

ZARADI SEVANJ IN PROCESIRANE HRANE – VEČ DEMENC Borut Pogačnik



Vida Drame Orožim, dr. med.

Foto: Radio Zeleni val

Nevrologinja in psihiatrinja **dr. Vida Drame Orožim** je v sredini oddaji **Odprta dlan, 29. aprila 2026**, podrobno razložila, kateri so tisti dejavniki, ki najbolj vplivajo na **vse večje število dementskih obolenj**. Med drugim je omenila tudi sevanje različnih naprav, ki jih velikokrat uporabljamo brez posebnega razloga. Omenila pa je tudi vse manj zdravo hrano, ki ni več živa, ampak močno procesirana. Premalo pa se tudi gibljemo in ne treniramo svojih možganov, kot bi jih lahko.

V izogib demencam za boljše funkcioniranje možganov, je predlagala čimveč gibanja na zraku, uživanja nenasičenih maščob ter tudi primernih vaj možganske telovadbe.

Možgani ostanejo plastični še v pozni starosti, saj poznamo **dve obdobji »cvetenja« možganov**. Prvo je **med 17. in 25. letom**, ko se množijo nove nevronske celice in povezave. To je tudi čas, ko se najboljše in največ naučimo, ter soupada z leti dejavnega študija.

Drugo obdobje novih aktivnosti možganov, pa je **od 55. leta naprej**, ko se celice ponovno množijo ter je to čas ponovnega začetka z novimi umskimi dejavnostmi. Gostja je bila mnenja, da lahko vsakdo to vadi pri sebi in bo opazil, kako mu to tudi koristi. Vse naštetu pa je v izogib demenci. Tudi ljudje, ki niso tako dejavni v družbi, lahko pričnejo z obdelovanjem vrta, poslušanjem glasbe in ukvarjanjem s plesom.

Govorila je tudi o novem zdravilu zoper dementnosti **Lekanemab**, ki pa je samo lahko preventivno, saj topi plake v možganovini, če ti niso še preveč gosti. Zdravilo pa v Slovenijo za zdaj še ni na razpolago in ni odobreno. Toda, ker je v EU že na razpolago, ga bo naša Agencija za zdravila verjetno registrirala. Več o tem pa bomo lahko govorili, ko bo to storjeno.

Dr. Vida Drame Orožim je sama odličen dokaz, kako lahko človek z aktivnim delovanjem premaga vse starostne ovire, saj še vedno predava, svetuje in deluje **v strokovnem svetu Združenja Spominčica Alzheimer Slovenija**. Tudi uredništvo Radia Zeleni val je bilo prijetno presenečeno nad njeno zelo poljudno razlago delovanja možganov in njihovih težav v zvezi z demencami na sploh.

Zanimivi oddaji lahko prisluhnete v arhivu Radia Zeleni val: <https://soundcloud.com/radiozelenival/odprta-dlan-dr-med-vida-drame>

IZID TIPANKE Z NASLOVOM MOJ DAN Maja Rožac Mihovec



Prva edinstvena otroška tipanka »Moja dan«

Foto: Združenje DLAN

S ponosom predstavljamo **prvo edinstveno otroško tipanko**, ki jo je izdalo **Združenje gluhoslepih Slovenije DLAN** in je namenjena **otrokom z gluhoslepoto**.

Tipanka na igriv, nežen in vključujoč način **otrokom približa vsakodnevne aktivnosti** ter jim pomaga razumeti rutino – na način, ki ga lahko začutijo, vidijo in doživijo po svoje. S skrbno oblikovanimi taktilnimi ilustracijami **otroci raziskujejo z dotikom**, besedilo je jasno, prilagojeno zgodnjemu učenju in dodatno **obogateno z brajico, znakovnim jezikom in jezikom gluhoslepih**.

Posebno vrednost dodajajo tipanki **QR kode**, ki **vodijo do vsebin v slovenskem znakovnem jeziku in jeziku gluhoslepih** – s tem knjiga zares zaživi v različnih jezikih.

