

## DVESTO LET BRAJICE - PISAVE ZA SLEPE

Borut Pogačnik

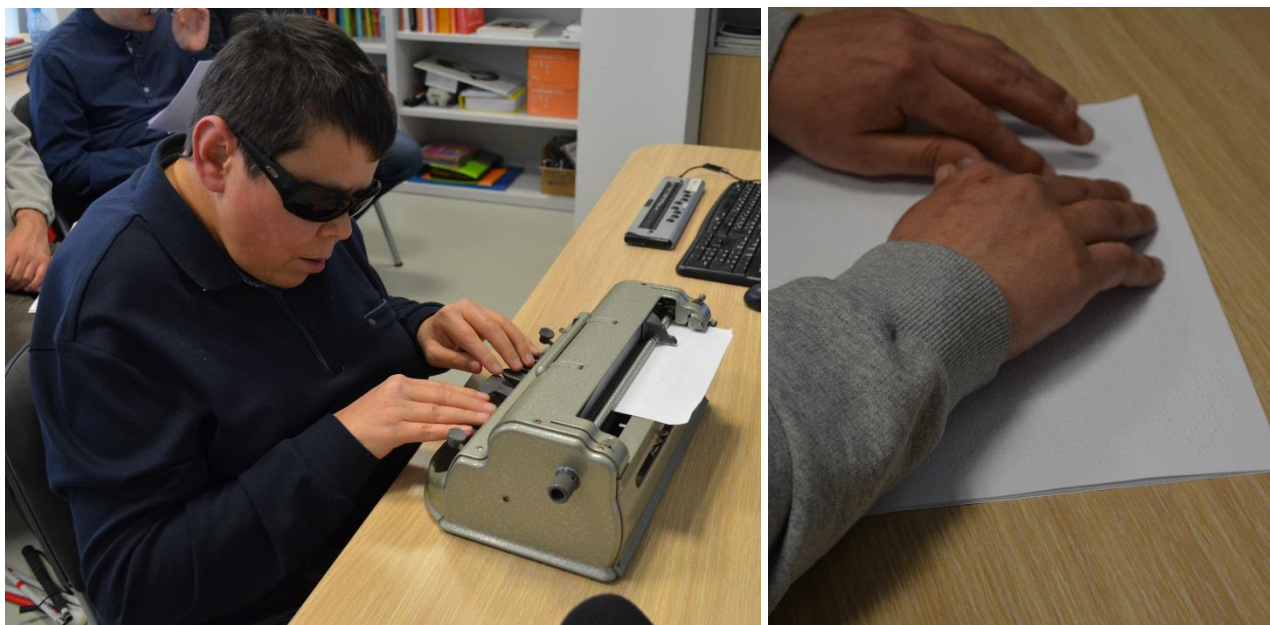


Foto: ZDSSS

Mož, ki je izumil **Braillovo pisavo** – **Louis Braille**, se je rodil 4. januarja 1809. Zaradi posledic nesreče je oslepel že kot otrok. S svojimi domislicami in bistrostjo je kazal nedvomne znake prirojene inteligence, tako da je prejel celo štipendijo francoskega kraljevega inštituta za slepo mladino.

Že v najstniških letih je razvil metodo, ki **danes slepim po vsem svetu** omogoča sporazumevanje ter dostop do vseh vrst znanja, celo do notnih in matematičnih zapisov, ki so prav tako utemeljeni na **taktilnem načinu sistema šestih povišanih točk**, ki jih lahko **otipajo s prsti**.

Sam sem bil priča, ko je nekdanji, zdaj že pokojni predsednik Zveze društev slepih in slabovidnih Slovenije **Hubert Verdnik** pred radijskim mikrofonom od enih mojih oddaj, tako hitro bral tekst, da sem ga še sam komaj dohajal. Seveda pa vsi slepi ne morejo brati tako hitro, odvisno je od starosti osebe, ko je oslepela ali, ko se je prvič učila te vrste pisave.

Louis Braille je v odrasli dobi služboval kot profesor na inštitutu in se nenehno posvečal izboljšavam svojega sistema. Zanimivo je tudi, da je bil glasbenik. Vsekakor pa vsaka vrsta pisave prispeva k inteligenčnemu razvoju nevronov v človeških možganih. Zato je **pomen brajice izjemen tudi z vidika miselnega razvoja vsake slepe osebe**, ker iz fiziologije pisanja vemo, da se hkrati z razvojem centra za pisanje, ki je v možganski skorji, hkrati trenirajo tudi drugi centri, ki pripomorejo k izkoriščenosti možganskih zmogljivosti.

Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije tako ob 4. januarju – **Mednarodnem dnevu brajice in rojstnem dnevu Louisa Braille** prireja razstavo pod naslovom **Umetnine leta**, ki so jo odprli v četrtek, 4. januarja, v Knjižnici slepih in slabovidnih Minke Skaberne na Kotnikovi 32 v Ljubljani.

Kot smo izvedeli, bo **razstava odprta do 1. marca**. V svoji poslanici in vabilu na razstavo pišejo, da si bo mogoče ogledati reprodukcije slovitih slik iz Narodne galerije, ki so bile že v letu 2023 predstavljene v časopisih in spletnih straneh zveze v rubriki **Umetnina meseca**. Slike so tam predstavljene **s kratkim opisom v brajici in hkrati z zvočnim opisom**. Tam sta razstavljeni tudi tipni reprodukciji slovite Kofetarice Ivane Kobilice in Prešernovega spomenika ter tudi tipne slikanice o galerijskem škrtu Galu.

O dvestoletnici govorimo zato, ker je Louis Braille to pisavo prvič predstavil pri svojih petnajstih letih – leta 1824, kasneje pa jo je še nadgrajeval.

Danes so z brajico označeni tudi različni izdelki, navodila za uporabo dvigal in navigacije po javnih prostorih, kar **omogoča slepim**, da so bolj samostojni in manj odvisni od pomoči drugih.

Organizacije, ki si **danes prizadevajo za spodbujanje in ohranjanje brajice**, kot piše Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije so: *Center IRIS, Knjižnica slepih in slabovidnih Minke Skaberne, Nacionalni center za celovito rehabilitacijo slepih in slabovidnih Slovenije, Zveza in njena Medobčinska društva po vsej Sloveniji.*

## VSAK TOREK: AKTIVNOST ZA OSEBE Z DEMENCO V LJUBLJANI



**Spominčica 25**  
ALZHEIMER SLOVENIJA let

**AKTIVNO DRUŽENJE  
Z OSEBAMI Z  
DEMENCO**

**Vsak torek od 10. do 15. ure**

**Center aktivnosti Spominčica**  
(Podgornikova 3, Šiška, Ljubljana)

**OBVEZNE PRIJAVE:**  
sporocila@spomincica.si

**BREZPLAČNO!**

*Foto: Spominčica – Alzheimer Slovenija*

**Vsak torek od 10. do 15. ure** se bo izvajalo tedensko **aktivno druženje** (telovadba, miselne igre, glasbene in umetniške delavnice), ki bo namenjeno **osebam z demenco v Ljubljani**. Spominčica – Alzheimer Slovenija sporoča, da bodo **brezplačno druženje** vodili strokovnjaki iz Spominčice, potekalo pa bo v Centru aktivnosti Spominčica na **Podgornikovi 3 v Šiški**.

