

PARAŠPORTNIK LETA 2022 Drago Perko



Gluha atletinja Leja Glojnarič in Majda Cipot, mama od gluhega teniškega igralca Marina Kegla

Foto: Sportida

Najboljši športniki leta 2022 med invalidi so gluha atletinja **Leja Glojnarič**, gluhi teniški igralec **Marino Kegl**, moška reprezentanca gluhih v košarki tri na tri ter ženska ekipa v odbojki sede. Priznanja za preteklo leto so pri krovni organizaciji, Zvezi za šport invalidov – Paralimpijskem komiteju Slovenije podelili danes na Brdu.

Slovenski gluhi košarkarji so bili že dvakrat drugi na olimpijadi gluhih in dvakrat tudi evropski prvaki. Lani pa se je prvič izkazala ekipa tri na tri in osvojila naslov svetovnih prvakov. V ekipi so bili **Miha Zupan**, **Miha Jakofčič**, **Jan Orešnik** in **Jaka Markovič**.

“Imeli smo pet let premora in nismo igrali. Želeli smo si igrati na svetovni ravni in sem vesel, da smo se vrnili. Dokazali smo, da znamo igrati, ponosen sem na nagrado, ne zame, ampak za vse druge v ekipi,” je po prireditvi dejal Zupan.

Slovenske odbojkarice sede so že dolgo del svetovne elite. V zadnjem obdobju so ekipo pomladile. Slovenke so lani osvojile drugo mesto v zlati ligi narodov, bile pa so tudi četrte na svetovnem prvenstvu kot najboljša

evropska reprezentanca. Nastopile so **Lena Gabršček, Suzana Ocepek, Valentina Brik, Klara Vrabič, Tija Vrhovnik, Senta Jeler, Jana Ferjan, Mira Jakin** in **Marina Cencelj**.

Marino Kegl je že bil športnik leta pred šestimi leti. Trenutno je četrti igralec na svetovni lestvici gluhih, na zadnji olimpijadi gluhih je zasedel četrto mesto. Lani je dobil dva turnirja v konkurenci slišočih v Avstriji, osvojil je tudi mednarodni turnir gluhih v Bratislavi. Športnika leta 2022 na Brdu sicer ni bilo, saj se že pripravlja na začetek odprtega prvenstva Avstralije za gluhe in naglušne, v njegovem imenu je nagrado prevzela mama **Majda Cipot**. „*Ne morem verjet, ne morem verjet. Jaz sem športnik leta... Ne morem verjet... Sem zelo presenečen in res mi je težko to delat. Hvala za pomoč Zvezi za šport invalidov Slovenije, Športni zvezi društev gluhih in naglušnih Slovenije, Finančni upravi Republike Slovenije, vsem, ki mi pomagata,*“ je v izjavi iz Avstralije povedal Marino Kegl.

Leja Glojnarič je vsestranska atletinja, ki ima najraje skok v višino. V tej disciplini je lani na olimpijadi gluhih osvojila zlato medaljo, še eno pa v sedmerboju. Nagrado za športnico leta je dobila prvič. „*Za to, da sem parašportnica leta, sem ponosna in vesela. Nisem pričakovala, da bom nominirana. Z medaljo sem pridobila več samozavesti in volje. Rada bi še izboljšala osebni rekord in v mnogoboju prišla čez 5000 točk,*“ je dejala Glojnarič po prejemu priznanja.

OPTIMIZEM PO POŠKODBI GLAVE Borut Pogačnik



Eva Otoničar in Andreja Kokelj

Foto: B.P. – ZIFS 2023

Čeprav so **poškodbe glave velikokrat zelo tragične in imajo oškodovanci trajne posledice**, pa so tudi svetli trenutki in ugodne rešitve, kot je bilo v primeru 18. letnega fanta z Blok na Notranjskem. V oddajo **Odprta dlan**, ki smo jo oblikovali v sredo, **18. januarja**, se je namreč oglasila mama tega fanta, ki je po poškodbi glave v prometni nesreči **preživel vse faze po tovrstni poškodbi**: od kome, pljučnice zaradi dolgotrajnega ležanja v bolnici, medicinske in socialne rehabilitacije pa do današnjih dni, ko potuje po svetu in odlično govori dva tuja jezika. Mati, ki je, kot tisoči drugih, stalna poslušalka naših oddaj, se je čutila dolžno, da tudi druge starše po Sloveniji, ki so doživeli podobno dramo, ohrabri in pokaže tudi najboljše mogoče rešitve, ki pa so bile tudi utrjene s pomočjo staršev, ki so ne samo obiskovali sina, ampak hodili v bolnišnico vsak dan in ga celo morali hraniti. Trud se je izjemno obrestoval.

V oddaji je sodeloval tudi mož ženske, ki je prav tako utrpela poškodbo glave in ki se zdaj nahaja v domu starejših občanov, vendar bi rad, da bi se lahko vrnila domov, zato ga je zanimal projekt osebne asistencije, ki ga prav tako izvaja **Društvo Vita za pomoč po nezgodni poškodbi glave**. V oddaji sta namreč sodelovali strokovni sodelavki **Eva Otoničar** in **Andreja Kokelj**, ki v Viti skrbita za osebno asistenco in za delovanje njihovega dnevnega centra. Zelo zanimivi oddaji lahko že danes prisluhnete v **arhivu Radia Zeleni val** preko linka: <https://soundcloud.com/radiozelenival/odprta-dlan-drustvo-vita>

TESTI, ŽAL, NE REŠUJEJO Štefanija L. Zlobec in prof. dr. Zvezdan Pirtošek



Foto: Spominčica – Alzheimer Slovenija

V zadnjem času se **na slovenskem tržišču pojavljajo ponudbe načinov za zgodnjo diagnozo in 'zdravljenje' Alzheimerjeve demence**, kar v javnost, zlasti pa med bolnike in oskrbovalce vnaša nemir, predvsem pa upanje tudi tam, kjer ga znanost (še) ne more potrditi.

