



Izziv DPLJ

XXIII. letnik, številka 39, december 2024

Poština
plačana
pri pošti
1131
Ljubljana



Društvo paraplegikov
ljublanske pokrajine



KAZALO

- 4 PODČRTANO S PREMISLEKOM
- 6 ČASOPLOV

DRUŠTVO

- 14 MENJAVA VODJE POSEBNIH SOCIALNIH PROGRAMOV
- 15 ZA DOBER ODNOS UPORABNIK - OSEBNI ASISTENT
- 16 BREZPLAČEN PREVOZ NA KLIC

SODELOVANJE Z DRUGIMI

- 17 ZA PRIJAZNEJŠE SOBIVANJE
- 18 "MOJ CILJ JE USTVARITI OBČINO, V KATERI SE VSAK OBČAN POČUTI SLIŠANEGA"

SOCIALA SMO LJUDJE

- 28 NIHČE NI OTOK SAM ZASE
- 29 OD ŽRTVE USODE DO ZMAGOVALCA
- 30 PODPORA ZA VEČJO SAMOSTOJNOST
IN KAKOVOST ŽIVLJENJA
- 31 "VEDNO SEM RAD POMAGAL"

VSI RAZLIČNI VSI ENAKOPRAVNI

- 33 PRVIČ V BOROVNICI
- 34 2. LJUBLJANSKI FESTIVAL ŠPORTA
- 35 EVROPSKI TEDEN MOBILNOSTI
- 37 RAZLIČNOST JE ZAKON
- 39 POTOPIŠNO PREDAVANJE O PERUJU

ŠPORT IN REKREACIJA

- 42 LEP TURNIR S SPOROŠČENIM DRUŽENJEM
- 43 20. MEMORIAL VLADA ČURČIJA
- 44 ŠTEVILO STRELCEV NARAŠČA
- 45 ZAČETEK USPEŠNE SEZONE

KULTURA

- 47 SLIKANJE KOT NAČIN REHABILITACIJE
- 48 "STARI MOJSTRI" V NARODNI GALERII
- 49 FILMSKO POPOLDNE

- 50 DEDEK MRAZ

FOTOGRAFIJE: ARHIV DRUŠTVA, DEJAN MIJOVIČ, DRAGO PERKO

OBVESTILA

PLAVANJE V URI SOČA

Plavanje v bazenu URI Soča poteka vsak četrtek od 18. do 19. ure. Mesečni prispevek znaša 20 € na osebo. Prijava na društvo in predhodno nakazilo prispevka sta obvezna.

REKREACIJA

Vadba se izvaja vsak torek ob 14.30 na Malenškovi 1 v Ljubljani. Za udeležence je organiziran tudi prevoz.

POMOČ STAREJŠIM IN INVALIDOM NA DOMU

V okviru javnih del nudimo storitve pomoči na domu v Ljubljani, Kamniku, Domžalah, Trzinu in Mengšu. Uporabniki programa so lahko tisti, ki nimajo pravice do osebne asistencije po Zakonu o osebni asistenci (ZOA). Pomoč je brezplačna in na voljo od ponedeljka do petka, med 8. in 16. uro.

PRIDRUŽITE SE PEVSKEMU ZBORU

Vaje pevskega zbora na društvu potekajo vsak ponedeljek od 16.30 do 18.30.

PRESOTERAPIJA IN MOTOMED

Strojna limfna drenaža je brezplačna in poteka na društvu ob ponedeljkih dopoldan oz. po dogovoru. Gibalna terapija MOTOMED je na voljo kadarkoli v času odprtja društva.

MASAŽA IN FIZIOTERAPIJA

Na društvu potekajo masaže za člane in njihove svojce. Klasično masažo izvaja maser Tadej ob torkih, četrtek in petkih dopoldan. Fizioterapija, ki jo izvaja fizioterapevtka Maja, poteka ob sredah od 11.00 do 16.00. Cene storitev so ugodne, saj del stroškov sofinancira društvo.

ŠAH NA DRUŠTVU

Na društvu se vsak drugi četrtek med 12. in 16. uro izvajajo šahovski treningi.

INKONTINENČNI MATERIAL

Na voljo imamo zalogo moških katetrov, vložkov in urinal kondomov. Prav tako so na voljo plenice iD Expert Slip (velikost L) in Indaslip (velikost L). Vse, kar potrebujete, sporočite na društvo.



Mirjam Kanalec

OB DARJENI S SKUPNOSTJO IN REFLEKSIJA PRETEKLEGA LETA
»Skupaj smo močnejši, vsak posameznik pa lahko prispeva k temu, da bo svet lepši.« (Desmond Tutu)

Ta praznični čas nas vabi k razmisleku o tem, kaj je resnično pomembno v naših življenjih. Božič ni le praznik daril in okraskov, ampak predvsem čas, ko se obrnemo drug k drugemu, ko si vzamemo trenutek, da se povežemo s tistimi, ki so nam blizu, in tudi z ljudmi, ki morda niso del našega vsakdana, a si zaslužijo našo pozornost. Božič nas opominja, da smo kot ljudje neločljivo povezani in da se prava vrednost naših življenj skriva v odnosih, ki jih gradimo z drugimi. Vse prevečkrat smo ujeti v vsakdanjo hitenje in pozabimo, da je najlepše darilo, ki ga lahko nekomu podarimo, naš čas, pozornost in ljubezen. Tega se spomnimo še posebej v tem prazničnem obdobju, ko si želimo ne le prejeti, temveč tudi dati.

V našem društvu smo ponosni na to, kako smo uspeli ustvariti skupnost, v kateri si pomagamo, se podpiramo in skupaj prebrodimo izzive, ki jih prinaša življenje. Vsakodnevno sodelovanje in

medsebojna podpora sta naš največji dar, ki nas povezuje in nas vodi skozi leto. Ko se ozremo na preteklo leto, ugotovimo, da je bilo polno izzivov in sprememb. Pomemben dogodek v tem letu so bile volitve. Novi izvoljeni organi so prevzeli odgovornost za vodenje društva in usmerjanje naših aktivnosti v prihodnjih letih. Ta proces ni bil zgolj tehnični postopek, ampak je bil tudi priložnost za osvežitev naše ekipe in vključitev novih idej, ki bodo še naprej oblikovale našo skupnost. Volitve so bile pomemben korak k okrepitvi transparentnosti in demokratičnega delovanja društva, saj želimo, da se vsak član počuti slišane in vključene v sprejemanje odločitev.

Poleg tega pa smo se skozi leto soočali tudi z izzivi, ki so povezana s kadri in zagotavljanjem stabilnega financiranja. Vprašanja, kako zagotoviti dovolj zaposlenih, ki bi bili sposobni opravljati naloge, in kako pridobiti

potrebna sredstva za izvajanje vseh naših programov, so postala izredno pomembna. Kljub tem izzivom smo uspeli ohraniti visoko nivo naših aktivnosti, predvsem pa smo nadaljevali s projekti, ki pomagajo našim članom, predvsem tistim, ki se soočajo z invalidnostjo, da lažje prebrodijo vsakodnevne izzive.

Ko se ozremo na te uspehe in težave v preteklem letu, smo ponosni na to, kar smo dosegli, in hkrati pripravljeni na nove izzive v prihajajočem letu. Vendar pa, kot vsako leto, ostaja naša najpomembnejša naloga zagotavljanje močne, podperne in vključujoče skupnosti, kjer se vsak posameznik počuti sprejetega, podprt in obdan z ljubeznijo ter sočutjem.

V teh prazničnih dneh pa ne smemo pozabiti, da so odnosi, ki jih gradimo, tista najlepša darila, ki jih lahko podarimo drug drugemu.

V letu, ki prihaja, vam želimo obilico zdravja, notranjega miru in neizmerne energije za vse vaše poti in izzive.

»Le pogum, srce in dobroto.
To je pot, ki vodi v lepoto.«

Tone Pavček

Novo leto je kot prazna knjiga – sami napišite zgodbo, ki vas bo spremljala skozi čas. Naj bo polna zdravja, srečnih trenutkov, drznih poglavij in toplih spominov.

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine



LITERARNI UTRINKI Z MINATTIJEV V DSO FUŽINE

3. september

Članice Literarne skupine društva »ONA&ONE« že vrsto let sodelujemo z Domom starejših občanov Fužine, tudi letos pa smo se z veseljem odzvale njihovem vabilu. Tokrat smo jih obiskale v nekoliko zmanjšani zasedbi. Marjana Lavrin, Alenka Tratnjek in Darinka Slanovec smo prebirale pesmi Ivana Minattija, saj letos praznujemo 100-letnico njegovega rojstva. Minatti velja za enega najčistejših slovenskih lirikov, njegove pesmi pa še danes segajo globoko v srca bralcev. Prav tako so ganile tudi okoli 25 zbranih poslušalcev, med katerimi so nekaterim med poslušanjem vidno orosile oči.

Drugi del srečanja je bil posvečen druženju ob odličnih kremšnitah, ki so jih pripravili domski slaščičarji. Kremšnite so priljubljena poslastica stanovalcev in njihovih gostov. Na srečanju smo obljubile, da bomo prihodnje leto ponovno obiskale DSO Fužine. Dogodek je sofinanciral JSKD.

3. SEJA UPRAVNEGA ODBORA

5. september

V začetku septembra je na društvu potekala tretja seja Upravnega odbora DPLJ. Obravnavali smo prenehanje dveh pogodb o zaposlitvi in zaposlitev nove strokovne delavke. Dogovorjeno je bilo, da bo vodenje športa prevzela Branka Petrak. Člani so sprejeli Pravilnik o računovodstvu in Program dela za leto 2025. Predsednica društva Mirjam Kanalec je predstavila aktivnosti društva od zadnjega srečanja UO ter posredovala informacije o delu Zveze paraplegikov Slovenije. Člani so razpravljali tudi o načrtih za delo do konca leta.

MEDNARODNI DAN POŠKODBE HRBTENJAČE

5. september

Mednarodno združenje za hrbtenjačo (ISCOs) je določilo, da bo 5. september vsako leto posvečen "Dnevu poškodb hrbtenjače". Namen tega dne je povečati ozaveščenost javnosti, kar lahko invalidom olajša vključevanje v družbo in poveča uspešnost preventivnih programov. Poškodba hrbtenjače ima hude telesne, duševne, socialne, spolne in poklicne posledice. Poleg tega močno poveča finančno breme tako za posameznika kot za njegovo družino.

NAŠI RIBIČI TEKMOVALI NA ČURČIJEVEM MEMORIALU

5. september

DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja je na ribniku Raztez v Brestanici organiziralo jubilejni 20. memorial Vlada Čurčija v športnem ribolovu za paraplegike in tetraplegike. Tekmovanje, ki se ga je udeležilo 17 ribičev iz petih pokrajinskih društev ZPS, je potekalo po pravilniku Ribiške zveze Slovenije. Med tekmovalci našega društva je Peter Kralj osvojil 4. mesto, sodelovala pa sta še Boštjan Ceglar in Štefan Glavan. Največ rib je ulovil Rudi Centrih iz DP jugozahodne Štajerske (12.880 g), ki je osvojil tudi prehodni pokal.

NAŠE DRUŠTVO NA 2. LJUBLJANSKEM FESTIVALU ŠPORTA

5. do 7. september

Na drugem Ljubljanskem festivalu športa so se s svojimi aktivnostmi predstavili tudi naši športniki, ki so pomembno prispevali k festivalskemu vzdušju.



JESENSKO SREČANJE ČLANOV V OBČINI BOROVNICA

7. september

Naše društvo je letos tradicionalno jesensko srečanje organiziralo v občini Borovnica.

55. MEMORIAL PROF. BOJANA HROVATINA

14. september

Kljub težavam z vremenom so organizatorji – ZPS v sodelovanju z DP – uspešno izvedli memorialno tekmovanje. Športnice in športniki so se pomerili v troboju metov (disk, krogla, kopje/kij; v kategoriji F51 je bil najboljši naš atlet Žan Kranjc, v združeni kategoriji F52 in F53 Henrik Plank, v kategoriji F54 Janez Hudej, v združeni F55, F56 in F57 pa Nejc Stakne; v ženski konkurenci so bile najboljše naša Katarina Miličević (F51), Marta Janežič v F53, Jerneja Štrakel v F54, Jelena Vuković v F55,), troboju voženj (100m, 200m, 400m – v moški konkurenci formul je slavil Janez Hudej, v moški konkurenci z vozički je bil najboljši Jernej Slivnik, v ženski pa Katja Gerdovič), na 800 m odprta kategorija (najhitrejši je bil Aleš Povše) in v memorialni disciplini 100 m s standardnimi vozički (zmagal je Jernej Slivnik, v ženski konkurenci je bila najboljša Hrvatica Biljana Balde). Ob tem še povejmo, da je v meddržavnem četverboju slavila Slovenija (6791,4 točke), sledili so ji Črna gora (6147,70), Hrvaška (5977,48), Srbija (3461,21) ter Bosna in Hercegovina (2610,20). Naši atleti, ki so tekmovali na 554: memorialu: Katarina Miličević, Namka Paratušič, Zehida Kukavica, Dane Kastelic, Gregor Gračner, Žan Kranjc, Aleš Vrhovc, Lutfi Abdullahu, Nick Nejc Pelko in Emil Močnik.

ETM S TRADICIONALNIM OVIRANTLONOM

16. september

V okviru Evropskega tedna mobilnosti je naše društvo sodelovalo na tradicionalnem OVIRANTlonu.

NAREDI KORAK – (P)OSTANI JUNAK

18. september

Naše društvo je sodelovalo v akciji Naredi korak – (p)ostani junak, ki jo je organizirala Mestna občina Ljubljana.

DAN DEJAVNOSTI NA OSNOVNI ŠOLI IG

20. september

V novem šolskem letu smo se s projektom Različnost je zakon najprej predstavili na Osnovni šoli Ig.

NA 32. REPUBLIŠKIH ŠPORTNIH IGRAH TUDI NAŠA ATLETA

16. do 19. september

Zveza paraplegikov in tetraplegikov Srbije (SPIKS) je v zdraviliškem mestu Vrnjačka Banja organizirala SENI 32. republiške športne igre. Gre za enega najpomembnejših športnih dogodkov za invalidne osebe v Srbiji. Šport je na teh igrah bil predstavljen kot pomemben vidik rehabilitacije in integracije. Letos se je zbralo preko 180 udeležencev iz Srbije, Makedonije, Črne Gore, Bosne in Hercegovine, Hrvaške ter Slovenije, ki so jo zastopali člani treh lokalnih društev. Iz DP jugozahodne štajerske Jerneja Štrakel in Janez Hudej, iz DP ljubljanske pokrajine Andor Palkovič in Rok Bratovž ter iz DP Gorenjske Matej Vukovič. Vsak tekmovalec je imel na razpolago en poizkusni met in tri mete za rezultat. V atletiki smo osvojili dve zlati (Janez disk in krogla) in dve bronasti



medalji Matej (kopje in bomba). Andor (F56) je bil peti v metu kopja (11,31m) in metu diska (10,94m) ter šesti v metu krogle (4,34m). Rok (F51) je bil četrti v metu kiju (13,72m), šesti v metu krogle (2,57m) ter četrti v metu bombe (6,55m).

NOVA VODJA ŠPORTA SE PREDSTAVI

23. september

Na društvu je potekal sestanek vodij športnih panog, kjer se je prvič zbranim predstavila nova vodja športa, Branka Petrak. Branka je športnica po duši in uživa v novih izzivih. Na sestanku so bili prisotni vodje naslednjih panog: košarka, kegljanje, streljanje, biljard, atletika, športni ribolov in šah. Vodje so novi vodji predstavili svoje dosedanje delo in uspehe iz pretekle sezone. Dogovorili so se, da bodo v prihodnje skušali povečati število rekreativnih udeležencev ter poskrbeli za bolj enotno predstavitev ekipe na tekmovanjih, kar vključuje tudi obvezna športna oblačila, ki so jih prejeli športniki. Vabljeni vsi, ki si želite udeleževati športnih aktivnosti – bodisi rekreativno bodisi bolj »zares«.

IZŠLA JESENSKA ŠTEVILKA GLASILA IZZIV

24. september

Med novicami na naši spletni strani lahko preberete jesensko številko glasila Izziv.

USPOSABLJANJE OSEBNIH ASISTENTOV IN UPORABNIKOV

26. september

V Podgradu pri Ljubljani je potekalo dodatno usposabljanje osebnih asistentov in uporabnikov.

TURNIR V KOŠARKI NA VOZIČKU

28. september

Naša ekipa je sodelovala na prijateljskem mednarodnem košarkarskem turnirju v Bihaču.