**Obvezne prijave:** [sporocila@spomincica.si](mailto:sporocila@spomincica.si). Prijave zbirajo do petka za druženje v naslednjem tednu.

## PARAŠPORTNO LETO 2024 Drago Perko



Vse poti vodijo v Pariz

Foto: Mednarodni paralimpijski komite

V letu 2024 bodo aktivni naši parašportniki in parašportnice ter ekipe v paralimpijskih in neparalimpijskih športih. Vrhunec bodo **17. poletne paralimpijske igre**, ki bodo v Parizu med **28. avgustom in 8. septembrom**.

Parakolesar **Anej Doplihar** bo sredi januarja že v Avstraliji, kjer bo tekmoval na **cestni in kronometrski tekmi**, ki bosta šteli tudi v točkovanju za uvrstitev na paralimpijske igre. V 2. polovici januarja bomo navijali za gluhega tenisača **Marina Kegla**, ki bo nastopil na **Odprtem prvenstvu Avstralije za gluhe tenisače**. Lani je bil izvrsten drugi, tudi letos ima visoke cilje in ambicije. Nadaljeval se bo **svetovni pokal v paraalpskem smučanju**, kjer je zadnja leta uspešno tekmoval Hrušičan **Jernej Slivnik**. V tej sezoni so mu to preprečile zdravstvene težave. Bo pa karavana **svetovnega pokala v paraalpskem smučanju med 12. in 15. marcem v Kranjski Gori**, kjer bodo na sporedu štirje veleslalomi in štirje slalomi.

Marca, med 10. in 16., bo v Južni Koreji tudi **svetovno prvenstvo v curlingu**, tekmovali bodo mešane dvojice. Mesec marec bo pomemben tudi za našo reprezentanco **dvoranskega balinanja**. Med 22. marcem in 28. marcem bodo na Portugalskem v mestu Coimbra potekale **kvalifikacije za uvrstitev na paralimpijske igre v Parizu**. April prinaša novo priložnost za **naše odbojkarice**. Aktualne evropske podprvakinja bodo odpotovala na Kitajsko, kjer bo v mestu Dali med 4. aprilom in 9. aprilom potekal kvalifikacijski turnir za še zadnjo vozovnico na paralimpijske igre. Naše odbojkarice bi v primeru uspeha že četrtič zaigrale na igrah. Aprila bomo navijali za **našo paraplavalo reprezentanco**, ki bo med 21. aprilom in 27. aprilom na evropskem prvenstvu na Portugalskem.

Maj je že tradicionalno rezerviran za **največji namiznoteniški turnir na svetu**. Od leta 2004 ga gostimo v Laškem, tokrat bo I feel Slovenia Thermana Open potekal med 7. majem in 11. majem v Športni dvorani Tri lilije. V istem terminu, med 7. majem in 13. majem, bodo **gluhi kegljači tekmovali na evropskem pokalu**. Nekaj dni za tem pa sledi **otvoritev svetovnega prvenstva v paraatletiki**. Med 17. majem in 25. majem bodo najboljše in najboljši zbrani na Japonskem, v mestu Kobe.

Druga polovica meseca maja prinaša tudi **evropsko prvenstvo v paralokostrelstvu** (17. maj – 26. maj, Rim), med 23. majem in 25. majem bo Tajska gostila kvalifikacijski **namiznoteniški turnir** za uvrstitev na paralimpijske igre v Parizu. To bo sicer 2. tovrstni turnir, prvega je leta 2021 gostila Slovenija. Konec meseca maja (med 26. majem in 2. junijem) bo tudi **evropsko prvenstvo slepih in slabovidnih kegljačev**, gostitelj bo znan naknadno. **Naši ribiči** bodo 15. in 16. junija tekmovali na svetovnem prvenstvu v Bolgariji. Prvi teden junija (30. maj – 7. junij) prinaša **evropsko prvenstvo parastrelcev**, gostitelj pa španska Granda.

Z mednarodnimi dogodki pester junij bodo zaznamovali še **evropsko prvenstvo v paraplezanju** (23. -24. junij v švicarskem Villarsu), **evropsko prvenstvo gluhih v tenisu** (junij 2024, v Beljaku), **evropsko prvenstvo slepih in slabovidnih v šahu** (junij 2024, Romunija), **tekmovanje mladih parašportnikov Emil Open 2024** (junij 2024, Češka, Brno) ter **evropsko košarkarsko prvenstvo gluhih** (24. junij -6. julij, Malaga, Španija) in **svetovno prvenstvo gluhi šahistvo** (25. junij -6. julij, Srbija, Beograd). **Gluhi atleti** bodo julija v Aziji, med 12. julijem in 21. julijem bo Taipei gostil **svetovno prvenstvo**.

Avgusta velja izpostaviti **svetovno mladinsko prvenstvo slepih in slabovidnih šahistov**, točen in datum in lokacija še nista znana. Prav tako še ni znano, kdo bo avgusta letos organiziral **evropsko prvenstvo v showdownu**. Je pa jasno, da bodo **vrhunec leta zagotovo paralimpijske igre**, ki se v Parizu začnejo 28. avgusta, sklenile se bodo 8. septembra!

Tudi zadnja tretjina leta prinaša nekaj odmevnih tekmovanj. **Parakolesarji** bodo za kolajne svetovnega prvenstva tekmovali med 21. septembrom in 29. septembrom na SP v Zürichu, novembra bo **evropsko prvenstvo v športnem paraplesu**, Parana v Argentini pa bo med 3. in 7. decembrom gostila **svetovno prvenstvo v košarki 3na3**.

**V prihodnjih dneh bodo znani še točni termini in organizatorji tekmovanj:** EP v bilijardu, EP v parakarateju, srebrni ligi narodov za moške ekipe odbojke sede ter EP v košarki na vozičkih, kjer v diviziji B nastopa tudi Slovenija, ki pa v leto 2024 vstopa kot vodilna ekipa regionalni košarkarske lige NLB Wheel, ki se bo maja letos sklenila s finalnim turnirjem v Stožicah.

## PRISLUHNIMO TIŠINI: GLUHI SPREGOVORILI O DUŠEVNEM ZDRAVJU

### Vlasta Tifengraber



Foto: Prisluhnimo tišini

Leto 2023 je bilo pri nas **leto duševnega zdravja**. Duševne stiske so se zlasti po epidemiji covida-19 močno povečale, čakalne vrste pa podaljšale. Nedostopnost strokovne pomoči pri duševnih težavah **najbolj občutijo gluhe osebe**, saj potrebujejo tolmača. Zaradi vpletenosti tretje osebe pa je težko doseči terapevtski odnos..

