počutim, mamljivo pa je tudi dejstvo, da pri športnem ribolovu dosegam boljše rezultate kot pri košarki.

Omenil si rezultate, povej, kako se je začela tvoja tekmovalna pot?

Ko so oznanili, da bo potekalo prvo svetovno prvenstvo v športnem ribolovu oziroma ribolov rib s plovcem za invalide, takrat v Italiji, sem si seveda želel biti zraven. Žal mi ni uspelo doseči norme v kvalifikacijah in se leta 2003 tega prvenstva nisem udeležil. Želja je pa ostala.

Pod čigavim okriljem treniraš in kako treningi potekajo, ter če vprašam po »žensko«, zakaj ribič sploh potrebuje trenerja?

Za nastope na svetovnih prvenstvih sta odgovorni Zveza za šport invalidov Slovenije in Ribiška zveza Slovenije. Trenerja sem dobil preko ZŠIS. Ja, trenirati je treba enako kot pri drugih športih. Treniram trikrat na teden, v glavnem zaradi občutka, ki ga je treba osvojiti, kako riba prime, potegne, kdaj je tisti pravi trenutek, da izvlečeš trnek in s kakšno hitrostjo. Treniram tudi sestavljanje palice, kjer je hitrost pomembna. Vabo je treba včasih vreči tudi štirideset metrov daleč in za to je treba imeti »grif«. Trener je zadolžen za to, da prouči področje, na katerem bomo lovili, in se pozanima, kakšne ribe so tam, na podlagi tega pa lahko določi, kakšni bodo treningi.

Kdo odloča o tem, kateri tekmo-



valci bodo zastopali reprezentančno ekipo na svetovnem prvenstvu?

V okviru državnega tekmovanja se organizirajo izbirna tekmovanja, na katerih se lahko pomeri vsak ribič. Iz državnega tekmovanja pa se potem deset ribičev pomeri še v dodatnih kvalifikacijah in pet najboljših na koncu sestavlja državno reprezentanco. Trener pa je tisti, ki sestavi končno ekipo treh.

Obstaja več vrst hrane za ribe, mene pa zanima, zakaj ribiči že kakšen teden dni pred tekmo hranite ribe? Ni to zelo zapravljivo?

Hrana, ki jo bom uporabil, se izbira glede na ribe, ki jih imam namen loviti. Spet je treba vedeti, v kakšni vodi prevladuje katera riba. Ribe se vedno zberejo na kraju, kjer so bile nahranjene, in se bodo tam zagotovo več zadrževale. Na leto tako za hranjenje rib porabim približno dvesto kilogramov hrane v vrednosti 500 €.

Svetovni podprvak ima doma zagotovo veliko različne ribiške opreme; koliko ta šport v resnici stane?

Ja, imam kar nekaj palic, dve tako imenovani »šteke« palici. Ta je dolga enajst metrov in pol in je primerna za vse vrste ribolova, še najbolj pa za natančnejše lovljenje, vrednost ene je nekje 2500 €. Potem imam še štiri »match« palice, ki so primerne za lovljenje krapov, pa še štiri »bolonez« palice, ki so primerne za lov v reki in lovljenje na daleč. Narediti sem si dal še poseben vozček, ki bo imel vse nastavke za priključke, ki jih zdaj nosim v torbi.

Kdo pa vse to financira, imaš kakšnega sponzorja?

Za zdaj v glavnem vse kupujem sam. Nimam sponzorja, bi pa zagotovo prišel prav.



Na uspeh gledam kot na potrditev za vloženo delo in treninge.

Prej si rekel, da si se želel udeležiti prvega svetovnega prvenstva, pa ni bilo te sreče. Kdaj pa se ti ga je uspelo udeležiti?

Takoj naslednje leto 2004 je bilo zame prvo svetovno prvenstvo, ki sem se ga udeležil. Bil je v Radečah v Sloveniji, takrat sem bil tudi podprvak posamično in član ekipe, ki je osvojila prvo mesto. Pozneje sem se vsako leto udeležil vseh svetovnih prvenstev, na Češkem, Portugalskem, v Belgiji in Nemčiji. Povsod brez osvojene kolajne, čeprav vedno z dobrimi rezultati.

Zadnje svetovno prvenstvo je bilo lani na Portugalskem. Kako si doživel to deželo?

Tja smo potovali z letalom, nastanjeni smo bili na krasnem kmečkem turizmu in lastnik nam je za večerjo skuhal, kar smo si želeli. Drugače pa je bil vsak dan primeren tekmovanju. Vstajanje ob peti uri, zajtrk ob šestih. Ob pol sedmih smo že bili vsak v svojem boksu na lovni trasi. Boks, v katerem smo lovili, je predhodno izžrebal vodja ekipe. Sam lov traja tri ure, zvečer pa smo se vračali v sobe in tam tudi večerjali. Ob koncu lovnega dne se ulov stehta in določijo se kazenske

točke. Te se po dveh dneh seštejejo, in če sta dva tekmovalca zbrala enako število točk, o zmagovalcu odloča teža.

In ko spoznaš, da ti je uspelo?

Takrat ne misliš na nič, glava je prazna ... od veselja. Pozneje pa na uspeh gledaš kot na potrditev za vloženo delo in treninge.

Postal si svetovni prvak ekipno, pa svetovni podprvak posamično, postal si športnik leta med invalidi 2009 in kot član ekipe si prejel priznanje Mestne občine Celje. Če se ozreš naprej, kaj bi še rad dosegel, kaj je še izziv?

Izziv za prihodnje je definitivno postati svetovni prvak posamično, ne bi si pa upal tega napovedovati. Mogoče mi je spodbuda to, da sem za prvovrščnim nazadnje zaostal le za trideset dekagramov.

Čestitke tudi od nas, ki držimo pesti za Rudija, da bi že letos dosegel zastavljene cilje. Hkrati pa pozivamo potencialne sponzorje, da mu priskočijo na pomoč na poti do tja.

Pripravila: Barbara Slaček



PEVSKI ZBOR ANTON MARTIN SLOMŠEK PRAZNUJE 40. LETNICO DELOVANJA

Mladi pevci Otroškega pevskega zbora Anton Martin Slomšek iz Bazovice so nas ob praznovanju nadvse pomembnega praznika, 40. letnice delovanja, povabili na koncert. Koncert s proslavo je bil v nedeljo, 28. februarja 2010, v Športnem centru Zarja v Bazovici, na katerem je sodeloval velik prijatelj zbora, to je mladi harmonikar Marko Manin, ki ga štejejo za naslednika Avsenika in Slaka, in njegov trio.

Zborovodkinja Zdenka Križmančič, ki 14 let vodi zbor, je žena našega člana Pavla in nas je na naše veselje že večkrat povabila, da smo z zborčkom sodelovali in vedno odhajali polni veselja in predvsem polnih src. Tudi tokrat je bilo tako, saj so se na praznovanju zbrali vsi, ki jim ti otroci in druženje z njimi veliko pomenijo. Vzgoja otrok v takšnem vzdušju prinaša v življenje otrok neizbrisne sledi, ki jim bodo kjer koli in kadar koli prišle zelo prav. Vrhunskega petja, ki jim ga je v usta položila zborovodkinja s



Otroški pevski zbor Anton Martin Slomšek iz Bazovice praznuje 40. Letnico.

sodelavci in vsega, kar zraven dodajajo še starši, se lahko skupaj le veselijo. Z zborom so neštete generacije prepotovale velik del sveta in spoznale veliko prijateljev. To pevsko tradicijo pa nameravajo širiti tudi v prihodnje, saj mednje prinaša veliko druženja in veselja,

ki ga radi delijo z drugimi.

Ob prazniku čestitamo vsem mladim pevcem in tistim, ki so jim pomagali do vrhunskih dosežkov in priznanj, ter jim želimo še veliko let uspešnega dela.

Benjamin Žnidaršič

NA UPRAVNI ENOTI V KOPRU

Na pobudo Olge France, podpredsednice SLS v akciji Rezervirano za rumeno, smo se v petek, 29. januarja 2010, sestali z načelnico Upravne enote Koper, gospo Liljano Kozlovič, vodjem oddelka za okolje in prostor, gospodom Bojanom Žiberno, in gospo Rebeko Krmac, vodjo Oddelka za upravne notranje zadeve. Kot predstavnik Nove generacije - podmladka SLS, ki vodijo akcijo Rezervirano za rumeno, je bil navzoč Iztok Pukšič. Predstavnika Društva paraplegikov Istre in Krasa pa sta bila Vojko Gašperut in Benjamin Žnidaršič.

Akcija Rezervirano za rumeno opozarja na nepravilno parkiranje na rumena parkirna mesta, namenjena invalidom z dovolilnicami, in drugo problematiko invalidov. Pogovarjali smo se o parkirnih kartah in parkiriščih v Kopru, ki so namenjena invalidom, ter o vseh vprašanih dostopnosti javnih objektov in javnih površin za invalidski voziček.

Gospod Bojan Žiberna je predstavil Pravilnik o gradnji objektov, ki je čedalje prijaznejši do invalidov in graditeljem ter projektantom nalaga obveznosti, ki izboljšujejo

naš življenjski prostor. Seveda pa je gotovo še kaj, kar nas moti, in to bomo le skupaj uredili v obojestransko zadovoljstvo.

Načelnica UE, ga. Kozlovič, je poudarila, da so upravne enote kot del izvršilne veje oblasti sicer izvrševalci zakonodaje, vendar tudi njeni soustvarjalci, saj s svojimi predlogi in pobudami lahko aktivno vplivajo na njeno oblikovanje. Posebno je to mogoče v pripravah občinskih prostorskih načrtov (OPP). Predlaga, naj invalidske organizacije preverijo pravno podlago in možnosti njihove zakonske prido-



bitve statusa strank v postopkih izdaje gradbenih dovoljenj, ter opozarja na pomanjkljivost pravilnika, ki ne določa roka, do katerega se morajo stari objekti prilagoditi potrebam invalidov.

Gospa Rebeka Krmac je predstavila Pravilnik o izdaji parkirnih kart iz leta 2006. 53. člen določa pogoje po ZVCP, da UE izda to dovolilo na podlagi dokazila tj. odločbe. Upravna enota po potrebi izvaja tudi obiske na domu za urejanje zadev za osebe, ki ne zmorejo urejati papirjev, žal pa ni preverjanja za že izdane dovolilnice.

Pri Mestni občini Koper deluje tudi Varnostni svet, ki ga tvorijo predstavniki služb, ki naj bi skrbele za varnost. Varnostni svet lahko opozori na potreben nadzor tako redarje kot policijo.

Upravna enota Koper bo Društvo paraplegikov in druga društva invalidov, kadar bo izkazan prav-



»Pogovarjali smo se o parkirnih kartah in perkiriščih v Kopru, ki so namenjena invalidom, ter o vseh vprašanih dostopnosti javnih objektov in javnih površin za invalidski voziček.«

ni interes ali potreba po varstvu njihovi pravic v postopkih izdaje gradbenih dovoljenj, o tem obveščala. Predlog je bil, da bi se dobili vsaj štirikrat na leto in da bi poskušali razširiti sestavo sogovornikov še na druge invalidske organizacije in medije.

V prijetnem pogovoru smo se vsi strinjali, da bomo v dialogu, ki smo ga zastavili, vztrajali in iskali čim boljše rešitve za uporabnike.

Benjamin Žnidaršič

OBISK NOVIH ČLANOV NA INŠTITUTU ZA REHABILITACIJO

Vojko Gašperut, Benjamin Žnidaršič in socialna delavka Zveze Špela Šušteršič smo v četrtek, 28. januarja 2010, obiskali na novo poškodovane člane na rehabilitaciji v Soči. Obisk je bil namenjen predstavitvi osebnih izkušenj naših članov kot pomoč pri osebnih stiskah ljudi, ki se na novo prilagajajo invalidnosti.

Vsi, ki se na novo spoprijemajo z invalidnostjo, potrebujejo posebno podporo za polnopraven vstop v družbo, ker jih je narava v tej ali oni življenjski funkciji prikrajšala. Na pot spoznanja novih dejstev smo jim dolžni pomagati tudi tisti, ki smo to pot že prehodili. V tem duhu je potekalo tudi srečanje. Vojko in Benjamin sta s svojo osebno zgodbo hotela nazorno

pokazati, kako človeško bitje le zaznamuje trdoživost, iznajdljivost in ustvarjanje, ki slehernemu izmed nas pogumno odpira dimenzije in obzorja, ki se jih sami niti zavedati ne moremo.

Naloga Zveze paraplegikov Slovenije pa je, da prisluhne članom v njihovih potrebah, vendar le toliko, kot so sami pripravljeni sodelovati in po svojih zmožnostih pomagati sebi in drugim.

Ker je med novimi člani prizadevanje usmerjeno predvsem v izgubo tistega, kar je z nesrečo odnesel čas, premalo pa v prepoznavanje novih možnosti, se podira njihov svet, ki pelje v apatijo in ne pripelje v osebno rast. Nič nam ne manjka in nimamo nobene posebne potre-

be po tem, da bi izurili svoja usta, da bi nam nadomestila prste, dlani in zapestja, pa vendar postavljamo na prvo mesto vse kaj drugega kakor svojo notranjo rast, kakor na primer sposobnost znati prisluhniti tistemu notranjemu jazu, ki nas spet dela samozavestne, enopravne člane naše družbe.

V pogovoru smo skušali predstaviti, da je lahko ena izmed možnosti sodelovanje z Zvezo paraplegikov Slovenije, v kateri jim bomo poskušali pomagati na socialnem področju, izobraževanju ali pri različnih drugih dejavnostih, ki invalidu zagotavljajo samostojno življenje in participacijo v skupnosti.

Benjamin Žnidaršič



INOVATIVNE VSEBINE O VARNI VOŽNJI JE DOSLEJ SLIŠALO ŽE 4000 SREDNJEŠOLCEV

URESNIČITEV AMBICIOZNEGA CILJA – DOSEČI CELO GENERACIJO SREDNJEŠOLCEV NA LETO – BO MOGOČA TUDI Z VAŠO POMOČJO!

