



PARAPLEGIK

GLASILO ZVEZE PARAPLEGIKOV SLOVENIJE

Št. 145/junij 2016



SLAVNOSTNA SKUPŠČINA IN DAN ODPRTIH VRAT DOMA PARAPLEGIKOV

VOLILNA SKUPŠČINA ZVEZE PARAPLEGIKOV SLOVENIJE

XI. KONGRES EVROPSKE ZVEZE PARAPLEGIKOV

IGRE V RIU - POMEMBEN PROJEKT RTV SLOVENIJA

OBUDILI SMO ATV SEKCIJO MOTORISTOV

TISKOVINA
POŠTNINA PLAČANA PRI POŠTI 1130

ISSN 0351-9163

4 UVODNE BESEDE

- 4 »OB ZAKLJUČKU MOJEGA ŠTIRILETNEGA MANDATA«
5 V ŽIVLJENJU PARAPLEGIKA NI NIKOLI DOLGČAS

6 DELO ZVEZE

- 6 PRAZNIK OBELEŽILI V PACUGU
8 PRAVICA DO OSEBNE MOBILNOSTI
10 DANE KASTELIC V TRETJI MANDAT

12 MREŽENJE

- 12 USPEŠNA INTEGRACIJA OSEB Z OKVARO HRBTENJAČE
14 POMEMBEN PROJEKT ZA RTV SLOVENIJA
15 KANDIDATI ZA RIO
16 PODRTA MAGIČNA MEJA 80 KM IN ZBRANIH 6,6 MIO EVROV

18 STROKOVNO

- 18 ALI VESTE, KAKŠEN JE VAŠ KRVNI TLAK?
19 ODPIRANJE VRAT
20 OBVEZNOST PLAČILA NASTANE SAMO, ČE SE DRUŠTVO TAKO DOGOVORI S PROSTOVOLJCEM

22 V SREDIŠČU

- 22 URESNIČEN DOLGOLETNI CILJ

25 DELO DRUŠTEV

- 25 IZ DEŽELE CVIČKA
28 GORENJSKE KAPLJICE
31 MORJE, REFOŠK IN PRŠUT
33 CELJSKI GROFI
36 PRIZNANJE AKCIJI »NE TEKSTAM, KO VOZIM!«
37 KARANTANSKI KNEZI
39 LJUBLJANSKI ZMAJI
45 S PANONSKIH RAVNIC
49 IZ DOLINE SOČE
51 USPEHE SMO DOSEGLI SKUPAJ
53 ŽELIM SI DRUŠTVO Z AKTIVNIMI ČLANI
55 S TOTEGA EKA

58 ŠPORT

- 58 PRVAK ŽE TRETJIČ ZAPORED KKI VRBAS
59 ZADNJE TEKME ZA KANDIDATE ZA RIO
59 ROČNI KOLESARJI NA BIKE FESTIVALU V PORTOROŽU
60 REDEJEV MEMORIAL Z ZAKLJUČKOM ŠAHOVSKE LIGE
61 BITKA ŠTIRIH EKIP
62 LIGAŠKI PRESTOL OSVOJILA EKIPA DP LJUBLJANA
63 ZA BRAJKOVIČA BRONASTA MEDALJA
64 ATV NAVDUŠENCI PONOVRNO ZDRUŽENI
65 (R)EVOLUCIJA ŠPORTA INVALIDOV
67 TEKMOVANJE V IDEALNIH POGOJIH
68 POTNE KAPLJE IN SONČNE OPEKLINE
69 THERMANA LAŠKO – PRIJAZNA DO PARAPLEGIKOV IN NJIHOVIH DRUŽIN

70 KULTURA

- 70 NA OHRIDU JE USTVARJALO 22 SLIKARJEV
70 VESELIMO SE ŽIVETI
71 KLASIČNO SLIKARSTVO
72 SLIKARSKI PROJEKT IZRAŽANJE
73 RADI SE ODZOVEMO NA POVABILO

75 DOM PARAPLEGIKOV

- 75 PREDSTAVITEV DOMA PARAPLEGIKOV PACUG V SLIKI
81 IZI TUDI NA OTVORITVI DOMA

82 IZ ŽIVLJENJA

- 82 S CAMPLETKO KLJUBOVALI TUDI PRECEJŠNJI BURJI
84 MOBILNIK ZA GIBALNO NAJBOLJ OVIRANE INVALIDE
84 TOČENJE GORIVA LAŽJE TUDI NA BENCINSKIH SERVISIH OMV

85 ZAHVALE, OGLASI, V SPOMIN

87 RAZVEDRILO

- 87 KVIZ ZA RAZVEDRILO 34
88 KRIŽANKA

Glasilo Paraplegik izdajajo Zveza paraplegikov Slovenije in njena pokrajinska društva: Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, Društvo paraplegikov severne Štajerske, Društvo paraplegikov jugozahodne Štajerske, Društvo paraplegikov Gorenjske, Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja, Društvo paraplegikov Istre in Krasi, Društvo paraplegikov severne Primorske, Društvo paraplegikov Prekmurja in Prlekije in Društvo paraplegikov Koroške. Za Zvezo paraplegikov Slovenije: Dane Kastelic. Glavna in odgovorna urednica: Barbara Slaček. Uredniški odbor: Dani Globokar, dr. med., asistent fiziater, Jože Globokar, Dane Kastelic, mag. Cveto Uršič, Petra Medved, Mirjam Kanalec in Andraž Muljavec. Tajnica uredništva: Darja Kos. Lektorica: dr. Vladka Tucovič. Tisk: Birografika Bori, d. o. o. Prelom in obdelava slik: Birografika Bori, d. o. o. Avtor fotografije na naslovnici: Črt Potočnik – Eter.si

Kontakt uredništva: Zveza paraplegikov Slovenije, Štihova 14, 1000 Ljubljana, tel.: 01 43 27 138, fax.: 01 43 27 252. GSM: 051 61 88 03. E-pošta: info@zveza-paraplegikov.si, zveza-paraplegikov@guest.arnes.si. TRR: 0317 0100 1146 571. Poštšina plačana pri pošti 1130. Naklada: 2000 izvodov. Glasilo izide štirikrat letno. ISSN 0351-9163.



Glasilo je vpisano v razvid medijev pri Ministrstvu za kulturo. Programe in delovanje sofinancirata Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij (FIHO) in Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti (MDDSZEM). Stališča organizacije ne izražajo stališč FIHO in MDDSZEM.





06 Praznik obeležili v Pacugu

Jože Globokar

Skupščina Zveze je leta 2009 16. april razglasila za dan paraplegikov. Letošnje praznovanje smo z vseslovenskim srečanjem paraplegikov in tetraplegikov obeležili 15. aprila 2016 v Domu paraplegikov v Pacugu. Program dogodkov smo združili v sloganu Izzivi paraplegije, vseboval pa je slovesno Skupščino Zveze paraplegikov, okroglo mizo, dan odprtih vrat ter predstavitev vozičkov in sedežnih blazin iz dejavnosti Invalid za invalida.



10 Volilna skupščina ZPS

Jože Globokar

Za predsednika Zveze so delegati soglasno izvolili dosedanjega predsednika Daneta Kastelica, ki je na krmilu Zveze že od leta 2008. Ponovno ga bo nadomeščal Damjan Hovnik iz DP Koroške.



12 Kongres evropske zveze paraplegikov

Mirjam Kanalec

Na Dunaju je od 11. do 13. maja potekal XI. kongres evropske zveze paraplegikov ESCIF, ki so se ga udeležili tudi slovenski predstavniki: prim. mag. Rajmond Šavrin, dr. med., Nataša Pužič, dr. med., Jani Trdina in Mirjam Kanalec. Letošnja tema kongresa je bila Uspešna integracija po okvari hrbtenjače.



14 Pomemben projekt za RTV Slovenija

Andreja Okorn in Veronika Rot

Športniki, izbrani za udeležbo na letošnjih paraolimpijskih igrah v Rio de Janeiru, stopnjujejo svoje priprave. Tako je tudi na RTV Slovenija. Priprave na ta pomembni dogodek letošnjega leta potekajo že dlje časa in novinarji in novinarki RTV Slovenija so že v pravi formi za poročanje o dogajanju v Rio.



16 6,6 milijona EUR za zdravilo

PR Wings for life

8. maja 2016 je ves svet že tretje leto zapored tekkel kot eden za tiste, ki tega (še) ne morejo. Na največje globalno tekmovanje, ki je potekalo na 34 trasah v 33 državah na 6 kontinentih v 12 časovnih pasovih, v vseh vremenskih pogojih, podnevi in ponoči, se je prijavilo 130.732 tekačev, od navdušenih začetnikov do poklicnih tekačev. Letos je bila prvič doslej presežena magična razdalja 80 km in zbranih 6,6 milijonov evrov



Center za informiranje, sodelovanje in razvoj nevladnih organizacij

20 Prostovoljsko delo

Matej Verbajc

Biti prostovoljec lahko pozitivno vpliva na socialni položaj prostovoljca, saj mu poleg vključenosti v delovno okolje lahko prinese tudi višjo denarno socialno pomoč. Prostovoljsko delo je od 2011 dalje urejeno v Zakonu o prostovoljstvu, ki pa še vedno daje društvom precej manevrskega prostora, da razmere s svojimi prostovoljci uredijo po svoje.



22 Uresničen dolgoletni cilj

Jože Globokar

V Pacugu se je 6. maja 2016 uresničil dolgoletni cilj slovenskih paraplegikov in tetraplegikov. Na ta dan, ki bo z zlatimi črkami vpisan v anale Zveze, smo namreč po dolgih letih tudi uradno odprli dokončno dograjen Dom paraplegikov – Središče zdravljenja in počitnic.



64 Obudili smo ATV sekcijo motoristov

Gregor Gračner

Namen srečanj je, da se iz perspektive motoristov spoznava Slovenijo po gozdnih in urbanih poteh in seveda na koncu tudi druženje vseh udeležencev.

Prvo srečanje smo pripravili v mesecu maju 2016, in sicer v Loški dolini, kjer je bilo poskrbljeno tudi za prenočišče.

OBVESTILO!

ZVEZA PARAPLEGIKOV SLOVENIJE ŠTEVILNIM ČLANOM DRUŠTEV POŠILJA OBVESTILA IN GLASILO PARAPLEGIKO PO ELEKTRONSKI POŠTI.

ČE ŽELITE, DA VAM OBVESTILA IN/ALI GLASILO POŠILJAMO V ELEKTRONSKI OBLIKI, NAM TO SPOROČITE NA E-NASLOV:

info@zveza-paraplegikov.si.

Dane Kastelic | Kolumna predsednika

»OB ZAKLJUČKU MOJEGA ŠTIRILETNEGA MANDATA«

Drage članice in člani društev paraplegikov, za nami je zelo odmevno praznovanje ob 47. rojstnem dnevu naše organizacije, ki je bila letos 15. aprila s kopicco spremljajočih dogodkov ob dnevu odprtih vrat v Domu paraplegikov Pacug. Več kot 300 nas je bilo na tem vseslovenskem srečanju članov, kjer smo si lahko prvi ogledali izredno pomembno pridobitev za nemoteno poslovanje našega Doma, dograditev prepotrebne nastanitvenega dela.



Popolnoma je prilagojen za ljudi na invalidskih vozičkih, zato je bilo zadovoljstvo med prisotnimi člani izredno pozitivno. Podobne, na trenutke nekaterih gostov pa celo evforične, so bile tudi ocene povabljenih, ki so se poleg naših članov v organih Zveze udeležili svečane otvoritve 6. maja 2015. Ob tem izjemnem dogodku za našo organizacijo nas je kot slavnostni govornik nagovoril predsednik Državnega zbora RS **dr. Milan Brglez**, ki je bil tudi častni pokrovitelj dogodka in je skupaj z našo edino še živečo članico ustanovnega Izvršnega odbora iz leta 1969, **Pavlo Sitar**, in najmlajšim članom lokalnega društva paraplegikov Istre in Krasa, **Nickom Špoljarjem Dežjotom**, prerezal slavnostni trak.

Našo pridobitev je kot povezovalni člen v Občini Piran izpostavila podžupanja **Meira Hot**, podpredsednica Evropske zveze paraplegikov – ESCIF **Gunilla Ahrén** pa je ob navdušenju nad uspehom naše Zveze večkrat poudarila, da je naše delo tudi zgled drugim evropskim združenjem paraplegikov. Ob tej priložnosti nam je sporočila, da smo izbrani za organizatorja evropskega kongresa paraplegikov konec aprila 2017, ki bo v Domu paraplegikov v Pacugu. Na koncu ceremoniala je spregovoril še koprski škof **msgr. dr. Jurij Bizjak**, ki je celoten kompleks tudi blagoslovil, nato pa so se vsi prisotni, ki jih je bilo več kot 150, seznanili z delovanjem in ogledom Doma paraplegikov. Zahvaljujem se vsem, ki ste s svojo dobrohotnostjo kakor koli prispevali k uspehu obeh prireditev. Še posebej bi se zahvalil **Jožetu Okornu** kot predsedniku organizacijskega odbora, kakor tudi ožjim članom odbora, **Špeli Šušteršič**, **Jani Rožaj** in **Barbari Hauptman Tomšič** iz agencije Eter. Prepričan sem, da ste o tem veliko izvedeli iz medijev, še več podrobnosti pa bo v nadaljevanju Paraplegika.

Za nami so tudi Zbori članov po društvih, v nekaterih tudi volilni. Tako imamo novo vodstvo v ljubljanskem društvu, krmilo je prevzela **Mirjam Kanalec**, in v goriškem društvu, ki ga vodi **Matej Gruden**. Obema izrekam iskrene čestitke in jima želim uspešno vodenje in konstruktivno sodelovanje z Zvezo paraplegikov kot krovno organizacijo. **Gregorju Gračnerju** iz ljubljanskega in **Borisu Lipicerju** iz goriškega društva pa se zahvaljujem za preteklo konstruktivno sodelovanje v organih Zveze. V mesecu marcu so bile razpisane volitve v organe in funkcije Zveze paraplegikov Slovenije za mandatno obdobje 2016–2020. Prepričan sem, da je vsako društvo odgovorno pristopilo k razpisu in izvedlo vse ustrezne postopke in predlagalo najboljše kandidate. Ko pišem to kolumno, še ni zasedala kandidacijska komisija, ki pripravi vse potrebno za volilno skupščino 27. maja 2016. Prepričan pa sem, da bodo ob izidu te številke znani vsi organi in vodstvo Zveze, ki bo vodilo Zvezo v naslednjem mandatu.

Ob zaključku mojega štiriletne- ga mandata, ko sem imel čast in obvezo voditi Zvezo paraplegikov Slovenije, ugotavljam, da dobrega uspeha in odlične prepoznavnosti Zveze paraplegikov in društev v sestavi ne bi bilo brez vas, posameznikov, ki ste sodelovali v različnih organih in strokovni službi. Zato se ob tej priložnosti vsem skupaj in vsakemu posebej iskreno zahvaljujem za njegov prispevek k izboljšanju kvalitete življenja članic in članov ter zelo dobremu poslovanju naše skupne organizacije.

Ob ponovni izvolitvi za predsednika Zveze paraplegikov Slovenije ti iskreno čestitamo!

Članice in člani.

Barbara Slaček | Kolumna urednice

V ŽIVLJENJU PARAPLEGIKA NI NIKOLI DOLGČAS



Vedno, ko se pripravljam na izdajo nove številke našega glasila, se, priznam, s težavo spravim k delu. Od kod in od koga lahko pričakujem kak prispevek in potem čez teden dni od kod in od koga *še* izsilim kako zanimivo in aktualno vsebino? Kje se je kaj pomembnega zgodilo? Največkrat me iztiri, kadar izvem, da se je dogodek zgodil, pomemben dogodek, a o njem ni nihče ničesar napisal. In potem začnem težiti. Oprostite mi vsi, ki vas preganjam, nadlegujem in vam diham za ovratnik. Ampak, ali ni po tem, ko glasilo držite v rokah, prav prijeten občutek? Prijeten občutek

male zmage, doseženega cilja in védenja, da si naredil nekaj dobrega?

Ko sem pričela z zbiranjem prispevkov za tokratno številko glasila Paraplegik, se je to zgodilo seveda z istim občutkom. Zakaj bi bilo tokrat kaj drugače? Pa vendar me je nekje na sredini urejanja in prebiranja vsebin napadla misel: »Kam za vruga naj vse to dam?« Že res, da nismo pretirano omejeni s prostorom, a nekje je le treba potegniti črto. Pa je nisem. V letošnji pomladi smo paraplegiki doživeli razcvet pozitivnih dogodkov, akcij, srečanj, otvoritev Doma paraplegikov, slavnostno in volilno sejo skupščine Zveze, pa

dan odprtih vrat Doma paraplegikov, vožnjo z motorji, eni ste drveli kar po vodi, drugi smo tekli za dober namen in še in še ... Pa rednih rubrik, ki jih pridno pošiljate naši dopisniki, ter rednih športnih in kulturnih dogodkov nisem še niti omenila. In potem se zavem, da je treba kako zadevo tudi napovedati, da bomo vsi skupaj pripravljene, če ... Prihaja poletje, morje, dopusti in parolimpijske igre v Riu. Ja, tudi o tem že lahko nekaj preberete.

Pa naj kdo reče, če si upa, da je paraplegikom dolgčas!

DOM PARAPLEGIKOV V SEMIČU – BELA KRAJINA

Med belokranjskimi gorami se nahaja Dom paraplegikov, ki je primeren za družinski oddih, zaključene družbe ter šolske in podobne ekskurzije.



CENA
DNEVNEGA
NAJEMA ZA
ČLANE 25 €

CENA
DNEVNEGA
NAJEMA ZA
NEČLANE
40 €

V domu je sedemnajst ležišč, trije sanitarni prostori, opremljena kuhinja in dnevni prostor s TV-jem. Na voljo vam je tudi zunanji prostor z žarom.

Informacije vsak delovnik med 7. in 15. uro.
info@zveza-paraplegikov.si
ziga.bajde@zveza-paraplegikov.com
Tel: 01 43 27 138, GSM: 051 618 803

Jože Globokar | Dan paraplegikov in »Izzivi paraplegije«

PRAZNIK OBELEŽILI V PACUGU

Skupščina Zveze je leta 2009 16. april razglasila za dan paraplegikov. Letošnje praznovanje smo z vseslovenskim srečanjem paraplegikov in tetraplegikov obeležili 15. aprila 2016 v Domu paraplegikov v Pacugu. Program dogodkov smo združili v sloganu IZZIVI PARAPLEGIJE, vseboval pa je slovesno Skupščino Zveze paraplegikov, okroglo mizo, dan odprtih vrat ter predstavitev vozičkov in sedežnih blazin iz dejavnosti Invalid za invalida.



Ivan Tajnšek je s svojo pripovedjo in anekdotami risal nasmeh na obraze članom skupščine. (Foto Blanka Markovič)

SLOVESNA SKUPŠČINA

Na slovesni skupščini, ki jo je vodila predsednica **Mirjam Kanalec**, sta delegate nagovorila predsednik Zveze **Dane Kastelic** in starosta slovenskih paraplegikov ter ustanovni član naše organizacije **Ivan Tajnšek**.

Predsednik Dane Kastelic je v nagovoru poudaril, da je današnji dan pomemben dan tudi za nadaljnji razvoj Zveze paraplegikov Slovenije, predvsem pa za Dom paraplegikov, ki je največji gospodarski projekt naše organizacije. Od lanskega leta smo namreč z izredno racionalnim pristopom in selektivno gradnjo dogradili nastanitveni objekt, ki ima 1.264 m² površine. Članom skupščine je predstavil potek gradnje.

Ivan Tajnšek, podpredsednik takratne Sekcije paraplegikov in tetraplegikov ter odličen športnik, se je v nagovoru spomnil dogodkov, ko je nekaj entuziastov začelo razmišljati o ustanovitvi svoje organizacije. Spomnil se je dogodkov in začetkov rehabilitacije v takratnem Zavodu za rehabilitacijo v Ljubljani, povedal pa je tudi nekaj anekdot iz svojega bogatega življenja športnika paraplegika. Leto dni po ustanovitvi sekcije je Ivan na Evropskih igrah na Dunaju osvojil prvo medaljo (srebrno) v suvanju krogle. Ivan se je pri 27 letih poškodoval leta 1965.

V nadaljevanju se je obsežen program in finančni načrt Zveze za leto 2016 predstavila strokovna vodja programa **Špela Šušteršič**. Omenila je vseh pet

socialnih programov (Obnovitvena rehabilitacija, Osebna asistenca, Prilaganje grajenega okolja, Izobraževalna in kulturna dejavnost, Šport paraplegikov, Spodbujanje socialne vključenosti in samostojnega življenja invalidov), ki jih bo Zveza v letošnjem letu izvajala za uresničitev zastavljenih ciljev.

Poslovni načrt Doma paraplegikov, d. o. o., za leto 2016 je delegatom skupščine prikazala direktorica **Jana Rožaj**. Načrt je smelo zastavljen, posebej izvajanje obnovitvene rehabilitacije, ki bo s kapacitetami dograjenega nastanitvenega objekta polno zaživela. Seveda se bodo v domu izvajale tudi športne in druge aktivnosti, v domu pa bodo poleg SOR pozornost posvečali tudi zunanemu trženju. Vsekakor je leto 2016 (zaradi končne dograditve) za dom prelomno leto.

Člani skupščine so po predstavitvi in razpravi sprejeli Pravilnik o skupinski obnovitveni rehabilitaciji in Pravilnik o volitvah. Sledile so pobude, pripombe in razprava.

OKROGLA MIZA »PRILAGOJENI PREVOZI INVALIDOV«

Pomembnejši program društev paraplegikov in drugih podobnih invalidskih organizacij je izvajanje prilagojenih prevozov za tiste gibalno ovirane osebe, ki zaradi invalidnosti ne morejo same voziti avtomobilov, in za tiste, ki



V Pacugu se je na dnevu odprtih vrat zbralo preko tristo članic in članov Zveze.
(Foto Tone Planinšek)

nimajo lastnih prevoznih sredstev ali pa nimajo dostopa do prilagojenega javnega prevoza. Prevozi predstavljajo temelj za izvajanje različnih socialnih programov, organizacije pa morajo zagotoviti prilagojena kombinirana vozila z odgovornimi usposobljenimi vozniki asistenti.

O vsem tem so govorci razpravljali na okrogli mizi, ki jo je vodila **Hana Ermenc**. Ob koncu so zbrani prišli tudi do nekaterih zaključkov: urediti prevoze reševalnih vozil za invalide, pripraviti namensko parkirno kartico za prilagojena kombinirana vozila in formirati delovno skupino za realizacijo rešitev različnih težav, s katerimi se invalidi srečujejo na področju prevozov.

DAN ODPRTIH VRAT - PRIDI, POGLEJ IN PREIZKUSI

Dan odprtih vrat so na stečaj odprli otroci italijanskega vrtca La Coccinella iz Pirana. Zapeli so dve pesmici – Primo giorno di primavera in Ole majole, nato pa je številne paraplegike in tetraplegike iz vseh devetih pokrajinskih društev nagovoril predsednik Zveze Dane Kastelic. Omenil je vlogo in pomen doma za izvajanje skupinske obnovitvene in socialne rehabilitacije in drugih dejav-

nosti, ki jih bomo izvajali v prečudovitem mirnem mediteranskem kotičku z največ sončnih dni v slovenski Istri. Ob tem se je v zahvali spomnil tistih zanesenjakov, ki so sprožili in izvajali vizijo o domu na slovenski obali, pod slovenskim soncem. Njihove sanje so se po več desetletjih uresničile. Nekaterih žal, ni več med nami, da bi uživali v svojih sanjah. Med njimi tudi prvega pobudnika **Ivana Peršaka**.

Predsednik se je ob tej priložnosti zahvalil tudi našim slikarjem, ki so domu poklonili 19 svojih likovnih del. Njihove slike (nekatero so bile ustvarjene z usti) bodo ponosno odsevale in



Zastavi bosta v znak dobrodošlice pozdravljali goste iz vse Evrope.
(Foto Tone Planinšek)

krasile prostore doma. Poklonili so jih: **Zorica Razboršek, Jožica Ameršek, Dragica Sušanj, Anka Vesel, Tina Pavlovič, Ana in Boris Šter, Željko Vertelj, Benjamin Žnidaršič, Klavdij Leban, Radovan Gros, Damjan Rogelj, Zlatko Bernašek, Franc Ekart, Miran Jernejšek, Vojko Gašperut - Gašper in Metod Zakotnik** ter mentorja **Ljudmila Turk in Jože Potokar - Cvrčo**.

Zahvalil se je tudi športnikom, ki so XV. pokal Zveze in V. košarkarsko tekmovanje v spomin Ivanu Peršaku posvetili našemu prazniku. Z velikim aplavzom pa so vsi pospremili simbolični dogodek, ko je predsednik direktorici doma Jani Rožaj izročil zastavo z znakom Doma paraplegikov in zastavo Zveze paraplegikov Slovenije. Zastavi bosta krasili vhod celotnega kompleksa ter gostom in mimoidočim že na daleč sporočali, da center upravljajo prijetni in gostoljubni ljudje. S tem je direktorici zaupal tudi naš dolgoletni cilj v upravljanje.



Metod Zakotnik je v imenu slikarjev direktorici simbolno izročil sliko.
(Foto Tone Planinšek)

Župan Občine Piran **Peter Bosman**, ki je povzel besedo, je omenil naše dobro sodelovanje. Povedal je, da je današnji dan – **Dan odprtih src**. Seveda ob tem ni mogel brez pripombe na izredno slabo dovozno pot, ki ne more biti v ponos najbolj razviti občini na slovenski obali. Obljubil je, da bo občina storila vse, da bo pot do našega

doma, drugih stanovalcev in otroškega letovišča postala varna cesta.

Arhitekt Zveze **Matjaž Planinc**, ki je skrbno spremljal dograditev doma, je orisal potek gradnje in kapacitete doma. Vsi so si z zanimanjem ogledali: prostore za izvajanje obnovitvene rehabilitacije, pisarniške prostore, kuhinjo z jedilnico, teraso, garažo in bazen z morskovo vodo v osrednjem objektu, v nastanitveni stavbi pa bivalne prostore,

konferenčno sobo, finsko savno, fitness sobo in masažno sobo. Dom ima skupaj 24 dvoposteljnih sob. Vsi prostori so klimatizirani, ogrevani in hlajeni pa s toplotno črpalko. Nastavitveni objekt je zasnovan ekološko tudi v smislu uporabe deževnice.

Pester program odprtih vrat je z izbranimi besedami povezovala **Petra Medved**, popestrile pa simpatične mažoretke iz Povirja.



Za zabavo so poskrbele mažoretke iz Povirja. (Foto Tone Planinšek)

Hana Ermenc | Izzivi paraplegije – Prilagojeni prevozi gibalno oviranih oseb

PRAVICA DO OSEBNE MOBILNOSTI

Eden izmed pomembnejših programov društev paraplegikov in drugih podobnih invalidskih organizacij je izvajanje prilagojenih prevozov za tiste gibalno ovirane osebe, ki zaradi invalidnosti ne morejo same voziti avtomobilov, nimajo lastnih prevoznih sredstev ali pa nimajo dostopa do prilagojenega javnega prevoza. Z izvajanjem takih prevozov invalidske organizacije preprečujejo socialno izključenost, omogočajo gibalno oviranim osebam aktivno življenje, večjo samostojnost in udeležbo pri različnih socialnih programih, ki jih izvajajo.

15. aprila smo v Domu paraplegikov v Pacugu v sklopu praznovanja dneva paraplegikov, ki ga slovenski paraplegiki praznujejo 16. aprila, organizirali okroglo mizo Izzivi paraplegije – Prilagojeni prevozi gibalno oviranih oseb. Prevozi so eden izmed pomembnejših programov invalidskih organizacij, zato smo z okroglo mizo preverili, kakšna prihodnost čaka ta edinstveni in pomembni program in kako bo urejeno financiranje prevozov. Programi prilagojenih prevozov, ki invalidskim organizacijam predstavljajo temelj za izvajanje različnih socialnih programov, so v veliki meri financirani s sredstvi Fundacije za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij v RS (FIHO),

v manjši meri pa jih financirajo različne občine, sponzorji in donatorji. Na državni ravni se invalidske organizacije, z izjemo ene, s programi prilagojenih prevozov ne morejo prijavljati na javne razpise. To pomeni, da država s svojimi sredstvi niti v najmanjši meri ne sofinancira edinstvenega programa, s katerim invalidske organizacije zagotavljajo vključenost invalidov v družbo in omogočajo bistveno spremembo v kakovosti življenja posameznikov.

Le s sredstvi FIHO, občin in z donatorskimi sredstvi invalidske organizacije težko omogočijo strokovno in stabilno izvajanje programa. Organizacije morajo za prevoze zagotoviti prilagojena kombinirana vozila, ki morajo biti redno servisirana, vzdrževana in zavarovana.

Potrebujejo zanesljive, odgovorne in usposobljene voznike, ki ne skrbijo le za varno vožnjo – invalidom pomagajo tudi pri vstopu in izstopu iz vozila, udobni in varni namestitvi, spremljanju jih po opravkih ipd. S prilagojenimi kombiniranimi vozili nudijo prevoze in spremstvo gibalno oviranim na pregled k zdravniku, rekreacijo ali delovno mesto, na družabna srečanja, predavanja na fakulteto in različne predstave ipd. Za kakovostno izvajanje programa je nujen tudi iznajdljiv in empatičen koordinator prevozov, ki poskrbi, da so želje in potrebe uporabnikov programa slišane in usklajene z zmogljivostmi programa.

Okroglo mizo sem vodila strokovna delavka **Hana Ermenc**, o prilagojenih



Z leve Vojmir Drašler, mag. Cveto Uršič, Boris Šuštaršič, Iztok Suhadolnik, Špela Šušteršič in Hana Ermenc. (Foto Tone Planinšek)

prevozih pa so razpravljali: **mag. Cveto Uršič** (Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, Direktorat za invalide, vojne veterane in žrtve vojnega nasilja), **Vojmir Drašler** (Ministrstvo za infrastrukturo, Direktorat za promet), **Boris Šuštaršič** (Društvo distrofikov Slovenije, NSIOS), **Iztok Suhadolnik** (Sonček – Zveza društev za cerebralno paralizo Slovenije) in **Špela Šušteršič** (strokovna vodja posebnih socialnih programov pri ZPS).

Predstavniki invalidskih organizacij so predstavili pomen prilagojenih prevozov za invalide, katere vrste prevozov so najpogostejše, za kakšne opravke uporabniki največkrat potrebujejo prilagojen prevoz, kakšen je postopek, da tak prevoz dobijo in kaj predstavlja največjo težavo pri izvajanju prevozov. Spregovorili so o pomenu trajnostne mobilnosti in predvsem poudarili pomen pravice do osebne mobilnosti. Strinjali so se, da kljub velikemu trudu vse invalidske organizacije prevoze izvajajo diskriminatorno, saj v programe prilagojenih prevozov nikakor ne morejo enakovredno vključiti vseh uporabnikov in vsem zagotoviti enakega dostopa do prilagojenega prevoza. Čeprav posamezne organizacije prevoze dobro organizirajo in koordinirajo ter svojim članom skušajo zagotavljati potrebne prevoze, ko jih potrebujejo,

je povpraševanje večje od ponudbe. Sodelujoči so poudarili potrebo po večji dostopnosti javnih prevoznih sredstev na področju celotne Slovenije. Predstavniki invalidskih organizacij so izpostavili težavo s parkiranjem prilagojenih kombiniranih vozil za prevoz invalidov na parkirnih mestih za invalide in izrazili potrebo po namenski parkirni kartici za prilagojena kombinirana vozila, ki ne bi več imela oznake kače, ovite okoli palice (ki prilagojena kombinirana vozila izenači z vozili zdravstvenih in socialnih delavcev), ampak



Prilagojeno kombinirano vozilo (foto zurnal.si)

s simbolom uporabnika invalidskega vozička, s katerim so označena tudi parkirna mesta za invalide. Opozorili so tudi na velike težave uporabnikov invalidskih vozičkov pri prevozih z reševalnimi vozili, ki niso dostopna za invalidske vozičke, vozičkov (predvsem električnih) zdravstveni delavci tudi ne prevažajo v reševalnih vozilih.

Predstavnika ministrstev sta programe prilagojenih prevozov, ki jih izvajajo invalidske organizacije, označila kot najboljši možen sistem za zagotavljanje dostopa do prevoza. Izrazila sta razumevanje potreb invalidov in poudarila pomembnost sodelovanja in dialoga pri načrtovanju dostopnega javnega prevoza in prilagojenih prevozov za invalide. Konkretnih kratkoročnih ukrepov obeh ministrstev sicer nista predstavila, poudarila sta, da je ureditev področja dostopnih prevozov dolgotrajen proces, ki zahteva široko sodelovanje različnih akterjev. Udeleženci okrogle mize so se strinjali, da bi bila najboljša rešitev problematike na področju zagotavljanja dostopa do prilagojenega prevoza

kombinacija posebnih prilagojenih oblik prevoza in dostopen javni prevoz.

Ob predstavitvi svojih razmišljanj sta predstavnika obeh ministrstev pokazala poznavanje problematike in podporo invalidskim organizacijam pri pripravi sprememb na področju zagotavljanja pravice do mobilnosti.

Okroglo mizo smo sklenili s tremi sporočili: treba je urediti prevoze reševalnih vozil za invalide, pripraviti namensko parkirno kartico za prilagojena kombinirana vozila za prevoz invalidov ter oblikovati delovno skupino za realizacijo pravice do mobilnosti in rešitev različnih težav, s katerimi se invalidi srečujejo na področju prevozov.

Jože Globokar | 9. redna seja in prva ter hkrati volilna seja skupščine Zveze

DANE KASTELIC V TRETJI MANDAT

V prostorih Doma paraplegikov v Pacugu je 27. maja 2016 potekala zadnja, 9. redna seja Skupščine Zveze paraplegikov Slovenije. Vodila jo je predsednica Mirjam Kanalec, delegati iz vseh devetih pokrajinskih društev pa so najprej prisluhnili poročilom.



Mirjam se je predsedniku zahvalila za štiriletno uspešno vodenje Zveze. (Foto Jani Trdina)

Obežno vsebinsko poročilo z mnenjem revizorja je za leto 2015 okvirno predstavil predsednik Zveze **Dane Kastelic**. Osvežil je le pomembne akcije in dejavnosti, ki jih je Zveza izvedla v preteklem letu. Ker so delegati poročilo že predhodno prejeli, so ga le še potrdili. Poročala sta tudi predsednik Nadzornega odbora **Robert Žerovnik** in član Disciplinske komisije **Primož Jeralič**.

V nadaljevanju seje skupščine je Dom paraplegikov Pacug v poslovnem poročilu za leto 2015 predstavila direktorica **Jana Rožaj**. Delegati so v poročilu dobili podrobne podatke o družbi in njenih storitvah. Dodamo naj,

da bo pozitivno poslovanje doma med drugim odvisno tudi od polne udeležbe članov obnovitvene rehabilitacije in čim večjega koriščenja storitev, ki jih nudi dejavnost IZI. O vlogi in delu Nadzornega sveta doma je delegate seznanil namestnik predsednika Dane Kastelic, člani Skupščine pa so za novega člana in hkrati predsednika nadzornega sveta Doma izvolili **Damjana Hovnika**.

Ob zaključku štiriletnega mandata obdobja predsednikovanja najvišjemu organu Zveze je predsednica **Mirjam Kanalec** v svojem poročilu navedla, da je v mandatnem obdobju 2012–2016 Skupščina imela enajst sej in

na njih sprejela 182 sklepov, ki so bili vsi realizirani. Predstavila je pomembne sklepe ter naloge in delo, ki jih je Skupščina izvedla v tem mandatnem obdobju. Skupščina ZPS je opravljala dela 19. člena Statuta ZPS oziroma določala strategijo razvoja in delovanja ZPS. Predsednik Zveze Dane Kastelic je v poročilu za mandatno obdobje 2012–2016 delegatom predstavil strukturo organov upravljanja, strokovno službo in strokovne sodelavce, omenil vlogo in koriščenje obnovitvene rehabilitacije, nato pa kronološko po letih predstavil najpomembnejše dogodke in utrinke dejavnosti Zveze paraplegikov Slovenije. V poročilu sta po letih prikazani tudi finančno ovrednotena tabela naložb in tabela prihodkov in odhodkov. Iz njih je razvidno, da ja Zveza v tem obdobju uspešno in zelo dobro gospodarila. Ob zahvali pa je poudaril, da teh uspehov ne bi dosegli brez vseh tistih, ki so sodelovali pri tej uspešni zgodbi. Sledila so številna vprašanja in pobude delegatov, o katerih so udeleženci skupščine skupaj razpravljali in iskali rešitve.

DANE KASTELIC OSTAJA NA KRMILU ZVEZE

Po kratkem premoru je bila v konferenčni dvorani doma v Pacugu še volilna Skupščina Zveze paraplegikov Slovenije. Vodil jo je najstarejši delegat **Boris Lipicer** iz DP severne Primorske.

Kandidatno listo za nove organe in funkcionarje Zveze je predstavil pred-

sednik kandidacijske in volilne komisije **Rok Bratovž**. Novo Skupščino Zveze sestavljajo po trije člani iz vsakega pokrajinskega društva, eden od njih je predsednik društva. Kandidacijsko komisijo sestavlja po en član iz vsakega društva, Upravni odbor Zveze vsi predsedniki društev in predsednik Zveze, Nadzorni odbor, Disciplinsko in Statutarno komisijo pa po trije člani.

Po konstituiranju nove Skupščine Zveze so delegati potrdili sestavo Kandidacijske komisije in novega Upravnega odbora, nato pa po predstavitvi kandidatov prešli na volitve organov in posamičnih funkcionarjev.

Skupščino Zveze bo v naslednjem štiriletнем mandatnem obdobju po-



Damjan Hovnik (namestnik predsednika) in Dane Kastelic, ponovno izvoljen predsednik Zveze paraplegikov Slovenije. (Foto Jani Trdina)

novno vodila **Mirjam Kanalec** iz DP ljubljanske pokrajine. Namestnica je **Martina Glavič** iz DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja.

Za predsednika Zveze so delegati

soglasno izvolili dosedanjega predsednika **Daneta Kastelica**, ki je na krmlu Zveze že od leta 2008. Ponovno ga bo nadomeščal **Damjan Hovnik** iz DP Koroške.

Nadzorni odbor bo vodila **Ivana Gornik** iz DP Koroške, Disciplinsko komisijo **Bojan Lukežič** iz DP ljubljanske pokrajine, Statutarno komisijo pa **Barbara Slaček** iz DP Podravja.

Delegati so razpravljali tudi o osnutku Pravilnika o podpori članicam ZPS pri včlanjevanju svojih članov, ki naj bi ga na predlog Skupščine sprejel Upravni odbor. Tudi na volilni skupščini so ob zaključku sledile pobude in vprašanja. Delegati so odgovore dobili iz prve roke.

V prijetnem okolju turističnega naselja Term Čatež so vam na voljo štiri apartmajske hiške (dve pritlični in dve mansardni), ki so prilagojene gibalno oviranim uporabnikom.



V SEZONI
ŽE OD
52 €/DAN

IZVEN
SEZONE ŽE
OD
36 €/DAN



Rezervirajte si svoj termin s spletno aplikacijo na:
zveza-paraplegikov.si/turizem_rezervacije/

Informacije vsak delovnik med 9. in 13. uro.
info@zveza-paraplegikov.si
janko.zupan@zveza-paraplegikov.com
Tel: 01 43 27 138, GSM: 051 618 803

Mirjam Kanalec | 11. kongres ESCIF-a

USPEŠNA INTEGRACIJA OSEB Z OKVARO HRBTENJAČE

Na Dunaju sta od 11. do 13. maja 2016 potekala kongres in redna letna skupščina evropske zveze paraplegikov (ESCIF), ki ga je organizirala avstrijska zveza paraplegikov. Letošnja tema kongresa je bila »Uspešna integracija po okvari hrbtenjače«. Dogodka so se udeležili predstavniki iz 17 držav, med njimi tudi Slovenija s predstavniki Zveze paraplegikov Slovenije.



Zbrani predstavniki paraplegikov iz 17. držav. (Foto arhiv JT)

Gostiteljica letošnjega 11. kongresa je bila avstrijska zveza paraplegikov, Verband der Querschnittgelähmten Österreichs – VQÖ, ki je bila organizatorica kongresa tudi leta 2009. Hotel Kolping Wien Zentral v središču Dunaja je bil prizorišče tridnevnega druženja predstavnikov iz 17 nacionalnih organizacij paraplegikov in strokovnjakov s področja zdravljenja okvare hrbtenjače, med drugimi so bili prisotni tudi slovenski predstavniki, **prim. mag. Rajmond Šavrin, dr. med., Nataša Puzić, dr. med., Jani Trdina** in **Mirjam Kanalec**. Dunaja, z

veličastno kulturno ponudbo, očarljivimi znamenitostmi in udobnostjo v kavarnah pa žal nismo kaj dosti občutili, saj je bil program kongresa natrpan in ni dopuščal pohajkovanja in odkrivanja dunajskih skrivnosti.

Letošnjega kongresa se žal zaradi bolezni ni udeležila predsednica ESCIF-a **Jane Horsewell**, zato je uvodne besede podala kar njena namestnica **Gunilla Ahrén**, v imenu organizatorja pa je udeležence nagovoril **Manfred Schweizer**, predsednik VQÖ, ki se je spomnil začetkov ESCIF-a leta 2005 in zaželel vsem prisotnim prijetno bivanje

v avstrijski prestolnici. Prvi dan kongresa je zaključil **Erwin Buchinger**, ombudsman avstrijskih invalidov, ki je svojo predstavitev o socialni vključenosti in socialni integraciji invalidov v Avstriji zaključil z ugotovitvijo, da je socialna inkluzija v Avstriji bolj vizija kot cilj.