Moja dan odpira prostor, kjer se lahko **vsak otrok najde, razume in počuti vključenega**.

OSEBE Z DEMENCO POTREBUJEJO POMOČ

Borut Pogačnik



Lidija Breznik

Lidija Breznik, Vinko Virtnik in Mira Imširović

Foto: arhiv Zavod Aloja

V nedeljski oddaji za invalide na **Radiu Celje Sončni žarek**, bo v nedeljo, **10. maja 2026**, med **18.15 in 18.45 uro** nastopila **Lidija Breznik**, ustanoviteljica in direktorica **Zavoda za dolgotrajno pomoč – Aloja iz Maribora**, ki se že 13 let ukvarja s pomočjo osebam z demenco. Bila je tudi prostovoljka **Društva Spominčica v Mariboru**. Vrsto let je delala tudi v gospodarstvu, vendar pa se je kasneje odločila, da se bo posvetila svojemu zadnjemu poklicu magistricе socialne gerontologije, kar uresničuje v Zavodu Aloja v občinah Podravja.

S številnimi prostovoljci, ki so velikokrat tudi študenti socialne gerontologije, ter še z drugimi osebami, ki so pripravljene pomagati dementnim bolnikom, sodeluje pri vseh procesih obravnave le teh. Sodelavci zavoda obiskujejo družine in posameznike v Podravju ter se v konkretnih razmerah seznanjajo in srečujejo s tovrstnimi bolniki in jim poskušajo pomagati.

Kot kaže, se **dementnost počasi tudi spušča po časovni lestvici**, saj obstajajo danes že osebe koncem 50. let, ki kažejo tovrstne znake. Lidija Breznik je v oddaji tudi omenila, da je starost tista pomembna okoliščina, kjer pri nekaterih počasi, vendar vztrajno ugašajo določene kognitivne funkcije in sposobnosti. Po njeni presoji se demenca pojavlja nad 65. letom starosti.

Njihovo delo je vsestransko ter za uporabnike popolnoma brezplačno, saj se zavod financira s strani Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti ter tudi delno s strani občin Podravja.

Lidija Breznik je bila nadvse zadovoljna s tovrstnim ozaveščanjem javnosti o demencah, saj je to velikokrat še zelo prikrita in stigmatizirana bolečina, ne samo bolnika, ampak njegove celotne družine, ki je vpeta v reševanje zagat in težav, ki jih prinašajo prav vse vrste demenc.

Kot smo že v številnih naših prispevkih in oddajah o demencah v sodelovanju z **Združenjem Spominčica – Alzheimer Slovenija poudarili**, je ozaveščanja javnosti o tem še vseeno premalo in zato je potrebno tudi v prihodnosti storiti več na tem področju, saj nas vse lahko demenca v določeni starosti ogrozi, kot že milijone bolnikov v Evropski uniji.

Zanimivi oddaji boste lahko prisluhnili v nedeljo, **10. maja 2026**, na frekvencah radija, ki so: **90.6, 94.8, 95.1 in 95.9 MHz**.

DRUŽENJE JE USPELO! Katarina Lukešević



Obisk in pogovor na toplen soncu v Ormožu

Foto: A.P. – ZIFS 2026

Topli sončni dnevi so odlična priložnost za **preživljanje prostega časa na prostem**. Izvajalca **Anton** in **Slava** sta izkoristila sončni dan za **obisk Ormoža**, kjer izvajata program **Veriga psihosocialne oskrbe in druženja**. Z uporabniki programa sta odšla na krajši sprehod po ulicah Ormoža. **Vsakodnevni sprehodi** uporabnikov programa Veriga so zelo pomembni za njihovo zdravje, zato so tudi vključeni v načrtovane aktivnosti tega programa.