Oddaja Prisluhnimo tišini bo na **sporedu v torek, 9. januarja ob 11.30 uri na TV SLO 1**. Oddaja je že dostopna preko **linka: <https://www.rtv slo.si/rtv365/arhiv/175013516?s=tv>**

## TRAKOVI PREPREČUJEJO ZDRS

### Borut Pogačnik

Ko se sprehajamo ali hitimo po velikih blagovnih centrih ali pa samo po temačnih stopnicah predmestja, se nam lahko velikokrat zgodi, da nismo pozorni na tla pod seboj, ampak so naši pogledi usmerjeni v kaj drugega. Ni potrebno veliko in že smo lahko na tleh s težjo poškodbo hrbtenice, nog ali rok ter seveda tudi glave, če nam spodrsne, ko nismo predvideli, da je prehod med stopnicami in ravno površino neoznačen.

Zdrsi, padci in poškodbe so lahko usodne in vodijo v invalidnost. Kontrastni trakovi lahko zelo pomagajo slabovidnim pri zaznavanju preprek v notranjosti zgradb, kakor tudi v okolju, saj so namenjeni tudi za zunanjo uporabo. Takšni trakovi ali profili lahko preprečijo tudi »politični spodrseljaj«, saj se še spominjamo lanskim posnetkov ameriških televizij, ko so prikazovale nespretno hojo predsednika Združenih držav Amerike iz predsedniškega letala, ko mu je že skoraj pri sestopu na rdečo preprogo spodrsnilo in bi lahko nevarno padel. Četudi nas ne opazujejo televizijske kamere, pa so posledice prav tako usodne, če nam zdrsne, ko želimo ohraniti svoje ravnotežje.

In kje dobiti različne **protizdrsne in kontrastne trakove in profile**? Od sedaj naprej nam to lahko ponudi **invalidsko podjetje Želva**. Na voljo imajo široko paleto izdelkov. Njihovi strokovnjaki si tudi lahko ogledajo ovire, jih popišejo ter predlagajo ukrepe, ki pomagajo k izboljšanju stanja/dostopnosti/varnosti, saj vemo, da lahko zavarovalnice močno obremenijo dohodek gospodarskega subjekta, če nima saniranih tovrstnih ovir in se pripetijo padci in z njimi hude poškodbe, če upravljalec zgradbe ali poslovnega objekta ni storil vsega, da do nesreče ne bi prišlo.

Za vse informacije so vam na voljo na elektronskem naslovu [gregor.gerbec@zelva.si](mailto:gregor.gerbec@zelva.si) ali na telefonski številki: **040 840 820**. Njihovo ponudbo storitev in izdelkov pa si lahko ogledate na spletni strani [www.dostopnost.zelva.si](http://www.dostopnost.zelva.si).

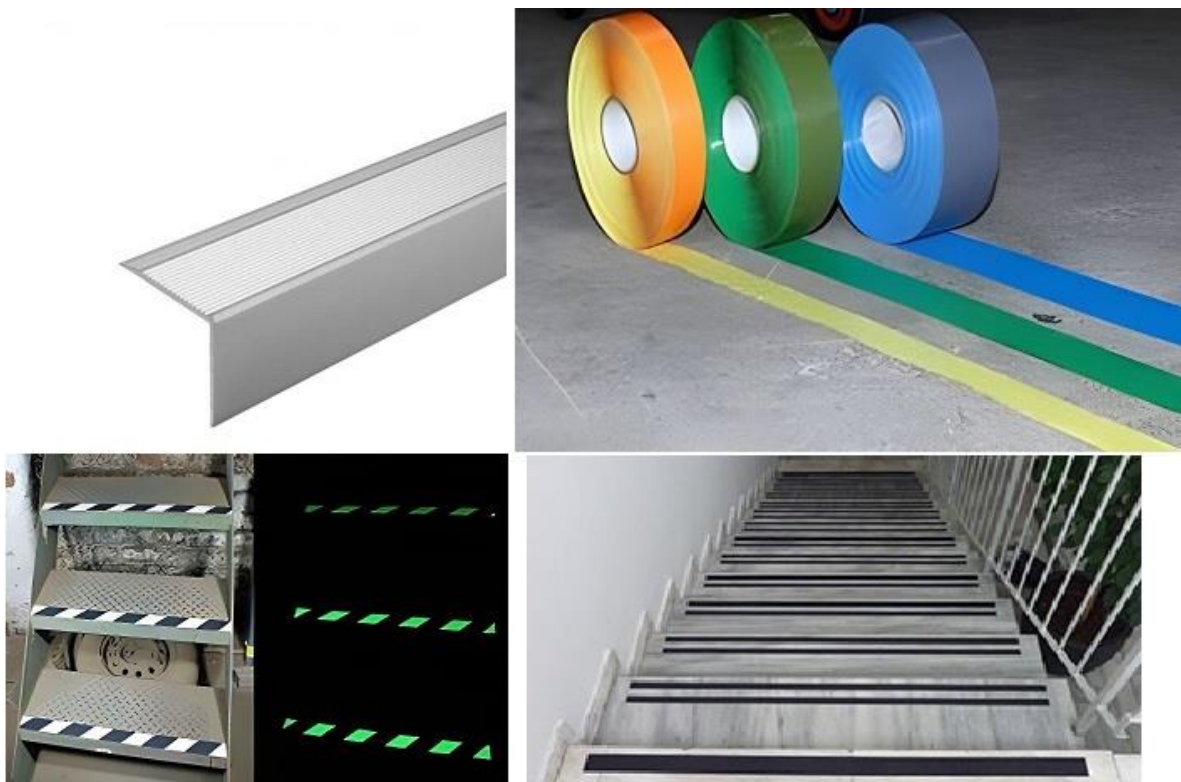


Foto: Želva

## POMEMBNO JE, DA SE VSAKODNEVNO DRUŽIMO IN POVEZUJEMO

### Katarina Lukešević



Druženje v Juršincih

Foto: A.P. – ZIFS 2023

Kot so **sprehodi sestavni del dneva**, tako sta **tudi druženje in povezovanje v Juršincih**. Ljudje so po naravi več ali manj družabna bitja. S starostjo pa pričakovano prihaja do **povečanja tveganja izolacije in razvoja demence**, saj se z leti zmanjšuje umska sposobnost starejše osebe. Najbolj je to opazno pri socialno izoliranih in neaktivnih starejših ljudeh. Ključ do **ohranjanja umskih sposobnosti** je vsakodnevno druženje, katero vpliva na skoraj vse vidike našega življenja. Z rednimi obiski izvajalca Anton in Slava preprečujeta osamljenost pri starejših uporabnikih programa **Veriga psihosocialne oskrbe in druženja**, ki izvaja **Združenje invalidov – Forum Slovenije**. Kot vidite iz zgornje slike, sta izvedla še eno prijetno druženje v Juršincih ob pitju kavnice in čaja.