DRUŠTVENI PREIZKUS RAZLIČNIH ŠPORTOV

30. september

Na zadnji septembrski dan smo v prostorih Društva vojnih invalidov na Malenškovi v Ljubljani organizirali dogodek, kjer so se člani lahko preizkusili v različnih športih, ki jih društvo aktivno izvaja. Dogodek se je začel ob 11. uri, ko so se športniki skupaj z novo vodjo športa, Branko Petrak, preizkušali v streljanju, kegljanju, šahu in namiznem tenisu. Vodje posameznih športnih panog – Štefan Glavan, Anton Bavec, Bojan Lukežič in Jasmin Sabljakovič – so s svojim znanjem in izkušnjami prispevali k uspešni izvedbi dogodka. Največ zanimanja sta poželi disciplini streljanje in kegljanje. Pri izvedbi je pomagala tudi Nika. Druženje smo v športnem duhu zaključili ob 15. uri. Zahvaljujemo se Društvu vojnih invalidov za prijazen sprejem, vodjem športnih panog ter Branki in Niki za pomoč pri izvedbi dogodka.

RAZLIČNOST JE ZAKON NA OŠ CERKNICA

3. oktober

Projekt Različnost je zakon smo z ekipo društva ponovno predstavili na OŠ Cerknica.



RAZLIČNOST JE ZAKON NA OŠ SODRAŽICA

5. oktober

Ob Dnevu druženja treh generacij smo na OŠ Sodražica sodelovali s projektom osveščanja in preventive.

SESTANEK SOCIALNIH POVERJENIKOV Z NOVO VODJO

9. oktober

V prostorih društva smo organizirali sestanek socialnih poverjenikov, ki ga je uspešno vodila nova vodja mreže socialnih poverjenikov in naša nova sodelavka, Petra Testen. Sestanek je bil odlično obiskan, saj se ga je udeležilo kar 11 socialnih poverjenikov. Na srečanju smo pregledali dosedanje delo poverjenikov – obiske članov in telefonske klice. Prav tako so poverjeniki prejeli posodobljene sezname članov ter poročali o opravljenih nalogah. Dogovorili smo se o nadaljnjem delu mreže do naslednjega sestanka. Celotni mreži poverjenikov se zahvaljujemo za predano in uspešno delo.

ŽIVA KNJIŽNICA NA OŠ POLJANE

10. oktober

V sklopu dejavnosti Vzgoja za nenasilje in strpno komunikacijo smo sodelovali na OŠ Poljane v Ljubljani.

BOJAN LUKEŽIČ – DRŽAVNI PRVAK V NAMIZNEM TENISU

12. oktober

Zveza ŠIS – SPK in ŠD SU Novo mesto sta že sedmič zapored organizirala državno prvenstvo v paranamiznem tenisu, ki je potekalo v Športnem centru Livada. V soboto so se v različnih kategorijah glede na stopnjo invalidnosti pomerili

športnice in športniki invalidi, ki so pokazali izjemno željo, borbenost in dokazali, da se z voljo vse da. V moški konkurenci je med tetraplegiki naslov državnega prvaka osvojil Gašper Mlakar, med paraplegiki pa legenda Bojan Lukežič. Primož Kancler iz DP Podravja je bil drugi, tretji pa Peter Jereb iz DP ljubljanske pokrajine. Med ženskami je naslov državne prvakinje osvojila Barbara Meglič iz DP Gorenjske.

FILMSKO POPOLDNE NA DRUŠTVU

17. oktober

Na deževen četrtek smo v prostorih društva ustvarili toplo in prijetno vzdušje. Ogledali smo si navdihujočo in resnično zgodbo Moj zmenek na slepo (Mein Blind Date mit dem Leben).

POTOPIŠNO PREDAVANJE O PERUJU

24. oktober

V društvenih prostorih smo se zbrali na poučnem predavanju o skrivnostni deželi Inkov.

OGLED RAZSTAVE STARI MOJSTRI

25. oktober

V Narodni galeriji smo si ogledali razstavo Stari mojstri iz zbirk Muzeja za umetnost in obrt, Zagreb.

SPREJEM NOVIH ČLANOV

28. oktober

V prostorih društva smo pripravili sprejem za štiri nove člane. Prisotna sta bila tudi socialna poverjenika Marjan Zupanec



in Slavko Krajnc, ki sta z njimi delila dragocene izkušnje glede invalidnosti, podala uporabne nasvete ter si izmenjala kontaktne podatke za ohranjanje stikov. Predsednica Mirjam Kanalec je na začetku srečanja predstavila sebe, svojo poškodbo in delovanje društva ter opisala osem posebnih socialnih programov, ki jih društvo izvaja. Nato so se vsi prisotni med seboj predstavili, da bi se bolje spoznali – vsak je delil nekaj o sebi, svoji poškodbi in občutkih, s katerimi se sooča. Novim članom se je predstavila tudi nova sodelavka Petra Testen. Med srečanjem smo novim članom podali različne informacije, ki so jih zanimale, na primer pravice s področja socialnega in zdravstvenega varstva, pomen rekreacije in socializacije po poškodbi ter urejanje evropske kartice ugodnosti za invalide.

LIKOVNA KOLONIJA V SEMIČU

21. do 26. oktober

V Domu paraplegikov v Semiču je v sklopu občinskega praznika Občine Semič potekala tradicionalna jesenska likovna kolonija Belokranjska jesen 2024. Slikarji likovne sekcije ZPS so pod mentorskim vodstvom Rassa Causeviga in Ljudmile Turk ustvarjali z akrilom, oljem na platno ter risali z ogljem. Nastale so čudovite upodobitve belokranjske pokrajine, tihožitij in abstrakcij. Delavnic so se udeležili: Dragica Sušanj, naš slikar Željko Vertelj, Dominik Lozar, člani Mednarodnega združenja umetnikov, ki slikajo z usti ali nogami, ter Ljudmila Turk, Miran Jernejšek in vodja likovne sekcije Metod Zakotnik.

XVII. LITERARNI MARATON »RDEČA JABOLKA«

7. november

XVII. literarni maraton »Rdeča jabolka«, ki je potekal v prostorih Ljudske univerze Ajdovščina, je projekt Kulturnega društva Norma 7 in je namenjen likovnikom in ljubiteljem pisane besede. Povezuje in nagovarja slikarje, bralce, recitatorje vseh regij Slovenije, ki ustvarjajo individualno ali v literarnih in bralnih krožkih. XVII. literarnega maratona so se udeležili tudi naši člani likovniki in recitatorji bralne skupine ONA&ONE, Marjana Lavrin in Alenka Tratnjek ter pesnica Darinka Slanovec z recitalom slovenskega pesnika, prevajalca, urednika in akademika Ivana Minattija. Bralni skupini se je kot gost pridružil Uroš Koščak s predstavitvijo svoje pesniške zbirke. Med pestrim literarnim programom sta v ozadju ustvarjala že uveljavljeni naš slikar Željko Vertelj, ki slika z usti in vodja Likovne sekcije ZPS, Metod Zakotnik. Z glasbenim programom znanih in priljubljenih pesmi je za zaključek literarnega maratona navdušila kitarska skupina Akordi, z izborom ljubezenskih pesmi Ferija Lainščka pa recitatorji Majda Birska, Marjana Lavrin in Metod Zakotnik.

SPREJEM NOVIH ČLANOV

11. november

Zaradi večjega števila novih članov smo sprejem organizirali v dveh delih. Prvi del je potekal konec oktobra, drugi pa v začetku novembra v društvenih prostorih. Na novembrskem srečanju so bili prisotni socialni poverjeniki Mojca Burger, Roman Jesenšek, Ljubiša Gajič in Živan Miljkovič, ki so z udeleženci delili izkušnje glede invalidnosti. Prisotni sta bili tudi predsednica Mirjam Kanalec in Petra Testen. Sprejem



novih članov je izjemnega pomena, saj omogoča, da se člani med seboj spoznajo, pridobijo informacije o dejavnostih društva in oblikujejo novo mrežo poznanstev. Prav tako je to priložnost, da zaposleni v društvu ugotovijo, kakšno pomoč člani potrebujejo, in se dogovorijo o nadaljnji podpori.

KATARINA MILIČEVIČ NA RADIO PRVI

11. november

S Katarino Miličevič se je v oddaji Med štirimi stenami pogovarjala novinarka Petra Medved. Katarina, ki je pri 22 letih doživela hudo prometno nesrečo, je delila svojo življenjsko zgodbo in izkušnje. Kljub poškodbi hrbtenjače, zaradi katere ne hodi več, je Katarina našla nove cilje in postala ambasadorka Zavoda Vozim. V okviru zavoda ozavešča mlade o posledicah prehitre vožnje in govori o življenju s poškodbo. Njeno poslanstvo je opozarjanje na nevarnosti, povezane s prometnimi nesrečami, ter spodbujanje k odgovornemu ravnanju. Katarina sicer aktivno plava, leti z letalom, ukvarja pa se tudi z atletiko – meče kij.

SLIKARSKA DELAVNICA V URI-SOČA

12. november

Naše društvo je v prostorih URI-SOČA pripravilo tradicionalno slikarsko delavnico, ki je znova povezala člane in spodbujala ustvarjalnost.

DOBER ZAČETEK V PRVEM KROGU

17. november

DP Podravja je organiziralo prvi krog košarkarske lige ZPS – Bauerfeind. Tekmovanja so se udeležile štiri ekipe, ki so se pomerile v športni dvorani OŠ Rade Robič Limbuš. V prvi tekmi je Thermana Celje premagala DP Maribor z rezultatom 57:51. Druga tekma je pripadla ekipi DP Ljubljana Mercator, ki je s 71:69 premagala DP Maribor. V tretji tekmi pa je DP Kranj–NM Omega MM slavila proti DP Celje Thermana z rezultatom 56:38. Delegat tekmovanja je bil Milan Lukan, sodnika pa Mitja Dečman in Nedžad Budimlić.

NADALJUJEMO S ŠAHOVSKIMI POPOLDNEVI

14. november

Naši šahisti so se ponovno zbrali v društvenih prostorih in se pomerili v priljubljeni miselni igri. Četrtekovi popoldnevi med 12. in 16. uro so zdaj rezervirani za ljubitelje šaha. Vabimo vse člane, ki jih ta igra zanima, da se pridružijo in odigrajo nekaj partij.

INFORMACIJE O MEDICINSKO TEHNIČNIH PRIPOMOČKIH

20. november

V društvenih prostorih smo organizirali predstavitev medicinsko tehničnih pripomočkov in pravic iz zdravstvenega zavarovanja.



NAŠI PARAPLESALKI ODLIČNI NA EP V PRAGI

22 do 24. november

Evropsko prvenstvo v paraplesu je v Pragi zbralo najboljše plesalce iz vse Evrope. Slovenijo so zastopali Nastija Fijolič, Lara Nedeljkovič, Brina Rogelj, Nika Bratuš in Amir Alibabič, pod vodstvom trenerja Andreja Novotnyja. Naši paraplesalci so tudi na tokratnem tridnevem prvenstvu tradicionalno dosegli odlične rezultate.

Lara Nedeljkovič iz našega društva se je v kategoriji Single women class 2, najštevilčnejši kategoriji, uvrstila v veliki finale in osvojila 6. mesto, kar ji je zagotovilo podaljšanje državne kategorizacije. Brina, naša članica, ki se razvija v perspektivno paraplesalko, in Nika sta v kategoriji Single women junior class 2 osvojili 3. in 2. mesto. Brina in Nika sta nastopili v kategoriji Single freestyle women class 2, kjer sta obe dosegli najboljši točkovni rezultat letošnjega leta ter v zelo izenačeni konkurenci zasedli, Nika 7., naša Brina pa 9. mesto. Zadnji dan sta Lara, Nika in Brina v kategoriji Single women class 2 pokazale odličen ples. Nika je zasedla 9., Brina pa 10. mesto.

EKIPNO DRŽAVNO PRVENSTVO V HITROPOTEZNM ŠAHU

23. november

V Murski Soboti je potekalo ekipno državno prvenstvo v hitropoteznem šahu. Organizator je bila Zveza ŠIS – SPK, izvedbo pa je prevzelo MDI Murska Sobota. Tekmovalo je 12 moških in 2 ženski ekipi, med njimi tudi ekipa ZPS. Pri ženskah so naslov državnih prvakinj ubranile članice DI Muta, pri moških pa je slavil MDI Maribor. Ekipo ZPS so zastopali: Dominik Lozar iz DP Dolenjske, Bele krajine in

Posavja, Bor Melanšek iz DP ljubljanske pokrajine in Vinko Hren iz DP jugozahodne Štajerske.

UROŠ MILUTINOVIČ DRUGI MED VETERANI

26. november

Na kegljišču v Radencih je potekal 31. Magdičev memorial in prvi krog kegljaške lige ZPS. Tekmovanje je organiziralo društvo DP Prekmurja in Prlekije. Tekmovalo je 32 kegljač in kegljačev iz osmih regijskih društev ZPS. Tekmovalci so se pomerili v ekipni posamezni, moški in ženski konkurenci ter veteranov in tetraplegikov. Najboljša ekipna uvrstitev je pripadla DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja s 1.545 točkami, na petem mestu pa je bila DP Ljubljana z 1.156 točkami. V veteranski konkurenci je naš Uroš Milutinovič osvojil odlično 2. mesto s 318 točkami.

RAZLIČNOST JE ZAKON NA OŠ NOVE JARŠE

27. november

Drugič smo obiskali OŠ Nove Jarše in se tokrat predstavili učencem devetih razredov.

DELOVNI SESTANEK S PREDSTAVNIKI OBČIN V KAMNIKU

27. november

Predstavnikom občinskih služb smo predstavili problematiko odpravljanja miselnih in grajenih ovir v našem okolju.

NINO BATAGELJ – GOST ODDAJE MED ŠTIRIMI STENAMI

2. december

V oddaji Med štirimi stenami se je Lara Gril pogovarjala z našim članom Ninom Batageljem. Oddaja je nastala v okviru



akcije "Vidiš človeka ali invalidnost", ki ozavešča o socialnem vključevanju invalidov in njihovih življenjskih zgodbah.

POGOVORNA DELAVNICA »NISI SAM«

2. december

Z dr. Vesno Radonjič Miholič smo izvedli delavnico Nisi sam.

IZDELOVANJE ADVENTNIH VENČKOV

4. december

Delavnico izdelovanja adventnih venčkov je vodila Elizabeta Kos, ki je predstavila različne načine izdelave venčkov in svetovala posameznicam pri izdelavi. Udeležba je bila brezplačna, zbrale pa so se predvsem članice ženske sekcije in njihove spremljevalke. Izdelovale so lahko venčke »za obesiti na steno« ali venčke »za položiti na mizo«, odvisno od njihovih želja. Za izdelovanje so uporabljale tako umeten (svečke, karton, bleščice okrasje) kot naraven material (mah, zelenje, želodi, storži) ter pripomočke kot so: bleščice, lepilo, škarje in podobno. Venčke so udeleženke po končanem druženju odnesle domov in z njimi okrasile stanovanja ter hiše za praznične dni. Tudi za društvo so izdelale adventni venček ter nam pomagale pri postavitvi in okrasitvi novoletne jelke. Tako smo s skupnimi močmi na društvu pričarali praznično razpoloženje za kar se jim najlepše zahvaljujemo. Posebna zahvala pa gre tudi odlični Elizabeti Kos, ki je priskrbela potrebni, predvsem naravni material, že vnaprej pripravila obroče za izdelovanje venčkov in z napotki prijazno pomagala našim udeleženkam pri ustvarjanju.

NAŠI STRELCI USPEŠNI V PRVEM KROGU LIGE

7. december

Naše društvo je uspešno izvedlo 1. krog strelske lige ZPS in Bernaškov memorial, ki je bil posvečen tudi občinskemu prazniku Dobrepolje.

DRŽAVNO PRVENSTVO V CURLINGU

9. december

V Ledeni dvorani v Zalogu je Zveza ŠIS – SPK komite je organizirala že osmo državno prvenstvo v curlingu, pripravil pa ga je Curling klub Zalog. Z žrebom so izbrali ekipe nasprotnikov, po predtekmovanju pa sta se zmagovalni ekipi pomerili za prvo in drugo mesto, poraženi pa za tretje in četrto mesto. Igrali so po štiri ende na tekmo.

1. DPLJ 1 (Jovita Jeglič, Jože Klemen, Žiga Bajde, Robert Žerovnik)
2. Basket (Jože Berčon, Anton Zakrajšek, Marino Popovič, Slobodan Banjac)
3. DP Gorenjska (Gašper Černilec, Anton Bavec, Andor Palkovič)
4. DPLJ 2 (Jana Ferjan, Mojca Burger, Matej Brajkovič)

INFO TOČKA NA URI SOČA

12. december

Vrstniška pomoč je izjemno pomembna že v času rehabilitacije, saj takrat pacienti potrebujejo največ podpore in informacij.