Primer take situacije je nedavna predstavitev rezultatov raziskave Pomni, kjer so bile predstavljene značilnosti novega presejalnega testa za oceno kognitivnih sposobnosti zdravih starejših. V nekaterih medijih se je nato pojavila trditev, da se je test »izkazal za učinkovito metodo za zgodnje presejalno odkrivanje demence«. Ob tej priložnosti je bilo sicer jasno poudarjeno, da na tej stopnji test s strani stroke ni potrjen (**prof. dr. Zvezdan Pirtošek**) in da je pri takih raziskavah potrebna previdnost in etična občutljivost (**Štefanija L. Zlobec**). Kljub temu pa je na spletni strani podjetja zapisano, da je »razvilo novo metodo za zgodnje presejalno odkrivanje demence« in jo že komercialno trži.

Spominčica - Alzheimer Slovenija, Slovensko združenje za pomoč pri demenci, bo vztrajno podpirala raziskovalne napore strokovnjakov, nasprotuje pa promociji in komercialnemu trženju diagnostičnih testov ali zdravljenj, preden jih stroka ne ovrednoti kot etične in učinkovite.

Zanimivo temo in problem, ki izhaja iz takšne vrste testiranj, bomo predstavili v četrtek, **2. februarja ob 10.30 uri v oddaji Odprta dlan**, kjer boste lahko sodelovali na številki **01 786 0 400** s svojimi vprašanji in mnenji na to temo, saj bo v studiu **Štefka Zlobec, ki je predsednica Združenja Spominčica** in tudi soavtorica tega članka. Tema še posebej zadeva tudi vse invalide, k velikokrat postanejo žrtve različnih akcij, ki da naj bi jim pripomogle k zmanjšanju njihove invalidnosti, ali pa da naj bi jo celo napovedovale, kar gotovo ni etično. Frekvence Radia Zeleni val so: **93,1, 97 in 105,30 MHz**.

8. TEDEN PISANJA Z ROKO: MISLIM TIHO, PIŠEM POČASI

Nina Novak*



Predavanje dr. Aksinje Kermauner (23.1.2023)

Foto: Arhiv GCC



Foto: Tomaž Levstek

Društvo **Radi pišemo z roko** ob Mednarodnem dnevu pisanja z roko, ki ga obeležujemo **23. januarja**, že osem let zapovrstjo organizira **Teden pisanja z roko**, v okviru katerega nagovarja predvsem mlade – osnovnošolce in srednješolce. Gre za projekt, s katerim uresničuje svoja temeljna poslanstva: **ohranjati kulturo pisanja, spodbujati k pisanju z roko, osveščati o pomenu pisanja in izobraževati o dobrobitih pisanja z roko.**

Letošnja nosilna tema tega je **Mislím tiho, pišem počasi**, ki so jo povezali s Prekmurjem, regijo, kateri tokrat posvečajo del dejavnosti, kar je ena letošnjih novosti. Z njima želijo opozoriti na počasnost (in s to povezanimi premišljenostjo ter osredotočenostjo) kot na nekoliko pozabljeno, zagotovo pa zapostavljeno vrednoto, in obenem izpostaviti dejstvo, da pisava odraža naša notranja stanja.

V ta namen so ob tej priložnosti izdali tudi tematsko razglednico, za katero je ilustracijo prispevala njihova članica **Ema Dolinar Lovšin**.

Kot organizacijska partnerja sta se društvu Radi pišemo z roko pridružila **Osnovna šola Bogojina**, ki je v navdih za spoznavanje Prekmurja in pomoč pri izvajanju aktivnosti pripravila dva delovna lista, ter **Javni zavod Krajinski park Goričko**, kjer bo 22. aprila, na Dan Zemlje, potekala zaključna prireditev, na kateri bodo koordinatorjem podelili potrdila o sodelovanju, nagrajencem v okviru nagradne igre pa nagrade.

Isti dan bo odprtje tematske razstave, ki se bo vse do aprila leta 2024 selila po različnih krajih Slovenije in obiskovalcem na ogled ponujala s strani Organizacijskega odbora 8. Tedna pisanja z roko izbrane izdelke.

Vlogo ambasadorjev so tokrat zaupali **Roku Terkaju-Trkaju**, rap glasbeniku, dr. **Aksinji Kermauner**, specialni pedagoginji in pisateljici, **Evgenu Carju**, gledališkemu igralcu, **Stanislavi Dešnik**, direktorici Javnega zavoda Krajinski park Goričko, in tamkajšnji naravovarstveni svetnici **Nataši Moršič**.

Z nekaterimi med njimi so se v času Tedna pisanja z roko – ta je potekal med **23. in 27. januarjem** – odpravili na gostovanja po šolah, kar je še ena letošnjih novosti, h katerim gre prav tako prišteti pridobitev 52 rokopisov uspešnih in uglednih Prekmurk ter Prekmurcev.

**Nina Novak je predsednica Društva Radi pišemo z roko*

PRIJETNO DRUŽENJE

Slava Zorc in Anton Podgoršek



Pred dobrega pol leta sva Slava Zorc in Anton Podgoršek iz Združenja invalidov – Forum Slovenije (ZIFS) vzpostavila stik z gospo Jelko Sušnik iz enote Muretinci. Dogovorili smo se, da bi obiskovala stanovalce in jim popestrila dneve. Gospa Jelka

nama je odprla pot in pomagala z navodili. Dobivamo se enkrat tedensko. V začetku niso bili vsi pripravljeni na druženje in pogovore, saj sva bila tujca. Čez čas smo se bolje spoznali in vedno več stanovalcev se je bilo pripravljenih pogovarjati. Danes naju že težko pričakujejo in vedno težje je zadovoljiti željam vseh po pogovoru. Postali smo dobri prijatelji.

