

PRISLUHNIMO TIŠINI: MLADI PREMKAJO MEJE ZNAKOVNEGA JEZIKA

Vlasta Tifengraber



Foto: Prisluhnimo tišini

Svet, v katerem lahko gluhi povsod uporabljajo znakovni jezik, je slogan letošnjega mednarodnega dneva gluhih. Zato smo obiskali mlado Špelo Rotar, saj tudi ona premika meje znakovnega jezika.

Kljub svoji gluhoti se je zaposlila kot natakara v znani ljubljanski kavarni in tako širi svet, v katerem lahko **vsi gluhi uporabljajo znakovni jezik.**

Obiskali smo tudi **skupino za razvoj slovenskega znakovnega jezika**, ki je zaslužna za več kot 25.000 kretenj, uradno zapisanih v slovarju slovenskega znakovnega jezika.

Več izveste v tokratni novi oddaji Prisluhnimo tišini, ki bo na **sporedu v petek, 6. oktobra ob 14.45 uri na TV SLO 1.**

Oddaja je že dostopna preko linka: <https://www.rtv slo.si/rtv365/arhiv/174990138?s=tv>

POPLAVJENCI PRIČAKUJEJO STANOVANJA

Katarina Lukešević



Direktor sklada mag. Črtomir Remec

Foto: B.P. – ZIFS 2023

Ob zadnjih poplavah, smo tudi v naši Dežurni psihosocialni službi za pomoč in oporo ranljivim skupinam ter še zlasti invalidom, **zaznali vrsto vprašanj in veliko misli obupa ljudi, ki jim je odplavilo domove** in zdaj nimajo kam.

Zdelo se nam je primerno, da o tem povprašamo **prvega moža Stanovanjskega sklada RS, javnega sklada mag. Črtomira Remca**, ki bo tako gost naše kontaktne oddaje **Odprta dlan** v sredo, **4. oktobra**, in bo odgovarjal na vsa vprašanja poslušalk in poslušalcev v času med **10.30 in 11.15 uro**. Telefonska številka za stike je **01 786 0 400**. Frekvence Radia Zeleni val so: **93,1, 96,2 in 97 MHz**.

Dobro je, da oddajo vodi Borut Pogačnik, ki je v skoraj dveh mesecih odlično seznanjen z vsemi problemi poplavljenec in tako verjetno ne bo izostalo nobena pomembna tema, kar zadeva prihodnje bivanje teh nesrečnih ljudi. Prisluhnite zanimivi oddaji, saj so bile poplave letos naša nacionalna nesreča.

NIČ KAJ DRUGAČNI OD DRUGIH – 40. OBLETNICA ZVEZE SONČEK



Foto: Zveza Sonček

Zveza Sonček letos praznuje **40. obletnico delovanja**. Na prireditvi, ki bo potekala v četrtek, **5. oktobra ob 17. uri**, v Kongresnem centru Brdo, bodo med drugim podelili tudi zlate znake in priznanja. Slavnostna govornika bosta dr. Jasna Murgel, predsednica Zveze Sonček in Marko Lotrič, predsednik Državnega sveta RS in častni pokrovitelj te prireditve. Nastopali bodo Vlado Kreslin, Plesna skupina Sonček iz Maribora, Plesna skupina Sonček iz Celja, Nal Frankovič in Eva Rošar, Jernej Horvat in Pevski zbor »Men se poje«.

ŽE MALČKI DOBIVAJO STOME Borut Pogačnik



Irena Kalan

Foto: Radio Zeleni val

Izjemno zanimiva oddaja o **izločalnih stomah**, je verjetno presenetila marsikakšnega poslušalca, saj običajno niti ne pomislimo, da **že dojenčki lahko dobijo stome**, zaradi prekratkega tankega črevesa ali drugih težav s prebavili.

Gostja **Irena Kalan** je že zelo zgodaj v svoji mladosti zbolela na črevesju in je pri svojih 42. letih dobila tudi stomo, zato je ena najboljših pripovedovalk o življenju oseb s stomo v našem prostoru. Samo korak nas morda loči od dejstva, da lahko jutri zbolimo tudi vsi tisti, ki menimo, da smo neskončno zdravi in da se nam ne more nič pripetiti.

Oddaji lahko prisluhnete v arhivu Radia Zeleni val na linku: <https://soundcloud.com/radiozelenival/odprta-dlan-irena-kalan-drustvo-ilco>

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 20. marca 2020 naprej in je v tem času pomagala že več kot tisoč ljudem.

Poberek iz dežurne svetovalne službe:

POJAVLJA SE NEVROTIČNA TESNOBA

- V primeru žrtev poplav ugotavljamo, da je v začetku ujme obstajala normalna tesnoba. Zahtevala je hitro ukrepanje. Ljudje so bili dejavni. Pomagali so sebi in drugim, da rešijo, kar se rešiti da.

V sedanjem času, pa se je pojavila brezizhodna situacija, ko jim politiki govore danes eno, jutri drugo. Čustveno stanje se je zdaj povsem spremenilo. Sposobnost opažanja, se je zamračila. Panika je z

približevanjem zime vse močnejše. Ljudi je preprosto strah. Vse to vodi do razosebljenosti in brezvoljnosti. Medtem ko je prva tesnoba koristna, ker nam pomaga, da uspešno rešimo situacijo, ki nas ogroža, pa je druga, ki jo imenujemo nevrotična, povsem destruktivna.