Tema tokratnega kongresa je temeljila na projektu ESCIF-a, ki se je začel leta 2014 in naj bi se zaključil s kongresom 2016, kjer bi bili predstavljeni rezultati dela zadnjih dveh let. Pet delovnih skupin, v katere so bili vključeni posamezniki iz držav članic ESCIF-a, se je skoraj dve leti ukvarjalo z raziskovanjem petih področij bivanja in (re) integracije oseb po okvari hrbtenjače: izobraževanje in delo, socialne in prostčasne dejavnosti, družinske vloge, kvaliteta življenja, pripomočki za gibanje in dostopanje.

Izsledki prve skupine »izobraževanje in delo« so bili več ali manj že zajeti na lanskem kongresu v Brnu, kjer je bil brez dvoma podan zaključek, da je prav delo tisto, ki pomaga pri uspešni socializaciji in reintegraciji.

Cristel van Leeuwen, psihologinja in raziskovalka v rehabilitacijskem centru v Utrechtu na Nizozemskem, se je v svoji predstavitvi sprva posvetila definicijam kvalitete življenja in dejavnikom, ki vplivajo nanjo. V svoji študiji pa



Nataša Puzič, dr. med. in prim. mag.
Rajmond Šavrin, dr. med iz URI-Soča.
(Foto Tomaž Demšar)

je zajela, kako okvara hrbtenjače vpliva na kvaliteto življenja in kako se le-ta spreminja med rehabilitacijo, odvisno od časa, osebnosti posameznikov, določenih dejavnikov, aktivnosti. Poleg strokovnega tima ima tudi organizacija paraplegikov pomembno vlogo, saj pomaga posameznikom pri izboljšanju kvalitete življenja. Zagotovo mora organizacija pristopiti k posameznikom že v času rehabilitacije, organizirati zanje razne prostočasne in športne aktivnosti, jim pomagati z vrstniško pomočjo in izkušnjami ter jih motivirati z raznimi vzorniki.

Potek delovanja in rezultate skupine »kvaliteta življenja« je orisal **Tomas Moravik**. Njihova skupina je preštudirala strokovno literaturo, naredila ankete in intervjuje. Prišli so do zaključka, da je najtežje posamezniku z okvaro hrbtenjače zapolniti vrzel med rehabilitacijo in »resničnim življenjem«, zato predlagajo organizacijam paraplegikov, da pomagajo tem osebam postaviti nove cilje po okvari hrbtenjače in jim pomagati pri doseganju le-teh. Razvili so takoimenovani GROW model: G – goal – določiti cilje; R – reality – odkriti, kaj je realnost; O – options – kakšne opcije in strategije ima posameznik za doseg cilja; W – who has the will to do what and when – kdo ima voljo narediti kaj in kdaj.

Erika Nilsson iz švedske fundacije Spinalis je iz svojih izkušenj povedala,

kako je biti mama na invalidskem vozičku. V Stockholmu so izpeljali vrsto projektov na temo starševstva oseb z okvaro hrbtenjače. Pri vrnitvi v življenje je potrebno timsko delo različnih strokovnjakov, pri čemer je nujna vključitev družine in prijateljev v aktivnosti že v času rehabilitacije, predvsem pa je pomembno posamezniku nuditi informacije. Predstavnik tretje skupine »družinske vloge« ni bilo, zato njihovih zaključkov udeleženci kongresa niso slišali.

Zaključke pete skupine oziroma pomembnost pripomočkov za para- in tetraplegike sta pokazala **Nuutti Hiltunen** in **Jani Trdina**, posvetila pa sta se načinu pridobivanja invalidskih vozičkov v različnih državah članicah ESCIF-a in odkrila precejšnje razlike.

Uvod v poročanje druge skupine »socialne in prostočasne aktivnosti« je podal **Christoph Etzlstorfer**, ki je povedal, kako pomembna sta fitnes oziroma telesna aktivnost in šport v vsakodnevnem življenju para ali tetraplegika. **Winnifred de Moes** pa je predstavila zaključke obširne raziskave spletnih strani zvez paraplegikov po svetu, s poudarkom na iskanju socialnih in prostočasnih aktivnosti, ki jih nudijo svojim članom za hitrejšo vrnitev v aktivno življenje. Članice te skupine

so izvedle tudi anketo med članicami ESCIF-a, ki je potrdila njihovo vedenje, da je prav šport eden pomembnejših dejavnikov, ki pomaga pri reintegraciji, hkrati pa je prav prostovoljstvo tako v domači kot tuji organizaciji način za hitrejšo socializacijo. Na koncu je skupina zbrala nekaj napotkov, kako naj organizacije oseb s poškodbo hrbtenjače pomagajo svojim članom pri hitrejši reintegraciji v vsakdanje življenje.

Naj omenim še, da lahko vse predstavitve predavateljev najdete na spletni strani: http://www.escif.org/ESCIF,,members_downloads,escif_congress,2016---vienna.htm.

V okviru kongresa je bila letna skupščina delegatov, kjer so poleg potrjevanja letnih poročil in programov za naslednje leto potekale volitve za blagajnika organizacije. Zopet je bil izvoljen Jani Trdina, ki bo blagajniške posle opravljal naslednja štiri leta. Predstavila se je tudi ciprska organizacija paraplegikov, ki je vstopila v članstvo ESCIF-a, ki sedaj šteje že 30 organizacij paraplegikov in tetraplegikov iz 26 držav.

Ob zaključku je bil napovedan 12. kongres ESCIF-a, ki ga bo naslednje leto gostila Zveza paraplegikov Slovenije, potekal pa bo konec aprila v Domu paraplegikov v Pacugu.



Winnifred de Moes in Mirjam Kanalec (foto Jani Trdina)

POMEMBEN PROJEKT ZA RTV SLOVENIJA

Športniki, izbrani za udeležbo na letošnjih paraolimpijskih igrah v Rio de Janeiru, stopnjujejo svoje priprave. Tako je tudi na RTV Slovenija. Priprave na ta pomembni dogodek letošnjega leta potekajo že dlje časa in naši novinarji in novinarke so že v pravi formi za poročanje o dogajanju v Rio. Športni program TV Slovenija pod vodstvom odgovornega urednika Mihe Žibrata že vse leto v dnevnoinformativnih oddajah spremlja priprave kandidatov za nastop v Rio, in ta projekt jemlje z veliko odgovornostjo.



Miha Žibrat in Andreja Okorn
(Foto RTV SLO (Stane Sršen))

Miha Žibrat, odgovorni urednik Športnega programa TV Slovenija, pravi: »TVS kot nacionalna javna televizija posveča veliko pozornosti tudi športnikom invalidom in razumljivo je, da bo tako tudi letos, ko bodo v Rio de Janeiru paraolimpijske igre. Te so po skromnih začetkih – prve so bile leta 1960 v Rimu – prerasle v globalni športni dogodek in danes jih na malih zaslonih spremlja domala ves svet. TVS pri tem ne zaostaja in letos bomo imeli vsak dan večerne pregledne dnevnega dogajanja ter posnetka otvoritvene in zaključne slovesnosti. Glavno pozornost bomo namenili nastopom slovenskih športnikov, med katerimi jih je kar nekaj, ki spadajo prav v svetovni vrh. Na prizoriščih v Rio de Janeiru bomo imeli tudi svojo posebno ekipo, ki bo obogatila večerne dnevne pregledne in vsakodnevno poročala za naše dnev-

noinformativne oddaje. Mislim, da smo se na paraolimpijske igre dobro pripravili in da bodo gledalci to videli tudi na zaslonih TVS. Sicer pa želim slovenskim paraolimpijskim športnikom veliko uspeha v Braziliji!«

Paraolimpijske igre bodo potekale od 7. do 18. septembra, od brazilskega Ria de Janeira pa nas loči pet časovnih pasov, kar pomeni, da so tam pet ur pred nami. Prav zaradi časovne razlike je bilo treba zelo dobro premisliti, kako pripraviti televizijski program. Tako Radio kot Televizija Slovenija imata s pokrivanjem športnih dogodkov bogate izkušnje, ki jih bomo s pridom uporabili tudi tokrat. Pomembne izkušnje smo si nabrali tudi pri zadnjih paraolimpijskih igrah v Londonu leta 2012, ko je bila na prizoriščih tudi naša snemalna ekipa.

Tudi dogajanje v Rio bomo spremljali na prizoriščih. **Za Televizijo bo poročala novinarka Antonija Ražen**, ki se je oglašala že z zadnjih paraolimpijskih iger v Londonu. Spremljal jo bo snemalec **Gregor Kos**. **V Rio pa bo odpotoval tudi sodelavec športnega uredništva na Radiu Slovenija Marko Pangerc**. Njegova naloga bo, da bo za že tako tradicionalno športno obarvani Val 202 ažurno spremljal dogajanje v Rio.

Antonija Ražen se na Rio že intenzivno pripravlja: »Zelo se veselim paraolimpijskih iger v Rio. Toda obenem se

zavedam, da bo ta teren precej drugačen od Londona. Nekaj so zagotovo razdalje med posameznimi prizorišči, drugo pa je vzdušje na njih. V Londonu je bilo to neverjetno, polne tribune in stadioni, glasno navijanje. Res doživetje in pol. In ko sem se pogovarjala z našimi vrhunskimi športniki invalidi, so vsi zatrdili, da takega sprejema in vzdušja še niso doživeli. Iskreno upam, da bodo tudi ljudje v Rio tako dihali z dogodkom. Moja naloga bo seveda spremljati predvsem slovenske športnike, ponesti v Slovenijo njihove izjave ter pokazati tudi nekaj zakulisnih zgodb.«

Paraolimpijski utrip se bo na našem 2. programu začel že v nedeljo, 4. septembra, ob 22.30. Pripravljamo namreč posebno polurno oddajo, posvečeno predvsem slovenskim paraolimpijcem. V oddaji vam bomo poskušali prikazati nekaj zanimivih vsebin iz paraolimpijskega športa ter nekatere specifične lastnosti paraolimpijskih športov, podrobno pa bomo tudi predstavili slovensko paraolimpijsko reprezentanco.

Pravo paraolimpijsko dogajanje na naših programih pa se bo zaradi časovne razlike in pozne večerne ure otvoritvene slovesnosti v Rio začelo **z enournim povzetkom v četrtek, 8. septembra, ob 15. uri na TV SLO 2**. Poleg poročanja v dnevnoinformativnih oddajah bo ljubljanska televizijska

ekipa **vsak dan pripravila polurne dnevne povzetke, ki bodo na sporedu ob 22.30 na TV SLO 2.** Skupaj bo to kar 11 oddaj. Ljubljansko ekipo, ki bo pripravljala dnevne povzetke, bosta sestavljala komentatorska para **Miha Mišič in Sara Oblak ter Leon Andrejka in Andreja Okorn.** Andreja Okorn je tudi vodja celotnega projekta, v novinarski ekipi pa bo tudi **Meta Zoran,** ki že več let spremlja športnike invalide in je bila tudi na paraolimpijskih igrah v Londonu. Tokrat ostaja v Ljubljani, kjer se bo posvetila predvsem iskanju zanimivih domačih in tujih paraolimpijskih zgodb, ki bodo prav tako našle svoje mesto v dnevnih povzetkih ob 22.30 na TV SLO 2.

Paraolimpijske igre v Riu se bodo s slovesnostjo končale 18. septembra, enourni povzetek slavnostnega zaključka pa si boste na našem 2. programu lahko ogledali v ponedeljek, 19. septembra, ob 15. uri.

Da bo vse teklo, kot je treba, bo v Ljubljani torej skrbela **Andreja Okorn, vodja projekta:** »Vodenje projekta paraolimpijskih iger je velik izziv, ki se ga z veseljem lotevam že drugič, sodelovala pa sem tudi že pri spremljanju paraolimpijskih iger v Pekingu 2008. Velika želja je, da vsako štiriletno obdobje prinese tudi napredek pri pokrivanju in poročanju z dogodka. Menim, da je TVS naredila velik preskok leta 2012, ko smo imeli na prizorišču svojo novinarsko ekipo. Ne glede na to, da je Rio precej bolj oddaljen od Londona, ob tem pa je malo neugodna tudi časovna razlika, smo se tudi pri zasnovi projekta Rio 2016 zavedali, da je novinarska ekipa na prizorišču nujna. Le tako je mogoče dobro spremljati slovenske športnike in s tem vsaj delček paraolimpijskega vzdušja pričarati tudi doma. Vrhunskemu športu invalidov med letom ni namenjena tolikšna medijska pozornost kot športu neinvalidov, zato je pri poročanju treba poskrbeti, da so jasna



V Rio gredo trije člani strelske ekipe iz naših vrst (foto arhiv PS).

tudi pravila tekmovanja, razvrščanje športnikov v različne kategorije glede na stopnjo invalidnosti itd. S sodelavci se poskušamo na vse to čim bolj pripraviti, tako da lahko gledalcem podajamo prave informacije.

Poleg vsakodnevnega pokrivanja dogodkov iz Riu na 2. programu TV Slovenija pa boste veliko zanimivih informacij in tudi zakulisnih zgodb izvedeli na našem MMC portalu in tudi na spletni strani www.dostopno.si. Na MMC-ju se bo že deset dni pred začetkom paraolimpijskih iger v Riu odprla podstran, namenjena izključno paraolimpijskim vsebinam. Na tej strani bodo dostopni tudi vsi prispevki, članki in oddaje s paraolimpijskimi vsebinami, ki bodo nastale med

samimi igrami v Riu in tudi v času pred njimi. Paraolimpijski šport namreč niso zgolj tekmovanja, temveč tudi zgodbe ljudi. Na spletni strani **www.dostopno.si** bomo naše paraolimpijce predstavljali in spremljali med pripravami že pred odhodom v Rio, poskušali pa bomo poiskati tudi zanimive zgodbe športnikov iz drugih držav udeleženk.

Vsem slovenskim paraolimpijskim športnikom želimo srečno pot v Rio in veliko športnih uspehov! Gledalkam in gledalcem pa veliko športnih užitkov ob spremljanju dogajanja na paraolimpijskih igrah na naših televizijskih in radijskih programih, na MMC portalu ter na spletni strani www.dostopno.si.

Lektorirala: Darka Tepina Podgoršek

KANDIDATI ZA RIO

Na seznamu kandidatov za Rio so strelci Franc Pinter, Damijan Pavlin, Franček Gorazd Tiršek in Veselka Pevec, plavalec Darko Đurič, kolesarja Primož Jeralič in David Kuster, parakajakaš Dejan Fabčič ter atleta Henrik Plank in Sandi Novak v paru z Romanom Kežžarjem.

Vodja slovenske odprave paraolimpijskih športnikov v Riu bo Branko Mihorko, pomočnica pa Špela Rozman Dolenc. Delegacija bo iz Ljubljane odpotovala proti Riu 31. avgusta, vrnila pa se bo 21. septembra.

PODRTA MAGIČNA MEJA 80 KM IN ZBRANIH 6,6 MIO EVROV

8. maja 2016 je ves svet že tretje leto zapored tekel kot eno za tiste, ki tega (še) ne morejo. Na največje globalno tekmovanje, ki je potekalo na 34 trasah v 33 državah na 6 kontinentih v 12 časovnih pasovih, v vseh vremenskih pogojih, podnevi in ponoči, se je prijavilo 130.732 tekačev, od navdušenih začetnikov do poklicnih tekačev. Vsi so tekli z istim ciljem v mislih – da dvignejo ozaveščenost o poškodbah hrbtenjače. 100 odstotkov startnin in vseh donacij je namreč namenjenih neprofitni fundaciji Wings for Life, ki išče zdravilo za poškodbe hrbtenjače. Letos je bila prvič doslej presežena magična razdalja 80 km!

O WINGS FOR LIFE WORLD RUN

Wings for Life World Run je edinstveno tekaško tekmovanje, ki poteka simultano po vsem svetu in nima vnaprej opredeljene ciljne črte. Tekači po vsem svetu startajo ob natanko istem času, zasleduje pa jih premikajoča se ciljna črta v obliki zasledovalnih vozil, opremljenih z najsodobnejšo GPS-opremo, povezano z nadzornim centrom teka v Avstriji. Wings for Life World Run je namenjen tekačem vseh stopenj, od začetnikov in strastnih amaterjev do profesionalnih športnikov. 100 odstotkov startnin je namenjenih fundaciji Wings for Life, ki skuša najti zdravilo za poškodbe hrbtenjače.

O FUNDACIJI WINGS FOR LIFE

Po vsem svetu je na milijone ljudi odvisnih od invalidskih vozičkov zaradi poškodbe hrbtenjače, kot posledice prometne nesreče ali padca. Wings for Life financira raziskave hrbtenjače in njena misija je najti zdravilo za poškodbe hrbtenjače. Ustanovljena je bila leta 2004 in od tedaj po vsem svetu financira raziskovalne projekte in klinične preiskave. S prvima dvema izvedbama teka Wings for Life World Run so zbrali nekaj več kot 7 milijonov EUR in vse nadaljnje

startnine in donacije tega globalnega teka bodo namenjene fundaciji. Vsak korak na Wings for Life World Run je korak v pravo smer.

V Sloveniji se je na razprodanem teku s Kongresnega trga v Ljubljani ob natanko 13h v dir pognalo okoli **3.000 tekmovalcev**. Na startu je njihove čipe v startnih številkah aktiviralo zasledovalno vozilo **Renault Kadjar**, za katerega volan je znova sedel državni prvak v reliju **Aleks Humar**. 30 minut po startu tekačev so na trase na vseh 34 lokacijah po svetu zapeljala zasledovalna vozila z začetno hitrostjo 15 km/h, ki so jo postopoma povečevala, in s prehitvanjem izločala tekače iz tekmovanja.

Predsednik Republike Slovenije Borut Pahor, ki je lani kot prvi predsednik na svetu javno podprl ta dobrodelni tek, je letos znova predal listino o **častnem pokroviteljstvu** nad tekom Wings for Life World Run Slovenija. Tudi sam se je udeležil teka z nasmehom na obrazu in izboljšal svoj lanski rezultat. Pred tekom nam je zaupal: "Z veseljem znova tečem za tiste, ki tega ne morejo. Lani je bilo super in vem, da bo tudi letos. Veselim se napredka na področju zdravstva, ki ga bo tek dosegel čez nekaj let."



Start tekačev v Sloveniji (foto Jure Makovec)

Tekli so tudi slovenski ambasadorji dogodka: **Roman Kejžar** (maratonec), **Matej Markovič** (triatlonec), **Tanja Cerkvenik** (nekdanja paraolimpijka v metu kopja), **Mateja Pintar** (nekdanja paraolimpijka v namiznem tenisu) in **Gal Jakič** (nekdanji paraolimpijec v alpskem smučanju). Pridružili so se jim številni znani obrazi, npr. **Zlatko** (rapper), **Matjaž Klemenčič** (zmajar), **Manca Notar** (veslanje na deski stoje) itd. V vlogi komentatorja sta se preizkusila **Filip Flisar** (smučarski kros) in **Nino Batagelj** (ambasador teka).

Vsi tekmovalci so imeli možnost, da se pridružijo eni od obstoječih ekip ali ustvarijo svojo lastno. Najštevilčnejša ekipa na teku v Sloveniji je bila **Team Passion4life**, uradna ekipa partnerja dogodka Renault Slovenija, ki se je po

številu članov (230) na globalni lestvici uvrstila na 9. mesto. **Za vsak pretečen kilometer vsakega člana ekipe je Renault Slovenije fundaciji Wings for Life doniral 1 evro.** V ekipi so tekli: pevka **Nina Pušlar**, deskar na snegu **Tim Kevin Ravnjak**, alpinist **Davo Karničar**, akrobatska skupina **F&B Acrobatics**, baletna solistka **Ana Klavžnja**, paraolimpijec **Janez Hudej**, **David Razboršek** iz Zavoda Vozim, vodja odnosov z javnostmi **Rok Istenič**.

Še ena ekipa je izstopala po številčnosti, in sicer Team AS zavarovalnice **Adriatic Slovenica**, ki je tekla za svojo sodelavko in ambasadorico teka Tanjo Cerkvencnik.

Najboljša tekačica v Sloveniji je bila Slovenka **Lucija Krkoč**, večkratna državna prvakinja in vrhunsko gorska tekačica, ki jo je zasledovalno vozilo

ujelo na **50,84 km**. V **moški konkurenci** je zmagal Slovenec **Vid Senica**, ki niza dobre rezultate na maratonih in ultramaratonih, in sicer je priteknel do **64,58 km**. Za nagrado bosta naslednje leto na Wings for Life World Run tekla na lokaciji po svoji izbiri.

“Na start sem šla sproščeno, ker se že od julija lani ubadam s poškodbo, tako da niti nisem imela dosti kilometrine in treningov. Moram reči, da me je dež verjetno rešil, ker sem imela krizo od 20 do 25 km,” je povedala varovalnica Romana Kejžarja, **Lucija Krkoč**, ki ji je uspelo preteči svojo najdaljšo razdaljo doslej.

“Rezultat je zame presenečenje. Pred tekom nisem računal na zmago, računal sem priti med prvih pet. Še sam ne vem, kako mi je ratalo. Enostavno je bil danes moj dan! Zelo zanimiv

koncept teka, je pa kar dolga,” je svoj nastop povzel **Vid Senica**, ki je traso poznal že od lani.

PARTNERJI DOGODKA

Globalni partnerji dogodka so bili **Garmin**, **BFGoodrich** in **Puma**. Lokalni partnerji dogodka pa so letos bili **Renault Slovenija**, zavarovalnica **Adriatic Slovenica**, **Oda**, **Iso Sport**. Tek sta uradno podprla častni pokrovitelj teka v Sloveniji predsednik Republike Slovenije **Borut Pahor** in **Mestna občina Ljubljana**. Prenos v živo sta omogočila **Planet TV** in **planet.si**.

Čestitke in zahvala vsem tekmovalcem, ki ste prispeli do cilja. Zahvaljujoč vaši podpori je fundacija Wings for Life korak bliže zdravlilu za poškodbe hrbtenjače!




HVALA
KER STE SE UDELEŽILI TEKA
WINGS FOR LIFE WORLD RUN 2016

PRIDRUŽITE SE NAM
7. MAJA 2017

PRIJAVNINA DO 1.10.2016 - 15 EUR



WINGSFORLIFEWORLDRUN.COM

ALI VESTE, KAKŠEN JE VAŠ KRVNI TLAK?

17. maja 2016 smo obeležili svetovni dan hipertenzije, to je dan, primeren, da opozorimo na zdravje ožilja.

Zvišan krvni tlak je eden najpomembnejših dejavnikov tveganja za obolenost za kronične nenalezljive bolezni, predvsem bolezni srca in ožilja s pojavnostjo srčnega infarkta, možganske kapi, povišan krvni tlak pa vpliva tudi na obolenost ledvic. Omenjene bolezni so tako v svetu kot pri nas vodilna zdravstvena težava in vzrok za prezgodnjo umrljivost, ki je pogosta že po 40. letu starosti in se z višanjem starosti še stopnjuje. Bolezni srca in ožilja so med vzroki za umrljivost na prvem mestu.

Vrednost krvnega tlaka, ki v splošni populaciji velja še kot sprejemljiva, je 140/90 mmHg, krvni tlak nad to vrednostjo pa prinaša povečano tveganje. »Povišan krvni tlak imenujemo tudi tihi ubijalec, kajti zelo dolgo se njegovih posledic ne zavedamo, nato pa pride do pojava okvare organov, srca, ledvic, možganov, ki se odraža kot miokardni infarkt, odpoved ledvic in pojav možganske kapi. Zato je pomembno, da vsak posameznik že od mladosti dalje pozna svoj krvni tlak in ga tudi redno, vsaj enkrat letno kontrolira«, opozarja **asist. mag. Jana Brguljan Hitij, dr. med.**, predsednica Sekcije za arterijsko hipertenzijo Slovenskega zdravniškega društva. Na pobudo Sekcije so v organizaciji zdravstvenih domov po Sloveniji od 17. do 24. maja 2016 potekale meritve krvnega tlaka in ozaveščanje o preprečevanju in obvladovanju arterijske hipertenzije.

Na visok krvni tlak in naraščanje krvnega tlaka s starostjo pomembno

vplivajo čezmerno uživanje soli, nezadostno uživanje zelenjave in sadja, čezmerno uživanje alkohola, čezmerna telesna masa in debelost ter nezadostna telesna dejavnost.

ZAUŽIJEMO PREVEČ SOLI

Prav čezmeren vnos soli in s tem natrija je dokazan neposredni prehranski dejavnik tveganja za povišan krvni tlak in z njim povezanih bolezni. Po podatkih Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ) prebivalci Slovenije v povprečju za okoli 140 % presegamo dnevni še varen vnos soli (varna dnevna količina je do 5 gramov soli, vključno z zaužito soljo v živilih/obrokih). Glavni viri soli v naši prehrani so živila in jedi z veliko vsebnostjo dodane soli, dosoljevanje pri pripravi hrane in pri mizi, ter obroki, zaužiti izven doma.

ZDRAVA PREHRANA

Priporočila o zdravem prehranjevanju narekujejo: uživajmo od tri do pet kvalitetnih obrokov dnevno. Jejmo počasi, izbirajmo živila z manjšo vsebnostjo soli, omejimo vnos predelane in hitro pripravljene hrane, uživajmo več sadja in zelenjave ter omejimo količino popitega alkohola.

NADZOROVANJE TELESNE TEŽE IN AKTIVNO ŽIVLJENJE

Redna zmerna telesna dejavnost je izjemnega pomena za ohranjanje zdravja. Začnemo lahko že z malenkostmi v vsakdanjem življenju, kot je uporaba stopnic namesto dvigala, igra-

nje z otroki ali vnuki v naravi in sprehod po kosilu. Pred načrtovanimi večjimi napori pa se morajo osebe z resnejšimi bolezenskimi stanji posvetovati z izbranim zdravnikom. V organizaciji Športne unije Slovenije so ob mednarodnem tednu gibanja od 23. do 29. maja 2016 potekali športno rekreativni dogodki, tokrat v znamenju akcije »10 krogov za 10 nasmehov«.

Zdrav življenjski slog je pomemben tako v preprečevanju kot v zdravljenju zvišanega krvnega tlaka. Ogroženi se lahko v preventivnih (zdravstveno-vzgojnih) centrih v zdravstvenih domovih po vsej Sloveniji udeležijo brezplačnih CINDI-delavnic o promociji zdravja, dejavnih tveganja, delavnic zdravega hujšanja, zdrave prehrane, telesne dejavnosti, opuščanja kajenja in zmanjšanja tveganega pitja alkohola.

Več informacij lahko najdete na spletnih straneh:

- <http://www.nijz.si/sl/srcno-zilne-bolezni>
- <http://cindi-slovenija.net>
- <http://www.nijz.si/sl/publikacije/uravnotezena-prehrana>
- <http://www.nijz.si/sl/publikacije/prevec-soli-skodi>



Vanja Skok, univ. dipl. socialna delavka, svetovalka, višja socialna delavka na Oddelku za rehabilitacijo pacientov z okvaro hrbtenjače | Nasilje v družini

ODPIRANJE VRAT



Nasilja v družini oziroma v odnosih z bližnjimi je preveč. Ne gre za enkratne, slučajne dogodke. Gre za nepretrgan proces, ki tli in gori več let ali desetletij.

Nasilje v družini prepogosto ostaja za zaprtimi vrati družinske skupnosti. Družina ni vedno varno okolje zasebnosti in podpornih odnosov med družinskimi člani. Poročila o dogodkih »za zaprtimi vrati družine« marsikoga močno pretresejo. Vrata imajo predvsem fizično lastnost postavljanja meje med dvema prostora. Vrata imajo tudi metaforično in simbolno komponento tako ločevanja kot tudi povezovanja. Ugotovljeno je, da je tako med splošnimi kot tudi strokovnimi javnostmi stopnja tolerance do vseh oblik nasilja v družini previsoka.

Nasilje v družini ima značilno dinamiko, kjer se izmenjujejo obdobja naraščanja nasilja, izbruha nasilja ter tako imenovanih »medenih tednov«.

Poniževanje, izsiljevanje, ustrahovanje, omejevanje, nadzorovanje, vpitje, brcanje, davljenje, udarjanje z glavo ob steno, lasanje, klofutanje, zanemarjanje, siljenje v spolne odnose, grožnje s smrtjo in samomorom ... so le primeri nasilnih dejanj, ki se večinoma prepletajo. Najbolj skrajno in končno dejanje procesa nasilja je umor. Takrat se javnost najbolj zdrzne ...

Nasilje v družini se dogaja za bleščecimi zunanji fasadami uspešnih družin. Nasilje v družini se prav tako dogaja v družinah z manj ekonomskega in socialnega kapitala. Nasilje v družini ne pozna geografskih omejitev. Gre za problem globalnih razsežnosti, kjer so žrtve najpogosteje ženske in otroci. Stik z zdravstveno službo je pogosto prva

in lahko tudi edina priložnost, ki jo ima žrtev. Raziskave in praksa dokazujejo, da imajo osebe z izkušnjo nasilja več akutnih in kroničnih zdravstvenih težav ter pogosteje potrebujejo zdravstveno oskrbo. Nasilje nad otroki, ženskami, starejšimi in nad drugimi ranljivimi skupinami ljudi ima namreč številne kratkoročne in dolgoročne zdravstvene posledice. Zato tako žrtve nasilja kot tudi povzročitelji nasilja pogosto vstopajo v zdravstveni sistem. Nasilje v družini je mogoče zaustaviti ter tudi preprečiti najhujše izide. Znanje in poznavanje družinskega nasilja je ključno pri prepoznavanju žrtev nasilja v družini. Šele z znanjem in ustreznimi strokovnimi izhodišči se odprejo možnosti za razumevanje in učinkovite pristope pomoči.

Sistemski pristop obravnavanja nasilja v družini pomeni, da so naloge in pristojnosti različnih služb, ki se ukvarjajo z nasiljem v družini, v zakonodaji razločno opredeljene, razmejene, usklajene in dopolnjujoče.

Izobraževanje **POND** – Prepoznavanje in Obravnavanje žrtev Nasilja v Družini je namenjeno temu, da se v sklopu zdravstvene obravnave dvigne raven prepoznave in obravnave nasilja v družini.

Poleg zakonodajnih in medicinsko strokovnih usmeritev priročnik temelji na naslednjih izhodiščih:

- Zdravstveno osebje je le člen v verigi medinstitucionalne podpore žrtvam nasilja v družini. Odgovornost

se ne prelaga na zdravstvo, ključ je v dobrem medinstitucionalnem sodelovanju.

- Udeležba predstavnikov zdravstva v multidisciplinarnih timih je obveznost, določena v zakonih in pravilnikih.
- Nasilje v družini je družbeni in tudi zdravstveni problem.
- Nasilje v družini je kršenje osnovnih človekovih pravic in kaznivo dejanje.
- Odgovornost za nasilje je vedno na strani povzročitelja nasilja v družini.
- Izhodišče za delovanje je ničelna toleranca do nasilja.
- Nasilje v partnerskem odnosu ni konflikt.
- Pri obravnavi otrok mora zdravstveno osebje privzeti dejstvo, da so vsi, ki prijavijo katerokoli obliko zlorabe otroka v dobri veri, izvzeti iz civilne in kazenske odgovornosti. Prijavitelju ni mogoče neupravičeno soditi za obrekovanje, klevetanje, vdiranje v zasebnost ali kršitve obveze molčečnosti.

Priročnik POND je zelo neposreden, gradivo je sodobno, vsebuje tudi najnovejšo statistiko in izsledke kvalitativne raziskave POND, ki je bila opravljena v sklopu projekta POND-SiZdrav, v letu 2015.

Vir: Prepoznava in obravnava nasilja v družini – POND, Priročnik za zdravstveno osebje, Zdravniška zbornica Slovenije, 2015

Matej Verbajš, vodja pravne službe CNVOS | Pravni in davčni vidiki prostovoljskega dela v društvih paraplegikov

OBVEZNOST PLAČILA NASTANE SAMO, ČE SE DRUŠTVO TAKO DOGOVORI S PROSTOVOLJCEM

Prostovoljsko delo je od 2011 dalje urejeno v Zakonu o prostovoljstvu, ki pa še vedno daje društvom precej manevrskega prostora, da razmere s svojimi prostovoljci uredijo po svoje. Biti prostovoljec lahko pozitivno vpliva tudi na socialni položaj prostovoljca, saj mu poleg vključenosti v delovno okolje lahko prinese tudi višjo denarno socialno pomoč. Prostovoljci za svoje delo niso plačani, lahko pa prejmejo povračilo materialnih stroškov.



Kaj štejemo kot prostovoljsko delo in kaj vse lahko delajo prostovoljci?

Prostovoljsko delo je v društvih pogosto nepogrešljivo, saj bi marsikatero brez prostovoljcev težko sploh preživele. Večina bralcev je verjetno že imela kakšen stik s prostovoljskim delom – tako, da so sami kdaj kaj prostovoljskega opravili ali pa bili takšnega dela deležni. Vsi imamo tako približno sliko o tem, kaj prostovoljsko delo je, a se naše predstave med seboj tudi razlikujejo. Leta 2011 je definicijo prostovoljskega dela podal tudi **Zakon o prostovoljstvu**, ki je določil, da je prostovoljsko delo tisto delo, ki ga opravljamo po svobodni volji, brez pričakovanja plačila ali drugih koristi in v dobro drugih ali v splošno korist. Poenostavljeno rečeno, zakon prostovoljsko delo razume kot vsako delo, ki ga opravimo brez kakršnegakoli

li plačila in (tudi) v korist drugih.

Vsebinskih omejitev, katero delo lahko prostovoljci opravljajo, ni in lahko poprimajo praktično za katerokoli delo, kot npr. opravljajo administrativne naloge v društvu, strokovne naloge s področja socialnega varstva za člane društva, opravljajo računovodstvo ali prostovoljsko opravljajo funkcijo člana upravnega odbora ali predsednika.

Kljub vsemu pa obstajajo tudi določene omejitve, kdaj prostovoljskega dela vendarle ni mogoče opravljati. Oseba, ki je tako v društvu zaposlena, ne sme svojih delovnih nalog v društvu opravljati tudi kot prostovoljec. Če je tako nekdo zaposlen kot računovodja, ne sme istočasno biti v istem društvu tudi prostovoljec, ki bi opravljal delo, povezano z računovodstvom. Lahko pa seveda prostovoljsko opravlja druge naloge, kot npr. spremlja člane društva, skrbi za spletno stran in podobno.

Prav tako ni dovoljeno prostovoljskega dela uporabiti z namenom strokovnega usposabljanja pripravnikov, saj za volonterske pripravnike veljajo

drugačna pravila, ki praviloma zahtevajo sklenitev pogodbe o zaposlitvi.

Katere so ključne obveznosti društva do prostovoljcev?

Obseg obveznosti društva do prostovoljcev je v veliki meri odvisen od tega, ali je društvo prostovoljska organizacija ali ne. Zakon namreč večino obveznosti nalaga samo tistim, ki so prostovoljske organizacije. Prostovoljska organizacija je tista organizacija, v kateri poteka prostovoljsko delo in ki je hkrati tudi vpisana v poseben **Razvid prostovoljskih organizacij** pri AJPES.¹ Vsaka organizacija, ki ima prostovoljce, se lahko sama odloči, ali bo postala tudi prostovoljska organizacija ali ne, saj to s seboj prinese določene obveznosti (vodenje evidenc prostovoljskega dela, letno poročanje AJPES o opravljenih prostovoljskih urah, večje obveznosti do prostovoljcev, kot so nezgodna zavarovanja, zagotavljanje mentorstva itd.), kot tudi ugodnosti (upoštevanje prostovoljskega dela kot lastnega prispevka v projektih, določene

¹ Dostopen na: http://www.ajpes.si/Registri/Drugi_registri/Prostovoljske_organizacije. Trenutno je v razvid vpisanih nekaj več kot 1.150 organizacij.

ne prednosti pri državnih razpisih itd.).

Če društvo ni prostovoljska organizacija, kar velja za vsa društva paraplegikov,² so obveznosti društev predvsem tiste, ki so med društvom in prostovoljcem vnaprej dogovorjene in h katerim se torej društvo samo zaveže. To so lahko obveznost usposabljanja za delo, izdaja potrdil o opravljenem prostovoljskem delu, povračilo potnih stroškov in podobno.

Ne glede na to, ali društvo je prostovoljska organizacija ali ne, pa velja, da je obveznost društva kot »delodajalca«, da ustrezno poskrbi za zagotavljanje varstva pri delu, tako da se varujeta zdravje in življenje prostovoljca.

Prostovoljci in socialni položaj

Prostovoljec je oseba, ki opravlja prostovoljsko delo, torej oseba, ki se je z društvom ali drugo organizacijo dogovorila, da bo opravila določeno prostovoljsko delo. Na tej točki pogledimo, kako to vpliva na njen socialni položaj.

Če je prostovoljec brezposelna oseba, mu zaradi prostovoljskega dela ne prenehajo kakršnekoli pravice iz tega naslova (npr. nadomestilo za brezposelnost), hkrati pa mora Zavod za zaposlovanje opravljati takšnega dela upoštevati pri izpolnjevanju obveznosti prostovoljca do zavoda. Če npr. zavod pozove brezposelnega prostovoljca, da se udeleži nekega usposabljanja, bi ta lahko zahteval, da se mu obveznost prestavi, če je ne more izpolniti zaradi obveznosti pri prostovoljskem delu. Pogoji pri tem je, da brezposelna oseba o svojem prostovoljskem delu pisno obvesti zavod.

Prostovoljec, ki je prejemnik denarne socialne pomoči, lahko zaradi tega prejme za cca. 80 evrov višjo denarno socialno pomoč, saj se ga šteje za delovno aktivnega prejemnika pomoči (dobi t. i. dodatek na delovno aktiv-



nost). Te ugodnosti so lahko deležni samo prostovoljci, ki imajo sklenjen pisni dogovor o prostovoljskem delu, po katerem morajo opraviti najmanj 24 ur prostovoljskega dela letno, in sicer s prostovoljsko organizacijo. Če organizacija, kjer prostovoljec opravlja delo, nima tega položaja (to je, ni vpisana v zgoraj omenjeni razvid), potem povečanje ni možno. Prostovoljec mora o tem sam obvestiti Center za socialno delo in mu posredovati kopijo dogovora s prostovoljsko organizacijo.

Kaj smemo izplačati prostovoljcem?

Zakon društvom ali prostovoljskim organizacijam ne nalaga obveznega povračila stroškov prostovoljcem, ampak je to vedno stvar dogovora. Obveznost plačila nastane samo, če se društvo tako dogovori s prostovoljcem. Pri izplačilih prostovoljcem je ključen predvsem **Zakon o dohodnini**, ki določa, katera izplačila prostovoljcem niso obdavčena z dohodnino.

Društvo tako lahko prostovoljcu izplača neobdavčene potne stroške, stroške prehrane in stroške nočitev, ki so nastali v zvezi s prostovoljskim delom, a največ do višine, določene v **Uredbi o davčni obravnavi povračil stroškov in drugih dohodkov iz delovnega razmerja**. Potne stroške je tako za »službeno« pot prostovoljcu dovoljeno neobdavčeno izplačati samo v višini najcenejšega javnega prevoza ali v višini kilometrine do 0,37 evra na kilometer. Za prihod na delo znaša kilome-

trina največ 0,18 evra na kilometer. Nadalje je možno prostovoljcu izplačati povračilo prehrane v višini do 6,12 evra samo, če prostovoljec tisti dan dela vsaj štiri ure. Višina dnevnice za delo prostovoljca na terenu ne sme presegati 7,45 evra, če delo traja šest do osem ur, itd. Omejitve so torej enake, kot veljajo za zaposlene v zasebnem sektorju.

Pogoj za neobdavčeno izplačilo zgornjih stroškov je tudi, da prostovoljec opravlja delo v nepridobitnih dejavnostih društva. Če npr. pomaga pri organizaciji posveta ali izvaja kakšne za člane brezplačne dejavnosti, je izplačilo neobdavčeno. Če pa bi prostovoljec npr. opravljal gostinsko dejavnost na prireditvi društva ali prodajal izdelke društva in bi torej šlo za pridobitno dejavnost, takšna izplačila niso možna.

Nagrade prostovoljcu, ki bi predstavljala plačilo ali zahvalo za delo prostovoljcu, ni mogoče izplačati, saj bi to pomenilo plačilo za njegovo delo, kar pa ni skladno z opredelitvijo prostovoljskega dela (takšno izplačilo je bilo sicer možno v višini do cca. 125 evrov vse do leta 2006, ko je bil sprejet novi **Zakon o dohodnini**). Edina nagrada, ki jo prostovoljec lahko prejme, je t. i. nagrada za posebne dosežke, kjer pa veljajo določeni pogoji: da se izplača samo enkrat letno in samo enemu prostovoljcu, da je postopek vnaprej določen v pravilniku, da je izplačevalec prostovoljska organizacija in podobno.

Ni pa ovire, če društvo svojim prostovoljcem nameni darilo (npr. decembra kot darilo za dedka Mraza, ob kakšnem skupnem srečanju in podobno), a prav tako ne sme iti za plačilo za delo in torej društvo takšnega darila ne sme obljubiti vnaprej in prostovoljcev ne sme motivirati za prostovoljsko delo s takšnim darilom. Darilo ni obdavčeno, če njegova vrednost ne presega 42 evrov.

Jože Globokar | Uradna otvoritev Doma paraplegikov Pacug

URESNIČEN DOLGOLETNI CILJ

6. maj 2016 bo v analih Zveze paraplegikov Slovenije zapisan z zlatimi črkami.

VPacugu se je 6. maja 2016 uresničil dolgoletni cilj slovenskih paraplegikov in tetraplegikov. Na ta dan, ki bo z zlatimi črkami vpisan v anale Zveze, smo namreč po dolgih letih tudi uradno odprli dokončno dograjen **Dom paraplegikov – Središče zdravja in počitnic, d. o. o.** Gradnja, ko smo leta 2000 zasadili prvo lopato, je bila polna negotovosti, obljub, dvomov in tveganj. Slovenski paraplegiki in tetraplegiki pa smo, tako kot drugi invalidi, želeli imeti samo svoj kotiček morja na slovenski obali, pod slovenskim soncem. Po dolgih letih negotovih pričakovanj in napol dograjenem domu je vajeti v svoje roke vzela naša Zveza in z lastnimi sredstvi ter ugodnimi krediti dokončala to, kar so vizionarji s pokojnim prvim predsednikom **Ivanom Peršakom** načrtovali že mnogo let poprej.

