

Izziv DPLJ

X. letnik, številka 18, junij 2010

Poštnina
plačana
pri pošti
1131
Ljubljana



Društvo paraplegikov
ljubljske pokrajine





ALNE TEŽAVE
 noč pri okloženih ojačah
 (preost...))
 posla meznika je
 sno kako
 me svoja
 dnoal
 tivnost
 ne, predhodki
 lidnosti

★ STERE
 - malitne osebe
 nedostopne, v
 esamlerje, izo
 - niže intelek
 sposobni
 odvsnri od pos
 usmiljenja v
 - pijarici, bog
 državo)

★ IDEJE
 - prepričati
 se bolj vključi
 k uporabi njim
 (npr. trole)
 - še več ozavešča

**SPLOŠNO
 MNENJE**

**OSTOJEČE
 SITVE**

slava s svojimi o para/tetraplegikih
 močmi
 kli v solah, vrčih
 tovojlstvo
 anitami koncerti

V DRUŽBI



► Diskriminacija!

Že od nekdaj ne spoštujem ljudi, ki vedno samo jemljejo. Ves njihov smisel življenja je jemanje, izkoriščanje – čimveč dobiti! Pravzaprav če sem odkrita – gredo mi pošteno na živce! V meni budijo bes in vse tiste grde lastnosti, zaradi katerih postanem neracionalna, zoprna, neprijazna. Ja, saj se zavedam, da smo ljudje taki in drugačni, vendar me strpnost do različnosti enostavno mine. Zavedam se, da je človek eno čudno bitje, ki izkorišča druge. In izkoriščamo do onemoglosti, dokler nam drugi pustijo. Pozabimo, da bi vsakega vodila pravičnost, neka samokontrola. Je današnja družba taka, da vsak gleda le »za svojo rit«? Ali smo pač ljudje različni – »jemalci« in »dajalci«?

In zakaj sem sedaj tako presenečena, prizadeta, zakaj sploh razmišljam o stvareh, ki so vsakodnevno prisotne v družbi?! No, moje razmišljanje in pisanje so vzpodbudili nekateri naši preljubi člani, ki se zavedajo samo svojih pravic in le-te poznajo do obisti. Ko pa taiste prosiš, naj nekaj storijo za društvo, za druge in širšo družbo, naj nekaj »vrnejo« za dobrobit drugih – aah, to pa ne! Človek bi mislil, da so ljudje, ki so zaradi invalidnosti bolj vezani na pomoč drugih, bolj hvaležni in želijo družbi nekaj vrniti. Ampak ne! Ker so invalidi, so žrtve! Vsi so jim »dolžni« pomagati, biti na razpolago, jim ustreči. Če to ni diskriminacija! Prisvojijo si društvo in vse, ki se trudimo, da jim lahko izpolnimo še tako egoistične želje. Menijo, da smo samo njihovi »serviserji«. Društvo postane njihov osebni šofer za prevoz kamorkoli, kadarkoli se jim zljubi, ne glede na druge – ker oni imajo pravico! Organiziramo brezplačni dopust na morju, druženje v Semiču – nič ni dovolj dobro, nič ne morejo storiti sami – ker so invalidi! Samo daj, daj, daj ... Sicer se bodo pa pritožili. Ma – pritožite se! Imate vso pravico, čeprav bi bilo včasih na mestu, da se pritožite nad sabo, nad svojo ozkoglednostjo in sebičnostjo.

Sicer pa je tako že od »pamtiveka«. Zakaj bi bilo sedaj drugače? Zakaj bi bilo med invalidi drugače? Pa tudi – hvala bogu, da so to le izjeme in predstavljajo manjšino. Je pa res, da društvo obstaja predvsem zaradi članov, takšnih ali drugačnih! Da je vse, kar počnemo, namenjeno predvsem vam, da vam pomagamo kljub invalidnosti živeti polno življenje. Kar pa ne bi bilo mogoče, če ne bi bilo kopice prostovoljcev, ki se razdajajo, če ne bi bilo zavzetih zaposlenih, ki morajo nemalokrat »požreti« kaprice uporabnikov, skratka, če ne bi bilo »dajalcev«.

Kako že napišejo v revijah – to ni mnenje uredništva, društva – to so samo moji občutki, čisto moji. Sicer pa – zakaj bi se imeli pravico pritožiti samo uporabniki?! Če to ni diskriminacija!

In še nekaj! Najbrž ste opazili nov naslov na ovitku časopisa, ki ga listate. Ja, po novem je to Izziv DPLJ, nič pa ne bo narobe, če ga boste še naprej imenovali Izziv, izziv nam in vam.

Mirjam

Društvo

- 03 Diskriminacija!
- 04 Zakoličili odločitev!
- 05 Nova moč društva
- 06 Denar, denar – sveta vladar!
- 08 Članarina – pripadnost društvu
- 10 Pravilnik

Novice iz MOL-a

- 11 Volitve? Brez veze!
- 12 Varno in udobno za vse potnike
- 13 Ljubljana je najlepše mesto na svetu!
- 15 Očistimo Slovenijo

Sodelovanje z občinami

- 16 Končno vsi pod isto streho
- 17 Ribnica
- 18 Težave z mirujočim prometom

Mlade ozaveščamo

- 20 Različnost je zakon
- 22 Razbijajmo tabuje
- 23 Učence smo navdušili z vedrostjo
- 25 Učenci so bili tiho kot miške
- 26 Vsi različni, vsi odlični
- 28 Preskoči oviro v svoji glavi, da mi boš pomagal premagati mojo!

Sociala

- 31 Spoštujmo drug drugega
- 32 Šola za življenje
- 33 Organizator socialne mreže
- 34 Pred mano se je odprl nov svet

Zdravje

- 35 Tihi ubijalci našega časa
- 38 Seči moraš globoko v žep ...

Interesne

- 42 Žensko gibanje je prava stvar
- 46 Espanol? Y, por qué no?
- 47 Let's talk in English!

Šport

- 49 Med seboj se vsi poznamo
- 51 Mercator Ljubljana »povozila« vse
- 52 Plesalke podaljšale minute odmora
- 54 Kegljji padali v Kamniku
- 54 Dva krapa
- 55 Priprave v Medulinu
- 57 Deliti je množiti
- 58 Že peti bron za Brajkoviča
- 59 Kratke športne ...
- 61 Sanje vsakega športnika

Kultura

- 62 Kreativnost članov
- 63 Sem tudi pesnik
- 64 Opus petih let

Nasveti

- 65 Podcasti
- 67 Želen ali željen

Spolnost

- 68 Taoistična ljubezen

Akcija

- 69 Akcija

Zgodilo se je tik pred izzidom...

- 70 Ko zorijo češnje

➤ Zakoličili odločitev!

Po šestih mesecih se spet oglašam izza tako imenovane »predsednikove mize«, ki je iz dneva v dan bolj »zasedena« z raznimi aktivnostmi.



Ker časopis izide le dvakrat letno, se je kar težko vsega spomniti, a vseeno bom naštel nekaj aktivnosti, ki so za društvo zelo pomembne.

04 Ko se je leto 2009 poslovilo od nas, smo redno zaposlili 3 dodatne osebe. Za Andreja Lukavca, ki sem ga omenil že v prejšnji številki, sem takrat povedal, da nam je priškočil na pomoč pri prevozu oseb. Zdaj smo ga redno zaposlili in pomaga Tomažu. Zdenka Hribar se je pri nas zaposlila kot osebna asistentka in se priključila ostalim štirim dekletom. Mojco Burger, ki je obenem tudi naša članica, pa smo zaposlili za pomoč pri organizaciji, hkrati tudi za izvajanje programov in tajniško delo, ki ga nikoli ne zmanjka. Vse tri moram pohvaliti, da so se zelo hitro vključili v kolektiv, in vzorno opravljajo svoje delo. Še posebej pridna je Mojca, saj se je zelo hitro privadila vsega novega, dočim smo njene organizacijske sposobnosti spoznali že tudi pred tem. Tako imamo trenutno osem redno zaposlenih oseb, za katere si ne morem več predstavljati, da jih ne bi bilo.

Aktivnosti se iz leta v leto povečujejo, zato nam za nemoteno delovanje že zmanjkuje

prostora na sedežu društva. Res je, da smo 29. junija leta 2005 iz prejšnjih 13 kvadratov presedlali na 115 m² velik prostor. A kaj ko nam je že kmalu po preselitvi postalo jasno, da ob takšnem tempu ne bo več dolgo funkcionalen. Ta čas je zdaj tukaj in nekaj bo treba ukreniti, da bomo ostali kos hitremu razvijanju programov, in da nas čas ne bo povozil zaradi utesnjenosti.

Zato je bil 12. april za Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine prav poseben dan, ki se bo zapisal v zgodovino. Prvič sta nas v naših

prostorih obiskala Zoran Jankovič, župan, in Jani Möderndorfer, podžupan Mestne občine Ljubljana. Sestanka se je udeležil tudi naš član in mestni svetnik, Sašo Rink, ki se mu iskreno zahvaljujem, saj je vlekkel ključne poteze pri koordinaciji le-tega. Županu in podžupanu smo razkazali naše društvene prostore, ob tem pa sem jima predstavil posebne socialne programe, ki jih društvo izvaja za 309 članov, živečih na območju 38 občin osrednje Slovenije. Od teh je kar 134 občanov mesta Ljubljana. Posebej sem poudaril, da se je de-



// Prvič sta nas v naših prostorih obiskala župan Zoran Jankovič in podžupan Jani Möderndorfer.

javnost tako razširila, da sedanji sedež društva ne omogoča več kakovostnega izvajanja programov. Zato sem županu predstavil naše želje o večjih prostorih, ki jih je Zoran Janković absolutno podprl. Bili smo pozitivno presenečeni in smo ponujeno priložnost zgrabili z odprtimi rokami, saj smo dobili zagotovilo, da nam bodo pomagali.

Tako smo na upravnem odboru 17. seje sprejeli sklep, da društvo prične z vsemi aktivnosti za izgradnjo individualne zgradbe. S to odločitvijo smo postavili mejnik v skoraj že 31-letnem delovanju. Verjamem, da vam bom lahko v naslednji številki Izziva DPLJ predstavil kaj več o tem.

Za konec bi vas vse skupaj spet pozval, da se aktivno vključite v naše programe. 🤝

Gregor Gračner



// Na upravnem odboru smo sprejeli sklep, da društvo prične z vsemi aktivnosti za izgradnjo individualne zgradbe.

Zaposleni // Društvo

▶ Nova moč društva

Za razširitev programov niso potrebni le večji prostori – še kako so pomembni ljudje, ki jih izvajajo. Zaposlili smo tri nove. Spoznajte jih!



Pisanje – panika!

Sem Mojca Burger, članica društva že 23 let. Od nekdaj sem se rada družila s sočlani in ko mi

je Mirjam omenila, če bi delala na društvu, nisem pomišljala. Seveda sem se takoj pozanimala, kaj bo moje delo, in se tudi malce ustrašila, saj nekaterih stvari nisem še nikoli počela. Presoterapija in organizacija srečanj mi nista delali težav, to sem dobro poznala, saj sem se pred tem že dve leti kalila v tem. Ampak dopisi in delo z računalnikom – uf, tu je nastala panika: »Naj mi hitro kdo pomaga!

Kako pa naj napišem to?« In še in še.

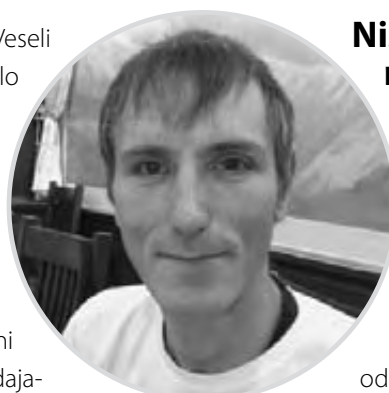
Se pa ljudje učimo celo življenje in kmalu bom znala tudi to ... Poleg bolj ali manj zanimivih reči »dvigujem« tudi telefone, koordiniram prevoze, skrbim za pošto in še milijon drugih reči, ki se sproti pojavljajo vsak dan. Skratka, na društvu uživam in zelo rada vsak dan pridem v službo, ker je vedno kaj novega.



Delam z vsem srcem

Da se predstavim še tistim, ki me ne poznate. Sem Zdenka Hribar, pristna Trboveljčanka. Naj vam povem, da sem že babica, in to leto in pol stare punčke, ki jo imam neizmerno rada. Je moj sonček. Ljubim tudi domače živali in zelo rada vrtnarim. O, pa

kolesarim, plavam in tečem. Veseli me delo z ljudmi in sem zelo družabna. Kar trideset let pred sedanjo službo osebne asistentke sem opravljala delo prodajalke. Rada pomagam ljudem, zato sem z vsem srcem osebna asistentka in želim, da bi bili z mano zadovoljni tako uporabniki kot tudi delodajalec. Res pa je, da je včasih fizično in psihično naporno, zato upam, da se vsi, ki vam pomagam, zavedate, da smo tudi osebni asistenti samo ljudje.



Nisem pisarniški molj

Moje ime je Andrej Lukavac in sem oče 18-letnega dekleta. Rad imam naravo in šport. Nogomet igram, odkar sem shodil. Tudi plavam že od tretjega leta in pol, odkar me je oče vrgel s poma v morje. Sem komunikativen in rad pomagam ljudem, zato mi je delo na društvu všeč, ker je pestro in razgibano, saj nisem pisarniški molj. 🐛

► Denar, denar – sveta vladar!

Začetek leta je vedno stresen. Oddati je potrebno poročila za preteklo leto, hkrati pa se že pojavljajo tudi prvi razpisi za prihajajoče leto. Dnevi so večkrat prekratki.



Potem pa silvestruj, počivaj, »odmaraj«, če je že prvi teden novega leta rok za oddajo vloge – tega pa ne moreš prestaviti in ni ga »dobro« zamuditi! Tako so bili že novoletni prazniki »pokvarjeni« s pripravljanjem razpisne dokumentacije za Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve (MDDSZ). Povejte mi, za vruga, kako naj že prve dni mladega

leta v vlogi za nova sredstva poročam za preteklo leto, o številu uporabnikov, o porabljenih sredstvih, če se samo plače zaposlenim izplačujejo 10-tega v mesecu za pretekli mesec. Seveda jaz ne bi bila jaz, če ne bi oddala vloge zadnji dan, z goro prilog in dokazil, ki sem jih nekaj bolj »slabo« priložila – hvala bogu za poziv za dopolnitev vlog! In potem trepet treh mesecev, ko čakaš – ali bo ali ne bo, če bo – koliko bo? V sredini aprila pa le pride spodbudna novica – MDDSZ bo sofinanci-

ralo program »Prevozi paraplegikov« v višini **6.232,86 €** ter program »Osebna asistenca, nega in fizična pomoč« v višini **12.465,65 €**. Tako si končno malo oddahneš, a že v naslednjem trenutku razmisliš – čez osem dni moram oddati prvo delno poročilo. Uf, takrat ti v kotičku možganov privre misel – kako fajn bi bilo, če ne bi dobili razpisa – ne bi bilo potrebnih poročil! Ah, ne – se hecam! V bistvu pa sem lahko zadovoljna z izzidom, saj smo v skupnem znesku s strani MDDSZ-ja pridobili celo nekaj več sredstev kot lansko

leto, pa vendar ... mogoče bi lahko dobili več!

V obdobju na čakanje rezultatov MDDSZ pa »nema odmora, dok traje obnova«. Poročili za MDDSZ, poročila za Mestno občino Ljubljana (MOL), poročila za občine, pa spet

kak rok za oddajo vloge na ob-

činski razpis. Včasih ne vem,

kje se me drži glava, saj

že sanjam ... Jutri mo-

ram oddati to poročilo,

pojutrišnjem je dan, ko

ne smem zamuditi - res

imam čas do polnoči ...

Mojca mi javlja nove raz-

pise, Grega sprašuje: »Imaš

razpise pod kontrolo?« Jaaaaa!

Brigaj se zase! V teh trenutkih res ni

dobro, da zbolíš ali si utrujen – sesuje se ti cel koncept.

Super pa je, da se letos ni bilo potrebno prijavljati na razpis MOL-a za sofinanciranje socialnovarstvenih programov, saj smo si lani uspeli zagotoviti sofinanciranje za triletno obdobje (seveda ob izpolnjevanju pogodbenih obveznosti) in tako podpisali samo aneks, ki je pridal še nekaj evrčkov zraven, tako da je znesek narasel kar na **18.396,00 €** za leto 2010. Poleg tega je Mestna občina Ljubljana tudi sofinancer športnih in rekreacijskih vsebin v višini **9.137,05 €**, za katere Robert vzorno pošilja poročila. In še tretjič moram omeniti našo matično občino – se spomnite zadnjega Izziva, kjer sem vam omenjala program javnih del, ki jih razpisuje Zavod RS za zaposlovanje (ZRSZ) za leto 2010? Odobrena (kar pomeni sofinancirana) nam je zaposlitev petih oseb, za katere ZRSZ sofinancira plačo v višini 60%

minimalne plače, za dve celo 72%, razliko pa nam zopet krije naša matična občina. Tako na prste – še dodatnih 10 tisočakov. Hudo!

In če sumiram **33.600,00 €** letno, ki smo jih na ZRSZ pridobili na razpisu v letu 2009 za

obdobje dveh let in sofinanciranje

javnih del, bo naše društvo

ZRSZ »olajšalo« za okvirno

65.000,00 €, to pa se že

močno približuje znesku

72.427,53 €, ki nam jih

bo namenila Fundacija

invalidskih in humani-

tarnih organizacij (FIHO)

v letošnjem letu, sicer še

vedno največji financer, ven-

dar pa se njegova vloga kot edi-

nega in daleč največjega financerja iz

leto v leto manjša.

Potem so tu še občine, ostalih 37, kjer deluje

društvo. Čeprav nekoliko manjši

financerji, a prav tako po-

membni. Opažamo, da nas

nekatero občine podpi-

rajo tako moralno kot

finančno in z njimi zelo

dobro sodelujemo. A

na drugi strani so tudi

take, ki niso sofinancira-

le nobenega programa

društva v preteklosti niti

ga nimajo namena sofinanci-

rati v bodoče, čeprav so naši člani,

za katere izvajamo program, tudi njihovi ob-

čani. V šestih občinah članov nimamo, zato je

tudi prijava na občinske razpise, ki so vezani

na članstvo, nesmiselna. Potem so še občine,

ki ne objavljajo razpisov za sofinanciranje dru-

štvenih programov, in lahko pošljemo le vlogo za pridobitev sredstev. V preteklem obdobju smo se javili na 23 občinskih razpisov, od katerih smo dobili 13 pozitivnih odgovorov, enega pa zavrjenega.

Moram povedati, da je občina Medvode, ki je lansko leto zavrnila vlogo, češ da nismo upravičeni do sredstev iz njihovega proračuna, ker nimamo sedeža v njihovi občini, v letošnjem razpisu odstranila omejitve glede lokacije, zato smo uspeli dobiti **300,00 €**.

Višina občinskih sredstev se giblje od **50,00 €** (občina Horjul – brez razpisa) do **1.900,00 €** (občina Domžale) na posamezno občino, v povprečju pa lahko rečem, da za veliko večino članov izvedemo neizmerno več dejavnosti, kot »da« posamezna občina za svojega občana. Velikokrat jim je opravičilo, da pač morajo bolj podpirati lokalna društva, zato so sredstva, ki jih namenijo nam, manjša.

Velikokrat radi tudi preštrevajo naše člane, ki živijo v posameznih občinah – vendar tudi to je bolj slabo merilo, saj je npr. občina Kamnik, v kateri živi 28 naših članov, namenila društvu za leto 2010 le **646,00 €**. Nekaj preračunavanja nam pove, da je malo več kot 23 € na »glavo« tisti znesek, ki je še dopusten za občino.

Kakorkoli – vsakega evrčka smo veseli, saj »brez denarja ni muzike« ali drugače »če nimamo sredstev, ne moremo izvajati osmih posebnih socialnih programov niti za člane niti za širšo družbo«. ☺

MDDSZ bo sofinanciralo program »Prevozi paraplegikov« v višini 6.232,86 € ter program »Osebná asistencía, nega in fizična pomoč« v višini 12.465,65 €.

Mestna občina Ljubljana bo sofinancirala programe društva v višini 27.533,05 € in program javnih del.

Mirjam

► Članarina – pripadnost društvu

Društvo je drugi redni občni zbor pripravilo 24. marca 2010 v prostorih restavracije Štern v Ljubljani, kjer se je razpravljalo o poročilih za preteklo leto in programu za leto 2010.



Po uvodnih formalnostih, minuti molka v spomin članom, ki so nas v tem obdobju zapustili, in ugotovitvah o sklepčnosti verifikacijske komisije je delovno predsedstvo

- Zlatko Bernašek (predsednik),

Cvetka Štirn in Rafko Jurjevčič (člana), pričelo z delom. Člani društva in gostje občnega zbora so najprej prisluhnili poročilu predsednika nadzornega odbora Jožeta Globokarja: »Celostna dejavnost društva je bila v letu 2009 aktivna in je pospešeno nadaljevala z nadgradnjo izvajanja vseh programov društva. Vsi široko zastavljeni delovni programi in finančni plan so bili v celoti realizirani oziroma preseženi.« Nadaljeval je predsednik disciplinske komisije Zlatko Bernašek, ki je povedal, da v preteklem letu komisija ni imela dela. Finančno poročilo je podal predsednik društva Gregor Gračner z ugotovitvijo, da se je za leto 2009 v primerjavi z letom 2008 društveni proračun dvignil iz 202.000,00€ na 220.000,00€, kar je lep procent. Sledila so še poročila referentov (sociala, interesne dejavnosti, osebna asistenca, šport, interesne dejavnosti). Po razpravi je vseh 65 prisotnih članov društva soglasno potrdilo in sprejelo vsa poročila.

Osrednja točka dnevnega reda je bila vsekakor predstavitev obseženega programa dela za leto 2010, saj je od dobro zastavljenega programa z uresničljivimi cilji odvisna uspešnost celostnega poslovanja društva. Program je predstavil predsednik Gregor Grač-

ner, člani občnega zbora pa so ga po razpravi in pripombah potrdili.

Del socialnega programa je tudi program osebne asistence. Delo petih osebnih asistentk je dokaj naporno, vendar za naše člane zelo pomembno. Precej zahtevni so



// Udeleženci občnega zbora so med drugim razpravljali o različnih težavah, ki jih prinašajo posledice naše poškodbe.

predvsem: koordinacija, obseg in način dela. Zato je občni zbor na predlog UO sprejel nov Pravilnik o osebni asistenci, v katerem so opredeljene pravice in dolžnosti tako izvajalca kot tudi uporabnika. Mirjam je predstavila prenovljen Pravilnik o pritožbenem postopku in poudarila, da je vsak član upravičen do pritožbe, če ni zadovoljen z izvajanjem programa.

Člani vsakega društva pripadnost svoji organizaciji izkazujejo tudi s plačevanjem članarine. In tako je občni zbor sprejel sklep, da bo članarina v letošnjem letu znašala 15 €, za socialno šibke člane pa simbolična dva evra.

Nato se je razvila razprava, v kateri so udeleženci občnega zbora razpravljali o različnih težavah, ki jih prinašajo posledice naše poškodbe. Društvo jih bo po svojih možnostih skušalo rešiti, konkretne predloge pa realizirati. V razpravo se je vključil tudi predsednik Zveze paraplegikov Slovenije Dane Kastelic in članom podal vrsto zanimivih informacij. Predstavil je trenutni potek dograditve doma na morju, možnosti obnovitvene rehabilitacije, ki jo bomo razširili še na zdravilišče Zreče, aktualno zakonodajo in vlogo Zveze. Zanimiv je bil tudi predlog Petra Sokliča, da bi se paraplegiki in tetraplegiki ob prostem času lahko ukvarjali z modelarstvom. Predsednik društva Gregor Gračner je pripomnil, da so ob vseh aktivnostih, ki jih izvaja društvo, naši prostori že premajhni.

Po končanem delu občnega zbora smo se člani in gostje zadržali na družabnem srečanju, ki ga je z dobro glasbo in šalami popestrili Jernej Pikel iz Kisovca.

Jože Globokar



// Peter Soklič je predlagal, da bi se paraplegiki in tetraplegiki ob prostem času lahko ukvarjali z modelarstvom.



// Delovno predsedstvo

Na podlagi 27. in 36. člena Statuta Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine je Občni zbor Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine na svoji seji 24. 03. 2010 sprejel naslednji:

PRAVILNIK o pritožbenem postopku (PPP – DPLJ)

SPLOŠNE DOLOČBE

1. člen (vsebina Pravilnika)

Pravilnik o pritožbenem postopku ureja postopke reševanja pritožb uporabnikov posebnih socialnih programov (v nadaljevanju: program), ki jih izvaja Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine (v nadaljevanju: DPLJ).

2. člen (definicija pritožbe)

Pritožba je jasno izraženo nasprotovanje ali nezadovoljstvo uporabnika glede izvajanja programa, ki ga oseba poda v skladu s tem Pravilnikom.

Mnenja, pobude, pohvale lahko uporabniki programov zapišejo v knjigi pohval in pritožb, vendar le-ti niso obravnavani kot pritožba.

NAČIN VLOŽITVE, OBLIKA IN VSEBINA PRITOŽBE

3. člen (način vložitve)

Pritožba mora biti v pisni obliki. Upravičenec jo lahko vloži osebno, pošlje po pošti, telefaksu ali elektronski pošti pristojni osebi DPLJ. Če obstajajo utemeljeni razlogi, zaradi katerih pritožbe ni mogoče vložiti na ta način, jo lahko upravičenec poda v času uradnih ur DPLJ pristojni osebi na zapisnik.

4. člen (vsebina pritožbe)

Vsebina pritožbe se nanaša na kršitev delovnih dolžnosti in obveznosti izvajalca oziroma kršitev dogovora o izvajanju programa in na odnos do uporabnika programov.

V pritožbi morajo biti navedeni podatki, ki so potrebni za ugotavljanje dejstev in reševanje pritožbe. Pritožba mora biti razumljiva in mora vsebovati ime in priimek stranke, naslov stranke, razloge pritožbe in podpis stranke. Če pritožnik pritožbe ne more podpisati, je potrebno navesti razlog, ki preprečuje podpis.

V primeru, da je pritožba nepopolna, nerazumljiva ali nepodpisana, pristojna oseba oziroma pristojni organ zahteva od stranke, da vlogo popravi ali dopolni. V primeru, da pritožnik zahteve ne upošteva, se pritožbo zavrže. O tem se obvesti vlagatelja pritožbe.

5. člen (rok za vložitev pritožbe)

Pritožbo je potrebno vložiti v roku 10 dni od nastanka okoliščin, ki so podlaga za pritožbo.

POSTOPEK PRITOŽBE

6. člen (dvostopenjski postopek)

Pravilnik določa postopek reševanja pritožb strank, ki je dvostopenjski.

Pri dvostopenjskem pritožbenem postopku na prvi stopnji odloča o pritožbi upravičenca vodja programa oziroma predsednik skupaj z Upravnim odborom DPLJ. Na drugi stopnji odloča o pritožbi Disciplinska komisija DPLJ.

7. člen (obravnavanje pritožbe)

Obravnava je najkasneje 15 dni od prejete pritožbe, na podlagi katere se izreče sklep, kjer se presodi načine reševanja pritožbe.

9. člen (odgovor na pritožbo)

Pristojna oseba mora poslati odgovor na prejeto pritožbo najkasneje v 30 dneh od prejema pritožbe s priporočeno pošto na naslov osebe, ki se je pritožila.

10. člen (možnost pritožbe na drugi stopnji)

Če se oseba ne strinja s prejetim odgovorom, ima možnost pritožbe pri Disciplinski komisiji DPLJ.

Disciplinska komisija DPLJ obravnava pritožbo v skladu s Pravilnikom o disciplinski in materialni odgovornosti ter postopku in delu disciplinske komisije DPLJ.

7. člen (hramba dokumentacije)

DPLJ vodi evidenco prejetih pritožb, kjer so navedeni:

- zaporedna številka pritožbe,
- datum prejema,
- ime in priimek vložnika pritožbe,
- vsebina pritožbe,
- način reševanja pritožbe,
- rešitev pritožbe.

KONČNE IN PREHODNE DOLOČBE

12. člen (spremembe Pravilnika)

Spremembe Pravilnika sprejema Upravni odbor DPLJ.

13. člen (veljavnost Pravilnika)

Ta Pravilnik začne veljati z dnem sprejetja na Občnem zboru DPLJ, s tem dnem preneha veljati Postopek pritožb na izvajanju programov.

▶ Volitve? Brez veze!

Volitve dostopne tudi invalidom.