Pri drugi gre za dejansko izgubo lastnega sveta, lastne osebnosti. Nastaja zaradi ogroženosti tistih vrednot s katerimi so se ti ljudje do zdaj poistovetili. Ne vem, ali se naši odločevalci-politiki sploh zavedajo, da gre pri tem za globljo zadevo. Ogrožene so družbene, čustvene in moralne vrednosti, s katerimi so se ti ljudje - žrtve poplav do zdaj identificirale.

Gre za očitne znake PTS - posttravmatskega sindroma, ki ga običajno zaznamo pri udeležencih vojn. Nič drugače pa ni pri tistih, ki so izgubili domove in vse, kar so desetletja, varčevali ali pa morajo celo plačevati draga posojila.

Naša dežurna služba, je velika opora vsem takim. In, kot je zadnjič rekla ženska s Koroškega: «Še dobro, da imamo vas«!

- Velikokrat slišimo od ljudi, ki niso bili žrtve poplav ali covida, da si praktično ne upajo živeti. Nekateri zaradi nevrotičnih simptomov, ki jih preganjajo že od mladosti. Drugi zaradi bojazni pred prihodnostjo, češ kaj vse še bo, če je že zdaj tako. Skratka, v bistvu gre pri obeh skupinah za imitacijo življenja.

Obema skupinama je že v Antiki odgovoril grški filozof Aristotel, ko je rekel: »Ne življenje kot tako, ampak dobro življenje je potrebno ceniti«! In prav to - dobro življenje, si ne znamo velikokrat predstavljati, četudi nam nič ne grozi, samo lastne bojazni. Tega je v naši lepi Sloveniji več, kot bi si mislili in pričakovali.

- Klical Andrej iz bližine Kamnika glede zasvojenosti svojega sina (17), ki dobesedno visi na pametnem telefonu tudi po 10 ur na dan. Šolski uspeh pa je enak prejšnji številki, če odvezamo ničlo. Zanima ga, kaj sploh storiti, saj je postal popolni odvisnik?

Andrej je le eden od tisočev staršev, ki se sooča s temi težavami pri nas. Na nas so se že obračali tudi mladi. Med njimi tudi osebe z invalidnostmi.

Moja hrvaška kolegica -pedagoginja Agnes Jelačić svetuje staršem v petih korakih naslednje:

1. Starši smo zgled, zato se moramo sami odlepiti od telefonov in igralnih konzol
2. V stanovanju boste določili skupni prostor, kamor boste prav vsi odlagali telefone. Vsaj uro pred spanjem, otrok ne more in ne sme več uporabljati telefona
3. Želja lastnikov omrežij je, da so ekrani čimbolj pisani, ker bolje zasvajajo in vabijo k uporabi. Zato jih bomo "razbarvali" v črnočelo nastavitvev
4. Z otrokom ali odraslim, se je potrebno dogovoriti, koliko minut na dan, bo smel uporabljati aparat. Mogoče skozi teden 60 in ob koncu tedna 90 minut na dan
5. Primerno otrokovi starosti izberite samo eno platformo na katero otrok sme. Vnesite aplikacijo prepovedi brez vašega dovoljenja. Večkrat preverite, kdo so otrokovi "prijatelji". Skupaj z otrokom jih omejite na sošolce, sorodnike in vam znane otrokove prijatelje.

Pri teh korakih bodite strogi do otroka in sebe. Drugi rešitev preprosto ni!

70 LET DOMA UPOKOJENCEV IZOLA Kolektiv Doma upokojencev Izola



Foto: Dom upokojencev Izola

Dom je tam, kjer čutimo varno zavetje, v njem se ustvarjajo spomini, pišejo zgodbe. Iz njega se sliši smeh, včasih jok, tolažba bližnjega.

Tudi naš Dom poskuša biti **stanovalcu tisti topel objem, ko ga potrebuje**. Naše osebe se vselej trudi, da poudari pomembnost vsakega izmed njih. Skupaj smo velika družina.



Foto: Spominčica – Alzheimer Slovenija

Ob 70. obletnici in tednu starejšega občana bomo v Domu upokojencev Izola za svojce naših stanovalcev **v mesecu oktobru pripravili niz predavanj in delavnic** (teme: **demenca, nega starostnika, motnje pri požiranju**). Točni datumi in naslovi bodo objavljeni na naši spletni strani.

OBDANI S POZITIVNO ENERGIJO Katarina Lukešević



Na dopoldanskem sprehodu

Foto: A.P. – ZIFS – september 2023

Lepe sončne dopoldneve izvajalca Anton in Slava izkoristita za **sprehode in druženje z uporabniki** programa Veriga psihosocialne oskrbe in druženja v Juršincih. Po krajšem četrtkovem sprehodu pa so se odžejali z vodo, nekateri pa so se med klepetom tudi okrepčali s kavo ali sokom. Na koncu so se vsi strinjali, da so ponovno preživeli dopoldan v odlični družbi.