Bernarda Žarn je ob otvoritvi najprej dobrodoščilo zaželela visokim gostom iz družbenopolitičnega življenja, predstavnikom URI SOČA, predstavnikom FIHO in predstavnikom invalidskih organizacij, nato pa z izbranimi besedami ter kronološkim potekom dejavnosti Zveze, gradnje in obnovitvene rehabilitacije povezovala slovesen dogodek.

Slavnostni govorniki so nato povedali:

Dr. Milan Brglez – predsednik Državnega zbora RS in pokrovitelj slovesnega dogodka je v slavnostnem nagovoru poudaril, da vse ranljive družbene skupine terjajo posebno



Dr. Milan Brglez si je po uradni otvoritvi z zanimanjem ogledal dom in njegovo okolico. (Foto Črt Potočnik - Eter.si)

pozornost in podporo politike, vendar ne samo ob zgodovinskih in veselih dogodkih, kot je otvoritev doma. »Posamezniki se namreč še vedno soočajo s številnimi omejitvami, preprekami, pa tudi z diskriminacijo, za katero v moderni družbi nikakor ne bi smelo biti prostora. Po predsednikovem mnenju je tudi v sodobni družbi še vedno premalo razumevanja za problematike, povezane z invalidnostjo, s temeljnimi pravicami invalidov in z vključevanjem invalidov v vsakodnevno življenje. Žal se naša družba še vedno premalo zaveda neizpodbitnega dejstva, da je prav vsaka invalidna oseba enakopraven člen družbe, ki lahko enakovredno bogati politično, družbeno, gospodarsko in kulturno življenje. »Ljudje smo v svojem bistvu večinoma sila preprosti in velikokrat potrebujemo predvsem prijazno besedo ter razumevanje in sprejemanje okolice. Verjamem, da bo vsega tega, torej razumevanja, sprejemanja, sodelovanja in življenjske radosti v novih prostorih Doma paraplegikov, v izobilju. Zato tudi verjamem, da se bodo vaši člani

in članice tu dobro počutili in se poleg vseh koristnih programov naužili dobre in prijetne družbe.« je ob zaključku še dodal predsednik.

Meira Hot – podžupanja Občine Piran je dejala, da je odprtje doma za nas vsekakor velika pridobitev, kjer bomo v zdravi mediteranski klimi ob najboljši oskrbi okrevali in uživali. Vendar sodoben dom ni le objekt in zatočišče. Je tudi jasno opozorilo tistim, ki v gibalni oviranosti vidijo šibkost. »Vsi, ki smo se danes zbrali na tem kraju, čutimo moč. Neverjetno silo, s katero ste slovenski paraplegiki in tetraplegiki dokazali, da zmorete doseči vse cilje, ki si jih zastavite. Pogosto ljudje nimamo nikakršnega vpliva na to, kako visoke ovire bo pred nas postavilo življenje. Naša odločitev pa je, kako jih bomo premagovali. Vi ne izbirate enostavne poti. Vsak dan znova s pogumom odločno premagujete bolečino, z nasmehom odganjate malodušje in s prijaznostjo poiščete dobroto v ljudeh.« je še dodala podžupanja.



Meira Hot, podžupanja Občine Piran. (Foto Črt Potočnik - Eter.si)

Gunilla Åhrén – podpredsednica Evropske zveze paraplegikov je v pozdravnem nagovoru omenila veliko vlogo, ki jo je imela Zveza paraplegikov Slovenije ob ustanovitvi Evropske zveze in poudarila, da je ta dan v Pacugu velik dosežek, kjer bomo paraplegiki »polnili baterije.« Dom stoji v lepem okolju, Zveza paraplegikov pa je s tem dala zgled tudi drugim v Evropi. Najpomembnejše aktivnosti Evropske zveze paraplegikov so vsakoletni kongresi, kjer si zveze izmenjujejo bogate izkušnje in naloge. Dom v Pacugu je nanjo naredil velik vtis, zato je oznanila, da bo naša Zveza gostiteljica kongresa v letu 2017. To je za našo Zvezo in dom v Pacugu vsekakor veliko priznanje. Ob tem je predsedniku Kastelicu izročila umetniško sliko švedskega slikarja, ki nosi za to priložnost primeren naslov – **Upanje**.



Gunilla Åhrén je Kastelicu podarila sliko švedskega slikarja z naslovom Upanje. (Foto Črt Potočnik - Eter.si)

Umetniško sliko je predsedniku poklonil tudi predstavnik invalidske organizacije iz Italije **Sergio Rajmondo**, paraplegiki iz Srbije in paraplegiki iz Hrvaške pa so direktorici izročili priložnostna darila, vsi pa so izrazili željo po dobrem medsebojnem sodelovanju v prihodnje.

Dane Kastelic – predsednik Zveze paraplegikov Slovenije je predstavil vlogo in pomen našega največjega

projekta. Poudaril je: »Po več kot desetletnem obdobju naših neprestanih naprezanj, da bi svojim članom omogočili funkcionalno popolnoma ustrezen objekt, kjer bi se lahko izvajala obnovitvena in socialna rehabilitacija paraplegikov in tetraplegikov ter ostalih gibalno oviranih invalidov, smo danes ponosni dočakali ta dan.« V nadaljevanju je omenil smelo odločitev, da sami dokončamo izgradnjo nastanitvenega dela in s tem posledično celoten projekt. Odločitev smo sprejeli na organih Zveze leta 2014 in 2015. Kot odgovorni lastniki smo se namreč zavedali, da bi v daljšem nadaljevanju gradnje nastala večja gospodarska škoda na že izgrajenem objektu in infrastrukturi. S tem bi se Zveza kot lastnik zelo neodgovorno obnašala do že vloženih sredstev. Odločitev, da nastanitveni del dogradimo predvsem s lastnimi sredstvi in sredstvi kredita komercialne banke in Eko sklada RS, je bila skrbno pretehtana in sprejeta na podlagi temeljite analize stanja Doma paraplegikov. Vključevala je tudi finančno oceno naložbe z raziskavo trga in analizo tveganja. Na podlagi ugotovljenih kazalnikov smo pripravili Poslovno-strateški načrt 2015–2019, ki opredeljuje poslovanje družbe. Hkrati pa smo prek gradbenega odbora prevzeli tudi vso odgovornost nadzora, kvalitete vgrajenih materialov, medfaznih prilagoditev ter popolno koordinacijo z vsemi izvajalci.



Kastelic je povedal, da smo ponosno dočakali ta dan. (Foto Črt Potočnik - Eter.si)



Jana Rožaj si v domu želi dobrega počutja prav vseh gostov. (Foto Črt Potočnik - Eter.si)

Jana Rožaj – direktorica doma, ki smo ji zaupali upravljanje in gospodarjenje doma, je pripomnila, da si v domu želijo dobrega počutja prav vseh gostov. V središču zdravja in počitnic, s skupno 24 sobami, se lahko pohvalimo z zdravniško ordinacijo, odlično fizioterapijo z novimi napravami, gostinskim delom, kjer kuharji vedno presenetijo s čim dobrim, pa teraso s čudovitim pogledom, garažo ter bazenom z morsko vodo. V nastanitveni stavbi so lepi bivalni prostori, konferenčna soba, finska savna ter fitnes in masažna soba. Vsi prostori so klimatizirani. In kar je najpomembnejše – v domu nikomur ne bo dolgčas. Poleg bogatega rehabilitacijskega programa bodo poskrbeli tudi za prijetno druženje.

V slovesen dogodek odprtja doma so nas popeljali: **Alenka Godec** z izborom zimzelenih pesmi, pristrčni otroci iz vrta **Morje** s plesnim in glasbenim nastopom, otroci iz **Osnovne šole Sečovlje** s skečem in ob zaključki vzkliknili: »Naj se v domu v Pacugu sklepajo prijetne vezi, kar vam želimo prav vsi.«

Z narodnimi pesmimi nas je spremljal Komorni pevski zbor Društva paraplegikov Prekmurja in Prlekije, ki ga vodi zborovodkinja **Valerija Šömen**, prav ob zaključku pa sta navdušila vrhunska plesalca **Barbara Šamperl** in **Klemen Pirman**.



Pogostitev ob bazenu in čudovitih zvokih pesmi Alenke Godec (foto Črt Potočnik - Eter.si)



Trak je prerezan, dom je odprt! (Foto Črt Potočnik - Eter.si)

Trak sta skupaj s predsednikom DZ prerezala naša ustanovna članica in dobitnica prve zlate medalje na Paralimpijskih igrah **Pavla Sitar** ter eden najmlajših članov in neposredni sosed doma, **Nick Špoljar Dežjot**, blagoslovil pa koprski škof **msgr. Jurij Bizjak**. Ob zgodovinskem dogodku smo v konferenčni dvorani pripravili razstavo 26 velikih fotografij, ki predstavljajo kronološko razstavo vse od začetka gradnje doma. Ob ogledu doma pa so si številni udeleženci ogledali tudi razstavo naših slikarjev. Zveza je kot spomin na odprtje doma **dr. Milanu**



Zadnje dejanje uradnega odprtja je bil blagoslov, ki ga je opravil koprski škof msgr. Jurij Bizjak. (Foto Črt Potočnik - Eter.si)

Brglezu, Meiri Hot, Gunilli Ahrén, msg. Juriju Bizjaku in našemu arhitektu **Matjažu Planincu** poklonila z zlato paleto nagrajene grafike našega slikarja **Metoda Zakotnika**.

In še zaključna misel predsednika Zveze:

»Verjamem, da bo naš dom postal tudi inkubator idej in vodilni v srednjeevropskem prostoru za celostno obravnavo paraplegikov in tetraplegikov na enem mestu. Pri tem imam v mislih izmenjavo dobrih praks, oskrbo z ustreznimi medicinskimi pripomočki, obnovitveno in socialno rehabilitacijo, hkrati pa verjamem, da bo postal tudi priljubljeno mesto počitnikovanj invalidov in njihovih družin.«

In tako je **6. maja 2016**, ko smo dom uradno odprli, galeb iz domskega logotipa ponesel med naše člane ter paraplegike in tetraplegike po Evropi uradno povabilo – **pridite, pogledjte, preizkusite**.

Pred slovesno otvoritvijo doma je bila v Pacugu tiskovna konferenca, na kateri smo medijem predstavili pomen in vlogo doma za slovenske paraplegike in tetraplegike. Konferenco je vodila **Barbara Tomšič**, predsednik Zveze **Dane Kastelic** je orisal dejavnost Zveze in poudaril pomen obnovitvene rehabilitacije, arhitekt Zveze **Matjaž Planinc** je predstavil dom in njegovo funkcionalnost, strokovna vodja naših posebnih socialnih programov **Špela Šušteršič** je omenila stanovanjske enote Zveze, direktorica doma **Jana Rožaj** pa bivanje in ponudbo v domu in njegovi lepi okolici na slovenski obali.

Zgodovinskemu dogodku so precej pozornosti posvetili tudi mediji.

Franci Slivšek | Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja

IZ DEŽELE CVIČKA

Na Društvu paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja smo veselo pozdravili tudi to pomlad in se z veseljem nastavljamo sončnim žarkom, ki nas vedno znova napolnijo z energijo.



Vsi zbrani v društvenih prostorih (foto Franci Slivšek)

ZBOR ČLANOV

V prostorih društva smo marca sklicali redni letni zbor članov. Poleg naših članic in članov ter njihovih svojcev so bili prisotni še predsednik Zveze paraplegikov Slovenije **Dane Kastelic** in strokovna delavka ZPS **Špela Šušteršič** ter direktorica Doma paraplegikov Pacug **Jana Rožaj**.

Vse prisotne člane in njihove svojce ter goste je lepo pozdravil naš predsednik društva **Jože Okoren**. Čestital je **Francu Kuhlju** in **Antonu Kancu** za izjemna dosežka na tekmovanju v kegljanju v Celju, osvojila sta medaljo in pokal (državna prvaka v svojih kategorijah).

Predsednik je povedal, da je v veljavo stopil nov statut, ki je bil sprejet in potrjen, zato se sedaj po novem statutu Občni zbor preimenuje v Zbor članov in ni več potrebno imenovati organov vodenja ter lahko Zbor članov

vodi predsednik ali druga imenovana oseba. Prisotni so se strinjali, da tokratni zbor vodi **Jože Okoren**. Prebral je dnevni red, ki smo ga prisotni dobili na vabilu, in predlagal za zapisnikarico **Polino Povše**, za »preštevalko glasov« pa **Martino Glavič**.

Predsednik je povedal, da se bo v letošnjem letu društvo še bolj zavzeło za posamezne člane, da se članom pomaga pri nakupu prilagojenih vozil, vsako leto vsaj enemu. Članom, ki nimajo lastnih računalnikov, se bo omogočila pomoč pri nakupu in vzpostavitvi z internetno povezavo ter osnovnem tečaju uporabe računalnika, če se bodo izrazile potrebe.

Jože Okoren je nato predal besedo **Primožu Jeraliču**, predsedniku nadzornega odbora, da poroča o delu in ugotovitvah. Primož je povedal, da je nadzorni odbor pregledal vso doku-

mentacijo in ni bilo odkritih nobenih pomanjkljivosti. Vsi programi so bili na društvu med poslovnim letom 2015 uspešno izvedeni, kar se kaže tudi iz zadovoljstva članic in članov društva. Na koncu je tudi pohvalil delovanje društva, predvsem zavzemanje za člane.

Tudi **Martina Glavič** je poročala o delu društva za leto 2015. Lani smo izvajali pet programov, ki so bili izvedeni po planu. Najpomembnejši so bili prevozi, saj je bilo opravljenih kar 89.209 km. Veliko je tudi telefonskih pogovorov, svetovanj pri pridobitvi medicinsko-tehničnih pripomočkov, reševanj individualnih težav posameznikov, koordinacije prevozov in podobno.

Mirko Sintič, referent za šport, je poročal o dejavnostih na športnem področju. Povedal je, da smo delali po terminskem koledarju, ki ga sestavijo referenti v sodelovanju z ZPS in Zvezo za šport invalidov Slovenije – Paraolimpijskim komitejem. Člani so se udeleževali treningov in tekmovanj in na določenih področjih poželi kar nekaj dobrih rezultatov. Pozval je tudi mlade člane, da se aktivno vključijo v šport in s svojimi idejami pripomorejo k še boljšim rezultatom.

Srečko Žlebnik je poročal o stanju na področju financ. Podrobno je predstavil finančno poročilo za leto 2015, tako na prihodkovni kot odhodkovni strani za posamezne financirane in uporabnike.

Predsednik se je zahvalil poročevalcem in dal poročilo za leto 2015 v razpravo; ker ni bilo pripomb, je poročilo dal na glasovanje, kjer je bilo soglasno sprejeto.

Nato je **Martina Glavič** predstavila program dela in finančni plan za leto 2016. Povedala je, da so programi vsebinsko in finančno podobni prejšnjim letom, s to spremembo, da so letos prijavljeni le štiri programi, in sicer Prevozi paraplegikov, Šport in rekreacija, Kompenziranje invalidnosti ter

Interesne dejavnosti. Osebna asistenca je sedaj vključena v program Kompenziranje invalidnosti. Uradne ure društva so vsak ponedeljek in četrtek od 10. do 14. ure, ko so na društvu prisotni tudi posamezni nosilci dejavnosti. Vsak dan je na društvu prisotna tudi strokovna delavka. Ob četrtkih poteka na društvu od 10. do 15. ure rekreacija, šah, pika-do, namizni tenis, vsak drugi teden pa tudi masaža, ki jo izvaja usposobljena strokovnjakinja, za kar se je potrebno predhodno najaviti. Vsak prvi četrtek v mesecu bo potekala dejavnost žensk. Jože Okoren je pozval članice, da se je udeležujejo v čim večjem številu, saj je namen našega društva tudi medsebojno druženje članov, kjer lahko pridobijo nove informacije in izmenjujejo izkušnje. Lepo vabljeni tudi moški, saj je dobra družba vedno dobrodošla. O vseh navedenih in drugih programskih dejavnostih bodo članice in člani pravočasno obveščeni.

Do besede je prišla tudi direktorica Doma paraplegikov Pacug, Jana Rožaj, ki nas je najprej lepo pozdravila. Pohvalila je društvo, predvsem njegovo zunanjo podobo in urejenost. Povedala je, da gradbena dela v Domu Pacug potekajo po načrtih. Dom bo pridobil nov del, v katerem bodo novi prostori (savna, večji namenski prostori, kongresna dvorana), tri sobe bodo popolnoma opremljene za tetraplegike. Tudi

okolica bo večja in dostopna za vse. Na koncu je vse prisotne pozvala, naj ob razpisu za obnovitveno rehabilitacijo izpolnijo še anketo, kjer bodo lahko izrazili svoje želje in potrebe ob svojem bivanju v Domu, ki jim jih bodo poskušali uresničiti.

Špela Šušteršič je poročala o programih ZPS za leto 2015. Povedala je, da so osebni asistenti društva zaposleni prek ZPS. Lani je bilo vseh asistentov 61, uporabnikov osebne asistenc pa 88. Pričakujejo 10 novih razpisanih mest, vendar je čakalna lista za osebne asistente že polna. ZPS ima v najemu 5 stanovanj, ki so prilagojena za paraplegike, letos pa imajo na novo še eno stanovanje, na Štihovi ulici v Ljubljani. To stanovanje (prehodno stanovanje) je namenjeno predvsem tistim članom, ki zaključujejo rehabilitacijo in se še ne morejo vrniti domov, ker še nimajo prilagojenih stanovanjskih razmer za bivanje doma.

Dane Kastelic je povedal, da bo letos na voljo pet destinacij za obnovitveno rehabilitacijo, in sicer Zdravilišče Radenci, Moravske Toplice, Zreče, Zdravilišče Laško in Dom paraplegikov Pacug. Brez doplačila bodo na voljo Dom paraplegikov Pacug, Zdravilišče Radenci, za doplačilo pa Terme Zreče (2 € na dan) in Zdravilišče Laško (hotelski del brez doplačila, za negovalni del pa še potekajo pogajanja). Dodal je še, da je

na pobudo ZPS odprta urološka ambulanta v UKC-ju Ljubljana (dr. Gubina, dr. Fekonja), kjer so čakalne dobe precej krajše kot drugje. Nato se je še zahvalil društvu za korektno sodelovanje z ZPS. Meni, da so prevozi članov zelo dobro urejeni, športne in interesne dejavnosti pa dobro razvite. Zelo je tudi pohvalil vsa poročila in zapiske društva, ki so bili posredovani na ZPS. Zahvalil se je za čas, ki jim je bil namenjen za poročanje, in vsem zaželel še naprej uspešno delo.

Na koncu se je predsednik društva Jože Okoren vsem prisotnim zahvalil za udeležbo in sodelovanje, še posebej predsedniku ZPS Danetu Kastelicu, strokovni delavki ZPS Špeli Šušteršič in direktorici Doma paraplegikov Pacug Jani Rožaj. Vse prisotne pa je povabil na zaključno – neformalno srečanje.

ZDRAVJE NA PRVEM MESTU - MEDITACIJA



Gospa Mirjana iz Centra 4me
(foto Franci Slivšek)

Tudi v letošnjem letu smo aprila na društvu organizirali delavnico **Meditacija za osebno rast**. Delavnica je bila prejšnje leto zelo dobro obiskana in želja članic in članov je bila, da to ponovimo in si napolnimo baterije po mrzli zimi.

Gospa **Mirjana Šafran Blažič** iz Centra 4me – Svetovanje in sprostitev za otroke, mladino in odrasle se je povabila z veseljem odzvala in nam predstavila psihično spanje v ležečem stanju.

Meditacija je tehnika, s katero lahko vplivamo na živčni sistem, da smo sposobnejši visoke stopnje koncentracije



Začetek Zbora članov so popestrili mladi glasbeniki in pevci. (Foto Franci Slivšek)



Zelo pozorno poslušamo navodila za meditacijo. (Foto Franci Slivšek)

in kontrole v organizmu. Vodila je eno uro meditacije, za katero je razložila, da nadomesti več ur našega normalnega spanja. Povedala nam je tudi, da naj, ko se pripravljamo na tako spanje, naši želodčki ne bodo polni in naj se zberemo, umirimo in poslušamo navodila, da lahko vzpostavimo stik sami s sabo in svojo dušo. Vsi prisotni smo bili po končani meditaciji navdušeni, sproščeni, umirjeni in napolnjeni z energijo.

Veseli smo, da lahko poizkusimo takšno metodo sproščanja, saj ima marsikdo ponoči nemiren spanec, ki terja svoj davek podnevi. Bilo je poučno in zanimivo.

SPOMLADANSKA DELAVNICA SLIKARJEV

Aprila smo v prostorih našega društva pripravili tradicionalno spomladansko delavnico za slikarke, slikarje in rezbarje Likovne sekcije Zveze paraple-



Slikarka, ki slika z nogami. (Foto Franci Slivšek)

gikov Slovenije. Dogodka se je udeležilo lepo število umetnikov. Kulturno dogajanje je bilo tudi medijsko pokrito (RTV Slovenija, Radio Krka, Dolenjski list in Vaš kanal). Društvo je zaživelo in bilo res lepo, pisano obarvano z dolgotrajnim vrvežem po notranjih prostorih in po okolici društva.

V prostorih društva in okolici je svo-



Primož Kancler je pokazal svoj talent. (Foto Franci Slivšek)



Druženje in ustvarjanje na sončku (foto Franci Slivšek)

je znanje nadgrajevalo več likovnikov in rezbarjev iz šestih pokrajinskih društev, med njimi tudi člani Mednarodnega združenja slikarjev, ki svoja dela ustvarjajo z usti ali nogami. Pod mentorskim vodstvom **Rassa Causeviga** so se naši umetniki izpopolnjevali v tehniki olje na platno, risbi s svinčnikom in akvarelu. Sončen in prijeten pomladanski dan, z lepo naravno okolico društvenih prostorov, je dal slikarkam in slikarjem veliko motivacije in inspiracije za plodno ustvarjanje.

Delavnica je bila namenjena tudi promociji športa invalidov, poleg naših članov so na delavnico prišli tudi drugi paraplegiki in smo se skupaj športno družili. Zunaj smo igrali košarko na vozniških, namizni tenis in šah.

Seveda je naše društvo med drugim poskrbelo, da likovni umetniki in vsi ostali niso bili lačni in žejni v tako lepem, sončnem in ustvarjalnem pomladanskem dnevu.

Čestitke vsem in le tako naprej!



Umetniki ustvarjajo v notranjih prostorih. (Foto Franci Slivšek)

Razni dopisniki | Društvo paraplegikov Gorenjske

GORENJSKE KAPLJICE

V tem pomladno-poletnem času, ko narava ozeleni in se drevesa, grmi in rože odevajo v mavrične barve, tudi ljudje oživimo. Sonce nas navdaja z novo energijo. Dela na polju so v polnem teku, ceste pa vsaj ob vikendih skoraj rezervirane za kolesarje, tekače in sprehajalce. Muhasto vreme pa dokazuje, kako hitro se lahko vse spremeni. In kakšne posledice prinese. Prav tako kot v življenju.

V marcu so na Društvu potekale volitve. Prvič od ustanovitve sta za mesto predsednika kandidirala dva člana – bivši predsednik, ki je branil delo preteklih štirih let, ter bivši športni referent, ki nekako ni našel svobode delovanja v bivši zasedbi vodstva Društva. Stvari so ostale bolj ali manj nespremenjene. Člani so, na Zboru članov, za predsednika ponovno izvolili **Petra Robnika**, ki bo vodil Društvo naslednja štiri leta. Tako kot pravi pregovor – ženska podpira tri vogale v hiši, se zdi, da tudi »v ustvarjalnem življenju našega Društva« prevladujejo ženske. Tradicionalno so se zbrale ob srečanju za dan žena, zadnji četrtek v mesecu pa so društveni prostori rezervirani za njihovo ustvarjanje. Slikarji so svoja dela razstavljali v Kranjski hiši. V Žirovnici je v aprilu potekal mednarodni turnir v košarki na vozičkih. Družili smo se z učenci OŠ Cvetka Golarja na Trati pri Škofji Loki.

Alenka Oblakovič OBČNI ZBOR IN ZBOR ČLANOV V ENEM - UDELEŽBA OBVEZNA?

Nisem se še dobro odpočila od osmomarčevskega praznovanja in razvajenega trpečega, mučeniškega dneva mojega ljubega, že sem se pripravljala na odhod k »Marinšku« v Naklem, kjer smo v četrtek, 17. marca (ta dan je imela 4 x 16. rojstni dan naša **Slavka J.**),

imeli 34. redni Zbor članov DP Gorenjske, ki je bil hkrati tudi volilni. Udeležilo se ga je skromne tri ducate članov (manjkalo jih je več kot 2/3). Očitno so mnogi člani podaljšali svoje zimsko spanje. Kot po navadi, smo morali zaradi maloštevilne udeležbe in posledično zaradi sklepčnosti po Statutu predstaviti uradni začetek občnega zbora za pol ure. Uradni del Zbora je korektno vodil član **Jani Trdina**. Zaradi bližajočega se trenutka resnice – izpeljave in izida volitev – smo mnogi sedeli na zelo bodečih trnih, z obilnim cmokom v grlu. Vam pošteno povem, da je bil letos predvolilni boj med kandidatom za predsednika Društva (**Peter Robnik** in **Janez Učakar**) čisto v ameriškem ali slovenskem političnem stilu. Kaj vse smo slišali o enem in drugem, a ne le iz njunih ust! Očitno se zgledi državnih vročekrvnih veljakov – volkov prenašajo tudi na (ne) pohlevne ovčice, ki jih potem ob prvi priliki preizkusijo v praksi. Človeka ne omadežuje najbolj tisto, kar pride vanj od zunaj, temveč to, kar pride iz njegove notranjosti, pa naj gre pri slednjem za um, čustva ali srce. Pa ne mislim s tem čisto nič slabega. Za predsednika je bil, za obdobje 2016–2020, ponovno izvoljen Peter Robnik, za namestnico predsednika **Anka Vesel** in za blagajnika **Gašper Črnilec**. Hkrati je bilo imenovanih tudi osem članov Uprav-

nega odbora. Že naslednji trenutek po izvolitvi vseh sem si rekla, pa mislim, da ne samo jaz: »Hvala Bogu, volitve so za nami! Sedaj smo spet 'preskrbljeni' za štiri leta.« Vsem ponovno izvoljenim iskrene čestitke! V mojem imenu. Za vse ostale ne vem. Po okusni večerji smo mnogi, z zadovoljstvom v srcu, s čisto vestjo in ponosni zavoljo svoje odločnosti, odhiteli domov. Obrnili smo nov list, vsi zvesti, odslej čakajoči na izpolnitev predvolilnih obljub.

Na kraj dogajanja so prispeli tudi **Dane Kastelic**, predsednik ZPS, **Špela Šušteršič**, strokovna delavka pri ZPS, ter postavna sveža delovna moč **Jana Rožaj**, direktorica Doma paraplegikov Pacug. Vsem trem iskrena hvala za prijazno pozornost, spodbude ter za potrpežljivo informiranje o novostih znotraj delovanja ter aktivnosti ZPS-ja in Doma paraplegikov Pacug. Med drugim so bili napovedani bližajoči se dogodki v okviru praznovanja dneva paraplegikov ter vseslovenskega srečanja para- in tetraplegikov 15. aprila 2016 v Pacugu, kjer so na ta dan imeli tudi Dan odprtih vrat ter predstavitev vozičkov in sedežnih blazin iz dejavnosti Invalid za invalida. O tem ste brali v izredni številki Paraplegika.

Alenka Rebula o medsebojnem spoštovanju.

»Spoštovanje mi pove, do kod smem, ko se bližam drugemu, in do kam smem spustiti drugega, da se še čutim varna v svojem dostojanstvu. Ta občutek mi pomaga, da vem, kdaj se ne cenim, kdaj se ponižujem, kdaj ravnam s seboj surovo, nespoštljivo in uničevalno. Pomaga mi, da vidim svoje nedotaknjeno jedro, tisti del sebe, ki ga nihče ne sme razvrednotiti. Niti jaz. Še zlasti ne jaz. Pomaga mi, da znam odmeriti besede, poglede, kretnje, dejanja, ko se obračam do drugega. Se ustavi na pragu, potrkati in oditi, če je treba.«



Četrtošolci v projektu »Pogled k sončku« spoznavajo ljudi s posebnimi potrebami. (Foto arhiv Društva)



Zadovoljne in zadovoljene (foto arhiv Društva)

Peter Robnik DRUŽENJE Z UČENCI 4. RAZREDA OŠ CVETKA GOLARJA

14. aprila smo se odzvali na povabilo **Olge Miklavč** in **Mateje Mohorič** z OŠ Cvetka Golarja v Škofji Loki. Četrtošolci v projektu »Pogled k sončku« spoznavajo ljudi s posebnimi potrebami oz. življenje in delo invalidnih ljudi. V tem projektu naše Društvo sodeluje že vrsto let in jim z veseljem predstavimo naše aktivnosti in življenje na invalidskem vozičku.

Učenci in učiteljci so nas toplo sprejeli. Sledila je kratka predstavitev namena in delovanja Društva. Vsak je tudi povedal, kako je pristal na invalidskem vozičku in s kakšnimi težavami se srečuje v življenju. Seveda smo jih tudi opozorili na nevarnosti, ki prežijo na nas in kako se jim je potrebno izogniti. Sledila je vrsta zanimivih in direktnih vprašanj, na katere smo jim z veseljem odgovorili.

Nato smo jim predstavili košarko na invalidskih vozičkih. Učenci so nas, pri igranju košarke, glasno spodbujali. Za vsakim doseženim košem je sledil buren aplavz. Komaj so čakali, da so se tudi sami lahko preskusili v vožnji s športnim vozičkom in v metih na koš. Strinjali so se, da to ni tako enostavno.

Za zaključek jim je **Ivica** predstavil še ročno kolo z vožnjo po telovadnici

in jih podučil o pravilih in obnašanju kolesarjev v cestnem prometu.

Prijetno druženje je hitro minilo. Na OŠ Cvetka Golarja se vsako leto z veseljem vračamo in bomo veseli povabila tudi prihodnje leto.

Alenka Oblakovič SREČANJE OB DNEVU ŽENA

»Vse lepo za dan žena, da preživela ga boš iz srca, ker ženska čudovita si, želim si le, da ostaneš zvesta mi, ker tvoja bližina osrečuje me, brez tebe moje življenje izgubljeno je!« Le katera izmed nas boljših polovic se ne bi razveselila, če bi ji tako voščilo izrekel pripadnik »močnejšega« (le v čem neki?) spola? Z vso radostjo in zadovoljstvom rade volje priznam, da bi mi take ali v najgloblji srži tem podobne misli vedno segle do samega dna srca. Vam ne? Še vedno gojim idealistično navdahnjeno upanje, da bo nekoč v bližnji ali malce bolj oddaljeni prihodnosti postal tako neprisiljeno, poetično navdahnjen tudi naš društveni »oberšef« Peter in bo s svojimi globokimi mislimi k praznovanju dneva žena spodbudil več pripadnic ženskega spola. Vsako leto z veseljem pričakujem 8. marec, pa ne zaradi daril mojega najdražjega (ta je zame itak že sam po sebi zadosti dragoceno darilo), pač pa zaradi »obveznega« srečanja zapriseženo predanih zaveznic

ženskega gibanja za enakopravnost obeh spolov, ki nam ga običajno pripravi moški del UO DPG. Če ne ravno na tisti dan, ko je uradno praznik, pa v tistem tednu. Letos so nas vrli upravniki, s Petrom na čelu, povabili na družabno večerjo v gostilno »pri Cilki« v Zg. Brniku, kjer se že več desetletij upravičeno ponašajo z izkušnjami dobre, domače kuhinje (kar se tiče internetnega preverjanja ustreznosti kraja po izbiri gostitelja sem res neprekosljiva). Zakaj se ji pravi »pri Cilki«? Zato, ker je bilo tako ime že domači stari mami, ki je bila ta glavna v kuhinji in je potem čez desetletja njen talent, veselje do kuharije podedovala vnukinja, ki si je hkrati s kuharsko žilico ob rojstvu prisvojila tudi njeno ime. Pri njih pa »ziher« še nikoli nisem bila. Vse je enkrat prvič, mar ne? A, če so nas naši vrli moški prostovoljno ali po »službeni« dolžnosti povabili v priznano odlično gostilno, potem pametne ženske, kot smo me, res nismo smele preveč oklevati, da si slučajno ne bi premislili. Zato tudi medve z gospo **Ivanko** nisva zamujali s prijavo. Tako sva potem v četrtek, 10. marca, po končanem popoldanskem počitku potrpežljivo čakali precej ustrežljivega šoferja **Dejana**, da naju je odpeljal na prizorišče prijetnega praznovanja. Priznam, da sem bila ob prihodu v gostilno nemalo presenečena nad velikostjo



Goodyear za Good namen (foto arhiv društva)

gostilne in potem navdušena nad njihovo dobro hrano, prijazno postrežbo, domačnim vzdušjem.

»Moje sonce, zvezd sijaj, bistri vir in senčni gaj, svetli biser, lune žar, mojega življenja čar; vse, kar srečo mi rodi – si edino najdražja ti!« Saj vem, da bi moški večkrat radi kaj lepega povedali svojim najdražjim, prijateljicam, sodelavkam, sosedam, priležnicam, pa jih je sram oziroma se bojijo, da jih bomo potem imele za sluzave čustvene mehkužce ali hinavske priliznjence. O, ne! Mirne duše vam lahko povem, da bi bile ženske prav navdušene in počaščene, če bi nas »močnejši spol« blagovolil vsaj enkrat letno obdariti s svojo domiselno ljubezensko poezijo. Tako pa smo lahko le iz njihovih skromnih besed, prijaznih voščil, podarjenih bujno cvetočih lončnic začutile njihovo močno, zvesto, čutečo, srčno, ljubečo povezanost z nami. V imenu vseh »pri Cilki« prisotnih »boljših polovic« se najlepše zahvaljujem navzočim »slabše prilagojenim polovicam« za njihovo pozornost, potrpežljivost in prijetno gostoljubje. Za konec pa žalostna vest: »Petrova« azaleja mi je že po dveh tednih »preč pršla« in smo jo, ubogo revico, ki je od prevelike toplote v prostoru obupano ovenela, stresli na sosedov vrt. P. s. Peter, predlagam, da me drugo leto raje

presenetiš z bodečim kaktusom, ki je po temperamentu meni bolj podoben sorodnik. Lahko je tudi aloe vera. Na mnoga srečna, ljubeča, zdrava leta, vse žene, gospe in brhka dekleta!

Anka Vesel DOBRODELNA AKCIJA PRODAJNE EKIPE PODJETJA GOODYEAR DUNLOP SAVA TIRES

V sredo, 11. maja, smo imeli v prostorih društva dobrodelno delovno akcijo. Prodajna ekipa podjetja Goodyear Dunlop Sava Tires, ki pokriva področje Slovenije, Hrvaške, Srbije, Bosne in Hercegovine, Makedonije, Črne gore, Kosova in Albanije, nam je, na njihovo pobudo, obnovila fasado in prebelila prostore društva. Več kot 20 zaposlenih znotraj prodajne ekipe Goodyear je prostovoljno in za dober namen zavihalo rokave, si naredilo zaščitno opremo in v enem popoldnevu barvno osvežilo naše prostore. Kljub temu, da so na področju beljenja laiki, so svoje delo opravili kot pravi profesionalci z dolgoletnimi pleskarskimi izkušnjami. Naši prostori so po novem odeti v rumeno-marelične barvne odtenke, zunanost pa krasi snežno bela fasada.

Goodyear že vrsto let s svojimi dejanji dokazuje, da se zavedajo družbene odgovornosti. V sporočilu za jav-

nost so zapisali: »Z našimi aktivnostmi, s katerimi vračamo družbi, predvsem pa lokalni skupnosti, bomo v družbi Goodyear Dunlop Sava Tires nadaljevali tudi v prihodnje.« Člani našega društva pa se jim za njihovo dobrodelnost iskreno zahvaljujemo in jim na njihovi poti želimo veliko osebnih in poslovnih uspehov.

Anka Vesel OTVORITEV RAZSTAVE SLIKARJEV DRUŠTVA PARAPLEGIKOV GORENJSKE

V sredo, 5. aprila, so v Galeriji Kranjske hiše v Kranju slovesno odprli razstavo slikarjev Društva paraplegikov Gorenjske. Anka Vesel, **Boris Šter** in **Metod Zakotnik** s svojimi deli kažejo raznolikost likovnega ustvarjanja. Morda na videz enaki, zaradi načina življenja, pa vendar tako različni v svojih upodobitvah. Svoje znanje slikarji izpopolnjujejo in nadgrajujejo pod vodstvom mentorjev pri likovni sekciji Zveze paraplegikov Slovenije.

Zbrane sta ob otvoritvi nagovorila predsednik Društva Peter Robnik in **Nada Bogataj Kržan** iz Mestne občine Kranj. Program je povezovala **Karmen Zupan** iz Zavoda za turizem in kulturo Kranj, na harfi pa z glasbenimi vložki popestril **Jernej Mišič** – učenec Glasbene šole Kranj.



Jernej Mišič je zbrane razveselil z igranjem na harfo. (Foto Maša Vesel)



Otvoritev razstave v Galeriji Kranjske hiše v Kranju (foto Maša Vesel)



Ojačana ekipa DP Gorenjske (foto Fotomorgana)

Za sladke prigrizke so poskrbeli dijaki Srednje šole za gostinstvo in turizem Radovljica, za degustacijo vin pa Klet Brda. Člani društva se zahvaljujemo sodelujočim na razstavi, Zavodu za turizem in kulturo Kranj za razstavni prostor ter **Lidii Horvat** za pomoč pri organizaciji.

Janez Učakar MEDNARODNI TURNIR KOŠARKE NA VOZIČKIH V ŽIROVNICI

V športni dvorani Osnovne šole Žirovnica je 10. aprila potekal že šesti tradicionalni mednarodni turnir v košarki na vozičkih pod pokroviteljstvom občine Žirovnica. Kot prvi ekipi sta se na parket zapeljali gostitelji turnirja in

štajerski »toti pubeci«. Več športnega duha so pokazali Gorenjci, saj so goste ugnali z rezultatom 54 : 47. Na drugi tekmi so se pomerili gostje iz avstrijske Koroške in prijatelji iz italijanskega mesta Gradiška ob Soči. Več energije so imeli severni sosedje, ki so ekipo Castelvechio premagali z rezultatom 72 : 47. Po tej tekmi je bilo že znano, da se bodo za končno tretje mesto pomerili Mariborčani in Italijani. Boljši so bili Mariborčani, ki so tekmo dobili s tesnim rezultatom 63 : 61. Za prvo mesto so zaigrali Gorenjci in Avstrijci. Po hudem boju so domačini v tretji četrtini popustili, in tako je odšla zmaga v roke ekipi RSV Kärnten (56 : 82).

Tekmovalce in navijače je nagovoril predsednik Društva Peter Robnik, nagrade najboljšim ekipam pa je podelila ravnateljica OŠ Žirovnica **Ana Klemenc**. Turnir si je ogledalo kar nekaj znanih domačih bivših košarkarjev in prijateljev. Med navijači pa smo opazili tudi prijatelja domačih paraplegikov, legendarnega košarkarja **Romana Horvata**, ki si je z velikim zanimanjem, v spremstvu soproge in dveh hčera, ogledal tekme. Turnir je bil uspešno izpeljan s pomočjo donatorjev – Zveze paraplegikov Slovenije, podjetja za distribucijo katetrov Lentismed, zeliščne prodajalne in drogerije Sivka, Štern – cevne instalacije, odvetniške pisarne Bojana Visočnika ter trgovine Aligator.

Benjamin Žnidaršič | Društvo paraplegikov Istre in Krasa

MORJE, REFOŠK IN PRŠUT

Čeprav smo doma ob morju, je tudi nas, tako kot večino Slovencev, konec aprila presenetil sneg, kolikšno škodo je povzročil pridelku bomo še videli, smo pa veseli, da niso stisnile tudi temperature, saj nas ob misli na predlanski žled še vedno zazebe do kosti.

ZBOR ČLANOV DPIK

Na podlagi 12. člena statuta Društva paraplegikov Istre in Krasa je bila v

četrtrek 31. marca sklicana 4. redna seja zbora članov v novih prostorih v Koprju. Predsednik društva **Željko Geci** je

odprl zbor članov in pozdravil predsednika ZPS **Daneta Kastelica**, računovodkinjo **Veroniko Starič**, **Špelo Šušteršič**, strokovno delavko na Zvezah, in direktorico Doma paraplegikov Pacur **Jano Rožaj**. Po pozdravu je predstavil dnevni red, ki je bil soglasno sprejet in potrjen. Predsednik društva je predlagal, da sejo vodi **Benjamin Žnidaršič**, za zapisnikarja pa je predlagal **Matjaža Černeta**.

Zbor članov je potrdil zapis zapisnika 3. seje z dne, 28. 3. 2015 in ugotovil, da so vsi sklepi iz zapisnika realizirani. Poročilo o delu društva v skrajšani obliki za preteklo leto je podal predsednik



Zbor članov je soglasno potrdil poslovno poročilo za leto 2015. (Foto arhiv Društva)

društva Željko Geci. Celotno poročilo je na sedežu društva. Vsebinsko poročilo se ne razlikuje od plana dela za leto 2015. Finančno poročilo je podala računovodkinja ga. Veronika Starič. **Dragica Sušanj**, članica nadzornega odbora, je prebrala poročilo, ki ga je Nadzorni odbor pripravil po pregledu poslovanja društva. Ob razpravi so se oglasili tudi vsi predstavniki Zveze in podali svoja poročila. Zbor članov je soglasno potrdil finančno poročilo in poročilo Nadzornega odbora za leto 2015. Predsednik je za tem predstavil program dela za leto 2016, ki ga je zbor članov soglasno potrdil.