## PRISLUHNI MO TIŠINI: KAKO DO PRVEGA SLUŠNEGA APARATA

### Vlasta Tifengraber

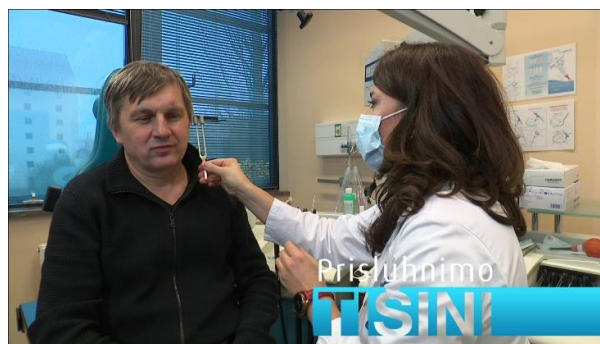


Foto: Prisluhnimo tišini

Pri **uporabi slušnih aparatov** se še vedno pojavlja veliko predsodkov. Mnogi so prepričani, da so slušni aparati veliki in nerodni, da nenehno piskajo, da je z njimi težko ravnati in da z njimi ne slišimo bolje. Pa je vse to res? V oddaji **Prisluhnimo tišini** boste lahko spremljali vzgojitelja, ki **že več kot dve desetletji dela v hrupnem okolju in je bil prepričan, da sliši dobro**.

Oddaja **Prisluhnimo tišini** bo na **sporedu v soboto, 13. januarja ob 15.15 uri na TV SLO 1 in v torek, 16. januarja, ob 11.40 uri na TV SLO 1**.

## 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](mailto: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.

»Poročilo angleške Komisije za socialno pravičnost prejšnji teden ugotavlja, da ima kar 13.4 milijona prebivalcev Združenega kraljestva mentalne posledice covida-19. Ocenjujemo, da je takih pri nas okoli 160.000. Porast raznolikih težav registrira tudi naša dežurna služba«

Poberek iz dežurne svetovalne službe:

- Mnogi ste tudi ob praznikih klicali in razodevali številne težave in pomisleke: o novih ukrepih, davkih, obveznem zdravstvenem zavarovanju, tesnobi v osamljenosti, črnogledosti in drugih težavah...

Kaj želeli vsem, s tako različnimi pričakovanji, pred začetkom nekega obdobja, ki se imenuje leto? Kaj drugega kot obilo zdravja. Kajti, če bo to, bo tudi največja sreča!

- V mesecu decembru pa je bilo kar nekaj nesreč. Zaradi posledic bolezni bi skoraj povzročil prometno nesrečo invalid iz okolice Ljubljane, ker je zaradi onemoglosti po različnih terapijah v zvezi z njegovo boleznijo in invalidnostjo, omahnil s pločnika na cesto. K sreči sta se mimo pripeljala dva avtomobila. Iz prvega je nekdo takoj priskočil in ga položil na pločnik. Iz drugega pa ga je neka voznica toliko nagovarjala, da je lahko spregovoril in povedal, kje stanuje in za kakšno boleznijo boluje. Bila je tako prijazna, da ga je pripeljala celo domov. Od takrat naprej pa ne more več opravljati dnevnega sprehoda, ampak ga je omejil v bližino doma.

Pri različnih terapijah, zlasti kar zadeva onkološke bolnike, so včasih zdravstvena stanja zelo hitro spremenljiva. Zaradi posledic kemoterapije lahko prihaja do zmanjšanja energetske opremljenosti. To pa seveda ni predvidljivo in se lahko konča, kot se je, sicer srečno za invalida-bolnika, ki se nam je oglasil.

- Podoben primer invalida s presajenimi jetri, ki bo ženini smrti ostaja sam v veliki hiši, pa tudi napotuje k razmisleku. Čeprav že prileten, misli, da lahko še vse sam opravlja, pa ima možnost, da bi ga eden od otrok vzel k sebi, vendar nekoliko trmoglavi in želi še naprej živeti popolnoma samostojno in ne pričakuje, ter ne želi nobene pomoči.

To je tudi botrovalo k temu, da se je znašel s hudo obliko pljučnice na infekcijskem oddelku ene od bolnic v osrednji Sloveniji. Njegovi, že odrasli otroci, sprašujejo, kako takšno osebo prepričati, da bo želela nekaj pomoči.

K sreči imamo mobilne telefone, tako da je tudi v tem primeru invalid sam poklical 112 in so ga pripeljali v bolnišnico, lahko pa bi se končalo veliko bolj tragično, kot se je to v enem primeru na Štajerskem, ko je prav tako samoživeč starejši invalid, odšel v klet in ga je obšla slabost, vendar pa ni imel s seboj mobilnega telefona in samo sreča je bila, da ga je tisti dan iskal poštar zaradi neke priporočeno pošiljke. Bil je začuden, ker se na njegovo zvonjenje ni nihče odzval. Opazil pa je, da so gospodarskem poslopiju odprta vrata, ki so vodila v večjo shrambo in iz te shrambe tudi v klet. Intuitivno se je usmeril v kletne prostore in tam našel nezavestnega invalida. Šlo je za zastoj srca in tudi temu so zadnji hip pomagali reševalci.

Vse to nas prepričuje, da moramo biti pozorni in se ne smemo prepuščati »svoji samozavesti«, da se nam prav danes ne more nič zgoditi, ker se nam do sedaj še ni. Nesreča nikoli ne počiva, pravi pregovor in temu

je res tako. Osebe, ki žive same, bi morale biti bolj povezane in vsak dan ob določenem času med seboj kontaktirati, tako da bi se lahko relativno kmalu ugotovilo, da se nekdo ne odziva, ki se je morebiti še včeraj.

Naša dežurna služba ne more delovati drugače, kot tako, da jo vi pokličete in to obvezno z razvidno mobilno številko, da vas lahko pokličemo nazaj, ker morda v času vašega klica že govorimo, vi pa slišite kot da bi telefon zvonil v prazno.

## PRAZNIČNO DARILO DOMU UPOKOJENCEV NA PTUJU

### Silva Razlag



Utrinek s slavnostne otvoritve

Foto: Črtomir Goznik

Petek, 15. decembra 2023, je bil za **Dom upokojencev Ptuj** velik praznik. Svojemu namenu so predali težko pričakovano **ново enoto v Žabjaku pri Ptuj**. Ob enoti Ptuj, Juršinci, Kidričevo, Muretinci in Koper je to že njihova šesta enota, s čemer so eden največjih domov za starejše v Sloveniji. Enota Žabjak bo nudila prostor 162-im stanovalcev, od tega 130-im stalnim, 20-im za začasno namestitvev in 12-im za dnevno varstvo.