Stanovalci enote imajo stanovanje, hrano, zdravniško oskrbo, pogrešajo pa druženje z ljudmi zunaj doma. Ker nekateri nimajo svojcev, ki bi jih obiskovali, upava, da vsaj malo pripomoreva k premagovanju težkih trenutkov samote. Najina želja je še naprej ohraniti stik z vsemi stanovalci, ki si tega želijo.

Slava in Anton, prostovoljca ZIFS

Glasilno Jesenski utrinki (december 2022)

Foto: ZIFS 2022

V decembrskem glasilu »Jesenski utrinki« (2022) Doma upokoencev Ptuj je bil objavljen članek o našem delu na področju Vzhodne Štajerske. Tam izvajamo že 21 let program **Veriga psihosocialne oskrbe in druženja**. Več o tem, kako si uporabniki želijo vsakodnevne družbe in pogovora, pa si lahko preberete v zgornjem članku, ki sta ga napisala izvajalca programa Slava Zorc in Anton Podgoršek.

HALO, ZIFS...?

Poberki iz dežurne svetovalne službe

Pokličite nas na 041 381 679, vse dni v tednu med 8.00 in 21.00 uro ali povprašajte na info@zifs.si.

Dežurna svetovalna služba Združenja Invalidov – Foruma Slovenije deluje neprekinjeno vse dni že od 16. marca 2020 naprej in je v tem času pomagala že več kot 1.000 ljudem.

Poberek iz dežurne svetovalne službe:

- Klicateljica iz Krškega **meni, da so partnerstva med intro in ekstrovertnimi praktično nemogoča** in zakaj ne pišemo več o tem.

V bistvu sta intro in ekstrovertiranost skorajda prirojeni, vendar so obdobja v človeškem življenju, ko zlasti introvertnost stopi v ospredje. To je zlasti obdobje pubertete, ko mladostniki iščejo odgovore na življenjska vprašanja in ko pravimo, da gredo »vase«. V življenju pa se introvertnost povrne tudi takrat, ko so življenjske razmere hude, ali v primerih hudih izgub, prekinitev partnerstev, delovnih razmerij ali kakšnih drugih frustracij, ki jih nekateri težje predelajo.

Ekstrovertnost pa pomeni, da smo bolj odprti v svet in da v skrajnih primerih živimo bolj »zunaj sebe« kot pa v sebi. Močno ekstrovertirane osebe želijo vedno tudi opozarjati nase, se vključujejo v neštete razprave, čeprav jih k temu ni nihče povabil. Je pa ekstrovertiranost gotovo pogoj za določene poklice, ki so povezani z delom v javnosti oziroma z ljudmi. Prav tako si je težko zamisliti neekstrovertirano osebo, ki bi bila komedijant, estradni umetnik ali predstavnik stikov z javnostmi. Seveda pa lahko tudi pri teh poklicih naletimo na osebe, ki so bolj introvertne in nekako vse predvidijo, se do potankosti naučijo, kaj morajo v kakšni situaciji reči ali predstaviti.

Introvertne osebe, pa so zlasti primerne za takšne poklice, kot so analitiki, knjigovodje, računovodje, računalničarji, lirični pesniki in nekaterih poklicev, ki zahtevajo izjemno zbranost in osredotočenost na reševanje določenih problemov in nalog.

Niti intro in niti ekstrovertiranost nista niti pozitivni niti negativni, ampak sta na nek način tokova dojemanja sveta. Medtem, ko gre pri introvertirani osebi za poglobljanje stikov in znanj, gre pri ekstrovertirani osebnosti za širjenje znanstev in znanja, ki velikokrat nima meja.

PRISLUHNIMO TIŠINI: GLUHOSELEPE OSEBE: DLANI SO TUDI NJIHOVE OČI **Vlasta Tifengraber**



Foto: Prisluhnimo tišini

V oddaji Prisluhnimo tišini, ki bo na sporedu v petek, 27. januarja ob 14.45, na prvem sporedu TV Slovenija, boste lahko videli **navdihujoči življenjski zgodbi dveh gluhoslepih oseb**. Kajti tudi med nami živijo izjemne gluhoslepe osebe, ki nas s svojimi dosežki navdihujejo – umetnik **Jože Tekavčič** in doktorska študentka **Metka Knez**.

Oddaja bo na sporedu v petek, 27. januarja ob 14.45 uri na TV SLO 1, lahko pa si jo ogledate tudi v arhivu:
<https://365.rtv slo.si/arhiv/prisluhnimo-tisini/174930184>

PRVIČ PRED RADIJSKIMI MIKROFONI Borut Pogačnik



Leja in Iztok Glojnarič

Foto: B.P. – ZIF5 2023

Invalidka športnica leta 2022 **Leja Glojnarič** in njen trener-oče **Iztok Glojnarič**, sta bila v sredo, **25. januarja**, v oddaji **Odprta dlan** prvič pred mikrofoni. Kljub temu sta se odlično predstavila, Leja kot športnica leta in oče Iztok trenersko delo, ki zahteva veliko skrbne pozornosti in motivacije.

Karierna pot mlade športnice se je pričela že pri njenih devetih letih. Izvedeli pa smo tudi, da je tudi njena, dve leti starejša sestra Nika, izjemno dobra in da je prav v času oddaje tekmovala v atletskem troboju v Beogradu, kjer so se pomerile reprezentance Srbije, Hrvaške in Slovenije.