Projekt *Še vedno vozim – vendar ne hodim se* je razvil v edinstveno izobraževanje o prometni varnosti po načelu »mladi-mladim«. Na to kažejo tako odzivi srednješolcev – mladih in bodočih voznikov –, ki so jim inovativno predstavljene vsebine namenjene, kot odzivi ključnih institucij, ki aktivno delujejo na tem področju. Invalidi, ki so v prometni nesreči utrpeli hude telesne poškodbe z osebno izkušnjo predstavljajo, da so cestnoprometni predpisi v prometu postavljeni zato, da varujejo.

Zadali so si ambiciozen cilj, da v naslednjih petih letih vsak mladostnik med 15. in 18. letom starosti vsaj enkrat sliši njihovo zgodbo – na leto torej cela generacija, več kot 17.000 mladostnikov.

S predavanjem na Ekonomski gimnaziji in srednji šoli Radovljica so 3. marca dosegli že 4000 dijakov, odkar so konec maja lani aktivno začeli predavati. Tokrat je svojo zgodbo predstavil Peter Planinšek, tetraplegik, ki za svojo poškodbo ni bil nič kriv – prometno nesrečo je pred dobrimi devetimi leti povzročil vinjen voznik. »K projektni ekipi me je povabil predsednik društva paraplegikov Janez Hudej, ki je bil



Projekt Še vedno vozim - vendar ne hodim se je razvil v edinstveno izobraževanje o prometni varnosti po načelu »mladi-mladim«.

moj mentor kar nekaj časa,« pravi Peter in dodaja: »Zaradi moje težke poškodbe si nisem mislil, da bom sploh še kdaj koristen. Predavanja dijakom pa so mi dala še večjo voljo do življenja in me dodatno spodbudila k aktivnostim na več področjih – danes samostojno obvladam računalnik, celotno predstavitev sem izdelal sam.«

»Takšna predavanja bi moral res slišati vsak mladostnik, preden se ak-

tivno kot voznik vključi v promet. Izkušnja nekoga, ki je prometno nesrečo doživel, veliko bolj zaleže kot to, kar govorimo ministri, starši in učitelji,« je po predavanju povedal minister za promet dr. Patrick Vlačič, ki je prepričan, da je tovrsten model izobraževanja eden bolj-ših v Evropi.

Ministrica Kresalova pa dodaja: »V letu 2009 se je število žrtev prometnih nesreč precej zmanjšalo

Vabilo za nove člane

Bodi aktiven!

Bodi kreativen!

Doživel si hudo stvar, obrni jo v dobro!

Prepreči trpljenje, ki si ga preživel sam!

Deli svojo zgodbo z drugimi!

Daj ljudem drugačen pogled na vožnjo in življenje!

ŠE VEDNO VOZIM - VENDAR NE HODIM



ŠE VEDNO VOZIM - VENDAR NE HODIM

v primerjavi z letom prej. Zato so zaslužni predvsem drugačni in sistematični pristopi ministrstev. Verjamem pa, da so tudi predavanja, kot je bilo današnje, marsikoga med mladimi streznila.«

Ekipa projekta Še vedno vozim – vendar ne hodim v svojih vrstah združuje čedalje več mladih, ki so v prometnih nesrečah utrpeli tudi poškodbe glave, izgubili roko ali nogo. Vsi člani se želijo s pozitivnostjo v teh težkih okoliščinah dotakniti mladih in bodočih voznikov, saj verjamejo, da lahko s takšnim pristopom kakovostno prispevajo k manj grozni bilanci na naših cestah.

Zaupaj nam svojo zgodbo, kako si postal paraplegik/tetraplegik. Kaj si počel pred nesrečo? Kaj je zdaj drugače? Kaj je težje? Kako je potekala rehabilitacija? Kaj si najtežje sprejel? Kaj pogrešaš? Kako se spopriješ s težavami?

Kdo ti pomaga? Kaj zdaj počneš, ko si na vozičku (imaš kakšne konjičke, se ukvarjaš s športom ...) oz. kaj



Tokrat je svojo zgodbo predstavil Peter Planinšek.

bi še rad počel?

Ljudje si ne znajo predstavljati, kako je, če si na vozičku ... Predstavimo se jim, da nas začnejo gledati drugače, brez tabujev, morda kot junake! Predstavi svojo zgodbo, naj ljudje slišijo in ne ponovijo enakih napak! (Napiši, povej ali kako drugače predstavi.)

Ne moreš več opravljati svojega poklica, dohodki pa so minimalni? Mi ti ponujamo nove izzive in stimulativne nagrade! Spoznaj, sodeluj z znanimi, zanimivimi in slavnimi ljudmi!

Naredi nekaj za svojo prihodnost in ozaveš druge!
Pridruži se nam!

Društvo paraplegikov jugozahodne Štajerske

Več informacij na:
info@vozim.si

tel:
Ana 040/588-854
Matej 031/336-526



Minister za promet dr. Patrick Vlačič, je po predavanju povedal: «Izkušnja nekoga, ki je prometno nesrečo doživel, veliko bolj zaleže kot to, kar govorimo ministri, starši in učitelji.»

ŠE VEDNO VOZIM - VENDAR NE HODIM



KONČNO POMLAD ...

Zima nas je bogato obdarila s snegom, kar nam je samo olajšalo neprijetno delo, ki ga na društvu navadno opravljamo v zimskem času. Mislim, da se boste strinjali z mano, če potarnam, da je zima obdobje praznovanja pa tudi pisanja gore poročil našim financerjem in prijavljanja novih projektov in programov za prihodnje finančno leto, pa tudi obdobje prijav na razne razpise in podobno.

Čeprav je v preteklem letu vladala splošna finančna kriza, se moramo pri nas pohvaliti, da je nismo pretirano občutili. Z novimi prijavi na razpise smo lepo uspevali in tako za izvajanje naših programov priskrbeli kar nekaj dodatnih sredstev, kar so v povečanju dejavnosti in različnih aktivnosti občutili predvsem naši člani. Recesije pri nas torej ni bilo.

Ob koncu leta je izšla nova številka društvenega glasila KORAK naprej v malce drugačni obliki. Vsebinsko smo razdelili na dva sklopa. V prvem smo predstavili delovanje društva v tridesetletni zgodovini, drugi del pa je vseboval aktualne dogodke. Glasilo smo članom razdelili na družabnem srečanju ob koncu leta. Ja, konec leta, seveda smo ga proslavili, kot se spodobi. Spet v gostišču Rimljan in znova v velikem številu. Kot je že v navadi, nas je z zabavnimi zvoki razvajal ansambel ŽUR, prisluhnili pa smo tudi odlični monokomediji Čistilka Marija Toneta Partljiča, ki jo je predstavila Olga Markovič.

Še naprej smo aktivno opozarjali na grajene ovire v bivalnem okolju in sodelovali pri njihovem odpravljanju. Ko nam je ob koncu preteklega leta končno uspelo doseči ureditev klančin na pločnikih in robnikih v eni izmed celjskih četrti,

smo naše opozarjanje nadaljevali. Tako smo naleteli na posluh pri fakulteti za gradbeništvo v Mariboru, ki nam je priskočila na pomoč in izvedla popis ovir v mestu Šentjur. Naredili so posnetek trenutnega stanja, na podlagi katerega bodo izdelali popoln elaborat. Z njim bomo v društvu, seveda ob strokovni podpori fakultete za gradbeništvo, skušali pridobiti posluh občinske uprave in komunikacijske ovire poskušali odpraviti.

Za nami sta tudi dva plodna upravna odbora, poleg potrditev vsebinskih in tudi finančnih poročil smo sprejeli plan za leto 2010. Sprejeli pa smo tudi osem različnih pravilnikov, s katerimi bomo lažje urejali delovanja posameznih socialnih programov.

Zima pa ni ustavila naših športnikov, ki so se redno udeleževali vseh treningov in tekmovanj in bili nemalokrat tudi zelo uspešni. Na začetku lanskega leta smo začeli izvajati dve rekreacijski aktivnosti, nekateri bi jim rekli gostilniški šport – pikado in biljard – in moramo se pohvaliti, da se naši mladi člani pridno udeležujejo obeh, vidni pa so že tudi prvi rezultati.

Nekateri pravijo, da so se v biljarju že pripravljene pomeriti z drugimi društvi, Zveza je obljubila, da bo tekmovanje organizirala,



Olga Markovič.

mi pa komaj čakamo. Ko smo že pri športu: po lanskem izjemnem uspehu našega atleta se lahko letos z naslovom Športnika leta spet pohvali član našega društva. Tokrat je to Rudi Centrih, ki ga je zaradi naslova svetovnega podprvaka in ekipnega svetovnega prvaka v športnem ribolovu Zveza za šport invalidov izbrala za športnika leta med invalidi 2009. Seveda so športniki ob koncu leta svoje dosežke primerno proslavili. Čestitke!

Društvo še naprej tudi sodeluje v aktivnostih interdisciplinarne skupine za varnost v cestnem prometu, ki vodi projekt Alkohol res ubija, v sklopu katere so se naši člani udeležili prireditve v spomin na umrle v prometnih nesrečah v letu 2008 in 2009, ko so na Celjskem simbolično postavili 52 križev.

V prostorih transfuzijskega centra v celjski bolnišnici pa so darovali prepotrebno kri, namenjeno zlasti žrtvam prometnih nesreč.

Pripravila: Barbara Slaček



NOVICE IZ DOLENJSKE

Ker je to prva izdaja Paraplegika v tem letu, podajam pregled dogajanj v Društvu paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja v preteklem letu ter začete aktivnosti v tem letu. O nekaterih pomembnejših dogodkih smo vas že obveščali med letom s prispevki in fotografijami, veliko paraplegikov in tetraplegikov iz drugih regij pa nas je obiskalo v naših prostorih in se seznanilo z našim delom.

Program, ki ga je pripravil upravni odbor, sprejet pa je bil na občnem zboru, smo poskušali kar največ izvajati. Potrebe posameznikov so bile stalne na raznih področjih. Največ potreb je bilo pri prevozi, saj več kot polovica članov ne vozi osebnega avtomobila, večina od teh pa ga tudi nima. Tako smo opravljali prevoze s kombijem in zaposlenim šoferjem v zdravstvene domove in bolnišnice, v zdravilišča, za urejanje in nabavo ortopedskih pripomočkov, obiske članov v bolnišnicah, v DSO in doma, prevoze članov na sestanke v okviru društva in za delo v pisarni, za osebne potrebe članov in prevoze članov na različne dejavnosti društva, kot so ohranjevanje zdravja, dejavnost žensk, starejših in mladih, rekreacija in šport, družabna srečanja in izleti, kultura, predavanja ter drugo. S prevozom smo pomagali tudi nekaterim drugim društvom in posameznikom, ne glede na to, ali je član naše organizacije ali ne. V letu 2009 smo s kombijem in z osebnimi avtomobili za društvo in člane opravili 102.853 km.

Vsem članom, ki so se obrnili na društvo, smo pomagali konkretno, z raznimi vlogami, nasveti, razgovori in svetovanji. Zagotovili smo enkratne socialne pomoči za različne potrebe: nujne življenjske potrebe, članom v domu starejših, šolarjem, dijakom in študentom,

za predelavo osebnega avtomobila, pri nabavi in popravilu raznih ortopedskih pripomočkov, pri preureditvi stanovanj in sanitarij. Pomagali smo tudi drugače. Pogosto so bili dobrodošli medsebojni pogovori in izmenjava izkušenj. Opravljenih je bilo veliko obiskov pri članih doma in v bolnišnicah. V telovadnici smo organizirali rekreacijo in izvajali posebne vaje za razgibavanje, dihalne vaje, različne vožnje z vozički in igre z žogo. Nekaj članov je namesto v telovadnico hodilo na kopanje v bazene. V prostorih društva so potekale masaže telesa.

V okviru športa smo se udeležili in sodelovali v košarkarski ligi (domači in mednarodni) ter organizirali mednarodni turnir v košarki z udeležbo štirih ekip. Sodelovali smo v atletske, strelske in kegljaške lige, na posameznih turnirjih in tekmovanjih, na ribiških tekmovanjih. Organizirali smo tekmovanja v ribolovu (v Brestanici in Gradacu) in tekmovanje v šahu. Za vse potrebno smo nabavili tudi športne rekvizite in rezervne dele za vozičke.

V okviru interesnih dejavnosti so bile izvedene aktivnosti, zanimive za vse člane. Tako smo organizirali tri predavanja in deset predstavitev v javnosti, več srečanj članov, dva izleta, obisk kulturnih predstav, organizirali in sodelovali smo na likovnih delavnicah ter pripravili kulturne programe na srečanjih. Ob 30-letnici društva smo pripravili večjo proslavo in predstavili



Še en spomin na 30-letnico društva v Novem mestu.

naše delo na razstavi v prostorih društva. Naše 30-letno delo pa smo predstavili tudi v izdanem biltenu. Udeležili smo se tudi predavanj, ki so jih organizirali drugi (nevladne organizacije, občine, društvo za razvijanje prostovoljnega dela). Posamezni člani so se udeležili tudi srečanj, ki so jih organizirala druga društva in zveza.

Uspelo nam je tudi podaljšati zaposlitev strokovni delavki Martini Glavič iz programa javnih del (za eno leto) ter šoferju Jošku Mittagju (za dve leti), ki ju sofinancira zavod za zaposlovanje. Leto 2009 smo uspešno končali, kar nam kažejo finančna in vsebinska poročila, ki smo jih v glavnem že razposlali vsem financerjem.

V letošnjem letu delo društva poteka po že ustaljenih programih. Zaradi neugodnih vremenskih razmer (sneg, mraz) je bilo kar nekaj težav s prihodi na različne dejavnosti. Športniki so opravili vse predvidene treninge in tekme, nekaj težav imamo le zaradi bolniške odsotnosti šoferja kombija.

Tečejo tudi priprave na občni zbor društva, ki je predviden konec marca.

Srečko Žlebnik



OTROCI SO NAŠE BOGASTVO, DRUŽIMO SE

Namen delovanja društva je skrb za člane in njihove svojce glede na naše sposobnosti pa tudi glede na potrebo posameznika. Seveda pa ni zanemarljivo niti sodelovanje v okolju, kjer živimo. Zato se trudimo, da ob vsaki možnosti, ko pri nas poteka večja dejavnost, pa naj bo športna, likovna ali pa ob obletnici delovanja našega društva, povabimo učence in dijake vseh šol, ki delujejo v Novem mestu. Tako se trudimo mlade ozaveščati o invalidnosti, ki nas doleti, pa tudi o sožitju zdravih in invalidnih v okolju.

