



# PARAPLEGIK

GLASILO ZVEZE PARAPLEGIKOV SLOVENIJE

št. 128 / Marec 2012



**MEDNARODNO SODELOVANJE Z EVROPSKIMI PARAPLEGIKI**  
**NOVOSTI O ZAKONU O IZENAČEVANJU MOŽNOSTI ZA INVALIDE**  
**PRELONICA: NAŠI POTAPLJAČI PARAPLEGIKI PRVIČ POD LED**  
**ZMAGOVALKA NATEČAJA ZA NOVO NASLOVNICO**  
**DOSEŽKI V MEDNARODNEM ALPSKEM SMUČANJU**

TISKOVINA  
POŠTINA PLAČANA PRI POŠTI 1130

ISSN 0351-9163



# KAZALO

<b>Delo Zveze</b>	stran	<b>5</b>
<b>Strokovno</b>	stran	<b>8</b>
<b>Intervju</b>	stran	<b>12</b>
<b>Delo društev</b>	stran	<b>14</b>
<b>Koristno</b>	stran	<b>19</b>
<b>Iz življenja</b>	stran	<b>20</b>
<b>Šport</b>	stran	<b>27</b>
<b>Kultura</b>	stran	<b>39</b>
<b>Natečaj</b>	stran	<b>41</b>
<b>Obvestila</b>	stran	<b>42</b>
<b>V spomin</b>	stran	<b>44</b>
<b>Oglasi</b>	stran	<b>44</b>
<b>Razvedrilo</b>	stran	<b>45</b>
<b>Križanka</b>	stran	<b>47</b>

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, Tanja Dular, Jože Globokar, Dane Kastelic, Barbara Slaček, Zmago Šalamun

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: Irena Majce

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

Email: zveza-paraplegikov@guest.arnes.si

Spletna stran: www.zveza.paraplegikov.si

Transakcijski račun: 03170-1001146571

Poštnina plačana pri pošti 1130

Naklada: 1800 izvodov

ISSN 0351-9163

Glasilo vpisano v Razvid medijev pri Ministrstvu za kulturo

Glasilo sofinancirano s sredstvi FIHO





## Pozdravljeni, dragi bralci!

Kar takoj vam moram povedati, da smo invalidi paraplegiki znova dosegli rekord svetovne razsežnosti – Branko bi rekel čudež, ki ga doslej svet ni videl. In res je tako! Govorim namreč o naših potapljačih, ki so naredili prelomnico in se kot prvi invalidi s poškodbo hrbtenjače potapljali pod ledom. Več o dogodku vam ne smem izdati – raje si o tem dosežku preberite članek. Našli ga boste v rubriki Šport, naša tokratna naslovnica pa predstavlja udeležence tega uspeha.

Žal pa moram tokrat tudi gratulirati. Grajo si namreč zaslužijo

naši dopisniki društev. Kot si lahko ogledate na naslednjih straneh, je v rubriki Delo društev zelo zelo malo prispevkov.

Ob tem se vprašam, ali na društvih poteka tako malo aktivnosti ali so le dopisniki bolj ležerni. Ker sem sama optimist, verjamem, da je bila tokrat na delu le spomladanska utrujenost in da bomo lahko že v naslednji številki brali prispevke o aktivnostih naših pokrajinskih društev.

Kot lahko opazite, smo natečaj za novo podobo glasila Paraplegik končali. Upam, da ste z izborom zadovoljni. Nova podoba naj pomeni nov zagon za naše glasilo in s tem še aktivnejše sodelovanje pri

ustvarjanju kvalitetnega glasila. S to mislijo tokrat končujem in vam želim nadvse lepo pomlad!

Za VELIKO NOČ pa polno dobrih, sladkih, pisanih, ostrih in sočnih dobrot!

*Vaša urednica Tina Pavlovič*



Spoštovane članice in člani, komaj smo nehali nazdravljati dobremu letu, že se je v državnem zboru izoblikovala 10. slovenska vlada. Kar nekaj akrobacij, kot v Hitchcockovem scenariju, se je zgodilo, preden je krmilo s široko koalicijo prevzel g. Janez Janša.

Upati smemo, da se bo obdobje svetovne in domače recesije končalo čim prej in tako, da invalidom ne bodo vzete pravice, ki nam lajšajo življenje. Zavedamo se, da se

v vsem ne bomo mogli izogniti, pa vendar ...

Potem ko nam iz vseh medijev sporočajo o zategovanju pasu in posledičnem znižanju pravic, še nisem naletel na informacijo, da nam bodo vzeli ali zmanjšali našo invalidnost. Seveda ne pričakujem, da bo invalidnost z novo vlado izginila! Upravičeno pa pričakujem, da nam bodo pristojni z ukrepi na področju socialnega in zdravstvenega varstva ter medicinskotehničnih pripomočkov olajšali življenje v invalidskem vozičku, ne pa ga zagrenili.

Tako v kratkem pričakujem implementacijo zakona o izenačevanju možnosti ZIMI, sprejetje zakona o osebni asistenci, sprejetega leta 2010, korekcijo že napisanega zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju ter zakona o nepremičninah, ker bomo po prvotni različici morali plačati 30 odstotkov več zaradi invalidnosti, saj potrebujemo več prostora zaradi gibanja z invalidskim vozičkom. Naj vas seznanim s tem, da je Zveza paraplegikov na omenjene anomalije

že opozorila pristojna ministrstva še prejšnje vlade, ki je zakone spisala, pa do danes še nismo dobili odgovora, kljub večkratnem poizvedovanju. Skratka, od nove vlade veliko pričakujemo, tudi v smeri, da bodo neživiljenjske dikcije zakonov spremenili s predznakom pozitivne diskriminacije. Kaj bo in kdaj, pa bomo videli ...

V tem obdobju so končana naša poročila o delu v letu 2011, ki smo jih posredovali našim sofinancerjem, kot so FIHO, Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve, ZZZS, Zavodu za zaposlovanje in ne nazadnje občinam, ki sofinancirajo javna dela. Za nami pa je tudi skupščina Zveze, na kateri so sprejeli poslovni načrt in plan dela za leto 2012.

V času, ko končujem to kolumno, na Zvezi paraplegikov svoje delo s pregledom poslovanja za leto 2011 končujeta tudi dva revizorja s pooblaščenimi revizijskimi hišami. Po zakonu revidirata vse poslovanje Zveze, ali je bilo skladno z zakonodajo in slovenskimi računovodskimi standardi, čeprav imamo trimesečne notranje kontrole.



*Predsednik Dane Kastelic*





V preteklem letu nam je po dolgotrajnih pogovorih in tudi s široko akcijo testiranja med našimi člani uspelo zagotoviti urinske katetre s hidrofилno prevleko. To nam je uspelo s sodelovanjem z Urološko kliniko, Inštitutom za rehabilitacijo in z razumevanjem strokovnih služb ZZZS kot plačnika. S tem se je zelo zvišala kakovost življenja vseh članov, ki tovrstni pripomoček uporabljajo za praznjenje sečnega mehurja.

Prepričan sem, da bodo uspešni tudi dogovori za zvišanje cenovnega stanja za aktivne paraplegike, ki morajo za voziček osnovne kvalitete doplačevati do 50 odstotkov in več. Po pogovorih, ki jih je Zveza februarja opravila z direktorjem UKC Ljubljana, mag. Vrhuncem, strokovno direktorico prof. dr. Olu-povo, direktorjem urološke klinike prim. dr. Sedmakom in direktorjem kirurgije prof. dr. Pleskovičem, smo lahko optimistični glede izboljšanja stanja na tem perečem področju za paraplegike.

Na delovnem sestanku smo se dogovorili, da se bo za paraplegike in tetraplegike organizirala triažna ambulanta v okviru Urološke klinike, dobili bomo »svojega« referenčnega zdravnika, ki se bo specialno

ukvarjal s paraplegijo v okviru svojih delovnih obveznosti in pripravil posnetek trenutnega zdravstvenega stanja slovenskih paraplegikov. Predvidevam, da bo to zahtevna naloga za vse nas. Na sestanku sta bila poleg omenjenih predstavnikov tudi direktor URI Soča mag. Cugelj in predsednik strokovnega sveta pri Zvezi paraplegikov mag. Hočevnar. Pobuda pa je tekla tudi v smeri donatorske akcije zbiranja finančnih sredstev za urodinamsko napravo za potrebe Urološke klinike, ki bo tudi pripomogla k boljši diagnostični obdelavi paraplegikov.

Zaradi pozno sprejetega finančnega načrta ZZZS za leto 2012 pa bo letos zakasnila tudi obnovitvena rehabilitacija, saj se bo začela šele v tem mesecu; upam, da bomo z izvajalci uspeli realizirati udeležbo za vse, ki se boste prijaviili.

Letošnje leto ni samo prestopno, na Zvezi paraplegikov Slovenije in v petih lokalnih društvih je tudi volilno leto. Marca so vsa društva imela zbere članov, ker so potrjevali zaključne račune, člani pa so bili seznanjeni s poročili za leto 2011 in programom društva in Zveze za leto 2012. V petih društvih so izvolili novo vodstvo in organe upravljanja za naslednje štiriletno obdobje ter

predlagali kandidate za vodstvo Zveze. Predsednica skupščine je namreč razpisala redne volitve Zveze paraplegikov Slovenije, ki se bodo izvedle na volilni skupščini maja. Takrat se bo sprejemalo tudi letno poročilo za leto 2011. Več o tem pa gotovo v junijski številki.

Smo v čudovitem času, ko se spreminja narava, ki z bujno vegetacijo naznanja nov začetek življenja in vzbuja pričakovanja po nečem novem. Ta čas tudi vlada sprejema obilico zakonov in aktov, ki bodo imeli dolgoročne posledice za vse državljane Slovenije, in upam, da ne bodo usmerjeni v zmanjševanje pravic invalidom. Ker to pač niso naša pričakovanja! Pa vendar je tik pred nami velika noč, ki nas tudi navdaja z upanjem, da po težkih preizkušnjah zasije sonce, ki nas vodi v boljši jutri.

Zato tistim, ki vas navdihuje velikonočno jutro, želim blagoslovljene in doživete velikonočne praznike. Vsem preostalim pa tudi veliko notranjega miru, solidarnosti in medsebojnega razumevanja med najbližjimi, kjer živite in delate ter ste, skratka, navzoči s svojo osebnostjo.

*Vaš predsednik Dane*

## SPRAŠUJEMO NAMESTO VAS

**Imate vprašanja o svojem zdravstvenem stanju? Bi jih radi naslovili na svojega zdravnika, a je v ambulanti vedno premalo časa? Ali pa se jih v trenutku, ko ste pri zdravniku, ne spomnite? Postavite jih nam in posredovali jih bomo ustreznim zdravnikom ter objavili v naši novi rubriki VPRAŠAMO NAMESTO VAS v glasilu Paraplegik in na naši spletni strani.**

**Odgovarjali bomo tudi na vaša druga vprašanja glede možnosti in udejstvovanja v programih Zveze paraplegikov ter vašega lokalnega društva.**

**Svoja vprašanja pošiljajte na naslov: Zveza paraplegikov Slovenije, p.p. 5714, 1001 Ljubljana ali na e-mail: [zveza-paraplegikov@guest.arnes.si](mailto:zveza-paraplegikov@guest.arnes.si)**



Mednarodno sodelovanje

## NOVICE PREK NAŠIH MEJA

**Letos bo kongres Evropske zveze paraplegikov, katere članica je tudi Zveza paraplegikov Slovenije, organiziran v Italiji, natančneje v vasici Lucignano (Toskana).**

Ne glede na privlačno lokacijo pa bo letošnja tema zelo resna. Ekonomska kriza, ki že nekaj časa vlada v svetu, je prav gotovo vplivala tudi na življenje nas, invalidov. Tako smo se odločili, da bo letošnja tema kongresa »Ekonomska kriza in njen vpliv na osebe s poškodbo hrbtenice«.

V okviru kongresa bo predstavljena tudi primerjalna anketa, ki jo bomo izvedli v 10 državah v Evropi. Posebna pozornost bo namenjena osebnim asistencijam ter pridobivanju medicinskotehničnih pripomočkov. Več o kongresu si boste lahko prebrali po koncu v eni od prihodnjih števil Paraplegika.

Trenutno tri delovne skupine delujejo na naslednjih področjih: kvaliteta rehabilitacije s stališča uporabnikov, raziskave na področju zdravljenja oseb s poškodbo hrbtenice ter letalski prevozniki in varnostna pravila. Več o posameznih projektih bo objavljeno na spletni strani [www.escif.org](http://www.escif.org), ko bodo projekti končani. Kako se čas hitro obrne, se vidi tudi na primeru volitev. Sam sem član petčlanskega Upravnega odbora ESCIF že štiri leta, tako da bodo letos volitve za eno

mesto v Upravnem odboru. Po razgovoru s preostalimi člani Upravnega odbora sem sam pripravljen na kandidacijo za naslednje štiriletno obdobje. Seveda pa bodo imeli možnost kandidirati tudi osebe iz drugih držav. Trenutno je v Escif vključenih 25 držav.

Letos želimo na Zvezi paraplegikov nadaljevati izmenjavanje izkušenj ter športna in kulturna srečanja z organizacijami paraplegikov prek slovenskih meja. Tako imamo namen sodelovati pri češkem projektu, ki je plod lanskih dogovorjanj ob obisku češke delegacije v Sloveniji.

Ob tej priložnosti smo se srečali tudi s češkim konzulom, njegovo ekscelenco Petrom Voznico. Gospod Voznica je ob priložnostnem obisku pokazal veliko razumevanje za probleme, s katerimi se srečujemo paraplegiki v obeh državah, in izrazil svojo podporo, za kar se mu iskreno zahvaljujemo. Rezultat skupnega projekta bo večja možnost zaposlovanja invalidnih oseb.

*Jani Trdina*



*Delegacija čeških paraplegikov, njegova ekscelenca Petr Voznica in Dane Kastelic*



## 6. redna seja Skupščine Zveze paraplegikov Slovenije

# SESTAL SE JE NAJVIŠJI ORGAN ZVEZE

*V dvorani Vrtnica v Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu RS Soča je bila 16. februarja 6. redna seja Skupščine Zveze paraplegikov Slovenije. Skupščino sestavljajo po trije delegati iz vseh devetih pokrajinskih društev, vodi pa jo predsednica Mirjam Kanalec.*

Po pregledu zapisnika in realizaciji vseh sklepov so se člani skupščine lotili dela. V obsežnem dnevnem redu so najprej prisluhnili predsedniku Danetu Kastelicu, ki je predstavil obsežen finančno-programski plan Zveze za letošnje leto. Dotaknil se je vseh desetih pomembnih sklopov programa – obnovitvene rehabilitacije, osebne asistence, kulturne in športne dejavnosti, interesnih dejavnosti in drugega. Po razpravi je Skupščina program sprejela in potrdila.

Člani skupščine so z velikim zanimanjem prisluhnili tudi poročilu in planu o končni dograditvi Doma paraplegikov v Pacugu, ki ju je pripravil direktor doma Jani Trdina. Poročilo jih je seznanilo s številnimi aktivnostmi, ki so se leta 2011 izvajale v domu. To so bile predvsem skupinske akcije Zveze in pokrajinskih društev, kot so: dnevi kulture, srečanja socialno izključenih, srečanje novih članov in svojcev, kopalni dnevi, seje sprejemi itd.

Plan o nadaljevanju gradnje tako potrebnega doma pa tudi vnaprej ni tak, kot bi si ga želeli. Žal bodo zmožnosti doma (zaradi še neizgrajenega nastanitvenega dela ter nepokritega bazena) letos še vedno okrnjene. V projektu Intersoc si obetamo pridobitev evropskih sredstev, ki bi omogočala tako začetek nadaljnje gradnje nastanitvenega dela kot pokritje bazena. Sodelovali pa bomo tudi na skupnem projektu Overcome challenges s sorodnimi organizacijami iz Češke, Danske, Švice, Slovaške in Nizozemske. Letos pa bomo z vgradnjo klimatskega sistema in nakupom jedilnih mest dvignili tudi kvaliteto bivanja v poletnem času. Predvidevamo tudi izboljšavo na

solarnem sistemu, ki nam bo znižal tekoče stroške z ogrevanjem sanitarne vode. Te aktualne podatke bodo delegati pokrajinskih društev posredovali članom v svojih društvih, kjer jih z zanimanjem pričakujejo. Po razpravi je Skupščina poročilo in plan potrdila.



*Seja 6. redne Skupščine Zveze paraplegikov Slovenije*

Po obsežni razpravi so delegati med akte Zveze sprejeli Pravilnik o kompenziranju invalidnosti in Pravilnik o volitvah, za tem pa obravnavali zadnjo točko dnevnega reda – Pobude in vprašanja. Bilo je kar nekaj zanimivih vprašanj, na katera so odgovarjali predsednik Zveze, direktor doma in predsednica Skupščine.

**Jože Globokar**

## Za preprostejše in kvalitetnejše izločanje seča

# KATETRI S HIDROFILNO PREVLEKO NA NAROČILNICO

*Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije je na seji upravnega odbora sprejel sklep, da se v skupini 11 - Pripomočki pri težavah z odvajanjem seča doda pripomoček s šifro 0924031197 in nazivom urinski kateter s hidrofилno prevleko ali iz silikona ter določi cenovni standard. Pripomoček lahko uporabniki od 1. januarja dobijo na naročilnico, ki jo izda lečeči zdravnik.*

Intermitentna (občasna) kateterizacija je glavna metoda izbora zdravljenja vseh bolnikov, ki imajo težave z nezadostnim praznjenjem sečnika. To

so predvsem osebe s pridobljeno ali prirojeno nevrogeno disfunkcijo spodnjih sečil, ki je posledica okvare na katerem koli nivoju živčnega sistema. Med





njimi smo skoraj vsi paraplegiki in tetraplegiki.

Glavni cilj intermitentne kateterizacije je zagotoviti popolno izpraznjenje urina iz sečnika, izboljšati kontinenco urina, zmanjšati število okužb sečil in preprečiti okvare zgornjih sečil, ki lahko vodijo v ledvično odpoved.

Prednosti katetrov s hidrofilno prevleko ali iz silikona so velike. Njihova drsnost je za 10- do 15-krat večja kot pri navadnih katetrih iz PVC-ja. Obenem so bile pri do 25 odstotkih bolnikov, ki so uporabljali navadne katetre iz PVC-ja, opažene uretralne strukture (zožitve sečnice), medtem ko pri bolnikih, ki so uporabljali hidrofilne katetre, razvoja zožitve sečnice ni bilo.

Študije so tudi pokazale, da je precej manj okužb sečil pri skupini bolnikov z uporabo hidrofilnih katetrov v primerjavi s tistimi, ki so uporabljali navadne katetre iz PVC-ja. Po podatkih je bilo dvakrat več bolnikov s hidrofilnimi katetri neokuženih, da ne govorimo o veliko lažjem in preprostejšem vstavljanju teh

katetrov. Hidrofilni urinski katetri dolgoročno prinašajo veliko prednosti, zlasti zmanjšanje števila zapletov na sečilih, kot so okužbe sečil in pojav zožitve sečnice.

ZZZS je omenjeni pripomoček v skupino 11 uvrstil na predlog Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana, SPS Ginekološka klinika in SPS Kirurška klinika, Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta RS Soča ter Zveze paraplegikov Slovenije, ki je med zavarovanci izvedla obsežno testiranje. Za paraplegike in tetraplegike je to zelo velika pridobitev, saj so tovrstni katetri zaradi odličnih lastnosti dokaj drag pripomoček.

Hidrofilni urinski katetri oz. iz silikona se kot standard na račun sredstev iz zdravstvenega zavarovanja zagotavljajo v večini držav v Evropi.

*Povzel Jože Globokar*

Čestitka

## VOLILNA SKUPŠČINA NSIOS

***Na volilni skupščini Nacionalnega sveta invalidskih organizacij Slovenije (NSIOS), ki je potekala 22. decembra 2011, so pozitivno ocenili delo v dosedanjem mandatnem obdobju in izvolili člane organov NSIOS-a za novo mandatno obdobje.***

V okviru konstitutivne seje upravnega odbora NSIOS-a so bili za člane sekretariata za novo mandatno obdobje izvoljeni: Boris Šuštaršič, predsednik Društva distrofikov Slovenije, za predsednika NSIOS, Dane Kastelic, predsednik Zveze paraplegikov Slovenije, in Frida Planinc, predsednica ZDGNS, za podpredsednika in podpredsednico NSIOS, na mesto zakladnika NSIOS-a pa je bil izvoljen Midhet Huskič, sekretar Društva Študentov Invalidov Slovenije.

