



Izziv DPLJ

XXIV. letnik, številka 40, december 2025

Poština
plačana
pri pošti
1131
Ljubljana



Društvo paraplegikov
ljublanske pokrajine



KAZALO

- 4 PODČRTANO S PREMISLEKOM
- 6 ČASOPLOV

DRUŠTVO

- 30 USPEŠEN POGLED NAZAJ IN Z OPTIMIZMOM NAPREJ
- 31 IZZIVI NA PODROČJU ZAPOSLOVANJA
- 34 99 % ČLANOV ZADOVOLJNIH Z DELOM DRUŠTVA

ZAKONODAJA

- 36 VARNA STAROST IN DOLGOTRAJNA OSKRBA

DOSTOPNOST

- 39 DOSTOPNOST SE PRIČNE PRI VHODU!
- 41 KO TIŠINA POVE VEČ KOT ODGOVOR
- 42 MEDNARODNI DAN INVALIDOV

SODELOVANJE Z DRUGIMI

- 45 SKUPAJ ZA VKLJUČUJOČO DRUŽBO
- 46 SODELOVANJE OBČINE DOMŽALE IN DPLJ BOGATI OBOJE
- 51 PREVIDNOST V PROMETU IN PROSTOČASNIH AKTIVNOSTIH
- 52 NA JESENSKIH DOGODKIH
- 53 DNEVI KAKOVOSTI V ZD CENTER LJUBLJANA
- 54 OGENJ, POGUM IN ČLOVEČNOST
- 56 NAŠE DELO NI LE SLUŽBA, TEMVEČ POSLANSTVO

ZDRAVJE

- 59 AVTONOMNA DISREFLESIJA
- 60 JOJ, POZABIL/-A SEM

SOCIALA SMO LJUDJE

- 61 NISI SAM
- 64 PRAZNOVANJA VISOKIH JUBILEJEV

VSI RAZLIČNI VSI ENAKOPRAVNI

- 65 SREČANJA, KI POVEZUJEJO IN BOGATIJO NAŠE ŽIVLJENJE
- 67 Z VETROM V LASEH
- 68 TABOR MLADIH V SEMIČU
- 69 CELOVEC, MINIMUNDUS IN VRBSKO JEZERO

ŠPORT IN REKREACIJA

- 71 44. POGAČNIKOV MEMORIAL
- 73 27. POKAL OBČINE DOMŽALE
- 75 DRUŠTVENI PREIZKUS NA MALENŠKOVI
- 76 NAŠI STRELCI NA VISOKI RAVNI
- 77 IZKUŠENE EKIPE POKAZALE MOČ
- 78 STRELCI SUVERENO ZMAGALI
- 79 3. BERNASŠKOV MEMORIAL

KULTURA

- 80 BOGATO KULTURNO LETO
- 82 SLOVENIJA, OD KOD LEPOTE TVOJE
- 84 PRAZNIČNI MAREC V NAŠEM DRUŠTVU
- 85 PREMAGOVANJE OVIR SKOZI USTVARJALNOST

ZGODBE, KI JIH PIŠE DRUGAČNOST

- 86 VKLJUČITEV V DRUŠTVO MI JE POMAGALA, DA SEM SE POVEZAL S SOČLANI.«

FOTOGRAFIJE: ARHIV DRUŠTVA

Naj bo vsaka nova zora priložnost,
vsak izziv korak naprej,
vsak uspeh pa dokaz,
da skupaj zmoremo več!

Naj bo leto 2026 leto upov in pričakovanj,
velikih dogodkov in novih začetkov...

SR(E)ČNO!



Mirjam Kanalec

POGLED NAZAJ, Z MISLIJO NAPREJ

Leto 2025 je bilo leto številnih vsebin in izzivov.

Leto se počasi izteka in ob pogledu nazaj lahko z zadovoljstvom, pa tudi z nekaj skrbi, ugotovimo, da je za Društvom paraplegikov ljubljanske pokrajine še eno zelo aktivno, vsebinsko bogato in hkrati zahtevno leto. Če kdo dvomi o širini in intenzivnosti našega dela, mu zadostuje že bežen pogled na prispevke, zbrane v tej številki Izziva.

Ob tem pa ne moremo mimo dejstva, da se tudi naše društvo, podobno kot številne druge organizacije in podjetja, sooča z vse večjimi kadrovskimi izzivi. Pomanjkanje ustreznih kadrov, preobremenjenost zaposlenih in težave pri zagotavljanju stabilnih delovnih pogojev so postali stalnica, ki zahteva veliko prilagodljivosti, iznajdljivosti in medsebojnega razumevanja. Prav zaradi tega je vsak uspešno izpeljan dogodek še toliko več vreden. Za vse to gre iskrena zahvala zaposlenim, zunanjim

sodelavcem in prostovoljcem, ki kljub omejitvam ohranjajo visoko raven strokovnosti in srčnosti.

5. decembra smo praznovali 47. rojstni dan društva.

Pomemben uspeh leta 2025 predstavlja tudi partnersko sodelovanje z Zavodom Varna pot, s katerim smo bili uspešni na Javnem razpisu za razvoj in profesionalizacijo NVO in prostovoljstva Ministrstva za javno upravo. S pridobljenimi sredstvi bomo obdobju dveh let imeli sofinancirano eno delovno mesto. Projekt je lep primer povezovanja organizacij, ki s skupnim znanjem in izkušnjami prispevajo k bolj vključujoči in varni družbi.

Pomemben mejnik letošnjega leta je tudi dejstvo, da smo skupaj z Javnim

stanovanjskim skladom Mestne občine Ljubljana uspešno zaključili projektne načrte za nove prostore društva. Februarja letos je namreč JSS MOL v sodelovanju z Zbornico za arhitekturo in prostor Slovenije uspešno zaključil javni, projektni, enostopenjski natečaj za izbor strokovno najprimernejše rešitve za stanovanjsko gradnjo Rakova jelša III ter izbral elaborat arhitekturnega biroja Nava arhitekti d.o.o. Projekt obsega štiri večstanovanjske objekte v etažnosti P+2, umeščene v kakovostno oblikovano zeleno okolje, v okviru katerega bo zgrajenih 53 mestnih najemnih stanovanj. V pritličju objekta ob južnem robu območja so predvideni novi prostori našega društva, ki bodo dostopni neposredno s pokritega parkirišča. V preteklih mesecih smo skupaj z JSS MOL, izbranim arhitekturnim birojem ter arhitektom Zveze paraplegikov Slovenije

Markom Tulom izhodiščno idejno zasnovo prostorov prenovili in uskladili tako, da bodo ti omogočali visoko raven dostopnosti, funkcionalnosti in arhitekturne kakovosti. S tem bodo pomembno prispevali k ustvarjanju vključujočega in trajnostno naravnega bivalnega okolja. Vsem deležnikom se iskreno zahvaljujemo za odlično sodelovanje. Projekt je trenutno v fazi pridobivanja gradbenega dovoljenja, končna izgradnja pa je predvidena v naslednjih štirih letih.

Letošnje leto pa je bilo tudi leto slovesov. Za vedno sta nas zapustila kar dva ustanovna člana Zveze paraplegikov Slovenije, Jože Globokar in Pavla Sitar, ki je bila izjemna športnica, prva dobitnica paralimpijske medalje in dolgoletna članica vodstva društva. Njena energija, nagajivost in neustavljiv duh so pustili neizbrisen pečat v športu in v društvenem življenju. Jože Globokar je bil s svojim delom in predanostjo ena izmed ključnih osebnosti invalidskega gibanja v Sloveniji.

Naj se ob koncu leta zahvalimo vsem, ki so v letu 2025 kakorkoli soustvarjali delo društva: članom in članicam, zaposlenim, prostovoljcem, športnikom, kulturnikom, donatorjem, lokalnim skupnostim, strokovnim institucijam in prijateljem društva. Vsak prispevek, vsak korak in vsaka podpora so del zgodbe, ki jo pišemo skupaj.

Naj bo prihajajoče leto priložnost za nove začetke, več razumevanja, solidarnosti in poguma. Želimo si, da bi bilo leto 2026 leto uresničenih načrtov, boljših pogojev dela, več dostopnosti in predvsem dobrega zdravja. Naj bo polno drobnih zmag, človeške bližine in upanja, da skupaj zmoremo več.



V tem letu smo se poslovili od Jožeta Globokarja, ustanovnega člana Zveze paraplegikov Slovenije, dolgoletnega aktivnega člana našega društva in človeka, ki je s svojo energijo, prodornostjo in predanostjo pomembno zaznamoval invalidsko gibanje. Jože ni bil le organizator, sogovornik in pobudnik številnih aktivnosti, temveč predvsem človek z jasnimi stališči, ostrim pogledom in neomajno zavezanostjo temu, da se stvari premikajo naprej. Bil je aktiven v invalidskem gibanju več kot 50 let, že od svojega štiriindvajsetega leta, ko si je leta 1968 pri skoku v vodo poškodoval hrbtenico.

Deloval je v različnih odborih in komisijah, predvsem na informativnem in prostovoljskem področju invalidskega gibanja: več kot 30 let je urejal glasilo Paraplegik ter je bil dolgoletni urednik spletnih strani Zveze paraplegikov

Slovenije, Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine, kasneje tudi spletne strani Mednarodne NLB Wheel lige v košarki. Njegov znani moto, da je »novica, ki ni objavljena takoj, stara novica«, ni bil le duhovita misel, temveč življenjsko vodilo. Znal je opozoriti, spodbuditi, včasih tudi dregniti – vedno z mislijo na skupno dobro in napredek. Invalidnost, ga ni pretirano omejevala, odnesli so ga z vozičkom tudi na Triglav. Za svoj doprinos k izboljšanju kakovosti življenja paraplegikov in tetraplegikov je prejel več priznanj, med drugim državno odlikovanje – Red dela s srebrnim vencem in plaketo državnega sveta za najzaslužnejšega prostovoljca.

Njegov odhod pomeni veliko praznino, a hkrati obvezo, da bomo njegovo delo, pogum in zavedanje o pomenu javne besede ohranjali tudi v prihodnje.

NA DRUŠTVU PONOVO ŠAHOVSKI POPOLDNEVI

16. januar

Začetek leta 2025 je na društvu prinesel tudi začetek nove šahovske sezone. V četrtek so se naši šahisti po prazničnem premoru zbrali v društvenih prostorih in se pomerili med seboj, predvsem pa uživali v skupnem druženju.

ODLIČNI REZULTATI NAŠIH STRELCEV V 2. KROGU

18. januar

DP Istre in Krasa je na strelišču v Postojni pripravilo drugi krog strelske lige ZPS. Strelci so tekmovali z zračnim orožjem v ekipni in posamični konkurenci. Nastopili so v skupinah SH1 in SH2, standardni in serijski puški ter pištoli. V streljanju s standardno puško je bil naš strellec Aleš Vrhovc prvi. V streljanju z zračno pištolo je Anton Bavec osvojil prvo mesto, Džemal Alagič pa tretje. V posamični konkurenci SH2 je naš strellec Lutfi Abdullahu osvojil drugo mesto, Aleš Vrhovc pa šesto. V ekipni konkurenci SH2 so naši strelci osvojili drugo mesto.

DRUGI KROG KOŠARKARSKE LIGE

19. januar

DP Gorenjske je pripravilo 2. kolo košarkarske lige ZPS – Bauerfeind. Tekmovanje je potekalo v športni dvorani Ekonomske gimnazije Kranj. Tekmovali so štiri ekipe: DP KR – NM Ormega MM, DP Ljubljana Mercator, DP Maribor in DP Celje Thermana. V prvi tekmi je ekipa DP KR – NM Ormega MM premagala ekipo DP Ljubljana Mercator z rezultatom 64:44. V drugi tekmi je ponovno slavila ekipa DP KR – NM Ormega MM, ki je z rezultatom 65:22 premagala ekipo DP

Maribor. V tretji tekmi pa je zmago slavila ekipa DP Celje Thermana, ki je z rezultatom 49:43 premagala ekipo DP Ljubljana Mercator.

NAŠA ŠAHISTI TRETJI V PRVEM KROGU

21. januar

DP Jugozahodne Štajerske je v gostišču Hochkraut v Tremarjah pripravilo prvi krog šahovske lige ZPS – Gradex. V 1. krogu je nastopilo 19 tekmovalcev v ekipni in posamični konkurenci. Šahisti so za posamično partijo imeli na voljo 10, težje gibalno ovirani tetraplegiki pa 12 minut. V ekipni konkurenci je prvo mesto osvojila DP Novo mesto (13), drugo DP Celje (12,5), tretje naša ekipa DP Ljubljana (12), četrto DP Maribor (10), peto DP Nova Gorica (10), šesto pa DP Koper (4). Med našimi šahisti je bil najboljši Bor Melanšek, sledili pa so mu Adam Dmitrovič, Ljubiša Gajič, Franc Urankar.

ŽIVA LAVRINC POSTAVILA NOV SVETOVNI REKORD

26. januar

Paralokostrelka Živa Lavrinc – članica našega društva, je postavila nov svetovni rekord v dvoranskem lokostrelstvu na 25 metrov. To ji je uspelo na tekmovanju Pokal Šentlok, ki je potekalo v športni dvorani v Podčetrtku. Nova rekordna znamka znaša 545 krogov, z rekordom pa je bilo zaznamovano tudi lansko leto paralokostrelke Žive. Prvi svetovni rekord v dvoranskem lokostrelstvu na 25 m je dosegla 28. januarja na tekmovanju v Podčetrtku (515 krogov). Dosežek je še izboljšala 24. novembra na tekmi v Chicagu, kjer je za novo rekordno znamko zbrala kar 532 krogov.



EDO JEŠE PRVI**28. do 30. januar**

ZPS je letos na Rogli uspešno organizirala že 16. smučarski kamp za slovenske paraplegike. Sodelovalo je 43 udeležencev, od tega 18 smučarjev invalidov, prednjačili so paraplegiki in tetraplegiki. Naši športni prijatelji s Hrvaške in Srbije pa so v kampu poskrbeli za mednarodno noto. Kamp smo zaključili s tradicionalno tekmo v veleslalomu. Kamp se je končal s tradicionalno veleslalomsko tekmo in z razglasitvijo rezultatov tekmovanja v alpskem smučanju za pokal ZPS. Med paraplegiki je vnovič zmagal naš parasmučar Edo Ješe (zmagal je tudi na prvi tekmi leta 2009!), na 2. mesto se je zavihtel Gregor Gračner, prav tako član našega društva.

PARALOKOSTRELKA LAVRINC OSVOJILA AZIJSKI POKAL**2. do 11. februar**

V Bangkoku je potekalo tekmovanje v paralokostrelstvu za Azijski pokal. Barve Slovenije je zastopala naša paralokostrelka Živa Lavrinc, ki je s prepričljivo zmago (6:0) v finalu premagala indijsko tekmovalko Poojo Jatyan in osvojila Azijski pokal.

DOBITNIKA BLOUDKOVE NAGRADE**3. februar**

Najvišje državno priznanja za šport – Bloudkovo nagrado – sta 3. februarja 2025 v Cankarjevem domu v Ljubljani prejela Živa Lavrinc, članica našega društva, in parastrelec iz DP jugozahodne Štajerske Franček Gorazd Tiršek. Živa Lavrinc je bila za parašportnico leta 2024 izbrana prvič, prvič pa je

osvojila tudi paralimpijsko medaljo.

Tiršek je na paralimpijskih igrah v Parizu v streljanju z zračno puško s paralimpijskim rekordom osvojil zlato, paralokostrelka pa v ekipi mešanih dvojic bronasto medaljo.

TRETI KROG KOŠARKARSKE LIGE**9. februar**

Naše društvo je bilo organizator tretjega kola košarkarske lige ZPS – Bauerfeind, ki je potekalo v športni dvorani na Škofljici. Prvo tekmo si je ogledal tudi župan Občine Škofljica Primož Cimerman, kateremu se zahvaljujemo za brezplačno uporabo športne dvorane. Najprej sta se pomerili DP Kranj–Novo mesto Omega MM in DP Ljubljana Mercator. Naša ekipa je morala priznati premoč združeni ekipi, ki je tekmo dobila z rezultatom 67:48. V drugi tekmi sta se pod koši srečali DP Ljubljana Mercator in DP Celje Thermana. Naša ekipa je tudi drugo tekmo zgubila in sicer z najmanjšo možno razliko 46:47. Zadnja tekma je odpadla zaradi bolezni v ekipi DP Maribor. Tekmo so registrirali 20:00 v prid DP Kranj–Novo mesto Omega MM.

SPREJEM NOVIH ČLANOV**10. februar**

V društvenih prostorih smo sprejeli štiri nove člane. Prisotni so bili tudi njihovi bodoči poverjeniki.

LIKOVNA KOLONIJA V SEMIČU**10. do 15. februar**

V Domu paraplegikov v Semiču so se zbrali likovniki, ki so v mesecu kulture v prijetno toplih prostorih in še vedno



zimskem vremenu slikali na temo »Belokranjska zima«. Likovne delavnice so potekale pod mentorskim vodstvom Rassa Causeviga in Ljudmile Turk. Slikarji so z motivi zimske pokrajine in vedut upodabljali v različnih tehnikah: olje in akril na platno, tempera in akvarelnimi barvami ter risanju z grafitom, voščenkami in ogljem. Svoje likovno znanje je nadgrajeval tudi naš slikar Željko Vertelj.

VSAKOLETNI PREVENTIVNI PREGLED

12. februar

Povišan holesterol in krvni sladkor ter previsok krvni tlak sodijo med tako imenovane bolezni sodobnega časa. Ker so znaki lahko dlje časa prikriti, je edina možnost, da jih odkrijemo na preventivnih pregledih in le te pričnemo z zdravljenjem. V društvenih prostorih smo pripravili vsakoletni preventivni pregled, ki sta ga izvedla dr. med. Marijana Žen Jurančič in dipl. zdravstvenik Peter Vrisk, oba iz URI – Soča Ljubljana. Pregleda se je udeležilo več kot 30 članic in članov društva, vsak udeleženec pa je ob pregledu dobil navodila in priporočila, na kaj mora še posebej poskrbeti pri ohranjanju svojega zdravja.

SLAVKO KRAJNC OSVOJIL POKAL ZPS V BILJARDU

13. februar

V Maximus centru v Murski Soboti je potekal 16. pokal ZPS v biljardu. Biljardni prostor je lepo dostopen z dvigalom do prvega nadstropja, biljardne mize so lepo vzdrževane in vzdušje je bilo prijetno. Zbrali so se tekmovalci iz štirih različnih društev, med njimi tudi biljardisti našega društva. Kot je v navadi, se je tudi tokrat igralo na dve dobljeni igri.

V prvem polfinalu je naš Rok Bratovž s svojo premišljeno igro nadigral Sanjina Perniča, lanskega podprvaka. V drugem polfinalu je zdaj že izkušeni igralec Slavko Krajnc premagal domačina Andreja Gorzo. Ljubljanski finale med Rokom in Slavkom je bil sila napet. Slavil je Slavko z dva proti ena, proti svojemu »sparing partnerju«. Igralca se dobro poznata, saj trenirata skupaj v domžalskem klubu.

Matej Brajkovič, član našega društva, in David Slaček, najboljša biljardista, letos nista igrala.

STRELCI V 3. KROGU ODLIČNI

15. februar

DP Podravja je s sodelovanjem strelskega kluba Ptuj pripravilo 3. krog strelske lige Zveze paraplegikov Slovenije in 2. memorial strelca paralimpijca Franca Pinterja - Anča. Tekmovanje je potekalo na strelišču na Ptuj. V ekipni konkurenci SH2 je prvo mesto osvojila ekipa DP Prekmurja in Prlekije, drugouvrščena pa je bila naša ekipa DP ljubljanske pokrajine (1037) ter na tretjem mestu ekipa DP Podravja (956). Parastrelsko tekmovanje so vodili: Igor Erman, Zlatko Kostanjevec, Peter Hajdinjak in Valentin Juževič.

NAŠA ŠAHOVSKA EKIPA V 2. KROGU PRVA

18. februar

DP Gorenjske je pripravilo drugi krog šahovske lige ZPS – Gradex. Tekmovanje je potekalo v gostišču Marinšek v Naklem, udeležilo se ga je 20 šahistov iz sedmih društev. Po odigranih sedmih partijah je v posamični konkurenci 1. mesto osvojil Bogdan Petek DP MB, 2. mesto je pripadlo Vojku Gašperutu DP KP, na 3. mestu je bil Dominik Lozar



DP NM. V ekipni konkurenci je slavila ekipa DP ljubljanske pokrajine z zbranimi 13 točkami, drugo mesto je osvojila ekipa DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja z 11,5 točkami, na tretje mesto pa se je uvrstila ekipa DP jugozahodne Štajerske z 11 točkami.

FILMSKO POPOLDNE NA DRUŠTVU

19. februar

V prostorih društva smo si ogledali film Plesna terapija.

USTVARJENE PODOBE NARODA

20. februar

V etnografskem muzeju smo si ljubitelji likovne umetnosti ogledali zelo zanimivo in bogato razstavo Maksima Gasparija.

»KAKO SI?«

26. februar

Z dr. Vesno Radonjič Miholič smo začeli s pogovorno-podporno skupino.

ODLIČNI REZULTATI NAŠIH KEGLJAČEV V 2. KROGU LIGE

28. februar

Na kegljišču Doma športa na Ravnah na Koroškem je potekal 2. krog kegljaške lige ZPS, hkrati pa tudi tradicionalni 30. Grnjakov memorial. DP Koroške ga organizira v spomin na njihovega člana Avgusta Grnjaka, pionirja kegljanja na invalidskih vozičkih na Koroškem. V ekipni in posamični ter konkurenci veteranov in tetraplegikov se je v ženski in moški konkurenci pomerilo osem ekip iz pokrajinskih društev ZPS

z enaintridesetimi kegljačicami in kegljači. Naši kegljači so dosegli odlične rezultate. Ekipno so bili prvi, Kokalj drugi, Ivaniševićeva in Alagič tretja. Po tekmi je sledila razglasitev rezultatov, najboljši so prejeli kolajne in pokale.

ČETRTI KROG KOŠARKARSKE LIGE

2. marec

V Športni dvorani v Rimskih Toplicah je potekal 4. krog košarkarske lige ZPS Bauerfeind. Tekmovanje je pripravilo DP jugozahodne Štajerske.

Na turnirju so bile odigrane naslednje tekme:

1. tekma: DP Celje Thermana : DP Maribor – 55:41

2. tekma: DP Celje Thermana : DP KR NM Omega MM – 61:59

3. tekma: DP Ljubljana Mercator : DP Maribor – 59:37

Najboljši strelci: Haris Kuduzović (DP KR – NM Omega MM), Enis Musić (DP Celje Thermana), Milan Slapničar (DP KR – NM Omega MM), Nikola Bistровić (DP Maribor) in Boštjan Ceglar (DP Ljubljana Mercator).

ODGNJALI ZIMO

4. marec

Pustovanje s pustnimi maskami, ki smo jih tudi nagradili.

NAMIZNOTENIŠKI TURNIR V LIGNANU

6. do 9. marec

V italijanskem mestu Lignano je potekal mednarodni namiznoteniški turnir, ki se ga je udeležila tudi desetčlanska slovenska namiznoteniška reprezentanca: Karin Praček, Gašper Mlakar, Edi Ravnjak, Luka Trtnik, Tomaž Rabuzin ter igralke in igralci pokrajinskih društev ZPS – Barbara Meglič,



Primož Kancler ter Andreja Dolinar, Ljubiša Gajić in Peter Jereb iz našega društva. Ekipo sta vodila glavni trener Ožbej Poročnik in njegov pomočnik, nekdanji odlični igralec naš Bojan Lukežič. V posamični konkurenci je Luka Trtnik v svoji kategoriji osvojil srebrno, Karin Praček pa bronasto medaljo. Barbara Meglič iz DP Gorenjske je prišla do četrtfinala. Primož Kancler iz DP Podravja je v dvojicah s srbskim igralcem Nemanjo Curićem osvojil bronasto medaljo. Drugi naši igralci so sicer prikazali dobro igro, vendar niso dosegli vidnejših rezultatov.

PRAZNOVANJE OB DNEVU ŽENA

8. marec

Naše članice, sodelavke in prijateljice društva so praznik ob dnevu žena praznovale v Zajčji Dobravi v Ljubljani.

MREŽA MOST

11. marec

Rok Bratovž, dolgoletni vodja tabora para- in tetraplegikov z udeležbo prostovoljcev iz tujine, se je na povabilo zavoda Voluntariat v Rdeči dvorani ljubljanske mestne hiše udeležil dogodka, ki so ga pripravili v okviru Mreže Most. To je skupen projekt za povezovanje nevladnih organizacij na območju Mestne občine Ljubljana. V njem deluje zavod Voluntariat, s katerim naše društvo sodeluje že enaindvajset let, zavod Odtiz, zavod OS, TiPovej! ter Zveza prijateljev mladine Slovenije. Srečanje je bilo namenjeno evalvaciji dosedanjega dela ter možnostim nadaljnjega mreženja oz. povezovanja. Dogodek je sofinancirala Mestna občina Ljubljana.

DELAVNICA ZA KREPITEV SPOMINA

12. marec

Na društvu smo izvedli vaje za ohranjanje mentalne vitalnosti.

OSVEŠČANJE NA OŠ BREZOVICA

13. marec

Naša ekipa je projekt Različnost je zakon predstavila na OŠ Brezovica.

ŠAHOVSKA EKIPA DRUGA

18. marec

DP Istre in Krasa je organiziralo 3. krog šahovske lige ZPS Gradex in memorial Viktorja Brezovnika. Tekmovanje na črno-belih poljih je potekalo v prostorih Ars Vive. Udeležilo se ga je 19 tekmovalcev iz šestih pokrajinskih društev ZPS. V ekipni konkurenci je prvo mesto osvojila ekipa DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja, z zbranimi 15 točkami. Druga je bila naša ekipa s 14 točkami, tretja ekipa DP jugozahodne Štajerske (11 točk). V posamični konkurenci je 1. mesto osvojil Dominik Lozar – DP NM, na 3. mestu pa je pristal naš šahist Adam Dmitrovič.

OSVEŠČANJE NA OŠ RIBNICA

18. marec

S projektom Različnost je zakon smo se predstavili učencem 7. razreda na OŠ dr. Franceta Prešerna v Ribnici.



ODLIČNI REZULTATI NAŠIH STRELCEV

19. marec

DP Prekmurja in Prlekije je v sodelovanju s Športnim strelskim društvom Murska Sobota soorganiziralo 4. kolo lige ZPS v streljanju z zračnim orožjem. Tekmovanje je potekalo na strelišču TVD Partizan Murska Sobota, strelci pa so se pomerili v streljanju s serijsko zračno puško, standardno zračno puško in standardno zračno pištolo. Tekme se je udeležilo 30 tekmovalcev iz sedmih pokrajinskih društev ZPS.

Naši strelci so v ekipni kategoriji SH2 serijska puška osvojili drugo mesto. Ekipo so sestavljali Jože Ponebšek, Emil Močnik in Lutfi Abdullahu. V posamični razvrstitvi je Aleš Vrhovc (SH2 standard puška) osvojil prvo mesto, Lutfi Abdullahu (SH2 serijska puška) pa 3. mesto. Na 4. mesto, v isti kategoriji, se je zavihtel Emil Močnik, Jaka Umek je osvojil 8. mesto, Jože Ponebšek 9. mesto in novinec na tekmah, Uroš Gorenc, 13. mesto. V streljanju z zračno pištolo je Anton Bavec osvojil 1. mesto, Džemal Alagić pa 3. mesto.

V letošnji ligi je naše društvo v kategoriji ekip doseglo naslednje rezultate:

3. mesto SH1 serijska puška;

2. mesto SH2 serijska puška.

V posamični konkurenci je v kategoriji SH2 serijska puška Lutfi Abdullahu osvojil 3. mesto, na 4. mesto pa se je zavihtel Emil Močnik. Preostali tekmovalci so se zvrstili nižje po lestvici. V kategoriji SH1 standard puška je Maj Crkvenjaš osvojil srebro, v kategoriji SH2 standard puška pa je Aleš Vrhovc v svojem vrhunskem slogu osvojil 1. mesto. V kategoriji SH1 pištola sta nastopila dva naša člana, in sicer

je Anton Bavec osvojil zlato, Džemal Alagić pa se je okitil z bronasto medaljo.

OŠ BREZOVICA SMO V ENEM TEDNU OBISKALI DVAKRAT

20. marec

S projektom Različnost je zakon smo se na OŠ Brezovica v enem tednu predstavili kar dvakrat.

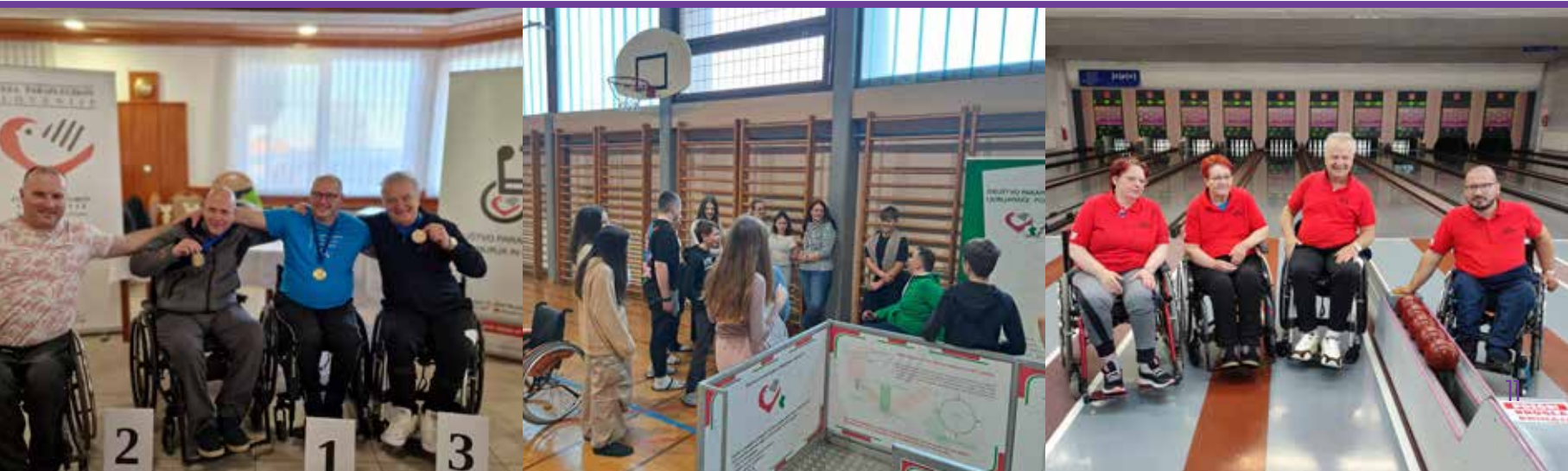
UROŠ MILUTINOVIČ – DRŽAVNI PRVAK MED VETERANI

21. marec

DP jugozahodne Štajerske je na kegljišču Golovec v Celju soorganiziralo 3. kolo v kegljaški ligi ZPS in hkrati 25. memorial Petra Zdovca. Tekmovanje je štelo tudi za državno prvenstvo veteranov. Udeležilo se ga je 36 kegljačic in kegljačev iz osmih pokrajinskih društev ZPS.

V ekipni konkurenci je zmagala ekipa DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja s 1724 podrtimi keglji, na drugo mesto se je uvrstila domača ekipa DP jugozahodne Štajerske s 1683 podrtimi keglji, tretje mesto je tokrat osvojila ekipa DP Koroške s 1571 podrtimi keglji, peta pa je bila ekipa našega društva s 1378 podrtimi keglji.

Za naslov državnega prvaka v veteranski konkurenci se je pomerilo 12 veteranov. Največ kegljev je tokrat podrl naš kegljač Uroš Milutinovič (428). V konkurenci tetraplegikov je prvo mesto osvojil Aleš Povše DP CE (437). Martina Glavič DP NM (421) je zmagala med ženskami, pred Marijo Kerec DP MB (404) in Senko Ivanišević DP LJ (389). V najštevilčnejši skupini med moškimi je zmagal Tone Kanc DP NM (500).



SLOVENSKI PARAPLESALCI ODLIČNI V HONGKONGU**22. do 23. marec**

V Hongkongu je potekalo mednarodno tekmovanje v paraplesu, ki je združilo vrhunske plesalce na vozičkih z vsega sveta. Tekmovanja so se udeležili tudi slovenski paraplesalci, ki so s svojimi nastopi dosegli odlične rezultate. Slovensko ekipo so tokrat sestavljali: paraplesalka našega društva Lara Nedeljkovič in Nastija Fijolič, Nika Bratuš ter Amir Alibabič. Naša paraplesalka Lara Nedeljkovič je v kategoriji Single Women Class 2 osvojila odlično šesto mesto.

