

PARAPLEGIK

ISSN 0351-9163

Št. 124

GLASILO ZVEZE PARAPLEGIKOV SLOVENIJE

marec 2011



**NAJTEŽJE PRIZADETI INVALIDI BREZ
OSEBNE ASISTENCE?**

PREDSTAVITEV CIRIUS-a

POGOVOR S POLONO ŠKODIČ

**VRHUNSKI DOSEŽKI NAŠIH
ŠPORTNIKOV NA SP V ATLETIKI**

**NAPREDOVANJE SLIKARJEV,
KI SLIKAJO Z USTI**

TISKOVINA

POŠTNINA PLAČANA PRI POŠTI 1130



KAZALO

| | | |
|--------------|-------|----|
| Delo zveze | stran | 4 |
| Strokovno | stran | 15 |
| Intervju | stran | 19 |
| Delo društev | stran | 25 |
| Potopis | stran | 39 |
| Iz življenja | stran | 42 |
| Šport | stran | 45 |
| Kultura | stran | 60 |
| V spomin | stran | 65 |
| Zahvale | stran | 65 |
| Ogłasi | stran | 65 |
| Razvedrilo | stran | 66 |
| Križanka | stran | 67 |

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

Glavna in odgovorna urednica: Tina Pavlovič

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

Tajnica uredništva: Darja Kos

Lektoriranje: Darka T. Podgoršek

Tisk: C.VISTA d.o.o., 3270 Laško

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

Avtor fotografije na naslovnici: arhiv ZPS

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

Email: zveza-paraplegikov@guest.arnes.si

Spletna stran: www.zveza.paraplegikov.si

Transakcijski račun: 03170-1001146571

Poština plačana pri pošti 1130

Naklada: 1800 izvodov

ISSN 0351-9163



Pozdravljeni, dragi bralke in bralci,

upam, da ste že kaj pomladno razpoloženi, saj se naokoli nas že sliši čivkanje in vidijo majhni fluorescentno zeleni listki. Narava se prebuja, energija se širi in vsi smo že bolj pripravljeni na nove izzive.

Akcija je torej povsod, tako v naravi kot pri nas, na Zvezi paraplegikov Slovenije, saj se že z vso paro prijavljamo na razne razpise. Eden zelo pomembnih je bil Javni razpis za izbor programov javnih del, ki vključuje program Pomoč in varstvo za invalide oz. krajše rečeno Osebna asistenca. Nam, uporabnikom programa, zagotavlja eksistenco oz. samostojno in neodvisno življenje. Pomembnost programa

je več kot očitna. Vendar pa se to ne zdi vladi in Zavodu RS za zaposlovanje, saj so nam, Zvezi paraplegikov Slovenije kot prijavitelju na ta program, vlogo zavrnil! To šokantno zavrnitev smo najbolj občutili mi, uporabniki, torej najtežje prizadeti invalidi, saj smo se znašli v položaju, ko smo prepuščeni samim sebi. Ne vem sicer, kako lahko naša država počne vse, kar se ji zljubi, ne da bi bila odgovorna za svoje početje, vendar se lahko zaveda morebitnih posledic, ki bodo nastale.

Od pereče problematike pojdemo k bolj strokovnim člankom, v katerih objavljamo novitete v zakonodaji in predvsem strokovni članek o internističnem bolniku v rehabilitaciji. Zelo zanimiva sta tudi intervjuja, v katerih spoznamo ravnateljico OŠ CIRIUS v Kamniku

ter umetnostno zgodovinariko in likovno kritičarko, ki že kar veliko let spremlja razvoj slikarjev Likovne sekcije ZPS.

Prispevkov je še toliko, da ne morem vseh omeniti, zato, saj veste ... glasilo v roke in kar veselo na branje.

Lepo bodite in naslednjič se bremo v juniju.

Vaša urednica Tina Pavlovič



Drage članice in člani! Komaj smo se poslovili od lepih želja in pričakovanj, ki naj bi nas spremljala v letu 2011, že smo krepko v pomladnih mesecih. V teh prvih krutih mesecih realnosti so vsem, ki smo izvajali programe prek javnih del, te odvzeli in člani, ki so bili vezani na ta program, so bili potisnjeni v človeka nedostojno življenje.

Kljub obljubam pristojnih v treh mesecih resorno ministrstvo ni še nič ukrepalo, da bi uredili nastalo situacijo. Se pa na ministrstvu zelo zavzemajo za spremembo Zakona o invalidskih organizacijah in Zakona o lastninskem preoblikovanju Loterije Slovenije, prek katerega imamo s Fundacijo FIHO še zagotovljen stalen vir financiranja, čeprav so tudi v FIHO težave in se napoveduje rebalans že v prvem polletju. Rebalans pa v končni fazi pomeni zmanjšanje sredstev za izvajanje programov za člane in članice društev. Dejstvo je, da v tem trenutku invalidske organizacije, ki izvajamo posebne socialne pro-

grame v pravem pomenu besede, še edine izpolnjujemo svoje obveznosti in blažimo še večji socialni prepad, ki se pojavlja v Sloveniji, za kar pa bi morala navsezadnje poskrbeti »socialna« država. In ravno omenjena dva zakona, ki edina v danem trenutku zagotavljata stabilnost na tem področju, sta po mnenju nekaterih dušebrižnikov potrebna spremembe. Zelo zgovoren odnos, se vam ne zdi?

Pred nami pa je v široki javni obravnavi nadgradnja zdravstvenega sistema do leta 2020. Po ministrovih besedah ni to reforma, je pa nadgradnja obstoječega sistema. Vsaka reforma ali radikalna sprememba zakonodaje v preteklosti je invalidom nekaj odvzela, to je dejstvo! Zato se invalidi upravičeno sprašujemo, kaj nam bo nadgradnja dobrega prinesla? Morda paraplegikom in tetraplegikom celostno obravnavo rehabilitacije (zdravstvene in socialne skupaj kot celote)? Če bo usmerjena v pozitivno diskriminacijo, predvidevam, da si

nam v prihodnje ne bo treba plačevati kvalitete življenja na invalidskem vozičku! Upam, da nisem naiven, ampak razumem tako! Na to vprašanje odgovorni diplomatsko odgovorijo, da bo nadgradnja zdravstvenega sistema trajala do 2020. Ali to pomeni upanje in čakanje nadaljnjih osem let, ko si mora neka skupina aktivnih paraplegi-



Predsednik Dane Kastelic



kov še naprej doplačevati invalidske vozičke in ženske inkontinenčni material? Zveza paraplegikov si bo odločno prizadevala, da se te anomalije odpravijo, in prepričan sem, da nam bo uspelo.

V tem mesecu se je začela tudi skupinska obnovitvena rehabilitacija. Imamo pestro ponudbo in dogovor s tremi izvajalci, z njihovimi storitvami in bonitetami ste podrobno seznanjeni. Priporočam,

da si na spletni strani ZZZS v Občasniki št. 1 preberete tudi Seznam kazalnikov kakovosti in se v času obnovitvene rehabilitacije vedete kot aktiven kupec, kajti s tem boste zagotovo nekaj doprinesli k izboljšanju ali pa ohranitvi svojega zdravstvenega stanja.

Marca potekajo po vseh devetih društvi zbori članov, v dveh tudi volilni. Pozivam vas, da se teh srečanj udeležite v čim večjem številu

in se podrobno seznanite z delovanjem. Izvedeli boste, kaj se bo dogajalo v tem letu, podrobno pa boste seznanjeni tudi z delom v letu 2010. Na vseh zborih članov bomo navzoči tudi predstavniki Zveze, tako da vam bodo na voljo tudi informacije, ki bodo zagotovo potešile vašo vedoželjnost, in prav je, da ste z vsem seznanjeni.

Vaš predsednik Dane

JAVNA DELA UKINJENA ZA VEČ KOT POLOVICO

ALI BOMO NAJTEŽJE PRIZADETI INVALIDI OSTALI BREZ OSEBNE ASISTENCE?

Najtežje prizadeti invalidi smo 31. decembra 2010 ostali brez nujne vsakodnevne nege in pomoči, med njimi tudi več kot 20 tetraplegikov, članov naše organizacije. Območne enote Zavoda RS za zaposlovanje namreč naše vloge po sklepu zavračajo, in to tudi tiste enote, v katerih bi poleg Zveze paraplegikov Slovenije osebe sofinancirale tudi občine. Zato je predsednik Zveze paraplegikov Slovenije, Dane Kastelic predsedniku vlade Borutu Pahorju poslal depešo in ga prosil, da na seji vlade rešijo to absurdno situacijo.

Zadeva: DEPEŠA VLADI RS

Kot predstavnik reprezentativne invalidske organizacije Zveza paraplegikov Slovenije vam sporočam, da bo več kot 20 tetraplegikov – najtežje gibalno oviranih članov, ki so nujno potrebni vsakodnevne pomoči pri osnovnih življenjskih opravilih – od 31. 12. 2010 brez vsakodnevne pomoči asistentov, ki so pri nas zaposleni prek javnih del.

Sporočamo vam, da nas z različnih območnih enot Zavoda RS za zaposlovanje vsak dan obveščajo, da se naše vloge po sklepu zavračajo. Nezaslišano je, da so med njimi tudi tiste enote, v katerih bi poleg Zveze paraplegikov osebe sofinancirala tudi občina. Dejstvo je, da težkega invalida ne more negovati in mu pomagati oseba, ki je tudi sama invalid ali tik pred upokojitvijo. Ker je v nego poleg hranjenja vključena tudi intimna nega (kateterizacija), mora imeti taka oseba razvit tudi socialni čut. In naši negovalci, ki so pomagali tetraplegikom, so imeli ta čut zelo razvit in so svoje delo, to je pomoč drugim, radi opravljali.

Več kot 100.000 ljudi je brezposelnih in z radikalnim ukrepom zmanjšanja obsega javnih del se bo ta številka zaradi zaposlenih prek javnih del, ki so pomagali tetraplegikom, še povečala. V tem dejanju res ne vidim logike in mislim, da je nekdo povlekel poteze, katerih posledic se NI zavedal. Ali je to sposobnost birokratov ali koga drugega?

V imenu naših članov, ki so

imeli zagotovljeno pomoč prek javnih del, POZIVAM Vlado RS in predsednika gospoda Boruta Pahorja, da na četrtkovi seji vlade odpravi nastalo absurdno situacijo in tudi s 1. 1. 2011 najtežje prizadetim invalidom omogoči dostojno življenje.

Dane KASTELIC,
PREDSEDNIK

Zveza paraplegikov Slovenije

S tem javnim pismom se je predsednik ZPS Dane Kastelic obrnil na predsednika vlade Boruta Pahorja in ga opomnil na pomen programa Osebna asistenca ter na to, kakšne so posledice ukinitve javnih del za uporabnike programa.

Eden izmed programov Javnega razpisa za izbor programov javnih del v RS v letu 2011 je zajemal tudi program POMOČ IN VARSTVO ZA INVALIDE. Ta program je za nas, najtežje prizadete invalide, najpomembnejši, saj nam zagotavlja ek-sistenco. Brezposelne osebe so se naučile izvajati osebno asistenco (pomoč pri izvajanju življenjskih



aktivnosti, opravih, komunikaciji na način, prilagojen posameznikovim potrebam), pomoč slepim (spremljanje ipd.), pomoč za gluhe in naglušne (tolmačenje, spremljanje, zapisnikar za študente ipd.), pomoč pri programih nege in fizične pomoči, pomoč na domu (osebna nega in pomoč), prinašanje potrebščin iz trgovine, kosil, spremstvo ob vsakdanjih aktivnostih, pomoč pri gospodinjstvih in drugih fizičnih opravih, pomoč pri iskanju zaposlitve in usposabljanju invalidov, denimo t. i. job coaching, ipd.

Poleg tega so se s programi aktivirale brezposelne osebe, ki so bile socialno vključene, ohranjale ali razvijale so delovno sposobnost ter spodbujale razvoj novih delovnih mest.

Kljub vsemu so bili programi, ki so ustrezali vsem pogojem razpisa, letos zavrženi!? Kljub zavedanju sofinancerja Zavoda RS za zaposlovanje, da se z izvajanjem programa POMOČ IN VARSTVO

ZA INVALIDE ne zagotavlja zgolj aktivacija brezposelne osebe, ampak se ohranja tudi **življenjski obstoj invalidov**, ki bivamo v domačem okolju in smo v celoti odvisni od pomoči druge osebe!

Kot kaže, so bila merila napisana točno tako, da so se ugodno rešil zgolj vloge tistih prosilcev, h katerim so bile v letu 2009 ali 2010 napotene brezposelne osebe, ki so spadale v prvi ciljno skupino razpisa 2011 in so tako, po prehodno določenih merilih, prinesle tudi največ točk.

Žal preostali prijavitelji nismo imeli vpliva na to, kakšno osebo nam bo zavod napotil, ne glede na to, da smo v razpisu navedli, da bomo vključili vse ciljne skupine, in tako smo v letošnjem razpisu izpadli iz programa.

In kaj to pomeni za nas, uporabnike programov POMOČ IN VARSTVO ZA INVALIDE, natančneje programov OSEBNA ASISTENCA, ki ga izvajamo nevladne organizacije?

Ne morem reči preprosteje kot to, da so naša življenja v **nevarnosti**. Osebe, ki imamo ohromljene vse okončine in smo fizično popolnoma nesamostojne pri gibanju, to smo predvsem tetraplegiki in paraplegiki, bomo preživeli cele dneve na vozičkih, brez hrane in pijače, brez osebne nege in v lastnih fekalijah, kar bo pri posameznikih povzročilo zastrupitve, sestradanost in na koncu smrt.

Žal uporabniki programa bivamo tudi v odročnih krajih, kjer ni organizirane pomoči v takšnem obsegu, kot jo potrebujemo, zato si upam trditi, da leto 2011 ne bo samo finančno zelo težko leto, ampak da bodo možne tudi nepredvidljive posledice za nas, člane Zveze paraplegikov Slovenije.

**Tina Pavlovič
Špela Šušteršič**

IZVEDENI PROJEKTI V LETU 2010

V sklopu javnega razpisa za sofinanciranje informativno-komunikacijskih in izobraževalnih dejavnosti nevladnih organizacij o evropskih zadevah v letu 2010 in kot ambasadorji v okviru evropskega leta boja proti revščini in socialni izključenosti smo s projektom **Prostovoljec – steber socialne mreže** razvijali in v širši javnosti promovirali različne oblike prostovoljstva ter spodbujali solidarnost.



ZAVOD ZA POKOJNINSKO IN INVALIDSKO ZAVAROVANJE

V okviru javnega razpisa za delitev sredstev za rekreativno, športno in kulturno dejavnost, ki jo organizirajo organizacije upokojencev in invalidov, smo v letu 2010 sofinancirali izvedbo 41. Memorijala prof. Bojana Hrovatina in državno prvenstvo v atletiki za paraplegike.

MINISTRSTVO ZA PROMET, Direkcija RS za ceste

V okviru javnega razpisa za sofinanciranje programov varnosti cestnega prometa v letih 2010 in 2011 smo s projektom Najboljši voznik, varen in varčen izvajali aktivnosti



Slovenija

Doma v Evropi.

Republika Slovenija
Urad vlade za komuniciranje



za zmanjševanja prehitre vožnje in vožnje z neprilagojeno hitrostjo v cestnem prometu ter programe za spodbujanje varčne vožnje.



SKUPAJ ZA VEČJO VARNOST

JAVNI SKLAD ZA KULTURNE DEJAVNOSTI

V okviru javnega poziva za izbor kulturnih projektov na področju ljubiteljskih kulturnih dejavnosti smo izvedli dva projekta: Likovno kolonijo Semič 2010 in Kulturne dneve Pacug 2010. V sklopu javnega razpisa za izbor projektov za sofinanciranje nakupa informacijske in telekomunikacijske opreme za potrebe ljubiteljskih kulturnih dejavnosti za leto 2010 pa smo izvedli projekt Računalniško-programska

podpora kulturne dejavnosti Paraplegikov.

ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE RS

V okviru javnega razpisa za sofinanciranje projektov za promocijo zdravja v letu 2010 smo izvedli dva projekta:

- s področja zdravstvenega absentizma **Zaposleni – steber organizacije** in
- s področja projektov za promocijo zdravja, zdravega načina življenja in bolj kakovostnega življenja z boleznijo v sodelovanju z URI-Soča **Pravilna in varna uporaba medicinskih pripomočkov**.

V okviru javnega razpisa za izbiro organizatorjev skupinske obnovitvene rehabilitacije za leto 2010 smo izvajali skupinsko obnovitveno

rehabilitacijo za osebe s paraplegijo in tetraplegijo v Zdravilišču Laško, Termah Zreče in Termah Čatež.



Univerzitetni rehabilitacijski inštitut
Republike Slovenije - Soča

MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO IN SOCIALNE ZADEVE

V okviru javnega razpisa za sofinanciranje programov socialnega varstva v letu 2010 smo izvedli programa Osebna asistenca in Prevozi paraplegikov.

Pripravila: Barbara Slaček

PRAKTIČNI DEL VOZNIŠKEGA IZPITA LAHKO OPRAVITE PREK ZVEZE PARAPLEGIKOV SLOVENIJE

IZPOSOJA AVTOMOBILA ZA VOZNIŠKI IZPIT

Zveza paraplegikov Slovenije je v letu 2010 kupila novo vozilo, škodo roomster comfort 1,6, ki je osebno vozilo z najsodobnejšo tehniko in bogato opremo. Avto je opremljen z blokado proti kraji, s sistemom proti zdrsanju, ABS-zavornim sistemom, klimatsko napravo, avtomatskim menjalnikom in še številnimi funkcijami, v njem pa so vgrajene naprave za ročno upravljanje zavore in plina.

Od leta 2010 je na omenjenem

vozilu uspešno opravilo voziški izpit že kar nekaj naših članov. Teoretični del izpita lahko opravljate v kateri koli avtošoli v Sloveniji, za praktični del izpita pa si lahko vozilo po predhodni rezervaciji sposodite za čas opravljanja voziškega izpita pri Zvezi. Tako boste lahko izpit opravljali v vašem domačem kraju, seveda prek AMZS, ki si ga boste izbrali sami. Če se odločite za opravljanje praktičnega dela izpita prek Zveze, sklenete dogovor o izposoji vozila za obdobje dveh

mesecev. Če po tem obdobju uporabnik ne opravi voziškega izpita, lahko pisno zaprosi za dodatno podaljšanje izposoje vozila, vendar ne več kot za en mesec. Po obdobju treh mesecev mora uporabnik vozilo vrniti.

Vozilo si lahko po predhodni pisni vlogi sposodite pri Zvezi paraplegikov Slovenije na tel. 01 432 71 38 ali e-naslovu: tatjana@zveza-paraplegikov.com.

Tatjana Podlogar



OBISK PIRANSKEGA ŽUPANA V DOMU PARAPLEGIKOV V PACUGU

SODELOVANJE Z OBČINO PIRAN

Dne 18. februarja 2011 je predstavnike Zveze v našem Domu paraplegikov v Pacugu obiskal piranski župan Peter Bossman. Z njim sta prišli še Tanja Franca, predstojnica Urada za gospodarstvo in turizem, ter Slavica Tucakov, vodja službe za odnose z javnostjo. Z gosti so se Mirjam Kanalec, Dane Kastelic, Matjaž Planinc, Iztok Kampos in Jani Trdina pogovarjali predvsem o našem, še nedograjenem domu in sklenili, da bodo v prihodnje pri tem projektu kar najbolj tvorno sodelovali.

Zveza paraplegikov Slovenije gradi »svoj« dom na slovenski obali. Svoj je v narekovajih zato, ker je dom odprt tudi za naše svojce, prijatelje in ne nazadnje tudi za sorodne organizacije.

Občina Piran je ena najbolj turističnih občin v Sloveniji. V ta mozaik kongresnega, igralniškega in navičnega turizma se vključujemo tudi mi s ponudbo za ljudi, ki so dostikrat odrinjeni iz vsakodnevnega življenja. Poleg tega se v našem domu srečujejo invalidne osebe, ki predajajo svoje izkušnje novim invalidom in tudi zunanjim sodelavcem.

Naš župan je dober človek z vsestranskim razumevanjem. Seveda pa se bomo tudi pri Zvezi paraplegikov Slovenije zavzemali, da bomo



Z gosti so se Mirjam Kanalec, Dane Kastelic, Matjaž Planinc, Iztok Kampos in Jani Trdina pogovarjali predvsem o našem, še nedograjenem domu in sklenili, da bodo v prihodnje pri tem projektu kar najtvorneje sodelovali.

primaknili kakšen kamenček v mozaiku Pirana kot naj turistične obalne občine v Sloveniji. Naša vizija je, da približamo naš dom lokalnemu prebivalstvu ter ponudimo kvalitetne storitve tujim invalidom. Poslanstvo pa nas vsekakor zavezuje, da poskrbimo predvsem za tiste, ki jih je usoda kot zadnje namenila našim vrstam.



Seveda pa so se dogovori dotaknili tudi konkretnih stvari. Najočitnejša tema je cesta, ki vodi mimo našega objekta. V novem načrtu je predvidena njena rekonstrukcija. Naše drugo vprašanje je bilo o možnosti nadzidave predvidenega nastanitvenega objekta. Vsi dogovori so potekali v konstruktivnem dialogu, še več, menimo, da smo na obeh straneh videli priložnosti za sodelovanje in vzajemno pomoč. Župana pa bomo vsekakor prijeli za besedo, da nam tradicionalno slavnostno odpre naše dneve kulture.

Jani Trdina

Obisk piranskega župana Petra Bossmana v našem Domu paraplegikov v Pacugu



SESTANEK UPRAVNEGA ODBORA ESCIF V BERLINU

AKTIVNO SODELOVANJE ZPS V EVROPSKI ZVEZI PARAPLEGIKOV

Zveza paraplegikov Slovenije je bila leta 2005 ena od pobudnic za ustanovitev skupne evropske zveze paraplegikov. Tako so se spomladi leta 2006 srečali predstavniki nacionalnih organizacij iz šestnajstih različnih evropskih državah. Na prvi ustanovni skupščini je bila tako ustanovljena Evropska zveza paraplegikov (European Spinal Cord Injury Federation – ESCIF). Na skupščini leta 2008 sem bil izvoljen v petčlanski upravni odbor, v katerem so poleg mene še predsednica Jane Horsewell (Danska), podpredsednica Winnifred de Moes (Nizozemska) ter člana Gunilla Ahren (Švedska) in Pietro Barberi (Italija). Sekretar zveze je Urs Styger (Švica). Od takrat se redno udeležujem sej upravnega odbora ter aktivno sodelujem v različnih delovnih skupinah.

Zadnji sestanek smo imeli v Berlinu 29. in 30. januarja letos. Najprej smo pregledali zapisnik prejšnjega sestanka, ki je potekal kot telefonska konferenca, ter potrdili točke dnevnega reda oziroma določili dvodnevni »vozni red«. Nadaljevali smo s poročilom Winnifred o pripravah na naslednji kongres, ki bo potekal v Nizozemskem mestu De Rijp od 18. do 20. maja. Vsi skupaj smo se strinjali, da organizacija poteka odlično, za kar gre največja zahvala Frans Penninx kot vodji organizacijskega odbora. Več o kongresu s programom vred se lahko prebere na posebnem internetnem naslovu www.ESCIFcongress2011.nl.

Tudi za finančna sredstva je že poskrbljeno, saj je Nizozemska zveza paraplegikov že pridobila sponzorska sredstva v višini 25.000 EUR,

pričakujejo pa še dodatnih 5000 EUR. Sledil je finančni pregled ter usklajevanje vseh računovodskih informacij za pripravo bilance stanja in izkaza poslovne uspešnosti. Pripravili smo tudi proračun za leto 2011, ki znaša 34.000 EUR (proračun za leto 2010 je znašal dobrih 25.000 EUR). Posebna zahvala gre švicarski fundaciji zveze paraplegikov, ki jo vodi prejšnji predsednik dr. Daniel Joggi. Fundacija nam je že drugo leto zapored donirala 7200 EUR za redno delovanje zveze. Finance so usklajene in pripravljene za izdelavo vseh zakonsko določenih dokumentov ter za predstavitev na redni letni skupščini v mestu De Rijp.

Peta točka dnevnega reda je bila iskanje organizatorja kongresa v letu 2012, saj se je pokazalo kot zelo dobro, da se na letni skupščini predstavi organizator naslednjega kongresa. Španija je odpovedala pripravljenost za organizacijo, kot organizator pa se je ponudil Pie-

tro iz Italije, kongres pa bi potekal v njihovem centru v Toskani. Kot eden od naslednjih organizatorjev se vidi tudi naša Zveza paraplegikov Slovenije. Predvsem bi uporabili kongres za promocijo Slovenije kot eno od dežel, prijaznih do oseb na invalidskih vozičkih. Računamo, da bo do takrat dokončan tudi naš Dom paraplegikov. Nadaljuje se pregled problematike v zvezi z bakterijo MRSA in paraplegijo. Pripravili bomo vprašalnik za široko raziskavo v različnih evropskih državah. Posebej je bila omenjena bila tudi bakterija E coli, ki je za nas še nevarnejša in bo vključena v vprašalnik. Winnifred pripravlja študijo o letalskih prevoznikih in potnikih z invalidnostjo. Interna pravila posameznih družb so precej stroga, nekatera neživljenjska, opaziti pa je tudi popolnoma diskriminatornost.

Daljša točka je bila tudi na temo novih internetnih strani www.escif.org. To točko sem vodil jaz, saj so



Sestanek upravnega odbora ESCIF v Berlinu



Člani upravnega odbora in sekretar zveze - od leve: člana Gunilla Ahren (Švedska), Pietro Barbieri (Italija), predsednica Jane Horsewell (Danska), podpredsednica Winnifred de Moes (Nizozemska), Sekretar Zveze je Urs Styger (Švica) ter Jani Trdina

novi strani izdelane v Sloveniji, in sicer v podjetju D-spot iz Kranja. Izvedel sem šolanje za člane UO, tako da tudi sami lahko vstopajo v sistem in dodajajo ter spreminjajo vsebino. Glavni skrbnik pa še vedno ostajam jaz. Dogovorili smo se tudi, kako bi se naprej razvijale strani; dodali bomo poseben zavihek na temo raziskav na področju paraplegije.

Določena je že delovna skupina, ki dela na tem področju, sestavljamo pa jo Martin Codyre (Irska), Corinne Jeanmaire (Francija), Paolo Cipolla (Italija), Harvey Sihota (Anglija) ter jaz. Ukvarjali se bomo predvsem s pregledom različnih raziskovalcev in skupaj s prof. Finom Bieringom Sørensenom bomo poskušali ugotoviti, kdo so »prevaranti« na tem področju. Tako bo poseben del namenjen nepreizkušenim operacijam in poskusom. Deveta točka je bila namenjena spremembam statuta, ki ga je nesporno treba spremeniti in dopolniti, saj se pokazal kot pomanjkljiv, kar se tiče zastopstva posameznih nacionalnih zvez v organizaciji Escif.

Nekatere države imajo namreč več nacionalnih zvez. To je v Nemčiji, Franciji in tudi v Bosni in Hercegovini. Na letni skupščini bomo predstavili problem, potem pa se bomo lotili sprememb statuta. Pri tej točki je Pietro izpostavil tudi Veliko Britanijo. Po njegovem bi moralo biti celotno območje VB obravnavano kot ena država. Tako bi Škotska in Anglija morali sodelovati skupaj, trenutno pa sta obravnavani kot ločeni državi.

Moje mnenje je bilo nasprotno Pietrovim, saj imata tako Anglija kot Škotska ločena parlamenta. Pietro je trdil, da bi potem tudi Katalonci lahko zahtevali ločenega predstavnika. Precej napeto ozračje sem poskušal obrniti malo na šalo, saj sem predlagal, da bomo Katalonijo, ko bo igrala na svetovnem nogometnem prvenstvu tako kot Anglija, sprejeli kot polnopravno članico. Sklep je bil, da glede Velike Britanije stanje ostane nespremenjeno.

Pregledali smo tudi delo različnih delovnih skupin. Delo prvih dveh (Nacionalni register in Centralizacija rehabilitacije – v tej sem tudi sam aktivno sodeloval) je končano. Nadaljujeta še tretja in četrta. Jane je podala poročilo svojega sodelovanja na kongresu ISCoS v Indiji. Na kongresu je bila tudi uradni govorec in ena od vodij plenarnih delavnic. Dogovorili smo se tudi za jesenski sestanek, ki bo potekal v okviru konference NOSCoS na Švedskem. Sestanek smo sklenili s točko razno, ki pa je ne bom posebej omenjal, saj je bila namenjena bolj tehničnim stvarim.

Poleg aktivnega dela smo si vzeli zvečer tudi čas za neformalno druženje ob večerji, kjer smo izmenjevali izkušnje iz različnih držav. Sam pa ugotavljam, da je za Zvezo paraplegikov Slovenije zelo pomembno aktivno sodelovanje v organizaciji ESCIF, saj lahko skupaj ustvarjamo evropsko politiko na področju življenja s paraplegijo.

Jani Trdina



IZŠLA JE BROŠURA PRAVILNA IN VARNA UPORABA MEDICINSKIH PRIPOMOČKOV

UPORABNA BROŠURA Z NAPOTKI O MEDICINSKIH PRIPOMOČKIH

Zveza paraplegikov Slovenije je v sodelovanju z Zavodom za zdravstveno zavarovanje Slovenije in s strokovno pomočjo delovne terapije Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta Soča izdala brošuro o varni in pravilni uporabi medicinskih pripomočkov. Brošura je namenjena gibalno oviranim osebam, predvsem tistim s poškodbo ali obolenjem na hrbtenjači – paraplegikom in tetraplegikom.

Vsi člani Zveze paraplegikov Slovenije so brošuro prejeli na dom, vsi pacienti, ki so še v fazi medicinske rehabilitacije, pa jo bodo prejeli ob odpustu domov. Preostali jo lahko poiščete na sedežu Zveze paraplegikov Slovenije ali enem izmed regijskih društev.

Projekt PRAVILNA IN VARNA UPORABA MEDICINSKIH PRIPOMOČKOV je na podlagi javnega razpisa (Uradni list RS, št. 14/2010 z dne 26. 2. 2010) finančno podprl Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije.

Pripravila: Barbara Slaček



Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije
www.zzzs.si



Danes poškodba hrbtenjače ni več začetek konca, ampak za poškodovanega začetek novega, manj prijetnega in zahtevnejšega načina življenja. Zato je treba osebo s poškodovano hrbtenjačo rehabilitirati tako, da se bo vsestransko in uspešno vključila v družbo. Pri predpisovanju ustreznih pripomočkov je zato treba upoštevati funkcionalnost pripomočka, neškodljivost, individualno aplikacijo, ustreznost materiala, estetski videz, cenovno sprejemljivost za uporabnika pa seveda tudi pravila zdravstvene zavarovalnice.