Ob zaključku štiriletnega mandata

smo se predsedniku Željku Geciju vsi toplo zahvalili za njegovo delo, Benjamin Žnidaršič pa mu je podaril svojo sliko. Željko Geci se je za dobro sodelovanje zahvalil upravnemu odboru in vsem, ki so kakor koli pripomogli k uspešnem delu društva.

Nato smo izvolili novo vodstvo za štiriletno obdobje.

Izvoljeni so bili:

Predsednik Željko Geci, podpredsednik **Slavko Bračič**, blagajnik **Klavdij Koren** in tajnik **Matjaž Černe**. Volilna komisija: **Jože Barba** – predsednik ter člana **Nick Špoljar** in **Tomaž Tom**. Člani Upravnega odbora: **Srečko Petko-**

všek, Benjamin Žnidaršič, **Boško Božič**, **Damjan Žerjav** in **Valter Mahne**. Člani Nadzornega odbora: predsednik **Emil Filipič** ter člana Dragica Sušanj in **Primož Borovnik**. **Lidija Ekselenski** in Nick Špoljar pa sta nadomestna člana Nadzornega odbora.

Ob zaključku se je predsednik društva Željko Geci zahvalil vsem prisotnim za udeležbo na seji, čestital novizvoljenim organom društva in članom UO in vse prisotne povabil na kosilo.

NAŠE ČLANICE SO PRAZNOVALE 8. MAREC

Na sedežu Društva paraplegikov Istre in Krasa so praznovale 8. marec naše članice in spremljevalke. Pridružile so se jim tudi nekatere žene članov. V imenu članov Upravnega odbora jih je pozdravil predsednik Željko Geci in jim čestital ob njihovem prazniku. Obenem se je zahvalil tudi osebnim asistentkam za trud in potrpežljivost pri naši negi. Za boljše življenje naših članov pri družinah pa se je zahvalil prisotnim ženam članov.

Po uradnem nagovoru je sledila poudaritev rožic in osebno voščilo vsaki posebej. Sledila je pogostitev in sproščen pogovor do poznega popoldneva.



Ob zaključku leta so se predsedniku Željku Geciju vsi toplo zahvalili za njegovo delo, Benjamin Žnidaršič pa mu je podaril svojo sliko. (Foto arhiv Društva)



Članice in člani, spremljevalke in spremljevalci so skupaj praznovali 8. marec. (Foto arhiv Društva)

Aleš Povše | Društvo paraplegikov jugozahodne Štajerske

CELJSKI GROFI

Veliko se je dogajalo ob koncu zime in na začetku pomladi. Marca smo se zbrali na volilnem zboru članov, ob dia-pozitivih smo spoznavali Toskano, pridno smo obiskovali tečaj angleškega jezika, organizirali smo velikonočno kulnarično delavnico, udeležili smo se prireditve ob svetovnem dnevu zdravja, organizirali predavanje o reševanju pogostih težav, ki jih prinese invalidnost, ogledali smo si tudi Dom paraplegikov v Pacugu. Zelo aktivni pa so bili tudi naši športniki.



Dane Kastelic, redni gost zbora članov DPJZŠ (foto Peter Planinšek)

VOLILNI ZBOR ČLANOV DRUŠTVA

Na zboru članov DP Jugozahodne Štajerske, kot se po novem imenuje občni zbor, smo se zbrali 5. marca na našem tradicionalnem mestu v gostišču Rimljan v Šempetru v Savinjski dolini. Prisotnih je bilo 52 članov društva. Po izvolitvi organov zbora članov smo lahko pričeli z delom. Predsednik in referenti so po področjih predstavili delo društva v letu 2015. Še svoje zadnje poročilo je podal predsednik disciplinske komisije **Vinko Hren**. Pristojnosti disciplinske komisije so namreč po posodobljenem statutu prenesene na nadzorni odbor. Prisotni so bili tudi predstavniki ZPS, predsednik **Dane**

Kastelic, strokovna delavka **Špela Šušteršič** in direktorica Doma paraplegikov v Pacugu **Jana Rožaj**, ki so nam vsak na svojem področju predstavili dejavnosti ZPS v zadnjem času. Člane je najbolj zanimalo, kaj se dogaja z domom paraplegikov, zato so na novo direktorico naslovili kar nekaj vprašanj.

Sledila je razrešitev organov društva in predstavitev novih kandidatov. Edini kandidat za predsednika društva **Janez Hudej** je predstavil svoj program in svojo ekipo sodelavcev, ki jih je nato zbor članov na javnem glasovanju tudi izvolil. Novi stari predsednik je tako še naprej **Janez Hudej**, podpredsednik **Franc Ivenčnik**, preostali

člani upravnega odbora pa so **Nataša Lotrič**, **Simona Vovk**, **Rudi Centrih**, **Boris Hebar**, **David Razboršek**, **Peter Planinšek** in **Aleš Povše**. Izvoljen je bil tudi nadzorni odbor v sestavi predsednik **Simon Gračnar** in člana **Srečko Vodeb** in **Henrik Plank**.

Z rožico in ročnimi izdelki, ki jih je pripravila članica **Angela Gajšek**, smo se tudi tokrat spomnili naših ženskih članic ob njihovem prazniku. Po napor-nem delu seveda sledi zabava. Za to je tokrat poskrbel ansambel treh mladih nadarjenih glasbenikov Mika nas.

1. UPRAVNI ODBOR NOVOIZVOLJENIH ČLANOV

24. marca se je v prostorih društva že sestal novo izvoljeni upravni odbor društva. Na prvi seji je bila v ospredju razdelitev nalog in pa mnenje socialne zbornice o delu društva. Upravni odbor se je moral odločiti za medijsko kampanjo proti socialni zbornici, ki je sicer glede dela in ciljev dela v vsebini razpisa za programe socialnega varstva, izdala pozitivno mnenje, med vrsticami pa je bilo nakazano, da društvo ne izpolnjuje pogojev, ki so potrebni za uspeh na razpisu Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, na katerega smo se prijavi v začetku leta. Socialna zbornica je svoje mnenje napisala brez vsakega obiska ali klica, kjer bi se pozanimali o dejavnostih društva, izstavili pa so nam račun v višini 390,00 EUR. Kot se je kasneje izkazalo, je bila naša medijska kampanja uspešna, saj smo uspeli na razpisu.

POTOPIŠNO PREDAVANJE

Po lanskoletni uspešni predstavitvi svojega popotovanja po Franciji sta nam **Irena** in **Leo Kočever** tokrat pripravila predavanje o svojem popotovanju po Toskani. Izvedeli smo marsikaj o zgodovini pokrajine vse od Etruščanov naprej. S čudovitimi fotografijami sta nam predstavila prelepa toskanska

mesta od Firenc, ki se ponašajo s katedralo Santa Maria del Fiore, Siene s trgom Piazza del Campo, na katerem prirejajo slavno prireditev Palio (dirke s konji brez sedla), Piso s poševnim stolpom in še številna manjša mesta, ki sloviijo po odličnih vinih in hrani. Vse skozi sta tudi poudarjala, da je večina znamenitosti dostopnih tudi z invalidskim vozičkom in naj se sami tudi opogumimo in se odpravimo v Toskano. Za konec sta nam tudi tokrat pripravila manjšo kulinarčno degustacijo prave italijanske pizze, tiramisuja in aperitiva aperol.

PIRHI NA STO IN EN NAČIN

Z namenom druženja, spoznavanja in povezovanja naših članov z okolico smo v predvelikonočnem času v društvenih prostorih organizirali velikonočno-kulinarčno delavnico in nanjo povabili tudi otroke zasebnega vrtca Vesela hiša iz Celja. Naša strokovna sodelavka **Tanja Đakovič** je ob asistenci naših članic prevzela vodenje delavnice in otroci so se navdušeno lotili izdelave venčkov iz testa. Naprej so jih oblikovali, nato pa še premazali z razžvrkljanim jajcem in vanj z makom in sezamom odtisnili svoje prstne odtise.

Ko so se venčki pekli, so se otroci priključili članicam aktiva žena in se lotili izdelave velikonočnih zajčkov in



Kot nekoč v šoli so učenci pozorno poslušali Darjo Jeraj. (Foto Peter Planinšek)

piščančkov, ob tem pa so lahko opazovali naše članice, kako z zahtevnejšimi tehnikami izdelujejo prave male pisane unikate. Tako so nastale velikonočne pisane, ustvarjene s servietno tehniko, kvačkani pirhi, marmorirani pirhi, pirhi, okrašeni z začimbami in semeni. Ker se po napornem delu prileže malica, so otroci za zaključek svoje venčke z užitek pojedli. Hvala lepa vzgojiteljicama **Ani Cviki** in **Kristini Bele**, da sta pripeljali otroke in nam polepšali dan.

PONOVO V ŠOLO

Ko smo med članstvom povprašali, kaj bi si želeli, da se dogaja na društvu, se je naša članica **Darja Jerala** ponudila, da izvede tečaj angleškega jezika. Ker se je z angleščino večina srečala prvič ali pa je že pozabila, kaj se je naučila v šoli, smo se odločili za začetni 30-urni tečaj.

Pridno ga je obiskovalo 10 članov društva, ki so iz ure v uro kazali velik napredek. Še enkrat se je pokazalo, da je, ko se dogaja kaj zanimivega, odziv med našimi člani vedno velik.

SVETOVNI DAN ZDRAVJA

Mestna občina Celje se je že sedmo leto zapored pridružila aktivnostim ob 7. aprilu, svetovnem dnevu zdravja. Tako so se v Celju zvrstile številne prireditve in v soboto 16. aprila smo se na osrednji prireditvi v centru mesta s svojo stojnico aktivnostim pridružili tudi mi s predstavitvijo naših dejavnosti in posebnih socialnih programov, ki jih izvajamo za naše člane.

Animacija za otroke in bogat program s pevskimi in plesnimi točkami različnih generacij je pritegnil veliko obiskovalcev. Pooblaščenec župana,



Otroci so ponosno pojedli svoje izdelke. (Foto Peter Planinšek)



Naša stojnica na dnevu zdravja v središču Celja. (Foto Peter Planinšek)

mag. Marko Zidanšek, je nagovoril prisotne, ki so si lahko tudi izmerili krvni sladkor in krvni tlak, in s tem preveri kakšnega zdravja so.

REŠEVANJE POGOSTIH TEŽAV INVALIDNOSTI

Ker na žalost na svoje zdravje po navadi pomislimo šele, ko nastopijo kakšne težave, smo v društvenih prostorih aprila organizirali predavanje »Reševanje pogostih težav invalidnosti«. Predavateljica **Patricija Goubar**, dipl. fiziot., spec., univ. dipl. org., nam je predstavila tehnike odprave težav in predvsem preventivo, da do teh težav ne bi prihajalo. Glavne teme predavanja so bile: bolečine v sklepih in hrbtenici, težave z dihalnim sistemom in pomembnost dobre pljučne funkcije, urinska inkontinenca in nevrogeni sečni mehur, osteoporoza in telesna pripravljenost in še tema za naše negovalce – ergonomski položaj pri negovanju invalidne osebe. Skozi posamezne primere smo videli, zakaj je pomembna drža telesa, zakaj je potrebno dovolj in redno piti, zakaj je koristna redna telesna dejavnost. Ker se vsi srečujemo s takšnimi in drugačnimi težavami, smo predavateljici zastavili veliko vprašanj in v odgovorih dobili zelo koristne informacije. Ja pa ostalo še kakšno vprašanje, tako da bi bilo morda smiselno predavanje še kdaj ponoviti.

TETRAPLEGIKI V PACUGU

Ker 15. aprila, ko je bil uradni dan odprtih vrat, za vse v kombiju ni bilo prostora, smo se odločili, da omogočimo prevoz še nekaterim našim članom, ki jih je najbolj zanimalo, kakšen je novi Dom paraplegikov v Pacugu. Na izlet so se tokrat odpravili predvsem tetraplegiki, da se na lastne oči prepričajo, če bo tudi za njih v novih sobah in tudi sicer dobro poskrbljeno. Po ogledu doma so bili navdušeni tako nad urejenostjo okolice kot tudi nad samimi sobami. V pogovoru z direktorico Jano Rožaj so dobili zagotovilo, da bo nastanitev, terapije in gostinski del še na višjem nivoju kot v preteklosti. Za zaključek izleta so obiskali še **Franca, Milico, Marino in Janeza** v Ankaranu in se prepričali, da bo tudi naša hiška pripravljena za letovanje v letošnjem letu.



Tetraplegiki so podali strokovno oceno o primernosti sob za najtežje gibalno ovirane invalide. (Foto Peter Planinšek)



Med kegljači tetraplegiki sta blestela Heno in Aleš. (Foto arhiv Društva)

ŠPORTNE NOVICE

Športniki so bili v tem času še posebej aktivni. Kegljjači so tako tekmovali v Celju na 16. memorialu Petra Zdovca, meddruštvenem turnirju v Slovenski Bistrici, v Novi Gorici, na 18. pokalu občine Domžale, na državnem prvenstvu v Celju in meddruštvenem turnirju v Novem mestu. Največ uspeha smo imeli na naši domači tekmi. Na memorialu v spomin na začetnika kegljanja v našem društvu, **Petra Zdovca**, smo se zbrali že šestnajstič. Tekmovanje je v veteranski konkurenci štelo tudi za državno prvenstvo. Zmagal je **Franc Kuhelj** DP NM, pred **Emilom Palameto** iz DP LJ, tretji pa je bil **Janez Kokalj** iz DP LJ. V ekipni konkurenci so največ pokazali Ljubljančani pred Celjani in Novomeščani. Kraljica med ženskami še naprej ostaja **Senka Ivanišević** iz DP LJ, druga je bila tokrat **Cvetka Štirn** DP LJ in tretja **Nataša Godec** iz DP MB. Med tetraplegiki so največ pokazali domačini. Zmagal je namreč **Henrik Plank** pred **Alešem Povšetom**, oba DP CE, tretji je bil **Slavko Dunaj** iz DP MS. Med moškimi se je najbolj izkazal **Tone Kanc** DP NM, drugi je bil **Viktor Rupnik** DP LJ, tretji pa **Janez Janžič** DP MB. Tekmovanja se je tokrat udeležilo 45 kegljačic in kegljačev iz 8 pokrajinskih društev. Na ostalih tekmah naši tekmovalci niso blesteli, še najboljšo uvrstitev je na pokalu občine Domžale dosegel **Roman Hrzenjak**, ki je bil med moškimi drugi. Ekipa je v seštevku lige IZL za sezono 2015/2016



Zanimanje za predavanja o zdravstvenih tegobah je vedno veliko. (Foto Peter Planinšek)



Košarkarji na državnem prvenstvu z grenkim priokusom (foto arhiv Društva)



Naj prostovoljec leta 2015 v MO Velenje v kategoriji nad 30 let je Janez Hudej. (Foto Anže Kovač)

dosegla 4. mesto, posamezno pa je bil najboljši Aleš Povše, ki je zmagal med tetraplegiki.

Strelci so sezono zaključili na državnem prvenstvu v Ljubljani. Tekmovanja sta se udeležila **Jože Ovčar**, ki je v kategoriji SH1 s serijsko puško osvojil 5. mesto, in **Franček Gorazd Tiršek**, ki je v kategoriji SH2 zmagal tako s serijsko kot tudi standardno puško. Je pa Tiršek v pripravah na paraolimpijske igre v Riu sodeloval tudi na svetovnem pokalu v Bangkoku na Tajskem. Pokazal je odlično formo in v kategoriji R4 stoje zmagal, v R5 leže pa je bil tretji.

Tudi naša košarkarska ekipa DP Celje Thermana je v mesecu aprilu zaključila s tekmovalni v sezoni 2015/2016. V ligi ZPS Soča Oprema so osvojili končno 4. mesto. Na državnem prvenstvu so bili tretji. Prav tako pa so 3. mesto osvojili tudi na pokalu ZPS – memorialu Ivana Peršaka v Murski Soboti. Upajmo, bo naslednja sezona spet boljša. O ribičiji in atletiki pa v naslednji številki.

ČESTITKA PREDSEDNIKU DRUŠTVA

Za konec pa še čestitka našemu predsedniku Janezu Hudeju. Kot vsako leto so tudi letos v mestni občini

Velenje, v sodelovanju z Mladinskim centrom Velenje in Mladinskim svetom Velenje, na prireditvi Dan za spremembe podelili priznanja najboljšim prostovoljcem. Najboljši prostovoljec med 12 kandidati za leto 2015 v kategoriji nad 30 let je postal Janez Hudej, ki je v letu 2015 opravil 1594 ur prostovoljskega dela. V obrazložitvi so zapisali, da s številnimi aktivnostmi skrbi za aktivno vključevanje paraplegikov in tetraplegikov iz 33 občin savinjske regije, na področju katerih deluje Društvo paraplegikov JZ Štajerske.

PRIZNANJE AKCIJI »NE TEKSTAM, KO VOZIM!«



Ivo Ozebek, član »Še vedno vozim – vendar ne hodim«, se znajde tako v predavalnici kot pred kamerami. (Foto arhiv Zavod VOZIM)

Na 25. Slovenskem oglaševalskem festivalu je kampanja »Ne tekstam, ko vozim!«, pri snemanju katere so sodelo-

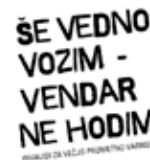
vali paraplegiki, člani »Še vedno vozim – vendar ne hodim«, prejela dve srebrni priznanji.

V mesecu januarju 2016 so člani gibanja »Še vedno vozim – vendar ne hodim«, **Ivo Ozebek**, **Žiga Breznik** in **Barbara Slaček** sodelovali pri snemanju videa »Ne tekstam, ko vozim!«, ki opozarja na nevarnost uporabe telefona med vožnjo ter s tem večje možnosti za povzročitev prometne nesreče.

Trud, ki je bil vložen v nastanek kampanje »Ne tekstam, ko vozim!«, je prepoznala tudi strokovna javnost s področja marketinga in oglaševanja, ki je 7. aprila 2016 na 25. Slovenskem oglaševalskem festivalu kampanjo nagradi-

la z dvema srebrnima priznanjema, v skupinah Celostne komunikacijske akcije in Označene ali ustvarjene vsebine. Akcija je plod odličnega sodelovanja Renault Nissan Slovenija, Agencije Publicis in Zavoda VOZIM.

Če še niste videli videa »Ne tekstam, ko vozim!« lahko to storite na www.vozim.si. In ne pozabite, uporaba telefona med vožnjo je enaka stanju, kot da bi popili **3–5 decilitrov vina in imeli v krvi 0,8 promila alkohola!** Prizadevajte si, da zgodbe članov »Še vedno vozim – vendar ne hodim« ne bi postale zgodbe drugih.



Ivana Gornik in Mitja Breg | Društvo paraplegikov Koroške

KARANTANSKI KNEZI

Dnevi kreativnega druženja in srečanj. Polovica letošnjega leta je švignila mimo. Skoraj. Junij je že. Drži pa, da je doživljanje časa relativno in posamezniku lastno, tako da je možno, da se je komu to leto vleкло. Aprila, ko smo že užili celo paleto pomladnih utrinkov, nas je presenetil sneg. Na kratko nas je obiskala zima. Ob vsej tej vremenski mešanici sem se odločila oblikovati zapis o pisani zimsko-pomladni tapiseriji dogodkov na Društvu paraplegikov Koroške. Skupaj bomo prelistali minuli december in nato prišli do tega trenutka, ko vstopamo v poletje.

Ivana Gornik NAJ ŠE ZADIŠI PO BOŽIČU

Najprej je bil na društvu organiziran večer izdelovanja božičnih venčkov, kot to že tradicionalno izvajamo vrsto let. Še pred začetkom decembra. Dan prej se nas je zbrala nadobudna skupinica, nakar smo po predhodno skrbno pripravljene seznamu opravili nakupe. Nabavili smo obode za venčke, okrasje, sveče in še kaj. Člani so dobili za domačo nalogo navodilo, da narežejo drobne citruse na rezine in jih posušijo.

Prav tako tudi, naj, kakor vedo in znajo, »zrihtajo« smrečje. In ... nikoli ne zatajijo. Običajno vse poteka kot po maslu. Lahko se zanesemo drug na drugega. Krasen občutek! Na dan D – vsi zbrani. Dišalo je po smrečju, čaju in pecivu. Dišalo je tudi po cimetu, saj cimetove paličice ne smejo manjkati pri izdelavi venčkov. Nekateri venčki so bili namizni, nekateri za na vrata, da izkazujejo dobrodošlico in dodajo svoj pridih k prazničnemu vzdušju.

Ko so bile teden zatem na vrsti vo-

ščilnice, so sledile podobne priprave. Najprej, ista zasedba nadobudnežev se pojavi na predhodni dan in odide v nabavo vsega potrebnega. Pri tem seveda poznamo svojo obstoječo zalogo, ki jo bomo tokrat prav gotovo, kot rečemo na Koroškem, »ponucali«. Na dan izdelovanja voščilnic vsi zbrani, vsi pripravljeni. Potrebni material lepo razprostrt po delovni mizi. Ne manjka nič: ne škarje, ne lepilne pištole, ne ostali pribor. Delo je potekalo, tako kot vselej, v sodelovalnem duhu. Izjemno prijetno je skupaj ustvarjati. To so drobni trenutki, ki nas povezujejo v tem ne tako neskončnem mozaiku časa.

Naslednje je bilo na vrsti srečanje članov DPK ob zaključku leta v prijetni gostilnici, kamor se radi vračamo. Ob kozarčku in večerji je vršalo prešerno razpoloženje. Marsikaj smo si povedali, kar si sicer ob rednih srečanjih, četrtkovih, na društvu, ne utegnemo. Drugo leto pa bo to srečanje za nas drugačno. Z nami ne bo več našega člana **Adolfa Lapajneja**, ki se je v letošnjem letu poslovil. Adi, ostajaš z nami, v naših mislih in naših srcih ...

Nazadnje pa je bil na vrsti naš pomladni piknik. O zimi več ne duha ne sluha. Naš član **Mitja Breg** je pekel



Pisani venčki so v adventnem decembru risali nasmeha na obraze. (Foto arhiv Društva)



Člani, so vam kaj znane? (Foto arhiv Društva)



Krasen piknik kar na terasi društva (foto arhiv Društva)

na žaru in se pri tem odlično odrezal. Ostali smo bodrili in klepetali. Glasba se je vrstila po izboru članov. Naredil se je prijeten večer in počutili smo se ... doma, saj je piknik potekal kar na našem društvu.

Takole smo se družili, ustvarjali in si polepšali dni.

Mitja Breg NAJ SE POLETJE PRIČNE

Pa še nekaj besed o delovanju društva »od tam zgoraj«, koroškega društva. Najprej vam moramo sporočiti žalostno vest, da nas je v letošnjem letu zapustil dolgoletni član Adolf Lapajne. Pridobili pa smo tudi novega člana, ki pa je tokrat predstavnik ne-žnejšega spola. Tudi letošnje leto smo se prijavi na vse nam dostopne javne razpise občin s področja socialnega in športnega področja. S pričetkom maja smo zaključili tudi s tedensko rekreacijo v telovadnici Pameče in treningi kegljanja na DTK Ravne na Koroškem. Aktivnosti sta potekali od začetka oktobra do konca aprila. Člani so se jih redno udeleževali in so s treningi zelo zadovoljni, saj izboljšujejo tako njihovo fizično kot psihično počutje. Sedaj, ko smo zaključili s treningi v notranjih

prostorih, se selimo na zunanje objekte. Atleti na stadione in ribiči na ribnike. Tedenski program masaže ob četrtkih in fizioterapija ob sredah ostajata tudi skozi poletje. Pred časom smo na našem društvu gostili tudi predstavnico iz Lentismeda **Pino Erklavec**, ki nam je strokovno predstavila vse njihove produkte in njihov varen način uporabe. Člani so bili s predstavitvijo zelo zadovoljni, prav tako pa tudi s Pininim prijaznim, enostavnim in strokovnim pristopom. Trenutno pa so naše misli bolj usmerjene k poletju, sončnemu in toplemu vremenu ter vprašanju, kje in kako organizirati kakšen piknik in izlet. Seveda pa bo potrebno na to še malo počakati, konec koncev se je poletje šele pričelo.

Mitja Breg 1. KOLO LIGE ZPS TEKMOVANJA V LOVU RIB S PLOVCEM

5. maja je naše društvo organiziralo prvo kolo lige ZPS tekmovanja v lovu rib s plovcem. Tekmovanja se je udeležilo 23 tekmovalcev iz sedmih pokrajinskih društev. Tokrat smo zaradi malce slabšega vremena, »dežja«, bili primorani tekmo prestaviti za pol ure na 9.30. Vendar so se vremenske razmere na

srečo tekmovalcev obrnile na bolje in izza oblakov je celo posijalo sonce. Vreme je v nadaljevanju bilo odlično, prav tako vzdušje, vendar pa je ulov rib bil nekoliko slabši kot po navadi. Nekateri so za slab prijem krivili jutranji dež, nekateri pa nepravilno napičeno koruzo na trnku. Kdo bi vedel, kaj je v resnici vplivalo na slab prijem. Letošnja ekipa DPK je nekoliko spremenjena od lanske in je v naslednji sestavi: **Zdravko Grilc**, **Boštjan Javernik**, **Mitja Breg** in rezervni član **Zoran Božinovski**. V glavnem so naši člani ekipe na prvi letošnji tekmi odločili zelo dobro in na koncu dosegli 4. mesto v ekipni razvrstitvi, kar je še vedno dovolj dobra uvrstitev za boj za najvišje stopničke v nadaljevanju sezone.

Pa lep pozdrav s Koroške.

.....
*"V osrčju zime
sem končno spoznal,
da v meni leži
nepremagljivo poletje."*

Albert Camus

.....



Ribič Boštjan Javernik se ne da zmotiti. (Foto Mitja Breg)

Jože Globokar | Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine

LJUBLJANSKI ZMAJI

Pri Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine tokrat pišemo o volilnem zboru in novi predsednici društva, prvi seji novega Upravnega odbora, preventivnem pregledu o boleznih sodobnega časa, kinestetiki za osebne asistente, ozaveščanju mladih po osnovnih šolah, o dostopnosti ljubljanskih »zelencev«, praznovanju dneva žena in dneva mučenikov in športnih dogodkih.

KRMILO DRUŠTVA V ROKAH MIRJAM KANALEC

Kandidatka za predsednika društva Mirjam Kanalec je dobila 71, kandidat Robert Žerovnik pa 63 glasov. Namestnica predsednice Mojca Burger je dobila 80 glasov.

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je četrti redni in hkrati volilni Zbor članov pripravilo 30. marca 2016 v prostorih hotela Kongo & Casino v Grosupljem.

Dnevni red je imel kar 18 točk, člani pa so najprej prisluhnili: poročilu Nadzornega odbora, Disciplinske komisije in obsežnem poročilu za leto 2015, v katerem so poročali – predsednik, referenti in nosilci nalog. Po razpravi je zbor članov poročila sprejel. Ob tem je dosedanji predsednik društva **Gregor Gračner** članom predstavil svoj pogled na dejavnosti društva v obdobju 2012–2016. Društvo je zelo dobro gospodarilo, saj smo v tem času med drugim pridobili kar dva kombija in

skladiščne prostore. Samo za finančna sredstva za kombije je bilo treba pripraviti vrsto akcij in vložiti veliko truda. To je bil za društvo velik zalogaj, poleg predsednika pa so zaslužni tudi njegovi sodelavci. Ob tej priložnosti se je predsedniku za njegov velik prispevek zahvalila dosedanja podpredsednica **Mirjam Kanalec** in mu izročila sliko našega slikarja **Željka Vertlja** – člana Mednarodnega združenja slikarjev, ki slikajo z usti ali nogami.

Delovanje in cilje Zveze paraplegikov Slovenije sta članom največjega društva predstavili strokovna vodja programov **Špela Šušteršič** in direktorica Doma Pacug **Jana Rožaj**. Najbolj vesela in kar težko pričakovana je bila novica, da bomo po dolgih letih končno dobili dograjen dom v Pacugu, torej sodobno urejen center za obnovitveno in socialno rehabilitacijo v mediteranskem okolju.

Sledil je pomemben trenutek za Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine. **Volitve!** Po razrešitvi dosedanjih organov so člani volili novega predsednika in podpredsednika društva, sedem članov Upravnega odbora, Nadzorni odbor in Volilno komisijo. Ker naš statut omejuje število mandatov predsednika društva, so člani najprej izvolili novega predsednika društva. Kandidata **Mirjam Kanalec** in **Robert Žerovnik** sta članom predstavila vsak svojo vizijo, cilje in dejavnosti društva

v naslednjem štiriletnem mandatnem obdobju. Prepričljivejša je bila Mirjam Kanalec, ki je dobila osem glasov več. Za njeno namestnico je bila izvoljena **Mojca Burger**.

V nadaljevanju je sledila predstavitev obsežnega programa dela za leto 2016 z obrazložitvijo vseh petih socialnih programov. Po razpravi in sprejetju programa so člani vodstvu društva in predstavnikom Zveze postavili vrsto vprašanj in dobili odgovore iz prve roke. Sledilo je družabno srečanje.

Pred izvolitvijo delovnega predstvedstva (zbor je vodil **Borut Sever**) in verifikacijske komisije je **Pina Erklavec** (predstavnica podjetja z medicinsko opremo **LENTISMED**) predstavila hidrofilne katetre **LentisKat**, ki imajo že v embalaži priloženo vrečko s sterilno vodo. Torej niso odvisni od izvora vode, kar poenostavi postopek kateterizacije. Uporabniki so vzorčne katetre lahko dobili brezplačno. Ob koncu so pripravili še nagradno igro z vablivo nagrado. Dodamo naj še, da nas je podjetje Lentismed podprlo tudi pri zbiranju sredstev za nakup kombija.

PRVA SEJA NOVEGA UPRAVNEGA ODBORA

25. aprila se je v prostorih društva zbralo novo vodstvo Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine, ki je bilo za mandatno obdobje 2016–2020 izvoljeno na Zboru članov.



Zahvala predsedniku Gregorju Gračnerju za velik dosedanji prispevek
(foto Marino Popovič)



Krmilo društva
v rokah Mirjam
Kanalec
(foto Špela Puš)

Mirjam Kanalec ob izvolitvi:

»Hvala vsem, ki ste se letos odzvali in prišli na volilni Zbor članov, saj ste s tem pokazali, da vam ni vseeno, kako bo društvo delovalo v bodoče. Seveda se posebej zahvaljujem tistim, ki ste me na volitvah podprli in trudila se bom ohraniti vaše zaupanje. Zadnjih 12 let sem bila aktivno vključena v društvo, zato dobro poznam obseg dela, zahteve financerjev ter potrebe članic in članov društva. Rdeča nit mojega vodenja društva bo vsekar v smislu zagotavljanja različnih programov in aktivnosti za doseganje čimbolj neodvisnega življenja para in tetraplegikov, saj je društvo v prvi vrsti namenjeno članicam in članom, da jim nudi kakovostni servis za višjo kvaliteto življenja. Izkušnje in znanje, ki ju imam, ter dobri sodelavci so potrebne sestavine za uspešno plutje našega društva nadaljnja štiri leta. V svojem imenu in v imenu društva se bivšemu predsedniku Gregorju zahvaljujem za uspešno vodenje v preteklih letih.«

Prvo sejo Upravnega odbora društva je sklicala nova predsednica **Mirjam Kanalec**, vabilu pa so se odzvali vsi člani UO – Mojca Burger, **Draga Lapornik**, **Rok Bratovž**, **Bojan Lukežič**, **Slavko Krajnc**, **Milan Zlobko**, **Nina Wabra Jakič** in **Borut Sever**. Prisoten je bil tudi predsednik Nadzornega odbora **Slavko Ivančič**.

Predsednica je člane seznanila z zapisnikom Zbora članov in zapisnikom Kandidacijske komisije ter z akti in programi društva. Člani UO so govorili o smernicah društva v bližnji prihodnosti in sklepali o kadrovski strukturi društva. V skladu s statutom Zveze paraplegikov Slovenije in Društva so imenovali tri člane društva, ki bodo v skupščini Zveze naslednja štiri leta zastopali interese društva. Predlagali so tudi kandidate za druge funkcije pri Zvezi.

PREVENTIVNI PREGLED O BOLEZNIH SODOBNEGA ČASA

Preveč holesterola, zvišan krvni tlak, povišan sladkor – to so tako imenovane bolezni sodobnega časa. Imenujemo jih kar tihi ubijalci, ker se nam počasi, tiho in neboleče prikrajujejo. In vse več ljudi ima težave z njimi. In tudi paraplegiki in tetraplegiki pri tem nismo nobena izjema. Še več, spadamo celo v rizično skupino.

Tako radi rečemo, da je zdravje naše največje bogastvo. Toda kaj naredimo za to naše bogastvo? Po navadi zelo

Gregor Gračner je ob koncu mandata povedal:

»Vodenje največjega Društva paraplegikov mi je bilo v veliko čast. Od leta 2005 pa vse do letos, ko sem prepustil vodenje sedanji predsednici, je bilo obdobje, ko je bilo veliko dela, saj se je iz leta v leto povečevalo število zaposlenih ter je vedno več financerjev podpiralo naše društvo. S tem se je tudi povečeval obseg dela.

Ker sem timski človek, sem ustvaril ekipo, s katero smo veliko naredili. Zato bi se vsem osebam iskreno zahvalil za vloženi trud za dobrobit naših članov.

Hkrati pa želim novemu vodstvu društva veliko uspeha pri vodenju in pri izvajanju posebnih socialnih programov.«

malo. Vse se začne pri nezdravi prehrani in neaktivnem življenju. Posebej bi morali biti pozorni pri vsakodnevni rabi soli in razvadah, kot so kava, alkohol, kajenje. To so tudi glavni dejavniki pri povišanju stopnje tveganja omenjenih bolezni.

Zato za naše člane že vrsto let v februarju pripravimo preventivni pregled. Tokrat se je v prostorih društva 23. februarja 2016 zbralo več kot 35 članov, ki so želeli preveriti, ali imajo povišan krvni tlak, holesterol ali sladkor v krvi. Prim. **Tanja Erjavec**, dr. med., in višja medicinska sestra **Branka Vipavec** sta



Prva seja Upravnega odbora društva (foto Tomaž Demšar)



Za svoje zdravje bi morali bolj poskrbeti.
(Foto Mojca Burger)

ob pregledu »pacientom« dali zloženko o zdravi prehrani, tiste s povišanimi rezultati merjenja pa opozorili na nevarnosti, ki ogrožajo njihovo zdravje. Seveda je vsak prejel tudi kartonček z izvidom preiskav.

KINESTETIKA ZA OSEBNE ASISTENKE

Za osebne asistentke našega društva smo 10. marca 2016 pripravili izobraževanje iz kinestetike. Kinestetika je veda o človeškem gibanju in raziskuje, analizira, posreduje in opisuje fiziološke načine gibanja. Delavnica je bila namenjena vsem, ki se v poklicnem ali vsakdanjem življenju srečujejo z ljudmi, ki potrebujejo pomoč pri opravljanju osnovnih življenjskih potreb: posedanju, pomoči pri vstajanju, dvigovanju, premeščanju ... Delavnico je vodila **Petra Grabnar** – dipl. delovna terapevtka URI-SOČA, udeležile pa so se štiri naše osebne asistentke – **Mira Jurinič**, **Vesna Počivalšek**, **Špela Šebenik**, **Andreja Kadiš** in koordinatorka Mojca



Na domu pri Janku Kocjanu
(foto Greta Kocjan)

Burger. Delavnica je potekala na domu našega novega člana **Janka Kocjana**, ki je tudi uporabnik tovrstnih uslug.

Z AVTOBUSI LPP NA OGLED NARODNE GALERIJE

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine v maju že po tradiciji za bližnje člane pripravi ogled kakšnega kulturnega dogodka ali pa turistične točke naše bele Ljubljane. Ta dogodek pa je tesno povezan s preverjanjem do-



Pred Robbovim vodnjakom (foto Patricija Šinkovec)

stopnosti avtobusov in uslugami, ki jih nudi LPP. Povemo naj, da lahko invalidi, med katerimi smo tudi paraplegiki in tetraplegiki, že kar nekaj let s svojim spremljevalcem uporabljamo brezplačen prevoz. Gibalno ovirani invalidi pa vstopamo in izstopamo lahko le v sodobne nizkopodne avtobuse, opremljene z zložljivo klančino. No, takih avtobusov je pri LPP vse več. Pri tem nam pomagajo tudi vozniki. Za prevoz uporabljamo identifikacijsko kartico oz. brezplačno urbano, ki jo upravičenec dobi na Ljubljanskem potniškem prometu. Seveda pa pri teh ogledih oz. izletih ne gre brez sodelovanja in pomoči študentov delovne terapije Zdravstvene fakultete, ki nas od doma in pri vožnji z avtobusom spremljajo na kraj dogodka.

V letošnji akciji je 4. maja 2016 več kot 15 študentk in študentov tretjega letnika delovne terapije z »zelenci« naše člane pripeljalo z različnih koncev mesta. Večina je potovala udobno in brez težav, le eden ali dva z uslugami voznikov nista bila najbolj zadovoljna.

Tokrat smo si za ogled izbrali letos prenovljeno Narodno galerijo, v katero so povezani vsi trije stavbni deli, v njih pa je več kot 600 eksponatov. In tam je res kaj videti! Najprej seveda originalni Robbov vodnjak, ki je dolgo kljuboval zobu časa na mestu, kjer zdaj iz enakih materialov stoji njegova kopija, nato pa še vse druge umetnine bogate galerije.

Stalna zbirka je razvrščena po določenih obdobjih vse od leta 1200 naprej, v njej pa dela številnih umetnikov slikarjev in kiparjev. Skozi dvorane galerije vseh obdobj nas je vodil galerijski animator **Jaka Racman** in nam predstavil vsa pomembnejša dela galerije. Prav vsaka umetnina je vredna pozornosti in ogleda, vendar pa so se naši pogledi le nekoliko dalj časa zadržali pri delih naših impresionistov – Ivana Groharja, Riharda Jakopiča, Matije Jame in Mateja Sternena in njihovem času v obdobju 1890–1920. Od leta 1995 pa ima galerija tudi Društvo prijateljev Narodne galerije.

Po ogledu galerije smo se s študenti in njihovo predavateljico **Alenko Plemelj** zadržali v krajšem pogovoru, se predstavili in izmenjali nekaj izkušenj o našem dolgoletnem sodelovanju.



Pri prevozu pomagajo vozniki avtobusov.
(Foto Patricija Šinkovec)

ŽENSKO OBELEŽILE DAN ŽENA, MOŠKI PA DAN MUČENIKOV

Pri društvu že po tradiciji za članice in sodelavke vsako leto ob osmemu marcu poskrbimo, da v prijetnem druženju obeležijo svoj praznik.

Tudi tokrat smo jim praznovanje pripravili v prostorih hotela Kongo & Casino v Grosupljem, veselega druženja pa se je udeležilo nekaj več kot trideset članic in pet naših zaposlenih mladenk. Srečanje jim je polepšal **DUO MIX** iz Mozirja. Mladeniča, ki igrata na vrsto inštrumentov, sta s širokim repertoarjem pesmi zadovoljila prav vsak glasbeni okus. Same pa so pripravile nekaj zabavnih točk in požele obilo smeha. Našim damicam so s prikupnimi praktičnimi darilci praznovanje polepšali še: kozmetika **L'Occitane en Provence**, kozmetika **Trebnik** in **Žito d. d.** ter seveda z rožico za vsako tudi predstavnik društva.



Majhna pozornost ob prazniku
(foto Mojca Burger)

Končno je napočil čas praznovanja tudi za moški del našega članstva. Kar nekaj let so se dogovarjali, ali bi se zbrali ob dnevu mučenikov ali ne. No, letos so se le odločili in se dva dni kasneje ob prazniku sestali v istih prostorih kot ženske. Po moško so »zažurirali« in se nekoliko povesečili. Praznovanje sta jim za kratek čas popestrili Mojca in Mirjam z mučeniškimi darilci.

OZAVEŠČANJE MLADIH SE NADALJUJE

V letošnjem letu smo se s projektom »**Različnost je zakon**« predstavili na dveh osnovnih šolah. Namen



Učenci na poligonu z različnimi klančinami in drugimi ovirami (foto Tomaž Demšar)

teh predstavitev je: seznaniti mlade o vzrokih, ki so nas pripeljali na invalidski voziček, predstaviti dejavnost društva z vsemi petimi socialnimi programi ter prikazati življenje in delo paraplegikov in tetraplegikov. S tem želimo mladim dokazati, da se kljub hudi poškodbi življenje nadaljuje in da je lahko tudi lepo in bogato.

22. marca 2016 smo se na Osnovni šoli Stara Cerkev pri Kočevju predstavili vsem učencem. Pripravili smo jim kar sedem delavnic. Mirjam in **Jožeta** s projekcijo fotografij predstavila celotno dejavnost društva, **Alenka** je predstavila ročne spretnosti in dejavnost Aktiva žena, naš slikar **Željko Vertelj**, ki je član VDMFK, je predstavil slikanje z usti, Slavko, **Marino** in **Boštjan** so v telovadnici predstavili košarko na invalidskih vozičkih, z **Janijem** so se učenci pomerili v namiznem tenisu, **Slavko** pa je skrbel, da se ni kdo prevrnil, ko je na montažnem poligonu premagoval različne arhitekturne ovire.

14. aprila 2016 smo obiskali Osnovno šolo Ljubo Šerčer v Kočevju. To je majhna šola za otroke s posebnimi potrebami. Na šoli je 45 učencev, ki so sodelovali na treh delavnicah – predstavitvi dejavnosti društva, srečanju z arhitekturnimi ovirami in slikanju z usti.

Povemo naj, da učenci na delavnicah aktivno sodelujejo. Poskusijo, kako slikar tetraplegik ustvarja likovno delo s

čopičem v ustih, kako nastane cvetlica s cvetličarskega krep papirja, kako premagujemo arhitekturne ovire in kakšne težave imamo pri strmih klančinah, kako težko je hkrati voziti voziček in voditi žogo ter zadeti še koš. Ali pa igrati namizni tenis na invalidskem vozičku.