Ta naša prizadevanja pa tudi že kažejo pozitiven odnos pri učiteljih v osnovnih in drugih šolah. Tako so nas sredi februarja obvestili iz osnovne šole v Šmihelu, da bi nas otroci prvošolčki radi obiskali in obdarili.

Seveda smo bili zelo veseli takega obvestila. Prišli so otroci prvega razreda in njihova učiteljica, g. Kristina Burger. Povedali so nam, da so se pretekli teden pri podaljšanem bivanju pogovarjali o invalidih in otroci so po svojem navdihu narisali zelo lepe risbice in nam jih prinesli za darilo. Seveda



Otroci 1. razreda OŠ s svojimi izdelki.

mi je takoj prišla na misel ideja, da bo to tudi lepo darilo za naše mamice in žene ob praznovanju dneva žena.

Otroci so bili zelo navdušeni nad tem, da so naredili nekaj dobrega in lepega za naše članice. Na koncu so še zapeli dve pesmici in z obljubo, da bodo še prišli, veseli zapustili naše društvo.

Zelo smo veseli takega sodelovanja in zdi se mi prav, da že mladi otroci spoznajo, da se v življenju srečujemo zdravi in invalidi, da se med seboj razumemo in si pomagamo.

Tako nam bo vsem lepše.

Bernarda Zorko

NAŠA ČLANICA IRENA MATKOVIČ

Veliko vas je, ki ste se že kdaj srečali z njo in vam je verjetno ostala v lepem spominu zaradi svoje prijaznosti. Drugi boste imeli še priložnost, če boste prišli na obisk ali srečanje med naše člane.

Irena je namreč naša dolgoletna sodelavka, blagajničarka društva, aktivna pri ženski dejavnosti pa

tudi na številnih drugih področjih delovanja društva, brez katere bi bilo naše delo zagotovo dolgočasnejše.

Ker je zelo komunikativna, razgledana in umirjena oseba, ki spoštuje vsakogar, je med člani in članicami zelo priljubljena, zato se vsakdo ob obisku vedno ustavi pri njej v pi-

sarni. Tudi sama z vsakim zelo rada poklepeta. Verjetno so ji te lastnosti ostale iz nekdanje službe, saj je bila trgovka in navajena na različne ljudi.

Lepše življenje ji je preprečila prometna nesreča, zaradi katere se je znašla med paraplegiki. Tudi za njeno družino so bili to težki tre-



Po končani peki je treba izdelek poizkusiti.

nutki. Kljub številnim težavam, ki se jim ni mogoče izogniti, ji za zdaj še ni treba uporabljati invalidskega vozička. Zelo veliko pripotuje z

žena v Dolenjskih Toplicah in v domačem kraju Črmošnjice (v neposredni bližini znanega smučišča). Ob kuhanju zelo rada

lastnim avtomobilom in mnogokrat jo s telefonskim klicem zmotimo med njeno vožnjo. Vedno je v gibanju, tako doma, na društvu ali kjer koli drugje. Kot pravi, ji dela nikoli ne zmanjka, rada pa se zapele tudi kam na izlet, k sorodnikom, znancem, prijateljem ali na kakšno kulturno prireditev.

Več let je aktivna tudi pri Aktivu

peče tudi razne dobrote, ki smo jih velikokrat deležni tudi mi na društvu.

Na začetku februarja je Irena dopolnila 50 let, zato je njeno življenje v teh dneh še pestrejšje. Pravi, da praznovanje te obletnice še kar traja in, da je resnično drugače kot ob kakšnem drugem rojstnem dnevu.

Tudi člani in članice Društva paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja ji želimo, da bi srečni in lepi dnevi še dolgo trajali, da bi jo zdravje še dolgo spremljalo in, da bi se še naprej rada vračala med nas in nam dajala energijo za lepše življenje.

Pa seveda še kakšno dobro pecivo!

Srečko Žlebnik

ŠVEDSKO ODLIKOVANJE MAJDI KOBAL

Na švedskem veleposlaništvu v Ljubljani so februarja na krajši slovesnosti nekdanji fizioterapevtki in naši prijateljci Majdi Kobal podelili visoko odlikovanje, POLARNO ZVEZDO. Odlikovanje je Majdi izročila veleposlanica Inger Ultveld.

Majda Kobal je od začetka petdesetih let na številnih področjih aktivno povezovala Slovenijo in Švedsko in ima velike zasluge za številne projekte pri prepoznavnosti obeh držav.

V letu 1955 je odšla na študij fizioterapije in rehabilitacije na Inštitut Karolinska v Stockholmu na Švedskem. Ta lepa in urejena država s strokovnim zdravstvom in njeni ljudje so se ji za vedno vtisnili v srce. To je bil zanjo začetek

intenzivnega zavzemanja za medsebojno spoznavanje in spodbujanje medsebojnih interesov.

Kot dolgoletna tajnica slovensko-švedskega društva je organizirala številne kulturne dejavnosti. Bila je tudi osrednja pobudnica za imenovanje ljubljanske ulice po švedskem pisatelju Alfredu Jensnu, ki je prijateljeval z našimi kulturniki in Antona Aškerca celo predlagal za Nobelovo nagrado za literaturo.

Jože Globokar



Polarno zvezdo je Majdi Kobal pripela Inger Ultveld.



PREVENTIVNI PREGLED BOLEZNI SODOBNEGA ČASA

V Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine poskrbimo tudi za zdravje naših članov, zato smo letos, kot že nekaj let zapored, pripravili preventivni pregled povzročiteljev bolezni sodobnega časa.

Tako se je 2. marca 2010 v prostorih društva zbralo skoraj štirideset članic in članov društva, da bi preverili svoje zdravstveno stanje. Prim. Tanja Erjavec, dr. med., in dipl. VMS Branka Vipavec iz URI SOČA sta jim pomerili višino holesterola, stopnjo sladkorja v krvi in krvni tlak. Zdravnica je v uvodu z diaprojektorjem navzoče seznanila predvsem z najnovejšimi medicinskimi spoznanji, opažanji in različnimi diagnostikami ter nevarnostmi teh bolezni. Udeleženci so bili ob pregledu in razgovoru z zdravnico tudi seznanjeni, kako in kje morajo bolj paziti, da znižajo previsoke vsebnosti in tako zmanjšajo ogroženost svojega zdravja.

Po pregledu je vsakdo prejel svoj izvid preiskav, tisti s povišanimi izidi merjenja pa opozorilo zaradi nevarnosti, ki ogroža njihovo zdrav-



Tudi paraplegiki nismo izjema pri teh boleznih.

je. Tudi tokratni izvidi niso preveč spodbudni, saj ima kar nekaj pregledanih v krvi preveč holesterola in sladkorja ter previsok krvni tlak. Torej tudi paraplegiki in tetraplegiki nismo nikakršna izjema pri teh obolenjih, zato bomo morali sami poskrbeti za bolj zdravo prehrano in bolj zdrav način življenja. Katera prehrana je nezdrava, kakšen je nezdrav način življenja, kaj je neaktivno življenje s preveč sedenja in premalo gibanja – vse to nam je bolj ali manj znano.

Posebno pozorni bi morali biti pri vsakodnevni rabi soli, alkohola, kave in kajenju, saj so glavni dejavniki pri povišanju stopenj omenjenih bolezni. Za boljše razumevanje so udeleženci pregledov dobili zgibanke, v katerih so nazorno prikazani vsi nasveti. Kljub temu tega ne upoštevamo in kljub nasvetom živimo po starih navadah. Posebno skrb vzbujajoč je podatek, da ima že kar 70 odstotkov Slovencev v krvi preveč holesterola, ki ga imenujemo kar tihi ubijalec.

In nasvet: ustrezna telesna aktivnost, zdrava prehrana, zdravljenje dejavnikov tveganja ter prepoznavanje simptomov bolezni srca in ožilja. Pomembno pa je, da bi že v zgodnji rehabilitaciji paraplegika opozarjali in pripravljali na zdrav način življenja in večje telesne aktivnosti.

Večino naših članov smo na pregled pripeljali z društvenima kombinijama, na društvu pa ugotavljamo, da so naši prostori ob nekoliko večjih akcijah že premajhni.

Jože Globokar



Prim. Tanja Erjavec, dr. med., nas je seznanila z vzroki bolezni sodobnega časa.



MOJ LJUBI DRUGI DOM

Prvi del

V življenju sem se morala večkrat soočati s hudimi preizkušnjami, ki pa sem jih zmeraj nekako premagala z močno voljo in pozitivno naravnostjo. Ker pa se v človeku sčasoma nalagajo nepredelana poglavja, mi je začelo pešati zdravje.

Vsak malo večji napor mi je že predstavljal nepremostljivo oviro. Morala sem prodati hišo. Dobro sem prenesla selitev v novo okolje in lepo urejeno novo domovanje. Kmalu sem spoznala tudi nove ljudi in si pridobila prijatelje, vendar je bila skala, ki se je zvalila na mojo pot, vseeno prevelika. Vse bolj so mi pešale moči in še najhuje je bilo to, da sem imela silno daleč do svojega zdravnika. Želela sem si v Dom, kjer bi imela varnost in oskrbo, večkrat sem preverjala, če je že kakšna prosta soba, saj sem bila že tri leta na čakalni listi. Vendar nič...

Izgubila sem prej dokaj močno samozavest in zaupanje v življenje. Pravzaprav niti prave volje do življenja ni bilo več. Nekega novembra dne pa je vendarle spet posijalo sonce v moje življenje. Zazvonil je telefon in prijazen ženski glas mi pravi:

»Sprostila se je lepa sobica v prvem nadstropju. Pridite si jo čim prej pogledat!«

Sprva sem pomislila, da sanjam. Ko pa sem le dojela, da gre zares, bi najraje poskočila od sreče, a sem bila preslabotna. Odkravsala sem k prvima sosedoma v bloku, s katerima sem se v tem času že spoprijateljila. Zame sta bila tako izjemna človeka, odprtega srca. Rada bi sosedi, ki je odprla vrata, povedala vse v eni sapi, pa se mi je od preseenečenja kar zapletal jezik:

»V Domu je prosta sobica. Zares!« Soseda je sočutno vzdihnila in rekla:

»Že nekaj časa vas opazujem, res

ste videti bolni. Z možem vas bova zagotovo pogrešala, a vam privoščim, da si opomorete... Samo moža pokličem v službo, se brž preoblečem in vas peljem v Dom.«

Med vožnjo sva bili redkobesedni. Obhajali so me mešani občutki, ki so jih vzbujale različne misli, kot:

»Končno je prišla rešitev!«

Po drugi strani pa:

»Ali je verjeti ljudem, ki nergajo in znajo le grdo obrekovati življenje v Domovih za ostarele in predvsem osebe, ki dela z njimi ... Če se odločim, da ostanem, se letos selim že drugič ... Toda, saj nimam druge izbire, še dobro, da sem že pravočasno vložila prošnjo za namestitev ...« sem še pomislila, ko sem, na pol zasanjana, zagledala pred sabo zgradbo z napisom 'Dom ...

Že prvi stik z Domom me je prese-netil. Prijazna socialna delavka mi je pokazala sobico in vprašala:

»Vam je všeč? Se boste odločili? Če se ne boste, čaka nanjo dolga vrsta.«

»Sobica je čudovita.« sem ji odgovorila in se takoj odločila za bivanje v njej.

Ob prihodu v Dom sem bila prijetno presenečena že v avli. Simpatični receptor, ki je bil takrat v službi, je brž po prvem pozdravu prijazno vprašal:

»Vam pomagam?« Kot bi trenil je pograbil prtljago, jo položil na vozicek in odpeljal do dvigala. Pritisnil je na gumb dvigala, ki se je ustavilo v prvem nadstropju.

Vnukinjin fant, ki me je pripeljal, se je začudil in presenečen dejal:

»Tako prijaznih ljudi pa človek ne sreča vsak dan.«

Nisem še poznala prikupni sestri po imenu, ki sta me pospremili v čisto, prijetno opremljeno sobico. Takoj po sprejemu me je šefica od-

peljala v jedilnico, kjer sem se spet srečala s prijazno osebo iz kuhinje. Pokazala mi je prosto mizo in stol, z besedami:

»Tukaj bo odslej vaš prostor.«

Predstavila sem se trem nekoliko starejšim damam. Ena od njih mi je z nasmehom na ustih rekla:

»Kaj pa vi delate tukaj? Saj ste še premladi za Dom.«

Druga pa se je predstavila:

»Jaz sem Rezi! Kmalu jih bom imela devetdeset. Tu nasproti mene je moja sestra.«

Tretja, ki je kar žarela od pozitivne energije, pa je dejala:

»Jaz sem Ani! Gospa, ne bo vam žal, ker ste prišli v Dom, saj nam tukaj nič ne manjka. In takšne mi potrebujemo, ki prinesejo svežo moč. Sama že devetnajsto leto sedim na tem mestu. Želim vam dober tek in prijetno bivanje med nami!«

»Hvala!« sem dahtnila. Sama ne vem kdaj, je izginila neprijetna tesnoba v mojih prsih.

»Upam, da se bom med vami dobro počutila, saj doma ne morem več biti. Mladi so skoraj cele dneve v službi. Imajo zahtevno in odgovorno delo in danes skoraj vse službe zahtevajo celega človeka ... jaz pa imam rada družbo in tudi pomoč že kdaj potrebujem ...«

Ko sem odložila žlico, sem malce v zadregi in nerodno pogledovala po jedilnici. Stanovalci so med jedjo glasno rožljali s priborom. Opazila sem, da je kar nekaj oči uprtih vame. In nek možki bas mi je 'udaril v uho':

»Ta pa je nova! Hm, ta pa tu v Domu ne bo dolga sama!«

Angelca Fujs
Maribor, 31. avgusta, 2009

Nadaljevanje sledi v naslednji številki



BLOUDKOVO PRIZNANJE DRAGI LAPORNIK

Med dvanajstimi dobitniki Bloudkovih plaket, ki so jih 9. februarja 2010 podelili na Brdu pri Kranju, je bila tudi naša nekdanja vrhunska športnica (članica DP ljubljanske pokrajine) Draga Lapornik.

Razveseljivo je, da je na pobudo Zveze paraplegikov Slovenije končno prišla v roke tudi športnici, ki je s svojim trudom, odrekanjem in vztrajnostjo osvajala paraolimpijske in druge medalje na svetovnih in evropskih tekmovanjih.