PRISLUHNIMO TIŠINI: (NE)KEMIČNA ODVISNOST: KAKO DO REŠITVE? Vlasta Tifengraber



Foto: Prisluhnimo tišini

Zasvojenost z alkoholom, drogami, igranjem videoiger, spletno pornografijo ali denimo s trgovanjem s kriptovalutami je **velik družbeni problem**. Do zasvojenosti pogosto privedejo osebne stiske, družbeni pritiski, invalidnost in nezmožnost reševanja težav.

Več izveste v tokratni oddaji Prisluhnimo tišini, ki bo na **sporedu v soboto, 7. oktobra ob 15.15 uri na TV SLO 1 in v petek, 13. oktobra, ob 14.35 uri na TV SLO 1.**

DRUŽINA IZDELKOV ZA BOLJŠO RAST

KNAUF INSULATION
Green Solutions

urbanscape



50%
manj
zalivanja!

Urbanscape[®]

družina izdelkov za boljšo rast

Izdelki Urbanscape[®] zagotavljajo optimalno vlažnost in zračnost v zemlji in s tem omogočajo:

- boljša rast**
 - Močnejši in bolj razvejan koreninski sistem.
 - Več cvetov.
 - Večjo zeleno maso rastlin.
 - Povečano število socvetij.
- manj zalivanja**
 - Z njihovo uporabo se podaljšajo intervali med zalivanji tudi za do 50 odstotkov.
 - Presežna voda se shrani in sprošča postopoma, zemlja pa ostane lahka in zračna.
- enostavna uporaba**
 - Preprosto zmešajte in položite izdelke Urbanscape[®] v zemljo in že ste ustvarili odlične pogoje, ki rastlinam zagotavljajo kisik in potrebno vlago za boljšo rast.
- okolju prijazno**
 - Izdelki Urbanscape[®] so neškodljivi in okolju prijazni.
 - Z uporabo izdelkov Urbanscape[®] varčujemo z vodo in pomagamo ohranjati naš planet.



Vmešamo v zemljo v razmerju 1:5

Knauf Insulation d.o.o. | Trata 32, 4220 Škofja Loka, Slovenija | Telefon: 01 5005 194 | info@grow-at-home.com | www.grow-at-home.com

BORUT SEVER BO PREDSTAVIL ČETRT STOLETJA FIHO Borut Pogačnik




Borut Sever, predsednik FIHO

Foto: arhiv ZIFS

Pred proslavo 25. letnice FIHO, ki bo v torek, 10. oktobra, v ljubljanskem MONS-u, bo direktor **FIHO Borut Sever** v oddaji **Odprta dlan** na Radiu Zeleni val predstavil **delovanje fundacije v zadnjih 25. letih**. Oddaja bo tudi tokrat kontaktna, kar pomeni, da lahko v ponedeljek, **9. oktobra**, v času med **10.30 in 11.15 uro** pokličete na telefonsko številko **01 786 0 400** ter gostu zastavite tudi vprašanja, svoja stališča in mnenja o delovanju fundacije v zadnjih letih. Oddajo lahko poslušate na frekvencah Radia Zeleni val, ki so: **93,1, 96,2 in 97 MHz**.

SISTEMSKA UREDITEV SINDROMA FIBROMIALGIJE IN KRONIČNE RAZŠIRJENE BOLEČINE

Katja Podgoršek



Društvo za fibromialgijo vabi na okroglo mizo

Sistemsko urejanje sindroma fibromialgije in kronične razširjene bolečine

S podatki do boljšega položaja bolnikov

V sredo, 11. oktobra 2023
od 15. do 19. ure
Jakopičeva dvorana, Miklošičeva cesta 24, Ljubljana (ZZZS)
v živo in preko ZOOM-a

Program predavanj:

- **KAJ LAHKO RAZBEREMO IZ MEDICINSKE DOKUMENTACIJE OSEB S KRONIČNO NERAKAVO BOLEČINO, PRI KATERIH JE PREDVIDENA NAPOTITEV NA INVALIDSKO KOMISIJO?**
Helena Jamnik dr. med., spec. fizikalne in rehab. medicine (URI Soča)
- **PREGLED STANJA ZAČASNE ZADRŽANOSTI OD DELA IN ALGORITEM OCENE DELAZMOŽNOSTI ZA BOLNIKE S FIBROMIALGIJO**
Mario Bartolac, dr. med., spec. druž. medicine (ZZZS) in Andreja Stušek, dr. med., spec. druž. medicine
- **VKLJUČEVANJE MLADIH S KRONIČNO BOLEČINO NA TRG DELA**
Tina Rozman, dr. med., spec. medicine dela in športa (URI Soča)
- **IZKUŠNJE SOCIALNE DELAVKE PRI DELU Z OSEBAMI S FIBROMIALGIJO**
Alma Malkoč, univ dipl. soc. del. (URI Soča)
- **EKONOMSKO BREME FIBROMIALGIJE: PREGLED LITERATURE**
mag. Eva Helena Šarec, univ. dipl. ekon. (UMAR; Društvo za fibromialgijo)
- **PILOTNI PROJEKT - POSODOBITEV OBRAVNAVE KRONIČNE MIŠIČNO SKELETNE BOLEČINE NA PRIMARNI RAVNI**
dr. Suzana Pustivšek, prof. športne vzgoje, kineziologinja (NIJZ)