Preden se takšen pripomoček predpiše, je treba imeti dovolj trdna zagotovila, da bo pripomoček resnično pripomogel k izboljšanju funkcionalne sposobnosti uporabnika. Tako vam ponujamo enega izmed načinov, da se seznanite s pravilno in varno uporabo medicinskih pripomočkov, ki so vam bili predpisani.

V brošuri boste našli koristne informacije o posameznem medicinskem pripomočku:

- naziv medicinskega pripomočka,
- šifra ZZZS,
- opis in uporaba,
- izposoja ali trajna last,
- kdo je pristojen za predpis (osebni zdravnik, specialist ali terciar – URI-Soča),
- obdobje, za katerega se pripomoček predpisuje, in
- ali smo upravičeni do popravila tega medicinskega pripomočka.



Univerzitetni rehabilitacijski inštitut
Republike Slovenije - Soča

| | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Pravilna
in varna uporaba
medicinskih
pripomočkov





V LETU 1983 SO DERGANČEVI NAŠI ZVEZI PODARILI SVOJO DOMAČIJO V SEMIČU

DERGANČEVA DOMAČIJA – DOM PARAPLEGIKOV

15. decembra 1983 so dedinje dr. Viktorja Derganca Zvezi paraplegikov Slovenije s pisno izjavo podarile svojo domačijo v Semiču, ki je s hišo, dvoriščem, sadovnjakom in travnikom merila 4256 kvadratnih metrov. Darilno pogodbo so darovalke in predsednik Zveze podpisali 13. maja 1984, nato pa se je začela obnova hiše, ki je bila s sredstvi Loterije obnovljena v dveh letih.

Hišo smo temeljito obnovili. Ostali so le zunanji zidovi, obočan (velban) strop v dnevnem prostoru in izredno lepo ohranjene hrastove stopnice, ki vodijo v prvo nadstropje. Tla pokrivali smo dvorišče, na njem pa postavili osmerokotno vrtno uto s kuriščem in manjšo drvarnico.

V zgornjih prostorih imamo 14 ležišč in sanitarije, v pritličju pa dnevni prostor z veliko mizo, štiri manjše sobe, kuhinjo in sanitarije. Seveda imamo tudi kletne prostore. V domu lahko prenoči 21 oseb. Zdaj, ko imamo lepo urejen sadovnjak in

mali vinograd z vinskim hramom, je dom z okolico še lepši. Ko pa bodo čez nekaj let obrodila številna avtohtona sadna drevesa in trsi, bo tam še privlačnejše. Po betonirani stezici se bomo zapeljali med drevesa in trse, utrgali jabolko, hruško ali grozd, nabrali češenj, posedeli pred hramom in uživali ob pogledu na prelepo naravo. Ja, Bela krajina je resnično lepa, zato se v ta romantični kraj radi vračamo.

Dom uporabljamo za izvajanje tako imenovanih socialnih programov. Tu se pod Semiško goro v idilični pokrajini in ob gostoljubnih domačinih vsako leto srečujejo naši domski člani, ki večino življenja preživijo med štirimi stenami, mladi, ki so polni idej, članice, ki se učijo ročnih spretnosti, slikarji, ki se izpopolnjujejo v slikarskih tehnikah, športniki, ki imajo kondicijske treninge, in ribiči, ki uživajo v mirnih in skrivnostnih kottičkih Lahinje in Kolpe. V domu se srečujejo tudi različne skupine naših članov na različnih praznovanjih, kot so martinovanje, silvestrovanje itd.

Dergančeva domačija živi naprej, tako kot sta si želela pokojna Viktor in Ana Marija Derganc in kot si zdaj želi ta njuni hčeri Anica Derganc in Katarina Gatalo, ki sta bili ob slovesnem odprtju učnega vrta v lanskem



Dr. Viktor Derganc

letu prijetno presenečeni in navdušeni. V domu se vsak dan v domu rojevajo veselje, sreča, ljubezen in ustvarjalnost.

Tako je bilo tudi takrat, ko je bilo v hiši polno otroškega živčava. Zato bi bil ob pogledu na to veselje v svoji nekdanji rojstni hiši vesel že dr. Franc Derganc starejši, ki se je rodil davnega leta 1877. Bil je znan zdravnik, internist in porodničar ter ustanovitelj Sanatorija Emona v Ljubljani. Poročen je bil s Hedo Derganc, rojeno Tauber, v zakonu pa se jima je rodilo sedem otrok – štiri fantje in tri dekleta. Vsi štiri fantje so postali cenjeni in pomembni zdravniki, dve hčerki farmacevtki, ena pa profesorica.

To znamenito zdravniško družino Hede in dr. Franca Derganca nam v nadaljevanju sestavka predstavlja Katarina Gatalo, hči dr. Viktorja Derganca:

- »Dr. Franc Derganc, starejši brat našega očeta dr. Viktorja Dergan-



Temeljita obnova Dergančeve domačije



ca, je bil gotovo eden slavnějšíh zdravnikov v Sloveniji, poleg tega pa je bil tudi literat. Njegovo najbolj znano delo je Okrvavljena roža (1978). V njem je opisal svoje spomine, ki jih je doživel kot partizanski zdravnik v bolnišnici Franja. Bil je ortoped in dolga leta je deloval v Šempetru pri Novi Gorici v bolnišnici, ki je poimenovana po njem – Bolnišnica dr. Franca Derganca. V Šempetru je po svoji želji tudi pokopan.

- Heda Tomaževič, rojena Derganc, je bila profesorica slovenščine.
- Dr. Mirko Derganc je bil plastični kirurg, pozneje pa dobro znan kot Titov osebni zdravnik.
- Dr. Kristjan Derganc je bil zdravnik internist, med drugo svetovno vojno je bil zaprt v italijanskem taborišču, po vojni pa je postal vojaški zdravnik.
- Zofija Pipan, rojena Derganc, je bila diplomirana farmacevtka. Njen mož je bil Lev Pipan, ki je pomagal pri donaciji. Lev je bil diplomirani inženir gradbeništva.
- Martina Derganc je bila prav tako diplomirana farmacevtka in je zadnja leta živela v sanatoriju.

Naš oče pa je bil dr. Viktor Derganc, zelo dober in cenjen zdravnik rentgenolog. Rentgenologija je med zdravniškimi poklici zelo nevarna zaradi sevanja, tako da človeku na takšnem delovnem mestu narava, kot je v Semiču, zelo pomaga. Po smrti mame Hede je domačijo Derganc v Semiču v last namreč dobil

naš oče in tako je vsa družina lahko preživljala čudovite počitnice prav na tej domačiji, ki je bila pozneje donirana vaši zvezi. Naš oče je zelo užival v ribolovu, tako da sta mu Semič in reka Kolpa prinesla ogromno notranjega miru. Tudi sestro sva se vedno veselili počitnic v Semiču, saj sva se umaknili mestnemu življenju, tekli po travnikih in pašnikih ter dihali svež zrak.

Zelo naju veseli, da je naša domačija postala tudi del vas in vaše zveze ter da se lahko ljudje, ki to resnično potrebujejo, tu oddahnejo in zaplavajo v svet pristne narave, stran od vsakdanjosti, tako kot je to počel naš oče. Žal je bolezen vseeno prišla in tako je leta 1983 naš oče umrl. Bolezen se je vlekla več let, ob tem pa je naša mama dodobra spoznala, kako je, ko se človek znajde v slabi koži. Še več, spoznala je, kako je biti negiben, saj je med boleznijo ona skrbela zanj in ga negovala.

Po vsem tem trpljenju se je najina mama Ana-Marija Derganc, rojena Lebar, domislila, da bi bilo nadvse lepo, če bi njegov svet veselja in brezskrbnosti predali naprej ljudem, potrebnim prav tega. Tako kot je naš oče nekoč iskal uteho v osvobajajoči naravi, naj jo najdejo ljudje, ki jo prav tako iščejo, jo potrebujejo in si je želijo. Zveza paraplegikov Slovenije je bila



Ob odkritju doprsnega kipa dr. Viktorja Derganca. Na sliki od leve: Anica Derganc, avtor kipa Bojan Štine, Katarina Gatalo in predsednik ZPS Dane Kastelic

ravno prava skupnost ljudi, ki se je vklapljal v mamino idejo donacije. Naša mama je bila nadvse srčen in dobrodušen človek, za odločitvijo je vedno trdno stala in bila nanjo ponosna. Če bi lahko videla še vrt, posvečen njenemu in našemu 'Viktorčku', sem prepričana, da bi kar cvetela od sreče in ponosa.

K uresničitvi zamisli je veliko pripomogel tudi Lev Pipan, ki je bil po šoku pripravljen pomagati naši mami. Pozanimal se je za vse podrobnosti in bil nekakšen posrednik med predsednikom Ivanom Peršakom in našo mamo Ano-Marijo Derganc. In tako so se dogovorili, da bodo domačijo Derganc donirali z darilno pogodbo v trajno last Zvezi paraplegikov Slovenije.

Tako moj oče kot moja mama sta bila resnično dobra človeka, in če bi videla, da ideja živi, da se paraplegiki in tetraplegiki tu srečujejo, družijo in si lajšajo življenje, tako ali drugače v povezavi z naravo prečudovite Bele krajine, vem da bi bila nadvse srečna. Poleg tega mislim, da je ideja o sadnem vrtu, ki bo zraven pritegnila celotno skupnost in bo postala tudi del otrok, pika na i celotni naši donaciji.«

Pripravil:
Jože Globokar



Dergančeva domačija - Dom paraplegikov



IZ ZGODOVINE

RAZVOJ MEDICINSKE REHABILITACIJE V SR SLOVENIJI

Tokrat si lahko v sestavku IZ ZGODOVINE preberete nekaj podatkov o razvoju medicinske rehabilitacije v Sloveniji, ki jih je v šestdesetih letih v obsežnem prispevku opisal prof. dr. Franc Derganc, starejši brat dr. Viktorja Derganca, ki je Zvezi paraplegikov Slovenije podaril Dergančevo domačijo v Semiču. V sestavku so tudi izrazi iz tistega časa, ko je dr. Derganc pisal članek. Dr. Franc Derganc je dolga leta služboval v Šempetru pri Novi Gorici in po njem se imenuje tudi tamkajšnja bolnišnica.

»Pred letom 1945 sta v Sloveniji obstajala dva domova za slepe: eden v Ljubljani, drugi pa v Škofji Loki. V Ljubljani je bila še tako imenovana Gluhonemnica, v bolnišnici za duševne bolezni v Polju pa so v manjšem obsegu že v tistem času imeli tudi delovno terapijo. V duhu samaritanstva so za invalidne otroke nekoliko poskrbeli pri različnih cerkvenih redovih, glede rehabilitacije pa 'tabula rasa',« je zapisal dr. Derganc.

Kljub najhujšim razmeram se je že med narodnoosvobodilnim bojem pokazala skrb za invalide, ko so v bolnišnicah poleg medicinskega zdravljenja že mislili na njihovo prihodnjo zaposlitev in rekreacijo. To je bil zametek poznejše medicinske rehabilitacije.

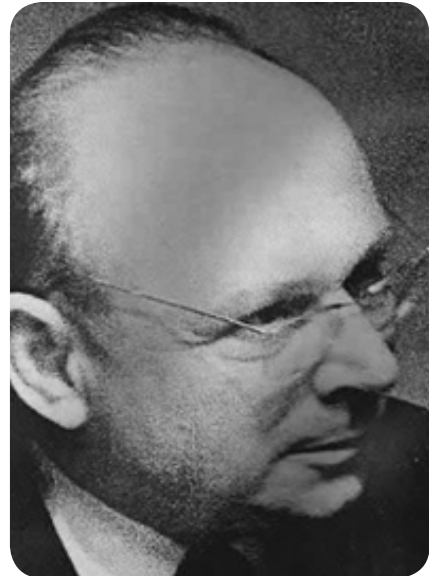
Po končani vojni je bilo veliko invalidov, iz taborišč pa so se vračali poškodovani in bolni izgnanci, zato so v Kamniku ustanovili repartiacijsko bazo in v njej vse oskrbeli. Bolnike so poslali v ustrezne bolnišnice, za invalide in tiste, ki so imeli požgane in uničene domove, pa je bilo treba poskrbeti drugače.

V Ljubljani so ustanovili Invalidski dom; tam so invalidi imeli internat, zdravniško nadzorstvo in nekaj fizioterapije, organizirane pa so imeli tudi tečaje za administracijo, fotografijo, knjigoveštvo in krojaštvo, torej nekaj, kar je bilo podobno neorganizirani rehabilitaciji.

Tisti, ki niso mogli v Invalidski dom in tudi drugam ne, so ostali v Kamniku. Tam je bilo tudi precej predšolskih otrok, ki so motili redno delo s starejšimi in šoloobveznimi otroki. Našli so prazno stavbo na Vrnskem in jih skupaj z otroškimi negovalkami preselili tja. Tako je nastal Dom za invalidno predšolsko mladino na Vrnskem. Zdravnike, medicinske sestre, bolničarke, negovalke in učitelje so tako v Kamniku kot na Vrnskem s težavo dobili, ni pa bilo fizioterapevtk in delovnih terapevtk, na katerih sloni glavno delo medicinske rehabilitacije.

Tako je bila leta 1947 v Rovinju organizirana prva dvoletna slovenska šola za fizioterapevte. Kako to, da je bila slovenska šola na Hrvaškem? V Rovinj se je v tistem letu zaradi vojaških in političnih razlogov iz Valdoltre preselila prva slovenska bolnišnica za kostno in sklepno tuberkulozo.

Ker so za kompleksno zdravljenje dolgotrajne bolezni potrebovali fizioterapevte in delovne terapevte, so zanje pač tam pripravili ustrezno izobraževanje. In tako je šola v Rovinju leta 1949 dala prve slovenske fizioterapevte. No, že naslednje leto je bila v Ljubljani ustanovljena Višja šola za fizioterapevte, v letu 1964 pa še Oddelek za delovne terapevte.



Prof. dr. Franc Derganc

Kamnik se je z leti razvil v Zavod za usposabljanje invalidne mladine, jeseni leta 1964 pa je bila odprta in na novo sezidana ter svojemu namenu predana še ustrezna dodatna stavba.

Dom na Vrnskem je z 32 posteljami kmalu postal premajhen in leta 1952 so ga preselili v Bolnišnico za predšolsko invalidno mladino Stara Gora pri Gorici. Tam je bilo na voljo 170 postelj, poleg zdravniške oskrbe pa je bila razvita tudi vzgojna dejavnost. Tu je dr. Franc Derganc začel razvijati novo dejavnost – kompleksno rehabilitacijo invalidnih otrok. Po njegovi zaslugi je bolnišnica v Stari Gori postala prva tovrstna ustanova v naši državi in prvi center za rehabilitacijo spastičnih otrok v tem delu Evrope.

V Vipavi je bil 31. maja 1965 ustanovljen vzgojni zavod, kjer so bili v prvih štirih razredih osnovne šole sprejeti prvi učenci z littlovo boleznijo. Ti otroci so poleg



medicinske rehabilitacije potrebovali še posebno šolo, ki je v Kamniku ni bilo.

Zaradi hitrega razvoja industrializacije in prometa so poškodbe v statistiki obolenj že zasedle prvo mesto. Kirurški oddelki so imeli komaj toliko prostora, da so oskrbeli poškodbe, kaj šele, da bi jih rehabilitirali. Vse prave razmere za hidroterapijo in rehabilitacijo so se pokazale v Toplicah Laško, zato so leta 1953 tam ustanovili Zavod za medicinsko rehabilitacijo.

Invalidski dom v Ljubljani je postal Fiziatrična klinika, invalide, ki so bili v njem, pa so preselili v Zavod za rehabilitacijo invalidov SRS, ki je bil ustanovljen leta 1954. Zraven zavoda na Linhartovi je nove prostore dobilo tudi ortopedsko podjetje Soča.

V Ponikvah se je razvila zaščitna delavnica za invalide s hudimi okvarami na lokomotornem aparatu. Fiziatri v Ormožu, Celju, Topolšici in na Golniku so razvili svojo dejavnost iz čiste preventive in kurative na rehabilitacijo in dosegli lepe rezultate in čisto nove poglede v skrbi za bolnike s pljučno tuberkulozo.

Za otroke, ki so preboleli akutni poliartritis, se je v Šentvidu pri Stični razvila lepa ustanova – Mladinsko

okrevališče, kjer so poleg zdravljenja poskrbeli še za to, da mladi niso izgubili dragocenega časa za šolanje.

Predstojnik Ortopedske klinike v Ljubljani prof. dr. Bogdan Breclj je bil eden prvih, ki je uvidel nujno potrebo pri razvoju rehabilitacije. Po njegovem prizadevanju je rehabilitacija prodrla na medicinsko fakulteto in druge medicinske šole, na višjo pedagoško šolo in višjo šolo za socialne delavce. Rehabilitacijska miselnost pa je začela prodirati v mišljenje vseh zdravstvenih delavcev, razvijala pa se je tudi v domovih počitka, azilih in drugod. Za koordinacijo te dejavnosti je bila v Sloveniji ustanovljena Stalna konferenca za rehabilitacijo invalidnih oseb.

V Sloveniji je rehabilitacija dobila precejšnjo podporo že po letu 1952, ko se je s pomočjo Svetovne zdravstvene organizacije uradno začela razvijati po vsej Jugoslaviji. Posredoval jo je dr. Henry Kessler, izvedenec Svetovne organizacije za rehabilitacijo in fizioterapijo ter velik prijatelj naših narodov.

Povzel: Jože Globokar



Na koncu sestavka, ki ga je napisal prof. dr. Franc Derganc, je bila tale karikatura.



STROKOVNI POSVET

INTERNISTIČNI BOLNIK V REHABILITACIJI

29. 1. 2011 je v prostorih URI Soča potekal strokovni posvet z naslovom Internistični bolnik v rehabilitaciji. Bolezni notranjih organov, predvsem sistema obtočil – srca in ožilja –, preučuje interna medicina. Bolezni obtočil ostajajo že nekaj desetletij vodilni vzrok obolevnosti, umrljivosti in tudi invalidnosti.

Bralcem revije Paraplegik skupaj s prim. Tatjano Erjavec, specialistko interne medicine, predstavlja aktualne izsledke prispevkov omenjenega posveta.

Telesna ali terapevtska vadba ima dokazane ugodne in koristne učinke na izboljšanje fizične kondicije organizma. Pri telesni vadbi se s stopnjujočo obremenitvijo zvišuje predvsem srčni utrip. Največjo dovoljeno mejo srčnega utripa za vadbo si lahko sami ocenimo: od 220 odštejemo leta starosti. Znano je tudi, da je telesna vadba z zgornjimi udi energijsko učinkovitejša kot vadba s spodnjimi udi. Pri redni telesni vadbi so dokazani tudi dodatni ugodni učinki: znižanje krvnega tlaka in srčnega utripa v mirovanju, povečanje gostote kapilar v mišičnem tkivu, povečanje zalog glikogena v mišičju in zvišanje učinkovitosti encimov, ki so ključni v presnovi.

Pri določanju vrste in jakosti telesne vadbe si lahko prav tako sami pomagamo; vadbo si prilagodimo tako, da smo pri njenem izvajanju toliko zadihani, da smo sposobni brez večjih težav govoriti s sogovornikom. Vadbo je prepovedano izvajati samo v precej redkih primerih življenjske ogroženosti, kot je denimo močno napredujoče srčno popuščanje. Takrat nastopi ta močna zadihanost in tudi bolečina za prsnico že v mirovanju ali



Prim. Tatjana Erjavec, URI Soča

pri opravljanju preprostih dnevnih opravil. Izraz FITT v anglosaksonski literaturi označuje stanje dobre telesne pripravljenosti, strokovnjaki pa izraz uporabljajo kot kratico pri opredelitvi vadbe; F – frekvenca vadbe (kolikokrat na teden), I – intenziteta oziroma jakost vadbe, T – tip oziroma vrsta vadbe in T – time oziroma čas trajanja vadbe. Splošna priporočila za redno vadbo so tako petkrat na teden po 30 minut vzdržljivostne vadbe srednje jakosti s predhodnim ogrevanjem in zaključnim postopnim ohlajanjem ter dvakrat na teden po 10 minut vaj za povečanje moči.

Na strokovnem posvetu so bile predstavljene tudi posebnosti in koristi izvajanja vadbe v vodi. Zaradi učinkov hidrodinamike in obremenitev srčno-žilnega sistema organizma temperatura vode, v kateri izvajamo vadbo, ne sme preseči 32 stopinj Celzija, najprimernejše so temperature med 26 in 29 stopinj Celzija. Zaradi dokazanega zmanjšanja vitalne kapacitete pljuč v vodi priporočamo najhujše gibalno prizadetim osebam,

da v vodi izvajajo samo pasivne vaje. Vsi bralci, ki želite pridobiti več podrobnih informacij, lahko najdete te v knjigi prof. dr. Zupana in g. Plevnika z naslovom Plavanje distrofikov.

Prim. Tatjana Erjavec je predstavila prispevek o energijski zahtevnosti hoje s protezo pri bolnikih z amputacijami nog zaradi žilnih bolezni. Za ljudi z okvaro hrbtenjače je bil zanimiv drugi del, v katerem je govorila o zahtevnosti gibanja pri ljudeh, ki so vezani na invalidki voziček. Pri njih je znana desetletje prej razvita ateroskleroza in večja pojavnost smrti zaradi bolezni srca in ožilja.

Preventiva je enaka kot v splošni populaciji – ugotavljanje dejavnikov tveganja, varovalna prehrana in telesna aktivnost. Povečanje telesne zmogljivosti je možno tudi s časovno ustrezno dolgim treningom nizke jakosti. Za ohranjanje zdravja srca je strokovno priporočilo vadba med 50 % in 85 % maksimalno določenega srčnega utripa. Zmotno je mnenje, da pri ljudeh



z okvaro hrbtenjače takšen napor dosežemo samo z opravljanjem vsakodnevnih aktivnosti. Povečanje telesne zmogljivosti zaradi tega je bilo potrjeno samo v prvem letu po odpustu iz rehabilitacijskih ustanov. V več študijah je dokazano, da ljudje s paraplegijo, brez dodatnih aktivnosti, dosegajo zeleno povečanje srčnega utripa samo v enem do dveh odstotkih dnevnega časa (kar pomeni le od 7 do 15 minut!). Edini dnevni aktivnosti, pri katerih je bil ta prag presežen, sta premeščanje v avto in iz njega ter vožnja z vozičkom po klančini s šestodstotnim naklonom.

Osebe s tetraplegijo dosegajo pri možnih vsakdanjih opravilih več kot 60-odstotni srčni utrip približno v 1 do 1,5 ure dnevnega časa.

Pri njih je opažena večja pojavnost bolezni srca tudi zaradi motenj ritma in slabe kontrole krvnega tlaka ob prekinjenih živcih na visokih nivojih hrbtenjače. Sklep predavanja je bil, da so ljudje z okvaro hrbtenjače bistveno premalo telesno aktivni, da bi ohranjali ali krepili zdravje srca, zato je nujno potrebno načrtno spodbujati športne in druge primerne telesne aktivnosti.

Zanimivo je bilo tudi predavanje dr. Tatjane Ručigaj, ki je poudarila, da se pri ljudeh, ki so vezani na gibanje z vozičkom, prej ali slej razvije vensko popuščanjem z oteklina mi, spremembami kože in ranami na golenih. Mnenje stroke je, da je nujno potrebno stalno preventivno povijanje nog z ustreznimi elastičnimi povoji ali nošnja nogavic.

Telesna aktivnost je izjemno pomembna oblika preprečevanja bolezni srca in ožilja za vso človeško populacijo, izsledki raziskav pa kažejo na dodatno pomembnost tudi pri ljudeh s poškodbo ali obolenjem hrbtenjače.

Bolezniški proces ateroskleroze ima neugodne učinke tudi na drugih organskih sistemih človeka; predvsem so pomembni in ovirajoči zapleti v delovanju centralnega živčnega sistema, kar bi lahko bila tema prispevka v prihodnosti.

Zapisala

Prim. Tatjana Erjavec, dr. med., specialistka interne medicine, in asist. Daniel Globokar, dr. med., specialist fiziater

SOCIALNA POMOČ

Prvega junija bo začel veljati nov sistem dodeljevanja socialnih transferjev, kar bosta urejala Zakon o socialno varstvenih prejemkih in Zakon o uveljavljanju pravic iz javnih sredstev, v katerem so zajeti:

- vrste prejemnikov
- subvencije in plačila
- meje dohodkov, ki bodo podlaga za upravičenost do javnih sredstev

Meja dohodkov posameznika, ki bo želel pridobiti finančno »pomoč«, bo odvisna od materialnega položaja prosilca.

Nova pooblastila centrov za socialno delo

Centri za socialno delo bodo po novem odločali o naslednjih prejemkih:

- otroškem dodatku
- denarni socialni pomoči

- varstvenem dodatku
- državni štipendiji

Centri bodo tudi odločali o pravici do subvencij in plačil za:

- znižanje plačila za vrtec
- subvencijo malice za učence in dijake
- subvencijo kosila za učence
- oprostitvev plačila socialnovarstvenih storitev
- prispevek k plačilu družinskega pomočnika
- subvencijo najemnine
- pravico do kritja razlike do polne vrednosti zdravstvenih storitev
- pravico do doplačila prispevka za obvezno zdravstveno zavarovanje

Če boste želeli pridobiti pravico do varstvenega dodatka, subvencijo najemnine, pravico do kritja razlike do polne vrednosti zdravstvenih storitev in pravico do doplačila prispevka za obvezno zdravstveno zavarovanje, se bodo k 23 rednim

dohodkom, med katerimi je tudi dodatek za pomoč in postrežbo, upoštevali še:

- dohodki po zakonu o dohodnini, ne glede na to, ali so oproščeni dohodnine, razen tistih, ki so socialno varstveni prejemki
- dediščine
- volila
- darila
- dobitki od iger na srečo po zakonu, ki ureja igre na srečo
- izplačila na podlagi zavarovanja za primer bolezni, poškodbe ali invalidnosti

Premoženje, ki se ne bo upoštevalo:

- stanovanje, v katerem oseba dejansko prebiva,
- osebni avtomobil (do vrednosti 28-kratnika osnovnega zneska minimalnega dohodka, cca. do 8000 EUR)
- premoženje, ki daje dohodke, višje od dvakratnika bruto minimalne plače
- več v 18. členu Zakona



V Zakonu o socialnovarstvenih prejemkih je namenjena denarna socialna pomoč in varstveni dodatek tistim posameznikom ali posameznicam, ki si materialne varnosti ne morejo zagotoviti zaradi okoliščin, na katere sami ne morejo vplivati.

Kdo naj bi bil upravičen do varstvenega dodatka

Do varstvenega dodatka so upravičene osebe, ki so trajno nezaposljive ali trajno nezmožne za delo ali so starejše od 63 (ženske) oziroma 65 let (moški) in so upravičene do denarne socialne pomoči oziroma bi do nje lahko bile upravičene.

Osnovni znesek minimalnega dohodka bo znašal 288,81 EUR.

Kaj je pomembno vedeti

Država se bo za izplačevanje teh dveh prispevkov zavarovala, in sicer z zaznambo prepovedi odtujitve nepremične v zemljiški knjigi pri nepremičninah, ki so v lasti upravičencev do teh dveh prispevkov.

Zakaj? Doslej so osebe, ki so prejemale tovrstne prejemke, prosto razpolagale z nepremičnino in so lahko tudi stanovanje prodala in posledično pridobila »nova« finančna sredstva, ki bi jih praviloma morala nameniti za preživetje sebe

ali družine.

Upoštevanji bodo vsi prilivi na vaš račun (npr. avansi, najemnine, prodaje ...), zato bodite zelo pozorni, kdo na vaš račun nakazuje sredstva, še posebno kadar opravljate kake posle za koga drugega, kajti vsak dohodek na vaš TRR se bo štel kot vaša last.

Po novem zakonu se upoštevajo vsi dohodki in premoženje družine.

Špela Šušteršič,
strokovna delavka

PODATKI ZA LETO 2011 O NEKATERIH PRAVICAH, KI JIH IZPLAČUJE ZAVOD ZA POKOJNINSKO IN INVALIDSKO ZAVAROVANJE

PRAVICA DO IZPLAČILA

Zaradi zanimanja članov ZPS in bodočih članov, ki so trenutno še na URI - Soča, vas obveščamo, do katerih izplačil oz. dodatkov ste upravičeni kot oseba s poškodbo hrbtenjače:

1. Dodatek za pomoč in postrežbo

- nižji, za opravljanje večine življenjskih potreb 144,39 EUR
- višji, za opravljanje vseh osnovnih življenjskih potreb 288,78 EUR
- za najtežje kategorije upravičencev 412,54 EUR.

Dodatek se izplačuje vsakomesečno skupaj z izplačilom redne pokojnine.

Dodatek za pomoč in postrežbo lahko po zakonu pridobijo ujemalci pokojnine ali določeni zavarovanci s stalnim prebivališčem v Republiki Sloveniji. Pravica je pogojena s predhodnim izvedenskim mnenjem Zavoda za pokojninsko in invalidsko zavarovanje RS.

Vsi zneski veljajo od 1. 7. 2010 in se v januarju 2011 niso spremenili.

2. Invalidnina za telesno okvaro

Izplačuje se vsakomesečno.

Invalidnino lahko pridobi zavarovanec ali uživalec pokojnine zaradi telesne okvare, nastale med zavarovanjem ali v času uživanja pokojnine. Obstoj telesne okvare in njen vzrok ugotavlja invalidska komisija ali drug izvedenec Zavoda za pokojninsko in invalidsko zavarovanje RS. Vsi zneski veljajo od 1. 7. 2010 in se v januarju 2011

niso spremenili.

3. Varstveni dodatek

Pravico do varstvenega dodatka pridobi tisti, če njegova pokojnina **ne dosega mejnega zneska** – mejni znesek znaša **449,75 EUR** – in če skupaj z družinskimi člani nima drugih dohodkov in premoženja, ki bi zadoščali za preživetje. (Napisani mejni znesek velja od 1. 1. 2011).