Saša Mlakar

EVROPSKA KARTICA UGODNOSTI IN EVROPSKA PARKIRNA KARTA INVALIDOM BO OLAJŠANO POTOVANJE ZNOTRAJ EU

Direktiva (EU) 2024/2841 Evropskega parlamenta in Sveta z dne 23. oktobra 2024 o uvedbi evropske kartice ugodnosti za invalide in evropske parkirne karte za invalide



Z Direktivo o uvedbi evropske kartice ugodnosti za invalide in evropske parkirne karte za invalide bo invalidom iz EU, tudi tistim, ki so državljani tretjih držav in zakonito prebivajo v državah EU, med kratkoročnim bivanjem po EU zagotovljen enak dostop do posebnih pogojev ali do prednostne obravnave, ki pa ne bodo v vsaki državi članici identične, temveč bo vsaka država določila svoje in jih bo moč najti na njihovih spletnih straneh in na strani Evropske komisije.

Kartice bodo priznane po vsej EU kot dokazilo o invalidnosti ali upravičenosti do posebnih storitev na podlagi invalidnosti. Evropske parkirne karte za invalide bodo izdane v fizični obliki, države članice pa jih bodo lahko izdale tudi v digitalni.

Države članice do 5. junija 2027 sprejmejo in objavijo zakone in druge predpise, potrebne za uskladitev s to direktivo. Države članice te predpise uporabljajo od 5. junija 2028 dalje.

Spremembe:

Evropska invalidska kartica ugodnosti za invalide, bo po novem veljala v vseh državah članicah EU in ne več le v osmih državah članicah, ki so izpeljale pilotni projekt. Izgled kartice bo enak za vse države EU. Oznaka »A« bo še vedno le v nekaterih karticah držav članic, ki so se odločile dodati kartici osebno asistenco. Države članice, ki že imajo urejeno osebno asistenco v svoji nacionalni zakonodaji, so se večinoma odločile, da bodo njihove kartice brez oznake A. Obe kartici pa sta veljavni v vseh državah EU. Kartica bo imela po novem tudi nov izgled in dodana bo QR koda ter drugi možni digitalni elementi, ki uporabljajo elektronska sredstva za preprečevanje goljufij. Prav tako bo v naslednji fazi kartica dostopna tudi v digitalni obliki. Države članice, ki še nimajo nacionalne kartice, lahko na hrbtno stran dodajo

Obe dosedanji kartici veljata v dosedanji obliki do datuma prenosa Direktive v nacionalno zakonodajo oziroma do pričetka izdaje novih kartic.

svojo nacionalno kartico z ugodnostmi namenjenim le za invalide svoje države.

Evropska parkirna karta za invalide se bo poenotila v izgledu, saj so države članice EU na podlagi prvotnih priporočil EK kartice precej prilagodile svojim željam. Zato bo z novo Direktivo urejeno tako, da bodo vse parkirne karte po izgledu enake in ne bo prihajalo do neželenih težav pri parkiranju v drugih državah EU. Še vedno pa bo potrebno biti pozoren pri parkiranju, saj ima vsaka država članica EU svoje določbe in kriterije parkiranja za invalide, ki niso popolnoma enaki med vsemi državami EU. Tudi fizični obliki parkirne karte naj bi se v drugi fazi dodalo še digitalno obliko.

Parkirna karta za invalide v Evropski uniji - Publications Office of the EU Brošura vsebuje informativni pregled pogojev uporabe parkirne karte za invalide v posameznih državah članicah Evropske unije. (veljala bo do prenosa direktive). Samostojno zgibanko namestite na vetrobransko steklo poleg svoje parkirne karte, tako da je vidna stran z jezikom(-i) države, kjer ste na obisku.



LJUBEZEN DO ZGODB IN KNJIG

Pozdravljeni, ime mi je Petra Testen in sem v društvu nova zaposlena kot vodja posebnih socialnih programov. Če bi za svojo predstavitev izpostavila eno stvar v svojem življenju, je to ljubezen do zgodb in knjig. Že kot majhna deklica sem z velikim veseljem in odprtimi očmi prisluhnila starejšim, ki so pripovedovali zanimivosti iz svojega življenja. Ure in ure sem lahko spremljala vsako besedo in gesto, ki je še dodatno poudarila izgovorjeno.

Ko sem kasneje odkrila svet pisane besede, se je v meni odprlo veselje. Povsem se strinjam z Georgom R. R. Martinom, ki pravi: *»Tisti, ki bere, živi tisoč življenj. Kdor ne bere, pa zgolj eno samo.«* Verjetno ne bo presenetljivo, če povem, da doma nimam televizijskega sprejemnika, imam pa veliko knjižno omaro, polno raznovrstnih knjig in zgodb, ki me rade popeljejo v neznane in oddaljene kraje. Ob tem mi nikoli ni dolgčas. :)



Nina Černe

ZA DOBER ODNOS UPORABNIK – OSEBNI ASISTENT

Dodatno usposabljanje osebnih asistentov in uporabnikov

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, kot izvajalec osebne asistencije, vsako leto organizira dodatno usposabljanje za svoje osebne asistente in uporabnike osebne asistencije. Letos smo usposabljanje izvedli 26. septembra v prijetnem ambientu Gostilne Pri Peclju v Podgradu pri Ljubljani.

Usposabljanje je obsegalo štiri sklope predavanj, ki jih je povezovala strokovna vodja Nina Černe. Dogodek se je začel

z uvodnim nagovorom predsednice društva Mirjam Kanalec, ki se je predavanj nato udeležila tudi kot uporabnica.

Prva delavnica z naslovom Motivacija in navade, ki jo je vodila Neli Pavlin, univ. dipl. politologinja, NLP coach in trenerka mehkih veščin, je navdušila vse prisotne. S svojo energijo in sporočilom je spodbudila zavedanje, da smo sami kreatorji svojega življenja ter da nikoli ni prepozno za spremembe in nove



navade, ki nas v življenju podpirajo. Drugo delavnico z naslovom Čuječnost in spoprijemanje s stresom je vodila Melita Mihajlovič Košak, univ. dipl. psihologinja in certificirana psihoterapevtka. Udeležencem je predstavila osnove čuječnosti in tehnike sproščanja, ki pomagajo pri osredotočanju na sedanji trenutek. Te metode olajšajo soočanje z različnimi situacijami in pripomorejo k uravnavanju živčnega sistema, kar vodi v večjo notranjo pomirjenost in manjši stres.

Po delavnicah je sledilo skupno kosilo in krajše druženje, nato pa še tretje predavanje z naslovom Predstavitev medicinsko-tehničnih pripomočkov in pravic iz zdravstvenega zavarovanja, ki ga je vodila Tamara Bokalič, zaposlena na Soča opremi. Predstavila je raznolike medicinsko-tehnične pripomočke, razdelila gradivo in brošure ter delila primere dobre prakse. Poleg tega je izpostavila pomembne pravice, ki jih uporabniki pridobijo v okviru zdravstvenega zavarovanja.

Usposabljanje je zaključil Viki Kotar, mag. zdravstvene nege iz URI Soča, s predavanjem o Celostni obravnavi uporabnika, zdravstvenih situacijah in odnosih.

Dogodek je bil izveden v skladu z zahtevami Zakona o osebni asistenci, vsi prisotni pa so usposabljanje uspešno zaključili. Želimo jim uspešno nadaljnje delo in harmonične odnose med uporabniki ter osebnimi asistenti.

Hvala vsem za sodelovanje – udeležencem, predavateljem in gostitelju! Usposabljanje sem zadnjič organizirala kot strokovna vodja in vsem želim uspešno delo ter lepe odnose še naprej!

BREZPLAČNI PREVOZ NA KLIC

V okviru NSIOS je začel delovati klicni center za prevoz invalidov na invalidskem vozičku na območju Ljubljane in Maribora. Gre za pilotni projekt Ministrstva za okolje, prostor in energijo. Preizkusite storitev, postanite neodvisni in samostojni s ponujenimi prevozi!

Pod okriljem Družbe za upravljanje javnega potniškega prometa (DUJPP) je vzpostavljen klicni center, ki bo v naslednjih petih mesecih pilotno testiral prevoze na klic za gibalno ovirane osebe v občinah Ljubljana in Maribor. Storitev je namenjena tistim, ki za gibanje uporabljajo različne tehnične pripomočke. Prevoze na klic lahko koristite za vse vrste voženj, prednostno pa za urejanje zdravstvenih zadev, upravnih postopkov in drugih nujnih opravil.

DUJPP v sklopu projekta Prostorska podatkovna podpora upravljanju javnega potniškega prometa – Invalidi v javnem potniškem prometu, ki ga od leta 2022 izvaja Ministrstvo za okolje, prostor in energijo, izvaja pilotno testiranje prevozov na klic. Pilotni projekt poteka v sodelovanju z Nacionalnim svetom invalidskih organizacij Slovenije (NSIOS) od 12. septembra 2024 do 12. februarja 2025.



Kaj omogoča prevoz na klic?

Prevoz na klic omogoča prevoz oseb od začetne do končne točke potovanja, pri čemer morata obe točki ležati znotraj prometnega gravitacijskega območja Ljubljane in Maribora, ki ga pokriva klicni center. Končna točka ne sme biti oddaljena več kot 50 km od začetne točke.

Če potnik potuje izven tega območja, storitev omogoča prevoz do najbližje dostopne postaje javnega potniškega prometa. To zagotavlja nadaljevanje poti z drugimi oblikami javnega prevoza, kar povečuje mobilnost in dostopnost do širšega območja.

Kako naročim prevoz?

Sprejem klicev in koordinacija prevozov poteka preko klicnega centra na telefonski številki **051 266 377**, in sicer od ponedeljka do petka, vsak delovni dan, med 8. in 14. uro. Prevoze lahko naročite tudi preko elektronske pošte na naslov: **prevozinaklic@dujpp.si**.

Naročilo prevoza mora biti izvedeno preko klicnega centra vsaj 24 ur vnaprej. Če so kapacitete na voljo, se lahko prevoz izvede tudi ob naročilu, oddanem manj kot 24 ur pred odhodom. Prevozi se izvajajo od ponedeljka do petka, vsak delovni dan, med 7. in 22. uro.

Izkoristite priložnost in preizkusite brezplačno storitev, ki bo izboljšala vašo mobilnost in neodvisnost!



Mirjam Kanalec

ZA PRIJAZNEJŠE SOBIVANJE

Društvo je 27. novembra letos v Kamniku organiziralo delovni sestanek članov in članic s predstavniki občin Kamnik, Medvode, Komenda in Vodice. Na sestanku smo opozorili na nujnost odpravljanja miselnih in grajenih ovir v našem okolju.

Na društvu si prizadevamo, da naše člane aktivno vključujemo v domače okolje, jim nudimo ustrezne informacije in pomagamo pri reševanju njihovih stisk in težav. Pri zagotavljanju ustreznih in kakovostne podpore članom sodelujemo s centri za socialno delo, domovi za starejše občane, ZZZS-ji, URI Sočo, Fakulteto za socialno delo, policijo, občinami, različnimi strokovnjaki in drugimi pristojnimi službami.

Pogovor ostaja najpomembnejši ključ do uspešnega sodelovanja in preprečevanja nesporazumov. Tega se v društvu zavedamo, zato že od leta 2002 organiziramo delovne sestanke. Na njih k izmenjavi mnenj in stališč vabimo župane, občinske službe ter naše člane, da skupaj prispevamo k prijaznejšemu sobivanju. Namen tokratnega



Matjaž Birsa, predstavnik Policijske postaje Kamnik:

»Veseli me, da sem se udeležil sestanka, kjer lahko krepimo medsebojne odnose in naslavljam težave, pri katerih lahko pomaga policijska služba.«

medobčinskega sestanka v Kamniku je bil prav to – spodbuditi sodelovanje in dialog.

Tokrat smo povabili člane in predstavnike lokalnih oblasti ter strokovnih služb občin Kamnik, Komenda, Vodice in Medvode. Sestanka so se udeležili naši člani, ki prebivajo v teh občinah, vabilu pa so se odzvali Matej Slapar, župan Občine Kamnik, Leon Merjasec, podžupan Občine Medvode, Eva Dolinar, višja svetovalka iz Občine Vodice, Tjaša Kropivšek Drenik iz DSO Kamnik, Ana Škulj, delovna terapevtka iz DEOS Medvode, Matjaž Birsa iz Policijske postaje Kamnik in Jani Demšar iz Geodetskega inštituta Slovenije. Pogrešali smo predstavnike CSD-jev, ZZZS-jev in Občine Komenda.

Na samem začetku sta predsednica

Mirjam Kanalec in sodelavka Petra Testen predstavili društvo ter osem posebnih socialnih programov, ki jih izvajamo. Nadaljevali smo z obravnavo izzivov, s katerimi se naši člani vsak dan srečujejo pri bivanju in vključevanju v družbo, še posebej pa smo se posvetili dostopnosti grajenega okolja za funkcionalno ovirane osebe, kar je podrobneje predstavil Jani Demšar iz Geodetskega inštituta s projektom multimodalne mobilnosti, financiranim s strani države, natančneje Ministrstva za okolje, prostor in energijo. Projekt, ki kontinuirano poteka že osem let, dosega precej dobre rezultate. »Imamo samo en prostor in tega si delimo vsi. Infrastruktura, ki je načrtovana in prilagojena ranljivim skupinam, je primerna za nas vse,« je poudaril Jani.

V nadaljevanju so ostali predstavniki institucij predstavili svoje poglede na potrebe paraplegikov. Prvi je spregovoril Matej Slapar, župan Občine Kamnik, ki se je med drugim zahvalil društvu za vso koristno delo, ki ga opravlja. Podžupan Občine Medvode, Leon Merjasec, je obljubil, da se bo potrudil, da bo njihova občina v prihodnje sofinancirala posebne socialne programe društva. V Občini Vodice društvo sicer nima članov, a je Eva Dolinar, višja svetovalka za družbeno-socialne dejavnosti in splošne zadeve iz Občine Vodice, povedala, da njihovi razpisi niso vezani na članstvo niti na sedež društva v njihovi občini, zato se lahko društvo prijavi na razpis.

V nadaljevanju so prisotni lahko izrazili morebitne težave ter zastavili vprašanja in pobude. Besedo je prvi prevzel Tone Iskra, ki je izpostavil, da so na ravni občinske politike bolj sistematična prizadevanja za gibalno enakopravnost

opazna šele zadnjih deset let, odkar deluje kot občinski svetnik. V občinskem proračunu imajo samostojno postavko, namenjeno odpravljanju arhitekturnih ovir. Kot občinski svetnik si bo še naprej prizadeval, da bi bilo vedno več primerov neoviranega dostopa. Predsednica je zastavila prisotnim vprašanja, ki so jih udeleženci delovnega sestanka pred sedmimi leti zastavili pristojnim službam in organom, povezana z dostopnostjo grajenega okolja in storitev, vendar je žal ugotovila, da se stanje bistveno ni izboljšalo.

Vsem, ki so se odzvali vabilu, se zahvalujemo za udeležbo in podporo našim prizadevanjem za kakovostnejše življenje invalidov. Verjamemo, da je sodelovanje različnih ustanov ključnega pomena za zagotavljanje temeljnih življenjskih pogojev in kakovostnejšega življenja oseb z okvaro hrbtenjače.



Matej Slapar, župan Občine Kamnik:
»V občini smo se že srečevali s številnimi izzivi, povezanimi s problematiko dostopnosti za invalide, veliko pa smo jih tudi že rešili. Bistveno je, da se pri novih investicijah razmišlja tudi o mobilnosti in omogočanju bivanja za čim širši krog ljudi.«





Leon Merjasec, podžupan Občine Medvode:

»V centru mesta ne opažam težav z dostopnostjo storitev in proizvodov, situacija pa je vsekakor slabša izven mestnega jedra. Začeli smo s prenovo občinske stavbe, ki je bila uničena v lanskoletnih poplavih. Z rekonstrukcijo stavbe bodo zdaj prostori dostopni vsem, tudi upravna enota bo imela nov, dostopen vhod, ki bo neposredno povezan s parkiriščem. Prilagajamo tudi osnovno šolo z dvigalom in dvižno podlago.«

Peter Kralj:

»Invalidske sanitarije v nakupovalnih središčih so velikokrat zasedene s pripomočki za čiščenje, straniščne školjke pa so pogosto tako visoke in neprimerne, da jih invalidi ne morejo uporabljati.«



Mirjam Kanalec

»MOJ CILJ JE USTVARITI OBČINO, V KATERI SE VSAK OBČAN POČUTI SLIŠANEGA«
Pogovarjali smo se z županom Občine Kamnik, s katerim vzorno sodelujemo že vrsto let.

Občina Kamnik je srednje velika občina, ki leži v severnem delu osrednje Slovenije. Kako bi jo na kratko predstavili našim bralcem?

Kamnik sodi med večje občine v Sloveniji (smo nekje okoli 10 mesta) in se nahaja na vznožju Kamniško-Savinjskih Alp. Naše občine pa ne odlikujejo le naravne lepote, temveč tudi izjemna kulturna dediščina in očarljivo srednjeveško mestno jedro, ki v skritih in manj skritih kotičkih preseneča in navdihuje s 795-letno zgodovino.