V času pisanja tega članka poteka intenzivna predreferendumska razprava glede arbitražnega sporazuma o meji, in to tako v medijih kot v splošni javnosti. O tej tematiki seveda tudi sam diskutiram s prijatelji in znanci, neredko pa naletim na sogovornika, ki se sicer „zelo“ spozna na predmetno tematiko, ter ima ogromno rešitev in argumentov za to in ono, pa vendar se na volitve oziroma referendum ne bo podal, ker takega „idiotizma“ ne bo podpiral, da je vse tako ali tako „brez veze“, ker njegov glas ne bo k ničemer prispeval, včasih pa se najde tudi kdo, ki se zaradi „morebitne“ nedostopnosti ne poda na volišče. Prav slednje me je spodbudilo, da napišem nekaj misli o odgovornosti za naš skupni jutri, in koliko, če sploh, se te odgovornosti zavedamo.

Najprej o sami dostopnosti volišč. Avgusta 2006 spremenjena volilna zakonodaja zahteva od vseh slovenskih občin pripravo posebnih volišč, dostopnih invalidom. Z Zakonom o ratifikaciji Konvencije OZN o pravicah invalidov, ki v 29. členu zahteva od držav in občin, da zagotovijo samostojnost in tajnost glasovanja tudi invalidom, je postala obvezna uporaba posebnih volilnih pripomočkov za gla-

sovanje ljudi s telesnimi hibami. Po 79.a členu Zakona o volitvah v državni zbor in Zakona o lokalnih volitvah mora imeti vsaka občina vsaj eno volišče, dostopno invalidom in opremljeno s pripomočki za glasovanje.

Vrhunska elektronska naprava za glasovanje s pomočjo zvoka, namenjena vsem oblikam invalidnosti, posebej pa prilagojena slepim in nepismenim volivcem, je na voljo tudi v Ljubljani. Vsebuje slušalke, ekran, občutljiv na dotik, krmilno palico in tiskalnik. Omogoča povsem enostavno glasovanje slepim, slabovidnim, ostarelim, invalidom, nepismenim in ostalim osebam s težavami pri pisanju. Z njo lahko oddajo glas tudi vsi drugi zainteresirani volivci, omogoča pa večkratno ponovno glasovanje v primeru, da želi volivec popraviti svoj glas pred dokončno oddajo glasovnice. Naprava deluje tudi v primeru krajšega izpada električnega toka. Pripravljena je povsem v skladu s priporočili Sveta Evrope. Tisti volivci, ki imajo željo glasovati na posebnem volišču s prilagojeno napravo, lahko glasujejo na njem, vendar se morajo v skladu s prvim odstavkom 79.a člena ZVDZ javiti okrajni ali mestni volilni komisiji, odvisno od volitev, tri dni pred glasovanjem, da jih ta izbriše iz njihovega volilnega imenika, kjer imajo stalno prebivališče, in vpiše v poseben volilni imenik za to volišče.

Kdor zaradi telesne hibe ali ker je nepismen, ne bi mogel glasovati tako, kot je predpisano,

ima prav tako pravico, da pripelje s seboj pred volilni odbor osebo, ki namesto njega, vendar po njegovem navodilu, izpolni glasovnico in jo spusti v glasovalno skrinjico. Če na volišče ni možen dostop z invalidskim vozičkom, lahko volivec glasuje pred zgradbo, v kateri je volišče. O tem odloči volilni odbor in tudi to se vpiše v zapisnik.

V primeru torej, da se kdorkoli želi udeležiti volitev, mu je ta pravica zagotovljena tako ali drugače. Strah pred nedostopnostjo volišča je prav tako povsem odveč, saj je, vsaj na območju Mestne občine Ljubljana, velika večina volišč dostopna gibalno oviranim osebam, v nasprotnem pa so člani volilnih odborov posebej poučeni, kako ravnati v primeru, da pride gibalno ovirana oseba na to volišče. Po dosedanjih izkušnjah naj ne bi bilo težav – v tem primeru pridejo člani volilnega odbora pred volišče.

Kar pa se tiče „brez veze“ argumenta – popolnoma vsi smo odgovorni za naš skupni jutri in vsak glas prispeva k tem, da se volja ljudstva udejanja. Ignoranca in apatija do vseh segmentov družbenega življenja je dandanes vse prepogosta, družbena klima pa se s tem glede na recesijsko oziroma porecesijsko razsulo samo še slabša. Če torej želimo, vsekakor lahko glasujemo in poskušamo pripomoči k boljšemu jutri. Če pa se slučajno ne izide po naših željah, si vsaj ne bomo mogli očitati, da nismo poizkusili, pravica do izražanja kritike pa nam bo priznana. In nenazadnje – s svojim obiskom volišč pokažimo, da nam ni vseeno, in da smo odgovorni ter dejavni člen v družbi, s katerim je potrebno računati, ne pa le „brez-zobi“ opazovalci. 🗳️

Sašo Rink

➤ Varno in udobno za vse potnike

Kot ponudnik pomembne javne storitve – javnega prevoza potnikov – si tudi Javno podjetje Ljubljanski potniški promet prizadeva, da bi bili mestni avtobusi v našem mestu kar najbolj dostopni in varni prav za vse potnike.

Tako že vrsto let ob nakupih novih vozil avtobusov zahtevamo izključno nizkopodna vozila, ki jih je v našem voznem parku zdaj 165 od 213 celotnega parka vozil. V letu 2009 načrtujemo nakup 39 novih avtobusov, tako da se bo delež nizkopodnih vozil kar precej povečal, naša želja pa je v celoti obnoviti vozni park v čim

krajšem času in imeti v floti izključno nizkopodna vozila. Vsi nizkopodni avtobusi imajo tudi nagibno tehniko, ki omogoča, da se vozilo nagne proti pločniku, s čimer se razmik v višini še zmanjša ali pa ga sploh ni.

Zakaj so nizkopodni avtobusi tako pomembni? Pomislimo – ko smo zdravi

in nas nič ne boli, nam stopnica ali dve ne predstavljata nobene težave. A prav vsakogar izmed nas lahko doleti ovira v lastni mobilnosti – to je lahko le zvit gleženj ali

zlomljena noga. Tedaj se še kako dobro začnemo zavedati ovir, s katerimi se srečujejo mnogi, bodisi zaradi starosti, zaradi malčka v otroškem vozičku ali trajnih poškodb, zaradi katerih morajo uporabljati invalidski voziček.

V LPP to dobro vemo, zato si za boljšo dostopnost avtobusov stalno prizadevamo, ampak spremembe na

boljše se včasih prepočasno dogajajo.

Kljub temu pa lahko rečemo, da se je v zadnjih letih situacija močno popravila. Ena izmed pomembnih izboljšav so klančine za vstop na invalidskih vozičkih, s katerimi je opremljenih

106 torej polovica voznega parka LPP. Ne glede na tip

avtobusa je standardizirano, da se vstopno/izstopna klančina nahaja na drugih vratih avtobusa. Ker s klančinami niso opremljeni vsi avtobusi, potnikom nudimo tudi storitev

obveščanja o tem, kdaj in kje se avtobusi s klančinami nahajajo. Pred načrtovano potjo z mestnim avtobusom potnik enostavno pokliče nadzornika LPP na telefonsko številko 01/58 22 426 in dobi informacijo o predvideni uri prihoda s klančino opremljenega avtobusa za izbrano postajališče.

Tudi storitev LPP BUS INFO, ki vsem uporabnikom mestnih avtobusov prek SMS sporočil navaja prihode in označuje nizkopodne avtobuse z dodatno črko n (navodila za uporabo te storitve preko SMS-ov se nahajajo na www.lpp.si) je dobra storitev, ki jo priporočamo za uporabo. V prikazu časov prihodov so prihodi nizkopodnih avtobusov označeni s črko »n« in za uporabnike mehaničnih (ne-električnih) invalidskih vozičkov je to pomembna informacija, saj je vstop na nizkopoden avtobus z nagibno tehniko za takšne vozičke mogoč brez dodatne uporabe klančine.

Na samem postajališču potnik avtobus, ki je opremljen s klančino, prepozna po posebnih nalepkah, ki so modre barve z napisom VSTOPNA PLOŠČAD, prilepljene pa so na desnem boku avtobusa v neposredni bližini drugih vstopnih vrat blizu vstopne ploščadi.

Tudi v notranjosti avtobusa nalepke označu-



jejo prostor, rezerviran za invalide na vozičkih (modra nalepka), in sedež, rezerviran za invalide (bela nalepka neposredno za vozni-kovim sedežem). Besedila na vseh nalepkah so zapisana tako v slovenskem kot angleškem jeziku.

Nizkopodni avtobusi v ljubljanskem me-stnem potniškem prometu so opremljeni tudi s tehnologijo, ki mobilnost močno olaj-ša slepim in slabovidnim potnikom. Prikazo-valniki s številko in imenom linije so namreč sestavljeni iz oranžnih led diod na črni pod-lagi, ki so odlično vidne tako po kontrastu kot svetilnosti, v notranjosti avtobusa pa slepim in slabovidnim potnikom pri orien-taciji pomagajo zvočni napovedniki postaja-lišč. 🗣️

LPP



// V notranjosti avtobusa nalepke označujejo prostor, rezerviran za invalide na vozičkih.

Brošura // Novice iz MOL-a

► Ljubljana je najlepše mesto na svetu!

18. maja je bila v mestni hiši predstavljena brošura z naslovom Ljubljana, občina po meri invalidov - odpravljamo ovire. Objavlja ukrepe za lažje in bolj kakovostno življenje oseb z oviranostmi.

Brošura z naslovom »Ljubljana, občina po meri invalidov – odpravljamo ovire« je tretja publikacija Oddelka za zdravje in socialno varstvo Mestne občine Ljubljana iz serije publikacij Ljubljana – zdravo mesto. Mesta občina Ljubljana se je že pred skoraj 22 leti kot prva slovenska občina vključila v pro-

gram zdravih mest pod okriljem Svetovne zdravstvene organizacije. Publikacija je nastala je na podlagi uspešno izvedenega projekta za pridobitev listine »Občina po meri invalidov«, ki jo je Mestni občini Ljubljana za leto 2009 podelila Zveza delovnih invalidov Slovenije. Med drugim se dotika aktivnega

vključevanja oseb z oviranostmi v vsakdanje življenje v domačem okolju, vključevanja v sistem vzgoje in izobraževanja v Ljubljani ter dostopnosti do grajenega okolja, informacij in prevozov.

V brošuri je predstavljen celoten potek projekta s predstavitevjo trinajstih ciljev iz Akcij-

skega načrta za izenačevanje in uresničevanje enakih možnosti oseb z oviranostmi v MOL in njihovih dosežkov. Dodani so prispevki invalidskih nevladnih organizacij ter nekaj posameznikov in posameznic, ki so s svojimi razmišljanji o življenju oseb z oviranostmi v Ljubljani obogatili celotno vsebino brošure. Gradivo za publikacijo so zbrali in uredili: Tilka Klančar, Tanja Skornšek Pleš, Peter Bohinec in Darija Božnik.

»Mesto, ki je prijazno invalidom in starejšim, je prijazno vsem,« je na prireditvi dejal ljubljanski župan Zoran Janković. Po njegovih besedah je naziv Občina po meri invalidov, s katerim se ponaša prestolnica, obveza za

nadaljnje delo. »Pri pripravi česar koli nam morajo biti na prvem mestu invalidi,« je dejal župan. Med drugim je omenil dvigalo v Mestni hiši, ki po njegovih besedah pomeni spoštovanje do tistih, ki se želijo udeležiti dogodkov v stavbi.

»Gibalno, slušno ali vidno ovirani imajo enake pravice sodelovati pri vseh dejavnostih in mi jim moramo to omogočiti,« meni ljubljanski župan. »Veseli obrabi prebivalcev Ljubljane potrjujejo, da

»Ne sprašuj se, kaj lahko Ljubljana stori zate, vprašaj se, kaj lahko ti storiš za Ljubljano.«

je Ljubljana najlepše mesto na svetu!« je prepričan župan.

Predsednik sveta za odpravljanje arhitekturnih in komunikacijskih ovir Mestne občine Ljubljana Sašo Rink je dejal, da je življenje v Ljubljani za invalide čedalje lažje in bolj kakovostno. »Določene skupine gibalno oviranih imajo

še vedno težave, vendar se tudi ta področja intenzivno urejajo. Ljudje si velikokrat predstavljajo, da občini vlada samo kapital, vendar je mestna oblast podprla vse naše predloge glede ureditve vsebin za gibalno ali kako drugače ovirane osebe, ki so bile v okviru občine izvedljive.« Kot zaslužne za korake naprej je omenil župana, mestno upravo in društva, ki združujejo osebe z oviranostmi. Zora Tomič, predsednica projektnega sveta ZDIS, je razložila, da pri usmeritvi akcijskega načrta za bolj kakovostno življenje oseb z oviranostmi ni šlo samo za pločnike, dvigala in klančine, temveč tudi za odstranjevanje tistih manj vidnih ovir, pri katerih se okolje ne odziva na njihove posebne potrebe in tako nimajo možnosti za polno sodelovanje v življenju glavnega mesta.

Naj zaključim s popotnico Saša Rinka ob izdaji brošure: »Ljubljana – prijazna invalidom? Vsekakor, z vsakim dnem prijaznejša vsem ljudem! Ker pa odgovornost za naše mesto ne leži na občini, naj priredim še slavni izrek Johna F. Kennedyja: »Ne sprašuj se, kaj lahko Ljubljana stori zate, vprašaj se, kaj lahko ti storiš za Ljubljano.«



// Dogodka s krajšim kulturnim programom so se udeležili župan, razni predstavniki invalidov in mestne oblasti ter nekateri mestni svetniki.

▶ Očistimo Slovenijo

Tudi s sodelovanjem Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine se je 17. aprila pisala zgodovina vseslovenske akcije – očistimo Slovenijo v enem dnevu.

Ko človek opazuje naravo in vsepovsod naleti na kupe malomarno odvrženih odpadkov, dostikrat izgubi pogum in se kot posameznik počuti preprosto premajhnega, da bi lahko takšno »iznajdljivost« prenekaterih kakorkoli preprečil. Še več, ko vidiš vsepovsod kupe smeti si misliš, da je itak vseeno, če tudi ti kar tako in kamorkoli odvržeš stvari, ki jih ne želiš več gledati v svoji kleti ali na domačem dvorišču.

Pa vendar ni tako! Žal smo v sedanji, »delam, kar hočem« dobi pozabili, da je narava v vsej svoji enkratnosti hkrati tako krhka in isti trenutek tako močna, da spravi na tla tako rekoč vsa evropska letala. Pozabili smo, da smo jo tako, čudovito, dobili v dar in da jo lahko s posegi vanjo uničimo ali zasvinjamo. Da nam prav to slednje dobro uspeva, smo dokazali letos sredi aprila, ko je na tisoče prostovoljcev iz grap, gozdov, jarkov in parkov privleklo na tone smeti. Res, veliko se nas je zganilo, si zavihalo rokave in si nataknilo rokavice ter se združilo v vseslovenski čistilni akciji Očistimo Slovenijo. Čistili smo vsi, od

pomembnejšev do čisto navadnih smrtnikov in celo naši najmlajši. Sodelovala je vojska, policija, potapljači ...

Seveda smo svoj del k lepšemu okolju želeli prispevati tudi člani našega društva. In tako se je v soboto na zbirnem mestu v Ljubljani zbralo nekaj več kot deset paraplegikov našega društva, njihovih svojcev in spremljevalcev. Opremljeni z vrečkami in rokavicami smo očistili področje Tabora, Vrhovčeve, Ilirske in del Njogoševe ulice ter Hrvaški trg. Cigaretnih ogorkov nismo pobirali, ker jih je na tisoče in



/ Pri čiščenju so bili zelo zavzeti tudi otroci naših članov.

tisoče, nabrali smo plastenke, pločevinke, našli pa smo celo zavrženo tipkovnico in avtomobilsko registrsko tablico. Z najrazličnejšimi odpadki, ki so jih nevestni mimoidoči malomarno odvrgli na tla, včasih prav blizu koša za smeti, smo napolnili kar nekaj vreč. Razveseljivo je, da so bili ob tem najbolj zavzeti otroci naših članov – Isak, Maruša, Maša in Julija, seveda pa bi brez svojcev – Joži, Mateje, Maje in voznika Tomaža (ki so ob pobiranju odpadkov nosili tudi vreče), akcijo težko izpeljali. No, naš prispevek ni ravno velik, saj je gibanje z invalidskim vozičkom precej omejeno, veseli pa smo, da smo se pridružili nekaj tisočem prostovoljcev, ki so čistili našo prestolnico.

Akcija je bila poleg tega, da je bila res nujno potrebna, tudi povezovalna. Združila nas je v skrbi za našo skupno domovino. V njej smo tudi invalidi pokazali, da nam ni vseeno in da nas pravi namen lahko združi v dobrem. To je dobro znamenje, ki nam vliva upanje.

Prav v dejstvu, da je akcija povezovala tolikšno množico, 250.000 ljudi, vidim tudi njeno socialno komponento. V teh tako samozadostnih časih smo Slovenci kot narod prav potrebovali nekaj, kar bi nas povežalo ne glede na ideološke, politične in vsemogoče razlike. Taka akcija ima pravi skupni imenovalec, kjer se lahko najdemo vsi.

Takih dejanj nam manjka, takšnih zgledov nimamo veliko v zadnjih letih. Pa bi jih še kako potrebovali. 🤝

Rafko in Jože

► Končno vsi pod isto streho

Nova, arhitekturno zanimiva in dovršena stavba na Tržaški 50 a v Logatcu že dalj časa vzbuja zanimanje tako prebivalcev Logatca kot tudi tistih, ki kraj pogosteje obiščejo ali pa se skozi njega dnevno vozijo.



Kakorkoli že. Nova in težko pričakovana stavba predstavlja srce občine Logatec v upravno-administrativnem smislu. Govorimo namreč o Upravnem centru Logatec, ki je pod eno streho združil tako organe lokalne kot državne oblasti pa tudi nekaj komercialnih podjetij.

Zakaj nova zgradba in pot do nje

Zgodba o izgradnji tako zahtevnega projekta, kot je upravni center, je dolga in na nekaterih mestih precej zapletena. Ideja o novih prostorih za potrebe občine Logatec se je rodila leta 2002, ko je bilo dokončno znano, da stavb, v katerih se občina v tem trenutku še nahaja (Tržaška cesta 13-15), zaradi denacionalizacijskega postopka ne bo mogoče dobiti v last (la-

stnik je Kmetijska zadruga Logatec). Hkrati sta stavbi zaradi svoje starosti, stari sta že več kot 120 let, ter velikega števila ljudi, ki v njej delujejo, začeli pokati po vseh šivih. Prostori občine, seveda pa tudi drugih organov, ki delujejo v omenjenih zgradbah, niso bili več primerni in niso dosegali minimumov (inštalacija, varnost itd.), določenih s posameznimi zakoni in predpisi. Prav zaradi omenjenega je bilo za potrebe občine Logatec treba najti drugo, ustrežnejšo, a hkrati ekonomsko sprejemljivo rešitev. Prve ideje o novi lokaciji so bile usmerjene v stavbe, ki so v lasti občine, kot je npr. stara sodnija na Tržaški 105. Svetniki v prejšnjem mandatu pa so na eni izmed sej občinskega sveta sprejeli sklep o izgradnji novih prostorov ob Titovi ulici. Za izgradnjo teh prostorov so zadolžili župana Logatca Janeza Nagodeta, ki mu je bila hkrati tudi zaupana naloga, da pod eno streho združi organe in ostale službe, ki so izjemno pomembne za občane logaške občine. Avgusta 2006 je tako prišlo do sklenitve dogovora med štirimi strankami: Občino Logatec, Ministrstvom za javno upravo, Ministrstvom za delo, družino in socialne zadeve ter Ministrstvom za finance RS. Na podlagi dogovora se je nadalje odločalo o samem načinu financiranja in izvajanju projekta. Zgoraj omenjene stranke so za investitorja projekta pooblastile

16



// Tik ob vhodu v upravni center v Logatcu so štiri parkirna mesta za invalide.

občino, ki ji je bila s tem naložena naloga vođenja vseh nadaljnjih postopkov, vezanih s samim objektom. Do prve idejne zasnove je prišlo v letu 2007 s strani podjetja Projekta inženiring Ptuj, kasneje istega leta pa je Upravna enota Logatec izdala tudi gradbeno dovoljenje. V nadaljnjih postopkih je prišlo do izbire najugodnejšega izvajalca gradbenih del, ki jih je s podpisom pogodbe junija 2008 začelo izvajati Splošno gradbeno podjetje Tehnik d.d., družba za gradbeništvo inženiring, trgovino iz Škofje Loke. Za izgradnjo skoraj 5.000 m² skupnih površin, od katerih slabih 270 m² predstavljajo pokrita parkirišča, je bila podpisana večpartitna pogodba v višini dobrih 6,5 milijonov evrov. Tako kot ponavadi tudi pri izgradnji Upravnega centra Logatec ni šlo brez zapletov. Med gradnjo objekta je Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve zmanjšalo obseg prostorov, namenjenih Centru za socialno delo Logatec in Zavodu za zaposlovanje – Urad za delo Logatec. To dejanje je ustvarilo določeno vrzel v smislu nezapolnjenosti prostorov, ki pa jo je občina poskušala rešiti tako, da je k odkupu prostorov povabila Pošto Slovenije d.o.o.

Za uporabnike prijazno - na enem mestu najmanj 9 različnih inštitucij

Upravni center Logatec, ki je prav gotovo predstavil središče Logatca malce višje po Tržaški cesti, je pod eno streho združil delovanje do sedaj lokacijsko odmaknjenih organov in podjetij. V osrednjem delu stavbe boste našli: Občino Logatec (1. nadstropje), Upravno

enoto Logatec (2. nadstropje), Davčno upravo RS – izpostava Logatec (2. nadstropje), Območno geodetsko upravo Ljubljana, pisarna Logatec (2. nadstropje), Center za socialno delo Logatec (pritličje), notarsko pisarno notarke Nives Vidmar (pritličje) in Adriatic Slovenico – zavarovalno družbo d.d. V južnem delu poslopja je svoje prostore našla A banka Vipava d.d., v severnem pa Pošta Slovenije d.o.o.



In kaj bo nova stavba prinesla uporabnikom storitev?

Dobrih lastnosti je veliko, a za gotovo jih je treba omeniti vsaj nekaj. Kot je bilo že povedano, bodo sedaj službe, katerih storitev občani velikokrat potrebujejo, na enem mestu, same ure poslovanja posameznih organov pa se bodo poskušale poenotiti. Z novo stavbo se je zagotovil tudi kvalitetnejši in boljši dostop za vse skupine posameznikov. V starih prostorih občine na Tržaški 13 in 15 je zagotovo največ težav za uporabnike upravno-administrativnih storitev predstavljal sam dostop do prostorov. V mislih imamo predvsem mamice z vozički in invalide, ki jim nismo mogli zagotoviti ustreznih parkirnih prostorov ter neoviranega gibanja po občinski stavbi. V Upravnem centru Logatec je vse drugače. Tik ob vhodu so štiri parkirna mesta za invalide, vhoda v stavbo ne ovirajo stopnice, večina vrat se odpira samodejno, po stavbi pa se lahko nemoteno gibamo s pomočjo dvigala. Upravne storitve so tako res na voljo prav vsem, ki jih potrebujejo. ♿

Romana Hribar
Občinska uprava Logatec

Delovno srečanje

Ribnica

V sejni sobi Doma starejših občanov v Ribnici je 13. aprila potekal sestanek na temo »Naredimo mesto prijazno invalidom«.

Na sestanku so bili Jože Levstek, župan občine Ribnica, Lea Divjak Radivojevič, svetovalka za okolje in prostor občine, Muharem Delić, namestnik komandirja policijske postaje Ribnica, Marjan Zajc, predsednik Društva invalidov občin Ribnica, Sodražica in Loški Potok, Damjana Deržek, predstavnica doma starejših občanov Ribnica, predstavniki medijev: Alenka Pahulje (lokalni časopis Rešeto), Milan Glavonjič (Dnevnik, Radio 1 Urban), Gregor Gračner, predsednik Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine in Slavko Ivančič, član društva.

Na sestanku so razpravljali o problematiki ureditve prometnih in dostopnih površin gibalno oviranim osebam na območju občine Ribnica. Te v sedanji obliki ne ustrezajo in ne omogočajo primerne uporabe. Čimprej je treba pristopiti k projektnim rešitvam, ki bodo omogočale enakovredne možnosti za dostop do javnih površin in objektov. Upamo, da bo delovno srečanje kmalu rodilo sadove. ♿

Jože Globokar

➤ Težave z mirujočim prometom

Predstavniki društva, predstavniki občinskih služb, predstavniki CIRIUS-a in člani, ki živijo v občinah Kamnik, Komenda, Lukovica, Moravče in Vodice, smo se 24. maja sestali v prostorih gostišča Repnik v Vrhpolju pri Kamniku in razpravljali o vseh perečih težavah, s katerimi se vsakodnevno srečujejo naši tam živeči člani.



Medse smo povabili župane omenjenih občin, predstavnika Centra za socialno delo, Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije, vodjo

Oddelka za družbene dejavnosti občine Kamnik, Policijske postaje Kamnik in Zavoda CIRIUS.

Delovnega sestanka se je udeležilo kar 70 odstotkov vabljenih članov, kar nedvomno dokazuje, kako zelo potrebni so takšni občasni sestanki. S strani predstavnikov vabljenih občin in strokovnih služb se je vabilu odzval podžupan Komende Mirko Kepic. Občino Kamnik je predstavljala strokovna delavka občine Marjeta Benkovič. Vabilu sta se odzvala tudi PP Kamnik in direktorica Zavoda CIRIUS Žarka Brišar Slana. Med predstavniki občin Lukovica, Moravče in Vodice pa kljub pravočasnemu vabilu in dani obljubi ni nihče našel časa, da prisluhne odprtim vprašanjem, ki so jih postavljali naši člani.

Delovni sestanek je s primernim uvodom pričel predsednik društva Gregor Gračner. V nadaljevanju je socialni referent Rafko Jurjevčič spregovoril o nizu aktivnosti v vseh osmih posebnih socialnih programih. Zadnji čas je

tudi na Kamniškem vedno bolj iskana pomoč v obliki osebne asistence. Možnosti uporabe slednje je predstavila Ana Pavšek. Gregor je govoril o prevoznih potrebah in športnih aktivnostih, Mirjam Kanalec pa o prizadevanjih za odpravo grajenih ovir, ki zahtevajo veliko finančnih sredstev, zato je predstavila tudi svoj trud v spremljanju občinskih razpisov socialnih programov in tozadevne rezultate.

Svoja mnenja, videnja in pohvale ob predstavljenih prizadevanjih društva so izrekli vabljeni gostje vseh področij.


Po teh sicer kratkih predstavvah so se z aktualnimi vprašanji oglasili naši člani. Slišali smo pestro paleto raznovrstnih težav, s katerimi se morajo spoprijemati. Presenetila nas je trditev in upravičeno nezadovoljstvo, da invalid na vozičku ne more niti do svojega zdravnika v



// Na delovnem srečanju v Kamniku smo slišali pestro paleto raznovrstnih težav, s katerimi se morajo naši člani spoprijemati.

zdravstvenem domu. Si lahko to predstavlja-
mo? Vendar je tako urejeno v Zdravstvenem
domu Lukovica. Sprašujemo se, do kdaj bo še
tako. Postavlja se mi vprašanje, koliko invalidov
je potrebnih, da se v določeni občini uredi vsaj
skromna klančina, ki bo omogočala dostop
vsem občanom? Morda kdo pozna odgovor?
Na sestanku so bile pristojnim službam po-
sredovane tudi resne težave, ki jih ima invalid
na vozičku, ko potrebuje prevoz z reševalnim
vozilom. Upravičenost je menda odvisna od
dobre volje osebnega zdravnika! Žal je bila
tudi na tem sestanku prisotna nevednost,
kako ukrepati, ko uveljavljamo pravico do
določenega tehničnega pripomočka, npr.
sedežne blazine. Seveda smo na takšno vpra-
šanje ponudili ustrezno pojasnilo kar takoj na
samem sestanku.

Slišali smo tudi pohvalo, da si v občini Kamnik,
kjer je že dolga leta prisotna številna invalidna
mladinska populacija, prizadevajo za urejeno
okolje. Vendar težave z mirujočim prometom
so vse večje. Zvedeli smo za način, kako za-
dovoljiti tovrstnim predpisom, vendar gibalno
oviranim tudi jasno pokazati, da niso zaželeni
kupci v določeni trgovini. Kako si drugače tol-
mačiti dejstvo, da parkirne prostore, namenje-
ne invalidom, narišejo 50 in več metrov stran
od vhoda v trgovino, namesto da bi bili čim
bližje. Opozorili smo tudi policijo, naj posre-
duje v primeru, ko parkirni prostor pred toč-
no določeno trgovino stalno zasedajo vedno
isti zdravi vozniki. Seveda se bomo povezali z
mestnim redarstvom in opozorili na takšne
konkretne primere. Naši člani iz Kamnika so
predstavili tudi težavo za vozičkarje neupo-
ravnim pločnikom na Medvedovi ulici. Meni-
mo, da je potrebno občini predlagati sestanek

ter jih na take in podobne primere opozoriti.
Da so takšni sestanki nujno potrebni, so po-
trjevala številna vprašanja udeležencev, zato
bomo z njimi nadaljevali. 