Kako pomembna je bila otvoritev nove enote pove podatek, da je le-ta potekalo pod **častnim pokroviteljstvom predsednice države dr. Nataše Pirc Musar** ob prisotnosti ministra za solidarno prihodnost **Simona Maljevca** ter bivšega ministra za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti dr. Janeza Ciglerja Kralja, pod vodstvom katerega je dom bil tudi uspešen na javnem razpisu in temeljni kamen položen marca 2022.

Trenutno je zapolnjena približno četrtnina vseh kapacitet, saj se tako kot drugod tudi na Ptujju srečujejo z izrednim pomanjkanjem ustreznega kadra, na kar je na slovesnosti opozorila tudi **direktorica doma mag. Vesna Špilič**.

Ob prisotnosti vseh omenjenih ter **županje Mestne občine Ptuj Nuške Gajšek**, je čast rezanja vrvice pripadla **prvima stanovalcema Amaliji in Frančišku Gerdak**, ki se bližata častitljivim 90-im letom in jima dom nudi možnost uporabe vseh prostorov tudi z invalidskim vozičkom oziroma hojico. In takih stanovalcev je že ali bo še kar veliko, saj bodo v njem **naše prostor tudi osebe s posebnimi potrebami**.



## VZPOSTAVITEV CENTRA ZA DEMENCO Povzeto iz Dnevnika (STA)

Predlog akcijskega načrta za izvajanje strategije obvladovanja demence, ki ga je ministrstvo za zdravje pripravilo za obravnavo na vladi in se nanaša na leti 2024 in 2025, predvideva zlasti pripravo strokovnih podlag za uresničevanje strategije. Med prednostnimi nalogami bo priprava elaborata za vzpostavitev centra za demenco. Center za demenco bo glede na strategijo obvladovanja demence do leta 2030, ki jo je vlada potrdila julija lani, osrednja nacionalna institucija. Skrbel bo predvsem za usposabljanje in izobraževanje kadrov v verigi oskrbe oseb z demenco, usklajen razvoj stroke in raziskovalno dejavnost ter strokovno ustrezno uresničevanje strategije, vključno z ovrednotenjem posameznih ukrepov. Na podlagi podatkov in raziskav bo center pripravljaj strokovne ocene in predloge za politične odločevalce na področju obvladovanja demence. Njegovo delo bo podpirala mreža tako imenovanih regijskih spominskih centrov, ki bodo delovali po zdravstvenih regijah in prebivalcem omogočili ustrezno diagnosticiranje ter obravnavo v bližini njihovega doma. **sta**

*Foto: zajem zaslona dnevnik.si*

V ponedeljkovem Dnevniku, 8. januarja, si lahko preberete članek **o vzpostavitvi centra za demenco**, ki bo med drugim tudi skrbel za usposabljanje in izobraževanje kadrov **v verigi oskrbe oseb z demenco**, usklajen razvoj stroke in raziskovalno dejavnost ter strokovno ustrezno uresničevanje strategije, kot je zapisal STA v zgoraj priloženem članku.

## NA PREDAVANJU TUDI O DEŽURNI SLUŽBI Niko Kostjukovskij

Na predavanju ministrstev za pravosodje, za solidarno prihodnost, za zdravje in skupnosti centrov za socialno delo z naslovom Dnevi duševnega zdravja 2023, je sodeloval tudi naš predsednik Borut Pogačnik, kjer je med drugim predstavil tudi našo **Dežurno psihosocialno službo za pomoč in oporo ranljivim skupinam**, ki jo **Združenje invalidov – Forum Slovenije** praktično izvaja že od 20. marca 2020 naprej in se je izredno izkazala tudi v času poplav od 4. avgusta naprej.

Omenil je zlasti reševanje duševnih težav klicateljev, ki zadevajo anksioznost in druge motnje povezane s stresnimi dogodki, tako v času covida-19, kot tudi v času poplav in vse do današnjih dni.

## MIGUEL SERVETO Zoran Radonjić »Žonki«

Tudi **reformatorji 16. stoletja niso bili nedolžni**, ko je šlo za nestrpnost. Dokler so jih preganjali kot krivoverce, so se zavzemali za svobodo vesti in veroizpovedi, v okoliščinah, ko so imeli državno oblast v svojih rokah, so le-to uporabljali za preganjanje katoliških drugovercev in so tako v praksi zavrgli načelo svobode vesti in veroizpovedi. Dokler so bili v »opoziciji«, so učili, da se podložniki lahko uprejo vladarju in da ga smejo celo umoriti, ko pa so bili na oblasti, so bili pristaši državnega absolutizma. Takratni Evropejci so bili prepričani, da v eni politični skupnosti (državi, deželi, mestu...) ni prostora za dve religiji oziroma versko strpnost.

Le kateri današnji intelektualec ni slišal za G. Galileja? Kaj pa vedo intelektualci o **Miguelu Servetu**? Miguel Serveto (1510–1553) je bil **španski teolog in zdravnik, pomočnik slavnega anatoma Vesaliusa**. Španska oblast ga je hotela usmrtiti kot krivoverca, vendar mu je uspelo pobegniti v Ženevo. Toda tam ga je reformator **Jean Calvin** (1509–1564) vrgel v ječo in ga **obsodil na smrt zaradi krivoverstva** (Serveto je učil, da je Jezus Kristus bil samo človek). Sežgali so ga na grmadi! Reformatorji pri preganjanju »krivovercev« in »čarovnic« niso hoteli zaostajati za katoličani. Oboji so se sklicevali na famozni stavek iz Stare zaveze: **»Čarovnice ne puščaj pri življenju!«** (Sveto pismo Stare in Nove zaveze: Slovenski standardni prevod, Druga Mojzesova knjiga, 22, 17, Svetopisemska družba Slovenije, Ljubljana 1996, str. 129.)

## OB LJUBLJANICI JE TUDI SPOROČEVALEC Katarina Lukešević



Na fotografski razstavi je predstavljen tudi Sporočevalec

Foto: Katarina Lukešević

Če se boste te dni sprehajali ob Ljubljani, si lahko na Krakovskem nasipu ogledate utrinke **fotografske razstave vseh članic NSIOS**, katero je pripravila NSIOS kot del projekta **Vseslovenska akcija ozaveščanja o socialnem vključevanju invalidov**. Projekt je financiran s strani z EU sredstvi. Na uradni otvoritvi fotografske razstave, katera je potekala v petek, 5. januarja, je navzoče pozdravila in nagovorila mag. Mateja Toman, predsednica NSIOS.

Med izbranimi fotografijami, je predstavljen tudi časopis **Sporočevalec**, ki izhaja že 14 let. Sporočevalec je **pomemben za invalide**, saj služi za informiranje različnih javnosti o invalidih in invalidnostih, o njihovem življenju in delu.