Vanja Skok

| Stopnja | Telesna okvara | Če je telesna okvara posledica | |
|---------|----------------|--|---------------------------------|
| | | Poškodbe pri delu ali poklicna bolezen | Bolezni ali poškodbe izven dela |
| 1. | 100 | 99,01 | 69,31 |
| 2. | 90 | 90,77 | 63,53 |
| 3. | 80 | 82,51 | 57,75 |
| 4. | 70 | 74,26 | 51,98 |
| 5. | 60 | 66,01 | 46,21 |
| 6. | 50 | 57,75 | 40,43 |
| 7. | 40 | 49,51 | 34,65 |
| 8. | 30 | 41,26 | 28,88 |



URI – SOČA, ODDELEK ZA REHABILITACIJO PACIENTOV Z OKVARO HRBTENJAČE

TRI LETA REDNIH MESEČNIH SREČANJ

Od januarja 2008 do januarja 2011 so se zvrstila tri leta. Srečanja pacientov s predstavniki Zveze paraplegikov Slovenije (ZPS) potekajo ob četrtnih, načeloma zadnji četrtek v mesecu, ob 13.30 v jedilnici na oddelku.

Rehabilitacijska obravnava pomeni celosten pristop do pacienta in zahteva posebno zdravstveno, psihološko in socialno obravnavo. V okvir socialne obravnave sodi tudi seznanitev pacientov z različnimi možnostmi in viri pomoči v okolju.

V bolnišničnem okolju pacient težavo razume drugače, v domačem okolju pa se pokaže njena večplastnost.

Pacient mora (p)ostati kompetenten in odgovoren za svoje življenje.

Paciente o srečanju s predstavniki ZPS obvestimo v pogovoru in tudi s plakati, ki jih razmestim in nalepim po oddelku. V decembru 2010 se je moji prošnji za oblikovanje plakata za srečanje odzval pacient Zmago Šalamun.

Na vsakokratnem srečanju je navzočih približno petnajst pacientov pa tudi več. Pogosto so tam tudi svojci posameznega pacienta. Na srečanju aktivno sodelujejo oddelčne delovne terapevte: Petra, Urška in Tanja. Včasih se nam pridružijo tudi vodja oddelka, dr. R. Šavrin, in zdravnica dr. N. Puzić, pa tudi psihologinja M. Mramor in zdravnice specializantke.

ZPS navadno zastopa predsednik Dane Kastelic in/ali njegova namestnica Barbara Slaček ter Janko Zupan in socialna delavka



SPOŠTOVANI

PACIENTI III. ODDELKA

**VABIMO VAS NA SREČANJE S
PREDSTAVNIKI ZVEZE PARAPLEGIKOV,
KI BO V ČETRTEK, 9.12.2010, OB 13.30 URI
V JEDILNICI NA ODDELKU.
PRIJAZNO VABLJENI.**

ZVEZA PARAPLEGIKOV
SLOVENIJE



Primer plakata, ki je eden izmed načinov, na katerega paciente obvestimo o srečanju s predstavniki ZPS.

Špela Šušteršič, s katero se za posamezno srečanje sproti dogovarjava. Po navadi se povabilu odzove tudi Rafko Jurjevčič iz Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine. Občasno na posamezna srečanja pridejo številni člani ZPS – slikarji, športniki, urednik spletne strani ZPS, urednica glasila Paraplegik, Stojan iz koroškega društva paraplegikov in njegov pes vodnik, ki je pokazal, kako zna pomagati lastniku ...

Člani ZPS tako posredujejo svoje življenjske izkušnje pacientom, ki so na oddelku. Obenem pa je zelo pomembno, da imajo pacienti možnost neposrednega kontakta in pogovora s člani ZPS o življenjskih vprašanjih, ki so posledica nenadne spremembe v sposobnosti gibanja in občutenja zaradi okvare hrbtenjače.

Iz teh razlogov je pomembno sodelovanje z ZPS, ki z različnimi dejavnostmi in socialnimi programi skrbi za dobrobit svojih članov po končani rehabilitaciji.

S srečanji na URI - Soča v letu 2011 nadaljujemo.

Vanja Skok





INTERVJU: ISABELLE MOREL BERA

OTROCI IZ NAŠEGA CENTRA NAS OPOMINJAJO, DA IMAMO VELIKO SREČO

Isabelle Morel Bera, ravnateljica osnovne šole, ki je (poleg srednje šole, doma in zdravstvene enote) sestavni del Centra za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje v Kamniku, sem pozabila vprašati, kako dolgo je že v Kamniku. Očitno pa je, da dovolj dolgo, da sem v »uradnem« delu najinega pogovora njeno primorsko obarvano govorico le zasledila, in tako dolgo, da ve o centru tako rekoč vse. Zdaj, ko berete, o čem sva klepetali, simpatična in zelo zgovorna profesorica pedagogike ni več vršilka dolžnosti direktorice celotnega zavoda, temveč je vajeti že prevzela nova direktorica. Isabelle Morel Bera, ki je center vodila v prehodnem obdobju, pa se bo znova posvetila delu, ki ga ima zelo rada – vodenju osnovne šole in inkluzivnega multidisciplinarnega tima mobilne službe.

CIRIUS, Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje, gotovo poznajo številni bralci Paraplegika, posebno tisti, ki so na invalidskem vozičku pristali v otroških ali mladostniških letih – in verjetno precejšen del mladosti preživeli v Kamniku.

Isabelle Morel Bera: Večina se CIRIUS-a spomni kot Zavoda za usposabljanje invalidne mladine Kamnik. Leta 2008 smo se preimenovali, da bi z novim imenom preprečili ali vsaj zmanjšali stigmatizacijo učencev in dijakov. Cilj ustanove pa je ostal enak: z vzgojo in izobraževanjem oziroma s celostnim usposabljanjem usposobiti otroke in mladostnike za kvalitetno življenje. Smo edina republiška ustanova, ki usposablja in izobražuje otroke in mladostnike s težjo in težko motnjno gibalno ovirano-

sti ter dolgotrajno bolne v prilagojenih programih osnovne in srednje šole. Otroci in mladostniki so k nam napoteni z odločbo, ki jo izda pristojni Zavod RS za šolstvo.

Veliko naših učencev ima poleg osnovnega obolenja še motnje na področju sluha, vida in govora, nekateri imajo tudi motnjo v duševnem razvoju. V zadnjih letih se v naših programih izobražuje oziroma usposablja vedno več otrok in mladostnikov brez ekspresije govora. To pomeni, da niso zmožni komuniciranja z besedami. Učijo se neverbalnega sporazumevanja s kretnjami, gibi, simboli in drugimi pripomočki.

Zavod sestavljata osnovna in srednja šola, otroci iz vse Slovenije, ki med šolanjem ne morejo živeti doma, pa so v domu.

Isabelle Morel Bera: Res je, imamo prilagojen program osnovne šole z enakovrednim standardom (učenci dobijo spričevalo, ki je enakovredno spričevalu večinske osnovne šole), osnovno šolo z nižjim izobrazbenim standardom in poseben program vzgoje in izobraževanja, kjer so vsebine in cilji prilagojeni posameznemu učencu.

Na srednješolski ravni imamo prilagojene programe gibalno oviranim dijakom, in sicer v elektrotehniko in računalništvu (triletni poklicni program monter električnih naprav in srednji poklicni program računalnikar) ter v ekonomski dejavnosti (štiriletni strokovno tehniški programi – ekonomski tehnik,



»Zdi se mi velik greh, da morajo nekateri mladostniki živeti v domovih za ostarele, saj nimajo kam.« pravi Isabelle Morel Bera, ravnateljica OŠ Centra za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje v Kamniku.

dveletni poklicno tehniški program – ekonomski tehnik, dveletni poklicno tehniški program – elektrotehnik, srednji poklicni program – administrator, nižji poklicni program – pomožni administrator in posebni program vzgoje in izobraževanja – (post)rehabilitacijski program). Najspodobnejši dijaki pa obiskujejo bližnjo gimnazijo Rudolfa Maistra, v tem šolskem letu jih je pet.

Programi, ki jih izvajamo, imajo prilagojen predmetnik, organizacijo in časovno razporeditev pouka, trajanje izobraževanja, metode in oblike poučevanja, načine preverjanja in ocenjevanja znanja.

Na osnovni šoli imamo v predmetnik vključene tri specialne pedagoške dejavnosti: komunikacijo, računalništvo in socialne veščine. Za naše učence so izjemnega pomena, saj jim pomagajo pri usvajanju obveznih učnih vsebin in izboljšanju učnega uspeha.



Posebnost naših prilagojenih programov je v manjšem številu otrok in mladostnikov v oddelkih. V I. in delno II. triadi OŠ poučujejo defektologi, v III. triadi in na SŠ pa profesorji posameznih predmetnih področij z defektološko dokvalifikacijo.

K pouku na osnovni šoli se vključujejo logopedi in delovni terapevti, ki z učitelji iščejo nove didaktične in terapevtske pripomočke za pomoč učencem pri pridobivanju in utrjevanju znanja. Imamo prilagojene prostore, specialno opremo in pripomočke ter sodobno informacijsko tehnologijo. V razredih so zagotovo nepogrešljivi spremljevalci, ki otrokom in mladostnikom pomagajo pri vseh aktivnostih, ki jih zaradi gibalne oviranosti ne zmorejo sami opraviti.

Kateri otroci pa so v domu?

Isabelle Morel Bera: Večina, saj potrebujejo pomoč pri učnih urah, zdravstveno nego in oskrbo ter terapevtske obravnave. V domačem kraju so možnosti za redno strokovno obravnavo zelo slabe in starši jih ne morejo ponuditi toliko in tako strokovno, kot to počnemo pri nas. Poleg pomoči pri učenju in domačih nalogah jim v domu ponujamo priložnosti in možnosti za pridobivanje znanja, spretnosti in veščine za kvalitetno, uspešno ter zadovoljno življenje.

V raznolikih priložnostnih dejavnostih se lahko družijo z vrstniki.

V vzgojni program doma imamo vključenih 141 otrok in mladostnikov, 57 jih v centru biva čez dan, drugi hodijo med vikendi domov. Osnovnošolci zelo redno, srednješolci pa, saj veste ... Kot vsi mladi si želijo več svobode. Vikende in prosti čas si želijo preživljati z vrstniki, si z njimi širiti mrežo socialnih vezi in prijateljstev. Ne želijo si biti vedno pod budnim očesom zaposlenih in staršev. Želijo si samostojnosti, sprejemanja odgovornosti zase in za svoja dejanja. Zanje je to izjemno pomembno, morda še bolj kot za njihove zdrave vrstnike, in prav je, da jim prisluhnemo in to tudi omogočimo. Ne želimo pa, da sleherni konec tedna ostanejo v domu, saj se nam zdi prav, da ohranjajo trdne in pristne vezi s starši. Navsezadnje se bodo po šolanju in usposabljanju vrnili domov.

Kako jih opremite za življenje zunaj zavoda? Dijaki sami ugotovljajo, da so pri vas nekako v vati, da jim zelo pomagata pri reševanju težav, nekateri se celo bojijo, da za preživetje v »resničnem« življenju niso dovolj opremljeni in usposobljeni.

Isabelle Morel Bera: S tem, kaj bo z mladostnikom po odhodu iz Centra, se že leta intenzivno ukvarjamo. Beseda na to večkrat nanese tudi, ko se srečujemo s starši in v pogovorih z našimi mladostniki. Zavedamo se, da je želja vsakega starša pa tudi strokovnega delavca, da našim mladostnikom ustvarimo take razmere, da bodo znali poskrbeti zase, prevzemati odgovornost zase, za svoja dejanja in ravnanja, da se bodo znali prav odločiti in postaviti zase.

Pomembno se nam zdi, da se zavedajo, da družba in okolica nista vedno prijazni in naklonjeni do drugačnih, še razumeta jih težko. Zato se veliko ukvarjamo z vprašanjem, kako usposobiti naše učence in dijake, da se bodo znašli v življenju. Naučene strategije za premagovanje ovir bodo morali ohraniti, jih nadgrajevati in dopolnjevati. Zato se trudimo, da jih ne zavijamo v vato, kot pravite.

Želimo jim pomagati, da bodo čim bolj samostojni. Seveda nas (pa tudi svoje starše) hočejo včasih pretentati, da bi zanje naredili tudi tisto, kar so sposobni sami, ali da naredimo zanje in namesto njih več, kot je potrebno. Pri tem ne smemo popuščati. To velja tako za pridobivanje šolskega znanja kot za druge veščine. Trdno smo prepričani, da je spričevalo, ki ga dobijo pri nas, enakovredno spričevalu večinske šole. Nič jim ni prineseno na pladnju, saj se zavedamo, da bi jim s tem delali medvedjo uslugo. Življenje v resničnem svetu zanje ni pravljica, še manj jim je naklonjeno kot zdravim mladostnikom. Ko odidejo od nas, je vsaj večina med njimi sposobna skrbeti zase, kolikor jim njihova gibalna oviranost to dovoljuje.

Zaradi zakona o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami pred dobrimi desetimi leti, ki omogoča večjemu številu otrok s posebnimi potrebami šolanje v tako imenovanih večinskih šolah, se je vpis v vaš center precej zmanjšal.

Isabelle Morel Bera: Res je, država je zelo odprla prostor za šolanje otrok s posebnimi potrebami v rednih šolah, kar je seveda dobro in prav. Pravzaprav bi bilo zelo dobro, če bi ob tem tudi ustvarila in zagotovila razmere za njihovo normalno in uspešno šolanje. Za prostorske razmere, prilagoditve in dostopnost šolskih prostorov za gibalno ovirane je bilo v zadnjih letih



Praznovanje za Dan Cirius-a



zelo veliko narejeno. Močno pa šepamo pri usposobljenosti učiteljev za delo z njimi. Tudi normativi so vse prej kot naklonjeni uspešnemu vključevanju teh otrok v redne šole. Večinska šola bi morala za otroka s posebnimi potrebami poskrbeti v celoti. Ni dovolj, da ima dostopne prostore. Z otroki morajo delati strokovnjaki, ki imajo specialna znanja, da vzgojno-izobraževalni proces prilagodijo njihovim potrebam.

Na šolah žal prepogosto pozabljajo, da ima tudi otrok s posebnimi potrebami pravico do šole v naravi, naravoslovnih dni, interesnih dejavnosti, tematskih dni ... V zadnjem času nas je kar nekaj staršev prosilo, naj njihove gibalno ovirane ali dolgotrajno bolne otroke, ki sicer obiskujejo večinske šole, sprejmemo za čas, ko gredo njihovi sošolci na tabor ali šolo v naravi. Meni se to zdi grozno in izključujoče. Če je otrok s posebnimi potrebami vključen v večinsko šolo, naj bo v program vključen v celoti, ne pa, da je izločen in s tem diskriminiran. Prikrajšan je ravno pri tistih dejavnosti in aktivnostih, ki prinašajo posebno veselje in ustvarjajo prave razmere za druženje z vrstniki.

Če ni tako, otroci čutijo, da so manjvredni in da niso popolnoma sprejeti v celoti.

Isabelle Morel Bera: Res je, in to se mi zdi najslabše. Tak otrok ne doživlja potrditve, sprejetosti, občutka, da je uspešen, da zmore in zna. Vsak otrok, gibalno ali drugače oviran, potrebuje potrditev, priznanje, pohvalo, izkušnje, kako lepo je biti uspešen in pri tem opažen. Ne le v svojih očeh, temveč tudi v očeh sošolcev. Zato morajo starši, ko se odločajo, v katero šolo bodo vključili svojega otroka s posebnimi potrebami, zelo dobro poznati dobre in slabe plati ene in druge šole ter vedeti, kaj odločitev o tem, kam bodo otroka všolali, pomeni



»Želja vsakega starša pa tudi strokovnega delavca je, da našim mladostnikom ustvarimo take razmere, da bodo znali poskrbeti zase, prevzemati odgovornost zase, za svoja dejanja in ravnanja, da se bodo znali postaviti zase.«

za njihovo družino. Saj vemo: obe, tako večinska šola kot šola s prilagojenim programom, imata svoje prednosti in slabosti. Starši morajo biti seznanjeni s tem, kaj pomeni prilagojeno izvajanje programa, kaj pomeni celosten vidik usposabljanja. Pri nas na enem mestu usklajeno potekajo izobraževalne, zdravstvene in druge dejavnosti. Strokovni delavci imajo specialna znanja. Zdravstvena nega in oskrba potekata 24 ur, terapevtske obravnave (fizioterapija, delovna terapija in logopedija) so sestavni del individualiziranega programa.

Zdravstveni in svetovalni delavci, učitelji in vzgojitelji tesno sodelujejo s starši otrok in mladostnikov in jim pomagajo pri zdravstvenih, razvojnih in učnih problemih otroka. V center redno prihajajo tudi zunanji specialisti. Organiziramo pestre in zanimive dejavnosti za kvalitetno preživljanje prostega časa, pa tudi dnevne in tedenske prevoze, ki zagotavljajo čim tesnejšo povezanost otroka z domačim okoljem. Pri nas imajo otroci in mladostni-

ki pomembno mesto in besedo pri celostnem usposabljanju, saj delamo zanje skupaj z njimi.

Pomembno se zdi, da bi morali biti otroci pomoči vrhunskih strokovnjakov deležni pravočasno. V nekaterih zavodih, namenjenih usposabljanju otrok s posebnimi potrebami, ugotavljajo, da otroci prihajajo k njim šele po tem, ko imajo težave v večinskih šolah.

Isabelle Morel Bera: Tudi k nam prihajajo otroci čedalje pozneje, zato se nam dogaja, da pouk v I. triadi poteka v kombiniranih oddelkih. V višjih razredih osnovne šole pa se že ugotovljenim težavam in omejitvam pridružijo še nove – vzgojne, vedenjske, čustvene. Otroci se v šoli ne počuti več dobro, ima težave z vrstniki, zdravstvene težave, glavobole, bolečine v trebuhu, odklanja hrano ... Nima več prijateljev, kar naprej je neuspešen, nesprejet in nepotrjevan. Na šoli se začnejo pojavljati konflikti in stiske se vrstijo. Takrat se zato – in ne za-



»Tudi otrok s posebnimi potrebami ima pravico do šole v naravi, naravoslovnih dni, interesnih dejavnosti, tematskih dni.«

radi gibalne oviranosti – obrnejo na nas.

Prepričana sem, da bi se morali v večinskih šolah s starši otrok s posebnimi potrebami in tudi s starši zdravih otrok več pogovarjati o tem, kaj otroci v skupnem šolanju pridobijo oz. izgubijo. Zdi se mi, da se starši zdravih otrok premalo zavedajo, da glede odnosa do drugačnosti veliko pridobijo tudi njihovi otroci, da začnejo sprejemati in spoštovati razlike. Bojazen, da bi zaradi manj sposobnih otrok sposobnejši dobili manj znanja, je marsikdaj neupravičena.

V zadnjem času je čedalje več otrok, ki se k nam prešolajo sredi šolskega leta. Njihovi starši verjetno ugotovijo, da ni dobro, da je otrok v večinski osnovni šoli večni poraženec. Ko se starši odločijo za naš center zaradi otrokovih težav, izvedo tudi, da bodo dobili celostno obravnavo in pomoč. Takrat šele spoznajo, da ne gre za prisilo, marveč za kakovostno skrb za njihovega otroka.

Vključitev v srednješolske programe glede na zgoraj našeta dejstva ni problematična, saj pomeni priložnost za kvalitetno šolanje, ki bo mladim ljudem prinesla raznolike

poklicne kvalifikacije, trdno socialno mrežo prijateljev in številne življenjske izkušnje. Ne nazadnje je dijakom lažje oditi od doma, saj tudi njihovi zdravi sošolci iz rednih šol odhajajo v različne srednješolske programe, ki niso vedno v domačem kraju.

Naši učenci in dijaki imajo dobro samopodobo, so samozavestni, veseli, znajo se zabavati in so v tem pogledu enakovredni vrstnikom.

V centru si zato zelo prizadevamo, da bi bili otroci v vrtcih in osnovni šoli ter mladostniki v srednji šoli deležni pravočasne strokovne pomoči. Za to skrbi inkluzivni multidisciplinarni tim mobilne službe. Imamo bogate in dolgoletne izkušnje, saj že 30 let delujemo na terenu. Otroku ali mladostniku dodatno strokovno pomagamo, svetujemo glede potrebnih prilagoditev vzgojno-izobraževalnega procesa njihovim specifičnim potrebam in sodelujemo pri načrtovanju individualiziranega programa.

Svetujemo in testiramo pri potrebnih prilagoditvah okolja, delovnega mesta in pripomočkov. Izvajamo rehabilitacijske in druge terapevtske obravnave (fizioterapijo, delovno terapijo, logopedsko obravnavo, psihološko obravnavo) ter poklicno orientacijo. Na seminarjih izobražujemo učitelje in druge strokovne delavce ter spremljevalce. Staršem svetujemo glede uveljavljanja socialnovarstvenih pravic, šolam pa glede delovnih nalog spremljevalca. Aktivno sodelujemo na tematskih konferencah

v vrtcih in rednih šolah. Starši imajo priložnost, da sodelujejo v t. i. skupini za starše.

Kaj pa, ko otroci zapustijo vaš zavod? Takrat so prepričani samim sebi in svojim staršem, ki pogosto skrbi zanje niso kos.

Isabelle Morel Bera: Zadnja leta skušamo spremljati mladostnike, ki nas zapustijo, ko končajo šolanje oziroma usposabljanje. Seveda je to težko, saj so raztreseni po vsej Sloveniji. Ni nam vseeno, kako so se znašli. Zanima nas, kako živijo, kaj počnejo, ali nadaljujejo šolanje, ali so sposobni skrbeti sami zase.

Radi bi vedeli, kako so se znašli v življenju, kako komunicirajo z okolico, ali se še naprej usposabljaajo. Menimo, da ni prav, da se naše delo konča s podelitvijo spričevala, zato skušamo spremljati naše mladostnike tudi, ko se poslovijo od nas.

Gotovo pa premalo naredimo za to, da bi ljudje in družba v najširšem pomenu besede otroke in mladostnike s posebnimi potrebami še bolj enakovredno vključevala v vsakodnevno življenje.

Mislím, da je nedopustno, da morajo nekateri mladi živeti v domovih za ostarele.

Želim si, da bi se naši učenci in dijaki zavedali, kako pomembna so leta usposabljanja v našem centru. V otroštvu in odrasčanju se bodo počutili sprejete. Spoznali bodo, kaj zmorejo in kje so lahko uspešni. Pridobljena znanja in izkušnje bodo njihova pomembna popotnica za lepo in uspešno prihodnost.

Jasna Tepina



INTERVJU: POLONA ŠKODIČ

– UMETNOSTNA ZGODOVINARKA IN LIKOVNA KRITIČARKA

Kultura je beseda, ki je gostji tokratnega intervjuja sveta. Zato smo kmalu po našem kulturnem prazniku in v prvi številki letošnjega leta spregovorili z umetnostno zgodovinarico in likovno kritičarko Polono Škodič. Svet okrog nas se morda res spremeni – njegova tehnološka, gospodarska, energijska, politična podoba –, ampak prav zato je še pomembnejše negovanje tistega, kar nas dela različne od strojev, kar nas dela človeške. Topla in človeška je tudi Polona, pa tudi njeni komentarji likovnih del naših slikarjev so objektivni in vsem razumljivi.

Kdaj se je Polone Škodič prvič dotaknila beseda kultura? Kako, da si se odločila za poklic, ki ni povezan z računalniško tehnologijo in besedami »modernizirati, posodabljati...«? Ali je umetnostna zgodovina tisto, kar bi hotela opravljati do upokojitve?

Če bi se še enkrat rodila, bi se verjetno odločila za enak študij in poslanstvo. Z veseljem bi dodala še druge humanistične vede, ki me zanimajo in se medsebojno povezujejo – in to kljub težjemu zaposlovanju na tem področju.

Umetnostna zgodovina je izjemno živo in široko področje, saj zajema tako rekoč celoten življenjski lok od pradavnine do sodobne dobe in modernih tehnologij, kamor vstopa že nekaj desetletij. Kultura oziroma umetnost sta bili vedno odraz nekega svojega časa, zrcalna podoba dogodkov in ljudi, čeprav njene temeljne vrednote kot nadgradnja obstajajo od nekdaj. Kulturo sem vzljubila že kot otrok, ne da bi se tega takrat morda zavedala. Mislim, da sta me mati narava in



Polona Škodič v vlogi umetnostne zgodovinarke na mednarodni razstavi slikarjev z usti v Cankarjevem domu v Ljubljani

▼ njej moja osebna narava naučili imeti rada lepo, in ▼ meni je že takrat vzknila želja po izražanju »tega lepega«. S kulturo nasploh pa sem se srečala tudi ▼ naši družini, saj smo bili in so še pevci in ljubitelji gledališča; predvsem moj oče, ki je bil dolgoletni ljubiteljski igralec na postojnskem odru, stric je lepo slikal, mama pa je imela rada opero. Že ▼ gimnazijskih letih sem imela najraje humanistične predmete in matematika mi ni šla nikakor. Rasla sem tudi ▼ glasbo, predvsem dobro rokovsko glasbo, ki mi še danes ogromno pomeni.

Šele človek je osmisлил videnje lepega in ustvaril svoj odsev tistega, čemur je hotel dati svoj obstoj. Misel je izrazil ▼ snovnosti, besedo je zapisal in vtisnil ▼ svoj prostor in čas. Kultura se najprej pokaže ▼ njegovi govorici in njegovem odnosu do soljudi. Je stvar srca, način naših medsebojnih odnosov in odnos do vrednot preteklosti in sedanjosti. Kultura ni zrak, brez katerega ne moremo živeti, a je glavna esenca

tistega, oziroma je tisto, kar nas naredi ljudi. Dotik umetnosti odpira nove svetove, nova obzorja in poti, nove poglede ▼ sferi bogatenja lastnega in skupnega duha. Kultura osmišljuje življenje. Z njo bom za vedno povezana poklicno in ljubiteljsko.

Za začetek bi te vprašal nekaj o povezavi kulture in invalidnosti. Kaj misliš, kako bi morali invalidi poskrbeti za svoj status ▼ kulturi, da bomo imeli svoj temelj in da bomo vsaj vogelni kamen vsake družbe? Ali misliš, da ima kultura invalidov tak položaj ▼ družbi, ki ga zasluži?

Absolutno si zasluži še veliko več! Težava pa je ▼ predstavitvi, prisotnosti in ▼ učinkovitejšem seznanjanju širše družbe, socialnih struktur in države, ministrstva za kulturo ter drugih kulturnih organizacij in navezujočih področij. Invalidi so ravno tako ustvarjalci in sooblikovalci kulturno-umetniških vsebin, ki dopolnjujejo njeno vse-



splošno podobo. V zadnjih več kot petnajstih letih, ko sem tudi sama pristopila k ustvarjalnosti invalidov – predvsem tetraplegikov in drugih – ter začela sodelovati z njimi, sem spoznala marsikaj. Predvsem naj poudarim izjemen in bogat razmah likovne in literarne produkcije, ki sta že zdavnaj presegli meje.

Ustvarjalnost je človeška lastnost, ki hoče narediti nekaj novega, izmisli, domisli, naredi po svoje. Vzgoja za radovednost je ena ključnih človeških lastnosti, ki je – ob vsem spoštovanju do informacij in znanja, ki ga v šolah prenašamo na otroke – ne smemo zanemariti. Kaj misliš, ali smo ljudje na invalidskih vozičkih ali invalidi sicer dovolj ustvarjalni, predvsem pa dovolj radovedni?

Seveda, radovednost je prva in prava spodbuda za vsako izražanje v ustvarjalnosti. Prav radovednost je človeka pripeljala do novih odkritij, spoznanj, dosežkov, inovacij in vsesplošnega napredka. Poznam umetnika, ki stalno pritrjuje: »Bodite kot otroci, prepuščajte se toku radovednosti, igrajte se in raziskujte. Dovolite si, da se otrok v vas prebudi in zaživi. Bodite spontani in vedoželjni.« Danes mlade generacije prehitro zapadajo v računalniški, virtualni svet, zasuvajo jih informacije, a temeljno znanje nazaduje in z njim tudi mnoge vrednote.

Kultura in umetnost postajata zanje nepomembni življenjski vsebini. Ker imajo premalo ali skoraj nič stika z njima, o njih premalo ali skoraj nič ne vedo. Žal mi je, ker je srednješolski učni načrt oklestil tovrstne predmete in ure, če že so, pa so omejene predvsem na teorijo. Srednješolci in mladostniki nasploh bi morali imeti več praktičnih likovnih delavnic, kjer bi sami ustvarjali.

Pozdravljam odlično idejo, da invalidi obiskujejo šole ter učencem in dijakom predstavijo svoje ustvarjalno delo. Mladina tako spoznava, kdo so invalidi, kakšno je njihovo življenje in delo. Medsebojno sodelovanje je več kot dragoceno na veliko načinov. Le druženje v živo lahko odpravlja stigmatizacijo in predsodke. Sprejemanje in zблиževanje je bistvenega pomena.

Močno podpiram voljo, prizadevanja, veselje, namero in odprtost invalidnih ustvarjalcev, da vsem generacijam pokažejo in predstavijo svoje življenje in delo, svoja razmišljanja in poglede na svet in družbo. Premagovanje lastne fizične ujetosti in ovir je, prepričana sem, da vsakomur, odprlo nova obzorja in željo po izražanju. Invalidni produkciji bi morali kulturni hrami, šole in druge institucije pogosteje in bolj na široko odpirati vrata.

Čim več je pojavljanja v družbenem in kulturnem dogajanju, tem več je spoznavanja njihovega dela, ki lahko postaja čedalje bližje ljudem. Seveda invalidi za to odpiranje v svet največ



Polona Škodič na tekaškem tekmovanju v Trstu pred dvema letoma

naredijo pravzaprav sami s svojimi terapevti, mentorji, medijsko navzočnostjo ..., sploh če za vsem tem stoji dobra organizacija, ki je prvi temelj in ključ vključevanja v tok vsesplošnega življenja. Vendar pa je še vedno mnogo vrzeli, ki se dotikajo socialne in zdravstvene neučinkovitosti, statusa invalidov, vsesplošne pomoči. Seveda se ta problematika dotika tudi države in njenega humanega posluha, ki bi moral biti predvsem podpora v naravnosti za izboljšanje življenjske ravni invalidnih oseb. Spoznala sem, da marsikateri invalid lahko naredi veliko več kot kdo drug, pa vendar ni plačan, tako kot bi moral biti.

Kaj Poloni Škodič poleg poklica še daje smisel, kaj bi še hotela v življenju pregledati, preskusiti, okusiti?