DOŽIVELI NOV SVETOVNI REKORD V PLANICI**28. marec**

Planica je nekaj posebnega, saj vsako leto navdušuje na tisoče ljubiteljev smučarskih poletov. In tako smo tudi pri našem društvu izbrali dan, ko smo se veselo razpoloženi in polni pričakovanj z dvema kombijema odpravili proti deževni Planici. Naša pričakovanja so se uresničila, saj je Domen Prevc z odličnim poletom zmagal in s tem osvojil mali kristalni globus v poletih v letošnji sezoni, Anže Lanišek je bil drugi. Poteka tekmovanja ni zmotil rahel dež, nekoliko neprijeten je bil seveda za številne obiskovalce. Ta prvi tekmovalni dan je dal slutiti, da bodo naši orli tudi v nedeljski tekmi posegli po vrhunskih uvrstitvah. In res, Domen Prevc je z izjemnim poletom postavil nov svetovni rekord (254,5 metrov), Anže Lanišek pa je zmagal na domači tekmi, pred številnimi obiskovalci pod Poncami.

PREDSTAVITEV MEDICINSKIH PRIPOMOČKOV**3. april**

V prostorih društva smo ponovno gostili Davorja Bokaliča in Ažbeta Šostera, predstavnika podjetja Soča Oprema, ki sta nam predstavila medicinsko tehnične pripomočke in pravice iz zdravstvenega zavarovanja. Udeleženci smo na predstavitvi dobili veliko koristnih informacij o načinu in postopku pridobitve medicinskih pripomočkov.

NA OŠ PRESKA**3. april**

Predstavniki projekta Različnost je zakon so prvič obiskali OŠ Preska.

NAŠI STRELCI ODLIČNI NA DRŽAVNEM PRVENSTVU**5. april**

Na strelišču Krim, na Dolenjski cesti v Ljubljani, je v začetku aprila potekalo državno prvenstvo v parastrelstvu z zračnim orožjem za leto 2025, ki ga je organizirala Zveza za šport invalidov – slovenski paralimpijski komite. Naše društvo je nastopilo z osmimi tekmovalci, in sicer v kategorijah serijska puška SH2, standard puška SH1 in SH2 ter standard zračno pištolo SH1. Naši strelci so dosegli izjemne rezultate, in sicer je Lutfi Abdullahu, v kategoriji SH2 serijska puška, z odličnim rezultatom 371 krogov osvojil 2. mesto in s tem srebrno medaljo. Aleš Vrhovc je v kategoriji SH2 standard puška zaostal le za zmagovalcem Sinišo Jeremičem in se zavihtel na 2. mesto ter osvojil naslov državnega podprvaka. Naš najmlajši tekmovalec Maj Crkvenjaš je v kategoriji SH1 standard puška osvojil 2. mesto in prav tako naslov državnega



podprvaka. V kategoriji SH1 standard pištola sta nastopila dva naša člana. Anton Bavec je prepričljivo osvojil 1. mesto in naslov državnega prvaka, Džemal Alagić pa je osvojil 3. mesto in bronasto medaljo. Tudi v ekipni konkurenci so naši tekmovalci odlično zastopali barve društva. Jaka Umek, Emil Močnik in Lutfi Abdullahu so v kategoriji SH2 serijska puška zasedli 3. mesto.

V posamični konkurenci so Emil Močnik, Jaka Umek in Jože Ponebšek osvojili še 6., 11., in 13. mesto in s tem zaokrožili odlične nastope. Dosežke na državnem prvenstvu lahko ocenimo z odlično oceno, saj so naši tekmovalci osvojili odličja prav v vseh posamičnih kategorijah, posamičnim uspehom pa dodali še ekipni bron.

NAŠI KOŠARKARJI TRETJI NA DRŽAVNEM PRVENSTVU

6. april

Po rednem košarkarskem ligaškem tekmovanju pri ZPS je ZŠIS – SPK v ŠD Vrana na Vranskem organizirala državno prvenstvo v košarki na vozičkih. Tekmovanje je izvedel domači klub KD Vrana Vransko. Ekipe so odigrale 4 tekme, najprej dve polfinalni, nato pa še tekmi za 3. in 1. mesto. Naslova državnega prvaka se je po letu 2023 ponovno veselila ekipa DP Kranj – Novo mesto Ormega MM, ki je v finalni tekmi z rezultatom 71:54 premagala ekipo DP Celje Thermana. V tekmi za 3. mesto je z rezultatom 59:52 slavila naša ekipa DP Ljubljana Mercator, ki je premagala DP Maribor.

DVE BRONASTI MEDALJI ZA MATEJA BRAJKOVIČA

8. april

V Podčetrtku se je končalo evropsko prvenstvo v biljardu, kjer sta tekmovala tudi dva najboljša slovenska biljardista Matej Brajkovič in David Slaček. David Slaček iz DP Podravja je v igri desetka osvojil srebrno medaljo, zatem pa v devetki še bronasto. Matej Brajkovič iz našega društva je osvojil dve bronasti medalji, prvo v igri desetka, drugo pa v igri devetka.

BILI SMO V OPERI

10. april

Ogledali smo si predstavo z naslovom Trubadur, ki je bila v SNG Opera in balet Ljubljana.

DELAVNICA O UPORABI PAMETNEGA TELEFONA

10. april

Na društvu smo izvedli delavnico o uporabi pametnega telefona. Udeležencem smo predstavili osnovne aplikacije in funkcije, kot so: klicanje in uporaba imenika, pisanje in pošiljanje SMS-sporočil in slik, shranjevanje novih stikov v imenik, uporaba fotoaparata in galerije, kalkulatorja, aplikacije Google Maps, iskalnika, aplikacije spletne trgovine in podobno. Predstavili smo jim tudi razliko med kodama PIN in PUK ter osnovne nastavitve na telefonu, kot so svetlost zaslona in glasnost. Delavnico so izvedle Petra, Tijana in Nika. Člani so lahko vse funkcije preizkusili na svojem telefonu in ob tem pridobili veliko novih informacij in odgovorov na vprašanja.



SREČANJE S SOCIALNIMA POVERJENIKOMA**11. april**

Socialna poverjenika Peter Kralj in Anton Iskra sta za "svoje" člane pripravila skupno srečanje.

4. KROG KEGLJAŠKE LIGE IN TURNIR OBČINE DOMŽALE**11. april**

Naše društvo je pripravilo 4. krog kegljaške lige in 27. turnir za pokal občine Domžale.

BARVANJE VELIKONOČNIH PIRHOV**16. april**

V društvenih prostorih smo ob velikonočnih praznikih pripravili delavnico o različnih tehnikah barvanja pirhov. Naše članice so se v velikem številu zbrale v društvenih prostorih. S seboj so prinesle jajca in različne pripomočke. Delavnico je vodila Betka Kos. Betka je predstavila veliko različnih tehnik barvanja pirhov. Članice so barvale umetna in kokošja jajca. Nastali so res prečudoviti pirhi. Nekaj pisanih pirhov so obesile na vejice, ki nam zdaj krasijo našo mizo.

OBISK SLOVENSKEGA ETNOGRAFSKEGA MUZEJA**17. april**

Ljubitelji umetnosti smo si v Slovenskem etnografskem muzeju ogledali razstavo Med naravo in kulturo.

USPEHNAŠIH PARAPLESALK NA TURNIRJUNA NA NIZOZEMSKEM**21. april**

Med velikonočnim vikendom so slovenski paraplesalci blesteli na mednarodnem tekmovanju na Nizozemskem. Slovenijo so tokrat zastopali: Amir Alibabič, Hana Agovič, Nika Bratuš, Ines Golobič ter članici DP ljubljanske pokrajine, Lara Nedeljkoč in Brina Rogelj. Med številnimi odličnimi nastopi posebej izpostavljamo Laro Nedeljkoč, ki je v močni in najštevilčnejši kategoriji Women's Single Class 2 osvojila odlično 4. mesto in s tem ponovno potrdila kategorizacijo državnega razreda. Brina Rogelj je v isti kategoriji dosegla 6. mesto. V kategoriji Women's Single Freestyle Class 2 je zasedla 5. mesto. V kategoriji Junior Women's Single Class 2 pa je z izjemno energičnim plesom prepričala sodnike in zaslužno osvojila prvo mesto. Brina s svojimi nastopi že pri 13 letih dokazuje, da njena športna pot vodi k številnim uspehom!

DRŽAVNO PRVENTSTVO V CURLINGU**22. april**

Na državnem prvenstvu v curlingu na vozičkih, ki ga je pripravila Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite, so na drsališču v Zalogu sodelovale kar tri ekipe našega društva. V ledeni dvorani so ekipe osvojile sledeče rezultate: 1. mesto naša ekipa DP LJ, 2. mesto DP Gorenjske, 3. mesto naša DP LJ Basket, 4. mesto pa tudi naša DP LJ. Na ledu so se ekipe najprej srečale v dveh polfinalnih dvobojih, kjer sta se zmagovalni ekipi uvrstili v finale, ki je odločal o državnem prvaku. Poraženi ekipi sta igrali tekmo za 3. mesto. Najboljše ekipe so prejele pokale, najboljši



igralci pa medalje. Tekmovanje je potekalo v izvedbi Curling kluba Zalog.

POGOVORNA DELAVNICA

23. april

Na aprilski Pogovorni skupini smo se posvetili temi Komunikacije.

SREČANJE S SOCIALNIM POVERJENIKOM

24. april

Socialni poverjenik Adolf Košmrlj je za "svoje" člane pripravil srečanje v hostlu Ars Viva, v Podcerkvi.

NA TURNIRJIH V LAŠKEM TUDI DVA NAŠA IGRALCA

6. do 16. maj

V dvorani Tri Lilije v Laškem sta med 6. in 16. majem potekala dva turnirja – ITTF World ParaChallenger Laško 2025 in ITTF World Para Elite Laško 2025. Na prvem je tekmovalo 221 igralcev iz 42 držav. Na turnirju elite so se v Sloveniji zbrali vsi najboljši na svetu, manjkali so le Kitajci. Pomerilo se je 250 igralcev iz 43 držav.

Med številnimi igralci namiznega tenisa so nastopili tudi igralci pokrajinskih društev ZPS – Andreja Dolinar in Barbara Meglič iz DP Gorenjske, Ljubiša Gajič in Peter Jereb iz DP ljubljanske pokrajine, Primož Kancler iz DP Podravja in Gašper Mlakar iz DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja. Igralke in igralce na vozičkih je vodil trener Bojan Lukežič, član našega društva.

ZAKLJUČEK ŠAHOVSKE LIGE

8. maj

DP Dolenjske Bele krajine in Posavja je v svojih prostorih pripravilo 4. krog šahovske lige ZPS Gradex in hkrati jubilejni 30. memorial Jožeta Radeja. Tekmovanja se je udeležilo 18 šahistov iz petih pokrajinskih društev paraplegikov Slovenije. Pred začetkom tekmovanja sta udeležence nagovorila predsednik društva Jože Okoren in arbiter Janez Medvešek. Tekmovalci so po švicarskem sistemu, sodnikovih navodilih in pravilih FM-FIDE odigrali sedem hitropoteznih krogov, v posamezni in ekipni konkurenci. Prvo mesto in prehodni pokal v posamezni konkurenci za memorial Jožeta Radeja je dosegel član DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja Dominik Lozar (5,5).

Tekmovanje je bilo hkrati tudi zadnje, 4. kolo lige ZPS Gradex. Prvo mesto v ligi je osvojila ekipa društva DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja (53,00), drugo mesto naša ekipa DP ljubljanske pokrajine (51,5), tretje mesto ekipa DP jugozahodne Štajerske (47,5).

INFO TOČKA V MAJU NA URI SOČA

8. maj

Na URI Soča smo obiskali naše bodoče člane, ki so trenutno na medicinski rehabilitaciji.

POKAL TONETA POGAČNIKA OSVOJILA NAŠA EKIPA

10. do 11. maj

Naše društvo je pripravilo že 44. Pogačnikov memorial in 28. mednarodni turnir v košarki na vozičkih, ki je potekal v Ljubljani.



NA DRŽAVNEM PRVENSTVU V KEGLJANJU SENKA 3.

10. maj

Na kegljišču Golovec v Celju je v organizaciji Zveze ŠIS – SPK potekalo državno prvenstvo v kegljanju za invalide. Tekmovanje je od jutra do popoldneva potekalo na osmih stezah. Med številnimi kegljačicami in kegljači so nastopili tudi tekmovalci pokrajinskih društev ZPS. Na tekmovanju je nastopilo 58 kegljačev in kegljačic, med njimi tudi kegljači našega društva.

Za nastop na državnem prvenstvu je bilo potrebno na enem od tekmovalj v kegljaški ligi ZPS izpolniti predpisano normo. V kategoriji KP je 3. mesto med ženskami osvojila naša Senka Ivanišević, 2. mesto Marija Kerec iz DP Podravja, 1. mesto pa Martina Glavič iz DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja. V moški konkurenci naši kegljači niso dosegli vidnejših rezultatov.

PRVI KROG EKIPNE ATLETSKE LIGE

13. maj

Letos praznujemo 30. sezono ekipnega tekmovalja v atletiki. Prvo kolo Lige ZPS Omega MM v atletiki je bilo v Murski Soboti, v organizaciji DP Prekmurja in Prlekije, na atletskem stadionu Osnovne šole 1. Razmere za tekmovalje so bile zelo dobre. Tekmovalja, ki so ga pomagali izvesti sodniki Združenja atletskih sodnikov Murska Sobota, pod vodstvom Štefana Puhana, se je udeležilo 37 tekmovalcev iz šestih pokrajinskih društev in sedmih ekip. Žal sta od sedmih ekip bili popolni le dve ekipi, ki sta imeli predstavnike v vseh osmih disciplinah. Teoretično so dovolj štirje tekmovalci. Dva za mete (eden mora biti iz skupine F51) in dva za

vožnje. Zmagovalka prvega kola v atletiki je druga ekipa DP jugozahodne Štajerske, ki je osvojila 3.966,40 točk. Naša ekipa je zasedla 5. mesto.

ZBOR ČLANOV DRUŠTVA

15. maj

V gostilni Portal v Ljubljani je potekal redni letni zbor našega društva.

SPET V OPERI

16. maj

V SNG Opera in balet Ljubljana smo si ogledali predstavo z naslovom Manon Lescaut.

V NOvem MESTU EKIPNO TEKMOVANJE V KEGLJANJU

19. maj

DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja je v sklopu projekta 18. Rudolfovih tednov športa v Mestni občini Novo mesto organiziralo ekipno tekmovalje v kegljanju. Organizator je bil Zavod Novo mesto, tekmovalje pa so pripravili na kegljišču Portoval v Novem mestu. Največ kegljev je podrla in posledično osvojila pokal za prvo mesto domača ekipa DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja (1778 podrlih kegljev), drugo mesto je osvojila ekipa DP ljubljanske pokrajine (1674 podrlih kegljev).

ŽENSKA SEKCIJA V SEMIČU

19. do 23. maj

Članice ženske sekcije našega društva so pripravile tradicionalno majsko druženje v Domu paraplegikov v



Semiču. V tem času jih je obiskala Irena Markovič, članica DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja in dva naša člana Mira in Tone Racman. Dneve so preživljale v druženju in družabnih igrah. Pri opravilih so jim pomagale asistentke Darja, Vlasta, Soraja in Barbara.

SKUPAJ ZA VKLJUČUJOČO DRUŽBO

22. maj

Društvo je v Logatcu organiziralo delovni sestanek članov in članic s predstavniki sosednjih občin.

MOTIVACIJSKI TABOR NOVIH ČLANOV

23. do 24. maj

Uspešno zaključen dvodnevni motivacijski tabor V Semiču.

OB MLADOSTNIH UTRINKIH NA OŠ DRAGOMELJ

24. maj

Predstavitve arhitekturnih ovir na OŠ Dragomelj

DRUGI KROG ATLETSKE LIGE ZPS

27. maj

Naši atleti so nastopili v 2. krogu lige ZPS – Omega MM. Tekmovanje je potekalo v odličnih vremenskih razmerah, udeležilo se ga je 39 tekmovalcev iz petih pokrajinskih društev, skupno šest ekip. Dogodek so strokovno podprli sodniki Atletskega kluba Velenje in mlade atletinje iz Slovenj Gradca. Zmago je slavila druga ekipa DP jugozahodne Štajerske, s 4.812,51 točkami. Četrta mesto je zasedla DP Ljubljana s 3.034,34 točkami.

GOZDNA TERAPIJA

28. maj

Naši člani so se odpravili v Arboretum Volčji potok na gozdno terapijo. Srečanje je vodila izvajalka gozdne terapije Ana Hribar Podkrajšek. Arboretum je idealno okolje za gozdno terapijo, saj poleg čudovite narave in sprehajalne poti omogoča prijetno ter varno gibanje v naravi. Gozdna terapije je še posebej primerna za starejše, saj ponuja številne koristi za zdravje in dobro počutje. Redno preživljanje časa v naravi lahko izboljša kakovost spanca, zmanjša krvni tlak ter krepi imunski sistem. Poleg tega lahko gozdna terapija pozitivno vpliva na zmanjšanje stresa in izboljšanje razpoloženja, znižanje krvnega tlaka in srčnega utripa, znižanje ravni kortizola, kar pa ima za posledico manjši stres. Zmanjšuje tveganje za bolezni srca in tesnobe, depresije in težav s težo, vpliva na izboljšanje spomina in koncentracije, krepitev imunskega sistema, izboljšanje parasimpatične živčne aktivnosti, kar vodi tudi k boljšemu spanju, izboljšanju splošnega počutja, izboljšanju pozornosti ter osredotočenosti in ustvarjalnosti.

OBISK NARODNE GALERIJE

29. maj

Ljubitelji umetnosti smo si v Narodni galeriji ogledali razstavo Barok v Sloveniji.

POGOVOR Z DR. BORUTOM GUBINO

4. junij

V prostorih društva je v okviru projekta NISI SAM, ki ga sofinancira AVP, dr. Borut Gubina, dr. med., specialist urologije,



spregovoril o težavah s spolnostjo pri osebah z okvaro hrbtenjače. Udeleženci so se pogovarjali o uroloških težavah, dostopu do ustrezne oskrbe, potrebah uporabnikov ter o vsakodnevnih izzivih, s katerimi se srečujejo paraplegiki in tetraplegiki. Doktor Gubina je zbranim predstavil strokovne informacije na razumljiv in dostopen način, kar je predavanju dodalo posebno vrednost.

SPET V OPERI

5. junij

Naši člani so preživeli kulturni večer v SNG Opera in balet v Ljubljani, kjer so si ogledali operno mojstrovino Nabucco italijanskega skladatelja Giuseppeja Verdija.

SPOMLADANSKO SREČANJE

8. junij

Društvo paraplegikov je pripravilo tradicionalno spomladansko druženje v čudovitem okolju Ribnice.

MED BLOUDKOVIMI NAGRAJENCI TUDI NAŠE ŠPORTNICE

9. junij

V Kongresnem centru Brdo je potekala slavnostna podelitev Bloudkovih nagrad, najvišjih državnih priznanj na področju športa. Ministrstvo za gospodarstvo, turizem in šport je skupaj z Odborom za podeljevanje Bloudkovih priznanj počastilo 34 izjemnih športnikov in športnih ekip, ki so s svojimi dosežki zaznamovali slovenski in svetovni športni prostor.

Tokratna podelitev je bila posebna, saj je prvič potekala v luči novele Zakona o Bloudkovih priznanjih. Novela omogoča,

da nagrado prejmejo tudi tisti športniki, ki so v preteklosti osvojili olimpijske, paralimpijske, šahovske medalje ali medalje z olimpijad gluhih, vendar doslej za svoje dosežke še niso bili nagrajeni z najvišjim državnim priznanjem. Med prejemniki nagrad so bili tudi štiri športnice in en športnik iz pokrajinskih društev Zveze paraplegikov Slovenije – Mateja Pintar Pustovrh, Veselka Pevec, Pavla Sitar in Draga Lapornik iz DP Ljubljanske pokrajine, Tatjana Majcen Ljubič iz DP Podravja ter Jože Flere iz DP jugozahodne Štajerske. Vsi so bili nagrajeni za vrhunski mednarodni športni dosežek.

TRETI KROG ATLETSKE LIGE

10. junij

DP Podravja je na mestnem stadionu na Ptuj pripravo tretji krog atletske lige ZPS Omega MM. Tekmovanje je potekalo v odličnih pogojih. Sodelovalo je 36 tekmovalcev iz petih pokrajinskih društev, ki so nastopili v šestih ekipah. Številne discipline so potekale s pomočjo sodnikov Atletskega kluba Ptuj in prostovoljcev. To kolo je osvojila ekipa DP Koroške (4.140,98 točke), ljubljansko društvo ostaja na 5. mestu z 2.178,71 točkami.

OBISKALI SMO OŠ KOMENDA - MOSTE

10. junij

Projekt Različnost je zakon smo predstavili učencem tretjega razreda na podružnični šoli Moste.

MATEJ BRAJKOVIČ SVETOVNI PRVAK V HEYBALLU

11. junij

Na svetovnem prvenstvu v Avstraliji je Matej Brajkovič po



zmagi v finalu proti Švedu Henrik Larssonu (z rezultatom 5:2) postal novi svetovni prvak v igri heyball (moderna oblika bilijarda). Slovenski uspeh je z bronasto kolajno potrdil David Slaček. S 5. mestom se je izkazal Blaž Rus, 10. je bil Cvetko Vegan.

ZAKLJUČNI KROG RIBIŠKE LIGE

12. junij

DP Koroške je izvedlo 4. kolo lige v športnem ribolovu s plovcem. Tekmovanje je potekalo ob ribniku Radvanje, ki ga upravlja Ribiška družina Maribor. Dogodek je potekal v športnem in prijateljskem duhu, udeleženci iz društev celotne Slovenije pa so pokazali veliko spretnosti, vztrajnosti in športnega znanja. Koroško društvo je poskrbelo za odlično organizacijo in prijetno vzdušje ob vodi. Prvo mesto je osvojil Rudi Centrih (DP jugozahodne Štajerske) – 3 točke, skupna teža ulova: 63.442 g. V ekipni konkurenci je bilo prvo DP jugozahodne Štajerske: 22 točk, skupna teža ulova: 172.517 g, DP ljubljanske pokrajine: 54 točk, skupna teža ulova: 46.585 g pa je zasedlo predzadnje mesto.

DAN ZA NARAVO, SPOMINE IN TOVARIŠTVO

13. junij

Izlet s priklopniki do Koseškega bajerja, živalskega vrta in po poti spominov in tovarištva.

LARA UBRANILA NASLOV DRŽAVNE PRVAKINJE

15. junij

Na OŠ Rače je potekalo državno prvenstvo v sklopu 10 plesov. Odlično so nastopile tudi tri naše članice – Brina Rogelj,

Neža Žaže in Lara Nedeljkovič. Brina Rogelj je nastopila v treh kategorijah. V Single women freestyle class 2 in Junior single women class 2 je osvojila 2. mesto, v kategoriji Single women class 2 pa 3. mesto. Neža Žaže je prav tako plesala v istih treh kategorijah. V Single women freestyle class 2 in Junior single women class 2 je osvojila 3. mesto, v kategoriji Single women class 2 pa se je uvrstila tik pod stopničke, na 4. mesto. Lara Nedeljkovič je v kategoriji Single women class 2 suvereno ubranila naslov državne prvakinja in v vseh plesih osvojila 1. mesto. V kategoriji Single women class 2 so tako nastopile vse tri naše plesalke.

4. KROG IN ZAKLJUČEK ATLETSKE LIGE

17. junij

Na stadionu Kladivar v Celju je potekalo zaključno kolo letošnje jubilejne 30. sezone Lige ZPS Omega MM v atletiki, ki jo je organiziralo DP jugozahodne Štajerske. Tekmovanje, ki je potekalo v dobrih razmerah in pod budnim očesom sodnikov Atletskega kluba Kladivar ter številnih prostovoljcev, se je zaključilo s podelitvijo pokalov najboljšim.

Ligo je osvojila ekipa DP jugozahodne Štajerske 2 – 17.468,71 točk, peto mesto pa je pripadalo naši ekipi DP ljubljanske pokrajine – 10.629,25 točk. Omenimo naj še, da je Rok Bratovž iz našega društva v metu kija dosegel prvo mesto z 19,48 m in 537,82 točk.



DVA OBISKA OŠ V ENEM TEDNU**17. in 19. junij**

S projektom Različnost je zakon smo dvakrat obiskali OŠ Zbora odposlancev Kočevje.

V SPOMIN NEŽI MAURER**19. junij**

Recitatorska skupina našega društva Ona & One je v sodelovanju z Društvom Norma 7 pripravila lep recital v spomin veliki pesnici Neži Maurer.

PONOVO V OŠ LOGATEC**20. junij**

Zadnji obisk v tem šolske letu je tokrat pripadal OŠ 8 talcev Logatec.

SLOVENIJA, OD KOD LEPOTE TVOJE**22. julij**

Članice recitatorske skupine Ona & one našega društva so v MGC Bistrica v Domžalah nastopile z literarno-glasbenim recitalom, ki so ga poimenovala Slovenija, od kod lepote tvoje.

KOPALNI KOMBI V PACUG**29. julij**

Dan ob bazenu v Pacugu – sprostitev, druženje in morski zrak. Člani našega društva imajo tudi letos možnost, da v poletnih mesecih enkrat tedensko obišejo Pacug, kjer jih čaka prijetno okolje ob bazenu, sproščeno vzdušje in

družba prijateljev. Vsak teden organiziramo enodnevni izlet, s prevozom iz Ljubljane v jutranjih urah in povratkom v večernem času. Namen teh izletov ni zgolj kopanje, temveč tudi krepitev medosebnih vezi, sprostitev v naravi in preživljanje kakovostnega časa izven vsakodnevnega okolja. Poleg kopanja je na voljo tudi kosilo, ki si ga lahko udeleženci po želji privoščijo v restavraciji doma. Celoten objekt v Pacugu je prilagojen za gibalno ovirane, zato se lahko vsak počuti varno in udobno.

NAŠE RECITATORKE OBISKALE DSO BEŽIGRAD**30. julij**

Članice društva so pripravile literarne utrinke za prebivalce DSO občanov Bežigrad.

SLOVENIJA V VERZIH, MELODIJAH IN NASMEHIH**6. avgust**

Recitatorska skupina Ona & one se je v DSO Logatec poklonila Avseniku, slovenski poeziji in stanovalcem.

LITERARNI UTRINKI V DSO FUŽINE**12. avgust**

Članice literarne skupine ONA & ONE polepšale dan oskrbovancem DSO Fužine.

SPREJEM NOVIH ČLANOV**18. avgust**

V društvenih prostorih smo tokrat pripravili sprejem le za eno novo članico.



AVSENIK V DSO GROSUPLJE**20. avgust**

Recitatorke skupine ONA & ONE razveselile stanovalce DSO Grosuplje.

MATEJ BRAJKOVIČ OSVOJIL NASLOV PRVAKA**25. avgust**

Naš biljardist Matej Brajkovič je v Mezz Wheelchair Polish Open-a, ki je potekal v Krakovu, osvojil naslov prvaka! V napetem finalu je bil s 7:5 boljši od Freda Dinsmora. Tretje mesto sta si razdelila Harald Fink in Kim Ronny Nygard.

LITERARNO-GLASBENO DOPOLDNE V DSO KAMNIK**26. avgust**

Kratko, a prisrčno dopoldne je stanovalcem in obiskovalcem omogočilo uživanje v glasbi, literaturi in druženju, ki združuje različne generacije.

TABOR S TUJIMI PROSTOVOLJCI**26. do 30. avgust**

22. mednarodni prostovoljni tabor v Semiču združil kulturo, prijateljstvo in izmenjavo izkušenj.

NEPOZABEN IZLET NA AVSTRIJSKO KOROŠKO**27. avgust**

Člani našega društva so se s svojci odpravili na tradicionalni izlet, tokrat v čudoviti Celovec.

SREČANJE S SCIALNIM POVERJENIKOM**29. avgust**

Že tradicionalno je socialni poverjenik Roman Jesenšek v gostilni Pri Kranjcu na Vrhniki organiziral srečanje za »svoje« člane.

ŽIVA LAVRINC SREBRNA NA ČEŠKEM**31. avgust**

V češkem kraju Nove mesto nad Metuji so paralokostrelci zaključili tekmovanje v 2. krogu Evropskega pokala. Slovenski dvojec Živa Lavrinc in Dejan Fabčič je v mešanih dvojicah najprej izgubil polfinalno srečanje s Poljsko, zatem pa v malem finalu premagal Slovaško (6:2) in osvojil bronasto medaljo.

50 KILOMETROV DOŽIVETIJ**31. avgust**

Peščica članov našega društva se je podala na nepozaben izlet z električnimi priklopniki.

MED PARASTRELCE V NOVEM SADU**1. september**

V Novem Sadu so parastrelci zaključili tekmovanje na mednarodnem strelskem tekmovanju World Shooting Para Sport Grand Prix. Tekmovanje je začel Anton Bavec iz našega društva, ki je v disciplini P1 – zračna pištola 10 metrov med 31 tekmovalci osvojil 14. mesto.

Drugi dan so nastopili tekmovalci v streljanju z zračno puško. V disciplini R4 zračna puška stoje SH2 sta tekmovala Aleš Vrhovc iz našega društva in Siniša Jeremič iz DP Istre



in Krasa. Aleš je odlično nastopil v kvalifikacijah in se kot sedmi prvič uvrstil v finale. Osvojil je izjemno 6. mesto. Ob koncu je na mednarodni tekmi WSPS Grand Prix potekalo tekmovanje v disciplini P4, malokalibrska pištola na 50 metrov. V tej disciplini se je Anton Bavec uvrstil na 12. mesto. Prve tri serije so ga uvrščale med finaliste, v drugem delu pa je nekaj tekmovalcev močno dvignilo svoje rezultate tako, da je bilo za finale žal premalo.

DRUŠTVO NA FESTIVALU LUPA

3. september

Tudi letos smo sodelovali na tradicionalnem festivalu nevladnih organizacij LUPA, ki je potekal v središču Ljubljane.

INFO TOČKA NA URI SOČA

4. september

Predstavniki društva so sodelovali na Info točki v URI Soča.

NA 3. LJUBLJANSKEM FESTIVALU ŠPORTA

3. do 5. september

Naše društvo se je tudi letos z veseljem pridružilo 3. Ljubljanskemu festivalu športa, ki je potekal v parku Tivoli.

NA HROVATINOVEM MEMORIALU TUDI NAŠI ATLETI

6. september

V Murski Soboti je potekal 56. memorial prof. Bojana Hrovatina, ki je štel tudi kot 35. državno prvenstvo in 11. mednarodno tekmovanje v atletiki športnikov invalidov – paraplegikov in tetraplegikov. Sodelovali so tudi atleti iz Hrvaške, Srbije, Bosne in Hercegovine ter Črne gore.

Organizator tekmovanja z bogato tradicijo je bila ZPS, soorganizatorja memoriala pa DP Prekmurja in Prlekije ter Zveza ŠIS – SPK.

Športnice in športniki so se pomerili v troboju metov (disk, krogla, kopje/kij). V kategoriji F51 je bil najboljši Duško Supič, v združeni kategoriji F52 in F53 Henrik Plank, v kategoriji F54 Janez Hudej, v združeni F55, F56 in F57 pa Nejc Stakne, ki je v metu diska postavil nov absolutni državni rekord – disk je zalučal 29.6 metra daleč. V ženski konkurenci so bile najboljše: naša Petra Mežnar (F51), Marta Janežič v skupini F52 in F53, Danijela Crnoglavac v F54, Jelena Vuković v F55. V konkurenci veteranov je zmagal Radosav Matič. V troboju voženj (100m, 200m, 400m – v moški konkurenci formul) je slavil Gašper Glušič, v moški konkurenci z vozički je bil najboljši Andrej Gorza, v ženski pa Tamara Mohorič. Na 800 m v spomin na Henrika Ūbeleisa je bil najhitrejši Gašper Glušič. V memorialni disciplini 100 m s standardnimi vozički je zmagal naš atlet Gregor Gračner, v ženski konkurenci je bila najboljša Tamara Tarman. Ob tem še povejmo, da je v meddržavnem četverboju slavila Slovenija (6968,87 točke).

USPEŠEN NASTOP NAŠE PARAPLESALKE NA SARDINIJ

6. do 7. september

V Oristanu na Sardiniji je potekal svetovni pokal v paraplesu, na katerem so nastopili številni plesalci in plesalke iz različnih držav. Slovenijo je na tekmovanju zastopala naša paraplesalka Lara Nedeljković, ki je nastopila v kategoriji Single women class 2, kjer je nastopilo kar 22 tekmovalk. Lara se je s svojim nastopom uvrstila v finale ter zasedla odlično četrto mesto.



NA MITINGU V ZAGREBU TUDI ROK BRATOVŽ

8. september

V Zagrebu je potekal Mednarodni paraatletski miting Zagreb Open 2025. Tekmovala sta tudi dva slovenska atleta: Rok Bratovž iz DP ljubljanske pokrajine in Nejc Stakne iz DP jugozahodne Štajerske. Spremljal ju je trener Janez Hudej. Nejc Stakne je disk zalučal 28,5 metra in osvojil četrto mesto. Rok Bratovž je v metu kija z 19,15 metra prav tako osvojil četrto mesto. To je bila zadnja tekma pred svetovnim prvenstvom, ki bo konec meseca septembra v Indiji.

JESENSKO SREČANJE TOKRAT V OBČINI DOMŽALE

13. september

Ob sončnem vremenu, bogatem kulturnem programu in dobri hrani so se člani Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine zbrali v Radomljah na tradicionalnem jesenskem srečanju.