Čestitamo vsem, iskrene čestitke pa predvsem našemu predsedniku Danetu Kastelicu!

*Uredništvo glasila Paraplegik*



*Dane Kastelic, predsednik ZPS ter podpredsednik NSIOS*



# LETO 2012 – KJE SMO IN KAM GREMO?

*Po mnogo letih sem bil znova povabljen, da napišem nekaj vrstic za Paraplegika. Bralkam in bralcem naj bi predstavil zakon o izenačevanju možnosti za invalide, seveda predvsem tiste določbe, ki so pomembne za življenje članic in članov Zveze paraplegikov Slovenije (v nadaljevanju: Zveza). Ob tem pa naj bi nekaj besed namenil tudi drugim pomembnim temam, na primer osebni asistenci, zaposlovanju, prenovi zakona o družbenem varstvu ipd.*

### Zakon o izenačevanju možnosti invalidov in prilagoditev vozila

Zakon je bil sprejet oktobra 2010, pisati pa naj bi ga začeli že okoli leta 2002. Spomnim se namreč, da sem istega leta prav o tej temi napisal članek za revijo PET. Verjetno zakon toliko časa ni bil sprejet, ker se ni bilo mogoče dogovoriti, kaj bi se vanj zapisalo. V času mojega direktorovanja na Direktoratu za invalide smo se zato odločili, da najprej pripravimo akcijski načrt za invalide 2007–2013 in s tem določimo smernice in prioritete razvoja, nato pa začnemo pisati ključne predpise.

Tako smo se prvič srečali s predstavniki reprezentativnih invalidskih organizacij, da bi spomladi 2007 skupaj oblikovali predlog zakona. Žal je Slovenija prvo polovico leta 2008 predsedovala EU in vse domače aktivnosti so bile potisnjene na stran! Če predsedovanja ne bi bilo, bi bil zakon – kot tudi zakon o osebni asistenci za invalide – sprejet že leta 2008. Pozneje so prišle volitve in nova vlada ...

Kakor koli, na Direktoratu za invalide smo končno besedilo – ki je bilo usklajen z invalidi! – oblikovali spomladi 2010. Nato pa, meni nerazumljivo, je bilo predloženo besedilo zakona v državnem zboru skoraj v vsakem drugem členu spremenjeno. Nerazumljivo zato, ker smo gradivo uskladili z vladno službo za zakonodajo, državnozborska služba za zakonodajo pa je imela kopicico pripomb. Verjetno je to dogajanje treba razumeti v luči pregovora: »Dva pravnik, tri različna pravna mnenja.«

V prispevku za glasilo Zveze delovnih invalidov Slovenije se mi je zapisalo, da morda na prvi pogled za veliko število invalidov ta zakon ni pomemben. Je pa življenjskega pomena za tiste invalide, ki potrebujejo več podpore za samostojno življenje in so zaradi tega pogosto diskriminirani v postopkih pred organi državne in lokalne samouprave ter izvajalci javnih oblastil in služb. Pomemben je tudi za vse tiste invalide, ki jim ni omogočeno enakopravno sodelovanje v postopkih, ki jim niso dostopni objekti v javni rabi ipd. Pomemben je tudi zato, ker daje pravno podlago



*Odbor OZN za pravice invalidov, katerega član je tudi mag. Cvetko Uršič (zadnja vrsta, drugi z desne)*

za delovanje klicnega centra za gluhe. S systemskega vidika prinaša pomembno novost – ustanovljen bo svet za invalide, kot neodvisno in pluralno telo, ki bo vladi dajal pobude, predloge in priporočila v zvezi z invalidskim varstvom, spremljal pa naj bi tudi izvajanje konvencije o pravicah invalidov. Ne nazadnje ima zakon posebno poglavje o kazenskih sankcijah zoper kršitelje členov, ki urejajo dostopnost itd.

Je pa zakon posebej pomemben tudi za članice in člane Zveze in druge težko gibljivo ovirane invalide. Omogoča namreč tudi sofinanciranje prilagoditve vozila. Delovna skupina, v kateri je aktivno sodelovala tudi Zveza, je že pripravila predlog pravilnika, ki določa:

- kdo so upravičenci do prilagoditve (to so vozniki invalidi in tudi tisti invalidi, ki sami ne morejo upravljati vozila, prilagoditev pa je nujno potrebna za vstopanje in varno vožnjo);
- postopek za uveljavljanje pravice (kje se bo vložilo vlogo; obrazec; strokovno mnenje oziroma načrt prilagoditve vozila, ki ga bo pripravila strokovna skupina na Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Soča);
- standarde prilagoditve vozila, dobo trajanja prilagoditve in
- plačilo prilagoditve (upravičenec plača 15 odstotkov prilagoditve, drugo se sofinancira





iz državnega proračuna oziroma proračuna sklada RS za spodbujanje zaposlovanja invalidov. Za invalide, ki so prejemniki denarne socialne pomoči po predpisih, ki urejajo področje socialnega varstva, ter za invalide, ki jim je priznan status po predpisih, ki urejajo družbeno varstvo duševno in telesno prizadetih oseb, se zagotovi plačilo stroškov prilagoditve vozila v celotni vrednosti posamezne prilagoditve vozila).

Delovna skupina je tudi že naredila seznam prilagoditev s cenovnim standardom za posamezno prilagoditev. Na seznamu je 41 različnih prilagoditev, od najbolj preprostih oz. najcenejših (npr. specialna rokavica na volanu, dvignjen pod vozila kot podpora za peti ali prilagoditev naslona za glavo) do zelo kompleksnih in zato tudi dražjih (npr. celotno elektronsko upravljanje vozila prek upravljalne ročice in prilagoditev vozila za vožnjo z invalidskega vozička).

Žal pa ta trenutek ni mogoče povedati, kdaj bodo lahko prvi upravičenci uveljavljali to pravico. Kot sem zapisal, je osnutek pravilnika narejen, pripravljena sta tudi predloga seznamov tehničnih pripomočkov za senzorno ovirane invalide in prilagoditev vozil za gibalno ovirane. Z javnim naročilom oziroma razpisom bi bilo treba izbrati dobavitelje. Ker pa vlada pripravlja rebalans proračuna in interventni zakon, s katerim bo v letu 2012 omejila finančna sredstva in tudi nekatere pravice, vse do sprejetja proračuna in zakona ne bo mogoče povedati, kaj se bo letos dogajalo z izvajanjem teh določb. Je pa mogoče, da bo začetek izvajanja prestavljen na leto 2013.

Seznam prilagoditev in postopek za uveljavljanje bi podrobneje predstavil takrat, ko bo znan datum začetka izvajanja oziroma ko bo sprejet pravilnik.

### **Zakon o osebni asistenci za invalide**

Napisano je tudi že delovno besedilo zakona o osebni asistenci. Tudi pri pripravi tega besedila so sodelovali predstavniki Zveze. Pričakujemo lahko, da bo letos predlog zakona skupaj s predlogom zakona o dolgotrajni oskrbi poslan v javno razpravo. Tudi o tem zakonu kaj več v eni od naslednjih števil Paraplegika, ko bo tematika aktualna.

### **Sklep**

V koalicijski pogodbi o sodelovanju v Vladi RS za obdobje 2012–2015 je v poglavju o socialni varnosti posebna točka namenjena tudi invalidskemu varstvu. V tej točki je najprej poudarjeno, da bo na »področju invalidskega varstva koalicija razvijala sis-

tem, ki temelji na človekovih pravicah, preprečevanju diskriminacije ter zagotavljanju enakih možnosti in na ta način sledila smernicam iz EU strategije do leta 2020«. V nadaljevanju koalicijska pogodba poudari še nekaj drugih prednostnih nalog za obdobje 2012–2015:

- zagotavljanje primernih in stabilnih sredstev, namenjenih invalidskim organizacijam za izvajanje posebnih socialnih programov. V te namene se bodo tudi v prihodnje zagotavljala sredstva od prirejanja iger na srečo.
- Na področju invalidskega zavarovanja se bo koalicija zavzemala za zagotavljanje delovnim invalidom primerno visokih nadomestil, omogočanje poklicne rehabilitacije in spodbujanje njihovega vračanja na delo v primeru brezposelnosti.
- Koalicija se bo zavzemala tudi za vzpostavitev sistema osebne asistencije za invalide.
- Osebam s posebnimi potrebami (op.: tu so mišljene predvsem osebe z motnjami v duševnem razvoju, ki pridobijo pravice na podlagi zakona o družbenem varstvu duševno in telesno prizadetih oseb iz leta 1983), ne glede na stopnjo njihove oviranosti, bodo omogočili možnost zaposlitve in dela, pa tudi, da bodo za opravljeno delo prejele pošteno plačilo.
- Vsak invalid naj bi imel možnost pridobiti posebno kartico, podobno kot upokojenci, s katero bi dokazoval svoj status in tako lažje uveljavljal različne pravice, ki mu pripadajo, npr. oprostitev plačila turistične takse, popuste pri vožnji z javnimi sredstvi ipd.

Nalog je veliko, posebej če vemo, da se napoveduje zelo počasen izhod iz gospodarske in finančne krize. Vendar so koalicijski partnerji javno razgrnili svoje obljube in naša naloga je, da spremljamo njihovo uresničevanje oziroma jih opozarjamo na to.

Ob tem velja zapisati še pričakovanje, da vlada ne bo »varčevala« pri najranljivejših skupinah, med katerimi so tudi invalidi. Seveda pa tudi invalidi »živijo« v Sloveniji in morajo nositi »sorazmeren« del bremena v obdobju gospodarske in finančne krize, kar invalidske organizacije tudi vedno javno poudarjate.

*mag. Cveto Uršič,  
Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve*



Strokovno izobraževanje

# INTERNISTIČNI BOLNIK V REHABILITACIJI

*Tretjega marca je v predavalnici URI Soča potekalo enodnevno strokovno izobraževanje z naslovom Internistični bolnik v rehabilitaciji, v organizaciji vodje internistične dejavnosti URI Soča prim. Tatjane Erjavec. Prvo srečanje s tem naslovom je bilo organizirano lani, takratnim temam so dodali še dileme pri bolnikih z rakavim obolenjem in arterijsko hipertenzijo. Na strokovnem srečanju so sodelovali zdravniki URI Soča, UKC Ljubljana in bolnišnic dr. Petra Držaja, Topolščica, Golnik Onkološkega inštituta in Klinike za dermatologijo.*

V nadaljevanju bralcem revije Paraplegik predstavlja izsledke najaktualnejših predstavljenih vsebin s področja interne medicine.

Terapevtsko vadbo lahko zaradi njenih dolgoročnih učinkov prištevamo med nefarmakološka zdravila, za njeno pravilno predpisovanje pa je treba vedeti, kakšne fiziološke spremembe lahko pričakujemo pri izvajanju, kdaj jo lahko predpišemo ter katere preventivne ukrepe moramo pri tem upoštevati. Hidroterapija kot oblika zdravljenja celotnega telesa ali posameznih delov z vodo različnih temperatur je ena najstarejših, najcenejših in najvarnejših metod zdravljenja številnih bolezni.

Kadar je posledica bolezni ali poškodbe trajno gibanje z invalidskim vozičkom, se zaradi manjše aktivnosti sklene krog dejavnikov, ki vplivajo na zgodnejši razvoj ateroskeroze. Zato je treba bolnike spodbujati k telesni vadbi, ki jo bodo izvajali vse življenje. Kriterij za predpis je obremenitveno testiranje, ki pa je pri teh bolnikih specifično in prilagojeno zaradi gibalne oviranosti in odgovora srčno-žilnega sistema na telesni napor. Izvajanje dnevnih aktivnosti in vožnja z invalidskim vozičkom ne predstavljata dovolj velikega fizičnega napora za povečanje srčno-žilne zmogljivosti. Le vožnja z invalidskim vozičkom navkreber, možna hoja s pripomočki in samostojno premeščanje iz avta na invalidski voziček in obratno predstavljajo intenzivnost zmerne telesne aktivnosti.

Takšne dejavnosti pa so kratkotrajne in ne dosegajo časovnih priporočil telesne aktivnosti za ohranjanje zdravja. Znano je, da imajo osebe po okvari hrbtenjače več dejavnikov tveganja za srčno-žilna obolenja in zgodnejši razvoj ateroskleroze, ki pospešuje potekanje bolezni srca in ožilja. Spremembe mišičnega tkiva skupaj z drugačno sestavo telesa na račun maščobnega tkiva so glavni vzrok tudi za inzulinsko rezistenco in motnje tolerance za glukozo. Slabša telesna aktivnost in povečana telesna teža se kaže tudi v motnjah presnove maščob, ki vodi v nižje vrednosti holesterola HDL in zvišanje vrednosti trigliceridov. Zato si prizadevamo, da bi redna telesna

vadba in uravnotežena prehrana postali sestavni del življenjskega sloga tudi pri osebah z okvaro hrbtenjače, vključno z odpovedovanjem kajenja in varnim uživanjem alkoholnih pijač.

Dobro vodena in urejena pljučna bolezen ni ovira za kakršno koli obliko rehabilitacije oziroma telesne aktivnosti. Redna telesna dejavnost, zdrav način prehrane, zmanjšanje prekomerne teže in opustitve škodljivih razvad, kot sta kajenje in pretirano uživanje alkohola, predstavljajo temelj zdravljenja sladkorne bolezni. Medtem ko je kajenje zelo pomemben dejavnik tveganja za razvoj srčno-žilnih bolezni, pa uživanje alkohola poveča tveganje za hipoglikemijo. Redna telesna vadba je zlasti pomembna za bolnike s sladkorno boleznijo tipa 2, saj precej zmanjša pri njih povečano odpornost na inzulin, s tem znižuje glikemijo, ugodno vpliva na krvne lipide, krvni tlak in fibrinolizo, je v pomoč pri hujšanju in ima zelo pomembno vlogo pri preprečevanju srčno-žilnih bolezni, ki so še vedno daleč najpogostejši vzrok smrti sladkornih bolnikov. Bolnik s sladkorno boleznijo naj telesno vadbo vedno izvaja v družbi, ki bi lahko pre-



*Predavatelj prim. Tatjana Erjavec, dr. med, vodja internistične dejavnosti URI Soča*



poznala prve znake hipoglikemije, in naj ima s seboj vedno prvo pomoč za primer hipoglikemije: sladkor, sok itd.

Po statističnih podatkih največ prebivalcev Slovenije vsako leto umre prav zaradi bolezni srca in ožilja. Z napredovanjem bolezni srca in ožilja se kakovost življenja močno poslabša, dolžina življenja pa se sorazmerno s težo obolenja skrajša. Preživetje bolnikov pri napredujočih srčno-žilnih obolenjih je pomembno zmanjšano. Zato moramo srčno-žilne bolezni dovolj zgodaj prepoznati, jih ob pojavu takoj in ustrezno zdraviti, pomembna pa je tudi celovita doživljenjska rehabilitacija. Potek zdravljenja in rehabilitacije

moramo spremljati in dopolnjevati, saj le tako lahko zagotovimo optimalne rezultate, bolniku pa kakovostno življenje. Ob preveliki motivaciji, nekritičnosti, tekmovalnosti in nespoštovanju zmoglosti lastnega telesa pa lahko telesna vadba postane za človeka tudi ogrožujoča.

**Povzetek srečanja Internistični bolnik v rehabilitaciji pripravil strokovni sodelavec asist. Daniel Globokar, specialist fiziater, v sodelovanju z vodjo internistične dejavnosti URI Soča prim. Tatjana Erjavec, specialistko interne medicine**

## Festival za tretje življenjsko obdobje

# POMOČ NA DALJAVO

**Na Festivalu za tretje življenjsko obdobje je tudi letos sodelovalo Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve. Prvi dan je bil posvečen nevladnim organizacijam, njihove predstavnike pa je v Cankarjevem domu sprejel tedanji minister Ivan Svetlik.**

Predsednik programskega sveta festivala Davor Dominkuš je na novinarski konferenci spregovoril o socialnovarstvenih storitvah za starejše, predvsem o storitvi pomoč na daljavo. Na festivalu sta namreč Telekom Slovenije in družba Pacient predstavila pomoč na daljavo.

To je pravzaprav klic v sili, ki uporabnikom omogoča, da s preprostim osebnim vmesnikom takoj vzpostavijo stik s posebnim klicnim centrom, zdravnikom ali bližnjim, 24 ur na dan, vsak dan v letu. Uporabnik mora samo pritisniti na gumb SOS. Klicni center ga lahko poveže z nujno medicinsko pomočjo, gasilsko službo, policijo ali zdravnikom, ki mu lahko prisluhne in mu da strokovni nasvet. Klic sprejme usposobljen operater, ki presodi, kakšno pomoč je treba ponuditi klicatelju. Morebitna tišina na drugi strani je vedno znak, da je nujno takojšnje ukrepanje.

V Sloveniji se družba stara ter se podaljšuje življenjska doba. Tudi v starosti mora biti življenje čim bolj kakovostno, po možnosti v domačem okolju. »Zato si,« je dejal Dominkuš, »prizadevamo razvijati storitve, ki ljudem omogočajo, da čim dlje ostajajo doma.« Ob tem je poudaril, da je eno od področij, ki tu odpira številne možnosti, vendar v Sloveniji še ni dovolj uporabljeno, področje informacijsko-komunikacijskih tehnologij (IKT). Ena od takšnih storitev je pomoč na daljavo. Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve zato posebno pozornost namenja tudi uvajanju IKT.

Bojana Mazil Šolinc, direktorica Doma ob Savinji Celje in predstavnica Skupnosti socialnih zavodov Slovenije, je pojasnila, da ta storitev njih danes stane okvirno 125 evrov na mesec, uporabnika pa 25 evrov. Razliko sofinancira občina. Z znižanjem cene, ki jo

ponujajo novi ponudniki storitve, bo skupaj znašala okrog 20 evrov na mesec. Pričakuje, da bo tako storitev dostopna širšemu krogu njihovih občanov.

Telekom je pri tem, kot je pojasnil mag. Simon Furlan, direktor sektorja za produktno vodenje Telekoma Slovenije, nosilec tehnoloških rešitev in zagotavlja, da je storitev zagotovljena po celi Sloveniji, v primeru zdravniške pomoči pa tudi zunaj meja. Kot sta napovedala Furlan in Vidmar, direktor družb Pacient in PZA, bo storitev na voljo od 1. oktobra letos.

**Povzela Tina Pavlovič**





## Intervju s Francem Ekartom

# SLIKAR IN REZBAR, PO POTREBI TUDI MEHANIČAR, ELEKTRIČAR, INOVATOR ALI HIŠNIK

*Prvič sem ga srečal na sedežu Društva paraplegikov severne Štajerske v Mariboru. Razen kratkega pozdrava in predstavitve se nisva pogovarjala. Prihajal je vsako sredo, ko smo imeli uradne ure. S tihim pozdravom, vendar nikdar praznih rok. Pozimi nas je vedno počastil s piškoti, potico ali kakšno drugo dobroto. Spomladi je začel prinašati češnje, malo pozneje rane hruške, vse tja do jeseni, ki se je končala z grozdem. Včasih pa tudi s kakšno steklenico konkretnega, vendar nikdar brez darila.*

Zdel se mi je zanimiv možakar, vendar se nisva hitro поблиže spoznala. Potem pa smo prirejali prvo likovno delavnico v mariborski regiji in ga povabili k sodelovanju. Poznanstvo se je počasi obrnilo v prijateljstvo in od takrat sva doživela marsikakšno dogodivščino. Hkrati sva se boljše spoznala in obenem spoznala tudi najini družini.

Franc je zelo zanimiva oseba, ni je stvari, ki je ne bi znal popraviti ali celo izboljšati. Ker je tako zanimiv človek, mislim, da je vredno, da ga predstavim v Paraplegiku in ga spozna več naših članov.

Odpravil sem se kar k njemu domov v Zgornjo Koreno, kjer živi v svoji veliki hiši z ženo Ireno in odraslim sinom Mitjo. Okoli hiše je polno rož, v njej pa polno slik, grafik, rezbarij, skrinjic in raznih ročnih del. Vse te umetnine je seveda Franc ustvaril sam, nekaj pa tudi njegov žena. Po prijaznem sprejemu in seveda obilni malici sva se spravila h klepetu, najini ženi pa sta šli na ogled vrta (čeprav je ta čas bolj prazen).