Rafko Jurjevčič



Benkovič Marjeta,
strokovna delavka na
občini Kamnik

»Pri razpisih je eden iz-
med kriterijev tudi član-
stvo, zato se pri višini sofinan-
ciranja upošteva tudi število članov.«

Mirko Kepic, podžupan
občine Komenda



»Osebnostno sem zahteval
od redarstva in policije,
da naj sankcionirajo naj-
prej z opomini in kasneje s
kaznimi tiste ljudi, ki parkirajo na pločnikih.«



Danica Kropivšek,
predstavnica CSD-ja
Kamnik

»Naši prostori so v starem
zdravstvenem domu v 2.
nadstropju. Že bivša direk-
torica se je trudila za vgradnjo dvigala, vendar
ne vem, kje se je zataknilo.«

Nada Kolar,
predstavnica ZZS-ja
Kamnik



»Vse postopke za pridobitev
tehničnega pripomočka začne
osebni zdravnik. Tudi nenujni
prevoz z reševalnim vozilom predpiše on.«



Žarka Brišar-Slana,
direktorica zavoda
Cirius

»Upam, da bo sodelo-
vanje z občani, občino in
društvi potekalo v korist mla-
dostnikov. Naš zavod zelo dobro sodeluje z
občino in če bi jaz podeljevala kako listino, bi
jo že podelila – občini.«

Darinka Slanovec,
članica DPLJ



»Na Medvedovi ulici je
tako ozek pločnik, da
moramo invalidi na vo-
zičkih voziti kar po cestišču.
Se bo ta problem v bodoče rešil na kakšen
način?«



Gregor Vrhunec,
član DPLJ

»Pohvalil bi občino in
društvo. Ko sem se prvič
vrnil domov, sem se sre-
čal s problemom, kako priti
v 2. nadstropje. Predstavnica občine in župan
sta mi pomagala zbrati denar za nakup sto-
pniščenega vzpenjalca.«

Janja Balantič,
članica DPLJ



»Že pred štirimi leti je
bila podana pobuda za
ureditev mrliške vežice,
tako da bo dostopna tudi
invalidom na vozičkih. Pa še vedno ni nič
storjenega!«

➤ Različnost je zakon

Pri društvu že kar nekaj časa uspešno uresničujemo projekt predstavitve društva ter življenja paraplegikov in tetraplegikov po fakultetah v Ljubljani.

Z Mojco Kovač-Šebart sva se spoznali, ko sem njeni hčerki Niki pomagala pri matematičnih zankah. Takoj sva našli skupni imenovalec in bili složni, da je v družbi vse preveč stereotipov in izključevanja na podlagi »drugačnosti«. In kot redna profesorica na Filozofski fakulteti ter nosilka predmeta predšolska pedagogika z elementi družinske vzgoje se še bolj zaveda problema, da se pedagogi v šolah srečujejo z učenci »s posebnimi potrebami« brez ustreznih znanj in izkušenj. Zato me je povabila na okroglo mizo »Različnost je zakon«, ki je potekala ob zaključku letošnjih pedagoško-andragoških dni, kjer sem opisala svoje izkušnje iz srednje šole, ko niti jaz niti moji učitelji in sošolci nismo bili pripravljeni na vidne in nevidne ovire, ki jih povzroča invalidnost. Na okrogli mizi so poleg strokovnjakov sodelovali še predstavniki homoseksualcev, diabetičarka in študentka, ki je tretja generacija priseljencev iz bivše Jugoslavije. Vsi so opisovali svoje izkušnje in težave, s katerimi so se srečevali v šoli zaradi svoje različnosti. »Tako verjamemo v normalo, da nismo pozorni na razlike, ki niso vidne,« je na okrogli mizi razmišljala Mojca. Rešitev so razpravljavci videli v usposabljanju učiteljev, ki naj bi znali vzgajati tako, da bodo otroci čutili, da je njihova različnost posebnost, ki jih ne izključuje.

In že prvi korak v to smer je bila tudi predstavitve študentom oddelka za pedagogiko in andragogiko na Filozofski fakulteti v Ljubljani, saj Mojca meni, da je potrebno bodoče pedagoge seznaniti z različnostjo že v fazi študija. Z velikim zanimanjem so našim besedam prisluhnili študentje drugega letnika eno in dvopredmetne pedagogike

ter študentje tretjega in četrtega letnika enopredmetne pedagogike. Predstavitve je požela zanimanje tudi s strani predstojnika in izrednega profesorja dr. Janka Muršaka, nosilke predmeta dr. Mojce Kovač-Šebart in docentke dr. Andreje Hočevar. V prvem delu smo s projekcijo slik nazorno prikazali celostno poslanstvo našega društva ter življenje in delo članov, v drugem delu druženja pa je bil poudarek na praktičnih izkušnjah, ki sva jih nanizala skupaj z Galom. Gal je bil dijak na viški gimnaziji skoraj 20 let za mano, zato smo skupaj ugotavljali, da se je veliko stvari v tem času spremenilo na bolje – če ne drugega – je sedaj viška gimnazija dostopna tudi gibalno oviranim osebam z dvigalom in urejenimi invalidskimi sanitarijami. Mene so



// Z velikim zanimanjem so našim besedam prisluhnili študentje Filozofske fakultete.

namreč sošolci nosili po stopnicah vsak dan, sprva celo večkrat na dan, saj smo imeli pouk v različnih učilnicah, v različnih nadstropjih. Trajalo je skoraj leto dni, da so na šoli uredili in smo dobili »svojo« učilnico, tako da dnevno večkratne selitve niso bile več potrebne. O izkušnjah izpred 25 let sta govorili tudi moja sošolka Helena in razredničarka Neva, ki sem ju povabila, da nanizata izkušnje iz njunih zornih kotov. Neva je povedala, da takrat, ko sem prišla na šolo, ni imela prav nobenih izkušenj z invalidi, pa tudi no-

bene strokovne pomoči, kjer bi ji svetovali, kako in kaj: »Na nikogar se nisem mogla obrniti!« Neva je vedenje o invalidnosti takratne družbe in nelagodje potrdila tudi: »Z razredom smo se velikokrat pogovarjali o Mirjam, toda vedno na urah, ko ni bila prisotna.« In potem sva z Galom obiskala študentke še enkrat. Bile so bolj sproščene in odprte kot ob prvem srečanju. Pogovor je stekel o tem in onem. Gal je delil vtise o tem, kako je kot osnovnošolec čez noč postal paraplegik, kako se je kot prvi invalid vpi-

»Ko nam ustreza, smo invalidi, ko ne, nismo. Ni treba dopustiti izkoriščanja na podlagi raznolikosti.«



// Dr. Mojca Kovač-Šebart

sal na fakulteto za šport, kakšni so spomini na srednjo šolo, sošolce, učitelje. Študente sem opozorila, da so fizične bariere eno, a pogosto so hujše miselne. Sočutja invalidi ne maramo, želimo pa si enakovredno obravnavo, a včasih smo tudi dvolični. »Ko nam ustreza, smo invalidi, ko ne, nismo. Ni treba dopustiti izkoriščanja na podlagi raznolikosti.«

Vrsta težav, ki smo jih predstavili, bo bodočim pedagogom gotovo prišla prav, ko se bodo pri svojem delu srečevali z invalidnimi učenci, dijaki ali študenti. Študentje in tudi njihovi mentorji so tako iz prve roke dobili veliko koristnih informacij, ki jih bodo pri bodočem delu lahko s pridom uporabili.

In naj povzamem še zavzeto razmišljanje dr. Mojce Kovač-Šebart: »V šoli si ne kaže prizadevati za vzgojo k strpnosti, ki bi temeljila na sočutju do »drugačnih«, pač pa si mora vzgoja v šoli prizadevati za odnos, v katerem je samoumevno, da ima vsak pravice, povsem enake našim, in da morajo biti takšna do njega tudi naša ravnanja. V nasprotnem primeru stališča o »pravem«, ki je seveda naše, in »drugačnem« - do katerega je sicer prav, da smo strpni, je pa kljub temu manj vredno - v šoli diskriminirajo, saj za tisto, kar je v nekem okolju prevladujoče, ohranja prepričanje, da je »naravno« in »pravo«, četudi v resnici ni.« 🤝



// Gal, Mirjam ter njeni razredničarka in sošolka so študentom nanizali težave, s katerimi so se srečevali v procesu šolanja na Viški gimnaziji.

Mirjam

➤ Razbijajmo tabuje

Skupna akcija Zveze paraplegikov Slovenije in tudi našega društva v letu 2010 je bila 19. marca na Osnovni šoli Stara Cerkev pri Kočevju, kjer so naši člani predstavili različne aktivnosti. Pri učencih smo želeli zmanjšati oziroma odstraniti tabuje o drugačnosti in poudariti prostovoljno delo.

Otroci so se najprej zbrali v telovadnici, kjer jim je svojo knjigo o Levu Rogiju predstavil član Društva paraplegikov Prekmurja in Prlekije Igor Plohl. Kasneje so se učenci razdelili v skupine in krožili po različnih delavnicah, še prej pa je vse zbrane pozdravil predsednik DPLJ Gregor Gračner.

Članici aktiva žena našega društva Alenka in Marija sta osnovnošolcem predstavili ročne spretnosti in tudi otroci so se lahko preskusili v tovrstnem ustvarjanju. Željko Vertelj, tetraplegik, ki riše z usti, je predstavil tudi to umetniško spretnost. No, tudi učenci so s čopičem v ustih poskusili narisati prve umetniške likovne poteze. Podpredsednica Zveze Barbara Slaček jim je kasneje predstavila potapljanje paraplegikov in tetraplegikov ter jih poučila o varnosti v cestnem prometu. Hkrati jih je opozorila na nevarnosti in posledice nepredvidnega vključevanja v cestni promet. Naša prostovoljka Vanja je spregovorila o prostovoljstvu, dejavnosti, ki je sicer neprofitna, vendar če se izvaja s pravim namenom, lahko človeka zelo bogati.

In za konec so spretnosti igranja košarke na vozičkih predstavili košarkarji DP ljubljanske pokrajine in DP jugozahodne Štajerske. Za piko na i pa sta naša udeleženca paraolimpijskih iger in svetovnih prvenstev Ivan Lisac in Bojan Lukežič pokazala

še, kako se igra namizni tenis na invalidskih vozičkih.

Aktivnosti so sofinancirane s strani Urada za komunikacijo RS preko projekta »Prostovoljec - steber socialne mreže« in Ministrstva za promet preko projekta »Najboljši voznik, varen in varčen«.

Jože Globokar

**Preventiva
in ozaveščanje
naj se začne
že v osnovni
šoli.**



// Otroci so z zanimanjem prisluhnili Barbari Slavček.

► Učence smo navdušili z vedrostjo

V največji in najbolj raznoliki zasedbi doslej smo se 7. maja predstavili učencem osmega in devetega razreda na OŠ 8 talcev v Logatcu. In na šoli so nas zelo lepo sprejeli!

Projekt, da bomo mladim v izobraževalnih ustanovah predstavljali organizacijo, delo in življenje paraplegikov in tetraplegikov ter jih opozarjali na nevarnosti, ki prežijo nanje na cestah ter pri preživljanju prostega časa, je v letošnjem letu že kar dobro zaživel. Po prvih predstavitev na fakultetah je bila OŠ 8 talcev v Logatcu prva naša samostojna predstavitev po osnovnih šolah. Glede na to, da nismo imeli velikih izkušenj z osnovnošolci in nismo

čisto natanko vedeli, na kakšen način vse skupaj izpeljati, je bilo tisti petek v Logatcu veliko improvizacije. Že pri dogovarjanju o poteku in vsebini dogodka s pedagoginjo in ravnateljico Metko Rupnik je bilo čutiti rahlo skepso tudi z njene strani, saj smo se kar malo »vsilili«, da pridemo na obisk in se predstavimo. Rafka sem namreč že v začetku leta, ko sem sestavljala vlogo na razpis za sofinanciranje društvenih dejavnosti za leto 2010 (in dobila

idejo, da bi to bil zanimiv projekt tudi z vidika sofinanciranja občine), povprašala, če koga pozna v OŠ v Logatcu in ga »nažicala«, da se gre tja malo pogovorit. Čeprav mu nisem znala čisto natančno povedati vsebine predstavitve, je bil Rafko dovolj prepričljiv (hvala, Rafko!). Potem se je tekom časa projekt izoblikoval in odločili smo se, da izpeljemo predstavitev v okviru treh delavnic: športne, kulturne in informativno-preventivne.

Z ravnateljico Metko Rupnik smo se zmenili, da se predstavimo »osmarjem« in »devetarjem« v okviru treh šolskih ur. Petinsedemdeset osemšolcev je najprej prisluhnilo Gregi, Roku in Mirjam, ki so predstavili utrip društva in njegovo poslanstvo. Na poškodbe hrbtnjače z izredno hudimi posledicami sta opozorila Urška in Viktor v izpovedi lastne izkušnje, ki ju je privedla na invalidski voziček. Osnovnošolce smo opozorili predvsem na najbolj pogoste nesreče, ki lahko človeka pripeljejo na invalidski voziček. To so vse bolj pogoste prometne nesreče, številni padci z objektov in dreves, skoki v vodo, nesreče pri športu, z jadralskimi padali itd. Predstavitve smo popestrili tudi s projekcijo različnih fotografij. Istočasno se je 72 »devetarjev« v drugi skupini seznanilo z življenjem, ki ga paraplegiki in tetraplegiki živimo, ko se nam svet obrne na glavo. Predstavili smo jim naše bogate interesne dejavnosti, predvsem kulturno področje in



Il Mira in Slađana sta učencem praktično pokazali, kaj vse počnejo pri ženski sekciji.

prostočasne aktivnosti naših članic. Načrtovali smo, da bi Silvo demonstriral slikanje z usti, pa je prišlo do težav, zato sta le dve članici, Mira in Slađana, praktično pokazali, kaj vse počnejo pri ženski sekciji. Po polurni predstavitvi sta se skupini zamenjali.

Prav gotovo je bila najbolj zanimiva skupna predstavitev naše razvejane športne dejavnosti. Učence obeh skupin in njihove pedagoge so športniki seznanili z vsemi športnimi panogami, s katerimi se ukvarjamo. Slavko in Suad sta praktično pokazala tudi igranje košarke na košarkaških vozičkih, naša dva pin-kponkaša Marjan in Davor pa sta imela skupaj kar veliko dela, da sta dohajala učenko, ki je že sedaj izredno uspešna v evropskem merilu. Nekateri učenci so si popolnoma prisvojili športne vozičke in se na njih v obeh disciplinah tudi sami preskusili.

OŠ 8 talcev je izredno lepa šola, na kateri je društvo že pred leti organiziralo tudi novoletni turnir v košarki na vozičkih. Več kot 60

pedagogov poučuje okrog 650 učencev, med njimi tudi take s posebnimi potrebami, ki imajo izrazite učne, gibalne ali vedenjske težave, ter tiste, izrazito nadarjene, ki jim svoj čas in znanje nudijo še psihologi, defektologi ter drugi strokovni sodelavci. Imajo izredno dober učni program in perfektne pogoje za delo. Še posebej so lahko ponosni na športno dvorano, ki je dostopna tudi gibalno oviranim osebam, in ima celo invalidske sanitarije.

Učenci, pedagogi in predstavniki našega društva so bili enotnega mnenja, da je bila predstavitev na njihovi šoli zelo poučna in koristna. Mladi so spoznali, kakšno je naše življenje, hkrati pa spoznali tudi, kako dragoceno je njihovo. Projekt je sofinancirala občina Logatec v okviru humanitarnih dejavnosti za leto 2010. 🤝

Jože in Mirjam

Vtisi učenke devetega razreda

7. maja je našo šolo obiskalo društvo paraplegikov. Ob njihovi zanimivi predstavitvi, ki smo je bili deležni devetošolci in osmošolci, smo ugotovili, da so paraplegiki taki kot mi, le da ne morejo premikati nog ali rok. Razložili so nam, zakaj je tako, in nas posvarili glede hitre vožnje in skakanja v vodo, saj so to okoliščine, kjer so poškodbe



// Teško je zadesi koš z vozička!

najpogostejše. Povedali so nam svoje zgodbe in mislim, da smo se zamislili nad njimi, zato bomo v prihodnje bolj previdni. So simpatični ljudje, ki ne morejo premikati nog, nekateri celo rok zaradi prekinitve živčne povezave v hrbtenjači, ampak zaradi tega niso izgubili volje do življenja, kar je zelo občudujoče. Nasprotno, želijo živeti naprej, se učiti in delati stvari, ki bi jih tudi sicer. Pokazali so nam igranje košarke s posebnimi prirejenimi vozički, na katerih so poskusili igrati tudi naši učenci, in igranje namiznega tenisa. Iz predstavitve o njihovem društvu smo izvedeli, da paraplegiki kljub poškodbi veliko potujejo, da imajo prirejene avtomobile za vožnjo, da so bili nekateri celo na Triglavu in da se v društvo lahko prijavimo kot prostovoljci. Dan je bil zanimiv in mislim, da nihče med nami ne bo pozabil njihovih zgodb, njihove občudujoče volje do življenja, predvsem pa nasmejanih obrazov kljub hudim poškodbam, ki so v trenutku spremenile njihova življenja. 🤝

Špela Simonišek, učenka 9. b



// Davor in Marjan sta se potila pri igri z zavidanja vredno nasprotnico.

Učenci so bili tiho kot miške

14. maja je Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine nadaljevalo obiske po osnovnih šolah in se ustavilo v Sodražici. Predstavili smo se osnovnošolcem OŠ dr. Ivan Prijatelj.



Na pragu šole dr. Ivan Prijatelj v Sodražici nam je izrazil dobrodošlico župan občine Blaž Milavec. Šola je za gibalno ovirane osebe arhitekturno dokaj neprijazna, saj sta že ob vstopu dve stopnički, ki pa so jih posebej za naš obisk »ukrotili« z leseno klančino. Odgovorni se problema dostopnosti zavedajo in načrtujejo prilagoditev šole, tako da jo bo že jeseni lahko začela obiskovati tudi gibalno ovirana učenka. Osnovno šolo v Sodražici trenutno obiskuje 215 učenk in učencev, zraven pa sodi tudi vrtec, ki ga obiskuje 100 malčkov. Tokratna predstavitev je potekala v treh delih. Najprej smo se predstavili malčkom v vrtcu ter učenkam in učencem od prvega do tretjega razreda. Sledila je druga triada in na koncu še zadnja, ki je bila sestavljena iz sedmo-, osmo- in devetošolcev. Predstavitev smo slikovno podprli in prilagodili glede na starost slušateljev. Pred vsako našo predstavitevjo nas je lepo pozdravila in napovedala ravnateljica prof. Majda Kovačič Cimperman, mi pa smo nato predstavili delovanje društva, življenje ljudi s poškodbo hrbtenjače in vzroke, ki pripeljejo do teh poškodb. Prav vzrokom smo

dali največ poudarka, saj smo želeli preventivno opozoriti na številne nesreče, zaradi katerih človek lahko pristane na invalidskem vozičku. Še posebej smo na to opozorili pri nagovoru zadnje triade, saj so slednji najbolj izpostavljeni nevarnostim, ki nanje prežijo v prometu in prostočasnih aktivnostih. Izpovedi Grege, Roka in Mirjam, ki so povedali svojo izkušnjo, kako so postali invalidi, so povzročile, da so tudi najbolj »gajstni« in razigrani obmolknili. Ravnateljica je bila namreč presenečena nad tišino, ki je zavladala v telovadnici. Verjame, da bodo sedaj učenke in učenci, ki se vozijo na motorjih brez čelad, v prihodnje premislili, ko se bodo spomnili Mirjam in njene nedeljske vožnje z motorjem, ki se je končala v bolnišnici. Celotno dogajanje je potekalo v telovadnici šole, kjer sta naša dva košarkarja Igor in Suad pokazala spretnosti pod košem ter animirala učence, ki so tudi sami preiz-

kusili, kako visoko je koš, če vržeš z vozička. Davor pa se je z šolarji »bojeval« v namiznem tenisu. Del naših aktivnosti je potekal še v avli šole, kjer so svoje ročne spretnosti pokazali naši članici, dve Mariji, in slikar Željko Vertelj, ki svoja umetniška dela ustvarja s čopičem v ustih.

Predstavitev je bila zanimiva in koristna tako za učence kot za nas, saj je bilo to prvič, da smo se predstavili tako mladi populaciji. Dogovorili smo se, da se ponovno srečamo, saj so bili že prvi vtisi pozitivni. 🤝

Rok in Mirjam



// Župan in ravnateljica sta nas lepo sprejela.

➤ Vsi različni, vsi odlični

28. maja se je v novi športni dvorani osnovne šole Dobrova odvijal prav poseben pouk.



Ob 16. uri je zazvonil šolski zvonec in začelo se je že 5. druženje učencev, učiteljev in staršev, imenovano Dan na Dobrovi z naslovom

Vsi različni, vsi odlični. Le-

tošnje je bilo posebno, saj smo ga pripravili v sodelovanju z Društvom paraplegikov ljubljanske pokrajine, Zavodom za gluhe in naglušne Ljubljana ter Društvom slepih in slabovidnih Ljubljana. Pri organizaciji tega letošnjega dogodka, katerega pripravo so vodile bivša in sedanja predsednica Sveta staršev Irena Colja in Simona Kostrevc, Alenka Oven kot strokovnjakinja (delovna terapevtka) in Edita Krajnovič, je sodelovalo še veliko staršev ter ekipa učiteljev pod vodstvom ravnatelja.

Na dogodku smo želeli učencem pa tudi učiteljem in staršem skozi igro, zabavo, šport in umetnost približati težave »drugačnih«, krepiti pozitiven odnos do drugačnosti, podariti strpnost, na sproščen način ponuditi doživetje in pridobiti izkušnjo, kako je, če si gibalno ali kako drugače oviran, z namenom razumevanja, sprejemanja drugačnosti in tolerance, ter tako prispevati k njihovi ozave-

ščenosti za kakovostnejše življenje gibalno ali drugače oviranih.

Učenci so lahko poskusili, kaj pomeni v invalidskem vozičku premagati oviro, visoko 5 cm, voziti okoli ovir, zapeljati skozi odprtino, ki predstavlja ozka vrata. Ugotavljali so, da že pločnik predstavlja veliko oviro, stopnice pa so z invalidskim vozičkom nepremagljive. »Uh, to je pa čisto enostavno,« je rekel neki osmo-

šolec, ko se je z invalidskim vozičkom pripeljal pred 5 cm visoko oviro, ki naj bi jo premagal oziroma na katero naj bi zapeljal. »Kar poskusi!« sem mu rekla. Potrebne je bilo kar nekaj napora, navodil in tudi malce fizične pomoči, da mu je uspelo. Čeprav nerad, je priznal: »Imela si prav, to pa res ni enostavno. Saj že mimo ovir ni tako enostavno voziti. Ja, zdaj pa bolj razumem, kako je, če si na vozičku.« Učenci so s člani društva paraplegikov igrali namizni tenis in košarko, tako da so tudi sami sedeli na invalidskem vozičku. Kako je obleči hlače, natakniti nogavice, si obleči srajco in zapeti gumbe, če imaš kakorkoli poškodovano ali ovirano eno roko, prste rok in podobno, je bil še en izmed izzivov, s katerim so se spopadli. »Ni lahko,« so se strinjali, »še najtežje je zapeti gumbe.« Tudi s pomočjo umetnosti



// Željko Vertelj je šolarjem pokazal, kako se slika s čopičem v ustih.

so učenci spoznavali ovire in rešitve. Slikanje z usti jim je predstavil član paraplegikov in tudi sami so poskusili, kako je slikati s čopičem v ustih brez pomoči rok. Udeležili so se tudi ustvarjalne delavnice, ki so jo vodile članice društva paraplegikov, in bili ponosni na svoje izdelke. S plesom so se nam predstavili člani plesne skupine Step`n`roll pod vodstvom koreografinje Petre Škofic. Prepričali so nas, da se da v invalidskem vozičku prav elegantno in doživeto zaplesati. Vsi skupaj smo se lahko učili tudi od predanih športnikov na vozičkih, in sicer predsednika Gregorja Gračnerja ter še dveh športnikov paraolimpijcev – Gala Jakiča in Bojana Lukežiča, ki sta z nami delila svoje izkušnje. Gal je v intervjuju poudaril optimizem, veselje do življenja in pomembnost tekmovanja, tudi s samim seboj. Pokazal nam je, da

je najprej športnik, šele nato invalid. Učenci 7. razreda so predstavili ugotovitve raziskave o arhitekturnih ovirah pri vstopu v nekatere stavbe na Dobrovi in nam poleg ovir pokazali tudi nekatere dobre rešitve. Od gluhomernih smo se učili drugih oblik izražanja, od slepih pa, kako se zanesti na druge čute, če vid ni na voljo.

Morda bo tudi zaradi letošnjega Dneva na Dobrovi ali temu sorodnega dogodka kakšen od naših otrok razvil inovacijo, ki bo gibalno ali kako drugače oviranim ljudem olajšala življenje in delo. Če želimo ustvarjati okolje, v katerem se bodo razvijali talenti, cvetele ideje in nastajale inovacije, potrebujemo drugačen odnos do drugačnosti. Upamo, da smo z dogodkom pomembno prispevali k tem, ter spodbudili učence pa tudi učitelje in star-

še k razmišljanju. Kot pravi Gal Jakič: » ... se vsak invalid v življenju bori z ovirami, arhitekturnimi in tistimi v glavah. In čeprav se tiste arhitekturne počasi umikajo, je tiste v glavah včasih težko premakniti.« Verjamem, da smo s tem dogodkom premaknili marsikatero oviro, predvsem tisto v glavah učencev, učiteljev in staršev, jih spodbudili k razmišljanju, sprejemanju, odprtosti do gibalno ali drugače oviranih. Tako smo, mislim, dosegli svoj namen. Dogodek je bil uspešen, organizatorji smo zadovoljni, prav tako učenci, učitelji in starši. Veliko se jih je po dogodku prišlo zahvalit in pohvalit. Neka mama je napisala: »Zelo mi je bila všeč tema in tudi izpeljava delavnic je bila odlična. Menim, da so se tudi otroci iz vsebin delavnic marsičesa naučili, predvsem pa so o potrebah in s tem povezanimi težavami telesno drugačnih vrstnikov sploh začeli razmišljati. V vsakem primeru ste učenci, učitelji in starši pripravili odmeven dogodek.« Druga mama pa: »Naša družina je bila nad Dnevom na Dobrovi navdušena. Hvala za res lepo in poučno petkovo popoldne.«

»Po preživetem vikendu dobivajo občutki glede prireditve Dneva na Dobrovi nove, večje razsežnosti, kot je bilo to čutiti v petek. Na kratko lahko rečem: prireditev je bila enkratna,« pravi ravnatelj Vilijem Kovačič.

V imenu vseh, ki smo dogodek organizirali in ustvarjali, se prisrčno zahvaljujem članom Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine, predvsem Mirjam Kanalec, ki je naše dogovarjanje vodila, predsedniku Gregorju Gračnerju in vsem članom, ki so dogodek soustvarjali in se ga aktivno udeležili. Brez vas nam ne bi uspelo, hvala vam! 🍷

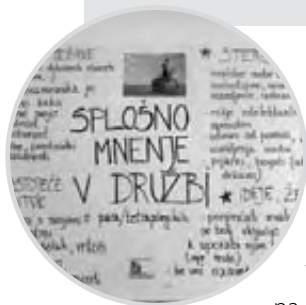


// Pod košem so se preizkusili tudi učenci.

Alenka Oven

➤ Preskoči oviro v svoji glavi, da mi boš pomagal premagati mojo!

Pri projektu študentk Pedagoške fakultete sta nastala dva zapisa iz različnih zornih kotov. V nadaljevanju objavljamo oba.



Pogled študentk ...

Šest študentk 2. letnika socialne pedagogike Pedagoške fakultete v Ljubljani je na Društvu paraplegikov

ljubljske pokrajine izvedlo pro-

jekt »Preskoči oviro v svoji glavi, da mi boš pomagal premagati mojo«.

S tem naslovom smo želele poudariti, da je veliko stvari za para/tetra-plegike še vedno slabo prilagojenih. Ljudje jim pogosto ne znamo pomagati ali pa si ne upamo pristopiti do njih, jih stigmatiziramo. Vsi skupaj moramo spremeniti miselnost, premagati ovire v naših glavah. Le tako bomo lahko para/tetra-plegikom pomagali pri premagovanju ovir v njihovem vsakdanjem življenju.