Na dogodek se je potrebno prijaviti. Prijava v živo: do zasedenosti prostih mest.	Prijava: KLIKNI	Za vse, ki se ne morete udeležiti v živo, se bo dogodek v živo predvajal na spletni aplikaciji Zoom.
--	------------------------	--

Dodatne informacije na: info@drustvo-fm.si Tehnična podpora: Stičišče središče, Zavod Nefiks
Udeležba na dogodku šteje za strokovno izobraževanje s podelitvijo licenčnih točk zdravniške zbornice.

Za boljše življenje bolnikov s fibromialgijo

Društvo za fibromialgijo | Celovška cesta 160, 1000 Ljubljana | DŠ: 67543979 | MŠ: 1929925000 |
TRR: SI56 6100 0001 3299 532, odprt pri Delavski hranilnici d. d.

Foto: Društvo za Fibromialgijo

Dogodek bo potekal hibridno (v živo in po Zoom-u) v sredo, **11. oktobra**, v Jakopičevi dvorani na Miklošičevi cesti 24 v Ljubljani. Na okrogli mizi z naslovom **Sistemsko urejanje sindroma fibromialgije in kronične razširjene bolečine** sodelujejo:

- Helena Jamnik, dr. med., spec. fiz. in reh. med. (URI Soča),
- Mario Bartolac, dr. med., spec. druž. medicine (ZZZS) in Andreja Stušek, dr. med., spec. druž. medicine,
- Tina Rozman, dr. med., spec. medicine dela in športa (URI Soča),
- Alma Malkoč, univ dipl. soc. del. (URI Soča),
- mag. Eva Helena Šarec, univ. dipl. ekon. (UMAR; Društvo za fibromialgijo) in
- dr. Suzana Pustivšek, prof. športne vzgoje, kineziologinja (NIJZ)

Dodatne informacije na: info@drustvo-fm.si

MEDNARODNI DAN GLUHIH LETOS V VELENJU

Urška Jakop



Župan MOV sprejel predsednike in strokovne delavce društev



Tudi gluhi plešejo

Foto: MDGN Velenje

Medobčinsko društvo gluhih in naglušnih Velenje je 31. marca 2023 **obeležilo 60. let svojega delovanja**. V vseh teh letih je društvo skokovito napredovalo. Sedaj deluje na območju desetih občin Šaleške in Zgornje savinjske doline ter šteje okrog 460 članov. Društvo je za osebe z okvaro sluha na nek način njihov drugi dom. Omogoča jim razvijanje pozitivne identitete, uporabo svojega maternega jezika, druženje s sebi enakimi in bolj kakovostno življenje.

Ob tem okroglem jubileju je društvo prevzelo tudi organizacijo **Mednarodnega dneva gluhih**. Gre za pomemben dogodek v svetovnem merilu, saj ga **gluhi proslavljajo tretjo soboto v septembru po vsem svetu**. To je največji praznik za gluho skupnost tudi v slovenskem prostoru. Na manifestaciji, ki jo vsako leto gosti drugo društvo, se zbere prek **500 oseb z okvaro sluha, strokovnih delavcev, tolmačev in njihovih družin iz vse Slovenije**. Na osrednji kulturni prireditvi, na katero so vabljeni tudi pomembni politični odločevalci, se širšo javnost **opozori na nevidno invalidnost – gluhoto in kulturo gluhih**. To je tudi priložnost, da se izpostavi težave in probleme, ki jih še vedno imajo osebe z okvaro sluha v vsakdanjem življenju.

Slogan letošnjega Mednarodnega dneva gluhih je bil: **ZMOREM KOT DRUGI, ŽE IMAM VELIKO, A ŠE POTREBUJEM PODPORO.**

V namen ozaveščanja širše javnosti o okvari sluha je MDGN Velenje v tednu med 25. septembrom in 30. septembrom 2023 **pripravilo niz dogodkov**:

Mednarodni teden gluhih je društvo pričelo z otvoritvijo razstave ročnih del članov društva. Med 25. septembrom in 29. septembrom 2023 je potekal tečaj slovenskega znakovnega jezika. 26. septembra je društvo pripravilo dan odprtih vrat, v sredo 27. septembra okroglo mizo o problematiki okvare sluha, v četrtek 28. septembra je bila organizirana tiskovna konferenca za medije. Vrhunec pa so dogodki dosegli v soboto, 30. septembra 2023, s slavnostno akademijo, ki je potekala v domu kulture Velenje.