VSE O STOMI



Uroš Vizovišek in Irena Kalan

Foto: Rok Bašnec

Rak je velikokrat vzrok, da morajo bolnikom narediti **ileo** ali **kolostomo**, vendar to navzven nikoli ni vidno. Pač pa v svoji finalni fazi spadajo tovrstni bolniki med invalide in o njih bo govora v oddaji **Odprta dlan** v sredo, **13. maja 2026**, med **10.30 in 11.15 uro**. Gosta oddaje bosta predsednik Zveze ILCO Slovenije **Uroš Vizovišek** in predsednica Gorenjskega društva zveze **Irena Kalan**.

Pripravite svoja vprašanja in sodelujte v času oddaje na številki **01 786 0 400**. Frekvence radia so: **93,1, 96,2 in 97,0 MHz**.

OBISK IZ AVSTRIJE Irena Radanović



Obisk iz Avstrije

Foto: Združenje DLAN

V torek, 21. aprila 2026, smo v Združenju gluhoslepih Slovenije DLAN prijazno gostili obisk iz Avstrije, Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs, v okviru programa Erasmus+. Skupaj smo si izmenjali izkušnje, predstavili delovanje Združenja gluhoslepih Slovenije DLAN ter spregovorili o številnih socialnovarstvenih programih in projektih, ki jih izvaja združenje. Obenem smo spregovorili o jeziku gluhoslepih, osebni asistenci in projektu Sled dotika.

Uporabniki Združenja DLAN so s ponosom delili svoje težke življenjske zgodbe in izkušnje, gostje pa so predstavili, kako delo poteka pri njih. Tovrstna srečanja so vedno dragocena priložnost za povezovanje, učenje in širjenje dobrih praks. Iskrena zahvala vsem sodelujočim.

GAAD SLOVENIJA 2026



Vabljeni na brezplačno konferenco

Foto: Zavod A11Y.si

Ob svetovnem dnevu ozaveščanja o dostopnosti vas vabimo na brezplačen strokovni dogodek **GAAD Slovenija 2026**, ki bo v sredo, **20. maja 2026**, od **8.30 do 15.00** na **URI Soča v Ljubljani**, z možnostjo udeležbe **v živo ali na daljavo**. Letošnji program postavlja v ospredje dostopnost kot temo, ki se ne nanaša le na spletne strani ali posamezne tehnične

rešitve, temveč posega tudi na področje zakonodaje, nadzora, medijev, vsebin, produktov, kulture, izobraževanja in vsakdanjih storitev.

Na dogodku bodo sodelovali predstavniki institucij, organizacij in strokovnjaki iz različnih področij, ki bodo predstavili:

- aktualne informacije s področja zakonodaje in nadzora,
- dostopnost spletišč in mobilnih aplikacij,
- dostopnost avdiovizualnih medijskih storitev,
- kognitivno dostopne vsebine in lahki jezik,
- dostopnost informacij v občinah in organizacijah,
- dostopnost produktov, kot so bankomati in samopostrežni terminali,
- ter tudi primere dostopnosti zunaj ožjega digitalnega okolja.

Dogodek organiziramo Zavod A11Y.si, Evropski center virov o dostopnosti AccessibleEU, in Nacionalni svet invalidskih organizacij Slovenije (NSIOS) . (vir: **Zavod A11Y.si**)

ZVEZA SONČEK MED PARTNERJI NOVEGA ČEZMEJNEGA PROJEKTA IstraECOinclusive Staša Pust



Zveza Sonček kot partner v projektu IstraECOinclusive

Foto: Zveza Sonček

Zveza Sonček je 22. aprila 2026, na svetovni dan Zemlje, postala partner čezmejnega projekta **IstraECOinclusive** v okviru programa Interreg Slovenija–Hrvaška. Projekt povezuje sedem partnerjev in razvija trajnostno ter vključujočo turistično destinacijo s poudarkom na dostopnosti in poti Parenzana. Trajal bo do leta 2028, z 1,4 milijona evrov vrednim proračunom (80 % sofinanciranje EU).