Draga je bila že od malega predana športu, zato se je tudi kmalu po včlanitvi v našo organizacijo vključila v proces treningov tekmovalnega športa. Njeni trenerji so kaj kmalu opazili njen talent, vztrajnost in neizmerno voljo po doseganju čim boljših rezultatov. Zato je kmalu dosegala tudi uspehe. Draga je pod strokovnim vodstvom postajala čedalje perspektivnejša atletinja v metalnih disciplinah.

Dosegala je odlične izide, tako v metu kopja kot v metu diska, toda njena paradna disciplina je bila suvanje krogle. Na domačih tleh je postala nepremagljiva, vrhunske rezultate pa je dosegala tudi na evropskih in svetovnih tekmovanjih. In tako so se ji sanje, ki jih sanja vsak vrhunski športnik, uresničile že leta 1984, ko je na paraolimpijskih igrah v Stock Mandewilu osvojila svojo prvo bronasto kolajno.

Enak uspeh je ponovila še leta 1992 na paraolimpijskih igrah v Barceloni in leta 2000 v Sydneyju. Dragica Lapornik je bila skozi svojo uspešno tekmovalno kariero tudi vzor mlajšim invalidom, saj je marsikdo prav preko športnih



Draga je dosegala odlične izide, tako v metu kopja kot v metu diska, toda njena paradna disciplina je bila suvanje krogle.

vsebin našel svojo nadaljnjo pot v življenju.

Poleg tekmovalnega športa je Draga Lapornik bila in je še zelo aktivna v dejavnostih Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine in Zveze paraplegikov Slovenije. Njeno življenje zaznamujeta predvsem delavnost in šport.

Nagrade in plakete so podelili dva dni pred obletnico rojstva inženirja Stanka Bloudka, enega največjih športnih organizatorjev pri nas in

doslej edinega Slovenca, ki je bil član Mednarodnega olimpijskega komiteja.

Stanko Bloudek je bil smučar in atlet, državni prvak Kraljevine Jugoslavije v metu diska, razvijal je tenis, drsanje, zgradil več kot 100 skakalnic, tudi največjo v tistih časih v Planici, gradil bazene, stadione in bil do svoje smrti leta 1959 član MOK. Zapustil nam je neprecenljivo dediščino.

Jože Globokar



AVTO ZA STRELCA PINTERJA

VELIKO PRESENEČENJE ZA NAŠEGA NAJBOLJŠEGA ŠPORTNIKA

Naš najuspešnejši športnik vseh časov **Franc Pinter - Ančo** je bil na slovesni prireditvi razglasitve Slovenca leta v Litiji od nepričakovanega presenečenja ganjen do solz. Kako tudi ne bi bil! Predsednik uprave **BTC Jože Mermal** mu je namreč ob priznanju za njegove izjemne športne uspehe in promocijo invalidskega športa izročil še ključke novega avtomobila fiat punto avtomatik.

Našemu vrhunskemu strelcu se seveda še sanjalo ni, kakšno prvovrstno presenečenje ga čaka na odru litijske prireditve. Tone Fornezzi - Tof, ki je ob veliki podpori BTC pripravil to plemenito akcijo, je uglednim gostom in številnim gledalcem najprej predstavil najvidnejše Pinterjeve športne dosežke, nato pa ga povprašal, ali je za te izjemne uspehe prejel že kakšno nagrado.

Še preden je Ančo odgovoril, mu je Tof pokazal ključke in ga pobaral, kaj misli o novem avtomobilu, ki so mu v tistem trenutku pod odrom sneli ponjavo. Ančo je pogledal bleščečega se punta in še vedno ni dojel, da bo odslej on nje-



Presenečenje je bilo nepričakovano in veliko. (foto: Jaka Gasar)

gov voznik. Seveda je ostal povsem brez besed. Zato pa je komaj čakal, da se usede za volan nenadnega in nepričakovanega darila in si ga tudi od blizu ogleda.

Naj spomnimo, da je Ančo (član DP severne Štajerske) svetovni in evropski prvak, trikratni paraolimpijski podprvak in nosilec bronaste kolajne z zadnjih paraolimpijskih iger v Pekingu v streljanju. To so samo najvidnejši rezultati v njegovi

bogati športni karieri. Je izredno skromen vrhunski športnik in aktiven član društva, zato je to izjemno darilo prišlo v prave roke. Ančo se bo zdaj še prizadevneje pripravljal za nastop na naslednjih paraolimpijskih igrah.

Veseli smo, da je ta plemenita akcija vendarle nekoliko omilila še vedno veliko razliko med invalidnimi in neinvalidnimi športniki.

Jože Globokar

PARAOLIMPIJSKA REPREZENTANCA

ODPOTOVALA V VANCOUVER

6. marca 2010 je v Vancouver, kjer so od 12. do 21. marca potekale X. zimske paraolimpijske igre, odpotovala slovenska tričlanska reprezentanca.

Sestavljajo jo tekmovalca **Gal Jakič**, njegov trener **Bojan Kavčič** in vodja **Roman Jakič**. Članu DP ljubljanske pokrajine Galu Jakiču so na sprejemu v društvenih prostorih dan pred odhodom zaželeli

vso srečo in najboljše rezultate. Gal je pripomnil, da bi bil v tako močni konkurenci in na tako zahtevnih smučiških zadovoljen z uvrstitvijo med dvajseterico.

Na tiskovni konferenci, ki jo je pripravila Zveza za šport invalidov – POK, so povedali, da bo naš edini športnik 19. 3. nastopil v veleslalomu, 21. 3. pa še v slalomu (rezultati bodo znani v junijski številki).

Ob tem je poslovni direktor alpskih disciplin Smučarske zveze Slovenije **Matjaž Šarabon** pripomnil, da je invalidski šport pri nas podcenjen.

Na Smučarski zvezi so to spoznali in invalidskemu športu posvečajo več pozornosti. Menijo namreč, da so tudi invalidni športniki enakovredni tekmovalci. Rezultati so že vidni, saj imajo tako invalidni kot neinvalidni športniki enako



Naša skromna paraolimpijska reprezentanca – vodja Roman Jakič, trener Bojan Kavčič in Gal Jakič

opremo, poleg tega pa so našega paraolimpijca povabili na sprejem športnikov, ki so se vrnili z olimpijskih iger.

Trener Kavčič je dejal, da so proge izredno zahtevne, saj bodo paraolimpijci tekmovali na istih višinskih razlikah in skoraj identičnih progah, kot neinvalidni alpski smučarji. "Če bo Gal tako dober kot na treningu, bodo tudi rezultati dobri. Je sicer še neizkušen tekmovalec, ki pa je od Torina zelo napredoval,"

je pred odhodom pripomnil trener Kavčič.

Gal je res dobro pripravljen, saj je v letošnji sezoni dosegel že odlične uvrstitve. Tekmoval je v evropskem in severnoameriškem pokalu. V La Molini v Španiji je v veleslalomu osvojil 8. mesto, enak rezultat pa je dosegel v kombinaciji v Winter parku v Ameriki.

Jože Globokar

DVODNEVNI SMUČARSKI KAMP V KRANJSKI GORI ZMAGOVALNI POKAL JAKIČU

Zveza paraplegikov Slovenije je v sodelovanju s Smučarskim klubom športnih invalidov ALBATROS in pokroviteljstvom Zveze za šport invalidov Slovenije – POK 20. in 21. januarja v Kranjski Gori pripravila dvodnevni smučarski kamp. Več kot 20 smučark in smučarjev paraplegikov je spremljalo deset študentk zdravstvene fakultete, monoski smučke francoskega proizvajalca Tessier pa je udeležencem predstavil Remi Vallin. Smučarji so jih seveda lahko tudi preizkusili in se odločili za morebiten nakup.

Smučarji so imeli na smučišču Brsnina kar tri praktične tečaje. Veščine smučanje in pomoč pri



Gal Jakič je veleslalomsko progo presmučal z najboljšim časom.

prvih spustih in zavojih so jim ponujali Gal Jakič in poznavalki tovrstnega smučanja Nina Šuc in Meta Rojšek. Praktični nasveti so bili dobrodošli tudi že nekoliko bolj izkušenim smučarjem. Prisluhnilo so tudi predavanju, ki sta ga pripravila in z videoposnetki popestrila Remi Vallin in Gal Jakič, na koncu pa so se v veleslalomu pomerili še za pokal Zveze paraplegikov Slovenije. Osvojil ga je Gal Jakič, drugi je bil Žiga Breznik, tretji pa Edo Ješe – vsi iz DP ljubljanske pokrajine. Pri tem naj omenimo našega najmlajšega smučarja, še ne desetletnega Jerneja Slivnika, ki je tokrat v tandemu z Remijem Vallinom osvojil 5. mesto.

Ob razglasitvi rezultatov je mlademu upu prihodnjih vrhunskih smučarjev paraplegikov paraolimpijec Gal Jakič izročil prehodni pokal, Smučarski klub Radovljica pa še kolajno za spodbudo mladim in obetavnim smučarjem. Dodamo naj, da sta se po smučišču Brsnina ob pomoči Remija Vallina spustili tudi tetrapleginji Mirjam Kanalec in Tereza Vrhunc, tekmovala pa so tudi naše spremljevalke. Prva je bila



Paraolimpijec Gal Jakič je prehodni pokal izročil Jerneju Slivniku.

Mateja Poljanšek, druga Nastja Zajc, tretja pa Jerneja Poljanšek.

Za nemoteno in strokovno dobro organizirano tekmovanje je pod vodstvom trenerja Bojana Kavčiča (postavil je tudi progo) skrbel Smučarski klub Radovljica.

To je bilo že drugo tekmovanje za pokal Zveze paraplegikov Slovenije, veseli pa smo, da je smučanje med paraplegiki tudi pri nas zaživelo. Veliko zaslug lahko pripisemo vodji športa pri Zvezi paraplegikov Slovenije Gregorju Gračnerju, ki je tudi tokrat imel vse organizacijske niti v rokah.

Jože Globokar



8. MEDNARODNI SIMPOZIJ »POTAPLJANJE AST 2010«

Tokratni 8. mednarodni simpozij »Potapljanje AST 2010«, v organizaciji Mednarodne zveze društev IAHD Adriatic, je svečano odprl profesor Stracimir Gošović, ki je za knjigo »Priručnik za komercialna i mornarička ronjenja« v novembru skupaj s svojim sinom prejel nagrado Josip-Juraj Strossmayer za najboljše delo s področja medicinskih znanosti.



končno smo vodili tudi posamezne sklope predavanj

potapljanja na dah, ki jih v okviru DAN-a opravlja raziskovalna skupina Neala W. Pollocka. O podvodnem ribolovu pred petdesetimi leti je spregovoril Jože Turk, ki je v devetnajstih letih tekmovanj osvojil 64 pokalov, medalj in priznanj.

Prvi sklop je zaključil Toni Brešković iz Medicinske fakultete iz Splita z izsledki raziskave o Kardiovaskularnih učinkih potapljanja na dah. Sklop SCUBA, ki se je odvijal pod vodstvom Marina Brzca, Barbare Slaček in Kladije Poropat, je pričel Paul Rose, človek, ki že vrsto let vodi ekspedicije na Antarktiki in je znan predvsem po seriji dokumentarnih filmov o oceanih, ki jih je posnel za BBC. V svoji predstavitvi nam je približal podvodni

svet ledenih širjav ter skrivnostni svet oceanov in življenja v njih. Irena Radić Rossi nam je približala podvodna najdišča več kot 2000 let starih antičnih ladij, za njo pa nam je Carla Binelli, članica Women Divers Hall of Fame, predstavila načine za odkrivanje in potrjevanje zgodovine potopljenih ladij, ki jih uporabljajo v okviru organizacije IANTD. Sledil je prispevek Branka Ravnaka in Damjana Pekljarja, ki sta predstavila organizacijo in izvedbo večje potapljaške odprave potapljačev s poškodbo hrbtenjače.

Sklop tehničnega potapljanja sta koordinirala Ivica Čukušić in Petar J. Denoble. Norvežan Alf O. Brubakk iz Univerze v Trondheimu



Končno smo tudi paraplegiki predavali profesorjem in doktorjem znanosti

Simpozij je kot vsako leto bil razdeljen na tri sklope: Apneo (potapljanje na dah), SCUBO (rekreativno potapljanje) in tehnično potapljanje. V vsakem sklopu so se predstavili znanstveniki in športniki, ki so s svojimi deli zaznamovali preteklost ali pa so prav sedaj na vrhuncu svoje slave. Sklop APNEA je pod taktirko Tomaža Favaia in Marka Ljubkovića pričel Jure Daić, prvi Slovenec, ki se je na svetovnem prvenstvu na Bahamih v globinskem potapljanju na dih potopil čez 100 metrov. Program se je nadaljeval s predstavitvijo raziskav na področju



in se vpisali med elitno množico uglednih predavateljev



nam je predstavil najnovejše izsledke na področju raziskav, povezanih z redno telesno vadbo kot načina zmanjševanja možnosti za nastanek dekompresijske bolezni. Govorniški oder je nato zasedel Anatoly M. Sagalevich, ruski znanstvenik, ki se je v zgodbo podvodnega sveta zapisal kot konstruktor globokomorskih plovil Pisces in MIR, pilot več kot 300 globokomorskih potopov in kot vodja 28 globokomorskih odprav, med katerimi je bil tudi edini raziskovalni potop na Severnem tečaju doslej, kjer na globini 4261metrih po njegovi zaslugi »plapola« ruska zastava.

Brez njega James Cameron ne bi posnel originalnih posnetkov potopljenega Titanica in morda bi Avatar gledali šele čez deset let. Za njim je Fabio Ruberti v okviru potapljaške odprave na potopljeno ladjo Szent Istvan umestil tehnično potapljanje med pomembna orodja podvodne arheologije. Sergio Angelini je predstavil vpliv hladne vode na delovanje regulatorjev,

Petar J. Denoble pa pomen globinskih postankov pri tehničnem potapljanju. Zaključek je pripadal Danielu Frki, podvodnemu fotografu, soavtorju knjige Skrivnosti Jadrana in serije dokumentarcev Veliki brodolomi Jadrana, ki se je s sliko in besedo poklonil Karlu Baumannu, ustanovitelju Brodospasa in pionirju na področju dvigovanja potopljenih ladij.