Leja Glojnarič je podrobno opisala tudi razmere na brazilskem atletskem stadionu lanskega maja, ko je **zaslužno prejela zlato medaljo**, saj je bila v tistem času na južnem delu Zemlje turobna jesen s temperaturami okoli 10 stopinj ter še z obilo dežja, tako da je bil odriv, v njeni najljubši disciplini skoku v višino, v bistvu odriv iz vode, saj je vesčas tekmovala deževalo. Zato so njeni rezultati še več vredni.

Iztok Glojnarič je po končani trenerski šoli pričel z vadbo obeh hčera, pa tudi sina, ki je bil nek čas zelo zagret za šport, vendar je moral to kasneje opustiti zaradi poškodbe. Njihova družina ni majhna, saj je kar pet otrok. Omenil je tudi, da se jih ta hip kar veliko drenja v brežiškem stanovanju, upajo pa da bodo kmalu lahko adaptirali starejšo hišo in lažje zadihali.

Ambicije Leje Glojnarič so usmerjene v **Mednarodno olimpijado gluhih, ki bo leta 2025 v Tokiu**. Po športnem udeleževanju, pa se bo predala dvema svojima konjičkoma, to je risanju in ličenju obraza. Ker pa je šele stara 20 let, upamo, da bo njena športna pot še zelo pestra. Drugi prejemniki laskavi priznan za leto 2022, pa bodo prišli na vrsto drugič, saj so bili ta hip odsotni iz Slovenije, kot invalid športnik Marino Kegel, ki je bil na tekmovalju v Avstraliji.

Oddajo lahko poslušate v arhivu radia, ki je: <https://soundcloud.com/radiozelenival/odprta-dlan-leja-glojnaric-sportnica-leta>

PRAZNOVANJE PREŠERNOVEGA DNEVA NA TABRU

Milan Debeljak*



Foto: Katarina Lukešević

Ker se hitro bliža Prešernov dan, ki je tudi slovenski kulturni praznik, je prav, da opišem, kako smo ta dan praznovali v Podbrezjah na Tabru.

Vsa prejšnja prebiranja Prešernove poezije so se na Tabru vršila zunaj pod lipo. Lani pa je bil žled. In letos: **»Zasliši na nebu se strašno vršenje.«** Letos so njene veje nevarno ječale v vetru, tudi levi razbojnik na križu, ki v temeljih že popušča, se je majal sem ter tja. Leseni gašperček se je kakor vsako leto razdajal plamenom, ki so mu používali življenje. Nikogar ni bilo ob njem, ki bi se grel. V takšnem vremenu si pesem poišče toplo zavetje. Razživela se je v polni dvorani Pirčevega doma, ki je sprejel recitatorje in poslušalce.

Program je bil izbran. **Enajst recitatorjev Zdravljice v enajstih evropskih jezikih.** Najlepša domovinska in ljubezenska lirika našega Poeta. Soneti nesreče. Pevcu. Glosa. Vsako leto Prešeren. Nikdar ga ne bomo zaobjeli in nikoli se ga ne bomo naveličali. S svojo zvestobo bi mu radi dopovedali, da je tudi naš rod še otrok njegovega upanja:

**»Vendár te bodo morebit' ostale
med njimi, ker njih poezije mile
iz srca svoje so kali pognale.«**

In vmes, med pesmimi, pripoved o nastanku Zdravljice in o njeni poti, ki jo je prehodila med Slovenci in drugimi narodi do našega časa, ko jo lahko ponosno pojemo kot Slovensko himno.

Prešeren dan!

Ponosno-slovesno je ta dan v naših srcih. Beseda je mila in prosojna, da skozi slišimo Duha, pa hkrati močnejša in vzdržljivejša kot vse drugo, kar si je izmislil človek. Kakor je Pesnika nagovorila po svoje, tudi v vsakem od nas budi drugačen odmev. Resnica in lepota sta v njej in obe je mogoče začutiti in ujeti v dlan. Takšen dan pa še najmočnejše začutimo, da je pesem vez med ljudmi. Kako držimo drug z drugim, da se med recitacijo ne bi komu zataknilo! Kako smo veseli fig doktorja Franceta! Vsi smo pesniki! Beseda poje prav nam. Zato smo še dolgo ostali skupaj. Programa je že zdavnaj zmanjkalo, mi pa smo še kar prebirali Prešerna in se veselili njegovega duha. Zavrteli smo krog celotnega Sonetnega venca, si zdeklamirali pesmi, ki se jih spominjamo iz šolskih dni. Najedli smo se drobnih slaščic in izpili kuhano vino.

Potem pa spet ven v mraz in burjo, ki je gradila zamete. Tudi Pesnik je živel tako. Topli trenutki s pesmijo, njegovo ljubljeno, so minevali v žalost in nesrečo. A bolečina ga je spet gnala k njeni lepoti. Takšen je bil Prešeren. Iskal pa je dobro.

**Milan Debeljak, dolgoletni član ZIFS. Pesnik, izjemen in pronicljiv ubeseditelj sonetov in drugih oblik pesmi, ki so izšle že v sedmih knjigah.*

PROGRAM ZA PROMOCIJO AKTIVNEGA STARANJA OSEB S CEREBRALNO PARALIZO

Irena Vovk Terčič



Foto: Zveza Sonček o.p.

Medicinski napredek je podaljšal pričakovano življenjsko dobo odraslih s cerebralno paralizo, vendar se ob tem postavlja vprašanje, kako najbolje obvladovati učinke staranja. V ta namen je bil zasnovan projekt CP-AGEING (https://cpageing.eu/?page_id=457&lang=sl), ki je potekal od novembra 2020 do oktobra 2022.