Ja, tega ni malo. Kot sem že povedala, me vselej močno priteguje neskončno in raznoliko področje umetnosti, ki je pravzaprav moj način življenja. Sem tudi velika ljubiteljica narave in njena občudovalka. Zagledana sem v skrivnostno moč gora. To je verjetno tudi dediščina staršev, ki so nas kot otroke dodobra okužili s to enkra-



Stojan Zafred in Polona Škodič



PREDSTAVLJAMO VAM ...

tno lepoto, ki jo je treba doživeti. Rada potujem, se družim z ljudmi in rada spoznavam vedno nove odtenke življenja. Zadnja leta uživam ob teku. Udeležila sem se nekaterih polmaratonov in rekreacijskih tekov doma in v tujini. Rada imam gledališče, glasbo, dobre knjige, lepo slovensko besedo in včasih sproščeno zabavo. Kadar lahko za ljudi naredim kaj dobrega, me to napolnjuje in da novih moči.

Za konec bi te povprašal o tvojem prvem srečanju z invalidnimi slikarji, ki je povezano s Stojanom Zafredom. Kaj si od tega srečanja odnesla in kaj ti je bilo pri njegovem ustvarjanju posebej zanimivo?

Ja, tega je že dolgo, ko me je pot pripeljala do njega. Bil je pravzaprav prvi tovrstni umetnik in velik človek, ki je name naredil močan vtis. Nisem spoznala le njegovega slikarstva, temveč še veliko več. Bil je eden najvidnejši kraških umetnikov, ki si je pridobil ugledni status v tudi mednarodnem združenju slikarjev, ki slikajo z usti ali nogami. Ob spoznavanju njegovega obsežnega slikarskega in grafičnega opusa sem dobivala vse globlji in širši vpogled. Na njegovih razstavah sem spoznala tudi druge invalidne slikarje in se tako začela z njimi povezovati in čedalje bolj sodelovati z njimi na kulturnem področju. Hvaležna sem vsem, da jih poznam, občudujem jih in podpiram njihovo ustvarjalnost.

Cenim njihov napredek in spoštujem vse organizacije, društva in mentorje, ki so za to zaslužni – tudi Zvezo paraplegikov Slovenje, ki je gotovo ena pomembnejših.

Pripravil Benjamin Žnidaršič

Presenečena sem bila ob novici, da bomo dobili novega člana iz okolice Lendave, pravzaprav skoraj iz sosednje vasi. Pa saj to je vendar še mlad fant. Kaj kmalu sem vzpostavila stike z Lacijevo mamo, beseda je tekla o vsem, kar zadeva njenega sina, našega novega člana, saj je vsak nasvet dobrodošel.

Ladislav Kepe je tako po stažu kot po letih še mlad tetraplegik. Svojo zgodbo je razkril takole:

Kako je bilo tistega poletnega dne, ko si tako rekoč obstal na invalidskem vozičku ?

Bil je navaden poletni dan, ko je čas za kopanje. Po službi smo se šli kopat k prijatelju, ki je imel precej velik bazen, pa vendar premalo globok za skok vanj. Kljub vsemu sem skočil v bazen in to je bilo usodno. Tega sem se pozneje zavedal v mariborski bolnišnici. Po enem tednu v bolnišnici, ko sem se prebudil iz kome, mi ni bila popolnoma jasna slika. Pred mano polno raznih aparaturo – le čemu sem tukaj? Čez čas sem že dojel, kaj se mi je zgodilo. Okrevanje v bolnišnici je trajalo več kot šest mesecev, od tega sem štiri preživel v mariborski bolnišnici in dva v bolnišnici v Rakičanu, od koder so me kar hitro premestili v URI Soča.

Kako si doživljal rehabilitacijo?

V Soči so mi kar precej pomagali s terapijami, tako z delovno kot

s fizioterapijo. Pomagali so mi do spoznanja, da gre življenje naprej, čeprav sem na vozičku. Najbolj sem se razveselil novice, da grem po dolgem času lahko konec tedna domov.

Si v času rehabilitacije spoznaval tudi prijatelje paraplegike?

Takrat sem spoznal kar precej paraplegikov in tetraplegikov. Z nekaterimi imam še dandanes stike, kar se mi zdi zelo pomembno, saj je tudi to del psihosocialne rehabilitacije.

Sami med sabo smo se pogovarjali in tihoma razmišljali, ali bomo še kdaj hodili. Vsak ima pravico razmišljati in upati na boljše. To nas je tudi spodbujalo in vsak gib nam je sleherni dan nekaj pomenil.

Verjetno se je tudi tebi porajalo vprašanje, ali res ne boš več hodil?



Mladi Laci se je hitro aktivno vključil v društvene dejavnosti.



Misel na to, da ne morem hoditi, mi je bilo kar težko sprejeti, pa vendar ostane še upanje na boljše čase.

Meniš, da so bile informacije na Info točkah v URI koristne za paciente?

V URI Soča sem pridobil ogromno koristnih informacij, posebno ko so bili navzoči predstavniki Zveze paraplegikov. To je bila tudi priložnost, da sem počasi dojemal, kako se bo treba spoprijeti z invalidnostjo in novim načinom življenja.

Po končani rehabilitaciji se je Laci dokaj hitro vključil v družvene dejavnosti. Počasi je spoznaval, da je čimprejšnja aktivnost samo v lastno korist. Trenutki prvega srečanja s člani ob koncu leta so bili prav primerni, da je spoznal, da bo odslej tudi sam v vrstah paraplegikov in tetraplegikov. V spremstvu domačih je žalostno opazoval sotrpine okrog sebe. Ob pogledu nanj je vame nehote šinila misel, kako je lahko usoda tako kruta in mladega, ambicioznega fanta še v rosnih letih priklene na invalidski voziček ...

Mladega Lacija ni bilo treba dolgo nagovarjati, naj se vendarle vključi v katero od društvenih dejavnosti. Začel je prihajati na treninge streljanja z zračno puško in z zadovoljstvom ugotavlja, da napreduje, saj smo mu tudi sofinancirali nakup puške.

Lani pa se je tudi vključil v likovno sekcijo in kljub tetraplegiji vztraja in usvaja večšine slikanja – s čopičem v roki, ne v ustih. S pomočjo mentorja Aleksandra Vukana počasi dojema svoj stil in z zadovoljstvom se je udeležil tudi mladinskega tabora v Semiču.

S kakšnimi občutki si prvič prišel v naše društvo?

V društvu so me zelo lepo in prijazno sprejeli. Hvaležen sem, da me ob vsaki aktivnosti oziroma srečanju pripelje društveni kombi. Zelo dobrodošla je tudi vsako leto obnovitvena rehabilitacija v Laškem, še posebno ker dobim odobrenega spremljevalca.

Tudi vnaprej si želim sodelovanja in vključevanja v meni primerne programe društva.

Ob tej priložnosti se tudi zahvaljujem za vso moralno in finančno pomoč matičnega društva paraplegikov in Zveze paraplegikov Slovenije.

Kaj kmalu se je srečal s člani, s katerimi je delil že usodo na URI v Ljubljani in si mislil, tako, odslej se bomo pa spet videvali v skupnem društvu paraplegikov.

Laci je bil pred usodnim skokom v bazen zaposlen v podjetju MB-KONT v Lendavi. Po končani medicinski rehabilitaciji je opravil tudi poklicno rehabilitacijo v enoti URI Soča v Murski Soboti. Žal so ga čez nekaj časa upokojili, kot tetraplegik pa nima odobrenega višjega zneska dodatka za pomoč in postrežbo, čeprav mislim, da je do njega upravičen.

V domačem okolju ima prijatelje in znance, zanj pa lepo skrbijo starši. Pred časom je bil prek patronažne službe zanj organiziran dobrodelni koncert, katerega izkupiček bo namenil za nakup handbike.

Marija M.

PRIJETNO IN KORISTNO DELO V DRUŠTVU PARAPLEGIKOV PREKMURJA IN PRLEKIJE

MOJA ZAPOSILITEV NA DRUŠTVU

V Društvu paraplegikov Prekmurja in Prlekije sem se zaposlila pred približno enim letom, natančneje v marcu 2010.

Po spletu srečnih okoliščin sem v razpisu javnih del izvedela za prosto delovno mesto za administrativna dela v društvu. S prostim delovnim mestom me je seznanila mentorica iz URI Soča, enota Murska Sobota, saj sem prav februarja končevala poklicno rehabilitacijo. Končano imam ekonomsko šolo, smer podjetniško

poslovanje, in sem poslovni tehnik. Po izobrazbi sem izpolnjevala pogoje, zato sem oddala vlogo in bila povabljena na razgovor z vodstvom društva, potem pa sem v dvomih pričakovala odgovor. Ta je bil na koncu le pozitiven.

V prvem mesecu mi ni bilo lahko, saj mi članice in člani še niso zaupali. Zame so bilo dodatna neznanca tudi prostori in oprema, kjer je vse prilagojeno vozičkom, saj so bile to okoliščine, s katerimi se zunaj bolnišničnih zidov še ni

sem srečala. Toda vsi ti občutki so kaj kmalu izginili. Počutila sem se sprejeto in v službo sem iz dneva v dan rajši odhajala. V veliko pomoč mi je bila predsednica Marija Magdič, ki mi je predstavila večino del, ki jih je do tedaj opravljala sama, in me vpeljala v delovni proces. Sprva sem potrebovala več pomoči, še posebej ob izpolnjevanju razpisnih vlog, na podlagi katerih občine sofinancirajo delovanje društev. Sčasoma pa sem si pridobila zaupanje in sem delo, ki je bilo v moji pristojnosti, opravljala bolj samostojno.



Na društvu je po navadi živo in veselo, kar pripomore tudi k boljšemu vzdušju med člani in zaposlenimi, zato sem še z večjim veseljem poprijela za vsakršno delo v društvu.

Po naravi sem komunikativna in šale ter humor mi tudi niso tuji, kar so spoznali tudi članice in člani. V glavnem sem se ujela z vsemi, ki prihajajo na društvo, saj si zame vsakdo zasluži spoštovanje. Z vsakomer sem rada poklepetala, četudi samo nekaj minut. Velikokrat sem prisluhnila veselim pa tudi žalostnim življenjskim zgodbam, ki so pustile sledi v mojem razmišljanju in pogledu na življenje.

Spoznala sem, da naši člani večinoma živijo samostojno in polno življenje, kljub poškodbam, ki so jim vsekakor spremenile življenje oziroma življenjske navade. Vendar sem kaj kmalu vse te omejitve odmisli, ko sem uvidela vso to pozitivno energijo in dobro voljo, ki jo vsak posameznik po svoje izžareva.

Delati v društvu je bilo prijetno, zato me je toliko bolj šokiralo, ko smo izvedeli, da nismo dobili odobrenih javnih del za leto 2011. Ne glede na neodobrene vloge ZZRS tako za šoferja kot za administrativna dela so te zaposlitve na društvu nujne, zato je upravni odbor DPPP sprejel odločitev, da se mi

podaljša zaposlitev, če bi bila javna dela odobrena, saj je bilo članom v veliko pomoč, da sem bila na društvu vsak dan in so bile tekoče zadeve sproti urejene.

Glede na navedene potrebe sem tudi v letu 2011 pripravljena pomagati v društvu, dokler ne bo odobren obljubljeni razpis za zaposlitev.

Kljub vsemu še zmeraj upam, da se bo pokazala kakšna druga možnost, saj sem prepričana, da je treba mladim, še posebno invalidom, omogočiti zaposlitev.

Tatjana Hazl

PRI ŽUPANU EMILU ROJCU ZA IZBOLJŠANJE KAKOVOSTI ŽIVLJENJA NAŠIH ČLANOV

13. januarja 2011 so se predstavniki Društva paraplegikov Istre in Krasa in strokovna sodelavka Zveze paraplegikov Slovenije Špela Šušteršič srečali z novim županom občine Ilirska Bistrica Emilom Rojcem. Strokovna delavka Zveze je predstavila nastale težave ob izgubi osebne asistencije prek javnih del. Župan je obljubil, da bo občina pomagala pri zagotavljanju osebne asistencije trenutno za dva člana.

Županu smo med drugim predstavili delo društva pa tudi probleme v grajenem okolju – arhitekturne ovire – in konkretne težave, s katerimi se srečujejo naši člani v vsakdanjem življenju. Dogovorili smo se, da na podlagi zahtev in analiz na terenu ter po strokovnem mnenju našega arhitekta posredujemo konkretne predloge in rešitve, da bo občina poskusila odpraviti težave. Študijo oz. program odpravljanja arhitekturnih ovir je pripravil naš arhitekt Matjaž Planinc, v prvi fazi pa je namenjena odpravljanju težav pri vstopu v objekte v javni rabi.

Iz srečanja je bilo čutiti pozitivno naravnost župana, ki je naklonjen odpravljanju naših stisk, tako

da upamo, da je srečanje pripomoglo k izboljšanju kakovosti življenja naših članov v tej občini.

Benjamin Žnidaršič



Pri županu občine Ilirska Bistrica Emilu Rojcu so bili naši predstavniki lepo sprejeti.



OKROGLA MIZA O VARNOSTI V PROMETU

... IN PRILOŽNOSTNA RAZSTAVA LIKOVNIH DEL

Malo po oddaji člankov za no-voletno številko Paraplegika smo bili paraplegiki del tiskovne konference, ki jo je organiziralo Ministrstvo za notranje zadeve RS.

Okrogla miza kot opozorilo voznikom o poostrenih policijskih nadzorih glede psihofizičnih stanj (beri: alkohola) voznikov zimskem času je bila v avli ministrstva. Poleg Vesne Novak, predstavnice DP IZ Štajerske, in Boruta Pervanje iz DP Gorenjske, ki sta povedala vsak svojo zgodbo o nesreči in opozorila na težke posledice prometnih nesreč ter na dolgo in naporno rehabilitacijo, je sodeloval še specialist splošne medicine prim. prof. dr. Marko Kolšek, ki je govoril o vplivu alkohola na telo in posredno na reakcije med vožnjo.

Policijo sta zastopala direktor Uprave uniformirane policije Danijel Žibret in mag. Vesna Drole, vodja sektorja za odnose z javnostjo, ki je pogovor tudi vodila. Okrogla miza je bila namenjena predvsem medijem, ki so se v velikem številu zbrali v avli MNZ, kajti oni imajo moč obveščanja in ozaveščanja in del pogovora je bil še isti večer prikazan v poročilih na TV Slovenija in v oddajah komercialnih televizij.

Del aktivnosti po rehabilitaciji pa smo pokazali nekateri likovniki ZPS – Vojko Gašperut, Benjamin Žnidaršič, Silvo Mahne, Branko Rupnik in Boris Šter s priložnostno razstavo. Ta bo še do marca na ogled v izložbenih oknih stavbe Ministrstva za notranje zadeve RS in je vidna z najprometnejše ljubljanske ceste.

Po končanem uradnem delu



Predstavniki DP Gorenjske Borut Pervanja je s svojo zgodbo o nesreči opozoril na težke posledice prometnih nesreč.



Okrogla miza o varnosti v prometu je potekala v avli Ministrstva za notranje zadeve RS.

smo šli še k direktorju policije g. Kapunu na sproščen klepet; tam smo predstavili načrte za delo v preventivi v prometu za leto 2011

in policija nam bo po zagotovilu navzočih stala ob strani in nas pri delu podpirala.

Boris Šter



MARIBOR, OBČINA PO MERI INVALIDOV

MESTNA OBČINA MARIBOR, 11. OBČINA PO MERI INVALIDOV

Listino Občina po meri invalidov že osmo leto zapored podeljuje ZDIS za doseganje in nadaljnje spodbujanje kvalitetnejšega življenja invalidov v svojem okolju.

Maribor je že 11. občina v Sloveniji, ki si prizadeva za odpravo ovir za vse vrste invalidov. V ta namen je MOM pridobila 669.000 evrov evropskih sredstev za odpravo arhitektonskih ovir na javnih površinah in ureditev prometnih površin. Dela naj bi se končala do konca leta 2011. MOM je ustanovila tudi Svet invalidov, v katerem je združenih vseh 15 mariborskih invalidskih društev, njegova naloga pa je skupaj z nosilci javnih funkcij izboljšati položaj invalidov v mestu.

V Mariboru živi več kot 10.500 oseb s posebnimi potrebami, kar pomeni, da ima vsak deseti prebivalec mesta neko stopnjo invalidnosti, je v nagovoru dejal predsednik Sveta invalidov Aleš Škof. Ob prejemu listine Občina po meri invalidov je župan Franz Kangler v nagovoru poudaril, da so v preteklosti odstranili veliko arhitektonskih ovir, namestili taktilne oznake, odprli informacijsko pisarno, nakupili deset avtobusov, v katere lahko vstopajo in izstopajo gi-

balno ovirani invalidi in mlade mamice z otroškimi vozički, edini v Evropi so naredili načrt mesta, v katerem so označene poti in ulice, dostopne za invalide z vozički, vse pa je tudi pripravljeno za zgraditev dvigala za invalide, ki prihajajo v stavbo MOM z vozički. Častni govornik Henrik Gjerkaš, tedanji minister za lokalno samoupravo, je dejal: »Pridobljeni naziv naj bo tudi zgled pri urejanju in obravnavi invalidov pri zaposlovanju, saj je vsak 13. Slovenec invalid, vendar jih je le malo zaposlenih.«

Da so odpravili večino arhitektonskih ovir v Mariboru, sta še posebej zaslužna naša člana DPSŠ, predsednik Alfred Lasecky in Franc Žiberna, ki je tudi koordinator v svetu invalidov, saj sta veliko prostega časa namenila prikazu in problematiki arhitektonskih ovir v mestu Maribor. Za to sta prejela posebno zahvalo, ki jo je – tako kot tudi drugim invalidskim društvom za aktivno sodelovanje v projektu OBČINA PO MERI INVALIDOV in za odpravljanje invalidske problematike – podelil župan Franc Kangler.

Ivan Regoršek
DPSŠ Maribor

ANKETIRANJE

PRAVO DOŽIVETJE PRI ANKETIRANJU NAŠIH ČLANOV

V DP SŠ Maribor smo prav tako kakor v drugih društvih paraplegikov izvedli anketo med našimi člani za ZPS.

Zadolžen sem bil za anketiranje 13 članov. Sprva sem se bal, saj so ljudje in tudi naši člani dokaj nejevoljni, če jim anketo le omeniš. Najprej sem se jim telefonsko najavil, potem pa ni bilo več težav. Vsi so bili prijazni in so mi odgovorili, da nimajo nič proti obisku. Seveda sem potem malo pogledal, kje sploh živijo, da si napravim načrt anketiranja in anketo opravim po čim krajši poti in v čim krajšem času.

Toda glej ga, zlomka. Ko sem si dobro ogledal zemljevid in našel kraje, kjer so ti člani doma, sem ugotovil, da moram obiskati najbolj oddaljene od Maribora. Takoj sem vedel, da vsega v enem dnevu ne bom opravil. Odločil sem se za soboto in nedeljo, v upanju, da bom anketo končal v dveh dnevih. Za enega ni bil problem, saj je moj sosed. Sicer pa sem pri anketiranju doživel razne zanimivosti.

Začel sem v občini Poljčane, kjer trije od štirih članov živijo v isti ulici in so sosedje. Poleg tega je ta ulica verjetno najstrmejša v Poljčanah,

ki sicer ležijo v ravnini pod Bočem. Tudi četrti član ima zelo strm dostop do hiše. Ugotovil sem tudi, da ena članica živi v domu starostnikov v Poljčanah.

Nadaljeval sem v občini Makole, kjer živi naša mlajša članica, prav tako kar visoko v hribih. Pokrajina in razgled sta čudovita. Pot je sicer ovinkasta, vendar asfaltirana in ne preveč strma.

Kmalu sem našel hišo. Od mlajše članice sem izvedel, da opravlja vozniški izpit in komaj čaka, da dobi avto od ZPS, da bo lahko opravila



še praktični del. Upam, da zdaj že veselo vozi.

Ko sem opravil anketo pri njej, sem se odpravil proti Dravskemu polju, kjer živi kar nekaj naših članov. Tu pa so nastale težave. Sama ravnina. Hiše ob cesti kot v Vojvodini. Vasi dolge in razpotegnjene.

Verjetno še niste slišali za Barislovce. Tudi jaz do zdaj še nisem. Tu živi eden naših članov. Pošta je Lovrenc na Dravskem polju, občina pa Videm pri Ptuju. To me je čisto zmedlo, toda ko sem povprašal ljudi, sem končno našel vas, tam pa nikakor ne hiše oziroma poti do nje. Opazil sem hišne številke 15, 16 itd., le 14 ne. Čez nekaj časa se je pripeljal domačin na kolesu in mi pokazal hišo, toda vhod je z druge strani. Napravil sem kilometrski krog in se ustavil pred cerkvijo, kjer je vaški župnik ravno lepil na oglasno tablo neke plakate. Prijazno mi je pokazal pot in hišo. Seveda je bilo potem vse preprosto.

Ko sem opravil anketo pri prijaznem možakarju (videl sem ga prvič), sem obiskal še člana v domu v Kidričevem. Ko sem prispel tja, je bilo že temno in naš član, ki živi v domu, me je že »odpisal«.

Dobil sem ga pri skupini možakarjev, ki so igrali karte. Po opravljeni anketi mi je član razkazal svojo sobo. Moram reči, da ima prijetno sobico z velikim balkonom, lastno kopalnico in sanitarijami. Človek sploh nima občutka, da je v domu starostnikov, tako da je to res prav prijeten domek za stara leta. Tudi naš član je zelo zadovoljen. Razkazal mi je še ves dom in dan sva končala ob kavici in prijetnem klepetu o tem in onem.

Naslednji dan sem se odpravil v občino Videm pri Ptuju in tam obiskal tri naše člane. Kraj je, kot sem že omenil, tipično ravninski z dolgimi vasmimi ob cesti. Vse sem našel precej hitro. Nato me je pot vodila v Haloze, gričevnat svet

na koncu Slovenije, ki meji že na Hrvaško.

Cirkulane sem našel še kar hitro, toda kje neki je ta Brezovec? Spet sprašujem vsakega, ki ga srečam. Dohitim možakarja na mopedu. Sicer vozi malo cikcak, toda nekako ga prehitim in uspe mi ga ustaviti. Možakar z nemogoče natovorjenim vozilom (kante, vrečke, vreče itd.) in precej rdečim nosom je zelo prijazen in pravi: »Počakajte me v prvem križišču, pa vam bom točno pokazal pot.«

Počakam čez kak kilometer in za sabo že kmalu opazim mopedista. Ustavi in mi pokaže cesto, ki pelje v hrib proti gozdu, rekoč: »Pri tretji hiši je doma.«

Dan je čudovit, narava je prekrasna. Občudujem lepe in tudi manj lepe počitniške hišice, ki jih je polno ob cesti. Cesta je ozka, ovinkasta in strma. Kar malo sem se že odvadil voziti po takih cestah. Kmalu najdem hišo s pravo številko, kjer je doma naš morda najbolj oddaljeni član. Prijetna kmečka hiša. Gledam, kako so odpravili arhitekturne ovire. Moram reči, da so ljudje na deželi veliko bolj iznajdljivi kakor v mestu. Od hiše se ponuja prekrasen razgled v čudovito naravo. Kako lepo mora biti šele poleti, če je že zdaj krasno, ko narava še skoraj spi. Pozneje naš član omeni, da je ta razgled tudi vse, kar ima lepega.

Posloviva se in ostane mi še en član. Ta je doma skoraj na drugi strani Haloz (čeprav nekje v sredini). Tukaj naletim še na večje presenečenje. Pot zavije s ceste Maribor–Zagreb, malo pred mejnim prehodom Gruškovje, strmo v hrib. Seveda, saj moram v vas Gruškovje. Tu me čaka še strmejši klanec kakor tisti v Brezovec. Cesta je prav tako ozka in strma, vendar dolga in nikjer ni nobene hiše ali žive duše. Končno pridem na vrh hriba. Kljub dobremu opisu poti ne zavijem v pravo smer in zgrešim. Vozim še v strmejši

hrib. Cesta se nenadoma spusti in glej, čudež. Na ravnini stoji nekaj čudovitih hiš. Kar ne moreš verjeti, kje ljudje živijo in koliko truda je potrebnega za postavitve take hiše. Poseben problem mora biti dostava gradbenega materiala. Toda videti je, da to za sicer prijazne, toda trmaste Haložane ni nobena težava. Ustavim na dvorišču pri prvi hiši. Izza vogala se prikaže mladenka. Moram reči, da je prava lepotica.

Vprašam jo po našem članu in prijazno mi pove, da sem šel predaleč in v napačno smer. Natančno mi razloži, kam moram iti. Ko se vračam, takoj vidim, kje sem ga polomil. Hiša, ki jo iščem, stoji na vrhu hriba, do nje pa vodi strma cesta. Poženem se v hrib in pristanem na ravnem dvorišču, tam pa me že čaka naš član. Oni v Brezovcu je sicer naš najbolj oddaljeni član, ta pa zagotovo živi najvišje.

Opraviva anketo, in ko se odpravljam od njega, se že mrači. Obiščem še članico v domu v Poljčanah in tu se moje anketiranje konča.

Na koncu sem bil prav zadovoljen, da sem se lotil anketiranja, kajti spoznal sem nekaj članov, ki jih doslej še nisem videl. Še posebno zanimivi pa so kraji, kjer živijo. Na veliko presenečenje sem bil prav povsod prijazno sprejet in nisem imel nobenih težav.

Seveda me je najbolj prizadela novica, da nas je za vedno zapustil član, ki je živel v Zg. Gruškovju. Vsem, ki sem jih obiskal, pa bi se rad zahvalil za sodelovanje in prijaznost. Nabral sem si nekaj bogatih izkušenj in videl kraje, ki jih najbrž nikoli ne bi obiskal. Vsem, ki sem jih obiskal (pa tudi drugim), želim veliko zdravja in da bi se še večkrat videli.

za DP SŠ
Miran Jernejšek



KLANČINA PRED VEČSTANOVANJSKIM OBJEKTOM NEUPORABNA KLANČINA ZA INVALIDE

Tako kot še marsikje je tudi pred večstanovanjskim objektom na Antoličičevi ulici v Mariboru neuporabna klančina za invalide.

Tam živi eden izmed naših članov DPSŠ, Todo Duvnjak s svojo ženo. Dostop do glavnega vhoda, ki je v visokem pritličju, ima višinske razlike 1,34 m. Poleg stopnic je sicer bila zgrajena klančina, vendar s 34-odstotnim naklonom! Klančina je bila funkcionalno nesprejemljiva, saj je tudi ob asistenci ni bilo mogoče uporabiti za invalida na vozičku. Poleg tega ni imela niti robnika niti varnostne ograje, zato je bilo gibanje po strmini tudi nevarno.

V DPSŠ Maribor je upravni odbor sklenil pomagati g. Duvnjaku in njegovi ženi, tako da bi zgradili novo klančino, ki bo ustrezala varnosti in bo g. Duvnjaku omogočila samostojni dostop do glavnega vhoda in s tem do svojega doma.

Tehnično poročilo, zasnovano rekonstrukcije klančine in popisom del s predračunom je zasnoval Matjaž Planinc, u. d. i. a., iz ZPS, vrednosti je bila 4246 evrov.

Alfred Lasetzky, predsednik DPSŠ, se je osebno potrudil in našel zasebno podjetje LAC, d.o.o., ki je bilo pripravljeno to rekonstrukcijo klančine tudi izvesti. Lastnik



Prikaz stare klančine

podjetja LAC, d.o.o., iz Maribora, g. Marko Srednjeselec, je sam kot donator izvedel rekonstrukcijo, za kar se mu DPSŠ Maribor in družina Duvnjak še posebej zahvaljujemo.

Ivan Regoršek
Dopisnik DPSŠ



Zaključna dela podjetja LAC, d.o.o., pod nadzorom predsednika DPSŠ



INVALIDI ZA VEČJO PROMETNO VARNOST

Z IZKUŠNJIAMI IN ZNANJEM STROKOVNJAKOV DO NOVIH PRISTOPOV V PROMETNI VARNOSTI

Prva mednarodna strokovna konferenca ProRoad Safety 2011

»Gibanje Še vedno vozim – vendar ne hodim je odličen pristop k reševanju problematike prometne varnosti v Sloveniji,« je povedal Ljubo Zajc, direktor nove Javne agencije RS za varnost prometa. Njegove besede potrjuje tudi nominacija za The Excellence in Road Safety Awards 2010, ki jo je podelila Evropska komisija. Projektna skupina Gibanja pa je 1. marca organizirala tudi edinstveno mednarodno strokovno konferenco ProRoad Safety 2011 z uglednimi tujimi in domačimi strokovnjaki s področja prometne varnosti.

Nevladnima organizacijama Društvu paraplegikov JZ Štajerske in Zavodu VOZIM, ki sta nosilca gibanja Še vedno vozim – vendar ne hodim, je uspel velik korak k urejanju problematike nizke kulture voznikov v Sloveniji. Tega so se najprej lotili s pristopom pripovedi osebnih zgodb poškodovancev v prometnih nesrečah, potem pa tudi s prvo mednarodno strokovno konferenco ProRoad Safety 2011 s podnaslovom Vloga in pomeni diseminacije znanj za zagotavljanje večje prometne varnosti.

Eden izmed vrhuncev konference bo Akcijski načrt 2011–2020. Predstavil ga bo predstavnik Evropske komisije Frédéric Versini, ki bo pomembno vplival na usmeritve nacionalnega programa varnosti v cestnem prometu 2012–2021. Naj-



David Razboršek, vodja gibanja Še vedno vozim – vendar ne hodim, direktor Zavoda VOZIM ter vodja organizacijskega odbora ProRoad Safety 2011, in Anamarija L. Mrgole, vodja programskega odbora ProRoad Safety 2011 in predstavnica Fakultete za gradbeništvo Univerze v Mariboru z gosti na novinarski konferenci pred odprtjem 1. mednarodne strokovne konference ProRoad Safety 2011

novejše izsledke raziskav pa bodo razkrili tudi drugi ugledni strokovnjaki, kot so Graziella Jost, dr. Matej Borovinšek, Bill Percy, mag. Robert Gril in drugi.

Konferenca je prvi korak k še večjemu znanstvenemu pristopu odpravljanja problematike prometne varnosti v Sloveniji in širše, česar so se interdisciplinarno lotili mednarodni strokovnjaki z različnih področij, »ki jih lahko strnemo v besedo VIVO: Voznik, Infrastruktura, Vozilo in Okolje,« dodaja Anamarija L. Mrgole, vodja programskega odbora konference ProRoad Safety 2011, in poudarja, da bo »rezultat izdan zbornik z 22 znanstvenimi članki«.