### Franc, kdaj in kako si postal paraplegik?

Leta 2002 sem zbolel na živčevju hrbtenice. Po končanem zdravljenju sem ostal invalid z diagnozo parapareza. V Zvezo paraplegikov sem se včlanil 21. decembra 2004.

### Mi lahko poveš, kaj si počel pred nastankom invalidnosti?

Po končani osnovni šoli sem se vpisal v obrtno šolo za poklic slikopleskarja. Izučil sem se za slikopleskarja pri istoimenskem podjetju slikopleskar, kjer sem si nabral prve, toda bogate izkušnje o svojem poklicu. Po končanem vojaškem roku sem ustanovil svoje podjetje. Poleg dela sem končal delovodsko šolo, zaradi potreb pri vodenju podjetja pa sem ob delu opravil še srednjo komercialno šolo.

Pri tridesetih letih sem se poročil. Z ženo sva si v Miklavžu pri Mariboru zgradila hišo, ki sva jo kmalu

prodala. Pravzaprav sva jo zamenjala za kmetijo in zgradila še eno hišo. Da! V življenju sem tudi kmetoval. Zraven hiše sva zgradila še hlev, ker pač ni kmetije brez hleva. Prišli so tudi otroci (hčerka in sin). Oba sta sedaj že odrasla, kot otroka pa sta pridno pomagala pri delu na kmetiji. Sedaj sta že velika in imata vsak svojo službo. Sem pa tudi že dedek, kar me še posebej veseli.

### Vem, da si ljubitelj živali. Katere vse si imel?

Vse sorte (pove z nasmehom), krave, teleta, svinje, koze in kunce. Imeli smo tudi pravega dirkalnega konja kasača, s katerim je sin uspešno tekmoval in celo zmagoval. Ker je z živalmi veliko dela, ki ga zaradi bolezni ne morem opravljati, pa imava sedaj z ženo le še grlici in nekaj japonskih prepelic. (Pozneje sem izvedel, da je zadnja hišna pridobitev vietnamski prtilikavi pufsek, ki postaja pravi ljubljencek.)

### Tvoja strast so tudi motorji. Mi lahko poveš kaj o tem?

Seveda. Imel sem več kakor deset motorjev, od starih do najnovejših. Nazadnje sem imel kawasaki 1900. To je močan motor. Lepo ga je voziti, toda kar je težak, ga je težko ustavljanje. Zaradi slabih nog ga ne



Na treningu kegljanja.



morem zadržati. Zato sem ga prodal in si nabavil model suzuki 400 s prikolico. Tega je pravi užitek voziti in če je lepo vreme, se rad popeljem z njim. V prikolico pa lahko naložim tudi svojo boljšo polovico. Redno spremljam tudi vse moto ali avto dirke, skratka ves moto šport.

**Vem, da znaš narediti veliko stvari. Ali je sploh kaj, česar ne bi znal?**

Mislím, da je ni stvari, ki se je ne bi lotil. Tako dolgo preizkušam in iščem napako, da jo tudi najdem in odpravim. Po mojem ni stvari, ki je ne bi znal popraviti. Pri gradnji hiše nisem imel nobenega mojstra. Vse sva z ženo naredila sama.

(Da je Franc mojster za vse, smo se pre-pričali tudi nekateri člani. Spomladi, ko pride prva skupina v Pineto, je tam pravo razdejanje. K sreči pa je z nami tudi Franc. V avtu ima pravo malo delavnico s priročnim orodjem. In že ga vidim v akciji. Popravi elektriko, vodovod, grelnik vode, usposobi televizor, popravi razmajana vrata. Skratka, postane pravi hišnik.)

**Si pa tudi velik ljubitelj narave in rož, kajne?**

Seveda. Z ženo obožujeva rože. Saj vidiš. Vsepovsod jih je polno. Z njimi je ogromno dela. Veliko tega postori moja žena, jaz ji pomagam, kolikor pač zmorem. (S ponosom mi pokaže polno priznanj in tudi več zlatih vrtnic, ki so najvišje priznanje za urejen dom in njegovo okolico.)

**Kaj pa te je pritegnilo k slikarstvu?**

Malo sem slikal že pred boleznijo. Takrat je bilo za to bolj malo časa. Sedaj, ko sem invalid, pa je časa za te stvari dovolj in tako si čas zapolnim s slikanjem ali z izdelovanjem česa drugega, kar je povezano z umetnostjo. Izdelujem na primer priročne skrinjice z narodnimi motivi. Tudi okvirje za slike izdelam sam.

**Sodeluješ pri Likovni sekciji Zveze paraplegikov Slovenije. Kaj ti pomeni to sodelovanje?**

Zelo rad obiskujem likovne delavnice. Posebej všeč so mi tiste večdnevne ali celotedenske, kajti od tam odnesem največ. Imamo dobre mentorje, veliko pa se da naučiti tudi od drugih udeležencev likovnih delavnic. Na delavnicah dobiš veliko idej in tudi znanja. Prav na delavnici sem se lotil grafike, ki mi gre dobro od rok, in za eno sem prejel priznanje Likovne zveze Slovenije. Za svoja dela pa sem prejel tudi več pohval in priznanj.



*Franc s svojim ljubljencem*

**Bi si morda pri Zvezi ali Društvu želel kakšne spremembe?**

S sedanjim delom sem kar zadovoljen, če bo ostalo tako, je kar v redu. Želim si le, da bi mi služilo zdravje, da bom lahko še naprej ustvarjal in se udeleževal likovnih delavnic, pa tudi drugih aktivnosti.

Še veliko bi lahko napisal o Francu. Na primer, kako mi je popravil avto, da sem se lahko pripeljal domov iz Pacuga, kako je usposobil kosilnico v Semiču, naredil napravo za peko odojka itd. Njegov zadnji izum je mala kosilnica, ki jo pritrdi kar na akumulatorski vrtalnik. Na lastne oči sem videl, da odlično deluje in je primerna za manjše površine.

Franci, vsi, ki te poznamo, ti želimo veliko dobre volje in predvsem zdravja. Vemo, da se zadnje čase zopet ukvarjaš s kegljanjem in da se redno udeležuješ treningov. Tudi na tem področju ti želimo veliko uspehov. Želimo ti še več vnukov, da bi se skupaj z ženo veselila ob njih in da bi še dolgo užival v sadovih svoje ustvarjalnosti ter bi ustvaril še veliko lepih spominov in koristnih stvari. Enako želimo tudi tvoji ženi Ireni, ki te nesebično spremlja in podpira pri tvojem ustvarjanju. Torej, še na mnoga leta, Franc, da bi še dolgo prihajal med nas, da bi se še veliko družili, skupaj ustvarili kaj lepega in tudi kakšno veselo ušpičili.

*Na obisku pri Francu:  
Miran Jernejšek*



# UTRINKI DP LJUBLJANSKE POKRAJINE

Januar in februar sta meseca, ko po decembrskem vrvežu v Društvu vlada nekakšno zatišje. Ampak bolj navidezno, saj se pripravljamo na nove aktivnosti. V tem času je Inventurna komisija popisala naše imetje, nadzorni odbor je pregledal materialno-finančno poslovanje društva v zadnjem tromesečju lanskega leta in pripravil letno poročilo, dvakrat pa se je sestal tudi upravni odbor in pripravil vse za volilni občni zbor. Med UTRINKI omenjamo preventivni pregled, sprejem novih članov in uspehe naših športnikov, ki so bili v tem času tudi najbolj aktivni.

Številni decembrski dogodki pa so že precej odmaknjeni, čeprav bi si zaslužili, da jih omenimo tudi v spomladanski številki Paraplegika. To so: obisk Božička, silvestrovanje, izredni občni zbor ...

### STORIMO KAJ ZA SVOJE ZDRAVJE

Zima se je poslovila in za nami so dnevi, ko smo se manj gibali in mogoče pojedli preveč dobrot. Zato je čas za resen premislek o našem zdravju. Pomislili pa smo tudi na zdravje naših članov in 28. februarja za njih pripravili preventivni pregled. Tako kot že nekaj let doslej sta prim. **Tanja Erjavec** in **VMS Branka Vipavec** na društvu več kot štiridesetim članicam in članom izmerili sladkor, holesterol in krvni tlak. No, tudi letošnji rezultati so nekoliko bolj spodbudni, saj imajo pregledani člani v primerjavi z lanskim in predlanskim letom v krvi manj holesterola in manj sladkorja. Ali to pomeni, da so že vidni rezultati oza-veščanja teh preventivnih pregledov? Toda vseeno, bolezní sodobnega časa tudi nam ne prizanesejo.

Vsako leto posebej ugotavljamo, da bi morali predvsem sami kaj več storiti za svoje zdravje in pomisliti, da nas poleg paraplegije ali tetraplegije lahko doleti še hemiplegija oz. srčni infarkt. Pozorni bi morali predvsem na nezdravo prehrano.



Bolezni sodobnega časa tudi nam ne prizanesejo

### PREDSTAVITEV DRUŠTVA NOVIM ČLANOM

V navadi je, da društvo ob vsaki včlanitvi večjega števila novih članov te povabi na poseben sprejem. Ta dogodek se zgodi na sedežu našega društva na Dunajski 188 v Ljubljani, kjer si novi člani ogledajo naše prostore in se seznanijo s celostno dejavnostjo



Seja Upravnega odbora društva

njihove bodoče organizacije. Zadnji skupini, ki smo jo sprejeli februarja, je predsednik društva Gregor Gračner na kratko predstavil poslanstvo društva, podpredsednica društva Mirjam Kanalec pa je za predstavitev pripravila kronološki pregled naših programov in vseh aktivnosti, od interesnih dejavnosti, posebnih socialnih programov in kulture do športa.

Seznaniila jih je z zakonodajo in vsemi ugodnostmi, ki jih imamo in jih lahko koristimo. Hkrati smo jih povabili, da se nam tudi aktivno pridružijo in sodelujejo pri našem delu. Pomembno pa je, da v teh kriznih trenutkih, ko se doma srečujejo s številnimi težavami, vedo, kam se lahko obrnejo in kje bodo dobili pomoč ali vsaj koristen nasvet.

Utrinke pripravil Jože Globokar



Novo člane smo seznanili s poslanstvom društva.





Delovanje DP jugozahodne Štajerske

# PREVIDNO IN NEGOTOVO SMO VSTOPILI V LETO 2012

**Začetek novega leta zaviti v tančico skrivnosti.**

Hmmm. Že začetek preteklega leta, ko smo januarja ostali brez javnih del, nam ni napovedoval nič dobrega. Letos pa, kljub temu, da nam jih je uspelo pridobiti nazaj, čeprav z manjšo finančno injekcijo, spet ne kaže dobro, saj so se na Ministrstvu za delo, družino in socialne zadeve kar tako meni nič tebi nič odločili, da ne bodo več sofinancirali posebnega socialnega programa prevozov. Je sploh lahko še slabše? Prevoz paraplegikov je namreč ključni socialni program, brez katerega ne moremo uspešno in predvsem kakovostno izvajati preostalih programov. A se bomo že nekako znašli.

nadaljujemo projekt odstranjevanja arhitekturnih ovir v Celju. Predstavniki MOC bodo v sodelovanju z našim društvom pripravili popis obstoječega stanja in naredili načrt izvajanja del. Po koncu parlamentarnih volitev pa nas je v prostorih društva obiskala celjska mestna svetnica iz vrst Desusa Ana Marija Justin, ki



*Posvet socialnih poverjenikov in strokovne službe ZPS*

na sejah mestnega sveta pogosto opozarja na težave, ki jih imajo invalidi v mestni občini Celje.

Ker so njena opozorila pri ustreznih občinskih organih naletela na manj razumevanja, kot je pričakovala, sedaj išče podporo pri celjskih invalidskih organizacijah, da bi stopili skupaj

z namenom, da bi Celje postalo invalidom bolj prijazno mesto. Še več, da bi si pridobilo naziv invalidom prijazno mesto, kot ga ima že 13 slovenskih občin. Gospe Justinovi smo predstavili naše projekte in dosedanje delo in prizadevanja na področju odprave arhitekturnih ovir.

Največ prahu pa je med našimi člani, pa tudi med drugimi preje-

mniki raznih socialno varstvenih transferjev, dvignilo izvajanje nove socialnovarstvene zakonodaje. Da bi bile stvari malo bolj črno-bele, smo na društvu pripravili sestanek socialnih poverjenikov in povabili strokovno delavko Zveze Špelo Šušteršič in njeno namestnico Nino Bernard, da sta razjasnili najbolj ključna vprašanja, ki so jih imeli naši člani. Žal je kar nekaj stvari ostalo nedorečenih in prihodnost precej siva.

S sprejetjem novega zakona o prostovoljstvu smo tudi mi uspešno zagnali projekt prostovoljstva, podpisali kar nekaj dogovorov in sprejeli pravilnik o prostovoljstvu. Tudi vodstvo društva ni sedelo križem rok. Izvedli smo dva upravna odbora, sestala se je inventarna komisija. Nadzorni odbor pa je izvajanje dela in finančno poslovanje preverjal že dvakrat.

V sklopu izvajanja posebnega socialnega programa ohranjanja zdravja smo že objavili razpis za koriščenje počitniške hišice v Ankaranu in pozivamo člane, da se



*Mestna svetnica na obisku*

Za zdaj še pridno izkoriščamo sodelovanje s centrom za socialno delo in njihovim programom družbeno koristnih del. Ne smemo pozabiti omeniti, da je decembra izšla nova številka glasila Korak naprej, ki so ga člani dobili na letnem srečanju ob koncu leta.

V pozitivno smer pa gre tudi naše sodelovanje z Mestno občino Celje, saj so nas povabili v njihove prostore, kjer smo se dogovorili, da



Čestitke fantom za osvojen novoletni turnir

prijavijo. Prav tako nas je v sklopu istega socialnega programa obiskala zdravnica Valentina Kharlova, ki z alternativnimi metodami zdravljenja lajša tegobe posameznikov, njena ambulanta pa je v neposredni bližini našega društva. Predstavila nam je napravo za aku-

Kočevju osvojili tradicionalni novoletni turnir. Z zmago nad DP Maribor v polfinalu in z zmago nad DP Ljubljana v finalu je ekipa prvič zmagala na tem turnirju, kar je dobra popotnica in spodbuda za nadaljevanje sezone in leta. Kegljači so se udeležili meddruštvenega

punkturno zdravljenje. Pogovor pa je tekel predvsem o organiziranju delavnice in predstavitvi alternativnih metod zdravljenja našim članom.

Na športnem področju se lahko ponovno pohvalimo z vidnimi uspehi. Naši košarkarji so v

tekmovanja v Škofji Loki in ekipno osvojili 2. mesto, posamezno pa 2. in 3. mesto. V Kopru pa so ekipno osvojili 3. mesto, posamezno pa prav tako 3. mesto.

Ponovno je naše društvo, v sodelovanju z Zvezo paraplegikov, pripravilo državno tekmovanje v biljarju v Planetu Tuš v Celju. Favorit Matej Brajkovič zaradi slabega počutja na tekmovanju ni sodeloval, ga je pa vodil, in tako je prvo mesto pripadlo Davidu Slačku, drugi pa je bil prav tako naš član Mičo Ostojič.

Zdaj, ko prebirate te vrstice, je za nami tudi že letni občni zbor članov, ki je bil letos za naše društvo volilen. Kako se je izteklo, boste prebrali v naslednji številki Paraplegika.

*Pripravila: Barbara Slaček*

## Delovanje v letu 2011

# POROČILO O DELU

V preteklem letu smo naše aktivnosti opredelili kot:  
- **Delovanje**, ki je vsekakor nujno za dobro izvajanje same dejavnosti.

Tekoče stroške delovanja – stroški vzdrževanja in delovanje organov društva so nujno povezani s programi, ter materialne stroške. Lani je imel upravni odbor Društva pet rednih in eno korespondenčno sejo, na katerih smo sprejeli sklepe, na podlagi katerih temelji naše delo. Prav tako se je dvakrat na leto sestal Nadzorni odbor, ki je spremljal uresničevanje in izvajanje sklepov, člani NO so pregledali polletno poslovanje ter v letu 2012 še preostali del finančnega poslovanja iz leta 2011.

Žal lani nismo imeli odobrene zaposlitve prek javnih del, tako smo do avgusta imeli le enega zaposlenega (Franc Kos) prek programa DBO (dolgotrajno brezposelnih oseb). V času od januarja do avgusta je pri delu kot prostovoljka pomagala Tatjana Hazl, nadalje je zaposlen v programu – Asistent-ka bom –, prav tako od meseca oktobra tudi Franc Kos. Oba imata pogodbeno zaposlitev ZZRS do konca letošnjega leta. Oba zaposlena izvajata asistenco na društvu in domovih članov.

### - Posebni socialni programi

V sklopu izvajanja programov smo se prijavljali na razpise za sofinanciranje programov Fiho, MDDSZ ter posameznih občin, ki nam to omogočajo ter katerih področje pokrivamo. Žal kriterijev nekaterih občinskih razpisov ne izpolnjujemo, predvsem športnih programov. Posamezne občine pa tudi ne sofinancirajo programov socialnega in zdravstvenega varstva; teh je bilo lani le 50 odstotkov.

Posamezne finančne postavke so prikazane v finančnem poročilu, bilanci uspeha in bilanci stanja računovodskega servisa SRP, ki je v prilogi poročila. Investicijska vlaganja sicer v samem letnem programu niso bila planirana. Glede na ponujeno situacijo Elektro MB smo podpisali pogodbo, na podlagi katere je bila dovoljena služnostna pravica Elektra MB pri gradnji visokonapetostnega daljnovoda. To pa je seveda pogojevalo izplačilo primerne odškodnine za služnostno pravico na delu društvene parcele.

Ker pa smo o zbiranju donatorskih sredstev za nakup in postavitev bivalnika ob morju, primerne za invalide, že nekaj časa razmišljali, se nam je tokrat



ponudila priložnost za uresničitev. Skupaj s preostaliimi donacijami nekaterih občin in drugih ustanov nam je uspelo uresničiti dolgoletno željo ter do neke mere omogočiti bivanje članom ob morju v Ankaranu v prilagojenem bivalniku za invalide.

Vse preostale posebne socialne programe smo izvajali po finančnih zmožnostih, čim bolj pa smo se poskušali približati posameznemu uporabniku.

- **Prevozi paraplegikov** – s prilagojenim društvenim vozilom je bilo prevoženih 48.000 kilometrov, ki vključujejo prevoze na društvene aktivnosti, na obnovitveno rehabilitacijo, zdravstvene potrebe posameznika ter druge potrebne prevoze. Razen teh je bilo še cca 30.000 kilometrov prevoženih za društvene potrebe z lastnimi vozili (prevozi na seje, športne programe, interesne dejavnosti).

- **Ohranjanje zdravja** – na sedežu društva smo izvajali ročno masažo pod strokovnim vodstvom maserja, in to od januarja do maja ter v jesenskem času od septembra do decembra. Z nakupom kopalnih kart v Termalnih kopališčih smo omogočili kopanje, kar je zelo pomemben del skrbi za zdravje, poleg tega pa še drugi rekreativni del programa.

- **Kompenziranje invalidnosti** – vključuje podprograme, prek katerih smo pomagali članom pri premagovanju invalidnosti s sofinanciranjem nakupa medicinskotehničnega pripomočka, predelave in nakupa osebnega avta na ročno upravljanje, prilagoditev bivalnega prostora, adaptacijo sanitarij in reševali nujne življenjske stiske, ki so posledica invalidnosti. V ta namen imamo izdelan pravilnik, na podlagi katerega UO rešuje vloge. Posebno pozornost smo posvečali članom v DSO, saj jih asistenti obiskujejo vsak teden, ob koncu leta pa smo jim na poseben način izkazali pozornost. Tako želimo vplivati na lažje sprejemanje invalidnosti in čim boljše in hitrejše vključevanje v življenje in domače okolje po končani medicinski rehabilitaciji. Dvakrat na leto smo za vse člane organizirali družabna srečanja ter skupinski izlet.

- **Šport in rekreacija** – opredeljuje vključevanje posameznika v programe invalidskega športa in rekreacije. Enakovredno smo dajali poudarek vsem panogam (kegljanje, streljanje z zračno puško, ribolov, atletika, namizni tenis, pikado in balinanje). Žal opažamo, da je populacija članstva v povprečju starejša in postaja čedalje manj aktivna, torej bo treba programe prilagajati vsem uporabnikom. Člani in članice so se udeleževali regijskih tekmovanj, sami pa smo bili organizatorji regijskega tekmovanja in memoriala v kegljanju.