Skozi delavnice in druženje z nami učenci spoznajo naše življenjske zgodbe, ki se jih močno dotaknejo. S predstavitvijo vzrokov, ki so botrovali naši invalidnosti, jih želimo opozoriti na nevarnosti, ki prežijo na vsakem koraku. Še posebej na prometne nesreče, ki predstavljajo kar dobro tretjino vseh vzrokov naše invalidnosti. In če smo z našimi preventivnimi akcijami preprečili eno samo nesrečo, smo že dosegli svoje poslanstvo.

**ŠPORT + REKREACIJA =
OHRANJEVANJE ZDRAVJA**

TURNIR ZA POKAL OBČINE DOMŽALE

Naše društvo je 22. aprila 2016 na sodobnem šeststeznem kegljišču v Kamniku pripravilo osemnajsti tradicionalni kegljaški turnir za pokal **Občine Domžale**, rezultati pa so štelit tudi za šesto kolo kegljaške lige pri Zvezi paraplegikov Slovenije. Hkrati so kegljačice in kegljači s turnirjem v Kamniku zaključili tudi ligaško tekmovanje za sezono 2015/2016, zato so

organizatorji po končanem tekmovanju razglasili tudi zmagovalce lige. Kegljačice in kegljači iz osmih pokrajinskih društev Zveze so tekmovanje posvetili tudi prazniku Občine Domžale. 39 tekmovalcev se je s 120 lučaji (60 na polno, 60 na čiščenje) pomerilo v ekipni in posamični konkurenci, za pravilni potek tekmovanja pa sta skrbeli sodnika **Franci** in **Grega Grubar**. Prehodni pokal osemnajstega turnirja je v ekipni konkurenci s 1.608 podrtimi keglji osvojila ekipa DP Novo mesto, druga je bila DP Murska Sobota (1.576), tretja ekipa našega društva (1.552), četrta DP Celje (1.531), peta DP Maribor (1.498), šesta DP Slovenj Gradec (1.304), sedma pa DP Koper (1.235).

Najboljši kegljač turnirja **Tone Kanc** – NM je podrl 489 kegljev, drugo mesto je osvojil **Roman Hrženjak** – CE (455), tretje pa **Miran Jernejšek** – MB (436). V ženski konkurenci je s 407 podrtimi keglji slavila naša kegljačica **Senka Ivanišević**, na drugo mesto se je zavihtela Mariborčanka **Nataša Goddec** (327), na tretje pa naša kegljačica **Cvetka Štirn** (306).



Najboljše v ženski konkurenci (foto Tomaž Demšar)

Tekmovanje kegljačev tetraplegikov in veteranov je organizator združil v eno skupino. Največ kegljev je podrl **Emil Filipič** – KP (429), na drugo mesto se je zavihtel **Slavko Dunaj** – MS (401), na tretje pa naš kegljač **Slavko Ivančič** (396).

Ob razglasitvi rezultatov se je kegljačem, gostom in sodnikom za sode-

lovanje zahvalila Cvetka Štirn, ki je imela v rokah vse organizacijske niti. V imenu organizatorja je udeležence nagovorila nova predsednica društva Mirjam Kanalec in poudarila naše dolgoletno sodelovanje z Občino Domžale. In to ne samo na športnem področju. Pozdrave in čestitke odsotnega župana je posredoval nekdanji direktor Zavoda za šport in rekreacijo Domžale **Janez Zupančič**, s pozdravnim nagovorom pa se mu je pridružil tudi novi direktor **Uroš Križanič**. Tudi prijateljica paraplegikov, ki je bila prisotna na vseh turnirjih, je zaželela, da bi naš dolgoletni turnir v njihovi občini še velikokrat priredili.

CURLING EKIPA NAPREDOVALA

Ekipe, ki so tekmovali v curling ligi, so 11. aprila 2016 zaključile tekmovanje v sezoni 2015/2016. Liga je bila razdeljena na skupino **A** in skupino **B**, v kateri je tekmovala tudi ekipa **Društvo paraplegikov**. V obeh skupinah je tekmovalo 17 ekip iz različnih slovenskih klubov. Ekipo našega društva so sestavljali: **Robert Žerovnik**, **Žiga Bajde**, **Davorin Kopše**, **Jože Klemen**, Mojca Burger, **Živa Hribar** (vsi člani DPLJ), **Jovita Jeglič** (članica DPG) in zunanja igralka **Jana Ferjan**. Vodil jo je trener **Gregor Verbinc**. Igralci so tekmovali izmenično, tako da so prav vsi igrali vsaj po dve tekmi. Ob koncu lige se zadnji dve ekipi iz skupine A selita v skupino B, prvi dve iz skupine B pa napredujeta

v skupino A. Ker pa je naša ekipa delila drugo mesto z Velenjčani, sta morali ekipi odigrati dodatno tekmo. Več znanja in več športne sreče je imela naša ekipa, ki je z zmago napredovala v elitno skupino.

USPEŠNO ZAKLJUČEN PRVI DEL AKCIJE

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je v lanskem letu začelo izvajati akcijo »Živeti življenje s polnimi pljuči, da nas stanje telesa iz družbe ne izključi.« S to akcijo smo nabirali sredstva za nakup invalidskih vozičkov za igranje košarke. V tem času so nam prisluhnili in priskočili na pomoč številni donatorji in sponzorji, ki se jim ob tej priložnosti zahvaljujemo. Med njimi tudi **Leo klub Ljubljana**. Predstavniki kluba s predsednico **Tjašo Plut** so nas obiskali na treningu in donirali 700 €. Tako smo v okviru akcije uspeli pridobiti sredstva, ki bi omogočala nakup do dveh vozičkov. V nadaljevanju pa so nam prisluhnili v italijanskem podjetju **OffCarr S.r.l.**, proizvajalcu invalidskih vozičkov in dobavitelju **Omega MM, d. o. o.**, s katerima smo se uspeli dogovoriti za dobavo štirih novih košarkarskih vozičkov **offcarr wind spinergy titanium**.

Ekipa Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine, ki uradno nosi ime **DP Ljubljana Mercator**, je tako 5. aprila 2016 na svojem treningu v Dragomlju v prisotnosti predstavnikov dobavite-



Z novimi vozički do novih zmag (foto arhiv Društva)

lja podjetja Ormega MM slavnostno prevzela nove vozičke. Ob kakovostni podpori in opremi se bomo lahko tako v največji meri posvetili treningom in nadaljnjim športnim izzivom.

Akcija zbiranja sredstev za nakup košarkarskih invalidskih vozičkov se nadaljuje in vabimo vse, ki bi želeli sodelovati pri projektu, da nam svoj prispevek nakažejo na naš transakcijski račun: 0317 0100 3169 118, sklic 00 300, s pripisom: *Za invalidski voziček.*

ŠPORTNI UTRINKI

Športniki našega društva imajo organizirano vadbo in tekmujejo v vseh ligaških tekmovanjih, ki jih organizira Zveza paraplegikov Slovenije. Zato beležijo kar nekaj odličnih športnih uvrstitev.



Košarkarji so poleg naslova državnih prvakov osvojili tudi pokal Zveze. (Foto arhiv DPPP)

Košarkarji so v letošnji sezoni osvojili vsa odličja: naslov državnih prvakov, v trajno last Pokal Zveze paraplegikov Slovenije in Pokal Pogačnikovega memoriala.

Kegljači so v ekipni in ženski konkurenci v ligaškem tekmovanju osvojili prvo mesto, v moški konkurenci in konkurenci tetraplegikov sta naša kegljača osvojila drugi mesti, med veterani je bil kegljač našega društva tretji.

Šahist Edo Planinc je drugič zapored osvojil naslov državnega prvaka v hitropoteznem šahu, ekipa pa tretjič zapored naslov ligaških prvakov.

Strelka Veselka Pevec si je pristreljela kvoto za nastop na paraolimpijskih igrah v Riu, ekipa je bila tretja v ligaškem tekmovanju.

Biljardist Matej Brajkovič je na evropskem prvenstvu osvojil bronasto medaljo.

Curling ekipa je napredovala v elitno skupino slovenske lige. Ekipa DPLJ-1 je osvojila naslov državnih prvakov.

POGAČNIKOV POKAL OSVOJILA NAŠA EKIPA

Naše društvo je 7. in 8. maja 2016 v športni dvorani Edvarda Peperka v Ljubljani pripravilo že 36. memorial **Toneta Pogačnika** z 20. jubilejnim mednarodnim turnirjem v košarki na vozičkih. V dveh skupinah je nastopilo šest ekip iz Avstrije, Bosne in Hercegovine, Hrvaške, Srbije, Črne gore in Slovenije.

Prvi dan je v predtekmovanju DP Ljubljana Mercator z rezultatom 52 : 33 premagala srbsko ekipo KKK Singidunum, druga tekma je zmago prinesla ekipi KIK Una Sana, ki je RSV Kärnten iz Avstrije ugnala z rezultatom 70 : 47. V tretji tekmi je slavila srbska ekipa KKK Singidunum, ki je črnogorsko ekipo KK OSI Paramont porazila z rezultatom 52 : 34, v četrti tekmi je KKI Vodice iz Hr-

vaške morala premoč priznati ekipi KIK Una Sana (38 : 73), v peti tekmi pa je bila boljša DP Ljubljana Mercator, ki je brez težav premagala KK OSI Paramont (60 : 32). V zadnji tekmi predtekmovanja je RSV Kärnten z rezultatom 58 : 47 porazila KKI Vodice.

Naslednji dan so se ekipe pomerile za končne uvrstitve. V tekmi za peto mesto sta se pod koši srečali ekipi KKI Vodice in KK OSI Paramont. Boljši so bili hrvaški igralci, ki so Črnogorce porazili s 65 : 49.

Za bronasto odličje sta se pomerili RSV Kärnten in KKK Singidunum. Povedli so Srbi, vendar so Avstrijci po prvi četrtini zbrali svoje vrste in že ob polčasu povedli z občutno razliko. Tekmo so suvereno dobili z rezultatom 67 : 30.

V finalni tekmi sta se za pokal Toneta Pogačnika udarili neporaženi ekipi iz predtekmovanja KIK Una Sana in DP Ljubljana Mercator. Že v prvih sekundah je povedla ekipa iz BiH, naši so kmalu izenačili, nato pa sta se ekipi izmenjavali v vodstvu in prvi polčas zaključili z rezultatom 35 : 26 v korist Slovenije. V končnici tekme je bila po številnih napakah in zgrešenih metih le boljša domača ekipa in tako z rezultatom 61 : 54 osvojila zmagovalni pokal.



Sodniški met finalne tekme (foto Špela Puš)



Predstavniki najboljših ekip z najboljšim strelcem (foto Špela Puš)

Tako kot se v košarki pogosto dogaja, je bila tudi ta tekma razburljiva in napeta vse do zadnjih minut.

Tekme so vodili sodniki: **Mitja Dečman**, **Franc Šfarič** in **Nedžad Budimlijić**, razglasili pa so tudi najboljšega strelca turnirja. Naslov si je s 94 točkami zagotovil **Ramo Rekanović**, igralec ekipe KIK Bihać. Ena od tekem

pa si je ogledal tudi župan MOL **Zoran Janković**.

Ob razglasitvi rezultatov sta športnike nagovorila predsednica društva Mirjam Kanalec in podpredsednik Zveze paraplegikov **Damjan Hovnik**, jim čestitala za dosežene uvrstitve, nato pa zmagovalnim ekipam in najboljšemu strelcu podelila pokale. Organizacijske niti so bile v rokah športnega referenta Roberta Žerovnika.

Organizatorji so tudi tokrat pripravili ličen bilten z nagovorom predsednice društva Mirjam Kanalec, predsednika Zveze paraplegikov Daneta Kastelica ter župana mesta in gostitelja Zorana Jankovića. V biltenu je lep prispevek o Ljubljani kot zeleni prestolnici Evrope 2016, ki omenja slovensko prestolnico kot eno izmed stotih trajnostnih de-



Športnike je nagovorila predsednica društva Mirjam Kanalec. (Foto Špela Puš)

stinacij na svetu, predstavljene so vse ekipe in številni sponzorji in donatorji.

Spominsko tekmovanje in mednarodni turnir so podprli: zlati sponzor Mercator, srebrni sponzorji: Soča oprema, Ormega, Off Car in Stroka.si, bronasti sponzorji: Brinox, Inotherm in Lentismed ter drugi sponzorji in donatorji.

Janja Buzeti | Društvo paraplegikov Prekmurja in Prlekije

S PANONSKIH RAVNIC

Počasi prihaja pomlad. Dnevi se daljšajo in zunaj že veselo žvirgolijo ptice. Ob prijetnih sončnih žarkih, ki smo jih bili deležni v mesecu marcu in aprilu, smo tako na DPPP obeležili dan žena, izvolili novega (starega) predsednika, si pristreljali najboljša mesta lige ZPS, igrali košarko ter se udeležili modne revije vinskega kraljestva.

MEDNARODNI DAN ŽENA OBELEŽILI TUDI NA DPPP

Vsako leto 8. marca praznujemo mednarodni dan žena. To je dan, ko praznujemo enakopravnost žensk in njihove dosežke in je vsem dobro poznan. Nekoliko manj pa so poznani njegovi začetki. Začetnica pobude mednarodnega dneva žena je bila nemška feministka in socialistka **Carla Zetkin**, ki je na mednarodni socialistični konferenci v Kopenhagenu predlagala med-

narodni dan žena. Njen predlog je bil sprejet. S tem so ženske pridobile številne pravice, med drugim tudi volilno. Vendar točnega datuma takrat še niso določili. 8. marec je kot mednarodni dan žena prišel v veljavo šele leta 1917 po protestu žensk v Rusiji in z odstopom takratnega carja ter oblikovanjem nove začasne vlade. To se je zgodilo 23. februarja po julijanskem koledarju, kar je 8. marca po gregorijanskem koledarju. Mirovni shodi so potekali tudi

drugod po Evropi in ZDA. Izjema ni bila niti Slovenija. Mednarodni dan žena se je skozi več desetletij postopno razvijal tako v razvitih državah kot tudi v državah v razvoju. V Sloveniji je tako leta 1897 izšel prvi ženski časopis Slovenka, leto za tem je bilo ustanovljeno prvo žensko društvo in leta 1906 je prva ženska v Sloveniji, **Marija Urbas**, doktorirala iz fiziologije.

Danes je moč opaziti številne pridobitve in spremembe glede pravic žensk in njihove emancipacije. Pa vendar imajo ženske še vedno manj glavnih vlog v primerjavi z moškimi, tako na gospodarskem, političnem kot tudi poklicnem področju. Razlike lahko opazimo na vodstvenih položajih, kjer še vedno prevladujejo moški, podobno je pri poklicih, ki so včasih veljali za izrecno moške (vojska, policija ...), prav tako so razlike očitne pri nižji stopnji izobrazbe in višji stopnji nasilja. Dejstvo je, da mora ženska v razvoj svoje kariere vložiti veliko več navora in odreknanj kot moški, saj so, čeprav v ozadju, še vedno

prisotni predsodki. In da bi dokončno izkoreninili te predsodke, je še kako pomembno, da se zavedamo pomena 8. marca. Ne le enkrat na leto, ampak skozi vse leto. Vsaka ženska ima pravico do izpolnitve svojih sanj. Vsaka ženska ima pravico, da dokaže svoje sposobnosti v poklicnem svetu, da si ustvari kariero, da sama odloča o svojem zasebnem življenju. In noben moški nima pravice, da ji vse to prepreči.

Čeprav svoje spoštovanje do žensk izkazujemo celo leto, smo 8. marca še posebej pozorni do svojih žena, deklet, mam, babic, prijateljic in sodelavk ter jim v znak spoštovanja poklonimo majhen cvet. Svojo pozornost do žensk sta na Društvu paraplegikov Prekmurja in Prlekije izkazala tudi predsednik društva **Stanko Novak** in podpredsednik **Andrej Gorza**, ki sta vsem ženam na društvu poklonila rdeči cvet ter jim na tak način izkazala svoje spoštovanje in izrekla čestitke ob prazniku. Gesti obeh sta bili zelo lepi in sta narisali nasmehe marsikateri članici in sodelavki. Naj bo takšnih dni (ko se nam nariše nasmehe na obraz) čim več.

37. ZBOR ČLANOV DPPP

V sredo, 23. marca 2016, je na Društvu paraplegikov Prekmurja in Prlekije potekal 37. zbor članov. Po pozdravnem nagovoru predsednika društva Stanka Novaka so naši pevci, pod mentorstvom **Valerije Šömen**, pripravili kratek kulturni program, v katerem so



Majhna pozornost ob dnevu žena
(foto Janja Buzeti)



Nastop pevcev DPPP na 37. zboru članov (foto Janez Farič)

se predstavili z ljudskimi prekmurskimi in prleškimi pesmimi, kot so Lepa je pomlad, Vse kar lazi, V našen kraji je lipao, Nocoj je ena luštna noč in recitali. Spremljala sta jih **Danica Arčan** na citrah in **Darko Kržanko** na cimbalah.

Na zboru članov so bili prisotni tudi predsednik ZPS **Dane Kastelic**, strokovna delavka ZPS **Špela Šušteršič**, direktorica Doma paraplegikov **Jana Rožaj**, predstavnica MOMS **Rofina Bernjak** ter predstavnica računovodskega servisa S. R. P. **Mateja Kovač**. Povabljeni gostje so na kratko predstavili nekaj informacij o svojem delu ter o povezanosti in sodelovanju z našim društvom. Po nagovorih vseh gostov sta sledila pregled in realizacija sklepov 36. zbora članov, nato pa še predstavitve Delovno finančnih poročil za leto 2015 in njihova potrditev.

Posebnost letošnjega Zbora članov so bile volitve v organe Društva, saj se je vsem iztekel 4-letni mandat. Vsi člani so tako imeli priložnost, da kandidirajo na želeno funkcijo na društvu. Za predsednika DPPP je bil prijavljen samo en kandidat, in sicer **Stanko Novak**. Tako je dosedanji predsednik, s potrditvijo članov, podaljšal svoje predsednikovanje še za naslednja štiri leta (2016–2020). Zbor članov je izglasoval naslednje kandidate za organe društva: namestnik predsednika tudi naslednja 4 leta ostaja enak, to je **Andrej Gorza**. Člani nadzornega odbora so **Jožica Zadavec**, **Jože Gomboc**

in **Benjamin Krč**, nadomestna člana: **Marija Cigler** in **Anton Vrbnjak**. Člani disciplinske komisije: **Marija Cigler**, **Andrej Gorza** in **Ernest Pucko**. Člani upravnega odbora pa **Slavko Dunaj**, **Silvester Križanič**, **Ljubomir Janežič**, **Franc Borovnjak** in **Anton Vrbnjak**.

Po končani predstavitvi rezultatov volitev in potrditvi novoizvoljenih organov DPPP se je predsednik Stanko Novak zahvalil vsem za zaupanje in podporo, čestital tudi ostalim članom, ki so bili izvoljeni, ter jim zaželel uspešnega sodelovanja tudi v prihodnje. Na koncu je sledila le še majhna pogostitev ter prijetno druženje in klepet.

Ko smo decembra lani obiskali našo članico, ki živi v Domu starejših v Rakičanu, smo ugotovili, da nujno potrebuje nov prenosni računalnik, saj je bil njen že star in dotrajan. Vsi pa se dobro zavedamo, da nam računalnik in internet vse bolj predstavljata nepogrešljivi del našega življenja. Ponujata nam, da se izobražujemo, pridobivamo nove informacije, pa tudi zabavo in ne nazadnje nam omogočata vzpostavljanje družabnih stikov. Ko pa živiš v domu, kjer je (poleg bolniških sester) računalnik tvoj edini družabnik skozi ves dan, ima le-ta še toliko večji pomen. S to mislijo je predsednik društva »stopil v akcijo« in ob pomoči predsednika Zveze Daneta Kastelica priskrbel članici nov prenosni računalnik znamke Lenovo in ji tako skrajšal dolge dneve v domu. Da bi bila podaritev še lepša, smo članico

povabili na 37. zbor članov, na katerem ji je predsednik Zveze Dane Kastelic predal prenosni računalnik. Občutki ob tem so bili nepopisno lepi.

4. KOLO LIGE ZPS V STRELJANJU Z ZRAČNO PUŠKO IN PIŠTOLO

22. marca je Društvo paraplegikov Prekmurja in Prlekije organiziralo, skupaj z ZPS, 4. kolo in zaključek lige ZPS v streljanju z zračno puško. Tovrstnega tekmovanja se je udeležilo 25 tekmovalcev iz 8 društev ZPS. Tekmovanje je potekalo na strelišču TVD Partizan Murska Sobota. Tekmovalo pa se je posamezno in ekipno.

Ekipno je prvo mesto osvojila domača ekipa DPPP s 4343 zadetimi krogi. Na drugem mestu je bila ekipa iz Celja s 3990 zadetimi krogi, tretje mesto pa je osvojila ekipa iz Ljubljane s 3951 zadetimi krogi.

Posamezno so v konkurenci paraplegikov prva tri mesta osvojili: 1. mesto **Franc Pintar** (MB) s 1094 krogi, 2. mesto **Jožef Franc** (MS) s 1092 krogi in 3. mesto **Srečko Petkovšek** (KP) s 1055 krogi. V konkurenci tetraplegikov so prva tri mesta zasedli domačini, in sicer: 1. mesto **Slavko Dunaj** (1105 krogov), 2. mesto **Ladislav Kepe** (1050 krogov) in 3. mesto **Franc Baum** (1047 krogov). Streljanje je potekalo tudi z zračno pištolo, kjer so slavili **Ivica Vukadin** (LJ) s 174 krogi na 1. mestu, **Franc Borovnjak** (MS) s 130 krogi na 2. mestu in **Mirko Sintič** (NM) s 112 krogi



Člani DPPP med najboljšimi v ligi ZPS (foto Iztok Ritonja)



Članica Marija Magdič je predstavila svoje predloge in mnenje na temo Prilagoditev osebnih vozil za gibalno ovirane. (Foto Mira Nemeč)

na 3. mestu. Vsem tekmovalcem čestitamo za dosežene rezultate.

SODELOVANJE NA MEDNARODNEM SEJMU MEDICAL

Od 14. do 16. aprila 2016 je na radgonskem sejmišču potekal I. mednarodni sejem sodobne medicine – MEDICAL, ki je bil organiziran pod okriljem Pomurskega sejma v partnerskem sodelovanju z Združenjem proizvajalcev in distributerjev medicinskih pripomočkov SLO-MED in pod okriljem Ministrstva za zdravje RS. Kot dežela partnerica se je, s svojim nacionalnim združenjem proizvajalcev in distributerjev medicinske opreme, pridružila tudi Češka. Na sejmišču je svoje blagovne znamke zastopalo še 110 različnih razstavljalcev, ki so predstavili pestro ponudbo in širok nabor izdelkov. Zdravje posameznika je vedno bolj povezano z denarjem, zato je še toliko bolj pomembno, da čim bolj za svoje zdravje poskrbimo sami, v medsebojni povezanosti z zdravstvenimi delavci, strokovnjaki in ponudniki novih medicinskih tehnologij, kar je bil tudi osnovni cilj sejma MEDICAL. Obiskovalcem so tako predstavili sodobne načine odkrivanja, zdravljenja in lajšanja boleznin ter jih seznanili z najboljšimi terapevtskimi praksami.

V sklopu sejma je potekala tudi okrogla miza na temo »Invalidi in pomoči tehničnih pripomočkov v pro-

cesu rehabilitacije in na delovnem mestu«, ki jo je organiziral Institut za rehabilitacijo URI Soča enota Murska Sobota in pri kateri je sodelovalo tudi naše društvo. Članica **Marija Magdič** je na temo Prilagoditev osebnih vozil za gibalno ovirane predstavila svoje predloge in mnenja. Sama meni, da je tovrstna tematika zelo poglobljena in smiselna, saj so vsi postopki do končnega uporabnika dolgotrajni. Poudarila je tudi, da je preveč birokracije, predvsem pa centralizma. Ne nazadnje so tudi v drugih enotah po Sloveniji primerni kadri, ki lahko opravljajo te storitve, na ta način pa bi se olajšal tudi prevoz invalidnih oseb do specialistov.

Obiskovalci sejma so imeli na voljo veliko koristnih strokovnih in splošnih informacij, kako zdravje obdržati ali kako si pomagati pri že nastali bolezni. Pestro dogajanje, posvete, okrogle mize in delavnice pa so dopolnili še s programi zdrave prehrane in prehranskih dopolnil. Vsem gostom je bila na voljo tudi pestra gostinska ponudba pod motom »Izberimo zdravo«.

ČLANICE AKTIVA ŽENA SO ZASTOPALE DRUŠTVO NA MODNI REVII SLOVENSKEGA VINSKEGA KRALJSTVA V MORAVSKIH TOPLICAH

V petek, 15. aprila 2016, je v hotelu Vivat v Moravskih Toplicah v organizaciji 10. prekmurske vinske kraljice **Tamare Casar** potekala modna revija

Slovenskega vinskega kraljestva. Na modni reviji se je predstavilo trinajst vinskih kraljic iz celotne Slovenije ter vinska kraljica Slovenije 2016. Namen modne revije je bil predstavitev posameznih lokalnih in regionalnih vinskih kraljic ter vinske kraljice Slovenije, predstavitev slovenskih vin, vinogradništva in vinorodnih dežel ter vinorodnih okolišev s poudarkom na vinorodnem okolišu Prekmurje, zavze-manje za tesnejše povezovanje vina s turizmom, predstavitev prekmurske kuhinje in ohranjanje kulturne dediščine. Za izvedbo modne revije in ostalih nastopajočih so poskrbeli Modni atelje Kolenko iz Ljutomera, ki je sodeloval z našim Aktivom žena pri izdelavi modnih dodatkov. Za urejene pričeske je poskrbel frizerski salon Studio 9 iz Ivancev, za make up pa artistki **Emma Kepe** iz Lipovcev in **Sara Grebenar** iz Lipovcev.

Dogodka sta se udeležili tudi naši članici, **Marija Cigler** in vodja aktiva žena **Jožica Zdravec**, ki je izdelala tudi poročni šopek za to modno revijo. Obiskovalcem sta na stojnici DPPP predstavile različne izdelke, ki so nastali izpod pridnih in spretnih rok naših članic, pripravile razne brošure o izdelova-



Članice aktiva žena so sodelovale pri organizaciji modne revije Slovenskega vinskega kraljestva. (Foto Valerija Šömen)

nju iz različnih materialov ter vizitke s podatki o našem društvu.

Poleg modne revije je na omenjenem dogodku potekal tudi kulturni program, kjer so nastopili: pianistka Valerija Šömen, cimbalist **Andi Sobočan**, pevka **Maja Casar** in glasbena skupina **Moirissimo**. Prireditelj je vodil **May Žitnik**. Po modni reviji je sledila še slavnostna večerja.

ČLANI DPPP V PACUGU OBELEŽILI DAN PARAPLEGIKOV

16. april je od leta 2009 razglašen za dan slovenskih paraplegikov. Letos so ta dan proslavili v petek, 15. aprila, v Domu paraplegikov v Pacugu. Dogodka so se udeležili tudi člani našega društva. Na omenjeni prireditvi je potekala tudi okrogla miza na temo »Prilagojeni prevozi invalidov«, ki predstavlja precej perečo temo. Prevozi predstavljajo namreč zelo pomemben socialni program na društvi, zato so temu namenili tudi posebno pozornost in organizirali okroglo mizo, ki jo je vodila **Hana Ermenc**, strokovna delavka na ZPS. Na okrogli mizi so sodelovali tudi **mag. Cveto Uršič** (Direktorat za invalide), **Vojmir Drašler** (Ministrstvo za infrastrukturo, Direktorat za promet), **Boris Šuštaršič** (Društvo distrofikov Slovenije), **Iztok Suhadolnik** (Sonček – Zveza društev za cerebralno paralizo Slovenije) in **Špela Šušteršič** (strokovna vodja programov pri ZPS). Poudarek je bil predvsem na pomenu prilagoditve osebnih vozil za invalide, postopku prilagoditve vozila ter najpogostejših težavah, s katerimi se srečujejo invalidi na tem področju.

Po končani okrogli mizi so si člani ogledali na novo urejen Dom paraplegikov. Še pred samim ogledom pa je vse navzoče pozdravil predsednik Zveze Dane Kastelic in novi direktorici Doma Jani Rožaj predal zastavi Doma paraplegikov in Zveze paraplegikov Slovenije, ki bosta viseli pred vhodom v



Člani DPPP obiskali Dom paraplegikov v Pacugu. (Foto Iztok Ritonja)

kompleks. Po slavnostni predaji zastav je Dane Kastelic predal besedo piranskemu županu **dr. Petru Bossmanu**. Župan je dogodek poimenoval Dan odprtih src in zbranim obljubil, da bo občina Piran poskrbela tudi za varnejši dovoz do Doma. Sledil je ogled Doma paraplegikov in slavnostna pogostitev.

V MURSKI SOBOTI POTEKAL XV. POKAL ZVEZE PARAPLEGIKOV SLOVENIJE IN HKRATI 5. TEKMOVANJE V SPOMIN IVANU PERŠAKU

Prav na dan slovenskih paraplegikov so svoje dvoboje odigrali košarkarji Zveze paraplegikov Slovenije. V športnih prostorih Ekonomske šole Murska Sobota se je odvijal 15. pokal ZPS in hkrati 5. memorialna tekma v čast pokojnemu članu DPPP in ustanovitelju ZPS **Ivanu Peršaku**. Za pokal ZPS v košarki na vozičkih so se pomerile 4 ekipe, in sicer: združena ekipa Novega mesta in Kranja, DP Ljubljana Mercator, DP Maribor Palfinger marine ter DP Celje Thermana.

Pred otvoritveno tekmo je vse prisotne pozdravil športni referent ZPS **Gregor Gračner** in ravnatelj Ekonomske šole Murska Sobota **Darko Petrijan**. Sledila je kratka predstavitev ekip in nato tekmovalni del, pod budnim očesom sodnikov **Francija Šafariča** (SLO) in **Dražena Štroka** (HR). Vsaka ekipa je odigrala 2 tekmi. Prvo tekmo sta odigrali ekipi DP (NM+KR) in DP Maribor Palfinger marine, slednji so tekmo

tudi dobili. Na drugi tekmi, med DP Celje Thermana in DP Ljubljano Mercator, pa so slavili Ljubljančani.

V drugem delu tekmovanja sta se za tretje mesto potegovali ekipi DP Novega mesta in Kranja in DP Celja. Zmago so si priigrali Celjani z 11 pikami prednosti. V bitki za prvo mesto pa so se pomerili Mariborčani in Ljubljančani. V dresu mariborske ekipe je odigral tudi naš član Andrej Gorza. Tudi v vrstah ljubljanske ekipe je blestel še en Prekmurec **Aljoša Škaper**. Košarkarji DP Maribora so morali priznati premoč DP Ljubljane, ki so Mariborčane premagali s 67 : 39. Zmaga Ljubljančanov je že tretja zmaga zapored, zato so si priigrali v trajno last pokal ZPS, ki jim ga je podelil predsednik Zveze Dane Kastelic.

Po končanem tekmovalnem delu so članice in člani domačega Društva (DPPP) pripravili kratek kulturni program. Pod vodstvom Valerije Šomen in ob spremljavi instrumentalistov, Danice Arčan na citrah in Darka Kržanka na cimbalah, so zapeli dve prekmurski pesmi. Prav tako so vse zbrane na tem spektakularnem dogodku pozdravili in nagovorili predsednik ZPS Dane Kastelic, podžupan MOMS **Zoran Hobljaj** in predsednik DPPP Stanko Novak. Svoje navijače, ki so poskrbeli za pravo športno vzdušje, pa je pozdravil tudi Aljoša. Po odpeti himni naših pevk in pevcev je sledila podelitev pokalov. Podeljevala sta jih podžupan MOMS Zoran Hobljaj in predsednik DPPP Stanko Novak. Predsednik Zveze Dane Kastelic je naj-



V finalnem derbiju med DPLjubljana Mercator in DP Maribor Palfinger marino na XV. pokalu ZPS sta igrala tudi dva prekmurska košarkaša. (Foto Janja Buzeti)

boljši ekipi podelil pokal v trajno last, kar je prav gotovo prineslo še večje veselje in razlog za slavlje. Vsem ekipam čestitamo za dosežene rezultate.

Razni dopisniki | Društvo paraplegikov severne Primorske

IZ DOLINE SOČE

Severnoprimorski paraplegiki smo v letošnjo pomlad zakorakali z novim predsednikom društva.

Aleksander Grum

Najpomembnejša novica se je zgodila konec marca na občnem zboru društva. Po sprejemu poročila o delu za leto 2015 in načrta dela za leto 2016 so bile na dnevnem redu volitve. Za predsednika društva je bil izvoljen edini kandidat, dosedanji podpredsednik **Matej Gruden**, dosedanji predsednik **Boris Lipicer** pa je po novem podpredsednik. Kljub menjavi vodstva pa so društvene aktivnosti potekale v bolj ali manj ustaljenem ritmu.

Predstavniki društva so se vključevali v dejavnosti v občinah, ki imajo oziroma si še le prizadevajo za naziv "Občina po meri invalidov". Pridružili

smo se tudi seji Regijskega sveta za javno zdravje z namenom, da z izmenjavo mnenj pripomoremo k oblikovanju programov s področja zdravstva. Godrnjali smo nad učinkovitostjo ustreznih občinskih služb, ki zaradi sporov okoli lastništva parkirnih površin v mestu še vedno niso označile invalidom namenjenih parkirnih mest pred našimi novimi društvenimi prostori. Nove prostore so medtem "preizkusili" člani sekcije starejših, ki so v njih imeli svoje srečanje.

Sezono zimskih športov smo zaključili s sedaj že tradicionalnim navijaškim izletom v Planico; o tem podrobneje v nadaljevanju. V začetku leta je naše

društvo na strelišču Strelskega društva Salonit Anhovo v Desklah organiziralo 3. krog lige ZPS v streljanju s serijsko zračno puško. Strelskega tekmovanja se je udeležilo 20 tekmovalcev iz sedmih društev, ki so streljali z zračno puško, ter eden, ki je nastopil z zračno pištolo. Prvega aprila – brez šale! – smo na novogoriškem kegljišču organizirali 5. krog kegljaške lige ZPS-IZI; o tem bo v nadaljevanju kaj več povedal Klavdij. Naši strelci in kegljači so društvo zastopali tudi na ostalih ligaških tekmah. **Marko Sever** in **Ivo Ozebek** pa sta se udeležila kolesarskega maratona v okviru otvoritve kolesarske sezone pod imenom Bike fest v Portorožu, na katerem je poleg sedmih parakolesarjev sodelovalo 450 kolesarjev iz Slovenije in tujine.

Med slikarji sta bila delavna **Klavdij** in **Zorica**. Slednja je svoja dela razstavila v Solkanu, prvi pa se je udeležil dveh likovnih kolonij.

Nekaj članov društva se je s spremljevalci udeležilo vseslovenskega srečanja paraplegikov in tetraplegikov v Domu paraplegikov v Pacugu.

Program, namenjen obeležitvi dneva paraplegikov, je vseboval slovesno Skupščino Zveze paraplegikov, okroglo mizo in dan odprtih vrat.

Stekle so tudi že prve priprave na poletje. Društveno počitniško prikolico, ki je bila v preteklih letih nameščena v avtokampu na hrvaškem otoku Pagu, smo letos preselili bliže domu. To sezono bo počitnikovalcem na voljo v avtokampu v Ankaranu. Kamp je v celoti prilagojen tudi invalidom, v njem pa imajo svoje počitniške kapacitete tudi nekatera druga društva paraplegikov.

Čeprav že pogledujemo proti morju, se še vedno radi spomnimo tudi zimskih dogodivščin.

Matej Boltar PLANICA

V trdi temi, sredi noči, popolno tišino prekine globok, suveren glas močnega motorja. Vedno vžge v prvo. Naš dobri stari kombi je zlata vreden in občutek za volanom je vedno odličan. Žarometi režejo v temno noč. **Nejc** stanuje uro vožnje v nasprotno smer, kamor smo namenjeni, zato bo on moj prvi potnik. Ob štirih pridem do njegove domačije, kjer mi osvetljeno okno pravi, da je mladi gospodič že pokonci. Izmenjava si par besed, ponudi mi kavo in že se po vijugasti cesti s Cola spuščava proti Vipavi. **Janko** je že pripravljen in takoj »udarimo« nazaj na cesto. Iz zvočnikov na Jankovem legendarnem »jukeboxu« se razlega prijetna glasba in kmalu smo spet v Novi Gorici. Prisede **Mirjam**, »dišeča« po pravkar pokajeni cigaret, pot pa nas še vedno ne pelje v smeri Planice ... V Grgarju nas čaka še en postanek izven »kurza«, **Mira** in **Branko**. Dani se že, ko je volan končno »usmerjen« proti Velikanki.

Cesta je suha, skoraj brez prometa, zato je vožnja prijetno tekoča. V Tolminu čakamo na **Mateja**, ki z družino prihaja iz Čepovana. Kombi ima premalo sedežev za vse, zato na pomoč priskoči



Dolga pot navzdol (foto Matej Boltar)

Klavdij in s svojim avtom odpelje spremljevalke **Lučko**, **Damjano** in **Tadejo**. Na poti se tradicionalno ustavimo na »kafečku« v Bovcu, kjer je jasno nebo že nakazovalo čudovit sončen dan. Pot naprej se vije čez slikovit prelaz Predel, minutka postanka za par fotografij Rabeljskega jezera, naprej od Trbiža pa se promet že začne zgoščevati. Razumljivo, Kranjska Gora je blizu in avtobusi nam sedaj diktirajo tempo. Pričakujemo »strahovito« gužvo, zato smo prijetno presenečeni, ko se brez zapletov, med poplavo pešcev, avtobusov in VIP-vozil »prebijamo« proti cilju.

Skoraj smo že tam, ko nas na skrajnem vrhu parkirišč ustavi varnostnik in nas za »nobeno ceno« ne pusti na parkirni prostor ob vznožju skakalnice, ki je namenjen invalidom. Vdamo se v usodo, da zopet nimamo sreče, saj se od lanskega leta dostop za invalide ljudi na prizorišče očitno ni izboljšal. Za nameček smo bili letos v slabši situaciji, saj je bila pot od kombija do mesta, namenjenega invalidom, dolga, zelo strma in posuta z debelo leseno žagovino, na kateri so se kolesa vozičkov veselo pogrezala in zelo oteževala vožnjo. Mirjam se je med premagovanjem te strme poti prevrnila, kar pa se je vseeno srečno končalo.

Z obilico smeha, tako njenega kot



Vse se je srečno končalo. (Foto Matej Boltar)

našega, smo ji v nerodni situaciji v trenutku priskočili na pomoč in jo postavili nazaj »na noge«. Naša mala karavana se je kmalu spet ustavila, ker redarji pri vratih za spuščanje vozil na spodnje parkirišče niso imeli čitalcev za vstopnice. K sreči sta ta »zamašek« opazila dva prijazna in razumevala policista, ki sta nam, po krajšem pogovoru z redarjema, omogočila nadaljevanje poti. Od policijske »intervencije« je šlo naprej vse gladko, na pomoč so nam priskočili tudi člani reševalne ekipe in nam pomagali do točke, kamor bi se lahko enostavno pripeljali kar s kombijem. Tam je samevalo več praznih parkirnih prostorov, namenjenim invalidom. Sko-mignili smo z rameni. Policist **Tomaž**

se je še dodatno potrudil in pri redarjih uredil dogovor, po katerem naj bi naš kombi po zaključku skokov spustili na spodnje parkirišče. Hvaležni policistom in vsem, ki so nam na poti pomagali, smo pozornost preusmerili na skakalce in njihove veličastne polete.

Ko narava pokliče, lahko nastane za človeka težava. Še posebej za invalida, vkljenjenega v strnjeno množico navijačev. Pot do WC-ja je postala za »vozičkarje« mala odisejada, saj smo bili primorani izvrševati pravcate rošade, da smo dotičnega potegnili iz »primeža«.

Ob odličnem splošnem vzdušju med tekmo, fantastični dvojni zmagi naših skakalcev in prijetno utrujeni, smo se lepih misli vračali domov. Z željo, da bi naslednje leto organizator uredil dostop za ljudi na vozičkih ter prostor zanje, se veselimo ponovnega izleta v prekrasno Planico.

Kladvij Leban PETI KROG LIGE V KEGLJANJU V NOVI GORICI

Prvega aprila je v Novi Gorici potekal 5. krog lige ZPS IZI. Kljub datumu so kegljači tekmo vzeli čisto resno in so podirali keglje kot za stavo. Tekme, ki je potekala v organizaciji DP severne Primorske, so se udeležili kegljači in kegljačice iz osmih pokrajinskih društev.

S kegljanjem smo pričeli že ob 8.30, zaključili pa smo ga ob 13.30. Prireditvev smo zaključili v bližnji restavraciji, kjer smo razglasili rezultate in podelili medalje. Zbrane je nagovoril predsednik društva Matej Gruden, sodnik **Stjepan Miškovič** pa je razglasil rezultate.

V moški konkurenci in hkrati v skupni razvrstitvi je največ kegljev podrl **Anton Kanc** iz DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja (498), drugi je bil **Janez Janžič** iz DP Podravja (495), tretji pa **Slavko Ivančič** iz DP Ljubljanske pokrajine (480).

Med kegljačicami je bila najuspešnejša **Senka Ivanišević** iz DP Lju-

bljanske pokrajine (449), druga je bila **Nataša Godec** iz mariborskega društva (384), tretja pa **Marta Janežič** iz DP Prekmurja in Prlekije (303). Med tetraplegiki se je na prvo mesto uvrstil **Slavko Ivančič** iz DP Ljubljanske pokrajine (480), drugi je bil domačin Matej Gruden (474), tretji pa **Aleš Povše** iz DP jugozahodne Štajerske (453). Prvi med veterani je bil **Emil Filipič** iz DP Istre in Krasa (475), drugi **Franč Kuhelj** iz DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja (456), tretji pa **Franč Borovnjak** iz DP Prekmurja in Prlekije (399).