NA OŠ TRBOVLJE

17. september

Društvena ekipa projekta Različnost je zakon je obiskala OŠ Trbovlje.

SAŠO RINK PODPRVAK

20. september

V Kranju je potekalo 3. državno prvenstvo v tenisu na invalidskih vozičkih pod pokroviteljstvom ZŠIS-SPK in v soorganizaciji DP Gorenjske. Prvenstva se je udeležilo 8 tekmovalcev: 5 tekmovalcev iz DP Gorenjske in 1 iz DP ljubljanske pokrajine ter dva hodeča člana drugih društev.

V kategoriji T1 in T2 je nastopilo 5 tekmovalcev in ena tekmovalka, v kategoriji T3 pa dva hodeča tekmovalca. Igralo se je po sistemu dveh skupin, kjer je vsak igral z vsakim, nato pa so še potekale tekme za prvo, tretje in peto mesto glede na uvrstitev v predtekmovalni skupini.

Med nastopajočimi tekmovalci skupine T1 in T2 (na invalidskih vozičkih) je prvo mesto osvojil Zdravko Eržen (DPG), drugo naš tenisač Sašo Rink (DPLJ).

TEDEN MOBILNOSTI Z OVIRANTLONOM

22. september

V sodelovanju z MOL smo tudi letos na Kongresnem trgu osveščali mimoidoče.

DRUŠTVENI PREIZKUS ŠPORTOV NA MALENŠKOVI

23. september

Člani so se lahko na ta dan preizkusili v različnih športnih disciplinah.

POGOVORNA SKUPINA POGUM

25. septembra

Na delavnici NISI SAM, ki jo sofinancira AVP, smo skupaj s psihologinjo dr. Vesno Radonjič Miholič razmišljali o pomenu poguma, premagovanju strahov in iskanju notranje moči.

NA OŠ ŠKOFLJICA

26. september

Člani projekta Različnost je zakon so tokrat obiskali učence OŠ Škofljica.



NA EVROPSKEM PRVENSTVU TUDI DVA NAŠA PARASTRELCA 30. september do 8. oktober

V Osijeku je potekalo evropsko prvenstvo v parastrelstvu, kjer je nastopila tudi slovenska reprezentanca. Strelci so se pomerili v disciplinah zračna puška in pištola na 10 metrov in malokalibrska puška ter pištola na 50 metrov. Nastopili so slovenski štirje strelci – Jožef Franc v kategoriji zračna puška SH1 (R1), Aleš Vrhovc in Siniša Jeremič v kategoriji SH2 (R4) ter Anton Bavec v kategoriji zračna pištola P1 in malokalibrska pištola na 50 metrov P4. Aleš Vrhovc je zelo dobre uvrstitve dopolnil z 12. mestom, Anton Bavec (oba iz našega društva) je v izjemno mrzlem in vetrovnem vremenu z malokalibrsko pištolo osvojil končno 28. mesto. V disciplini P1 je Bavec osvojil odlično 9. mesto. Do finala mu je žal zmanjkal le 1 krog, je pa s tem izboljšal svoj najboljši rezultat na evropskem prvenstvu (12. mesto EP Hamar, 2022).

PRIREDITEV OB ZAKLJUČKU VSESLOVENSKE AKCIJE 2. oktober

V Kinu Šiška je potekala svečana prireditev ob zaključku projekta Vseslovenska akcija ozaveščanja o socialnem vključevanju invalidov, ki ga je vodil Nacionalni svet invalidskih organizacij Slovenije (NSIOS). Slavnostni dogodek sta s svojo prisotnostjo počastila predsednik vlade dr. Robert Golob in minister za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti Luka Mesec. Posebno ponosni smo, da je na prireditvi nastopil pevski zbor Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine Maček v žaklju, ki deluje že približno dve leti pod umetniškim vodstvom zborovodje Primoža

Leskovca. Njihov nastop je bil topla in iskrena glasbena popestritev večera, ki je požela velik aplavz občinstva.

NA OŠ MEDVODE 7. oktober

Po daljšem času smo osveščali ponovno na OŠ Medvode.

ZMAGOVALNI POKAL MATEJU BRAJKOVIČU 12. oktober

V Bratislavi je potekal vsakoletni, zdaj že deseti memorial Ladislava Šrameka v biljardu. Tokrat so nastopili igralci iz Slovaške, Avstrije, Poljske in Slovenije, skupaj 10 tekmovalcev. Slovenijo je zastopal naš najboljši igralec Matej Brajkovič, ki je osvojil zmagovalni pokal.

ODLIČNI NA DRŽAVNEM PRVENSTVU 18. oktober

ZŠIS – SPK in Športno društvo SU Novo mesto sta že osmo leto zapored v Športnem centru Livada izvedla državno prvenstvo v paranamiznem tenisu. Glede na stopnjo invalidnosti se je v različnih kategorijah pomerilo približno 100 športnic in športnikov invalidov, med njimi so nastopili tudi naši igralci. Tekmovalke in tekmovalce, njihove trenerje, spremljevalce in navijače sta na slovesni otvoritvi tekmovalnega nagovorila Žiga Kobaševič, strokovni sodelavec Zveze ŠIS – SPK in Uroš Slatinšek v imenu Športnega centra Livada.

V moški konkurenci NT1-NT2 je naš igralec Ljubiša Gajič osvojil 1. mesto. V moški konkurenci NT3 je Bojan Lukežič osvojil 1., Peter Jereb pa 3. mesto (oba člana našega društva).



V številni konkurenci OPEN je Primož Kancler (DP Podravja) osvojil 2. mesto, Bojan Lukežič, Ljubiša Gajič in Peter Jereb (vsi člani našega društva) so prišli do osmine finala.

SREČANJE ČLANOV S SOCIALNO POVERJENICO

20. oktober

Srečanje s socialno poverjenico Petro Mežnar je prineslo sproščen klepet in izmenjavo izkušenj.

LIKOVNA KOLONIJA BELOKRANJSKA JESEN

20. do 25. oktober

V domu paraplegikov v Semiču je v organizaciji ZPS in v sklopu občinskega praznika Občine Semič potekala tradicionalna jesenska likovna kolonija Belokranjska jesen 2025. Slikarji likovne sekcije ZPS so se pod mentorskim vodstvom Rassa Causeviga in Ljudmile Turk izpopolnjevali v različnih tehnikah slikanja: v akrilu in olju na platno, akvarelu, risbi z ogljem in svinčnikom. Na likovni koloniji v Semiču je sodeloval tudi naš slikar Željko Vertelj.

NA OŠ VENCLJA PERKA

21. oktober

Rok Bratovž je obiskal svojo osnovno šolo Venclja Perka v Domžalah.

XVIII. LITERARNI MARATON RDEČA JABOLKA 2025

21. oktober

Naša recitatorska skupina Ona & one je gostovala na XVIII. Literarnem maratonu Rdeča jabolka.

DNEVI KAKOVOSTI V ZD CENTER LJUBLJANA

21. oktober

Predstavnice našega društva so se odzvale vabilu ter se udeležile Dneva kakovosti v zdravstvenem domu Center Ljubljana.

SPREJEM NOVIH ČLANOV

23. oktober

Na društvo smo povabili nove člane, da se spoznamo.

SREČANJE S SOCIALNIMI POVERJENIKI

24. oktober

Srečanje članov in njihovih socialnih poverjenikov je bilo tokrat v Ivančni Gorici.

USPEŠEN NASTOP SLOVENSКИH PARAPLESALCEV V ANGLIJI

25. do 26. oktober

V Angliji je potekalo mednarodno tekmovanje v paraplesu, na katerem sta Slovenijo zastopali tudi naši članici Brina Rogelj in Lara Nedeljkovič. Brina je prvi dan tekmovanja nastopila v kategoriji Women's Single Freestyle Class 2 in med 20 plesalkami dosegla odlično 5. mesto. S tem rezultatov je pridobila kategorizacijo državnega razreda. Drugi dan je tekmovala še v kategoriji Open Junior Single Class 1 + 2, kjer je med petimi tekmovalkami osvojila 3. mesto. Ta dan sta Brina in Lara nastopili še v kategoriji Women's Single Class 2. V konkurenci 19 plesalk je Brina zasedla 6. mesto, Lara pa 4. Lara je s tem rezultatom podaljšala kategorizacijo državnega razreda.



TRADICIONALNO DRUŽENJE POD KISOVSKO SKAKALNICO**27. oktober**

Tudi letos je socialni poverjenik Marjan Zupanec povabil člane iz zasavskih občin na prijetno srečanje.

POTOPISNO PREDAVANJE O JEMNU IN OMANU**4. november**

V prostorih društva smo se zbrali na potopisnem predavanju našega člana Ludvika Cencija. Tokrat nas je s pomočjo fotografij in zgodb popeljal po svojem potovanju po Jemnu in Omanu. Ludvik je z nami delil doživetja s svojega potovanja po teh dveh državah Arabskega polotoka, ki sta znani po bogati zgodovini, osupljivi arhitekturi in prijaznih domačinih. V Jemnu je občudoval starodavna mesta, zgrajena iz surove opeke in tradicionalne tržnice, polne barv, vonjav in živahnega dogajanja. Oman pa ga je navdušil s svojo kombinacijo sodobnosti in tradicije, s čudovitimi puščavskimi pokrajinami, modernimi mesti ter gostoljubnostjo tamkajšnjih ljudi.

SESTANEK SOCIALNIH POVERJENIKOV**6. november**

Socialni poverjeniki društva so se zbrali na rednem srečanju, kjer so pregledali delo v preteklem obdobju ter se poglobili v strokovni temi komunikacija in odnosi. Gostja srečanja, psihologinja Vesna Radonjič Mihelič, je s svojim predavanjem spodbudila razpravo o izzivih pri delu z ljudmi, poverjeniki pa so poudarili, da jim tovrstna srečanja prinašajo dragoceno podporo, izmenjavo izkušenj in nova znanja, ki so potrebna za kakovostno delo s člani.

OGLED PREDSTAVE ANALOGNO**6. november**

Tadej Toš je s predstavo v Siti Teatru navdušil občinstvo s humorjem in iskrenostjo.

OPERA DEVICA ORLEANSKA**10. november**

Člani našega društva s spremljevalci so doživeli nepozaben kulturni večer.

POGOVORNA SKUPINA – ČUSTVA, KOMUNIKACIJA**13. november**

Na delavnici NISI SAM, ki jo sofinancira AVP, smo se tokrat pogovarjali s psihologinjo dr. Vesno Radonjič Miholič o čustvih, komunikaciji ter naših reakcijah v izbranih situacijah.

NA OŠ RODICA**13. november**

Nekaj let je minilo, odkar smo nazadnje obiskali OŠ Rodica.

NA OŠ DANILE KUMAR**14. november in 18. november**

Tokrat smo obiskali OŠ Danile Kumar in se predstavili osmim razredom.

SLIKARSKA DELAVNICA NA URI SOČA**20. november**

URI SOČA ponovno združila para- in tetraplegike.



NA OŠ SODRAŽICA

21. november

Na povabilo ravnateljice gospe Majde Kovačič Cimperman smo se tokrat odpravili na južni del ozemlja, ki ga pokriva naše društvo, v Sodražico.

V LJUBLJANO PRIVABILO 31 STRELCEV

22. november

Naše društvo je organiziralo prvo kolo strelske lige, ki je pokazalo odlično formo domačih tekmovalcev in vse večje zanimanje za strelski šport.

PRVI KROG LIGE V KOŠARKI NA VOZIČKIH

23. november

Naše društvo je v Športni dvorani Kamnik organiziralo prvo kolo nove sezone lige ZPS Bauerfeind v košarki na vozičkih.

SREČANJE S POVERJENIKOM

26. november

V gostilni Livada je potekalo srečanje s poverjenikom Ljubišo Gajičem, ki se ga je udeležilo 14 članov.

IZDELOVANJE ADVENTNIH VENČKOV

26. november

Ženska populacija se je zbrala v društvenih prostorih, kjer je potekala ustvarjalna delavnica izdelovanja adventnih venčkov. Srečanje je vodila Elizabeta Kos, ki je udeleženkam predstavila postopke izdelave in različne možnosti

okraševanja venčkov ter poskrbela za potrebni material. Udeleženke so venčke izdelovale po svojih zamislih – nekatere so izbrale klasičen okrogel venček za na mizo, druge so se odločile za venček za na vrata. Pri delu so uporabljale tako osnovne pripomočke, škarje, žico, svečke, pištolo za vroče lepilo, kot tudi naravne materiale, med katerimi so izstopali mah, vejice, storži in zeleni okrasni listi. Dodale so tudi bleščeče dodatke, ki so poskrbeli za praznični videz. Nastali venčki so bili raznoliki in izvirni, zato so jih udeleženke ponosno odnesle domov, da si z njimi polepšajo svoje domove v adventnem času.

DELAVNICA ZA KREPITEV SPOMINA

27. november

Na našem društvu smo izvedli niz vaj za spodbujanje mentalne prožnosti in ohranjanje kognitivnih sposobnosti.

PREDAVANJE O AVTONOMNI DISREFLEKSII

2. december

Društvo je v svojih prostorih organiziralo strokovno predavanje o avtonomni disrefleksiji (AD). Dogodek je pritegnil številne člane, saj gre za pomembno in potencialno življenjsko ogrožajoče stanje, ki ga morajo dobro poznati vsi z okvaro hrbtenjače. Predavanje je vodila dr. Klara Birk z URI Soča, priznana strokovnjakinja s področja rehabilitacijske medicine.



»MAČEK V ŽAKLJU« NAVDUŠIL NA SPREJEMU

3. december

Predsednica Državnega zbora mag. Urška Klakočar Zupančič je ob mednarodnem dnevu invalidov sprejela predstavnike invalidskih organizacij in NSIOS. Ti so ocenili, da je položaj invalidov v Sloveniji sicer dober, vendar opozarjajo, da se številni dobri predpisi v praksi ne izvajajo dovolj učinkovito – med drugim so izpostavili še vedno neurejeno dostopnost številnih javnih objektov kljub zakonskim rokom. Predsednica je poudarila potrebo po pripravi zakonodaje, ki izhaja iz prakse, ter opozorila na težave, ki jih povzroča pretirana normativnost.

Po sprejemu je sledila otvoritev potujoče fotografske razstave Primoža Lavreta Nič drugačno življenje. V nagovorih sta predsednica Državnega zbora RS in predsednik NSIOS Midhet Huskič izpostavila pomen vključevanja oseb z različnimi oviranostmi, poudarila vrednote dialoga ter izrazila zahvalo avtorju razstave z upanjem, da bo sporočilo čim bolj odmevno. Na dogodku je nastopil tudi pevski zbor našega društva Maček v žaklju in navdušil prisotne.

NINO BATAGELJ V PODKASTU

3. december

V podkastu (P)osebno dostopno svojo zgodbo in pogled na življenje s tetraplegijo predstavil naš član Nino Batagelj.

STUDIO OB SEDEMNAJSTIH

3. december

Na mednarodni dan invalidov je v oddaji Studio ob 17.00 potekala poglobljena razprava o dostopnosti objektov v javni rabi za invalide.

NA OGLEDU PREDSTAVE LA LA LAJF

10. december

Člani društva s spremljevalci so si v Siti Teatru BTC ogledali glasbeno-komični šov La la lajf, ki je popolnoma navdušil. Predstava La La Lajf je novi šov tandema Perica Jerković & Robert Petan, ki sta nas nedolgo nazaj navduševala s komedijo Zbogom korona, mi gremo na dopust. Skozi skeče, songe in stand-up komedijo sta na odru pričarala vse, kar življenje prinese. Vrtčevsko rajanje, mladostniško popivanje v parku, poročno slavlje, poletna žurka na plaži, novoletna sindikalna zabava ali sedmina. Življenje je žur :) fajn se boš imel le, če ga ne dojemaš preresno.

Večer je minil v izjemno prijetnem vzdušju, polnem smeha in vrhunskih igralskih nastopov.

DEDEK MRAZ RAZVESELIL OTROKE

10. december

Čeprav v zraku še ni bilo pravega zimskega mraza niti prazničnih vonjav, je Dedek Mraz že potrkal na vrata in razveselil otroke zaposlenih nevladnih organizacijah. V sredo smo se ob 17. uri zbrali v centru kulture Španski borci, kjer je potekalo prijetno in nasmehov polno decembrsko srečanje. Na dogodek smo prijavili tudi sedem malčkov naših članov.



Začelo se je z igrivo predstavo O vrabčku, mišku in palačinki, ki je najmlajše popeljala v svet prijateljstva, sodelovanja in zabavnih zapletov. Dogodivščine maslene palačinke, vrabčka in miške so v dvorani poskrbele za smeh, navdušenje in iskrive poglede otrok. Po predstavi je otroke in otroke po srcu nagovoril Dedek Mraz in skupaj so zapeli staro dobro pesem Siva kučma. Seveda pa tudi letos dobri mož ni pozabil na vse pridne otroke. S seboj je prinesel zvrhan koš daril, tako da so prav vsi otroci domov odšli s polnimi rokami. Dogodek je minil v sproščenem in veselem vzdušju ter znova pokazal, kako malo je potrebno, da so otroci srečni.

SPREJEM PRI ŽUPANJI DOMŽAL

10. december

V prostorih Občine Domžale sta se predsednica Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine, Mirjam Kanalec, in članica društva Cvetka Štirn udeležili sedaj že tradicionalnega sprejema pri županji Občine Domžale. Namen srečanja je bil pogovor o sodelovanju med društvom in občino, predstavitev dejavnosti društva ter spodbujanje vključevanja oseb z gibalnimi ovirami. Županji se zahvaljujemo za odprtost in pripravljenost na nadaljnje sodelovanje.

INVALIDSKA LIGA MESTA LJUBLJANE

11. december

Naše ekipe so se tudi letos odlično izkazale na Invalidski ligi Mesta Ljubljana, kjer so strelci Društva paraplegikov

ljubljske pokrajine suvereno osvojili prvo mesto, posamično pa je blestel Emil Močnik. Kegljanje je potekalo v prijateljskem tekmovalnem duhu, naš najboljši kegljač Džemal Alagič pa je zasedel odlično 4. mesto. Zaključna prireditev je združila vse udeležence v prijetnem druženju.

3. MEMORIAL ZLATKA BERNŠKA

13. december

V soboto je v Jakličevem domu v Ponikvah potekal 3. memorial Zlatka Bernška, posvečen spominu na vsestranskega športnika in izjemnega človeka. Dogodek je potekal tudi v luči mednarodnega dneva invalidov in občinskega praznika.

SPREJEM NOVIH ČLANOV

15. december

Organizirali še zadnji sprejem novih članov v letošnjem letu. Vabilu se je odzvalo pet novih članov, ki so se ob tej priložnosti tudi osebno predstavili. Predsednica društva je predstavila delovanje društva, njegove dejavnosti in programe ter podala številne koristne informacije. Poudarila je, da je cilj društva spodbujati člane k vključevanju v tiste dejavnosti, ki jim najbolj ustrezajo in prispevajo k njihovi kakovosti življenja. V pogovor sta se vključila tudi socialna poverjenika Slavko Krajnc in Roman Jesenšek, ki sta ponudila pomoč članom, če bo kdaj potrebno.





Jože Globokar

USPEŠEN POGLED NAZAJ IN Z OPTIMIZMOM NAPREJ

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je prvi redni Zbor članov pripravilo 15. maja 2025 v prostorih gostilne Portal v Ljubljani.

Po pozdravnem nagovoru predsednice društva Mirjam Kanalec in začetnih formalnostih sta nam predstavnika RTS Medical, Robert in Slobodan, predstavila različne modele invalidskih vozičkov Progeo in njihovega električnega priklopa SPEED 3X.

Zbor članov društva je vodila predsednica Mirjam Kanalec in se na začetku z minuto molka spomnila vseh članov, ki so nas v tem obdobju zapustili. Revidirano letno poročilo je predhodno obravnaval Nadzorni in Upravni odbor na svojih sejah, na zboru pa je članica Nadzornega odbora Katarina Miličević potrdila, da je celotna dokumentacija na društvu dosledno vodena, skladno s standardi SRS 33 in Zakonom o društvih. Obsežno revidirano Letno poročilo za leto 2024, s številnimi fotografijami, grafi in tabelami, sta predstavili Petra

Testen in Mirjam Kanalec. Poročilo podrobno predstavlja kompleksno dejavnost društva v letu 2024 in skrbno poslovanje, saj je poslovno leto bilo zaključeno s presežkom prihodkov nad odhodki v višini 3.235,07 eur. Finančni del programa je obrazložila predstavnica računovodskega servisa Bojana Cerar Žilič. Sledila je krajša razprava ter sprejem in potrditev vseh poročil.



V nadaljevanju so se udeleženci zbora seznanili z obsežnim in smelo

zastavljenim programom dela za leti 2025 in 2026 in določili višino članarine za leto 2025, ki znaša 20 €.

Zbora članov sta se udeležila tudi predstavnika naše krovne organizacije Zveze paraplegikov Slovenije – predsednik Dane Kastelic in strokovna delavka Brigita Erjavec Škrbina. Dane Kastelic je predstavil razgibano delo na Zvezi, finančno konstrukcijo, navedel različno dejavnost Zveze in nekatere statistične podatke, Erjavčeva pa vseh šest socialnih programov, ki jih izvaja Zveza, z obnovitveno rehabilitacijo.

Po uradnem delu je sledilo prijetno druženje, ko so si člani v sproščenem vzdušju izmenjavali mnenja, se pogovarjali in še dodatno utrdili vezi. Z optimizmom zremo v prihodnost in se veselimo skupnih izzivov, ki jih bomo premagovali z enako zavzetostjo kot do sedaj.



Mirjam Kanalec

IZZIVI NA PODROČJU ZAPOSLOVANJA

Tako kot številne organizacije in podjetja se tudi naše društvo sooča z izzivi na področju kadrov – primanjkuje ustreznega strokovnega kadra, potrebe pa so vse večje.

Zaposleni so srce vsake organizacije. S svojim znanjem, delovno vnemo in zavzetostjo prispevajo k doseganju ciljev, ustvarjanju pozitivnega delovnega okolja ter zagotavljanju kakovosti storitev in programov. Njihova motivacija, timsko delo in strokovnost so ključni dejavniki uspeha, zato je skrb za zaposlene in njihovo dobro počutje ena izmed glavnih nalog vsakega vodstva.

Tudi v prihodnjem letu bomo sodelovanje v okviru programa javnih del nadaljevali z Gorazdom Zajcem, Niko Košir in Tijano Roganovič Božinovič. Njihova energija, pripravljenost na učenje in predanost skupnosti so pomemben del naše prihodnosti. Z nami bo še Matjaž Arah v okviru opravljanja družbenokoristnega dela.

Ustrezne strokovne vodje osebne asistence po enem letu iskanja sicer še nismo našli (in jo še naprej aktivno

**Tijana
Roganovič
Božinovič**



iščemo), a se je v tem času na društvu zgodila pomembna kadrovska sprememba. Ko nas boste naslednjič poklicali ali se oglasili osebno pri nas, vas bo pozdravila Brigita, ki je prevzela Petrino delo. Od nje se bomo stežka poslovili, saj je v kolektivu pustila velik pečat, hkrati pa ji iz srca želimo vse dobro na novi poklicni poti. V prihodnje načrtujemo tudi okrepitev ekipe z dodatnimi sodelavci – a naj bo to predmet zapisov v naslednji številki Izziva.

Prihajam iz Ljubljane. Sem zgovorna, komunikativna in pozitivno naravnana oseba. Zelo rada preživljam čas v naravi in v družbi živali. Veselje mi prinaša delo z ljudmi. Na društvu sodelujem pri organizaciji in izvedbi različnih aktivnosti. Poleg tega pišem prispevke za spletno stran društva in se z veseljem družim s člani.

Delo v Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine mi je v veliko veselje, saj so me člani lepo sprejeli. Všeč mi je sodelovanje med zaposlenimi in dobra energija, ki jo vsakodnevno ustvarjamo. Kadar se mi kaj zatakne, mi vedno priskočita na pomoč Petra in Mirjam, po potrebi pa tudi naša fanta Andrej in Milanko. Rada imam svoje sodelavce – pogosto se pohecamo in si tako polepšamo dan v službi. Petri in Mirjam sem zelo hvaležna za njuno mentorstvo in vedno lep in spoštljiv odnos.

Društvu želim še veliko uspešnih let delovanja.



Brigita Papler Mali

Z velikim veseljem sem se pridružila Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine. Sem poročena in mama dveh otrok, osnovnošolca in najstnice, kar me je skozi življenje naučilo potrpežljivosti, prilagodljivosti in topline – vrednot, ki jih prinašam tudi v svoje delo. Za mano je več kot 20 let dela v zdravstveni organizaciji, kjer sem si pridobila bogate izkušnje na področju dela z ljudmi, razumevanja njihovih stisk ter spremljanja življenjskih sprememb. Po vseh letih sem začutila, da si želim svoje znanje usmeriti še bolj osebno, bolj neposredno v okolje, kjer lahko svoj vpliv čutim vsak dan. Poleg redne zaposlitve vodim tudi svoj popoldanski s. p., kjer se posvečam psihosocialnemu svetovanju, podpori posameznikom in krepitvi njihove notranje moči. Poleg vsega naštetega svoje poslanstvo nadaljujem študij na 2. stopnji, vendar me do konca magistrske naloge čaka še kar nekaj izpitov in izzivov.

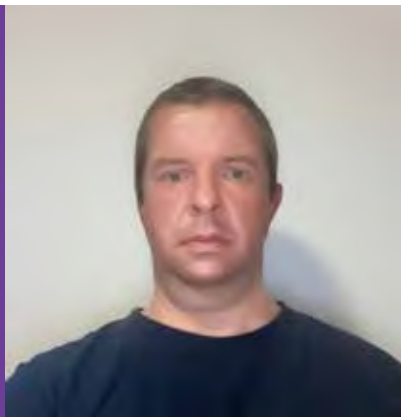
Vesela sem, da vas lahko nagovorim kot nova sodelavka v društvu. Zame je to veliko več kot zgolj karierna sprememba, je priložnost, da svoje znanje, izkušnje in srce usmerim tja, kjer lahko največ dam in največ naredim tudi za druge. V svoje delo vstopam z odprtostjo, spoštovanjem in iskreno željo, da postanem del skupnosti, ki že vrsto let ustvarja varno, podporno in povezano okolje za svoje člane. Verjamem, da se najboljše zgodbe začnejo tam, kjer se srečajo ljudje, ki jim je mar. V društvo prihajam z jasnim namenom: da vam bom prisluhnila, vas podprla in razumela. Pripravljena sem sodelovati in soustvarjati programe, ki bodo dodatno izboljšali kakovost življenja naših članov. Moja želja je, da s svojim delom v društvu pomagam graditi varno, toplo in povezovalno okolje. Da sem človeku ob strani takrat, ko je težko in da skupaj najdemo pot, ki prinaša novo upanje in boljšo kakovost življenja. Hvala za sprejem in zaupanje. Veselim se, da bomo skupaj pisali nove, lepe in močne zgodbe.

Matjaž Arah



Na društvu pomagam sedaj slab mesec. Nekateri izmed članov so me že spoznali preko prevozov ali asistiranja pri strelskem dogodku na Strelišču v Ljubljani. Po izobrazbi sem diplomiran ekonomist, sem pa tudi v fazi zaključevanja magisterija. V mladosti sem se aktivno ukvarjal s športom. Najdlje časa sem vztrajal v nogometu, ki sem ga aktivno igral še pred približno osmimi leti. Poleg tega sem bil tudi sprinter na kratke proge. Občasno tudi obrišem prah na napravah v fitnesu. Osebno sem umirjena oseba, ki veliko posluša, analizira in podaja svoje mnenje. Sem tudi član društva Mensa Slovenija. Rad berem knjige, zadnja leta največ na temo samouresničevanja in tudi zgodovine. Aktivno spremljam dogajanje po svetu in to zmes informacij uporabljam pri trgovanju na svetovnih borzah – pred leti sem bil borzni posrednik in pokrival slovenski trg ter trge zahodne poloble. Sem oseba, ki rad pomaga, tako da mi opravljanje dela v društvu ni težko. Verjamem, da bomo pri skupnih podvigih vsi zadovoljni ter skupaj pisali lepo skupno zgodbo.

Gorazd
Zajc



Ob slovesu se naši sodelavki Petri Testen iskreno zahvaljujemo za ves trud, energijo in srčnost, ki jih je v času svojega dela namenjala društvu in našim članom. S svojim toplim pristopom, odprtostjo in pripravljenostjo pomagati je pustila lepo sled in pomembno prispevala k našemu vsakdanu.

Petra, zelo te bomo pogrešali. Na novi poti ti želimo veliko poguma, zadovoljstva in uspehov, predvsem pa, da te spremljajo dobri ljudje in nove priložnosti. Vrata društva zate ostajajo vedno odprta.

Hvala za vse in srečno!

Sem Gorazd Zajc in živim v okolici Moravč. Teh približno šest mesecev, odkar pri društvu opravljam delo pomočnika na domu, lahko označim z eno besedo, »piknik«. S tem ne mislim dobesedno na piknik (spomladansko-poletno srečanje v Ribnici), kar je bil sicer moj prvi pravi stik z uporabniki društva, ampak mislim na to, da je zame to delo res prijetno, drugačno od dosedanjega, raznoliko pa tudi psihično sproščujoče in navdihujoče. Velikokrat pa ni samo delo, ampak tudi kaj več.

V tem času sem spoznal in upam, da tudi pomagal kar nekaj uporabnikom društva tako iz kamniškega in domžalskega območja, kjer primarno izvajam delo, kot seveda tudi iz območja Ljubljane. Za vse uporabnike, s katerim sem do sedaj sodeloval, lahko rečem, da ste bili prijetna družba in da smo, vsaj kar se moje izkušnje tiče, res lepo sodelovali.

Dosedanje delo je vključevalo od druženja in pogovorov, igrali smo karte, šli skupaj v trgovino, lekarno, na kavo ali pa kosilo. Skupaj smo posadili in tudi posekali kakšno drevo in grm, posadili/posejali pa tudi pobrali vrtnine in sadeže, pokosili trate, prerahljali vrtove, razžagali, drva itd. Pomagal sem vam tudi že kaj malega »zidati«, zakitati, pobarvati in pobeliti. Uspelo nam je namestiti, popraviti pa tudi pokvariti kakšno elektronsko napravo in popraviti ali samo očistiti kakšen voziček. Skupaj smo rešili tudi kar nekaj izzivov na telefonih in računalnikih. Seveda smo nekaj tudi pospravili in počistili v stanovanjih in hišah.

Vse, pri čemer sem vam do sedaj pomagal, je bilo vedno opravljeno v skupnem dogovoru, razumevanju in verjamem da tudi v skupno zadovoljstvo.

V tem času sem se tudi pomagal na srečanjih s člani, pomagal pri ovirantlonu, društvenem preizkusu, košarkarskem turnirju. Tu sem spoznal veliko ostalih zanimivih članov, katerim pri samem delu še nisem pomagal pa tudi sam sem se naučil in spoznal marsikaj novega.

Nasploh je bilo moje dosedanje delo na društvo precej raznoliko, kakršno pa imam rad, da je tudi moje privatno življenje. Imam družino, rad se ukvarjam z različnimi športi (pohodništvo, badminton, tek, smučanje, kolesarstvo), rad imam živali, pogledam kakšen dober film, kaj dobrega pojem ali pa grem na kakšen izlet.



Nika Petrovčič

99 % ČLANOV ZADOVOLJNIH Z DELOM DRUŠTVA

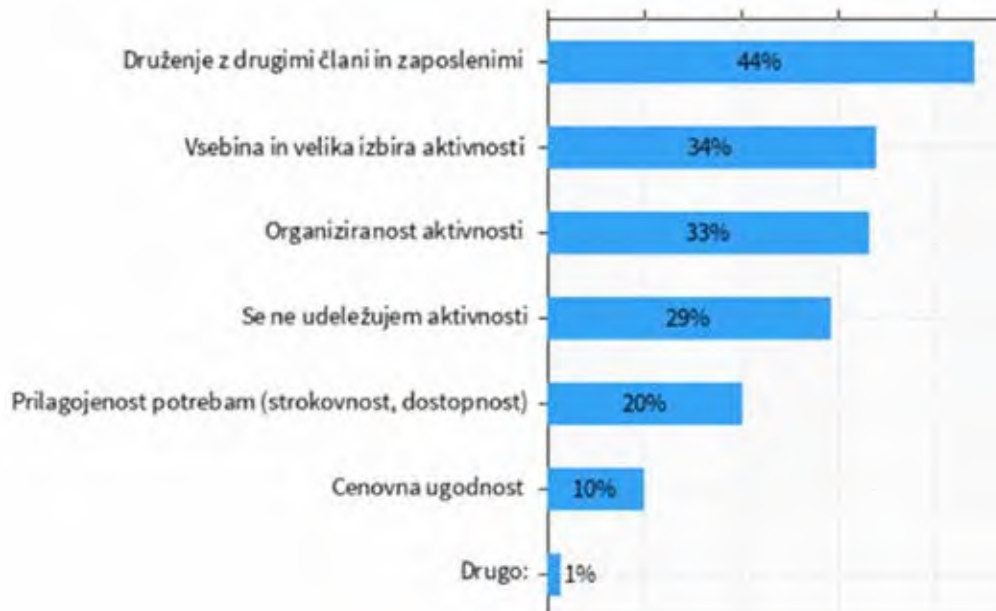
Letos je smo izvedli anketo o zadovoljstvu delovanja društva, da bi bolje razumeli potrebe in pričakovanja naših članov ter pridobili povratne informacije za izboljšanje naših programov, aktivnosti in podpore.