## PISMA BRALK IN BRALCEV SPOROČEVALCA

Na uredništvo smo prejeli čestitko od **Janje Čolić iz Kalifornije**. »Naj bo leto 2024 bolj mirno, harmonično in polno srečnih trenutkov, ki napolnijo dušo in srce. Srečno v novem letu!«

Pisal nam je tudi **Mitja Berdavs**, kateri je dejal: »Z zanimanjem preberem vaše glasilo.«

## STE NAGNjeni H KATERI OD ZASVOJENOSTI IN IMATE DOLOČENE TEŽAVE?

Združenje **Spominčica - Alzheimer Slovenija** opozarja na naslednje težave, ki bi utegnile biti v prihodnosti vzrok za demenco:



 **Spominčica 25**  
ALZHEIMER SLOVENIJA let

Foto: sken zadnje strani Glasila Spominčica (december 2023)

## TABORSKO NASELJE, MESTO LE PO IMENU Dr. Boris Golec\*



*Sv. Križ, današnji Vipavski Križ*

*Foto: B. Golec*

V prejšnjem prispevku smo spoznali nenavadni nagli nastanek petih kranjskih mest v sedemdesetih letih 15. stoletja po zaslugi turške nevarnosti in cesarja Friderika III. Posredno je zaradi Turkov postal mesto tudi **Sv. Križ na Goriškem**, današnji **Vipavski Križ**, in sicer dobrega pol stoletja pozneje, v času, v katerem ni bilo več prostora za ustanovitve novih polnopravnih mest. Za razliko od navedenih mest, ki jih je **cesar Friderik III.** povzdignil v mesto iz trga, je bil Sv. Križ prvotno vas, ki je z izumrtjem Goriških grofov leta 1500 pripadla Habsburžanom. Za čas postavitve taborskega obzidja, s čimer je vas postala taborsko naselje, se je v literaturi uveljavila letnica 1483. Sicer pa se tabor prvič omenja leta 1507 v neohranjeni listini Friderikovega sina kralja Maksimilijana, skorajšnjega cesarja Maksimilijana I.

Sv. Križ je v mesto povzdignil četrto stoletje pozneje, 19. januarja 1532, Maksimilijanov vnuk kralj Ferdinand, prav tako poznejši cesar. Listina o tem je po svoji vsebini precej specifična, še zlasti v primerjavi z dobrega pol stoletja starejšimi listinami o ustanovitvah naših najmlajših deželnoknežjih mest Kočevja, Krškega, Loža in Višnje Gore v letih 1471–1478. Bistvena razlika je že v naslovitvi, saj so bili prejemniki navedenih mestnih ustanovnih listin prebivalci teh mest sami, listino o Sv. Križu pa je vladar izstavil zemljiškemu gospodu Vidu pl. Thurnu. Ferdinand v njej uvodoma naznanja, da ga je pl. Thurn, kraljevi svétnik in vzgojitelj vladarjevih otrok, prosil, naj njegov »kraj ali tabor Križ«, ki ga ima v fevdu, povzdigne v mesto in njegove prebivalce v meščane, poleg tega pa naj mestu podeli še pravico do letnega in tedenskega sejma.

Kaj se je potemtakem za Sv. Križ in Križane leta 1532 sploh spremenilo? Povzdignitev v mesto zanesljivo ni pomenila sprememb na pravno-upravnem področju. Tudi glede osebnih pravic je Križanom prinesla edinole pravico, da se imenujejo meščani. Tako so najpomembnejšo pridobitev predstavljale podeljene gospodarske ugodnosti. Križani so dobili pravico do opravljanja t. i. meščanskih dejavnosti – obrti in trgovine – ter do dveh letnih in enega tedenskega sejma. A tudi pri sejmskih pravicah pravzaprav ni šlo za docela novo pridobitev, saj se oba letna sejma omenjata že okoli leta 1520.

Viri jasno pričajo, da je Sv. Križ nominalno sicer veljal za mesto, vendar po stopnji mestnih pravic ni bil pravo mesto, ki bi se moglo enakovredno postaviti ob bok celinskim mestom srednjeveškega nastanka. Primerjavo bi lahko vzdržal le s trgi. Ti so namreč enako kot Sv. Križ ostajali vključeni v zemljiška gospostva, čeprav so nekateri premogli omejeno sodno-upravno samoupravo na čelu z lastnim trškim sodnikom, kar pomeni več pravic, kot jih je kdaj koli imelo kriško mesto.

Kot neizogibno se pri tem postavlja vprašanje, **zakaj je torej Sv. Križ dobil naslov mesta** – in to povrh vsega v času, ko je podeljevanje mestnega statusa postalo redka izjema –, če pa mu privilegij ni podeljeval nič večjih pravic kot navadnim trgom? Eden od razlogov je nedvomno nerazvitost mestnega in trškega omrežja v grofiji Goriški, šele nedavno pridobljeni novi habsburški deželi, ki je premogla eno samo mesto – Gorico. Vid pl. Thurn je nadalje tem laže prosil kralja Ferdinanda, naj Sv. Križu podeli prestižnejši naslov mesta, ker je naselje za to izpolnjevalo oba temeljna pogoja: premoglo je zamatke trgovsko-obrtnega središča in obzidje, ki je pri podelitvi mestnega naslova zagotovo imelo veliko vlogo. Vendar pa Sv. Križ mestnega naslova navzlic vsemu ne bi dobil brez zadnjega, odločilnega dejavnika – osebnih zvez pl. Thurnov na dvoru. Poleg tega je kralj Ferdinand Križane najlaže zaščitil s podelitvijo prestižnih naslovov mesto in meščani, tem prej, ker ni s tem sam izgubil ničesar. Zato pa je Thurna razmeroma poceni nagradil za opravljanje dvorne službe in posredno poplačal za zvestobo tudi njegovo sorodstvo. Nasprotno sta bila za samo dejanje povzdignitve v mesto zelo majhnega pomena strateški vidik in varnostno-obrambna vloga naselja. Pomenljivo je namreč naslednje. Čeprav so Turki ravno v preteklih nekaj letih močno pustošili po Krasu in je vsa Goriška vključno s Sv. Križem trpela v habsburško-beneški vojni, se Ferdinandova povzdignitvena listina niti z besedico ne sklicuje na obrambne razloge, toliko poudarjane še pol stoletja prej v ustanovnih listinah mest iz sedemdesetih let 15. stoletja.

Kar zadeva pravno-upravne razmere, je mestece funkcioniralo kot navadna vaška soseska. Prav tako se ni nikoli povzpelo do vidnejše trgovsko-obrtne vloge za širše zaledje, čeprav na Goriškem razen same Gorice ni imel pravih tekmecev. Goričani so ob njegovi povzdignitvi v mesto brez pravega razloga videli v njem potencialnega nevarnega rivala. Temu ustrezno se je Sv. Križ tudi po obljudenosti lahko primerjal le z najmanjšimi slovenskimi mesti. Po terezijanskem katastru je sredi 18. stoletja poleg gradu, vikariatne hiše (župnišča) in kapucinskega samostana – ustanovljenega leta 1634 in delujočega še danes – premogel zgolj 51 hiš, od tega dve v plemiških rokah.