V okviru simpozija sta se zvrstila še dva spremljevalna dogodka. V petek je potekala okrogla miza »Evaluation of Dive Computers«, kjer so vodilni znanstveniki na področju fiziologije potapljanja (Alf. O. Brubakk, Arne Sieber, Petar J. Denoble, Sergio Angelini in Martin Sayer) kresali mnenja o potapljaških algoritmih in varnosti potapljanja.

Drugi spremljevalni dogodek simpozija je bil 2. festival podvodnega filma – Sprehodi pod morjem, kjer smo več ur potovali skozi morja Grenlandije, Sudana, Filipinov, Mehike in Jadrana. Izbor filmov iz 13. Beograjskega festivala podvodnega filma je bil pester saj nas je



no, pa grupirali smo se tudi

vodil od preživetja sardin, morskih psov, kitov do zadnjih potovanj ladje Yongala, ki je potonila na plovbi od Melbourne do Cairnsa in nam bližje ladje Barona Gautscha, ki leži v bližini Rovinja in, ki ga je skozi dokumentarec predstavil Marino Brzac.

Resda potapljanje ljudi s poškodbo hrbtenjače ni več glavna tema simpozija, a zakaj bi sploh bila, če pa smo pod vodo vsi enaki, tega, kar delamo v jadranski regiji, pa tako ne dela v svetu nihče.

Klaudija Poropat s pomočjo
Alenke in Petra
Avtor fotografije: **Miha Matavž**

MEDNARODNA LIGA V KOŠARKI NA VOZIČKIH V LIGI TEKMUJE SEDEM EKIP IZ PETIH DRŽAV

Košarkarji na invalidskih vozičkih v mednarodni ligi tekmujejo že drugo sezono. V sezoni 2009/2010 nastopajo: CASTELVECCHIO – NORDEST GRADISCA (ITALIJA), KIK SANA, SANSKI MOST (BIH), KIK ZMAJ – GRADAČAC (BIH), SLOVENIJA (SLO), KKIK VOJVODINA, KKI VODICE – VODICE (HR) in KK STELA – ZAGREB (HR).

Ekipe bodo do konca sezone odigrale sedem krogov, 10. aprila pa v Ljubljani še sklepni turnir. Ta turnir bo v enakem terminu in v isti dvo-

rani kot tekme lige NLB, s katero košarkarji to sezono dobro sodelujejo. Vsaka ekipa je v svojem kraju organizator enega kroga, v vsakem krogu pa je ena ekipa prosta. O prvih dveh krogih smo že pisali v prejšnji številki, zato pogledjmo, kako so košarkarji igrali v tretjem, četrtem, petem in šestem krogu.

III. KROG – ORGANIZATOR KKIK VOJVODINA

V prvi tekmi so domači igralci z izidom 65:70 izgubili dvoboj s KKI Vodice. V drugi tekmi je bila boljša slovenska ekipa, ki je moštvo KIK

Zmaj premagala z izidom 67:52, tretja tekma pa je zmago prinesla ekipi KIK Sana, ki je brez težav ugnala (72:51) italijansko moštvo Castelvecchio.

IV. KROG – ORGANIZATOR SLOVENIJA

V prvi tekmi je domače igralce z izidom 66:83 premagala ekipa KIK Sana. V drugi tekmi je bila boljša ekipa KK Stela, ki je moštvo KKI Vodice premagala z izidom 74:62, tretja tekma pa je zmago prinesla ekipi Castelvecchio, ki je zlahka ugnala (63:47) ekipo KKIK Vojvodina.



V. KROG – ORGANIZATOR KK STELA

V prvi tekmi so domači igralci z izidom 75:57 premagali Castelveccchio. V naslednji tekmi je bila boljša ekipa KIK Sana, ki je moštvo KIK Zmaj premagala z izidom 70:54, tretjo tekmo pa je zmago zaradi odpovedi ekipe KKIK Vojvodina dobila (20:0) ekipa Slovenije.

VI. KROG – ORGANIZATOR KIK ZMAJ

V prvi tekmi so domači igralci z izidom 72:65 premagali KKIK Vojvodino. V drugi tekmi je bila boljša ekipa KK Stela, ki je moštvo Slovenije premagala z izidom 86:78, tretja tekma pa je zmago prinesla ekipi Castelveccchio, ki je z izidom 65:40 brez težav premagala moštvo KKI Vodice.



Mdn liga

Tekme ob tehničnem delegatu **Milanu Lukmanu** vodijo sodniki: **Mitja Dečman (SLO)**, **Orlando Rieuppe (I)**, **Sinan Ferizović in Saša Lakić (BIH)**, **Hrvoje Penciger in Pepura (HR)** ter **Darko Šovran (SRB)**.

Najboljši strelci po šestem krogu: prvi Ante Štimac – 137, KK Stela,

drugi Aleksandar Jovanović – 108, KKIK Vojvodina, tretji pa Enes Kamberović – 104, KIK Zmaj.

Pokrovitelj tekem v mednarodni ligi je **Nova Ljubljanska banka**, ki je igralce opremila z dresi, medijski pokrovitelj pa **Kosarka.si**.

REZULTATI PO ŠESTIH KROGIH:

1. KIK SANA
2. KK STELA
3. SLOVENIJA
4. CASTELVECCHIO
5. KIK ZMAJ
6. KKIK VOJVODINA
7. KKI VODICE

Sedmi krog lige je bil 6. marca v Sanskem Mostu.

Jože Globokar

XI. NOVOLETNI KOŠARKARSKI TURNIR ZMAGALA JE EKIPA ORGANIZATORJEV

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je organizator tradicionalnih novoletnih košarkarskih turnirjev na invalidskih vozičkih. Tokratnega, XI. po vrsti, je društvo pripravilo 9. januarja 2010 v športni dvorani Pungrt v Šmartnem pri Litiji. Pod koši so se srečale: ekipa DP Novo mesto, ekipa DP Maribor, združena ekipa DP Celje in DP Kranj in ekipa organizatorjev DP Mercator Ljubljana.

V otvoritveni tekmi sta se pod koše zapeljali ekipi DP Mercator



V finalnem srečanju je bilo boljše moštvo organizatorjev.

Ljubljana in DP Maribor. Tekmo so z izidom 55:32 brez težav dobili Ljubljančani.

Druga tekma med združenima moštvoma DP Kranj-DP Celje in moštvom DP Novo mesto je zmago prinesla novomeškemu moštvu.

V tretjem srečanju za tretje mesto sta se pomerili moštvi DP Kranj-DP Celje in DP Maribor. Boljša je bila kombinirana ekipa, ki je Mariborčane ugnala z izidom 49:38. V finalnem srečanju sta se pomerili ekipi DP Novo mesto in DP Ljubljana Mercator. Boljšo igro so prikazali prireditelji in lanskoletne zmagovalce novoletnega turnirja premagali z rezultatom 54:43.

Končne uvrstitve ekip: prva DP Mercator Ljubljana, druga DP Novo mesto, tretja DP Kranj-DP Celje in četrta DP Maribor.

Na novoletnih turnirjih košarkarji tekmujejo tudi v metanju prostih

metov in trojk. V prostih metih je imel najmirnejšo roko Jože Berčon (NM), drugi je bil Janez Učakar (KR), tretji Janko Koren (MB), četrti pa Slobodan Banjac. V metu trojk je zmagal Boštjan Cegljar (LJ), drugi je bil Tone Kanc (NM), tretji Marjan Žunko (MB), četrti pa Enes Musić (CE). Tekme sta odločno in korektno vodila sodnika Mitja Dečman in Primož Zaletelj. Tako kot na vseh pomembnejših košarkarskih tekmovanjih je tekmovanje tudi tokrat uradno nadzoroval tehnični delegat in košarkarski strokovnjak Milan Lukan, ki je z Danetom Kastelem (predsednikom Zveze paraplegikov Slovenije) tudi pobudnik in organizator tega pomembnega in odmevnega košarkarskega tekmovanja.

Pokale je zmagovalnim ekipam podelil župan Občine Šmartno pri Litiji Milan Izlakar.

Jože Globokar



MEDDRUŠTVENO TEKMOVANJE V KEGLJANJU ŠKOFJA LOKA

Prvo kegljaško meddruštveno tekmovanje v novem desetletju je potekalo 16. 1. 2010 na kegljišču športne dvorane Poden v Škofji Loki. Organizator, Društvo paraplegikov Gorenjske, je povabilo tekmovalce iz vseh regij in trideset se jih je tekmovanja tudi udeležilo. Prišli so iz vseh regij, razen iz Prekmurja, vsega skupaj s spremljevalci in šoferji nas je bilo enainpetdeset, manjše število tekmovalcev kot navadno je bilo tudi zaradi košarke, ki je bila na isti dan.

REZULTATI:

Ženske

1. Ivanka Kostevc,
DP severne Štajerske – 208
2. Slavka Jereb,
DP Gorenjske – 173
3. Lidija Ekselenci,
DP južne Primorske – 139

Moški:

1. Franc Simonič,
DP severne Štajerske – 257
2. Miran Jernejšek,
DP severne Štajerske – 253
3. Martin Tabak,
DP Ljubljanske pokrajine – 246

Tetraplegiki:

1. Slavko Ivančič,
DP Ljubljanske pokrajine – 235
2. Slavko Mikec,
DP jugozahodne Štajerske – 220
3. Klavdij Leban,
DP severne Primorske – 220

Veterani:

1. Franc Kuhelj,
DP Dolenjske – 219
2. Boris Šter,
DP Gorenjske – 194
3. Marjan Romih,
DP jugozahodne Štajerske – 181

Ekipno:

- | | |
|-----------------------------|-----|
| 1. DP Ljubljanske pokrajine | 952 |
| 2. DP severne Štajerske | 902 |
| 3. DP jugozahodne Štajerske | 848 |
| 4. DP severne Primorske | 780 |
| 5. DP Koroške | 776 |
| 6. DP Gorenjske | 766 |
| 7. DP južne Primorske | 667 |

Boris Šter



Najboljši veteran.

MEDDRUŠTVENI ŠAHOVSKI TURNIR V MARIBORU

DP severne Štajerske je 27. februarja v prostorih Taborke v Mariboru pripravilo tradicionalni meddruštveni šahovski turnir.

Tokrat je bila udeležba skromnejša, saj se je na črno-belih poljih pomerilo le trinajst šahistov iz štirih pokrajinskih društev – DP jugozahodne Štajerske, DP Ljubljanske pokrajine, DP Istre in Krasa in šahisti organizatorja DP severne Štajerske.

Šahisti so se dopoldne po švicarskem sistemu najprej pomerili v posamični konkurenci,

popoldne pa še v ekipni. Tekmovalci so za razmišljanje potez imeli na voljo deset minut, težje gibalno ovirani tetraplegiki pa dvanajst.

V posamični konkurenci je po petih kolih brez poraza s petimi točkami zmagal Edo Planinc (LJ), drugo mesto je štirimi točkami osvojil Vojko Gašperut (KP), tretje pa s 3,5 točke Zlatko Bernašek (LJ).

Med ekipami, ki so tekmovali po Bergerju, je največ šahovskega znanja pokazala ekipa DP severne Štajerske, ki je zbrala pet točk in pol,

druga je bila ekipa DP Ljubljanske pokrajine z enakim številom točk, tretja DP jugozahodne Štajerske s 4,5 točke, četrta pa DP Istre in Krasa z 2,5 točke. O končnih uvrstitvah so odločale medsebojne zmage. V posamični konkurenci so zmagovalci prejeli medalje, v ekipni pa pokale.

Tekmovanje je potekalo brez zapletov, vodil pa ga je arbiter Branko Vudlja.

Jože Globokar



5. KOLO KOŠARKARSKE LIGE ZPS

V nedeljo, 14. 2. 2010, je potekalo 5. kolo košarkarske lige ZPS v športni dvorani Leona Štuklja v Novem mestu. Odigrale so se štiri tekme po ligaškem sistemu ZPS. Sodelovalo je pet moštev pod vodstvom vodje športa pri ZPS gospoda Gregorja Gračnerja in delegata gospoda Milana Lukana.

Rezultati 5. kola:

Novo mesto : Kranj	58 : 47
Celje : Novo mesto	74 : 62
Kranj : Maribor	56 : 48
Ljubljana : Celje	52 : 53

Končni vrstni red:

1. mesto: DP Novo mesto
2. mesto: DP Ljubljana

3. mesto: DP Maribor
4. mesto: DP Kranj
5. mesto: DP Celje

Končnica košarkarske lige (play off) bo 27. marca v Ljubljani, kjer sodelujejo le prve štiri ekipe iz ligaškega tekmovanja.

Mirko Sintič

LIKOVNA DELAVNICA PONIKVE

Za spremembo smo slikarji našo likovno delavnico na povabilo direktorice socialnovarstvenega zavoda PRIZMA v Ponikvah, prof. defektologije Katje Vipotnik, preselili v njihove preurejene prostore. Ta dan je bil za varovance in za nas, slikarje, poseben in drugačen.



Na povabilo direktorice socialnovarstvenega zavoda PRIZMA, nam je svoj obisk namenil sam predsednik dr. Danilo Turk.

Čakali smo visokega gosta. Svoj obisk nam je namenil sam predsednik dr. Danilo Turk s spremstvom. Ogladal si je še nenaseljen nov bivalni objekt zavoda in se z velikim veseljem ustavil tudi pri nas v delavnici. Pokazal je zanimanje za



Naši slikarji pri delu.

naše delo, še posebno za slikanje slikarjev z usti. Ves postopek mu je razložil Vojko Gašperut, ki je predsedniku podaril eno izmed svojih slik Solin.

V kratkem nagovoru je poudaril čedalje večjo skrb za invalide in bolnike, vendar je do popolnega zadovoljstva vseh še dolga in naporena pot. Ta sredo, 2. decembra, bo tako nam, slikarjem, kot varovancem zavoda še dolgo ostala v prijetnem spominu. Zlatko Bernašek iz Ponikev pa že kuje načrte za pomlad, kajti okolica ponuja obilo

lepih motivov za slikanje. Delavnice so se udeležili: Zorica Razboršek, Klavdij Leban, Dragica Sušanj, Tina Pavlovič, Vojko Gašperut, Jože Tomažič, Željko Vertelj, Jože Vodušek, Franc Ekart, Miran Jernejšek, Metod Zakotnik, Boris Šter in pobudnik srečanja, domačin in organizator Zlatko Bernašek.