- **Interesne dejavnosti** – prek navedenega programa je posamezniku omogočeno izobraževanje, ki ga izvajamo skupno z LUMS (računalništvo, jeziki). Posebej aktivna skupina v programu je aktivna žena, kjer so članice udeležene z ročnimi spretnostmi, pripravljajo delavnice in predavanja, udeleževale pa so se tudi medregijskih srečanj, s čimer si izmenjujejo izkušnje na vseh področjih. Pri delu so pomagale tudi prostovoljke. Tak način dela je zelo pozitivno vplival na psihofizično stanje članic ter širjenje znanja in sposobnosti. V program je bila vključena tudi likovna skupina uporabnikov, saj smo pod strokovnim vodstvom mentorja pridobili določena znanja v likovni umetnosti in širili kulturno delo društva.

V sklopu programa je tudi informativna dejavnost, prek katere imamo urejeno spletno stran, svoje članke smo prispevali v glasilo Paraplegik ter enkrat v letu izdali tudi društveni Zbornik.

- **Osebna asistenca in pomoč na domu** – lani smo na podlagi razpisa izvajali omenjeni program, ki ima velik poudarek pri kvalitetnem delu društva. Tega smo izvajali le nekaj mesecev v preteklem letu, vendar je bil dobro izvajan, kar izkazuje zadovoljstvo uporabnikov.

Vse podrobnosti posameznega programa so razvidne iz posameznih poročil odgovornih referentov za posamezna področja.

Zavedamo pa se tudi pravic in obveznosti invalidov, ki so usklajene s konvencijo o pravicah invalidov. Navsezadnje je naš cilj realno in v dobri meri izvajati programe v dobro vseh članov, zmanjševati socialne stiske in socialno izključenost.

*Marija Magdič*







Turnir v taroku

## IGRA, POLNA DINAMIKE

**Med člani DP severne Štajerske Maribor je zelo priljubljena igra tarok. To je zanimiva igra, polna dinamike in kombinacij.**

Igra se igra tudi na državni ravni. Nekdaj smo v državni ligi igrali tudi paraplegiki. Vendar smo pozneje to opustili, med drugim zaradi stroškov. Društvo ali bolje rečeno bivši predsednik namreč ni imel več razumevanja in nam je ukinil kombi (prevoz). Mislim, da sedaj v ligi igrajo še trije paraplegiki.

Zadnji dogodek leta 2011 je bil turnir v taroku. Tarok je potekal v okviru društva, in sicer v sredo, 28. decembra. Po dolgem čakanju in pogovarjanju, kako bomo igrali, smo se nazadnje odločili, da se bodo držali pravil Tarok zveze Slovenije.

Zbralo se nas je dvanajst igralcev. Igrali smo štirikrat po enaindvajset iger. Seveda smo igrali igro s tremi igralci, ki je najtežja. Prvi od trojice dobi eno kazensko točko, drugi dve in tretji tri. Tisti, ki v štirih krogih nabere najmanj kazenskih točk, je prvi. Če imata dva igralca enako število točk, je boljši tisti, ki ima boljše plus razliko v dobljenih igrah.



*Prvi trije nagrajenci v taroku (v ozadju četrti še prejema čestitke).*

prvo mesto je svojo umetniško sliko doniral naš slikar Franc Ekart.

Drugače je turnir potekal v »fer pleju«, le nekoliko se je zavlekel. To pa zato, ker nekateri pri svoji polnoletnosti in pismenosti še vedno ne poznajo na uro. Nekateri (tudi tiste, ki bi morali turnir voditi) smo čakali več kakor dve uri. Upam, da bo prihodnjč boljše in bodo igralci resni in točni.

Vsem, ki igrate tarok, tistim, ki ga igrajo resno, in tudi tistim, ki ga igrajo zgolj za zabavo, želim veliko sreče pri igri in čim več valatov.

**Za DP SŠ Miran Jernejšek**



Po težkih bojih napete igre se je v poznih urah turnir končal. Igre so bile napete in resne, pa tudi komične. Nekateri udeleženci so igrali tudi umazano igro, ki se je hitro prijela tudi drugih igralcev. Da se taka igra ne splača, pa se je pokazalo na koncu.

Prvo mesto s petimi kazenskimi točkami je po težki in garaški igri zasedel Miran Jernejšek. Drugi je bil profesionallec Franc Nerat s kazensko točko več, tretji pa avtsajder in amaterski igralec Zdenko Lilek. Pokazalo se je, da so premagljivi tudi veliki favoriti. Prvih šest tekmovalcev je prejelo tudi praktične nagrade. Za





## Rane, naše tegobe

# ZNEBIMO SE JIH LAHKO Z ZANESLJIVO IN DOBRO OSKRBO

*Ste eden izmed tistih, ki jim eno od večjih tegob povzročajo različne vrste ran, ki se ne celijo in povzročajo nemalo težav? V tem izvodu revije se bomo podrobneje posvetili najpogostejši rani pri ljudeh, ki so negibni in trajno vezani na posteljo ali invalidski voziček. To je razjeda zaradi pritiska, ki jo imenujemo tudi preležanina ali dekubitus. O dekubitusu verjetno veste že veliko, mi pa vam ponujamo rešitev, kako rano dobro in zanesljivo oskrbeti s sodobnimi oblogami Sorbion Sachet S, ki vam pomaga izboljšati tudi kakovost življenja.*

Dekubitus je rana na telesu, lokalno omejena poškodba celic, ki nastane zaradi dolgega ležanja ali sedenja, torej neposrednega pritiska na kožo ali strižne sile, ki povzroči mehansko okvaro tkiva, posledica pa je poškodba spodaj ležečega tkiva. Poškodba tkiva nastane zaradi zmanjšanja prekrvitve in hipoksije (celice ne dobijo potrebne količine kisika).

Zunanji dejavniki za nastanek dekubitusa so nerazbremenjen pritisk, sila drsenja ter trenje in ponavljajoči se pritisk. Notranji dejavniki za nastanek pa so nesposobnost gibanja in znavanja bolečine, nekontrolirano odvajanje urina in blata, povečana telesna teža in drugo.

Razjede zaradi pritiska nastanejo na predelih telesa, kjer se kosti neposredno približujejo površini

kože. Na teh delih (to so kolki, ramena, hrbet v poteku hrbtenice, lopatice, komolci, trtica, prsti, pete, kolena, ušesa) je malo mišičevja in maščevja, ki bi učinkovali kot notranji blažilci zunanega pritiska.

Rana je zaradi slabe oskrbe lahko zelo izpostavljena okužbam, ki še dodatno otežujejo celjenje. Poleg tega so izločki iz ran lahko zelo agresivni in poškodujejo okolico rane, kar pomeni, da se rana lahko še poveča. Povečan izloček je problem tudi, če nameščena obloga ne vpija dovolj in je treba večkrat na dan rano previti, obloga ne zadrži izločka in tako zmoči tudi oblačila, posteljnino, kar lahko tudi psihološko vpliva na kakovost življenja.

Obloga Sorbion Sachet S vam pomaga izboljšati kakovost življenja. Zakaj? Sorbion Sachet S

je hidrokapilarna obloga z visoko vpojnostjo. Obloga velikosti 10x10cm vpije 250 ml in več izločka. S tem dosežemo daljše časovno obdobje med prevezami, kar močno vpliva tudi na nižje stroške oskrbe. Vpiti izloček obloga v celoti zadrži v sebi in skupaj z izločkom vase zaklene tudi bakterije ter tako preprečuje njihovo kolonizacijo.

Obloga Sachet S deluje osmotsko, kar pomeni, da ima močan vlek in srka izloček iz globine in okolice dna rane, ter s tem zmanjša tudi notranji pritisk na samo rano. S tem v rani ustvarja boljšo prekrvitev in vedno dopušča zadosten pretok zraka k rani.

Sorbion Sachet S na rani ustvarja optimalno klimo, s katero podpre pospešeno naravno celjenje rane.

Obloge Sorbion Sachet S priporočamo tudi za oskrbo drugih ran, ki jih spremlja zmeren do močen izloček. Lahko jo kombiniramo z vrsto drugih izdelkov. Pri podobnih primerih danes skupaj z oblogo Sorbion Sachet S uporabljamo medicinski med Medihoney manuka, s katerim dosežemo še učinkovitejše čiščenje rane, saj zagotavlja preverjeno antibakterijsko zaščito ter preprečuje navzkrižna vnetja, hkrati pa učinkuje imunostimulativno.

Poleg vpojnih oblog Sorbion Sachet S vam iz svojega programa ponujamo še distančno mrežico Sorbion Plus, oblogo Sorbion Sana, ter sodobne obloge z medicinskim medom Medihoney. Izdelki so na voljo v specializiranih trgovinah Sanolabor, bolje založenih lekarnah in drugih specializiranih prodajnih mestih.



*Sorbion sachet S obloge so na voljo v različnih velikostih in dveh različicah. Nelepljiva obloga Sachet S in obloga z lepljivim robom (Sachet S Bordered).*

**Potrudili se bomo odpraviti vaše tegobe!**



# MOJA POT NA GLADINO MORJA

*Športno in rekreativno delovanje je med ljudmi s posebnimi potrebami ali konkretnije med gibalno oviranimi osebami prisotno že desetletja. Igranje košarke, kegljanje in udejstvovanje v nekaterih atletskih panogah se je že dodobra udomačilo. V zadnjem desetletju pa so se potrebe po gibanju in tekmovanju prenesle tudi na druge športne zvrsti. Pojavili so se pravi alpski smučarji, kolesarji s t. i. ročnimi kolesi, motoristi, potapljači, igralci tenisa in še kdo.*

Rekreativno z rokama kolesarim že dobrih 15 let. S to aktivnostjo sem kot tetraplegik od davnega leta 1969 bistveno izboljšal in ohranil svoje vitalne sposobnosti. Žal pa je varno kolesarjenje mogoče izvajati zgolj na trdih in gladkih podlagah, tj. bolj v urbanem prostoru in v glavnem po začrtanih kolesarskih poteh. Sam pa si od zmeraj želim več gibanja v bolj pristnem in naravnem okolju.

Živim ob morju, torej je naravno, da sem začel razmišljati o ustreznem plovilu, ki pa ne bo kvarno vplivalo na okolje in bo tudi sprejemljivo za družinski proračun. Kaj mi je torej ostalo poleg velike jahte? Čoln (barka) ali bolje rečeno čolnič (barčica). Poleg oblike in velikosti sta bili odprti še dve možnosti; pogon na veter ali na vesla? Iz literature in po svetovnem spletu sem kmalu ugotovil, da mi bo bolj ustrezalo veslanje, pa tudi veliko več ljudi s posebnimi potrebami se z njim ukvarja. Torej bom s tako izbiro tudi lažje prišel do dodatnih informacij. Veslanje je namreč veliko bolj razširjeno in malo manj tehnično zahtevno od jadranja. No, taka sta vsaj moje mnenje in sklep na osnovi spoznanj in vedenj iz različnih virov informiranja.

Po odločitvi, kaj početi, sprejeti proti koncu leta 2008, je bilo naslednje logično vprašanje, s čim ali bolje v kakšnem čolnu to početi?



Veslanje skupaj z Milojko v izolskem mandraču. Končen izgled kanuja s krovnico.

Tekmovalni čoln, s kakršnim veslajo veslači na različnih regatah – na zadnjem SP na Bledu sta tekmovala tudi paraplegika iz naše države – sem hitro odmisli. Zanimalo me je, zdaj pa le to še zmorem, le rekreativno veslanje ali veslanje »za dušo«. Po mnogo pozneje doživeti izkušnji, kako je, ko čoln z menoj vred zdrsne iz enoosnega vozička na morsko gladino, me vsakič znova preplavijo občutki doživetja nekakšne nove razsežnosti. Neko posebno občutje, nova energija. V hipu sem namreč sam z morjem, z nebom, z neskončnostjo morja, čeprav je le nekaj metrov proč obala z mimoidočimi.

Skoraj na pamet sem se moral odločiti med kanujem in kajakom. Po dolgotrajnem dopisovanju z dvema ali tremi uporabniki kajaka v ZDA sem se odločil za dvosedežni kanu. To je bilo popolnoma v nasprotju s podobno gibalno sposobnimi tetraplegiki, s katerimi sem si dopisoval. Več jih namreč uporablja »seat on top« kajak, to je novejša različica kajaka in jadralne deske. Žal pa je zaradi svoje odprtosti manj uporaben v hladnejših okoljih. Veslač namreč sedi na površini, na jadralni deski podobnemu plovilu, in vesla z veslom za kajak. Pred valovi pa je popolnoma nezaščiten.

Začel sem iskati ustreznega ponudnika kanujev po spletu. V množici ponudnikov od vsepovsod sem na domačih spletnih straneh našel ponudnika različnih plovil, izdelanih v Sloveniji. To je podjetje MarineTeh, d. o. o, ki se ukvarja z navtičnim inženiringom in z izdelavo lastnih načrtovanih plovil. Prebral sem, da v podjetju načrtujejo in izdelujejo različna plovila, med drugim vitko oblikovane in hitrejše kanuje. Po ogledu teh kanujev na naslovu <http://marineteh.si> mi ravednost ni dala miru in sem, kljub poznim popoldanskim uram, vzel telefon v roke. Na drugi strani se je oglašil g. Drago Vouk in me, po moji kratki razlagi, prosil, naj pokličem nekaj dni pozneje, ker je službeno zunaj Slovenije. Seveda sem nestrpno čakal nekaj dni in ko se mi je zdelo dovolj, sem ponovno poskusil. To pot sem g. Vouku lepo pojasnil, kdo in kaj sem ter predvsem, kaj mi roji po glavi. Sledilo je še nekaj telefonskih pogovorov in čez nekaj »dolgih« tednov ali mesecev, natančneje februarja 2009, mi je g. Drago,





sicer tudi lastnik podjetja, pripeljal svoj testni kanu. Po predstavitvi in kratkem srečanju mi je kanu pustil. Čoln je bil znotraj grobo dodelan. Navzven ima popolno obliko in »napreden« videz. Kanu je narejen iz ogljikovih vlaken. To pa je pomembno, ker je lažji od običajnih, in to kljub dodatni nujni opremleni, kar nikakor ne gre zanemariti. Kljub vsemu naštetemu pa takrat kanu name ni naredil posebnega vtisa. Verjetno sem se šele v tistem hipu dodobra zavedal, kaj me čaka in v kaj se spuščam. Po drugi strani pa ni moja nič kaj športna pojava na g. Dragu pustila omembe vrednega vtisa. To sem izvedel precej pozneje.

Ob slovesu mi je g. Drago navrgel, naj ugotovim, ali se mi zdi tak čoln sploh primeren, ter odhitel nazaj na Gorenjsko. Ob vsej tej njegovi naglici sem bil kar malo razočaran. Prepričan sem namreč bil, da si bova čoln skupaj ogledala od blizu in da se bom s pomočjo stropnega dvigala vanj tudi usedel. Pa čeprav kar na sedežno blazino iz mojega vozička. Pa ni bilo nič od vsega tega. Stropno dvigalo je imelo ravno tistega dne prazno baterijo, Dragu pa se je mudilo.

Tistega dne je namreč pihala kar močna burja in prevoz kanuja na strehi avtomobila je že v smeri k nam, v Izolo, zahteval precej več časa, kot je načrtoval, in kar precejšnjo mero izkušenj in poguma. Obojega sicer Dragu ne manjka. V mladih letih je bil tudi sam reprezentant Jugoslavije v veslanju s kanujem na divjih vodah. Burje pa le ne gre podcenjevati! Pred odhodom mi je le nekako zagotovil, ali pa sem ga le tako hotel razumeti, da mi je pripravljen pomagati »uloviti moje sanje«. In tako je propadlo moje prvo vkrcanje v kanu.

Še srečo sem imel, da so mi, na mojo prošnjo seveda, prostor za hrambo kanuja in dnevno dostopnost do njega začasno omogočili v domu Dva topola v Izoli. Tudi midva z ženo Milojko sva odšla domov v razmišljanju, kako naprej in ali sploh nadaljevati z zamislijo. Ob pogledu na kanu sem sem se namreč zavedal, kako majhen (dolžina čolna je 450 centimetrov, širina pa 90 centimetrov) in obenem velik je. Tak pa je bil zame nedostopen in potreben temeljitih prilagoditev.

Pa kaj bi vse to, zavihati je bilo treba rokave!

- Še pred odločitvijo o vrsti čolna mi je bilo jasno, da bom potreboval sedež podobnih lastnosti, kot je sedežni del pri vozičku. Nujni so nagib sedežne ploskve nazaj, ustrezna širina ter globina sedeža. Zelo pomemben pa je hrbtni naslon, ki mora imeti možnost sprotne nastavitve kota. Brez sedežne blazine proti preležaninam, ki ne vpija vode in se hitro suši, pa tudi ne bo šlo. Pri izmeničnem veslanju je bistveno povečanje delovanja strižnih sil na tkivo v sedežnem delu.
- Za presedanje v kanu in nazaj v voziček pa sem vi-

del rešitev v sobnem dvigalu in nisem razočaran.

- Tudi za stabilnost kanuja in varnost plovbe sem imel v glavi rešitev. Dodati je treba bočna »čolnička«, ki bosta preprečevala morebitni prekuc čolna ali vsaj zajetje vode.
- Voziček za prevoz kanuja z menoj v njem od mesta usedanja (vkrcanja) v kanu na vodo in nazaj.

Spomladi 2010 sem se lotil izdelave enoosne »mini prikolice« – enoosnega vozička. Zgledoval sem se po načinu spuščanja večjih čolnov iz prikolice v vodo ter nazaj. Na sredini poletja je bil ročni voziček iz nerjavnega jekla izdelan, toda ne preizkušen. Po prvi preizkušnji jeseni se je pokazalo, da je voziček ustrezna rešitev, a ga je bilo treba še dodelati, če sva hotela doseči največjo mogočo samostojnost pri uporabi. Voziček s kanujem in z menoj v njem je namreč treba po betonski klančini spustiti v morje. Ob dovolj globoki vodi se voziček potopi, kanu z menoj pa prosto splava iz prikolice. Naslednji hip že drsi po vodni gladini. Za nazaj pa je treba postopek ponoviti.

Skiciral sem hrbtni naslon sedeža in v skico vnesel izmere iz vozička. Po nekaj tednih sta bila izdelana dva taka naslona, ki ju je bilo mogoče priviti na posebno v ta namen izdelani sedežni osnovi ali ploskvi, na katerih je nameščena sedežna blazina. Kanu je namreč namenjen paru veslačev. S konstruktorjem g. Dragom sva se dogovorila, da bo po modelu iz njegove delavnice izdelal sedežni osnovi po mojih izmerah. Konec septembra istega leta je zopet kar na najini domači terasi vstavil sedežni osnovi in nanju pritrdil hrbtna naslona. Na zadnji del kanuja pa je pritrdil po potrebi odstranljiva, bočna stabilizatorja. Kanu je bil tako nared za preizkus na vodi z menoj v njem. S po moje dodelanim veslom za kajak, s predelanim parom ro-



Veslanje s konstruktorjem kanuja g. Dragom Voukom.



Moj 1. spust v morje. Pod kanu je nameščen enoosni voziček, na katerem je kanu. V dovolj globoki vodi se voziček potopi, kanu pa zapluje.

kavic za vodne športe in z ustrežno sedežno blazino sem bil za tak preizkus pripravljen. Zadnji hip je bilo potrebnih še nekaj popravkov pri rokavicah. Brez njih namreč ne morem čvrsto držati vesla. Torej vse nared za dolgo pričakovani dan.

Sončnega in svežega, pa tudi vetrovnega dne na začetku oktobra 2010 smo se vaditelj veslanja Uroš in njegov sin Vito ter midva z ženo skupaj odpeljali proti Strunjanu. V tem zalivu je namreč vpliv vetrov jeseni precej manjši kot drugje. Še dobro, ker sem se kljub neučakanosti, kako bo vse skupaj videti, kar malce zbal odgovornosti pred vsem tistimi, ki so mi pomagali in bolj ali manj verjeli vame. S seboj smo imeli kanu, kajak, voziček za spust v morje, sobno dvigalo ter vse drugo, potrebno za splovitev. Kar na parkirnem prostoru pred plažo me je Milojka prestavila iz vozička na sedež v kanuju. Ta postopek sva že vadila na domačem dvorišču. Tudi sedenja v kanuju sem, sicer na trdnih tleh, bil že bolj vajen.