V letošnjem letu smo na društvu izvajali telefonsko anketo. Naše glavne zanimanje je bilo, kakšno je zadovoljstvo članov z delovanjem društva. Pripravili smo skupaj 18 vprašanj s podvprašanji, ki so se nanašala na različna področja. Po telefonu smo poklicali več kot 200 članov, od tega se jih je na telefon oglasilo 196 (kar je dobrih 89 %). V anketi je tako sodelovalo 175 članov.

Podatki o sodelujočih

Večina sodelujoči je bila moških. Po starosti smo člane razdelili v 4 skupine. Največ je bilo sodelujočih med 61 in 75 let (43 %), sledila je skupina med 41 in 60 let (37 %), nato skupina starejših članov, in sicer nad 75 let (13 %). Najmanjša je bila skupina med 18 in 40 let (8 %). Iz občine Ljubljana je bilo 41 % sodelujočih, iz drugih (kot so Lukovica, Hrastnik,

Kaj vam je pri aktivnostih najbolj vsec?



Dobrova, Trbovlje, Komen, Loška dolina, Velike Lašče, Ig, Mengeš, Zagorje ob Savi, Vrnsko, Dobrepolje, Kamnik, Cerknica, Komenda, Logatec, Grosuplje, Celje, Sodražica, Horjul in druge) pa 59 %.

Ali ste zadovoljni z obveščanjem društva o splošnih informacijah delovanja in informacijah na področju zakonodaje?



Kaj je pokazala anketa?

Po podatkih iz raziskave lahko rečemo, da se člani najraje udeležujejo srečanj, kar je navedlo 51 % članov. Sledili so prevozi (30 %), aktivnosti povezane z ohranjanje zdravja (22 %), športne aktivnosti (19 %), kulturne dejavnosti (14 %), psihosocialne aktivnosti (13 %), izobraževanja (9 %) in pomoč na domu (6 %). Nekaj sodelujočih (29 %) je bilo tudi takih, ki se od včlanitve še niso udeležili nobene aktivnosti ali pa se jih niso zmogli udeležiti. Zanimalo nas je tudi, kaj jim je pri aktivnostih najbolj všeč in pridobili raznolike odgovore:

Kar 65 % članov je menilo, da je aktivnosti na društvu že dovolj. Od vprašanih 91 % članov ni imelo nobenega predloga za izboljšavo aktivnosti. Le 6 % jih je omenilo, da bi si želeli kakšno novo aktivnost, ki je društvo še ne izvaja. Z obveščanjem društva je bilo zadovoljnih 97 % članov:

Preverili smo tudi zadovoljstvo z delovanjem društva, kjer je bilo kar

99 % članov zadovoljnih s trenutnim delovanjem našega društva.

Več kontakta si je med vprašanimi želelo le 4 % članov, 96 % članov jih je bilo zadovoljnih s sedanjim kontaktom (večinsko so bili mnenja, da bi se ob želji po več kontakta z društvom sami obrnili na nas).

Naše glavne ugotovitve

Raziskava nam je dala dober vpogled v to, kaj člani še želijo in kakšno je vaše sedanje zadovoljstvo. Zanimiva so bila mnenja naše mlajše populacije, ki si želeli več aktivnosti za zabavo, ki bi bile namenjene samo mladim do 30 let. Nekaj mnenj se je pojavljalo tudi glede prevozov, ki so se nanašala predvsem na željo, da bi bilo več terminov, dostopnosti. Iz vsega pa je tudi razvidno, da društvo že izvaja kar raznoliko ponudbo aktivnosti, ki so na voljo prav vsakomur. Vsem sodelujočim v raziskavi se zahvaljujemo za čas in iskrene odgovore.

Tisti z željo po več kontakta z društvom so navedli naslednje načine vzdrževanja kontakta:



Ali želite še več kontakta z društvom?



Ali ste zadovoljni z delovanjem društva?



Varna starost za vse

Povzeto s spleta

VARNA STAROST IN DOLGOTRAJNA OSKRBA

Kaj je to, kako poteka in kaj nam prinaša?.

Dolgotrajno oskrbo ureja Zakon o dolgotrajni oskrbi, ki je bil sprejet 27. 7. 2023. Tavsrediščepostavlja posameznika, njegova cilja sta zagotavljanje oskrbe po meri in ohranjanje posameznikove samostojnosti. S 1. julijem 2025 je nastopila obveznost plačila prispevka za dolgotrajno oskrbo, za delavce, delodajalce in upokojence. Dolgotrajna oskrba se financira iz naslova socialnih prispevkov in iz državnega proračuna. Pravice do dolgotrajne oskrbe lahko koristijo osebe, ki so zaradi bolezni, starostne oslabelosti, poškodb, invalidnosti, pomanjkanja in izgube intelektualnih sposobnosti dlje časa (vsaj 3 mesece) ali trajno odvisne od pomoči drugih oseb. Poleg zdravstvenega stanja mora oseba za uveljavljanje pravice izpolnjevati še naslednje pogoje: polnoletnost, zavarovanje za dolgotrajno oskrbo (vsaj 24 mesecev od zadnjih 36 mesecev od vložitve vloge), stalno ali začasno bivališče v RS in uvrstitev v eno od kategorij dolgotrajne oskrbe z odločbo (izda jo CSD, enotna vstopna točka). Upravičenost se ne združuje

z naslednjimi pravicami: dodatek za pomoč in postrežbo, institucionalno varstvo in osebno asistenco.

Obseg storitev je odvisen od kategorije dolgotrajne oskrbe, v katero je zavarovanec umeščen na podlagi ocene.

Upravičenci se razvrščajo v eno od petih kategorij:

1. Kategorija – lažja omejitev samostojnosti ali sposobnosti samooskrbe.
2. Kategorija – zmerna omejitev samostojnosti ali sposobnosti samooskrbe.
3. Kategorija – težja omejitev samostojnosti ali sposobnosti samooskrbe.
4. Kategorija – težka omejitev samostojnosti ali sposobnosti samooskrbe.
5. Kategorija – najtežja omejitev samostojnosti ali sposobnosti samooskrbe.

Znotraj ur, ki pripadajo upravičencu glede na kategorijo dolgotrajne oskrbe,

v katero je uvrščen, lahko prejema naslednje storitve:

- pomoč pri opravljanju osnovnih dnevnih opravil (prehranjevanje, oblačenje gibanje, odvajanje ...),
- pomoč pri podpornih dnevnih opravil (gospodinjska opravila, nakup živil, priprava hrane, spremstvo ...) in
- pomoč pri opravljenih osnovne zdravstvene nege (priprava zdravil, zdravstvena nega ...).

Osnovne pravice so:

- oskrbovalec družinskega člana,
- dolgotrajna oskrba na domu,
- dolgotrajna oskrba v instituciji,
- dnevna dolgotrajna oskrba
- denarni prejemek.

Te pravice se med seboj izključujejo.

Dodatni storitvi, ki se lahko uveljavljata skupaj z osnovnimi storitvami, razen v primeru koriščenja celodnevne dolgotrajne oskrbe v instituciji, sta:

- e-oskrba,
- storitve za ohranjanje in krepitev samostojnosti.

Oskrbovalec družinskega člana

Oskrbovalec družinskega člana je družinski član, ki nudi oskrbo upravičencu do dolgotrajne oskrbe, uvrščenemu v 4. ali 5. kategorijo upravičenosti do dolgotrajne oskrbe.

Oskrbovalec družinskega člana je lahko polnoletna oseba, ki izpolnjuje naslednje lastnosti oziroma pogoje:

- je psihofizično sposobna opravljati naloge oskrbovalca družinskega člana,
- je družinski član upravičenca in ima prijavljeno stalno ali začasno prebivališče na istem naslovu kot upravičenec in tam tudi dejansko prebiva,
- ni bila pravnomočno obsojena zaradi kaznivega dejanja zoper življenje in telo, kaznivega dejanja zoper spolno nedotakljivost ali kaznivega dejanja zoper premoženje,
- ima opravljeno ali bo opravil osnovno usposabljanje za opravljanje dolgotrajne oskrbe.

Kandidat za oskrbovalca družinskega člana mora, preden začne opravljati predvidene naloge, zapustiti trg dela. Oskrbovalec lahko hkrati zagotavlja dolgotrajno oskrbo največ dvema upravičencema, s katerima prebiva na istem naslovu. Tudi upokojenci lahko postanejo oskrbovalci svojih družinskih članov, z enakimi pravicami kot ostali oskrbovalci, vključno s 40 odstotki pokojnine oziroma po treh letih 20 odstotki pokojnine. Če želi prejemati del pokojnine, mora vložiti zahtevo na Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje.

Oskrbovalec družinskega člana ima pravico do:

- delnega plačila za izgubljeni dohodek (1,2 oziroma 1,8-kratnik minimalne plače (če skrbi za dva upravičenca) oziroma 0,6-kratnik, če opravlja naloge oskrbovalca polovico časa),
- vključitve v obvezna socialna zavarovanja,
- načrtovane odsotnosti (21 dni na leto),
- usposabljanja in strokovnega svetovanja.

Opravljanje dela oskrbovalca družinskega člana ni delovno razmerje.

Dolgotrajna oskrba na domu

Dolgotrajna oskrba na domu je pravica v okviru sistema dolgotrajne oskrbe, ki se izvaja na domu uporabnika; uporabnik na svojem lastnem domu prejema tako storitve pomoči pri osnovnih in podpornih dnevnih opravilih ter storitve zdravstvene nege, vezane na osnovna dnevna opravila.



Dolgotrajna oskrba v instituciji

To je pravica v okviru sistema dolgotrajne oskrbe, ki se izvaja v instituciji, to je

v domovih za starejše; uporabnik v instituciji prejema tako storitve pomoči pri osnovnih in podpornih dnevnih opravilih in storitve zdravstvene nege, vezane na osnovna dnevna opravila. Stanovalci v domovih za starejše, ki bodo koristili dolgotrajno oskrbo v instituciji, bodo plačevali stroške prehrane in nastanitve. Cenastandardne nastanitve v domovih bo omejena na višino zagotovljene pokojnine. Storitve dolgotrajne oskrbe v instituciji bodo krite iz obveznega zavarovanja za dolgotrajno oskrbo (po 1. januarju 2028 možno doplačilo v višini deset oziroma 20 odstotkov).

Dnevna dolgotrajna oskrba

Dnevna dolgotrajna oskrba je oblika oskrbe, kjer se zagotavlja podpora in pomoč za določeno število ur dnevno, v času med 6. in 22. uro. Osnovni kriterij za vključitev oseb v dnevno dolgotrajno oskrbo je, da se uporabniki dnevno vračajo domov.

Denarni prejemek

To je denarna pravica v okviru sistema dolgotrajne oskrbe. Uporabnik mesečno prejme določen denarni znesek, odvisen od kategorije upravičenosti do dolgotrajne oskrbe, v katero je bil uvrščen. Denarni znesek je namenjen zgolj kritju stroškov oskrbe. Denarni prejemek je naslednik obstoječega dodatka za pomoč in prehrano. Ljudem, ki imajo dobro organizirano pomoč znotraj lastne socialne mreže, omogoča, da to pomoč ohranijo in prejmejo denarna sredstva za kritje stroškov oskrbe, ki jo ta uporabnik praviloma prejme znotraj svoje neformalne mreže.

E-oskrba

Pravico do storitev e-oskrbe imajo poleg upravičencev do dolgotrajne osebe, ki niso izbrali celodnevne dolgotrajne oskrbe v instituciji, tudi starejši od 80 let, ki morajo vlogi predložiti mnenje zdravnika ali patronažne medicinske sestre, da potrebujejo to storitev. Sodobni podporni sistemi e-oskrbe se nanašajo na vrsto pametnih tehnologij, ki so povezane s 24 ur dostopnimi storitvami. Te obsegajo osebne alarme (majhna naprava, ki se sproži ob nezaželenem dogodku – potrebi po pomoči), okoljske senzorje (na primer puščanje plina, dim), naprave, povezane z mobilnostjo (na primer detektor padca) in sistem GPS za določanje položaja oziroma za sledenje. Lahko so povezane z asistenčnim centrom, ki zagotavlja odziv na morebitne alarme 24 ur na dan ali z mobilnim telefonom (ne) formalnega oskrbovalca.

Storitve za krepitev in ohranjanje samostojnosti

Namenjene so preprečevanju poslabšanja stanja upravičenca in zmanjševanju potreb po pomoči. Storitve, ki jih izvajajo socialni delavci, delovni terapevti, fizioterapevti, magistri kineziologije in socialni gerontologi, med drugim zajemajo usposabljanje za varno uporabo medicinskih pripomočkov, vaje za ohranjanje gibalne samostojnosti, psihosocialno podporo, postdiagnostično podporo osebam s sindromom demence in svetovanje za prilagoditev bivalnega okolja.

Število ur storitev za krepitev in ohranjanje samostojnosti je odvisno od kategorije, ki upravičencu pripada na podlagi opravljene ocene upravičenosti.

Kako poteka postopek pridobitve in koriščenja pravic



1.

Oddaja vloge

Zavarovanec, njegov pooblaščenec ali skrbnik vlogo vloži na vstopno točko na pristojnem centru za socialno delo ali pošlje vlogo po navadni ali elektronski pošti ali preko e-uprave z uporabo kvalificiranega digitalnega potrdila vlagatelja.



2.

Obisk na domu

Vstopna točka preveri izpolnjevanje pogojev. Svetovalec za dolgotrajno oskrbo, zaposlen na vstopni točki se dogovori za obisk na domu, kjer pridobi potrebne informacije za pripravo ocene upravičenosti do dolgotrajne oskrbe in načrt priporočenih storitev.



3.

Odločba

Iz odločbe, ki jo izda center za socialno delo, je razvidna kategorija dolgotrajne oskrbe (od 1 do 5), v katero se je zavarovanec uvrstil.



4.

Odločitev za obliko izvajanja dolgotrajne oskrbe

Upravičenec izbere izvajalca dolgotrajne oskrbe in se na podlagi kategorije upravičenosti sam odloči, katero pravico do dolgotrajne oskrbe želi koristiti.



5.

Izvajanje dolgotrajne oskrbe

Za konkretne storitve se upravičenec dogovori s koordinatorjem za dolgotrajno oskrbo (zaposlen pri izvajalcu dolgotrajne oskrbe), s katerim pripravita osebni načrt, v katerem se opredeli, katere pravice bo upravičenec koristil.



Zveza paraplegikov Slovenije

DOSTOPNOST SE PRIČNE PRI VHODU!

Nov projekt za bolj dostopno prihodnost

Vsak od nas si želi, da lahko brez ovir vstopi v trgovino, na pošto, v kulturni dom ali ambulanto. Za mnoge gibalno ovirane ljudi pa je to še vedno vsakodnevni izziv - stopnica pri vhodu, preozka vrata, previsok pult ali stranišče, v katerega se ne da zapeljati. To naj bi rešil leta 2010 sprejet Zakon o izenačevanju možnosti invalidov (ZIMI), ki je med drugim zapovedal, da morajo biti vse stavbe v javni rabi prilagojene invalidom. Če lastnik stavbo prenavlja, mora istočasno poskrbeti tudi za ustrezne prilagoditve za invalide. Če je ne prenavlja, mora vseeno izvesti vsaj dela, da bo stavba prilagojena in dostopna. V vsakem primeru mora lastnik zagotoviti, da je stavba dostopna v 15 letih od sprejema omenjenega zakona. Po omenjenem zakonu je to do 11. decembra 2025. Po tem datumu morajo stavbe torej biti dostopne.

Prav zato je Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine skupaj z Zvezo paraplegikov Slovenije začelo projekt »Tudi jaz bi šel noter«, ki želi izboljšati dostopnost stavb v javni rabi po vsej Sloveniji. V okviru projekta pomagamo



prepoznati nedostopne stavbe, svetujemo glede nadaljnjih korakov, pomagamo pri prijavah Zagovorniku načela enakosti, Varuhu ali inšpekcijam ter nudimo pravno podporo pri hujših kršitvah, po potrebi pa stopimo v stik tudi z lastnikom stavbe. Vse to lahko sprožite že s preprostim sporočilom ali klicem. Hkrati projekt tudi lastnikom stavb ponuja pravno in tehnično svetovanje in jasna navodila za stroškovno učinkovite prilagoditve. Naš cilj je predvsem sodelovanje in skupno doseganje dobrih rešitev.

Kaj lahko storite vi?

Če naletite na stavbo, v katero ne morete vstopiti ali se v njej ne morete samostojno gibati:

- sporočite nam za katero stavbo gre in podatek o naslovu,
- opišite oviro (stopnice, preozka vrata, pult brez dostopa ...),
- če le možno, dodajte fotografijo.

Še posebej spodbujamo tudi vse naše članice kot tudi vse mlajše člane in članice, da se aktivno vključite in odzovete na morebitne za vas pomembne nedostopne stavbe in prispevate k večji dostopnosti.

Vsako vaše sporočilo prispeva k temu, da druga oseba jutri ne bo obstala pred isto oviro. Kontaktni podatki in dodatne informacije so na voljo:

Spletna stran in obrazci za sporočanje: dostopno.eu

Pri Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine: el. pošta: dlj.paraplegik@guest.arnes.si ali telefon: 01 569 11 23 ali 051 649 806

Pri Zvezi: el. pošta: info@dostopno.eu ali telefonu 01/ 43 27 138.

Osnovne informacije o pravici do dostopnosti

Kaj pomeni pravica do dostopnosti?

Pomeni, da lahko vsaka oseba neovirano vstopi in uporablja stavbo v javni rabi. Pomeni neoviran fizični dostop kot tudi dostop do informacij in komunikacij v stavbi. Če dostopnost ni zagotovljena, to pomeni diskriminacijo.

Ali lahko zahtevam, da je stavba v javni rabi dostopna?

Da. To je vaša pravica, kot jo priznavajo slovenski in mednarodni predpisi. Gre tudi za pravico EU. Od 11. 12. 2025 je to zakonska obveznost v Sloveniji.

Kaj točno so »stavbe v javni rabi«, ki morajo biti dostopne?

To so stavbe, kot so restavracije, trgovine, storitveni prostori, upravne enote, CSD, kinodvorane, gledališča, muzeji, zdravstveni domovi, bolnišnice, šole, športne dvorane, cerkve in podobno

Ali mora biti vsaka stavba dostopna?

Da, obstaja pa nekaj izjem. V določenih izjemnih primerih zakon dopušča, da stavbe ni potrebno prilagoditi, če bi to pomenilo nesorazmerno (preveliko) breme za lastnika. Pri tem se praviloma upošteva kdo je lastnik stavbe, kakšni so njegovi prihodki in morebitne zgodovinske, arhitekturne ali druge okoliščine stavbe (npr. če je stavba spomeniško zaščiten, če so tehnične rešitve zaradi stare konstrukcije stavbe zelo težko izvedljive).

Kje piše, da morajo biti stavbe dostopne od 11.12.2025 dalje?

Rok je določen v 9. in 38. člen Zakona o izenačevanju možnosti invalidov.

Dostopnost stavb oz. prepoved diskriminacije določata tudi Konvencija o pravicah invalidov Listina Evropske unije o temeljnih pravicah, ki obe zavezujeta tudi Slovenijo.

Kaj lahko naredim, če stavba ni dostopna?

Možnosti je več:

- na to opozorite lastnika (in nam sporočite kako je šlo)
- obrnete se lahko na Zvezo paraplegikov Slovenije ali svoje regijsko društvo paraplegikov in bomo zadevo preverili in po potrebi posredovali pri lastniku
- podate prijavo pri Varuhu človekovih pravic (če je v stavbi državni ali občinski organ) ali Zagovorniku načela enakosti (če je v stavbi zasebni ponudnik storitev ali trgovina)
- na sodišču zahtevate odškodnino zaradi diskriminacije (predlagamo, da se prej posvetujete z nami)

Ali lahko dobim odškodnino od lastnika, ki nima dostopne stavbe?

Lahko. Zakon priznava denarno nadomestilo od 500 EUR dalje, če ste bili izpostavljeni diskriminaciji (npr. zaradi invalidnosti niste mogli v stavbo). V teh primerih predlagamo, da se prej posvetujete, da primer preučimo in vam nato lahko v takšnem postopku tudi pomagamo.

Kje dobim več informacij o dostopnosti?

Več informacij o vaših pravicah glede dostopnosti in glede obveznosti lastnikov stavb najdete na posebni spletni strani dostopno.eu
Vaša vprašanja nam lahko pošljete preko obrazca na zgornje spletne strani ali po el. pošti na: info@dostopno.eu ali po telefonu na 01/43 27 138.

Mi lahko pomagate, če najdem nedostopno stavbo?

Seveda. Pišite nam preko obrazca na spletni strani ali po el. pošti. Priložite opis ovire in fotografije.



Z NLB JE
VSAK TRENUTEK
DOSTOPEN VSEM!



Nino Batagelj

KO TIŠINA POVE VEČ KOT ODGOVOR

Zakaj sem kot član Zveze paraplegikov Slovenije napisal pismo o dostopnosti – in zakaj verjamem, da potrebujemo več dialoga in manj PR-ja.

V začetku julija sem kot dolgoletni član Zveze paraplegikov Slovenije poslal elektronsko sporočilo vodstvu Zveze – predsedniku, podpredsedniku, predsedniku skupščine ter na uradni info naslov. Pisal sem brez želje po konfliktu. Pisal sem kot član, ki uporablja invalidski voziček in ki še vedno verjame, da lahko Zveza ostane tam, kjer je bila nekoč najmočnejša: med ljudmi, na terenu, v dejanjih.

Odgovora nisem prejel. Nisem pričakoval razprav ali dolgih pojasnil – dovolj bi bilo že kratko “prejeli smo”. Prepričan sem, da si to zasluži vsak član naše skupnosti. Zato elektronsko sporočilo objavljam v strnjeni obliki, kot povabilo k dialogu in ne kot napad.

V uvodu sporočila sem zapisal:

“Zveza paraplegikov Slovenije je bila veliko več kot organizacija. Bila je gibanje, bila je zaveznitvo, bila je tihi, a trdni utrip

skupnosti. Bil sem ponosen, da sem del te zgodbe.”

Spomnil sem na čas nastajanja Zakona o izenačevanju možnosti invalidov in Zakona o osebni asistenci – na pogovore, predloge in občutek, da se resnično premikamo. Danes so ti zakoni temelj, a, kot sem zapisal, “temelj brez hiše ne pomeni veliko.”

Povod za pisanje je bil dogodek ob Ljubljani, ki bi lahko bil lep primer vključevanja. Pa ni bil. Invalidi smo bili postavljeni v vrsto ob sponzorskem panoju, prilagoditve so bile minimalne, predstavljene pa kot velik uspeh.

V pismu sem zapisal:

“To ni zmaga. To je tišina, preoblečena v PR.”

Ne gre za posamezen dogodek, temveč za širši vzorec. Prilagoditve v javnih

objektih so pogosto simbolične in nefunkcionalne. Raziskava Zagovornika načela enakosti jasno pove, da četrtna objektov zakonskih prilagoditev ne bo izvedla do roka, več kot polovica pa ne bo zagotovila niti osnovne tehnične dostopnosti. Zato sem zapisal:

“Imamo zakone. Imamo obljube. Imamo pravne temelje. Manjka pa jasna, aktivna prisotnost.”

Ob tem sem ponudil več konkretnih predlogov:

- popis lokalnih ovir v vsakem društvu,
- kampanjo primerov dobre in slabe prakse,
- sistem “skritega uporabnika”,
- bazo opazanj,
- povezano s pravno službo,
- ter kratka gradiva za občine in ponudnike.

Pri tem sem poudaril:

“Ne iščimo napak zaradi napak. Bodimo koristno kritični. In kjer je kritika – naj bo zraven tudi rešitev.”

Pisanje je bilo iskreno. Iz bolečin vsakdana, ki jih poznamo vsi, ki živimo z oviranostjo:

“Ne želim več lulati v račko pred preozkimi vrati WC-ja. Ne želim, da me asistent nosi po stopnicah. Sit sem pogajanj za povračilo vstopnine, čeprav zakon določa dostopnost.”

Pri tem nisem želel nikogar izpostaviti ali obtoževati, temveč samo spodbuditi, da vsak od nas – jaz, lokalna društva, Zveza – da svoj maksimum. Da ne sprejemamo več zgolj lepih zgodb brez vsebinskega premika. In da lahko drug drugemu še vedno pogledamo v oči in rečemo: naredili smo vse, kar smo mogli.

V pismu sem zapisal tudi pripravljenost :

“Če želite, pomagam prostovoljno. Koordiniram. Povezujem. Ne zato, ker bi moral. Ampak ker si želim, da se stvari premaknejo.”

Namen pisma je bil jasen: odprti pogovor o temi, o kateri se pogosto govori pretiho. Dostopnost ni privilegij in ni projekt za PR fotografije. Je pogoj, da lahko živimo enako kot drugi.

Članek zaključujem z isto mislijo, s katero sem zaključil elektronsko sporočilo:

“Da grem lahko na koncert. Sedim v prvi vrsti, grem na WC, ko me prime. Ne zato, ker sem poseben. Ampak zato, ker sem enak.”



Mirjam Kanalec, Nino Batagelj

MEDNARODNI DAN INVALIDOV

Organizacija združenih narodov (OZN) letošnji mednarodni dan invalidov obeležuje pod geslom Spodbujanje invalidom vključujočih družb kot temelj družbenega napredka.

Minister Luka Mesec je v svoji poslanici ob dnevu invalidov povedal, da je 3. december tudi dan, ki predstavlja priložnost, da se kot družba opomnimo, da je naša dolžnost, da gradimo skupnost, v kateri invalidnost ne pomeni nepremostljivih ovir pri vsakdanjem življenju. Izpostavil je dostopnost, ki za številne invalide še vedno ni samoumevna, čeprav je to temeljna človekova pravica. V procesu sprejemanja je novela Zakona o izenačevanju možnosti invalidov na področju dostopnosti objektov v javni rabi. Ob izteku 15-letnega roka za prilagoditev objektov bomo z jasnejšo pravno podlago za nadzor ter z natančnejšimi zahtevami za prilagoditev obstoječih objektov poskrbeli, da bodo

invalidom dostopne vse storitve, ki se v teh objektih izvajajo.

Kljub temu pa varuh človekovih pravic in zagovornik načela enakosti ugotavljata, da približno četrtnina stavb še vedno ostaja nedostopnih. Hkrati pa nova zakonodaja predvideva začasno obdobje, ko bodo inšpektorji izrekli le ukrepe za odpravo nepravilnosti, globe pa bodo naložene kršiteljem šele po dveh letih.

ALI 15 LET RES NI BILO DOVOLJ ČASA, DA BI OBJEKTE V JAVNI RABI USTREZNO PRILAGODILI?

Na mednarodni dan invalidov, 3. decembra, je Petra Medved v oddaji Studio ob 17.00 gostila Tanjo Dular z Ministrstva za delo, družino in

socialne zadeve, Miho Lobnikarja, zagovornika načela enakosti, Igorja Miljavca, predsednika Medobčinskega društva slepih in slabovidnih Nova Gorica, arhitekta in raziskovalca iz Urbanističnega inštituta RS Tilna Jurca in Mirjam Kanalec, predsednico Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine.

V oddaji je potekala razprava o dostopnosti objektov v javni rabi za invalide. Razprava je izpostavila, da se po Zakonu o izenačevanju možnosti invalidov 11. decembra letos izteka 15-letni rok za prilagoditev obstoječih objektov, a nova zakonodaja predvideva začasno obdobje, ko bodo inšpektorji izrekli le ukrepe za odpravo nepravilnosti, globe pa šele po dveh letih.

Miha Lobnik je poudaril, da nedostopnost objektov v javni rabi predstavlja obliko diskriminacije invalidov. Opozoril je, da zakonodaja na tem področju obstaja že dolgo in je jasna, zato dodatno odlašanje z uporabo sankcij pošilja napačno sporočilo, da kršitve niso resen problem. Po njegovih besedah bi morale institucije in lastniki objektov nositi odgovornost za neizpolnjevanje zakonskih obveznosti, saj se z vsakim letom zamude invalidom dejansko omejuje uresničevanje pravice do enakosti, samostojnosti in dostojanstva v vsakdanjem življenju.

Mirjam Kanalec je v oddaji poudarila, da se kljub 15-letnemu prehodnemu obdobju ne odpravljajo le stare ovire, temveč se žal še vedno ustvarjajo nove. Opozorila je, da se pri prenovah in novogradnjah prepogosto ne upoštevajo potrebe invalidov, čeprav so zahteve jasno zapisane v zakonodaji. Po njenem mnenju je to nesprejemljivo,

saj omenjeno predstavlja korak nazaj in kaže na pomanjkanje odgovornosti ter nadzora.

ODNOS DRUŽBE DO INVALIDOV JE ODVIŠEN OD ODNOSA INVALIDOV DO DRUŽBE

Ob mednarodnem dnevu invalidov je v podkastu (P)osebno dostopno svojo zgodbo in pogled na življenje s tetraplegijo predstavil Nino Batagelj.

V podkastu (P)osebno dostopno so ob 3. decembru gostili Nina Batagelja, ki je po skoku v prenizko vodo pred šestnajstimi leti postal tetraplegik. Kot prostovoljni

Danes živi podobno kot njegovi vrstniki: dela, ustvarja, potuje in se ukvarja s stvarmi, ki ga veselijo. Samostojnost mu pomeni veliko, vendar pravi, da ni v tem nič junaškega – ko se ti življenje spremeni, poskusiš narediti največ, kar zmoreš.

Sodeluje tudi pri gasilcih, kjer je skupaj z Gasilsko zvezo Ljubljana pomagal pripraviti posvet o evakuaciji invalidov v primeru nesreč. Opozarja, da na tem področju še vedno primanjkuje jasnih smernic in praktičnih rešitev, predvsem za uporabnike težjih električnih vozičkov, ter da lahko invalidi pri teh



gasilec je že med reševanjem razumel, kaj se dogaja in kolegom dajal navodila, kasneje pa se je moral soočiti z zahtevno in dolgotrajno rehabilitacijo. Najtežji del je bil, pravi, ravno trenutek, ko je nastopil čas, da novico izvedo domači. Po operaciji in mesecih v bolnišnici je skoraj leto dni preživel na URI Soča. Tam se je učil osnov vsakdana na vozičku – od osebne nege do prilagoditev, ki jih prej ni poznal. Danes poudarja, da se rehabilitacija nikoli ne konča in da človek odgovore pogosto dobiva postopoma, tudi na področjih, ki se o njih nekoč ni govorilo dovolj odkrito.

vprašanih sodelujejo kot enakovredni sogovorniki, ne le kot uporabniki sistema.

Ob koncu poudari, da je odnos družbe do invalidov pogosto odsev njihovega odnosa do družbe. Če si znamo prisluhniti in videti človeka, ne le ovire, je lahko življenje za vse nekoliko lažje. Celoten pogovor z Ninom Batageljem lahko poslušate s skeniranjem QR kode ob članku.





Mirjam Kanalec

SKUPAJ ZA VKLJUČUJOČO DRUŽBO

Društvo je 22. maja v Logatcu organiziralo delovni sestanek članov in članic s predstavniki občin. Predstavnike občinskih služb smo opozorili na odpravljanje miselnih in grajenih ovir v našem okolju.

»Kakšen je položaj invalidov v vaši občini? Je grajeno okolje prilagojeno gibalno oviranim? Bo prihodnost v vaši skupnosti nudila boljše pogoje za življenje invalidov?« To so bila izhodišča delovnega sestanka, ki ga je Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine organiziralo v četrtek, 22. maja 2025, v Dnevnom centru v Logatcu. Dogodek je bil namenjen predstavnikom občin, državnih ustanov in socialnovarstvenih organizacij ter članom društva, s ciljem izboljšanja življenjskih pogojev za osebe s poškodbo hrbtenjače.

Maruša Treven, CSD: »Težavo vidim v domačem okolju.«

Na sestanek so bili povabljeni predstavniki občin Logatec, Vrhnika, Cerknica, Bloke, Borovnica, Horjul, Brezovica, Dobrova - Polhov Gradec in Log - Dragomer ter tudi predstavniki

Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije, policije, centrov za socialno delo, domov starejših občanov ter Geodetskega inštituta.

Na samem začetku sta predsednica Mirjam Kanalec in sodelavka Petra Testen predstavili društvo in osem posebnih socialnih programov, ki jih

Mateja Skočir, občina Log - Dragomer: »Občina Log - Dragomer je pristopila k projektoma Multimodalna mobilnost ter projektu Podaj roko. Cilj slednjega je spoznati kakovost življenja starejših ter njihove potrebe po pomoči in storitvah.«

izvajamo. Društvo že vrsto let deluje v javnem interesu in zastopa osebe, ki so zaradi poškodb ali bolezni hrbtenjače gibalno ovirani.