Skozi program je društvo pokazalo, **kaj vse osebe z okvaro sluha kljub izgubi sluha, zmorejo**. Prikazali so pomanjkljivosti nekaterih že priznanih pravic. Na koncu pa opozorili državo na pereče probleme in predstavili dejstva in kaj vse je še potrebno storiti, da bodo osebe z okvaro sluha čim bolj enakopravne:

- povečevanje deleža podnaslovljenih vsebin na RTV in TV,
- oprema sodnih dvoran s slušno indukcijsko zanko in podnapisi,
- zagotavljanje tolmačev na vseh nivojih, ki jih našteva Zakon o uporabi slovenskega znakovnega jezika,

- finančna podpora staršem otrok s PP,
- priznanje zmanjšane davčne osnove za prejemnike komunikacijskega dodatka,
- priznanje gluhotе kot 100% telesne okvare in pridobitev invalidnine,
- normativni akt, ki ureja gluhoslepoto,
- povečevanje stopnje dostopnosti blaga in storitev,
- sistemski postopek verifikacije poklicnih bolezni,
- storitve socialnega vključevanja za gluhe in gluhe z MDR,
- posamezniku prilagojena podpora za gluhoslepe otroke in otroke izven vrtca,
- dopolnitev seznama tehničnih pripomočkov,
- učenje znakovnega jezika v institucijah,
- zmanjšanje razlik v izobrazbeni ravni, večja konkurenčnost na trgu dela, večja primerljivost z razvitimi državami,
- vzpostavitev celovite rehabilitacije za otroke z izgubo sluha,
- preprečevanje socialne izoliranosti gluhih v socialno varstvenih zavodih s podaljševanjem bivanja v domačem okolju in koncentriranjem oseb z izgubo sluha v isti ustanovi ali nadstropju,
- dokončna ureditev standardizacije slušnih aparatov.

Prireditvev je imela dodatno težo zaradi pomembnih gostov, ki so se odzvali povabilu. Navzoče je najprej nagovoril župan Mestne občine Velenje (MOV), Peter Dermol. Prisotnih je bilo kar sedem županov Šaleške in Savinjske regije. Navzoče je nagovoril tudi Varuh človekovih pravic, Peter Svetina in na koncu tudi predsednica DZ, Urška Klakočar Zupančič. Upamo, da se bodo obljube realizirale in tako osebam z okvaro sluha omogočile bolj kakovostno in enakopravno življenje.

OB 40. LETNICI REVMATIKOV Katarina Lukešević

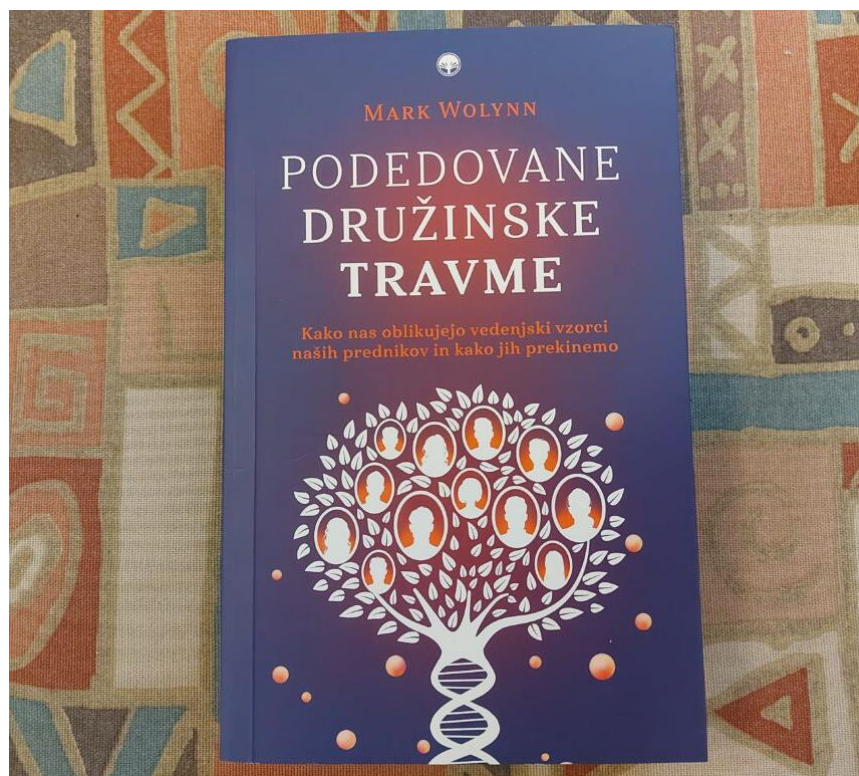


Franc Špegel, predsednik

Foto: arhiv ZIFS

V oddaji **Sončni žarek** za invalide na **Radiu Celje**, ki jo že več kot 20 let vodi Borut Pogačnik, bo kot gost oddaje tokrat nastopil **Franc Špegel**, predsednik Društva revmatikov Slovenije, ki bo predstavil **delovanje društva od začetka pa do današnjih dni**. Oddajo bomo posneli ta petek, Radio Celje pa jo bo predvajal v nedeljo, **8. oktobra**, med **18.15 in 18.45 uro** na frekvencah radia: **95,1, 95,9, 100,3 in 90,6 MHz**.