Sedečega v kanuju sta me moža odpeljala na obalo. Tam so mi namestili rešilni jopič in veslo ter me po klančini, ki jo je v spodnjem delu »presekala« nekakšna stopnica, da ja ne bi bilo vse skupaj preveč preprosto, spustili na vodo. Kanu se je ločil od enoosnega vozička in že sem bil na mirni vodni gladini. Uh, kakšno olajšanje, kakšen občutek svobode ... Naredil sem nekaj zaveslajev vzdolž valobrana in se vrnil k bregu, da se je vkrcal še vaditelj Uroš. Takrat pa se je moje veslanje šele resnično začelo. Seveda se je hitro izkazalo, da bo treba še marsikaj spremeniti ali vsaj dodelati. Pa mi ni vzelo poguma, nasprotno! Bil sem na pravi poti, saj sem po prvih dveh zaveslajih začutil, kako posebno je biti sam na morju, ki me je tistega dne resnično prijazno sprejelo. Komu mar, če je bila varna obala oddaljena le nekaj zaveslajev.

Tudi konstruktor Drago nikakor ni hotel izpustiti mojega prvega veslanja. Kljub želji videti konec »projekta«, v katerega je vložil veliko energije in čustev, so ga nenačrtovane obveznosti malo zadržale. Pridružil se nam je pozneje, ko sem utrujen in neizmerno zadovoljen ob ulovitvi sanj popolnoma sam čakal nanj v kanuju nekaj deset metrov od obale. Pozneje tistega dne mi je priznal, da do trenutka, ko me je videl samesa v kanuju na morju z veslom v rokah, ni verjel, da bom kdaj lahko sam zaveslal v njegovem kanuju. V zahvalo za vso pomoč pri ulovitvi svojih sanj sem ga sprejel v kanu in ga simbolično popeljal nekaj metrov. Kaj več tistega dne zaradi vsega doživetega in razburjenosti tudi nisem bil sposoben. Pa tudi veslati ni tako lahko, kot sem si zamišljal. Še dobro, da je Drago vzel Uroševo veslo za kajak. Tega sicer ni vajen, ker se v kanuju vesla z enojnim veslom.

Pa da ne pozabim! Že kmalu po tistem, ko sva se odločila za skupno veslanje, sva z Milojko postala člana pred skoraj 100 leti ustanovljenega VK Argo Izola. Pohvalim se lahko, da imamo v svojih vrstah članskega reprezentanta RS, pa tudi več mladinskih. V prejšnjem stoletju in pozneje v RS so bili v vrstah VK Argo tudi udeleženci OI. V tej sredini so naju lepo sprejeli in omogočili hrambo kanuja ter vse drugo, kar potrebujeva, ko se odpraviva na morje. Sam vidim tudi možnost za organizirano veslanje različnih skupin oseb s posebnimi potrebami. Tudi najtežje gibalno ovirani bi lahko tukaj imeli svoj pristan. Seveda pa bi bilo za kaj takega treba urediti ustrezne sanitarne pogoje in našim potrebam prilagojen vstop na vodo. To so sicer že druge sanje, ki pa jih lahko tudi izsanjamo, če le stopimo skupaj. Verjemite, dela je še veliko, zadovoljstvo pa bo sledilo ...

Dušan Ambrož



## Avtobiografski roman mladega paraplegika

# NE DOMIŠLJAJ SI!

**Moje življenje se je po 25. juniju 2008 temeljito spremenilo. Takrat me je padec z lestve zaznamoval za vedno. Postal sem paraplegik in na lastni koži spoznal, da je lahko življenje zelo kruto. V mesecih po nesreči sem preživel peklo na Zemlji, ki ga vsi paraplegiki, še posebno pa tetraplegiki, dobro poznate. Doživel sem tudi veliko nepričakovano lepih in ganljivih trenutkov. Zaradi njih sem se lažje spoprijel s posledicami paraplegije in postal mogoče celo boljši človek.**

Pred dobrim letom sem se odločil napisati avtobiografski roman, saj sem želel svojo zgodbo deliti z drugimi. Pri tem me ni vodila želja po izpostavljanju, ampak predvsem želja po ozaveščanju ljudi, ki niso invalidni. Ob predstavitvah slikarice Lev Rogi po šolah in drugih ustanovah sem spoznal, da številni odrasli ne vedo, kakšne posledice lahko prinese poškodba hrbtenjače. Problematiko paraplegikov in tetraplegikov slabo poznajo oz. o njej praktično ne razmišljajo. Mnogo jih ne ve, zakaj so invalidska parkirna mesta širša od navadnih. Večini se niti ne sanja, kaj pomeni poškodba hrbtenjače za delovanje notranjih organov (predvsem črevesja in mehurja) in kakšne posledice prinaša za odvajanje vode in blata. Izraza nevropatske bolečine ne pozna skoraj nihče.

Avtobiografski roman z naslovom *Ne domišljaj si!* je nastal tudi zato, ker sem želel opozoriti na pomanjkljivosti našega zdravstvenega sistema in drugih sistemov, ki so vključeni v rehabilitacijo invalidov. Nekateri zdravniki in drugi zaposleni v bolnišnicah sčasoma ob delu s paraplegiki in tetraplegiki pozabijo, da imajo opravka s čutečimi in hudo travmatiziranimi ljudmi. Zdi se mi, da pacienti vedno bolj postajamo številke, ki jih bolnišnice potrebujejo, da upravičijo svoj obstoj in finančne prilive. Na srečo niso vsi zdravniki, medicinske sestre, tehniki in negovalci taki. Obstajajo tudi taki, ki svoj poklic opravljajo kot življenjsko poslanstvo. Zanje ni toliko pomembna višina številke na plačilni listi ob

koncu meseca, ampak dobra dela, ki jih opravijo v službi in drugod na svoji življenjski poti. Knjiga subjektivno predstavi obe plati našega zdravstvenega sistema.

Paleto dogodkov po nesreči, ki so vseh barv (od najbolj temnih in groznih do izjemno svetlih in srečnih), sem spravil na papir tudi zaradi vseh paraplegikov in tetraplegikov, ki jim je usoda namenila prehoditi podobno življenjsko pot. Moja zgodba bo mogoče za koga navdih, da pretehta svoj boj s posledicami paraplegije in se odloči v življenju narediti kaj več. Mogoče se bo kdo v njej prepoznal in spoznal, kako podobni smo si vsi z zlomljeno hrbtenico. Kdo od tistih, ki so šele na začetku svoje poti na invalidskem vozičku, pa bo mogoče dobil kakšno idejo za lažje in polnejše nadaljevanje svojega življenja.

Roman nosi naslov *Ne domišljaj si!* zaradi usodnega stavka, ki mi je bil namenjen v Soči. Zdravnica mi je dejala, da ne bom nikoli več hodil. In da se naj sprijaznim s tem. Podobnih spodbud sem bil deležen še večkrat po nesreči. Izraz *Ne domišljaj si!* sporoča, da so sanje prepovedane. Sporoča, da ne bo nikoli boljše. Da se nima smisla boriti. Avtobiografski roman z enakim naslovom pa pomeni prav nasprotno. Sanje so nujno potrebne. Sanje so lahko močna sila – močno upanje. Upanje pa je gorivo, ki daje energijo ljudem, ki želijo spremenjati svet na boljše.

Želim si, da bi moja knjiga vsaj

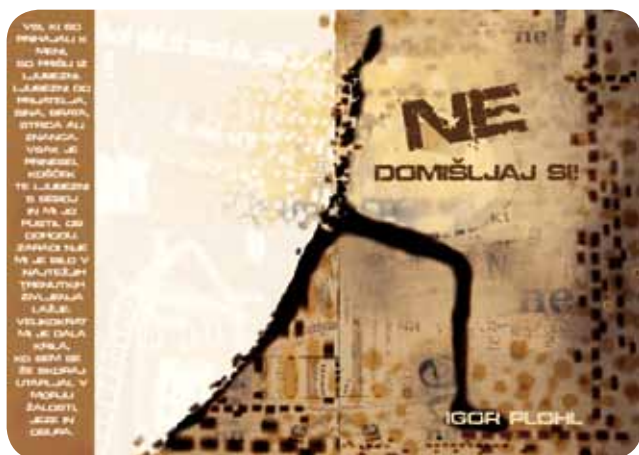
malo spremenila svet na boljše. Če vas zanima, ali ima to moč, jo vzemite v roke in jo preberite.

Urednica Lučka Zorko je o njej zapisala naslednje.

*Knjiga Igorja Plohla Ne domišljaj si! je avtobiografska pripoved, ki predstavlja dve leti življenja mladeniča, ki ga je zaznamoval tragičen dogodek, po katerem je nenadoma postal paraplegik in bil prisiljen temeljito preizprašati vse, kar človeka dela človeškega: odnos do telesa, do življenja in smrti, ciljev, prihodnosti, vrednot. Na momente humoren odnos do tegob, s katerimi se mora spoprijeti mladenič, prej poln energije in zagona in na začetku učiteljske kariere, tragično obrača v optimistično.*

*Od knjige bi morda pričakovali še eno klasično življenjsko izpoved; a presenetli: umanjajo sentimentalni »čustveni izlivi« nekoga, ki je imel v življenju manj sreče od povprečnega človeka, zato pa je veliko zgodbenosti; drzno posega v prostore, kot so odprta in iskrena kritika družbe, dogodki, ki več razkrivajo kot prikrievajo, a vselej uspejo bralca pripeljati do tega, da se kljub tragiki in konfliktom zaradi nestanovitne človeške narave uspe nasmehnuti in si reči: je mogoče. Izpostavlja dejstvo, da je kljub napredku medicine in znanosti resnica še zmerom nekje daleč, neznana, neobvladljiva, a vendarle dosegljiva. Nečemu, kar presega znanost in religijo in celo vse človeško: slutnji. Nečemu v nas, kar hoče biti, ne glede na vse.*





Knjiga *Ne domišljaj si!* je avtobiografski roman paraplegika Igorja Plohla.

Avtor se sicer ne odpove lastni perspektivi, a ta ni edino, kar želi z nami podeliti. Velikodušno nas popelje po

lastnega telesnega, na čemer slo- ni večina naše biti, bo po branju te knjige temeljito premislil vrednost

zamolklih, zadušnih prostorih tesnobe, bolnišnic, strahu, jeze, a tudi upanja, želje, nesebičnosti, optimizma – torej, človeškega najslabšega in človeškega najboljšega. Kdor doslej ni mogel razumeti, da biti invalid ni le nezmožnost hoditi, ampak je tudi umanjkanje samoumevnosti

»hiše«, v kateri biva.

Nenazadnje pa bo vsak, ki se z invalidnostjo sooča in se mu v kakšnem trenutku zazdi, da je sam in da ne zmore, ob branju nenadoma spoznal, da ni in da zmore. Vsekakor je *Ne domišljaj si!* čtivo, ki mora biti na policah vsakega rehabilitacijskega centra in ambulante, pa tudi na naših domačih policah. Da ne pozabimo, da je ne misliti na bolečino velik blagoslov.

Knjiga je izšla v sozaložništvu Zveze paraplegikov Slovenije in Založbe Pivec na začetku marca.

Igor Plohl

## 4. mednarodni festival podvodnega filma

# »SPREHODI POD MORJEM« ALI POTAPLJANJE STO PETINDVAJSET MILJ OD MORJA

Četrty mednarodni festival podvodnega filma in videa je potekal med 26. in 28. januarjem v Kulturnem domu Slovenske Konjice, in ne v Termah Zreče, kot je bilo zmotno napovedano. V Termah je namreč v istem času potekal tradicionalni mednarodni španski večer. Bil je torej v 850 let starem mestu, ki ni ne v Zrečah ne v Ljubljani, temveč leži v Dravinjski dolini, ki jo na eni strani obdaja Konjiška gora, na drugi strani pa s trto posejani Zlati grič. Mestece leži (ne boste verjeli) sto kilometrov od Zagreba, sto kilometrov od Gradca in neverjetnih sto kilometrov od Ljubljane.

Verjetno se boste malce začudili, ker vam opisujem geografske značilnosti majhnega mesteca, ki premore čudovit trg s potokom (ni Ljubljana ali Drava, je pa dovolj velik za spuščanje ladjic) in bel grad na Konjiški gori. Želel bi samo, da razumete, da kljub zmotnemu mišljenju nekaterih ne živimo na drevesu ali v votlini in da imamo vse, kar imajo veliki. Lahko bi rekel, da imamo stvari, o katerih veliki lahko le sanjajo. Občino po »izmeri« in meri invalidov (kar je trenutno osrednji slovenski šport, ki prinaša naslutene priložnosti in neznane posledice), odlično vino, dobro domačo hrano in 50-metrski olimpijski bazen.

Bazen je kljub častitljivi starosti še vedno v solidni kondiciji, saj v poletni sezoni ponuja vse potrebno, da se »manj zmožni« tam kot na edinem bazenu v

Sloveniji lahko naučijo SCUBA potapljanja. Konjiški bazen je bil tudi prizorišče snemanja zgodbe z





naslovom *If I Can Drive, I Can Dive*, ki govori o potapljačih s poškodbo hrbtenjače (SCI) in je še vedno edini slovenski podvodni film, ki je dobil nagrado na festivalu FMISM – Festival Mondial De L’image Sous-Marine, ki se, kot ste lahko pravilno ugotovili, ne dogaja v Ljubljani, temveč v francoskem Marseillu. Ja, Konjice so tudi edine, ki imajo »Dan brez vozička« in, čeprav so enkrat dlje od morja kot Ljubljana, edine premorejo mednarodni festival podvodnega

filma in videa. V poplavi festivalov, ki so v glavnem že vsi oddani in se dogajajo le še v (prav ste uganili) Ljubljani, so »Sprehodi pod morjem« našli svoje mesto v okolju, kjer so mu vsi, razen ravnateljice moje nekdanje osnovne šole, globoko naklonjeni oziroma, kot bi rekli v kraški Guči, vsi skupaj sinhrono dihajo s festivalom. In tako so vse starostne skupine družno »dihale« od četrтка do sobote, s projekcijami za mladostnike, odprtjem razstave treh vrhunskih







Udeleženci 4. Sprehoda pod morjem.

podvodnih fotografov (Marjan Richter, Borut Furlan in Anatoly Beloshchin), ki so jo glasbeno obogatili trije vrhunski talenti (Ana Dadič, Uroš Polanec in Dejan Rumpf), in s predstavitvijo najboljših filmov aktualne svetovne produkcije. V soboto smo v revijalnem delu sporeda, kjer smo gostili očeta največjega in najstarejšega festivala podvodnega filma na svetu FMISM, Daiela Mercierja, podelili tudi prvi Grand prix »Sprehodov pod morjem« – kristalnega morskega konjička primorskega umetnika Matjaža Bornška. Nagrado je odnesel Švicar Jose Lachat za kratek, a globok film Sinistre, ki opisuje vsem dobro znano zgodbo, ko skrita pošast ugonablja nič hudega sluteče ribice, ki zaradi kmečkega značaja ne vidijo nevarnosti, dokler ni prepozno.

Festival se drži preverjenega koncepta, ki skozi različne vsebine (film, video, glasba, otroška risba, farško vino, Inotove bunke in salame ter Sonjino pecivo) animira tako »manj zmožne« (od politikov, invalidov, otrok in še koga) kot tudi vse »zdrave«. Oboji že četrtič zapored prihajajo iz širše jadranske regije in brišejo razlike, ki so jih ustvarili naši očetje in evropski dedje, ki se še vedno, tudi prek svojih mariborskih lakajev, trudijo, da nam ne bi uspelo. Težava je, da omenjena kombinacija, ki se ne krmi pri državnih jasliah in ne gosti pomembnih ministrov, le stežka propade, saj jo rešujejo dobri ljudje, pa čeprav v obliki palete WC-papirja.

Ob koncu naj še potolažim vse, ki so skozi pisanje iskali podrobnosti o festivalu (program, gostje, fotografije etc.), da jih lahko preberejo v najnovejši številki revije Potapljač, ruski reviji InVertum in na spletni strani ugledne mednarodne organizacije IAHD Adriatic ([www.iahd-adriatic.org](http://www.iahd-adriatic.org)) ali pa na spletni povezavi na strani ZPS.

Vse druge, ki želite doživeti košček opisanega ali zgolj

srečati svoje dolgo pozabljene prijatelje, pa vabimo, da se nam pridružite na 5. Sprehodih pod morjem (1. – 3. februar 2013), ki bodo oživili tudi nekoč največji potapljaški dogodek v tem delu rajha – simpozij Potapljanje AST (Apnea, SCUBA & TecDiving), ki je potapljačem s SCI izbral prostor pod potapljaškim soncem, ne pa tudi v Soči in na DIF-u.

Ker gre honorar za članek, kot vedno, v dobrodne namene, bom izkoristil priložnost za prikrito oglaševanje tako, da se zahvalim vsem, omenim pa le največje, ki so nas pri projektu podprli materialno in moralno. Pred vsemi gre posebna zahvala Frenku Rateju, velikemu umetniku in še večjemu človeku.

Materialno:

- Občina Slovenske Konjice
- Oplast
- Grah Automotive
- Gradnje Marguč
- Zavarovalnica Triglav
- Mariborske lekarne
- Kostroj in cela vrsta po srcu dobrih in bogatih ljudi

Moralno:

- Zveza paraplegikov Slovenije
- Slovenska potapljaška zveza
- Hrvaška potapljaška zveza
- C.M.A.S. Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques

Podroben spisek tistih, ki nas imajo radi, lahko internetni »friki« najdete na: <http://www.iahd-adriatic.org> tisti ta »brihtni« s pametnimi telefoni pa na:



**Tekst napisal: Branko RAVNAK**  
**Fotografije prispevali: Drago Jovič**  
**in Andraž Korošec**





## Potapljanje

# »LEDENA DOBA V BUTALAH« IN »POSEBNA SOBOTA ALI KDAJ SI ZADNJIČ NEKO STVAR NAREDIL PRVIČ«

*Butale, 25. 2. 2012*

*Dve kratki zgodbi o izjemnem dogodku, ki je spremenil tok zgodovine v Butalah in spravil v zadrego širšo strokovno butalsko javnost. Izpod peresa dveh popolnoma različnih oseb, od katerih boste prvo še bolj zasovražili, vendar bo druga s svojo zgodbo popravila vtis, a zgolj zato, ker vas še ne pozna.*

### Ledena doba v Butalah

Zarečenega kruha se baje poje največ. To je verjetno tudi razlog za mojo izjemno figuro, ki daje v poletnih dnevih brez oblačka čudovito senco vsem v moji bližini. Ob zaključku redakcije vsake številke trobila, ki pripada tistemu delu Butalcev, ki jim hoja ni usojena, si obljubim, da pišem zadnji prispevek na temo potapljanja manj zmožnih.

Pa vendar sem se moral ponovno najesti tega kruha brez moke, saj sem bil udeleženec izjemnega dogodka ali pa kar čudeža, ki ga doslej svet ni videl. Čudež se je zgodil zadnjo soboto v podaljšanem februarju, ko je skupina skoraj tridesetih izbrancev razbijala skoraj petnajst centimetrov debel led na Kočevskem jezeru. Skupaj z njim pa še zadnje predsodke butalske strokovne javnosti (razen svetlih izjem, ki živijo v grehu), ki ji pada senca le po hrbtu in podplatih, saj ima glavo že desetletje zarito globoko v butalski pesek napuha.

Pisana družčina, sestavljena iz potapljačev (»ta zdravih« in »ta bolnih«), gasilcev, vojščaka (ta je bil bolj



*Prvi inštruktor*

učinkovit kot celotna butalska armada), pripadnika butalske civilne zaščite (podvodnega snemalca pod krinko), dveh vračev, usmiljene sestre in diplomirane univerzitetne zeliščarke, je poskrbela za najnovejšo travmo butalske stroke.

Motorne žage so bile razlog za črne oblake butalskih podvodnih reševalcev, saj so brez njihovega »žegna« odprle pokrov Kočevskega jezera in omogočile peterici srečnežev, da se skupaj s »ta živimi« spustijo v okolje, kjer ni bil še nikoli nihče iz njihovega plemena. Razlogi za dogodivščino so bili različni. Tako se je Damjan potopil predvsem po službeni dolžnosti (CMAS M\*), Yoda zato, ker je imel po naključju dva konca tedna zaporedoma prosto, LG je po tihem računal, da ga bomo spustili pod vodo, saj je bil šofer edine in prve na planetu, ki se ji je zahotelo tega potopa iz gole radovednosti – Kladije. Peti član, Hrvat Beli miš, se nam je pridružil, ker so tega dne nanj njegovi čisto pozabili, saj so se slikali na hrvaškem dvoru pri kralju



*Medicina*



Zrcalno jasno

s črnimi očali. So se pa nanj spomnili že dan pozneje in ga zopet posvojili (ja, tudi pri njih poznajo tisto o tujem perju), saj je prvi med Hrvati, ki se je odrekel slikanju s kraljem v zameno za nepozabne trenutke v ledeni vodi.