David Razboršek, vodja gibanja Še vedno vozim – vendar ne hodim in organizacijskega odbora ProRoad Safety 2011, je poudaril, da je gibanje od ustanovitve leta 2008 do danes organiziralo predavanja poškodovancev v prometnih nesrečah po načelu mladi mladim več kot 9000 mladostnikom.

»Odzivi mladostnikov, pedagogov, staršev in drugih so nas postavili pred nov cilj, to je, da vsakemu mladostniku med 15. in 18. letom s pozitivnim pristopom predamo svoje izkušnje v njihova mlada srca. Kako bomo uresničili njihove želje in potrebe, ki presegajo trenutne okvire delovanja gibanja, predvsem

ŠE VEDNO VOZIM - VENDAR NE HODIM



s finančnega vidika, je večinoma odvisno od danes sodelujočih akterjev prometne politike v Sloveniji. Kajti če želimo spremeniti mlade in kulturo voznikov, moramo začeti sistematično vzgajati, za kar si v društvu prvenstveno prizadevamo.« Konferenco so podprli Ministrstvo za promet, Ministrstvo za notranje zadeve in Ministrstvo za šolstvo in šport, omogočili pa številni sponzorji in donatorji, med njimi zlata sponzorja Porsche Slovenija – znamka Volkswagen in Pošta Slovenije.

Vsem se iskreno zahvaljujemo.

Dodatne informacije:
Anja Zagomilšek,
GSM: 070 326 248,
e-pošta: pr@vozim.si



Frédéric Versini, predstavnik Evropske komisije, je kot prvi govornik predstavil Akcijski načrt 2011–2020 in usmeritve Evropske unije na področju zagotavljanja prometne varnosti do leta 2050.

AKTIVNOSTI IZ DP JUGOZAHODNE ŠTAJERSKE

Veseli december je že minil, zima – mrzla, namesto da bi bila bela – je še vedno tu. In ker je do nas paraplegikov mrzla zima kruta, neusmiljena in neprijazna in smo v tem času raje kje notri na toplem, bi si lahko mislili, da se v društvu v zadnjem četrletju ni nič dogajalo.

Motite se! Zelo aktivni smo bili na vseh področjih našega delovanja in lahko se pohvalimo s številnimi dosežki in uspehi, čeprav nam je Zavod za zaposlovanje RS zadal hud udarec, ker nam po dolgih letih ni bilo odobreno izvajanje programa Javnega dela. Zato smo ob zaposlitve, ki so za delovanje društva, predvsem pa za neodvisno življenje naših članov izjemnega pomena. Člani, ki so imeli osebno asistenco od zaposlenih prek javnih del, so zdaj ostali brez asistentov. Kako

bomo problem rešili, ta trenutek še ne vemo.

V okviru projekta ŠVVNH smo nadaljevali številna predavanja po vsej Sloveniji. Še vedno pa potekajo priprave na mednarodno konferenco ProRoad Safety (predstavili smo jo že v prejšnji številki Paraplegika), ki bo potekala 1. marca letos v dveh državah hkrati, Sloveniji in Makedoniji.

V decembru 2010 je izšel ponatis pesniške zbirke Pogled v sanje naše članice Gordane Kitak. Čeprav imamo različne težave s prevozi, ker nimamo voznika, se naše članice v okviru interesnih dejavnosti še naprej redno družijo in sestajajo na društvu in izdelujejo razne ročne izdelke.

Članom pomagamo pri nabavi in

servisiranju medicinskotehničnih pripomočkov, pri nakupu in adaptaciji osebnih vozil, prevozih v bolnišnice in ambulante. V telovadnicah in kegljišču, v bazenu in društvu izvajamo program ohranjanja zdravja.



Edina ženska predstavnica



Ponosni smo na naša dobitnika srebrnih medalj.

Naši košarkarji so se udeležili tradicionalnega košarkarskega turnirja v Dobravi pri Ljubljani in osvojili drugo mesto. Na medijsko odmevnem turnirju drugega kola košarkarske lige na vozičkih, ki smo ga organizirali s pomočjo II. Osnovne šole in občine Rogaška Slatina, sta ostali doma dve zmagi, premagali smo DP Maribor in DP Kranj Novo mesto.

Kegljači so sodelovali na meddruštvenem tekmovanju v Škofji Loki, kjer so naši tekmovalci osvojili tretje mesto ekipno in drugo mesto (Marjan Romih med veterani) ter tretje mesto (Roman Hrženjak) posamično ter na tekmovanju v Kopru.

V januarju je na Novi Zelandiji v Christchurchu potekalo svetovno prvenstvo invalidov v atletiki, ki so se ga udeležili tudi reprezentanti Slovenije. Iz našega

društva sta tam tekmovala Jože Flere in Henrik Plank. Slovenska reprezentanca je domov odnesla kar štiri medalje. Za naša dva tekmovalca smo trdno držali pesti. Dosegla sta izjemne rezultate in uvrstitve. Jože Flere je v metanju diska osvojil srebrno medaljo, Henrik Plank pa je bil prav tako drugi v metu kopja. Oba tekmovalca smo pričakali ob vrnitvi na letališču Jožeta Pučnika ter jima po tem, ko sta se po osemindeset ur dolgem potovanju dodobra naspala in spočila, pripravili sprejem tudi na sedežu našega društva v Celju. Tam sta med druženjem s preostalimi člani pripovedovala o svojih vtisih in spominih iz dežele kivija. Dve stvari sta še posebej omenila: »do nadaljnega« nimata nobene želje po letenju z letalom in še dolgo jima bo vonj po ribah grenil apetit. Zelo smo ponosni na vse športne dosežke v zadnjem četrtletju in lahko rečemo samo – kar tako naprej!

V februarju je pod okriljem Zveze in v organizaciji Davida Slačka v Celju potekalo tekmovanje v biljaržu za pokal ZPS, ki so se ga udeležili štirje naši člani. Edini smo imeli žensko predstavnico in, roko na srce, ugnala je kar nekaj nasprotnikov. Seveda pa iskrene čestitke našemu najboljšemu biljardistu Davidu za osvojeno drugo mesto in Simonu Gračnerju, ki si je že drugo leto zapored priigral bron.

Izvedli smo tudi že prvi letošnji upravni odbor društva. Govor je bil predvsem o pridobivanju dodatnih sredstev za izvajanje programa Prevozov paraplegikov, saj smo žal tudi na našem društvu ostali brez javnega delavca, in nadgradnji mobilne hišice v Ankaranu – letos se bo ponašala z novo streho in priročnim nadstreškom.

Pripravila: Vesna Novak



Številčna družčina ob koncu leta



UTRINKI Z DELA DP LJUBLJANSKE POKRAJINE

PREVENTIVNI PREGLED

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je 15. februarja 2011 za svoje člane pripravilo preventivni pregled s strokovnim predavanjem. V prostorih društva se je tokrat zbralo več kot 50 članov, ki so želeli preveriti, ali imajo povišan krvni tlak, holesterol ali sladkor v krvi.

Prim. Tanja Erjavec, dr. med., je s projekcijo slik udeležence najprej seznanila predvsem z najnovejšimi medicinskimi spoznanji, opažanji in različnimi diagnostikami ter nevarnostih teh bolezni. Spregovorila je o okvari hrbtenjače, mehanizmih pospešene ateroskleroze, pomembnosti in zahtevnosti izvajanja vsakodnevnih aktivnostih, preventivi bolezni srca itd. Še posebej je opozorila na povišan holesterol, ki ga ima skoraj 70 odstotkov Slovencev. Zato ga upravičeno imenujemo kar tihi ubijalec. Nato pa sta zdravnica in VMS Branka Vipavec na dveh aparataturah opravljali meritve.

Člani so bili ob pregledu in pogovoru z zdravnico in sestro tudi seznanjeni s tem, kako in kje morajo bolj paziti, da previsoke vsebnosti znižajo in tako zmanjšajo ogroženost svojega zdravja. Po pregledu je vsak prejel svoj izvid preiskav, tisti s povišanimi rezultati merjenja pa opozorilo na nevarnost, ki ogroža njihovo zdravje.

No, tokratni rezultati so nekoliko spodbudnejši, saj imajo pregledani člani v primerjavi z lanskim letom v krvi manj holesterola in sladkorja. Vendar kljub temu paraplegiki in tetraplegiki nismo nikakršna izjema pri teh obolenjih. Še več, spadamo celo v rizično skupino. Zato bomo morali sami poskrbeti za bolj zdravo prehrano in bolj zdrav način življenja. Saj vemo, katera prehrana je



Strokovno predavanje je pripravila prim. Tanja Erjavec, dr. med.

nezdrava, kakšen je nezdrav način življenja, vendar bore malo storimo, da bi se tega tudi držali.

RAZSTAVA SLIKARJEV DPLJ V INFORMACIJSKI PISARNI MOL

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine se v Informacijski pisarni Mestne občine Ljubljana že vrsto let predstavlja z likovnimi deli svojih slikark in slikarjev ter unikatnimi ročnimi izdelki članic Aktiva žena. Celostno dejavnost društva pa na panoju predstavljajo tudi številne fotografije. Razstavo smo odprli 4. februarja in jo posvetili slovenskemu kulturnemu prazniku. Informativna pisarna MOL (prav v mestnem središču) je zelo primeren prostor za tovrstno predstavitev, saj pisarno vsak dan obišče veliko tujih in tudi domačih turistov.

Ob odprtju razstave je ljubitelje

likovne umetnosti v imenu MOL in župana pozdravil član društva, svetnik Sašo Rink, v imenu društva pa Gregor Gračner.

Med kratkim kulturnim programom, ki sta ga izvedli pesnica društva Darinka Slanovec in citrarka Špela Ravnikar, je likovna dela Tine Pavlovič, Željka Vertlja, Silva Mehleta in Damjana Roglja ocenil in predstavil študent umetnostne zgodovine Jaka Racman.



Ob odprtju razstave



Pogovor z umetnostnim zgodovinarjem Jakom Racmanom

NA OBISKU PRI ANGELI – 90 IJH PA RES NE KAŽE

25. februarja 2011 so predstavniki društva obiskali najstarejšo članico Angelo Vrhovnik, ki je 26. februarja praznovala 90. rojstni dan. Čestitali so ji za visok jubilej in ji zaželeli še veliko zdravja, dobrega počutja in osebnega zadovoljstva.

Angela je na invalidski voziček ve-

zana že od svojega desetega meseca življenja. Kljub invalidnosti sta jo v življenju spremljala dobra volja in optimizem. Seveda je v teh dolgih letih življenja preživela marsikaj, veliko slabega, pa tudi dobrega. Pravi, da je bilo najtežje obdobje njenega življenja med vojno in nekaj let po njej, najraje pa se spominja šolskih let. Sošolci so jo medse lepo sprejeli, ne glede na njeno invalidnost. V tistih časih so bili invalidi v družbi

zapostavljeni, zato se v javnosti niso veliko pojavljali.

Danes Angela živi z bratom. Zase še vedno skrbi sama, v gospodinjstvu pa ji pomaga sestra. Še vedno je čila, bistrega uma, zgovorna, rada se pošali in poklepeta.

POKAL ORGANIZATORJA EKIP DP MARIBOR

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je v januarju v športni dvorani OŠ Dobrova pripravilo že **XII. tradicionalni novoletni turnir v košarki na vozičkih**, na katerem so se za pokal društva pomerile štiri ekipe.

V uvodni tekmi je DP Mercator Ljubljana z rezultatom 27:50 nepričakovano izgubila z ekipo DP Maribor, v naslednji pa je drugo presenečenje pripravila ekipa DP Celje, ki je z rezultatom 64:56 porazila združeno ekipo DP Kranj-DP Novo mesto. V tekmi za tretje mesto so bili boljši igralci Mercator Ljubljana, ki so z rezultatom 54:36 suvereno premagali moštvo združene ekipe DP Kranj-Novno mesto.

Za pokal organizatorja sta se v finalni tekmi pod koši srečali zmagovalni ekipi predtekmovalni – DP Maribor in DP Celje. Povedli so Celjani, nato pa sta ekipi v prvi polovici prikazali enakovredno tekmo. No, v nadaljevanju je ekipa DP Maribor, ki sta jo okrepila dva avstrijska igralca, pokazala boljšo in bolj organizirano igro ter z rezultatom 59:45 povsem zaslužno osvojila pokal DP ljubljanske pokrajine. Ekipo je vodil Franci Žiberna.

Izbrani igralci vseh ekip so se med odmori tudi tokrat pomerili v metanju prostih metov in trojčk. V metanju prostih metov je največkrat zadel David Slaček – DP Celje, drugi je bil Jože Berčon – DP Mercator Ljubljana, tretji pa Jure Gašpar – DP Gorenjske. Pri metih trojčk je imel najmirnejšo roko Suad Hodžić – DP



Čestitke za visok jubilej



Mariborčani so nekoliko nepričakovano, a povsem zasluženoma osvojili pokal organizatorja.



Naša ekipa (na sliki levo) je osvojila drugo mesto, Edo Planinc pa prvo.

Ljubljana, drugo mesto je osvojil Lulzim Osmanaj – DP Maribor, tretje pa Enis Musić – DP Celje. Tekme so brez zapletov vodili: sodnika Mitja Dečman in Nedžad Budimilić ter tehnični delegat Milan Lukan.

Turnir je med številnimi pokrovitelji podprla tudi občina Dobrova-Polhov Gradec.

V POSAMIČNI KONKURENCI PRVI – V EKIPNI DRUGI

Šahisti našega društva – Edo Planinc, Jože Žakelj, Adam Dmitrovič, Emil Filipič in Slavko Ivančič – so se 26. februarja 2011 udeležili tradicionalnega šahovskega turnirja, ki ga je v prostorih gostišča Taborka v Mariboru pripravilo DP severne Štajerske. Med šahistkami in šahisti iz DP Istre in Krasa, DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja, DP jugozahodne Štajerske in DP

severne Štajerske so v posamični konkurenci osvojili prvo, šesto, enajsto, trinajsto in dvajseto mesto, v ekipni pa drugo. Najprej se je 20 šahistk in šahistov na črno-belih poljih pomerilo v posamični konkurenci. V hitropoteznem šahu so po švicarskem sistemu odigrali

pet krogov. Za razmišljanje pri posamičnih partijah so igralci imeli na voljo 10, težje gibalno ovirani tetraplegiki pa 12 minut. V nadaljevanju so tekmovalci posamičnih društev izbrali po tri igralce, ki so se po Bergerju pomerili v ekipni konkurenci. V naši ekipi so tekmovali Planinc, Žakelj in Dmitrovič. Prvi trije tekmovalci so prejeli kolajne, prve tri ekipe pa pokale. Podelil jih je predsednik organizatorjev Alfred Lasetzky. Tekmovanje je brez zapletov vodil arbirer Branko Vadlja.

PRIDRUŽITE SE RIBIČEM

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine ima med svojimi športnimi aktivnostmi tudi športni ribolov, vendar se ga udeležuje zelo malo naših članov. Trenutno se tekmovalj večinoma udeležuje osem članov. Ker je v društvu več kot 300 članov, je to kar skrb vzbujajoč podatek. Ribiči želijo, da bi k njim prišli tudi drugi člani in članice, da bi jih naučili, kako se lovijo ribe ...

Športni ribolov pripomore k izboljšanju zdravja, počutja in volje do življenja, razširi krog poznanstev in prijateljev ter s tem izboljša kvaliteto življenja.

Za vse informacije pokličite Staneta Videtiča na telefon 051/638 824.



Pridružite se nam



ŠE VEDNO VOZIM, VENDAR NE HODIM

Januarja so k nam prišli predavatelji iz DP jugozahodne Štajerske s projektom *Se vedno vozim – vendar ne hodim*. Imeli smo predavanje za srednješolce v šolskem centru Novo mesto.

Prometne nesreče so najpogostejši vzrok za hujše poškodbe hrbtenjače, zaradi česar smo priklenjeni na invalidski voziček. To dejstvo je

ustvarjalce projekta spodbudilo k ideji, da bi naše izkušnje prenašali naprej – na mlade, ki šele dobro vstopajo na samostojno pot v cestnem prometu.

Namen projekta ter vsakega posameznega predavanja je, da bi čim več mladostnikov iz vse Slovenije slišalo zgodbe sovrstnikov, ki so zaradi nesreče utrpeli hude tele-

sne poškodbe. Predavatelji želijo pozitivno vplivati na mlade in med njimi uzavestiti varno vožnjo kot vrednoto.

Dijaki v šolskem centru Novo mesto so zgodbe zavzeto poslušali in prav gotovo se bo marsikdo med njimi spomnil na to predavanje, ko bo sedel za volan.

Franci Škrbina

VEDNO AKTIVNI TINE GORENC

Obiskali smo našega dolgoletnega športnika in prizadevnega člana Tineta Gorenc, ki je lani praznoval že 71. rojstni dan. Sprejel nas je v svojem domu v Rovišču, to je v okolici Studenca.

Tine je odlični strelec, atlet in igralec košarke na vozičku, v svoji dolgoletni športni karieri je prejel številne medalje in priznanja, od katerih najodmevnejše skrbno hrani v vitrini. V letu 2010 je postal državni prvak v streljanju z zračno puško. Občina Sevnica mu je podelila tudi srebrno plaketo za dosežene uspehe kot slovenski športnik invalid.

Poleg športa si zelo rad vzame čas za otroke iz Osnovne šole Studenec. Zanje vsako leto pripravi ustvarjalne delavnice, jih animira, jim pokaže

svoj hobi ter jih pouči o delu z raznim orodjem, ki ga hrani v svoji mini delavnici.

Za svojo dušo Tine izdeluje razne unikatne izdelke iz lesa, iz orehove lupine izdelava mini košarico ali prikupno broško, pikapolonico. Tudi svojo novoletno smrečico je okrasil z drobnimi izdelki. V Osnovni šoli Studenec imajo malo šolarjev, zato lahko Tine v svoji delavnico hkrati sprejme kar ves prvi razred – tri otroke in učiteljico. Ko smo prišli na obisk, so vsi sedeli okoli mize v delavnici. Tine jim je razkazoval prostor, delovni pult, razno orodje in pripomočke.

Otroci so ga z zanimanjem poslušali in na glas komentirali: »Moj oče ima tudi tako mašino!« Takoj se je oglasil drugi: »Moj ima pa dve!« Nato je Tine vsakemu dal majhen, ročno narejen vozek, jim razdelil smirkov papir in dal navodila,

kako naj vsak svojega pobrusi. Ko so bile vse površine in robovi gladki, so otroci vzeli barve ter po svoji domišljiji dokončali vsak svoj izdelek. Nanj so napisali tudi svoje ime. Nato je dal Tine košček lesa v primež, da so ga otroci sami poskusili prežagati in tudi zabiti kakšen žebelj.

Tine ima rad domače živali. Skozi kuhinjsko okno smo opazovali raznovrstne ptice, na tplem se je grel maček, zunaj pa hišo čuvajo pes, zajec in poni Bela. Vsi skupaj smo si jih ogledali, pogumni so pobožali žrebičko, nato pa so se otroci počasi poslovili. Bili so navdušeni, vsak je odvtel svoj vozek do avta in odpeljali so se proti šoli.

Franci Škrbina



Tine v delavnici z otroki in učiteljico 1. razreda



Na koncu je vsak odvtel svoj vozek.



POTEP PO MADRIDU

Lani sva se s fantom odločila, da se bova podala na potep po Madridu. Obiskala sva mojo nekdanjo sošolko Petro, ki z družino trenutno živi v Španiji, deželi sonca, sangrije, flamenka in bikov. Kraljevina Španija je obmorska država na jugozahodu Evrope, po podatkih z začetka leta 2008 ima 46 milijonov prebivalcev. To so bili osnovni podatki, zaradi katerih sem bila nemirna v pričakovanju velikega in lepega sveta. Pot sva začela v Ljubljani, kjer trenutno živiva. Z letališča Jožeta Pučnika sva imela direktni let do Madrida.

Pogled skozi okno na 10.000 m nadmorske višine nama je razkril neznane gozdove, planote, hribe, doline, jezera. Bolj ko smo se približevali Madridu, bolj je pokrajina postajala suha, pusta. Pozneje sva izvedela, da vse nasade, rože, drevesa ob cestah, vse, kar je zelenega, zalivajo.

Na letališču naju je pričakala sošolka Petra in naju odpeljala k sebi domov. Živijo v naselju Boadilla del Monte, ki je iz središča Madrida oddaljeno malo več kot pol ure vožnje z avtom in uro z metrojem. Naselje je veliko in od postaje z vlakom do njihovega doma je pol ure hoje. Živijo v ograjenem kompleksu hiš s 24-urnim varovanjem, v njem pa sta bazen in park z otroškimi igrali. V središču kompleksa je prepovedana vožnja z avtomobili, zato se otroci tam brezskrbno igrajo.

Naslednji dan smo se popoldne odločili za ogled planetarija. Z avtom smo se odpeljali na obrobje Madrida in pot nadaljevali z metrojem. Petra in njen mož sta nama pokazala, kako se bere zemljevid metroja in kje se kupijo



Petrin sin pri prikazu odprave na Mars.

vozovnice, da sva naslednje dni lahko sama raziskovala Madrid. Ljudje v Madridu so zelo prijazni in ti radi priskočijo na pomoč, če se počutiš izgubljenega.

Pred planetarijem je lepo urejen park s fantastičnim pogledom na stavbe v centru Madrida. V planetariju je veliko poučnih informacij o vesolju in njegovem raziskovanju. Napisane so na velikih plakatih, a žal samo v španščini. Ogledali smo si odpravo na Mars, poleg tega je bilo prikazano, kako delujejo črne luknje, koliko tehtaš na Zemlji in na drugih planetih ali koliko tehtaš v središču zemlje in koliko na njenem površju. Prikazovali so tudi filme o raziskovanju vesolja. Ob koncu ogleda smo zavili na pijačo in kar hitro spoznali, da so cene v gostinskih lokalih zelo visoke.

Konec tedna smo si šli ogledat Toledo, eno najlepših in najbolj legendarnih srednjeveških španskih mest, ki leži v osrednji Španiji. Do leta 1561, ko je Filip II. preselil španski dvor v Madrid, je bil Toledo španska prestolnica. V mesto smo stopili skozi srednjeveška kamnita

vrata. Povsod so trgovinice s srednjeveškimi predmeti. Po ozkih strmih stopnicah smo se vzpeli na obzidje stare stavbe – in potem se človek hočeš nočeš zaljubi v mesto. Kamnite stavbe in strehe pričajo o pestri zgodovini. Za najboljši ogled celotnega mesta sva izbrala turistični avtobus. Ob mestecu teče reka, ki daje vsej sliki še poseben pečat. Čeznjo so speljani kamniti mostovi, nad njo pa se na eni strani dviga kamnita stala, nad katero so postavljene zgodovinske lepo ohranjene in prenovljene zgradbe. Pod skalo je speljana cesta, po kateri smo se peljali, čez reko pa se razprostira mestece. Ob poti je bilo mogoče videti tudi čudovite kaktuse, ki so prav tedaj na vso moč cveteli. Po vrnitvi v mestece sva si ogledala še vojaški muzej, v katerem so zelo dobro predstavili zgodovino španske vojske.

V naslednjih dneh sva se odpravila raziskovat prelepi Madrid. V prvem kiosku sva po prijateljičinem nasvetu kupila dvodnevno karto za turistični avtobus z dvema progama. Postajališče ima ob znamenitostih, tako da se lahko



Toledo slikan iz turističnega avtobusa.



Takšna so videti *puerte* ali vrata, na sliki je Puerta de Alcalá.



Lepo urejen park Retiro

od enega muzeja do drugega popelješ. Z vrha avtobusa sva si tako ogledala dober del mesta, denimo Plazo de España s kipom Don Kihota in Sanča Panse. Plaza ali trg je pomemben prostor, središče kulturnega dogajanja, kjer se zbirajo ljudje, in to zlasti ob praznovanjih.

Nato naju je pot vodila do botaničnega vrta Real Jardín Botánico. Pred najini očmi so se bohotile cvetlice vseh barv, vzorcev in vrst. Izvrsno postavljeni vodnjaki pod krošnjami mogočnih dreves so v parku ustvarjali čarobno podobo. Na sončni strani parka so bili posejani veliki kaktusi, park je vseboval tudi pokrit rastlinjak s tropskimi rastlinami.

Ena od značilnosti Madrida so tudi Puertas ali vhodna vrata. Zgradili so jih na koncu glavnih cest v mesto. Tako sva si ogledala Puerta de Alcalá, Puerta de Toledo ter trg Puerta de Sol, ki je mestni barometer.

V osrčju mesta leži park Retiro in v celoti sva ga prehodila. Park je tako velik, da so skozenj speljane ceste in poti, ki so zaradi lažje orientacije tudi poimenovane. Pred stekleno palačo se razprostira jezero, na katerem kraljujejo črni labodi. V parku je tudi veliko jezero, po katerem se lahko voziš s čolnom. Ker je bilo zelo vroče, so se ljudje sončili ob jezeru in uživali. Na splošno je značilnost Madridčanov, da se sončijo, kjer koli se že najde kakšen košček trave, naj bo to ob muzeju, ob cesti ali sredi mesta.

Ogledala sva si še Museo nacional de Ciencias naturales oz. Narodni naravoslovni muzej, kjer imajo postavljene nagačene živali, takšne, kot so v naravi, v letu, teku, v akciji. Levi, tigri, ptice, fazani, lignji, ribice so pred najini očmi zaživele. Imeli so celo postavitev »prvega človeka na zemlji«. Adam in Eva sta bila postavljena v raj z živalmi in rastlinjem. Eva je v



roki celo držala pregrešno jabolko. Moj cilj ogleda v Madridu sta bila kraljevska palača in Prado. Pot naju je najprej vodila skozi lepo urejene kraljevske vrtove, kjer sem našla tudi slavne vrtnice španskega kralja. Po strogem pregledu varnostnikov pa sva nato lahko vstopila na dvorišče Palacio Real ali kraljevske palače. Varnostniki so povedali, da je fotografiranje v palači prepovedano, kar je izredna škoda, saj so prostori prelepi. Sobe so večinoma pozlačene, stene in stropi pa izredno lepo poslikani. Pridružila sva se angleški vodički in tako izvedela veliko podrobnosti. V palači je več kot 3000 sob. V veliki dvorani je bil postavljen prestol za kraljico in kralja. Odprti kamniti hodniki gledajo na dvorišče, ki je na sredini ogromne palače. Ogledala sva si tudi kraljevsko orožarno, kjer hranijo številne meče in oklepe. Severno od palače se razprostirajo elegantni Sabatinijevi vrtovi, zadaj je park Campo del Moro.

Poleg kraljevske palače pa je ena največjih znamenitostih španske prestolnice Prado. Je eden največjih muzejev na svetu. Ogledala sva si slikarsko razstavo slikarjev od 15. do 20. stoletja. Dvorane, kjer imajo razstavljene slike, so ogromne, stropi visoki, hodniki med eno dvorano in drugo pa so tudi ponekod zelo dolgi. Svetovno znani muzej naju ni pustil razočarana in res si ga je vredno ogledati.

Ogled živalskega vrta je posebno doživetje. Živalski vrt v Madridu je zelo velik, prostoren, z velikim številom živalskih vrst in ponuja mnogo zanimivih

dogodivščin. Tako sva si pogledala polurne predstave z živali, kot so predstave s tjujnji, papigami in delfini, ki so naju zelo navdušile. Zamudila sva samo predstavo z orli. Kar verjela nisva, kaj vse lahko ljudje naučijo živali. Na zabaven način so prikazali, kaj vse znajo živali. Urejeno so imeli celo fotografiranje z živalmi in tako sva se midva slikala s papigami in delfinom. Živali so tako blizu, da dobiš občutek, da bi se jih lahko kar dotaknil. Akvarij je še posebno dobro oblikovan, saj nekje morski psi v resnici plavajo nad tabo.

Ogledala sva si tudi tipično pokrito tržnico, kjer najdeš vse, kar iščeš. Prodajajo tudi golobe in zajce s perjem in dlako vred. Za ljubitelje eksotike se najdejo celo trgovci, ki prodajo polže.

Da se tržnica razlikuje od naše, ni bilo očitno samo zaradi raznovrstne ponudbe, ampak tudi zaradi prijaznosti trgovcev, ki se za stranko zelo potrudijo in si zanjo vzamejo tudi več časa, če je treba. Ker se Špancem nikoli ne muči in so zelo strpni, naslednje stranke potrpežljivo počakajo, da pridejo na vrsto.

Madrid naju je s pestro izbiro, izjemno arhitekturo, muzeji, puerti in parki zelo navdušil. Prepričana sva, da to ni bil najin zadnji obisk v tem veličastnem, vedno sončnem mestu.

Veronika Mlinar



Elegantni Sabatinijevi vrtovi pred kraljevo palačo.



UPANJE ZA OHROMELE

»Bolje z biciklom na kurbarijo kot z mercedesom na delo ...« Tej posrečeni izjavi je precej blizu tudi moje razmišljanje. Ne o kurbariji. In tudi o delu ne. Pač pa o nečem, kar je človeku ob rojstvu dano, a včasih po čudnem spletu okoliščin žal tudi odvzeto. Govorim o hoji. O korakih, ki so človeku tako zelo samoumevni, da se jih dostikrat niti ne zaveda. Še manj veseli. Včasih celo godrnja, koliko mora prehoditi ... pa kako ga potem bolijo noge ... in frdamani muskelfiber ... da o kakšnih glivicah niti ne govorim. Jah ... vse to in še več je povezano z nogami. Pravzaprav s hrbtenjačo in s kot laski tankimi živčki, ki vse to kontrolirajo in uravnavajo. Hja, in če se pri teh drobcenih nitkah in hrbtenjači kaj zalomi ... pretrga... polomi ... prekine ... nacefra ..., obstaja zelo velika verjetnost, da se od tistega trenutka naprej samo še voziš. Kot gospod. Hec. Daleč od tega.

Pri vsem telo skoraj ne trpi toliko, kot trpi psiha. In hočeš nočeš se znajdeš tam, kjer ni muh – »v riti«. Vendar se s časom, tem vsesplošnim ranocelnikom, nekako le prebiješ do spoznanja, da je življenje kljub temu pisana torta z veliko sladke čokolade. A neke v malih možganih ves ta čas kluva in rije kot orlov kljun v meso sveže ujetega zajca preprosto vprašanje: kaj pa če ... Eeee, tu pa se začne moja filozofija bicikla in mercedesa, kurbarije in dela. Sam zagovarjam tezo, da se je bolje dobro voziti (kurbarija) kot pa slabo hoditi (delo).