Projekt CP-AGEING smo ustvarili za:

- ozaveščanje o pomembnosti preprečevanja in obvladovanja učinkov staranja ob hkratnem ohranjanju kakovosti življenja odraslih s CP,
- ustvarjanje in prenašanje smernic in orodij za preprečevanje in obvladovanje fizičnega in kognitivnega upada ter za ohranjanje in/ali krepitev samostojnosti in socialne vključenosti, vključno z izbiro in uporabo podpornih tehnologij,
- izvajanje inovativnih strategij v institucijah in doma s spodbujanjem samooskrbe in samostojnosti,
- osredotočanje na staranje oseb, ki pomagajo pomoči potrebnim, ter na vpliv staranja na samo podporo, proces žalovanja ali pravna in ekonomska vprašanja,
- okrepitev sodelovanja med institucijami, odraslimi s CP in osebami, ki jim pomagajo.

V okviru projekta smo izdelali učni načrt za izboljšanje kakovosti staranja odraslih s CP, v katerem bodo neposredno sodelovali končni uporabniki, tj. odrasli s CP in njihovi bližnji. Prav tako smo izdelali pakete usposabljanj za preprečevanje fizičnega in kognitivnega upada odraslih oseb s CP ter za ohranjanje njihove samostojnosti in socialne vključenosti. Vzpostavljena je bila platforma za e-izobraževanje, ki bo vključevala tako izobraževalno gradivo kot različne aktivnosti z upanjem, da bodo te vsebine dostopne številnim osebami s CP, njihovim bližnjim ter tudi strokovnim delavcem.

Projekt CP-AGEING je financirala Evropska komisija v okviru programa ERASMUS+ 2020. Namenjen je povečanju kompetenc (znanja, stališč ter spretnosti) odraslih oseb s cerebralno paralizo (CP) in tistih, ki jim pomagajo pri vsakdanjem življenju, da bi s prilagojenimi programi usposabljanj izboljšali njihovo staranje. **Partnerji** v projektu so: Inštitut za raziskovanje politik socialne solidarnosti (POLIBIENESTAR) (Španija), Aristotelova univerza v Solunu (Grčija), APCB – **Združenje cerebralne paralize Braga (Portugalska)**, **Cerebralna paraliza Grčija – Odprta vrata**, Spominčica – Alzheimer Slovenija, Sonček – Zveza društev za cerebralno paralizo Slovenije (predstavniki so bili Jernej Hazimali, vodja VDC Sonček in stanovanjskih skupin) in **AVAPACE (Španija)**.

O NAJPOGUMNEJŠEM LEVU NA SVETU

Igor Plohl



Igor Plohl

Foto: Leonida Babič

V zbirki slikanic o levu Rogiju, najpogumnejšem levu na svetu kot je večkrat dejala ilustratorica Urška Stropnik Šonc, se je do danes **nabralo že pet slikanic**; Lev Rogi – sreča v nesreči, Lev Rogi najde srečo, Rogi in Edi na paraolimpijskih igrah, Lev Rogi v Afriki in Lev Rogi premaguje ovire, ki je izšla lansko leto. Namen teh slikanic je **osveščanje javnosti o posledicah poškodbe hrbtenjače in življenju paraplegikov**. Ciljna publika so predvsem otroci, seveda pa so namenjene tudi njihovim staršem, vzgojiteljem in drugim pedagoškim delavcem. **Lev Rogi je svojo pot začel leta 2009**, po dobrodelni prireditvi, ki so jo zame pripravili moji nekdanji učenci. Z ilustracijami teh učencev je v sozaložništvu Zveze paraplegikov Slovenije in Založbe Pivec istega leta izšla slikanica **Lev Rogi – sreča v nesreči**. Svojo dokončno podobo s čudovito grivo in živimi barvami je lev Rogi dobil leta 2014 v slikanici **Lev Rogi najde srečo**, ki jo je ilustrirala uveljavljena slovenska ilustratorica Urška Stropnik Šonc. Obe slikanici imata avtobiografski značaj, saj predstavita mojo osebno življenjsko zgodbo po tragični nesreči in posledični invalidnosti (paraplegiji). To sporoča tudi ime glavnega junaka, če ga preberete nazaj.

V letu 2018 se je pogumni lev na invalidskem vozičku v slikanici **Rogi in Edi na paraolimpijskih igrah** odpravil na največji športni dogodek za invalide na svetu – paraolimpijske igre. Dve leti kasneje se je junaku uresničila velika življenjska želja, saj je v slikanici **Lev Rogi v Afriki** odpotoval na safari v Tanzanijo. Tudi ta slikanica temelji na resničnih dogodkih. Resnični svet je bil prav tako navdih za zadnjo slikanico z naslovom **Lev Rogi premaguje ovire**, ki je namenjena predstavitvi arhitektonskih in drugih ovir na področju mobilnosti, s katerimi se pogosto srečujemo gibalno ovirani invalidi. V tej pravljici se v družbi prijateljev odpravi na izlet. Volkova Peter in Pavla sta vedno pripravljena na dobro avanturo. A nesrečne okoliščine jim jo tokrat prav pošteno zagodejo: nekje na pločniku ni znižanja, drugje so ob stopnicah zgradili prestrmo klančino, in ker nesreča redko pride sama ravno tisti dan zmanjka elektrike in dvigalo ne deluje. Za piko na i pa Rogi ne more v svoj avto, čeprav je parkiral na jasno označenem parkirnem mestu, rezerviranem za invalide! A pogumnemu in vztrajnemu levu smola ne skali dobre volje. Na koncu se družini le uspe povzpeti v višave in tam skoraj pobožajo oblake, se dotaknejo ptic, pogled pa se jim razprostre čez kar štiri države. Tudi tokrat je ilustracije prispevala Urška Stropnik Šonc. Nastale so estetsko dovršene in izjemno poučne likovne stvaritve.