Čeprav je **Jožef II.** mestecu še leta 1781 kot zadnji vladar potrdil mestne pravice, je uradni status mesta polagoma ugasnil. Leta 1818 so Sv. Križ uradno šteli le še za trg, v 19. stoletju je končno izgubil tudi trški naslov in postal navadna vas, dokler mu konec stoletja niso vsaj simbolno spet priznali mestnega naslova. Vipavski Sv. Križ se je torej v času kratkotrajnega posedovanja mestnih pravic komajda mogel primerjati s pravimi – avtonomnimi mesti srednjeveškega nastanka. Še najbolj po imenu, delno po urbanem videzu in obzidju, manj po gospodarskih funkcijah, nikakor pa ne po svojem sodno-upravnem položaju. V primerjavi z ostalimi slovenskimi mesti je bil torej mesto predvsem po naslovu in je kot tak v našem prostoru unikum.

\*Prof. dr. **Boris Golec**, znanstveni svetnik na Znanstvenoraziskovalnem centru SAZU in redni profesor Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani in dolgoletni član Združenja invalidov – Foruma Slovenije.

## POMEMBNA GERIATRIČNA OCENA Borut Pogačnik

V ponedeljkovem Delu, 8. januarja, je **Andreja Žibret Ifko** napisala članek o geriatrični oceni – diagnostiki, ki **izboljša življenje pri krhkih starejših**, kamor absolutno spadajo tudi **invalidi**. To oceno, ki je multidimenzionalni in interdisciplinarni diagnostični proces, s katerim ugotavljajo medicinske, funkcionalne, psihološke in socialne značilnosti starejšega človeka, zmanjša potreba po dolgotrajni institucionalni oskrbi in izboljša preživetje v tej populaciji.

Vodja iz Centra za geriatrično medicino v bolnišnici dr. Petra Držaja v Šiški, Gregor Veninšek, dr. med, specialist interne medicine, v članku pojasnjuje pomembne prednosti tovrstne ocene in opisuje pomembne predpostavke, ki narekujejo prioritete zdravljenja takšnih oseb. Celoten članek si lahko preberete v Delu, mi pa opozarjamo na dobro oceno pojava depresivnosti oseb, starejših od 65 let glede depresije, saj pri delovanju naše Dežurne službe za pomoč in oporo ranljivim skupinam ugotavljamo tolikšno ali pa celo nekoliko višjo stopnjo potrnosti in tesnobe pri osebah, ki so starejše od 65 let. Tveganja za različne bolezni so v tej skupini z vsakim letom starosti še višja.

## O LETOŠNJIH NAČRTIH NSIOS NA RADIU CELJE

### Katarina Lukešević



Mag. Mateja Toman

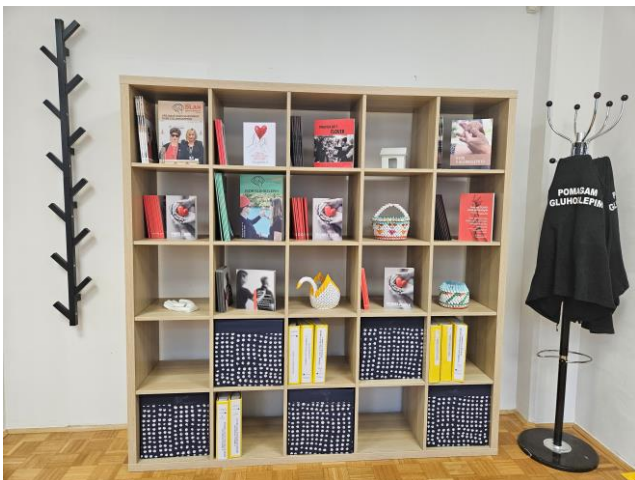
Foto: arhiv ZIFS

V januarski oddaji za invalide na **Radiu Celje - Sončni žarek**, ki jo že več kot 25 let vodi Borut Pogačnik, bo nedeljska gostja **mag. Mateja Toman**, predsednica NSIOS. Tema oddaje, katero bomo posneli ta teden, bo vloga in projekti NSIOS-a. Dotaknili se bom tudi preteklega leta in načrtov za leto 2024.

Več o NSIOS-u, pa boste lahko slišali v nedeljo, **14. januarja**, med **18.15 in 18.45 uro** na frekvencah **Radia Celje**, ki so: **95,1, 95,9, 100,3 in 90,6 MHz**.

## ZDRUŽENJE DLAN SE PREDSTAVI PODJETJU IKEA

### Marjana Kenda



IKEA presenetila z donacijo novega pohištva



Foto: Zdrženje DLAN

V duhu sodelovanja in odprtosti smo se Dlanovke in Dlanovci odpravili na obisk v podjetje IKEA z namenom **predstaviti delovanje in poslanstvo Zdrženja gluhoslepih Slovenije DLAN**. Člana Nika Jurc in Vinko Trinkaus sta delila svoji osebni zgodbi, življenjske izzive ter izpostavila pomembnost podpore skupnosti. Skupaj s predstavniki Zavoda Republike Slovenije za zaposlovanje smo razpravljali o **pomenu vključevanja oseb z ovirami v delovno okolje** ter predstavili primere dobre prakse.

V predbožičnem času pa nas je podjetje IKEA presenetilo tudi z **donacijo novega pohištva za Dnevni center gluhoslepih**. Takšne dragocene donacije izkazujejo moč solidarnosti in povezanosti ter prispevajo k ustvarjanju prijetnejšega okolja za vse vključene.

## NA VRHNIKI 28 NOVIH POSTELJ ZA OSEBE Z DEMENCO Povzeto iz Dnevnika (Miha Turk)

V začetku prejšnjega meseca so odprli novo enoto Doma upokojencev Vrhnika. Investicija na Stari Vrhniki, vredna 2,7 milijona evrov, premore 28 postelj, namenjenih stanovalcem z demenco. Novi objekt stoji v neposredni bližini stavbe Doma upokojencev, ki so jo zgradili leta 2022. Na obnovo pa še čakajo prostori matičnega doma za ostarele na Vrhniki, saj so stari 50 let in dotrajani. Za zdaj še ni jasno, kdaj bo matični dom prišel na vrsto za obnovo. Na zemljišču, kjer stojita novi enoti, je bil nekoč vojaški objekt, ki ga je obrambno ministrstvo skupaj z zemljiščem predalo v lastništvo Domu upokojencev Vrhnika. **mt**

*Foto: zajem zaslona dnevnik.si*

Kot je v petkovi številki Dnevnika, 5. januarja, zapisal **Miha Turk**, so v začetku decembra 2023 odprli novo enoto Doma upokojencev Vrhnika, in sicer **28 postelj**, katere bodo **namenjene stanovalcem z demenco**.