Kamnik zaznamujejo izjemne osebnosti, katerih delo, ustvarjalnost in vizija so pustili neizbrisen pečat. Naše

srednjeveško mesto ne izstopa le po svoji arhitekturi, kulturnih dogodkih in naravnih lepotah, temveč tudi po ljudeh, ki so bili del njegove zgodbe:

Rudolf Maister, narodni heroj in general, ki je odločilno prispeval k ohranitvi slovenskega ozemlja po prvi svetovni vojni, se je rodil v Kamniku.

Pesnik France Balantič, čigar poezija kljub tragičnemu koncu njegovega življenja še danes odmeva, je Kamniku zapustil literarno bogastvo.

Fotograf in kronist Peter Naglič je s svojimi posnetki ohranil neprecenljive podobe življenja na tem območju, medtem ko je alpinist Tomaž Humar

ponesel ime Kamnika na najvišje vrhove sveta.

Vsak izmed njih je naše kraje obdaril s svojo edinstveno zapuščino, ki še danes navdihuje prebivalce in obiskovalce.

Občina Kamnik je pravi biser, ki ga je vredno obiskati. S svojo slikovito naravo, bogato kulturno dediščino in prijaznimi ljudmi je destinacija, ki ponuja doživetja za vsakogar. Zato z veseljem vabim vse, da nas obiščete, doživite čar naše občine in se napolnite z energijo, ki jo ponuja. Verjamem, da vam bo obisk ostal v lepem spominu in prinesel številna doživetja.

Kateri so bili največji dosežki občine Kamnik v zadnjem letu in kateri projekti so trenutno v ospredju?

Za nami je razvojno leto, v katerem smo zaključili več dolgo pričakovanih projektov. Ponosni smo, da so naši otroci septembra vstopili v novo Osnovno šolo Frana Albrehta, ki velja za eno najsodobnejših šol v Sloveniji. Poleg tega smo začeli z gradnjo zunanjih športnih površin med šolama Toma Brejca in Frana Albrehta, ki so nujno potrebne za šolarje in prebivalce mestnega jedra, ki doslej niso imeli ustreznih športno - rekreacijskih površin. Med pomembnejšimi načrti je energetska sanacija več javnih ustanov – Vrtca Tinkara, Glasbene šole Kamnik in Knjižnice Franceta Balantiča Kamnik. Ti projekti bodo pomembno prispevali k energetske učinkovitosti in dolgoročni vzdržnosti teh objektov.

Poseben in v zgodovini občine verjetno največji izziv so bile posledice lanskih poplav, ki so prizadele velik del občine. Največ pozornosti in sredstev smo zato namenili sanaciji škode na infrastrukturi



in plazovih. Dela potekajo premišljeno, po prioritetah, z jasnim ciljem – da obnovimo bolj odporne in trajnostne rešitve, ki bodo preprečile podobno škodo v prihodnosti.

Na področju turizma in športa je leto 2024 prineslo pomembne investicije. Zgradili smo moderno šestsedežnico na Veliki planini, obnovili streho Preskarjeve bajte in postavili kolesarski poligon pumptrack ob Kamniški Bistrici, ki je že postal priljubljena destinacija za kolesarske navdušence. Pomemben mejnik je tudi začetek gradnje Kneipp NaturHotela v Tuhinjski dolini. Ta inovativni projekt bo s svojo trajnostno zasnovo pomembno vplival na razvoj Term Snovik in celotne regije.

Leto je bilo tudi obarvano tudi s številnimi dogodki – več kot štiridesetimi v okviru Maistrovega leta – smo počastili

spomin na Rudolfa Maistra, borca za severno mejo in kamniškega rojaka, ter obeležili obletnici njegovega rojstva in smrti.

Občina Kamnik tako ostaja kraj, ki z razvojem in inovacijami gradi prihodnost, hkrati pa ohranja spoštovanje do svoje bogate zgodovine.

Kako ocenjujete stanje dostopnosti javnih površin in objektov v občini Kamnik za osebe z invalidnostjo? Katere izboljšave so načrtovane?

V občini Kamnik si prizadevamo za izboljšanje dostopnosti javnih površin in objektov za gibalno ovirane. Na določenih področjih smo to že uspeli doseči. Zavedamo se, da morajo biti ključne javne ustanove, kot so občinska stavba, pošta, lekarna, šole, tržnica in dom upokojencev dostopne za vse.

Kamnik postaja prijazno mesto za vse, vendar se zavedamo, da nas na številnih lokacijah čaka še veliko dela.

Eden od izzivov, s katerimi se srečujemo, so omejitve, ki jih prinaša spomeniško varstvo stavb v našem mestu. Te omejitve pogosto otežujejo izvedbo nekaterih prilagoditev, zato moramo iskati rešitve, ki spoštujejo kulturno dediščino, hkrati pa omogočajo čim večjo dostopnost. Naš cilj je, da tudi tam, kjer dostopnosti trenutno še ni, najdemo načine za prilagoditve.

Čim prej si želimo v čim večji meri izkoristiti prednosti sodobnih tehnologij, ki bi invalidom olajšale načrtovanje poti. V mislih imam rešitve, ki uporabniku prikažejo klančine, stopnice ali druge ovire, s katerimi se soočijo na nameravani poti. Prav tako bomo še naprej spodbujali izobraževanje zaposlenih v javnih institucijah v Občini Kamnik o možnostih, kako lahko prispevajo k izboljšanju dostopnosti.

Zavedamo se, da vse, kar naredimo za olajšanje dostopnosti poti invalidov, koristi tudi drugim – na primer mamicam z otroškimi vozički ali starejšim občanom. Naš cilj ostaja jasen: Kamnik bo občina, kjer se bo vsak prebivalec lahko počutil dobrodošlega in neovirano dostopal do vseh pomembnih točk v našem kraju.

Kako občina zagotavlja, da so pri načrtovanju novih projektov upoštewane potrebe invalidov?

V občini Kamnik se zavedamo, kako pomembno je, da pri načrtovanju novih projektov upoštevamo potrebe invalidov. Pri novogradnjah tesno sodelujemo z arhitekti, ki imajo

izkušnje in strokovno znanje s področja prilagoditev za invalide. Njihova strokovnost je ključnega pomena, da že v fazi načrtovanja vključimo rešitve, ki zagotavljajo dostopnost in funkcionalnost za vse uporabnike.

Pri obnovah starejših objektov si prizadevamo odpravljati arhitekturne ovire, kolikor to dopuščajo zakonodaja in omejitve, povezane s spomeniškim varstvom. Na teh območjih pogosto iščemo inovativne rešitve, ki omogočajo izboljšanje dostopnosti, ne da bi posegali v zaščiteno kulturno dediščino. V proračunu občine je posebej namenjena postavka za odpravljanje arhitekturnih ovir, kar nam omogoča načrtovanje in izvedbo konkretnih izboljšav. Gradimo s pametjo, saj želimo oblikovati trajnostne rešitve, ki bodo koristile vsem občanom.

Pomemben del naše strategije je tudi sodelovanje z invalidskimi organizacijami. Službe občine so v stalnem stiku s predstavniki teh organizacij, ki nam posredujejo dragocene pobude in predloge. Njihovo sodelovanje nam pomaga bolje razumeti dejanske potrebe invalidov in določiti prioritete pri izvedbi projektov. Naš cilj je jasen – ustvariti občino, kjer ima vsak prebivalec, ne glede na svoje zmožnosti, enake možnosti za aktivno in kakovostno življenje. S skupnimi prizadevanji si želimo zagotoviti okolje, kjer je vsak posameznik vključen, sprejet in lahko v polnosti izkoristi vse, kar naša občina ponuja.

Kako kot župan osebno vidite prihodnost dostopne in vključujoče občine Kamnik? Kateri so vaši glavni cilji na tem področju v prihodnjih letih?

Kot župan si prizadevam za občino, ki bo dostopna in vključujoča za vse, ne glede na njihove zmožnosti. Verjamem, da je ključ do tega celovit pristop – odprava arhitekturnih ovir, zagotavljanje enakih možnosti in spreminjanje miselnosti vseh nas. Pomembno je, da vsi občani, tudi invalidi, čutijo, da imajo enake možnosti za polno in kakovostno življenje.

Med mojimi glavnimi cilji je nadaljevanje podpore dejavnostim dnevnih centrov, ki vključujejo tudi invalide, ter nadaljnje sodelovanje z Zavodom CIRIUS Kamnik, ki opravlja izjemno pomembno delo na tem področju. Prav tako bomo nadaljevali z izvajanjem ciljev iz Celostne prometne strategije, ki vključuje odpravo arhitekturnih ovir za gibalno ovirane osebe in izboljšanje dostopnosti do vseh javnih zavodov, javnega prevoza in javne infrastrukture, vključno z dostopnimi javnimi sanitarijami.

Ena mojih ključnih prioritet je, da bodo v prihodnjih letih vsi zaposleni v javni upravi, javnih zavodih in drugih pomembnih institucijah bolje seznanjeni s temeljnimi dokumenti in predpisi, ki urejajo pravice invalidov – tako na lokalni kot državni in evropski ravni. To bo omogočilo boljše razumevanje in učinkovitejše ukrepanje v podporo invalidom.

Pomemben cilj je tudi zagotoviti, da bo javni potniški promet dostopen za vse, kjer pa trenutno dostopnost še ni zagotovljena, bomo pristopili z akcijskim načrtom. Moja vrata so vedno odprta za vse, še posebej za posameznike iz ranljivih skupin, ker verjamem, da je sodelovanje z invalidi in invalidskimi organizacijami ključno.

Skupaj lahko prepoznamo potrebe, naslavljamo izzive in ustvarjamo rešitve, ki bodo izboljšale kakovost življenja vseh naših občanov.

Z zagotavljanjem dostopnosti ne izboljšujemo le življenja invalidov, temveč tudi vseh ostalih – od mamic z otroškimi vozički do starejših občanov. Skupaj lahko naredimo občino Kamnik bolj vključujočo, prijazno in dostopno za vse.

Kakšno vlogo igra občina pri ozaveščanju javnosti o pomenu enakopravne vključitve invalidov v družbo?

Občina Kamnik ima ključno vlogo pri ozaveščanju o pomenu enakopravne vključitve invalidov v družbo. To vlogo uresničujemo na več načinov, predvsem pa s podporo društvom in organizacijam, ki si prizadevajo za

izboljšanje kakovosti življenja invalidov, ter z izvedbo konkretnih ukrepov, ki to podporo udejanjajo.

Med pomembnejšimi primeri naše podpore je sodelovanje z Društvom paraplegikov Ljubljanske pokrajine, ki ga podpiramo pri izvajanju javnih del in socialno varstvenih programov. S tem prispevamo k spodbujanju aktivnega vključevanja invalidov v družbo in omogočamo dostop do storitev, ki izboljšujejo njihov vsakdan.

Poleg finančne podpore pa se trudimo ozaveščati širšo javnost tudi z organizacijo dogodkov, izobraževanji in drugimi pobudami, ki opozarjajo na pomembnost enakih možnosti za vse. Verjamemo, da je razumevanje potreb invalidov ključno za ustvarjanje vključujoče družbe, kjer se vsak posameznik počuti sprejetega in spoštovanega.

Naš cilj je, da Kamnik postane občina, kjer so vsi prebivalci aktivni del skupnosti – ne glede na morebitne ovire, s katerimi se soočajo. To ne vključuje le odprave fizičnih ovir, ampak tudi gradnjo bolj povezane in solidarne družbe.

Ali je občina Kamnik vključena v kakšne nacionalne ali mednarodne iniciative, povezane z dostopnostjo in enakimi možnostmi za invalide?

Občina Kamnik aktivno podpira in si prizadeva za vključevanje v nacionalne in mednarodne iniciative, ki promovirajo dostopnost in enake možnosti za invalide. Naša prizadevanja temeljijo na spoštovanju Konvencije o pravicah invalidov ter na doslednem uresničevanju zakonodaje, kot sta Zakon o izenačevanju možnosti invalidov in predpisi, ki urejajo



dostopnost informacij in komunikacij, vključno z Zakonom o dostopnosti mobilnih aplikacij in spletišč.

Ena naših prioritet je zagotavljanje, da so vse spletne strani in digitalne rešitve občine dostopne invalidom. Zavedamo se, da je dostop do informacij bistven za enakovredno vključevanje v družbo, zato to področje nenehno izboljšujemo. Poleg tega podpiramo strategije in projekte, ki na nacionalni in evropski ravni prinašajo inovativne rešitve za izboljšanje dostopnosti.

Občina Kamnik je zavezana k ustvarjanju odprte in strpne družbe, v kateri se bo vsak občan počutil sprejetega, dobrodošlega in koristnega. Sodelujemo z društvi, vladnimi in nevladnimi organizacijami, kot je Zavod CIRIUS, podpiramo delovanje dnevnih centrov ter ozaveščamo mladino prek vzgojno-izobraževalnih dejavnosti. Pomembno vlogo igra tudi odpravljanje arhitekturnih ovir pri vseh naših projektih, kar uresničujemo s pomočjo smernic Celostne prometne strategije.

Čeprav je na tem področju pred nami še veliko izzivov, smo s skupnimi prizadevanji, voljo in odločnostjo na pravi poti. Naš cilj ostaja jasen – Kamnik bo občina, kjer so enake možnosti in dostopnost zagotovljene vsem.

Kako se občina pripravlja na soočanje z izzivi, kot so trajnostni razvoj, podnebne spremembe in gospodarski razvoj?

Občina Kamnik se zavedno in sistematično pripravlja na izzive, ki jih prinašajo trajnostni razvoj, podnebne spremembe in gospodarski razvoj. S svojimi projekti si prizadevamo za uresničevanje načel trajnosti, ki



zadovoljuje trenutne potrebe, ne da bi pri tem ogrozili zadovoljevanja potreb prihodnjih generacij. To vključuje dolgoročno načrtovanje, učinkovito pridobivanje finančnih sredstev in izvajanje investicij, ki so okoljsko, družbeno in gospodarsko vzdržne.

Trenutno izvajamo vrsto projektov, usmerjenih v učinkovito rabo energije in spodbujanje obnovljivih virov. Med njimi je postavitve sončnih elektrarn na izbranih občinskih nepremičninah ter celovita energetska sanacija občinskih objektov, kot so Glasbena šola Kamnik, vrtec in knjižnica. Poleg tega smo v procesu izgradnje energetske učinkovitega sistema odvajanja in čiščenja odpadne vode z investicijo v kanalizacijo v Motniku.

Na področju trajnostne mobilnosti

smo aktivni z razvojem kolesarskih povezav, uvedbo sistema izposoje električnih koles ter izvedbo projektov taktičnega urbanizma. Poleg tega je izdelava Celostne prometne strategije pomemben korak k izboljšanju prometne varnosti in trajnostne mobilnosti v občini. Vzporedno odpravljamo posledice lanskoletnih poplav, kar vključuje preišljene rešitve, da bi bila infrastruktura bolj odporna na prihodnje naravne ujme.

Pomembno vlogo igra tudi zagotavljanje cestne in druge javne infrastrukture za vse občanke in občane. Zavedamo se, da je enakomeren lokalni razvoj ključen za gospodarsko stabilnost in kakovost življenja v občini, zato bomo tej viziji sledili tudi v prihodnje. Veseli nas, da smo za številne projekte uspeli pridobiti

nepovratna sredstva, kar še dodatno krepí naše prizadevanje za trajnost in uravnotežen razvoj občine.

Lahko rečem, da Občina Kamnik in Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine vzorno sodelujeta že vrsto let. To sodelovanje je bilo z nastopom vašega županovanja še izboljšano. Kako bi komentirali?

Sodelovanje z Društvom paraplegikov ljubljanske pokrajine je za nas izjemno pomembno in ponosen sem, da to partnerstvo že vrsto let prinaša dobre rezultate. Kot župan se trudim, da to sodelovanje še poglobimo in ga dvignemo na višjo raven. Zavedamo se, da lahko le z vključevanjem in dialogom z invalidi zagotavljamo rešitve, ki resnično odgovarjajo na njihove potrebe. Zlato pravilo, ki mu sledimo, je preprosto, a ključnega pomena: "Nič o invalidih brez invalidov."

Moje osebno prepričanje je, da moramo vsi imeti enake možnosti, ne glede na osebne okoliščine. Uporaba invalidskega vozička ali drugih pripomočkov nikoli ne sme biti ovira za polno in enakopravno vključevanje v družbo. Prav zato si prizadevamo ustvarjati okolje, kjer se vsak občan počuti sprejetega, spoštovanega in ima dostop do vseh vidikov življenja v naši skupnosti.

Društvo paraplegikov nam pri tem predstavlja dragocenega partnerja, saj s svojim delom, predlogi in pobudami pripomore k oblikovanju občine, ki je prijazna do vseh. Naše sodelovanje temelji na zaupanju, odprtem dialogu in skupnem cilju – izboljšanju kakovosti življenja invalidov in vseh naših občanov.