Moramo se zahvaliti g. Katji Vipotnik, nekdanji sodelavki na Zvezi, in osebju Zavoda Prizma za res topel sprejem in odlično pogostitev.

Boris Šter



NOVO ZNANJE ZA KULTURNO DELOVANJE

Zadnji februarski teden je bil namenjen pridobivanju novega znanja s področja projektnega vodenja v kulturnih dejavnostih. Kakih petnajst članov različnih invalidskih zvez – Zveze paraplegikov, Zveze delovnih invalidov, Zveze gluhih in naglušnih ter Zveze slepih in slabovidnih - se je udeležilo štiridnevnega usposabljanja na to temo, ki je potekalo v ljubljanskem Hotelu City.

Organizator usposabljanja, družba Odin, se je znašel pred zanimivim izzivom, saj je moral celotno izvedbo delavnic, s prostori in gradivi vred, prilagoditi zelo različnim potrebam udeležencev iz naše pisane skupine – od gibalno oviranih do gluhih in slabovidnih. To je v celoti uspelo, saj je bila izvedba na zaviljivi ravni.

Usposabljanje je bilo tudi vsebinsko izredno zanimivo. Potekalo je v obliki delavnic, v katerih smo se



Na delavnicah smo izvedeli veliko zanimivega in koristnega. Zvezo paraplegikov sta na delavnicah zastopala Tina in Boris.

vsak dan seznanili s po enim zaočkroženim poglavjem. Tako nam je v ponedeljek Lili Mahne iz Notranjskega ekološkega centra predstavila osnove projektnega vodenja. Predavanje je popestrila s primeri iz prakse, pri čemer ji je pomagala Vida Cerkvenik, gledališka režiserka in vodja kulturnega društva Ljud. Slikovito sta predstavili pro-



Uršula Cetinski nam je razložila kako se lotiti kulturnih projektov.

jektno vodenje in nas opozorili tudi na nekatere napake, ki jih pri vodenju projektov, še posebno kulturnih, pogosto delajo začetniki. Drugo predavanje je bilo namenjeno komunikaciji. Temo, izredno pomembno za uspešno sodelovanje v skupini, nam je predstavila Polona Zupančič. Predavanje se je razvilo v zanimiv pogovor, v katerem smo udeleženci drug drugemu predstavili ovire, s katerimi se v komunikaciji srečujemo različni invalidi, še posebno slepi in slabovidni ter gluhi in naglušni.



Vesna Kopal nam je pokazala, kako urejeno poskrbeti za projektno dokumentacijo. Primeren računalniški program je nepogrešljivo orodje pri projektne vodenju.

V sredo nas je Uršula Cetinski, direktorica Slovenskega mladinskega gledališča, popeljala skozi pripravo in vodenje kulturnega projekta. Svoje bogato znanje in izkušnje nam je predstavila na primeru festivalov Bobri ter Mesto žensk, pri katerih sodeluje kot vodja. Čeprav se je predavanje vr-telo predvsem okoli gledališča, pa bodo nasveti prišli prav tudi tistim, ki se ukvarjamo z drugimi kulturnimi aktivnostmi.

Za zadnje predavanje smo se v četrtek preselili v računalniško učilnico, kjer nam je Vesna Kopal razložila nujnost in možnosti informacijske podpore projektnemu vodenju. Predstavila nam je 4PM, sodoben program za projektno vodenje, ki ga uporabljamo na svetovnem spletu in nam omogoča urejen in pravilno dokumentiran pristop k načrtovanju in izvedbi vsakega projekta (program je podrobneje predstavljen na www.4pm.si).

Seštevek vseh predavanj je udeležencem dal dober pregled in



Lili Mahne nas je skozi anekdote opozorila na nekatere stvari, ki jih pri projektne vodenju ne smemo početi.

koristne nasvete za urejen pristop k pripravi in izvedbi različnih projektov v kulturi. Tovrstna znanja so izjemno pomembna v zvezah in društvih, saj tak način dela omogo-

ča kakovostno izvedbo kulturnih projektov, kar poleg večjega zadovoljstva kulturnih ustvarjalcev in gledalcev pomeni tudi boljši izkoristek kulturi namenjenih finančnih sredstev, s tem pa tudi večjo možnost za pridobitev finančne podpore v prihodnje.

Usposabljanje iz projektne vodenja v kulturnih dejavnostih je sicer potekalo kot del širšega projekta, ki ga pod naslovom Oder za vse vodi Rotary klub iz Nove Gorice. Projekt je namenjen usposabljanju različnih invalidov za sodelovanje v kulturnih dejavnostih. Poudarek projekta je na gledališki dejavnosti,

tako da bo predvidoma do poletja nastala tudi gledališka predstava, v kateri bodo skupaj nastopili invalidi iz različnih društev in zvez. Projekt Oder za vse delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada, iz Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007–2013. Več o projektu na spletni strani www.oderza-vse.si.

Besedilo in fotografije:
Aleksander Grum



RAZSTAVLJAMO V AVSTRIJI

Društvo Zarja je v sodelovanju z Društvom paraplegikov Gorenjske in Društvom paraplegikov Istre in Krasa pripravilo razstavo naših likovnikov, predstavitev športnikov in predstavitev invalidnosti. Navzoči vaščani z županom Francem Jožefom Smrtnikom na čelu so bili obveščeni o organiziranosti Zveze paraplegikov Slovenije in dejavnosti društev v Sloveniji in tujini.

Slovensko kulturno društvo ZARJA iz Železne Kaple (Eisenkappel Avstrija) že vrsto let sodeluje z Mojco Rozman, ki je pri nas na Društvu paraplegikov Gorenjske za naše člane vodila izobraževanje v računalništvu, v Železni Kapli pa vodi otroški pevski zbor in otroško folklorno skupino. Slišala je, da imamo dobro organizirane likovne delavnice in kolonije ter nas vprašala, ali bi razstavljali v Avstriji.

Seveda smo se takoj strinjali, vendar nas je slikarjev paraplegikov na Gorenjskem premalo, zato smo se povezali z Društvom paraplegikov Istre in Krasa. Predsednik kultur-



Predsednik Zarje g. Vili Ošina.

nega društva Zarja g. Vili Ošina je v njihovi galeriji sredi mesta postavil 23 slik, grafik in umetnin, ki jih ustvarja Jože Tomažič s prepletanjem nitk. Mesto Železna Kapla ima krog 2000 prebivalcev, od teh je polovica Slovencev, preostali pa tudi malo razumejo in govorijo slovensko. Cerkev v bližini galerije

sredi mesta so porušili v napadih Turki, današnjo pa so postavili na istem mestu konec 15. stoletja. Po zaprtju tovarne celuloze Obir so se preusmerili predvsem v turizem. V bližini so Obirske kapniške jame in termalno zdravilišče. Marca 2009 je bil na volitvah za župana izvoljen g. Franc Jožef Smrtnik, kandidat



samostojne Slovenske liste. Prijazno se je odzval povabilu, prišel na odprtje naše razstave in v nagovoru pohvalil naše delo in trud, ki ga vlagamo v slikarstvo. Gospodu županu kultura ni tuja, saj poje v znanem, leta 1985 ustanovljenem kvartetu Bratov Smrtnik in skupaj z bratrancem še v kvintetu Smrtnik.

V programu nam je v slovenščini pel otroški pevski zbor Zarja, Benjamin Žnidaršič je prebral svojo pesem, Eva, naša učiteljica angleščine, je v nemškem jeziku prebrala prav

tako Benjaminovo pesem, nekaj svojih zgodb so povedali Dragica, Beno, Vojko in Jože, Metod pa je predstavil delovanje društev in zveze v Sloveniji. Marjan Trdina je seveda govoril o športu. Da je bila slika popolna, je delovanje društev paraplegikov in tetraplegikov v Avstriji in na Koroškem predstavil naš stari znanec in prijatelj Ernst Kočnik.

Tako smo sklenili enourni otvoritveni program v prepolni galeriji. Med obiskovalci so bili skoraj vsi

slovensko govoreči, tako da je pogovor na zakuski hitro stekel. Na razstavi, ki bo odprta mesec dni, sodelujemo: Dragica Sušanj, Vojko Gašperut, Benjamin Žnidaršič, Jože Tomažič, Metod Zakotnik in Boris Šter. Domačinom in organizatorjem se zahvaljujemo za povabilo in prijeten dan, ki smo ga preživeli z njimi. Mislim pa, da smo tudi mi s svojimi deli in pogovorom malo razgibali in obogatili kulturni utrip v mestu.

Boris Šter

OBISK IN RAZSTAVA V ŽELEZNI KAPLI V AVSTRIJI

Skupinsko razstavo Dragice Sušanj, Metoda Zakotnika, Borisa Štera, Jožeta Tomažiča, Vojka Gašperuta in Benjamin Žnidaršiča smo pospremili z demonstracijo slikanja z usi. Slikati z usi so poskusili tudi člani otroškega pevskega društva Zarja, ki so pozneje v programu lepo zapeli.

Mladostniško zagnani člani kulturnega društva Zarja v svojem kraju predstavljajo močan simbol. Za delovanje te ustanove so si organizatorji, kot se mi zdi, našli primerno geslo: Zahaja – vzhaja, Spuren suchen – Zeichen setzen.

Zelo strnjeno zajame, kaj v jedru kulturno delo sploh pomeni. Namreč: iskanje tistega, kar je



Benjamin Žnidaršič demonstrira slikanje z usi, pozneje so to poskusili tudi otroci.



Župan gospod Franc Jožef Smrtnik je pozdravil vse zbrane.

vredno ohraniti, tistega, kar nam je iz preteklosti ostalo ljubo in drago, kar želimo negovati in posredovati prihodnjim rodovom.

To vključuje tudi iskanje tistega, kar ni na dlani, onega zamolčanega, pozabljenega, izrinjenega. Kajti tudi tisto, kar je boleče, kar je žalostno in nelepo, je del naše zgodovine in del naše kulture. Če to spodrinemo ali tajimo, postanemo rev-

nejši in bolj omejeni – tudi v odnosu do soljudi. Kajti samo takrat, ko se zanimamo tudi za to, kaj se je dogodilo drugim, spoznamo, kako in s čim smo postali, kar smo, in kako je z nami.

Vili Ošina, ki je vse skupaj organiziral in je tudi predsednik kulturnega društva koroških Slovencev, je poudaril, da so veseli vsakega sodelovanja s Slovenijo, še posebno pa z invalidi, ki so polni optimizma in dobre volje.

Benjamin Žnidaršič



TRADICIONALNA RAZSTAVA V INFORMACIJSKI PISARNI MOL

RAZSTAVA LIKOVNIH IN ROČNIH DEL

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je 11. januarja v Informacijski pisarni Mestne občine Ljubljana odprlo tradicionalno razstavo likovnih del slikarjev društva in ročnih del ženske sekcije.

Kljub mrzlemu vremenu in snegu so se odprtja razstave udeležili vsi slikarji razstavljalci, soustvarjalke ročnih del, predstavniki mestnih oblasti in društva ter sorodniki in prijatelji. Predsednik društva **Gregor Gračner** se je v pozdravnem nagovoru MOL zahvalil za dobro sodelovanje, saj naši umetniki v njihovi pisarni svoja dela že kar nekaj let predstavljajo tudi širši javnosti.

Na stenah Informacijske pisarne so si obiskovalci do konca februarja lahko ogledali dela Željka Vertlja, Tine Pavlovič, Silva Mehleta, Damjana Roglja, Brede Malus in zanimiva ročna dela članic društva.

Med kratkim kulturnim programom, ki sta ga izvedla naša pesnica Darinka Slanovec in citrar Tomaž Plahutnik, je razstavljena likovna dela in avtorje ocenil študent umetnostne zgodovine Jaka



Ljubljanski župan Zoran Jankovič si je razstavo z zanimanjem ogledal.

Racman. Med drugim je povedal: »Bridke življenjske izkušnje in težka invalidnost, na drugi strani pa želja po kreativnosti, slikarski talent in močna volja so večino njih pripeljali v krog izjemnih umetnikov. Trije od njih so svoja dela ustvarili s čopičem v ustih in so člani Mednarodnega združenja slikarjev, ki slikajo z ust ali nogami. Umetniški vzgibi vseh predstavljenih izvirajo iz želja, morda celo potreb po izpovedovanju pa tudi izkazovanju sposobnosti pričaranja lastnih vizij.«

Zaradi nujnih obveznosti župana je razstavo odprla predstavnica protokola MOL Katarina Sporar in izrazila navdušenje nad razstavljenimi izdelki. Toda župan Zoran Jankovič je le našel nekaj trenutkov in si ob

koncu programa razstavo z velikim zanimanjem tudi ogledal. Na panojih s številnimi fotografijami smo predstavili utrip društva in pestrost naših programov, hkrati pa tudi fotografije MOL pri odpravljanju arhitekturnih ovir v mestu. Občina je namreč ob skrbi za gibalno ovirane občane ob Mednarodnem dnevu invalidov dobila listino Občina po meri invalidov.

V raznovrstnem pisnem gradivu in zgibanki o razstavi so lahko obiskovalci še podrobneje spoznali dejavnost društva, MOL pa je predstavila Akcijski načrt za izenačevanje in uresničevanje enakih možnosti oseb z oviranostmi za obdobje od 2008 do 2010.

Mirjam Kanalec



Avtor slike Željko Vertelj je štipendist Mednarodnega združenja slikarjev, ki slikajo z ust ali nogami.



LIKOVNA RAZSTAVA V VOJAŠNICI FRANCA ROZMANA STANETA

Slikarji tetraplegiki in paraplegiki smo po dveh letih svoja slikarska dela znova razstavljali v vojašnici Franca Rozmana Staneta.

Predstavili smo se s sedemdesetimi deli različnih vsebin, motivov in tehnik. Odprtje je vodila Jasna Tepina, sodelovali pa so otroci zaposlenih v vojašnici in mandolin-ski kvartet Triobadur. Otvoritveni in pozdravni nagovor je imel poveljnik vojašnice, g. Dobran Božič, in poudaril dobro sodelovanje z društvu in posamezniki zunaj vojašnice. Prav tako je poudaril dobro sodelovanje z našo Zvezo, posebno z nami, slikarji. Poveljnik Dobran Božič je povedal, da je njihova je-



En del razstavljalcev...

dilnica, kjer razstavljamo, najbolj obiskan del vojašnice in vse, kar se dogaja, se zgodi ravno tu. Naše slike si je ogledala tudi ministrica za obrambo in številne delegacije ter gostje. Na dan odprtih vrat so imeli več kot tisoč obiskovalcev. Za zgledno sodelovanje je poveljnik z vojaškim priznanjem nagradil

našo Zvezo paraplegikov Slovenije, novinarko in voditeljico Jasno Tepina in kulturnega referenta Borisa Štera.