Prvič smo se srečali v petek, 9. aprila, na Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine. Izvedle smo spoznavno delavnico. Preko iger in sproščenega pogovora smo se поблиžje spoznali ter se razdelili v pare. Na drugem srečanju v petek, 16. aprila, naj bi odšli na Ljubljanski grad. Vsaka študentka bi

svojega člana prišla iskat domov, od koder bi se nato skupaj odpeljala z mestnim avtobusom do Name. Tam naj bi se vsi zbrali, se skupaj odpravili do vzpenjače in se z njo odpeljali na Ljubljanski grad. Zaradi slabega vremena smo izlet preložili za en teden. A presenetilo nas je lepo vreme, zato smo iz-

let vseeno izvedli. Na Ljubljanskem gradu se nam je pridružil Gregor Cunder, predstavnik LPP. Pogovarjali smo se o stanju, kritikah in možnostih izboljšave mestnega avtobusa za gibalno ovirane.

23. aprila je potekalo še naše tretje in zaključno srečanje. Zbrali smo se v prostorih društva.



/ Na gradu smo v prijetnem vremenu kramljali o našem nekoliko drugačnem življenju.

Pogovarjali smo se o stereotipih, težavah in rešitvah para/tetra-plegikov na šestih področjih, in sicer skrb zase, partnerstvo in družina, mobilnost, šola in zaposlitev, prosti čas, splošno mnenje v družbi. Nato smo študentke o vseh šestih področjih naredile še plakate.

Projekt oz. vse tri delavnice smo 3. maja predstavile sošolcem na fakulteti. Pridružili so se nam tudi Ana, Tadej in Jože, ki so še sami povedali nekaj o stereotipih in težavah, s katerimi se dnevno srečujejo. Tako so imeli tudi sošolci možnost dobiti informacije iz prve roke. Sami so tudi povedali, da jim je bil obisk z društva in predstavitev projekta izredno všeč. Tudi mentorica prof. dr. Darja Zorc-Maver je bila nad predstavitvijo navdušena. Plakate o šestih področjih življenja para/tetra-plegikov smo nalepile v avlo fakultete. Opazile smo, da smo s tem k branju privabile kar nekaj posameznikov. Upamo, da smo jim pomagale preskočiti katero oviro v glavi, kakor je to uspelo nam in našim sošolcem.

Člani društva, ki so sodelovali, so bili: Ana, Anže, Draga, Jože, Rok, Tadej; študentke, ki smo izvajale projekt, pa smo bile: Sandra Kaštrun, Suzana Bunderšek, Kaja Lipovec, Hani Ivančič, Bernadette Gredlics in Nežka Čadež.

Premagala sem stereotipe



Bernadette: Iskreno povedano me je na začetku skrbelo, kako bo potekal ta projekt s paraplegiki/tetraplegiki, ker doslej še nisem imela veliko izkušenj s

to populacijo. Pred našim prvim srečanjem sem se spraševala, ali so mogoče oni zelo drugačni od tistih, ki hodijo, ali so zato depresivni, ker ne morejo hoditi in ne morejo popolnoma sami skrbeti zase, ali moram zelo paziti, kaj govorim, da jih ne užalim ... V glavnem sem bila v skrbeh, kako naj se obnašam do njih. Po našem prvem srečanju sem ugotovila, da so bile moje skrbi popolnoma neutemeljene. Sem zelo navdušena nad njimi, moram povedati, da redkokdaj srečam take prijazne, pogumne in radožive ljudi. Druženje s člani društva paraplegikov mi je zelo pomagalo, da sem premagala večino ovir oz. stereotipov v glavi, bila bi zelo vesela, če bi se še kaj družili tudi v prihodnosti. Upam, da ostanemo v stiku. Nikoli ne bom pozabila tistih trenutkov, ki smo jih skupaj preživeli.

Res super izkušnja



Kaja: Pozitivno sem presenečena, ker nisem pričakovala tako dobrega odziva in sproščenosti udeležencev tega projekta. Zelo sem vesela, da ste bili tako navdušeni nad celotno stvarjo ter tudi sami prispevali veliko idej in bili aktivni pri nastanku. S tem ste nam res zelo olajšali stvar in dali našemu projektu globlji pomen, kot ga je imel na začetku. Mislim, da nam je vsem študentkam družba tako pozitivno naravnanih ljudi res dobro dela. Upam, da se bo ta projekt še naprej razvijal in da bomo nadaljevali z našim druženjem. Res super izkušnja!

Projekt bi rada še nadaljevala



Nežka: Da smo izvajale projekt na društvu para in tetraplegikov v Ljubljani, se mi je zdelo super. Mislim, da smo že po prvem srečanju postali dobra skupinica. Všeč mi je bila zainteresiranost in zagretost vseh na društvu. Lepo in brez pomislekov so nas sprejeli medse. Tudi sami so dali veliko pobud za projekt, npr. ko so poklicali predstavnika LPP-ja, da je prišel pogledat naše »potovanje« na grad. Sama bi projekt, kljub temu da je že zaključen, nadaljevala tudi v naslednjem letu in ga nekoliko širše zastavila. Še vedno je veliko ljudi, ki imajo invalide za manjvredne. Da povzamem, bilo mi je izredno lepo in sem vesela, da smo bili tako super skupina.

Vse skrbi so bile zaman



Hani: Načrtovanje in organizacija samega projekta nam je na začetku vzela precej časa in volje, zato sem bila zelo skeptična glede uspešnosti izvedbe. Ko pa smo prvič prišli na Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, sem ugotovila, da so bile vse moje skrbi zaman. Na društvu so nas z veseljem sprejeli, prav tako so bili pripravljeni na sodelovanje. Podpora društva skozi celoten projekt nam je omogočila, da smo korektno izpeljale projekt. Le-ta nas je obogatil z novimi poznanstvi, novim znanjem in lepo izkušnjo. Vesela sem, da smo izvajale ta

projekt, saj sem z njihovo pomočjo tudi sama premagala precej ovir v svoji glavi.



Spoznala sem izjemne ljudi

Suzana: Mislim, da mi je dal projekt, ki smo ga s sošolkami izvedle skupaj s šestimi člani vašega društva, nekaj neprecenljivega. Ob začetnih dvomih, kako bo projekt sploh potekal, ali nam bo uspelo, koliko boste pripravljene sodelovati z nami, sem bila prijetno presenečena, kako hitro so se leti razblinili, ko sem vas spoznala. Zase lahko rečem, da sem »premagala ovire v svoji glavi« in sem vesela, da sem tudi od sodelujočih članov dobila pozitivno povratno informacijo. Vem, da sem spoznala izjemne ljudi. Rada bi se zahvalila samemu društvu, ki nas je sprejelo odprtih rok, in seveda vam, Draga, Jože, Anže, Tadej, Rok in Ana. Super ste!



Malo za šalo in veliko zares

Sandra: Nova urbana – 2 €, karta za vzpenjačo na Ljubljanski grad – 3 € ... druženje z Ano, Tadejem, Anžetom, Jožetom, Rokom in Drago – NEPRECENLJIVO! Malo za šalo in veliko zares ... Zame je bila to izjemno bogata in super izkušnja, ki mi bo za vedno ostala v spominu. Hvaležna sem društvu in tudi članom, ki ste nam pomagali pri celotni organizaciji. Hvala za vašo pomoč, fleksibilnost, ideje in pozitivno energijo, ki smo jo prejele z vaše strani. Vsakemu članu

posebej želim vse najboljše in najlepše ter upam, da se naše druženje in sodelovanje ne bo končalo na tej točki. Nastajajo namreč že nove ideje. Se vidimo!

Pogled članov društva ...

V lanskem oktobru smo delo društva ter življenje s paraplegijo in tetraplegijo na kratko predstavili študentkam in študentom Pedagoške fakultete v Ljubljani. Hkrati smo jim predstavili tudi prostovoljno delo in jih povabili k sodelovanju.

No, predstavitev je rodila sadove in šest študentk – Sandra, Suzana, Nežka, Berni, Hani in Kaja, nas je 16. aprila v društvenih prostorih obiskalo in pripravilo kar nekakšen mali projekt z naslovom »Preskoči oviro v svoji glavi, da mi premagaš premagati mojo«. Zanimiv, predvsem pa daljnosežen in koristen projekt, ki bo pomagal premagovati ali odstraniti obojestranske stereotipe in predsodke.

Študentke so nam pripravile prijetno druženje in spoznavanje, ki je bilo na trenutke tudi zabavno. Ja, mladi res znajo! Da smo se bolje spoznali je vsak povedal še kratko življenjsko zgodbo, nato pa so čokoladke določile, katera od študentk naj bi naslednji teden prišla na dom po svojega kandidata in ga z avtobusom LLP ter vzpenjačo pripeljala na Ljubljanski grad.

Načrt smo nekoliko spremenili in se 23. aprila družno odpravili izpred društvenih prostorov z avtobusi do Name. Sprehodili smo se po Čopovi, nato do Prešernovega trga, mimo tržnice do vzpenjače in z njo na grad. Pridružil se nam je tudi Gregor Cunder, predstavnik LPP, in se najprej pozanimal, kako smo bili zadovoljni z vožnjo na njihovih »zelencih«. Nekaj je bilo po-

hval, nekaj tudi manjših kritik. Toda mi vemo, da se odgovorni pri LPP trudijo, da bi vsem gibalno oviranim potnikom nudili kar najbolj udobno vožnjo. Vemo tudi, da se vseh stvari ne da urediti čez noč, saj pravila, ki jih mora voznik spoštovati, zahtevajo svojo prilagoditev. Na gradu smo v prijetnem vremenu kramljali o našem nekoliko drugačnem življenju in s tem je projekt počasi dobival svojo podobo.

Dopolnjevali smo ga na naslednjem srečanju, ko smo skupaj »obdelali« šest dodatnih tem – skrb zase, prosti čas, mobilnost, partnerstvo in družina, splošno mnenje o družbi ter zaposlitev in šolanje, ki najbolj zaznamujejo življenje in delo paraplegikov in tetraplegikov. S tem so bodoče pedagoginje že dobile dokaj realno sliko o naših vsakodnevnih težavah in naših sposobnostih. Vse stereotipe in predsodke so nato na šestih plakatih podrobno predstavile, jih razobesile v avli Pedagoške fakultete in za svoje sošolke in sošolce ter mentorico prof.dr. Darjo Zorc-Maver 3. maja pripravile predstavitev. Hkrati s projektom so pripravile še mini anketo. Po predstavitvi smo v razpravi sodelovali tudi predstavniki društva (Ana, Tadej in Jože), ki smo na kratko predstavili poslanstvo naše organizacije, bolj nazorno pa delo in življenje paraplegikov in tetraplegikov. Ob zaključku so študentke in študentje povedali, da so dobili vrsto zanimivih in koristnih napotkov.

Dodamo naj, da avtorice projekta menijo, da je za invalidno populacijo veliko stvari še vedno slabo prilagojenih, ljudje pa jim bodisi ne znajo ali ne upajo pomagati. Torej, vsi skupaj bi najprej morali spremeniti miselnost in ovire v glavah, nato pa pristopiti k rešitvi konkretnih težav. 🤝

Jože Globokar

▶ Spoštujmo drug drugega

Če misliš, da zmoreš, zmoreš.
Če misliš, da ne zmoreš, imaš prav!
(Mary Kay Ash)



Na upravnem odboru društva smo sprejeli nov pravilnik o nekaterim že znani osebnih asistenci, ki se opravlja na domovih naših članov, in zajema pomoč pri vsakdanjih opravilih.

Opis del in nalog za izvajalce osebne asistencije ter pa pravice in dolžnosti uporabnika so razložene na društveni spletni strani.

Uporabniki, prosim, držite se pravil

Ker vas je uporabnikov že od 22 do 25, vas prosim, da se prilagajate našim zmoglostim ter upoštevate pravilnik o osebni asistenci. Lahko vam potrdim, da se trudimo po najboljših močeh, da vam ugodimo in zagotovimo tovrstno pomoč.


Še vedno se dogaja, da kdo od vas asistenco odpove le en dan prej. Ali pa to, da je asistentka celo pred vhodnimi vrati, vas pa ni doma ... To nikakor ni način, ki bi bil sprejemljiv, nespoštljivo je tako za asistentke kot zame, ki koordiniram tedenski plan dela. Prav tako je pomembno, da se uporabniki zavedate, da je čas asistencije vnaprej določen. Zato morate planirati, kaj naj vam asistentka pomaga, in se ne v zadnjih minutah, ko se ona že odpravlja, spomniti, kaj naj

bi še naredila za vas. Če asistentko zadržite dlje, s tem prikrajšate naslednjega uporabnika, ki že čaka na njeno pomoč.

Moje delo je, da ob ponedeljkih naredim razpored za tekoči teden, in če prihaja do tovrstnih »sprememb«, se poruši cel urnik, zato delo ne more potekati, kot bi moralo. Seveda se zgodi kaj nepredvidenega, ampak to naj bo izjema in ne pravilo.

Pa še nekaj: spremembe morate javiti meni, ne osebnim asistentkam, in to po pravilniku vsaj tri dni prej! Prav tako se morate o terminih dogovoriti z menoj, skupaj bomo poiskali najboljšo možno varianto.


Upam tudi, da ste toliko »fer«, da upoštevate svoje zmogljivosti, in ne zahtevate od asistentk tistega, kar bi lahko storili sami. Osebne asistentke namreč niso »vaše deklet«, ampak so asistentke društva. Kar je izven opisa njihovih del in nalog, ne zahtevajte od njih!

Da vam ne bom samo pridigala, naj vam povem še eno prijetno zadevo. V začetku junija se bomo prvič družili in sobivali v Semiču izvajalci in prejemniki osebne asistencije. Upam, da bo to prijetno, koristno in sonca polno druženje, na katerem se bomo še bolj zblížali. In da bo srečanje postalo tradicionalno. Kako sem bomo imeli, pa bo objavljeno najbrž šele v naslednjem IZZIV-u 

Ana

Na obraz mi vračajo nasmeh

Moje asistentke so hkrati tudi moje najboljše prijateljice. Vse so zlate ženske, ki skrbijo zame kot najskrbnejše matere na svetu. Ogrijejo me z razumevanjem in toplino svojega srca. S svojim optimizmom, skrbnostjo in požrtvovalnostjo mi pomagajo živeti. Ob njih se počutim sprejetega in ljubljenega. Preženejo mi črne misli in mi počasi na obraz vračajo nasmeh, v srce pa optimizem. Predstavljajo mi tudi zgled, kako se je treba v življenju boriti in spodbujati ljudi, ki ne zaupajo vase, zaradi česar prehitro in popolnoma brez razloga obupajo. Ob njih sem ponovno odkril, kako lepo je živeti. Na življenje gledajo optimistično, kljub temu da so vse gotovo že prestale veliko hudega. Nič jih ni zlomilo. Po njihovi zaslugi zdaj ne obupujem več, ampak verjamem, da lahko s skupnimi močmi premagamo težave, ki nas pestijo: enega bolj, drugega manj. Premagati jih moramo za vsako ceno, saj je življenje le eno in kljub težavam izjemno lepo.

Najbolj zlata med njimi je Zdenka, ki je tako rekoč moja sestra, zame pa skrbi kot najskrbnejša mati na svetu. Nevenka me ogreje s svojim razumevanjem in toplino svojega srca. Črne misli mi prežene Alenka s svojim prisrčnim nasmehom in optimizmom, ki je nalezljiv, tako da sta se vrnila tudi meni, ko sem že skoraj pozabil, kdaj sem se zadnjič iskreno in iz srca nasmejal. Vesna mi nesebično razdaja toplino svojega srca, za kar sem ji hvaležen. Zdaj, ko sem spoznal vse, verjamem, da lahko s pomočjo premagam težave, ki me že predolgo pestijo. Odločen sem jih premagati za vsako ceno, saj je življenje čudovito. Tudi zaradi njih. Darinka je požrtvovalna in prijazna, a sva se žal malokrat videla. 

Vojko Skalar

Šola za življenje

To je bila odlična šola za življenje. Žal sem se ob njej še bolj boleče zavedel, kako odvisen sem od tuje pomoči, drugim pa ne znam dovolj pomagati.



Všeč mi je bilo, da smo imeli vsi enake pravice in dolžnosti. Mislim, da so bile glede na okoliščine to moje zadnje počitnice brez staršev. Oskrbnica in asistentke so bile izjemno prijazne. Počutil sem se kot doma, poleg tega popolnoma neodvisen. Hodili smo na izlete v bližnjo okolico in bilo nam je zelo lepo. Spoznal sem veliko novih prijateljev, ki so mi vlili svežih moči za vztrajanje. Nekateri so se neupravičeno pritoževali nad asistentkami, ki so dale res vse od sebe, več kot bi lahko pričakoval od njih. So ženske, ki dan in noč dobesedno dihamo z nami. Takšna je Zdenka, a tudi vse ostale asistentke, ki jim bom za to do smrti hvaležen. Več ne bi mogel pričakovati od nobenega človeka.

S kolegi in kolegicami sem se še bolj zblížal kot prej. Z mnogimi sem izmenjal tudi naslove in želim si, da bi ostali prijatelji do konca življenja, saj sem ob njih začutil toplino

in razumevanje. Upam, da sem jim tudi sam nudil kaj od tega, vsaj trudil sem se, da bi jim. Koliko mi je to uspelo, bo pokazal razvoj mojega stanja v prihodnje. Lahko rečem le, da se mi je povrnila samozavest, ki je bila zadnja leta že močno načeta, kolegi pa so dejali, da so se dobro počutili ob meni, na kar sem zelo ponosen. Mislil sem, da jim bom samo v breme, vendar sem bil enakopraven član skupine, kar mi veliko pomeni. Na ta način se mi vračajo moči, ki jih bom še dolgo uporabljal v prid vseh nas, tako na društvu kot tudi sicer v vsakdanjem življenju. Z voljo, ki sem si jo nabral, bom cilje tudi dosegel, morda ne vseh, nekatere pa prav gotovo.



// Cviček hranijo v hrastovih sodih.

Eden naših kolegov nas je vsak dan zabaval z zanimivimi pripovedmi, ki so povezane s sedanjim položajem v Sloveniji. Ob nekaterih sem se močno zamislil, saj so bile še kako resnične, kljub temu, da so bile zelo ostre, morda celo pretirano. A tudi življenje je do vseh nas neusmiljeno in nas preskuša.

No, v Semiču je bil tudi kuža Taček, s katerim smo imeli vsi neskončno veliko veselja, saj nas je s svojo živahnostjo nenehno spodbujal in nam preganjal črne misli, ki jih je pri nekaterih kolegicah in kolegih odločno preveč. Želim si, da bi jih čim prej pregnali. In to si želim za vse nas, saj smo vsi bolj ali manj v enakem položaju, zato bomo še naprej držali skupaj. Z medsebojno solidarnostjo lahko premagamo še tako hude težave in boril se bom proti njim do zadnjega diha.

Kuhala nam je domačinka in hrana je bila izvrstna. Obiskali smo tudi vinsko klet, kjer nam je poklicna enologinja razložila način pridelave cvička. Hranijo ga v hrastovih sodih in ena od vrst vina, ki ga imajo, je tudi modra frankinja. Najstarejši sod v njihovi kleti je iz prve polovice 15. stoletja, a je po zaslugi ustreznega načina shranjevanja vino v njem še vedno pitno. Kupujejo ga strokovnjaki, poleg njih pa vsi ljubitelji dobre kapljice, ki ga znajo piti s pravo mero – kot dodatek jedem, ne pijejo pa ga do nezavesti.

Vojko Skalar

► Organizator socialne mreže

Višja strokovna šola Zavoda IRC v Ljubljani je 11. maja predstavila nov poklic v Sloveniji, ki je »organizator socialne mreže«. Predstavitve se je udeležil tudi socialni poverjenik društva, ki je svoje izkušnje delil s predavatelji, ki so bili nad delom in poslanstvom mreže socialnih poverjenikov našega društva prijetno presenečeni.



Ste že slišali za vseživljenjsko izobraževanje? Preprosto povedano to pomeni, da našega izobraževanja v mladosti ni bilo dovolj in da moramo svoje znanje neprestano obnavljati, predvsem pa izpopolnjevati. Še več, vse bolj pogosto določena znanja drobimo, strokovno temu rečejo specializiramo. Kmalu bo vsak od nas postal specialist na določenem področju. Prav nič drugače ni na polju socialnega dela. Tega se dobro zavedamo tudi v našem društvu. Vse pogosteje smo vabljeni na najrazličnejša, področno specialna izobraževanja ali pa predstavitve le-teh.

Prav pred kratkim, sredi maja, so nas v Zavodu IRC v Ljubljani povabili na predstavitev poklica »organizator socialne mreže«. Ker nas tovrstna tematika vselej zanima, saj vseh odgovorov na številna socialna vprašanja seveda nimamo, smo se povabilu odzvali.

Predstavitve se je udeležilo kakšnih 50 slušateljev, med njimi tudi spodaj podpisani kot predstavnik DPLJ. Predavatelji z različnih področij so nam predstavili kompetence in znanja, ki jih s tovrstno izobrazbo pridobimo.

Med njimi velja omeniti predvsem animiranje za socialno vključevanje, organiziranje aktivnosti za kakovostno preživljanje časa, svetovalno pomoč pri odpravljanju različnih oblik nasilja in zasvojenosti. Predavateljica na IRC-u in dipl. sociolog sta nam vsak iz svojega področja predstavila možnosti zaposlovanja ter razložila, kakšna je tovrstna praksa v tujini. Poudarila sta, da je osnovna zamisel poklica: pomen delovanja in prepoznavanje potreb ljudi v lokalnem okolju ter delovanje na terenu. Častna gostja, državna tožilka in predsednica Belega obroča v Sloveniji Vlasta Nussdorfer, pa nam je predstavila izkušnje in delo Belega obro-



// Predstavitve se je udeležilo kakšnih 50 slušateljev.

ča. Ob tem je poudarila, da so ljudje kljub vsem oblikam institucionalne, a neosebne pomoči nesrečni, zato je program »Organizator socialne mreže« izjemno dobrodošel, saj se zanj odločajo ljudje, ki želijo pomagati drugim in bodo uporabnikom nudili več osebnega stika.

Svoje izkušnje s tovrstnim študijem sta nam predstavila tudi študenta drugega letnika. Pri tem sta izpostavila pridobljena praktična znanja: pisanje projektnih nalog, masaže, glasbene animacije ipd.

Ob koncu programa sem v razgovoru s predavatelji na kratko orisal delo in poslanstvo mreže socialnih poverjenikov na našem društvu.

Bili so prijetno presenečeni. Menili so, da s svojim načinom dela že sedaj presegamo cilje, kakršne naj bi po njihovih merilih dosegali organizatorji socialne mreže. Morda so prav zaradi tega izrazili željo, da bi slušatelji tovrstna praktična znanja nabirali kot prostovoljci tudi v našem društvu. Takšna ocena dela naših poverjenikov nam je v zadovoljstvo in nadaljnjo vzpodbudo. 🍀

Živan Miljković

► Pred mano se je odprl nov svet

Moje prostovoljstvo se je začelo v zgodnjem otroštvu. S sosedovo babico sva imeli isto pot iz cerkve. Bila je zelo stara. Imela je že preko 90 let. Njena hoja je bila počasna in na trenutke drsajoča.



34

Moje spremstvo se je začelo nekega dne, pravzaprav ne vem natančno kako. Šli sva skupaj iz cerkve. Ker je težko hodila, sem ji ponudila svojo roko. Prijela me je in začela se je najina skupna počasna in drsajoča hoja. Pot, ki je bila dolga 20 minut, je postala brezkončna. Bila sem potrpežljiva, celo uživala sem. Stopila sem v drug svet, v svet drugih časov, v katerega me je popeljalo babičino pripovedovanje. Čeprav je pot trajala dolgo, ni bila dolgočasna. Bila sem v šoli življenja, v šoli starih časov, ko je bilo vse drugače, lepo in tudi težko. Bližje, ko sva bili domu, daljši so bili postanki, globlje je bilo babičino sopihanje in nato zgodb ni bilo več. Bila je samo še babica in drsanje in sopihanje. Prispeli sva.

Pot se je ponovila naslednjo nedeljo in naslednjo in naslednjo ... Nekega dne je babica dobila pravnučko. Pred mano se je zopet odprl popolnoma nov svet in zopet nova šola življenja.

Še danes nosim v sebi sliko, ko sem prvič videla dojenčico. Stara sem bila osem let. To je zelo močan, jasen in svetel trenutek mojega življenja. Nepozaben trenutek, ko je zastal ritem življenja, ko je srce pilo lepoto, nedolžnost in čistost. Trenutek, ko se mi je na prijazen način razodel Bog sam. Otroci so veličastno stopili v moje srce in moje življenje. Skrivnost, ki ji je ime otrok, je čisto malo odstrla obraz, tako da me je omamila. Vzela me je s seboj na dolgo pot. Nekaj trenutkov v mojem življenju je tako silovitih, močnih, jasnih in lepih, da bi hotela biti slikar. Rada bi jih naslikala, da bi postali resnič-

nost in sporočilo za druge. Slutim, kaj so videli veliki mojstri, ko so ustvarjali umetnino. Bila je svetloba. Videla sem jo na obličju deteta, ki je spalo v košku. To je svetloba, pri kateri vstopa Sveti in posvečuje ljudi in stvari.

Ko sem prvič videla dojenčico, se je moja pot neformalnega prostovoljstva nadaljevala. Postala sem mala vzgojiteljica, ki je najprej vozila dojenčico po vasi, nato jo je spremljala pri prvih korakih in besedah. Dojenčica je postala mala deklica. Čez leto in pol je dobila sestrico. Bilo je zelo zanimivo.

Prostovoljstvo se je nadaljevalo z branjem pravljic, lutkovnih in dramskih igrice in sankanjem in risanjem ... Ko se je začela osnovna šola, tudi pisanje in prve številke, nove pesmice in zgodbe. V meni se je močno izoblikoval lik vzgojiteljice otrok in kasneje učiteljice mladih. Delo z otroki in mladimi je postalo moj življenjski poklic.

Najbolj dragocena stvar se mi je zgodila, ko so mi bili zaupani otroci. Otroci, mala krhka bitja, ki so dostojanstveni in dragoceni, enostavno zato, ker so ... (prim. Coloroso, 1996, str.7). 🍀



// Mentorica prostovoljcev z osebno asistentko

Tereza Vrhunc

► Tihi ubijalci našega časa

V prostorih društva se je 2. marca 2010 zbralo skoraj štirideset članic in članov, da bi preverili svoje zdravstveno stanje. Prim. Tanja Erjavec, dr.med. in dipl. VMS Branka Vipavec z URI-SOČA sta jim (tokrat službeno) pomerili višino holesterola, stopnjo sladkorja v krvi in krvni tlak.



Sredi februarja so nas z Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine obvestili, da so božični, novoletni in pustni prazniki že minili. Izkušnje v minulih letih so nas ob tem opozorili, da smo v prazničnih dneh – kot ponavadi – spet preveč in nekontrolirano obremenjevali svoje želodce, kar menda kvarno vpliva na naše zdravje, ki že itak ni prve kategorije. In ker nas imajo radi, oziroma ker se bojijo, da ne bi članstvo prehitro izumrlo, so nas prijazno povabili na preventivni pregled.

Kaj mislite, da se je zgodilo? Ne iz strahu, ampak iz zdrave radovednosti smo napolnili društvene prostore in potrpežljivo čakali, kaj bomo zvedeli.

Primarij dr. Tatjana Erjavec nas je najprej seznanila z najnovejšimi medicinskimi spoznanji, opažanji ter nevarnostmi, ki se skrivajo v povišanem sladkorju, holesterolu ali pritisku. Svoje utemeljitve je s pomočjo projektorja nazorno prikazala tudi s slikovnim materialom in diagrami. Da je bilo takšno predavanje potrebno in zanimivo, se je dalo sklepati po številnih tozadevnih vprašanih poslušalcev.

Saj je res dobro vedeti, kje moramo bolj paziti, česa se moramo izogibati, da bomo dolgo živeli in nam bo dobro na zemlji.

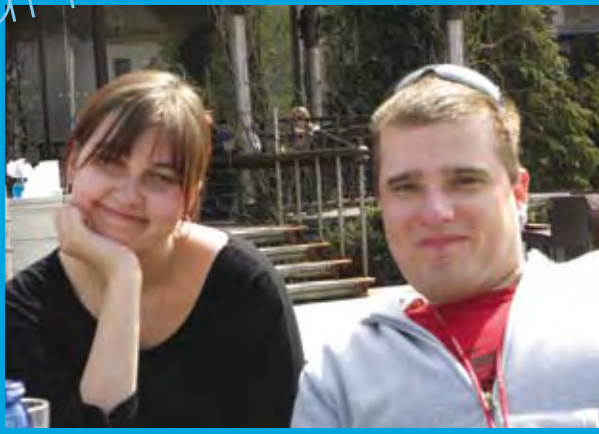
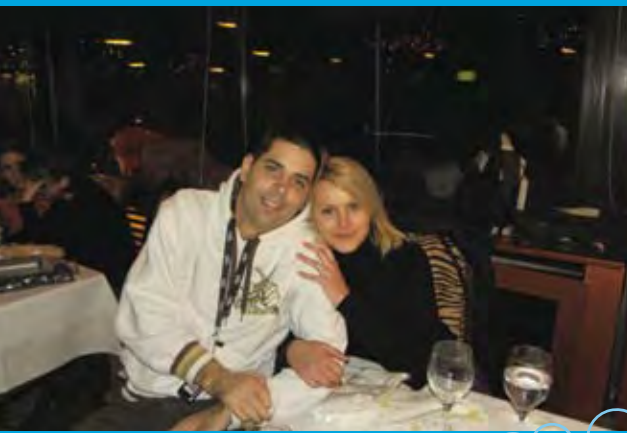
Potem se je začelo pa zares! Tekla je kri! No, ne ravno tekla, le kapljico, dve je sestra Branka Vrhovec odvezla posamezniku. Toliko da je lahko izmerila stopnjo sladkorja in pa višino holesterola pri posamezniku. Krvavi del

pregleda smo s tem končali. Sledilo je le še merjenje krvnega tlaka in celoten preventivni pregled je bil končan.