Sledila je razprava s predstavniki vabljenih ustanov, ko so udeleženci spregovorili o konkretnih izzivih pri

vključevanju invalidov v lokalno okolje, pri čemer je bil poseben poudarek na dostopnosti grajenega okolja, dostopu do storitev ter medinstitucionalnem sodelovanju, kar je v okviru projekta Multimodalna mobilnost predstavil

Roman Jesenšek, član DPLJ: »Občina Borovica je v zadnjem času naredila veliko na področju dostopnosti.«

Jani Demšar iz Geodetskega inštituta. Prisotni so izmenjali mnenja, pobude in predloge za izboljšanje pogojev na terenu.

Sestanka se je udeležil Berto Menard, župan Občine Logatec, Mateja Skočir, višja svetovalka za področje družbenih dejavnosti in splošnih zadev iz Občine Log - Dragomer, Miha Ajtnik iz PP Logatec, Mojca Godina predstavnica ZZZS Logatec ter Maruša Treven Nagode, Meta Smole in Mateja Makuc, vse tri iz CSD-jev, kar



Mirko Sedej, član DPLJ: »Ko sem šel na sprehod po Logatcu, sem se skoraj zvrnil. Problem je v prečnem naklonu pločnikov.«

društvo ocenjuje kot pomemben signal, a hkrati obžaluje odsotnost drugih predstavnikov občin, saj bi bila njihova prisotnost dragocena za razumevanje in reševanje težav občanov z invalidnostjo. Žal pa tudi udeležba članov ni bila velika. Veseli pa smo bili spodbudnih besed župana Berta Menarda, ki je rekel: »Skupaj zmoremo vse.«

Srečanje je še enkrat pokazalo, kako pomembno je povezovanje različnih sektorjev – od lokalnih skupnosti in javnih zavodov do invalidskih organizacij – če želimo ustvarjati enakopravne možnosti in dostojne pogoje za življenje vseh.



Berto Menard, župan Občine Logatec: »Skušamo poskrbeti, da sobivamo različni ljudje.«

DOSTOPNOST

Na Urbanističnem inštitutu RS od leta 2024 vsak delovni dan deluje Nacionalna svetovalna in informacijska točka za dostopnost, katere namen je ozaveščanje, svetovanje in strokovna pomoč pri urejanju univerzalno dostopnega prostora ter izpolnjevanju zahtev Zakona o izenačevanju možnosti invalidov (ZIMI).

Točka vodi spletno stran infotocka.dostopnost.si in je javnosti brezplačno na voljo preko telefonske številke +386 1 420 13 49 ter e-pošte info@dostopnost.si.

Točka na enem mestu ponuja:

- informacije o:

- zakonskih obveznostih zagotavljanja dostopnosti objektov v javni rabi,
- načelih univerzalne graditve in načrtovanja univerzalno dostopnega prostora ter

- pomoč in svetovanje lastnikom in upravnikom objektov glede vseh vidikov zagotavljanja dostopnosti. Po dogovoru je možen tudi osebni obisk objekta in svetovanje na sami lokaciji, kjer se temo obravnava na konkretnem primeru.

V letu 2025 je točka izvedla tudi izobraževanja o univerzalni graditvi za študente arhitekture in urbanizma (Fakulteta za arhitekturo, UL) ter pripravila orodje za preverjanje dostopnosti objektov, ki bo na voljo v začetku naslednjega leta. V pripravi je tudi priročnik o univerzalni graditvi, poglavja katerega bodo objavljena na spletni strani in dostopna vsem.

Vse dejavnosti točke so za stranke popolnoma brezplačne, saj delo financira Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti (MDDSZ).









Vera Vojska

SODELOVANJE OBČINE DOMŽALE IN DRUŠTVA PARAPLEGIKOV LJUBLJANSKE POKRAJINE BOGATI OBOJE

Občina Domžale se pod vodstvom županje mag. Renate Kosec razvija kot vključujoča in povezana skupnost, ki s sodelovanjem, premišljenimi investicijami ter skrbjo za vse generacije krepi kakovost življenja svojih občank in občanov.

Prepričana sem, da ne bi prav nič pretiravala, če bi v uvodu k pogovoru z županjo Občine Domžale, mag. Renato Kosec, zapisala, da v Domžalah skoraj ni dneva, ko se ne bi kaj dogajalo. K temu prispeva tako občina kot posamezne organizacije in društva, ki v naši občini pokrivajo različna področja ter pomembno popestrijo in polepšajo življenje občanov in občank, ki s svojimi srčnimi dejanji in prizadevanji gradijo našo občino. Morda za začetek par besed o občini Domžale.

Občina Domžale je sedma slovenska občina po številu prebivalcev in tretja po koeficientu razvitosti. Svoj razvoj pa želi

čim bolj pospešiti tudi s sodelovanjem na medobčinskem in mednarodnem področju ter pridobivati izkušnje, ki bi ji pomagale pri nadaljnjem razvoju. Pri tem naj omenim tudi povezovanje z občinami, ki so bile del nekdanje velike občine Domžale, saj nas z njimi še vedno povezujejo posamezna področja, pomembna za življenje in delo naše in drugih občin. Pri tem sem prepričana, da so naši občani in občanke zelo dobro organizirani, saj imamo številne organizacije in društva, med njimi so aktivne tudi organizacije in društva, v okviru katerih se združuje invalidska populacija, kjer s svojim prizadevnim

delom to področje pokriva tudi Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, s katerim uspešno sodelujemo že desetletja.

Kako bi ocenili dosedanje življenje in delo Občine Domžale pod vašim vodstvom?

Na kratko bi rekla, da je bilo to obdobje zelo uspešno, da smo postavili vrsto dobrih temeljev, na katerih gradimo svojo prihodnost, predvsem pa me veseli, da se nadaljuje sodelovanje, povezovanje, premagovanje ovir in postavljanje ambicioznih ciljev. Pri tem sem vesela predvsem zaradi sodelovanja, ki se kaže na vseh področjih od občinskega

sveta, do sodelovanja s 13 krajevnimi skupnostmi, organizacijami ter društvi in vse to prinaša vrsto izboljšav za življenje in delo naše občine. Ob tem bi morda posebej omenila, da nimamo težav s sprejemanjem proračunov in nujno potrebnih odlokov, posebej pa sem vesela podanih predlogov za participativni proračun, za realizacijo katerih dobro sodelujemo s krajevnimi skupnostmi in predlagatelji ter smo veseli, ker se uresničujejo konkretni predlogi posameznih območij. Krajanji in krajanke



dobro poznajo svoje krajevne skupnosti, zato vem, da predlagajo najnujnejše predloge, ki jih nato, v njihovo veselje, v večji meri tudi uresničujemo.

Prav investicije so tiste, ki jih občani in občanke najbolj opazijo. Bi katere iz leta 2025 posebej omenila?

Jih ni bilo malo. Najbolj opažena pa je seveda gradnja novega mostu čez Kamniško Bistrico, ki je posledica velikih poplav iz leta 2023. Most gradi pristojno

ministrstvo in iz dneva v dan bolj dobiva svojo končno obliko. Vesela pa sem, da tudi drugih ni malo, kar nekaj pa je takih, za katere smo v letu 2025 pripravili temelje in jih bomo skrbno uresničili v letu 2026.

Za leto 2025 naj omenim področje zagotavljanja varnih poti za naše šolarje, ki se veselijo tudi obnove in razširitve posameznih osnovnih šol, pa tudi vrtcev. Kot prijetno novost naj omenim tudi pridobitve na področju trajne mobilnosti, kjer občane in občanke čakajo številne

novosti, ki naj bi jim omogočil lažji prevoz. Pri tem ne pozabljamo niti na starejšo in invalidno populacijo. Tu mislim predvsem nadgradnjo ponudbe koles - DBajk, katerih uporaba kaže velik interes občanov in občank. Kot zanimivost naj povem, da smo v Dobu kolesa postavili prav na željo učencev osnovne šole. Za občane je pomembna organizacija brezplačnega prevoza z minibusom Domžalčkom, s katerim se občani in občanke lahko prevažajo z enega konca

našega mesta do drugega. Tudi na tem področju pripravljamo nadgradnjo, omenim pa naj, da sta oba Domžalčka primerna tudi za invalide. Pa še ena novost: z Ljubljano smo se dogovorili o podaljšani liniji Ljubljanskega potniškega prometa, ki sedaj pripelje in odpelje tudi iz naše občine in smo z njim bistveno okrepili prevoz do glavnega mesta. Veseli smo bili odprtja večnamenske športne dvorane v Športnem parku Domžale in temeljito prenovo Skateparka. Oba smo svojemu namenu predali s pristrčnostjo slovesnostima in ob tem slišali veliko pohvalnih besed za njuno ureditev. Zanesljivo bosta veliko prispevala k nadaljnjemu razvoju športa v naši občini, ki še vedno ostaja občina športa in mladosti s celo vrsto športnih panog in športnih uspehov. K temu bo zanesljivo prispevala tudi celovita rekonstrukcija domžalskega bazena, ki že dobiva novo podobo. Celovito obnovljen bazen bo predvidoma odprt v letu 2026.

Nekoč so bile Domžale zgled gospodarskega razvoja. Lahko poveste več o tem področju v Domžalah danes?

O konkretnostih težko. Lahko pa povem, da pripravljamo usmeritev oz. strategijo, ki nas bo v prihodnjih letih vodila v prihodnost na področju gospodarskega razvoja. V njej bodo osnove za nova delovna mesta, mlade kadre in usklajevanje prostorskega in gospodarskega razvoja. Ena izmed majhnih, a pomembnih stvari je tudi karierni sejem, ki ga pripravljamo skupaj z Območno obrtno podjetniško zbornico Domžale in Srednjo šolo Domžale, katerega namen je pomagati mladim posebej pri neposrednem stiku z delodajalci.

Čemu boste dali posebno skrb na področju investicij v letu 2026?

V občini Domžale bomo tudi v letu 2026 nadaljevali s projekti, ki pomembno vplivajo na kakovost življenja in bivanja občanov in občank naše občine. Posebna pozornost bo namenjena širitvi domžalskega zdravstvenega doma. Občina bo tudi v naslednjem letu vlagala v cestno omrežje, nadaljevali pa bomo s projekti na področju športne in vzgojno-izobraževalne infrastrukture.

Morda nekaj več o širitvi Zdravstvenega doma Domžale?

Prav pred kratkim je bila podpisana pogodba med vsemi občinami soustanoviteljicami. S širitvijo zagotavljamo primerne prostore za zdravstveno oskrbo okoli 62 tisoč ljudi, kolikor jih živi v petih občinah, ki jih pokriva: Domžale, Lukovica, Mengeš, Moravče in Trzin. Ker se prebivalstvo vseh občin vsako leto povečuje, je potrebno zdravstveni dom razširiti. Prizidek k Zdravstvenemu domu Domžale bo obsegal tri etaže ter bo zagotavljal sodobno, varno in bolj pretočno zdravstveno obravnavo, hkrati pa načrtujemo tudi gradnjo podzemne garaže. Vsa dela naj bi bila zaključena do konca leta 2028. Gradnja prizidka bo zagotovila nemoteno opravljanje osnovne dejavnosti Zdravstvenega doma. Tako bomo dobili sodoben, učinkovit in prijazen prizidek, z njim pa boljše pogoje za zaposlene in prijetnejše okolje za paciente. Cena investicije je približno 26 mio evrov. Na enem mestu bodo združene družinske ambulate, celostna diagnostika, specialistična dejavnost ter dejavnost nujne medicinske pomoči in reševalne



službe kot satelitski urgentni center. Takšna prostorska in organizacijska integracija izboljšuje klinično natančnost in kakovost storitev. Projekt krepi dolgoročno vzdržnost primarne in nujne zdravstvene oskrbe ter postavlja trdnije temelje za potrebe obravnave prebivalcev celotnega območja vseh petih občin.

Pomembna novost, posebej za starejše občane in občanke, je Center dnevnih aktivnosti. Mogoče malo več o njem. Center dnevnih aktivnosti, odprt letošnjo jesen, je zaživel že prve dni in danes predstavlja zelo lepo priložnost vsem, ki si želijo del svojega življenja preživeti v prijetni družbi, hkrati pa poskrbeti tudi za svoje zdravje. V njem namreč ne manjka rekreativnih možnosti, obiskovalci imajo veliko priložnosti za dejavnosti za svojo dušo, saj lahko slikajo, pojejo, poslušajo glasno branje ali v prijetnem klepetu pijejo kavo in se pogovarjajo. Če je le mogoče, se jim en dan v mesecu

pridruživ tudi sama. Rada opozorim še na eno priložnost, to je vožnja s kolesom po srčnem krogu, kolesa smo pripravili v sodelovanju s svetovno znanim kolesarjem Tadejem Pogačarjem. Prav vsak obiskovalec se ob prihodu v CDA sam odloči, za katero dejavnost se bo, v okviru urnika, o katerem občane in občanke redno obveščamo, odločil in prijetno preživel svoj dan. Obiskovalci so se že tudi odločili, da gredo skupaj na izlet in resnično lahko rečem, da je dnevni center zaživel in za vse starejše pomeni veliko priložnost za prijetne dopoldneve.

Kako ocenjujete skupno delo društva in občine?

Z Društvom paraplegikom ljubljanske pokrajine Občine Domžale sodeluje že dolga leta, posebej pa sem vesela, da sta bila v sodelovanju z društvom pripravljena tudi dobrodelna koncerta in da že blizu 30 let, na pobudo članice društva Cvetke Štirn organiziramo tradicionalni turnir za Pokal Občine Domžale v kegljanju, ki je pomembna prireditev v okviru občinskega praznika. Cenimo delo društva, ki smo mu že podelili priznanje Občine Domžale, čestitali pa smo tudi Cvetki Štirn, ki je pomembna vez med nami in društvom. Za organizacijo sodelovanja hvala tudi predsednici društva Mirjam Kanalec.

Kako ocenjujete stanje dostopnosti javnih površin in objektov v občini Domžale za invalide? Katere izboljšave so načrtovane?

V Občini Domžale si vseskozi prizadevamo za izboljšanje dostopnosti javnih površin in objektov za gibalno ovirane. Pri tem dosledno upoštevamo

zakonodajo, veseli pa smo tudi pobud in predlogov občanov in občank, posebej zelo aktivnega Društva invalidov Domžale, ki je letos praznovalo 50-letnico in smo jih za njihovo dolgoletno uspešno delo nagradili z zlatim priznanjem Občine Domžale. Predloge dobivamo tudi s strani zelo pridnih društev upokojencev. Na vseh področjih skušamo odpravljati ovire, društvom pomagamo pri uresničevanju njihovih programov s finančnimi in drugimi pomočmi, hvaležni smo jim za prostovoljno delo in srčnost, ki ga kažejo posamezniki s svojim prostovoljnim delom. Pri tem se lahko pohvalimo z vrsto priznanj našim občanom in občankam za prostovoljstvo, ki resnično veliko prispeva k dobremu delu društev in organizacij.

Pri vseh investicijah dosledno upoštevamo dostopnosti invalidov. Naj tudi ta prispevek pomeni povabilo vsem, da nas opozarjajo, kaj vse bi lahko naredili za primernejšo dostopnost invalidske populacije.

Letos je Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine v skladu s svojim programom kar dvakrat obiskalo Občino Domžale. Morda nekaj besed o srečanju županje s člani društva, za katerim je že več desetletno uspešno sodelovanje.



V občini smo veseli vsakršnega sodelovanja z organizacijami in društvi, tudi s tistimi, ki pri nas nimajo sedeža, vključujejo pa naše občane in občanke. Posebej veseli smo bili letošnjega obiska Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine v naši občini, še posebej prijetnega druženja v Radomljah.

Zelo rada sem se srečala z vašimi člani in članicami sredi septembra, ko ste obiskali našo občino v okviru tradicionalnega jesenskega srečanja vašega društva. Prepričana sem, da je bil namen, da se kulturno obogati in sprosti v krogu prijateljev, dosežen. Sama sem zelo uživala v vaši družbi v Slamnikarskem muzeju v Domžalah, kjer so se udeleženci spoznali z bogato zgodovino slamnikarstva, ki je zaznamovalo to območje. Obiskovalci so z velikim zanimanjem spremljali prikaz pletenja in šivanja slamnikov. Po ogledu muzeja

je sledilo osrednje druženje v Športnem parku Radomlje. Kot mi je znano, ste se ob kulturnem in športnem programu imeli lepo, saj sta nastopili kar dve pevski skupini: novi pevski zbor Dan ljubezni, sestavljen iz vaših članov, in Moški pevski zbor Radomlje, oba pa je vodil Primož Leskovec. Pričakujem, da to ni bilo zadnje srečanje. Dobrodošli pri nas. Iskrena hvala tudi za vaše sodelovanje z našimi osnovnimi šolami in vrtci, ki zanesljivo pomeni lepe priložnosti, da se tudi najmlajši seznanijo z bogatim delom vašega društva in kljub mladosti spoznajo pomen prostovoljstva.

Morda še kaj za konec pogovora.

Želim si, da sodelovanje Občine Domžale in Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine ostane prijetno tudi v prihodnje. Želim si, da nadaljujemo tradicijo sodelovanja na področju športa, posebej tekmovanja v kegljanju slovenskih kegljačev za Pokal Domžal, pa tudi da morda najdemo še druge priložnosti za skupno delo.

Hkrati pa prav vsem ob pričakovanju novega leta voščim z besedami Toneta Pavčka: V srcu, če je ta pravo je zmeraj prostora za tisoč imenitnih stvari, ki jih ljubiti mora vse, kar živi, in želim, da med omenjene besede uvrstite še zdravje, srečo in veselje, vse skupaj pa naj vas spremlja v letu 2026.





Tijana Roganovič Božinovič

PREVIDNOST V PROMETU IN PROSTOČASNIH AKTIVNOSTIH

V letu 2025 je projekt Različnost je zakon, ki ga izvaja Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine in sofinancira Agencija za varnost prometa, obiskal 15 osnovnih šol po območju delovanja društva z namenom, da bi mlade seznanil z življenjem ljudi z gibalnimi ovirami, preventivo poškodb hrbtenjače ter pomenom sprejemanja različnosti.



Program je združeval teoretično predavanje z interaktivnimi delavnicami, kot so košarka na vozičkih, paranamizni tenis, slikanje z usti in poligon z arhitekturnimi ovirami, ki so učencem omogočale praktično doživetje izzivov,

s katerimi se srečujejo uporabniki invalidskih vozičkov. Delavnice so izvajali člani društva: Rok Bratovž, Slavko Krajnc, Andor Palkovič, Boštjan Ceglar, Jože Berčon, Željko Vertelj, Lutfi Abdullahu, Ljubiša Gajič, Jože Ponebšek

in drugi člani, ki imajo osebne izkušnje s poškodbami hrbtenjače.

Leto smo začeli 13. marca na OŠ Brezovica, kjer smo predstavili sedmim razredom delavnice in osebne zgodbe, učenci pa so postavljali številna vprašanja. Šolo smo obiskali ponovno 20. marca, tokrat pet oddelkov osmih razredov, z enakimi delavnicami in praktičnimi aktivnostmi. 18. marca je sledil obisk OŠ dr. Franceta Prešerna v Ribnici, kjer so se učenci sedmega razreda spoznali s poligonom, športnimi igrami in osebnimi zgodbami. Nato smo 3. aprila prvič obiskali OŠ Preska v Medvodah, kjer so se četrtri in peti razredi preizkusili v košarki na vozičkih, slikanju z usti in poligonu. V maju smo se udeležili dneva dejavnosti



Mladostni utrinki na OŠ Dragomelj (24. maja), kjer so otroci in starši na lastni koži izkusili arhitekturne ovire. 10. junija smo obiskali OŠ Komenda - Moste (podružnica Moste), tretje razrede, z delavnicami in praktičnimi prikazi. Naslednji teden, 17. in 19. junija, smo dvakrat obiskali OŠ Zbora odposlancev Kočevje, kjer so se šesto- in sedmošolci spoznali z delavnicami in preventivo poškodb hrbtenjače. Zaključek šolskega leta je bil 20. junija na OŠ 8 Talcev v Logatcu, kjer so bili učenci sedmih razredov deležni predavanja in praktične delavnice o preventivi poškodb ter življenju z invalidnostjo.

Po poletnih počitnicah smo projekt nadaljevali z obiskom OŠ Trbovlje (17. septembra) in OŠ Škofljica - PŠ Lavrica (26. septembra), kjer so sedmošolci sodelovali v delavnicah slikanja z usti, košarke na vozičkih, namiznega tenisa in poligona z ovirami. 7. oktobra smo obiskali OŠ Medvode, 21. oktobra OŠ Vencija Perka v Domžalah, 13. novembra OŠ Rodica, 14. in 18. novembra OŠ Danile Kumar v Ljubljani in 21. novembra OŠ dr. Ivana Prijatelja v Sodražici, kjer so učenci pridobili izkušnje o arhitekturnih ovirah, preventivi poškodb in se seznanili z osebnimi zgodbami predavateljev.

Projekt že več kot 18 let s praktičnimi in teoretičnimi vsebinami ozavešča mlade o življenju z invalidnostjo, preprečevanju poškodb hrbtenjače in prometni varnosti. V letu 2025 je preko teh obiskov 15-ih šol in več kot 1.200 učencev spoznalo vsakodnevne izzive uporabnikov invalidskih vozičkov, hkrati pa so se učenci naučili, kako pomembna je previdnost v prometu in pri prostočasnih aktivnostih, ki botrujejo poškodbam hrbtenjače.



Mirjam Kanalec, Tijana Roganović Božinović

NA JESENSKIH DOGODKIH
Festival športa, Festival LUPA in OVIRANTlon



JAVNA AGENCIJA
REPUBLIKE SLOVENIJE
ZA VARNOST PROMETA

Jesenski meseci 2025 so bili za Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine izjemno pestri, aktivni in hkrati zelo povezovalni. Sodelovali smo na treh velikih mestnih dogodkih, kjer smo širši javnosti predstavili šport, življenje in vsakdan oseb z gibalnimi ovirami ter opozorili na pomen dostopnosti, vključevanja in preventive.

3. Ljubljanski festival športa

Festival športa, ki ga Mestna občina Ljubljana organizira s pomočjo ljubljanskih športnih organizacij in drugih institucij, je potekal od srede, 3. septembra, do sobote, 6. septembra. Prve tri dni so se otroci ljubljanskih osnovnih šol imeli možnost preizkusiti v različnih športnih panogah. Društvo se je tudi letos pridružilo dogodku v Tivoliju, kjer smo osnovnošolcem vse tri dni ponudili priložnost, da šport spoznajo z nove, drugačne perspektive.

Naši člani, zaposleni in člani društva

distrofikov so otrokom predstavili športne discipline, ki jih lahko izvajajo tudi ljudje z gibalnimi ovirami – košarko, balinčkanje, trowing, curling, boccio in nadvse atraktivno košarko na vozičkih. Prav slednja je požela največ navdušenja, saj so se otroci z veseljem preizkusili v vlogi športnikov na vozičku.

Aktivnosti so potekale vsak dan med 8. in 14. uro. Mladi obiskovalci so hitro ugotovili, kako zabaven, a hkrati zahteven je invalidski šport ter spoznali, da šport ne pozna meja – le prilagoditve. Festival je znova dokazal, da šport povezuje, krepi sodelovanje in ustvarja razumevanje med ljudmi.

Festival LUPA

Na največjem festivalu nevladnih organizacij v Sloveniji, Festivalu LUPA, ki je potekal 3. septembra v Ljubljani, smo obiskovalcem predstavljali naše delovanje, programe in aktivnosti, ki prispevajo h kakovostnejšemu življenju



oseb z okvaro hrbtenjače, hkrati pa opozarjal na nevarnosti, ki pretijo v prometu in drugje.

Naša stojnica je pritegnila številne radovedne obiskovalce, ki so se preizkusili v namiznem tenisu na vozičku in tako spoznali, kako drugačna je igra z nove perspektive. Veliko pozornosti je požel tudi naš slikar Željko Vertelj, ki ustvarja s čopičem v ustih. Navzoče je navdušil s svojo ustvarjalnostjo.

Festival LUPA je bil odlična priložnost za predstavitev našega poslanstva, izmenjavo izkušenj ter za ozaveščanje o pomembnosti vključujoče družbe.

Evropski teden mobilnosti z OVIRANTlonom

Evropski teden mobilnosti je v Sloveniji potekal od 16. do 22. septembra pod sloganom Mobilnost za vse. Zaključil se je z dnevom brez avtomobila,



številne aktivnosti pa so spodbujale trajnostne načine prevoza, pešačenje in kolesarjenje.

Tudi letos smo sodelovali pri tradicionalnem OVIRANTLONU, ki ga je v okviru ETM organiziral Svet za odpravljanje arhitekturnih in komunikacijskih ovir MOL. Naše društvo se je dogodku pridružilo skupaj z Zvezo društev slepih in slabovidnih Slovenije, Zvezo društev gluhih in naglušnih Slovenije ter Ljubljanskim potniškim prometom. Na Kongresnem trgu je bil postavljen poligon, namenjen prikazu



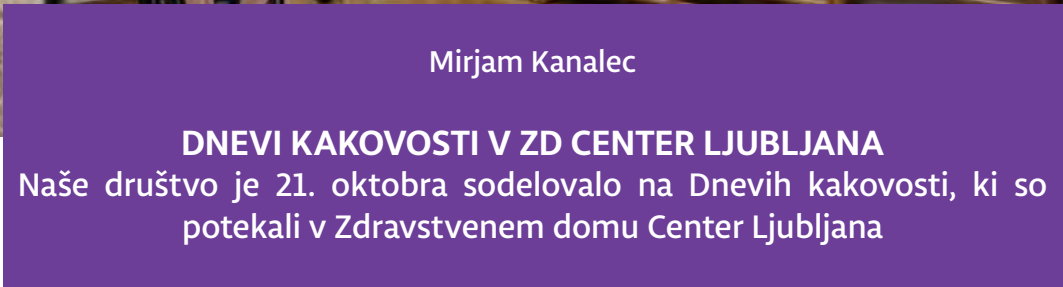
vsakdanjih izzivov, s katerimi se srečujejo gibalno ovirane, slepe, slabovidne, gluhe in naglušne osebe. LPP je prikazal nizkopodni avtobus s klančino, kjer so osebe z oviranostjo lahko poskusile vstop in izstop iz avtobusa ter dobile pomembne informacije glede uporabe LPP.

Naše društvo je postavilo stojnico z društvenimi publikacijami, drobnimi ortopedskimi pripomočki ter

predstavitvijo dejavnosti. Na posebnem poligonu z različno strmimi klančinami in neprimerno rešetko so se obiskovalci lahko preizkusili v vožnji z invalidskim vozičkom in se tako sami soočili z ovirami, ki jih vsakodnevno premagujejo naši člani. Še posebej smo poudarili pomen varne udeležbe v prometu, saj je dobra četrtina članstva prav zaradi prometnih nesreč. Obiskala sta nas tudi Jelka Žekar, predsednica Odbora ETM 2025, in Zvone Milkovič, dolgoletni podpornik in aktivni sodelavec ETM. Oba sta pohvalila pristop in pomen ozaveščanja o arhitekturnih

ter komunikacijskih ovirah v mestu.

Dogodke je finančno podprla poleg občine tudi Agencija za varnost prometa, kot pomemben del preventive. Ponosni smo, da smo v sklopu treh pomembnih mestnih dogodkov uspeli približati življenje oseb na vozičku širši javnosti, saj vsaka izkušnja in vsako novo razumevanje prispevajo k bolj enakopravni in vključujoči družbi.



Dogodek se je začel z zanimivo predstavitevijo arhitektke Nataše Hodnik Korinšek, zaposlene v ZD Ljubljana, ki je udeležencem predstavila že izvedene in še načrtovane prilagoditve za osebe z invalidnostjo. Njena predstavitev nas je prijetno presenetila, saj se decembra izteče rok, do katerega morajo biti po

Zdravniki, medicinske sestre in drugi zdravstveni delavci so z zanimanjem prisluhnili izkušnjam s terena in poudarjenim potrebam uporabnikov.

Veselim se nadaljnjega sodelovanja
tudi v prihodnje.



Nino Batagelj

OGENJ, POGUM IN ČLOVEČNOST – SKUPAJ ZA VARNOST VSEH

V dvorani Zalog je potekal prvi posvet v Sloveniji, ki je požarno varnost izrecno povezal z vprašanjem invalidnosti in oseb s posebnimi potrebami ter k skupni mizi povabil gasilce, stroko, invalidske organizacije in ljudi z izkušnjo življenja z invalidnostjo.

V Ljubljani je v dvorani Zalog potekal dogodek z naslovom Ogenj, pogum in človečnost – skupaj za varnost vseh, ki je kot prvi pri nas odprl vprašanje požarne varnosti skozi oči oseb z oviranostmi. Soorganizatorja, Gasilska zveza Ljubljana in Zveza Lions klubov Slovenije, sta povezala gasilce, strokovnjake za požarno varnost, zdravnike, predstavnike invalidskih organizacij, humanitarce in ljudi z lastno izkušnjo invalidnosti.

Uvodne misli so podali predsednik Gasilske zveze Ljubljana Anže Bitenc, predsednik 1. Lions cone Ljubljana dr. Aleš Musar ter pobudnica dogodka in predsednica Komisije za članice GZL Ema Lenarčič. Vsi so poudarili, da je varnost delo celotne skupnosti in da so osebe z oviranostmi v izrednih razmerah pogosto spregledane.

V prvem strokovnem delu je dr.

Miran Brvar, vodja Centra za klinično toksikologijo in farmakologijo UKC Ljubljana, spregovoril o nevarnostih dima in dimnih plinov. Predstavil je podatke, da v Sloveniji vsako leto zaradi zastrupitve z ogljikovim monoksidom v požarih umre več ljudi, pri številnih pa ostanejo trajne posledice. CO je plin brez barve, vonja in okusa, ki blokira celično dihanje v možganih in srcu. Pri tem je poudaril, da bi morale gasilske enote

imeti na voljo pulzne karboksioksimetre in možnost 100-odstotnega kisika z ustreznimi maskami, saj to odločilno vpliva na prvo pomoč poškodovancev. V drugem predavanju je dr. Aleš Jug, predsednik Slovenskega združenja za požarno varnost in vodja Odseka za požarne raziskave in inovacije na Zavodu za gradbeništvo, razložil, zakaj so sodobni požari tako hitri. S pravilom 1–2–3 je ponazoril, da dim in plini v prvi



minuti dosežejo javljalnik, druga minuta je okviren čas za varno evakuacijo, v treh minutah pa lahko pride do požarnega preskoka in popolne porušitve pogojev za umik.

Jug je predstavil razliko med vertikalno in horizontalno evakuacijo. Popolna vertikalna evakuacija pomeni umik iz objekta na zbirno mesto, delna ali postopna pa umik po nadstropjih. Horizontalna evakuacija, ki se uporabniki umikajo v druge požarne sektorje v isti etaži, je posebej pomembna za osebe z gibalnimi oviranostmi, predvsem v bolnišnicah, domovih starejših in podobnih ustanovah. Opozoril je, da veliko starejših objektov pri nas nima avtomatskih sistemov za odkrivanje požara, poleg tehničnih pomanjkljivosti pa je ključen tudi človeški faktor: čas, ki ga ljudje porabijo, da alarm sploh prepoznajo, se odločijo za odhod in zapustijo stavbo.

Na sistemski ravni je Jug poudaril, da so obstoječe smernice za evakuacijo invalidov zastarele. Nove tehnične smernice, predvidene za leto 2026, bodo več varnosti prinesle predvsem v novih objektih, stari pa bodo ostali brez obveznih sprememb. Kot zgled je omenil tujino, kjer smernice ne urejajo le gradbenih zahtev, temveč tudi organizacijo, vloge osebja in vnaprejšnje načrtovanje evakuacije ranljivih skupin. Posebno težo dogodku je dala osebna zgodba prostovoljnega gasilca, ki po poškodbi hrbtenjače uporablja invalidski voziček. Nino Batagelj je opisal svojo pot od napadalca na intervencijah do člana, ki je svoj prostor našel v organizaciji in vodenju dogodkov, delu z gasilsko mladino in upravljanju društva. Po njegovem prepričanju je v slovenskem



prostoru še veliko neizkoriščene priložnosti, da se osebe z invalidnostmi aktivno vključujejo v gasilstvo, kar bi koristilo tako gasilskim kot invalidskim organizacijam.

Okroglo mizo je vodil prav Nino Batagelj. Poklicna in prostovoljna gasilka Suzana Anžur je spomnila, da je prvi na kraju nesreče pogosto nekdo izmed nas, zato je ključnega pomena hitro poklicati 112 ter ukrepati po svojih zmožnostih. Varnostni inženir z URI Soča Tomaž Omerzu je predstavil model celostnega evakuacijskega načrta, ki so ga v ustanovi testirali z večjim številom požarnih sektorjev, stopnišči, evakuacijskimi blazinami in usposobljenim osebjem.