Za korektno vodenje tekme se zahvaljujemo sodniku Stjepanu Miškoviču, hvala pa tudi prostovoljnim podajalcem krogel.

Branko Črv 4000 KILOMETROV ZA OPOZORILNO POŠKODBE PRI DELU

V četrtek, 28. aprila, smo se v Tržiču (Italija) udeležili nekoliko nenavadnega in precej čustveno obarvanega srečanja. Italijanski paraplegik **Bruno Galvani**, ki je postal invalid zaradi poškodbe pri delu, se je podal na 4000 km dolgo turnejo z invalidskim vozičkom po Italiji. S to maratonsko potjo se želi Bruno, sicer predsednik ANMIL (Združenje de-

lovnih invalidov), pokloniti vsem tistim, ki so izgubili življenja pri poškodbah na delu, oziroma tistim, ki lahko zaradi poklicnih bolezni, nastalih pri delu (npr. azbestni bolniki ...).

Bruno Galvani bo svojo 4000 km dolgo turnejo, sestavljeno iz 42 etap, zaključil 17. junija v Rimu. Njegov projekt so podprli številni znani predstavniki kulturnega in športnega življenja v Italiji.

Sama prireditvev je potekala na osnovni šoli v Tržiču, kjer je bil dijakom in dijakinjam predstavljen pomen varstva pri delu. Dogodku so prisostvovali pomembni predstavniki lokalnih invalidskih organizacij, predsednik združenja iz Rima ter županja Občine Tržič, **Silvia Altran**.

Ob zaključku prireditve je bilo povedano, da imamo tudi v Sloveniji številne invalide, ki se posamično ali v okviru invalidskih organizacij aktivno in rekreacijsko ukvarjajo z ročnim kolesarstvom. Izrazili so zadovoljstvo, da smo se tega srečanja udeležili tudi mi.

Po prireditvi smo se odpeljali še do pokopališča v Tržiču, kjer stoji spomenik umrlim zaradi poklicnih bolezni, predvsem azbestoze, ki je bila posledica uporabe azbesta v ladjedelnici v Tržiču.

Aleksander Grum | Pogovor z Borisom Lipicerjem

USPEHE SMO DOSEGLI SKUPAJ

Boris Lipicer, bivši predsednik Društva paraplegikov severne Primorske. Kar nekoliko nenavadno je tole slišati (bivši) – odkar pomnim, si vodil društvo.

Predsednik društva sem bil od leta 1986, torej celih 30 let. Mislim, da je to doslej najdaljši staž vodenja v regijskih društvih. Sicer pa je bilo društvo ustanovljeno leta 1979. Takrat sem še hodil.

Invalid sem postal zaradi tumorja na hrbtenici, ki se je razrasel od vretenca C3 do Th3. Imel sem trideset let. Operativno so mi odstranili tumor, a sem po operaciji ostal invalid. Na to možnost so me opozorili že pred operacijo. Kljub temu je življenje postalo veliko lažje, saj sem pred operacijo trpel neznosne bolečine. Po okrevanju sem se vrnil na delo. Delal sem kot strojni inženir, do

upokojitve leta 1992 sem bil zaposlen za polovični delovni čas.

Ko si postal predsednik, se je društvo šele razvijalo?

Društvo sprva ni imelo niti svojih prostorov. Bilo nas je deset, dvanajst članov, dobivali smo se v nekem stanovanju. Takrat nismo niti vedeli za vse paraplegike, ki so živeli na našem področju. Šele postopoma smo izvedeli še za druge, število članov je počasi naraščalo.

Sicer naše društvo tudi danes ni med večjimi po številu članov, čeprav geografsko pokrivamo skoraj šestino Slovenije. Ta maloštevilnost nas zadnje čase tepe, ker občine pri dodeljevanju sredstev upoštevajo število članov društva, ne upoštevajo pa, da gre pri paraplegikih za "drago" invalidnost, z dragimi pripomočki.

Kljub temu kot društvo delamo na tem, da bi imeli čim manj članov ..., osveščamo javnost, opozarjamo na posledice nesreč, še posebej mladino.

S čim ste se takrat ukvarjali v društvu?

Kot društvo smo sprva imeli veliko dela z opozarjanjem na arhitekturne ovire. Vedno, ko se je v Novi Gorici kaj gradilo, smo opozarjali na te stvari. Dokumentirali smo ovire v okolju in predlagali rešitve. Kasneje se je s tem začela intenzivno ukvarjati Zveza delovnih invalidov Slovenije, veliko tega je že urejeno z zakoni. Nova Gorica je danes v precejšnji meri dostopna, a še ne v celoti. Še je dela, podobno tudi v drugih krajih.

Ko je naraščalo število članov, je tisto stanovanje verjetno postalo premajhno za sestanke?

Občina nam je dodelila 25 kvadratnih metrov velike prostore v eni od vrstnih hiš na Ledinah. Te hiše so kmalu zatem začeli dograjevati. Ko so trajala dela, smo se morali preseliti v začasne



Boris Lipicer (foto Aleksander Grum)

prostore v bližini železniške postaje. Ravno tistega leta je bila v Novi Gorici poplava zaradi obilnega deževja in je voda uničila tudi naš arhiv. No, kmalu zatem nam je občina dala v uporabo nekoliko večje prostore v novem prizidku k vrstni hiši. Tu smo vse do danes.

Počasi je tudi to postalo premajhno, tako da smo se pred petimi leti odločili za nakup novih prostorov. Otvoritev bo letos septembra.

Z leti je društvo prišlo tudi do kombija ...

Nabavili smo tudi kombi za potrebe društva, zdaj je star kakih deset let. Polovico sredstev je prispeval FIHO, ostalo pa smo dobili od občin. Županom smo predstavili predlog za program prevozov, ki ne bi bili namenjeni samo našim članom, ampak tudi drugim občanom na vozičkih. Sedaj je stanje tako, da je uporabnikov kombija skoraj dvakrat več kot članov društva.

Prevoze imamo zgledno urejene. Razpored je na internetu, vodimo evidenco, ki poleg potnega naloga beleži tudi namen poti in imena potnikov. Kombi je opremljen z GPS-navigacijo, tako da ljudi lahko sproti obveščamo, kje se kombi nahaja in kdaj morajo biti pripravljene na njegov prihod.

... in do počitniške prikolice?

Med večjimi investicijami je bila še počitniška prikolica, ki smo jo nabavili na pobudo članov. Kar nekaj let smo jo imeli v avtokampu na hrvaškem otoku Pagu, kjer je bilo sprva zelo v redu.

Kasneje so zaradi preureditve kampa prikolico preselili na težje dostopno lokacijo. Takrat je zanimanje članov za letovanje v prikolici upadlo, tako da smo z njo praktično imeli več stroškov kot prihodkov. Letos smo jo preselili bližje domu, v Ankaran.

Kako se je spreminjalo delovanje društva? Sprva verjetno ni bilo toliko različnih aktivnosti kot danes?

Od začetka smo prirejali družabna srečanja in aktivnosti, ki so se jih udeleževali vsi člani. Ko nas je bilo več in smo vpeljali tudi več različnih aktivnosti, smo začeli oblikovati sekcije. Od začetka, ko nas je bilo še malo, so se vsake dejavnosti udeleževali kar vsi člani: dva ali trije so na primer kegljali ali igrali šah ali karkoli pač, ostali pa so prišli navijati. Vsaka dejavnost je bila hkrati tudi družabno srečanje. Danes ni več tako, pogosto se člani srečujejo le znotraj posameznih sekcij.

Kar se tiče aktivnosti, se mi zdi, da smo bili kar inovativno društvo. Bili smo prvi, ki smo imeli invalide potapljače, zelo zgodaj smo začeli z lokostrelstvom, že pred leti smo predlagali akcije osveščanja po šolah ... Danes dva naša člana to počneta v sklopu delavnice "Še vedno vozim, vendar ne hodim", pa tudi samostojno.

Najbolj aktivni so člani društva na področju bližje Nove Gorice. Tisti iz bolj oddaljenih krajev imajo težave že zaradi oddaljenosti – pot pomeni čas in tudi strošek – ali pa zato, ker jih je malo in so tudi zelo različnih starosti, zato določene aktivnosti občasno izvajamo bližje njim, na primer pripravimo srečanje v Idriji ali Cerknem.

Če bi te vprašal, kaj šteješ za svoj največji uspeh pri vodenju društva ...?

... bi rekel, da uspehov nimam za svoje, ampak za skupne. Kar smo dosegli, smo dosegli skupaj – poleg mene še člani upravnega odbora in

tudi ostali člani društva.

Kolikor se je le dalo, sem pri delu skušal upoštevati mnenja in predloge članov – tudi kritiko, če je bila argumentirana. Kregali se pa nismo. Tudi zato ne, ker nisem take vrste človek, ki bi se prepiral. Še žena mi je vseskozi govorila, da imam vedno enak glas, ko sem miren in ko sem jezen, in da to ni dobro za vzgajanje otrok (smeh)!

Na nek način je, kot da si se še enkrat upokojil. Kako boš zapolnil prosti čas, ki ga boš imel sedaj?

Za člane sem bil vedno dosegljiv po telefonu, nisem delal po urniku – to je pravzaprav postal moj način življenja. Kadarkoli je kdo kaj potreboval, se

je lahko obrnil name, ne glede na uro ali dan.

Ko je Matej prevzel funkcijo, mi je ravno ta nenehna pestrost kar malo manjkala. No, zdaj, po nekaj tednih, sem se že nekoliko sprostil. Ne le, da imam zdaj več časa, tudi veliko bolj sproščeno se kam odpravim. Rad plavam, uživam v vodi, vsak teden grem v bazen. Tudi ko grem ven, si bolj vzamem čas, prisluhnem okolici, naravi ... In seveda imam več časa tudi za svojih pet vnukov.

Pri vsem tem me še najbolj ovira poškodovana rama, zaradi katere ne morem več sam voziti in me omejuje pri gibljivosti.

V določeni meri vendarle ostajaš aktiven in še naprej pomagaš v društvu?

Še vedno, seveda. Za društvo je najbolje, če menjava predsednika poteka čim bolj gladko. Zaenkrat ostajam podpredsednik društva in član upravnega odbora. Pomagam pri razpisih in pri vodenju evidence prevozov, predvsem pa z vsemi informacijami, ki jih Matej mogoče še potrebuje od mene. Že v času, ko je bil podpredsednik, je imel vpogled v celotno delovanje društva. V tem obdobju je spoznal vse, kar mora kot predsednik vedeti, in bo veliko lažje prevzel predsedovanje, kot bi sicer.

Moram reči, da me ne skrbi. Matej je sposoben in društvo je v dobrih rokah.

Aleksander Grum | Pogovor z Matejem Grudnom

ŽELIM SI DRUŠTVO Z AKTIVNIMI ČLANI



Matej Gruden (foto Aleksander Grum)

Matej Gruden, novi predsednik Društva paraplegikov severne Primorske. Kako bi se predstavil članom?

No, saj večina članov me že pozna. Za ostale pa: doma sem iz Čepovana, v društvu sem od leta 1995. Poškodovan sem se decembra 1991, med podiranjem dreves v gozdu. Posledica

poškodbe je hemipareza desne strani telesa.

Takrat sem bil star 19 let. Ravno sem končal srednjo lesarsko šolo, delal sem pripravništvo. Po bolniški in okrevanju, ki je trajalo približno dve leti, sem naredil prekvalifikacijo in nadaljeval službo v istem podjetju. Prej sem bil v proizvodnji, po poškodbi sem šel pa v projektivo. Tudi danes delam v podjetju, ki se ukvarja s proizvodnjo pohištva. Zaposlen sem za polovični delovni čas; rišem načrte za pohištvo, v glavnem je to delo z računalnikom.

Kar nekaj časa je minilo od tvoje poškodbe do tvojega prihoda v društvo.

Res je, kar nekaj let po poškodbi še nisem prišel v društvo. Tudi potem sem sprva sodeloval pri "mladih paraplegikih". Srečevali smo se iz vse Slovenije, najpogosteje v Semiču, hodili smo na

izlete, imeli različne delavnice. Šele nekoliko kasneje sem postal aktiven tudi tu, v društvu. Bil sem član upravnega odbora, nadzornega odbora, zadnja leta tudi podpredsednik društva. Tako sem postopoma spoznaval, kako tečejo stvari, kako društvo deluje.

Zadnji dve leti sem tudi predsednik gradbenega odbora, ki je zadolžen za naloge okoli urejanja novih društvenih prostorov. Pri tem odboru sodelujem od samega začetka – zraven sem bil že pri nakupu prostora.

Vodenje društva prevzemaš v zanimivem obdobju. Na eni strani splošna kriza nevladnih organizacij, na drugi strani pa se društvo pripravlja na selitev v čisto nove prostore?

Žal moram reči, da je trenutno društvo v precej slabem finančnem stanju, mogoče najslabšem, odkar obstaja. Vse se je nekako hkrati zgrnilo na nas. Financiranje se že nekaj let vztrajno manjša iz skoraj vseh virov, tako Zveze kot tudi občin. Prihodkov je malo, društvo pa poleg izvajanja rednih programov precej sredstev vlaga v urejanje

novih prostorov ... No, tu gre sicer večinoma za namenska sredstva, a smo se kljub temu morali tudi zadolžiti.

Situacija je še težja v prvih mesecih leta. Pogodbe o sofinanciranju občin se zdaj podpisujejo, denar pa začne prihajati šele sredi leta. Do takrat je treba dejavnosti izvajati z mesečnim prispevkom Zveze in s tistim, kar je na računu ostalo od lani.

Poleg tega smo letos preselili društveno počitniško prikolico. Prejšnja leta smo jo imeli na Pagu, sedaj pa bo v Ankaranu. Tudi ta selitev pomeni stroške – prevoz in ureditev prikolice, letni pavšal za namestitev v kampu ... Denar iz tega naslova bo na društvo prihajal šele med poletjem, ko bo – upajmo, da čim bolj – prikolica zasedena.

Kakšni so tvoji načrti?

Ravno zaradi finančnega stanja načem pretirano govoriti o načrtih, rad bi ostal realen. Kratkoročno je treba izpeljati selitev v nove prostore. Prostori so že bolj ali manj urejeni in opremljeni, manjka še nekaj malenkosti in zadnje napeljave, na primer dokončanje računalniških povezav.

Po selitvi nam ne bo več treba plačevati dvojnih stroškov – sedaj plačujemo na primer elektriko, vodo in podobne reči na stari in novi lokaciji ... Tudi to bo eden od drobnih prispevkov k cilju, da nekako finančno stabiliziram društvo. To bo kar zahtevna naloga. Morali bomo najti način, kako priti do dodatnih financerjev – donatorjev, sponzorjev.

Dolgoročno, najverjetneje še v tem mandatu, bo treba začeti razmišljati o nabavi novega kombija, saj je sedanji že precej dotrajan. Tudi to bo kar pošten zalogaj.

Velik del svoje energije boš moral že od samega začetka posvetiti iskanju finančnih sredstev?

Nameravam obiskati župane občin, ki jih društvo pokriva. Poleg tega, da se

jim predstavim, se bom skušal pogovoriti o morebitnih možnostih za dodatna sredstva. Novogoriškemu županu bom predlagal, da otvoritev novih prostorov, ki jo načrtujemo za september, vključimo v dogajanja ob občinskem prazniku, ki tudi potekajo septembra.

Društvo se sicer redno javlja na razpise vseh občin, v katerih imamo naše člane. Kar nekaj težav nam pri tem prinašajo določila, po katerih občine društvom namenjajo denar sorazmerno s številom njihovih članov, ki živijo v posamezni občini. Naše društvo nima veliko članov, v kateri od občin mogoče samo dva ali tri.

Majhno in geografsko precej razpršeno članstvo je ovira tudi za izvajanje društvenih dejavnosti.

Obstaja jedro aktivnih članov, ki redno sodelujejo v več dejavnostih. Poleg teh bi si želel k sodelovanju pritegniti tudi druge.

Člane redno obveščamo o dogajanju v društvu. Že več let izdajamo mesečni občasnik s poročili o minulih dejavnostih in z napovedjo bodočih. Odziva je bolj malo, manj kot bi pričakoval ali želel. Društvo pokriva veliko področje in člani iz bolj oddaljenih krajev se tudi zaradi tega ne udeležujejo aktivnosti, ki potekajo predvsem v Novi Gorici. Starejši člani se še težje odločijo za pot.

Opažam tudi, da se mlajši oziroma novi člani sicer vpišejo v društvo, a se ne aktivirajo v njem. Ne bi vedel, zakaj

je tako. Mogoče ostajajo v družbi, ki so jo imeli že pred poškodbo? Sicer pa je v tem mandatu tudi upravni odbor društva nekoliko pomlajen. Tudi z njegovo pomočjo bom skušal doseči, da se ostali člani bolj aktivirajo, da pogumneje prispevajo svoje ideje. Seveda pa se uresničevanje idej pogosto začne in žal tudi konča pri denarju.

Tvoj predhodnik Boris je društvo vodil kar tri desetletja. Kako je stopiti v njegove čevlje?

Hja, ni enostavno. Že kar precej let sem vpleten v delovanje in tudi v vodenje društva in dokaj dobro vem, kako stvari tečejo – a vseeno še ne poznam vseh podrobnosti. Kako na primer pripraviti uspešno prijavo na kak razpis ali sestaviti poročilo.

Boris je s temi stvarmi tako rekoč rasel in mu je popolnoma jasno, kako se stvarjem streže. Tudi zato smo se dogovorili, da Boris še naprej pomaga v društvu. Sodeluje na primer pri pisanju razpisov in poročil; sam bom te stvari prevzemal postopoma.

Predsednik DPSP. Je to naporna funkcija?

Društvo mi v tej fazi vzame vsaj dve do tri ure dnevno. Tudi poleti ne pričakujem kakšnega počitniškega zatišja, saj bomo nadaljevali s pripravami na selitev. Sicer sem se bal, da bo dela še več in da bo še težje, tako da se mi to zdi čisto znosno.

POTREBUJETE PSA POMOČNIKA?

Posredujte svojo potrebo po psu strokovni delavki Zveze paraplegikov, Špeli Šušteršič, na telefon 01 43 27 138 ali e-naslov spela.sustersic@zveza-paraplegikov.com.



Razni dopisniki | Društvo paraplegikov Podravja

STOTEGA EKA

Letos, ko večina naših pokrajinskih društev, poleg rednih zborov članov izvaja tudi volitve v organe društev, smo v našem društvu izvedli le običajen redni zbor članov. Volitve nas čakajo namreč šele čez dve leti, zato smo se tudi imeli priložnost posvetiti bolj družabnemu dogajanju.

KOLINE V OSEKU

Leto je hitro okoli in že je tu 1. maj. To je dan, ko ljudje hodijo na kresovanja in razna srečanja ter v gore. Ker paraplegiki vse to bolj težko počnemo, smo se člani Društva PP odločili, da bomo ta dan imeli koline. Vem, da je čas za koline že mimo, toda nikoli ni prepozno, pa tudi temperature so bolj primerne za koline kakor kakšno drugo dejavnost.

Letos, ko je bil 1. maj na nedeljo, smo za en dan prehiteli in koline opravili dan prej. Zbralo se nas je kar nekaj. Nekaj nas je bilo za delo, nekaj za gledanje, nekaj za »kibicanje« in nekaj bolj za tekoče zadeve, toda vsi odlično razpoloženi. Imeli smo tudi srečo, da nam je narava podarila nekaj sončnih žarkov in je dan bil prav prijeten. Nekateri smo se zbrali že ob sedmih jutraj. Določeni smo bili za delo in z nami je prišlo nekaj hodečih pomočnikov. Ogrevali smo se s čajem in kavico, naše zveste spremljevalke pa so že pripravile gibanico in razne druge dobrote v obliki peciva, katerega imena niti ne poznam. Skratka, vsega je bilo na pretek.

Kmalu je prispela tudi glavna zvezda dogajanja, to je bila preko 200 kilogramov težka svinja. Ob pomoči spretnih rok je bila kmalu iz kože in kaj hitro je po Oseku zadišalo po krvnem narastku in pečenih jetrcih. To so prve dobrote kolin in so nam prav tekstile. Med tem, ko smo se nekateri lotili na-

daljnje obdelave svinje, so drugi rezali čebulo, lupili česen in pripravljali vse, kar pač potrebujemo pri kolinah. Kmalu se je svinja spremenila v kose mesa ter kosti in začela se je izdelava klobas (pečenice, krvavice). Vse je potekalo, kakor mora, in spomini so se vračali v tiste čase, ko smo se kolin veselili veliko bolj. Tisti, ki smo to doživeli, se veselimo tudi dandanes, čeprav vemo, da nas čaka veliko dela. Toda, kot sem opazil, prav vsak udeleženec kolin rad priskoči na pomoč in tako delo poteka hitreje, kajti več rok več naredi.

Na kolinah so bili tudi taki, ki so se kolin udeležili prvič. Videlo se je, da tudi njih zanima, kako poteka to delo. Z zanimanjem so opazovali naše početje in nam zastavljali razna vprašanja, na katera so dobili korektno odgovore. Naše zveste spremljevalke so nam pripravile pravo kulinarično doživetje. To je čudovita juha iz hrbitišča in pečenka iz krušne peči, h kateri se odlično poda krompirjeva solata. Česar nismo pojedli tega dne, pa je romalo v hladilne skrinje in bo namenjeno za razne programe in dela, ki nas še čakajo v tem letu v Oseku.

Verjamem, da smo marsikateremu našemu članu popestrili dan, še pose-



Tudi predsednik z veseljem poprime za delo na kolinah. (Foto Peter Gavez)



Niti misliti si ne morete, kako je dišala svinjska pečenka iz krušne peči. (Foto Peter Gavez)

bej tistim, ki bivajo v domovih. Videl sem veliko vedrih in nasmejanih obrazov, torej mislim, da smo naredili dobro delo. Pričakovali smo malo večjo udeležbo, čeprav tudi ta ni bila tako slaba.

Proti večeru se je večina gostov poslovila. Jaz sem s svojo ženo sicer ostal v Oseku in zvečer ob topli kmečki peči premišljeval, kako bo prihodnje leto. Te koline so bile tretje po vrsti in upam, da se bo to nadaljevalo in prešlo v tradicijo. Naslednji dan smo s pomočjo hišnika še malo pospravili in naredili, kar je še bilo potrebno. Čeprav utrujen, sem se zadovoljen vračal domov in mislim, da so bili zadovoljni tudi ostali udeleženci kolin.

SREČANJE SLIKARJEV IN REZBARJEV DRUŠTVA PARAPLEGIKOV PODRAVJA

Po večkratnih pogovorih in želji po druženju smo se slikarji in rezbarji Društva PP dogovorili, da se bomo srečevali enkrat na mesec. Dogovorili smo se, da se bomo dobivali vsak zadnji ponedeljek v mesecu. Srečujemo se v prostorih Društva na Lackovi 43 v Mariboru. Ko pa bo toplejše in lepše vreme, pa se bomo dobivali v Oseku v Paracentru, ki je za naše dejavnosti izredno primeren.

Z likovno ustvarjalnostjo se nas pri društvu trenutno ukvarja 5 članov, ki se več ali manj udeležujemo likovnih delavnic, ki jih organizira Zveza paraplegikov. Na naših srečanjih pa se nam redno pridruži tudi **Angela Medved**, ki riše z nogami. Čeprav ni naša članica, smo se z leti zblížali in je med paraplegiki postala priljubljena. Tudi ona večkrat izjavi, da je zelo rada z nami. Kljub temu, da ne more uporabljati rok, je kljub svoji invalidnosti in častitljivi starosti (84 let šteje) izredno vitalna, optimistična in zabavna. Velikokrat se moramo njenim duhovitim domislicam iz srca nasmejati.

Da smo se dobro odločili, so pokazala že prva srečanja. Na teh srečanjih je nastalo že kar nekaj novih del. Zraven tega se pogovarjamo o najrazličnejših dogajanjih in izmenjamo svoje izkušnje. Srečanja se dogajajo brez mentorja in tu pridejo naše izkušnje še bolj do izraza. Ob tej priložnosti naj omenim, da želimo, da bi se nam pridružil še kakšen član. Vem, da je še veliko talentov, da doma počnejo razne stvari (pletejo, kvačkajo, šivajo gobeline, pletejo košare ali počnejo kaj drugega). Prav vsi ste dobrodošli, tudi tisti, ki bi želeli pričeti slikati ali rezbariti. Če mislite, da

ne zmorete, se vsaj preizkusite. Tudi mi smo bili sprva začetniki, toda z malo volje in truda in s pomočjo mentorjev smo se marsikaj naučili in nastalo je kar nekaj lepih izdelkov. Nekateri so bili na razstavah likovne zveze Slovenije celo nagajeni s priznanji, pa tudi s certifikati kakovosti, pa čeprav začetki niso bili najbolj obetavni. Torej, korajžo v roke in se nam pridružite.

Verjamem, da se bodo naša družinja »prijela«; če pa bo kak ponedeljek slučajno izpadel, ga bomo nadomestili kakšen drugi dan. Zaenkrat imamo pri vodstvu društva paraplegikov Podravja dobro podporo, tudi sam predsednik **Alfred Lasetzky** nas spodbuja in odobrava naše delo in srečanja. Upam in verjamem, da bomo še veliko ustvarjali in da nas bo zmeraj več.

Za vse informacije lahko pokličete na številko 040/734-874, Miran Jernejšek.

DRUGI KEGLJAŠKI TURNIR PARAPLEGIKOV V POČASTITEV PRAZNIKA OBČINE SLOVENSKA BISTRICA

V Slovenski Bistrici se že po navadi zgodi kakšno večje tekmovanje paraplegikov. V občini Slovenska Bistrica trenutno živi 24 paraplegikov. Samo mesto je za invalide zelo primerno in je lansko leto pridobilo naziv »mesto, prijazno invalidom«. Da je mesto res prijazno, dokazuje dejstvo, da se invalidi v mesto priseljujejo (tudi paraplegiki). Tokrat smo organizirali turnir v kegljanju, ki je potekal na kegljišču športnega zavoda Slovenska Bistrica. Tekmovanje se je pričelo že ob sedmi uri zjutraj. Vsekozi je tekmovanje vzorno in korektno vodil **Ivo Kunčič**, ki je eden boljših kegljačev kegljaškega društva Impol in od letos tudi predsednik kegljačev v Slovenski Bistrici. Kegljanje je vodil tudi lansko leto, vse to pa naredi brez vsakega plačila, zato se mu še posebej zahvaljujemo za to dejanje. Po konča-



Angela Medved s predsednikom Društva PP Alfredom Lasetzkim (foto Peter Gavez)

DOSEŽENI SO BILI NASLEDNJI REZULTATI:

EKIPNO

1. mesto: Društvo paraplegikov Podravja, 1885 kegljev
2. mesto: Društvo paraplegikov Koroške, 1585 kegljev
3. mesto: Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, 1572 kegljev

ŽENSKE

1. mesto: Senka Ivanišević, DPLJ, 436 kegljev
2. mesto: Nataša Godec, DPP, 411 kegljev
3. mesto: Marija Kerec, DPP, 397 kegljev

MOŠKI

1. mesto: Janez Janžič, DPP, 496 kegljev
2. mesto: Miran Jernejšek, DPP, 492 kegljev
3. mesto: Franc Simonič, DPP, 486 kegljev

TETRAPLEGIKI

1. mesto: Kristijan Žunko, DPP, 394 kegljev
2. mesto: Viktor Čuček, DPP, 352 kegljev
3. mesto: Rajko Ternik, DPK, 330 kegljev

ni tekmi nas je obiskal župan občine Slovenska Bistrica **dr. Ivan Žagar**, ki je po kratkem nagovoru podaril pokale in medalje najboljšim tekmovalcem. Naj povem, da je občina Slovenska Bistrica naš glavni pokrovitelj.

V kategoriji »veterani« nismo nastopali posebej, kajti večina nas je veteranov.

Po končani tekmi smo šli v Dom starejših občanov Slovenska Bistrica, kjer nas je čakalo zaslužno kosilo. Na koncu naj omenim še donatorja, občino Slovenska Bistrica, ki nam je omogočila izvedbo tekmovanja. Za to gesto smo jim izredno hvaležni. Župan dr. Ivan Žagar nam je podporo obljubil tudi naslednje leto. Medijska pokrovi-

telja pa sta bila lokalni tednik Panorama in Kabelska TV, ki sta vse dogodke korektno dokumentirala, in se jima za to še posebej zahvaljujemo.

Na koncu pa ne morem mimo dejstva, da so nekatera društva (ali njihovi vodje športa) zelo neodgovorni. Ne spoštujejo truda in dela tistih, ki tako tekmovanje organizirajo. Zopet se je zgodilo, da so na tekmovanje prijavili 6 ljudi, niso pa se ga udeležili in tudi ne odpovedali, tako da smo jih zaman čakali eno uro.

Da ne bo kake zamere, takoj povem, da v bodoče takih društev ne bomo vabili na naša tekmovanja. Upam, da so bili ostali tekmovalci zadovoljni in da se bodo z veseljem odzvali, ko jih povabimo na tretji turnir v kegljanju za pokal občine Slovenska Bistrica.



Župan dr. Ivan Žagar z domačima tekmovalcema (foto Peter Gavez)

OPROSTITEV PLAČILA TURISTIČNE TAKSE

Začela se je letošnja turistična sezona, ko se bomo odpravili na dopust. Če vas bo pot zanesla v hrvaške turistične kraje, vam sporočamo, da sta invalid in njegov spremljevalec oproščena plačila turistične takse. To omogoča 4. člen Zakona o boravišnoj pristojbi, ki ga je Hrvaška sprejela že v letu 2008.

V Sloveniji so turistične takse med drugim oproščeni tudi (ne pa spremljevalci):

- otroci do 7. leta starosti,
- osebe z zdravniško napotnico v naravnih zdraviliščih,
- osebe na podlagi predložitve fotokopije odločbe pristojnega organa, iz katere je razvidno, da je pri zavarovancu oziroma zavarovanki **podana invalidnost oziroma telesna okvara** ali fotokopije potrdila oziroma izvedenskega mnenja pristojne komisije o ugotavljanju invalidnosti oziroma telesni okvari ali na podlagi **članske izkaznice invalidske organizacije**,
- otroci in mladostniki na podlagi predložitve fotokopije odločbe, ki zadeva **razvrščanje in usmerjanje otrok s posebnimi potrebami ...**

Lutfi Abdullahu | Košarkarske ekipe NLB Wheel lige zaključile tekmovanje v letošnji sezoni.

PRVAK ŽE TRETJIČ ZAPORED KKI VRBAS

Košarkarske ekipe, ki v regionalni NLB Wheel ligi igrajo košarko na vozičkih, so zaključile boje za sezono 2015/2016. Ekipe (RSV Kärnten, KKI Zagreb, KKI Vrbas, Castelveccchio) so v organizaciji Zveze paraplegikov Slovenije prve štiri kroge pripravile v svojih krajih, zaključni peti krog pa je potekal 14. maja 2016 v športni dvorani Marof v Novem mestu. V organizaciji Zveze za šport invalidov – Paraolimpijski komite ga je pripravila Slovenija. Prvak lige je že tretjič zapored KKI Vrbas.

V prvi tekmi končnice sta se v sosedskem obračunu pomerili Slovenija in KKI Zagreb. Boljši so bili Hrvati, ki so Slovence premagali z rezultatom 62 : 54. V nadaljevanju sta se srečali Castelveccchio in RSV Kärnten – drugo in tretjeuvrščeni ekipi po štirih krogih. Favorizirana italijanska ekipa je upravičila svojo vlogo in Avstrijce brez večjih težav porazila s 55 : 38. Tretjo tekmo sta odigrali KKI Vrbas in KKI Zagreb. Odlični igralci BiH so povedli za 9 točk, strli odpor Hrvatov in slavili s 85 : 62. V zadnji tekmi sezone sta se pod koši srečali Slovenija in RSV Kärnten. Domačini so že v prvi četrtini izgubili tekmo, saj so Avstrijci povedli za 17 točk in nato tekmo rutinirano pripeljali do konca (38 : 62).

Končne uvrstitve: zmagovalni pokal je osvojila ekipa KKI Vrbas, pokal za drugo mesto je prejela Castelveccchio, za tretje pa RSV Kärnten. Četrta je bila KKI Zagreb, peta pa Slovenija.

Tekme sta ob tehničnem delegatu **Milanu Lukanu** vodila sodnika **Mitja Dečman** (SLO) in **Krunoslav Peić** (HR), ogledali pa so si jih tudi trener **Vladimir Anzulović** in igralec **Erjon Kastrati**, oba iz KK Krka, ter strokovni sodelavec ZŠIS-POK **Primož Jeralič**, predsednik DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja **Jože Okoren** in drugi.

Ob zaključku tekmovanja je udeležence nagovoril vodja lige **Gregor Gračner** in se zahvalil vsem za pomoč pri organizaciji in izvedbi lige, še pose-



Zmagovalni pokal za ekipo KKI Vrbas (foto Drago Perko)

bej pa Novi ljubljanski banki za podporo. Po Gračnerjevih besedah se nam v prihodnje obeta še močnejša regionalna liga, saj se z igranjem v njej spogledujejo še druge ekipe iz sosednjih držav. Pokale so ob razglasitvi rezultatov prejele vse ekipe in najboljši strelec **Ademir Demirovič** – KKI Vrbas (167), zlate, srebrne in bronasto medaljo pa igralci najboljših treh ekip. Podelila sta jih **Alojzija Glavač**, vodja poslovalnice NLB Novo mesto, in podpredsednik Zveze paraplegikov Slovenije **Damjan Hovnik**.

Generalni pokrovitelj lige – Nova ljubljanske banka je tudi letos poskrbela za prijetno presenečenje in dvema igralcema poklonila izvrstna košarkarska vozička. Dragoceni darili sta prejela **Ante Štimac** (KKI Vrbas) in **Michel Fabris** (Castelveccchio), ki jima ju je ob čestitkah izročila Alojzija Glavač. Medijski pokrovitelj lige je **kosarka.si**.



Zaključek regionalne NLB Wheel lige (foto Drago Perko)

Povzeto po ZŠIS – POK | Svetovni pokal in državno prvenstvo v streljanju

ZADNJE TEKME ZA KANDIDATE ZA RIO

Še preden se naši strelci septembra odpravijo na paraolimpijske igre v Rio, si doma in v svetu nabirajo še zadnje strelske kilometre.

ZLATA IN BRONASTA MEDALJA ZA TIRŠKA

Tajsko glavno mesto Bangkok je od 15. do 18. marca gostilo tekmovanje za svetovni pokal v streljanju. V boju s svetovno konkurenco je Slovenija imela na tem prvenstvu trenutno najboljša strelca, **Francija Pinterja** in **Frančka G. Tirška**. Strelca sta spremljala trenerja – **Polona Sladič** in **Aleš Kosmač**. Že prvi dan je za navdušenje poskrbel Tiršek, ki je v streljanju z zračno puško sede (R4) pristreljal prvo mesto z rezultatom (211,7). Pinter je v svoji disciplini (R3) zračna leže ostal brez finala, v svoji paradni disciplini (R7) pa je osvojil ne-hvaležno četrto mesto (161,8). Zadnji dan tekmovanja je Tiršek v disciplini (R5) streljanje leže osvojil tretje mesto (189,5).

DRŽAVNO PRVENSTVO V STRELJANJU

Na strelišču v Ljubljani je 9. aprila 2016 v organizaciji Zveze za šport invalidov Slovenije – POK potekalo državno prvenstvo za invalide v streljanju z

zračnim orožjem. Strelci so s serijskimi in standardnimi puškami v svojih skupinah tekmovali v ženski, moški in ekipni konkurenci. Med številnimi tekmovalci so nastopili tudi strelci iz pokrajinskih društev Zveze paraplegikov Slovenije.

Serijska puška

Med strelci paraplegiki je v skupini SH1 prvo mesto osvojil **Jožef Franc** (358) iz DP Prekmurja in Prlekije, tretje mesto je zasedel **Zdenko Lilek** (347) iz DP Podravja.

V težje gibalno ovirani skupini SH2, kjer strelci streljajo z naslonom, je največ krogov dosegel Franček Gorazd Tiršek (378) iz DP jugozahodne Štajerske, tretji je bil **Slavko Dunaj** (366) iz DP Prekmurja in Prlekije.

Standardna puška

V skupini SH1 je zmagal Franci Pinter (404,6) iz DP Podravja, tretji je bil **Jožef Franc** (362,9) iz DP Prekmurja in Prlekije.

V skupini SH2 je bil najboljši **Franček Gorazd Tiršek** (422,9) iz DP jugozahodne Štajerske.

Naša najboljša strelka **Veselka Pevec** je v skupini SH2 nastreljala 418,6 kroga. V ekipni konkurenci je naša ekipa (Dunaj, **Jurkovič**, **Kepe**) v skupini SH2 med sedmimi ekipami osvojila odlično drugo mesto (1.039). Zmagala je ekipa ZMSS (Združenje multiple skleroze) Celje (1.061).

Ob zaključku tekmovanja je strelce nagovoril podpredsednik ZŠIS – POK **Jože Okoren** in kandidatom za Rio zaželel uspešen nastop.



Svetovni pokal na Tajskem.
(Foto arhiv ZŠIS-POK)

ROČNI KOLESARJI NA BIKE FESTIVALU V PORTOROŽU

V Portorožu je 19. marca potekal 5. Bike festival v organizaciji Športnega društva Slovenc. Sončna sobota je v Portorož privabila več kot 450 kolesarskih navdušencev, ki so lahko izbirali med tremi trasami (17, 56 in 88 km), med njimi tudi ročne kolesarje Zveze paraplegikov. Start maratona je bil skupinski. Pot jih je iz Portoroža vodila proti mejnemu prehodu Sečovlje in naprej do Plovanije. Do tam je vožnja potekala v strnjeni skupini. Nato pa je šlo zares. Ročni kolesarji KK Bauerfeind **Anka Vesel**, **David Razboršek**, **Žiga Breznik**, **Marko Doberšek** in **Gregor Habe** so uspešno prevozili 56-kilometrsko traso, **Marko Sever** pa se je izkazal na najdaljši, 88-kilometrski trasi.



Anka na klancu proti Bujam
(foto fatburn.si)

Jože Globokar | Prvak šahovske lige je ponovno ekipa DP Ljubljana

REDEJEV MEMORIAL Z ZAKLJUČKOM ŠAHOVSKE LIGE

S četrtem kolom so šahisti 11. maja 2016 zaključili ligaško tekmovanje Zveze paraplegikov Slovenije za sezono 2015/2016, zadnji krog pa je v svojih prostorih pripravilo DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja. Društvo je tudi tokratno, že 21. tekmovanje, posvetilo prvemu predsedniku dolenjskih paraplegikov in odličnemu šahistu Jožetu Radeju.

Za čim boljše uvrstitve v posamični in ekipni konkurenci se je pomerilo 20 šahistk in šahistov iz šestih pokrajinskih društev Zveze. Po obrazložitvi pravil arbitra **Ludvika Cvirna** so tekmovalci odigrali sedem krogov po švicarskem sistemu in pravilih FIDE (dodatek za pospešeni hitropotezni turnir). Igralci so za posamične »partije« imeli za razmišljanje in poteze na voljo deset minut, težje gibalno ovirani tetraplegiki pa dvanajst.

REZULTATI RADEJEVEGA MEMORIALA

Zlato medaljo in prehodni pokal je osvojil **Radoslav Matič** – CE (6,0), srebrno **Janko Koren** – MB (5,5), bronasto pa **Ljubiša Gajič** – LJ (5,0).

V ekipni konkurenci sta pokale za prvo mesto z enakim številom točk (13,5) osvojili ekipi DP Ljubljana in DP Celje, pokal za tretje mesto je osvojila ekipa DP Koper.



Memorial Jožeta Radeja z zaključkom šahovske lige (foto Franci Slivšek)

REZULTATI LIGAŠKEGA TEKMOVANJA

V sezoni 2015/2016 so šahisti v organizaciji Zveze paraplegikov Slovenije odigrali štiri kola. Najprej so prvo kolo z Brezovnikovim memorialom odigrali v Kopru, drugo kolo z mednarodnim turnirjem so odigrali v Ponikvah, tretje kolo so pripravili v Škofji Loki, četrto pa v Novem mestu.

Po seštevkju rezultatov vseh štirih krogov je v sezoni 2015/2016 naslov prvaka v ligaškem tekmovanju že tretjič zapored osvojilo DP Ljubljana (58,0), drugo je bilo DP Celje (51,0), tretje DP Koper (49,0), četrto DP Novo mesto (25,5), peto DP Maribor (23), šesto DP Murska Sobota (13,5), sedmo pa DP Kranj (8).

Ob razglasitvi rezultatov je šahiste nagovoril in jim za dosežene rezultate čestital vodja športa pri Zvezi paraplegikov **Gregor Gračner**, nato pa skupaj z referentom za šport in podpredsedni-



Edo Planinc ponovno državni prvak (foto arhiv Zveze)

kom društva organizatorjev, **Mirkom Sintičem**, podelil medalje in pokale.

EDO PLANINC PONOVO DRŽAVNI PRVAK

Zveza za šport invalidov Slovenije – POK je 12. marca 2016 v Litiji organizirala državno prvenstvo v hitropoteznem šahu. Med 31. šahisti je v moški konkurenci naslov državnega prvaka ponovno osvojil naš šahist **Edo Planinc** (7,5). Drugi je bil **Janko Brunčič** (7) iz MDI Ljutomer, tretji pa **Franc Berhtold** (6,5) iz DI Slovenj Gradec. Šahisti so po švicarskem sistemu odigrali devet kol.

V ženski konkurenci je naslov državne prvakinja osvojila **Pavla Košir** (4) iz MDI Kamnik. Drugo mesto je osvojila **Alenka Hutinski** (4) iz DI Muta, tretja pa je bila **Majda Dular** (3) iz DI Maribor.