Vas zanimajo rezultati? Tako, tako! V glavnem smo v mejah dovoljenega. Seveda je bilo tudi nekaj tistih, ki so jim meritve pokazale prevelike vsebnosti holesterola in sladkorja ter previsok krvni tlak. Zdravnica jim je priporočila, naj



// Zvišan krvni tlak je eden glavnih dejavnikov tveganja za razvoj bolezni srca in ožilja.





Lej tega – kar leži!

Ej, a bi mi kdo pomagal ...



Trije mušketirji



Samo, da ne bom kaj pozabila ...



Privatna zabava na občnem zboru



Tisto ulico na Medvedovi zrihtajte, pa bo!



Cvetka, čestitam!



Kdo si pa ti! Papparazzo? Bom na naslovnici?



Ejga, se mi vrtil!



Poziranje ...



Foter, a me gledaš?



Kolk maš lepe ...



Upedenani košarkarji



// Posebej zaskrbljivoč je podatek, da ima že kar 70 odstotkov Slovencev v krvi preveč holesterola.

pazijo na zdravo prehrano. Alkohol, sol, močne začimbe, cigareti in kava nam močno škodujejo. Zamenjajmo jih za čim več športa, telovadbe in gibanja na svežem zraku. Za mojo, za tvojo korist! Nasvete in priporočila sta zdravnica in sestra posredovali vsakemu posebej! Še več, vsak udeleženeec je dobil zgibanko, da lahko tudi med letom doma kadarkoli pogleda rezultate pregleda in se zave

morebitne nevarnosti, ki mu preti. Takšni zgibanki ni prostor med starimi časopisi, ampak na nočni omarici, da je vedno pred očmi. Naj končam z dvema pomembnima spoznanjema tega dne. Ob tako velikem številu udeležencev bo v prihodnje treba poskrbeti za kontrolne številke že pri prihodu. Le tako bomo vsi udeleženci na vrsto čakali približno enako časa. Pač po sistemu: kdor prej pride, prej odide. In drugo? Spet se je izkazalo, da so prostori našega društva absolutno premajhni za toliko ljudi. Ni prostora za gibanje. Še več, ni zraka za dihanje! Zato naj bo tudi ta zapis apel k resnemu pristopu iskanja možnosti večjih prostorov. 🍷

Rafko Jurjevčič

➤ Seči moraš globoko v žep ...

V italijanski Bologni se vsaki dve leti na sejmu EXPOSANITA predstavijo vsi, ki kaj veljajo v osrednji Evropi na področju varovanja zdravja. Letos si je sejem, ki je bil od 26. do 29. maja, ogledalo blizu 25.000 obiskovalcev, ki so lahko videli izdelke kakšnih 1000 razstavljalcev, nas pa so seveda najbolj zanimali ortopedski pripomočki, vozički, stojke, prirejeni avtomobili, stopniščni vzpenjalci ...

Odprava rumenega in belega zmaya (kombija) se je začela tisti četrtek že zgodaj zjutraj, da ne omenim vsaj 14-dnevnega usklajevanja, kdo bo šel in kdo si je premislil, in spet šel in si spet premislil ... Nekateri je izdalo zdravje, drugi so morali v toplice, tretji niso našli varstva za otroka, četrtem preprosto ni dišala štiriurna (v eno smer) vožnja. Zato je

bilo končno število udeležencev jasno šele v sredo popoldan, ko smo lahko zaradi odgovodi nekaterih povabili zraven tudi delovno terapevko Petro iz Soče ter Jureta in Iveka iz gorenjskega društva, Iva iz Nove Gorice pa smo pobrali kar na Vrtojbi.

Malo težav nam je pri iskanju sejma povzročila naša Francka (beri: navigacija), saj nas je

včasih pošiljala tja, kjer ni bilo niti ceste. Zato smo se zanesli na spomin izpred dveh let, naredili nekaj krogov in našli vhod, nad katerim je visel napis EXPOSANITA.

Naj omenim, da so bila posebej za invalide urejena prijavna okenska, kjer smo izpolnili obrazec, ki je omogočal nam in našim spremljevalcem zastoj vstop. Potem pa se

je naša štirinajstčlanska ekspedicija razdelila, saj je imel vsak svoje prioritete ogleda. V sedmih ogromnih halah je bilo na 25.630 m² moč videti ogromno stvari 910-ih razstavljalcev medicinsko-tehničnih pripomočkov in zdravniške opreme z vsega sveta, pri čemer pa so prednjačili izdelovalci iz Italije. Teh najsodobnejših izdelkov je toliko, da si jih človek v enem dnevu malo bolj podrobno ne more ogledati.



Sejem je bil razdeljen na osem sklopov, od katerih nas je najbolj zanimal HORUS (handicaped, ortopedics, rehabilitation). Tokrat smo bili že stari mački glede vrstnega reda ogleda in so hale z bolnišnično opremo, kjer sva z Drago nabirali promocijski material (beri: kemični svinčniki pridejo vedno prav) in le bežno preletele razstavljenе aparature, kirurško opremo, operacijske mize (kot da kdo od nas rabi te stvari!), prišle na vrsto čisto na koncu. Recesija je pokazala zobe tudi tu, v bolj »high society halah« – nič več ni bilo razkošnih kanapejčkov in šampanjca – vsaj medve jih nisva videli, čeprav sta se Slavko in lvek vztrajno oblizovala, ko smo ostali za košček »nepozabne« pizze odšteli 4 €.

Kaj me je fasciniralo? Glede na moj prvi ogled sejma izpred dveh let je bilo »odprtih ust« veliko manj. Pogrešala sem »štant« podjetja, ki se ukvarjajo z organizacijo letovanj za gibalno ovirane osebe, le bežno sem se ustavila pri prirejenem avtodomu – že videno, le cena nekoliko višja – okoli 70.000,00 €. Jožeta in

Fančo je navdušil peugeotov prirejen avtomobil z zadnjo rampo, tudi cena je bila zelo ugodna – 22.500,00 € s prilagoditvijo vred, vendar pa je bil naklon »podna« v avtu prevelik, saj bi Jože potoval skoraj »ležečki«. Mene so najbolj zanimali avtomobili (pleh pička!), no ja, prilagoditve v zvezi z možnostjo spravila vozička. Zanimiva je izvedba drsnih vrat za voznikom, ki skupaj z nekakšnim robotom omogoča tudi tetraplegiku, da ni treba »žicati« mimoidočih za pomoč. Tudi cene so zanimive – od 2.000,00 € naprej za drsna vrata

in dodatna 2 tisočaka za robotka. Če pa hočeš za dobrih 1.600,00 € plus delo imeti majhno pregibno poličko ob avtomobilskem sedežu, ki omogoča težjemu invalidu, da se presede na sedež (ni več potrebna deska za presedanje), ali pa manj spretnemu, da ima avto, ki je »nasajen« malo višje, moraš samo odpreti denarnico. Seveda na sejmu tudi letos nisem mogla mimo motorja, na katerega lahko vstopi invalid preko rampe kar skupaj z vozičkom. Vse skupaj ni več podobno motorju, pa tudi cena je že groteskno smešna - 40.000 €. Rok je poleg ogledovanja hostes preizkusil simulator jahanja – z vozičkom vred se zapelješ na ploščad, ki se potem giblje, kot da bi jahal konja. Jure se je končno odločil, da se usede na »famozni« 4,2 kg težak voziček. Slavko je raziskoval sanitarno opremo, saj je njegova



// Štirinajstčlanska odprava rumenega in belega zmaja na startu ...

domača kopalnica v prenovi. Opozoril me je na razna držala, ki se jih na ploščice pritrudi vakuumsko, tako da jih je mogoče poljubno premikati, odvisno od potreb, dobre pa so tudi za razna potovanja, ko jih preprosto vzameš s seboj, in odveč so vprašanja – ali ima kopalnica kake ročaje. Veselko, Anžeta in Luko sem srečala na sejmu le tu pa tam – pojma nimam, kje so taval.

In kaj je ugotovitev ogleda? Da Italijani ne bi bili Italijani, če kljub evropskemu formatu sejma ne bi klepetali večinoma v »špagetarščini«. Da je recesija pokazala zobe tudi na sejmu, saj je bil ta občutno manjši kot pred dvema letoma in tudi obiskovalcev je bilo manj. Da kakšnih večjih novosti, ki bi me navdušile, na področju medicinsko-tehničnih pripomočkov nisem videla, in je ogled sejma vsaki dve leti nesmiseln. Da pa je kljub vsemu v primerjavi s preteklostjo dandanes na trgu veliko tehničnih rešitev za izboljšanje kakovosti življenja gibalno ovirane osebe – seči moraš samo dovolj globoko v žep! 🍷

Mimi

In še strokovni pregled sejma ...

Sejem Exopanita je na svojih več tisočih kvadratih predstavil nekaj novosti tako na področju splošne medicinske opreme kot tudi na področju rehabilitacije (kot tretje veje medicine). Ponujena je bila bogata izbira rehabilitacijske opreme oz. opreme, ki omogoča paraplegiku/tetraplegiku bolj samostojno, lažje

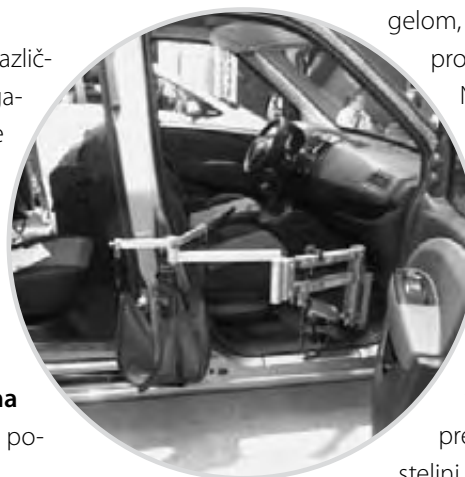


//Brrm, brrrrm ...

in aktivnejše življenje na vozičku. Novosti, ki so bile predstavljene na področju podporne tehnologije, je bilo veliko. V nadaljevanju prispevka je naštetih nekaj programov podporne tehnologije:

- **sanitarna oprema:** različna kopalniška pomagala, prijemala za lažje izvajanje transfera iz različnih materialov (kopalnična dvigala, sobna dvigala, tuširni vozički, različni nastavki za wc in kad);
- **sodobna pohištvena oprema:** električne postelje, omarice;

- **zaščita kože:** različne sedežne blazine različnih proizvajalcev (od zahtevnih do zelo zahtevnih). Program sedežnih blazin je pestrejši, še zlasti na področju blazin z gelom, prav tako se je obogatil program posteljnih blazin. Nekateri proizvajalci ponujajo kombinacijo blazin gela, zraka in spominske pene. Vsak obiskovalec je imel priložnost testiranja svoje sedežne blazine z izmero sedežnega pritiska. Poleg blazin so bili predstavljeni še različni posteljni vložki in različni dodatki;





// Rok in dve kili

- **vozički:** bogata ponudba vozičkov na ročni pogon in s pogonom na elektro motor ter počivalnikov. Proizvajalci in posledično trgovci se zavedajo, da lahek, okreten in aktiven voziček pomeni za posameznika samostojnost. Duh sejma na področju aktivnih vozičkov ni bil prikazan le na dizajnu, temveč tudi na kvaliteti in uporabnosti le-tega. Atrakcija sejma je bil voziček na ročni pogon nam novega proizvajalca, ki je bil v celoti iz karbona in je tehtal 4.2 kg, brez pogonskih koles pa samo 2 kg;
- **avtomobilska oprema:** predelava avtomobilov s sodobno predelanimi komandami, ki omogočajo uporabniku lažje upravljanje avtomobila. Poleg upravljalnih

ročic so bila predstavljena različna dvigala, rampe ... ;

- **športna oprema:** prilagojena motorna kolesa, kolesa na ročni pogon, različni vozički za beli šport, tenis in celo golf;
- **camp oprema:** v celoti opremljen avtomobil za življenje na vozičku;
- **oprema za samorazgibavanje, delovno terapijo, fizioterapijo.**

Vsa oprema je bila predstavljena zanimivo oz. atraktivno, vendar še vedno ne moremo mimo dejstva, da si z denarjem izboljšamo kvaliteto življenja, in tako je žal tudi tukaj. Če želi paraplegik ali tetraplegik skupaj s svojimi najbližjimi živeti popolno, se mora spoprijeti z velikim finančnim zalogajem. 🤝

Petra Grabner

Zahvaljujemo se podjetju, ki je članom društva doniralo več 10.000 stikov Q10, magnezija, cinka in multivitaminov. Še posebej pa gre zahvala Alenni Clari, ki je predlagala naše društvo za donacijo.

Ob srečnem dogodku, rojstvu prvorojenca Roka, našemu članu Marku Uršiču in njegovi izvoljenki iskreno čestitamo!

Vsem podjetjem in posameznikom, ki so nam v tem obdobju stali ob strani tako moralno kot finančno, se iskreno zahvaljujemo.

DPLJ

GRAJSKE PEKARNE
Vonj po domu

Grupe strokovnih inštitutov
Zlato priznanje 2010

Nagrajeni že 10. leto!

Prvovrstni kruhi iz Grajskih pekarin so letos že deseto leto zapored osvojili največ zlatih odličij za kakovost. Poskusite jih in se prepričajte tudi vi!

www.zito.si

➤ Žensko gibanje je prava stvar

Ženske so že po naravi spretne in se rade družijo. Svoje zamisli snujejo vsak drugi torek v prostorih društva ali pa za nekaj dni zamenjajo lokacijo in se odpravijo v Pacug ali Semič. Sodelujejo tudi pri predstavitvah društva po šolah. Dan žena so praznovale v gostilni Štern.



Skodelica kave

Zima je bila Lena, vendar za nas le v tem, da se nismo veliko potepale. V društvenih prostorih smo za

razstavo na MOL-u ustvarjale različne izdelke za darila ... Privoščile smo si potep po Ljubljani in ga izkoristile tudi za nakupovanje.

Srečanja so dobra psihična terapija za vse prisotne, saj roke in jeziki nikoli ne počivajo. Veselimo se že dni, ki prihajajo, ko se bodo naše delavnice preselile na druge, bolj prijazne lokacije: v Semič, Brje (češnje), Pacug ...

S svojimi izdelki sodelujemo tudi pri predstavitvi društva po osnovnih šolah. Otroci se radi ustavijo pri naši mizi in tudi sami naredijo kakšen izdelek. Fantje si zaželijo skromno darilce za svoje dekline in me smo jim takoj pripravljene ustreči s kakšnim izdelkom. Lepo, da so nekateri že pri teh letih kavaliriji. Na Vačah smo se udeležile praznika rokodelcev in navezale z njimi stik za nadaljnje sodelovanje, upam, da uspešno in kreativno.

Pri ženskah vedno poudarjajo dolge jezike, torej je samoumevno, da si na naših sreča-

njih marsikaj povemo, tudi »šimfamo«, naj se ve! Imamo pa tudi ušesa, s katerimi zelo dobro slišimo, še posebej tisto, kar naj ne bi. Vsake toliko časa sem žalostna, ker nas nekateri dajejo tako v nič. Zbodejo nas besede, češ da pridemo na društvo »samo na kavo«. Res je, kavo pijemo, kavo, ki si jo pri-

nesemo same, kot tudi dobrote, s katerimi se posladkamo, kadar praznujemo rojstne dneve ... Nekaterim je odveč, da sploh smo na društvu, po drugi strani pa pričakujejo od nas, da smo »radna snaga«. Naj vsem povem, da je bila ustanovitev ženske sekcije mišljena kot druženje in reševanje medse-



// »Radna snaga«



// Ženske so praznovale dan žena v gostilni Štern.

bojnih ženskih težav ter izmenjava različnih izkušenj. To ne pomeni, da nočemo delati, delamo z veseljem; a če drugi omalovažujejo in podcenjujejo naše izdelke, veselje in zagnanost do dela, najsi bo še tako prijetnega, mineta.

Naslednji stavki so namenjeni samo članicam ženske sekcije (dobro si jih preberite tudi tisti, ki ste se našli v prejšnjih): »Drage moje ženske! Ne ozirajte se na zlobne jezike. Zame ste vse in vsaka posebej posebne, vaši-naši izdelki so unikatni in neprecenljivi! Dokler sem jaz vaš vodja in upam, da tudi prijateljica, ne bom dovolila, da kdorkoli pljuva po v(n)as. Ponosna sem na vse in vedite – rada vas imam. V čast mi je biti vodja takšni družbi, kot ste ve. 🍷«

Marjana

»Ano sem dala na hrbet«

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je 8. marca ob dnevu žena v restavraciji Štern v Ljubljani organiziralo praznovanje za vse ženske in nas tako še posebej pocrkljalo. Tiste, ki smo se odzvale prijaznemu povabilu, smo se dobile pri Šternu na Ježici. Postregli so nam z okusnim kosilom. Pozdravni govor sem pripravila z namenom, da vsem skupaj zaželim nekaj lepega na svojstven način. Z vzpodbudnimi besedami nas je pozdravil predsednik društva in vsaki podaril rožico. Potem nas je s svojim glasom in humorjem zabaval Jernej iz Zagorja. Ne samo, da nam je prelepo prepeval, za popestritev je pripravil nekaj igrice, pri katerih smo sodelovale. Vmes je stresal šale, katerih mu nikoli ne zmanjka. Ha, za konec je pripravil presenečenje. V roke

je vzel harmoniko in nam zapel nekaj partizanskih na svojstven način. Smešno? Ne, nikakor ne, vzdušje samo je pripeljalo k tem. Ana si bo zapomnila ta dan tudi po tem, da sem jo dala na hrbet (nič pohujšljivega). Ja, dogajalo se je za tiste, ki so to želeli in hoteli. Meni je prijetno, če na ta dan dobim rožico ali vsaj lepo besedo od svojega partnerja. Društvo se je potrudilo, da nam popestri ta dan. Odzvalo se je toliko žensk, kolikor se jih pač je. Imela pa sem grenak priokus, ko sem videla, da se takšnega darila ne ceni. Takoj po kosilu bi se jih večina že odpeljala domov (prevoz je bil organiziran). Dobra volja Jerneja in želja nekaterih, da se zabavi res reče zabava, pa je (razen peščici) izpuhtela nekam daleč. Zato sem bila na koncu razočarana. Nihče ne ve, koliko truda in dobre volje je vloženo v takšno ali drugačno popoldne, da se ima družba lepo. V prihodnje bi bilo smotno narediti anketo med ženskami, ali si sploh želijo zabave za ta dan ali bi raje videli, da se jim preprosto pripelje kosilo na dom?!

Ajoj, Marjana, kam neki si zaplavala?!
Hvala društvu za lepo popoldne. 🍷

Marjana



// Nada Begič nas je povabila na kosilo.



Praznik društev v srcu

Nekatere članice iz ženske sekcije DPLJ smo se 8. maja udeležile festivala

NVO - praznika dru-

štev v srcu, ki je potekal v Spodnji Slivni pri Vačah, geometrijskem središču Slovenije. Dvodnevni praznik organizira Stičišče NVO Srca Slovenije in je namenjen predstavitvi dejavnosti društev ter povezovanju nevladnih organizacij.

Program se je odvijal na prireditvenem prostoru, v dvorani in na odru. Vsaka organizacija je imela svojo stojnico, na kateri je »prikazala« svoje dejavnosti, cilje, vizijo in poslanstvo. Med drugim smo imeli dež, kar pa organizatorje in sodelujoče na prireditvi ni zmotilo, da ne bi pokazali, kaj znajo, saj so takoj, ko je začelo deževati, poprijeli svoje stojnice in prireditveni material ter vse skupaj odnesli v šotor, ki je bil postavljen na nogometnem igrišču. Žal je začelo deževati že takoj po našem prihodu – upam, da se to ni zgodilo zato, ker smo prišle same ženske.

Dogajanje na odru je bilo živo, poskrbljeno pa je bilo tudi za jedačo in pijačo. Menjavali so se skeči, dramski monologi, zborovsko petje, afriški ritmi v gibu in inštrumentih, zborovska glasba, narodnozabavna glasba, na vrsto so prišli tudi ljubitelji modernejših zvrsti, kot sta house in rap, Videli smo najrazličnejše rokodelsko-umetniške dejavnosti, predavanja, delavnice ... Naj naštejem

samo nekaj zanimivih delavnic: prikaz izdelave zobotrebcev, izdelovanje eko lutk iz odpadnega materiala, delavnica zdravnih zelišč, ustvarjalna delavnica za otroke, delavnica izdelovanja rož iz krep papirja, joga v naravi in še ogromno drugih rokodelskih umetnij.

Razveseljevali so nas: vokalno-instrumentalna skupina Suhe češplje (društvo za ohranjanje dediščine), ženski pevski zbor (KD Vidovo), KD Jakob Aljaž, trebušne plesalke, Vesele klepetulje, folklorna skupina Moravski malčki, folklorna skupina Vidovo (splet gorenjskih plesov), gledališče Vidovo (odigrali so odlomek iz igre Živeti je lepo), nastop Tolkalcev Perkakšns in plesna skupina Kike (HUD KUD). Vse je bilo fantastično za uho in oko.

Meni je bilo najbolj všeč Društvo nezaposlenih in socialno ogroženih Slovenije, ki se bori proti revščini in socialni izključenosti. Kaj vse lahko človek počne, ko je brezposeln. Če bi se lahko šolali ljudje iz svojega konjička in če bi jim bila država naklonjena ter jim potem pomagala priti do svojega kruha ... Se pravi, ustanoviti samostojno podjetje, kjer bi človek lahko delal, kar mu je zapisano v srcu. Da pa bi lahko s tem še dobro zaslužil, je potrebno raziskati trg povpraševanja in ponudbe. Ampak če verjameš, da se vse zgodi z namenom – pravi ljudje, prave stvari, pravi kraj, pravi čas in pravi način, je uspeh zagotovljen. Osebno sem se udeležila dveh delavnic. Prvo je organiziralo Društvo Joga v vsakdanjem življenju, ki so prikazali jogo na prostem (pod šotorom seveda). Drugo je bila delavnica zdravega načina življenja, kjer si izvedel nekaj o zdravem načinu življenja in prehranjevanja, kako zdravo zapolniti svoj

prosti čas z najrazličnejšimi umetniškimi konjički: od izdelave ročnih del (kvačkanja in pletenja) do lotevanja umetnin iz lesa, stekla, fimo mase ...

Bilo je veliko časa za srečevanje starih znancev, prijateljev in sklepanje novih medčloveških vezi, poznanstev, prijateljstev, ljubezni in simpatij. Tako sem tudi sama »prišla na svoj račun« kljub slabemu vremenu in mrazu, ki je povsem običajen v obdobju treh ledenih mož in uscane Zofke. Sicer je pa to že zgodba za meteorologe.

Slađana

V Semiču prelepo vreme

Članice iz ženske sekcije so o čudovitem zadržem tednu v maju, ki so ga preživele v Semiču, napisale nekaj svojih vtisov.

Marjana Lavrin: »Članice ženske sekcije smo se 24. maja iz društvenih prostorov za teden dni preselile v hišico Zveze paraplegikov v Semič. Živele in delale smo pod eno streho. Obiskali sta nas tudi dve članici iz dolenske regije, ki sta z nami preživele dan. Nekatere so odšle na izlet na turistično točko Smuk. Želela sem, da bi teden dni preživele v slogi in si s skupnimi močmi naredile karseda lepe dni, vendar se to ni izšlo.«



Marija Zadavec: »Bilo je čudovito in sem bila z vsem zadovoljna.«



Urška Nemec: »Bilo mi je zelo lepo. Zdenka (asistentka) je bila zelo predana in vseskozi na razpolago. Hvala ji za vso pomoč in skrb.«

Breda Malus:

»Zelo so me razvajali, verjetno sem se tudi zredila. Imam pa eno pripombo: zunaj ni radia, tisti, ki pa je notri, je preveč moderen, zato nisem znala naravnati postaje.«



Zdenka Hribar (asistentka): »Bilo mi je všeč, dela in smeha mi ni nikoli zmanjkalo.«
Marija Gračner: »Meni je bilo fajn.«

Marija Vraničar:

»Imele smo delovni teden v Semiču. Čas sem si krajšala z delom in družbo.«

Ana Feržan: »Ole ,ole, ole, ole, mi smo šampioni, ker v kuhinji svinjarijo že tretjič pomivam.«

Majda Ravnikar: »Motilo me je, ker nismo nič pekle na žaru.«

Matilda Šalamun:

»Teden je letos zelo hitro minil.«

Mari Mrak: »Vesela sem se tega srečanja, žal, bilo je težko, ker sem imela hude bolečine in se nisem mogla družiti z ostalimi, kot sem si želela.«

Slađana Grdjan:

»Bivanje v Semiču je bila idealna izkušnja za realen pogled v samostojno življenje.«



Dan sonca

Članice društva ljubljanske pokrajine smo se 22. maja odzvale na povabilo in se udeležile prostovoljnega sodelovanja na 5. festivalu ustvarjalnosti na Rašici. Vse skupaj se je dogajalo v prijetnem naravnem ambientu Trubarjeve domačije. Program je bil bogat in pester – na več prizoriščih se je skozi dan do noči odvijalo preko 30 delavnic in dogodivščin, in na eni od stojnic je sode-

lovalo tudi naše društvo. Ženska sekcija je pripravila razstavo svojih izdelkov in delavnico izdelovanja rož iz krep papirja ter izdelavo voščilnic. Naša slikarka Tina Pavlovič je prikazala slikanje z usti.

Po tem dogajanju smo se odpeljali v Kočevje, kjer nas je pričakala naša članica Nada Begič, in nas povabila na kosilo – v zahvalo, ker sta ji društvo ljubljanske pokrajine in Zveza paraplegikov finančno pomagala, da se bo lahko selila v dostopne prostore. Nada in njeni bližnji so nas pogostili, kot bi bili na svatbi. Še nikoli nisem videla in doživela toliko hvaležnosti za pomoč kot pri njih. Počutila sem se zelo dobrodošlo in zaželelo, zato sem preživela res prijetno popoldne. Nada, tebi in tvojim velika hvala za vse in nasvidenje še kdaj. ♡

Marjana



//V prijetnem ambientu Trubarjeve domačije

► ¿Español? ¿ Y, por qué no?

Konec februarja 2010 smo na Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine začeli z učenjem španščine.



46

Skupina, ki sem jo poučevala, je že leta 2009 opravila 60-urni tečaj jezika, tako da smo se odločili za nadaljevanje I. stopnje, ki smo jo iz prvotno načrtovanih 60 ur skrajšali na 54, kar se je na koncu izkazalo za povsem zadostno. Zaradi uskladitve urnika in obveznosti vseh tečajnikov smo se odločili za obisk dvakrat tedensko po tri šolske ure, tako da smo tečaj zaključili že sredi maja 2010.