Ker fotografija pove več kot tisoč besed, videoposnetek pa še več, smo **slikanico nadgradili s poučnimi videoposnetki**, ki so dostopni s pomočjo QR kod in pametnega telefona ali tablice z dostopom do interneta. Videoposnetki so na voljo tudi na YOUTUBE kanalu LEV ROGI. Najdete jih, če v internetni iskalnik napišete LEV ROGI PREMAGUJE OVIRE in kot rezultat iskanja definirate videoposnetke. Prvi video prikazuje predsedanje v avto z invalidskega vozička, drugi vožnjo z avtomobilom na ročno upravljanje, tretji težave pri parkiranju na parkirnih mestih, rezerviranih za invalide. Posneli smo tudi video vsebine, ki prikazujejo pomen znižanj na pločnikih in klančin ter prenos osebe na vozičku čez stopnice. Zelo sem vesel, da je kar dvema kratkima videoposnetkoma namenila častno sponzorstvo Agencija za varnost prometa RS. Iskreno se zahvaljujem sponzorjem, ki so projekt finančno podprli; Mestni občini Maribor, podjetju MTD BIO in Mestni občini Velenje. Še posebej pa izrekam zahvalo Danetu Kastelicu in Zvezi paraplegikov Slovenije, ki je že od samega začetka sozaložnik slikanic o levu Rogiju. Vse moje knjige so na voljo v najbližji knjižnici in pri Založbi Pivec.

Prav lepo vabljeni k branju in raziskovanju slikanic o najbolj pogumnem levu na svetu. Več informacij lahko pridobite na www.igor-plohl.info, kjer so objavljeni tudi napovedniki predstavitev mojih knjig. Do danes se jih je nabralo že več kot 200.

Posnete oddaje z Igorjem Plohlom pa sicer najdete tudi v arhivih Radia Zeleni val in Radia Štajerski val, kjer smo z njim v okviru programa Odmev v Združenju invalidov – Forumu Slovenije posneli zanimive oddaje (bp).

AH, TA LETA!: SLABO SLIŠITE? **Katarina Lukešević**



Boris Horvat v studiu

Foto: TV Slovenija

Ste vedeli, da v Sloveniji živi približno 200.000 ljudi, ki ima okvaro sluha, in da le tretjina teh uporablja slušni aparat? O tem, kako vam lahko uporaba slušnega aparata izboljša kakovost življenja, bo spregovoril uporabnik slušnega aparata **Boris Horvat**, ki je prav tako tudi predsednik Medobčinskega društva gluhih in naglušnih za Gorenjsko – Auris.

Oddaja **Ah, ta leta!: Slabo slišite** bo na sporedu v petek, **27. januarja ob 17.15 uri na TV SLO 1**. Kasneje si lahko oddajo ogledate na spletnem portalu Dostopno.si.

REPLIKE NA OGLED Miroslava Križnič



Z leve župan Samo Turel, Marjana Lenassi in Tjaša Cigoj

Foto: Katarina Brešan, Goriški muzej

Na gradu Kromberk pri Novi Gorici se je v petek, 13. januarja, odvijalo prisrčno srečanje med soprogo pokojnega kiparja Janeza Lenassija, avtorja spomenika Edvardu Rusjanu v Novi Gorici, **Marjano Lenassi**; študentko Višje strokovne šole Sežana **Tjaša Cigoj**, ki je **izdelala repliko spomenika, s katero je tudi slepim in slabovidnim omogočila spoznavanje spomenika**, in **Grazio Rusjan**, nečakinjo Edvarda Rusjana, ki živi v sosednji Gorici.

Lenassijeva soproga si je na pobudo Natalije Planinc, prijateljice pokojnega kiparja, v Goriški muzej prišla ogledat delo študentke Tjaše Cigoj. Dame sta na gradu sprejela direktor Goriškega muzeja **Vladimir Peruničič** in novogoriški župan **Samo Turel**, pridružili pa so se jima tudi predsednik Medobčinskega društva slepih in slabovidnih Nova Gorica **Igor Miljavec**, ravnateljica Višje strokovne šole Sežana **Jelena Uršič** in kustos pedagog v Goriškem muzeju **David Kožuh**. Zbrani so se strinjali, da lahko z majhnimi koraki skupaj naredijo veliko dobrega za skupnost.

Grazia Rusjan, nečakinja Edvarda Rusjana, je pohvalila inovativnost in sodobne pristope, ki jih z različnimi projekti izvajajo različni akterji na območju novogoriške mestne občine. Zelo veliko ji pomeni, da lahko zdaj tudi **slepi in slabovidni spoznavajo obliko Lenassijevega spomenika Edvardu Rusjanu**. Prijetno pa je bila presenečena, ko ji je novogoriški župan Samo Turel povedal, da je bila njegova babica druga sestrična Edvarda Rusjana in da sta torej v sorodu. Šopek rož, ki ga je prejela iz županovih rok in velik korak v dostopnosti umetniških del, jo bodo, kot nam je zaupala, vedno spominjala na današnji dan.

Natalija Planinc, sicer tudi predsednica Društva ljubiteljev kulturne in naravne dediščine Anbot iz Pirana, je želela svojo 90-letno prijateljico **Marjano Lenassi** presenetiti, in tako je skupaj z Goriškim muzejem in Medobčinskim društvom slepih in slabovidnih Nova Gorica organizirala današnji obisk. Gospa Lenassi je srečna podala roko Tjaši Cigoj, ki je v prvem letniku Višje strokovne šole Sežana izdelala repliko Lenassijevega

spomenika Edvardu Rusjanu. Povedala je, da ji to izjemno veliko pomeni in da bi bil njen soprog nedvomno ponosen na Tjašo.