KNJIŽNA NOVOST
PREDNIKI SO NAM TLAKOVALI NAŠA ŽIVLJENJA
Borut Pogačnik



Založba Primus, strani 284, 27,00 eur

Foto: Katarina Lukešević

O prenosu družinskih travm tudi na področju psihoterapije, do zdaj nismo veliko govorili. Samo tisti, ki nas ta področja zelo zanimajo, smo se morda seznanili, da je **Léopold Szondi** že leta 1937 odkril družinsko Nezavedno, ki poleg individualnega Nezavednega Sigmunda Freuda iz leta 1900 in kolektivno Nezavednega Carla Gustava Junga 1918, igra tudi odločilno vlogo pri oblikovanju vsakokratne osebnosti. Léopold Szondi je ostal na zaprašenih policah psihoterapevske literature, praktično vse do danes. Nihče v Sloveniji o tem ne ve ničesar, kar sem tudi sam preveril v pogovorih z znanci in poznavalci tega področja.

Dr. Ivan Nastović je bil praktično edini takratni jugoslovanski psihoterapevt, ki je v času svojega študija v Švici celo srečal L. Szondija in ta del družinskega Nezavednega opisal tudi v svojih delih. Bil je tudi gost moje oddaje na takratni TV Paprika po letu 2004, vendar, žal, takrat ta televizija ni snemala oddaj na računalniške diske in se je sled za to oddajo povsem izgubila.

Mark Wolynn L. Szodnija ne omenja, vendar pa svojo knjigo, ki je izšla pri **Založbi Primus** v celoti namenja družinskim travmam, ki se po genetski poti prenašajo iz roda v rod, ali pa tudi na način podedovanja iz kolektivno Nezavednega (po C. G. Jungu). Verige DNK imajo namreč sposobnost, da reagirajo na vsakršne zunanje vplive, kar je tudi zelo dobro opisal v nekih drugih delih **Bruce H. Lipton**, kot recimo v knjigah Učinek medenih tednov (Primus, 2014) in Biologija prepričanaj (Primus, 2019). Vse pa v smislu tako imenovane **epigenetike**.

Wolynnovo delo **Podedovane družinske travme**, je potrebno prebrati vsakomur, ki želi spoznati, česa rezultat je njegova osebnost in kako lahko to, kar je on, vpliva na njegove otroke in celo vnuke. Knjigo, ki obsega 284 strani, boste lahko hitro prebrali, saj je pisana v poljubnem, čisto nič strokovnem jeziku in vam je lahko **kompas v razumevanju vaših prednikov**, zaradi morebitnih travm vojn, nesoglasij in celo umorov ter drugih nasilnih dejanj, katerih so bili ti akterji ali pa samo objekti.

NAMENITE 1% DOHODNINE ZDRUŽENJU INVALIDOV – FORUMU SLOVENIJE

Zakon o dohodnini omogoča vsakemu zavezancu, ki plačuje dohodnino v Sloveniji, da se sam odloči, kateri nevladni organizaciji (društvu, zavodu, ustanovi) bo **namenil za delovanje svojo 1% odmerjeno dohodnino**. Če jo izrecno ne boste namenili nekemu, bo vaš procent ostal v državnem proračunu. **Združenje invalidov – Forum Slovenije (ZIFS) bo namenjena sredstva uporabil za delovanje posebnih socialnih programov v letu 2024.**

Kako lahko donirate?

Tisti, kateri imate kvalificirano digitalno potrdilo, lahko obrazec oddate preko sistema eDavki - <https://edavki.durs.si/EdavkiPortal/OpenPortal/CommonPages/Opdynp/PageA.aspx> (izberete obrazec Doh-Don Zahteva za namenitev dela dohodnine za donacije) ali pa izpolnite posebni obrazec na naslednji strani »Zahteva za namenitev dela dohodnine za donacijo«, ki ga pošljete na svoj pristojni finančni urad. **Pod ime oziroma naziv upravičenca prosim napišite Združenje invalidov – Forum Slovenije, naša davčna številka upravičenca je 85295892, Odstotek 1. Podpisani obrazec ni potrebno oddajati vsako leto, saj velja do preklica!**

Vse informacije in **obrazec za izpolnjevanje** boste našli na sledeči povezavi:

https://edavki.durs.si/EdavkiPortal/openportal/CommonPages/Opdynp/PageD.aspx?category=namenitev_dela_dohodnine_fo

PODATKI O DAVČNEM ZAVEZANCU:

_____ (ime in priimek)	_____ (davčna številka)
_____ (podatki o bivališču: naselje, ulica, hišna številka)	_____ (elektronski naslov)
_____ (poštna številka, ime pošte)	_____ (telefonska številka)

ZAHTEVA za namenitev dela dohodnine za donacije

upravičencu:

Ime oziroma naziv upravičenca	Davčna številka upravičenca	Odstotek (%)

šolskemu skladu oziroma skladu vrtca:

Ime oziroma naziv šolskega sklada ali sklada vrtca	Davčna številka šolskega sklada	Odstotek (%)

V/Na _____, dne _____

_____ podpis zavezanca/ke

O KRIŽANJU IN KRIŽU

Zoran Radonjić »Žonki«



Grb mesta Ptuj

Foto: ptuj.si

INRI je napis na tablici vrh križa, ki ironično označuje razpetega Kristusa. Črke INRI so začetnice naslednjih besed (v latinščini): **Iesus Nazarenus Rex Iudaeorum** (Jezus Nazarečan, kralj Judov).