V Zvezi Sonček že dolgo razvijamo inkluzivne (turistične) programe tudi v Centru Sonček Elerji, kjer omogočamo dostopne počitnice in aktivnosti za vse.

Več: <https://www.soncek.org/zveza-soncek-med-partnerji-novega-cezmejneg-projekta-istraecoinclusive/>



OKROGLA MIZA OB 20. JUBILEJU MEDNARODNEGA FESTIVALA IGRAJ SE Z MANO

Boštjan Kotnik



20 let Mednarodnega festivalnega leta "Igraj se z mano" – ali je program Družabništvo lahko eden od sistemskih rešitev za naslednjih 20 let?

20 let Mednarodnega festivala Igraj se z mano

Foto: Igraj se z mano

Ob pomembnem jubileju – 20 let Mednarodnega festivala Igraj se z mano – vas z veseljem **vabimo na okroglo mizo**, kjer bomo skupaj razmišljali o prehojeni poti in predvsem o prihodnosti inkluzije oz. vključevanja. V dveh desetletjih je festival postal prostor srečevanja, povezovanja in razblinjanja stereotipov ter predsodkov. Pokazal je pot in da inkluzija oz. vključevanje ni le iluzorna ideja, temveč lahko postane realnost (vsaj za festivalski dan), ki jo živimo.

Ključno vprašanje, ki ga odpiramo, pa je:

Kako iz festivalske izkušnje inkluzije ustvariti vsakodnevno prakso, tako v šoli, kot doma, individualnem socialnem okolju in družbi nasploh? "Inkluzija se ne zgodi na odru – zgodi se v odnosu. Če smo 20 let gradili prostor srečanja, je čas, da začnemo graditi odnose, ki trajajo."

Na okrogli mizi se bomo spomnili in osvetlili:

1. refleksija 20 let Mednarodnega festivala (leta) »Igraj se z mano«
2. aktualnost, praktično pozabljenih 11-ih sklepov okrogle mize v Državnem svetu z naslovom »Vloga šole danes in jutri«, sklenjenih 18.4.2019
3. predstavitev programa Družabništvo in kampanje »Družabništvo za vse« , kot odgovor na sistemsko (socialno) izključenost otrok in mladih z invalidnostjo in razprava.

**Okrogla miza se bo odvila 20. maja ob 11.00 uri
v prostorih Univerze v Ljubljani, Kongresni trg 12**

Foto: Igraj se z mano

Razpravljavci v sproščnem vzdušju in pogovoru bodo:

- Dr. **Julija Čeru**, dr. **Dušan Rutar**, dr. **Matej Rovšek** in **Boštjan Kotnik**.

Vabljeni k razpravi bodo tudi predstavniki MVI, MDDSZ, SP, ZRSŠ, ZASSS, univerz, različnih stanovskih združenj, NVO-jev in druga zainteresirana javnost.



SUVERENA PARAROKOSTRELCA Drago Perko



Živa Lavrinc

Foto: Sportida

Evropsko prvenstvo v paralokostrelstvu, ki je potekalo v rimskem Centro Polifunzionale Polizia di Stato, se je zaključilo z odličnimi nastopi slovenske reprezentance ter **izjemnim dosežkom Žive Lavrinc**. Ta je v posamični konkurenci osvojila **srebrno medaljo** in še enkrat več potrdila svoj status v svetovnem vrhu paralokostrelstva.

Živa Lavrinc je skozi celotno tekmovanje nastopala izjemno suvereno. V kvalifikacijah je zasedla 2. mesto, nato pa v izločilnih bojih najprej v osmini finala premagala Viktorijo Safronavo s 6:0, v četrtfinalu Mileno Olszewski prav tako s 6:0, v polfinalu pa Margarito Sidorenko s 7:3. V velikem finalu je morala priznati premoč Italijanki Elisabetti Mijno, ki je zmagala s 7:1.