Pred enajstimi leti sem nazadnje poučevala španščino, saj sem že v času študija na Filozofski fakulteti ugotovila, da omenjeni jezik ne bo tisto področje, s katerim si bom služila kruh, saj je slovenski trg majhen, gospodarskega sodelovanja s špansko govorečimi državami pa ni veliko. No, pa sem se po enajstih letih »premor« znova vrnila k španščini. Lepo. Mirjam je sestavila urnik, jaz pa sem kupila učbenik »ven 1«, ki nam je služil kot osnovno gradivo. In smo začeli. Skupina, ki so jo sestavljali Mirjam, Dušan, Mojca, Anica, Manca, Urša in Matjaž, je imela kar lepo predznanje španščine, ko smo začeli. Nekateri od njih so tudi že obiskali bodisi Španijo ali države Južne Amerike, kar se je poznalo v njihovem besednem zakladu. Na prvem srečanju smo naučeno osvežili, nato pa nadalje-

vali s snovjo. V 54 urah smo obdelali kar veliko: osebne, nedoločne in svojilne zaimke, velelnik, enega od prihodnjikov ter tri preteklike. Naučili smo se vprašati in povedati, kje se nahajajo določene ulice in stavbe, kako rečemo, kadar nas kaj boli, kako se pogovarjamo po telefonu, kupujemo v trgovini z oblačili ali živilski trgovini, naročimo hrano ali pijačo v restavraciji ... Poslušali smo tudi španske ali južnoameriške pesmi. Ker so tri šolske ure učenja kar naporne, smo si vmes tudi oddahnili, in sicer tako, da smo prigriznili dobrote, ki nam jih je zvesto nosila Anica (Anica zna med drugim odlično pripraviti sušene paradižnike v oljčnem olju. Njam, »¡qué rico!«, kar pomeni »kako dobro«, ter pili našo priljubljeno turško kavo. Dušan pa nas je po elektronski pošti, potem ko si je zvečer doma uredil vse zapiske, zavzeto zalagal z dodatnim gradivom, ki ga je večinoma izdelal sam, in nam pošiljal pesmi. Seveda bi bilo sedaj idealno naučeno utrditi s kakšnim potovanjem v špansko govoreče države, kjer se posameznik nauči največ, saj se je v določeni situaciji primoran znajti sam, s tem pa si širi tudi

svoj besedni zaklad. Prepričana sem, da se je ta skupina naučila toliko, da bi se v osnovnih življenjskih situacijah brez težav sporazumela s špansko govorečimi ljudmi. Slednji so namreč veseli vsakega tujca, ki zna vsaj osnove španščine, saj se njim ni treba »mučiti« v angleščini. In kakšni so moji vtisi ob koncu tečaja? Zelo lepi. Spoznala sem simpatične ljudi, ki so, kolikor so jim dopuščale še druge obveznosti, zavzeto obiskovali tečaj španščine. In za konec še pozdrav moji skupini: ¡Lola, Paco, Trini, Tere, Lupe, Magda y Santi (to so bila namreč njihova španska imena), un abrazo muy fuerte y hasta siempre! ¡Fuisteis maravillosos! (kar dobesedno pomeni: močan objem za vedno. Bili ste čudoviti). 🍷

Pavla Grabner



// Paco, Magda, Tere, Lupe, Lola y Dolores

▶ Let's talk in English!

Približno dva meseca se na društvu odvija začetni tečaj angleščine, ki ga imamo dvakrat tedensko po tri šolske ure.



Tečaj bo obsegal 45 ur, septembra, ko se bo vročina malo polegla, pa ga bomo nadaljevali, kolikor bo pač še potrebno, da pridemo do zelene-ga cilja – torej, govoriti angleško. Začeli smo s čistimi osnovami, kot je uporaba sedanjika in preteklika, ter se že naučili uporabljati in razumeti čase, ki so osnova pri komponiranju stavkov. Učenje nam je med drugim v zabavo, saj se na urah angleškega jezika veliko pogovarjamo, argumentiramo in se večkrat tudi nasmejimo. Vsak ima popolno pravico izraziti svoje mnenje in prositi za pomoč pri kakršnemkoli nerazumevanju snovi. Med sabo si tečajniki/ce veliko pomagajo in se tako tudi več naučijo. Večkrat skupaj prebiramo članke oz. besedila, ki obravnavajo kakšno temo (film, kultura, poklici, prosti čas ipd.), in tako spoznavamo nove tuje besede. Poleg učenja le-teh se seznanjamo s tujo kulturo in poslušamo audio posnetke, da tako vadimo tudi slušno razumevanje. Nato o tem diskutiramo in vsakdo mora povedati kakšno svojo izkušnjo ali kaj komentirati na temo, zato da čimveč govorimo v angleščini. Seveda ne smemo pozabiti na domače nalo-

ge, ki jih dobijo vsakič, zato da med prostim časom ne pozabijo na angleščino. Pri učenju tujih jezikov je najpomembnejša raba. Čimveč jih je treba uporabljati v praktičnem pomenu: poslušati prek televizije oz. drugih medijev, prebirati dosti besedil in seveda skušati veliko govoriti ali pisati. Vsem iskreno priporočam, da si dobijo kakšnega dopisovalca/dopisovalko, in si tako z njim/njo dopisujejo preko elektronske pošte. V roku dveh mesecev se bo stopnja znanja zvišala za 30 % in več. Dvakrat na teden grem zelo rada v prostore društva, saj se med predavanjem tudi sama sprostim, in s tečajniki/cami uživam v »čveku« med angleščino. Upam, da se bo drugo leto naš tečaj odvijal naprej, in vse, ki bi se radi naučili angleškega jezika, iskreno vabim, da se nam septembra pridružijo. 🙌

Mojca - teacher

Angleščina??? Kaj je že to?



Ajaa! Saj sem se jo že enkrat učila, ampak res loong loong away – bržkone sem napisala narobe,

prav zato sem se odločila, da bo treba znanje iz angleškega jezika obnoviti. Zavrtela sem nekaj telefonov in klapa z istimi težavami je bila ustvarjena. Na hitro smo našli tudi našo učiteljico Mojco in prve ure so se začele. Ker smo zelo majhna skupina, so naše ure zelo intenzivne in prijetne, saj imamo vsi približno enako predznanje. Ker pa je poletje že pred vrati, se bo tudi naš tečaj kmalu zaključil, in moram priznati, da bom pogrešala skupinico in učenje, zato upam, da se jeseni zopet zberemo ter nadaljujemo tam, kjer smo končali. See you later! 🙌

Mojca - Moya



Zame je nočna mora angleška slovnica

V šestdesetih urah do znanja angleščine? Sliši se dobro, a ni tako enostavno! Mojca, Janja, Tereza, Petra, moja malenkost in tršica Mojca smo glavni akterji jezikovnega tečaja. Učenci se med sabo poznamo, tako da nihče ne zavija z očmi, če je kdo pri odgovorih močno brcnil v temo. Prve ure je učiteljica Mojca samo ugotavljala, koliko znanja je v naših glavah. Zame je nočna mora slovnica, ki je ne prebavljam, in je največja ovira do boljšega znanja. Učiteljici Mojci je to prvi tečaj z odraslimi, zato se še malo lovi. Vendar znanje ima! In prikupen nasmeš ravno tako! Jaz sem tečaj zaradi obveznosti predčasno zapustil, vendar sem prepričan, da ga bodo ostali uspešno zaključili. 🙌

Slavko



Mojemu žulju je ime angleški jezik

V osnovni in srednji šoli sem se po-
žvižgala na angleščino.

Važno je bilo, da je šlo skozi. Takoj po srednji šoli pa sem šla na izlet za en teden v tujino in se začela srečevati s tujci. Vedno sem imela ob sebi prijatelje, ki so prevzeli vlogo »translatorjev«. Tako je bilo dolgo časa, vendar mi ni bilo vseeno. Vedno me je motilo, da s tujci ne morem komunicirati bolje. Kadarkoli sem se želela lotiti tega žulja, je vedno prišlo kaj vmes. Enkrat ni bilo možnosti, drugič časa, tretjič pa so bile posredi dolgotrajnejše zdravstvene težave ter operacija. In so šla leta, desetletja ...

Ko me je Mojca poklicala, da bi imeli tečaj angleškega jezika, sem se tega zelo razveselila. Zdravljenje dolgoletnega žulja se je začelo. Proces zdravljenja bo sicer dolg, daljši kot tečaj. Potrebno bo veliko ponavljanja. »Repetitium mater studiorum est« - ponavljanje je mati modrosti, tudi angleškega jezika. 🙌

Tereza - Terese

Juhuhu, društvo organizira tečaj angleščine



V osnovni in srednji šoli sem sicer angleščino imela, vendar mi je bilo vse drugo bolj pomembno kot uče-

nje (najstniška leta pač). Sčasoma pa potovanja, služba ... In naenkrat ugotoviš, da je znanje tujega jezika zelo pomembno. Zgrabila sem priložnost, zelo napredujem in se že veselim jesenskega nadaljevanja. 🙌

Petra



Z angleščino je težko, brez nje še težje

Ta dilema, uf, ne spomnim se več, koliko časa je že del mene ... In res me je začela glodati

... Sploh pa je na pozitivno odločitev v tej smeri najbolj vplivala Mirjam, ki mi ob nobenem najinem srečanju ni pozabila navreči, naj grem končno že v tečaj angleščine. Kajti to sem odlagala tako dolgo, da sem pozabila tudi tisto znanje, ki sem ga imela še iz gimnazije. Ampak

dandanašnji res ni mogoče shajati brez tuje-
ga jezika, še posebej angleškega, na katerega naletimo na vsakem koraku: od računalniških aplikacij do vsakdanjih besed, ki jih ima mladi-
na vedno na koncu jezika in jih pljuva iz sebe bolje kot materni jezik. Nikoli mi niso prav posebej šli tuji jeziki, zato sem najraje »prešpricala« obilico znanja, ki so nam ga podajali na gimnaziji. Kolikor se je le dalo sem »hvatata krivine«, iskala instant bližnjice do hitro pridobljenega znanja in izračunavala, koliko točk v plus mi bo navrgla slovnica, ki mi je šla za razliko od konverzacije in besednega zaklada več kot dobro. No, po toliko letih sem zdaj končno sredi pravega angleškega tečaja, ki ga skupaj z Mojco, Terezo, Petro in Slavkom obiskujemo dvakrat tedensko, in nas tovarišica Mojca sme-
lo uči ponovnih prvih korakov. Vesela bom, če se bomo dogovorili in tečaj jeseni tudi nadaljevali, saj smo krasna družčina. Bye! See you in the next war, ups, in autumn! 🙌

Janja - Yanya



// Mojca, Tereza, Slavko, Petra in Janja dvakrat tedensko obiskujejo tečaj angleščine pri učiteljici Mojci.

► Med seboj se vsi poznamo

Letošnji tradicionalni novoletni košarkarski turnir smo pripravili v športni dvorani v Šmartnem pri Litiji. Ker je bila občina tudi pokrovitelj turnirja, smo izkoristili priložnost in malo pokramljali z županom Milanom Izlakarjem.



Povemo naj, da je imel župan kar malce nelagoden občutek, ker nam občina pri organizaciji ni izdatneje pomagala, toda mi smo bili veseli, ker smo brezplačno dobili v najem njihovo dvorano. In hkrati nam je obljubil, da jo bomo lahko uporabljali tudi v prihodnje. Naši košarkaši so ob tem pripomnili, da v tako lepi in sodobni dvorani redkokdaj igrajo.

Za začetek smo župana prosili za krajšo predstavitev občine.

Občina je bila v zgodovini zelo pomemben kraj, saj se je tukaj rodila Slava vojvodine Kranjske in Janez Vajkard Valvasor je pisal o teh krajih. Zdaj, ko smo dobili prevod, vemo, kaj se je tukaj dogajalo pred 320 leti. Že sedmo leto smo samostojna občina, kjer na 100 kvadratnih kilometrih živi 5.400 prebivalcev. Kot ste videli, imamo zelo lepo in sodobno urejeno športno dvorano z bazenom, na katero smo kot skromni prebivalci občine še kako ponosni. Tudi s proračunskimi sredstvi smo kar zadovoljni, zato za uspešno delovanje občine (pa kdorkoli jo bo že vodil) v prihodnje ni bojazni.

Kako pa je v občini poskrbljeno za invalide občane, kakšna je dostopnost do javnih objektov?

Naša občina je majhna in se med seboj skoraj vsi poznamo. Ker pa smo prilagodljivi, lahko vse stvari uredimo po telefonu. Torej tako rekoč kar na domu. Zato paraplegikom in drugim gibalno oviranim občanom sploh ni



// Župan Milan Izlakar

treba hoditi na občinske urade. Naša pošta je vsem dostopna, prav tako pa tudi krajevni urad. No, tudi z invalidsko problematiko sem zelo dobro seznanjen, saj je bil vaš pokojni član Franci Cilenšek moj sorodnik, z mojim soobčanom Jožetom Berčonom se pa tako in tako dobro poznavata.

Kako pa je v vaši občini urejeno s parkirišči za invalide in invalidne voznike?

Nič ni urejeno. To pa zato, ker smo tik pred gradnjo obvozne ceste. Takrat, ko bo dograjena, se bo struktura prometa v Šmartnem bistveno spremenila. Seveda bomo ob novi prometni ureditvi upoštevali konkretne potrebe in pobude.

Kako gledate na finančno pomoč invalidskim organizacijam v prihodnje?

Glede pomoči pri financiranju invalidskih in drugih organizacij je moj pogled vsekakor pozitiven. Do sedaj tovrstna pomoč pri ureditvi infrastrukture in pozabljanju kraja v naši občini ni bila mogoča. Povem naj, da zaradi pretežno vernega prebivalstva kraj v prejšnjem sistemu oblastem ni bil simpatičen. Niti kanalizacije nismo imeli. Toda v naslednjih letih bo finančna pomoč omenjenim organizacijam normalno stekla.

Ali v šoli organizirate kakšne preventivne akcije, ki bi mlade opozarjale na različne nesreče?

Občina je inštitucija, ki je dolžna omogočiti pogoje. Samo izobraževanje pa pričakujem od kadra, ki je za to poklican in tudi plačan. V občini imamo za vse vrste izobraževanja zelo dobre pogoje.

Kakšen pa je socialni položaj vaših občanov? Kako pomagata socialno šibkim občanom?

Glede socialne pomoči občanom se vedno posvetujem z institucijami, kot so: cerkev, ki »obvladuje« tri četrtine populacije, posvetujem se z zdravniki, ki delajo v našem kraju, vendar pa kakšne hude potrebe po socialnih pomočeh v našem okolju ni. Mogoče so le tisti občani, ki so malo manj iznajdljivi v nekoliko slabšem položaju. Sicer pa imamo za reševanje tovrstnih težav Karitas in Rdeči križ,

kot župan pa imam določene pristojnosti in po svoji presoji pomagam tistim, ki so pomoči potrebni. Ob tem naj dodam, da so naši občani ponosni in da bi težko prosjačili. Menijo namreč, da bi si s tem nekako zmanjšali svoj ugled.

Invalidi imamo velikokrat zdravstvene težave. Imate v občini mogoče kakšno obliko pomoči na domu?

Naša občina je ena redkih, ki ima enkraten dom za ostarele občane, na čudoviti lokaciji. To je eden od Valvasorjevih gradov Črni potok. Z domom dobro sodelujemo, pri skrbi in negi oskrbovancev pa poleg osebja pomagajo še številni prostovoljci. V tej dvorani smo imeli vseslovensko srečanje prostovoljcev. Pomoč na domu pa rešujemo skupaj s socialno službo občine Litija. Poudaril bi še rad, da je bilo v naši občini nekdanj kar šest gradov in osem veleposesti in da te sadove zdaj uživajo

tisti, ki so pomoči potrebni. In ob zaključku lahko rečem, da si marsikatera občina lahko samo želi, da bi imela tako ureditev, kot jo ima naša.

Županu Milanu Izlaskarju se za pogovor in sodelovanje zahvaljujemo in mu želimo tudi v prihodnje uspešno vodenje občine. 🤝

Pogovor pripravil:
Peter Cerar



// Župan je na novoletnem turnirju podelil pokal svojemu sokrajanu Jožetu Berčonu.

**DRUŠTVO PARAPLEGIKOV
LJUBLJANSKE POKRAJINE**

Dunajska cesta 188

1131 Ljubljana, p.p.: 5922

T 01 56 91 123

TRR 03170-1003169118

E dlj.paraplegik@guest.arnes.si

www.drustvo-para-lj.si



URADNE URE DRUŠTVA

PONEDELJEK:

Ana Pavšek – masaža, presoterapija, osebna asistenca

TOREK:

Gregor Gračner in Draga Lapornik – operativno delo in blagajna

SREDA:

Rafko Jurjevčič – sociala

ČETRTEK:

Robert Žerovnik – šport in rekreacija

PETEK:

Mirjam Kanalec, ki jo včasih nadomešča Rok Bratovž – operativno delo
VSAK DELAVNI DAN:

Mojca Burger – »deklica za vse«

Zaradi organizacije dela vas prosimo, da kličete na društvo glede na vaša vprašanja določen dan in v **času uradnih ur.**

Uradne ure so vsak delavnik med 10. - 14. uro.

► Mercator Ljubljana »povozila« vse

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je organizator tradicionalnih novoletnih košarkarskih turnirjev na invalidskih vozičkih. Tokratnega, enajstega po vrsti, je društvo pripravilo 9. januarja v športni dvorani Pungrt v Šmartnem pri Litiji.



Pod koši so se srečale: ekipa DP Novo mesto, ekipa DP Maribor, združena ekipa DP Celje in DP Kranj ter ekipa organizatorjev DP Mercator Ljubljana.

Slavila je naša ekipa, ki je v finalni tekmi premagala lanskoletne zmagovalce – Novomeščane.

Že enajst let je minilo od tistega davnega leta 1999, ko je Dane Kastelic organiziral prvi novoletni turnir v Ivančni Gorici, in vse ostalo je postalo legenda. Potem pa deset let zapored, vsakokrat v drugi občini, v Domžalah, Zagorju, Cerknici, Ribnici, Komendi, Logatcu, Trbovljah, Grosupljem in spet v Ivančni Gorici – 10. jubilejni turnir. Letos so slovenski košarkarji obiskali Šmartno pri Litiji, kjer so prve dni v letu preizkušali, koliko energije jim je ostalo po novoletnem »zabušavanju« in rajanju.

V otvoritveni tekmi sta se na parket zapeljali ekipi DP Mercator Ljubljana in DP Maribor. Tekmo so z rezultatom 55:32 brez težav dobili organizatorji. Druga tekma med združenimi moštvi DP Kranj-DP Celje in moštvom DP Novo mesto je zmago prinesla novomeškemu moštvu. V tretjem srečanju za tretje mesto sta se pomerili ekipi DP Kranj-DP Celje in

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

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

Na novoletnih turnirjih košarkarji tekmujejo tudi v metanju prostih metov in trojk. V prostih metih je imel najbolj mirno roko Jože Berčon (NM), drugi je bil Janez Učakar (KR), tretji Janko

Koren (MB), četrty pa Slobodan Banjac. V metu trojk je zmagal Boštjan Ceglar (LJ), drugi je bil Tone Kanc (NM), tretji Marjan Žunko (MB), četrty pa Enes Musič (CE). Tekme sta odločno in korektno vodila sodnika Mitja Dečman in Primož Zaletelj. Tako kot na vseh pomembnejših košarkarskih tekmovanjih je tekmovanje tudi tokrat uradno nadzoroval tehnični delegat in košarkarski strokovnjak Milan Lukan, ki je z Danetom Kastelicem (predsednikom Zveze paraplegikov Slovenije) tudi pobudnik in organizator tega pomembnega in odmevnega košarkarskega tekmovanja. Pokale je zmagovalnim ekipam podelil župan občine Šmartno pri Litiji Milan

lzlakar, športni dogodek pa so podprli: občina Šmartno pri Litiji, CAR COMERCE-avtokleparstvo, AVTOSERVIS-Franc Martinčič s.p., Lado Dobravec s.p., PLASTENKA d.o.o., MRU d.o.o., Župnija Šmartno pri Litiji, HANI – trgovina s tekstilom, PEČARSTVO Hrovat in Renata Verboten, Kopriva-ordinacija interne medicine. 🤝



// V finalni tekmi zmagali boljši.

Robert Žerovnik

► Plesalke podaljšale minute odmora

V športni dvorani OŠ v Zgornjem Kašlju pri Ljubljani je od 23. do 25. aprila potekal jubilejni – 30. Pogačnikov memorial in hkrati 14. mednarodni turnir v košarki na invalidskih vozičkih. Prvo mesto je osvojila naša ekipa, srečanje pa je tako kot vsa leta doslej uspešno pripravilo naše društvo, podprla pa Mestna občina Ljubljana.

Tokrat so se za zmagovalni pokal potegovala le ekipe PDM Treviso (I), S.K. Hobit Brno (CZ), RSV Salzburg (A), K.K.I. Vodice (CRO), KKI VRBAS Banja Luka (BIH) in DP Mercator Ljubljana (SLO). Večina tekmovalcev je prispela v Kamnik že v petek, kjer so jih pričakali predsednik društva Gregor Gračner, športni referent Robert Žerovnik in vodja košarke Suad Hodžič. Vse tuje ekipe so bile namreč nastanjene v Zavodu Cirius, saj je le-ta dostopen in prilagojen za osebe na vozičkih.

Prvi del turnirja je potekal v soboto, kjer so se ekipe pomerile med sabo v dveh skupinah. Najboljša dva iz vsake skupine sta v nedeljo igrala v finalni tekmi, druga iz vsake skupine za tretje mesto, za peto mesto pa sta se potegovala zadnja dva iz vsake skupine. Rezultati sobotnega tekmovanja:

RSV Salzburg : KKI VRBAS Banja Luka - 28:61;
DP Mercator Ljubljana : K.K.I. Vodice - 75:57;
KKI VRBAS Banja Luka : PDM Treviso - 42:63;
Hobit Brno : DP Mercator Ljubljana - 17:43;
RSV Salzburg : PDM Treviso - 39:58; Hobit Brno : K.K.I. Vodice - 26:78.

Naslednji dan so se v borbi za peto mesto

najprej pomerili ekipe RSV Salzburg in Hobit Brno. Avstrijci so vso tekmo vodili, vendar je Čehom v zadnjih sekundah s trojko uspelo izenačiti, izsiliti podaljšek in z rezultatom 50:47 celo zmagati.

Tekma za tretje mesto med

moštvi KKI Vrbas in KKI Vodice je zmago z rezultatom 56:52 prinesla igralcem iz Banje Luke, čeprav so na začetku tekme boljšo igro prikazali igralci iz Vodice. V finalni tekmi sta se srečali DP Mercator Ljubljana in PDM Treviso. Povedla je domača ekipa in suvereno vodila vse do konca srečanja. Tekmo, ki si jo je sko-

»Športniki ne poznamo razlik med narodi, kulturo in jezikom.«



// Župan Zoran Jankovič se običajno vedno rokuje z igralci.



// Finalno srečanje je popestrila izredno simpatična plesna skupina plesne šole Urška.


raj v celoti ogledal tudi župan Ljubljane, je zaključila z rezultatom 68:48 (33:17) in s tem osvojila zmagovalni pokal. Dodamo naj, da je končni rezultat v zadnjih sekundah s čisto trojko potrdil naš odlični organizator igre Marjan Trdina. Po tekmi je župan kot dober poznavalec košarke pripomnil, da še na nobeni tekmi ni naletel na toliko minut odmora. Bržkone vzrok tiči pri nadvse atraktivnih plesalkah, ki so zapolnjevale te minute. Najboljši strelca turnirja je bil Flavio Cardoso (PDM Treviso), za najboljša igralca pa so razglasili Marjana Trdina in Izo Semenoviča (DP Mercator Ljubljana.)

Tekme so vodili sodniki: Sinan Ferizović (BiH), Nedžad Budimlić, Vasja Špari, Andrej Sušnik in

Franc Šafarič (vsi SLO), za zdravniško službo je skrbela medicinska sestra Amela, finalno srečanje pa popestrila izredno simpatična plesna skupina plesne šole Urška. Ob razglasitvi rezultatov so ekipam, najboljšemu strelcu in igralcu turnirja pokale podelili župan MOL-a Zoran Jankovič, predsednik Zveze paraplegikov Slovenije Dane Kastelic in referent za šport Robert Žerovnik.

Ob tej priložnosti je organizator izdal ličen

bilten, v katerem so pozdravni nagovori organizatorja prireditve Gregorja Gračnerja, predsednika Zveze paraplegikov Slovenije Daneta Kastelica in župana MOL-a Zorana Jankoviča, ki je v njem med drugim zapisal: »Športniki ne poznamo razlik med narodi, kulturo in jezikom. Živimo v duhu povezo- vanj in medkulturnega dialoga. Tudi Ljubljana živi v tem ritmu, zato je zame najlepše mesto na svetu. Želim vam, da bi bili še naprej aktivni, se udeleževali in zmagovali na tekmovanjih, predvsem pa vam želim veliko osebnih zmag!« V biltenu so predstavljene tudi nastopajoče ekipe, mesto gostiteljev ter sponzorji in donatorji, ki so podprli to največjo košarkarsko prireditev. To so: zlati sponzor - Mercator, srebrna sponzorja - Vodoterm in AdriticaSlovenica, bronasti sponzorji - MDM, Coloplast, Elektronček, Raiffeisen Bank, Energoplan, Odvetniška pisarna Senica, Bori, drugi sponzorji - Radio Hit, Žurbi team, Silva produkt d.o.o., Inotherm, Loterija Slovenija, Elektro Ljubljana in do- natorji - Termoelektrarna d.o.o.

Ljubljana, Sindikat državnih organov Slovenije, Sindikat finančnih organizacij Slovenije, Osnovna šola Ljubljana-Polje, CIRIUS, Odvetniška družba Čeferin d.o.o. - Čeferin Rok, Gostilna Štern, Banka Koper d.d., Geoplin d.o.o., Pirnat d.o.o., Thermana d.d., Olma d.d., MVA d.o.o., Mercis d.o.o., Papirnica Vevče d.d. in Partner graf d.o.o. 

Končne uvrstitve:

1. DP Mercator
2. PDM Treviso
3. KKI Vrbas
4. KKI Vodice
5. Hobit Brno
6. RSV Salzburg

➤ Keglji padali v Kamniku

Tokrat je XII. tradicionalni kegljaški turnir, ki ga naše društvo prireja vsako leto v Domžalah, zaradi dotrajanega kegljišča potekal na kegljišču v Kamniku. In spet je bila udeležba odlična, saj se je za pokal občine potegovalo več kot petdeset kegljačic in kegljačev iz osmih pokrajinskih društev.

V ekipni konkurenci so bili najboljši kegljači iz DP Prekmurja in Prlekije, ki so podrlji 827 kegljev, drugo mesto je osvojila ekipa DP ljubljanske pokrajine (820), tretja je bila ekipa DP severne Štajerske (819), četrta ekipa DP jugozahodne Štajerske (782), peta ekipa DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja (697), šesta ekipa DP Gorenjske (636), sedma ekipa DP Istre in Krasa (544) in osma ekipa DP Koroške (539).

V moški konkurenci je bil prvi trenutno naš najboljši kegljač Martin Tabak (235), drugi je

bil Miran Jernejšek - MB (227), tretji pa Viktor Rupnik - LJ (222). V ženski konkurenci so bile nepremagljive kegljačice našega društva. Prvo mesto je osvojila Cvetka Štirn (221), drugo Senka Ivanišević (221), tretje pa Nada Čaušević (179). Med veterani je prvo mesto osvojil Ludvik Škraban - MS (226), drugo Anton Simonič - MS (221), tretje pa Hasan Čaušević - LJ (213).

Pokale so zmagovalcem podelili: župan občine Domžale Toni Dragar, svetovalka župana Vera Vojska, direktor Zavoda za šport Domžale

Janez Zupančič in Roman Kurmanšek, občinski svetnik. Vse organizacijske niti so bile tudi tokrat v rokah naše odlične kegljačice Cvetke Štirn, ki ima večino zaslug, da ta športni kegljaški dogodek denarno podpirajo številni pokrovitelji in donatorji.



Robert Žerovnik



// »Gasilska«

➤ Dva krapa

Naše društvo je bilo 21. maja organizator 2. kola lige Zveze paraplegikov v ribolovu. Tokrat nas je v tej ligi prvič gostila ribiška družina iz Vevč.

Naš tradicionalni ribnik v Lahovčah je bil večkrat tarča kritike zaradi slabega ulova, zato smo se letos namenili spremeniti tekmovalno okolje. Z ribiči iz



Ribiške družine Vevče smo že dobri znanci iz Invalidske lige mesta Ljubljana, tako da smo vedeli, da ne bomo imeli težav z organizacijo.

Za potešitev ribiške žilice in za dober ulov je ključnega pomena vreme in seveda ribe v vodi. Dežne kaplje, ki so nas sprejele pri ribiškem domu RD Vevče, vsekakor niso bile vzpodbudne, in rosenje nas je spremljalo tudi ves čas tekmovanja. K sreči ni bilo hladno, ampak ribolov je bil zaradi tega pričakovano skromen. In na tekmovalni uspeh je imela zato ribiška sreča večji vpliv kot običajno. Ključno vlogo pri razvrstitvi sta imela ujeta krapa.

Na tekmovanju je nastopilo 28 tekmovalcev iz sedmih društev paraplegikov.

Rezultati ekipno:

1. DP severne Štajerske
2. DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja
3. DP jugozahodne Štajerske

Rezultati posamezno:

1. Gašper Peček (2200g)
2. Ivan Žalig (2000g)
3. Boštjan Javernik (1200g)

Ob tej priliki vabim člane našega društva, da izkoristijo možnost izposoje letnih ribolovnih dovolilnic, ki nam jih poklanjata RD Domžale Bistrica in RD Vevče. Zainteresirani pokličite na 031 608 452. 🐟

Peter Kralj



// Ključnega pomena je bila ribiška sreča.

Atletika // Šport

► Priprave v Medulinu

Sonček! In to vseh sedem dni, ki smo jih namenili atletskim pripravam v Medulinu.



Kot vsako leto smo tudi letos pod vodstvom Romane Kuhar odšli na enotedenske priprave v Medulin na Hrvaškem.