Pa daleč od tega, da bi zgubil kakšno voljo ali upanje. Ne. Ampak dokler ne shodi Frank Williams – Formula 1, tako dolgo ne bom verjel raznim »jajcem« o operacijah v Moskvi, Pekingu, Nišu in kaj vem še kje pri milem bogu, za samim hrbtom. Jok brate, odpade. A o tem nima smisla

razpredati na dolgo in široko. Dodal bom le dva zapisa iz časopisov. Enega sem pred več kot petnajstimi leti izrezal iz Dela, drugi je iz lanskoletne novembrske revije Science Illustrated.

Presodite sami. Naj povem še to, da je v vsem vmesnem času med tema dvema člankoma o tej temi bilo skoraj z identičnimi besedami napisanih toliko člankov, da bi se z vloženo energijo, ki je nastajala, pa ob vsem tem klofanju po tipkah manjša vas zagotovo grela vso hudo zimo.

Ker smo pač ljudje z željo po celovitosti in ker nam tisto silno kluvanje po možganih cefra še preostale živčke, skoraj vedno »zdravo za gotovo« verjamemo napisanim besedam.

A kot da to ne bi bilo dovolj veliko samomučenje, ljudje s poškodovano hrbtenjačo znova in znova zbirajo silne denarce za odrešilne in za nas navadne smrtnike pregrešno drage operacije v Pekingu, Moskvi ...

Ej, že prej sem rekel: ni stvar v denarju. Williams ... Williams, on ima



DELO - 07.12.1995

Genska terapija zdravi hrbtenjačo

MEDICINA Hitro zdravljenje bo nekega dne morda lahko rešilo sposobnost gibanja pri ljudeh, ki so si zlomili hrbtenico. Oblika genske terapije je zmanjšala poškodbe hrbtenjače pri miših in podganah. Ameriški raziskovalci z univerze v Marylandu so ugotovili, da lahko blokada določenega gena pri živalih, ki so si zlomile hrbtenico, povzroči zelo blagodejen učinek.

Ko si podgane ali ljudje zlomijo hrbtenico, se telo na zlom odzove z mehanizmom, ki bi pravzaprav moral zaščititi celice pri poškodbah, namesto tega pa celice v hrbtenjači pobije. Z izključitvijo gena z imenom ABCC8 pa so raziskovalci lahko zaustavili ta destruktivni mehanizem, poskusne miši in podgane pa so se po poškodbah hrbtenice veliko lažje postavile na noge.

Ljudje imamo enak gen, ki deluje na enak način. Zato raziskovalci upajo, da bomo nekega dne lahko rešili številne bolnike s poškodbami hrbtenice, če bodo hitro deležni zdravljenja z zdravljenjem, ki blokira ABCC8. Kljub temu je pred nami še več let raziskav, preden bo takšno zdravlilo lahko pripravljeno.

SCIENCE - 20.11.2010

Izrezka članka iz časopisa Delo iz leta 1995 in strokovne revije Science Illustrated iz leta 2010.

denar. Da bi si lahko jebeni Peking pripeljal na svoje dvorišče, če bi bilo kanček možnosti za uspeh. A ga trenutno ni. Žal. In Frank se še vedno samo vozi. Kot mi vsi – paraplegiki, tetraplegiki ...

Jaz pa si še naprej govorim: Saj bo. Enkrat. Ko bo E.T. spet prišel na obisk.

Boris Klep



UČIMO SE JEZIKOV, OBOGATIMO SVOJE ŽIVLJENJE

DOBER DAN IN LEPO POZDRAVLJENI!

Takole je enkrat rekel igralec George Jessel: »Človeški možgani začnejo delovati v trenutku, ko se rodimo, in se nikoli ne ustavijo, dokler se ne pojaviš pred občinstvom.« Upam, da je pretiraval.

Danes vam želim povedati nekaj stvari o učenju jezikov, predvsem angleščine, saj s tem obogatimo svoje življenje. To temo sem izbrala zato, ker trdno verjamem v trditev, da se je vsakdo zmožen naučiti tujega jezika. Ravno tako verjamem, da je smisel učenja jezikov v komunikaciji in precej manj v brezhibni izgovarjavi ali neoporečni slovnici.

Z jeziki je pač tako kot z vsako drugo spretnostjo v življenju: »Use it or lose it.« Z nerabo jezik pozabljamo, izgubimo občutek. Rada bi v vas zanetila ogenjček veselja, da osvežite znanje, ki ga imate, ali pa se lotite učenja čisto od začetka.

Razlogov za to najbrž ni treba naštevati. Eden prepričljivejših je recimo tale: zelo veliko znanja se nam ponuja v angleščini. Na spletnih straneh je na milijone strani najrazličnejših informacij, dostopnih 24 ur na dan, vsak dan – V ANGLEŠČINI! Naša valuta je torej: English. Naša vstopnica. In jezik ni ovira. Je naša priložnost.

Najbrž vas kar nekaj tukaj zbranih uporablja angleščino, mogoče nemščino pri prebiranju literature za službene potrebe ali za informiranje o čemer koli.

Nekateri pa imate mogoče odpor do jezikov, ki je najverjetneje posledica slabih izkušenj oz. šolskega načina, ali pa domnevate, da nimate smisla za jezik, ali celo slab spomin in še

bi se našel kakšen ... PREDSODEK. Prevod tega bi lahko bil takšen: obstaja le veselje do nečesa ali pa odsotnost veselja, in zato kaj počnemo ali pa ne.

Danes je bolj kot kdaj prej na voljo veliko načinov, da se učimo tujih jezikov. Na razpolago so tečaji, učenje po spletu, najrazličnejši materiali za individualno učenje. Torej, če obstaja želja ... The sky is the limit. Možnosti so neomejene.

Če se za nekaj trenutkov posvetim jeziku: besede! Živimo v svetu besed. Nedvomno so besede neke vrste ožilje družbe, predvsem moderne družbe. In ANGLA, kot ji radi pravijo otroci v šoli, je mednarodni jezik tehnologije, znanosti, diplomacije, poslovnega sveta.

Nad 350 milijonov ljudi govori in piše v angleščini kot tujem jeziku. Več kot polovica knjig, ki jih danes izdajo v svetu, je v angleščini. In okoli 80 % računalniškega besedila je, ja, v angleščini.

Prihaja čas, ko bodo delodajalci vprašali takole: Katere tuje jezike, poleg angleščine, znate?

Glede poučevanja in učenja angleščine in jezikov nasploh je dobra novica, da se je fokus s same slovnice v zadnjem času prenesel bolj na pridobivanje besedišča. Z golo slovnico lahko povemo le malo, z besedami pa skoraj vse. Seveda je potrebno oboje. Ampak poudarek je vendarle na sporazumevanju in uporabnosti. In poudarek je na besedah, ki se najpogosteje uporabljajo v govoru in pisnem jeziku.

Tukaj je nekaj zgovornih statističnih podatkov. V povprečju pozna izobražen t. i. native speaker, tj. govorec angleškega jezika, okoli 20.000 besed. Ok, to je mogoče res

nekoliko strašljiv podatek. Ampak ker je smisel učenja oz. spoznavanja tujega jezika KOMUNIKACIJA, nas zanima, koliko besed moramo poznati, da se bomo lahko uspešno sporazumevali. Torej, zanima nas skupina besed, ki jo bomo lahko uporabljali v skorajda vseh situacijah. To število besed je, tata-ra-tam, 2000! To pa je že prijaznejši podatek. Enako število besed se namreč uporablja tudi pri vsakdanjem pogovoru govorcev angleškega jezika. In prav to število se uporablja tudi v definicijah besed v angleško-angleških (to je enojezičnih) slovarjih. Skratka, osnovni cilj pri učenju angleščine je, da se čim prej opremimo s tem osnovnim besediščem. Pozneje pa lahko to po želji nadgradimo. Ta cilj je dosegljiv v letu dni oziroma 40 tednih pri hitrosti učenja 50 besed na teden. Ni tako nerazumna hitrost. Lahko pa rečemo, da se vsak dan naučimo tri besede in ta cilj dosežemo v manj kot dveh letih.

Pri tem si lahko pomagamo na zelo preprost način, na enega najpreprostejših. Na majhne kartice, velike kot plačilne kartice, zapišemo na eno stran angleško besedo, na drugo pa slovensko.

Mislím, da so naslednje štiri besede v pomoč pri učenju in pa kar pri vsem drugem:

ACTION
SIMPLE
FUN :)
CAN/YES

V stavku? I CAN TAKE SIMPLE ACTION AND HAVE FUN.

Če vas ti zares preprosti načini niso prepričali, pa vas bo morda tole:

Zelo na kratko bi vam rada predstavila delček dosežkov izjemne ženske Alme M. Karlin. Rojena je bila ob



koncu 19. stoletja v Celju. Doma so govorili nemško, zato nikoli ni dobro govorila slovensko.

Nenavadna ženska, bitje ženskega spola, kakor je Alma M. Karlin imenovala sebe, pisateljica, svetovna popotnica, raziskovalka, poliglotka, teozofinja in svetovljanka je bila znamenita celjska osebnost, ki je neizbrisno zasidrana v spominu mesta in njegovih prebivalcev.

Na svet je prišla napol hroma, s poškodovanimi nogami in nesimetrična, z napol priprtimi levim očesom, tako da je zdravnik dejal, da bo otrok verjetno duševno prizadet. Alma je kot otrok težko hodila, zato je največ časa preživela doma. Pri osmih letih ji je za jetiko umrl oče. Pri trinajstih je morala prestati hude ortopedske operacije, bolečine pa je začela premagovati z učenjem tujih jezikov. V letu 1907 je na sre-

dnji šoli v Gradcu opravila izpite iz nemščine, angleščine in francoščine. Leta 1913 je Alma nadaljevala študij jezikov (angleščine, švedščine, norveščine, danščine, italijanščine, španščine, francoščine in ruščine) na Society of Arts v Londonu. Učila se je tudi sanskrta in kitajščine ter proučevala egipčanske hieroglife in hebrejščino.

Odločila se je, da bo koristno izpolnila vsak trenutek svojega življenja. Ob ponedeljkih se je učila norveščino, ob torških francoščino, ob sredah angleščino in latinščino, ob četrkih danščino, ob petkih najprej italijanščino in nato še švedščino, ob sobotah je obiskovala svoje azijske prijatelje v Hayesu, ob nedeljah dopoldne pa ure španščine in zvečer še ruščine. Ob ponedeljkih je po uri norveščine šla še na Fellows Road na ure sanskrta, vsako jutro pa se je poleg tega na pamet naučila po eno

pesem v vseh jezikih hkrati.

Spomladi leta 1914 je na londonski Society of Arts z odliko opravila izpite iz osmih tujih jezikov. S svojim uspehom je vzbudila veliko začudenje, saj je pri izpitu iz angleščine prekosila vseh devetsto kandidatov, celo same Angleže.

Njen prihod na svet je bil morda res nekoliko manj veličasten, toliko veličastnejše pa je bilo njeno življenje. Če torej sklepamo po Almi, drznim pripada svet.

Domnevam, da vsi mi danes tukaj nikoli ne bomo obvladali toliko jezikov kot Alma in ne bomo prepotovali in raziskovali vseh kontinentov kot Alma ali napisali tako lepega števila knjig kot Alma, morda pa bi le pogumno začeli – kot Alma.

Ivana Gornik

VESELI DOGODEK V BOLNIŠNICI

Bil je lep poznojesenski dan. Obiskala me je Špela, s katero sva med skupnim bivanjem v bolnišnici postali pravi prijateljici.

Po kratkem obujanju spominov na dni zdravljenja sta v sobo prišli fizioterapevtki in mi predlagali, da me posedeta na voziček. Razveselila sem se njune pobude in akcija se je začela. Previdno sta mi pomagali s postelje na voziček. Na pižamo sta mi oblekli bolniško haljo roza barve. Zaradi nevrokirurške frizure sem si glavo pokrila s kapo, ki se je lepo ujemala z barvo halje, in si naredila še sončna očala. Ves čas modnega urejanja smo se smejale. Med glasnim smehom sem se z vso hitrostjo, ki sem jo zmogla, zapeljala iz sobe na hodnik, in tam bi skoraj trčila v svojega zdravnika. Ob pogledu name se je še on smejal.

Zunaj je čakala Špela. Očitno sem bila prava šema, kajti ko me je videla, ni mogla zadržati smeha.

Začel se je najin pohod po okolici bolnišnice. Med sprehodom sva prijetno klepetali in se sproščeno

smejali. Ko sva obkrožili vse poti, sva si zaželeli kavice. Špela me je vprašala, ali greva v Pižama bar. Začudeno in nejeverno sem jo pogledala, ker sem mislila, da se šali. Rekla je: »Poglej, kaj piše nad vrati lokala pred nama!« Res je pisalo PIŽAMA BAR.

Po poživiljajoči pijači me je peljala na oddelk. Doživela sem veliko presenečenje. Vse sestre na oddelku so že vedela, kje sem bila na prvem izhodu. Moj podvig, odhod v Pižama bar, je bil dogodek tistega dne. Pomembno novico so povedale še drugim sestram in zdravnikom, ki so tisti dan delali na oddelku. Seveda nisem izvedela, kdo je »vohunil« za menoj in me »zatožil«. Sreča je bila, da ni bilo nobene »sankcije«, le veliko smeha na ta račun.

Po treh mesecih in pol mučnega zdravljenja težke bolezni mi je ta dogodek ostal v lepem spominu. Daje mi voljo in moč, da se lažje spopadam z dolgotrajno rehabilitacijo.

Štefka Pucko



SVETOVNO PRVENSTVO V ATLETIKI 2011 CHRISTCHURCH NOVA ZELANDIJA

Na začetku letošnjega leta je v novozelandskem Christchurchu potekalo svetovno prvenstvo v atletiki, kjer smo barve naše države zastopali štirje atleti: Jože Flere, Henrik Plank, Tanja Cerkvenc in Tatjana Majcen Ljubič ter naša trenerja Romana Kuhar in Sebastjan Grosek in medicinski asistent Davor Lapoši. Mislim, da smo svojo nalogo opravili več kot odlično, saj smo domov prinesli štiri kolajne (tri srebrne in eno bronasto).

Na dolgo pot smo se odpravili 14. januarja 2011 na letališču Jožeta Pučnika in na poti zamenjali kar nekaj letal in letališč ter 16. januarja pristali v novozelandskem Christchurchu. Pot je bila dolga in naporna, vendar smo bili vsi veseli, ko smo pod nogami spet začutili trdna tla. No, o trdnih tleh tam doli bi lahko napisala marsikaj, ampak bom kratka in povedala, da nas je kar nekajkrat streslo. Domačini se na take tresljaje niso kaj preveč odzivali, nam pa je bilo vidno neprijetno.

Zelo težko je napisati kaj o mestu, ki tako, kot ga imam v spominu, ne obstaja več. Kot ste verjetno vsi videli in slišali, je zadnji potres na Novi Zelandiji naredil veliko škodo prav v tem mestu, kjer smo bili mi. Kjer smo se pred nekaj tedni sprehajali in občudovali to lepo mesto, polno zgodovine, so zdaj ruševine. 137-letna katedrala v središču mesta, kjer je bilo tudi odprtje svetovnega prvenstva in ki je bila nekako simbol mesta Christchurch, se je delno zrušila in mesto je izgubilo svoj simbol in tudi veliko ljudi.

Imeli smo priložnost spoznati Slovenko Sašo in njenega štiriletnega sina Felixa, ki sta v tem potresu



Slovenska odprava na svetovno prvenstvo v atletiki v Novi Zelandiji

ostala tako rekoč brez vsega, in zato so moji spomini na Novo Zelandijo bolj žalostni.

Vreme na Novi Zelandiji je tudi zelo spremenljivo, nikoli ne veš, kaj te čaka. Najprej sonce in vroče, da bi človek znorel, naslednji dan pa

dež in veter, da si potreboval debel pulover in dva anoraka. Ampak smo se kaj hitro privadili tega muhastega vremena in začeli pridno hoditi na treninge. Dnevi so minevali in že je bilo pred nami slavnostno odprtje, kjer so nam dobrodošlico zaželeli tudi domačini Maori. In



Tatjana Majcen Ljubič s srebro medaljo pri metu kroglice.



če verjamete ali ne, smo bili Slovenci tako zanimivi, da smo naslednji dan krasili naslovnico njihovega časopisa.

Prvi nastop je imel Henrik, ki je v suvanju krogle zasedel 7. mesto, drugi dan pa je Jože v metu kija zasedel 8. mesto. Moj prvi nastop je bil peti tekmovalni dan in v metu diska sem izboljšala svoj osebni rekord za 78 cm in disk je s 16,13 m pristal na tretjem mestu. Sreda je bil dan za počitek, saj smo vsi imeli prosto in smo se pripravljali na nastop našega svetovnega rekorderja Jožeta, ki je naslednji dan zjutraj disk vrgel 10,23 m in osvojil rekord svetovnih prvenstev in odlično drugo mesto.

V popoldanskem delu sva se v metu kopja pomerili obe dekleti. Jaz sem z daljavo 14,17 m osvojila peto mesto in evropski rekord, Tanja Cerkvenik pa z 18,33 m šesto mesto. Za tiste, ki se jim zdi to malo čudno, je treba povedati, da se rezultati zaradi združevanja skupin preračunajo v točke, zato se za končno uvrstitev ne gleda daljava, temveč točke, ki pa so včasih za nekatere mogoče tudi nepoštene.

Zadnji dan smo tekmovali Tanja, jaz in Henrik. Dopoldne sva s Tanjo nastopili v suvanju krogle.



Odlično 2. mesto je osvojil Henrik Plank v metu kopja.

Izboljšala sem svoj osebni rekord in rekord svetovnega prvenstva ter le za 5 cm zgrešila zlato medaljo, ampak seveda sem bila vesela tudi srebrne. Tanja je končala na osmem mestu. V popoldanskem delu tekmovanja pa je za pravo presenečenje poskrbel Henrik, ki je v metu kopja z daljavo 17,23 m osvojil odlično drugo mesto. Temu bi lahko rekli, »ko odpisani vrnejo udarec«, zato, Henrik, le še tako naprej!

In če na koncu zadnjega dne pod vsem tem potegnemo črto, ugotovimo, da smo bili super odlični. Štirje atleti smo domov prinesli štiri medalje, in za to od države dobili ... čakajte, kaj že ... Aja, NIČ!!! In to je na koncu te vesele zgodbe najbolj žalostna stvar, da država ne zna poskrbeti za take malenkosti, da bi nam vsaj malo olajšali te naše naporene treninge, odrekovanja in še kaj.

Verjetno bomo na koncu res morali nastopati za katero drugo državo, kjer to spoštujejo in tudi nagradijo. Če samo za primer povem, da bo fant iz Srbije za svoje tri srebrne medalje prejel 75.000 evrov, mislim, da sem povedala vse.

Toda, kot smo pokazali in dokazali, je atletika še vedno kraljica športa in mi vsi se bomo potrudili, tudi brez pomoči države, da bomo iz Londona prinesli prav toliko, če ne še več.

Tatjana Majcen Ljubič



Srebrno medaljo je osvojil tudi Jože Flere v metu diska.



SPREJEM NAŠIH VRHUNSKIH ŠPORTNIKOV

V prostorih Zveze paraplegikov Slovenije smo 10. februarja 2011 sprejeli naše odlične športnike, ki so v letošnjem in prejšnjem letu nastopili na svetovnih prvenstvih.

Atleti, Tatjana Majcen Ljubič, Tanja Cerkvenik, Jože Flere in Henrik Plank (vsi člani pokrajinskih društev Zveze), so na svetovnem prvenstvu v novozelandskem mestu Christchurchu (21.–31. januar 2011) nadvse uspešno zastopali barve Slovenije. V domovino so se vrnili s kar tremi srebrnimi in eno bronasto kolajno.

Ribiči, Rudi Centrih, Boštjan Javernik in Franc Štefanič, so 7. in 8. avgusta 2010 v Franciji nastopili na svetovnem prvenstvu v ribolovu. Reprezentanca, v kateri so tekmovali naši ribiči, je takrat v močni konkurenci osvojila peto mesto.

Smučarja Gala Jakiča, ki je na svetovnem prvenstvu v Sestrieru tekmoval v veleslalomu in slalomu (žal je v obeh disciplinah odstopil), pa na sprejemu ni bilo.

Našim uspešnim športnikom je najprej čestital vodja športa pri Zvezi paraplegikov in pripomnil, da smo zelo ponosni, da prav naši športniki na svetovnih prvenstvih in paraolimpijskih igrah dosegajo vrhunske rezultate in osvajajo kolajne.

Športnike je pozdravila tudi generalna direktorica Direktorata za invalide pri MDDSZ Dragica Bac in ob čestitkah pripomnila, da bo Ministrstvu za šolstvo in šport RS posredovala predlog, da bi bili tudi športniki invalidi za osvojena odličja na najvišjih tekmovanjih enako nagrajeni kot neinvalidni športniki.



Naše odlične športnike je pozdravila tudi generalna direktorica Direktorata za invalide Dragica Bac.



Atletinje in atleti med ribiči

Predsednik Zveze paraplegikov Dane Kastelic pa je v nagovoru in čestitkah izpostavil status športnika invalida. To pomeni enakovrednost z neinvalidnimi športniki. Omenil je tudi sklepe, ki so jih pred kratkim na sestanku sprejeli predstavnika naše

Zveze, vodja športa Gregor Gračner in predsednik Zveze Dane Kastelic, ter predsednik in podpredsednik ZŠIS-POK, Emil Muri in Jože Okoren.

Jože Globokar



CURLING KLUB ZALOG PRIPRAVLJA TUDI EKIPO NA VOZIČKIH

Curling je star ekipni zimski šport, ki postaja čedalje priljubljenejši tudi pri nas. Oblika na vozičkih je primerna tudi za paraplegike in je paraolimpijska disciplina.

Curling se je začel pred petimi stoletji na Škotskem kot tekmovanje v potiskanju velikih kamnov po zaledenem jezeru. V stoletjih se je izoblikoval v šport, ki od igralcev med drugim zahteva natančnost, spretnost in strateško razmišljanje. V začetku 19. stoletja so se začeli ustanovljati prvi športni klubi in nastala so prva pravila športa. Tako so že na prvih olimpijskih igrah 1924 v Chamonixu tekmovali tudi v curlingu, na naslednjih pa je bil demonstracijska disciplina.

Curling je bil spet uveden na olimpijske igre leta 1988 v Calgaryju, kot tekmovalna disciplina pa leta 1998 v Naganu. Medtem je nastala svetovna federacija za curling, ki je krovna organizacija za vse oblike tekmovanja. Curling je nacionalni šport na Škotskem in v Kanadi, priljubljen pa je tudi v skandinavskih deželah in v Švici. Še posebno v zadnjem času pa se hitro širi in mednarodna zveza za curling vsako leto povečuje število svojih članic. Med mlajšimi članicami je Curling zveza Slovenije, ki je bila ustanovljena lansko poletje

Osnovna pravila curlinga so preprosta. Dve ekipi štirih igralcev izmenoma mečeta oziroma potiskata kamne (vsaka ekipa ima osem kamnov), ki morajo drseti po 45 m dolgi ledeni površini v krožno tarčo (house) na nasprotni strani igrišča. V posamezni igri zmagata ekipa, ki ima kamen najbližje središču in dobi toliko točk, kolikor je njenih kamnov bližje. Končna zmagata pripada ekipi, ki ima po osmih rundah največ točk.

Igra se s kamni, ki so težki med 17 in 20 kilogrami. Navadno so iz enega kosa granita, valjaste oblike in polirani tako, da drsijo po ledu z najmanjšim trenjem. Temu je namenjena tudi posebna priprava ledu, po katerem se razpršijo srednje velike kapljice vode, ki po tem, ko zmrznejo, zmanjšajo stik kamna z ledom in s tem trenje. Pred kamnom se pogosto pometa ali drgne led, kar prav tako nekoliko zmanjša trenje in podaljša drsenje.

Med najpomembnejšimi sestavinami športa je ekipna strategija. Ekipo vodi kapetan, ki članom daje navodila, kako naj izpeljejo svoj met. Kamni se lahko bližajo in izbijajo, lahko se postavijo v tarčo ali pa se z njimi blokira pot nasprotniku. Njihovo drsenje le redko poteka v ravni črti. Pri metu se kamen lahko tudi zavrti, vrteči se kamen pa drsi v krivulji – kar je dalo športu tudi ime.

Stoletja tradicije, razvijanje spretnosti, natančna priprava ledu, oblika in izdelava kamna, strategija ekipe in polna pozornost igralca se na koncu združijo v metu, ki težak kamen po natančni poti po

vsem igrišču pripelje v natančno določeno točko. Dober met je bistvo curlinga. V tem športu igra namreč pomembno vlogo športni duh. Bolj kot zmaga je pomembna igra. Vsak dober met zato navduši obe ekipi in seveda gledalce. Curling je namreč zelo gledljiv. Položaj na ledu se spreminja pri vsakem metu in postaja vedno bolj dramatičen, kar se na tekmovanju še stopnjuje iz igre v igro.

Zaradi vsega tega se curling v zadnjih desetih letih izjemno hitro širi zunaj tradicionalnih meja. Uveljavila so se tudi posebne oblike tekmovanja: juniorski in seniorski curling, mešane dvojice in vozičarski curling (wheelchair curling) ali V-curling. Ta je od zimskih paraolimpijskih iger v Torinu leta 2002 tudi paraolimpijska disciplina.

Od klasičnega curlinga se razlikuje predvsem v tem, da met poteka iz vozička, pri čemer se noge ne smejo dotikati ledu. Vozički, ki se uporabljajo pri tem športu, so navadni in ne zahtevajo posebne prilagoditve. Mogoče je uporabljati celo električni voziček. Kamni se lahko spustijo



Kamni za curling



iz roke ali pa se uporabi posebna palica – ta se lahko uporablja tudi v klasičnem curlingu –, s katero se kamen zavrti in odrine. Pri vozičkarskem curlingu tudi ni pometanja pred kamnom. V tej obliki curlinga lahko tekmujejo vsi, ki imajo bistveno zmanjšano mobilnost spodnjih okončin in potrebujejo voziček v vsakdanjem življenju. Čeprav je večina igralcev paraplegikov, lahko v njem sodelujejo tudi tekmovalci z drugačnimi oblikami invalidnosti (določene vrste amputacij, paralize itd.) Certifikate za tekmovalce izdaja posebna komisija Svetovne curling federacije.



Curling se hitro razvija tudi pri nas. Curling zveza Slovenije je bila ustanovljena lansko poletje, v pol leta pa so nastali štirje klubi (Zalog, Ljubljana, Jesenice in Ruše), nekaj pa jih je še v nastajanju.

Septembra so uspešno pripravili predstavitveni dan curlinga v Ledeni dvorani v Zalogu, prav tako je bilo že izpeljano prvo državno prvenstvo (na sliki) v klasičnem curlingu, na katerem so sodelovale štiri ženske in deset moških ekip. V obeh konkurencah sta zmagali

15. marca 2011 je Curling klub Zalog v sodelovanju z ZPS izvedel prvi, demonstracijski trening curlinga na vozičkih paracurlinga. Invalidi so vabljeni na treninge CK Zalog do konca aprila ob torkih med 13.30 in 15.30.

ekipi Curling kluba Zalog. Slovenska mladinska ekipa je prav pred kratkim sodelovala na turnirju curlinga univerzijade v Erzurumu v Turčiji.

Prav Curling klub Zalog želi v sodelovanju s Curling zvezo Slovenije razširiti svojo dejavnost tudi na vozičkarski, V-curling, zato želi navezati stike z zainteresiranimi

igralci, tako tistimi, ki bi jih ta šport zanimal rekreativno, kot tistimi, ki bi jih zanimala tekmovalna. Še pred pomladjo nameravajo pripraviti tudi predstavitev te oblike curlinga, pozneje pa oblikovati vsaj nekaj ekip in pripraviti tudi prvenstvo v V-curlingu. Obstajajo tudi resne možnosti, da bi oblikovali ekipo za paraolimpijske igre. Naslednja olimpijada je kmalu!



Za met kamnov se lahko uporabi tudi posebna odzivna palica.

Janez Vencelj

Povezave:

Svetovna curling federacija:
www.worldcurling.org
(v angleščini)

Slovenska curling zveza:
www.curling-zveza.si
Curling klub zalog:
www.curling-zalog.si

Kontakt:

Janez Vencelj, referent za V-curling
pri Curling klubu Zalog:
Janez.vencelj@guest.arnes.si
GSM: 041/934 463



TRIDNEVNI SMUČARSKI KAMP SMUČARJEV INVALIDOV V KRANJSKI GORI

PREHODNI POKAL JE DRUGIČ ZAPORED OSVOJIL GAL JAKIČ

Zveza paraplegikov Slovenije je v Kranjski Gori od 25. do 27. januarja 2011 v sodelovanju s Smučarskim klubom športnikov invalidov ALBATROS in Zvezo za šport invalidov Slovenije – paraolimpijski komite pripravila tridnevni smučarski kamp. Udeležilo se ga je 16 smučark in smučarjev iz naših pokrajinskih društev, društva Paralitikov, drugih društev in celo smučar iz Hrvaške. Na smučišču ob hotelu Larix so začetnikom in tudi bolj izkušenim smučarjem na dvodnevni dopoldanski in popoldanski tečajih tudi tokrat pomagale študentke delovne terapije zdravstvene fakultete v Ljubljani.



Še zadnji napotki, nato pa na vlečnico

Začetniki so osvojili prve smučarske veščine – navajanje na monoski, osnovni zavoj z nagibom trupa, samostojno spuščanje po položni ravnini in zavoj z oddrsavanjem. Bolj veščiki so že uporabili vlečnico in se v spremstvu smučark spremljevalk počasi spuščali po položnejši strmini.

Tisti naši smučarji, ki že obvladajo smučanje z monoskijem, pa so na tečajih utrjevali znanje. Pilili so J- in S-zavoj, vadili od oddrsavanja do tekmovalnega zavoja in skrajševanja linije zavoja.

No, tretji dan je šlo zares. Po ogrevanju se je devet smučarjev (na smučišču Brsnina) v veleslalomu pomerilo za tretji prehodni pokal Zveze paraplegikov Slovenije. Drugič zapored ga je osvojil Gal Jakič, drugi je bil Žiga Breznik (oba DPLPJ), tretji pa Leon Palič (Lendava). Omenimo naj še mladega upa slovenskih smučarjev tekmovalcev Jerneja Slivnika, ki je v spremstvu odlične smučarke Petre Prestrel osvojil sedmo mesto.