Razstava avtorjev Romana Gruntarja, Klavdija Lebana, Zorice Razboršek, Franca Ekarta, Mirana Jernejška, Jožice Ameršek, Jožeta Voduška, Branka Rupnika, Vojka Gašperuta, Dragice Sušanj, Benjamina Žnidaršiča, Jožeta Tomažiča, Ljudmile Turk, Tine Pavlovič, Silva Mehleta, Željka Vertlja, Metoda Zakotnika in Borisa Štera je bila odprta do sredine februarja 2010.

Povabljeni pa smo že za naslednje leto.

Boris Šter



... in drugi del razstavljalcev.

RAZSTAVA NA MINISTRSTVU ZA DELO

V petek, 18. decembra, smo na povabilo mag. Cveta Uršiča postavili slike na Ministrstvu RS za delo in socialne zadeve, Direktoratu za invalide. Razstavljamo Joži

Ameršek, Zorica Razboršek, Vojko Gašperut, Benjamin Žnidaršič, Roman Gruntar, Jože Vodušek in Boris Šter. Direktor direktorata za invalide mag. Cveto Uršič je naše

delo pohvalil in nas daje za vzgled drugim invalidskim organizacijam.

Boris Šter



RAZSTAVA VOJKA GAŠPERUTA - GAŠPERJA IN MARIA BARBUJANIJA

V četrtek, 4. februarja, ob 18. uri je bilo na sedežu skupnosti Italijanov, v palači Gravisi, Ulica OF 10 v Koprju, odprtje razstave naših članov Vojka Gašperuta in Maria Barbujanija iz Italije.

Oba slikarja sta člana mednarodnega združenja slikarjev, ki slikajo z usti ali nogami. Naslov razstave je *Živeti umetnost!* O razstavi je spregovoril likovni kritik Dejan Mehmedovič, ki je poudaril, da dolgoletno slikanje obeh slikarjev prinaša zadovoljstvo vsem spremljevalcem likovne umetnosti, pri tem pa tudi njima slikarstvo osmišlja življenje.

Na razstavi se je Vojko Gašperut predstavil s solinami. Avtor osvaja likovno polje kot figuralik in kot zavozlan s staro arhitekturo rodnega kraja – Breginjskega kota, istrsko pokrajino, v solinah čuti moč in potrebo, da jih prelije v podobe. Zrcalne soline v nas izvabijo neko starodavno občutje topline in običajev, ki iz globoke zasidranosti privrejo na dan. Njegove podobe, ki jih po motivih lahko označimo za pejsaže, vedute ali tihožitja, se kažejo skozi pretanjeno obdelavo površine, ki izkazuje dolgotrajno, potrpežljivo in resno delo v polju obrobjenih slike. Risbo v podlagi prekriva precej umirjen slikarski čopič, ki večše natančno dodelu-



Razstavljavca s prijatelji ob odprtju razstave.



Avtorja je na razstavi predstavil umetnostni zgodovinar Dejan Mehmedovič.

je figurirani pas v prvem planu in mehko, povsem lahkotno prehaja v gestualno razpuščenejšo, nekako impresijsko zabrisano ozadje. Svetlobne vrednosti so mojstrsko podrejene kompozicijski dovršenosti podob, ki se skozi harmonično skladnost kolorita in uporabljeno površino barvne mase združujeta v pridobivanju kvalitete podobe. Slikar se drži zmernega kolorita, ki se v avtorjevem razvoju spreminja in se v končni fazi kaže kot osebna slogovna indikativna karakteristika.

Kot polnopravni član združenja VDMFK se Vojko Gašperut neutrudno podaja v slikarski svet, kjer vedno znova odkriva nove izzive in v tem prepoznava svojo srečo in veselje.

Mario Barbujani se je rodil z otroško paralizo. Popolnoma samostojno se je začel učiti umetnosti slikanja. Z veliko volje in strasti mu je uspelo iti svojo pot, čeprav je boleča in polna težav, z razveseljujočimi, a tudi žalostnimi dogodki. Vse to je vplivalo na njegov značaj

in skrajno individualen način izražanja. Njegovo slikanje kaže svet strahu in velikega upanja. Vendar mu z barvo in s svetlobo uspeva posredovati mir in notranje zadovoljstvo. Popolnoma obvlada tradicionalno italijansko umetnost, kar se kaže v nagnjenju k dekorativnim, lepim učinkom slike.

S svojimi slikami, katerih motivi in teme so večinoma priljubljene figure, pokrajine in cvetje, je Mario Barbujani pokazal svet brez naglice in ob podrobnostih razumel bistvo življenja. Pri tem je dojel prikrite skrivnosti in s trdim delom, ki izvira iz duhovne bolečine, dosegel to, na kar si nihče ne bi upal niti pomisliti. Mario Barbujani je leta 1988 postal polnopravni član VDMFK.

Tako je dobil možnost sodelovanja na številnih razstavah in organiziranja samostojnih likovnih razstav v velikih italijanskih mestih in po svetu.

Benjamin Žnidaršič



MED INVALIDI PO POŠKODBI GLAVE V ZAVODU ZARJA

Na povabilo Mirana Hergula iz Zavoda Zarja sva se Vojko Gašperut in Benjamin Žnidaršič v četrtek, 28. januarja 2010, z veseljem odzvala povabilu in predavala o možnosti slikanja za težje prizadete invalide in o tem, kako se po poškodbi uspešno vrniti v življenje.

Namen delavnice je bil pogovor z varovanci o raznih izkušnjah, ki jih imamo invalidi, in kako se motivirati, da skozi najrazličnejše težave in preizkušnje poiščemo najboljšo možnost za uspešno delo, izobraževanje ali sodelovanje z drugimi. Delovanje v Zavodu Zarja je namenjeno osebam po nezgodni poškodbi možganov, njihovim svojim in preventivnemu delovanju v širšem družbenem okolju. Dejavnost zajema dolgotrajno celostno rehabilitacijo glede na potrebe posameznika.



Med pogovorom, kako se motivirati, da skozi najrazličnejše težave in preizkušnje invalid poišče najboljšo možnost za uspešno delo, izobraževanje ali sodelovanje z drugimi.



Debata o možnostih kulturnega ustvarjanja.

Vključuje storitve vodenja, varstva in zaposlitve pod posebnimi pogoji in omogoča življenje v stanovaljski skupini. Program ponuja kvalitetno strokovno pomoč z varstvom, rehabilitacijo, pedagoškim in delovnim programom glede na potrebe posameznika in poteka v obliki dnevnega in institucionalnega varstva. Dnevni program se izvaja v treh enotah, rehabilitacijski

enoti, delovni enoti in v zelenem programu, program institucionalnega varstva pa poteka v stanovaljski skupini in samostojnih stanovanjih na več lokacijah.

Benjamin Žnidaršič

SAMOSTOJNA RAZSTAVA V DOMU STAROSTNIKOV TRŽIČ

Kako lepo se je izšlo, da je Boris Šter prav v domačem Tržiču postavil svojo jubilejno, deseto samostojno likovno razstavo, in to še na sam praznik kulture, 8. februar.

Na povabilo animatorke v domu starostnikov, kjer so med oskrbovanci tudi trije člani Društva paraplegikov Gorenjske, je Šter postavil na ogled petnajst svojih tihožitij in likovnih upodobitev Tržiča ter svoje rojstne hiše, v kateri je bila gostilna.



Dve izmed Borisovih slik, ki so razstavljene v domu starostnikov Tržič.



Župan mag. Borut Sajovic na otvoritvi.

Vse slike Tržiča so iz let 1930 do 1950. Nastale so po fotografijah iz zbirke muzeja. V programu, ki je bil namenjen prazniku kulture, sta sodelovala Vaška godba in župan Tržiča, mag. Borut Sajovic, ki je prebiral pesmi dr. Franceta Prešerna in imel otvoritveni nagovor. Med navzočimi na odprtju je bil skoraj

ves občinski svet, številni prijatelji in oskrbovanci doma.

Boris Šter



ZAHVALE

Zvezi paraplegikov se zahvaljujem za finančno pomoč pri nakupu novega avtomobila.

Klavdij Leban

Lepo se zahvaljujem Zvezi paraplegikov Slovenije in Društvu paraplegikov Istre in Krasa se lepo zahvaljujema za denarno pomoč, ki ste nama jo namenili za predelavo osebnega avtomobila.

pomoč pri opremljanju stanovanja. Hvala! Ibrahim Ibro Bradarič

Sandi Sosič in mama Štefka

Hvala Zvezi paraplegikov Slovenije za pomoč pri nakupu kurilnega olja. Resnično hvala od srca, ker mi vsaka pomoč zelo olajša vsakdanje življenje in stroške, povezane z njim.

Inge Marija Japelj

Zveza paraplegikov Slovenije se Anki Kajzelj in njenim sorodnikom iskreno zahvaljuje, za podarjeno sliko našega pokojnega dolgoletnega člana Janija BEVCA.

Jani je med nami še vedno živ v spominih, predvsem njegov vedri pogled v prihodnost. Njegovo delo bo krasilo prostore Zveze paraplegikov Slovenije, ki pa bo tudi našim zanamcem dajalo sporočilo o pomembnosti in kvaliteti življenja kljub invalidnosti.

Najlepša HVALA za vašo pozornost.
Dane Kastelic
Zveza paraplegikov Slovenije



Delo pokojnega slikarja Janija Bevca.

**Odšel je, ostala je boleča praznina in spoštljiva misel nanj.
Minilo je leto in nekaj mesecev od takrat.**

NAŠI UMRLI ČLANI

Dušan BELTRAM,
član DP severne Primorske,
rojen 4. 3. 1947

Bojan OJSTERŠEK,
član DP severne Primorske,
rojen 19. 11. 1957

Ida BUDNERLA,
članica DP Prekmurja in Prlekije,
rojena 24. 11. 1925

Marija ZUPANEC,
članica DP JZ Štajerske,
rojena 29. 11. 1942

Kristina ERJAVEC,
članica DP ljubljanske
pokrajine, rojena 24. 11. 1917

Miroslav VRŠAJ,
član DP ljubljanske
pokrajine, rojen 17. 2. 1947

Franc ŠTEFANČIČ,
član DP ljubljanske pokrajine,
rojen 11. 12. 1934

Luđvik AMBROŽIČ,
član DP ljubljanske
pokrajine, rojen 1.7.1927



NATEČAJ FOTOGRAFIJE

IZBOR PRVIH TREH ZMAGOVALNIH FOTOGRAFIJ NATEČAJA GLASILA PARAPLEGIK

Uredništvo Paraplegika je zaključilo natečaj fotografije na temo **Zanimivosti iz življenja invalidov**.

Posebna komisija, ki jo sestavljajo Jožica Zafred, fotografinja, Boris Poropat, snemalec in fotograf TVS in Boris Šter je izbrala prve tri nagradne fotografije.

Prvo uvrščena:

Avtor fotografije: Jasmina Stritar

Prve tri uvrščene fotografije so nagrajene z denarno nagrado: prva nagrada: 30 EUR, druga nagrada 25 EUR, tretja nagrada 20 EUR.

Vsaka fotografija ima svojo zgodbo, svoj pomen, svoj trenutek.

Ob nekaterih začnemo razmišljati še v druge smeri v življenju, ki nas obdajajo in se z njimi srečujemo, druge nas nasmejijo, spet tretje so polne simbolike.

Objavljamo najboljše tri fotografije foto natečaja " **Zanimivosti iz življenja invalidov** ", ki je potekal od 1. septembra 2009 do 30. januarja 2010 in pripis komentarjev avtorjev fotografij.

Vsem, ki ste sodelovali na foto natečaju in prispevali svoje fotografije, se iskreno zahvaljujemo za sodelovanje!

Uredništvo Paraplegika



Komentar Dušan Stritar: »Slika je nastala, ko sva se z ženo v septembru 2009 vračala s poti po Balkanu in Grčiji. Iz Grčije sva se vračala ob Ionskem morju in prevozila Albanijo od juga proti severu. Zadnjo noč sva prespala v Draču (Durrës) in se zgodaj zjutraj napotila v Tirano, kjer pa nisva ostala dolgo in se odpeljala proti Črni gori. No, in na tej poti, od mesta Shkodër (albanski Skadar) proti meji je nastala ta fotografija. Meni se je zdela zanimiva, ker sem kot uporabnik vozička še bolj pozoren kako to rešujejo drugje. Dejansko se je videlo, da je voziček narejen za albanske pogoje, se pravi slabe ceste, da ne rečem brezpotja. Presenetilo me je edino in toliko bolj, da to vidim v Albaniji, kjer so pogoji za uresničiti kaj takega že v primerjavi s tistimi, ki živimo v Sloveniji bistveno slabši oz. skoraj nemogoči. V Tirani so šele pred kratkim dobili javne parkirne prostore, namenjen invalidom. Vsekakor je ta 'vozičkar' dobil izkaznico kluba »no limits and beyond borders«.



Drugo uvrščena:

Avtor fotografije: Jože Globočar



Komentar Jože Globočar: »Le kaj se je v avgustu leta 2002 zgodilo desetim paraplegikom, da so nenadoma in vsi naenkrat zapustili vozičke? Vidite v zgornjem levem kotu slike del neznanega letečega predmeta? No, mogoče so jih ugrabili vesoljci? Ali pa so šli vsi naenkrat v koruzo – tja kamor gre še cesar peš?«

Tretje uvrščena:

Avtor fotografije: Larisa Trdina



Komentar Jani Trdina: »Kip, pred katerim z ženo stojiva, je iz botaničnega vrta v Monacu. Imenuje se »Povabilo« (Invitation). Fotografijo je posnela najina hči, ko sva v šali skušala prikazati skulpturo v našem jeziku. Posnetek nosi bogato sporočilo zgodbe naše družine.«



OGLASI

Prodam MOTO-MED, električno kolo za razgibanje rok in nog, ter KÜSCHALOV invalidski voziček. Tel.: 041/326-479

Proizvajalec iz Hrvaške ponuja nov Hand-Bike (kolo, ki ga pripnemo na navadni sobni voziček in poganjamo z verižnim sistemom) po zelo ugodni ceni - cca 700 €. Vse informacije dobite pri Bojanu Lukežiču, GSM: 040/375-885.