Prvak lige je že več let zapored ekipa DP Ljubljana. (Foto Marino Popovič)

Mojca Burger | Državno prvenstvo v curlingu

BITKA ŠTIRIH EKIP

V Ledeni dvorani v Zalogu je 4. maja 2016 v organizaciji Zveze za šport invalidov Slovenije – POK potekalo državno prvenstvo v curlingu za invalide na vozičkih.



Državno prvenstvo v curlingu za igralce na invalidskih vozičkih (foto arhiv DPLJ)

Za naslov državnega prvaka v letu 2016 so se pomerile štiri ekipe, ki so jih sestavljali igralci curlinga iz DP ljubljanske pokrajine, DP Gorenjske in ena zunanja igralka. Naslov državnih prvakov je osvojila ekipa DP LJ 1, v kateri so tekmovali: **Živa Hribar, Jože Klemen, Žiga Bajde** in **Robert Žerovnik**. Naslov podprvakov je v sestavi **Jana Ferjan, Mojca Burger** in **Milan Zlobko** osvojila DPLJ 2, tretja je bila ekipa Basket (**Boštjan Ceglar, Gregor Gračner, Slobodan Banjac** in **Jože Berčon**), četrta pa DP Gorenjske (**Jovita Jeglič, Gašper Črnilec** in **Jani Učakar**).

Tekme so bile zelo izenačene, še posebej finalna tekma med DPLJ 1 in DPLJ 2, saj se do zadnjega meta ni vedelo, katera ekipa bo slavila. V korist ekipe DPLJ 1 je odločil šele zadnji met igralca Milana Zlobka, ki je bil za njegovo ekipo žal nekaj centimetrov predolg.

20. TENIŠKI TURNIR DVOJIC V LAŠKEM

Tradicionalni teniški turnir dvojic med uslužbenci Thermane Laško in člani Zveze paraplegikov Slovenije, ki je bil 21. maja 2016 na igriščih Marija Gradec v Laškem, je bil tokrat že 20. po vrsti. Za razliko od prejšnjih dni je tekmovanje potekalo v sončnem in toplem vremenu. Za odlično organizacijo so poskrbele predsednica uprave Mojca Leskovar, Irena Bezgovšek, Janja Podkoritnik Kamenšek in Brina Vedenik, da pa med samih tekmovanjem ne bi omagali, je bil zadolžen Robi. Za odlično pripravljeno igrišče pa je poskrbel Pero.

Po napetih igrah sta zasluženo slavila Damjana Damiš in Zdravko Eržen, ki sta v finalu premagala Gregorja Sevnika in Mojco Tomažin, tretje mesto sta zasedla Jana Damiš in Sašo Rink. Nastopili so še Kristjan Kunštek in Primož Jurak s strani Thermane ter Andrej Klemenčič in Janez Češnovar.

Tekmovanje je potekalo v prijetnem prijateljskem vzdušju, kar je tudi namen teh srečanj. Povratno srečanje bo v septembru v Šenčurju na 21. turnirju, pri-

hodnje leto v Laškem pa naj bi se srečali igralci, ki so igrali na prvem turnirju leta 1996.



Lep sončen dan in še lepše vzdušje v Marija Gradcu (foto arhiv Zveze)

Jože Globokar | Zaključek kegljaške ligaške sezone 2015/2016

LIGAŠKI PRESTOL OSVOJILA EKIPA DP LJUBLJANA

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je 22. aprila 2016 na sodobnem šeststезnem kegljišču v Kamniku pripravilo zaključni, šesti krog ligaškega tekmovanja za sezono 2015/2016. To je bil hkrati tudi osemnajsti tradicionalni kegljaški turnir za pokal Občine Domžale, ki se ga je udeležilo 39 tekmovalcev iz osmih pokrajinskih društev Zveze. Kegljaji so tekmovanje posvetili tudi prazniku Občine Domžale. Pomerili so se v ekipni in posamični konkurenci, za pravilni potek tekmovanja pa sta skrbela sodnika Franci in Grega Grubar.

Kegljaji so prvi krog z Magdičevim memorialom odigrali v Radencih, drugi v Mariboru, tretji z memorialom Avgusta Grnjaka v Ravnah na Koroškem, četrti z memorialom Petra Zdovca v Celju, peti pa v Novi Gorici. V ligi je tekmovalo osem ekip, za končne uvrstitve pa so šteli rezultati petih najboljših krogov.

V letošnji sezoni je prestol kegljaške lige z največ podrtimi keglji osvojila ekipa DP Ljubljana (8.657), pokal za drugo mesto je dobila DP Maribor (8.613), za tretje pa ekipa DP Murska Sobota (8.280). Četrta je bila ekipa DP Celje (8.126), peta DP Novo mesto (7.989), šesta DP Slovenj Gradec (7.782), sedma DP Koper (6.617), osma pa DP Nova Gorica (8.181). Posamično ekipo so sestavljali štirje kegljaji s tem, da je med njimi moral nastopati kegljač tetraplegik ali kegljačica. Pripomnimo pa naj, da nekatere ekipe niso tekmoval v popolni postavi.

Kegljaj sezona je z najboljšimi rezultati štirih krogov (1.912) postal **Tone Kanc** – NM, srebrno odličje je osvojil **Viktor Rupnik** – LJ (1.880), bronasto pa **Janez Janžič** – MB (1.874).

Lovoriko kegljačica lige 2015/2016 je osvojila **Senka Ivanišević** – LJ (1.839), druga je bila **Nataša Godec** –



Ligaški prestol je osvojila ekipa DP Ljubljana. (Foto Tomaž Demšar)

MB (1.563), tretja pa **Marija Kerec** – MB (1.439).

Pri kegljajih tetraplegikih je naslov kegljača letošnje lige osvojil **Aleš Povše** – CE (1.787), na drugo mesto se je zavihtel **Slavko Ivančič** – LJ (1.778), na tretje pa **Slavko Dunaj** – MS (1.682).

V ligi so v skupini veterani tekmovali tudi starejši kegljaji. Med njimi je bil prvi **Emil Filipič** – KP (1.734), drugo mesto je osvojil **Franc Kuhelj** – NM (1.733), tretje pa **Janez Kokalj** – LJ (1.614).

Ob razglasitvi rezultatov se je kegljačem, gostom in sodnikom za sodelovanje zahvalila **Cvetka Štirn**, ki je imela v rokah tudi vse organizacijske niti. V imenu organizatorja je udeležence nagovorila nova predsednica društva **Mirjam Kanalec** in poudari-

la dolgoletno sodelovanje z Občino Domžale. In to ne samo na športnem področju. Pozdrave in čestitke odsotnega župana je posredoval nekdanji direktor Zavoda za šport in rekreacijo Domžale **Janez Zupančič**, s pozdravnim nagovorom pa se mu je pridružil tudi novi direktor **Uroš Križanič**. Zaželela sta, da bi dolgoletni turnir v njihovi občini še velikokrat priredili.

Dom paraplegikov – IZI je vsem kegljačem, ki so tekmovali v ligi, podaril nahrbtnike, vsaka zmagovalna ekipa posamičnega kroga je dobila osem zračnic, skupna zmagovalna ekipa pa še kozmetične nagrade.

Turnir so poleg glavnega pokrovitelja Občine Domžale in Zveze paraplegikov Slovenije podprli še številni pokrovitelji in donatorji.



Najboljši kegljaji med veterani v sezoni 2015/2016 (foto arhiv DPJŽŠ)

David Slaček | Evropsko prvenstvo v biljardu

ZA BRAJKOVIČA BRONASTA MEDALJA

V sosednji Avstriji, natančneje v kraju St. Johann am Pongau, je od 2. do 12. aprila 2016 potekalo Evropsko prvenstvo v biljardu, tudi za invalide. Med biljardisti sva nastopila tudi paraplegika – član DP ljubljanske pokrajine Matej Brajkovič, sicer večkratni udeleženec evropskih in svetovnih prvenstev, in David Slaček, član DP Podravja, ki sem nabiral prve izkušnje na mednarodnem tekmovanju.

Na EP se je odpravila sedemčlanska ekipa iz Slovenije, med njimi tudi dva igralca na invalidskem vozičku. V vseh disciplinah je tekmovalo 200 biljardistov, od tega 20 invalidov. Midva z Matejem sva se pomerila v treh disciplinah (8-ball, 9-ball in 10-ball).

Najprej smo se igralci pomerili v »desetici«, ki med invalidi velja za najbolj zahtevno, saj gre za največjo igralno površino in igralci moramo nemalokrat uporabiti tako imenovane podaljške igralne palice. Brajkovič je izgubil v četrtfinalu, kar je pomenilo tudi izgubo kolajne, saj se ne igra za tretje mesto in sta na koncu dva igralca tretja. Sam sem prvo igro izgubil s tesnim rezultatom (6 : 5 – igralo se je do 6), v repasažu pa sem moral premoč priznati nasprotniku (5 : 1 – igralo se je do 5). Brajkovičeva pot se je začela z dvojno zmago 6 : 3, 6 : 1, sledil pa je poraz s

tesnim rezultatom v četrtfinalu s 5 : 6.

V naslednjih dneh so bile na vrsti tekme v osmici. V prvem krogu je bil Brajkovič prost, jaz pa sem izgubil s 3 : 5. V drugem krogu je med zmagovalci Brajkovič zmagal s 5 : 3, sam pa sem v repasažu ponovno izgubil, in s tem končal tekmovanje v osmici. Brajkovič se je naslednji dan uvrstil v polfinale in izgubil s 4 : 5, z letošnjim prvakom v dveh disciplinah, legendo iz Švedske, **Henrikom Larsonom**, in tako na koncu osvojil **bronasto medaljo**.

V zadnji disciplini, devetki, sva oba zasedla deveto mesto. S tem pa je bilo najino tekmovanje tudi zaključeno.

Biljardne mize so bile vrhunske, tako da so bili pogoji za igro zelo dobri. Hotel, v katerem sva bivala, je umeščen v strmino, tako da je bilo najino gibanje precej omejeno, v hotelu pa seveda ni bilo težav in tudi sobe so zelo primerne za gibalno ovirane invalide. Naslednje



Na evropskem prvenstvu sta nastopila David Slaček in dobitnik bronaste medalje Matej Brajkovič. (Foto arhiv MB)

leto naj bi se prvenstvo odvijalo na Portugalskem ali Nizozemskem, odločitev še ni znana. Vsekakor pa se ga bova z Matejem ponovno udeležila.

Hvala Zvezi za šport invalidov Slovenije – POK, Zvezi paraplegikov Slovenije, Društvu paraplegikov Podravja, Občini Rače - Fram in Biljardni zvezi Slovenije, da ste nama omogočili udeležbo na tem prvenstvu.

TEKMA ZA SVETOVNI POKAL V PARAKOLESARSTVU V BELGIJI

Belgijsko mesto Oostende je med 19. in 22. majem 2016 gostilo tekmo za svetovni pokal v parakolesarstvu. V različnih kategorijah je tekmovalo več kot 320 kolesarjev invalidov. Med njimi tudi člana pokrajinskih društev Zveze paraplegikov in ekipe ZŠIS POK **Primož Jeralič** (v kategoriji H5) in **Anka Vesel** (H3). Oba sta se med svetovno elito odlično odrezala in osvojila UCI-točke. Anka je v tekmi na čas zasedla 9. in v cestni

dirki 11. mesto. Primož je bil na cestni dirki deveti in na tekmi na čas enajsti. Poleg Anke in Primoža je na dirki nastopil tudi **David Kuster**. Ekipo sta spremljala selektor **Aleksej Dolinšek** in serviser **Klemen Čepirlo**. Organizator je zagotovil odlične pogoje za izvedbo dirke in bivanje in s tem postavil visok standard za nadaljevanje sezone. V juliju reprezentante čaka tekma za evropski pokal v Vratni na Slovaškem.

Gregor Gračner | Prvo srečanje članov, lastnikov štirikolesnikov – ATV

ATV NAVDUŠENCI PONOVO ZDRUŽENI

Po osmih letih premora smo se motoristi štirikolesnikov ponovno zbrali od 20. do 22. maja 2016, tokrat v Občini Loška dolina, natančneje pri Zavodu Ars Viva v Podcerkvi pri Starem trgu, ki ga je organizirala Zveza paraplegikov Slovenije.



V prvo (ne)srečna trinajstica. Le koga ne mika, da bi se jim pridružil? (Foto arhiv GG)

Potrebno je namreč omeniti, da je sekcija že »živela« v obdobju od leta 2004 do 2008 pod taktirko **Jožeta Zajca**. Takrat so nastajali zametki sekcije, ki se je tokrat ponovno aktivirala in nadgradila z novimi člani. Do izvedbe pa je prišlo, ker so številni člani obujali spomine po dobro izpeljanih zborih v takratnem obdobju.

Zato sem se odločil, da oživim sekcijo in tako aktiviramo tisto, kar je bilo nekoč zelo dobro izpeljano. Sestavljanje baze lastnikov ATV-jev je bila prva naloga, da sem sploh lahko obvestil zainteresirane člane. Trenutno ima po zadnjih podatkih 51 članov štirikolesnike, kar pa je zavirljiva številka.

Tokrat smo se odločili izvesti 1. srečanje v kraju, kjer biva član **Dolfe Košmrl**, ki pa je zvest motornim hlapom že vrsto let. On je tisti, ki pozna lepote omenjenega dela Slovenije ter nam je tako lahko razkazal lepoto narave. Tokratnega srečanja se je udeležilo 13 članov iz celotne Slovenije. Prihod udeležencev je bil v petek v večernem času, ko smo po večerji naredili kratek pogovor o planu za naslednji dan, ki je bil namenjen izključno vožnji. Zjutraj po zajtrku smo imeli zbor vseh udele-

žencev pred štirikolesniki, kjer je potekal pozdravni nagovor vsem udeležencem, pozdrav **Benjamina Žnidaršiča - Bena**, župana Občine Loška dolina **Janeza Komidarja** ter domačina Dolfa, ki je predstavil režim vožnje, da se tako vzpostavi disciplina karavane, in tako zmanjšamo možnosti morebitnih nevarnosti. Omeniti je potrebno tudi, da so nas na poti spremljali novinarji (Notranjsko-primorske novice ter novinar gospod Glavonič, ki pokriva več medijskih hiš).

Izpred zavoda Ars Viva smo krenili ob 10. uri, od tam nas je pot vodila po naslednjih občinah: Loška dolina – grad Snežnik, Cerknica – Cerkniško jezero ter hrib Slivnica, Bloke – Bloško



Pred s soncem obsijanem gradom Snežnik (foto arhiv GG)

jezero, Sodražica ter Loški potok. Tako smo поблиže spoznali naravo in znamenitosti v petih občinah in tako naredili cca 120 kilometrov. Prijetno utrujeni smo se vrnil pred zavod ob 18. uri, ko smo se že zelo lačni okrepčali z dobrotami z žara. Hkrati smo bili v večernem času tudi prisotni na otvoritvi slikarske razstave člana ljubljanskega društva **Željka Vertlja**.

Nekaj članov je zbor zapustilo že ta večer, ostali smo po napornem dnevu raje ostali ter tako naslednji dan nekateri naredili še adrenalinsko vožnjo po bližnjem hribovju.

Tako se je tudi zaključilo omenjeno srečanje in lahko rečem, da zelo uspešno, saj nam je bilo med drugim vreme zelo naklonjeno. Vsi udeleženci smo se strinjali, da je bila odločitev o ponovni vzpostavitvi sekcije pravilna, in že smo kreirali obdobje po prvem srečanju. Tako smo se dogovorili, da bo naslednji zbor v Domu paraplegikov v Semiču, in sicer konec avgusta. S prijetnimi občutki v mislih, tudi o nadaljevanju sekcije, smo se tako odpravili proti svojim domovom, nekateri z avti ter s štirikolesnikom na prikolici, nekateri pa kar s štirikolesnikom.

Lastnike štirikolesnikov, ki se omenjenega srečanja niste mogli udeležiti, pa pozivam, da se nam pridružite na naslednjem srečanju, saj so to nepozabni trenutki, ki se jih ne da natančno opisati.

Motoristi, se vidimo v naslednji akciji, do takrat pa želim vsem varno vožnjo.

David Razboršek | Pogovor z Jonasom Van De Steenom

(R)EVOLUCIJA ŠPORTA INVALIDOV

Prišli smo na Lanzarote. Otok v sklopu Kanarskih otokov, zaradi terenov in vremena najprimernejša lokacija za zimsko destinacijo in trening ročnih kolesarjev. Družbo jim delajo triatlonci, ker otok spada med eno boljših destinacij za trening Evropejcev v zimskem času.

Ročne kolesarje lahko razdelimo v dve skupini:

- Rekreativne ročne kolesarje, ki želimo za 2 do 3 tedne pobegniti tukajšnji zimi in ki želimo v zadnjih dveh tednih pred odhodom nadoknaditi dvomesečni izpad kolesarjenja. Mi bolj ali manj spretno krmarimo med časom, preživetim na kolesu, in časom z družino na plaži. Nam je pomembno druženje, barva, nabiranje baze, pa družina in še kaj.
- Druga skupina pa so profesionalni ročni kolesarji. Ti tukaj preživijo od meseca do pet mesecev zimskih priprav v pogojih med 20 in 25 °C, kjer vrtijo svoje gonilke, opravljajo predpisane treninge. Če jih primerjamo s klasičnimi kolesarji, so ti krepko starejši. Večina med skoraj 40. in 55. letom. Marsikateremu klasičnemu bi ročni lahko bili očetje ali drugače: marsikdo ima doma odrasle otroke, ki bi po starosti lahko bili profi kolesarji.

Zakaj »starcji« ročni kolesarji? (Da ne bo pomote, beseda stavec je uporabljena v kontekstu profesionalnega športnika ročnega kolesarja, ki je občutno starejši po letih, primerjalno s profesionalnimi športniki v neinvalidskih športih. Starci so hitri, fit in so po večini videti občutno mlajši). Ker se v povprečju poškodba oziroma bolezen, zaradi katere oseba pristane na vozičku



Jonas Van de Steene (foto David Razboršek)

ali je drugače gibalno ovirana, zgodi v najstniških letih ali še kasneje. Ker nato fizična rehabilitacija traja dobro leto, psihična pa še krepko dlje (približno do 5 let). Potem pride odločitev za šport in kakšnih 8 do 10 let intenzivnega treninga. Pa so leta tu. Takrat so ti fantje – »starcji«, na vrhuncu. In ker ti že od pozne jeseni niso tekmovali na evropskih in svetovnih pokalih, se veselijo ene in edine tekme v tem času tukaj. Vuelta Playa Blanca je osemkilometrski kronometer in je pokazatelj, kakšna je njihova pripravljenost v zimskem času. Tam pa nastopi streznitev v obliki mladega, skromnega fanta, ki zjutraj v jedilnici in nato na kolesu, vedno med prvimi, zmeraj prijazno pozdravi.

Tej streznitvi za stare mačke, ročne kolesarje, je ime **Jonas Van De Steene** in prihaja iz Belgije. Star je 28 let, julija bo minilo šele štiri leta, odkar je na invalidskem vozičku, manj kot tri leta pa ročno kolesari. Je prvi kandidat za

paraolimpijsko medaljo v Riu. Ja, celo zlato v konkurenci ročnih kolesarjev H4, najmočnejši in hkrati najhitrejši skupini na svetu. Je nova generacija športnikov invalidov – osredotočen, prijeten, z jasnimi cilji, z dobrim podpornim okoljem, ki mu omogoča popolno osredotočenost na trening, in z možnostjo petih mesecev zimskih priprav v primernem okolju.

Z veseljem si je zvečer, ob čaju (čprav je bilo zunaj 20 °C in nas je večina srkala pivo) vzel čas za pogovor. Pogovor za motivacijo vseh, ki to berete, za motivacijo vseh na Inštitutu za rehabilitacijo, v športnih klubih in zvezah.

Kaj se ti je zgodilo, da si pristal na vozičku in kako si začel s športom invalidov?

Letos julija bo štiri leta od moje poškodbe, zaradi katere sem na invalidskem vozičku. Razlog zanjo je bil infarkt v hrbtnjači, ki se je zgodil nenadoma. Zgodilo se je, ko sem počasi kolesaril k prijateljem v sosednjo vas in sem se, tik pred njihovo hišo, zrušil na tla. V trenutku nisem mogel več uporabljati mišic in upravljati z nogami. Na srečo se je to zgodilo ravno pred prijateljevo hišo. Vsi so bili presenečeni. Naložili so me v avto in peljali v bolnišnico, kjer sem reševalcem in zdravnikom obrazložil situacijo, vendar presenečeni niso vedeli, kaj storiti, saj je takšna okvara izjemno redka. Takojšnja magnetna resonanca je pokazala, da je razlog v krvnem strd-



Jonas Van de Steene v sredini na podelitvi medalj
(foto David Razboršek)



Najbolje se počuti, ko kolesari. Takrat ima tudi najmanj bolečin.
(Foto David Razboršek)

ku, ki je povzročil infarkt v hrbtenjači. Dali so mi zdravila in me seznanili, da imam velike možnosti, da si opomorem in bom ponovno lahko upravljal mišice na nogah, saj je strdek pritiskal na živčni sistem le 45 minut. Zanimivo je, da je moje občutenje celega telesa normalno, tudi noge čutim, vendar ne morem premikati mišic. Po dveh tednih v bolnišnici sem zdravljenje nadaljeval v rehabilitacijskem centru v Belgiji. Tam sem močno delal prav vsak dan v želji, da se povrne možnost upravljanja z mišicami, vendar se to ni zgodilo. Po treh mesecih sem odšel domov, vendar sem se še tri mesece vsak dan vračal v center za rehabilitacijo z namenom izboljšanja moči spodnjega dela telesa.

Kako je bilo po vrnitvi domov?

Januarja 2013, 6 mesecev po nesreči, sem se za stalno vrnil domov na invalidskem vozičku. Začelo se je novo življenje. Pred nesrečo sem bi tesar, zdaj tega poklica nisem mogel več opravljati. Zavedal sem se, da potrebujem nove cilje in novo motivacijo v življenju. Pred poškodbo sem se veliko ukvarjal s športom, 4- do 5-krat tedensko. Igral sem nogomet, hodil v fitness, kolesaril in še občasno tekel. Vendar vse zgolj rekreativno, brez tekmovanj. Prijatelji so me spodbujali, da lahko začnem ročno kolesariti. V moji okolici je bil znanec ročni kolesar, pri njem sem si prvič sposodil ročno kolo in v dveh mesecih kupil svojega.

Izjemno kmalu, če upoštevamo, da proces rehabilitacije, fizične in predvsem psihične, traja med tremi in petimi leti. Kako gledaš na to?

20. maja 2013, le deset mesecev po nesreči, sem bil na štartu prve tekme v Belgiji. V prvem letu tekmovanj sem hodil na tekme v Belgijo in na Nizozemsko. V drugem letu pa sem se udeležil že prve mednarodne tekme za svetovni pokal. Postavil sem si cilj in mu sledil.

Kako intenziven je bil tvoj trening na začetku in kakšen je danes?

Že od samega začetka sem na inštitutu za rehabilitacijo skoraj vsak dan plaval in obiskoval fitness z namenom, da ostanem v dobri kondiciji. Ko sem se odločil za ročno kolesarjenje, sem v prvem letu treniral 15 ur na teden, naslednje leto 20, sedaj pa treniram med 25 in 35 urami na teden.

Na kateri rezultat si najbolj ponosen?

Zelo sem bil presenečen, ko sem na tekmi svetovnega pokala v kronometru v Južnoafriški republiki septembra 2015 tekmo končal na drugem mestu med dvema svetovnima prvakoma (bivšim in sedanjim). To je bila tudi moja prva medalja na tekmah svetovnega pokala. Pomembno je, da vedno napredujem.

Cilj na paraolimpijskih igrah?

Zame bo Rio zelo emocionalen dogodek, saj sem zadnje Parolimpijske igre v Londonu 2012 spremljal iz poste-

lje v rehabilitacijskem centru (opomba: dva meseca po nesreči). Tam so mi zaposleni pokazali, kaj je ročno kolo in kako se z njim kolesari. Normo imam, vendar si rezultata ne upam napovedati (smeh). Proga je ravna, z veliko prilagoditvami za sprinte, kar mi zelo ustreza. Konkurenca je izjemno močna, veliko je odličnih ročnih kolesarjev. Redno imam testiranja in do sedaj sem res dobro napredoval. Napredek na papirju pa ni vedno tudi napredek na progi, kjer je veliko dejavnikov. Trenutno je viden tudi napredek na tekmah in upam, da bo čim dlje tako. Zavedam pa se, da po vzponih pridejo kdaj tudi padci. In tudi na to je potrebno biti pripravljen.

Kakšen je tvoj odnos s trenerjem?

Spoštujem ga. Treniranje je znanost in brez vodenih treningov si športa sploh ne znam predstavljati. Zato striktno sledim zastavljenim treningom. Brez vodenega treninga bi verjetno že zdavnaj pregorel.

Kako so videti tvoje priprave pozimi?

Odkar sem na vozičku, nisem nikoli praznoval rojstnega dne (15. februar) doma v Belgiji. Prvo leto sem rojstni dan preživel v centru za rehabilitacijo. Naslednje leto, ko sem že polno treniral, sem pozimi preživel dva tedna tukaj, na otoku Lanzarote. Lansko zimo dva meseca, letos pa bom tukaj treniral štiri mesece in pol. Za naslednjo zimo smo že najeli hišo za šest mesecev.

Nasvet za vse, ki pristanejo na vozičku ali se znajdejo pred težko preizkušnjo?

Meni so najprej napovedali, da se lahko pozdravim, da se bo upravljanje z mišicami vrnilo. In vso energijo sem usmeril v to. Vendar sem si na določeni točki, ko ni bilo uspeha, dejal, da bom začel znova. Kar bo z zdravjem, pač bo. Takrat sem se tudi odločil za ročno kolesarjenje. Mladi morajo sprejeti in spoznati, da lahko kljub omejitvam počnejo veliko. Si zastaviti cilj in začeti. V življenju ni garancije za nič. Bodite srečni, da ste danes in tukaj, in spoznajte, da lahko delate veliko stvari. Najdite, kar

vas veseli, in začnite. Šport pa je sploh zelo dober za telo in psiho. Še poleti, ko imam sicer 3 tedne pavze, redno kolesarim 3-krat na teden, ker moje telo deluje bolje in imam manj bolečin kot takrat, kadar počivam (*smeh*).

Jonas Van De Steene je le en dokaz, da je evolucija danes in tukaj. Nova generacija športnikov invalidov je tu. Njihova rehabilitacija je hitrejša, psihično so močnejši in hitreje dojemajo. Bodimo pripravljeni nanjo – prepoznamo in usmerimo jih ter jim omogočimo odlično podporno okolje za delo in razvoj, najsibo v športu, kulturi, osebnostni rasti ali kje drugje. Veliko je priložnosti, več, kot si v sanjah predstavljamo. Zato pa bo potrebna tudi evolucija okolja – večja odprtost slovenskih institucij za nove pristope in ideje ter izboljšano sodelovanje med njimi.

P. S.: Samo za primerjavo, kakšna je bila videti starostna struktura prvih štirih uvrščenih na lanskoletni tekmi svetovnega pokala ročnega kolesarstva v skupini H4 v Južnoafriški republiki: 1. Rafal WILK – 41 let; 2. Jonas VAN DE STEENE – 28 let; 3. Joël JEANNOT – 50 let; 4. Vico MERKLEIN – 38 let.

Gregor Gračner | 3. kamp v smučanju na vodi – Krk 2016

TEKMOVANJE V IDEALNIH POGOJIH

Že tretje leto zapored je Zveza paraplegikov Slovenije od 30. maja do 4. junija 2016 organizirala udeležbo članov, ki si želijo smučati z bordom na vodi, in sicer v Kraju Punat na Krku. Vsako leto nas povabijo organizatorji kampa, in tako pripravijo za konec tudi mednarodno uradno tekmovanje pod okriljem Evropske organizacije IWFF.

Tokrat se je kampa udeležilo 13 članov iz naše organizacije, ki so se ves teden pripravljali na sobotno tekmovanje, ki se ga je udeležilo devet članov. Poleg priprav na tekmovanje smo imeli tudi spremljevalni program, saj smo se peljali z manjšo ladjo, ki je v celoti prilagojena in dostopna osebam na invalidskem vozičku. V sredini tedna nas je Občina Punat povabila v središče mesta na demonstracijo tekmovanja v košarki, in tako smo mimoidočim prikazali to športno disciplino.

Sobotno tekmovanje je potekalo v lepem vremenu, pod ugodnimi pogoji, saj je voda ostala mirna in nam je nudila idealne pogoje za izvedbo in



Na zaključku srečanja v središču mesta Punat, ko smo prikazali košarko. (Foto arhiv GG)

prikaz svojega znanja. Med številnimi tekmovalci smo bili tudi tekmovalci v sedečem položaju. Kar štirinajst tekmovalcev invalidov je sodelovalo, med njimi nas je bilo kar devet iz Slovenije. Seveda smo že predhodno bili seznanjeni s kvaliteto tekmovalcev iz Francije, Italije ter Hrvaške in da so tako za njih

rezervirana prva mesta, saj so to vrhunski tekmovalci, ki vso sezono trenirajo in se udeležujejo raznih tekmovanj po svetu.

Za zaključek bi strnil misli udeležencev, da je celotni teden odlično uspel in so misli že usmerjene na naslednji kamp.

Anka Vesel | Klobasarjenje ročnih kolesarjev

POTNE KAPLJE IN SONČNE OPEKLINE

Ročni kolesarji Zveze paraplegikov smo se 28. maja zbrali v Kopru na 2. srečanju ročnih kolesarjev. Sonce in morje sta privabila na naše druženje več kot 60 (ročno)kolesarskih navdušencev. Na traso proti Ankaranu se je podalo 32 članov z različnimi tipi ročnih koles. Trasa je potekala večinoma po kolesarski stezi. Prvi s samostojnimi kolesi in kolesi na priklop z "nekaj pomoči" so premagali celo 8-odstotni klanec in najdaljšo razdaljo. Vsak odstotek navkreber se pozna v rokah.

Vse čestitke, fantje in dekleta! Kolesarji s kolesi na priklop so imeli največ težav v klanec, zaradi spodsnavanja kolesa. Pridružili so se nam tudi člani, ki koles še nimajo, in z nami preživeli aktivno dopoldne, saj so premagali del trase z vozički. In si, na druženju z nami, lahko ustvarili sliko, kakšne vrste kolo bi jim ustrezalo.

Ročno kolo, za katerega sredstva so se zbrala v lanskoletni akciji Zavrtimo Slovenijo (KK TušBauerfeind) je redno v uporabi. Na srečanju ga je odlično "obvladoval" eden od naših mlajših članov. Zanimanje je veliko. Dilemo, kakšno kolo kupiti, bi morda olajšalo več različnih tipov ročnih koles na izposajo. Ročna kolesa so vedno bolj priljubljena, a so stroški nakupa zelo visoki in na žalost pogosto posameznikom nedosegljivi. Ročno kolesarstvo pa je tudi oblika gibanja v naravi in na svežem zraku, ki jo lahko izvajajo tudi nekateri tetraplegiki. Poleg tega poganjanje ročnega kolesa v primerjavi s poganjanjem invalidskega vozička manj obremeni ramenski obroč uporabnika. Hkrati pa ugodno vpliva na psihofizično počutje in daje možnost večje svobode gibanja.

Člani z "modernimi" motornimi kolesi na priklop pa bodo kmalu lahko ustanovili svojo sekcijo. Izkazala so se namreč za najbolj "nevarna" med ročnimi kolesi, saj smo utrpeli dve manj-

ši nezgodi. Vse se je dobro končalo. Ugotovili smo, da so robniki, pa čeprav nizki, zelo nevarni. Zato je pri zavijanju na pločnike potrebno biti skrajno previden. Svojevrsten izziv je tudi vožnja v manjših skupinah. Iskreno se zahvaljujem našim spremljevalcem, ki so nas varno pospremili čez nevarne cestne odseke, še posebej triatloncu **Alešu Suhadolniku** in **Marjetki Šibelja**. Kolesarska pot Koper proti Ankaranu bi bila idealna, če bi uredili še nekaj kilometrov kolesarskih poti ali uredili cestne robove. Tako pa smo pridobili dragocene izkušnje v cestnem prometu. Predvsem pa bi veljalo razmisliti o

varnostnih čeladah. Tudi svetla oblačila in opozorilne zastavice na cestah in kolesarskih poteh niso odveč. Super je tudi kakšen odsevnik ali luč. Po rahli organizacijski zmedi na startu, nekaj potnih kapljah zaradi vročine in sončnih opeklinah smo se, po odzivih sodeč, zadovoljni vrnili v startno-ciljni prostor. Okrepčali smo se v gostišču Emonec. Veseli smo vaših pohval, idej, vabil v različne konce Slovenije, razmišljanj o primernih in varnih poteh, spremstvu in želje po gibanju in druženju. Hvala tudi vodstvu DP Istre in Krasa, vodji športa pri Zvezi in voznikom pokrajinskih društev za pomoč pri izvedbi srečanja.



Klobasarji! (Foto Peter Planinšek)

THERMANA LAŠKO - PRIJAZNA DO PARAPLEGIKOV IN NJIHOVIH DRUŽIN

Pogovor s parašportnico Andrejo Dolinar in njeno hčerko Tijo



Andreja Dolinar, uspešna slovenska parašportnica v namiznem tenisu, se že 27 let sleherni december vrača v Laško. »Takrat se počutim, kot da sem doma. V teh letih smo se z osebjem v hotelu Zdravilišče Laško dodobra spoznali. O ponudbi in osebju lahko govorim v samih presežkih, fizioterapija in medicinska ekipa sta naravnost odlični,« nam za začetek pogovora zaupa Dolinarjeva.

Zadnjih 10 let v Laško prihaja s hčerko Tijo. Mlada in zgovorna gospodična, ki obiskuje mednarodno šolo in je za

razliko od mamice poprijela za teniški lopar, je že kot dojenčica spoznavala laško gostoljubje. »Paraplegiki imamo svoje potrebe, če pa je zraven tudi dojenček, seveda potrebuješ še več. Ekipa Thermana je prijazna in uslužna, vse od prvega do zadnjega člana. Povsem se nam prilagodijo. Spomnim se, da sem prvo leto razmišljala o tem, kako bom Tiji sredi noči v sobi pripravila čokolino, a so bili ti dvomi povsem odveč, saj sva stekleničko sveže pripravljene obroka dobili naravnost iz kuhinje, ne glede na uro.«

V vseh teh letih v Laškem je družina Dolinar ustvarila kar nekaj lepih spominov. Tudi delo sobaric je Tija nadzorovala, seveda bolj v šali kot zares. Tija razloži: »S sabo sem vedno nosila plišasto mravljico po imenu Mravlji, ki mi je krajšala noči. Posteljo sem vedno zelo razmetala in Mravlji nalašč skrila pod vse mogoče rjuhe, a vedno me je v očiščeni sobi Mravlji počakala na blazini do pikice natančno pospravljenе postelje.« Vsako leto Tija in Andreja

posnameta tudi posebno fotografijo. To je postal najin mali ritual, ko sva v Laškem, in ob nastalih fotografijah je fino spremljati rast in razvoj naše Tije.«

Tija nam brez dlake na jeziku pove svoje mnenje: »Bazen je super. Kar mi v Laškem ni všeč, je le to, da ima mami vseskozi terapije in vaje, zaradi česar sva do popoldneva bolj malo skupaj. Takrat bi se naj lotila dela za šolo, vendar se veliko raje družim z babicama, ki prav tako prideta z nama v Laško.« Sicer Andreja Laško obišče tudi maja, ko se odvija tradicionalni turnir Thermana Open, ki v Laško privabi športnike invalide z vsega sveta. Andreja je kot parašportnik v namiznem tenisu obiskala dobršen kos sveta. Za konec našega pogovora odločno zatrdi: »Bila sem že marsikje, a takšnega udobja in takšne dostopnosti, ki je prav tako bistvena za športnike invalide, poleg Laškega nisem našla nikjer drugje.«

Avtorica: Nina Pader
Lektorirala: Maša Pliberšek

OBNOVITVENA REHABILITACIJA V ZDRAVILIŠČU LAŠKO

SPECIALNE TEHNIKE MANUALNE TERAPIJE

V Thermani Laško izvajamo sklepno mobilizacijo, propioceptivno nevromuskularno facilitacijo, fizioterapevtsko obravnavo po Cyriax, Mulligan in Maitland konceptu, limfno drenažo, obravnavo Trigger točk, Bownovo terapijo in Bobath terapijo. Naštete specialne tehnike pripomorejo k hitrejšemu vračanju izgubljene funkcije.

Metoda Cyriax je ena najbolj priznanih in dodelanih metod s področja manualne terapije. Namenjena je izboljšanju funkcije mišično-skeletnega sistema. Na podlagi funkcionalnih testov struktur v prizadetem delu se Cyriax terapevt odloči za tehniko, ki jo bo izvajal pri vadbi. Metoda se uporablja pri stanjih po poškodbah sklepov, poškodbah mehkih tkiv, bolečinah v križu ali vratu ter obrabi ali zamenjavi sklepov s totalno ali delno endoprotezo.

Boris Šter | Slikarska kolonija na Ohridu

NA OHRIDU JE USTVARJALO 22 SLIKARJEV

Združenje telesnih invalidov Makedonije je od 16. do 24. aprila organiziralo že 7. mednarodno likovno kolonijo – Ohrid 2016. Vodil jo je prof. Zoran Jakimovski, dekan na fakulteti za likovno umetnost v Skopju, pri organizaciji pa sta sodelovala tudi Branimir Jovanovski in Sofija Prčeva, predsednik in tajnica Združenja telesnih invalidov Makedonije.

Sodelovalo je 22 slikarjev in šest spremljevalcev iz Makedonije, Hrvaške, Srbije, Bolgarije, Češke in Slovenije. Največ je bilo akademskih slikarjev, nekaj pa tudi slikarjev amaterjev. Na koloniji je bilo pet invalidnih slikarjev, med njimi tudi **Boris Šter** in **Klavdij Leban**, člana Likovne sekcije Zveze paraplegikov Slovenije. Slikarji so od organizatorja pred slikanjem dobili barve in platna.

Vsak slikar je naslikal najmanj dve sliki, organizatorji pa bodo vsa dela in kataloge pripravili za razstavo, ki jo bodo v multinacionalnem objektu **Porta Makedonija** v Skopju odprli 3. decembra



V družbi gostiteljev (foto arhiv BŠ)

ob mednarodnem dnevu invalidov.

Slikarje je obiskal tudi svetovno znani popotnik **Nick Vujicic**, ki s svojimi govori navdihuje ljudi. Nick je bil rojen v Avstraliji in je sin srbskih priseljencev. Zaradi redke bolezni se je rodil brez rok

in nog. Po žalostni in burni mladosti je spoznal samega sebe in svojo invalidnost, se poročil in pričakuje drugega otroka. Kljub vsemu prekipeva od življenja, navdušenja in upanja, kar želi deliti tudi z drugimi.

Udeleženci kolonije so stanovali v blokovskem naselju, kjer imajo v lasti več kot deset apartmajev, prirejenih za osebe z invalidnostjo. V času kolonije so si ogledali Ohrid in številne sakralne objekte ter izkopanine v bližnji okolici.

Kulturnemu dogodku je pozornost posvetila tudi TV in daljši posnetek predvajala v dnevniku makedonske televizije.

Benjamin Žnidaršič | Ex tempore Logatec 2016

VESELIMO SE ŽIVETI

Logatec – Ex tempore 2016 je zbral 52 umetnikov, kar je za to osrednjo likovno prireditev, letos že 12. po vrsti, rekordno število. Kot je 24. aprila 2016 na otvoritvi uvodoma povedal predsednik Društva logaških likovnikov Janez Ovsec, letošnja dela izstopajo tudi po kakovosti in izvirnosti.

Ex tempore so logaški likovniki letos poimenovali Veselimo se živeti in pod tem geslom izbirali tudi najkakovostnejša izmed prispelih del. Kot je dejala likovna kritičarka, ob enem tudi predsednica komisije **Anamarija Stibilj Šajn**, 12. razstava Ex tempore priča o tem, da s starostjo postajajo dela zrelejša in slikovitejša, razveseljuje pa dejstvo, da so tematskim smernicam

sledili predstavniki različnih generacij, različnih kilometrin in stopenj izobraženosti. »Najmlajša predstavnica je osnovnošolka,« je povedala Stibilj Šajnova. Razstava je zelo raznolika, tudi po tehnikah, večina sodelujočih na Ex tempore je prišla iz drugih okolij.

Člani komisije so imeli težko nalogo. »Natančno smo zrl in uzrl kvaliteto,« je povedala predsednica komisije, ki je raz-



Pozornost je vzbudilo tudi priznanje za kvaliteto Benjaminu Žnidaršiču za sliko Loška dolina (foto arhiv Ars Viva).

glasila prejemnike priznanj za kvaliteto, izvirnost in za formo ter najvišje priznanje, zlato muzo, kipec, delo kiparja **Franc Godine**. Slednjega je prejel **Janez Ovsec**, predsednik Društva likovnikov Logatec, ki je komisijo prepričal s svojim akvarelom z naslovom Poletje. »Stvarnost je sprejel kot preizkus, kako prestopiti iz znanega v neznano, kako razpreti bogato akvarelno izraznost ter povezati sproščenost in premišljenost likovnih rešitev,« je o nagrajenem akvarelu Janeza Ovsca dejala Stibilj Šajnova. V županovem imenu je avtorju kipec zlate muze izročil podžupan **Boris Hodnik**.

Pozornost je vzbudilo tudi priznanje za kvaliteto **Benjaminu Žnidaršiču** za sliko Loška dolina, saj likovnemu občinstvu dobro znani »Beno« slika z usti.