Mladega Jerneja Slivnika je na progi usmerjala smučarka Petra Prestrel

Če ne bi bilo napake, ko ju je zaneslo iz idealne linije, bi se veliko bolje uvrstila. »Bo pa drugo leto boljše!« je povedal desetletni Jernej, ki še nima toliko moči in izkušenosti, da bi se sam spustil po strmini. V skupini devetih tekmovalk in tekmovalcev so med študentkami kolajne prejele: za prvo mesto Mateja Poljanšek, za drugo Jerneja Poljanšek, za tretje pa Eva Hreščak. Povemo naj, da je tekmovala tudi njihova mento-

rica, prof. Alenka Plemelj, ki ima vse zasluge za naše že nekajletno plodno in obojestransko koristno sodelovanje. Najboljše čase pa so zunaj konkurence dosegli mladi Tilen Mohorič, Tomaž Žust in Remmi Vallin. Tekmovanje je vodil trener Bojan Kavčič, ki je tudi postavil veleslalomsko proggo. Ob tem naj povemo, da sta se v varnih rokah Remmia Vallina po Brsnini spustila tudi tetraplegika Nino Batagelj,



vodja mladih pri DP ljubljanske pokrajine, in urednik naših spletnih strani Jože Globokar, ki je v ciljni ravnini vzkliknil: »Noro in še enkrat noro dobro!«

Prvi večer je naš paraolimpijec Gal Jakič udeležencem kampa pokazal zanimive posnetke z lanskimi paraolimpijskih iger v Vancouveru, drugi večer pa so si ogledali trening vrhunskega smučarskega tekmoval-

ca in predstavitev programa NSCD Winter Park. Smučarje je obiskal tudi Emil Muri, predsednik Zveze za šport invalidov POK, in se seznanil s potekom programa smučarskega kampa.

Monoski smučke francoskega proizvajalca Tessier je smučarjem tudi tokrat predstavil Remmi Vallin. Smučarji so jih seveda lahko tudi preizkusili in se odločili za morebi-

ten nakup. Tekmovanje na Brsnini je posnela in predvajala Pop TV, obsežno reportažo pa so objavili tudi v Slovenskih Novicah.

Stroške nočitev so udeleženci kampa plačali sami, organizacijske niti zahtevne smučarske prireditve pa so bile v rokah vodje športa pri ZPS Gregorja Gračnerja.

Jože Globokar

PROJEKT PARA ŠPORT JE ŠPORT

Združenje 1. SNL in Sindikat poklicnih nogometašev Slovenije sta pod okriljem turnirja All Stars 2011 v nogometu v sodelovanju z Zvezo za šport invalidov Slovenije organizirala dobrodelni projekt Para šport je šport.

Namen projekta je bil predstaviti šport kot pozitivno sporočilo za vsakega izmed nas. Z aktivnostmi se je ves teden opozarjalo na problematiko in odnos do invalidov v družbi nasploh. Invalidi pa so poudarjali pozitivno energijo in voljo do življenja ter vključevanje v vsakdanje življenjske aktivnosti; posebej je bil omenjan predvsem tekmovalni del športa invalidov. Skupna želja je, da se začnemo zavedati nesreč, ki so sestavni del življenja in lahko jutri doletijo vsakogar od nas.



Nesreča nikoli ne počiva, lahko se zgodi nam ali vam,« pa sta iz invalidskih vozičkov sporočila kapetana finalistov turnirja ALL STAR 2011.»

Reprezentanta Slovenije v košarki na vozičkih Primoža Jeraliča so zaradi nesreče pred dvema letoma ter neizmerne volje do življenja omenjali številni medij. V Celju so se lahko v tamkajšnjem centru Mercator v košarki ter spretnostni vožnji na invalidskih (tekmovalnih) vozičkih preizkusili tudi obiskovalci nakupovalnega središča.

V pomoč so jim bili slovenski reprezentanti košarke na vozičkih in jim predstavili šport, ki so ga podrobneje spoznali po svojih nesrečah. Obiskali so jih tudi nogometaši, ki so si med turnirjem All Stars z veseljem vzeli nekaj minut in se preizkusili v metu na koš ter spoznali druge košarkarje na vozičkih.

Franci Škrbina



Najboljši igralec lanskoletnega zimskega turnirja na odboj Roki Štraus skupaj z Gregorjem Režonjo, Urošem Poljancem ter Izidorjem Balažičem ter reprezentanti Slovenije v košarki na vozičkih



ODIGRANE PRVE TEKME V REGIONALNI LIGI

V športni dvorani BISTRICA v Slovenski Bistrici in športni dvorani OŠ Sesvetska Sela v Sesvetih blizu Zagreba so košarkarji in invalidskih vozičkih 27. in 28. novembra odigrali prve tekme v regionalni ligi. V sezoni 2010/2011 bodo v skupini A tekmovali: KK Zagreb, KKI Vrbas, KIK Zmaj in Castelvechcio, v skupini B pa: DP Maribor, KIK Una Sana, KIK Sana in DP Mercator Ljubljana.

Organizator prvega kroga v skupini A je bil KK Zagreb, organizator prvega kroga v skupini B pa DP Maribor. V prvi tekmi v Sesvetih sta se pomerila KK Zagreb in KKI Vrbas (60:66), v drugi pa KIK Zmaj in Castelvechcio (56:59). V Slovenski Bistrici sta novo sezono odprli ekipi DP Maribor in KIK Una Sana (56:60), zatem pa sta tekmo odigrala še KIK Sana in DP Mercator Ljubljana (71:37). Najboljši strelec v skupini A je bil Nedžad Budimlić, KKI Vrbas (28), v skupini B pa Elvir Modronja, KIK Sana (23).

Vodja lige je Gregor Gračner,



V prvi tekmi v Sesvetih sta se pomerila KKI Zagreb in KKI Vrbas.

tehnični delegat Milan Lukan, vodja sodnikov pa Žarko Tomšič. Mednarodno ligo bo tudi v sezoni 2010/2011 podprla Nova ljubljanska banka, medijsko pa Kosarka.si. Vsi tekmovalci so na prvem srečanju

dobili nove drese in majice, enotne majice z logotipom lige pa tudi sodniki, vodje ekip, trenerji in novinarji.

Jože Globokar

DRUGI KROG V SLOVENSKI KOŠARKARSKI LIGI

Košarkarske ekipe, ki tekmujejo v slovenski ligi, so drugo kolo odigrale 15. januarja v prenovljeni športni dvorani v Rogaški Slatini. Da se je Zveza paraplegikov Slovenije kot organizator ligaškega tekmovanja odločila za izvedbo II. kola v Rogaški Slatini, ni naključje, saj je občina že v letu 2008 pridobila listino Občina po meri invalidov.

Uvodno tekmo sta odigrali ekipi DP Celje in DP Maribor. Z izidom 53:43 so zmagali Celjani. Ekipa DP Celje je tudi drugo tekmo dobila z desetimi točkami razlike, ki je združeno

ekipo DP Kranj-Novo mesto ugnala z izidom 55:45. Tretja tekma je zmago prinesla ekipi DP Mercator Ljubljana, ki so Mariborčane premagali z rezultatom 54:42.

Po dveh kolih vodi ekipa DP Mercator Ljubljana, druga je DP Celje, tretja DP Kranj-Novo mesto, četrta pa ekipa DP Maribor.

Povemo naj, da je občina s kristalno vazo nagradila najboljšega igralca tega kola Gregorja Gračnerja (DP Mercator Ljubljana).

Za ljubitelje košarke v Rogaški Slatini je bil to kar velik športni dogodek, ki so mu mediji posvetili precej pozornosti. Košarkarje paraplegike so tudi izredno lepo sprejeli. Pred tekmovanjem jih je kot gostiteljica pozdravila ravnateljica šole, nagovorila pa sta jih tudi župan mag. Branko Kidrič in predsednik DP jugozahodne Štajerske Janez Hudej. Gostitelji so pripravili tudi kratek kulturni program, v katerem so nastopili harmonikarji orkestra Simple in šolski ansambel.

Povzel: Jože Globokar



EKIPE REGIONALNE LIGE SO KONČALE PREDTEKMOVANJA KKI VRBAS IN KIK SANA NA VRHU

Ekipe, ki v skupini A – KK Zagreb, KKI Vrbas, KIK Zmaj, Castelvechchio – in v skupini B – DP Maribor, KIK Una Sana, KIK Sana, DP Mercator Ljubljana – tekmujejo v regionalni ligi, so s tretjim krogom 19. in 20. februarja končale predtekmovanja. Marca so se v Gradačcu pomerile v polfinalnih tekmah, v aprilu pa bodo zmagovalne ekipe nadaljevale tekmovanja v malem in velikem finalu v Ljubljani.

Kratek pregled tekmovanj v drugem in tretjem krogu

DRUGI KROG

Organizator drugega kroga v skupini A je bila ekipa KKI Vrbas, ki se je v športni dvorani OŠ Borisav Stanković v Banjaluki 30. januarja v prvi tekmi pomerila z ekipo KIK Zmaj. Boljša je bila ekipa organizatorjev, ki je nasprotno ekipo premagala z izidom 72:58. Druga tekma je zmago prinesla ekipi KK Zagreb, ki je moštvo Castelvechchio nepričakovano porazila z rezultatom 58:53.

Dan pred tem je v Gradski dvorani v Sanskem mostu drugi krog pripravila domača ekipa KIK Sana,

ki se je v prvi tekmi pomerila z ekipo KIK Una Sana. Z izidom 70:61 so zmagali domačini. V drugi tekmi sta nastopili slovenski ekipe DP Mercator Ljubljana in DP Maribor. V dramatični končnici so Ljubljančani s tesnim rezultatom 60:59 ugnali Mariborčane.

TRETI KROG

Zadnji, tretji krog so ekipe odigrale 19. in 20. februarja. V skupini A je tretji krog organizirala ekipa Castelvechchio – Nordest Gradisca iz Gradiške, ki se je v tamkajšnji športni dvorani v prvi tekmi pomerila z ekipo KKI Vrbas. Boljši so bili gostje, ki so organizatorje premagali z izidom 70:50. V naslednji tekmi je bila boljša ekipa KIK Zmaj, ki je moštvo KK Zagreb porazila z 79:60.

V Športni dvorani LUKE v Bihaću je 19. februarja drugi krog v skupini B pripravila domača ekipa KIK Una Sana, ki se je v prvi tekmi pomerila z ekipo Mercator Ljubljana. Z rezultatom 56:55 so zmagali Ljubljančani. Povemo naj, da je bila to sila razburljiva, izenačena in napeta tekma, ki je odločala o nadaljnjih uvrstitvah. Pri moštvu Mercator Ljubljana je



Sodniški met

bil junak tekme Peter Cerar, ki je po zapletenih podajah v zadnjih sekundah iz nemogočega položaja zadel in ekipi priboril odločilno zmago.

V drugi tekmi sta se pod koši pomerili ekipe DP Maribor in KIK Sana. Boljši so bili igralci KIK Sane, ki so z izidom 61:51 ugnali Mariborčane. Najboljši strelec po treh krogih je v skupini A Nedžad Budimlić, KKI Vrbas (86), v skupini B pa Rifad Kozlica, KIK Una Sana (64). Ob tehničnem delegatu Milanu Lušanu so tekme vodili sodniki Mitja Dečman (SLO), Dražen Štrok in Hrvoje Pencinger (HR) ter Mersud Topić in Sinan Ferizović (BIH).

Ekipe so se v marcu v Gradačcu pomerile v polfinalnem srečanju, v športni dvorani OŠ v Zgornjem Kašlju pa bo 9. aprila tako imenovani mali finale. Organiziralo ga bo DP Ljubljanske pokrajine, ekipe pa se bodo potegovala za tretje, peto in sedmo mesto.

Zaključek regionalnega tekmovanja bo 17. aprila, ko se bosta ob finalni tekmi NLB LIGE pomerili tudi najboljši ekipe naše regionalne lige. Takrat bomo dobili zmagovalno ekipo za sezono 2010/2011.



Žogo bo težko podati soigralcu.

Jože Globokar



V KLUBU PLANET TUŠ DRUGI TURNIR V BILJARDU

MATEJ BRAJKOVIČ PRVI

Zveza paraplegikov Slovenije je v organizaciji DP jugozahodne Štajerske 11. februarja 2011 v klubu Biljard Planet Tuš v Celju pripravila drugi turnir v igranju biljarda za paraplegike in tetraplegike. Na šestih mizah se je v igranju »kmečke osmice« pomerilo dvanajst igralcev iz štirih pokrajinskih društev: DP severne Primorske, DP ljubljanske pokrajine, DP severne Štajerske in DP jugozahodne Štajerske. Prvo mesto je osvojil naš najboljši igralec biljarda Matej Brajkovič iz DP ljubljanske pokrajine.

Tekmovalci so igrali na dve dobljeni igri, v polfinalnih in finalnih srečanjih pa na tri. Zmagovalci in zmagovalci poražencev so se uvrstili v naslednji krog, vse dokler se v polfinale niso uvrstili štirje najboljši tekmovalci. To so bili Matej Brajkovič in Milan Zlobko iz DP ljubljanske pokrajine ter David Slaček in Simon Gračnar iz DP jugozahodne Štajerske.

V polfinalnem tekmovanju sta izpadla Zlobko in Gračnar ter po pravih sistema, ki ga uporablja Biljardna zveza Slovenije, avtomatično osvojila tretji mesti. Zmagovalca Brajkovič in Slaček sta se nato pomerila zadnjem, finalnem krogu. Videli smo tri zelo zanimive in precej enakovredne igre. Povedel je Slaček, vendar se naš najboljši igralec biljarda med paraplegiki in tetraplegiki ni pustil presenetiti in je v naslednjih dveh igrah suvereno zmagal.

Tekmovanje je vodil Matej Brajkovič, ki edini med paraplegiki in tetraplegiki tekmuje na mednarodnih tekmovanjih in je na evropskih



Igro zmagovalca Mateja Brajkoviča spremlja drugouvrščeni David Slaček.

prvenstvih osvojil že pet bronastih kolajn. Ob razglasitvi izidov je kolajne podelil naš najboljši strelec Franci Pinter, trikratni paraolimpijski podprvak in svetovni prvak, vse organizacijske niti pa so bile v rokah Davida Slačka iz DP jugozahodne Štajerske.

Jože Globokar

TURNIR V SPOMIN IZTOKU KILIBARDI

ZMAGOVALNI POKAL JE OSVOJIL BOJAN LUKEŽIČ

Zveza paraplegikov Slovenije je v organizaciji Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine 21. januarja 2011 v Ljubljani pripravila tretji odprti turnir v namiznem tenisu.

Organizatorji so tokratni turnir posvetili lani preminulemu Iztoku Kilibardi, ki je bil izjemen igralec namiznega tenisa in je na različnih tekmovanjih dosegal zelo dobre uspehe. Na začetku uspešne kariere je bil član jugoslovanske reprezentance, ki je igrala na različnih mednarodnih tekmovanjih, pozneje pa je tekmoval tudi v ekipi paraplegikov in tetraplegikov, ki je uspešno nastopala v ljubljanski rekreativni ligi.

V telovadnici URI SOČA se je za pokal prireditelja na



Zmagovalci: Ivan Lisac, Bojan Lukežič in Primož Kancler, zadaj Boža Kilibardi in mag. Robert Cugelj



štirih mizah pomerilo 16 tekmovalk in tekmovalcev iz DP Prekmurja in Prlekije, DP severne Primorske, DP Gorenjske, DP severne Štajerske in DP ljubljanske pokrajine. Po predtekmovanjih so se v polfinalne nastope uvrstili: Andreja Dolinar – DPKR, Ivan Lisac – DPLJ, Bojan Lukežič – DPLJ in Primož Kancler – DPMB. V nadaljnjih dvobojih sta Lukežič in Lisac izločila Dolinarjevo in Kanclerja.

Slednja sta se nato pomerila za tretje mesto, osvojil ga je Kancler. Za zmagovalni pokal turnirja sta se v finalnem srečanju pomerila Lukežič in Lisac. Pokal je dobil Lukežič, ki je pokazal zanesljivejšo igro. V tolažilni skupini je slavil Aleš Sečnik.

Tekmovanje sta vodila uspešna igralka namiznega tenisa Jolanda Belavič in koordinator za namizni tenis Janez Zore, vse organizacijske niti pa so bile v rokah trenerja Damjana Lazarja. Ob razglasitvi izidov



Bojan Lukežič in Ivan Lisac v finalnem srečanju

sta zmagovalne pokale najboljšim mojstrom pingponga izročila generalni direktor URI SOČA mag. Robert Cugelj in Iztokova žena Boža Kilibarda.

Pri tem je vodja športa pri Zvezi Gregor Gračner pripomnil, da želimo med slovenskimi paraplegiki in tetraplegiki znova vzbuditi večje

zanimanje za namizni tenis, saj smo pred časom imeli veliko več uspešnih igralk in igralcev. Zato bomo podobne turnirje še organizirali. Seveda pa smo z rezultati namiznega tenisa zelo zadovoljni, saj imamo dve igralki (Dolinarjevo in Pintarjevo), ki sodita prav v svetovni vrh.

Jože Globokar

RIBIČI PARAPLEGIKI SE LAHKO KOSAMO S HODEČIMI RIBIŠKIMI TOVARIŠI

RIBIČI PARAPLEGIKI DRUGI

Ribiška družina Ljutomer, katere člani smo tudi paraplegiki, organizira tekmovanje oziroma memorial v čast preminulega predsednika RD Ljutomer Jožeta Moravca.

Jože je bil mlad in zagnan delavec, poln elana ter z veliko načrtov, ki si jih je zadal. Bil je tudi moj osebni prijatelj in sovaščan. Skupaj sva hodila v osnovno šolo. V tistih časih smo v šolo hodili peš, zato smo večkrat kako ušpičili ali jo komu s čim zagodli.

V tej delovni vniemi je Jože težko zbolel in se boril z boleznijo. Med zdravljenjem je postal član Zveze paraplegikov Slovenije in član našega Društva paraplegikov

Prekmurja in Prlekije. Toda član je bil le slabi dve leti, saj je bila zahrbtna bolezen močnejša, kot smo vsi skupaj pričakovali. Na memorialu – bila je nedelja, čudovito jesensko sončno jutro v septembru, ki je v pričakovanju nas, ribičev, veliko obetalo – smo se zbrali številni ribiči in se prijavljali na tekmo ob gojitvenem ribniku na Podgradju. Pogled na ribnik je bil čudovit, saj so se v vodi premetavale ribe, med njimi pa so plavale račke ter labodi.

Večkrat sem že napisal, da je velik revež, kdor ne pozna in ne razume narave ter ne zna v njej uživati. Gozd ob ribniku je izžareval prekrasne jesenske barve in se lesketal v sončnih žarkih. Taki in podobni prizori nas globoko ganejo, ko se

spomnimo na prijatelje, ki jih žal ni več med nami, tako kot tudi ne Jožeta, v spomin katerega se vsako leto zbiramo.

Tekmovanje je bilo posamezno in ekipno. Tudi paraplegiki smo sestavili svojo ekipo, v kateri so bili Franc Borovnjak, Pavel Štrakl in Slavko Dunaj. Za začetek smo izžrebali startna mesta in pripravili ribiški pribor za tekmovanje, ki se je začelo ob osmih. Lovili smo dvakrat po uro in pol. Takoj po prvem metu mi je riba prijela, a žal ušla, vendar sem vedel, da bo ulov dober. Med tekmo smo imeli polne roke dela, poleg tega smo bodrili in spodbujali drug drugega. Po končanem tekmovanju smo se odpeljali v Ribiški dom na malico in



Prijatelji ob koncu ribolova

razglasitev izidov. Obujali smo spomine na tekmo in se jezili na pobegle ribe. Kljub temu pa smo vedeli, da smo veliko ujeli, zato smo vsi skupaj nestrpno čakali na razglasitev. Pozdravil nas je predsednik RD Ljutomer, nato pa smo se z minuto molka vsi skupaj spomnili na Jožeta. Zatem je bila na vrsti razglasitev rezultate. Paraplegiki smo osvojili drugo mesto in dobili lep pokal. Ulovili smo krepko čez dvajset kilogramov rib in le za pol kilograma zaostali za prvim mestom. Naš novi član Pavel Štračl pa je bil posamično drugi in je prejel lepo denarno nagrado. Od njega v prihodnje v društvu veliko pričakujemo, saj je odličen športnik. Predsednik RD Ljutomer nam je še posebej čestital in skupaj smo se fotografirali za spomin.

Rezultata smo veseli, saj je bilo ekip veliko, konkurenca pa močna. Na koncu smo obljubili, da se naslednje leto spet vidimo in spomnimo na Jožeta, če bosta le zdravje in vreme, kot se spodobi.

Slavko Dunaj

KEGLJANJE KOPER 2011

V Kopru so se v Športnem centru Bonifika 5. 2. 2011 srečali kegljači sedmih ekip ter nekaj posameznikov iz osmih regijskih društev. Skupaj je bilo 38 tekmovalcev. V metih po 60 lučajev mešano so se izkazali tekmovalci iz Prekmurja in Prlekije, saj je Fran Borovnjak zmagal tudi v odprti kategoriji.

Rezultati ekipnega tekmovanja v kegljanju za para in tetraplegike:

EKIPNO:

1. Društvo paraplegikov Prekmurja in Prlekije 893
2. Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine 864
3. Društvo paraplegikov severne Štajerske 834
4. Društvo paraplegikov Koroške 758
5. Društvo paraplegikov severne Primorske 749
6. Društvo paraplegikov Istre in Krasa 669
7. Društvo paraplegikov Gorenjske (nepopolna)



Zbrani prvi trije v absolutni kategoriji

Rezultati prvih treh v posamezno odprti kategoriji:

1. Franc Borovnjak, Murska Sobota 238
2. Srečko Kotnik, Slovenj Gradec 237

3. Viktor Rupnik, Ljubljana 233

Benjamin Žnidaršič



MEDDRUŠTVENI TURNIR V KEGLJANJU ŠKOFJA LOKA 2011

Društvo paraplegikov Gorenjske je na kegljišču športnega centra Poden organiziralo tekmovanje za kegljače in kegljačice društev, združenih v Zvezi paraplegikov Slovenije.

Udeleženi so bili športniki iz vseh regij. Tekmovanje je potekalo brez težav, za kar je skrbel mednarodni sodnik Marjan Jenko. Na potek tekmovanja in regularnost rezultatov tekmovalci niso imeli pripomb.

Najboljši rezultat je dosegel tetraplegik Slavko Ivančič. Najboljši kegljači so prejeli medalje, najboljše ekipe pa pokale. Podelil jih je predsednik

DPG Metod Zakotnik. Po uradnem delu smo se še nekaj časa zadržali v jedilnici centra srednjih šol, ki je poleg dvorane, v kateri igrajo gorenjski prvoligaši v košarki in v rokometu. Naša pot domov pa je bila zaradi dobrih izidov še prijetnejša. V Škofji Loki se spet vidimo v januarju leta 2012.

Izidi:

Ekipno:

1. DP Maribor 924
2. DP Ljubljana 885
3. DP Celje 857

Ženske

1. Lidija Ekselenski 165

2. Marta Janežič 163
3. Jovita Jeglič 143

Moški

1. Miran Jernejšek 242
2. Franc Simonič 241
3. Roman Hrženjak 233

Veterani

1. Anton Simonič 229
2. Marjan Romih 210
3. Franc Borovnjak 205

Tetraplegiki

1. Slavko Ivančič 247
2. Vinko Hauzer 222
3. Slavko Dunaj 207

Boris Šter



Tekmovanje za kegljače iz vseh pokrajinskih društev



TRETJI KROG LIGE ZPS V STRELJANJU

V lepem baročnem mestecu Ptuj je 13. 2. 2011 potekal tretji krog lige v streljanju ZPS s serijsko zračno puško na strelišču SK Ptuj v športni dvorani Mladika.

Organizacijo so prevzeli strelci DPSS iz Maribora s sodnikom Robertom Šimenkom. Tekmovanja se je

udeležilo šest pokrajinskih društev paraplegikov s 24 nastopajočimi člani, ki so tekmovali posamezno v skupini SH1, SH2 in ekipno.

Samo tekmovanje se je začelo precej zgodaj, zato so bili med prvimi strelci člani bližnjih društev. Tako je tekmovanje potekalo po

časovnem načrtu in se je ob 13. uri tudi uradno končalo.

REZULTATI:

V skupini SH1 je nastopalo 14 članov društev, dosegli pa so naslednje rezultate:

1. Franc Pintar, DP severne Štajerske (374 krogov)
2. Jožef Franc, DP Prekmurja in Prlekije (360 krogov)
3. Martin Goranc, DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja (360 krogov)
4. Željko Geci, DP Istre in Krasi (354 krogov)

V skupini SH2 je nastopilo osem članov društev. Njihovi dosežki pa so:

1. Leon Jurkovič, DP Prekmurja in Prlekije (371 krogov)
2. Slavko Dunaj, DP Prekmurja in Prlekije (369 krogov)
3. Veselka Pevec, DP ljubljanske pokrajine (368 krogov)
4. Franc Baum, DP Prekmurja in Prlekije (351 krogov)

Ekipno so bili rezultati taki:

1. DP Prekmurja in Prlekije: Jožef Franc, Slavko Dunaj, Leon Jurkovič s 1100 krogi
2. DP severne Štajerske: Franc Pintar, Zdenko Lilek, Ivan Žalig s 1067 krogi
3. DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja: Martin Gorenc, Mirko Sintič, Franci Škrbina s 1038 krogi

Po končanem uradnem delu je bila v bližnji restavraciji majhna zakuska in prijetno druženje, ki takšnim in podobnim srečanjem daje poseben namen in čar.

Ivan Regoršek
DPSS - Maribor



Franc Pintar pri popravilu puške



Po tekmovanju prijetno druženje



TRADICIONALNI HITROPOTEZNI ŠAHOVSKI TURNIR V MARIBORU

EKIPNA ZMAGA V ŠAHU

Društvo paraplegikov severne Štajerske je 26. 2. 2011 organiziralo tradicionalni hitropotezni šahovski turnir.

Turnir je potekal v gostišču Taborka v Mariboru, udeležilo pa se ga je 20 šahistov iz petih regijskih društev paraplegikov: DP Istre in Krasa, DP ljubljanske pokrajine, DP jugozahodne Štajerske, DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja in organizator turnirja DP severne Štajerske.

Tekmovali so v posamični konkurenci ter ekipno. Po švicarskem sistemu so tekmovalci odigrali pet krogov v hitropoteznem šahu; na voljo so imeli 10 minut, težje gibalno ovirani tetraplegiki pa 12 minut pri posamičnih partijah.

Po končanem posamičnem turnirju so izbrali po tri tekmovalce, ki so se po Bergerjevem sistemu pomerili v ekipni konkurenci. Odigrali so pet krogov.

REZULTATI:

EKIPNO:

1. mesto: DP severne Štajerske, tekmovalci Pinter, Petek in Koren
2. mesto: DP ljubljanske pokrajine, tekmovalci Planinc, Žakelj in Dimitrovič
3. mesto: DP jugozahodne Štajerske, tekmovalci Mikec, Kerč in Kandorfer
4. mesto: DP Istre in Krasa, tekmovalci Gašperut, Fahrič in Jakomin
5. mesto: DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja, tekmovalci Puškar, Kerenc in Radej

POSAMIČNO (prvi trije tekmovalci):

1. mesto: Edo Planinc s 4,5 pike, DP ljubljanske pokrajine
2. mesto: Aleksander Kandorfer s 4 pikami, DP jugozahodne Štajerske
3. mesto: Bogdan Petek s 4 pikami, DP severne Štajerske



Prvi trije tekmovalci so prejeli medalje, prve tri ekipe pa pokale, ki jih je podelil predsednik DPSŠ Maribor, Alfred Lasetzky. Arbiter tekmovalca Branko Vajda je skrbel, da je tekmovalje potekalo brez zapletov.

Po krajšem nagovoru predsednika DPSŠ in podelitvi medalj ter pokalov je sledila majhna zakuska, na kateri so tekmovalci v sproščenem vzdušju pokomentirali samo tekmovalje ter zagotovili, da se v naslednjem letu na šahovskem turnirju spet srečajo.

Ivan Regoršek
DPSŠ Maribor

Pokale so prejeli predstavniki prvih treh mest v ekipnem tekmovalju.



ŽNIDARŠIČ IN MEHLE NAPREDOVALA

Mednarodno združenje slikarjev, ki rišejo z usti ali nogami (VDMFK), ima v svojih vrstah okrog 800 slikark in slikarjev z vsega sveta.

Od teh je približno 100 polnopravnih in prav toliko pridruženih članov, drugi pa so študenti. In naša mala Slovenija ima v tem elitnem združenju kar dva polnopravna člana, enega pridruženega in sedem študentov. Če bi to število primerjali s številom prebivalcev na našem planetu, smo na tem področju prav na vrhu. Med njimi je kar osem tetraplegikov in dva od njih si tokrat zaslužita vse naše čestitke.

To sta Benjamin Žnidaršič, ki je postal polnopravni član, in Silvo Mehle, ki je postal pridružen član. Beno se je tako pridružil Vojku Gašperutu, pričakujemo pa, da tudi Silvo ne bo prav dolgo ostal sam s tem vzdevkom. Oba sta »napredovala« s prvim marcem 2011. Povemo naj, da o včlanitvi



Enako poslanstvo po šolah opravlja tudi Silvo Mehle.

med polnopravne člane odloča zbor delegatov, med pridružene člane pa predsedstvo združenja, seveda pa enemu in drugemu botruje le kvaliteta ustvarjenih del.

Prav gotovo imajo za njuno napredovanje zasluge mentorji: Rasso Causevig, Jože Potokar, akademski slikarji Mladen Stropnik, Benjamin Kreže, Izidor Jalovec, Milan Erič in vsi, ki so pred njimi izpopolnjevali naše likovne umetnike. Zahvala gre tudi založbi UNSU, ki skrbi za promocijo teh slikarjev ter njihovih del in jo že vrsto let zelo uspešno vodi direktorica Klára Soós.

Seveda pa se je treba zahvaliti tudi Likovni sekciji pri Zvezi paraplegikov Slovenije, ki pripravlja mesečne likovne delavnice in kolonije, na katerih se pod mentorskimi vodstvi izpopolnjujejo naši likovni umetniki.

Jože Globokar



Benjamin Žnidaršič predstavlja učencem slikanje z usti.



GRAFIČNA KOLONIJA SEMIČ 2011

Naši likovniki smo v Domu paraplegikov od 12. do 16. januarja sodelovali na grafični delavnici, na kateri smo pod mentorskim vodstvom grafika in risarja Jožeta Potokarja izdelovali grafične plošče za sodelovanje na Zlati paleti.