Novogoriški župan Samo Turel je na dogodku spomnil na pomen enakopravnega vključevanja ranljivih skupin v družbo. Povedal je, da na novogoriški mestni občini uresničujemo strategijo dostopnosti in pozdravljamo vsak tovrsten korak, ki ranljivim skupinam omogoči enakopraven dostop do informacij in storitev. Ponovno je izpostavil, da bi radi leto 2025, ko bo Nova Gorica v sodelovanju z Gorico Evropska prestolnica kulture, dočakali s čim več tovrstnimi uspešnimi projekti in zgledi. Študentki Tjaši Cigoj pa je čestital za njen uspeh in zaželel še veliko tako uspešnih stvaritev.

Goriški muzej je s Tjašino repliko spomenika dopolnil razstavo GO*S50-60, Mesto in prebivalci v 50. in 60. letih. Akademski kipar Janez Lenassi (1927-2008) je eden izmed najpomembnejših sodobnih slovenskih kiparjev. V Sloveniji in po svetu je ustvaril vrsto javnih monumentalnih in simpozijških skulptur ter obsežen opus malih in srednje velikih plastik. Leta 1960 so v Novi Gorici odkrili spomenik letalcu Rusjanu, ki danes krasi ploščad pred Eda centrom. V februarju v Goriški muzej prihaja še tipna maketa Nove Gorice, ki jo bodo izdelali študenti Inkluzivne pedagogike Univerze na Primorskem.

14. SMUČARSKI KAMP NA ROGLI KROJILLO VREME Jože Globokar



Foto: Alenka Plemelj

Na smučiščih Rogle je v organizaciji Zveze paraplegikov Slovenije od 17. do 19. januarja 2023 potekal že **14. tradicionalni smučarski kamp**. Tokrat so smučarji vse tri dni imeli slabo vreme. V hladnem vremenu jih je spremljala še megla, zadnji dan pa tudi sneženje in hud veter.

Prvi in drugi dan so udeleženci kampa posvetili treningu, zadnji dan pa namenili veleslalomski tekmi. Za tiste parasmučarje, ki nimajo svojih monoskijev, so si pri avstrijskem proizvajalcu **Praschberger**, tudi tokrat sposodili pet tovrstnih sedežev, ki se pripnejo na smučko. Za smučanje na snegu je pri naših paraplegikih vse več zanimanja, zato je bilo na letošnjem kampu kar pet novincev, ki želijo osvojiti vijuganje po belih strminah. To znanje hitreje pridobijo tisti smučarji, ki so smučali že pred poškodbo.

Posebej novincem so pri prvih zavojih tudi tokrat pomagale štiri študentke delovne terapije iz Zdravstven fakultete v Ljubljani in njihova mentorica mag. **Alenka Plemelj**. Sodelovali pa so še trije strokovnjaki na tem področju. Na smučiščih Rogla je treniralo kar 15 parasmučarjev na monoskijih, spremljali pa so jih številni svojci in drugi spremljevalci. Med njimi se kampa že vrsto let udeležujeta tudi dva parasmučarja iz sosednje Hrvaške.

Po uspešnih treningih v slabih pogojih so udeleženci zadnji dan načrtovali tri veleslalomskih preizkušnjah. Vse je bilo pripravljeno, tudi rezultatna lista, ki jo je sestavil naš parasmučar **Edo Ješe**. Tekmovanje, ki so ga pripravili organizatorji smučišča Rogla, so morali odpovedati zaradi hudega vetra. Žal, tokrat je zmagala narava, kar se je prvič zgodilo v vseh kampih doslej.

SEKSUALNA REVOLUCIJA

Zoran Radonjić »Žonki

Dvajseto stoletje so poimenovali stoletje revolucij. Toda revolucije niso bile samo krvave in politične. Korenite spremembe so se odvijale na različnih področjih: znanstveno-tehničnem, komunikacijskem, delovnem, športnem..., pa tudi v odnosu do spolne (seksualne) morale. Slednje spremembe so dobile oznako **»seksualna revolucija«**.

Ta se je začela v šestdesetih letih v zahodnem svetu, najpomembnejši dejavniki, ki so jo sprožili, pa so bili: zmanjševanje vpliva Cerkve, ki je bila glavni varuh tradicionalnih vrednot in norm, širjenje emancipacije žensk in razvoj znanosti (zlasti biologije in medicine). Slednje je npr. vplivalo na uveljavitev kontracepcije. Začetek množične proizvodnje kontracepcijskih tabletk sega v šestdeseta leta. Kontracepcijo so poznali že pred tisočletji, vendar je šele druga polovica 20. stoletja prinesla zares učinkovita in zanesljiva sredstva.

Relativno dobra zaščita pred nezaželeno zanositvijo je prispevala k temu, da je predzakonski spolni odnos postal nekaj povsem običajnega. Ljudje so začeli govoriti o spolnosti vedno bolj odprto, svobodno. Nastalo je veliko seksualnih priročnikov, v šolah so uvajali spolno vzgojo, nočni bari in trgovine z erotičnimi pripomočki so rastle kakor gobe po dežju, razmahnila se je pornografija (sprva s publikacijami, v osemdesetih letih z video kasetami in v devetdesetih letih z internetom), nekatere države so legalizirale prostitucijo itn. Iskanje osebne sreče, ki se pogosto enači z užitkom, je postalo pomembnejše kakor moralne in verske norme.