Same dogodivščine nima smisla podrobno opisovati, saj fotografije in filmi na spletni strani [www.iahd-adriatic.org](http://www.iahd-adriatic.org) povedo vse in še več. Pomembno je vedeti le, da smo peterico razdelili na dva dela po načelu pomembni v prvo skupino, kanonfuter v drugo, tako sta v drugi skupini ostala LG in Beli miš. Zlobni bodo imeli komentarje, vendar se jim ne pridružujemo. Pri ogledovanju fotografij in filmov bodo pozorni butalski analitiki (tisti, ki jih najbolj skrbi počutje invalidov v Butalah) lahko opazili izrazito spremembo barve glasu in kože protagonistke Kladije, ki je po dvajsetih minutah v hladilniku z glasom dunajskih dečkov vneto odgovarjala novinarjem, ki so se kar trli ob obeh luknjah.

Tresenje glasu in udov je bilo kratkotrajno in po zadnjih podatkih nima nihče Parkinsonove bolezni in vsi se počutijo odlično. Kljub vsemu ostaja zrno dvoma, ali pa tisti črv, saj ga poznate, ki kar naprej vrta in vrta in tudi koga pokliče ali napiše kakšno sporočilce v maniri, da bi na koncu obžalovali, kar smo storili, saj nismo vključili vseh, ki bi jih morali. Ampak roko na srce, nihče od velikih ni bil za stvar. Zato se je zgodovinska izjava Belega miša: »Ja bih ovo preporučio svakome!« izgubila v čudovitem dnevu neke čisto posebne sobote.

O tej soboti pa vam bo v drugi kratki zgodbi, čeprav si tega ne zaslužite, v nekaj čudovitih vrsticah, ki ne poznajo sarkazma, jeze, sovraštva, obupa in še česa, kar vam prodajam zadnjih deset let, povedala Andreja, ki je prišla za en dan in naredila v njem več, kot mnogi ne naredijo celo življenje.

©Branko RAVNAK

## Posebna sobota ali kdaj si zadnjič neko stvar naredil prvič

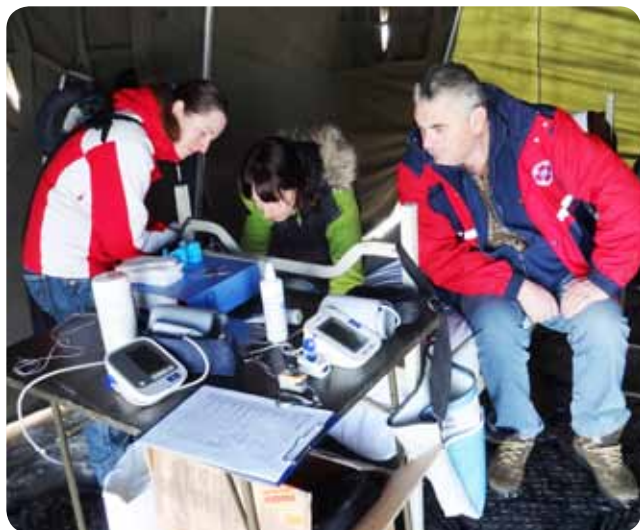
**POVABILO** – Strah, tesnoba, iskanje izgovorov pred sabo in pred njim. Po drugi stani pa spet radovednost, želja po nečem novem, želja biti del nečesa novega. Nečesa, ki se bo dogajalo prvič na svetu, prvič na tem našem planetu. To drugo je prevladalo.

**ORGANIZACIJA** – Pravijo, da če je dobra, je opravljenega pol dela. Zato je moja glava polna misli, s čim prispevati k temu, kar se bo zgodilo jutri, prvič

sploh. Zvečer je nahrbtnik poln vseh pripomočkov, s katerimi bom lahko prispevala svoj del.

**PARAPLEGIKI** – »vozičkarji« – Kar ne vem, kako pristopiti k njim in začeti pogovor z njimi. So resni, kar malo zadržani. Seveda, saj so to oni, ki si upajo, oni, ki skupaj s skrbnimi rokami »zdravih« članov premikajo meje, oni, ki bodo danes prvi.





Znanost

**TISTI DAN, NARAVA** – Popolnoma sodeluje, vidi se, da je za stvar. Odločeno je, da se zgodi prvič, prvič na svetu. Sonce, debelina ledu, vse je ravno pravšnje. Začnejo se priprave. Vse je kot v mravljišču, opazujem obraze, osebjne, njih, ki si upajo. Nobenega dvoma na niti enem obrazu, vsi verjamemo v stvar, ni možnosti, da podvig ne bi uspel.

**AKCIJA** – Prvo plavanje tja in nazaj, tišina, mogoče malo napetosti ... in potem resen, a ponosen obraz prvega, ki je premagal razdaljo, prvega, ki je premagal samega sebe in si dokazal, da zmore, kot vsi drugi »zdravi«.



Grand master Yoda



*Ja bih ovo svakome preporučio.*

Potem se vrstijo drug za drugim, še več je optimizma, še več občutka, da je prav, da so se lotili tega. Še zadnji iz vode, čez jezero zaplava energija sreče in neizmernega ponosa. Samo oni vedo, kaj so morali premagati, kaj so čutili tam notri pod tiho plastjo ledu, ki jo je prebijala sončna svetloba.

Le oni vedo, »vozičkarji« in njihovi spremljevalci. Vedo, da je šlo in da se je izšlo tako, da je prav za vse.

Lahko samo pomislim, hvala mu za povabilo, hvala radovedni strani v meni, da mi je premaknila rit, da sem lahko bila del tega in da sem lahko ponosna z njimi.

©Andreja LIPUŠ







Mednarodna tekmovanja v smučanju

# GAL JAKIČ, EDINI SLOVENSKI ALPSKI SMUČAR PARAPLEGIK

**10. in 12. V SUPERVELESLALOMU**

*Najboljši smučar med paraplegiki Gal Jakič je v kanadskem smučarskem središču Kimberley v dveh superveleslalomih osvojil 10. in 12. mesto. Za pokal Severne Amerike NorAm se je od 14. do 17. februarja v hitrih disciplinah pomerilo štirideset smučarjev iz devetih držav.*

Smučarke in smučarji so se najprej preizkusili na štirih treningih smuka, kjer pa našemu paraolimpijcu in članu prestižne ekipe ameriškega centra National Sports Center For The Disabled (NSCD) ni šlo vse po načrtih. Zaradi manjših pomanjkljivosti na železni peti monoskija se mu je namreč na vseh treningih smuka odpela smučarska vez.

Po posvetovanju s trenerji se je odločil, da bo izpustil obe tekmi smuka in dan izkoristil za trening superveleslaloma. Odločitev se je vsekakor izkazala za pravilno, saj je na sobotnih tekmah v superveleslalomu zasedel 10. in 12. mesto. Zmago si je na prvem superveleslalomu zagotovil Britanec Sean Rose, na drugem pa Kanadčan Josh Dueck.



*Slovenski reprezentant v alpskem smučanju Gal Jakič*

## **JAKIČ OSMI NA SLALOMU V AMERIŠKEM PARK CITYJU**

*V ZDA se je nadaljevala turneja severnoameriškega pokala NorAm za alpske smučarje invalide. Gal Jakič (slovenski reprezentant v alpskem smučanju za športnike invalide in edini slovenski udeleženec paraolimpijskih iger 2010 v Vancouvru) se je odpravil v ameriško zvezno državo Utah v upanju na uspehe tudi v tehničnih disciplinah.*

Da mu proga na tako imenovanem Pokalu Huntsman leži, je z drugim mestom dokazal že lani, tokrat pa je pokazal povprečen nastop, saj slaloma v letošnji sezoni skoraj ni treniral. Slalomske smuči je ponovno pripel po skoraj dveh mesecih premora.

Kljub temu je v konkurenci skoraj 50 smučarjev iz 12 držav, med katerimi je bil tudi zmagovalec zadnje tekme svetovnega pokala v slalomu, Američan Tyler Walker, izpeljal dve dobri vožnji. Po prvem teku je bil deseti, v drugem pa je uvrstitev še izboljšal in na koncu tekmovanje končal na osmem mestu. S tem rezultatom je znova dokazal, da je slalom morda njegovo najmočnejše orožje in da lahko nadaljuje tradicijo vrhunskih slovenskih slalomistov in

slalomistk. Tekmo je dobil že prej omenjeni Američan Tyler Walker, pred rojakom Heathom Calhounom in naturaliziranim Američanom s turškim potnim listom Erikom Bayindirlijem.

Jakič se je po krajšem tekmovalnem premoru v domovino vrnil 8. marca, sezono pa bo konec aprila končal v Evropi.

*Povzel Jože Globokar*



Slovesna prireditev – Invalid športnik leta 2011

## VSI NASLOVI NAŠIM ŠPORTNIKOM

*Športnice in športniki pokrajinskih društev Zveze paraplegikov Slovenije, ki na vrhunskih tekmovanih tekmujejo pod okriljem Zveze za šport invalidov – POK, so na slovesni prireditvi Invalid športnik leta 2011 osvojili vse laskave naslove. Dogodek je nekoliko odmaknjen, toda odlični športniki si vsekakor zaslužijo, da jih v Paraplegiku, ki je bil takrat v tisku, vsaj na kratko predstavimo.*

V Športni dvorani v Kočevju so športnike in številne goste pozdravili: v imenu pokrovitelja župan občine Kočevje dr. Vladimir Prebilič, v imenu NSIOS Boris Šušteršič, v imenu ZŠIS – POK pa predsednik Emil Muri.

Slovesen nagovor je imel predsednik OKS – ZŠZ dr. Janez Kocjančič. Na prireditvi, ki jo je s kulturnim programom obogatil kantavtor Andraž Hribar, so številni športniki in trenerji za svoje izjemne dosežke prejeli srebrne in bronaste znake, osrednja slovesnost pa je bila razglasitev naj športnice, športnika in športnih ekip leta 2011. Laskavi naslov – »Invalid športnik leta 2011« so si z vrhunskimi dosežki priborili: **ŠPORTNICA LETA 2011** je Tatjana

Ljubič Majcen, ki je na svetovnem prvenstvu v novozelandskem Christchurchu v suvanju krogle osvojila srebrno, v metu diska pa še bronasto kolajno.

**ŠPORTNIK LETA 2011** je Jože Flere, ki je na svetovnem prvenstvu v novozelandskem Christchurchu v metu diska osvojil srebrno kolajno.

**ŽENSKA ŠPORTNA EKIPA LETA 2011** je ekipa v namiznem tenisu v sestavi Andreja Dolinar in Mateja Pintar. Na Evropskem prvenstvu v namiznem tenisu v Splitu sta v ekipni konkurenci osvojili bronasto kolajno.

**MOŠKA ŠPORTNA EKIPA LETA 2011** je ekipa strelcev v postavi Franček G. Tiršek (član DP jugozahodne Štajerske), Damjan Pavlin

in Srečko Majcenovič. Strelci so osvojili ekipno 1. mesto na svetovnem pokalu v strelstvu v Španiji z zračno puško stoje in 3. mesto z zračno puško leže. Poleg naslovov najboljših športnikov leta 2011 so športniki ZPS osvojili še posebna priznanja – 7 srebrnih znakov za tekmovalne dosežke (Pinter, Tiršek, Plank, Flere, Majcen in trenerji) ter 3 bronaste za tekmovalne dosežke (Dolinar, Pintar in trenerji).

Ob zaključku slovesnih podelitev je kočevski župan podelil posebno priznanje tudi našemu odličnemu igralcu namiznega tenisa Ivanu Liscu.

*Jože Globokar*



*Predsednik zveze in naši vrhunski športniki*



## IV. smučarski kamp v Kranjski Gori

# PREHODNI POKAL ZVEZE ŽE TRETJIČ JAKIČU

*Zveza paraplegikov Slovenije je 1. in 2. februarja v Kranjski Gori pripravila že IV. smučarski kamp. Pri organizaciji in izvedbi tekmovanja je sodeloval tudi Smučarski klub Radovljica. Prehodni pokal Zveze paraplegikov je že tretjič zapored osvojil najboljši smučar med paraplegiki, paraolimpijec Gal Jakič. Vendar ne v trajno last, kot je v navadi. Organizatorji so se namreč strinjali s predlagateljem Jakičem, da naj prehodni pokal prehaja iz rok v roke zmagovalcev več let. S tem je postal tudi bolj zanimiv in privlačen.*

Prvi dan so smučarji paraplegiki iz treh pokrajinskih društev v dopoldanskem in popoldanskem času vadili na smučiščih ob hotelu Larix, kjer se začnejo vse smučarske poti Kranjske Gore. Spustili so se celo po progi Vitranc. Vedeti je treba, da so smučarji paraplegiki (na dostopnih smučiščih) skoraj povsem samostojni, tako na vlečnici ali sedežnici kot na progi. No, za morebitne manjše pomoči pa so v tistih dneh med drugim poskrbeli devet študentk oz. absolventk delovne terapije Zdravstvene fakultete v Ljubljani in en moški predstavnik spremljevalne ekipe.

Drugi dan se je po ogrevalnih vožnjah za četrti prehodni pokal Zveze v veleslalomu pomerilo devet smučarjev. Ker je nastopilo manjše število tekmovalcev, so progo prevozili trikrat, štela pa sta dva najboljša časa. Tako kot na dosedanjih pokalnih tekmovanjih so se na isti progi pomerili tudi spremljevalci.

Najboljši skupni čas (00:40,50) je po pričakovanju dosegel najboljši smučar med paraplegiki **Gal Jakič**, ki je po dveh zaporednih osvojitvah tudi tokrat dobil prehodni pokal Zveze. Kolajno za drugo mesto je prejel **Gregor Gračner** (00:44,69), za tretje pa **Edo Ješe** (00:45,80) vsi člani DP ljubljanske pokrajine. Četrti je bil **Janez Učakar** (00:45,98), peti **Roman Velikonja**



*Smučarji paraplegiki lahko povsem samostojno uporabljajo sedežnico.*



*Tekmovalci četrtega kampa v Kranjski Gori*

(00:54,43), šesti **Mirjan Rogelj** (00:58,80), sedmi **Jože Zajc** (01:03,81), osmi **Peter Osterveršnik** (01:05,41), deveti pa mladi smučar DP Gorenjske, enajstletni **Jernej Slivnik** (01:20,49). Povejmo, da je naš mladi smučar zelo nadarjen, da redno trenira in da bo najverjetneje šel po smučinah našega najboljšega smučarja. Seveda če bo imel za napredovanje vse možnosti.

Med spremljevalci so kolajne osvojili: zlato **Blaž Šircelj** (00:34,64), srebrno **Nastja Zajc** (00:42;75), bronasto pa **Brigita Juševnjak** (00:43,12). Naslednja mesta so osvojile **Manca Šolar, Sara Učakar** in **Ana Rogelj**.

Tekmovanje, meritve časa in izračun rezultatov je vodil smučarski strokovnjak in trener **Bojan Kavčič** iz Smučarskega kluba Radovljica, organizacijo pa vodja športa pri ZPS **Gregor Gračner**. Tekmovanje je varovala **Gorska reševalna služba** iz Kranjske Gore.

Na tokratnem kampu ni bilo francoskega proizvajalca monoskijev **Tessier**. Verjetno je naš trg zanj premajhen, zato je Jakič, ki je navezoval stike tudi za tokratno predstavitev, v prihodnje predlagal alternativno rešitev.

Pohvalno pa je, da smučarski dogodek v Kranjski Gori postaja vse bolj odmeven in da mu vse več pozornosti posvečajo tudi mediji.

**Jože Globokar**





## V ligi tekmujejo ekipe iz Avstrije, Italije, BiH, Hrvaške in Slovenije

# V REGIONALNI LIGI EKIPE ODIGRALE 2. IN 3. KROG

*Košarkarske ekipe, ki tekmujejo v mednarodni ligi (NLB WHEEL), so drugi krog odigrale še decembra lani, tretjega pa 11. in 12. februarja letos. Po treh krogih je v skupini A na vrhu KIK Sana, v skupini B pa KKI Vrbas. Polfinalno srečanje bo 14. aprila organizirala KKI Vrbas v Banjaluki, finalne tekme pa 19. maja Slovenija: ZŠIS - POK v organizaciji Zveze paraplegikov Slovenije.*

### DRUGI KROG

Košarkarske ekipe skupine A so drugi krog odigrale 3. decembra v športni dvorani Mejdani v Tuzli. Srečanje je organizirala domača ekipa KIK Veterani, ki je v prvi tekmi s favorizirano ekipo KIK Sana izgubila z rezultatom 69 : 79.

V drugi tekmi sta se pomerili ekipi Castelvechio in Slovenija. Z visoko razliko v koših je slavila italijanska ekipa, ki je slovensko moštvo ugnala z rezultatom 53 : 34.

Ekipe skupine B so drugi krog odigrale 10. decembra v športni dvorani v Zagrebu. Srečanje je organizirala domača ekipa KK Zagreb, ki je v prvi tekmi z rezultatom 69 : 60 premagala avstrijsko ekipo RSV Kärnten. V drugi tekmi sta se pomerili ekipi KKI Vrbas in KIK Una Sana. Z rezultatom 67 : 55 je slavila favorizirana ekipa KKI Vrbas.

### TRETJI KROG

Ekipe skupine A so tekme odigrale 12. februarja. Organizator – ekipa Castelvechio – je v otvoritveni tekmi v športni dvorani Palazimolo z rezultatom 60 : 30 brez težav ugnala moštvo KIK Veterani. Druga tekma je zmago prinesla ekipi KIK Sana, ki je moštvo Slovenije premagala z rezultatom 48 : 72. Najboljši strelci po 3 krogih: Elvir Modronja, KIK Sana (80), Nermin Pandžić, KIK Veterani (43) in Izet Sejmenović, Castelvechio (43). Tekme v skupini A sta sodila Cristiano Penzo (I) in Mitja Dečman (SLO).

Organizator tekem skupine B je bila ekipa RSV Karnten iz Celovca. Srečanje je 11. februarja pripravila v Sport-halle Vereinstreff v St. Veit a.d. Glan.

V prvi tekmi so gostitelji morali priznati premoč ekipi KKI Vrbas, ki jih je porazila z rezultatom 47 : 78. V drugi tekmi je ekipa KK Zagreb po precej izenačeni tekmi odpor moštva KIK Una Sana strla v zadnji četrtini in tekmo dobila z rezultatom 55 : 68. Najboljši strelci v skupini po treh krogih: Ademir Demirović, KKI Vrbas



*Igralci KIK Sane (v modrih dresih) so premagali ekipo Slovenije.*

(106), Rifat Kozlica, KIK Una-Sana (82), in Robert Hoderling, RSV Carinthian broncos (68). Tekme sta vodila Sabastian Adami (A) in Mitja Dečman (SLO).

Na vseh tekmah sta bila navzoča tehnični delegat Milan Lukan in vodja lige Gregor Gračner. Pokrovitelj Regionalne lige je banka NLB, d. d., medijski pokrovitelj pa Kosarka.si.

### LESTVICA PO TREH KROGIH

#### SKUPINA A

1. KIK SANA
2. CASTELVECCHIO
3. KIK VETERANI
4. SLOVENIJA

#### SKUPINA B

1. KKI VRBAS
2. KK ZAGREB
3. KIK UNA SANA
4. RSV KARTEN

*Povzel Jože Globokar*



Na trinajstem turnirju slavili Celjani

## OSMI NOVOLETNI KOŠARKARSKI TURNIR V KOČEVJU

*Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je 8. januarja ob pokroviteljstvu občine Kočevje pripravilo že osmi novoletni turnir v košarki na vozičkih. V športni dvorani v Kočevju so se za pokal društva pomerile ekipe štirih pokrajinskih društev Zveze paraplegikov Slovenije. Nekoliko nepričakovano ga je osvojila ekipa DP Celje.*

Tradicionalni turnir sta odprli ekipi DP Mercator Ljubljana in DP Novo mesto. Boljšo igro je prikazala ljubljanska ekipa (čeprav je prvi polčas pripadal Novomeščanom), ki je nasprotnike premagala z rezultatom 58 : 49.