Strokovnjak za dostopnost Žiga Janša je poudaril, da ni dovolj, da vstop v stavbo omogočimo, če ne poskrbimo tudi za varen izhod v izrednih razmerah. Predstavil je evakuacijski stol in druge pripomočke, ki olajšajo premikanje po stopnicah, ter spomnil, da zakonodaja še vedno ne določa, koliko takšne opreme morajo imeti objekti. Podpredsednica

NSIOS Barbara Slaček je izpostavila manko nacionalnih smernic in enotne povezave med stroko in invalidskimi organizacijami ter predlagala skupen posvet, na katerem bi pripravili rešitve za različne skupine oseb z oviranostmi. Guverner Lions klubov mag. Vlado Gobec je poudaril, da so lionisti že večkrat sodelovali z gasilci pri pomoči po ujmah in izrazil željo, da se partnerstva med gasilci, Lionsi in invalidskimi organizacijami v prihodnje nadgradijo. Pobudnica dogodka Ema Lenarčič je ob zaključku spomnila, da na tem področju pri nas še vedno "orjemo ledino", zato so tovrstna srečanja pomemben začetek poti do sistemskih rešitev.

Dogodek je spremljalo tudi ozaveščanje o SMS-donacijah za nabavo evakuacijske opreme za osebe s posebnimi potrebami. Sogovorniki so se strinjali, da je veriga reševanja močna le toliko, kolikor je močan njen najšibkejši člen. Vsak lahko prispeva – z znanjem, pripravljenostjo pomagati ali s podporo opremi, ki v odločilnih minutah rešuje življenja.



Vladimir Jakopič

»NAŠE DELO NI LE SLUŽBA, TEMVEČ POSLANSTVO.«

Ste vedeli, kako Dom paraplegikov Pacug deluje? Kdo stoji na čelu tega za invalide prepotrebne objekta? Vse to in še več preberite v tem prispevku!

avtor slike: Andraž Muljavec

Le kdo od nas, ki življenje preživljamo na vozičku, hoduljah, berglah in ostalem, še ni slišal za Dom paraplegikov Pacug? In tudi verjamem, da nas je mnogo članov društev Zveze paraplegikov Slovenije tam že bilo in spoznalo vse dobrobiti, ki jih Dom nudi; vse od obnovitvene rehabilitacije, do izvrstne hrane in veselega druženja s sebi enakimi. Da pa je temu tako, ne gre pripisati zgolj naključju, ampak je vse v rokah tam zaposlenih, ki jih vodi direktorica Urša Prešeren.

Kako poteka vodenje Doma paraplegikov (v nadaljevanju DP) v smislu kadrovske zasedbe, organizacije poslovanja...?

Vodenje Doma paraplegikov je zaradi izrazite sezonskosti poseben izziv. Prav ta sezonskost je največja težava, saj vsako leto znova iščemo nove sodelavce, pri čemer je zadnja leta vse težje dobiti kader, ki je strokovno usposobljen za opravljanje svojega dela. Sama verjamem, da morajo

biti ljudje za svoje delo pošteno plačani, vendar je pogosto zahtevno uskladiti visoke stroške z omejenimi prihodki, ki nam po poravnanih obveznostih do bank in dobaviteljev ostanejo. Najtežji del vodenja so zato stalni finančni pritiski, še posebej v zimskem času, ko so prilivi izrazito nižji.

Moja strokovnost in dolgoletne izkušnje pri vodenju pa mi pomagajo, da kljub tem izzivom ohranjamo kakovost poslovanja. Poslovanje je organizirano tako, da imam sama pregled nad potrebami posameznih sektorjev, nad zasedenostjo in željami gostov. Vodenje strokovnih področij pa prepuščam ljudem, ki so na svojih področjih najbolj podkovani – vodji kuhinje, ki koordinira delo kuharjev, in vodji fizioterapije, ki usmerja delo fizioterapevtov. Čiščenje izvajamo prek zunanjega servisa, saj je sobarico danes praktično nemogoče dobiti.

Sama skrbim, da vse poteka usklajeno in

v skladu s standardi, ki smo si jih zastavili. Ker imam rada stvari pod nadzorom, opravljam tudi delo receptorja (pri tem mi letos prvič pomaga sodelavec Luka), naročam vso potrebno robo – od hrane in pijače do čistil in drugih pripomočkov, saj želim imeti pregled nad stroški. Poleg tega oblikujem termine in razporeditev sob, kjer si prizadevam, da imajo gostje vse, kar potrebujejo, in da čim več prijavljenih dobi želene termine. To je v zadnjih letih postal poseben izziv, saj na moje veliko veselje število prijav na SOR stalno narašča.

Deset let vodite DP. Kako ste začeli, v kakšnem stanju je bil pred vašim vodenjem?

»Takrat je bilo vse še precej majhno in simpatično...«

Leta 2015 sem se Domu pridružila kot sveža diplomantka prava, najprej kot upravnica. Takrat je bilo vse še precej majhno in simpatično – majhne skupine,

prijetni gostje, veliko domačnosti. Prvo leto sem se ogromno učila, spoznavala objekt, delo in ljudi. Dom pa je v teh letih doživel vzpone in padce. Z izgradnjo novega dela je prerasel v nekaj bolj resnega, kar je s seboj prineslo tudi velike finančne obveznosti, ki so nas svoj čas dobesedno vlekli na dno. Po obdobju covida in s pomočjo turističnih bonov smo začeli znova plavati proti površju. Ko sem sama prevzela vodstvo, smo dokončno izplavali in danes lahko rečem, da Dom posluje stabilno in lepo. To pa ni prišlo čez noč, ampak je vse plod dolgoletnega truda. Prav ta trud – moj in trud sodelavcev, nekateri so tukaj že od mojih začetkov – se pozna v tem, da se gostje radi vračajo.

Sama sem prepričana, da tudi če kdaj ni vse popolno, gostje veliko lažje sprejmejo pomanjkljivosti, če jih pričaka nasmeš in prijazna beseda. Zato pri izbiri sodelavcev vedno iščem ljudi z iskrico v sebi, za katero vem, da bo pri gostih dobro sprejeta.

Kakšna so vaša načela pri vodenju?

Pri vodenju se opiram na tri glavna načela: iskrenost, spoštovanje in odgovornost. Prepričana sem, da vodja ne sme stati nad ekipo, ampak z njo. Zato stremim k sodelovanju, odprti komunikaciji in medsebojni podpori.

Delovne navade sem prinesla od doma, saj prihajam iz podjetniške družine. Zelo sem ponosna in hvaležna svojim staršem, ki so mi privzgojili vztrajnost, odgovornost in spoštovanje do dela. To so temelji, na katerih gradim tudi svoje vodenje.

Verjamem, da je vsak član ekipe pomemben in da uspeh doma nikoli ni zaslug posameznika, ampak skupnega dela. Zato dajem ljudem prostor, da na svojem področju pokažejo strokovnost, sama pa poskrbim za povezovanje in



usmerjanje. Ob tem pa menim, da je poleg resnosti nujna tudi sproščenost – rada se pohecam s sodelavci, ker verjamem, da je dobra volja ključ do dobrih odnosov in prijetnega delovnega vzdušja.

Kaj je bistvo delovanja DP in čemu posvečate največ pozornosti?

Bistvo delovanja Doma paraplegikov je ustvariti okolje, kjer se gostje počutijo sprejeto, varno in kot doma. Zato posvečamo veliko pozornosti osebnemu pristopu in malim pozornostim – če kdo zamudi terapijo, ga gremo iskat; če ga ni pri kosilu, preverimo, ali je vse v redu. Takšne geste dajejo Domu toplino in občutek skupnosti, ki ga gostje zelo cenijo. Hkrati pa je po mojem mnenju najpomembnejši faktor kakovostna fizioterapevtska obravnava. Zavedam se, da vsa dobra hrana, prijazno osebje in lepo urejeno okolje ne morejo gostom dati toliko, kot jim lahko da strokovna in celovita fizioterapija. Prav to je jedro Doma in razlog, zakaj se ljudje k nam vračajo – da dobijo profesionalno, skrbno in prilagojeno terapijo, ki prispeva k njihovem zdravju, neodvisnosti in boljšemu počutju.

Bistvo našega dela je torej kombinacija strokovnosti in človečnosti: kakovostna obravnava, skrb za individualne potrebe gostov in topel, osebni pristop, ki ustvarja občutek domačnosti.

Kakšen je model financiranja?

»Naše delo ni le služba, temveč poslanstvo ...« Dom paraplegikov se financira samostojno; smo samostojna pravna oseba, katere ustanovitelj je Zveza paraplegikov Slovenije. Kot družba z omejeno odgovornostjo nismo upravičeni do finančnih sredstev, ki jih pridobivajo invalidske organizacije. To pomeni, da delujemo s prihodki, ki jih ustvarimo z rehabilitacijo, s skupinami in posamezniki, ki jih uspemo privabiti k nam. Zelo pomembna in neprecenljiva je tudi pomoč Zveze paraplegikov Slovenije. Poleti nam omogočajo izposojlo modernih aparatov, s katerimi udeležencem SOR lahko zagotovimo še boljše terapije, hkrati pa poskrbijo za glavnino naše zasedenosti, saj napotijo svoje člane k nam na rehabilitacijo. To ni le poslovna podpora. Občutek, da smo del širše skupnosti, ki resnično skrbi za svoje člane, daje domu posebno toplino in smisel. Ravno zato naše delo ni le služba, temveč poslanstvo. Poleg Zveze pa se vsako leto razvija tudi sodelovanje z drugimi organizacijami. Tako Združenje multiple skleroze Slovenije vsako leto k nam napoti vse več svojih članov. Prav tako na rehabilitacijo sprejememo nekaj članic Društva paralitikov Slovenije. S ponosom lahko rečem, da gre v večini primerov sedaj že za "povratnike", ki k nam prihajajo že več let, vsako leto pa

se jim pridruži še nekaj novih obrazov.

Kakšno je sodelovanje z ostalimi institucijami, ministrstvom ...? Koliko je razumevanja z njihove strani?

Z institucijami in ministrstvom pravzaprav nimamo veliko stika. Največji izziv zame osebno predstavljajo inšpekcijske službe. Obiski so pogosto dolgotrajni in odvzamejo cel dan, čeprav praviloma ne najdejo nepravilnosti. Še bolj težko je, ko izvem, da prijave iz naslova nepravilnosti prihajajo od gostov zaradi manjših nesmiselnih težav. Včasih se zdi, da gre za škodoželjnost. To me žalosti, saj ljudje raje upajo, da bomo dobili kazen, namesto da bi pristopili neposredno do mene in iskreno povedali, kaj jih moti. Ves trud in energija, ki jo vlagamo v prijazno in skrbno okolje, je potem nenadoma podvržen dvomu, kar je čustveno zelo naporno. Vsak dan je že tako zaseden, zato vsak takšen obisk čutim kot veliko izgubo dragocenega časa, ki bi ga raje posvetila izboljšavam in podpori gostom.

O delovanju DP se povsod slišijo same pohvale, kar pomeni, da delate dobro. K dobremu glasu veliki meri prispevjo vaša angažiranost, predanost in znanje. Kaj bi v tem trenutku želeli izboljšati oz. spremeniti?

Največji izziv ostaja iskanje kadra. Ker gre za sezonsko delo, vsako leto začnemo skoraj znova, kar je izčrpavajoče in hkrati frustrirajuče. Moja velika želja je, da bi lahko ustvarili stabilno, zanesljivo ekipo, okoli katere bi gradili dolgoročne programe in še bolj kakovostno skrbeli za goste. Prav tako bi rada dodatno razvila programe za goste, da bo njihovo bivanje še bolj aktivno, udobno in polno doživetij. Vsako leto, ko vidim, da se ljudje, ki enkrat pridejo k nam,

vračajo, me to iz srca napolni s hvaležnostjo in potrditvijo, da naš trud resnično nekaj pomeni. To ni samo delo – to je poslanstvo. V teh desetih letih sem videla, kako Dom doživlja vzpone in padce: od majhnih



skupin in domačnosti, preko izgradnje novega dela in finančnih težav, do obdobja covida in danes stabilnega poslovanja. Kljub vsem izzivom sem ponosna na svojo ekipo, ki z iskreno predanostjo, toplino in strokovnostjo ustvarja prostor, kjer se gostje počutijo sprejete, spoštovane in varne. Najpomembnejše pa je, da dobijo kakovostno fizioterapijo – to je tisto, zaradi česar se vračajo, in to je srce našega doma.

Vsak nasmeh, vsaka prijazna beseda in vsak trenutek pozornosti, ki ga namenimo gostom, je dokaz, da je trud ekipe in moj trud kot vodje resnično vreden. In prav to nas žene naprej – želimo ustvarjati prostor, kjer se ljudje počutijo kot doma in kjer njihov obisk resnično nekaj pomeni.

Kakšna je direktorica Urška zasebno, kaj jo veseli, osrečuje in ji daje smisel življenja?

»Družinski krog mi pomeni ogromno in tam tudi najdem največ smisla.«

Zase bi rekla, da sem zelo delavna oseba, a hkrati nekdo, ki mu je družina na prvem mestu. Družinski krog mi pomeni ogromno in tam tudi najdem največ smisla. Poleg moje vloge v Domu paraplegikov se doma ukvarjamo še s številnimi drugimi dejavnostmi – proizvajamo gazirane pijače, imamo trgovino, bar in kavarno ter pridelujemo ekološko zelenjavo. Za ta del je sicer bolj zadolžen moj partner, a v času poletne sezone seveda vedno pomagamo vsi, tako da je naše življenje precej pestro in živahno. Največji darili mojega življenja sta moja sinova, ki sta se oba rodila v času mojega dela v Domu. Lahko rečem, da sta v Domu že skoraj doma – včasih prideta z menoj v službo, kjer gostje z veseljem spremljajo njuno odraščanje. Zelo ljubo mi je tudi to, da se otroka skozi stik z našim delom in gosti spoznavata z invalidnostjo in drugačnostjo. Prepričana sem, da tega med otroki danes primanjkuje – prepogosto je nekdo, ki je drugačen, obravnavan drugače ali manj sprejet. Ravno zato mi je v veselje, da moja otroka rasteta v okolju, kjer se uči empatije, sprejemanja in spoštovanja.

Kar me osrečuje in mi daje smisel, je kombinacija dela, ki ga imam res rada, in družina, ki mi je v oporo in navdih. Veseli me tudi, da lahko združujem oboje – da otroka rasteta v okolju, kjer vidita pomen dela, odgovornosti in predanosti. V službi pa me osrečuje predvsem to, da lahko z majhnimi dejanji naredimo nekaj velikega za naše goste – da se počutijo sprejete, spoštovane in kot doma. To je tisto, kar mi daje energijo in motivacijo vsak dan znova.



Klara Birk, dr. med.

AVTONOMNA DISREFLESIJA

Avtonomna disrefleksija je nevarno nenadzorovano zvišanje krvnega tlaka pri osebah z visoko okvaro hrbtenjače, ki zahteva takojšnje ukrepanje.

Avtonomna disrefleksija (AD) je nenadzorovana prekomerna aktivnost simpatičnega živčnega sistema, ki se lahko pojavi pri osebah z okvaro hrbtenjače v ali nad nivojem Th6, torej pri osebah s tetraplegijo, tetraparezo ali visoko paraplegijo in paraparezo. Je posledica dražljaja, škodljivega ali povsem neškodljivega, ki deluje na telo pod nivojem okvare hrbtenjače. Prevladujoči znak AD je nenaden dvig sistolnega krvnega tlaka za 20–30 mmHg nad posameznikovo običajno vrednost.

Je nujno stanje. V kolikor je ne prepoznamo in ne ukrepamo pravočasno, lahko vodi v ekstremno povišanje krvnega tlaka (>240/130 mmHg), aritmije, ishemijo miokarda, znotrajmožgansko krvavitev, epileptične napade in celo smrt.

Osebe z okvaro hrbtenjače morajo poznati svojo običajno vrednost krvnega tlaka v ležečem in sedečem položaju. Ta je pogosto nižja kot pri splošni populaciji

— v mirovanju lahko znaša tudi pod 90/60 mmHg, sede pa je lahko še nižja. Najpogostejši simptomi in znaki AD so zvišan krvni tlak, ki hitro narašča, glavobol, kurja polt, rdečica in potenje nad nivojem okvare hrbtenjače, počasno ali hitro bitje srca, bolečine v prsnem košu, težko dihanje, meglen vid, zamašen nos, slabost, občutek močne tesnobe. Poznamo tudi t. i. »tiho« AD, pri kateri osebe ne zaznajo simptomov in znakov.

Najpogostejše AD sprožita pretirano napolnjen mehur ali črevo. Mehur se lahko prekomerno napolni zaradi zamašenega urinskega katetra ali težav z uriniranjem ob vnetju sečil, črevesje pa ob zapori blata itd. AD lahko povzročijo tudi pretesna oblačila ali povoji, poškodbe kože (rane zaradi pritiska, opekline, vraščen noht), kirurški posegi, zlomi kosti, spolni odnos, menstruacija ali katerikoli drug dražljaj pod nivojem okvare hrbtenjače.

Ob pojavu zgoraj opisanih simptomov

in znakov se takoj posedite, če lahko z nogami navzdol, in izmerite krvni tlak. Če je sistolični tlak za 20 mmHg ali več nad vašo običajno vrednostjo, ga merite vsakih 3–5 minut. V tem času razrahljajte oblačila in preverite morebitne sprožilne dejavnike: prehodnost urinskega katetra ali potrebe po samokateterizaciji, polnost črevesja (pri pregledu uporabite anestetični gel) ter stanje kože, vključno z vraščenimi nohti ali morebitnimi piki žuželk.

Če vzroka ne najdete ali ga ne morete odpraviti, takoj pokličite nujno medicinsko pomoč (112). Ob težavah zdravstveno osebje opozorite, da imate lahko avtonomno disrefleksijo, zato je vedno potrebno izmeriti krvni tlak ter ugotoviti in razrešiti vzrok AD.

Vir: Birk, K., Rataj, E., Saksida, A., Kidrič Sivec, U., Žen Jurančič, M. (2025). Avtonomna disrefleksija: informacije za paciente z okvaro hrbtenjače v oz. nad nivojem 6. prsnega vretenca [Brošura]. URI Soča.



Tijana Roganović Božinović

JOJ, POZABIL/-A SEM

Delavnici za krepitev spomina sta udeležencem ponudili koristna znanja in praktične vaje za ohranjanje mentalne vitalnosti ter poudarili pomen aktivnega staranja.

Društvo je v letu 2025 poskrbelo za dvojno izvedbo delavnice za krepitev spomina, namenjeno ohranjanju mentalne vitalnosti, kognitivne prožnosti in spodbujanju aktivnega staranja. Obe delavnici je izvedla Pika Nahtigal iz Gerontološkega društva Slovenije, ki na tem področju deluje izjemno predano in strokovno.

Prva delavnica je potekala 12. marca 2025, ko nam je Pika najprej predstavila delovanje Gerontološkega društva ter osnovna izhodišča gerontologije, vede, ki se ukvarja s starostjo in staranjem. Udeleženci so spoznali, kako deluje spomin, zakaj ga je pomembno krepiti ter katere strategije lahko pomagajo ohranjati zbranost in miselno aktivnost. Sledil je praktični del, v katerem smo se preizkusili v različnih vajah iz publikacije Vaje za vadbo spomina in zbranosti, ki jo je prejela vsaka udeleženka in vsak

udeleženec. Delavnica je minila hitro, razigrano in delovno, zato smo si takoj zaželeli ponovitve.

Drugo delavnico smo izpeljali 27. novembra 2025. Tudi tokrat nas je Pika popeljala skozi raznolike praktične miselne naloge, s katerimi smo krepili spomin, pozornost in sposobnost reševanja problemov. Udeleženci so naloge reševali zavzeto, večina pa jih je presenetila sama sebe s hitrostjo in spretnostjo pri reševanju. Publikacija z vajami nam je znova omogočila samostojno delo, posamezniki pa so pridobili dodatne ideje za ohranjanje mentalne svežine doma.

Obe srečanja sta potrdili, kako pomembno je redno spodbujanje kognitivnih sposobnosti in kako dragoceno je strokovno vodenje, ki udeležence motivira, povezuje in spodbuja k aktivnemu razmišljanju.

Piki Nahtigal se iskreno zahvaljujemo za strokovno in prijetno izvedbo obeh delavnic ter se veselimo ponovnega sodelovanja.

Euro ključ pomeni razliko med čakanjem in gibanjem – omogoča, da osebe z oviranostmi samostojno odprejo javne sanitarije, dvigala ali dvižne ploščadi, namenjene njim. Uporaben je tako v Sloveniji kot v številnih evropskih državah, med drugim v Avstriji, Nemčiji, Švici, na Češkem in Nizozemskem. V Sloveniji je uradni dobavitelj podjetje JR Product d.o.o. iz Ljubljane, cena ključa pa je približno 40 evrov. Največ lokacij z euro ključavnicami je trenutno v Ljubljani, mreža pa se postopno širi tudi v druga mesta; ažuren seznam dostopnih lokacij je javno objavljen na spletni strani dobavitelja.



Mirjam Kanalec

NISI SAM

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine že vrsto let izvaja obsežne programe socialne podpore, ki posameznikom po okvari hrbtenjače omogočajo izmenjavo izkušenj, opolnomočenje in vključevanje v skupnost. Srečanja, delavnice in mreža 17 socialnih poverjenikov po 38 občinah nudijo neposreden stik, praktične nasvete ter prostor za medsebojno povezovanje in podporo.



JAVNA AGENCIJA
REPUBLIKE SLOVENIJE
ZA VARNOST PROMETA

Socialna podpora je ena najpomembnejših spremljevalk na poti posameznika, ki se po okvari hrbtenjače znova vključuje v vsakdanje življenje. Obdobje po poškodbi je pogosto prežeto z negotovostjo, številnimi vprašanji in izzivi, ki presegajo zgolj medicinsko rehabilitacijo. Prav zato je dobro organizirana in dostopna socialna mreža ključna – od informacij in svetovanj do pomoči pri prilagoditvah, pravicah in vključevanju v skupnost.

V našem društvu se tega še posebej zavedamo, zato smo skozi projekt NISI SAM, ki ga sofinancira Agencija za varnost prometa, okrepili dejavnosti, namenjene opolnomočenju oseb po okvari hrbtenjače. S strokovno podporo, delavnicami in individualnimi pristopi želimo omogočiti, da posameznik po

poškodbi ne ostane sam, temveč dobi priložnost za kakovostno, aktivno in vključeno življenje.

Info točke v URI Soča



Prvi stik z društvom je že v času medicinske rehabilitacije izjemno dragocen. Pacienti se takrat pogosto

soočajo z negotovostjo, številnimi vprašanji in strahovi. Informacije, izkušnje in osebna podpora članov društva jim pomagajo razumeti, da na tej poti niso sami. Srečanja ustvarjajo prostor za izmenjavo izkušenj, opolnomočenje ter pridobivanje informacij o programih in možnostih podpore v domačem okolju. Sodelovanje društva z URI Soča v okviru vrstniške pomoči poteka že več kot 15 let, vendar pa se je še posebej okrepilo z novim vodstvom na oddelku za okvaro hrbtenjače, kjer priznavajo vrstniško pomoč kot pomemben del uspešne rehabilitacije.

V maju in septembru smo na povabilo socialne delavke Vanje Skok iz URI Soča izvedli dve srečanju, namenjeni paraplegikom in tetraplegikom iz naše pokrajine, ki so v času rehabilitacije pred

pomembnimi izzivi ponovne vključitve v življenje. Udeležencem smo predstavili programe društva, možnosti podpore po vrnitvi domov ter jim ponudili priložnost za izmenjavo izkušenj z našimi člani, ki so pot okvare hrbtenjače že prehodili.

Srečanja so potekala v sproščenem in spodbudnem vzdušju. Poleg predsednice Mirjam Kanalec so sodelovali tudi člani društva Slavko Krajnc, Bojan Lukežič, Petra Mežnar, Robert Žerovnik in strokovna sodelavka Petra Testen, svoje strokovno znanje pa sta prispevali socialni delavki Vanja Skok in Ina Knez iz URI Soča. Septembrsko srečanje je popestril zdravnik Daniel Globokar, ki je udeležence povezal z osebnimi izkušnjami. Dogodek je popestrilo tudi skupno iskanje novega imena za naša srečanja, kar pa še ni obrodilo končnega rezultata.

Prvi stik z društvom v času rehabilitacije se izkazuje kot izjemno pomemben, zato bomo s tovrstnimi srečanji nadaljevali tudi v prihodnje.

Sprejem novih članov

V letu 2025 smo v Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine izvedli tri sprejeme novih članov – 10. februarja, 18. avgusta in 23. oktobra. Na srečanjih so predsednica Mirjam Kanalec, vodja Mreže socialnih poverjenikov Petra Testen ter socialni poverjeniki Peter Kralj, Ljubiša Gajič in Slavko Krajnc predstavili delovanje društva, osem posebnih socialnih programov ter možnosti vključevanja v aktivnosti. Udeleženci so pridobili informacije o pravicah iz socialnega in zdravstvenega zavarovanja, ugodnostih, rekreaciji, evropski kartici ugodnosti ter drugih pomembnih področjih, ki vplivajo na življenje po poškodbi.

Pomemben poudarek je bil na izmenjavi osebnih izkušenj, ustvarjanju novih poznanstev ter medsebojni podpori, ki je ključna pri prilagajanju na življenje po okvari hrbtenjače. Sprejem novih članov ostaja ena najpomembnejših priložnosti, da ugotovimo, kakšno podporo posameznik potrebuje ter da ga na poti opolnomočenja spremljamo tudi v prihodnje.

Pogovorno-podporna skupina »Kako si?«

V društvu smo v letu 2025 izvedli več srečanj pogovorno-podporne skupine »Kako si?«, ki jo strokovno vodi klinična psihologinja dr. Vesna Radonjič Miholič. Namen skupine je ustvariti varen prostor za pogovor, izmenjavo izkušenj, medsebojno podporo in učenje veščin, ki posameznikom pomagajo pri soočanju z izzivi življenja po poškodbi.

Na prvem srečanju februarja smo govorili o komunikaciji, aktivnem poslušanju in načinih, kako izražati občutke na spoštljiv in jasen način. Aprilska delavnica je temo komunikacije še poglobila – razmišljali smo o pomembnosti poslušanja, prijaznosti in spoštljivosti ter o različnih vrstah sporazumevanja.

Septembra smo se posvetili temi

poguma – kako se soočamo s strahovi, kako krepimo notranjo moč in zakaj je priznanje lastne ranljivosti pomemben korak k osebni rasti. Novembrska delavnica je bila namenjena čustvom in komunikaciji, poudarek pa je bil na tem, kako razumeti svoja čustva, jih ustrezno izraziti ter s tem izboljšati odnose in počutje.

Vsa srečanja so potekala v sproščenem, zaupljivem vzdušju, udeleženci pa so izpostavili, da jim izmenjava izkušenj pomaga razumeti, da v svojih občutkih niso sami. Pogovorna skupina tako ostaja pomemben prostor za osebni razvoj, krepitev psihološke odpornosti in medsebojno povezanost.

Vse, ki se radi bogatite ob pogovoru z drugimi in se družite ob kavi, vabimo, da se nam pridružite na prihodnjih srečanjih, dr. Vesni Radonjič Miholič pa se najlepše zahvaljujemo za ponovno odlično izvedbo delavnic in se veselimo srečanj ter sodelovanja tudi v letu 2026.

Motivacijski tabor novih članov

V Beli krajini, v prijetnem okolju Doma paraplegikov v Semiču, je od 23. do 24. maja 2025 potekal dvodnevni motivacijski tabor za nove člane Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine.



Namen tabora je bil povezati nove člane, jim omogočiti izmenjavo izkušenj ter jim ponuditi priložnost, da v sproščenem okolju okrepijo občutek pripadnosti skupnosti.

Dom v Semiču, popolnoma prilagojen osebam na vozičkih, je zagotovil vse potrebne pogoje za prijetno bivanje, udeleženci pa so vikend izkoristili za druženje, pogovore, družabne igre in skupne trenutke, ki so krepili medsebojno zaupanje. Odpravili so se tudi na degustacijo lokalnih belokranjskih vin, kar je pripomoglo k še bolj prijetnemu vzdušju.

Društvo je poskrbelo za vso logistiko, prehrano in pijačo, udeleženci pa so s seboj morali prinesiti le osebne stvari. Tabor je uspešno okrepil vezi med člani ter ponudil pomemben prostor za deljenje življenjskih izkušenj in za podporo pri prilagajanju na življenje po poškodbi.

Mreža socialnih poverjenikov (MSP)

Društvo ima vzpostavljeno široko mrežo 17 socialnih poverjenikov, članov društva, ki delujejo na območju 38 občin, kjer društvo nudi podporo svojim članom. Poverjeniki so ključna vez med člani in društvom, saj omogočajo neposreden stik, svetujejo, nudijo pomoč in prenašajo pomembne informacije. Društvo že dolga leta redno organizira srečanja s socialnimi poverjeniki po različnih regijah, kjer se člani v manjših skupinah družijo, izmenjujejo izkušnje in se pogovarjajo o izzivih, s katerimi se soočajo v vsakdanjem življenju.

V letu 2025 so srečanja potekala v Kamniku, Domžalah, Podcerkvi, Na Vrhniki, Ivančni Gorici, Kisovcu ter dvakrat v Ljubljani. 11. aprila so se člani srečali s socialnima

poverjenikoma Petrom Kraljem v Domžalah in Antonom Iskro v Kamniku. V prijetnem vzdušju gostilnice Kos in Kegljaškega kluba Kamnik so izmenjali



izkušnje, se pogovarjali o težavah ter nadaljevali druženje ob kosilu. 24. aprila je socialni poverjenik Adolf Košmrlj v Hostlu Ars Viva v Podcerkvi organiziral neformalno srečanje, kjer so si člani svetovali, razpravljali o težavah, igrali družabne igre in si izmenjali dragocene nasvete. 29. avgusta so se člani srečali z poverjenikom Romanom Jesenškom v gostilni Pri Kranjcu na Vrhniki. Dogodek je potekal v sproščenem in neformalnem vzdušju, udeleženci so lahko predstavili svoje dileme, prejeli nasvete in podporo ter se seznanili s pravicami iz socialnega in zdravstvenega varstva. Poleg resnejših vsebin je srečanje omogočilo tudi druženje in sprostitev ob prijetnem klepetu in pogostitvi.

Jeseni so sledila srečanja, ki so prav tako ponudila priložnost za podporo in povezovanje. 20. oktobra je v Gostišču Portal potekalo srečanje s socialno poverjenico Petro Mežnar, kjer so člani razpravljali o aktualnih temah, si izmenjali izkušnje ter prejeli priročnik s koristnimi informacijami s področja zdravstva, sociale in pokojninskega varstva. Čez štiri dni, 24. oktobra, so se člani zbrali v Gostilni Krjavelj v Ivančni Gorici, kjer so se srečali s Štefanom Glavanom, Veselko Pevec in

Antonom Zakrajškom. Namen srečanja je bil medsebojno druženje, delitev izkušenj in podeljevanje praktičnih nasvetov.

Posebno tradicionalno srečanje je

potekalo 27. oktobra v Kisovcu, kjer je socialni poverjenik Marjan Zupanec gostil člane zasavskih občin v gostilni Naš hram. Srečanje je potekalo v sproščenem vzdušju, člani so izmenjali izkušnje, se družili in prejeli informacije o pravicah in podpori, ki jih nudi društvo.

Zaključek leta je prinesel srečanje 26. novembra v gostilni Livada v Ljubljani s poverjenikom Ljubišo Gajičem, kjer so člani izrazili svoje želje in pričakovanja, odprl se je iskren pogovor o vsakodnevnih izzivih, člani pa so med drugim bili seznanjeni z možnostmi aktivnega vključevanja v društvene aktivnosti.

Vsa srečanja so potekala v prijetnem, sproščenem vzdušju, pogosto ob kosilu ali družabnih igrah, kar je članom omogočilo izmenjavo dragocenih izkušenj in nasvetov. Prisotnost predsednice društva Mirjam Kanalec in vodje MSP Petre Testen je dodatno poudarila pomen teh srečanj ter ponudila priložnost za predstavitev priročnikov s koristnimi informacijami. Takšna srečanja ostajajo pomemben del dolgoletne tradicije društva, krepijo medsebojno povezovanje, širijo socialno mrežo ter prispevajo k občutku pripadnosti in skupni rasti.



Petra Testen

PRAZNOVANJA VISOKIH JUBILEJEV

Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine je v letu 2025 obeležilo vrsto častitljivih jubilejev članov. Priložnosti so prinesle veliko veselja, topline in skupnega druženja.

V sredo, 2. aprila, smo praznovali 80. rojstni dan našega člana Andreja Kunaverja. Predstavnik društva Petra in Tomaž sta ga obiskala na domu in ga presenetila s tortico in svečkami. Andrej ni pričakoval nenapovedanega obiska, zato je bilo presenečenje še posebej pristrčno. V veseli družbi je upihnil svečke in si zaželel svojo skrito željo, ob tem pa so vsi prisotni poskrbeli za prijetne trenutke in toplo vzdušje.

V nedeljo, 25. maja, smo praznovali 80. rojstni dan članice Jerce Dahu. V

Kamniku sta jo obiskali članici društva Draga Lapornik in Matilda Šalamun, ki sta ji pripravili prijetno presenečenje s šopkom rož. Jerca je postregla slastno tortico in prav vsi so uživali v sproščenem klepetu in skupnem praznovanju.