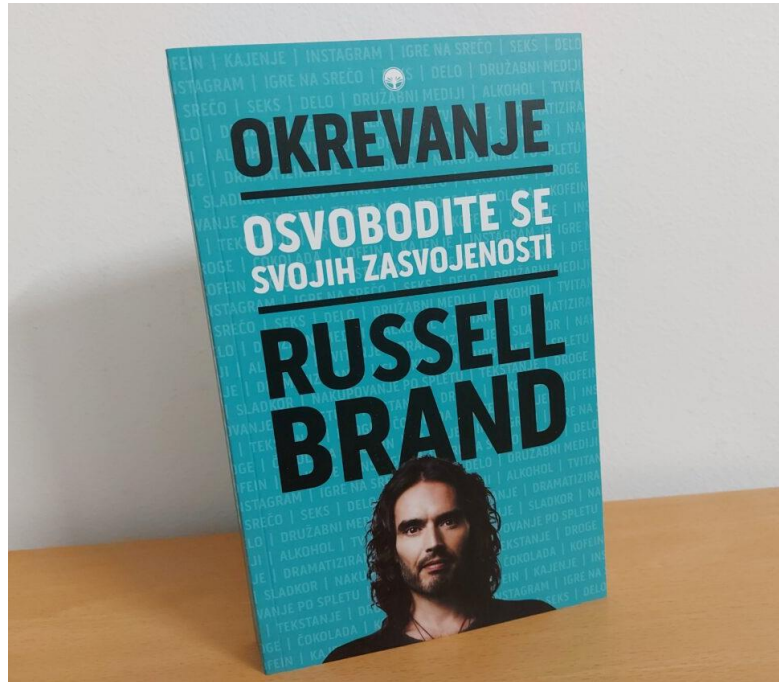
Čuvaji »prave morale«, ki so bili zaskrbljeni za t. i. nravni razvoj mladine, seveda niso mirovali. Z zakonskimi prepovedmi ali omejitvami oziroma cenzuro so poskušali preprečiti širjenje pojavov, ki so jih imeli za pohujšljive. Učinki njihovih ukrepov niso bili (vedno) takšni, kot so si želeli.

Tako je npr. skladba francoskega pevca Sergea Gainsbourga (1928–1991) in britanske pevke in igralko Jane Birkin (roj. 1946) *Je t'aime* (1969) – svojevrstna oda orgazmu – bila prepovedana na mnogih radijskih postajah, a zaman, saj je prodano več milijonov plošč z omenjeno skladbo po vsem svetu. Po nekem nepisanem pravilu se s prepovedjo določenih reči doseže nasprotni učinek od pričakovanega – poveča se zanimanje za prepovedano.

***Opomba avtorja**

Večina tega spletnega članka je prvič objavljena v knjigi 20. STOLETJE V ZGODOVINSKIH VIRIH, BESEDI IN SLIKAH, UTRINKI IZ SVETOVNE ZGODOVINE 1945–1999 (avtorji: Tomaž Weber, Drago Novak in Zoran Radonjić), Ljubljana, DZS, 2000, stran 105. Avtor je profesor zgodovine in sociologije ter član ZIFS.

KNJIŽNA NOVOST
REPROGRAMIRAJTE SVOJ UM
Katarina Lukešević



Založba Primus, strani 327, 24,09 eur

Foto: Katarina Lukešević

V iskreni in humorno napisani knjigi spoznamo divje, hkrati pa tudi precej težko življenje slavne osebe, ki se je v različnih življenjskih obdobjih borila z demoni, in to pred očmi javnosti. **Russell Brand** je prehodil trnovo pot in se uspešno prebil iz globine svoje bede. Ravno zato verjame, da je sprememba mogoča in da se **lahko osvobodiš svoje zasvojenosti**, kot se jo je on sam. Seveda pa mora vsak pri sebi poiskati tisti pomemben razlog, ki ga je pripeljal do tega, da se je sploh začel utapljati zaradi zasvojenosti.

Ni lahko pisati ali govoriti o svojih težavah, zaradi katerih si izgubil nadzor nad življenjem. Russel Brand je izjema, saj želi preko knjige **Okrevanje** pomagati vsakomur, ki je **izgubil nadzor nad svojim življenjem**. V dvanajstih korakih, ki se ujemajo z dvanajstimi poglavji opisuje, **kako pomembno je reprogramirati um**, če želiš izboljšati kakovost življenja. Na koncu vsakega poglavja sledijo predstavljene vaje, ki pomagajo bralcu razumeti delovanje koraka in kako pomembno je opazovanje samega sebe. Ko se naučimo opazovati, lažje prepoznamo nezdrave navade v lastnem vedenju.

Mogoče je ta knjiga prava pot okrevanja za vse tiste, ki se želijo s pomočjo dvanajstih Russellovih korakov osvoboditi svoje zasvojenosti.

Sporočevalca izdaja Združenje invalidov – Forum Slovenije, Linhartova 3, p.p. 2539, 1109 Ljubljana

Glavni in odgovorni urednik: Borut S. Pogačnik

Tajnica uredništva: Katarina Lukešević

Telefon: 041/381-679

e-naslov: info@zifs.si

Mednarodna standardna serijska številka: ISSN 2630 – 3639

Z odločbo Ministrstva za kulturo z dne 16.12.2020 je elektronski medij »Sporočevalca« v razvidu medijev pod zaporedno številko 2378.

Uredniški odbor sestavljajo: Borut Sever (FIHO), Luka Pavlin (ZDSSS), Anton Petrič (ZDGNS), Jože Globokar (ZPS), Anja Pišlar (Zveza Sožitje), Pavel Kranjc (ZMS), Drago Perko (Zveza ŠIS – SPK), Jože Ocvirk (Društvo za zdravje naroda), Irena Vovk Terčič (Zveza Sonček so.p.), Niko Kostjukovskij (predstavnik bralcev)