Tokrat je bila atletska ekipa številčna kot še nikoli. Poleg Henrika, Tatjane, Jožeta in mene sta se nam letos pridružila še dva, ki želita uspeti v atletiki, to sta Suad Hodžić in Urša Urbančič. Suad je že 9 let aktiven košarkar, Urša pa se je šele začela ukvarjati z športom. Romana in Brane sta jima z veseljem namenila svoj čas in znanje, da bi jima pomagala do zelenega cilja, od njiju pa je odvisno, koliko bosta dosegla. Nastanjeni smo bili v hotelu Medulin, ki je v neposredni bližini stadiona, kar nam je omogočalo res kvalitetne treninge in dober počitek med njimi, saj se nam ni bilo potrebno voziti do stadiona. Trenirali smo dvakrat na dan, razen dveh dni, ko smo imeli trening le dopoldan in nam je Romana privoščila popoldansko uživanje na soncu. Medulin je eden od najbolj obiskanih letovišč, kjer se zbirajo športniki, saj so bili tam poleg nas slovenski atletski reprezentanti, med njimi tudi Jolanda Čepčak.

Z vremenom smo imeli res srečo, saj nam je sonce namenilo svojo energijo od nedelje do sobote, in tako smo si lahko napolnili baterije za tekmovalno sezono, ki se je začela s tekmo v Puli; vse naše priprave in treningi so sicer usmerjeni v svetovno prvenstvo, ki bo na Novi Zelandiji januarja 2011.

Priprave so bile glede na rezultate na treningih uspešne, o tem, kako daleč bodo na tekmovanjih leteli diski in kopja, pa vas bomo sproti obveščali. 🐟

Tanja Cerkvenik



Urša »cilja v zvezde«

VAŠE KORISTI:



Gradite svojo finančno prihodnost in prihodnost vaše družine.



Varčevanje ustvarja svobodo.



Z našo pomočjo si boste zagotovili finančno varnost in ustvarili varen dom.



Obvarujte se pred negotovo prihodnostjo, uporabite bogate izkušnje naših strokovnjakov, ki vam bodo z veseljem prisluhnili in skupaj z vami preišli poiskali pravo rešitev.



HARVEST

NAŠA PONUDBA:

- ▶ POKOJNINSKA ZAVAROVANJA
- ▶ ZAVAROVANJA: > življenja
> zdravja
> nezgode
- ▶ NALOŽBENI PRODUKTI
- ▶ ZAVAROVANJE NEPREMIČNIN
- ▶ ZAVAROVANJE PRAVNE ZAŠČITE

56



PRIMOŽ VIDMAR

Gsm: 031 781 751

primoz.vidmar@harvest.si



ERVIN SMISL

Gsm: 040 160 682

ervin.smisl@harvest.si

Harvest, zavarovalniško zastopanje, d.o.o.
Dunajska cesta 188, 1000 Ljubljana

Tel: +386 (0) 1 569 1236

Gsm: +386 (0) 30 667 788

Fax: +386 (0) 1 569 1238

info@harvest.si - www.harvest.si

ZAKAJ IZBRATI HARVEST

1. Smo eno vodilnih mednarodnih podjetij, specializiranih za zavarovalništvo in osebne finance.
2. Smo neodvisen in zanesljiv partner za Vaše finančno življenje.
3. Naše temeljno vodilo je Vaše zadovoljstvo. Pri vsem kar delamo, so ljudje na prvem mestu.
4. Z Vami smo tudi takrat, ko ne gre vse po načrtih.
5. Naše poslovne partnerje zaznamujejo poštenost, strokovnost, zanesljivost in izkušnost.



SUAD HODŽIĆ

Nesreča je vsekakor pomenila velik premik v mojem načinu dojemanja življenja ter osvetlila dele življenja, za katere je vredno živeti in kateri me izpolnjujejo.

Že v času pred nesrečo sem bil zavarovan, prav tako pa tudi po nesreči, saj menim, da današnji tempo življenja in njegova nepredvidljivost terja tovrstna zavarovanja.

Vir: www.harvest.si

Naši partnerji:



► Deliti je množiti

V letošnjem letu je prvo mednarodno tekmovanje v atletiki potekalo 22. in 23. maja v Puli. Udeležilo se je 200 športnikov, tekmovalcev iz 10 držav (bivša Jugoslavija, Poljska, Rusija, Saudska Arabija ...).



Iz Ljubljane smo se odpravili že v petek zgodaj zjutraj, ker so potekale klasifikacije, ki sta se jih morala udeležiti nova člana atletike Urša Urbančič in

Suad Hodžič. Nastanjeni smo bili v hotelu Pula (blizu stadiona), ki ga »vozičkarjem« ne priporočam, ker ni niti malo prilagojen za osebe z oviranostmi. O sprehajalni poti od hotela do stadiona lahko povem le, da je na poti navzdol priporočljivo imeti rokavice, da si ne osmодиš rok, navzgor pa kondicijo, ker je kot »vzpon na Triglav«. Hotel pa ima seveda tudi nekaj pohvalnega, to je vrt, kjer smo zvečer »čajevali« in klepetali ob čudovitem pogledu na bujno rastje gozda, ki se je razprostiralo tik pred njim.

V soboto zjutraj je bila sprva uradna otvoritev tekmovanja, ki so jo poleg govora popestrili tudi plesni dogodki mažoretk in mladih plesalk plesne skupine Zvezda. Nato se je začelo tekmovanje v metu diska in krogle za moške in ženske različnih kategorij. Rezultati naših članov so bili osupljivi. Tatjana Majcen je dobila dve zlati medalji v tovrstni disciplini, prav tako Tanja Cerkvenik za kroglo, Henrik Plank zlato za kroglo in srebrno za disk ter Jože Flere

zlato za met s kijem in diskom. Naj omenim, da tokrat sama organizacija ni bila najbolje speljana, ure so kar naprej prestavljali, tako da je naš novi član Suad, kateremu je bila to prva tekma, dočakal svojo priložnost šele ob osmih zvečer in bil tako zadnji, a ne edini (občinstvo in spodbuda smo bili še vsi ostali člani in seveda naša trenerka Romana Kuhar) na stadionu.

Tekmovanje se je nadaljevalo v nedeljo z metom kopja, kjer moram izpostaviti izjemen, res neverjeten dosežek – osebni rekord Tanje Cerkvenik, ki ga je vrgla kar 21.94 m in se tako edina približala samemu vrhu, svetovnemu rekordu, ki ni daleč od nje. Nega rezultata, to je 22.71 m. Kljub temu, da je Tanja res v odlični formi, in sposobna česa takega, nas je s tem dosežkom presenetila. V kopju pa sta zlato dobila tudi Jože

Flere in Henrik Plank, bronasto medaljo pa je osvojila Tatjana Majcen. Večjih uspehov žal nova člana nista bila deležna, sta bila pa vesela uspehov drugih in tudi to je nekaj. Pravijo: »Deliti je množiti.« Tako pa se je naše popotovanje s podelitvijo, ki je potekala ob koncu tekmovanja, tudi približevalo koncu in utrujeni, neprespani (zaradi zgodnjega vstajanja), zgarano zadovoljni smo na poti proti domu zaključili s trkom kingov, maxijev, kornetov in bounntyjev. 🙌

Urška Urbančič



// Suad predsedal na »kraljico športa«.

➤ Že peti bron za Brajkoviča

Med 17. in 28. marcem 2010 je v Zagrebu v hotelu Westin potekalo evropsko prvenstvo v biljardu in zadnji dan je slovenski ekipi prinesel prvo in edino kolajno.



Za izvrsten dosežek je zaslužen Matej Brajkovič, ki je v kategoriji wheelchair v četrtfinalnem boju v devetki z odlično igro – 7:3 premagal irskega reprezentanta Freda Dinsmore-ja.


V polfinalu je bil žal boljši finski igralec Jouni Tahti, ki je ob koncu osvojil zlato kolajno.

Igralci in igralke so tekmovali v svojih konkurencah, jaz pa sem nastopil v konkurenci invalidov. Nameščeni smo bili v centru mesta, v hotelu Westin, kjer je tudi potekalo celotno tekmovanje. Kljub petim zvezdicam, ki si jih hotel ne zasluži, je bila organizacija odlična. Tekmovanja so na štiriindvajsetih biljard mizah potekala vsak dan od devete ure zjutraj vse do enajste ure zvečer. Dogajanje so na osemnajstih mizah spremljale kamere, tako da je lahko vsak v živo spremljal tekme preko interneta. Tudi okolica hotela je precej prijazna do oseb na vozičkih in s krajšim prehodom lahko vidimo večino mestnega centra. Biljard se zadnjih deset let močno razvija. Ima celo velike možnosti, da se v naslednjih letih prebije na olimpijske igre. A kot povsod drugje, so tudi tu težave z denarjem, zato je bila udeležba igralcev v moji konkurenci (vsi na

vozičkih) na tem prvenstvu slaba. In verjetno nas je bilo prav zaradi tega le enaindvajset. Pogrešal sem Poljake, Čehe, Srbe pa tudi igralcev bivših ruskih držav ni bilo. Vseeno je bila prisotna celotna elita. S tem mislim na Angleže, Finca, Šveda, Belgijca, Irca in tudi sebe.

Tekmovanje je potekalo v treh disciplinah: 8ball, 9ball in 10ball. Moj tokratni uspeh je tretje mesto v 9-ball-u, kar je že moj peti bron z evropskih prvenstev. Zadnji dve leti ne posvečam biljardu dovolj časa, zato sem s tretjim in petim mestom (10-ball) popolnoma zadovoljen. Ostali naši člani, ki so bili

letos v velikem številu (dve igralki v ženski in šest igralcev v moški konkurenci), so dosegli povprečne rezultate – končali so večinoma v drugi polovici udeležencev.

V slovenskem biljardnem prostoru vsako leto napredujem. Med približno 100 igralci sem trenutno na enajstem mestu, kar se mi zdi glede na to, da sem edini hendikepiran, odličen rezultat. Vse o evropskem prvenstvu si lahko ogledate na uradni strani evropske biljardne zveze www.epbf.com (bolj točno www.epconline.eu), slovensko sceno pa lahko najdete na www.biljardna-zveza.si. 

Matej Brajkovič



// Izvrsten dosežek Mateja Brajkoviča na EP v biljardu

▶ Kratke športne ...

Udeležba naših članov na tekmovanjih Zveze in ostalih društev.



Meddruštveni turnir kegljačev v Škofji Loki

Moštvo naših kegljačev je na meddruštvenem turnirju, ki ga je 16. januarja v športni dvorani Poden

v Škofji Loki pripravilo Dru-

štvo paraplegikov Gorenjske, osvojilo prvo mesto. Na kegljišču se je pomerilo 30 kegljačic in kegljačev iz vseh pokrajinskih društev, razen iz zibelke kegljanja med slovenskimi paraplegiki - DP Prekmurja in Prlekije. Žal je kegljanje potekalo isti dan kot košarkarsko ligaško tekmovanje, zato je bila udeležba na turnirju nekoliko okrnjena. Kegljačice in kegljači so se pomerili v posamični konkurenci, sedem ekip pa tudi za ekipne uvrstitve.

Med našimi kegljači je bil v posamični konkurenci najboljši Slavko Ivančič s prvim mestom med tetraplegiki, Martin Tabak pa tretji v konkurenci moški.

Smučanje v Kranjski Gori

Zveza paraplegikov Slovenije je v sodelovanju s Smučarskim klubom športnih invalidov ALBATROS in pod pokroviteljstvom Zveze za šport invalidov Slovenije – POK 20.



in 21. januarja pripravila dvodnevni smučarski kamp v Kranjski Gori. Več kot 20 smučark in smučarjev paraplegikov je spremljalo 10 študentk in študentov Zdravstvene fakultete, monoski smučke francoskega proizvajalca Tessier pa je udeležencem predstavil Remi Vallin. Smučarji so jih seveda lahko tudi preizkusili in se odločili za morebitni nakup.

Udeleženci so imeli kar tri tečaje, prisluhnili so predavanju, na koncu pa se v veleslalomu pomerili še za pokal Zveze paraplegikov Slovenije. Osvojil ga je Gal Jakič, drugi je bil Žiga Breznik, tretji Edo Ješe, četrti pa Toni Zakrajšek – vsi iz našega društva. Po smučišču Brsnina sta se ob pomoči Remia Vallina spustili tudi tetrapleginji Mirjam Kanalec in Tereza Vrhunc, tekmovali pa so tudi naše spremljevalke in spremljevalci. To je bilo že drugo tekmovanje za pokal Zveze paraplegikov Slovenije, veselili pa smo, da je smučanje med paraplegiki tudi pri nas zaživelo.

Veliko zaslug lahko pripišemo referentu za šport pri Zvezi in našemu predsedniku Gregorju Gračnerju, ki je imel v rokah vse organizacijske niti.

Meddruštveni šahovski turnir v Mariboru

DP severne Štajerske je 27. februarja v prostorih Taborke v Mariboru pripravilo tradicionalni meddruštveni šahovski turnir, na katerem sta igralca našega društva Edo Planinc in Zlatko Bernašek osvojila prvo in tretje mesto. Tokrat je bila udeležba bolj skromna, saj se je na črno-belih poljih pomerilo le trinajst šahistov iz štirih pokrajinskih društev - DP jugozahodne Štajerske, DP ljubljanske pokrajine, DP Istre in Krasa in DP severne Štajerske, ki je bilo organizator. Šahisti so se v dopoldanskem času po švicarskem sistemu najprej pomerili v posamični konkurenci, popoldne pa še v ekipni. Tekmovalci so imeli za razmišljanje

potez na voljo deset minut, težje gibalno ovirani tetraplegiki pa dvanajst. V posamični konkurenci je po petih kolih brez poraza s petimi točkami zmagal Edo Planinc (LJ), drugo mesto je s štirimi točkami osvojil Vojko Gašperut (KP), tretje pa s 3,5 točk Zlatko Bernašek (LJ).

Med ekipami, ki so tekmovali po Bergerju, je največ šahovskega znanja pokazala ekipa DP severne Štajerske, ki je zbrala pet točk in pol, druga je bila ekipa DP ljubljanske pokrajine z enakim številom točk, tretja DP jugozahodne Štajerske s 4,5 točk, četrta pa DP Istre in Krasa z 2,5 točk. O končnih uvrstitvah so odločale medsebojne zmage.



X. jubilejni Zdovčev memorial v kegljanju

Društvo paraplegikov jugozahodne Štajerske je 26. marca 2010 v Celju pripravilo deseto jubilejno kegljaško tekmovanje v spomin na Petra



Zdovca. V dvorani Golovec se je na desetsteznem in najbolj sodobnem kegljišču pri nas zbralo skoraj 50 kegljačic in kegljačev iz osmih pokrajinskih društev. Tekmovalke in tekmovalci so se pomerili tako v ekipni kot posamični konkurenci, za kegljače veterane pa je tekmovanje v organizaciji Zveze štelu tudi za državno prvenstvo. Državni prvak je s 443 podrtimi keglji postal naš član Emil Palameta. No, tudi vsa ostala prva mesta so razen v skupini tetraplegikov osvojili kegljači in kegljačica našega društva. Ob tem velja še posebej omeniti rezultat Cvetke Štirn, ki je s 461 keglji pometla z vso žensko in moško konkurenco ter dosegla najboljši rezultat memorialnega tekmovanja. Tudi v ekipnem tekmovanju je prvo mesto osvojila ekipa našega društva. Tako suverena nastopa naših kegljačic in kegljačev še nismo dosegli. Pa pogledajmo kakšne rezultate so imeli: Cvetka Štirn – prvo mesto in najboljši rezultat tekmovanja (461) v ženski konkurenci, Tabak Martin – prvo mesto (460), Srečko Jesenšek – drugo mesto v moški konkurenci, Slavko Ivančič - drugo mesto (431) v skupini tetraplegikov, Emil Palameta prvo mesto (443) med veterani in končno prvo mesto (1727) za naše društvo v ekipnem tekmovanju.

Sodobno kegljišče v Celju res omogoča doseganje odličnih rezultatov, toda najboljše kegljačice in kegljače ima DP ljubljanske pokrajine.

Državno prvenstvo v košarki

27. marca 2010 je v športni dvorani Franc Rozman - Stane v Ljubljani potekalo državno prvenstvo paraplegikov v košarki na vozičkih. Po petih krogih državne lige so se na zaključno tekmovanje uvrstile štiri ekipe - DP Mercator Ljubljana, DP Gorenjske, DP Novo mesto in DP Maribor. Izpadla je ekipa DP Celje. Državni prvaki so postali košarkarji našega društva, ki so v finalnem srečanju z rezultatom 71:55 brez težav premagali ekipo DP Gorenjske. S tem so ponovili lanskoletni uspeh. Tretje mesto je osvojila ekipa DP Novo mesto, ki je z rezultatom 59:41 premagala moštvo DP Maribor. Tekme sta vodila sodnika Mitja Dečman in Franc Šafarič. Za najboljšega igralca državne lige so izbrali Janeza Učakarja iz gorenjske ekipe, najboljši strelec pa je postal Gregor Gračner iz moštva državnih prvakov.



Gal Jakič na paraolimpijadi

Na jubilejnih X. paraolimpijskih igrah, ki so od 12. do 21. marca potekale v kanadskem Vancouvru, je kot edini slovenski tekmovallec nastopil član našega društva Gal Jakič. V

reprezentanci sta bila še njegov trener Bojan Kavčič in vodja reprezentance Roman Jakič. Gal je 14. marca nastopil v slalomu in po prvi vožnji s časom 1:08.70 zasedel 35. me-



sto. V drugi vožnji je s skupnim časom 2:22.88 svojo uvrstitev precej izboljšal in pristal na 29. mestu. Zmagal je Martin Braxenthaler (GER). Na drugi preizkušnji, 16. marca v veleslalomu, je po nekoliko ponesrečenem startu želel zamujeno nadoknaditi, a je želel preveč in odstopil. Ponovno je zmagal Martin Braxenthaler. Po tekmah na paraolimpijskih igrah je Gal v Kanadi ostal še na odprtem državnem prvenstvu.

Ob prihodu v domovino je pripomnil, da je bilo na vseh prizoriščih za invalide športnike maksimalno poskrbljeno in da se je v Kanadi zelo dobro počutil.

Radejev memorial

Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja je svojemu prvemu predsedniku in velikemu ljubitelju šaha pripravilo že petnajsto spominsko tekmovanje v šahu. In tako se je 25. maja 2010 v njihovih prostorih v Novem mestu zbralo 20 šahistk in šahistov iz petih pokrajinskih društev. Barve našega društva so zastopali trije šahisti - Zlatko Bernašek (sedmi), Jože Plejnšek (deveti) in Adam Dmitrovič (dvanajsti). V tej lepi miselni igri so se v posamični konkurenci pomerili za prehodni pokal, zanj pa sta se potegovali tudi Jožetova hčerka Alenka in nečakinja Mojca.

Po sedmih krogih zanimivih dvobojev je prehodni pokal osvojila Mojca Grilc, druga je bila Alenka Radej, tretji pa Marjan Gorjup. Prehodni pokal in kolajne je podelil referent za šport Mirko Sintič, vsi udeleženci pa so v spomin na petnajsti Radejev memorial prejeli lične majice.

Jože Globokar

Tenis

Športno udejstvovanje gibalno oviranih je zelo pomemben dejavnik, ki pripomore k boljšem počutju, in nas ohranja v dobri fizični kondiciji, pospešuje pa tudi prekrvavitev delov telesa, ki tega navadno niso deležni, ter s tem preprečuje nastanek preležanin. V preteklosti se je s tenisom ukvarjalo bistveno več naših članov, v zadnjem času pa je ta športna panoga žal zapostavljena. Tenis je namreč eden izmed športov, s katerim se lahko kolikor toliko enakovredno ukvarjamo skupaj z ostalo populacijo ter tako šport in druženje združimo tudi s prijatelji in partnerji, ki niso gibalno ovirani. Ker se navadno šport oseb z oviranostmi odvija predvsem v okviru društev, ki združujejo osebe z oviranostmi, in ne v okviru programov ostalih športnih društev, smo še posebej veseli pričetka delovanja LTC ali Ljubljanskega teniškega centra, ki med ostalimi aktivnostmi izvaja tudi program za igralce in igralke tenisa na vozičku. Je torej eno izmed redkih športnih društev, ki poleg osnovnih programov ponuja tudi program za osebe z oviranostmi. Več o Ljubljanskem teniškem centru si lahko preberete na spletni strani www.ltc.si, informacije pa so na voljo tudi na društvu. Veseli bomo vsakega novega člana, ki bi se želel preizkusiti v tenisu na vozičkih! 🍷

Sašo Rink

Dobitnica Bloudkove plakete // Šport

Sanje vsakega športnika

Med dvanajstimi dobitniki Bloudkovih plaket, ki so jih 9. februarja 2010 podelili na Brdu pri Kranju, je bila tudi naša nekdanja vrhunska športnica Draga Lapornik. Priznanje je končno le prišlo v prave roke.

Draga je bila že od mladih nog predana športu, zato se je tudi kmalu po včlanitvi v našo organizacijo vključila v proces treningov tekmovalnega športa. Trenerji so kaj kmalu opazili njen talent, vztrajnost in neizmerno voljo po doseganju čim boljših rezultatov. Zato tudi uspehi niso izostali. Draga je pod strokovnim vodstvom postajala vse bolj perspektivna atletinja v metalnih disciplinah. Dosegala je odlične rezultate tako v metu kopja kot v metu diska, toda njena paradna disciplina je bila suvanje kroglice. Na domačih tleh je postala nepremagljiva, vrhunske rezultate pa je dosegala tudi na evropskih in svetovnih tekmovanjih. In tako so se ji sanje, ki jih sanja vsak vrhunski športnik, uresničile že leta 1984, ko je na paraolimpijskih igrah v Stock Mandewilu osvojila svojo prvo bronasto kolajno. Enak uspeh je ponovila še leta 1992 na paraolimpijskih igrah v Barceloni in leta 2000 v Sydneyu. Poleg tekmovalnega športa je Draga Lapornik bila in je še zelo aktivna v dejavnostih Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine in Zveze paraplegikov Slovenije. Njeno življenje zaznamuje predvsem delavnost in šport.

Nagrade in plakete so podelili dva dni pred rojstvom inženirja Stanka Bloudka, enega največjih športnih organizatorjev pri nas in do-

slej edinega Slovenca, ki je bil član Mednarodnega olimpijskega komiteja. Stanko Bloudek je bil smučar in atlet, državni prvak kraljevine Jugoslavije v metu diska, razvijal je tenis, drsanje, zgradil prek 100 skakalnic, tudi največjo v tistih časih v Planici, gradil bazene, stadione in bil do svoje smrti leta 1959 član MOK. Zapustil nam je neprecenljivo dediščino. 🍷

Jože Globokar



// Draga je bila že od mladih nog predana športu.

► Kreativnost članov

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je tudi letos v Informacijski pisarni Mestne občine Ljubljana predstavilo izbor del iz bogatega in raznovrstnega ustvarjanja svojih članic in članov. Odprtja razstave, ki ga je spremljal kulturni program, se je udeležil tudi župan Zoran Jankovič.

62

Kljub mrzlemu vremenu in snegu so se 11. januarja odprtja razstave udeležili vsi slikarji razstavljavci, predstavniki mestne oblasti in društva ter sorodniki in prijatelji. Gregor Gračner, predsednik društva, se je v pozdravnem nagovoru MOL-u zahvalil za dobro sodelovanje, saj naši umetniki v njihovi pisarni svoja dela že kar nekaj let predstavljajo tudi širši javnosti.

Več o vsebini in ozadju razstavljenih izdelkov je povedal Jaka Racman (absolvent umetnostne zgodovine): »Težišče razstave predstavljajo oljne slike izpod čopičev Brede Malus, Silva Mehleta, Tine Pavlovič, Damjana Roglja, Željka Vertelja ter žal že pokojnega Janija Bevca. Njihovo umetniško ustvarjanje povezujejo številne skupne točke ... Bridke življenjske izkušnje in težka invalidnost, na drugi strani pa želja po kreativnosti, slikarski talent

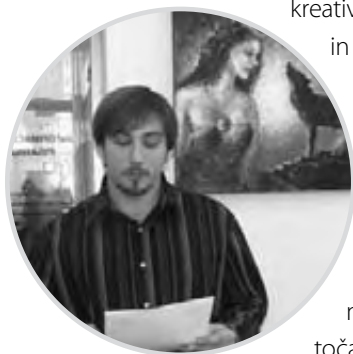
in močna volja so jih pripeljali v krog izjemnih umetnikov, ki slikajo z usti. Edino takšen način jim omogoča umetniško izražanje, vendar pa jih istočasno v določeni meri



// Na odprtju razstave

tudi omejuje. Poleg različnih tehničnih pristopov v potezi čopiča in izboru barv nas lahko pozitivno preseneča tudi njihova slogovna in motivna mnogoobraznost ... Od Damjana Roglja in njegove študijske grafike v gibanju ujetih konj, holandske pokrajine in tihožitij Tine Pavlovič, precej zadržanih v svoji izraznosti, a z odkritim stremenjem k čimvečji tehnični dovršenosti, preko (post)impresionističnih tokov, ki z barvno harmonijo in mehko raztopljeno

zabrisanostjo naslikanega prežemajo krajinske utrinke Silva Mehleta, vse do barvnega ekspresionizma v skoraj terapevtskih izpovedih Brede Malus ter burnih, surrealističnih in simbolističnih prvin, s katerimi nas Željko Vertelj vodi v skrivnostni svet domišljije ... Umetniški vzgibi vseh predstavljenih izvirajo iz želja, morda celo potreb po izpovedovanju kot tudi izkazovanju sposobnosti pričaranja lastnih vizij. Da je v duhu med nami še vedno priso-



ten, pa pričajo tudi razstavljeni, lirično ubrana umetniška dela, mnogim prijatelja, Janija Bevca (†2008). Dopolnitev slikam, ki so težišče pričujoče razstave, predstavlja bogata raznolikost malih ročnih del prizadevne ženske sekcije – ustvarjalne skupine članic Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine, ki prinašajo v Informacijsko pisarno Mestne občine Ljubljana toplino domačnosti ...»



Zaradi nujnih obveznosti župana je razstavo odprla predstavnica protokola MOL Katarina Sporar in izrazila navdušenje nad razstavljenimi izdelki.

Toda župan Zoran Janković je le našel nekaj trenutkov in si ob koncu programa razstavo z velikim zanimanjem tudi ogledal.

Na panojih s številnimi fotografijami smo predstavili utrip društva in pestrost naših programov, hkrati pa tudi fotografije MOL-a pri odpravljanju arhitekturnih ovir v mestu. Občina je namreč ob skrbi za gibalno ovirane občane ob mednarodnem dnevu invalidov dobila listino »Občina po meri invalidov«.

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

Kulturni dogodek sta popestrila in obogatila citrar Tomaž Plahutnik in naša pesnica Darinka Slanovec. 🎵

Mirjam

Poezija // Kultura

➤ Sem tudi pesnik

Nekaj stiska me okrog vratu.

Doslej neznana bolečina, ki me skuša posesati vase in mi ne da miru.

Dolgo srečen bil sem, da sem tu, zdaj pa moja duša je le še kot kozarec iz kristala, ki se lomi in razpada pod težo naraščajočega strahu.



Med mnogimi stvarmi, ki jih v življenju počnem, je tudi pisanje pesmi. V njih skušam ujeti misli, ki jih držim v mreži svojih čustvenih tipalk. Pišem o stiskah svojih bližnjih in o svojih. Pisanje pesmi me sprošča in mi vzbuja upanje za prihodnost. Trenutno me najbolj mučita bolezen staršev in moja nesamostojnost. Ne eno ne drugo ne obeta nič dobrega. Ker so moje misli kljub boleznim jasne, se tega še kako dobro zavedam. Zato se počutim utesnjenega, kar se jasno odraža v mojih pesmih. Je občutek, ki me potiska k tlom, in mi ne pusti dihati. Ne vem, zakaj je tako, vendar je neizpodbitno dejstvo. V pesmih izražam upanje, da bo vsaj za nekatere ljudi v življenju, kmalu bolje. Pišem o krivicah, ki se dogajajo danes v Sloveniji in po svetu. Zavedam se, da s tem nič ne spremenim, a imam vsaj dober občutek. Pozivam vse, ki čutijo podobno, da združimo moči. Morda bo potem vse skupaj vsaj malo svetlejšo. Vsaj upam, da bo tako, čeprav je pisanje pesmi najbrž le bilka, ki nič ne spremeni, ne na bolje ne na slabše, ampak opisuje dogodke skozi mene, ki jih le nemočno opazujem. Se mor-

da motim? Upam, da je res tako, in bo še vse dobro, tako kot je bilo, preden so se stvari v prozni vsakdanjosti zapletle do roba, ko mi ostaneta le še čakanje in prazno upanje. Kar se tiče mojih staršev in drugih, meni dragih ljudi, jim želim še dolgo in srečno življenje, ne glede na to, kaj se bo dogajalo z menoj. Naj se držijo in gredo pogumno naprej. Tudi jaz se borim in se ne bom vdal. 🎵

Vojko Skalar

Od nas so se poslovili:

**Katarina Erjavec
Miroslav Vršaj
Franc Štefančič
Ludvik Ambrožič**

Svojcem izrekamo iskreno sožalje!