Avgusta smo z velikim veseljem obeležili 90. rojstni dan člana Franca Oblaka iz Moš pri Smledniku. Ob njegovem jubileju smo ga obiskali na domu, mu izrekli iskrene čestitke in mu zaželeli še veliko zdravja, miru in veselja. Dogodek je bil poln topline, prijateljstva in spoštovanja, ki ga člani društva čutimo drug do drugega.

V isti polovici avgusta smo praznovali tudi 80. rojstni dan naše članice Ane Feržan. Posebno presenečenje smo ji pripravili kar na izletu v Celovec, ko smo ji podarili tudi šopek rož kot znak spoštovanja in prijateljstva. Ana je bila ganjena ob pozornosti, nasmeh in hvaležnost pa sta napolnila srce vseh prisotnih.

Vsi ti jubileji so obudili spomine, opominjajo pa nas, da je obdarovanje, druženje in pozornost do soljudi neprecenljiva vrednota.





Mirjam Kanalec, Tijana Roganović Božinović

SREČANJA, KI POVEZUJEJO IN BOGATIJO NAŠE ŽIVLJENJE

Letos smo pripravili dve osrednji srečanji – spomladansko v Ribnici in jesensko v Domžalah, decembra nas čaka še novoletno v Ljubljani.

Družabna srečanja imajo za naše društvo izjemen pomen. Predstavljajo priložnost, da se člani povežejo, si izmenjajo izkušnje, okrepijo prijateljske vezi ter skupaj ustvarijo nove spomine. Ob sproščenem druženju, kulturnem programu in prijetnih pogovorih se krepi občutek pripadnosti ter medsebojna podpora, ki sta temelj našega uspešnega delovanja. Vsako leto izberemo drugo občino za izvedbo srečanj – s tem ne le povezujemo svoje člane z lokalnimi skupnostmi, ampak tudi omogočamo članom, da поблиže spoznavajo različne kote Slovenije.

BOGATA TRADICIJA ROKODELSTVA NA RIBNIŠKEM

V soboto, 8. junija 2025, je društvo v prijetnem okolju Ribnice pripravilo tradicionalno spomladansko srečanje,

ki je člane društva, njihove prijatelje in podpornike povežalo v dnevno, polno smeha, glasbe, kulturnih doživetij in pristnega človeškega stika.

Druženje se je pričelo z obiskom Rokodelskega centra Ribnica, kjer so

udeleženci spoznali bogato lokalno tradicijo rokodelstva, značilno za ta del Slovenije. Pot jih je nato vodila še do ribniškega gradu, ki jih je navdušil s svojo zgodovino in urejeno okolico. Sončno vreme in sproščeno vzdušje sta



le še dodatno pripomogla k prijetnemu doživetju.

Po kulturnem delu izleta so se vsi zbrali na kosilu in si privoščili jedi z žara in osvežilne solate. Za glasbeno spremljavo so s čudovitimi glasovi poskrbele pevke iz

in nesebično pomoč pri organizaciji dogodka. Zahvala gre tudi Branku Koturju za odlično pripravljene specialitete na žaru in Društvu podeželskih žena za glasbeno popestritev dneva.



Društva podeželskih žena, ki so s pesmijo obogatile popoldansko druženje in vsem pričarale domače vzdušje. Zbrane je nagovorila predsednica društva Mirjam Kanalec, ki je v svojem govoru poudarila pomen tovrstnih srečanj za krepitev skupnosti, osebnih vezi in sodelovanja med člani društva ter lokalnim okoljem. Popoldne je minilo ob kavi, piškotih in zabavnih igrah, v katerih so se člani društva z veseljem preizkusili. Tekmovanja so potekala v sproščnem in veseljaškem duhu. Posebno pozornost si je prislužil Bojan Lukežič, zmagovalec igre trowing, ki je s srečno roko osvojil pokal.

Dogodek je bil odlično organiziran in je še enkrat pokazal, kako pomembni so tovrstni dnevi za krepitev vezi, dobre volje in medsebojne podpore.

Ob tej priložnosti iskreno zahvaljujemo Občini Ribnica in Rokodelskemu centru Ribnica za izkazano gostoljubje

SLAMNIKARSTVO V DOMŽALAH

V soboto, 13. septembra 2025, je Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine pripravilo tradicionalno jesensko srečanje, ki je letos potekalo v Radomljah v Občini Domžale. Člane društva je tudi tokrat združil dan, namenjen družabnosti, dobri hrani, kulturnemu programu in sproščnemu klepetu.

Dopoldne so udeleženci obiskali Slamnikarski muzej Domžale, kjer so spoznali bogato dediščino slamnikarstva. Tam jih je pozdravila županja mag. Renata Kosec, ki je izrazila podporo društvu in poudarila pripravljenost za skupno ustvarjanje bolj dostopnega okolja za invalide na vozičkih. Predsednica društva Mirjam Kanalec je ob tem izpostavila dolgoletno odlično sodelovanje z Občino Domžale, častna meščanka Vera Vojska pa je udeležencem predstavila Domžale in njihovo okolico.

Osrednje druženje je potekalo v Športnem parku Radomlje, kjer so člani uživali ob okusnem mešanem mesu z žara, prijetnem pogovoru in družabnem vzdušju. Kulturni program so obogatili pevski zbor Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine Maček v žaklju, Moški pevski zbor Radomlje ter recitatorska skupina Ona & one, ki je predstavila del glasbeno-recitatorskega programa Slovenija, od kod lepote tvoje. Za živahno glasbeno spremljavo je poskrbel Slavko Krajnc.

Udeleženci so se pomerili tudi v igri throwling, kjer je zmago osvojil Rudi Puhar in prejel simbolično nagrado – vrečko presenečenja.

Jesensko srečanje je ponovno dokazalo, kako dragoceni so trenutki skupnosti in kako pomembno je, da si člani vzamemo čas drug za drugega. Iskrena hvala žar mojstru Branetu, Petri in ekipi za izvrstno organizacijo, Društvu paraplegikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja za pomoč pri prevozih ter lastniku in najemniku Športnega parka Radomlje za velikodušno uporabo prostora.





Mirjam Kanalec

Z VETROM V LASEH

V juniju in avgustu smo organizirali dva nepozabna izleta z električnimi priklopniki – prvega po ljubljanskem ZOO-ju in PST-ju, drugega pa po 50-kilometrski krožni poti med Ljubljano, Domžalami, Kamnikom in Mengšem.

Tehnološki napredek v zadnjih letih pomembno vpliva tudi na razvoj tehničnih pripomočkov za invalide. Postajajo vse zmogljivejši, varnejši in uporabniku prijaznejši. Električni priklopniki, prilagojena oprema in sodobni pripomočki nam omogočajo večjo mobilnost, samostojnost in vključevanje v okolje – odpirajo vrata do doživetij, ki so bila nekdaj težje dosegljiva. Tako smo tudi letos z njihovo pomočjo preživeli dva čudovita izleta.

V Ljubljanski ZOO in po PST okoli Ljubljane

13. junija smo organizirali v Ljubljani izlet z električnim priklopom. Naše druženje se je začelo s prijetnim in poučnim obiskom živalskega vrta, kjer smo si pod strokovnim vodstvom Marcela ogledali različne živalske vrste in izvedeli marsikaj zanimivega o njihovem življenju. Zamudili nismo niti hranjenja

morskih levov.

Po ogledu zanimivosti na južnem pobočju Rožnika smo se maloštevilni podali proti Koseškemu bajerju, kjer smo občudovali naravno bogastvo tega edinstvenega mokrišča, nato pa se podali po prečudoviti poti spominov in tovarištva, ki obkroža našo lepo Ljubljano.

50 kilometrov doživetij

Peščica članov našega društva se je 31. avgusta podala na nepozaben izlet z električnimi priklopniki. Sprva je bil izlet načrtovan v soboto, a smo zaradi muhastega vremena in napovedi dežja dogodek prestavili na nedeljo. Štartali smo izpred društva, trasa pa je potekala Ljubljana – Domžale – Kamnik – Mengeš – Ljubljana, skupaj smo prevozili približno 50 kilometrov. Na poti smo obiskali nekaj točk kolesarske poti Srčni krog v Domžalah, ki simbolizira povezanost,

sočutje in solidarnost. Posebno veselje nam je bilo srečanje z Vero Vojska, eno najbolj prepoznavnih osebnosti v občini Domžale, ki nas je toplo pozdravila.

Velik del poti smo kolesarili ob čudoviti Kamniški Bistrici, ki nas je spremljala s svojo naravno lepoto in prijetnim hlajenjem. Ustavili smo se pri prijaznem domačinu Zdravku iz Šmarce, ki nas je razveselil s sladkimi vinogradniškimi breskvami. V Kamniku nismo izpustili fotografiranja ob znamenitem kamniškem mamutu, nato pa nas je pot vodila naprej med polja cvetoče ajde.

V Mengšu smo se ustavili pri Feliksovi hiši, ki je bila v avgustovskih poplavah hudo prizadeta – trenutek, ki nas je spomnil na krhkost narave in moč solidarnosti, saj smo zanj v društvu takrat zbrali več kot 21.000 evrov.

Na poti domov smo se ustavili še na kavici v Črnučah in zaključili dan ob sončnem zahodu.



Rok Bratovž

TABOR ZDRUŽIL KULTURO, PRIJATELJSTVO IN IZMENJAVO IZKUŠENJ
V Semiču je med 26. in 30. avgustom 2025 potekal že 22. mednarodni tabor para- in tetraplegikov, ki ga je organiziralo naše društvo.

Na tabor so bili povabljeni mlajši parali tetraplegiki iz vseh devetih lokalnih društev paraplegikov, a udeležba, kot vedno, ni bila številna. Tabor je tudi letos vodil Rok Bratovž, ki že tradicionalno skrbi za organizacijo programa in povezovanje z Zavodom Voluntariat. Ta je poskrbel za prihod prostovoljk iz tujine. Gostili smo pet izjemnih udeleženk – iz Francije, Madžarske, Mehike ter dve iz Nemčije, ki so s svojo odprtostjo, znanjem in kulturno raznolikostjo močno obogatile letošnje srečanje. Udeležencem tabora so predstavile svoje države, kulturne posebnosti in pripravile tradicionalne jedi, domačini pa so jim približali življenje oseb s poškodbo hrbtenjače, njihove izzive ter načine, kako z vztrajnostjo in pripomočki ohranjajo samostojnost. Takšna izmenjava izkušenj je še enkrat potrdila, kako dragoceno je mednarodno prostovoljstvo in kako močno povezuje

ljudi različnih kultur.

Poleg poučnih vsebin so prostovoljke skupaj z domačini spoznavale lepote Bele krajine. Sosed Janko jih je popeljal s svojo »kočijo« do izvira reke Krpe, videle so lahko motokros proge in industrijske cone in tako dobile vpogled v lokalno okolje. Skupaj so se udeležili tudi kopanja v Podzemlju na reki Kolpi ter obiskali dogodek Zaključek poletja, ki je v središče Semiča privabil številne obiskovalce. Prostovoljke so se povzpele tudi na Smuk, priljubljen razgledni hrib nad Semičem, od koder so uživale v



izjemnih pogledih na krajino.

Posebna dodana vrednost tabora je, da celoten program poteka v angleškem jeziku, kar vsem udeležencem omogoča sproščeno obnovo in krepitev znanja tujega jezika skozi vsakodnevne pogovore.

Udeležba je za vse popolnoma brezplačna. Projekt sofinancira Zveza paraplegikov Slovenije, ključno pa je poudariti, da tabor ne bi bil mogoč brez podpore zvestih donatorjev, za katere tudi skrbi Rok. Med njimi izstopajo podjetja Unija d. d., CMC Groupe d. o. o., Trinet d. o. o., STN d. o. o. in Vit Logistika d. o. o., ki s svojo podporo omogočajo, da se tradicija tabora uspešno nadaljuje. Tabor je tudi letos dokazal, da sodelovanje, druženje in medsebojno učenje krepijo vezi med ljudmi ter ustvarjajo izkušnje, ki ostanejo za vse življenje.



Mirjam Kanalec

CELOVEC, MINIMUNDUS IN VRBSKO JEZERO

27. avgusta smo se odpravili na tradicionalni izlet, tokrat na avstrijsko Koroško.

Na pot smo se odpravili že v jutranjih urah s štirimi kombiji, ki so omogočili udobno in varno vožnjo vsem udeležencem, čeprav nas je cesta vodila med strmimi vršaci čez prelaz Ljubelj, ki je v razigrani družbi zbudil spomine na čas »švercanja« kave in ostalih dobrin.

Po prihodu v Celovec nas je pričakala vodička Sonja, ki je na izjemno zanimiv in zabaven način predstavila zgodovino mesta, arhitekturo in lokalne posebnosti. Celovec (Klagenfurt) je glavno mesto avstrijske Koroške in ga prvič omenjajo že v 12. stoletju. Znano je po zmaju – simbolu mesta, ki izhaja iz stare legende o zmajskem jezeru, ter po čudovito ohranjenem zgodovinskem jedru s starimi dvorci, renesančnimi arkadami in baročnimi fasadami. Ob sprehodu skozi mestno jedro so udeleženci spoznavali tako preteklost kot sodobno življenje Celovca.

Poseben del izleta je bil obisk Minimundusa, svetovno znanega parka pomanjšanih svetovnih znamenitosti, s sloganom: V enem dnevu okoli sveta. In res. Tu lahko občuduješ znamenite zgradbe iz Azije, Avstralije, Amerike,

največjih je iz Evrope in seveda iz Avstrije. Zgodovina sveta v malem se začne v 50-ih letih 20. stoletja, ko je takratni deželni predsednik organizacije "Rettet das kind" (Rešimo otroka), svetnik dr. Peter Zojer, vizionarsko združil znamenitosti celega





sveta na enem mestu. Pod prvotnim imenom Minieurop je bilo tedaj na ogled le 20 modelov. Sčasoma se je površina povečala na 26.000 m², parku pa so dodali številne stavbe od vsepovsod. Park danes vključuje 159 maket iz več kot 40 držav. Makete so narejene v razmerju 1:25, podrobnosti pa so izdelane z izjemno natančnostjo, saj številni

modeli vsebujejo tudi premične dele ali osvetlitev. Med najbolj priljubljenimi miniaturnimi so Kip svobode, Eifflov stolp, Tadž Mahal, Sydneyjska opera in številni drugi arhitekturni biseri sveta. Slovenija ima dva predstavnika. Poleg Narodne in univerzitetne knjižnice – NUK je tu novejša pridobitev parka, Blejski grad.

Popoldanski del izleta so člani zaključili z vožnjo z ladjico po Vrbskem jezeru, ki velja za eno najlepših in najtoplejših alpskih jezer. Jezero se poleti pogosto segreje nad 25 °C, znano pa je tudi po izredno čisti vodi, ki omogoča odsev okoliških hribov in gozdov v vseh odtenkih modre in zelene. Vrbsko jezero je priljubljena turistična destinacija s številnimi zdraviliškimi kraji, sprehajalnimi potmi in zanimivimi razgledi na Karavanke.

Vsi udeleženci so bili navdušeni nad izletom in odlično organizacijo, ki je poskrbela, da je bil dan brezskrbno sproščen, poln novih doživetij in prijetnih spominov. Malo grenkega priokusa so pustile tlakovane ulice starega jedra Celovca in težek vstop v ladjico, a smo s pomočjo naših dobrih voznikov premagali tudi to.

Mimogrede, v Celovcu se je Mirjam Kanalec srečala tudi s predsednikom avstrijske zveze paraplegikov, Josefom Sutterjem, s katerim sta se dogovorila za nadaljnje sodelovanje.





Mirjam Kanalec, Jože Globokar

POKAL TONETA POGAČNIKA OSVOJILA DOMAČA EKIPA

V športni dvorani Edvarda Peperka v Ljubljani je 10. in 11. maja 2025 v organizaciji Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine potekal že 44. memorial Toneta Pogačnika in 28. mednarodni turnir v košarki na vozičkih.

Dvodnevni mednarodni turnir v košarki na vozičkih, ki ga Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine tradicionalno organizira prvi majski vikend, je že desetletja pomemben

športni in družabni dogodek. Turnir ne predstavlja zgolj tekmovanja – je prostor za srečevanje, izmenjavo izkušenj, grajenje novih vezi ter krepitev pomena športa pri

rehabilitaciji oseb z okvaro hrbtenjače. Kljub izzivom, s katerimi se v zadnjih letih sooča košarka na vozičkih v slovenskem prostoru, društvo vztraja, ohranja tradicijo in z veliko truda ohranja visoko raven tekmovanja.

Ljubljansko društvo je tudi letos uspešno pripravilo dvodnevni turnir, za katerega je bilo zaradi upada ekip v regiji vse težje zagotoviti šest enakovrednih in kakovostnih moštev. S prizadevnostjo Gregorja Gračnerja je uspelo povabiti naslednje ekipe:

KIK Una Sana Bihać (BIH), KKI Varaždin (HR), ASD Castelveccchio (I), KKK Singidunum CZ (SRB), KKK Bijeljina (BIH) in DP Ljubljana Vodoterm (SLO). Ekipa so se pomerile v športni dvorani Vojašnice Edvarda Peperka, kjer so se prvi dvoboji začeli že v soboto. Nekatere ekipe so prispele v Ljubljano že v petek, druge v soboto dopoldne,





vse pa so bile nastanjene v CIRIUS-u Kamnik.

Sobotni del je potekal v dveh skupinah, ko so ekipe odigrale šest tekem, rezultati pa so določili pare za nedeljski boj za končne uvrstitve.

V nedeljo so sledile tekme za 5., 3. in 1. mesto.

- Za 5. mesto: KKK Bijeljina – KKI Varaždin 70 : 33
- Za 3. mesto: ASD Castelvechio – KKK Singidunum 61 : 31
- Finale: DP Ljubljana Vodoterm – KIK Una Sana Bihač 72 : 62

Pokal Toneta Pogačnika je tako letos ostal doma – osvojila ga je ekipa DP Ljubljana Vodoterm. Naziv najboljšega igralca turnirja je prejel Enis Musić, član domače ekipe. Tekme sta sodila Nedžad Budimlić in Sinan Ferizović, finalno tekmo pa je strokovno komentiral član društva

Aleš Sečnik. Pokale so podelili župan Zoran Janković, Peter Robnik in Gregor Gračner.

Podpora mesta Ljubljana, pomen tradicije in novi izzivi

Finalno tekmo si je ogledal tudi ljubljanski župan Zoran Janković, ki je ob podelitvi pokalov pohvalil organizacijo in poudaril pomen turnirja z naslednjimi besedami:

»Šport nas povezuje in briše meje med nami. Iskreno čestitam Društvu paraplegikov ljubljanske pokrajine, ki letos pripravlja že 44. memorial ...«

Predsednica društva Mirjam Kanalec je v nagovoru poudarila dolgo tradicijo in razvoj turnirja vse od leta 1980: »Šport ni le telesna aktivnost, temveč ključni del sodobne rehabilitacije oseb z okvaro hrbtenjače ...« Posebej je izpostavila pomembno prelomnico – ljubljanska ekipa je letos po več kot

30 letih izgubila svojega glavnega sponzorja Mercator, a na srečo našla novega – podjetje Vodoterm, ki je prevzelo vlogo zlatega sponzorja in odločilno omogočilo izvedbo turnirja. Dogodek pa ni bil le športne narave – pomenil je tudi prostor za druženje, sodelovanje in krepitev zavedanja o športu invalidov.

Organizacijsko ekipo je vodila predsednica društva Mirjam Kanalec s sodelavci. Tudi letos je društvo pripravilo obsežen Bilten v slovenskem in angleškem jeziku, v katerem so predstavljene ekipe, igralci, razpored tekem ter prestolnica Ljubljana ter pokrovitelji (Vodoterm, Loterija Slovenije, Inotherm, Veto-Group).





Jože Globokar

POKAL PONOVO V ROKE DOLENJCEM

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je pripravilo 4. krog kegljaške lige in 27. turnir za pokal občine Domžale.

Naše društvo je na kegljišču v Kamniku 11. aprila 2025 pripravilo zaključni četrti krog kegljaške lige Zveze paraplegikov Slovenije, hkrati pa se je 9 ekip iz osmih pokrajinskih društev pomerilo tudi za prehodni pokal Občine Domžale. Društvo je tudi tokratni, že 27. turnir, posvetilo občinskemu prazniku. 36 kegljačic in kegljačev je na šeststезnem kegljišču imelo na voljo 120 lučajev – 60 na polno in 60 na čiščenje, pomerili pa so se v moški in ženski konkurenci ter konkurenci veteranov. Za nemoten potek tekmovanja in vnos rezultatov sta skrbela sodnika Franci Grubar in Ljuba Babnik.

Uvrstitve v četrtem krogu in turnirju za pokal Občine Domžale

Prehodni pokal Občine Domžale je na letošnjem turnirju ponovno s 1.664 podrtimi keglji osvojila ekipa DP Novo mesto, druga je bila DP Maribor (1.590), tretja DP Celje (1.508), četrta naša ekipa

DP Ljubljana (1.494), peta DP Slovenj Gradec (1.358), šesta DP Murska Sobota (1.230), sedma DP Koper (1.109), osma naša DP Ljubljana 2 (1.108), deveta pa DP Nova Gorica (821). V moški konkurenci se je na prvo mesto zavihtel Tone Kanc DP NM (497), na drugo Miran Jernejšek DP MB (462), na tretje pa Aleš Povše DP CE (429). Med kegljačicami je prvo mesto osvojila naša Senka Ivanišević (409), druga je bila Marija Kerec DP MB (404), tretje pa Martina Glavič DP NM (402). Pri veteranih je slavil kegljač Damjan Hovnik DP SG (389), drugo mesto je osvojil Franc Borovnjak DP MS (376), tretje pa naš kegljač Janez Kokalj (349).

Tekmovanje v kegljaški sezoni 2024–2025

V letošnji ligaški sezoni je tekmovalo osem ekip, za končne uvrstitve pa so šteli rezultati vseh štirih krogov. Pripomnimo pa naj, da nekatere ekipe niso tekmoval v popolni postavi.

Pokal prvaka lige je osvojila ekipa DP Novo mesto (6786), pokal za drugo mesto je prejela ekipa DP Celje (6352), za





tretje pa ekipa DP Maribor (6327). Četrta je bila naša ekipa DP Ljubljana (5905), peta DP Slovenj Gradec (5692), šesta DP Murska Sobota (5102), sedma DP Koper (4669), osma pa DP Nova Gorica (4372). V posamični moški konkurenci je v treh krogih največ kegljev podrl Tone Kanc DP NM (1476), drugi je bil Miran Jernejšek DP MB (1428), tretji pa Gašper Peček DP NM (1325). Naslov najboljšje ligaške kegljačice si je priborila Martina Glavič DP NM (1315), druga je bila Marija Kerec DP MB (1304), tretja pa naša Senka Ivanišević (1280). Med kegljači tetraplegiki je naslov zmagovalca lige osvojil Aleš Povše DP CE (1369), drugi je bil Damjan Hovnik DP SG (1234), tretji pa Siniša Jeremič DP KP (1183). V skupini veterani je bil najboljši Franc Kuhelj DP NM (1134), drugo mesto je zasedel Robert Cafuta DP KP (1130), tretji je bil naš kegljač Janez Kokalj (1111).

Ob razglasitvi rezultatov se je vsem za sodelovanje zahvalila Cvetka Štirn, ki je imela tudi tokrat v rokah vse organizacijske niti. Kegljače in goste pasta nagovorili predsednica društva Mirjam Kanalec, ki je med drugim izpostavila odlično sodelovanje in podporo Občine Domžale pri vseh kegljaških turnirjih in

drugih področjih, ter v imenu Občine Domžale županja mag. Renata Kosec, ki je omenila sodelovanje občine na vseh turnirjih, izrazila pa je tudi zadovoljstvo nad tem, da zaključni ligaški turnir kegljačic in kegljačev vsako leto posvetimo njihovemu občinskemu prazniku. Tekmovanje si je ogledal v dopoldanskem času na kegljišču v Kamniku tudi župan Občine Kamnik, s katerim društvo odlično sodeluje.

Pokale in medalje so podelili: Vera Vojska, Mirjam Kanalec, Cvetka Štirn in županja Renata Kosec.

V času tekmovanja sta predstavnika podjetja RTS Medical predstavila svoj široki program medicinskih pripomočkov, predvsem vozičke blagovne znamke Progeo in njihov električni priklop Speed 3X. Turnir so poleg glavnega pokrovitelja Občine Domžale in Zavoda za šport Domžale podprli še naslednji donatorji in sponzorji: Klimer Štirn & co. d. n. o., Elektro Verpex d. o. o., MG inštalaterstvo d. o. o. Boštjan Grošelj, Abena Helpy Trzin, Avto GP – Peter Govejšek s. p., G3 Spirits d. o. o. Komenda, RTS Medical, Gostilna Kos, Zavarovalnica Triglav d. d., Zaključna gradbena dela Hlastec Rudolf Brezje pri Dobu.





Mojca Burger

PREIZKUS, TEKMOVANJE IN DRUŽENJE

Tradicionalni preizkus športnih disciplin na Malenškovi

V torek, 23. septembra 2025, je v prostorih Centra vojnih invalidov na Malenškovi potekal tradicionalni društveni preizkus športnih disciplin, ki ga naše društvo organizira že vrsto let. Letos je dogodek sovpadal z dnevom slovenskega športa, zato je imel še poseben pomen. Zbralo se je približno 25 članov, ki so se pomerili v šestih različnih športih – namiznem tenisu, pikadu, kegljanju, throwlingu, streljanju in šahu.

Posebnost letošnjega preizkusa je bilo uradno tekmovanje v kegljanju, medtem ko so ostale discipline potekale v obliki prijateljskih preizkusov. Za strokovno izvedbo so poskrbeli izkušeni vodje: Bojan Lukežič pri namiznem tenisu, Petra Mežnar pri pikadu, Štefan Glavan pri kegljanju, Nika Košir pri throwlingu, Anton Bavec pri streljanju in Bor Melanšek pri šahu. Vsak izmed njih je udeležencem predstavil pravila in osnovne tehnike, nato pa so se lahko sami preizkusili v igri, kar je poskrbelo za sproščeno tekmovalno vzdušje in dobro voljo.

Ob koncu so bili najboljšim trem v vsaki disciplini podeljeni pokali in nagrade. Dogodek je še dodatno obogatil Gorazd Zajc, ki je že zgodaj zjutraj nabral svež kostanj in z njim razveselil udeležence. Celotno dogajanje je minilo v prijateljskem in spodbudnem duhu, saj je bil njegov namen poleg tekmovalnosti tudi druženje članov društva. Dogodek je skrbno načrtovala Mirjam

Kanalec, uspešno izvedla ob pomoči Nike Košir in Gorazda Zajca pa Mojca Burger. Posebna zahvala gre vsem vodjem športnih panog, ki so s svojim znanjem in predanostjo poskrbeli, da je vse teklo gladko. Prepričani smo, da bo društveni preizkus tudi v prihodnje ostal stalnica v našem koledarju, saj združuje šport, zabavo in družabnost – temelje našega delovanja.





Anton Bavec

NAŠI STRELCI NA VISOKI RAVNI

22. novembra je Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine organiziralo 1. kolo lige Zveze paraplegikov Slovenije RTS Medical v streljanju z zračnim orožjem, ki se je odvijalo na centralnem strelišču Krim v Ljubljani.

Letošnji prvi krog strelske lige je bil zaradi prostorske stiske organiziran v Ljubljani, saj je strelišče v Vidmu premajhno za tako veliko število tekmovalcev. Iz istega razloga je tekmovanje trajalo cel dan. Strelci pokrajinskih društev paraplegikov že drugo sezono tekmujejo v treh disciplinah. Zanimanje za strelski šport se je namreč zelo povečalo, kar je zelo vzpodbudno.

Skupno je nastopilo 31 tekmovalcev, veseli pa podatek, da je v disciplini s standard puško nastopilo kar 9 tekmovalcev. Upamo, da bomo na ta način lahko v bodoče okrepili tudi reprezentančne vrste.

V disciplini SH1 serijska puška je bil najboljši Jožef Franc iz DP Pomurja in Prlekije. V tej disciplini je nastopil le en naš član, in sicer Nick Nejc Pelko, ki je osvojil 10. mesto. Franc je bil najboljši tudi v disciplini SH1 standard puška, kjer je dosegel izvrsten rezultat, drugo

mesto pa je zasedel naš najmlajši strellec Maj Crkvenjaš. V disciplini SH2 serijska puška je slavil Venčeslav Bezjak iz DP Pomurja in Prlekije, drugo in tretje mesto sta zasedla člana našega



društva Aleš Vrhovc in Emil Močnik. 9. mesto je zasedel še en naš tekmovalec, Jože Ponebšek. Zmaga v SH2 standard puška je pripadla Siniši Jeremiću iz DP Istre in Krasa, drugo in tretje mesto pa sta zasedla naša člana Aleš Vrhovc in Lutfi Abdullahu. Trije tekmovalci so se pomerili tudi v disciplini SH1 pištola, kjer sta prvi dve mesti zasedla člana našega društva Anton Bavec in Džemal Alagić.

Rezultati kažejo, da je že v začetku sezone forma naših tekmovalcev na visoki ravni, s treningi v prihodnje pa jo bodo poskušali še dodatno izpiliti.

Tekmovalce sedaj čaka dvomesečni premor, ko se bodo ponovno medsebojno pomerili 24. januarja 2026, na strelišču v Postojni.

Za pravilen potek tekme so skrbeli sodniki Strelske zveze Slovenije, organizacija pa je ob pomoči Matjaža Araha potekala pod budnim očesom Antona in Suzane.



Mirjam Kanalec

IZKUŠENE EKIPE POKAZALE MOČ

V nedeljo, 23. novembra, je v Športni dvorani Kamnik potekalo prvo kolo nove sezone lige ZPS Bauerfeind v košarki na vozičkih.

Letos so na Zvezi paraplegikov Slovenije, ki je nosilec lige v košarki na vozičkih, določili, da naj bo Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine organizator prvega kola, hkrati pa smo že tradicionalno organizatorji 1. kola lige v streljanju. Tako smo v vikendu od 22. do 23. novembra organizirali kar dve koli dveh različnih lig, strelske in košarkaške, kar je bilo organizacijsko kar naporno.

Tokratno dogajanje na parketu je postreglo s tremi dinamičnimi in rezultatsko jasnimi tekmami, ki že nakazujejo, da se bo tudi letos nadaljeval napet boj med najbolj izkušenimi ekipami, medtem ko nekatere zaradi pomanjkanja igralcev komaj še držijo glavo nad vodo.

Prva tekma dneva je pripadla ekipi DP KR – NM Omega MM, ki je suvereno premagala DP Ljubljana Vodoterm s 24 : 42. Za zmago je bil najzaslužnejši Haris Kuduzović z 23 točkami. V drugem



srečanju je slavila ekipa DP Celje Thermiana, ki je bila od DP Ljubljana Vodoterm boljša s 35 : 68. Celjani so zaigrali zanesljivo v vseh četrtinah, izstopala pa sta David Škorjanc (27 točk) in Enis Musić (26 točk). Tretja tekma je znova pripadla ekipi DP KR – NM Omega MM, ki je s prepričljivo predstavo zmagala proti DP MB Podravje s 64 : 31. Ekipa je tako zabeležila drugo zaporedno zmago in prevzela vrh lestvice.

Po prvem kolu na vrhu ostaja DP KR – NM Omega MM kot edina ekipa z dvema zmagama. DP Celje Thermiana zaslužno zaseda drugo mesto, medtem ko se DP Ljubljana Vodoterm in DP MB Podravje

po uvodu v sezono še lovita.

Prvi turnir je izstopal tudi po odlični strelski formi posameznikov. Najuspešnejši je bil Haris Kuduzović (DP KR – NM) s skupno 48 točkami. Sledijo pa Matej Arh – 28 točk in David Škorjanc – 27 točk.

Organizacija turnirja je potekala pod vodstvom Mirjam Kanalec in Gorazda Zajca, ki sta s svojo zavzetostjo poskrbela za nemoten potek dogodka.

Ob tem se Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine iskreno zahvaljuje županu Občini Kamnik Mateju Slaparju za brezplačni najem športne dvorane in ravnateljici Osnovne šole Toma Brejca za uporabo njihove jedilnice, kjer so udeleženci tekmovanja pojedli kosilo. V Kamniku in njegovi okolici je namreč v nedeljo skoraj nemogoče najti odprto gostilno, ki bi bila dovolj prostorna in fizično dostopna za uporabnike invalidskih vozičkov.



Anton Bavec

STRELCI SUVERENO ZMAGALI

V Ljubljani je tudi letos potekala Invalidska liga mesta Ljubljane, ki vključuje tekmovanja v streljanju s serijsko zračno puško in kegljanju, organizirana s strani Športnega društva Invalid Ljubljana.

Tekmovanje spodbuja športno tekmovalnost, sodelovanje in ekipni duh med invalidskimi društvi v Ljubljani, letos pa je potekalo v spomladanskem in jesenskem delu, skupaj v osmih krogih za streljanje in večih krogih za kegljanje.