V drugi tekmi sta se pomerili ekipi DP Maribor in DP Celje. Mariborčani so morali premoč priznati Celjanom, saj so tekmo izgubili z rezultatom 57 : 62.

Tekma za tretje mesto poraženih ekip iz prvih dveh tekem je zmago z rezultatom 58 : 42 prinesla novomeški ekipi, ki je vso tekmo vodila z visoko razliko.

V finalnem srečanju sta se srečali zmagovalni ekipi predtekmovanj – DP Ljubljana Mercator in DP Celje. Celjani so s prostimi meti povedli, si priigrali nekaj točk prednosti in razliko suvereno obdržali vse do konca srečanja. Verjetno je k temu pripomogla tudi izključitev enega boljših igralcev ekipe organizatorjev, ki je naredil dve tehnični napaki. Rezultat je bil 48 : 57.

Tudi na tokratnem turnirju so se v odmorih izbrani igralci vseh štirih ekip pomerili v metanju trojke in prostih metov. Pri izvajanju desetih prostih metov je imel najbolj mirno roko igralec ekipe DP Ljubljana Mercator **Gregor Gračner**, drugi je bil **Janko Koren** iz ekipe DP Maribor, tretji **Aleš Povše** iz DP Celje, četrti



*Predstavniki ekip s pokali*

pa **Boris Klep** iz DP Maribor. Pri metih za tri točke je bil najbolj natančen **Jože Žgajnar** iz moštva DP Novo mesto, drugo mesto je osvojil **David Slaček** iz DP Celje, tretje **Slobodan Banjac** iz DP Ljubljana, četrto pa **Osmanaj Lulzim** iz DP Maribor. Vsi so dobili praktične nagrade pokroviteljev, ki jim jih je ob razglasitvi rezultatov podelil direktor Javnega zavoda za šport občine Kočevje **Janez Maršič**.

Pokale je ekipam podelila podžupanja občine Kočevje **Lilijana Štefanič**, ki je ob čestitkah izrazila zadovoljstvo, da smo ta svojevrstni športni dogodek pripravili v Kočevju, in pripomnila, da je občina do sedaj premalo storila za gibalno ovirane osebe.

Tekme sta korektno in brez zapletov vodila sodnika **Mitja Dečman** in **Nedžad Budimlić**, pobudnik novoletnih turnirjev **Milan Lukan** in soorganizator **Slavko Ivančič** pa sta skrbela za njihov nemoten potek. Turnir so podprli številni pokrovitelji.

*Jože Globokar*



*V uvodni tekmi so se pomerili Ljubljančani in Novomeščani.*



## Košarka

# TRETJI KROG DRŽAVNE LIGE

Košarkarske ekipe iz DP jugozahodne Štajerske, DP ljubljanske pokrajine, DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja, DP severne Štajerske ter DP Gorenjske, so 21. januarja v športni dvorani šolskega centra v Strahinju odigrale tretji krog državne košarkarske lige.



Minuta odmora za igralce domače ekipe

V prvi in zelo enakovredni tekmi sta se pomerili moštvo organizatorjev DP Kranj-Štajnvirt in DP Ljubljana Mercator. V regularnem času je bil rezultat 49 : 49, zato sta moštvi odigrali podaljške, v katerih so Ljubljančani Gorenjce povsem prekosili in tekmo končali z rezultatom 58 : 50.

Druga tekma je prepričljivo zmago prinesla Novomeščanom, saj so Kranjčani z rezultatom 39 : 58 tudi drugič klonili. V tretji tekmi je blestela ekipa DP Maribora, ki je ekipo DP Novo mesto ugnala z rezultatom 58 : 25. Novomeščani v zadnji četrtini sploh niso dosegli zadetka (koša).

V zadnji tekmi so bili boljši Celjani, ki so proti Ljubljančanom tekmo dobili s tesnim rezultatom 49 : 47.

Tretji krog je pripravilo DP Gorenjske, vse tekme sta sodila sodnika Mitja Dečman in Nedžad Budimlić, navzoča pa sta bila tudi tehnični delegat Milan Lukan in vodja športa pri Zvezi paraplegikov Slovenije Gregor Gračner.

### Rezultati 3. kola slovenske lige:

1. DP Maribor
2. DP Mercator Ljubljana
3. DP Novo Mesto
4. DP Celje
5. DP Kranj

Boris Šter

## Četrto kolo slovenske lige v košarki na vozičkih

# PRVO MESTO OSTAJA MARIBORČANOM

V soboto, 4. februarja, se je odvilo četrto kolo slovenske lige v košarki na vozičkih. Tekme so potekale v športni dvorani Marof v Novem mestu.

Za organizacijo smo poskrbeli Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja, organizator celotne lige pa je bila Zveza paraplegikov Slovenije. Na tekmovanju so bili navzoči sodnika Mitja Dečman in Nedžad Budimlić, delegat lige Milan Lukan ter vodja športa na ZPS Gregor Gračner.



Boj za žogo

Vse tekme so potekale brez večjih zapletov ali napak.

### Rezultati 4. kola slovenske lige:

1. DP Maribor
2. DP Mercator Ljubljana
3. DP Celje
4. DP Novo Mesto
5. DP Kranj

Franci Škrbina



Sodnika Mitja Dečman (levo) in Nedžad Budimlić (desno)





Tretji meddruštveni turnir v biljardu

## NA TURNIRJU V BILJARDU JE ZMAGAL DAVID SLAČEK

*Zveza paraplegikov Slovenije je v organizaciji DP jugozahodne Štajerske 10. februarja v Biljard klubu Planeta Tuš v Celju pripravila tretji 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 severne Štajerske, DP jugozahodne Štajerske in DP ljubljanske pokrajine. Prvo mesto je osvojil David Slaček iz DP jugozahodne Štajerske.*

Po žrebanju parov so tekmovalci do polfinalnih in finalnih tekem igrali tako imenovani repasaž. S tem se zmagovalci rednega dela in zmagovalci poražencev uvrstijo v naslednji krog, vse dokler se v polfinale ne uvrstijo štirje najboljši tekmovalci. Igrali so na dve dobljeni tekmi. Nastopila je tudi predstavnica nežnega spola Barbara Slaček iz DP jugozahodne Štajerske in dva tetraplegika, oba člana DP ljubljanske pokrajine. Kljub težji gibalni oviranosti je Gajič igral za nastop v polfinalu, Bratovž pa za finale. V srečanju za tretje mesto je zmagal tetraplegik Rok Bratovž, četrti je bil Milan Zlobko.

V finalnem srečanju sta se pomerila David Slaček in Mičo Ostojič, oba DP jugozahodne Štajerske. Z rezultatom 2 : 0 je zmagal Slaček.

Naš najboljši igralec in edini tekmovalec med paraplegiki, ki tekmuje na mednarodnih tekmovanjih, tokrat ni nastopil, je pa vodil tekmovanje, poskrbel za izračun rezultatov in podelil pokale. Vse organizacijske



*Nastopila je tudi predstavnica nežnega spola Barbara Slaček iz DP jugozahodne Štajerske.*

niti so bile v rokah Davida Slačka iz DP jugozahodne Štajerske.

*Jože Globokar*



Zmagovalna trojica na tretjem turnirju v biljardu



## Kegljanje

# ZMAGA MARIBORČANOM

*V mariborski športni dvorani Tabor je 23. novembra 2011 potekalo tretje kolo lige Zveze paraplegikov Slovenije v kegljanju.*

Nastopilo je osem regijskih društev. Od osmih društev so štiri nastopila v celoti, tri s tremi, eno pa le z dvema tekmovalcema. Društvo severne Primorske se tekmovanja ni udeležilo.

Tekmovanje je potekalo ekipno in posamezno v naslednjih kategorijah: moški, ženske, tetraplegiki in veterani. Kegljalno se je štirikrat po trideset lučajev, torej sto dvajset lučajev po pravilih Kegljaške zveze Slovenije. Tekmovanje je vodila in z manjšimi zapleti uspešno privedla do konca mednarodna sodnica Milica Zorman.

Društva in posamezniki so dosegli naslednje rezultate:

### EKIPNO

1. mesto - DP severne Štajerske – 1744 podrtih kegljev
2. mesto - DP ljubljanske pokrajine – 1657 podrtih kegljev
3. mesto – DP JZ Štajerske – 1656 podrtih kegljev
4. mesto – DP Prekmurja in Prlekije – 1549 podrtih kegljev

### POSAMEZNO MOŠKI

1. Miran Jernejšek (DP SŠ) – 462 podrtih kegljev
2. Viktor Rupnik (DP LJ) – 461 podrtih kegljev
3. Janez Janžič (DP SŠ) – 444 podrtih kegljev

### POSAMEZNO ŽENSKE

1. Cvetka Štirn (DP LJ) – 408 podrtih kegljev
2. Senka Ivanišević (DP LJ) – 406 podrtih kegljev
3. Nataša Godec (DP SŠ) – 356 podrtih kegljev

### POSAMEZNO TETRAPLEGIKI

1. Slavko Ivančič (DP LJ) – 438 podrtih kegljev
2. Vinko Hauzer (DP SŠ) – 422 podrtih kegljev
3. Henrik Plank (DP JZŠ) – 395 podrtih kegljev

### POSAMEZNO VETERANI

1. Franc Kuhelj (DP DBKP) – 385 podrtih kegljev
2. Franc Ekart (DP SŠ) – 323 podrtih kegljev

Prve tri ekipe so prejele pokale, posamezniki pa v vseh kategorijah lepe medalje. Na svidenje v Mariboru prihodnje leto!

*Za DP SŠ Miran Jernejšek*



*Prvi trije v najmočnejši kategoriji*



Športno udejstvovanje DP ljubljanske pokrajine

## ŠPORTNE NOVIČKE

### KEGLJAČI DRUŠTVA TEKMUJEJO NA VSEH TURNIRJIH

Sredi januarja so naši kegljači tekmovali na turnirju, ki ga je v športni dvorani Poden v Škofji Loki pripravilo DP Gorenjska. Konkurenca je bila huda, saj so se zbrali kegljači iz prav vseh pokrajinskih društev Zveze paraplegikov Slovenije. Toda izjemnemu uspehu, ko so na turnirju v Kočevju osvojili vsa prva mesta (razen enega), se tokrat niso niti približali. V ekipni konkurenci so bili tretji, v posamičnih uvrstitvah pa so osvojili eno prvo, eno drugo in dve tretji mesti.

Na turnirju, ki ga je februarja na kegljišču Bonifika pripravilo DP Istre in Krasa, so bili nekoliko boljši. V ekipni konkurenci so bili drugi, odličen rezultat pa je s prvim mestom v posamični konkurenci (kjer so nastopili vsi kegljači) osvojil Viktor Rupnik.



Viktor Rupnik (desno) je v konkurenci vseh kegljačev osvojil prvo mesto, tetraplegik Slavko Ivančič pa četrto.

### V CURLINGU ŽE DOSEGAMO ZMAGE

Na drsališču Podmežakla so 17. februarja ekipe, ki tekmujejo v slovenski curling ligi, odigrale zadnji krog. Med njimi je bila tudi ekipa DP ljubljanske pokrajine. Naša, sicer okrnjena ekipa je odigrala dve tekmi in obakrat zmagala. Najprej je premagala ekipo Sochi komanda, zatem pa še ekipo Lucky ladies.

Med osmimi ekipami v skupini B je zasedla 6. mesto, kar je za neizkušeno ekipo na invalidskih vozičkih lep uspeh. Prvo zmago je naša ekipa dosegla 5. decembra na drsališču v Zalogu. V prvi slovenski curling ligi je tekmovalo 16 ekip.

Športne novičke pripravil  
Jože Globokar



Naša ekipa tekmuje v slovenski curling ligi.







Slikarska razstava v Kavarni Net v Ankaranu

## ODPRTJE RAZSTAVE NAŠIH ČLANIC

*V soboto, 3. marca, se je odprla prva samostojna razstava slikark, ki slikajo z usti, tokrat Dragice Sušanj in Tine Pavlovič.*

Odprtja, ki je bilo ob 18. uri v Kavarni Net v Ankaranu, so se udeležili številni prijatelji, mentor obeh slikark Rasso Causevig, direktorica UNSU-ja Klara Soos in vodja kulturne dejavnosti pri ZPS Boris Šter.

Lastnica lokala Alenka je vodila prireditev ter predstavila obe razstavljavki. Povabila je mlado virtuozinjo Biljko Peršič, sicer učenko sedmega semestra glasbene šole v Kopru, da nam zaigra. Glasbeni instrument je bil za kavarno sicer nekoliko nenavaden, saj se glasbenica uči igranja na harfo. Spremljala jo je tudi mentorica in učiteljica Lučka Jokšič.



*Slikarki, ki slikata z usti, Dragica Sušanj (levo) in Tina Pavlovič (desno)*

Poleg svojih del sta Tina in Dragica podelili svojo



*Odprtja razstave so se udeležili številni prijatelji.*



*V kulturnem programu je sodelovala mlada virtuozinja Biljka, ki je goste razveselila s čudovito glasbo harfe.*

življenjsko zgodbo s številnimi obiskovalci, ki so se razstave udeležili.

Obe umetnici sta na slikah upodabljali čudovite motive cvetja in morja. Ne gre pa pozabiti, da je bila razstavljen tudi slika mentorja Rasso Causeviga, ki je lepo zaokrožila predstavljeno zbirko.

Ob prijetnem druženju in bogatem kulturnem programu smo se proti večeru razšli polni dobre volje in novih načrtov za nadaljnje ustvarjanje.

Razstava bo odprta mesec dni.

**Boris Šter**  
**Dragica Sušanj**



Likovna sekcija ZPS

# SLIKARSKO-GRAFIČNA KOLONIJA SEMIČ

*V našem domu v Semiču je potekala prva letošnja slikarska kolonija.*

V prijetnem okolju smo slikarji ustvarjali linoreze in grafike za natečaj za največje republiško priznanje v grafiki, zlato paletu.

Sodelovali so: Jožica Ameršek, Zorica Razboršek, Dragica Čadež, Ana Šter, Miran Jernejšek, Franc Ekart, Branko Rupnik, Damjan Rogelj, Benjamin Žnidaršič in Boris Šter. Vsi sodelujoči smo tudi oddali grafike, ki jih bo stiskal in opremil naš mentor Jože Potokar iz



*Natančnost je pomembna pri ustvarjanju grafike*



*Ustvarjanje linorezov in grafik za natečaj Zlate palete*

Trbovelj. Kot vsako leto nas je obiskal nekdanji župan občine Semič, Ivan Janko Bukovec, ki nas je počastil s zlatorumenim odojkom, prišel pa je tudi naš najbližji sosed Aco Lebarič, sicer akademski slikar. Da so dnevi hitro minili, so poskrbele naše spremljevalke Ana, Nežka, Irena, Ivanka in Dragica, ki so nam kuhale in na koncu ves dom še temeljito pospravile.

**Boris Šter**







# NATEČAJ ZA NOVO NASLOVNICO GLASILA PARAPLEGIK ... JE KONČAN

*Uredništvo glasila Paraplegika je sklenil Natečaj za novo naslovnico glasila Paraplegik.*

Posebna komisija, ki jo sestavljajo trije člani Uredniškega odbora: Matej Lavrinc, oblikovalec glasila Paraplegik, Jože Globokar, urednik spletne strani Zveze paraplegikov Slovenije in Barbara Slaček, podpredsednica Zveze paraplegikov Slovenije so izbirali med različnimi osnutki več avtorjev.

Natečaj je potekal od 1. oktobra 2011 do 20. februarja 2012. Izbrani osnutek je nagrajen z denarno nagrado 200,00 evri.

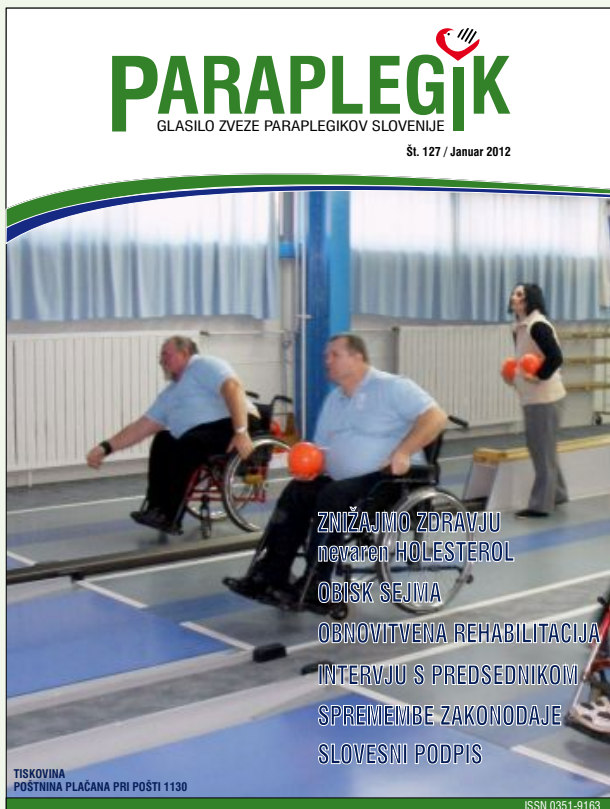
Avtor izbranega osnutka in nove podobe glasila Paraplegik je Aleš Magdič.

Utemeljitev avtorja nove naslovnice glasila Paraplegik:

»Predlog nove naslovnice glasila Paraplegik predvsem posodablja obstoječi koncept naslovnice. Z dodanimi novimi grafičnimi elementi, ob obstoječih slikovnih elementih in predpisani vsebini, predlog ponuja jasnejšo preglednost in privlačnejšo podobo. K posodobljeni kompoziciji spada tudi minimalno preoblikovan napis Paraplegik, ki je zopet ustvarjen z namenom posodobitve, vendar ob ohranjeni izraznosti.«

Vsem, ki ste sodelovali na natečaju in prispevali svoje predloge oz. osnutke, se iskreno zahvaljujemo za sodelovanje!

*Uredništvo glasila Paraplegik*



*Izbrani predlog*



OSNUTEK 1



OSNUTEK 2

*Osnutka istega avtorja*





## ŽELITE POSTATI PROSTOVOLJEC?

Zveza paraplegikov Slovenije išče prostovoljce za področja sociale, športa, zdravstva in nege, kulture in izobraževanja. Prijavite se na:

**01 43 27 138**

**051 61 88 03**

**info@zveza-paraplegikov.si**

## BAZA PODATKOV ČLANSTVA

Da bo podatkovna baza ostala ažurna, nam spremembe svojih podatkov sporočajte na

**01 43 27 138**

**051 61 88 03**

**info@zveza-paraplegikov.si**



Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine

Dunajska 188, 1000 Ljubljana

Tel: 01/56 91 123

Predsednik: Gregor Gračner



Društvo paraplegikov severne Štajerske

Lackova c. 43, 2000 Maribor

Tel: 02/61 42 083

Predsednik: Alfred Lasetzky



Društvo paraplegikov jugozahodne Štajerske

Opekarniška 15a, 3000 Celje

Tel: 03/54 11 993

Predsednik: Janez Hudej



Društvo paraplegikov Gorenjske

Lojzeta Hrovata 4c, 4000 Kranj

Tel: 04/23 54 550

Predsednik: Metod Zakotnik



Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja

Šegova ulica 119, 8000 Novo mesto

Tel: 07/33 21 644

Predsednik: Jože Okoren



Društvo paraplegikov Prekmurja in Prlekije

Noršinska ulica 14, 9000 Murska Sobota

Tel: 02/53 21 347

Predsednica: Marija Magdič



Društvo paraplegikov severne Primorske

Ledine 101b, 5000 Nova Gorica

Tel: 041/651 218

Predsednik: Boris Lipicer



Društvo paraplegikov Istre in Krasa

Fornače 37, 6330 Piran

Tel: 05/67 32 235

Predsednik: Željko Geci



Društvo paraplegikov Koroške

Ronkova 6, 2380 Slovenj Gradec

Tel: 02/88 31 696

Predsednik: Damjan Hovnik



## IZKORISTITE POČITNIŠKE KAPACITETE ZVEZE PARAPLEGIKOV

Dom v Semiču in hiške v Termah Čatež so vam na voljo vse leto. Za pogoje najema in proste termine nas pokličite ali pišite na:

**01 43 27 138 ali**  
**051 61 88 03**  
**info@zveza-paraplegi-**  
**kov.si**



Terme Čatež



Dom Semič

## ZAHVALE

Zvezi paraplegikov Slovenije se najlepše se zahvaljujem za denarno pomoč pri nakupu in predelavi avtomobila.