Društvo je pred kratkim organiziralo delovni sestanek, na katerem smo med drugim spregovorili o dostopnosti grajenega okolja in kvaliteti življenja invalidov. Vabilu ste se prijazno odzvali. Kaj menite o takih dogodkih?

Takšni dogodki so izjemno pomembni in jih vsekakor pozdravljam. Menim, da bi jih morali organizirati še več, saj so odlična priložnost za ozaveščanje, izmenjavo mnenj in iskanje konkretnih rešitev. To je prava pot – odprt dialog, ki naslavlja posamezne izzive in omogoča, da skupaj poiščemo najboljše načine za njihovo odpravljanje.

Posebej se zahvaljujem vašemu društvu za organizacijo tovrstnih dogodkov. S svojo angažiranostjo in predlogi prispevate k temu, da lahko jaz kot župan in občina kot celota bolje razumemo izzive, s katerimi se soočajo invalidi. Vaša prizadevanja nam pomagajo graditi občino, ki je dostopnejša, vključujoča in prijaznejša za vse.

Dogodki, kot je bil ta, niso pomembni le za načrtovanje konkretnih ukrepov, temveč tudi za dvig splošne zavesti o potrebah in pravicah invalidov. Verjamem, da z nadaljevanjem takšnega sodelovanja lahko skupaj dosežemo veliko pozitivnih sprememb.

Kako kot župan ohranjate stik z občani in zagotavljate, da so njihove potrebe in pobude upoštevane pri oblikovanju politik?

Kot župan si prizadevam ohranjati tesen stik z občani na različne načine. Redno sodelujem na številnih dogodkih, ki jih organizirajo posamezna društva, organizacije in klubi v naši občini, ali pa

jih pripravimo v sodelovanju z Občino Kamnik. Še posebej cenim sodelovanje z Medobčinskim društvom invalidov Kamnik-Komenda, ki letos praznuje 50 let samostojnega delovanja. Njihovo predano delo in nešteto prostovoljnih ur prispevajo k izboljšanju življenja članov, za kar jim gre velika zahvala.

Društvo izvaja vrsto dejavnosti, od socialnih in humanitarnih programov, obiskov na domu, športnih aktivnosti, do rednih srečanj in družabnih dogodkov. Posebno pozornost namenjajo tudi težko pokretnim invalidom, saj zanje pripravljajo nepozabna srečanja, ki jim prinašajo veselje in druženje. Prav ta energija, ki jo člani pridobijo prek sodelovanja na različnih dejavnostih – naj gre za šport, predavanja, tematske delavnice ali rehabilitacijske programe – pomembno prispeva k izboljšanju kakovosti njihovega vsakdana.

Na Občini Kamnik redno organiziram tudi županove urice, odprta srečanja, kjer lahko občani neposredno izrazijo svoje predloge, vprašanja in pomisleke. Ta srečanja so ključnega pomena za vzpostavitev transparentnega in dvosmernega dialoga. Verjamem, da so občani tisti, ki najbolj razumejo potrebe lokalne skupnosti, zato njihove pobude vključujem v procese odločanja. Z vključevanjem lokalnih skupnosti, društev in zainteresiranih skupin ter z rednim sodelovanjem z Občinskim svetom in strokovnimi službami zagotavljamo, da se predlogi občanov učinkovito prenesejo v konkretne politike in projekte. Moj cilj je ustvariti občino, v kateri se vsak občan počuti slišane, in kjer se njihove potrebe dejansko odražajo v kakovosti življenja v naši skupnosti.

SOČA OPREMA

CELOVITA OSKRBA Z MEDICINSKIMI PRIPOMOČKI



ELEKTRIČNA NEGOVALNA POSTELJA S TRAPEZOM ZA OBRAČANJE, VAROVALNIMA OGRAJICAMA IN MIZICO

šifra ZZZS: 0566
Pripomoček se izposoja



HITRA BREZPLAČNA DOSTAVA, MONTAŽA, DEMONTAŽA
IN ODVOZ POSTELJE PO CELOTNI SLOVENIJI

NOVO
brezplačna
izposoja



Postanite spet mobilni!



**IZPOSOJA NA NAROČILNICO
ZZZS BREZ DOPLAČILA**

Možnost tudi samoplačniške izposoje ali nakupa



- Specializirana prodajalna Ljubljana**
Tel.: 01 / 437 42 52
Mob.: 051 220 726
- Specializirana prodajalna Maribor**
Tel.: 02 / 292 60 12
Mob.: 051 424 404
- Specializirana prodajalna Murska Sobota**
Tel.: 02 / 292 77 23
Mob.: 051 440 433
- Specializirana prodajalna Kočevje**
Tel.: 01 / 235 15 31
Mob.: 051 220 620

Obiščite nas na spletni strani ali telefonsko naročite vaš **BREZPLAČNI** izvod Priručnika za izdajo in izposojanje medicinskih pripomočkov na naročilnico ZZZS.

www.socaoprema.si







Petra Testen

NIHČE NI OTOK SAM ZASE

Ljudje smo družbena bitja, potrebujemo drug drugega.

Včasih zadostuje že iskren stisk roke in topla beseda, ki sporočata, da nismo sami. Vsak izmed nas išče skupnost, kjer bi bil sprejet takšen, kot je, in kjer bi našel občutek pripadnosti. Podpora drugih nam pomaga lažje premagovati življenjske izzive ter prinaša občutek varnosti in sproščenosti.

V zadnjih desetletjih pa vse manj ljudi verjame v moč skupnosti. V svetu, kjer prevladuje individualizem in tekmovalnost, je naše delo simbol povezovanja, vključevanja in medsebojne pomoči. Na našem društvu smo v ta namen izvedli več pomembnih srečanj in aktivnosti.

Sestanek socialnih poverjenikov, na katerem smo pregledali preteklo delo in se dogovorili o prihodnjih korakih. Sestanka se je udeležilo 11 poverjenikov. Iskrena hvala vsem za zavzeto delo in trud, ki ga vlagajo v podporo članom.

Srečanje novih članov, ki smo ga zaradi velikega števila novih članov (kar 15) razdelili na dva termina: prvo srečanje je bilo 28. oktobra, drugo pa 11. novembra. Na teh srečanjih so bili novi člani seznanjeni s posebnimi socialnimi programi društva, s pravicami s področja socialnega in zdravstvenega varstva, evropsko kartico ugodnosti in drugimi koristnimi informacijami. Prisotni socialni poverjeniki so z njimi delili uporabne nasvete in spodbude za soočanje z invalidnostjo.

Pogovorna delavnica Nisi sam z naslovom Od žrtve usode do zmagovalca življenja, ki jo je vodila dr. Vesna Radonjič Miholič, specialistka klinične psihologije. Udeleženci so na delavnici prepoznali prve korake, ki so jih naredili po nesreči ali bolezni – bodisi prvo posedanje na bolniški postelji bodisi presedanje na invalidski voziček – in jih osvetlili kot pomembne mejnike. Pogovarjali so se o lastni moči, ki vpliva na njihovo življenje in odnose z bližnjimi. Delavnica je potekala v sproščnem in odprtem vzdušju, z udeleženci pa smo po njenem zaključku nadaljevali druženje. Naše delo in angažiranost so dragoceni. Skupaj gradimo močno skupnost, ki daje podporo, povezuje in opogumlja. Hvala vsem, ki s svojimi prispevki omogočate uresničevanje teh prizadevanj!





Petra Testen

OD ŽRTVE USODE DO ZMAGOVALCA

Delavnica o premagovanju življenjskih izzivov z dr. Vesno Radonjič Miholič.

V naših društvenih prostorih smo 2. decembra gostili prav posebno pogovorno delavnico z naslovom »Od žrtve usode do zmagovalca«, ki jo je vodila dr. Vesna Radonjič Miholič, specialistka klinične psihologije. Delavnico smo izvedli v okviru projekta NISI SAM, ki je namenjen opolnomočenju oseb, poškodovanih v prometnih nesrečah, in nudenju podpore njihovim svojcem.

Dogodek je bil namenjen iskanju poti, kako se iz žrtve življenjskih okoliščin preobraziti v zmagovalca svojega življenja. S pomočjo dr. Vesne Radonjič Miholič smo odpirali teme, ki so blizu vsakemu izmed nas – kako se soočiti z izzivi invalidnosti, kje poiskati moč v težkih trenutkih in kako v sebi odkriti vire optimizma in upanja. S svojo toplino,

razumevanjem in bogatimi izkušnjami nas je dr. Radonjič Miholič vodila skozi praktične primere, ponujala odgovore in delila navdihujoče zgodbe, ki so nas spodbudile k premisleku in ukrepanju. Ure druženja so minile, kot bi mignil, v vzdušju, polnem zaupanja, medsebojnega deljenja in podpore. Pogovori so bili iskreni, globoki in hkrati navdihujoči. Po koncu delavnice smo druženje nadaljevali ob prijetnih pogovorih, saj smo čutili, da smo slišani in povezani.

Hvaležni smo dr. Vesni Radonjič Miholič, ki nas je skozi svoje predavanje opomnila, da nismo sami in da ima vsak od nas moč, da premaga še tako težke življenjske izzive. Njene spodbudne besede in praktični napotki bodo še dolgo odmevali med nami.

Projekt, ki ga sofinancira Javna agencija RS za varnost prometa, nam je znova pokazal, kako pomembno je povezovanje in deljenje medsebojnih izkušenj. Skupaj smo močnejši – in nikoli sami!

**vozi mo
Pametno**
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA



JAVNA AGENCIJA
REPUBLIKE SLOVENIJE
ZA VARNOST PROMETA



Klavdija Boljtežar

PODPORA ZA VEČJO SAMOSTOJNOST IN KAKOVOST ŽIVLJENJA

Predstavitev medicinsko-tehničnih pripomočkov in pravic iz zdravstvenega zavarovanja

V društvenih prostorih je 20. novembra potekala izjemno koristna in informativna predstavitev medicinsko-tehničnih pripomočkov ter pravic iz zdravstvenega zavarovanja, ki sta jo vodila strokovnjaka s tega področja, Davor Bokalič in Ažbe Šoster iz podjetja Soča oprema. Dogodek je bil namenjen predvsem paraplegikom in tetraplegikom, ki se pri vsakodnevem življenju zanašajo na raznovrstne pripomočke, a so se ga z zanimanjem udeležili tudi številni drugi člani društva. Predstavitev je ponudila celovit vpogled v možnosti, ki jih uporabnikom nudijo sodobni medicinski pripomočki, hkrati pa osvetlila ključne postopke in pravice, ki jih omogoča zdravstveno zavarovanje. Številni udeleženci so pridobili praktične napotke, kako si olajšati življenje z uporabo teh pripomočkov, bodisi v domačem okolju bodisi pri prilagoditvah bivalnega prostora. Ob zaključku predstavitve sta

strokovnjaka odgovarjala na številna vprašanja udeležencev. Razjasnila sta dvome glede pridobitve pripomočkov, njihove uporabe in pravic, ki jih zagotavlja zdravstveno zavarovanje. V Soči oprema poskrbijo tudi za kvalitetno servisiranje vseh medicinsko tehničnih pripomočkov. Strokovnjaka sta predstavila številne pomembne vidike, vključno z naslednjimi:

- Pridobitev medicinskih pripomočkov: Podrobna razlaga postopkov za pridobitev pripomočkov prek Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS) in možnosti samoplačniške izposoje.
- Šifrant ZZZS: Razčlenjen pregled obdobja uporabe posameznih pripomočkov, specifikacij in kriterijev, kdo jih lahko predpiše.
- Izbira ustreznih vozičkov: Pregled ročnih in električnih vozičkov, priklopnikov ter skuterjev, ki omogočajo večjo mobilnost in

prilagodljivost.

- Kopalniški in sanitarni pripomočki: Natančen opis toaletnih in tuširnih vozičkov, nastavkov za sanitarne naprave, držal, nedersečih podlog ter prilagoditev za kopalnice.
- Blazine in postelje: Različne vrste sedežnih in posteljnih blazin za preprečevanje preležanin ter sodobne električne postelje, ki jih uporabniki prejmejo brezplačno na podlagi napotnice ZZZS.
- Pripomočki za premeščanje: Predstavitev sobnih dvigal, transfernih desk in drugih pripomočkov za varno premeščanje, kar je še posebej pomembno za zmanjšanje telesnih naporov uporabnikov in njihovih pomočnikov.

S takšnimi dogodki naše društvo dokazuje, da je celostna podpora članom ključ do bolj vključujoče in dostopne družbe za vse.



Mirjam Kanalec

»VEDNO SEM RAD POMAGAL«

Mreža socialnih poverjenikov deluje že več kot 20 let. V tem času se je razvijala in dopolnjevala, dva člana pa sta v njej že od začetka: Štefan Glavan, ki pokriva Občino Ivančna Gorica, in Živan Miljkovič, zadolžen za člane iz Občine Litija in Občine Šmartno pri Litiji. V prejšnji številki smo poklepetali s Štefanom, tokrat pa smo se pogovarjali z Živanom Miljkovičem.

Živan, se nam lahko na kratko predstaviš?

Sem Živan Miljkovič, paraplegik, imam paraparezo in delno uporabljam voziček. Sem socialni poverjenik za občini Litija in Šmartno pri Litiji. Moja poškodba se je zgodila leta 2001, ko sem prijatelju pomagal pri delu na strehi in padel z lestve. Poškodoval sem si prvi ledveni vretenc, stegenico, zaradi padca pa mi je odstopilo tudi črevesje. Prestal sem tri operacije in bil v umetni komi. Zbudil sem se 9. aprila 2001, na svoj 50. rojstni dan. Med zdravljenjem v URI – SOČA sem spoznal Jožeta Berčona, ki mi je predlagal, da se pridružim društvu. Sem poročen, oče dveh odraslih otrok in dedek dvema vnukinjama.

Kako si se soočil z življenjsko spremembo po poškodbi hrbtenjače in kako si našel motivacijo za naprej?

Zelo težko mi je bilo, saj sem bil takrat prvič v življenju v bolnišnici. Ko sem se zbudil iz kome, sem bil na intenzivni negi, kjer me je lahko obiskovala le žena. Po enem mesecu so me premestili v URI – SOČA, kjer sem ostal približno štiri mesece. Moja največja motivacija je bila družina, ki mi je ves čas stala ob strani in mi nudila podporo.

Kaj te je spodbudilo, da si postal socialni poverjenik? Kaj te motivira, da ostajaš na tem mestu?

Leta 2002 mreža socialnih poverjenikov še ni bila tako organizirana, kot jo

poznamo danes. Takrat sta delovala Jože Berčon kot socialni referent in Gregor Gračner kot vodja socialnih poverjenikov. Ko smo vzpostavljali mrežo, sem sodeloval že na njenem začetku. K temu me je spodbudil Jože Berčon, ki mi je predlagal to delo. Vedno sem rad pomagal drugim – že v URI – SOČA sem pomagal tistim, ki so bili težje poškodovani, pri hranjenju in oblačenju.

Kaj opažaš – se je od leta 2002 kaj spremenilo med člani?

Večjih sprememb ni, saj so moji člani večinoma starejši. K starejšim članom hodim na obiske, kjer jim pomagam predvsem s pogovorom in izmenjavo izkušenj.



Katere največje izzive opažaš pri članih in kako jim pomagaš pri njihovem soočanju z njimi?

Najpogosteje se srečujejo s težavami pri kateterizaciji in odvajanju vode iz telesa. Poleg tega se veliko pogovarjamo o tehničnih pripomočkih, saj številni ne vedo, kaj jim pripada in kako do tega dostopati.

Kako pomembna je vrstniška pomoč za osebe s poškodbo hrbtenjače? Kakšen vpliv ima na njihovo rehabilitacijo in kakovost življenja?

Vrstniška pomoč je zelo pomembna, saj ima poškodba hrbtenjače velik vpliv na življenje posameznika in njegovih bližnjih. Mnogi se po poškodbi srečujejo z velikimi spremembami, zato so informacije iz prve roke izjemno dragocene in jim pomagajo pri prilagoditvi.



Ali obstaja dogodek ali zgodba iz tvojega dela, ki se te je še posebej dotaknila?

Obstaja dogodek, vendar v negativnem smislu. Pred časom sem obiskal gospo, ki sem ji nesel novoletno darilo – 50 evrov. Kasneje je klicala na društvo in trdila, da denarja ni prejela. To me je zelo razžalostilo, saj se mi je zdelo njeno dejanje nepošteno.

Za konec, bi še kaj izpostavil?

Všeč mi je, da društvo organizira različna predavanja in delavnice, čeprav se jih ne udeležujem vedno. Predlagal bi več predavanj o holesterolu, hipertenziji in sladkorni bolezni, saj bi bila ta tematika za nas, ki smo že presegli abrahama, zelo poučna. Glede mreže socialnih poverjenikov pa sem zadovoljen, da smo tako dobro organizirani in da imamo možnost srečevanja ter pogovorov. Živan, zahvaljujemo se ti za srčno delo, ki ga opravljaš za člane.