Priznanje za kvaliteto, žlahten kolorit – občuteni dialogi med toplimi in hladnimi tonaliteta, klasično figuralno podobotvorje oživi s sproščeno, odločno gestualnostjo – je prejel **Jurij Kravcov** za delo Radost v očeh. Za odlično umestitev motiva in žlahten kolorit barve pa **Mitja Milavec** za Utrinke. Priznanje za formo si je za skulpturo iz lesa V cvetju prislužil Franc



Letošnja dela izstopajo tudi po kakovosti in izvirnosti. (Foto arhiv Ars Viva)

Godina, priznanje za kvaliteto za akvarel Življenje ob morju pa **Marija Strnad**. Z občutkom za svetlobo barve se je odlikoval **Janez Dragolič**, ki je za delo jesen prejel priznanje za kvaliteto, za dovršenost, ki vodi v fotorealizem, pa **Franc Musec**. S sliko Veselje ob vodi je komisijo prepričala **Zvonka Pacek**.

Slika **Olge Petrovič** ne predstavlja le predmeta, ampak telo slike, gre za celoto, kolorita drevesa in nebo se spojita, barve prehajajo iz akterja dogajanja na ozadje. Sliko **Marice Kobal**

odlikuje žlahtna barvna paleta, uporaba izraznosti struktur in dinamična kompozicijska rešitev, posodo v obliki keliha iz žgane gline **Darinke Lapajne** pa likovno-estetska kombinacija gline in žičnatih dodatkov, občuten dialog med fragmentom in celoto, med eksaktnimi in čutno-organskimi formami.

Glasbeno noto je prireditvi dodala domačinka **Katja Razložnik**, ki študira kitaro v Celovcu in nas je s kitarskimi akordi popeljala v lep umetniški večer.

Benjamin Žnidaršič | Zlata paleta 2016

KLASIČNO SLIKARSTVO

Zveza likovnih društev Slovenije v okviru projekta Zlata paleta vsako leto pripravlja izbor likovnih del s področja klasičnega slikarstva. Tokratni izbor je pripravila v sodelovanju z Društvom šaleških likovnikov. Odprtje likovne razstave je bilo v četrtek, 21. aprila, na velenjskem gradu. Na razstavo sta se uvrstila tudi Benjamin Žnidaršič in Ljudmila Turk.

Vatriju gradu je predsednik Društva šaleških likovnikov **Salih Bišič** predstavil delovanje društva in pomembnost njihovih izobraževalnih programov. **Branko Železnik** je podelil priznanja in certifikate, podžupan Mestne občine Velenje **Peter Dermol** pa je odprl razstavo.

Predsednik izborne strokovne komisije mag. umetnosti **Zoran Poznič** je o razstavi povedal: »Na začetku 21. stoletja se klasično slikarstvo nekako lovi in skuša preživeti z redefiniranjem različnih smeri ter z odkrivanjem novih. Klasično slikarstvo v visoki umetnosti spodrivajo prakse, ki

so povezane s principom virtualnosti ter novomedijskosti. Nadaljevanje žlahtne tradicije klasičnega slikarstva zato vsaj pri nas ostaja na ramenih izobraženih, razmišljujočih, inovativnih ljubiteljev. Dela, ki so na ogled na pričujoči razstavi, v svojih vrhovih vsekakor posegajo na polje akademskega.

Ločnica med tema dvema glavnima principoma, torej ljubiteljskim in akademskim, se pri nagrajenih delih popolnoma zabriše. Ogromno prispelih del (115) opozarja na bistveno človekovo željo po izrazu, kreativnosti in ustvarjalnosti. Ti principi, nadgrajeni s permanentnim izobraževanjem na tem področju, očitno dajejo presenetljive rezultate.«

Še pred tem pa je bila v Kulturnem



Podelitev v prečudovitem atriju velenjskega gradu (foto arhiv Ars Viva)

domu na Polzeli 1. aprila otvoritev tematske razstave za Zlato paleto. Strokovna komisija (mag. Zoran Poznič, mag. Saša Pezjak in profesorica likovne umetnosti Špela Pavli) je za razstavo izbrala 189 del slikarjev iz 17 slovenskih likovnih društev. Med njimi tudi dela slikarjev Likovne sekcije pri Zvezi paraplegikov Slovenije – Anke Vesel, Ljudmile Turk in Ane Šter. Certifikat je ob otvoritvi dobila Ana Šter.

Benjamin Žnidaršič | Povezovanje med študenti s posebnimi potrebami

SLIKARSKI PROJEKT IZRAŽANJE

Študentka in tutorica študentom s posebnimi potrebami na Fakulteti za upravo Natalija Bukovec se je letošnje pomladi domislila slikarskega projekta Izražanje, ki je namenjen povezovanju študentov s posebnimi potrebami z različnih fakultet (Fakulteta za upravo, Pedagoška fakulteta, Ekonomska fakulteta, Fakulteta za družbene vede) prek likovnega izražanja.

Za uspešno izvedbo projekta je izbrala skupino študentov, ki so se od 20. do 23. aprila 2016 na Upravni fakulteti v Ljubljani, v popoldanskih urah, pod mentorstvom **Benjamina Žnidaršiča** in **Željka Vertlja** izražali s svojimi umetniškimi stvaritvami. Projekt se je zaključil z razstavo nastalih umetnin, razstava pa se bo iz galerije v centru Ljubljane selila še po sodelujočih fakultetah. Slike bomo na koncu vrnili avtorjem.

Natalija Bukovec se je, zaradi želje po kulturnem izobraževanju študentov invalidov, odločila za pripravo slikarskega projekta Izražanje. Pod mentorskim vodstvom Benjamina Žnidaršiča in Željka Vertlja so ustvarjali: **Amir Aliba-bić, Aljaž Božičko, Blaž Kotnik, Domen Retelj, Tilen Ribnikar, Amadea Ris** in **Natalija Bukovec**.

Znotraj projekta so na treh slikarskih srečanjih v aprilu 2016 v prijetnem vzdušju ustvarili čudovite slike, ki govo-



Natalija Bukovec, dekan Janez Stare in Željko Vertelj. (Foto arhiv Ars Viva)

rijo svoje zgodbe, in med seboj navezali prijateljske stike. Študentje, ki se nikoli niso ukvarjali s slikanjem, so se v tem preizkusili in ugotovili, da jim pomaga pri izražanju njihovih čustev. Slikalo je tudi nekaj študentov s predhodnimi izkušnjami, ki so se za sodelovanje odlo-

čili zaradi spoznavanja slikanja na drugačen način. Na koncu projekta so 6. maja pripravili razstavo v informacijski pisarni MO Ljubljana. Razstavo je odprl župan **Zoran Jankovič**, na razstavi pa je spregovoril tudi dekan Fakultete za upravo izr. prof. dr. **Janez Stare**.

Benjamin Žnidaršič | Ustvarjalne delavnice likovnikov

RADI SE ODZOVEMO NA POVABILO

Za vse slikarje, pa naj bodo invalidi, otroci, upokojenci, akademski slikarji ali tisti, ki se s slikanjem še nikoli niso srečali, ustvarjalne delavnice so namenjen prav vsem. Likovna umetnost nas uči, da smo strpnejši in bolj odprti, omogoča, da se izražamo kreativno, dviga samozavest in potrditev v umetnosti, reflektira pa se tudi na drugih področjih, saj se udeleženci takšnih delavnic naučijo, kako usmeriti reševanje problemov na inovativne načine; rastejo – intelektualno in emocionalno; omogoči, da prostor in čas bolj uživajo, ga cenijo in zanje postane bolj pomemben.

NA OŠ CVETKO GOLAR V ŠKOFJI LOKI

Na povabilo Osnovne šole Cvetka Golarja iz Škofje Loke sta **Vojko Gašperut** in **Benjamin Žnidaršič** 30. marca predavala mladim osnovnošolcem o invalidnosti. Ob pripovedovanju življenjske zgodbe in vprašanjih učencev se je vrtel film Zgodbe o volji in moči.



Na povabilo Osnovne šole Cvetka Golarja iz Škofje Loke sta Vojko Gašperut in Benjamin Žnidaršič osnovnošolcem predavala o invalidnosti. (Foto Ars Viva)

Seveda pa sta jim slikarja predstavila tudi slikanje z usti, tako da so tudi sami poskusili.

Vzgojitelji, učitelji in strokovni delavci leto za letom izvajajo domiselne oblike seznanjanja z drugačnostjo v okviru šolskega projekta »Korak k sončku«. Tudi ravnatelj, pedagoški in svetovalni delavci ter spremljevalci otrok z različnimi invalidnostmi, iščejo informacije, sprejemajo naše izobraževalne programe ter nas vabijo k sodelovanju pri izvajanju svojih programov. Vključevanje zahteva tudi spreminjanje okolja in stališč ter upoštevanje različnih potreb – torej upoštevanje drugačnosti. Danes je projekt v lokalnih okoljih tako prisoten, da se velikokrat sploh ne ve, kdo je idejni začetnik, in posebej nas veseli, da številni učitelji projekt ponavljajo iz leta v leto z novimi generacijami otrok.

SLIKARSKA DELAVNICA V PODCERKVI

Na področju likovnih izobraževanj je šola **Rassa Causeviga** nekaj posebnega. Gre za unikatno kombinacijo osvajanja likovnih vsebin in tehnik, ki jo je razvil na podlagi svojih izkušenj in znanj. Predvsem na podajanju znanja slikarjem, ki slikajo z usti in nogami. Njegova šola je sklop izobraževanja za odrasle, ki na razumljiv, udeležencem prilagojen način združuje obsežno li-

kovno teorijo in prakso. V Zavodu ARS VIVA najmanj enkrat mesečno pripravljamo slikarska druženja, namenjena vsem, ki bi radi poglobili svoje likovno znanje in se na poljuden način ter z veliko praktičnega dela seznanili s temi, ki jih večinoma obravnavajo le na specializiranih šolah. Primeren je za od-



Vsaj enkrat mesečno pripravljamo slikarska druženja, namenjena vsem, ki bi radi poglobili svoje likovno znanje. (Foto Ars Viva)

rasle ljubitelje likovnega izražanja, ne glede na predznanje, ki želijo ustvarjalno preživeti svoj prosti čas, ali upokojence, ki želijo obdobje po končani redni delovni dobi obogatiti z likovnim ustvarjanjem.

Vsebina likovne šole z individualnim pristopom: spoznavanje likovnih vsebin, motivike in umetnostne zgodovine, postopno osvajanje elementov likovnega ustvarjanja, urjenje ustvarjalne spretnosti, spoznavanje in učenje različnih likovnih tehnik, spoznavanje različnih materialov, orodij, pripomočkov, barv ...

USTVARJALNI PRAZNIK V KOČEVJU

Izobraževanje na področju likovne umetnosti tudi slikarjem z usti ni tuje. Velikokrat se skozi leto srečamo in si izmenjamo izkušnje, ki jih radi podelimo z drugimi. Na povabilo direktorice Doma starejših občanov Kočevje **Lidije Žagar** smo se konec marca na likovni delavnici srečali trije člani mednarodnega združenja slikarjev, ki slikajo z usti ali nogami (VDMFK): **Željko Vertelj**, **Vojko Gašperut** in **Benjamin Žnidaršič**. Direktorica je na slikarsko delavnico povabila tudi učence osnovne šole in stanovalce doma. Pri izvedbi je sodelovalo tudi nekaj prostovoljcev. Skupaj smo doživeli pravi ustvarjalni praznik. Otroci so skupaj z delovnimi terapevtkami, prostovoljci in starejšimi ustvarjali polivanke in špricanke. Slikarji z usti pa so demonstrirali slikanje z usti, kar so poizkusili tudi učenci.

Naš namen je bil učiti otroke, da sodelujejo kot ekipa, uporabljajo večšine kritičnega mišljenja in reševanja problemov, razvijajo in cenijo dejstvo, da likovna umetnost zajema vse ljudi, ne glede na njihovo starost, barvo kože, veroizpoved in ekonomsko ozadje. Otroci si gradijo samozavest in samozaupanje ter istočasno uživajo



Na povabilo direktorice DSO Kočevje Lidije Žagar so na likovni delavnici sodelovali trije člani VDMFK. (Foto Ars Viva)

v izkušnji učenja. Tudi izkušnja srečanja s starejšimi in invalidi promovira edinstvenost vsakega posameznika. Otrokovo udejstvovanje vodi k dobrim delovnim navadam, saj risanje in slikanje vključujeta koncentracijo in

oblikovanje samodiscipline, vključuje kreativna odkrivanja in samoizražanje. Vse to, kar velja za otroško dušo, velja tudi za druge.

Hvala Domu starejših občanov Kočevje za organizacijo!

Uredništvo | Dom paraplegikov Pacug

PREDSTAVITEV DOMA PARAPLEGIKOV PACUG V SLIKI

V centralnem objektu vam nudimo sedem klimatiziranih dvoposteljnih sob, v katerih je televizor, WiFi, hladilnik, negovalna postelja z električnim vznožjem in klasična postelja. V vsaki sobi je tudi sanitarni prostor z dostopnim tušem, priročna dvokrilna omara, miza in dve nočni omarici. Sobe nudijo razgled na morje oz. bazen ali dvorišče.

V nastanitvenem objektu vam je na voljo trinajst sodobno in tehnološko opremljenih sob, v katerih so prav tako klima, talno gretje, televizor, WiFi, hladilnik in sef. V predprostoru vam je na voljo dvokrilna omara s priročnimi in izvlečnimi elementi, vsako krilo pa nudi individualno zaklepanje. V vsaki sobi je tudi enosed, ki se lahko spremeni v udobno ležišče. V vseh sobah je ena postelja premakljiva. Z enostavnim premikom nočne omarice in premikom po stenskem vodilu se eno ležišče, ki ima električno vznožje, loči od drugega. V sobi je priročna odlagalna površina pa tudi miza in stol. Sobe nudijo razgled na zelenje, morje ali pa vam nudijo intimo, skrito pred očmi mimoidočih.

*"Počitek ni lenoba,
saj ležanje v travi na
poletni dan, poslušanje
žuborenja vode,
opazovanje oblakov
na poti na nebu ni
zapravljanje časa."*

John Lubbock



Soba v centralnem delu Doma paraplegikov s sanitarijami s tušem in posteljo z električnim vznožjem (foto Črt Potočnik - Eter.si)



Sobe v nastanitvenem delu nudijo veliko manevrskega prostora in so sodobno opremljene. (Foto Fotomorgana)

[DOMPARAPLEGIKOV]



Postelji sta lahko tudi ločeni. (Foto Fotomorgana)



Izhod na prostorno teraso in pogledom na morje (foto Črt Potočnik - Eter.si)



Priročna in dostopna dvokrilna omara z izvlečnimi elementi in dvojnimi zaklepanjem (foto Fotomorgana)



Enosed se lahko v hipu ... (Foto fotomorgana)



... spremeni v dodatno ležišče. (Foto Fotomorgana)



Stropno dvigalo vas popelje iz postelje do wc školjke, umivalnika ali naravnost v kopalno kad. (Foto Fotomorgana)

SANITARNI PROSTORI

Sanitarni prostori so različni. V treh sobah so sanitarije s kadjo in stropnim dvigalom in dvojnimi vstopom v sanitarni prostor. V ostalih sobah so sanitarije s tušem. Na voljo so različni tehnični pripomočki: stenski tuširni stol, prostostoječi tuširni stol, toaletni voziček ali sobno dvigalo.



V centralnem delu objekta je priročen sanitarni prostor s tušem in stanskim tuširnim stolom. (Foto Črt Potočnik – Eter.si)



Sanitarni prostor z možnostjo prostostoječega tuširnega stola v nastanitvenem delu (foto Fotomorgana)



Za čas bivanja si lahko izposodite tuširni voziček. (Foto Fotomorgana)



V kopalno kad lahko vstopate s pomočjo stropnega ali pa sobnega dvigala. (Foto Fotomorgana)



V kopalno kad lahko vstopate tudi s pomočjo aqualifta. (Foto Fotomorgana)



*Zdi se mi, da nikoli ne smemo
prenehati upati in si želeti,
dokler smo polni življenja.
So stvari, ki se nam zdijo čudovite
in dobre, zato moramo
vedno hrepeneti po njih.*

George Eliot

DODATNI PROSTORI ZA TERAPIJE, REKREACIJO IN PROSTI ČAS

Če želimo nuditi kakovostno oskrbo našim gostom moramo v to tudi kaj investirati, zato je bil nakup fizioterapevtskih pripomočkov/aparatur ključnega pomena. V fizioterapiji imamo zdaj nove aparature, ki omogočajo kvalitetno obdelavo gostov. Nabavili smo tudi najnovejšo aparaturo Tesla Szym.



Še naprej vam je na voljo bazen z morskovo vodo, ki je pridobil prekrivne ponjave. (Foto Črt Potočnik – Eter.si)



Prostren, svetel hodnik krasijo slike naših slikarjev. (Foto Fotomorgana)



Na voljo vam je namizni tenis. (Foto Fotomorgana)



Razvajanje v savni ni več nedostopno. (Foto Fotomorgana)



Večnamenska konferenčna dvorana z naj sodobnejšo tehnološko opremo (foto Črt Potočnik – Eter.si)



Pogled na bazen z zgornje terase (foto Črt Potočnik – Eter.si)



Pogled na morje z zgornje terase (foto Črt Potočnik – Eter.si)



Iz zgornjega nadstropja se lahko v pritličje spustite po klančini ali pa uporabite eno od dveh dvigal. (Foto Peter Planinšek)



V fizioterapiji smo nabavili novo opremo in aparature. (Foto Jana Rožaj)



Na pohodni strehi centralnega dela je večnamenska terasa. (Foto arhiv Zveze)

Blanka Markovič | IZI ob otvoritvi doma paraplegikov

IZI TUDI NA OTVORITVI DOMA

Na lep sončen dan je bila otvoritev novega dela Doma paraplegikov. Novi del doma je odlično urejen in prilagojen para- in tetraplegikom, zato upamo, da bosta bivanje in rehabilitacija v Domu paraplegikov postala cilj vseh tetra- in paraplegikov v Sloveniji.

Dom paraplegikov s svojo dejavnostjo IZI pa bo seveda prisoten tudi v domu in bo omogočal vsem uporabnikom hiter in kvaliteten dostop do medicinsko-tehničnih pripomočkov. IZI je bil z svojimi izdelki prisoten tudi ob otvoritvi, ki jo je obiskalo veliko, cca. 300 članov društev Zveze paraplegikov Slovenije.

Člani so veliko zanimanja pokazali za blazine Vicair in vozičke Progeo, prav tako pa jih je zanimal novi izdelek Raptor.

V Domu paraplegikov bodo na voljo tudi drugi medicinsko-tehnični pripomočki, ki jih potrebujejo uporabniki, in sicer sanitarni program (dvigalo za kopalnice, sedeži za tuš idr.) in inkontinentni program (predloge, podloge, plenice, katetri idr.).

Za kakršne koli informacije se lahko obrnete na naše strokovnjake, ki vam bodo z veseljem pomagali pri izbiri pravih izdelkov. Vse dodatne informacije najdete tudi na spletni strani Doma paraplegikov, d. o. o., domparaplegikov.si, pod razdelkom IZI.

RAPTOR! NOVO PRI IZI

Dom paraplegikov, d. o. o., je s svojo dejavnostjo IZI zastopnik za distribucijo izdelkov italijanskega podjetja Progeo. Od letošnjega leta pa je IZI tudi ekskluzivni zastopnik za to italijansko podjetje v Sloveniji. V ponudbo različnih modelov vozičkov na ročni pogon smo dodali tudi e-kolo za invalidki voziček, imenovan RAPTOR. Raptor lahko pritrpite tako na zložljive kot toge invalidske vozičke na ročni pogon, imenovane kocka.



Raptor (foto arhiv IZI)

Odlikuje se po okvirju z ovalnimi vilicami, ki omogočajo trdnost in vodljivost. Motor z velikim navorom in možnostjo vožnje nazaj oz. vzvratne vožnje so samo nekatere od dodanih vrednosti Raptorja. Primeren je tako za notranjo kot zunanjo uporabo. Izbirate lahko med dvema barvama, in sicer med črno in belo.

Standardne lastnosti so:

- baterija 36 V, 360 W,
- motor z velikim navorom in polnjenjem ob zaviranju,
- disk zavore,
- tempomat,
- do 30 km/h (standard 15km/h),
- prestava za vzvratno vožnjo,
- monitor,
- pnevmatike 16",
- ščitniki za blato.

Za vse dodatne informacije o vozičkih na ročni pogon, Raptorju in drugih izdelkih, ki jih najdete v naši ponudbi, smo na voljo po e-pošti: blanka.markovic@zveza-paraplegikov.com ali ziga.bajde@zveza-praplegikov.com. Pokličete nas lahko na telefonsko številko 041 653 640.



Gostje na otvoritvi Doma paraplegikov Pacug so si z zanimanjem ogledali novo pridobitev v naši ponudbi, Raptor. (Foto Črt Potočnik – eter.si)

Anja Zagomilšek | Super enostavno kampiranje, ki je dostopno prav vsem

S CAMPLETKO KLJUBOVALI TUDI PRECEJŠNJI BURJI

Lanskega dopusta si, kljub predlanskemu all inclusive razvajanju, nismo mogli predstavljati drugače, kot da se ponovno vrnemo v kamp in hladno senco borovcev, kjer dan in noč diši po morju.

Ampak, kako bi to organizirali, da: – bo David na invalidskem vozičku čim bolj enostavno in predvsem samostojno funkcioniral? – bomo našemu nadobudnemu trinpolletniku nudili kar največ ugodja, tudi takrat, ko vremenu ne gre čisto po načrtih? – meni ne bo treba vsega sami, biti vseskozi na preži, kam moram priskočiti na pomoč in si spet skoraj ne odpočiti?

Šotor, na katerem se na podstrešju že dobro leto in pol nabira prah in je sicer res super, torej odpade. Nizko ležišče zahteva, da moram Davidu večkrat pomagati pri premeščanju na invalidski voziček. Pa tudi če ga vreme zagode, zna biti vse vlažno.

Prikolica ... hmm, niti ne. Jaz je že ne bom mogla sama predstavljati po tistih malih parcelah, pa vožnja vzvratno, pa David, spet ne bo ravno samostojen, hmm? Ne, ne zaenkrat.

Avtodom? No, to bi sicer bila za našega najmlajšega člana najboljša avantura sploh, ampak, a ga bom morala vseskozi jaz voziti, ker ni prilagojen za vožnjo invalidov, pa tudi notranjost ni ravno po meri? Če pa izberemo popolnoma prilagojenega, je cena najema tako visoka, da bi si za ta denar lahko privoščili marsikaj drugega. Ne, tudi avtodom še ne bo prišel v poštev.

»Kaj pa šotorska prikolica?« sem vprašala Davida. To bi pa znalo biti uporabno. Jaz jih že več let gledam in sem si jo, po avanturi z njo v otroštvu, res želela ponovno preizkusiti. Odpravili smo se v Freedom center in si jih dobro ogledali. »Ja, David, s tem bi lahko poskusili, saj bomo spali na skoraj normalnih posteljah, ti boš pa lahko popolnoma samostojen,« sem ga prepričevala in ni bilo treba veliko, da sva se že dogovarjala za njeno izposajo v zelenem terminu.

Bolj ko se je približeval termin odhoda, bolj sem se ukvarjala s tem, ali jo bom lahko sama postavila, mi bo uspelo sami dvigniti pokrov, pa potem vse skupaj spustiti? Čeprav me je črvičilo v trebuhu, sem se popolnoma pomirila potem, ko smo bili na usposabljanju pred predajo. Res na zelo strokoven, a na hkrati dovolj enostaven in vsem razumljiv način je bilo predstavljeno postavljanje **campletke**. Še sami smo ga lahko poskusili in pokrov res ni težek, če ga pravilno dvigneš in še bolj pravilno – z nogami in ne križem – spustiš. Pomislila sem le še na to, ali si bom uspela zapomniti vse korake, ki si sledijo, ker nek postopek pa je le potrebno upoštevati. No, bomo že nekako.

Pa smo jo spakirali in se odpravili. Vožnja je tekla super, kot da ne bi imeli ničesar priklopljenega zadaj, hitro smo prišli do trajekta – šli smo namreč v kamp Nerezine na Lošinj – kjer je vse teklo gladko. Ko pa smo prišli do parcele v kampu, odklopili **campletko** in se pripravljali, da



Malo jo še zakajlamo, da nam ne pobegne (foto Maja Kresnik)

jo postavimo, so se okoli nas že zbrali bodoči sosede in nam ponudili pomoč. Tako je David nadziral, jaz sem sestavljala ključne kose in pomagala pri dvigovanju pokrova in njegovem spuščanju, da ja ne bo koga stisnilo v križu. Vstavili smo še ključne palice in dvignili šotorski del prikolice, pa je že stala. Vsi so se čudili, kako hitro in enostavno smo jo postavili. No, še klini se zabijejo, zatrdijo vrvi in je to to. Medtem se je Tit igral s svojimi novimi prijateljicami pri sosednjem šotoru.

Ker pa smo imeli rezervirano drugo parcelo, prišli pa malo prej, smo jo čez dva dni prestavljali čez cesto. To je bilo šele zanimivo. Ponovno bo potrebno vzeti vse stvari ven, jo popolnoma sestaviti in zapreti, prepeljati na drugo stran in spet ponoviti postopek postavljanja. Pa kaj, to bo mala malica! Najprej se z Davidom sicer nisva čisto strinjala glede tega, kako naj bo obrnjena, pa je na koncu obveljala njegova in moram priznati, da je bilo tako bolje, saj smo imeli med preostankom dopusta neposreden pogled na morje. :)



Že z odprtjem stranice se pokaže priročna kuhinja (foto Maja Kresnik)



In jo napeljemo na drugo stran (foto Maja Kresnik)



Zdaj pa samo potegnemo (foto Maja Kresnik)

Prvi, drugi, tretji, četrti in peti korak, pa je bila prikolica že skoraj postavljena. Tokrat sva jo z Davidom skoraj sama postavila, saj **campletka** res nima konkurenta pri enostavnem postavljanju. No, poleg se je sicer zbralo nekaj naših sosedov in večina prijateljev, s katerimi smo skupaj dopustovali. S skupnimi močmi smo prispevali k tistim nekaj malenkostim, ki so nujne za brezskrbno dopustovanje, pa zabijanje klinov in dobro napete vrvi, ki so bile v čisto moški domeni, pa kakšna pijača vmes ... in **campletka** je ponovno stala, le da smo jo tokrat tudi v notranjosti uredili tako, da nam je maksimalno služila za dopustovanje v naslednjih desetih dneh.

In res je prilagojena, ne da bi kaj veliko razmišljali o tem. David je v njej lahko res enostavno funkcioniral in predvsem bil popolnoma samostojen. Tudi če bi šel z njo na dopust sam in bi mu nekdo priskočil na pomoč pri dvigu in spustu pokrova ter dvigu šotorskega platna, bi jo lahko uporabljal tako kot popolnoma prilagojen apartma. Ne nazadnje je njen ključni del res priročna mini kuhinja, z vsem, kar imajo tiste najbolj velike. Mi sicer vode v kuhini

nji nismo uporabljali, saj je bila parcela opremljena z njo in nam ni bilo težko narediti koraka, dva do pipe. Nam je pa služila za kuhanje, pripravljanje jedi in skladičenje kuhinjskih potrebščin in hrane.

Kar je pa še najbolje, kljubovala je poslabšanju vremena, nočnemu nalivu in precej močni burji, ki je pihala dobra dva dni. Sicer smo morali zgodaj zjutraj dodatno zabiti kline in zaradi vedno močnejšega vetra pospraviti sprednji senčni baldahin in močnejše napeti vrvi. Moč burje se je bolj in bolj večala, do te mere, da bi brez hitrega posredovanja skoraj polomila sosedov šotor, a naša **campletka** se ni dala – res da je bila malo napihnjena, a skrbeti nam ni

bilo treba. Res smo veseli, da se je obnesla v vseh razmerah. Pa še eno veliko prednost ima – sploh v primerjavi z avtodomom – ker je samostojna in za svoje funkcioniranje ne potrebuje avta, si popolnoma mobilna in se lahko z avtom odpelješ, kamorkoli si zaželiš.

Kar se pospravljanja tiče, pa, če imaš svojo in jo doma lahko ponovno razstaviš in počistiš, je gotovo en, dva, tri. Se mi zdi, da je bil večji izziv optimalno zložiti stvari v avto, kot pa pospraviti **campletko**.

Vsekakor bo **campletka** in dopustovanje v kampu tudi letos, po možnosti tokrat res čisto ob morju, prva izbira.



Zabijemo še kline in je to, to. (Foto Maja Kresnik)



Postavljen camp-let je priročna in zelo dostopna prikolica. (Foto iytimg.com)

Povzeto iz časopisa Večer | SESAME PHONE

MOBILNIK ZA GIBALNO NAJBOLJ OVIRANE INVALIDE



Pametni telefon Sesame
(foto images.indiegogo.com)

Pod motom »dotik je precenjen« je nastal prvi mobilni telefon na svetu, ki ga je mogoče upravljati brezdotično, čeprav ima na dotik občutljiv zaslon. Projekt Sesame Phone želi življenje v telekomunikacijski družbi olajšati ljudem, ki zaradi telesne invalidnosti niso sposobni z rokami upravljati funkcij telefona, si pa želijo igrati igre in komunicirati. Z besedami »Open Sesame« (Sezam, odpri se) se pametni mobilnik aktivira, kamera nad zaslonom mora videti uporabnika, pojava se virtualni prst, ki ga po zaslonu

gor in dol ter levo in desno pomikamo s premiki glave. Tako je mogoče navigirati med funkcijami, igrati npr. Angry Birds, Candy Crush in druge igre. Med najbolj uporabne funkcije pa nedvomno sodi sposobnost upravljanja pametnega doma, ki olajša življenje tudi gibalno oviranim osebam. 65-letni tetraplegik **Giora Livne** se je pred leti za pomoč pri razvoju takšnega mobilnika obrnil na izraelskega razvijalca **Odeda Ben Dova**, ki ga je po televiziji videl ob predstavitvi nove računalniške igre, ki jo je bilo mogoče upravljati s premi-

kanjem glave. Livne celih sedem let ni zmozel sam upravljati mobilnika, kar je zanj pomenilo: nobenih zasebnih klicev in nobenega SMS-sporočila. Zato je Ben Dova prosil za pomoč pri razvoju mobilnika, ki bi ga bilo mogoče upravljati zgolj s premikanjem glave. Po dveh letih in uspešni kampanji množičnega financiranja je projekt zaključen, mobilnik Sesame pa je mogoče naročiti za 630 evrov.

Vir: <http://www.publishwall.si/casopisvecer/post/174580/mobilnik-ki-ga-upravljate-brez-dotika-zaslona>

Uredništvo | Pomoč invalidom na bencinskih servisih OMV

TOČENJE GORIVA LAŽJE TUDI NA BENCINSKIH SERVISIH OMV

Pri OMV Slovenija si vedno prizadevajo, da bi prav vsem njihovim strankam – tudi tistim, ki zaradi invalidnosti včasih potrebujejo pomoč – ponudili storitve na najvišjem nivoju, zato so prisluhnili željam in potrebam posameznikov, ki se zaradi gibalne oviranosti pri obisku njihovih bencinskih servisov srečujejo z nevšečnostmi. Skladno z njihovo zavezo »We Care More« so pričeli z uvajanjem učinkovitega sistema, ki bo do invalidnih oseb veliko prijaznejši.

Na vsa točilna mesta po bencinskih servisih OMV v Sloveniji so namestili nalepke s telefonsko številko za pomoč invalidom.

Po klicu na navedeno številko do točilnega mesta pristopi zaposleni in uporabniku nudi vso ustrezno pomoč pri točenju goriva ter nakupu izdelkov ali drugih storitev. S tem želijo poskrbeti, da bo tudi za gibalno ovirane osebe vsak postanek na njihovih bencinskih servisih potekal nemoteno in v prijaznem duhu. Za lažjo predstavo si lahko na fotografiji ogledate, kje je nalepka na točilnih mestih nalepljena.

Z aktivnostmi, ki jih izvajajo znotraj njihove nove usmeritve »We care more«, postavljajo na prvo mesto zadovoljstvo gostov in njihovo dobro počutje ob obisku bencinskih servisov.



Označba za invalide na OMV bencinskih servisih. (Foto arhiv OMV)

Če imate kakršenkoli predlog, kako njihove storitve za invalidne osebe še izboljšati, vam bodo z veseljem prisluhnili. Posredujte ga na: info.slovenia@omv.com.



▶ DVGALO NA DOMU

Prodamo dvigalo na domu. Zanimani kupci pokličite Jožico Papič na tel. številko: 041 346 780.



▶ STOJKA

Po simbolični ceni prodamo stojko. Za več informacij pokličite na telefonsko številko: 02 58 91 230.



V nedeljo, 10. aprila 2016, je društvo paraplegikov Gorenjske organiziralo mednarodni turnir v košarki na vozičkih.

Tekmovanje je bilo v dvorani Pod Stolom v Žirovnici.

Sodelovale so štiri ekipe: domača ekipa (DP Gorenjske), ekipa DP Maribor, italijanska ekipa Castelvechio in avstrijska RSV Kärnten.

Turnir je trajal ves dan in je bil uspešno izpeljan tudi s pomočjo Zveze paraplegikov Slovenije.

Za vaš prispevek smo vam na društvu paraplegikov Gorenjske neizmerno hvaležni.

Ko sem obiskala svojo mamo v eni izmed slovenskih bolnišnic, sem opazila, kako je lahko človeku dolgčas, če nima možnosti spremljati bodisi radijske postaje ali televizije. Bila je sama v sobi in to je pogrešala še bolj. Sobni zdravnik ji je dovolil, da si lahko sama preskrbi TV-sprejemnik in si tudi tako krajša čas, pa tudi spremlja, kar jo zanima.

V času mamine hospitalizacije sem bila v rednih stikih (pogovorih) s predsednikom Društva paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja, Jožetom Okornom. Ko sem mu to omenila, je nemudoma ukrepal in v imenu društva zagotovil nakup TV-sprejemnika, ki smo ga dostavili mami, za kar se mu iskreno zahvaljujem.

Alenka Povodnik

OBVESTILO O GOLD WING IZLETU

Vsem, ki ste se 4. junija 2016 nameravali udeležiti tradicionalnega izleta z GoldWing motoristi, sporočamo, da je bil izlet prestavljen na jesenski čas. O datumu in lokaciji vas bomo pravočasno obvestili preko spletne strani Zveze paraplegikov.

UMRLI

Angela VRHOVNIK,
članica DP ljubljanske pokrajine,
rojena 26. 2. 1921

Hasim ĐOGIĆ,
član DP ljubljanske pokrajine,
rojen 2. 12. 1950

Ivan KRAJNC,
član DP Podravja,
rojen 17. 5. 1927

Marija ZADRAVEC,
članica DP ljubljanske pokrajine,
rojena 7. 6. 1932

Zvone BENKOVIČ,
član DP ljubljanske pokrajine,
rojen 3. 6. 1956

Janez ROŠKAR,
član DP ljubljanske pokrajine,
rojen 1. 8. 1953

Franc DUH,
član DP ljubljanske pokrajine,
rojen 8. 1. 1932

Marijan VUČAJNK,
član DP Dolenjske, Bele Krajine in Posavja,
rojen 11. 5. 1958

Alojzij MEDVED,
član DP ljubljanske pokrajine,
rojen 28. 12. 1941

Lojze VETRIH,
član DP ljubljanske pokrajine,
rojen 30. 3. 1971

Frida KRIŽANEC,
članica DP jugozahodne Štajerske,
rojena 20. 12. 1934

Herman ŠALEJ,
član DP jugozahodne Štajerske,
rojen 31. 8. 1932

Cirila ROGLIČ,
članica DP Gorenjske,
rojena 23. 8. 1959

Stevan JURIŠIČ,
član DP ljubljanske pokrajine,
rojen 24. 9. 1954

*Včasih začutim,
kako iztezaš roko k meni od drugod.
In toplina,
ki bila je samo tvoja,
je za kratek dragocen trenutek spet z menoj.*

Albin Rožman

KVIZ ZA RAZVEDRILO 34

Rešitev kviza iz 144. številke:

KDOR SNE LJUBEZEN PRED
POROKO MU JE ZA ZAKON
NE OSTANE NIČ

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

Pri vsaki številki so navedeni 3. odgovori. Odločite se za pravilni odgovor in s črko, ki je pri njem, nadomestite povesod v liku tisto številko. Vse črke v liku, brane vodoravno, dajo slovenski pregovor.

- Kaj je Atacama?**
P - puščava
A - veter
I - jezero
- Na katero državo ne meji Brazilija?**
P - na Peru
B - na Bolivijo
E - na Čile
- Ivan Cankar je umrl:**
G - leta 1918
C - leta 1921
T - leta 1923
- Pri Begunjah na Gorenjskem so razvaline:**
I - gradu Kamen
K - gradu Kostel
S - gradu Trilek
- Katera premica deli lik na dva enaka dela?**
Č - tangenta
R - simetrala
Z - normala
- Kje živijo Lužiški Srbi?**
H - v Ukrajini
U - na Slovaškem
N - v Nemčiji
- Slikar Matija Jama je bil:**
L - dadaist
K - impresionist
N - ekspresionist
- Kakšne barve jezika ima žirafa?**
B - črne
D - rdeče
Ž - oranžne
- Nekrofobija je strah pred:**
G - krvjo
E - zaprtim prostorom
U - človeškim truplom
- Katera rastlina spada med praproti?**
A - opuncija
L - peruša
Š - mačja meta
- Kdo je ugankar?**
T - anigmatik
O - enigmatik
R - inigmatik
- Koliko je 100 dm³**
A - 100 l
B - 10 l
P - 1l
- Kdaj je bil odprt Sueški prekop?**
D - leta 1869
I - leta 1874
Z - leta 1881
- Skozi Mursko Soboto teče?**
H - Mura
S - Ledava
V - Ščavnica
- Katri črkopis uporabljamo Slovenci?**
M - bohoričico
O - metelčico
Z - gajico
- Kaj je fuksin?**
C - gnojilo
J - barvilo
K - dristilo
- Katera žival spada med vrečarje?**
L - rakun
E - langur
C - koala
- Kje se stikata Selška in Poljanska dolina?**
T - v Škofji Loki
D - v Moravčah
Ž - v Domžalah

NAGRADNA KRIŽANKA

sestavil: **BORIS KLEP**



SIMBOL ZA FOSFOR	NASELJE V KALIFORNIJI, ZDA	VEZNIK	IRSKI PESNIK IN MATEMATIK – GEORGE (1795–1846)	KRAJ PRI LJUBLJANI	RIMSKI CESAR MARK ULPIJ (53-117 n.š.)	ANGLEŠKI SLIKAR IN GRAFIK – ALFRED	KUBANSKI IGRALEC BASEBALLA – RODRÍGUEZ CORRALES (ROJEN 15.10.1979)
VRSTA UGANKE, PREMETANKA							
METER		POLMER		JUDOVSKI KRALJ			
GRŠKI NOGOMETNI KLUB IZ ATEN		GABRIJEL TOPLAK		1			

17. ČRKA SLOVENSKE ABECEDE	JAZONOVA LADJA	NAPADALEC	RUSKA OPERNA PEVKA SOPRANISTKA – NETREBKO	V KEMIJI OZNAKA ZA ATOMSKO MASO	TIPALKA PRI ŽUŽELKAH					LITER	
EGIPČANSKI BOG SONCA			OLGA ABRAM				GRŠKI EKONOMIST IN POLITIK – VAROUFAKIS			AVTO.OZN. ITALIJE	
TOREJ (KNJIŽNO, REDKO)				ELENA ANTONOVA							
OTROŠKA ZABAVA				BOR TRČEK							
BIZANTINSKA CESARICA (OK. 980-1050)			SLO. IGRALKA – MAJA								
SIMBOL ZA KALJU	ANTIČNO LJUDSTVO V RUSIJI		SLO. SMUČAR. SKAKALEC – ROBERT								
MORSKA RIBA, GRUJ	KROKAR (PESNIŠKO)			IVAN NAPOTNIK							
				FRANCOŠKA NIKALNICA							
KOBILICA, KI SE SELI IZ KRAJA V KRAJ						MEDNAROD. AVTO. OZN. ZA JAPONSKO	PLEMIŠKI NASLOV, ČASTNI NASLOV V ANGLIJI	KEMIJSKI SIMBOL ZA BERILIJ	NOETOVA BARKA	GRŠKA ČRKA	
										INDUSKI PISATELJ – RAJA	
RIMSKO 4		POMOŽNA DELITEV NA MERILIH					PARAOLIMPIJEČ – JAKIČ				
IZRAZ ZA DIREKTNO OBREMENITEV RAČUNA						ŠKOTSKI FILM. IGR. – BUTLER					
						ZORAN ARKO					
AKADSKI BOG VODA			6. ČRKA SLO. ABECEDE		MANJŠA DO-MAČA ŽIVAL Z ROGOVI					SRBSKI FILM. IGRALEC – NIKOLA SEVER	
			AVTO. OZN. ZA ŠPANIJO		1. ČRKA						
IME SLOVENSKE PEVKE ZABAVNE GLASBE – FALK					TEMPERAMEN- TEN IN DINAMIČEN PLES					EVA MENDES	



Pravilno geslo križanke pošljite do 3. septembra 2016 po pošti na naslov: **Zveza paraplegikov Slovenije, Štihova 14, p. p. 5714, 1000 Ljubljana** ali na e-naslov: info@zveza-paraplegikov.si.

REŠITEV IZ ŠT. 144: **VSE NAJBOLJŠE ZPS, DAN ŽENA, VELIKA NOČ**

Nagrajenci 143 številke: 1. **MRAK Marija**, Prešernova 44, 1410 Zagorje
2. **PETEK Bogdan**, Ul. 25. maja 15, 2250 Ptuj
3. **KERČ Jožica**, Šolska ulica 24, 3330 Mozirje

DARLEY - irski pesnik in matematik - George (1795-1846).

GERARD - Butler, škotski filmski igralec, rojen 13. novembra 1969 v Glasgowu.

MAELS - Rodríguez Corrales, kubanski igralec baseballa, rojen 15. 10. 1979.

NONIJ - pomožna delitev na merilih.

RAMONA - naselje v ameriški zvezni državi Kaliforniji.

Po popisu prebivalcev iz leta 2010 je v njem živelo 20.292 ljudi.

SARANČA - kobilica, ki se seli iz kraja v kraj, selka.