**Stane Videtič**

Zvezi paraplegikov Slovenije, kakor tudi Društvu paraplegikov Prekmurja in Prlekije, katerega član sem, se prav lepo zahvaljujem za prejeto denarno pomoč pri obnovi kopalnice. Še enkrat iskrena hvala.

**Slavko Bobnarič**

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

**Emil Filipič**

Iskrena hvala Zvezi paraplegikov Slovenije za poslano darilo pred novim letom.

**Barica Genc**

Zvezi paraplegikov Slovenije se iskreno zahvaljujem, da ste mi posodili avtomobil, ker drugače ne bi mogel narediti voziškega izpita, zato vam gre velika zahvala, saj ste mi sploh omogočili, da

sem lahko opravljal voziški izpit. Zahvala gre vsem na Zvezi paraplegikov Slovenija in vsakemu posebej ter tudi predsedniku Zveze paraplegikov Slovenije.

**Andrej Gorza**

Najlepše se zahvaljujem vam, spoštovano vodstvo na Zvezi paraplegikov za ukrepanje, posebna zahvala pa je namenjena gospodu univ. dipl. ing. arhitektu Matjažu Planincu za pomoč pri načrtu kopalnice in izčrpno poslano dokumentacijo za izvedbo del.

Zaradi njegovega truda mi bo pot veliko lažja pri uresničitvi mojega načrta. Upam in močno si želim, da bi bila kopalnica v moji sobi še letos končana. Še enkrat najlepša hvala!

**Danica Cokan**

Zahvaljujem se Zvezi paraplegikov Slovenije za denarno pomoč pri nabavi novega invalidskega vozička. Hvala in lepo vas pozdravljam.

**Dragica Sušanj**

Zahvaljujem se Zvezi paraplegikov Slovenije in Društvu paraplegikov JZ Štajerske za pomoč pri plačilu carinskih dajatev, ki so nastali pri nakupu stimulatorja.

Hvala!

**Marina Đurkas**

Iskrena se zahvaljujem Zvezi paraplegikov Slovenije, ker ste mi z vašo denarno pomočjo omogočili nakup električne postelje, ki jo res nujno potrebujem. Hvala!

**Andrej Flajs**

Iskreno se zahvaljujem Zvezi paraplegikov Slovenije za denarno pomoč ob nakupu garderobe.

**Joško Barba**





# V SPOMIN

Na začetku leta nas je zaradi bolezni zapustil Jože Berlinger. Jože je po poškodbi v prometni nesreči leta 1969 ostal paraplegik, po upokojitvi pa je bil od leta 1984 predsednik našega Društva.

Kot referent je pri Zvezi paraplegikov deloval vse do leta 2007. Njegov pomemben prispevek članstvu je na področju zagotavljanja pravic, socialnega vključevanja, bivanja in zdravja članov.

Od Jožeta smo se poslovili mrzlega januarskega dne na celjskem pokopališču.

Jože, ostal nam boš v lepem spominu.  
Počivaj v miru!



*DP Jugozahodne Štajerske*

## UMRLI

**OCVIRK Vili,**  
član DP ljubljanske pokrajine,  
rojen 17. 8. 1970

**BERLINGER Jože,**  
član DP jugozahodne Štajerske,  
rojen 11. 11. 1932

**KOLARIČ Marija,**  
članica DP severne Štajerske,  
rojena 26. 3. 1939

**PERNEK Franc,**  
član DP severne Štajerske,  
rojen 25. 3. 1936

**ZUBER Mira,**  
članica DP ljubljanske pokrajine,  
rojena 05. 10. 1950

## OGLAS

Prodam kolo Prashberger CompS. Staro 3 leta, oprema xtr shimano, v-break, disk zavora, števec, držalo za telefon oz. gps ... redno servisirano. Cena 2.500,00 €.

Kontakt: **041 644 550** ali  
monoskiklub@gmail.com



## PODOBA STRAHOV

Podoba strahov mi sili

in kličejo po odrešitvi.

v ospredje misli.

Razpeta med sanjami in

Poezija moja izginja.

resničnostjo ostajam hladna

Sedaj je še poet bos.

kot mrzel tuš izpod pipe.

Ostala je le kost spomina.

Strte doline ostajajo strte,

In sanje mrtve polzijo

poet ta vaš pa še vedno v kaosu.

skozi odprtine žaluzij.

S temnimi prsti se mi dotikajo

*Veronika Mlinar*





# ŠALE IN SMEŠNICE

## BOKSAR

Gost pride v restavracijo. Ker garderobe ni nihče varoval, je plašč obesil na obešalnik in nanj z bučko pripel list papirja, na katerega je napisal:

- Janez Gorenc – poklicni boksar. Ko je po večerji odhajal, je ugotovil, da plašča ni več. Na praznem obešalniku je bil zataknjen listek papirja, na katerem je pisalo:
- Jože D. – maratonec

## SKUPAJ

Blondinka in črnolaska sta se peljali z dvigalom, ko se je to nadoma zaustavilo. Črnolaska je začela vpiti:

- Na pomoč, na pomoč ...
- Nič ni pomagalo, ker je dvigalo ostalo med nadstropji. Črnolaska pogleda blondinko in predlaga:
- Kaj če bi vpili skupaj?
- Blondinka se je začela dreti na ves glas:
- Skupaj, skupaj ...

## AMERIKANEC V SARAJEVU

Američan je prišel v Sarajevo in slišal, da so Bosanci zelo neumen narod, pa se je odločil, da si bo nekoga malo sposodil.

Sreča Muja in reče:  
- Mujo, jaz bi te nekaj vprašal in če veš odgovor, ti dam 50 evrov, ko pa ti mene nekaj vprašaš in jaz ne vem odgovora, daš ti meni 5 evrov.

Mujo je takoj privolil v kupčijo in Američan ga vpraša:  
- Mujo, povej ti meni, kolikšna je razdalja med Zemljo in Mesecem? Mujo takoj vzame iz žepa 5 evrov in jih da Američanu, ker odgovora ni vedel. Potem pa on postavi vprašanje Američanu:  
- Reci ti meni, šta je to? Kad ide uzbrdo ima tri noge, a kad ide nizbrdo ima četiri noge?  
Amerikanec razmišlja in razmišlja

in ker ni vedel odgovora, je dal Mujotu 50 evrov in rekel:

- Ne vem kaj je to. Povej mi!
- Mujo iz žepa spet potegne 5 evrov, jih da Američanu in mu reče:
- Evo ti 5 eura, jer ni ja ne znam odgovor.

## RAZVAJENA

Mati je peljala otroka v živalski vrt. Ko sta šla mimo ograde, je sinko vprašal mamo:

- Mami, kdo pa je to?
- Mama mu pojasni:
- To je ameriški bizon.
- Kaj pa je tista dolga cevka pod njegovim trebuhom?
- Mama je zardela in rekla:
- Ah, to ni pa nič.
- Od zadaj se je oglašil starejši gospod, ki je poslušal pogovor mame in sina:
- Ja, gospa, če pa to ni za vas nič, potem ste pa res razvajeni.

## ŽGANJE

Gorenjec povabi prijatelje na obisk in jim ponudi žganje, ki ga postreže v krožnikih. Žena ga pokliče in mu reče:

- Kaj si bodo pa mislili prijatelji, da si jim postregel žganje v krožnikih?
- Veš žena, da na stropu kuhinje sušimo klobase in če bodo pili iz kozarcev, se bodo nagnili nazaj, pogledali gor in tako jim bom mogel postreči s klobasami.

## POVRATNIK

Zapornik je ušel iz zapora, po dobrih 24 urah pa je potrkal na vrata zapora. Upravnik ga vpraša:

- Pobegnil si, sedaj pa si se prostovoljno vrnil. Lepo, da si se tako hitro pokesal.
- Saj se nisem.
- Kako pa to, da si se tako hitro vrnil?

- Ah, takole je bilo. Jaz pobegnem iz zapora in potrkam na domača vrata, ko me tam pričaka žena in mi reče: "Po radiu so povedali, da si pobegnil že pred osmimi urami. Kje pa si hodil toliko časa?"

## ČRTA

Komandir je naročil policaju, da mora na vaški cesti narisati belo črto. Policist nariše prvi dan tri kilometre črte, drugi dan kilometer črte in tretji dan samo sto metrov črte. Komandir pokliče policista k sebi in ga vpraša:

- Pa kaj je s teboj? Ravno, ko sem te hotel pohvaliti si ga začel biksati. Prvi dan si narisal tri kilometre črte, drugi dan en kilometer a tretji dan samo sto metrov. Zakaj? Policist mu odgovori:
- Prvi in drugi dan je še šlo nekako, ampak veste kako daleč je bila kanta z barvo tretji dan?

## STRAŠILO

Prijateljica potoži prijateljici:

- Sploh ne vem, kaj naj naredim z možem.

- Kaj pa je?
- Preveč pije. Vsak večer se vrne pijan domov.
- Prestraši ga, pa bo morda nehal.
- Kako pa naj ga prestrašim?
- Napravi se v strašilo in ga počakaj, da pride domov, potem pa skoči pred njega.

Ženska uboga nasvet in se zvečer preobleče v strašilo. Ko se mož zvečer primaje okoli vogala, skoči predenj in ga hoče prestrašiti. Mož debelo pogleda in vpraša:

- Hik, hik, kdo si pa ti?
- Strašilo...
- Še sreča zame. Sem se že ustrašil, da si moja žena.



# KVIZ ZA RAZVEDRILLO

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

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

## 1. Kaj ni sorta jabolk?

- A - elstar
- V - kleržo
- S - kanadka

## 2. Katero jezero si delijo tri države?

- R - Bodensko
- L - Ohridsko
- Ž - Ženevsko

## 3. Koromač je ljudsko ime za:

- O - janež
- E - koper
- J - kumino

## 4. Katera rimska številka označuje največje število?

- I - C
- P - D
- O - L

## 5. Kaj je berlina?

- L - vrsta kočije
- B - nekdanji občinski zapor
- F - staro oblačilo

## 6. Kateri izum je najstarejši?

- K - kontracepcijske tabletko
- C - penicilin
- U - srčni spodbujevalec

## 7. Katero geometrijsko telo ima največ ploskev?

- V - dodekaeder
- I - ikozaeder
- Ž - oktaeder

## 8. Kdo ne spada med sesalce?

- Š - kit
- T - netopir
- Ž - pingvin

## 9. Katera tkanina je ponavadi iz jute?

- O - klobučevina
- J - vrečevina
- R - jadrovina

## 10. Kje se nahajamo, če smo na letališču Orly?

- H - na Madžarskem
- D - na Norveškem
- N - v Franciji

## 11. Kateri kraj ne obstaja v Sloveniji?

- A - Zagorje ob Sotli
- M - Šmartno ob Dreti
- U - Cerklje ob Krki

## 12. Kako pravimo nešolanemu igralcu?

- N - brezveznik
- E - šušmar
- Č - naturščik

## 13. Katero število ima največ deliteljev?

- Z - 9
- E - 18
- G - 21

## 14. Koga ne najdemo v naslovu Molierjeve komedije?

- S - skopuha
- K - ljubosumneža
- J - ljudomrznika

## 15. Dragoncelj je:

- D - pehtran
- R - pelin
- T - brin

## 16. Kdo je Kiklop?

- Z - velikan v grški mitologiji
- A - pravljичno bitje
- T - otočje v Egejskem morju

## 17. Kateri izraz ni povezan s trgovino?

- B - en gros
- R - gratis
- U - kolorit

## 18. Najsvetlejša zvezda v ozvezdju Orla je?

- G - Atair
- C - Volar
- L - Antares

Albin Rožman

Rešitev kviza iz 127 številke:

TEPEŽNI DAN OBLAČEN, K LETU NE BOŠ KRUHA LAČEN.



	Avtor: GEORG GIDER	PREBI-VALEC KIRGIZIJE	ŠPANSKI POET (TOMAS DE)	BIVALIŠČE UMRILH PRI SLOVANIH, NAVJE	OČANEC, STAROSTA	MODNIALI FRIZERSKI LOKAL	KAREL NOVAČEK	DEL LOGARSKÉ DOLINE S SLAPOM RINKO	PRIJU-BLJEN KANADSKI PEVEC
	EDISONOV FILMSKI PROJEKTOR GIBLJIVIH SLIK								
	PREBI-VALKA IRAKA								
	TEKMEC						RUTENJ		
	GALJ				KOZJI SAMEC				
	POŽIGALKA IZ STRASTI DO OGNJA				DRAMATIK IBSEN			IZRASTEK V USTIH	
Slika: Tina Pavlovič						LJUDSKI STIL OBLAČENJA			
						DEBELUŠEN OTROK (NAR.)			
	OTROŠKO VOZILCE NA NOŽNI ODRIV	ANGLEŠKI FILMSKI REŽISER REED	VOLODJA PEER		DIAPOZITIV (KRAJŠE)	EDVARD RAVNIKAR		IGRALEC AFFLECK	
			HRVAŠKA					STOJALO (KNJIŽNO)	
AMERIŠKI FILMSKI IN GLEDALIŠKI IGRALEC (ROY)							NEMŠKO IME REKE ANIŽE		LOIŽE KRAKAR
							HITRI SEL, GLASNIK		GRM, BOŽJI LES
SLOVENSKI MLADINSKI PESNIK							RIMSKA PROVINCA V ŠVICI ORODJE ZA SEKANJE		
IVAN REGENT			ŠALJIVKA PUTRIH			GLASBENA KOMEDIJA (ORIG.)			RAZPOKA NA VULKANU Z ZVEPLOVO PARO
			DEL KNJIGE			NEON			ŠKOTSKA RODOVNA SKUPNOST
OTROŠKE DESKE S KOLEŠČKI					DIKTAT			BLESK, SUJAJ	
					SVILENA LANENA PREJA			OČE, PAPA (LJUBK.)	
VZDEVEK KOMIKA OLIVERJA HARDYJA				KMEČKI SKEDENJ			MORJUA, MASAKER		
				3. OSEBA MNOŽINE			VPLIVEN ČLOVEK		
AMERIŠKA FILMSKA IGRALKA IN SVETOVNA ŠAMPIONKA V SINHRONEM PLAVANJU WILLIAMS	TVAR, MATERIJA	UDAR PRI NEVHITI			PONOČJE VSAKA ČRNA			POŽELENIJE	
					JELKA (NAR.)			VOLNENO SUKNO ZA PLAŠČE	
SEVERNA BALTSKA DRŽAVA						DEKLICE IZ CUNJ, ČEČKE			FRANCI NOVAK
									KUŽA NACETA SIMONČIČA
SLAVKO THEC	DRŽAVA V J. AMERIKI					POLOTOK V ČRNEM MORJU	NAJVIŠJE CERKVENO SODIŠČE	SEZNAM, SPISEK MOZ Z VELJKIMI OČMI	
	VESLAČ TUL								NEKDANJA PLOŠČINSKA MERA
HIP TRENUTEK				TOVARNA V MOZIRJU				STARO-RIMSKI DRŽAVNIK	
				OTOK SZ OD ZADRA				POJAV NA VODI	
MOČNA OPOJNA DROGA					IZDELOVALEC ROKAVIC				
					REPUBLIKA SLOVENIJA				
ELJICA (LJUBKOV.)				NAMEŠČENA SKRITA SNEMALNA NAPRAVA					
VODNA ŽIVAL S KLEŠČAMI				NIZOZEM. POMORSČAK, ODKRITELJ TASMANIJE (ABEL)			POSLOVNI PROSTOR		

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

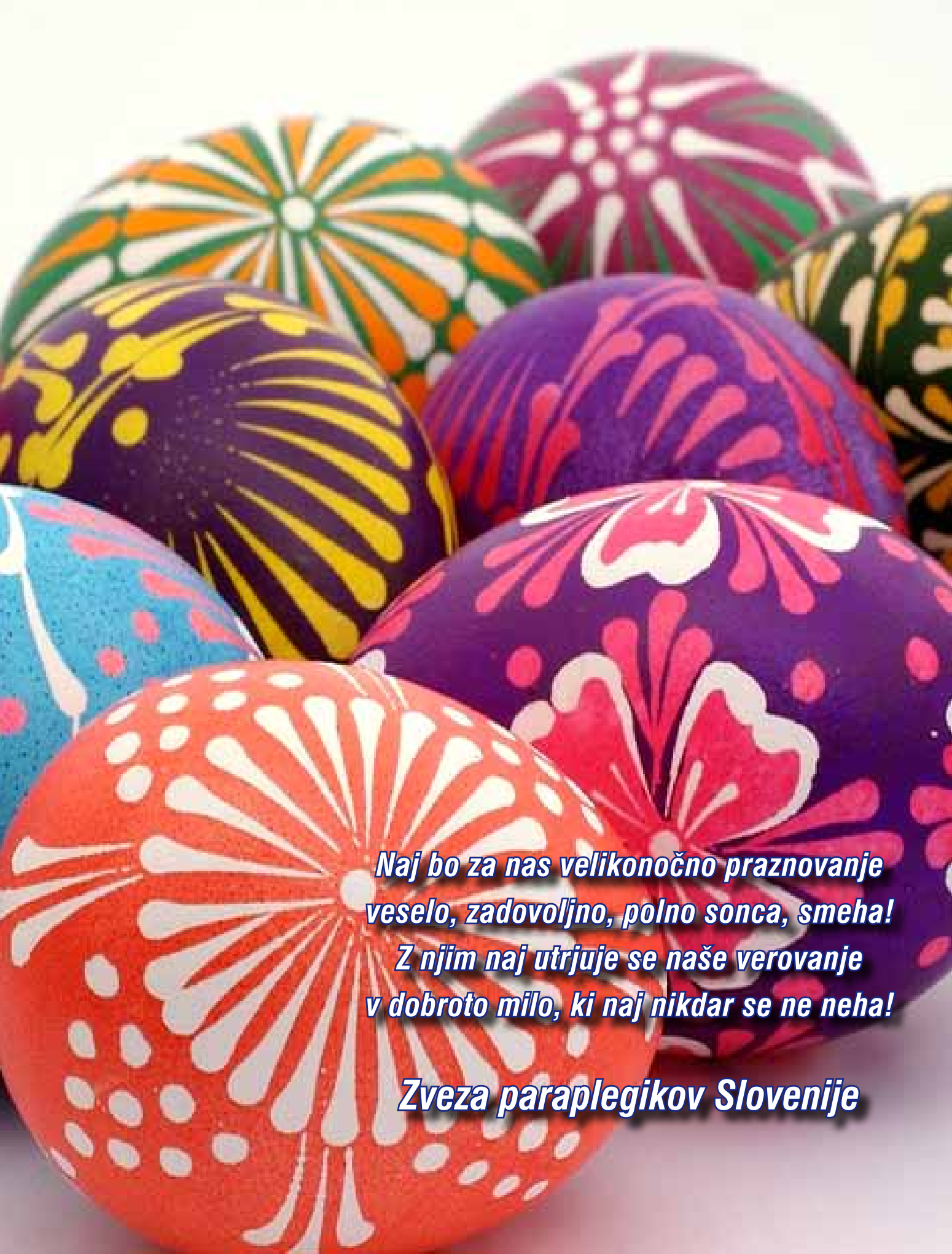
**SOLFATARA** - zveplena para, **IRIARTE** - španski pesnik, **ČEČE** - deklice iz cunj, **RETIJA** - antična Švica, **KINOSKOP** - prvi filmski projektor

Pravilno geslo križanke iz št. 127 se glasi: **Geslo: ZDRAVJA IN SREČE POLNO MALHO**

Nagrajenci križanke iz Paraplegika številke 127: **COKAN** Danica, Gotovlje 96 A, 3310 ŽALEC, **KERČ** Jožica, Šolska 24, 3330 MOZIRJE, **BOLKA** Marko, Potoče 2, 4205 PREDDVOR. Vse tri nagrade so v vrednosti 20,00 EUR.

Pravilno geslo križanke napišite na dopisnico in pošljite najpozneje do 20. maja 2012 na naslov: Zveza paraplegikov Slovenije, p.p. 5714, 1001 Ljubljana.





*Naj bo za nas velikonočno praznovanje  
veselo, zadovoljno, polno sonca, smeha!  
Z njim naj utrjuje se naše verovanje  
v dobroto milo, ki naj nikdar se ne neha!*

*Zveza paraplegikov Slovenije*