Kdo pravi, da so socialni poverjeniki resni? Živan Miljkovič je dokaz, da se tudi v zahtevnem delu skriva iskrica humorja in neomajen optimizem. Ko ga vprašate, kako ohranja mladostno energijo, navihano pripomi: “Enostavno, veliko se smejem – predvsem na svoj račun! Včasih pa mi kondicijo naberejo tudi moji vnukinji, ki imata več energije kot električni skuter.” Njegova topla osebnost in predanost delu sta kot sonce, ki ogreje vse, ki se znajdejo v njegovem krogu.



Klavdija Boljtežar

PRVIČ V BOROVNICI

Letošnje tradicionalno jesensko srečanje našega društva je potekalo 7. septembra v slikoviti Borovnici, kjer smo člani uživali v bogatem kulturnem programu, okusni hrani in prijetnem druženju.

Poletje nam je z visokimi temperaturami pomahalo v slovo, čas pa je bil primeren za tradicionalno jesensko srečanje. Tokrat smo za jesensko druženje izbrali občino Borovnica, saj nismo tu še nikoli organizirali kakega dogodka.

Srečanje se je začelo točno opoldne, ko smo se zbrali v prostorih PGD Borovnica. Najprej smo si ogledali Borovniški viadukt in njegove ostanke. Ta mogočna konstrukcija, dolga 561 metrov in visoka 38 metrov, je bila v času gradnje (1850–1856) največji dvotirni železniški viadukt v Evropi. Že pred drugo svetovno vojno je bil viadukt v slabem stanju, saj je voda, ki je desetletja pronicala v konstrukcijo, razrahljala opeke, hrastovi piloti pa so začeli trohneti. Zaradi posedanja objekta so vlaki morali zmanjšati hitrost na le 5 km/h. Aprila 1941 je jugoslovanska vojska med umikom del viadukta razstrelila,



med vojno pa je bil obnovljen z začasno železno konstrukcijo. Po močnih bombardiranjih zaveznikov leta 1944 je bil viadukt tako poškodovan, da ga po vojni niso več obnovili, ostanke pa so postopoma porušili. Danes je ohranjen le 20. steber, ki je od leta 1992 kulturni spomenik.

Po ogledu smo se vrnili v prostore PGD Borovnica, kjer je sledil kulturni in zabavni program. Predsednica društva Mirjam Kanalec je vsem zbranim zaželela toplo dobrodošlico. Pogrešali smo župana občine Borovnica Petra Črnilogarja, ki je sprva potrdil svojo udeležbo. Čeprav župan Občine Borovnica Peter Črnilogar ni mogel prisostvovati, je prisrčen nagovor prispeval predstavnik občinske uprave Andrej Klemenc, ki je z nami delil zanimivosti o Borovnici.

Program so popestrile plesne točke

skupine Žurerke in glasbeni nastopi ansambla Strastni muzikantje. Za sproščeno vzdušje je poskrbela tudi igra Bingo, v kateri je glavno nagrado osvojil Boris. Nastopila je še recitatorska skupina Ona&one, katere članice so interpretirale poezijo Ivana Minattija, kar je dalo srečanju poseben čar.

Predsednica društva se je ob tej priložnosti zahvalila Ireni in Nini za njuno delo, saj končujeta svojo zaposlitev v društvu. Obenem je predstavila Petro, ki bo v oktobru prevzela Irenine zadolžitve. Druženje smo zaključili z zabavnimi igrami, kot sta pikado in trowing. Ob koncu srečanja smo se zahvalili PGD Borovnica za gostoljubnost, Romanu Jesenšku za organizacijo in Radu z ekipo za okusne dobrote z žara. Posebna zahvala gre tudi društvom iz Novega mesta in Celja za pomoč pri prevozih. Jesensko srečanje je bilo, kot vedno, priložnost za povezovanje, prijateljsko druženje in veselo praznovanje naše skupnosti. Z nasmehi na obrazih in lepimi spomini smo si obljubili, da se kmalu zopet srečamo.



Klavdija Boljtežar

2. LJUBLJANSKI FESTIVAL ŠPORTA

K festivalskemu dogajanju so pripomogli tudi člani našega društva.

Med 5. in 7. septembrom smo se v parku Tivoli udeležili 2. Ljubljanskega festivala športa, na katerem so obiskovalci lahko spoznali številne športne aktivnosti, se udeležili vodenih vadb in delavnic ter uživali v dobri glasbi in prijetni družbi. Pestro dogajanje, namenjeno vsem generacijam, je potekalo od jutra do poznega popoldneva. Na festivalu so se predstavila številna športna društva, zveze in klubi, ki so pripravili več kot 45 športnih postaj. Obiskovalci so lahko spoznali znane in manj znane športe ter se preizkusili v različnih izzivih in tekmovanjih. V Tivoliju so tri dni potekale tudi vodene vadbe, delavnice in meritve telesne sestave. Javna infrastruktura, ki jo upravlja Šport Ljubljana – Fitnes Tivoli, vodene vadbe, kopališče, drsališče in teniški center Tivoli – je bila v tem času brezplačno dostopna za vse obiskovalce. Ker šport in alkoholne pijače ne sodijo skupaj, je festival tudi letos potekal pod geslom »Čista nula, čista vest«. Tako med festivalskim programom ni bilo ponudbe alkoholnih pijač.

Naše društvo v akciji

Člani našega društva smo se aktivno vključili v festivalsko dogajanje in obiskovalcem predstavili nekaj zanimivih aktivnosti. V četrtek, 5. septembra, so se lahko preizkusili v košarki na vozičkih, balinanju in igri Trowing (ali po domače štrbunk). V petek, 6. septembra, smo program obogatili s curlingom na vozičkih, ki je pri obiskovalcih požel veliko zanimanja. V soboto, 7. septembra, pa smo se posvetili predstavitvi športa boccia, ki je podoben balinanju.

Naše aktivnosti so bile postavljene na košarkarskem igrišču Gorana Dragiča, kjer se je ustavilo veliko šolskih skupin. Med otroki sta največ zanimanja vzbudili košarka in curling na vozičkih, saj sta ponujala zabavno in edinstveno izkušnjo.

Festival je bil odlična priložnost za promocijo športa in zdravega načina življenja ter za vključevanje različnih generacij in skupin v športne aktivnosti. Veselimo se prihodnjih dogodkov, na katerih bomo znova z veseljem sodelovali!



Mirjam Kanalec

EVROPSKI TEDEN MOBILNOSTI

Naše društvo je v okviru Evropskega tedna mobilnosti (ETM) sodelovalo na tradicionalnem OVIRANTlonu in akciji Naredi korak – (p)ostani junak.

Evropski teden mobilnosti je vodilna kampanja Evropske komisije za ozaveščanje o trajnostni mobilnosti v mestih. Spodbuja spremembo vedenja v smeri aktivne mobilnosti, uporabe javnega prevoza in drugih pametnih ter čistih prometnih rešitev. Glavni dogodek poteka vsako leto med 16. in 22. septembrom, vrhunec pa predstavlja



priljubljena akcija Dan brez avtomobila. Lokalne oblasti so povabljene, da ta teden izkoristijo za preizkušanje inovativnih ukrepov celostnega prometnega načrtovanja prostora, ki temelji na pravični rabi javnega prostora. Ti ukrepi vključujejo uvajanje nove infrastrukture za trajnostno mobilnost, uporabo novih tehnologij za povečanje prometne varnosti ter izboljšanje kakovosti bivanja. Prav tako se spodbuja aktivno vključevanje javnosti vseh starostnih skupin.

Moto letošnjega, že 23. ETM, je bil "Udoben javni prostor – za vse", ki je znova spodbujal k spreminjanju potovalnih navad v smeri trajnostnih rešitev za vse uporabnike. Letos je prvič sodelovalo več kot polovica slovenskih občin.

Izredno pester in bogat program je pripravila tudi Mestna občina Ljubljana (MOL) s trajnimi ukrepi, tedenskimi aktivnostmi, koledarjem dogodkov, številnimi novicami, brezplačnim prevozom na Dan brez avtomobila in tradicionalnim OVIRANTlonom.

Tradicionalni OVIRANTlon

OVIRANTlon je organiziral Svet za odpravljanje arhitekturnih in komunikacijskih ovir Mestne občine Ljubljana, ki ga vodi naš član Sašo Rink. Sodelovala so: Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije, Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije ter Javno podjetje LPP.

Na Kongresnem trgu v Ljubljani so se 16. septembra med 10. in 17. uro mimoidoči lahko preizkusili v vožnji z invalidskim vozičkom po poligonu, ki ga sestavljajo različno strme klančine, neprimerne rešetke in vhod v manjši prostor. Tako so lahko sami izkusili, kakšne težave nam povzročajo arhitekturne ovire in kako jih premagujemo. Poleg poligona je naše društvo na Kongresnem trgu postavilo tudi stojnico z društvenimi publikacijami in manjšimi medicinsko-tehničnimi pripomočki. Člani društva – Ljubiša Gajič, Lutfi Abdullahu, Branka Petrak, predsednica društva Mirjam Kanalec in podpredsednica Mojca Burger – so mimoidočim predstavljali celostno



dejavnost društva in delili osebne izkušnje. Poligon in vožnjo po umetni travi so preizkusili tudi učenci, ki so se ob stojnici zadržali v pogovoru z nami. Posebno pozornost med mimoidočimi pa je pritegnil naš slikar Željko Vertelj.



V drugih dveh sklopih so svoje izzive in ovire predstavili slepi in slabovidni ter gluhi in naglušni. Na koncu poligona je Javno podjetje LPP predstavilo novo pravilo, ki omogoča vstop v avtobus tudi pri srednjih vratih. Mimoidoči, ki so preizkusili vse etape poligona, so na koncu prejeli darilo.

Naredi korak – (p)ostani junak

V okviru ETM je potekala tudi akcija Naredi korak – (p)ostani junak. Parki in zelenice so prostori, kjer ljudje iščemo mir, lepoto narave, svež zrak, druženje in stik z drugimi. Za to pa je potreben korak – korak iz udobja doma v bližnjo okolico. Medtem ko je za mnoge ta korak vir veselja in sprostitve, je za tiste, ki se soočajo z različnimi težavami, lahko zelo zahteven. Zato akcija poudarja: kdor naredi korak – postane junak. Kdor to že počne – ostaja junak.

Z dogodkom je MOL želela spodbuditi javnost k razmisleku o tem, kako lahko okolje, v katerem živimo, izboljšamo in

naredimo prijaznejše ter dostopnejše za vse. Poleg tega je dogodek naslavljal predsodke, stereotipe in pomen spoštovanja različnosti za boljše sobivanje.

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine se je 18. septembra pridružilo akciji in pred svojimi prostori na Dunajski cesti predstavilo poligon, kjer so mimoidoči lahko preizkusili vožnjo z invalidskim vozičkom čez različne ovire. Obiskovalci so si lahko izposodili "živo knjigo" – posameznika, ki je z njimi delil svojo izkušnjo življenja z invalidnostjo. Čeprav smo po soseski razdelili plakate, s katerimi smo vabili na dogodek pred društvom, je bil obisk žal skromen. Poleg tega smo poslali tudi uradna vabila na sosednje osnovne šole in vrtce, a se nobena izmed izobraževalnih ustanov ni odzvala. Še več, nismo prejeli niti enega odgovora, kar je pustilo grenak priokus in občutek razočaranja. Kljub temu nas to ne bo odvrnilo – dogodek bomo ponovno organizirali prihodnje leto, z upanjem na boljši odziv in večjo udeležbo.





Mirjam Kanalec

RAZLIČNOST JE ZAKON!

Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine je v okviru programa Različnost je zakon!, ki ga podpira tudi Javna agencija za varnost prometa, letos obiskalo kar 14 osnovnih šol in sodelovalo na treh večjih javnih dogodkih osveščanja in preventive.

S programom osveščanja in preventive želimo mlade čim bolj seznaniti z vzroki, ki so nas pripeljali na invalidski voziček, in opozoriti na njihove zelo hude posledice. Projekt izvajamo že skoraj 20 let na izobraževalnih ustanovah in javnih dogodkih. Njegov namen je osveščanje družbe, razbijanje stereotipov o invalidnosti ter opozarjanje na nevarnosti, ki prežijo na posameznika v vsakdanjem življenju, s poudarkom na prometni varnosti. Program je usmerjen predvsem v mlade, ki jih preko interaktivnih delavnic, osebnih zgodb naših članov in drugih aktivnosti seznanjamo s poškodbami hrbtenjače ter najpogostejšimi vzroki za njihov nastanek.

V letošnjem letu smo obiskali kar 14 osnovnih šol na območju osrednje Slovenije, izvedli nekaj več kot 80 delavnic in vključili 32 oddelkov z 1.500 otroki. V prvem delu leta smo obiskali OŠ Tone Čufar, OŠ Nove Jarše, OŠ Preserje, OŠ

Trzin, OŠ Dragomelj, OŠ Vencija Perka, OŠ Logatec in OŠ Zalog. V novem šolskem letu smo obiskali še šest osnovnih šol.

OŠ Ig

Prva šola, ki smo jo obiskali v šolskem letu 2024/2025, je bila OŠ Ig. 20. septembra smo učencem štirih oddelkov šestih



razredov na kratko predstavili dejavnost društva, obširneje pa vzroke, ki so botrovali nastanku naše invalidnosti. V dokaj obsežnem predavanju so si na prosojnicah, video posnetkih in komentarjih ter življenjskih zgodbah ustvarili podobo življenja paraplegikov in tetraplegikov. Z občudovanjem so si ogledali tudi slikanje našega slikarja, ki zaradi težke gibalne oviranosti svoja dela ustvarja s čopičem v ustih. Celosten program so predstavili Mirjam, Željko in Ljubiša, prisluhnilo pa jim je nekaj manj kot sto učencev in učiteljev.

OŠ Cerknica

Na OŠ Cerknica smo že kar domači, saj se z veseljem vsako leto odzovemo njihovemu vabilu. Tokrat smo se 3.



udeležili dogodka Dan treh generacij na OŠ Sodražica. Dogodek, poln zanimivih aktivnosti, povezuje različne generacije, in ga z veseljem podpiramo že več kot 10 let. Rok in Slavko sta učencem ter njihovim staršem predstavila svoji življenjski zgodbi in kako so prometne nesreče spremenile njuni življenji. Željko je prikazal izjemne slikarske veščine, številni obiskovalci pa so se pod njegovim vodstvom preizkusili v slikanju z usti. Andor je športne navdušence navdušil s košarko na vozičkih, Žan in



oktobra predstavili trem oddelkom šestega razreda. Poleg teoretičnega dela so se učenci preizkusili tudi v vožnji z vozički na poligonu in košarki na vozičkih ter občudovali našega slikarja, ki slika z

usti, Željka. Poleg njega so na programu delovali še Andor, Žan, Lutfi in Rok ter voznik kombija Andrej.

Dan treh generacij na OŠ Sodražica

5. oktobra smo se z našim projektom



Lutfi pa sta na poligonu demonstrirala vsakodnevne ovire, s katerimi se srečujejo invalidi. Obiskovalci so imeli možnost preizkusiti vožnjo z vozičkom po razgibanem poligonu z različnimi ovirami.

Živa knjižnica na OŠ Poljane

V sklopu dneva dejavnosti Vzgoja za nenasilje in strpno komunikacijo so na OŠ Poljane 10. oktobra priredili t. i. živo knjižnico. Gre za koncept, pri

katerem namesto knjig nastopajo ljudje, ki pripovedujejo svoje zgodbe in odgovarjajo na vprašanja občinstva. Tovrstne dejavnosti so izjemnega pomena za krepitev medčloveške solidarnosti in občutka, da živimo različna življenja, ki so kljub razlikam medsebojno povezana s sočutjem in razumevanjem. Za otroke je to edinstvena priložnost, da spoznajo raznolikost skozi resnične življenjske izkušnje. Povabili so pet gostov: prebežnika iz Burundija, slepo osebo, upokojenega prostovoljca (nagrajenca za Prostovoljca leta), učitelja s posebnimi potrebami, ki ima diagnozo ADHD, in našega člana Andorja Palkoviča, študenta na invalidskem vozičku. Učenke in učenci so v evalvaciji poudarili, da jim je izkušnja veliko pomenila, da so z zanimanjem prisluhnili zgodbam in se veliko naučili. Gostje so izrazili željo po ponovnem sodelovanju.

OŠ Nove Jarše

Na OŠ Nove Jarše so izrazili željo, da predstavimo naš program preventive in osveščanja njihovim devetim razredom. Z veseljem smo se odzvali njihovem vabilu in jih 27. novembra obiskali. Poleg dveurnega predavanja smo učencem pripravili še praktične delavnice, in sicer: košarko na vozičkih, namizni tenis, ples na vozičkih, vožnjo po poligonu in slikanje z usti.