Zelo ugodno prodam dvigalo, ki je prilagojeno za vstop in izstop v kombi in iz njega. Vhod je iz stranske strani. Dvigalo invalidni osebi omogoča, da se ni potrebno presejati. Tina Pavlovič, 041/897-144.

Ugodno prodam električni voziček in dvižno napravo. Ta naprava se namesti v osebni avtomobil na prostor odstranjenega sovoznikovega sedeža in z električnim upravljalcem omogoča invalidu (skupaj s sedežem omenjenega vozička) vstop in izstop v avto in iz njega. Naprava je bila narejena po naročilu in nameščena v vozilu ford fokus. Voziček in dvižna naprava sta stara štiri leta in odlično ohranjena. Prodajam tudi omenjeni avto.

Vse informacije Janez Merela, 031/343-341.



POMLAD JE TU

Spomladi se vse veseli,
najprej teloh zacveti,
lepo nam zvonček zazvoni,
trobentica se oglasi.
Travniki in gozdi ozeleni,
tudi trnov cvet lepo diši.
Šmarnica da omamni vonj,
lepo zapoje farni zvon.

Ko češnja v vrtu zacveti,
štorčlja v Prekmurje prileti,
si staro gnezdo obnovi,
za zarod nov si poskrbi.

Ko lipa v parku zadiši,
kukavica se oglasi,
tudi lastovka že prileti,
staro gnezdo poišče si.
Že prvi ptiček se izvali,
vse naokrog lepo cveti.

Stane Eržen



MISEL TEDNA

Positivne misli rodijo pozitivne besede.
Positivne besede rodijo pozitivna dejanja.
Positivna dejanja bogatijo našo osebnost in dvigujejo naše zavedanje.

Nuška Kupec

Resnica se ne sme govoriti iz strahu pred ljudmi, lagati se ne sme iz strahu pred vestjo.

(Azerbajdžanski pregovor)

Nič ni dobrega ali slabega, razen kolikor je takšno v naših mislih.

WILLIAM SHAKESPEARE



VICI IN SMEŠNICE

NEVEDNOST

Mladenič razlaga nekemu dekletu:

- Oh, kakšen bedak je moj direktor!
- A res? A vi veste, kdo sem?
- Ne.
- Njegova hči!
- A res? A vi veste, kdo sem jaz?
- Ne.
- Hvala bogu!

DARILO

Dijak kemijske šole vsak prosti trenutek preživi v kleti. Nekega dne pride v klet, misleč, da bo odkril svojega sina med epruvetami. Pa vidi, da mali s kladivom udarja po steni. Reče mu:

- Janezek, rekel sem ti že, da mi ni všeč, da zabijaš žeblje v zid.
- To niso žeblje, to so črvi. Odkril sem formulo, po kateri vse mehke stvari lahko spremenim v trde. Oče reče:
- Če mi pokažeš formulo, ti kupim avto.
- Dogovor sta sklenila, naslednji dan pa sta Janezka na dvorišču čakala dva avtomobila, popolnoma nova. Janezek ves vesel vpraša očeta:
- Kaj je to, oči?
- Toyota je od mene, otrok moj, kakor sva dogovorjena. Mercedes pa je darilo od mami.

PAMETNEJŠI

Pijanec sedi v gostilni in modruje:

- Ali naj spijem še eno steklenico. Želodec pravi 'da', glava pa 'ne'. Glava je bolj pametna od želodca. Pametnejši popusti. Natakar, še eno flašo!

TEHNIKA

Možakar se čudi, ko pride v trgovino z razno tehniko:

- Tale vaša tehnika je pa res poceni! Ali sploh kaj zaslužite z njo?
- Trgovec mu odgovori:
- Zaslužimo, zaslužimo, ampak šele pri servisiranju!

OBLJUBA

Učitelj vpraša Janezka:

- Kaj nisi obljubil, da se boš lepše obnašal?
- Da, gospod.
- In, ali nisem jaz obljubil, da te bom kaznoval, če se ne boš lepo obnašal?
- Da, ampak, ker jaz nisem držal obljube, je tudi vam ni treba!

KOZARCI

Gorenjec in Gorenjka vstopita v trgovino, da kupita kozarčke za žganje. Pokažejo jima, kaj imajo, a nista zadovoljna. Gorenjec vpraša trgovca:

- Imate še manjše?
- Trgovec odgovori:
- Manjših žal nimamo!
- Gorenjka pogleda moža in reče:
- Vzemite kar te, v njih bomo stregli pivo.

MOŽNOST ZASLUŽKA

Bankir reče svojemu desetletnemu sinu:

- Res si ne mislim več razbijati glave s tvojimi slabimi ocenami. Tudi tepež ne bo pomagal, te preveč dobro poznam. Imam pa rešitev, ki te bo spodbudila k učenju. Za vsako večjo oceno od trojke boš dobil pet tisočakov.

Naslednji dan vpraša Marko učiteljico:

- Gospa učiteljica, ali ste zainteresirana, da bi vsak dan zaslužila dva tisoč tolarjev?

POGOJEN NAKUP

Starejša gospa je vstopila v trgovino in zahtevala škatlo hrane za pse.

- Žal mi je, je dejal prodajalec, toda zdravstveno ministrstvo je ugotovilo, da se precej starejših ljudi prehranjuje z živalsko hrano, zato imamo ukaz, da pred prodajo hrane za živali preverimo, če ima kupec resnično domačo žival.
- Gospa je zapustila trgovino in se čez pol ure vrnila s psom na vrvi.

S tem je dokazala, da je lastnica psa in trgovec ji je prodal hrano za psa. Naslednji dan je spet prišla v trgovino in tokrat želela kupiti hrano za mačka. Postopek se je ponovil in kmalu se je vrnila z mačkom v naročju. Trgovec ji je prodal hrano za mačke in odšla je domov. Tretji dan je prišla v trgovino, v roki pa je držala večjo škatlo, v kateri je bila luknja. Gospa je prosila trgovca, naj vtakne prst v luknjo, ta pa je nezaupljivo rekel:

- Ali je notri kaj takega, kar grize?
- Ne, ne, nič se ne bojte! je rekla gospa.
- Prodajalec je vtaknil prst v škatlo, otipal nekaj mehkega, izvlekel prst in rekel:
- Tako čuden občutek. Kot bi bil v škatli drek.
- Gospa pa je rekla:
- No, tako, zdaj pa mi dajte štiri rolice WC papirja!

SVETLOBNA TELESA

Peter prosi soseda policista, da mu pomaga pri preizkusu, če mu gorijo vse luči.

- Dolge?
- Delajo!
- Kratke?
- Delajo!
- Smerni kazalci?
- Delajo...ne delajo....delajo....ne delajo!!!

ŽUPNIK IN POLICIST

- Kakšna je razlika med župnikom in policistom?

- Župnik reče: Gospod z vami!
- Policist pa reče: Gospod - z nami!

BREZ ROK

V avto šoli reče inštruktor tečajnikom:

- Ne pozabite. Če boste pili in boste imeli v krvi kakšen promil alkohola, potem roke proč od volana.
- Eden od tečajnikov reče:
- Ne razumem! Pijan pa še brez rok...



KVIZ ZA RAZVEDRILLO

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

Pri vsaki številki so navedeni trije odgovori. Odločite se za pravilni odgovor in s črko, ki je pri njem, nadomestite povsod v liku tisto številko. Vse črke v liku, brane vodoravno, dajo slovenski pregovor.

1. Slovenski avto leta

2010 je:

- P - Škoda Yeti
- I - VW Polo
- E - Opel Astra

2. Kje vidimo fatamorgano?

- A - v puščavi
- L - v muzeju v Sarajevu
- U - v cerkvi

3. Vodilni član kake skupine je prva:

- B - flavta
- O - violina
- Č - trobenta

4. Prejemnica Boršnikovega prstana l. 2009 je:

- Ž - Anica Kumar
- E - Violeta Tomič
- G - Minu Kjuder

5. Kje je firmament, če stojimo na tleh?

- D - za nami
- R - pod nami
- J - nad nami

6. Kam potujemo čez veliko lužo?

- P - v Afriko
- V - v Ameriko
- Ž - v Avstralijo

7. SUDOKU rešujemo s:

- S - svinčnikom in radirkom
- I - kocko in ploščicami
- K - šestilom in ravnilom

8. Pri koliko stopinjah Fahreneita zavre voda?

- B - pri 80
- U - pri 100
- R - pri 212

9. Kdo ni bil član slovenske moderne?

- C - Simon Jenko
- A - Josip Murn
- D - Dragotin Kette

10. Kdaj je na RTV Slovenija oddaja Osmi dan?

- E - v torek
- S - v sredo
- U - v četrtek

11. Katera je letošnja zmagovalka Zlate lisice v slalomu?

- T - Tina Maze
- O - Maria Riesch
- Š - Kathrin Zettel

12. Koliko meri Triglavski narodni park?

- G - približno 50 ha
- E - približno 85 ha
- L - približno 120 ha

13. Kaj je čedra?

- C - slap na Jezerskem
- Ž - kmečko orodje
- K - lesena pipa s pokrovčkom

14. Koliko let sta poročena zakonca, če praznujeta biserno poroko?

- N - 50
- Z - 60
- E - 70

15. Kdaj je matineja?

- M - dopoldne
- J - popoldne
- V - pozno zvečer

16. Kateri slovenski glasbenik igra violino?

- L - Igor Ozim
- V - Hubert Bergant
- Š - Vinko Globokar

17. Kateri od naštetih vrhov je najvišji?

- A - Mirna gora
- E - Lisca
- T - Kum

18. Iz katere narodne pesmi je verz: če bog da, spet veseli?


- N - Majolka, bod' pozdravljena
- I - Mi, Slovenci, vinca ne prodamo
- Š - Oja, zmerom vesel, vesel

Rešitev kviza iz 119 številke:

NI SREČEN KDOR VELIKO IMA, SREČEN JE, KDOR MALO POTREBUJE.

Albin Rožman



	VREMENO-SLOVEC	NEKDANJA ODLIČNA SLOVENSKA ATLETINJA	LEPILO (POGOV.)	NEKDANJA AZJSKA UTEŽNA ENOTA	ALEŠ KLEMENT	RAZKAČEN, BESEN ČLOVEK	KRAJŠE IME ZA IZDORJA	LEGENDA AMERIŠKE ATLETIKE	OBLIKA IMENA ANA, TUDI PEVKA LENNOX
MEŠALKA MALTE									
REŽISER FILMA VZHODNO OD RAJA									
ZGORNJI DEL GLAVE NAD CELOM					SV. SLIKAR (ANDERS L.) ARGENTIN, POLITIČARKA PERON				
EDWARD NORTON			ZDRAVLO PLANOTA V SREDNJI BOSNI				LITU STANE NOVAK		
ČUTILO ZA SVETLOBO				SLOVENSKI NOVINAR (VINKO)					
POLONCA DOBRAJC				NOBELIJ					
									SLOVENSKA ŠALJIVKA PUTRIH
								WILLIAM MOTTET TOMAŽ LAJEVEC	
PRVI GENERALNI SEKRETAR OZN (TRYGVE)				SLOVENSKI POET (IVO) AKUTNO VNETJE ŽRELA					
ODPRITINE V STENI					IT. PESNICA MORANTE PREBVALEC GRŠKE ELATEJE				
SL. PLANINEC (FRANC)									

Avtor: GEORG GIDER	MOZARTOVO ROJSTNO MESTO V AVSTRJI	SLOVENSKA PESNICA (1875-1943)	BALKANSKI LJUDSKI PLES V OBLIKU KOLA	CESTNI OBJEKT PREKO REKE	NAŠ MATEMATIK (JURIJ) ŠPELA PRETNAR				
ŠKOF IN NARODNI BUDIHELJ (ANTON MARTIN)									
AVION, LETALO (REDKO)									
DRŽAVA V INDOKINI, SOSEDA VIETNAMA					NEKDANJE POLITIČNO GIBANJE V ITALIJI RUBIDIJ				
ZDENKO FAJDIGA			KARAMBOL LUKNJE ZA RAZPRŠEVANJE			KRAJ V MEŽIŠKI DOLINI IGRALKA IVANIČ			
RADIJSKA SPIKERKA (IDA)			TROPSKI SADEŽ BAT, TOLKAČ						
TOVARNA USNJA V KAMNIKU					PESNIK GRAFENAUER KARLI ARHAR				
REKA, PRED KATERO JE CEZARJU PADLA KOČKA						KRŠČANSKI PRAZNIK PO VELIKI NOČI, KRŽEVO			
BLAZINICA ZA GRETEJE, TERMOFOR (KNJIŽNO)						DVORNA KLIKA, KI VPLIVA NA VLADARJA			



Razvedrilo

www.enigmatko.com

ENIGMATKOV
Ugankarski slovar
www.enigmatko.com

ZORN - Anders Leonard, eden največjih evropskih portretistov
KAMARILA - dvorna klika, **RIAS** - polkrožni večji morski zaliv
IRENDA - politično gibanje v Italiji, **OZREN** - planota v Bosni

Pravilno geslo križanke iz št. 119 se glasi: DAN DAN ODRINE, LETO PA LETO, VESELJA IN SREČE POLNO NOVO LETO

Nagrajenci križanke iz Paraplegika števil 119: Emir FILIPIČ, Podgorska 4, 1330 KOČEVJE, Branka ŠOLAR, Šorlijeva 3, 4000 KRANJ, Peter BRUNER, Kidričeva 6, 1330 KOČEVJE. Vse tri nagrade so vrednosti 20,00 EUR.

Pravilno geslo križanke napišite na dopisnico in pošljite najpozneje do 20. maja 2010 na naslov: Zveza paraplegikov Slovenije, p.p. 5714, 1001 Ljubljana.



Le veselje naj nam Velika noč prinaša,
z njim pa razumevanje, ljubezen, složnost, mir!
Lučka svetla v srcih nikdar naj ne ugaša,
naj bo vsem nam sočutja do sočloveka vir!

Zveza paraplegikov Slovenije