Križanje kot način usmrčitve naj bi prvi uporabljali **Perzijci** in njim sorodno ljudstvo **Medijci**. **Rimljani** so na tak način usmrčevali sužnje, zločince in upornike. Kako so križali rimski rablji? Najprej so v tla zabili bruno ali desko in nanj(o) pritrčili prečno desko, nato pa žrtev pribili na križ. 17 do 20 cm dolga vojaška žebelja so zabili v žrtvini roki. Da bi bolje držala, so na zapestju ali dlani namestili deščici in potem zabili žeblja.

Tretji in zadnji žebelj, spet z deščico, so zabili skozi oba gležnja. Ko je telo lezlo dol, je pritiskalo na prsni koš in človek je poskušal zmanjšati pritisk z nožno oporo (tako da je stal na žeblju, zabitem skozi gležnja) – mučenje je postalo za hip manj grozno. Pritisk na pljuča se je zmanjšal in lahko je zadihal na križu (če bi žrtev na križu le visela, bi zaradi zadušitve hitro umrla). Čez čas je postala bolečina neznosna, žrtev je spet omedlela in vse se je začelo znova, pekel se je ponovil.

To je bilo zelo počasno in mučno umiranje in krepak moški naj bi zdržal vsaj 72 ur, preden je nastopila smrt. Rimljani so **po zadušitvi Spartakovega upora** leta 71 pr. Kr. ujetim upornikom namenili strahotno kazen.

Ob **cesti Via Appia**, ki je peljala iz Rima do Kapue, se je zgodila strašna morija. Ta cesta je bila, kakor bi danes rekli, nekakšna rimska avtocesta, po kateri je na dan potovalo na tisoče ljudi. Na šest tisoč križev so pribili ujetnike, ki so umirali v hudih mukah v opomin drugim, da se ne bi več upirali. Trupel država ni pokopala, temveč jih je kar pustila, da so razpadala.

Križ je **glavni simbol krščanstva**, simbol Jezusovega križanja. Izraža Jezusovo ljubezen do ljudi in smrt za njihove grehe. Relativno veliko današnjih držav, dežel in mest ima na svojih zastavah in / ali grbih križ.

Države, ki imajo križ na svojih zastavah, so: Švica, Grčija, Slovaška, Združeno kraljestvo (tudi Anglija in Škotska), Švedska, Norveška, Danska, Finska, Islandija, Ferski otoki, Srbija, Malta, Gruzija, Avstralija, Nova Zelandija, Tonga, Fiji, Dominikanska republika.

SLEPI IN SLABOVIDNI PLANINCI DOKONČALI SLOVENSKO PLANINSKO POT Manca Ogrin



Foto: Manca Ogrin

Sledili so svojim sanjam in stopali naprej z odločnim korakom, čeprav niso videli poti. Tako so skupaj **izvedli 140 pohodov, prehodili več kot 97.500 kilometrov in osvojili tudi Triglav**. S skupnimi močmi so premaknili meje mogočega. Z odtisom zadnjih dveh planinskih žigov, v Ankaranu in na Debelem rtiču, so inPlaninci v soboto, **23. septembra**, sklenili prostovoljski projekt **Slepi in slabovidni planinci po Slovenski planinski poti**. Ta je od 8. februarja 2020 do danes po Slovenski planinski poti (SPP) popeljal **več kot sto slepih in slabovidnih planincev**, ki so jim planinska doživetja omogočili spremljevalci. Pridružili so se jim inPlaninci **z okvaro sluha, gibalno ovirani in nevrorazličnih AMA**. Tako se je na inkluzijskem pohodu ob prazniku slovenskega športa na Obali zbralo več kot 300 inPlanincev in njihovih spremljevalcev iz vse Slovenije, pa tudi gostje iz Hrvaške in Italije.

Slepi in slabovidni planinci so prva žiga na Slovenski planinski poti, na Mariborski in Ruški koči na Pohorju, odtisnili **8. februarja 2020**, zadnja dva, v Ankaranu in na Debelem rtiču, pa **23. septembra 2023**, v letu, ko ta pot - najdaljša in najbolj priljubljena vezna pot v Sloveniji ter ena najstarejših v Evropi in svetu - praznuje 70 let. V dobrih treh letih in pol se je po SPP podalo več kot sto slepih in slabovidnih, ki jih je na poteh spremljalo 155 spremljevalcev (planinski vodniki, gorski vodniki, alpinisti, gorski reševalci, spremljevalci), ki so v projektu sodelovali prostovoljno. V 156 dneh so izvedli 140 pohodov, trije pohodi so bili dvodnevni.

S podporo planinskih vodnikov in spremljevalcev so se povzpeli na številne zahtevne vrhove in med pohodi stkali mnogo prijateljstev, v najžlahtnejšem spominu pa jim bo ostal vzpon na Triglav. Na najvišji vrh Slovenije se je 18. julija 2023 **povzpelo 19 slepih in slabovidnih, štirje nevrorazlični in gluhi pohodnik**, spremljali so jih planinski vodniki, alpinisti in drugi spremljevalci.