Naš cilj ostaja jasen: z izobraževanjem in deljenjem osebnih zgodb opozarjamo na pomembnost previdnosti v prometu. Hkrati si prizadevamo, da bi družba prepoznala različnost kot vrednoto. Verjamemo, da različnost ni ovira, temveč priložnost za bogatejše in bolj sočutno življenje.



Klavdija Boljtežar

POTOPISNO PREDAVANJE O PERUJU
V društvenih prostorih smo se poučili o skrivnostni deželi Inkov.

Naš član Ludvik Cencelj in njegova žena Simona sta že od leta 1999 aktivna popotnika, videla in spoznala pa sta že precejšen del sveta. Veliko sta potovala po Evropi, kar štirikrat sta obiskala tudi deželo izrazitih kontrastov in razsežnosti – Indijo. Odkrivala sta tudi Indonezijo, Mehiko, Gvatemalo, Brazilijo in Jamajko, podala pa sta se tudi v jugovzhodno Sibirijo, kjer med visokimi vrhovi gorskih verig in gostimi ruskimi gozdovi leži Bajkalsko jezero, največje in najgloblje sladkovodno jezero na svetu.

Ludvik in Simona sta se septembra dobre tri tedne potepala po Peruju, tretji največji državi Južne Amerike, zato smo se na deževni četrtek, 24. oktobra, v društvenih prostorih podali na odkrivanje nekdanjega inkovskega kraljestva. Peru na jugu meji na Čile, na jugovzhodu na Bolivijo, na vzhodu si deli mejo z Brazilijo, na severovzhodu s Kolumbijo, severno mejo pa predstavlja Ekvador. Na zahodu ga zamejuje Tihi ocean, glavno mesto pa je Lima. Peru



je tudi dom starodavnih civilizacij, ki so za seboj pustile bogato zgodovinsko dediščino; na seznamu Unescove svetovne dediščine najdemo kar 11 zgodovinskih znamenitosti. Starodavni način življenja pa se še vedno kaže v številnih ohranjenih ritualih in običajih. Ludvik in Simona sta med drugim obiskala prestolnico Limo, v kateri pravita, da se še vedno čuti španski vpliv. V 16. stoletju so Peru namreč zasedli španski osvajalci. Med konkvistadorji in zadnjimi Inki se je tako odvijala borba za nadvlado, zato lahko še danes v Limi občudujemo značilno španske velike hiše, trge in katedralo. Raziskovanje Peruja ju je vodilo na otočje Ballestas, ki mu nekateri pravijo kar "perujski Galapagos". Gre za skupino majhnih kamnitih formacij, ki nudijo zatočišče velikim populacijam avtohtonih ptic in morskih živali. Na otočju med drugim domujejo tudi morski levi, kormorani in Humboldtovi pingvini. Otočje je znano tudi po guanu, ptičjih iztrebkih, ki slovijo kot eno najboljših gnojil na svetu, ter po prazgodovinskem geoglifu imenovanem El Candelabro.

Obiskala sta tudi mesto Nazca, kjer sta si ogledala geogliffe ali "črte iz Nazce", serijo geometrijskih oblik in velikih risb živalskih figur, zgrajenih na puščavskih tleh. Razberemo jih lahko le iz večje višine, o tem, kako so te črte nastale, pa se še danes pojavlja več teorij. Da so se ohranile, gre pripisati suhemu podnebju in dejstvu, da so zgrajene iz rdečega puščavskega kamenja in svetlejše zemlje, kar se opazi iz višine. Risbe se raztezajo na površini približno 500 km², največje imajo premer tudi do 200 metrov. Prav tako je predmet razprav tudi, čemu so risbe služile.

Pot ju je nato vodila v središče južnega dela Peruja, v prestolnico Arequipo, ki jo krasi tudi naziv "belo mesto". Tase nanaša na beli kamen sillar, ki je vulkanskega izvora in iz katerega je zgrajeno veliko starih zgodovinskih stavb v središču mesta. Ker je podnebje v Arequipi toplo

in suho, zime pa niso premrzle, zelo dobro uspevajo oljke. Ludvik in Simona sta si privoščila degustacijo oliv, za katere sta nam povedala, da so bistveno večje, kot smo jih vajeni pri nas, in sicer v velikosti oreha.

Za kratek čas sta se nato ločila, saj je



Simona nadaljevala pot še bolj proti jugu Peruja. Podala se je na trekking ob kanjonu Colca, ki z globino 3.270 metrov velja za enega najglobljih na svetu. Kanjon Colca, ki je tretja najbolj obiskana lokacija v Peruju, je znan tudi po stopničastih predinkovskih terasah. Lokalno prebivalstvo še naprej ohranja tradicijo prednikov, zato še danes na terasah gojijo zelenjavo in sadje. Simoni pa je na trekingu po Colci uspelo uzreti tudi največjo letečo ptico na svetu, andskega kondorja, ki živi v Andih in na sosednjih pacifiških obalah zahodne Južne Amerike.

Potovanje sta nadaljevala k jezeru Titicaca, ki se nahaja na perujsko-bolivijski visoki planoti (Altiplano) v Andih. Leži na nadmorski višini 3.809 metrov in je s tem najvišje ležeče plovno jezero na svetu, s površino približno 8.400 km² pa je tudi največje sladkovodno jezero Južne Amerike. Ogledala sta si otok Amantani, ki leži na perujski strani jezera Titicaca. Otok ima dva gorska vrhova, Pachatata ("oče zemlja") in Pachamama ("mati zemlja"), s starodavnimi ruševinami Inkov. Pobočja so terasasta, večinoma ročno obdelana in zasajena s pšenico, kvinojo, krompirjem in drugo zelenjavo.

Pot ju je nato vodila v mesto Cusco, ki leži na jugovzhodnem delu Peruja, blizu doline reke Urubambe v pogorju Andov. Cusco je bil zgodovinsko središče Inkovskega imperija in je bil leta 1983 razglašen za Unescovo svetovno dediščino. Danes velja za tipično perujsko mesto oziroma mesto potomcev Indijancev. Nadaljevala sta z malo bolj adrenalinskim delom potovanja, raftingom po reki Urubambi. In že je napočil čas za vzpon na mistični

Machu Picchu, imenovan tudi Izgubljeno mesto Inkov. Sveto mesto Machu Picchu leži 70 kilometrov severozahodno od Cusca, na grebenu gore Machu Picchu, ki se nahaja na približno 2.350 metrov nadmorske višine. Ogledala sta si dobro ohranjene predkolumbovske inkovske razvaline. Kraj je najbolj znan simbol Inkovskega imperija zaradi edinstvene lege, geoloških posebnosti in poznega odkritja leta 1911. Od leta 1983 je predel določen kot Unescova svetovna dediščina, a vzbuja tudi zaskrbljenost zaradi škode, ki jo povzroča masovni turizem.

Svoje potovanje po Peruju sta Simona in Ludvik končala z obiskom mavrične

gore. Ime je dobila po obarvanih kamninah, kar je posledica različnih mineraloških sestav. Njena nadmorska višina je 5.036 metrov. Simona in Ludvik sta nam povedala, da se na vrh mavrične gore zaradi težav z aklimatizacijo žal nista podala, sta pa vseeno uživala ob čudovitih barvah.

Ob koncu potopisnega predavanja sta nam pokazala še klobuk in boben, ki sta ju prinesla iz Peruja, nato pa smo polni vtisov in mnogih vprašanj ob kavi in druženju nadaljevali pogovor. Ludviku in Simoni se najlepše zahvaljujemo za zanimivo potopisno predavanje ter jima želimo še mnogo podobnih dogodivščin!





Peter Cerar

LEP TURNIR S SPROŠČENIM DRUŽENJEM

Naša ekipa je sodelovala na prijateljskem mednarodnem turnirju v košarki na vozičkih v Bihaću.

Ekipa ljubljanskega društva paraplegikov se je 28. septembra odzvala vabilu bihaške ekipe na mednarodni turnir v košarki na vozičkih, ki je potekal v bosanskem Bihaću. Turnirja so se udeležile štiri ekipe: domačini KIK Una-Sana Bihać, KIK Slavonski Brod (Hrvaška), KIK Zagreb (Hrvaška) in naša ekipa, DP Mercator Ljubljana.

Na pot smo krenili dodobra otovorjeni, saj smo napolnili tako društveni potniški kombi kot tovorno prikolico. Za volan smo z veseljem posedli izkušenega Marinka, ki je bil dolga leta tudi aktivni član naše ekipe – za varno pot, pomoč in dobro voljo se mu celotna ekipa iskreno zahvaljuje. Samo pot je krojilo deževno vreme, zato smo si pametno vzeli čas in počasi (ter predvsem varno) v popoldanskih urah prispeli v Bihać.

Na srečo smo imeli nekaj časa, da smo si privoščili hitro malico in okrepčitev v idilični gostilni Mlin, ki kraljuje na

razgledno lepem in širokem rokavu reke Une. Zvečer nas je čakala skupna večerja vseh udeleženi ekip v mestnem hotelu, kjer smo se s sotrpini košarkarji podružili ob okusni hrani in pijači. Sproščeno druženje smo nadaljevali v hotelu Ada, kjer smo tudi prenočili.

SEPTEMBAR 29 START: 10 SATI

10:00 sati: KIK UNA SANA - KIK ZAGREB
12:00 sati: KIK LJUBLJANA - KIK SL. BROD
14:00 sati: Utakmica za 3. mjesto
16:00 sati: Utakmica za 1. mjesto

Naslednje jutro smo si privoščili pozni zajtrk s kavo, saj nas je prva tekma čakala šele ob 12. uri. Že omenjena uvodna tekma je bila zahtevna, saj smo igrali proti okrepljeni ekipi Slavonskega Broda. Naše bogate izkušnje in boj do zadnjega atoma žal niso bili dovolj, saj so nas Hrvati premagali z rezultatom 70:46. Po porazu smo strnili vrste in se uspeli vrniti kot Feniks iz pepela ter v tekmi za 3. mesto suvereno nadigrali ekipo iz Zagreba. Končni rezultat je bil 73:58.

Za zaključek po sladki zmagi je prijala še pristna bosanska pleskavica, razglasitev rezultatov ter večerni povratek proti domu. Zmagovalec turnirja je bila ekipa KIK Slavonski Brod, ki je v finalni tekmi premagala gostitelja Una-Sana Bihać z rezultatom 68:40.

Bil je lep turnir s sproščenim druženjem in pravo ekipo v čudovitih krajih. Kaj drugega bi si košarkar sploh še lahko želel?



Peter Kralj

20. MEMORIAL VLADA ČURČIJA

V četrtek, 5. septembra, smo se trije ribiči našega društva – Boštjan Ceglar, Štefan Glavan in jaz, Peter Kralj – udeležili spominskega tekmovanja v športnem ribolovu, s katerim smo počastili spomin na Vlada Čurčija.

Vlado je bil izjemen ribič, strasten in poln znanja, ki ga je z veseljem delil z drugimi. Bil je med ustanovitelji športnega ribolova pri paraplegikih in prava legenda na tekmovanjih, kjer je s svojim talentom izstopal. Njegovih dosežkov se spominjamo z občudovanjem, žal pa se je njegova življenjska pot prekmalu končala.

Vlado nas je popeljal z domačih ribnikov na čudovite belokranjske reke. Na turkizno modri Lahinji je organiziral nepozabne tekme v športnem ribolovu. Bela krajina je pravi biser, skrit za Gorjanci, in spomini na tiste čase so še vedno živi. Ko smo letovali v Domu paraplegikov v Semiču, nam je Vlado pokazal skrivne dostope do široke Kolpe in zasanjane Lahinje. Tam smo z vozički lahko prišli prav do brega in uživali v ribolovu. Naši trnki so bili vedno polni, včasih pa se je vonj po ribah razširil celo do Semiča. Prva spominska tekmovanja na Vlada

Memoriala se je letos udeležilo 17 ribičev. Tekmovanje je bilo napeto, a v duhu prijateljstva in spoštovanja. Tukaj so rezultati prvih šestih mest:

1. Rudi Centrih – 12.880 g
2. Gašper Peček – 7.500 g
3. Mirko Sintič – 5.725 g
4. Peter Kralj – 4.900 g
5. Tine Gorenc – 3.655 g
6. Bogdan Petek – 3.550 g

so potekala v Beli krajini, na ribniku Prilozje. Ob prihodu so nas vedno prijazno sprejele Belokranjke v narodnih nošah in belokranjski ribiči. Večkrat so nas počastili tudi predstavniki Občine Metlika. Postregli so nas z znamenito belokranjsko pogačo, kavo, včasih pa tudi s kakšno močnejšo pijačo. Čeprav ribnik Prilozje ni najbolj primeren za ribolov z vozički, so belokranjski ribiči z izjemno gostoljubnostjo poskrbeli, da

smo se počutili dobrodošle.

Že nekaj let pa memorial poteka v Brestanici, na čudovitem ribniku Raztez. To idilično okolje je idealno za tekmovanja, saj ima ribnik veliko bolj primerno traso za ribolov z vozički. Ribnik Raztez se sprva stiska v ozko, z gozdom obdano dolino, za katero pravijo, da se na vrhu gričev razprostirajo vinogradi. Spodnji del ribnika pa se lepo razširi, ob robu gozda pa stoji prijetna restavracija, ki bi jo z veseljem videli tudi drugod. Tu smo po tekmovanju posedli ob okusni hrani in počakali na razglasitev rezultatov.

Spominski memorial je bil več kot le tekmovanje – bil je priložnost, da ohranimo spomin na Vlada, na njegovo strast in predanost ribolovu, ter da se srečamo in povezujemo ob dejavnosti, ki nas združuje. Z lepimi spomini in prijetnim vzdušjem smo zaključili še en nepozaben dan.



Anton Bavac

ŠTEVILO STRELCEV NARAŠČA

Pod budnim očesom trenerja streljanja Bavca raste tako število kot tudi forma naših strelcev.

V sezoni 2023/2024 so naši strelci s puško in pištolo tekmovali v ligi Zveze paraplegikov Slovenije. V ekipni konkurenci so osvojili drugo mesto, takoj za strelci DP Prekmurja in Prlekije, ki so za zdaj za nas še nedosegljivi. Kljub temu upamo, da bomo s trdim in doslednim delom v naslednji sezoni izboljšali rezultate in jih uspeli premagati. Posebej velja omeniti strelca s pištolo Džemala Alagića, ki je v posamični konkurenci osvojil drugo mesto.

Na državnem prvenstvu, ki ga je organizirala Zveza za šport invalidov – Slovenski paralimpijski komite, smo bili uspešni predvsem v posamični konkurenci. Aleš Vrhovc je postal državni prvak s standardno puško v kategoriji SH2, mladi strelca Maj Crkvenjaš pa je v kategoriji SH1 s standardno puško osvojil naslov državnega podprvaka. Državni podprvak je postal tudi Džemal Alagić

v kategoriji SH1 z zračno pištolo. Lutfi Abdullahu, Emil Močnik, Jože Ponebšek, Jaka Umek in Uroš Jurečič so sicer pokazali solidno formo, vendar njihovi rezultati niso zadostovali za uvrstitev na zmagovalne stopničke.

V letu 2024 so v okviru društva potekali tudi treningi streljanja z zračno puško in pištolo. Treningi že drugo leto zapored potekajo na centralnem strelišču Krim na Dolenjski cesti 11 v Ljubljani, kjer so pogoji za vadbo bistveno boljši kot v preteklih letih. Čeprav je bila udeležba na treningih v prvi polovici leta nekoliko nižja, se je z začetkom nove sezone septembra znatno povečala. Prvotni ekipi sta se pridružila še dva nova strelca. Na začetku nove sezone 2024/2025 smo resno pristopili k pripravam na novo tekmovalno obdobje, saj se je jeseni začela tudi Invalidska liga mesta Ljubljane. Kljub manjši količini treningov

skozi leto so naši tekmovalci pokazali izvrstno formo. V posamični konkurenci je Jože Ponebšek premagal vse nasprotnike in osvojil prvo mesto. Drugo mesto je pripadlo Emilu Močniku, Jaka Umek pa se je uvrstil tik pod zmagovalni oder. Nekoliko nižje na lestvici so se z manj nastopi uvrstili Lutfi Abdullahu, Nick Nejc Pelko, Andor Palkovič in Uroš Gorenc. Skupni rezultati so ekipo z veliko prednostjo postavili na prvo mesto.

Dobre rezultate so dosegli tudi na 1. kolu lige ZPS v novi sezoni.

Rezultati kažejo, da treningi potekajo v pravi smeri, in dajejo upanje na še boljše uvrstitve na prihajajočih tekmah lige ZPS ter drugih tekmovanjih. Za izboljšanje konkurenčnosti bo ključno posodobiti (oziroma servisirati) obstoječo opremo in se dodatno opremiti s kakovostnimi strelskimi jopiči.