Streljanje

Spomladanski del lige v streljanju se je odvijal med aprilom in majem, tekmovalni dnevi so bili ob torkih, jesenski del pa novembra, ob četrkih. Vsak krog je potekal na strelišču Invalidskega športnega centra na Malenškovi 1, kjer so se štiri ekipe – Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, DI Ljubljana Vič – Rudnik, Društvo civilnih invalidov vojn Slovenije Ljubljana in ŠD Invalid Ljubljana – pomerile v ekipnem in posamičnem tekmovanju.

Vsaka ekipa je štela šest tekmovalcev, pri čemer so se v ekipnem rezultatu upoštevali trije najboljši doseženi rezultati. Naši strelci so od samega začetka suvereno, gladko prevzeli vodstvo, ki ga tudi po jesenskem delu niso izpustili iz rok in ponovno osvojili ekipno prvo mesto. Po seštevku vseh doseženih točk sta spomladanski in

jesenski del prinesla naslednje končne rezultate: 1. mesto: Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, 2. mesto: DI Ljubljana Vič – Rudnik, 3. mesto: Društvo civilnih invalidov vojn Slovenije Ljubljana, 4. mesto: ŠD Invalid Ljubljana. Tekmovanje je strokovno vodil Marko Brežan, sodnik pa je bil Borut Škerl.

Posamično je z veliko prednostjo zmagal Emil Močnik (1436 krogov), drugo mesto je osvojil Lutfi Abdullahu (1261 krogov), uspeh ekipe pa je s petim mestom dopolnil Jože Ponebšek (1303 kroge). V ligi so sodelovali tudi Andor Palkovič, Jaka Umek in Nick Nejc Pelko, ki so z nekaj manj odstreljanimi tekmami osvojili 11., 14. in 17. mesto.

Rezultati naših tekmovalcev tako kažejo na odlično delo celotne strelske sekcije društva. Vsled tega vabimo v naše vrste vse, ki se želijo preizkusiti v tem lepem, a zahtevnem športu.

Kegljanje

Tudi liga v kegljanju je združevala ekipe iz različnih invalidskih društev prestolnice in potekala v spomladanskem ter jesenskem delu. Tekmovanja so se odvijala na kegljišču na Malenškovi,

ekipe pa so nastopale v svojih rednih vadbenih terminih. Vsaka ekipa je štela štiri tekmovalce in dve rezervi, med posameznimi krogi pa so bile možnosti za nastop v moški in ženski konkurenci. Vodja tekmovanja je bil Marko Brežan, glavni sodnik pa Slobodan Ristič.

Spomladanski del se je začel 8. aprila in prinesel intenzivne, a prijateljske borbe, kjer so tekmovalci s svojo natančnostjo in osredotočenostjo dokazali, da kegljanje ni le šport, temveč tudi odlično orodje za razvoj spretnosti, koncentracije in medsebojnega sodelovanja. Jesenski del je nadaljeval serijo tekmovanj v novembrskih terminih, ki so še dodatno razplamteli tekmovalni duh in ekipno povezovanje.

V ligi so sodelovale štiri ekipe, ki so skozi celo leto pokazale ogromno srčnosti, discipline in pravega ekipnega duha: Društvo paralitikov Slovenije, Društvo vojnih invalidov Ljubljana, DI Ljubljana Vič – Rudnik, Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine. Prvo mesto je osvojila ekipa Društva paralitikov Slovenije. Naš najboljši kegljač je bil Džemal Alagić, ki je zasedel 4. mesto.



Mirjam Kanalec

3. MEMORIAL ZLATKA BERNAŠKA

V soboto, 13. decembra, je v Jakličevem domu v Ponikvah potekal 3. memorial Zlatka Bernaška, posvečen spominu na vsestranskega športnika in izjemnega človeka. Dogodek je potekal v duhu mednarodnega dneva invalidov in ob občinskem prazniku. Ob športu smo se družili in obujali spomine.

Zlatko Bernašek (1941–2019) je bil dolgoletni član Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine, eden od ustanovnih članov Zveze paraplegikov Slovenije (ZPS) in izjemno vsestranska osebnost. Po poškodbi hrbtenjače se je iz Hrvaške preselil v Slovenijo ter živel in delal v Ponikvah. Svojo ustvarjalnost in natančnost je razvil kot medaljer in likovni ustvarjalec, s kaligrafsko pisavo ter oblikovanjem ikon športnih panog pa je trajno zaznamoval številna priznanja in diplome. Bil je tudi vsestranski športnik – atlet, igralec košarke na vozičkih, šahist in kegljač ter udeleženec prvih paralimpijskih iger leta 1972 v Heidelbergu, s čimer je pomembno zaznamoval zgodnje obdobje športa invalidov v Sloveniji. Njegove organizacijske sposobnosti, razmišljanja in nasveti so vedno odražali bister um ter bogate življenjske izkušnje. Na strelišču na Vidmu je društvo vrsto let organiziralo kolo strelske lige ZPS,

tradicijo pa smo nadaljevali tudi po Zlatkovi smrti, ko je tekmovanje dobilo memorialni značaj. Zaradi naraščajočega števila strelcev v lokalnih društvih je strelišče v Jakličevem domu postalo premajhno, zato smo letos prvič kolo lige izvedli na strelišču v Ljubljani. Ob tem smo se odločili, da v njegov spomin organiziramo tudi Bernaškov memorial, namenjen predvsem druženju, športnim aktivnostim in obujanju spominov.

Poleg strelskega tekmovanja smo pripravili tudi šahovsko, udeleženci pa so se pomerili še v pikadu. Na dogodek smo povabili strelce in šahiste našega društva ter si želeli tudi sodelovanja športnikov iz lokalnega okolja, kjer je Zlatko živel in deloval vse od leta 1969.



Z lokalnim Strelskim društvom Bukovec že dolga leta uspešno sodelujemo pri organizaciji kola lige, zato smo jih k sodelovanju povabili tudi letos. Ker so domačini na isti dan prirejali Smrketov memorial, smo oba dogodka povezali. Lokalnih šahistov letos sicer nismo uspeli pritegniti, so pa nam člani Društva upokojencev prijazno odstopili dvorano v Jakličevem domu, kjer smo ob športnih aktivnostih preživeli prijetno dopoldne. Obiskal nas je tudi predsednik DU Dušan Cimerman, s katerim smo že začrtali načrte za sodelovanje v prihodnjem letu. Posebna zahvala gre Jožetu Kaplanu za omogočeno uporabo strelišča in sodniško podporo.

Strelci so tekmovali posamično v treh kategorijah – SH1 in SH2 serijska puška ter SH1 pištola. Kdo je zmagal? Pravzaprav to niti ni bistveno. Najpomembnejše je bilo druženje ter ohranjanje spomina na človeka, ki je s svojim delom, znanjem in srčnostjo pustil neizbrisen pečat.



Mirjam Kanalec

BOGATO KULTURNO LETO

V letu 2025 smo organizirali izjemno bogato in raznoliko kulturno dogajanje. Obiski muzejev, ogled filmskih in gledaliških predstav ter opernih večerov so članom ponudili možnost sprostitve, druženja, učenja in povezovanja.

Kulturni program društva se je izkazal kot pomemben del vključevanja, saj so člani skozi skupna doživetja krepili tako svoje socialne vezi kot kulturno razgledanost.

Filmski uvod v kulturno leto

Leto se je začelo s filmskim popoldnevom, ki je potekal 19. februarja v prostorih društva. Ogledali smo si britanski film Plesna terapija (Finding Your Feet), ki

skozi humor in toplino pripoveduje zgodbo o zrelosti, ljubezni, osebni spremembi in pogumu za nov začetek. Zgodba protagoniste Sandre, ki po osebni stiski ponovno najde notranjo moč in življenjsko veselje, je navdušila člane in poskrbela za prijetno skupno doživetje.

Obiski v Slovenskem etnografskem muzeju in Narodni galeriji

Že naslednji dan, 20. februarja 2025, so se člani odpravili v Slovenski etnografski muzej, kjer so si ogledali obsežno razstavo Maksima Gasparija – Ustvarjene podobe naroda. Razstava, razdeljena v tematske sklope, je obiskovalcem razkrivala umetnikov bogat opus, ki je močno zaznamoval slovensko vizualno kulturo 20. stoletja. Slikarjev vpliv na oblikovanje narodove identitete, simbolov ter motivov letnih časov, praznikov in vsakdanjega življenja





je člane močno navdušil.

Našo pot v etnografsko dediščino smo nadaljevali 14. marca, ko smo si ponovno ogledali muzejsko stalno razstavo Med naravo in kulturo, eno najbogatejših predstavitev slovenske in zunajevropske kulturne dediščine. Vodení ogled je udeležencem ponudil globlji vpogled v več kot 3000 razstavljenih predmetov. Še enkrat smo se v muzej vrnili 17. aprila, ko nas je skozi razstavo Med naravo in kulturo popeljala vodička Sonja Kogej Rus. Spoznali smo slovensko etnološko dediščino, od čebelarstva in lončarstva do lova, nabiralništva in ribolova. Ogled je bil izjemno prijeten, vodička pa je navdušila z dostopnostjo in strokovnostjo.

Poleg opere smo obiskali tudi Narodno galerijo, kjer smo si ogledali razstavo Barok v Sloveniji. Vodič Jaka Racman je člane popeljal skozi obdobje bogatega baročnega izraza na Slovenskem.

Gledališče in stand-up – humor kot most med ljudmi

Kulturno dogajanje so popestrili tudi obiski gledaliških predstav. 23. marca smo v SiTi teatru ogledali komedijo Pivo, ki s toplino in humorjem razkriva odnos med očetom in sinom skozi šest desetletij življenja.

V jesenskem delu leta pa je 6. novembra sledila izjemno priljubljena stand-up predstava Analogno Tadeja Toša. Njegov kritično-humorni pogled na sodobno življenje, nasičeno z digitalnimi dražljaji, je navdušil člane. S svojimi iskrivimi opažanji je Toš poskrbel za sproščen in nepozaben večer.



Leto smo zaključili 10. decembra v SiTi teatru z obiskom glasbeno-komičnega šova La la laj, ki je bil 10. decembra. Gre za duhovit in sproščujoč večer tandema Perica Jerković & Robert Petan.

Oporni večeri, polni čustev, glasbe in umetniške moči

Velik del kulturnega programa društva predstavljajo tudi obiski SNG Opere in baleta v Ljubljani, ki so v letu 2025 potekali večkrat in navdušili številne člane.

10. aprila smo si ogledali Trubadur, Verdijevo mojstrovino o ljubezni, maščevanju in usodi, ki je s čustveno globino pustila močan vtis.

Puccinijeva opera Manon Lescaut je postregla s tragično zgodbo o propadu mlade Manon. Pretresljiva glasba in izjemna izvedba sta pričarali nepozaben večer 16. maja.

Verdijeva opera Nabucco je s svojo mogočno glasbo in simbolno zgodbo navdušila občinstvo, člani pa so dogodek ocenili kot enega vrhuncev kulturnega leta. 5. junija so člani in njihovi spremljevalci uživali ob zboru sužnjev s pesmijo Splavaj misel.

Jesenski obisk opere, 10. novembra, je pripadel Čajkovskemu in njegovemu dramatičnemu delu o Ivani Orleanski. Predstava je ganila in navdušila s svojo glasbeno popolnostjo in močno zgodbo.

Za konec...

Vse kulturne aktivnosti so bile dobro obiskane, člani pa so poudarili, kako pomembna je možnost vključevanja v kulturne vsebine, ki so prilagojene njihovim potrebam. Društvo bo tudi v prihodnje nadaljevalo s takšnimi programi, saj kulturna doživetja prispevajo k večji socialni vključenosti in boljšemu počutju..



Darinka Slanovec

SLOVENIJA, OD KOD LEPOTE TVOJE Literarni utrinki 2025 z glasbeno podporo Slavka Avsenika

JSKD
Javni sklad
Republike Slovenije
za kulturne dejavnosti

Članice recitatorske skupine Ona & one Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine smo svoj literarno-glasbeni recital poimenovala Slovenija, od kod lepote tvoje in se z njim letos podale na pot po Sloveniji. Obiskale smo predvsem zavode in domove starejših občanov, kjer prebivajo naši člani, ter obiskovalce popeljale na simbolični »izlet po Sloveniji« z znanimi melodijami Slavka Avsenika, ki je navdih za svoje skladbe našel med ljudmi in v slovenskih krajih, vse od Gorenjske, Dolenjske, Štajerske, prek Krasa in Goriške do Tolmina. Letos je minilo deset let od njegove smrti. Njegove melodije smo prepletle z verzi slovenskih pesnikov in pesnic. Slavko Avsenik namreč velja za začetnika slovenske narodno-zabavne glasbe. Ustvarjal je skupaj z bratom Vilkom, ki je bil študiran glasbenik in je prispeval aranžmaje Slavkovih melodij. Slavko namreč ni poznal not. Ko je dobil navdih za melodijo, jo je po svoje zabeležil na papir, Vilko pa je njegove znake pretvoril

v notni zapis. Brata sta tako ustvarila več kot tisoč izvirnih skladb, med katerimi je najbolj znana Na Golici, ki velja za največkrat predvajano instrumentalno skladbo na svetu.

»To, da se Avsenikova glasba družijo s poezijo Franceta Prešerna, Otona Župančiča, Simona Gregorčiča, Srečka Kosovela, Toneta Pavčka, Ljubke Šorli, Nike Hrušovar in Neže Maurer, je morda

izjemno. Morda pa ni – imamo ob tem v mislih moč ljubezni, ki je prisotna v vseh oblikah ustvarjanja,« je pojasnila mentorica skupine Darinka Slanovec. Tako je kratko, komaj urico dolgo druženje dobilo dodatno razsežnost in postalo poklon bogati in raznoliki ustvarjalnosti, ki jo društvo DPLJ spodbuja že vrsto let. Pesmi, v katerih so avtorji izpovedali svojo ljubezen do domovine, so prebirale



Mirjam Kanalec, Alenka Tratnjek, Marjana Lavrin in Jeanette Dejanovič – občasno je bila zasedba okrnjena zaradi odsotnosti ene ali dveh bralk, a gostovanje ni bilo nikoli ogroženo.

V torek, 22. julija, smo doživele gostoljuben sprejem v MGC Bistrica v Domžalah, kjer sta nas posebej vesela pričakala naša člana Izidor in Lili. 30. julija smo obiskale prebivalce v DSO Bežigrad, kjer je dogodek pritegnil lepo število poslušalcev. Nekateri so z nami polglasno recitali pesmi, ki so jih znali še iz otroštva in šolskih let.

V sredo, 6. avgusta, smo gostovale v Domu starejših občanov Logatec, kjer je posebni čar nastopu dodalo skupno petje – stanovalcem smo razdelile besedila Avsenikovih skladb in jih povabile, da zapojejo z nami, kar so tudi storili. Ob koncu smo skupaj celo zaplesali – vzdušje je bilo izjemno prijetno, polno smeha, petja in topline. Posebno nas je razveselilo srečanje z našo članico Zofko, ki v domu prebiva, in logaškim članom Mirkom, ki je prišel na igro taroka. Dogodek je sklenil ganljiv trenutek, ko je stanovalka Viktorija ob zaključku prebrala pesem Kadar bom vandral, za katero je glasbo napisal Slavko Avsenik. Sam je nekoč dejal, da bi lahko bila prav ta njegova pesem za slovo – tiha, lepa in spoštljiva nota, ki se je dotaknila vseh prisotnih.

V torek, 12. avgusta, smo se ustavile v Domu starejših občanov na Fužinah, kjer smo z interpretacijami pesmi obudile spomine na vrednote, ki nas povezujejo in oblikujejo naš narodni ponos. Občinstvo je z navdušenjem spremljalo nastop in nam izročilo pisno zahvalo: »Recital je bil več kot le kulturna prireditev – bil je poklon Sloveniji in njenim lepotam pa



tudi prijateljstvu in povezanosti članic društva, ki ste dogodek pripravile z veliko vnemo in srčnostjo, ki jo gojite do slovenskega jezika in kulture. Ob tej priložnosti se vam iz srca zahvaljujemo.« V sredo, 20. avgusta, smo recital ponovile v DSO Grosuplje, kjer je bil prostor za dogodek pripravljen na prostem, v objemu zelenja in sončnih žarkov, občasno pa ga je osvežil tudi nenaden



dež. Melodije in pesniške besede so odmevale v okolje in slišali so jih lahko tudi mimoidoči. »To je hrana za dušo,« je komentiral eden od stanovalcev, ko je še sam zapel in zaplesal v ritmu polke.

V sredo, 26. avgusta, smo recital izvedle v DSO Kamnik, kjer smo zbrane popeljale skozi pesmi slovenskih pesnikov in znane melodije. Nastop so obogatili člani domskega pevskega zbora Sivi frajarji. Dogodek so obiskali tudi nekateri naši člani iz občine Kamnik, ki so skupaj z domačini in stanovalci soustvarili prijetno druženje.

Z odlomkom iz recitala Slovenija, od kod lepote tvoje smo se odzvale tudi vabilu KD Norme 7 na 18. Literarni maraton Rdeča jabolka, ki je 22. oktobra potekal v DSO Ajdovščina. Nastopile so Alenka Tratnjek, Marjana Lavrin in Darinka Slanovec.

Vsi dogodki so bili lepo sprejeti, zbrane pa je navdušil preplet ustvarjalnosti, osebnih srečanj in skupnostnega duha, ki je dokazal, da različne oviranosti bogatijo skupnost in ustvarjajo mostove med ljudmi. Vse projekte je sofinancirala JSKD.



Klavdija Boljtežar

PRAZNIČNI MAREC V NAŠEM DRUŠTVU

Mesec marec je v našem društvu minil v znamenju druženja, dobre volje in praznovanja. Pripravili smo dva tradicionalna dogodka, pustovanje in praznovanje ob dnevu žena.

Pustovanje – odganjanje zime

Na pustni torek, 4. marca, so se člani in članice društva zbrali v Hotelu Grosuplje, bivšem Kongu, kjer so skupaj pozdravili prihod pomladi. Program je vodil naš član Nino Batagelj, za glasbeno spremljavo pa je poskrbel Slavko Krajnc. Posebno vzdušje je dodalo tekmovanje za najlepše maske, pri katerem so si udeleženci z raznolikimi kostumi in kreativnimi idejami prislužili priznanja. Med nagrajenimi so bili Majda Ambrožič kot Zlobna teta, Mojca Burger kot Teta zdravnica, Boris Bremec kot Kavboj Jimmy, Rudi Puhar kot klovn, Džemal Alagič kot čarovnica, Ana Feržan in Soraja Iskra pa sta prejeli nagrado za najboljšo skupinsko masko, saj sta se prelevili v nuno in mačka.

Dan žena – praznovanje in kulturni program

Praznik ob dnevu žena so članice, sodelavke in prijateljice društva praznovale 8. marca v Gostišču Zajčja



Dobra v Ljubljani. Dogodek se je začel s prijetnim klepetom in aperitivom. Praznovanje je odprla podpredsednica društva Mojca Burger, sledila pa je tradicionalna »Ženska zaprisega«, ki jo je vodila sodelavka Nika. Kulturni program so pripravile članice recitatorske skupine ONA & ONE pod vodstvom Darinke Slanovec, dodatno pa sta obiskovalke navdušili Alenka Tratnjek in Marjana Lavrin. Po kosilu je sledilo veselo druženje ob glasbi Dua Jezero, Marjetke Končine in Stojana Šparmbлека. Plesa ni manjkalo. Tradicionalni prehodni pokal »Turnir hude bejbe« je letos osvojila ekipa Micke. Vse udeleženske so prejele simbolična darila, vrtnice pa sta jim razdelila naša voznika Andrej in Milanko. Kot je nekoč dejala ameriška pilotka Amelie Earhart: »Ženska, ki verjame vase, je kot zvezda na nebu – nepremagljiva.«



Tijana Roganović Božinović

PREMAGOVANJE OVIR SKOZI USTVARJALNOST

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je tudi letos pripravilo tradicionalno slikarsko delavnico, ki je 20. novembra 2025 potekala v prostorih Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta Soča. Pacienti so imeli priložnost spoznati, kako lahko umetnost postane tudi proces rehabilitacije.

Z uvodnim delom dogodka je začel pevski zbor Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine Maček v žaklju, ki je zbrane s svojim nastopom navdušil z izvedbo dveh pesmi.

Obiskovalce je v tretjem nadstropju avle URI Soča pozdravila predstojnica oddelka za rehabilitacijo pacientov z okvaro hrbtenjače, dr. Ana Saksida, naše društvo je na kratko predstavila predsednica Mirjam Kanalec, delovna terapevtka Tanja Štefančič pa je povedala nekaj več o samem dogodku.

Umetnostni zgodovinar Jaka Racman, ki že vrsto let spremlja delo slikarjev invalidov, je spregovoril o pomenu umetniškega izražanja v procesu rehabilitacije. Poudaril je terapevtsko in psihosocialno vrednost ustvarjanja ter opozoril, da ima likovna umetnost velik potencial pri prepoznavanju sposobnosti, krepitvi samopodobe in

odpiranju novih poti v kulturnem ter osebnoznem razvoju. Poleg različnih pozitivnih učinkov je izpostavil tudi pomen vztrajnosti in dolgoročnih ciljev, ki umetnikom omogočajo, da se umetnostno razvijajo in ohranjajo ustvarjalni zagon. Član društva in slikar Željko Vertelj, med drugim tudi član mednarodnega združenja umetnikov, ki ustvarjajo z usti ali nogami VDMFK, je na kratko povedal svojo življenjsko zgodbo in kako je po nesreči vzljubil čopič in platno.

Na ustvarjalnem srečanju so sodelovali slikarji paraplegiki in tetraplegiki iz različnih pokrajinskih društev Zveze paraplegikov Slovenije, ki so predstavili umetnost kot eno od pomembnih poti rehabilitacije po poškodbah hrbtenjače. Pacienti ter drugi udeleženci delavnice so se podali v ustvarjanje s čopičem – v rokah ali v ustih. Akademski slikar

Rajko Čaušević, dolgoletni podpornik in mentor gibalno oviranih umetnikov, je vsakemu izmed njih namenil pozornost, delil dragocene nasvete ter jih spodbujal pri prvih korakih na platnu.

Delavnica je ponovno pokazala, kako pomembno vlogo ima umetnost v rehabilitacijskem procesu. Udeležencem je ponudila prostor za izražanje, raziskovanje lastnih zmožnosti ter priložnost, da skozi ustvarjalnost odkrijejo nove načine premagovanja ovir in krepitve samozaupanja.

Dogodek, ki ga je tudi letos finančno podprl Javni sklad RS za kulturne dejavnosti (JSKD), je potekal v organizaciji Petre Testen, v sodelovanju s Tanjo Štefančič Smisl. Za prijazno podporo in gostoljubje se iskreno zahvaljujemo tudi URI Soča, ki je omogočil, da je delavnica potekala v prijetnem in ustvarjalnem okolju.



Nika Petrovčič

»VKLJUČITEV V DRUŠTVO MI JE POMAGALA, DA SEM SE POVEZAL S SOČLANI.«

Robert Žerovnik odkrito spregovori o poti po poškodbi, pomenu društva in športa ter o tem, kako mu je vključevanje med sočlane odprlo nove priložnosti za aktivno in izpolnjeno življenje.

Mi lahko za začetek poveš, kako si postal član? Kakšni so bili tvoji začetki na društvu?

Leta 2004 sem imel nesrečo z motorjem, pri kateri sem se zaletel v ograjo in si zlomil hrbtenico. Sem paraplegik. Po končanem zdravljenju v bolnišnici sem šel na rehabilitacijo v URI Soča, kjer sta me že v času rehabilitacije, še preden sem postal član društva, obiskala Mirjam Kanalec in Grega Gračner. V času obiska me je Grega vprašal, če bi želel sodelovati z društvom oziroma prevzeti en del programov na društvu. Že takoj mi je bil predlog všeč. Tako se je začelo moje sodelovanje z društvom.

Kako se ti je življenje takrat spremenilo? Kako si sprejel svojo poškodbo?

Po poškodbi se vsakemu človeku življenje precej spremeni. Vsekakor je bilo moje življenje boljše prej, saj voziček marsikje otežuje življenje. Čeprav se včasih celo sprašujem, če ni moje življenje sedaj bolj polno?! Drugače pa sem se s tem sprijaznil in zaenkrat nimam večjih težav. Mislim, da sem se kar hitro sprijaznil s poškodbo in novimi omejitvami ter šel naprej.

Kdo ti je najbolj pomagal v tistem času?

Veliko so mi pomagali moji prijatelji in starši. Drugače pa so mi bili v oporo vsi,

ki so bili okrog mene v tistem času. Že v času rehabilitacije v Soči so doma vse uredili (prilagodili so mi bivalno okolje – vgradili dvigalo, prenovili kopalnico), da so bili ob vrnitvi domov zame prostori prilagojeni in lažje dostopni. Prav tako sem si uredil prilagojen avto, tako da sem bil že hitro neodvisen.

Kateri ljudje imajo največji vpliv na tvoje življenje, s poudarkom na življenje po poškodbi?

Gotovo družina in prijatelji. Seveda pa ima največji vpliv na moje življenje hčerka Sara, ki je danes stara 15 let. Nanjo sem res ponosen. Pomembno

vlogo pri moji hitrejši rehabilitaciji pa so imeli tudi posamezniki na društvu, ki so mi bili v oporo in spodbudo.

Kakšna je tvoja sedanja vloga na društvu?

Ko sem prišel iz Soče, sem se takoj začel vključevati v delovanje društva. Sprva kot športni referent, kasneje tudi kot član upravnega odbora. Nekaj časa sem bil tudi socialni poverjenik za področje Domžal. Velikokrat so me drezali, da na društvu vodim šport, čeprav v resnici nisem najbolj športni tip. Pa vendar sem na društvu vodil šport 15 let. Če bi mi čas dopuščal, bi ga najbrž še danes, saj sem to delo opravljal z veseljem.

Sicer pa sem še vedno član upravnega odbora in predsednik nadzornega odbora na Zvezi paraplegikov Slovenije. Sodelujem tudi, če me društvo potrebuje, na info točkah v URI Soča v okviru vrstniške pomoči.



Povedal si, da si prekinil z vodenjem športa zaradi časovne stiske. Lahko poveš kaj več o tem? Danes si uspešen poslovnež, ki črpa znanje predvsem iz svojih izkušenj.

Zagotovo sem kot športni referent pridobil veliko znanja in informacij. Pravzaprav pred poškodbo računalnika skoraj še prižgati nisem znal (smeh). V okviru vodenja športa in potovanj sem se veliko družil s para- in tetraplegiki, spoznaval njihove potrebe glede medicinskih in tehničnih pripomočkov, primerjal njihove in moje izkušnje ter znanje glede invalidnosti ... Prepričan sem bil, da lahko vse to uporabim tudi v poslovnem svetu, zato sem s prijateljem Slobodanom danes solastnik podjetja, ki je specializirano za razvoj, proizvodnjo in dobavo inovativnih medicinskih in rehabilitacijskih pripomočkov, namenjenih izboljšanju kakovosti življenja oseb z gibalnimi ovirami.



Na kateri dosežek si najbolj ponosen in bi ga želel izpostaviti?

Kot dosežek bi izpostavil to, da nam je uspelo narediti priklop za invalidske vozičke, kar se mi zdi velika in uporabna pridobitev. Na to sem res ponosen.

Če pa upoštevam, da mi šport nikoli ni pomenil veliko, sem ponosen tudi na moj športni del življenja po poškodbi. Vključil sem se v športno panogo curling na vozičku in bil kar dober. Na začetku smo na ledu poskusili, kako se le-ta igra in kakšna so pravila. Kmalu mi je postal všeč. Začel je obstajati tudi kot šport za ljudi, ki imajo oviro in prišlo je do tega, da smo ekipno postali slovenska reprezentanca. Začeli smo igrati na mednarodnem nivoju, potem šli na svetovno prvenstvo na Finskem, kjer



smo brez večjih treningov in pravega leda osvojili 4. mesto v skupini B. Potem je bilo še nekaj turnirjev. Enkrat smo bili drugi na Škotskem. Sedaj se s tem ne ukvarjam, saj je prišlo do tega, da je ekipa razpadla in tako nismo nadaljevali naprej. Tekmoval pa sem potem še v dvojicah na svetovnem prvenstvu v Koreji.

Kaj je tisto, kar te je pripeljalo na področja, s katerimi se sedaj ukvarjaš?

Rekel bi, da sta tukaj pomembna dva dejavnika. Prva je poškodba in drugi je gotovo društvo. Vključitev v društvo mi je pomagala, da sem se povezal s sočlani. Če ne bi prišel na društvo, ne bi videl toliko sveta, kot sem ga. Menim, da te članstvo v društvu veliko nauči

in ti pokaže, da si lahko kljub fizični oviri uspešen v športu in tudi na drugih področjih.

Se ti zdi šport v življenju človeka z



gibalno oviranostjo pomemben?

Vsekakor je gibanje zelo dobro za telo in zdravje, vendar pa bi rekel, da kljub temu pretirano profesionalno "športanje" lahko pripelje do večjih poškodb že pri neinvalidnih športnikih, obremenitev je pa še večja pri invalidih. Vsaj tako pravijo starejši paraplegiki (smeh). Menim, da šport je pomemben, vendar v pravi meri.

Pomemben je tudi prosti čas. Gotovo imaš veliko različnih hobijev. Kateri ti prinaša največ veselja in razvedrila?

V službi imam kar veliko dela, ko pa sem prost in v času vikendov, se pogosto odpravim na morje ali na kakšno potovanje. Zelo rad se v družbi vozim s priklopniki in všeč mi je, ko si skupaj ogledamo kakšne nove znamenitosti.

Bi rad še kaj izpostavil za konec?

Jaz bi vsakemu svetoval, da se po poškodbi vključi v društvo in da se udeležuje obnovitvene rehabilitacije. Tako bo pridobil veliko informacij. Življenje je precej lažje, če se pogovoriš s sočlovekom s podobno izkušnjo. Predvsem pa je pomembno, da kljub oviranosti živiš polno življenje.





**Informativno glasilo Izziv DPLJ
izdaja Društvo paraplegikov
ljublanske pokrajine.**

**Glasilo sofinancira
FIHO in občine.**

**glavna in odgovorna urednica:
Mirjam Kanalec**

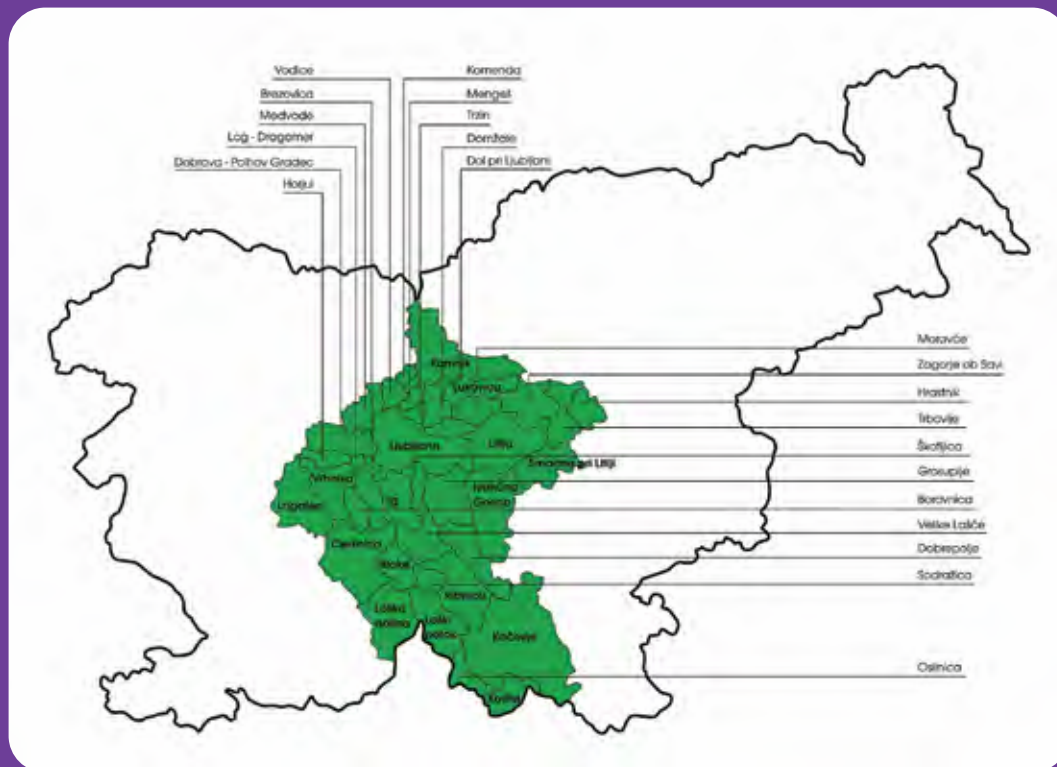
**uredništvo:
Nino Batagelj
Jože Globokar
Mojca Burger**

**lektoriranje:
Bojana Polak**

**oblikovanje in prelom:
ninobatagelj@gmail.com**

**tisk:
Partner graf d.o.o.**

**naklada:
500 izvodov**



Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine
Dunajska cesta 188, 1131 Ljubljana, p. p.: 5922
TRR 6100 0001 8731 144
T 01/569-11-23
E dlj.paraplegik@guest.arnes.si
www.drustvo-para-lj.si