DPLJ

➤ Opus petih let

V avli Kulturnega doma v Postojni je bila 23. marca otvoritev 5. samostojne razstave slikarja – člana našega društva Silva Mehleta. Likovna dela v oljni tehniki, ki jih je slikar imenoval »Opus petih let«, so razstavljeni v sosednjem prostoru v »Galeriji na vogalu«. Hkrati je v avli Kulturnega doma njegova hčerka Edith Mehle, dijakinja Likovne gimnazije v Ljubljani, razstavljala svoje umetniške fotografije.



64

Številne ljubitelje likovne umetnosti je ob tem prelepem in odmevnem kulturnem dogodku najprej pozdravil in nagovoril župan občine Postojna Jernej Verbič. Poudaril je: »Vsaka razstava je nekaj posebnega in vsaka se nas dotakne na poseben in samosvoj način. In če nam vsaka ponuja nekaj novega, nam tokratna vsekakor ponuja še nekaj več. Čeprav v ospredje nedvomno stopa umetnost, je ta umetnost v tej razstavi tudi zmaga volje, življenja, upanja in tistega žara, ki ji daje energijo, moč in jo nenazadnje tudi ustvarja.« O razstavi umetniških fotografij Edith pa je pripomnil, da spoznavamo svet skozi drugačno prizmo in da nam fotografija ponuja drugačno formo, ki je prav tako zanimiva in v svojih možnostih izražanja prav tako neskončna.

Likovna dela obeh umetnikov je ocenila umetnostna zgodovinarica in likovna kritičarka Polona Škodič, ki je hkrati povezovala program ob otvoritvi razstave. Popestrili in obogatili so ga: kitarista Tine Črnugelj ter Žan Černe in kot

posebno presenečenje ženski pevski zbor ŠIŠKE vrtca Postojna. Prikupne mladenke je na klaviaturi spremljala Tanja Mejak (aranžma), na flavti Živa Pavlin, vodila pa Nina Maver. Ob tej priložnosti je župan Silvu in Edith Mehle poklonil knjigi, priznanemu slikarju Vojku Gašperutu (DPIK) pa grb Postojne. No, županovo pisarno bo po novem krasila slika Silva Mehleta. Številni ljubitelji likovne umetnosti so ob

otvoritvi razstave prejeli izdelke iz prodajnega programa Založbe UNSU.

Povemo naj, da je Silvo Mehle eden od tistih naših slikarjev, ki so člani Mednarodnega združenja slikarjev, ki slikajo z usti ali

nogami. Kot štipendist se je temu eminentnemu osemstočlanskemu združenju iz vsega sveta pridružil v letu 2003. Silvo je po prometni nesreči postal izredno težko gibalno oviran

tetraplegik in vsa dela, ki jih lahko še izvaja, opravlja z usti - delo na računalniku, krmiljenje električnega vozička in seveda slikanje. Zato so njegova dela toliko bolj občudovanja vredna. Ob tem velja poudariti, da likovni kritiki tudi pri tovrstnih slikarjih ocenjujejo samo kvaliteto in ne načina, kako so njihova dela ustvarjena.



// Silvo in Edith sta razstavljala v Postojni.

Jože Globokar

► Podcasti

Če bi hotel na kratko in bolj poljudno opisati, kaj je to podcast, potem bi ga opisal kot tehnologijo, s pomočjo katere si na svoj računalnik avtomatično prenašamo naročene glasbene in video datoteke.



Ste si kdaj zaželeli dobivati v nabiralnik poleg dnevnega časopisja in revij tudi svoje priljubljene radijske in televizijske oddaje, npr. Studio ob sedemnajstih in Tednik ali Trenja? Si jih ob kavici v miru ogledati ali poslušati, ko boste imeli čas? Jih ponovno pogledati čez teden ali dva? Ste si hoteli svojo oddajo ogledati ali poslušati, medtem ko čakate na frizerja ali na pregled pri zdravniku? Se želite učiti nove tedenske lekcije tujega jezika na jesenskem sprehodu? Spremljati predavanja na kakšni univerzi, npr. standfordski o izvornih celicah ali matematična na MIT? Pogledati najnovejšo epizodo svoje priljubljene serije med potjo na morje? Zavrteti svojemu nadebudnežu novo pravljico za lahko noč? Če ste vsaj na eno vprašanje odgovorili pozitivno, potem berite naprej in se seznanite s podcasti.

Če bi hotel na kratko in bolj poljudno opisati, kaj je to podcast, potem bi ga opisal kot tehnologijo, s pomočjo katere si na svoj računalnik avtomatično prenašamo naročene glasbene in video datoteke. Beseda je skovanka iz besed *ipod* (široko poznan Applov prenosni predvajalnik) in *broadcast* (javno predvajanje

na širšem območju). Prvotni namen je bil omogočiti dostop (nakup) do glasbenih datotek in predvajanje le-teh z ustreznimi predvajalniki. Skladno z razvojem se je tehnologija nadgradila tudi v prenos video vsebin, predvsem pa se je razširila v smeri, kako dostavljati vsebine širokemu krogu odjemalcev oz. naročnikov. Na hitro lahko torej podcast primerjamo z dostavo naročenega dnevnega časopisja ali specializiranih revij, ki vam jih pismonoša ob vsaki novi izdaji redno dostavi v poštini nabiralnik.

Potrebujemo torej nabiralnik, kamor se bodo odlagale naše priljubljene radijske in televizijske oddaje, in pismonošo, ki bo novo izdane oddaje dostavljal v ta nabiralnik. Za to poskrbi namenski program za delo s podcasti, recimo mu podcast odjemalec, ki si ga namestimo na računalnik. Z njegovo pomočjo se tudi naročamo na zelene oddaje, si predvajamo vsebine iz nabiralnika in jih prenašamo na naše prenosne naprave, npr. mobilni telefon, dlančnik in podobno. Sicer ima nalogo nabiralnika kar naš računalnik, ki izvaja fizičen zapis datotek (pozor – video datoteke so precej potratne s porabo prostora); odjemalec nas v bistvu obvešča o novo prispelih oddajah, omogoča urejanje teh oddaj, kot že rečeno tudi predvajanje glasbenih in video vsebin. Podcast odjemalec, ki ga bomo bolj podrob-

no pogledali v nadaljevanju, omogoča tudi urejanje vaše obstoječe diskoteke na računalniku in npr. delitev le-te z ostalimi uporabniki v vašem stanovanju ali hiši.

Preden se lotimo postopkov nameščanja namenskega programa (podcast odjemalca) in se naročimo na kakšno oddajo, še par besed o RSS, ki se velikokrat omenja skupaj s podcasti. Če prebirate spletno časopisje ali obiskujete spletne portale, kjer objavljajo novitete, ste verjetno že opazili oranžno ikono ali napis RSS (morda oranžen pravokotnik z napisom XML). S pomočjo RSS si zagotovite, da vas bo želena spletna stran redno obveščala o novitetah (novi članki, novi prodajni proizvodi) in vam ne bo potrebno stalno preverjati, kaj je novega. Klik na prispelo RSS obvestilo v vašem spletnem brskalniku vas bo odpeljal na konkretno noviteto na izbranem spletnem portalu. Lahko je to tudi prej omenjena priljubljena radijska ali televizijska oddaja, ki si jo nato ogledate s pomočjo spletnega brskalnika. Če pa hočemo to oddajo »dobiti v nabiralnik« oz. si jo naložiti na svoj mobilni telefon, da jo lahko gledamo, ko čakamo pri frizerju, potem potrebujemo že omenjenega odjemalca.

Na izbiro imate kar nekaj bolj ali manj zmogljivih podcast odjemalcev, večinoma so zastojkarski. Med najbolj razširjenimi je iTunes,

ki meni dokaj dobro služi še iz časov, ko sem si z njim lično uredil svojo diskoteko, se naročil na prve podcaste na Stanford univerzi, kjer je bilo govora o izvornih celicah, in se učil francoščino. Vsekakor je za prvi stik s podcast tehnologijo več kot primeren. Sicer je bil iTunes v začetnem obdobju prvih iPodov plačljiv, sedaj pa si ga lahko naložite zastonj kar z Appleove uradne strani <http://www.apple.com/itunes/download/>. Morda boste morali pred nalaganjem izbrati operacijski sistem (v našem primeru bo to verjetno XP ali Vista), prav tako se (ne)odločite za sprejemanje obvestil o novih glasbenih izdajah in nadgradnjah programske opreme. Namestitev je enostavna, edino kar moramo še povedati, je: če bo iTunes od sedaj naprej naš privzeti predvajalnik glasbenih datotek, to pomeni, da se bo z dvoklikom na glasbeno datoteko odprl iTunes in ne več (morda) Windows Media Player.

Sedaj ko imamo naloženega podcast odjemalca, se lahko naročimo na kakšno oddajo. Za začetek lahko gremo kar na RTV Slovenija <http://www.rtvsllo.si/podcast>, na tej strani so poleg velikega izbora oddaj tudi navodila za naročilo podcasta v npr. iTunes odjemalcu. Generalno pravilo je, da oznaka mp3 oz. m4a pri podcastu pomeni glasbeno oz. zvočno datoteko, mp4 pa video zapis. Izberemo in se naročimo na svojo oddajo. To naredimo s kopiranjem podcast spletnega naslova kot bližnjice v iTunes. V veliko primerih pa je (zaradi razširjenosti iTunes) zraven navedenega podcasta že iTunes ikona in z dvoklikom na ikono se naročite na podcast. Na koncu naj opozorim, da lahko vsebine, ki ste jih naložili s podcastom, predvajate izključno in samo za vaše potrebe. 🎧

Povzel Dušan Stritar

Hočem več energije



Fidi koencim 10[®] Q10 z antioksidanti

Edini registrirani izdelek s Q10 v Sloveniji:

🌿
pomaga pri kronični utrujenosti

🐦
spodbuja imunski sistem

🌿
krepi srce



FIDIMED

Z roko v roki, že 15 let

Fidimed d.o.o., Brodišče 32, 1236 Trzin, www.fidimed.si

Izdelek je na voljo v lekarnah, specializiranih prodajalnah ter prek povezav na spletni strani www.fidimed.si
Pred uporabo natančno preberite navodilo. O tveganju in neželenih učinkih se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.

➤ Želen ali željen

Pisanje je težko zaslužen kruh. A poleg talenta je potrebno tudi znanje pravopisa. In prav z njim se spopadamo v tej rubriki.



Razloži razliko med besedama pijan in vinjen.

Glede na SSKJ (Slovar slovenskega knjižnega jezika) obe besedi opisujeta stanje osebe, ki je zaužila alkohol. Razlika je v tem, da vinjen opisuje blažjo obliko alkoholiziranosti, pijan pa 'težjo' obliko. Po SSKJ sodeč gre torej za stopnjevanje. Npr.: Bil je vinjen, ne pa pijan (SSKJ). Zdi pa se, da sedanja raba bolj kot na pomen-sko razliko kaže na to, da se vinjen uporablja v bolj formalnih govornih položajih kot pijan.

Ali je pravilna uporaba besede željeno ali želeno?

Po SS (Slovenski slovnici) imajo glagoli, ki se v nedoločniku končajo na -eti in imajo v 1. osebi ednine končnico -im, v deležniku na -n končnico -en. Po tem vzorcu lahko tvorimo oblike za vse glagole te skupine. Npr.: žel-eti, žel-en, žel-enje.

Seveda pa tudi tu obstaja nekaj posebnosti, med katere sodi oblika zaželen/zaželjen. Po zgornjem pravilu izpeljemo oblike iz glagola želeti: zelen, zaželen, poželenje.

SS navaja, da se poleg 'predpisane' in sistem-sko ustrezne oblike (zaželen) pogosto rabi tudi oblika zaželjen (delno tvorjena po zgledu samostalnika želja). SP 62 (Slovenski pravopis, 1962) navaja le obliko zelen. V SSKJ nastopa v

okviru gesla zaželeti podgeslo zaželen, s pripisom 'tudi zaželjen'. Janez Sršen v svojem pri-ročniku svetuje, da naj bi namesto oblik željen, zaželjen raje uporabljali obliki zelen, zaželen.

V rabi sta obe obliki, normativno ustrežnejša je oblika zaželen, saj gre (izvorno) brez dvo-ma za deležnik, in ta je oblikovno odvisen od glagola, ne od samostalnika.

Kako se pišejo besede katerikoli, kadarkoli, kdorkoli?

Skupaj (npr. kdorkoli) ali narazen (npr. kdor koli)?

SPP 94 (Slovenski pravopis pravila) pravi na-slednje: 'Sklope s koli lahko pišemo ali nara-zen (bolj priporočljivo) ali skupaj: kdor koli ali kdorkoli, kakršen koli ali kakršenkoli, čigar koli ali čigarkoli, kjer koli ali kjerkoli (prim. kamor že koli)'. Dejansko sta v rabi oba zapisa. Po naših opažanjih trenutno prevladuje pisanje skupaj. Tisti, ki zagovarjajo tezo, da besed v sloven-ščini ne moremo pregibati na sredini, temveč le na koncu, pišejo sklope te vrste narazen. Temu v prid govori tudi opomba iz Pravopisa, češ da lahko med prvi in drugi del sklopa vri-nemo besedico že.

Drugi pa trdijo, da – poenostavljeno rečeno – koli v slovenščini ni samostojna beseda, zato sklope z njo pišejo skupaj. Nekateri pisanje

skupaj opravičujejo tudi s tem, da dejansko pregibamo le eno vrsto sklopov s koli, na-mreč tiste, ki imajo v prvem delu samostalni-ško ali pridevniško prvino (kdorkoli, kogarkoli ... ; kakršenkoli, kakršnegakoli), medtem ko se sklopi, ki se začenjajo s prislovno sestavino, ne spreminjajo (kjerkoli, kadarkoli, kamorkoli). In ker seveda ni smiselno, da bi pisali obe vrsti sklopov različno (ene skupaj, druge narazen), pravijo, pišimo oboje skupaj.

Kljub temu, da Pravopis (bolj) priporoča pisa-vo narazen, se lahko torej sami odločite, kateri zapis se vam zdi ustrežnejši – smiselno pa je, da se ga dosledno držite.

In še malo za šalo malo zares!

Kaj pomeni biti riti?

Besedna zveza opisuje zahrbtnega neznačaj-nega človeka.

Primer uporabe: Vsi imamo riti, nismo pa vsi riti. Lahko pa smo pogosto v riti, to pa. 🙄

Zbrala Janja Rak

Sem precejšen pesimist.
Še dobro, da imam vsaj barvno
televizijo.

➤ Taoistična ljubezen

Tao je filozofsko prepričanje, ki temelji na mišljenju, da lahko dosežemo spolno skladnost tudi v spolnosti.

Taoisti verjamejo, da je življenje vzpostavljanje ravnotežja med nasprotji, pri čemer ima vsak pojav tudi svoje nasprotje. Celotno vesolje obujata dve glavni sili - jin, ki je negativna, pasivna in krepilna sila, ter jang, ki je pozitivna, dejavna in uničujoča sila. V ženski naravi prevladuje jin, v moški pa jang. Jin in jang pri posameznem spolu nista uravnotežena, zato moški potrebuje žensko silo, ženska pa moško, če želita doseči ravnotežje. Ti sili pa se izmenjujeta tudi s spolno združitvijo. Najmočnejši sta ravno med orgazmom.

Čim daljše spolno draženje

Taoistični misleci menijo, da mora biti spolno draženje čim daljše, pri čemer ne gre samo za čutni užitek, ampak za doseganje zdravja in izboljšanje spolne energije pa tudi za doseganje usklajene zveze. Tao spolnosti je eden izmed osmih stebrov taoistične modrosti, saj uporaba taoističnih spolnih tehnik obnavlja telesno energijo. Najvišji cilj taoizma je podaljšati življenje.

Ljubljenje kot umetnost

Za stare Kitajce je bilo ljubljenje umetnost, kar ponazarjajo nekatera imena položajev: galopirajoči konj, zaljubljeni lastovki, metulja med

letom, velika ptica nad temnim morjem. Taoistični položaji se od starih indijskih (opisanih npr. v Kamasutri) razlikujejo po tem, da so bolj čutni in skoraj umetniški. Pisci taoističnih spolnih priročnikov so iskali navdih v naravi, zato so na primer moški spolni organ opisovali kot koralno steblo, želvino glavo, rdečo ptico, božanski zmajev steber; ženski spolni organ pa kot žadaste dveri, zlati lotos, odprt cvet potonike, diamantno teraso. Orgazem so opisovali kot veliki tajfun, trganje oblakov, spolno združitev pa kot meglico v dežju ali oblake in dež.

Jin in jang v postelji

Ubranost obeh energij se v seksu odraža tako, da aktivni, prodirajoči penis (jang) draži sprejemajočo vagino (jin). Prepletanje teh dveh energij ustvarja notranje ravnotežje. Taoisti verjamejo, da bo ženska, ki lahko doživi popoln orgazem, dosegla fizično ravnovesje. Po taoistični seksologiji ima orgazem devet ravnih. Prve štiri ravni sestavljajo sopenje, težko dihanje, prijemanje in oklepanje ter vrsta vaginalnih krčev, ki pri klasični teoriji veljajo za vrhunec. A če moški še naprej draži partnerko, ta lahko doseže nove ravni. Peta raven tako pomeni, da ženska popolnoma sprosti telo, pri šesti ravni se od užitka zvija in drhti, pri sedmi ravni je popolnoma razvneto in se sku-

ša moškega dotikati po vsem telesu, pri osmi ravni se njene mišice nenadoma popolnoma sprostijo, pri deveti stopnji pa sopihajoča in stokajoča doživi »malo smrt«, kar je najvišja stopnja orgazma.

Moški orgazem brez ejakulacije

Po taoistični filozofiji pri orgazmu moškemu »odide« in ne »pride«. Ob ejakulaciji namreč telo izgubi ne samo erekcijo in spermo, temveč tudi hranljive snovi. Če se naučite premikati energijo v nasprotni smeri, si lahko podaljšate življenje, verjamejo taoisti. Zato se učijo t.i. injakulacije, ki moškemu omogoči, da doživi vrhunec, ne da bi pri tem prišlo do izliva. S pritiskom na meridiansko točko med danko in modi tik pred orgazmom lahko moški zapre semenovod in tako ohrani življenjsko esenco v sebi. Pri taoističnem lubljenju prek telesnosti razvijamo tudi svojo duhovnost. Taoistične spolne tehnike parom ponujajo različne pripomočke na tej poti k duhovnosti.

Nizi po devet

Gre za menjavo plitvih in globokih sunkov penisa med spolnim odnosom. Tehnika temelji na domnevi, da se v vagini prebudijo vsi energetski centri, če doživi temeljito notranjo masažo. Zaporedje sunkov izvajate takole: najprej devet plitvih, nato osem plitvih in en globok, sedem plitvih in dva globoka, šest plitvih in trije globoki in tako naprej, dokler ne pridete do enega plitvega in osmih globokih sunkov, vajo pa zaključite z devetimi globokimi sunki. Gotovo bo to prineslo nove razsežnosti v vašo posteljo.

Položaji pri ljubljenju

V osnovi se položaji delijo na tiste, kjer je moški zgoraj, na tiste, kjer je zgoraj ženska, in na položaje od zadaj. Obstaja pa seveda tudi nekaj dodatnih položajev. Položaji imajo imena, ki se velikokrat nanašajo na živali, vsi pa nudijo zanimivo doživetje spolnosti.

Moški zgoraj

Teh položajev je veliko, naj vam predstavimo samo nekatere.

Sviloprejka prede kokon

Moški leži na partnerici in se opre na dlani, da si lahko pri suvanju pomaga s stiskanjem zadnjičnih mišic. Ženska ga objame z nogami in mu na hrbtu prekriža gležnje, nato pa ritmu njegovih sunkov dviga in spušča boke. Medtem ko se moški (sviloprejka) posveča predenju, se ženska (kokon) lahko preda seksualnim fantazijam, ki ji pomagajo do orgazma.

Galopirajoči konj

Moški je nad žensko in z levo roko prime njen vrat, z desno pa jo prime za njen levi gleženj (ona ima skrčene noge), tako kot se jahač brez sedla oprime divjega konja. Pri tem poklekne pred partneričine noge tako, da ji stegna položi pod zadnjico. Ženska partnerja objame s stegni in dvigne zadnjico na partnerjeva stegna, pri tem pa stopala približa njegovim. Položaj omogoča globoko penetracijo.

Feniks se igra v rdeči votlini

Ženska leži na hrbtu, dvigne noge in se drži za gležnje, da razgali »rdečo votlino«, v kateri se hoče »igrati« partnerjev penis. Ta položaj je naporen, če v njem predolgo vztrajate, zato

naj moški pred sunki v notranjost vagine kroži s penisom okrog ščegetavčka in ga tako dodatno draži. V tem položaju moški nadzoruje gibanje, ženska je precej statična.

Ženska zgoraj

Taoistični cilj je doseči stimulacijo v vagini z masiranjem od znotraj. Zato so položaji, pri katerih je ženska zgoraj, dobri za doseganje te stimulacije, saj lahko ona nadzoruje globino in jakost prodiranja.

Metulja v letu

Ženska leži na moškem in se s prsti na nogah dotika partnerjevih prstov na nogah. Oba imata iztegnjene noge. Ko se ženska spusti na penis, oba iztegneta roke stran od telesa in prepleteta prste rok. Njuno gibanje rok tako spominja na prhutanje metulja.

Ptici letita na hrbtu

Moški leži na hrbtu, ženska se obrne s hrbtom proti njemu, počepne nanj in vstavi penis v vagino. Nato skloni glavo naprej in preloži težo na stopala. Prime se za kolena ali gležnje ter se dviga in spušča s penisa. Moški ji lahko pomaga tako, da jo prime za boke in ji olajša dviganje in spuščanje.

Pojoča opica

Ženska sedi v partnerjevem naročju in se ovije okrog njega kakor opica. Gibanje je v tem položaju omejeno, lahko pa se božata in si gledata v oči. Ženska se lahko nagne nazaj, pri čemer naj se opre na roke. Partner pa ji lahko položi dlani pod zadnjico in jo gnete, kar bo še povečalo užitek.

Akcija



Že tretje leto zapored je Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine v sodelovanju s prof. Alenko Plemelj s Fakultete za zdravstvo izvedlo akcijo o dostopnosti mestnega potniškega prometa. Študentke 2. letnika delovne terapije so člane pospremile na avtobus v center Ljubljane, kjer smo izkušnje o vožnji delili z Gregorjem Cunderjem, predstavnikom LPP-ja. Na kratko smo se seznanili s projektom CIVITAS–ELAN, predstavnica za stike z javnostjo MOL **Vita Kontič** pa nam je za spomin podelila pelerine. Na mestnem trgu smo si ogledali London taxi, ki omogoča prevoz oseb na invalidskem vozičku (telefon 070600600), in lahko vozi tudi po peš coni. Sledil je voden ogled mestnega jedra in magistrata, kjer smo si ogledali veliko sejno ter rdečo in zeleno dvorano. Za piko na i pa nas je sprejel in pogostil v mestni hiši še župan. Zdaj namreč lahko tudi gibalno ovirani občani s pomočjo ploščadi in dvigala pridejo do vseh prostorov.

DPLJ se zahvaljuje Zavodu za turizem Ljubljana, ki je nudil brezplačni ogled, in vsem ostalim, ki so sodelovali pri akciji.

Mimi

S spleta

► Ko zorijo češnje

Sodelovanje z Društvom Norma 7 iz Brij in Zvezo paraplegikov Slovenije se pogloblja in postaja vse bolj prisrčno.

To trditev potrjuje tudi zadnji obisk, ko je društvo 7. junija 2010 poleg DP Gorenjske in DP jugozahodne Štajerske, gostilo tudi številne članice in člane našega društva. Predsednica društva Vlasta Rebek-Dolenc, njena nepogrešljiva sodelavka Majda Birska in pet mladenk - prostovoljk iz Ajdovščine, so več kot 30 gostov iz omenjenih društev razvajale ves dan.

Po sprejemu, ki so ga poimenovali »Ko zorijo češnje«, in ogledu razstave slikarke in pesnice Mihaele M. Tihelj z naslovom »Upam si biti ženska«, je pesnica DP Gorenjske Ljubica Jančar ob sodelovanju skupine 3M predstavila nekaj svojih literarnih utrinkov. V nadaljevanju kulturnega programa sta se predstavila mlada kitarista Maj Peter Pahor in Urban Boljšak – učenca glasbene šole Vinka Vodopivca, vse

pa je navdušila komaj štiriletna pevka Mila Ivana.

Zaključek kulturnega programa sta z izbrano in tenkočutno recitacijo Ferija Lainščka popestrila recitatorja Majda Birska in predsednik DP Gorenjske Metod Zakotnik.

Seveda ni treba posebej poudarjati, da so vse goste ves čas druženja k pokušini vabile lepe rdeče češnje. Kako bi pa sicer brez njih pripravili to naše tradicionalno srečanje. Povejmo naj še, da je vsem udeležencem dobro počutje zaželela tudi predsednica KS Dagmar Čehovin, za nameček pa so gostitelji naši Mariji za njen rojstni dan prinesli še torto.

Ob tej priložnosti so naše članice in članice DP jugozahodne Štajerske pripravile tudi zanimivo razstavo ročnih del.

Jože Globokar



// Marija, vse najboljše!

Nadvse prijeten je občutek sprejetosti, podpore in razumevanja. Občutek prijateljstva in skrbi v trenutkih, ko zdravje in zdravljenje več ne zagotavljata upanja za sodelovanje in druženje.

HVALA vodstvu DPLJ za moralno podporo, izkazano zaupanje in bližino.

Rafko Jurjevčič





Informativno glasilo Izziv DPLJ
izdaja Društvo paraplegikov
ljubljske pokrajine

Uredniški odbor

glavna in odgovorna urednica:
Mirjam Kanalec

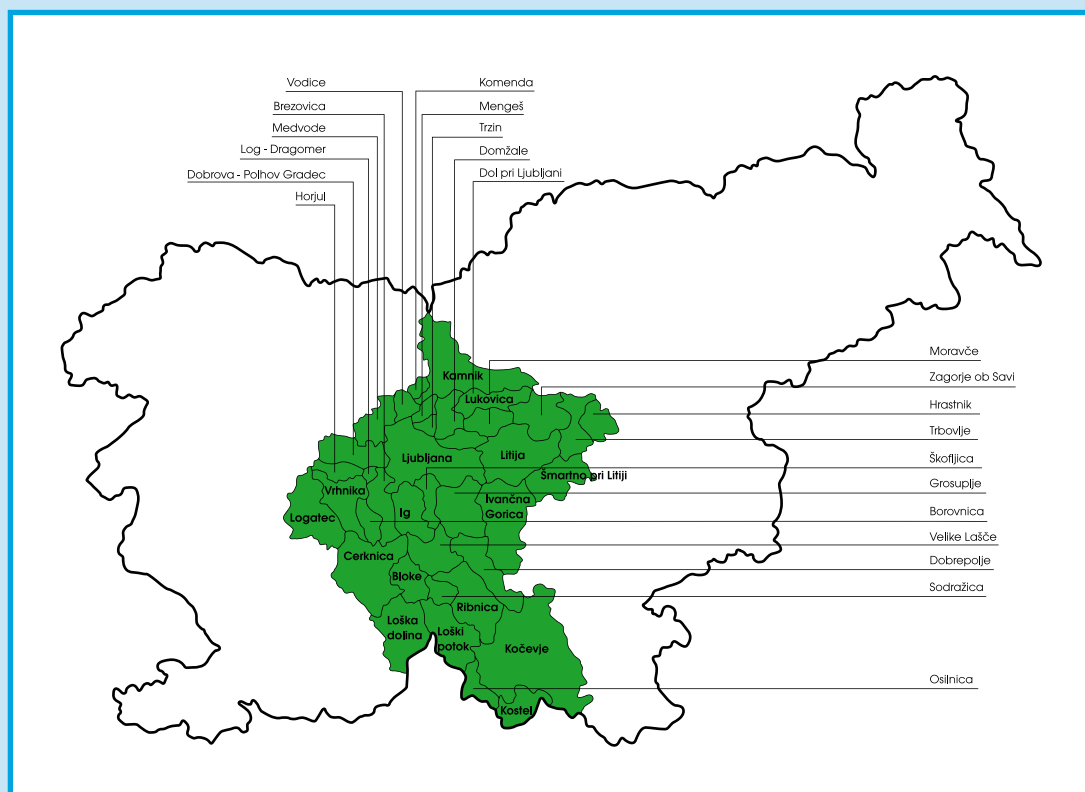
uredništvo:
Janja Rak
Jože Globokar
Gregor Gračner
Mojca Burger

lektoriranje:
Janja Rak

grafična izvedba:
Birografika Bori, d.o.o.

naklada:
700 izvodov

Izziv izhaja
2-krat letno in ga
prejemajo vsi člani
brezplačno!



Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine

Dunajska cesta 188, 1131 Ljubljana, p.p.: 5922

T 01 56 91 123

TRR 03170-1003169118

E dlj.paraplegik@guest.arnes.si

www.drustvo-para-lj.si