Mirjam Kanalec

ZAČETEK SEZONE USPEŠEN

V soboto, 7. decembra, je na strelišču Bukovec v Jakličevem domu na Vidmu potekal 1. krog lige ZPS v streljanju z zračno puško in pištolo, ki je bil hkrati tudi Bernaškov memorial. Naši strelci so dosegli dobre rezultate.

Tekmovanje je bilo posvečeno številnim pomembnim obletnicam – občinskemu prazniku Občine Dobrepolje, mednarodnemu dnevu invalidov, obletnici ustanovitve društva in spominu na našega vsestranskega športnika Zlatka Bernaška, ki je s svojimi dosežki pustil neizbrisen pečat v svetu športov invalidov. S tem je tekmovanje pridobilo še posebej čustven pomen. Strelišče v Jakličevem domu se je letos odprlo že pred sedmo uro, ko so prvi ljubljanski strelci preizkušali svoje ostro oko in mirno roko. Čez cel dan se je razvrstilo vsega 30 strelcev iz sedmih pokrajinskih društev Zveze, ki so streljali s standardno in serijsko puško, v kategorijah SH1 in SH2. Ne smemo pozabiti tudi na tekmovalce s pištolo.





Poleg tega pa je strelišče na Vidmu majhno oziroma nima velikega števila stez. Zato se je tekmovanje vleklo čez cel dan in zaključilo šele v večernih urah, ko nas je obiskal tudi župan Janez Pavlin. Po zaključku tekmovanja je predsednica društva, Mirjam Kanalec, nagovorila zbrane, čestitala vsem tekmovalcem za dosežene rezultate in se zahvalila županu Občine Dobrepolje, Janezu Pavlinu, za podporo tekmovanju in izrekla čestitke ob občinskem prazniku.

Najboljši strelci so prejeli medalje, ekipa pa pokale, ki so jih podelili predsednica društva Mirjam Kanalec in vodja strelcev Toni Bavec. V skupinskem delu so naši strelci dosegli izvrstne rezultate: ekipa SH2 je zasedla odlično drugo mesto, medtem ko je ekipa SH1 osvojila tretje mesto. Posamično so naši tekmovalci prav tako zasijali. Vodja strelcev Toni Bavec je še vedno »prva pištola«, čeprav mu Peček že diha za ovrtnik. Aleš Vrhovc je v streljanju s standardno zračno puško zasedel prvo mesto in drugo v streljanju s serijsko puško. Maj Crkvenjaš je bil drugi v streljanju s standardno zračno puško, Džemal Alagič pa je zabeležil tretje mesto v streljanju z zračno pištolo. Tekmovanje je potekalo v sproščenem,

a hkrati tekmovalnem vzdušju, pod vodstvom sodnikov Mateja Nosa



in Jožeta Kaplana, ki sta skrbela za pravičnost tekme. Razpored tekem in ostalo športno dogajanje je potekalo pod budnim očesom Tonija Bavca, največja zahvala pa gre njegovi boljši polovici, Suzani, ki je s pomočjo Almire skrbela odlično postrežbo in ostale organizacijske naloge.

Z dogodkom smo ponovno dokazali, da smo kot društvo močni, povezani in zagnani, pripravljeni premagovati izzive in dosegati vrhunske rezultate. Iskrene čestitke vsem strelcem za izjemne dosežke!



Mirjam Kanalec

SLIKANJE KOT NAČIN REHABILITACIJE

Naše društvo je 12. oktobra organiziralo slikarsko delavnico na URI Soča, kjer so slikarji z gibalno oviranostjo predstavili umetnost kot eno od poti rehabilitacije po okvari hrbtenjače. Pacienti so imeli priložnost spoznati, kako lahko umetnost postane dragocen izraz moči, volje in procesa zdravljenja.

Obiskovalce je v tretjem nadstropju avle URI Soča pozdravila predstojnica oddelka za rehabilitacijo pacientov z okvaro hrbtenjače, dr. Ana Saksida. Izrazila je veselje ob obisku dolgoletnih pacientov, ki s svojimi dejavnostmi navdihujejo sedanje paciente in jim prikazujejo možnosti vključevanja v umetnost. Zbrane je nagovorila tudi predsednica Društva paraplegikov ljubljanske pokrajine, Mirjam Kanalec, ki je z finančno podporo Javnega sklada Republike Slovenije za kulturne dejavnosti (JSKD) prvič organizirala tovrsten dogodek na URI Soča.

Direktor URI Soča, Roman Jakič, je izrazil dobrodošlico in poudaril, da je povezovanje stroke in umetnosti mednarodno priznано kot pomemben

doprinos k rehabilitaciji pacientov. Delovna terapevtka Tanja Štefančič Smisl je dodala, da umetnost presega omejitve in izpolnjuje človekovo notranjo potrebo po lepoti, resnici in dobroti, kar pozitivno vpliva na duševno in čustveno stanje posameznika.

Umetnostni zgodovinar Jaka Racman je predstavil zgodovinski pomen umetnosti v življenju ljudi z oviranostmi. Omenil je, da so bili tudi nekateri svetovno znani impresionisti, kot so Monet, Renoir in Degas, gibalno ali senzorno ovirani, a so ustvarili mojstrovine, ki še danes navdihujejo umetnike po vsem svetu. Izpostavil je, da je tudi v Sloveniji veliko izjemno nadarjenih gibalno oviranih slikarjev.

Med najbolj priznanimi je slikar Vojko



Gašperut, ki slika z usti. V svojem nagovoru je orisal svojo slikarsko pot, ki se je začela prav na URI Soča. »Brez slikarstva je bolje, da me ni,« je poudaril Gašperut in dodal, da ga umetnost dviguje in mu omogoča, da "leti" visoko in daleč. Slikarstvo ga je popeljalo na razstave po celem svetu, od New Yorka, Ria de Janeira, Šanghaja in Japonske do pariškega Louvra, kar je, po njegovih besedah, dokaz, da se vztrajnost in predanost izplačata. Priznal je tudi, da je proces ustvarjanja zanj naporen, a izjemno zadovoljujoč.

Svoje izkušnje je delil še Željko Vertelj, ki prav tako slika z usti. Poudaril je, da v svojih delih lahko "potuje" po celem svetu in skozi ustvarjanje izraža svojo notranjo svobodo.

Po navdihujočih govorih so se slikarji društev paraplegikov, pacienti in drugi udeleženci delavnice preizkusili v ustvarjanju s čopičem, bodisi v roki ali v ustih. Akademski slikar Rajko Čaušević, ki že dolga leta podpira in mentorira gibalno ovirane umetnike, je ustvarjalcem delil nasvete in jih spodbujal pri prvih korakih ustvarjanja na platnu.

Delavnica je bila čudovita priložnost za predstavitev umetnosti kot pomembnega orodja rehabilitacije in za navdih vsem, ki iščejo nove načine izražanja in preseganja svojih omejitev.

“Umetnost je most med omejitvami telesa in neskončnostjo duha – v njej se rojeva svoboda, ki presega vse meje.”

Klavdija Boljtežar

»STARI MOJSTRI« V NARODNI GALERIJ

V petek, 25. oktobra, smo si pod strokovnim vodstvom ogledali občasno razstavo z naslovom Stari mojstri iz zbirk Muzeja za umetnost in obrt, Zagreb.

Zagrebski Muzej za umetnost in obrt, ustanovljen leta 1880, je trenutno zaprt za javnost zaradi poškodb, ki so nastale v potresu leta 2020. Kljub temu pa je razstavna dejavnost muzeja še vedno zelo intenzivna in usmerjena v gostovanja v drugih razstavnih prostorih. Gostujoča razstava v Narodni galeriji v Ljubljani je plod dolgoletnega sodelovanja obeh muzejskih institucij.

Na razstavi smo si ogledali umetniška dela s področja slikarstva, kiparstva in grafične umetnosti. Slikarska zbirka vključuje dela, ki izhajajo iz druge polovice 14. stoletja in segajo vse do 18. stoletja. Razstava zajema devetnajst umetnin, ki predstavljajo reprezentativne italijanske in severnjaške stare mojstre ter njihove delavnice, kot so Leandro Bassano, Francesco Cairo in Paolo Veneziano.

Kiparska zbirka se osredotoča na mojstre, pomembne za subalpsko tradicijo lesenega polikromiranega kiparstva. Njihova dela so bila prvotno del opreme oltarnih enot v sakralnih stavbah na območju južne Tirolske, Zgornje Avstrije, Bavarske, Štajerske in Hrvaške. Ta dela

opozarjajo na umetniške dosežke pod pokroviteljstvom cerkvenih naročnikov v okolju, ki je cenilo uveljavljene umetniške modele, tradicijo in grafične predloge ter pogosto strogo kodificirane ikonografske vzorce. Na ogled je petnajst plastik iz obdobja od 15. do konca 18. stoletja, ki prikazujejo ustvarjalnost starih mojstrov, kot so štajerski mojster Hans von Judenburg, bavarski mojster Hans Degler ter pomembni štajerski baročni mojstri, kot sta Vid (Veit) Königer iz Gradca in Jožef Holzinger.

Grafična zbirka Muzeja za umetnost in obrt je predstavljena s pomembnimi deli starih mojstrov iz obdobja med 16. in koncem 18. stoletja. Ta zbirka sodi med najpomembnejše zakladnice grafične produkcije evropskega kulturnega kroga. Izbranih enajst grafik prikazuje raznolikost grafičnih tehnik, izvedbe in umetniške interpretacije tem, značilnih za južno (italijansko) in severno grafično ustvarjanje. Med izbranimi deli so grafični prevodi del Julija Klovića, Michelangela Buonarrotija in Petra Paula Rubensa ter izvirne jedkanice Jacquesa Callota, Giuseppeja Vasija in drugih pomembnih grafikov. Razstava ponuja edinstven vpogled v izjemne dosežke evropske grafike.

Narodni galeriji se iskreno zahvaljujemo za prijazen sprejem in strokovno vodenje po razstavi. Z veseljem se bomo kmalu vrnili!





Klavdija Boljtežar

FILMSKO POPOLDNE

V prostorih našega društva smo si ogledali film *Moj zmenek na slepo*

Na deževen četrtek, 17. oktobra, smo v društvenih prostorih ustvarili prijetno, toplo in navdihujoče vzdušje. Ogledali smo si film *Moj zmenek na slepo* (Mein Blind Date mit dem Leben), posnet po avtobiografiji Saliye Kahawatte. Ta izjemna zgodba govori o mladeniču, ki se kljub veliki življenjski preizkušnji – pri petnajstih letih je zaradi napredujočega odstopa mrežnice izgubil večino vida – ne prepusti obupu in s trdno voljo uresniči svoje sanje.

Film nas popelje v življenje Saliye, nadarjenega in perspektivnega študenta. Namesto da bi se sprijaznil s svojo diagnozo in omejitvami, se odloči uresničiti svoje sanje o delu v luksuznem hotelu. Da bi se izognil predsodkom, nikomur ne pove, da je slaboviden, in se kot pripravnik zaposli v prestižnem hotelu v Münchnu. S svojo vztrajnostjo, odločnostjo in neverjetno voljo preseže vse ovire, na tej poti pa mu pomaga zvest prijatelj Max, ki prvi opazi njegovo

slabovidnost, a ga ne izda. Skupaj premagujeta izzive, Saliya pa kljub vsemu dela brez napak.

Ko se Saliya zaljubi v Lauro, začne njegova skrbno prikrivana resnica razpadati, kar še dodatno zaplete njegovo zgodbo.



Film nas skozi to ganljivo pripoved uči, da moramo, ne glede na ovire v življenju, vztrajati in ne obupati. Ravno naše pomanjkljivosti so tiste, ki nas lahko okrepijo in vodijo do uspeha.

Zgodba temelji na resničnem življenju Saliye Kahawatte, ki je kljub slabovidnosti uspel diplomirati, končati izobraževanje za hotelirja in se uveljaviti v hotelirstvu. Dolga leta je skrival svojo invalidnost, zaradi česar je padel v depresijo in se soočil z zasvojenostjo. Kljub temu je našel moč, da svojo oviranost spremeni v priložnost. Ustanovil je svoje podjetje in neprofitno organizacijo, s katero spodbuja socialno vključevanje slepih in slabovidnih.

Njegova avtobiografija je bila izdana tudi kot zvočna knjiga, leta 2020 pa prirejena za gledališki oder. Zgodba, ki jo predstavlja *Moj zmenek na slepo*, je nepozaben opomnik, da se z vztrajnostjo, pogumom in pomočjo drugih lahko spoprimemo tudi z največjimi izzivi.



Bojana Mijovič

PRAZNIČNA ČAROVNIJA Z DEDKOM MRAZOM IN KRTKOM ZLATKOM

Otroci naših članov so se 10. decembra udeležili obdarovanja, ki ga je CNVOS organizirala v Španskih borcih v Ljubljani.



Objemi, tople besede, petke in seveda darila, ki jih otroci nestrpnost in seveda pridno čakajo vse leto. Pa so jih dočakali. Srečen dan je bil torek, 10. december. Otroci so se s starši zbrali, pričakali dobrega moža, mu skupaj zapeli in si ogledali res zabavno predstavo Krtek Zlatko ali kakec, ki je padel z neba. Skrajno poučna in zabavna predstava, ki je najmlajšim med drugim dala vedeti, da so kakci lahko najrazličnejši oblik. Smeha polna dvorana in veseli obrazi, sreče polni pogledi, ki jih ni moč opisati z besedami. Bi se lahko reklo, da darila navsezadnje niso toliko pomembna, kot pa njegova pojava, pričakovanje in veselja polni občutki. Zapeli so mu, staro dobro Sivo kučmo, on pa si je vzela čas prav za vsako otroško lice in jim prišepnil. Kaj? To vedo le otroci in stari dobri dedek Mraz.







Informativno glasilo Izziv DPLJ izdaja Društvo paraplegikov ljublanske pokrajine.

Glasilo sofinancira
FIHO in občine.

glavna in odgovorna urednica:
Mirjam Kanalec

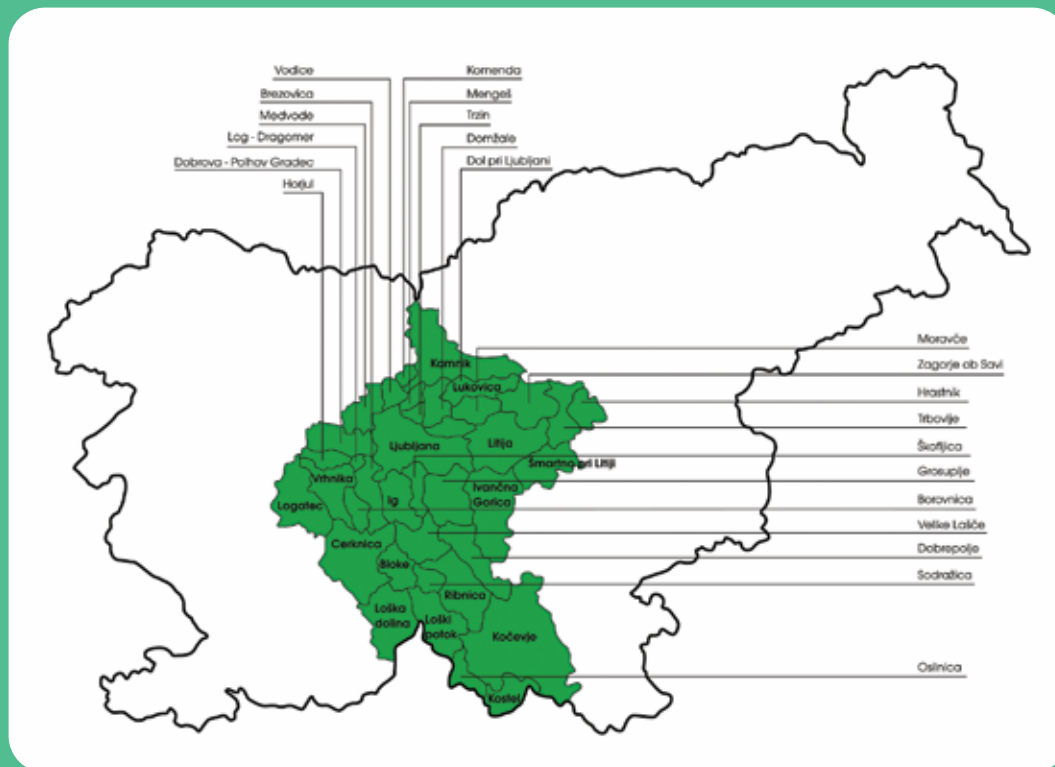
uredništvo:
Jože Globokar
Nino Batagelj
Mojca Burger
Nina Černe

lektoriranje:
Chat GPT

oblikovanje in prelom:
ninobatagelj@gmail.com

tisk:
Partner graf d.o.o.

naklada:
250 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