## ČLANICE ZDRUŽENJA SILA SO IZKORISTILE PRILOŽNOST ZA UČENJE JEZIKA GLUHOSLEPIH Marjana Kenda



*Združenje DLAN so obiskale članice SILA*

*Foto: Združenje DLAN*

V torek, 12. decembra 2023, so se članice **Mednarodnega združenja žensk Ljubljana (SILA IWCL)** pridružile članom **Združenja gluhoslepih Slovenije DLAN** pri pripravi na prihajajoče praznike. Skupaj smo izdelovali in okraševali božične okraske.

Poleg tega so članice združenja SILA izkoristile priložnost za **učenje jezika gluhoslepih** in tako pridobile dragoceno izkušnjo **sporazumevanja s pomočjo dotika**. Ob prijetnem druženju so članice imele možnost za spoznavanje gluhoslepote ter specifičnosti življenja ljudi z gluhoslepoto.

## DOBRA PREDSTAVITEV V DELU

### Borut Pogačnik, predsednik Združenja invalidov – Foruma Slovenije (Zifs)

Kot že v primeru covida-19, ko smo 20. marca 2020 prvi organizirali dežurno službo, smo tudi letos ob poplavah 4. avgusta še isti dan sestavili službo za pomoč ogroženim na terenu v programu Veriga psihosocialne oskrbe in druženja ter aktivirali Dežurno psihosocialno službo za pomoč in oporo ranljivim skupinam, kar je gotovo pripomoglo k zmanjšanju trpljenja najbolj ogroženih. Dežurna služba še vedno deluje vsak dan v tednu med 8. in 21. uro na številki 041 381 679.

Mislimo, da je treba zakone na področjih dolgotrajne oskrbe in celovite reforme zdravstva takoj začeti izvajati, saj je velik prepad med deklarativnim in resničnim. Pri svojem dnevnem delu na terenu ugotavljamo, da so največje težave pri uresničevanju pravic posameznikov v zdravstvu, ker nikakor ne zaživi noben eksperiment vlade, saj so čakalne vrste vsak dan večje. Težave na področju mentalnega zdravja pa tudi, kar sami rešujemo v okviru dežurne službe. Ocenjujemo, da je v državi okoli 160.000 ljudi z različnimi posledicami epidemije in tesnobe po letošnjih poplavah.

Izvajanje socialnih programov, kot so Veriga psihosocialne oskrbe in druženja, Dežurna psihosocialna služba za pomoč in oporo ranljivim skupinam ter Socialna materialna pomoč – kompenzacija invalidnosti, so popolnoma odvisni od finančnih sredstev, ki nam jih namenja fundacija FIHO in upamo, da bo v prihodnjem letu teh sredstev več, saj s 6789 evri na mesec za osem ljudi, ob delovanju vseh programov in ob vseh stroških, ni mogoče niti preživeti niti pomagati soljudem.

Omeniti je treba še dva programa, to je ozaveščanje javnosti o invalidih in invalidnostih, ki ga uresničujemo s pripravo radijskih oddaj že od konca leta 1994, saj smo pred mikrofone povabili več kot 2000 invalidov in drugih, ki jim pomagajo, pomembno vlogo ima tudi spletni časopis Sporočevalec, ki ga bere 45.000 bralcev. S svojimi programi bomo še naprej zmanjševali stereotipe in predsodke o invalidih, kot to počnemo že tri desetletja.



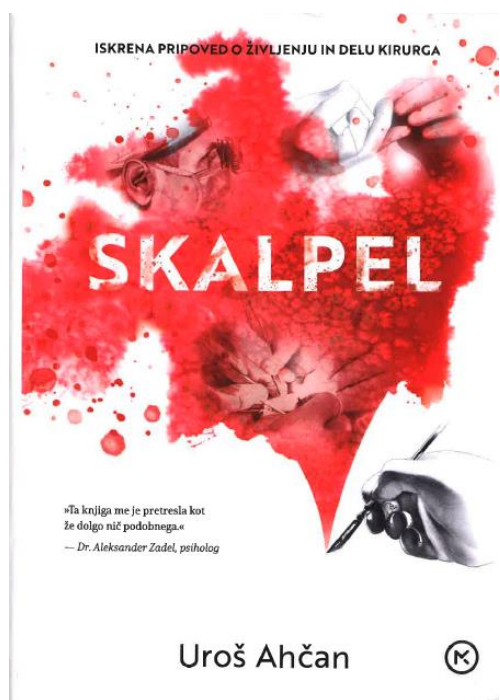
*Borut Pogačnik, predsednik Združenja invalidov – Foruma Slovenije (Zifs) FOTO: Tomi Lombar/Delo*

*Foto: zajem zaslona delo.si*

V osrednjem slovenskem časniku Delu, je 3. januarja, izšel dober članek na temo delovanja **Združenja invalidov – Foruma Slovenije (ZIFS)**, ki ga je v sklopu uredništva Generacija+ uredila **Andreja Žibret Ifko**.



KNJIŽNA NOVOST  
SKALPEL V IZURJENIH ROKAH  
Borut Pogačnik



Mladinska knjiga Založba, strani 416, 34,99 eur



Foto: ZIFS

Pripoved o življenju in delu kirurga - **Skalpel**, ki je te dni izšla pri Mladinski knjigi založbi, je lahko tudi priročnik za vse tiste mlade maturante, ki se bodo letos odločali za morebitni študij na medicinski fakulteti. Nič ni bolj primerne kot da ti o poti, na katero se odpravljaš, pove nekdo, ki je že prehodil vsaj dve tretjini kariere in to kot izkušen kirurg, ki je, kot sam piše, opravil več deset tisoč posegov doma in na tujem.

Skozi opise svojih napornih delovnih dni, predstavlja tudi zgodbe pacientk in pacientov, ki so jih, kar zadeva lepotno kirurgijo, že prej do neprepoznavnosti obdelali nekateri kirurgi na tujem.

Njegove življenjske izkušnje bi lahko predstavili v nekaj stavkih, ki jih je tudi sam nanizal na začetku knjige in ti so: »Kirurgi imamo privilegij, da vstopamo v tuja življenja. Vstopimo, da pomagamo. Vstopimo, da povrnemo zdravje telesa in duha. Ta privilegij ni podarjen ali dan ob rojstvu. Ta privilegij je prigran. Za ta privilegij dajemo velik del svojega življenja. Kirurgija ni poklic, kirurgija je način življenja.«

**Uroš Ahčan** spada v vrh rekonstrukcijske in estetske kirurgije ne samo pri nas, ampak tudi v svetu, saj je tudi član dveh pomembnih združenj, kot sta EBOPRAS in ESPRAS. Kar pa zadeva modo vrinjanja plastičnih vsadkov v ženska telesa, pa je nedavno Victoria Beckham za časopis Allure rekla, da bi želela, če bi se lahko vrnila v preteklost, da ne bi nikoli vgradila implantatov v prsi: »Prav naježim se, ko vidim svoje stare fotografije s svojim napihnjnim poprsjem.«

---

Sporočevalca izdaja Združenje 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.