Mi smo se odločili za že skoraj pozabljeno tehniko suhe igle. Kot vsako leto je tudi letos na razpisu prva od tehnik na vrsti risba, takoj zatem pa grafika. Prav pri grafiki smo bili paraplegiki zelo uspešni in smo dobili kar nekaj certifikatov kakovosti ter tudi najvišje priznanje zlato paletto, ki jo podeljuje Zveza likovnih društev Slovenije.

Delavnice so se udeležili: Jožica Ameršek, Zorica Razboršek, Branko Rupnik, Miran Jernejšek, Franc Ekart, Damjan Rogelj, Benjamin Žnidaršič in Boris Šter. Po končanem in zelo uspešnem delu je mentor zbral grafične plošče, da jih bo pripravil za odtis in odtise tudi naredil. Tiskamo v delavnici likovnega društva Relik v Trbovljah, katerega



Likovnik Branko Rupnik pri izdelovanju grafične plošče

člani smo tudi nekateri slikarji paraplegiki. Strokovna komisija oceni prispela dela in podeljuje nagrade, najboljši izdelki pa pridejo na sklepno razstavo.

Ocenitev bo na začetku aprila, razstava konec aprila, kraj pa še ni določen. Smo se pa domenili z

Domom kulture v Semiču, da ima naša likovna sekcija v maju v njihovih prostorih razstavo na temo Bela krajina, grozdje in vino. Pripravite slike v čim večjem formatu in jih pripravite za razstavo. Dela bo ocenil mentor Rasso Causevig.

Boris Šter

V VRTCU V CHERVIGNANU V ITALIJI PREDSTAVITEV INVALIDNOSTI OTROKOM

Vojko Gašperut in Benjamin Žnidaršič sta v torek, 14. decembra 2010, obiskala vrtec v Cervignanu del Friuli v Italiji.

Na pobudo ravnatelja vrtca in našega prijatelja Nevia Puntina smo otrokom imeli možnost predstaviti invalidnost, slikanje z usti in našo vztrajnost pri slikanju. Ker otroška radovednost ne pozna meja, je bilo srečanje zelo zanimivo.

Deževala so različna vprašanja, ki se porajajo v otroških glavicah. Ko pa smo začeli slikati, so bili prav tako,

kot so bili domiselni z vprašanji, ustvarjalni pri slikanju z usti.

Benjamin Žnidaršič

Otroci so bili radovedni, njihovim vprašanjem smo se tudi nasmejali.





LIKOVNE DELAVNICE

DOGAJANJE IZ OZADJA SLIKARSKIH DELAVNIC

Pred kakimi osmimi leti me je naš član Radovan Gros, s katerim sva bila skupaj na rehabilitaciji, nagovoril, da bi začel rezbariti v les. Bil sem zelo presenečen, saj nisem vedel, da se ukvarja s tem in da je na tem področju pravi mojster.

Čeprav sem tudi sam že nekaj poizkušal, mi ni najbolj uspelo, zato sem bil spodbude zelo vesel. Kmalu smo se dogovorili za prve učne ure rezbarjenja. Pridružil se nama je še nekaj članov, toda kmalu sva ostala le dva (poleg mene še Jakob Kaučič). Hitro sem uvidel, kakšne napake sem delal, ko sem rezbaril po svoje. Takoj sem videl tudi, da nimam pravega orodja.

Prva naloga je bila torej nabava rezbarskega orodja, ki pa ni poceni. Takrat je bilo pri društvu še več posluha za te stvari in pomagali so nabaviti nekaj osnovnega orodja, za kar sem takratnemu vodstvu zelo hvaležen.

Začeli smo torej resno delati. Komaj sem čakal, da se ob četrtkih začnemo dobivati v osnovni šoli Gustava

Šiliha v Mariboru. Tam smo v tehnični delavnici pridno brusili in rezali les, ki nam ga je nabavil mentor. Na naše veliko veselje in presenečenje so nastali naši prvi izdelki.

Kmalu smo se pridružili tudi likovnikom preostalih društev, ki delujejo v okviru Zveze, in najprej smo se udeleževali enodnevnih delavnic. Ker v nekaj uricah z lesom ne moreš narediti veliko, sem pomislil, da bi poizkusil tudi s slikarstvom, ki me je od nekdaj privlačilo in zanimalo.

Videl sem, da imajo člani zveze tudi dva dobra mentorja, nabita s slikarskim znanjem, obvladata pa tudi risanje, grafiko in različne slikarske tehnike.

Počasi sem se jim začel pridruževati. Tako sem se prvič udeležil enotedenske likovne kolonije v Semiču. Prvo moje delo je bila s tušem narisana slika, ki je prav gotovo ne bi nikomur pokazal. Ne da bi vedel, jo je eden od mentorjev obesil na razstavo, ki je bila na koncu likovne kolonije. Bil sem presenečen, ko sem svojo sliko zagledal na razstavi v Semiču.



Tudi mentor včasih občuduje naša dela.

Tako se je začelo. Od takrat se udeležim skoraj vsake likovne delavnice in kolonije, ki jih prireja Zveza ali posamezna društva. Na teh delavnicah se zelo veliko naučimo. Imamo odlična in zelo zanimiva mentorja. Če ju na hitro pogledaš, sta si celo podobna. Oba nosita dolge lase, imata približno enako pričesko, le da je eden bolj temen, drugi pa svetlejši, sta pa skoraj enako velika. Prav zanimiva sta, kadar sta skupaj. Čeprav sta prav prijazna in dobra, znata tudi dobro skritizirati naša dela.

Včasih nas spravita v pravi obup. Tako se na delavnica sliši tudi kakšna sočna kletvica in celo kakšne solze se pojavijo, še posebno pri umetnicah nežnejšega spola. Lahko rečem, da sta stroga, toda vedno pripravljena pomagati, svetovati in tudi vse skupaj obrniti v kakšno šalo. Na delavnicah je vselej pestro in večinoma dobro razpoloženje.



Če mi uspe, sem zelo vesela.



Povedati moram, da so naši člani zelo marljivi in da v nekaj dneh, kolikor smo skupaj, nastane kar nekaj občudovanja vrednih del.

Včasih opazujem »stare mojstre«, kako z lahkoto ustvarjajo, jaz pa se mučim in trudim, kar se da. Moram povedati, da je med nami nekaj odličnih slikarjev, ki že dolgo slikajo. Takšna sta Vojko Gašperut in Branko Rupnik (zame najboljši slikar med paraplegiki in tetraplegiki), odličен portretist. Ali pa Zorica Razboršek ali Ljudmila Turk. Res se ti s slikarstvom ukvarjajo že dolga leta ali vse življenje in imajo poleg talenta še veliko izkušenj. In tudi ti stari mački nam radi kaj pomagajo ali svetujejo (ali pa skritizirajo).

Te delavnice so zares prijetne in

koristne. Vedno se dogaja kaj zanimivega. Včasih se nam pridružijo tudi likovniki drugih društev (denimo slabovidni), pa tudi hodeči ali, kakor pravimo, »zdravi slikarji«. Vedno se naučim kaj novega. Zato komaj čakam, kdaj bo naslednja delavnica, čeprav vem, da me bo mentor ozmerjal, zakaj kupujem platna pri Lidlu, in mi rekel, naj vržem svoje čopiče (kupljene pri Hoferju) v kontejner.

Kaj hočem? Kvaliteten slikarski material je zelo drag in tako ga nabavljamo le, kadar so kakšne akcije v teh trgovinah.

Kljub temu tudi s tem materialom nastane izdelek, ki je všec meni, pa tudi drugim. S tem je poplačan ves trud, pa tudi stroški.

Še pomembnejše pa je, da ustvarjamo skupaj. Da se srečamo in smo pravi prijatelji, vedno pripravljeni pomagati ali svetovati drugemu, naj bo tako ali drugače. Iz vsake delavnice prinesem bogate izkušnje, vedno več znanja in osebnega zadovoljstva.

Malo sem opisal dogajanje iz ozadja slikarskih delavnic, da vsaj malo spoznate namen delavnic. Nekateri namreč še vedno mislijo, da ne delamo nič in da hodimo na počitnice. Pozivam vse člane društev (še posebnostno člane našega društva), da se nam pridružijo in začnejo ustvarjati. Vsaj tisti, ki imajo malo talenta ali ki jih stvar zanima. Kajti še vedno velja rek Poizkusiti ni greh!

Miran Jernejšek

PRVA SLIKARSKA DELAVNICA V LETOŠNJEM LETU

Pri Zvezi paraplegikov imamo kar 24 slikark in slikarjev, med njimi dve tetrapleginji in šest tetraplegikov, ki so člani elitnega mednarodnega združenja slikarjev, ki slikajo z usti ali nogami. Imamo celo dva polnopravna in enega pridruženega člana tega združenja.

Vsi slikarji imajo na spletni strani Zveze svoje podstrani, kjer se predstavljajo s svojimi deli in kritikami poznavalcev likovne umetnosti. Do njih pridete, če v glavnem meniju kliknete Kultura in nato Slikarji.

Razen dveh slikark so vsi naši slikarji aktivni in ustvarjalni. Pri tem ima prav gotovo veliko zaslug Likovna sekcija, ki pod okriljem Zveze vse leto v različnih krajih pripravlja likovne delavnice in likovne kolonije. Prva letošnja likovna delavnica je bila 28. februarja v prostorih Zveze. Nekaj več kot deset slikark in slikar-

jev je ustvarjalo nova dela, njihovo nastajanje pa je spremljal mentor Rasso Causevig.

Pri vsakemu slikarju se je nekaj časa zadržal, opazoval delo, nato pa opozoril na nepravilne poteze. Zatem jim je svetoval, kako naj bi slika dobila pravo podobo in kvaliteto. Likovne tedenske kolonije v Semiču in Pacugu bodo ponudile še več možnosti pri izpopolnjevanju naših slikark in slikarjev. Na njih bosta kot mentorja poleg Rassa Causeviga letos verjetno sodelovala tudi akademski slikar Izidor Jalovec in Jože Potokar.



Mentor Rasso Causevig (levo) svetuje, kaj naj Željko Vertelj na svoji sliki popravi.

Zelo dobro razvejeno in uspešno kulturno dejavnost pri naši Zvezi vodi slikar Boris Šter, povemo pa naj, da so naši najboljši slikarji doma in v tujini prejeli kar nekaj visokih priznanj in nagrad.

Jože Globokar



V SPOMIN IVANU PERŠAKU!

Predsednik Zveze paraplegikov Slovenije v letih 1969-2001

Častni predsednik Zveze paraplegikov Slovenije v letih 2008-2011



je postal paraplegik. Njegovo življenje je vsebovalo življenjski optimizem, kljub usodi, ki ga je priklenila na invalidski voziček. Toda, to ni zlomilo volje do njegovega ustvarjalnega življenja in zavedanja, da je potrebno zgraditi boljši in prijaznejši svet za paraplegike.

S krščanskim nazorom, ki ga je imel in živel, je znal tudi odpustiti. Kot mi je ob priliki dejal, je oprostil tudi posameznikom sorodne organizacije, ki so ga z mečem in ognjeno besedo neupravičeno napadali v letih 2005 do 2007. S tem

dejanjem, je pokazal, da ni samo velika osebnost, ampak tudi moralna avtoriteta, ki je nam lahko vsem za vzgled. Med nami je bil znan kot dober prijatelj, radioamater, v mlajših letih tudi kot aktiven športnik. Po ustanovitvi je organizacijo vodil od 1969 pa do 2008 kot predsednik Zveze paraplegikov Slovenije. Za njegov neizmerljivi prispevek v dobro slovenskih paraplegikov in tetraplegikov, ga je Skupščina Zveze imenovala za prvega častnega predsednika.

Skozi viharna leta na začetku ustanovitve, je organizacijo pripeljal v mirne vode, kjer se je razvijala in nadgrajevala v korist vseh, ki smo si poškodovali ali oboleli na hrbtenjači. In kot je sam zapisal v Zbornik pred tremi leti ob štirideset letnici Zveze: »Temelji so postavljeni za vedno, vsem in vsakemu, ki si bo nesrečno zlomil steber življenja – hrbtenjačo«. In na njegovih temeljih gradimo svojo prihodnost slovenski paraplegiki in tetraplegiki. Pomembnost le tega je ocenila tudi slovenska država, ki mu je leta

1996 za njegov prispevek v dobro slovenskim invalidom podelila Srebrni častni znak svobode Republike Slovenije.

Morda je Ivana karakterno v celotnem opusu življenja najlepše opisal naš pesnik Benjamin Žnidaršič, ki mu je v sonetu zapustil večni spomin, še živečim pa v opomin.

Na krilih duša je od nas odplula,
v neznani kraj tja daleč pluje,
kot veliko mehko listje se osuje,
teho z grudo rodno bo razsula.

Cvetočo vejo burja je odrula,
nemir in žalost naša srca kljuje,
naj rož v novem domu ti nasuje,
bo duša v vrtove zvezd zaplula.

Ko bodo te nosili hladni vali,
le sanjaj mehke trave in drevesa,
da lepih dnevoov še ne bi končali.

Za vsa tako premagana peresa,
ki so v molitvi udi žalovali,
v višavah odprta so nebesa.

Od njega smo se poslovili v petek 25. marca 2011 ob 14. uri na pokopališču Mala Nedelja v Slovenskih Goricah. V trenutku, ko smo se poslovljali od dragega nam Ivana, smo se zavedli, da ga bodo najbolj pogrešali žena Gabrijela ter sinova Tilen in David. Vsem trem sem v imenu vseh članov in sodelavcev Zveze paraplegikov Slovenije, ki Ivana ohranjamo v spoštljivem spominu, izrekel iskreno sožalje. Njegovo vedrino bomo pogrešali vsi, ki smo je bili kadarkoli deležni. Kljub svoji paraplegiji je živel polno življenje, zato mu želimo naj mu bo rahla zemlja Slovenska, katero je tako ljubil in naj počiva v miru.

Dane Kastelic

(Članek zaradi izrednega dogodka ni lektoriran)

Nepričakovano in mnogo prezgodaj me je v zgodnje pomladno jutro, 23. marca kot britev zarezala beseda: » Ivan je umrl! »

Pretreseni ob novici, njegovi najbližji nekdanji sodelavci in prijatelji kar nismo mogli verjeti, da je prenehalo biti dobro in plemenito srce. Pogledi med nami in zamolkla beseda na drugi strani telefonske žice ob slišani novici, sta povedali svoje. Občutki, ki so prevaleli vsakega posebej, so se preko telegrafskega spomina vračali v preteklost, ko smo kot sodelavci in prijatelji delili usodo življenja na invalidskem vozičku.

Slovo je zmeraj boleče, še zlasti, če je na zemlji dokončano. Bolečina je še toliko večja in grenkejša, če se moramo iz svoje sredine posloviti od očeta, moža, prijatelja, sočlana, ki je bil tudi pobudnik in soustanovitelj naše organizacije. Ivanova pot se je začela v tej Prleški pokrajini 11. decembra leta 1934. Po usodnem padcu, ko si je leta 1959 blizu Beograda poškodoval hrbtenico in



ZAHVALE

Zvezi paraplegikov Slovenije, DP ljubljanske pokrajine, se zahvaljujemo za organizacijo turnirja v namiznem tenisu v spomin na našega moža in očeta Iztoka Kilibarda, 21. januarja 2011, v Ljubljani.

Družina Kilibarda

Zvezi paraplegikov Slovenije in Društvu paraplegikov jugozahodne Štajerske se iskreno zahvaljujem za izkazano socialno pomoč, ki je bila v danih razmerah zelo dobrodošla.

Dominik Pesjak

Zvezi paraplegikov Slovenije se prav lepo zahvaljujem za izposojno stopnišnega vzpenjalca.

Stanislava Huzjan

Zahvaljujem se Zvezi paraplegikov Slovenije za denarno pomoč pri nabavi kurjave za zimo.

Emil Filipič

Zvezi paraplegikov Slovenije in Društvu paraplegikov severne Štajerske se iskreno zahvaljujem za denarno pomoč pri gradnji dvizne

ploščadi.

Marija Kerec

Zvezi paraplegikov Slovenije se iskreno zahvaljujem za denarno pomoč, ki ste mi jo dodelili za nakup nove peči za ogrevanje.

Hvaležna **Zorica Razboršek**

OGLASI

Društvo paraplegikov Gorenjske podari hidravlično stojko, primerno za stojo za paraplegike pa tudi za tetraplegike.

Poleg tega podarimo tudi električni voziček Meyra manjših dimenzij, širina sedeža je 34 cm.

Prodamo rampo za kombi. Mere so: dolžina pribl. 102 cm, kadar je sklopljena, razstavljena pa pribl. 204 cm; širina 102 cm. Cena je 250 EUR.

Dodatne informacije na tel.: 04/23 545 50 ali GSM: 051/612 445



Prodam nov jogi Latex pur sanitet za bolniško posteljo 200 x 90 cm, višina 15 cm. Prevlaka je pralna in ima ob strani zadrgo. Nabavna cena je bila 120 EUR, prodajamo ga za 70 EUR. Za dodatne informacije pokličite 041/393 602, Alenka.

NAŠI UMRLI ČLANI

Srečko TESKAČ,
član DP severne Štajerske,
rojen 7. 1. 1971

Evgen BARANJA,
član DP Prekmurja in Prlekije,
rojen 20. 12. 1947

Rudi ČRNIČ,
član DP Dolenjske, Bele krajine
in Posavja, rojen 22. 7. 1942

Vlado LAZAR,
član DP Prekmurja in Prlekije,
rojen 15. 12. 1941

Sebastijan BERNIK,
član DP Gorenjske,
rojen 12. 12. 1978

Štefka PUCKO,
članica DP Prekmurja in Prleki-
je, rojena 10. 8. 1960

Darinka RADUHA,
članica DP severne Štajerske,
rojena 22. 6. 1965

Dragica PIRJEVEC,
članica DP severne Primorske,
rojena 28. 11. 1920

Olga JEREBIČ,
članica DP Prekmurja in Prlekije,
rojena 4. 6. 1932

Marija ČERNIVEC,
članica DP ljubljanske pokrajine,
rojena 10. 7. 1935

Anica ČOP,
članica DP Gorenjske,
rojena 29. 1. 1932

Vida ŠKET,
članica DP severne Štajerske,
rojena 13. 3. 1950



KVIZ ZA RAZVEDRILO

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

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

1. Največji pritok Save je:

- C - Ljubljana
- A - Krka
- P - Savinja

2. Kateri otok leži v Sredozemlju?

- B - Ibiza
- U - Tenerife
- L - Zanzibar

3. S katerim dnem se začne mesec, če je 13. petek?

- Č - s soboto
- D - z nedeljo
- V - s ponedeljkom

4. Vrstni red olimpijskih krogov v 1. vrsti je:

- E - moder, črn, rdeč
- A - zelen, črn, rumen
- I - moder, zelen, črn

5. Katera država meji na morje?

- J - Niger
- T - Uganda
- I - Tanzanija

6. Kje se je rodil Napoleon?

- B - na Elbi
- J - na Korziki
- R - na Sveti Heleni

7. Kje se je začela 2. svetovna vojna?

- S - v Avstriji
- Ž - v Slovaški
- K - na Poljskem

8. Čisto zlato ima:

- D - 18 karatov
- Š - 22 karatov
- L - 24 karatov

9. V Štanjelu je galerija:

- M - Lojzeta Spacala
- C - Franceta Miheliča
- E - Avgusta Černigoja

10. Kaj so praline?

- F - geološke dobe
- G - smeri gibanja
- N - čokoladni bomboni

11. Avtor Kugyjevega spomenika v Trenti je:

- A - Lojze Dolinar
- O - Jakob Savinšek
- E - Drago Tršar

12. Kdo ni metulj?

- H - apolon
- B - admiral
- P - metuljarica

13. Soncu najbližji planet je:

- R - Venera
- Č - Zemlja
- T - Jupiter

14. Dobitnik Borštnikovega prstana 2010 je:

- D - Peter Ternovšek
- Z - Aleksander Valič
- S - Janez Hočevar

15. Avtor CD plošče Ženska, ženske, ženski je:

- Š - Aleksander Mežek
- T - Tomaž Domicelj
- F - Andrej Šifrer

16. Dobitnik Prešernove nagrade 2011 je:

- H - Zlatko Kaučič
- R - Branko Robinšak
- U - Miroslav Košuta

17. Škoromat je pustna šema:

- N - v Cerknem
- Z - v Brkinih
- L - v Dobropolju

18. Ledvične bolezni zdravi:

- J - pulmolog
- I - kardiolog
- Ž - nefrolog

Albin Rožman

Rešitev kviza iz 123 številke:

ČLOVEK NI NIKOLI TAKO NESREČEN, KOT MISLI, NITI TAKO SREČEN, KOT JE UPAL DA BO.



| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------------|-------------------------------|-----------------------------------|---------------------------|---|--------------------------------|--|---|---|---------------------|---------------------------|-------------------------------------|----------------------------|--|
| | | | | | | KRMAR NA REČNEM SPLAVU, FLOSAR | BOKSARSKI UDAREC OD STRANI | ORODJE ZA GLAJENJE, LIKALNIK | OTOK V NOVIH HEBRIDIH | BALZACOV STRIČEK... | NOVO MESTO | NEKDANJI NAROD NA IBERSKEM POLOTOKU | VELIKA MESTNA CERKEV | |
| | | | | | SKLEPNA VEZ OBEH DELOV CEPČA | | | | | | | | | TEMNO-POLTA MANEKENKA CAMPBELL |
| | | | | | OSEBA, KI IMA VEDNO NEKE PRIPOMBE | | | | | | | | | |
| | | | | | NEKDANJI HRV. PEVEC (DUŠKO) NESPAMET (KNIŽNO) | | | | | | ETILEN | | | |
| | | | | | | | | | SPREGANJE, SPREGATEV | | | | | |
| | | | | | | | | | ČRNO LISASTA ZVER | | | | | |
| AVTOR: GEORG GIDER | KALILNO SREDSTVO | SNOV PRUJETNEGA VONJA | OSNOVNA HRANA VEČINE ČLOVEŠTVA | NIZKO OBUVALO ISLANDIJA | | | | | | | LADUSKA KOTVA | | | |
| | | | | | | | | | | | STENA | | | |
| NAGLO NAPREDOVANJE V SLUŽBI | | | | | | | ZELENICA V PUŠČAVI HLINAV PREBRILSANEC | | | | | RAČUNAL. POMNILNIK | | |
| STROG KRITIK V JEZOKOSLOVJU | | | | | | | | PORTUGAL. DRAMATIK (VICENTE) JIM CARREY | | | | OČKA | | |
| | | | | | | | | | | | | VRTNA ROŽA, PERUNKA | | |
| ROJSTNI KRAJ PISATELJA MILČINSKEGA | | | | IVO ZORMAN | | | M. OBLIKA IMENA LJUDMILA | | | | | | VARIANTA PRIMKA MILČINSKI | PODJETJE ZA DISTRIBUCIJO ELEKTRIČNE ENERGIJE |
| | | | | | | | NERESNICA | | | | | | | |
| IVANKA MEZAN | | | IGRALEC NA TIMPANE PAVKE, PAVKIŠT | MAJHNA CULA | | | | | | | LEGENDA BOKSA HOLYFIELD | STIK ROKE S TRUPOM | | |
| | | | | | | | | | | | | EKSPLOZIVNO TELO | | |
| SOCVETJE PRI TRAVAH | | | | GL. MESTO JORDANIJE | | | | NEODLOČEN IZID | | | | | IVAN LEVAR | |
| | | | | ZMRZAL NA SNEGU | | | | ŠKATLICA ZA PUDER | | | | | OLEPŠAVA (KNIŽ.) | |
| POŠKODBA TKIVA ZARADI TIŠČANJA | | | | | | | | | KRAJ PRI SL. BISTRICI | | | | | |
| | | | | | | | | | KIT. ARHITEKT (IEOH) | | | | | |
| | | VELIKI BRKATI POLARNI SESALEC | | | | | PREDSTOJNIK OBČINE | | | | | | OCET | |
| | | IGRALNICA V NOVI GORICI | | | | | VELIKA JAPONSKA LUKA | | | | | | IZDELOVALEC KRST | |
| | | VRSTA LOKVANJA | | | | | | NEKDANJI DROBIŽ, BELIČ | | | | | | KOLO PRI KMEČKEM VOZU (KNIŽNO) |
| | | | | | | | | HENRIK IBSEN | | | | | | |
| UREJEN DEL OBALE ZA KOPANJE | | | | | | MESTO V MAKEDONIJI | | | | | | PRVI RIMSKI ZALOZNIK | | |
| | | | | | | SIRSKO VELEMESTO | | | | | | PROSTOR ZA TABORJENJE | | |
| ELEKTR. NABIT DELEC | | | | ODPRTO OGNJIŠČE | | | | | RUSKI REŽISER (NIKOLAJ) VLADAR MONGOLOV | | | | NOBELIJ | |
| | | | | 14. GRŠKA ČRKA | | | | | | | | | ENOTNI VEKTOR V MATEMATIKI | |
| PRIPRAVA ZA PRIŽIG, UGASNITEV SVETILKE | | | | | | | OKUŽENOST Z LIČINKAMI TRAKULJE | | | | | | | |
| | | | | | | | IRAN | | | | | | | |
| ANGLEŠKA MANEKENKA (KATE) | | | | AMERIŠKA PISATELJICA JONG | | | | | | | NEKDANJA NEMŠKA VALUTA | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| DOLGE RIBIŠKE VILICE | | | | NAŠE OBMORSKO MESTO | | | | | | | NAMIZNA SERVIETA, PRTIČEK | | | |



ARISTARH - strog kritik, **EKK** - sovjetski filmski režiser
DENARIČ - nekdanji drobiž, **AOMORI** - japonska luka
EPI - malenazijski otok, **VISOLE** - kraj pri Sl. Bistrici

Pravilno geslo križanke iz št. 123 se glasi: POLNO VREČO ZDRAVJA IN VESELJA

Nagrajenci križanke iz Paraplegika števil. 123: BOBNARIČ Slavko, Dolga Iesa 11, 2270 ORMOŽ,
 PUČ Tomaž, Miaka 7, 1332 STARA CERKEV, ZAKOVŠEK Ljubica, Blažičeva 13, 1126 LJUBLJANA.
 Vse tri nagrade so v vrednosti 20,00 EUR.

Pravilno geslo križanke napišite na dopisnico in pošljite najpozneje do 20. maja 2011 na naslov:
 Zveza paraplegikov Slovenije, p.p. 5714, 1001 Ljubljana.



ZA ŽIVLJENJE BREZ BOLEČIN... vrhunska rehabilitacija v Termah Zreče

- **Terme Zreče** (naravno termalno zdravilišče z akrotermalno vodo, ki vsebuje kalcij, magnezij in hidrogenkarbonat ter temperaturo 34,5°C na izviru).
- **Rogla, klimatsko zdravilišče** (naravno klimatsko zdravilišče na nadmorski višini 1.517 m).
- **Samoplačniške ambulate** (specialistična ortopedska ambulanta, specialistična internistična srčno žilna ambulanta, specialistična nevrološka ambulanta, specialistična ambulanta za prostato in erekcijske motnje, specialistična varikološka ambulanta, specialistična revmatološka ambulanta, ambulanta za plastično kirurgijo).
- **Strokovno usposobljeno zdravstveno osebje** (programi zdravljenja in rehabilitacije se izvajajo v sodobno opremljenem medicinsko centru s strokovno usposobljeno ekipo zdravnikov, fizioterapevtov in medicinskih sester).
- **Pohorska šota** (naravni vir zdravja in dobrega počutja ter edinstveno naravno zdravilo, ki ga odlikujejo ekološka čistost ter učinkovitost pri zdravljenju in lajšanju revmatičnih in drugih obolenj).
- **Kinezioterapija** (individualne vaje, proprioceptivne vaje, vaje za ravnotežje, raztezne vaje in uporaba posebnih terapevtskih tehnik Cyriax, Mulligan, Trigger).
- **Elektroterapija** (protibolečinska elektroterapija, terapija z DD, interferenčnimi tokovi, elektrostimulacija).
- **Hidroterapija** (vodena vadba v terapevtskem bazenu temperature 36° C ali v rekreacijskem bazenu temperature 32° C, razgibavanje v kadi s terapevtsko vodo, podvodno masažo, biserno kopel, štiricelične kopeli).
- **Mehanoterapija** (terapevtske ročne masaže, limfne drenaže, ultrazvok masažo, mikromasažo oz. hipobarično terapijo Vacusac, motorizirano intermitentno trakcijo, lasersko terapijo in magnetno terapijo).
- **Termoterapija** (fango obloge, šotne obloge in šotne kopeli, parafinske obloge, obloge z ledom ali termo vrečkami).



Terme Zreče

Najdi svoj nasmehek!



MODRO V TERMAH ZREČE

17. 04. do 27. 11. 2011

Program vključuje: 5 ali 7x polpenzion, 6 ali 8 dni kopanja v termalnih bazenih in Gozdnem vodnem parku, zabavno aerobiko, spoznavanje nordijske hoje, 1x pohodno turo do Lovrenških jezer ali popoldansko potepanje z malico, vstop v Savna vas s programom vrtničenja zraka (50% ugodneje), vstop v fitness (50% ugodneje), planinski avtobus na relaciji Zreče - Rogla - Zreče, animacijo za otroke in odrasle

Cena (na osebo v dvoposteljni sobi):

| | 5 dni | 7 dni |
|------------------------|-------|-------|
| VILE TERME ZREČE**** | 235 € | 310 € |
| HOTEL DOBRAVA 2000**** | 290 € | 360 € |

Otrok do 12. leta
GRATIS

UGODNOSTI: 1 otrok do 12. leta, v sobi z dvema odraslima, biva brezplačno
DARILLO: bon v vrednosti 20,00 € za storitve iz individualnega cenika Wellness & Šport v času bivanja

POMLADNI NAJEM V TERMAH ZREČE

od 17. 4. do 17. 07. 2011

Najem vključuje: 3, 5 ali 7-dnevni najem apartmaja, vstop v Savna vas (50% ugodneje), zabavno vodno aerobiko, obisk fitnesa (50% ugodneje), 2 vstopnice za termalne bazene/ dan pri najemi APT 2+2 ali 4 vstopnice za termalne bazene/ dan pri najemu APT4+2, 50% popust za dodatne vstopnice za termalne bazene, animacijo za otroke in odrasle

Cena (na apartma na dan):

| VILE TERME ZREČE**** | 3 dni | 5 dni | 7 dni |
|----------------------|-------|-------|-------|
| APARTMA 2+2 | 189 € | 280 € | 350 € |
| APARTMA 4+2 | 216 € | 320 € | 400 € |

Namestitev je prilagojena invalidom.