Piko na i svojemu trudu in vztrajnosti so postavili 23. septembra, ko je na inkluzijskem pohodu pot od Ankarana do Debelega rtiča premagalo več kot 300 slepih in slabovidnih planincev, oseb z okvaro sluha, gibalno oviranih, nevrorazličnih AMA, prostovoljcev, njihovih spremljevalcev in družinskih članov. Tako so obeležili tudi 70 let Slovenske planinske poti, 130 let Planinske zveze Slovenije, dan slovenskega športa in mednarodni dan znakovnih jezikov.

Celoten zapis si lahko preberete na povezavi: <https://www.pzs.si/novice.php?pid=16590>

BOLNIKI SO NAŠA PRVA SKRB

Gregor Cuzak



Foto: arhiv ZIFS

Vsem društvom, ki želijo spoznati nekatere izmed najbolj priznanih slovenskih zdravnikov obveščamo, da lahko prisostvujejo **XII. Konferenci slovenskih zdravnikov iz sveta in Slovenije** z mednarodno udeležbo, ki bo v četrtek, **5. oktobra** od 13. ure naprej, in naslednji dan, **6 oktobra**, ves dan.

Na konferenci bodo postavljena nekatera temeljna vprašanja:

- o poslanstvu zdravnikov,
- o organizaciji slovenskega zdravstvenega sistema in
- drugo.

Organizatorji te zanimive konference so Slovenski svetovni kongres, predsedniki in vodstva slovenskih društev pacientov ter drugi.

V četrtek, **5. oktobra med 13. in 14.15 uro**, pa bodo **Matevževi dnevi**. Ti so posvečeni prezgodaj preminulemu ortopedu, dr. Matevžu Gorenšku. Tema predavanja pa bo prav **zdravje hrbtenice** preko linka: <https://app.sli.do/event/j3qnr6aGDvP4SiBCLnvyV1/live/questions>

Sicer pa bosta letos še dva pomembna dogodka v organizaciji **Zveze organizacij pacientov Slovenije** in to **16. novembra ter 9. decembra**, o čemer pa vas bomo predtem še posebej seznanili.

ČE VAS ZANIMA UČENJE ZNAKOVNEGA JEZIKA, STE NA PRAVEM MESTU!

Katarina Lukešević

The poster features a dark blue background on the left with the title 'TEČAJ SLOVENSKEGA JEZIKA' in large, bold, yellow letters. Below the title, there are three paragraphs of white text. On the right side, there is a photograph of two hands, one from a white-skinned person and one from a darker-skinned person, both with fingers extended as if communicating. The background of the photo is a bright orange, textured surface, possibly a knitted sweater. The overall design is clean and professional, with a clear focus on the subject of sign language learning.

TEČAJ SLOVENSKEGA JEZIKA

Tečajji so namenjeni vsem, ki se želite srečati s slovenskim znakovnim jezikom, njegovo rabo, kulturo in načinom življenja gluhih ter njihovim razmišljanjem.

Tečaje izvajajo certificirani tolmači slovenskega znakovnega jezika in gluhe osebe z opravljenim usposabljanjem za poučevanje slovenskega znakovnega jezika.

Tečajji se izvajajo na Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije, Drenikov 24, Ljubljana.

Foto: zveza-gns.si/Slovar SZJ (Facebook)

Se želite **naučiti komunicirati z gluhi in naglušni osebami** brez navzočnosti tolmača? Udeležba na **tečajih slovenskega znakovnega jezika**, je odlična priložnost za osvojitve znakovnega jezika in spoznavanje novih ljudi, s katerimi lahko vadite ta vizualni jezik, torej že naučene znake.

Oktobrski tečajji, ki jih izvaja Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije, se bodo izvajali na Drenikovi 24 v Ljubljani. Izvajali jih bodo certificirani tolmači slovenskega znakovnega jezika in gluhe osebe z opravljenim usposabljanjem za poučevanje slovenskega znakovnega jezika.

1. Začetni tečaj (SZJ 1) – sredo, 4. oktober 2023, ob 17. uri
2. Nadaljevalni tečaj I (SZJ 2) – ponedeljek, 2. oktober 2023, ob 17. uri
3. Nadaljevalni tečaj II (SZJ 3) – torek, 3. oktober 2023, ob 17. uri
4. Nadaljevalni tečaj III (SZJ 4) – ponedeljek, 2. oktober 2023, ob 17. uri preko ZOOM
5. Nadaljevani tečaj IV (SZJ 5) – ponedeljek, 2. oktober 2023, ob 19. uri preko ZOOM

Prijavnica za tečaj je na voljo na spletni strani Zveze društev gluhih in naglušnih Slovenije. Za **dodatne informacije o tečaju**, pišite ali pokličite na: aleksandra.rijavec@zveza-gns.si ali 01 500 15 04.

Sporočevalca izdaja Zdrženje invalidov – Forum Slovenije, Linhartova 3, p.p. 3534, 1116 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 »Sporočevalec« 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 (predstavniki bralcev)
Izhajanje revije podpirata Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij in Ministrstvo za kulturo.