Slovenija je na prvenstvu **nastopila v štiričlanski zasedbi**, kar predstavlja pomemben napredek reprezentance. »Zelo vesela sem napredka ekipe, ki se je iz dveh povečala na štiri članice. To je velik korak naprej in želim si, da Slovenija v prihodnje nastopa v še večji zasedbi, kot to uspeva velikim reprezentancam, kot sta Turčija in Italija. To je nekaj posebnega – imeti močno ekipo na evropskih in svetovnih prvenstvih. Iskrene čestitke tudi našim fantom za odlične nastope – **Henrik Plank** je dosegel več desetk, **Matej Auguštin** pa je osvojil izjemno četrto mesto v kategoriji slepih in slabovidnih, prvič v zgodovini. Res vrhunsko! Gremo naprej, gremo dalje – zdaj pa nazaj na trening. Hvala vsem za podporo in navijanje,« je dodala Lavrinc.

Tudi ostali slovenski predstavniki so prikazali borbene nastope. **Dejan Fabčič** in debitant **Henrik Plank** sta tekmovanje zaključila v osmini finala. Fabčič je bil osmi po kvalifikacijah, Plank pa šestnajsti.

Posebno zgodbo prvenstva je spisal **Matej Auguštin**, ki je na svojem debiju v kategoriji slepih in slabovidnih osvojil odlično četrto mesto. V četrtfinalu je s 6:0 premagal Jordija Casellasa Albiola, v polfinalu pa po tesnem obračunu izgubil proti Matteu Panariellu s 4:6. V boju za bronasto medaljo je bil uspešnejši Ruben Vanhollebeke (6:0), Auguštin pa je tekmovanje zaključil tik pod zmagovalnim odrom.

V tekmi mešanih dvojic je **ekipa Živa Lavrinc / Dejan Fabčič** osvojila 5. mesto.

USPOSABLJANJE ZA SPREMLJEVALCE SLEPIH IN SLABOVIDNIH KOLESARJEV

Katarina Lukešević

USPOSABLJANJE SPREMLJEVALCEV SLEPIH IN SLABOVIDNIH KOLESARJEV

Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije 16.5.2026, med 9. in 16. uro, pripravlja usposabljanje za spremljevalce slepih in slabovidnih kolesarjev.

Brezplačno usposabljanje bo potekalo v Knjižnici slepih in slabovidnih Minke Skaberne na Kotnikovi 32 v Ljubljani.

Prijave sprejemamo do 11.5.2026 na: klicni.center@zveza-slepih.si ali na telefon: 01 4700 244

Pridruži se Mreži spremljevalcev za preprečevanje socialne izključenosti slepih in slabovidnih!

Bi lahko svobodo kolesarjenja in veter na licih s teboj začutil še nekdo?

PRIDRUŽI SE NAM - KOLESARIMO SKUPAJ!

ZDSS
Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije

Vabljeni na brezplačno usposabljanje

Foto: ZDSSS

Tudi slepa ali slabovidna oseba lahko kolesari. V ta namen Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije v okviru programa **Mreža spremljevalcev za preprečevanje socialne izključenosti slepih in slabovidnih** pripravlja brezplačno usposabljanje za spremljevalce slepih in slabovidnih kolesarjev.

S tem programom želi zveza povezati slepe in slabovidne z videčimi spremljevalci. Na tak način jim tudi ponuja več možnosti za gibanje, saj ima slepa in slabovidna oseba enako potrebo po gibanju kot jo ima oseba, ki vidi.

Usposabljanje bo potekalo v soboto, **16. maja 2026**, med **9. in 16. uro** v **Knjižnici slepih in slabovidnih Minke Skaberne**, ki se nahaja na Kotnikovi 32 v Ljubljani. Usposabljanje s praktičnim delom spremljanja pri kolesarjenju bosta izvajala **Brigita Kosi** in **Aleš Dragar**. Prijavo na usposabljanje sprejemajo do ponedeljka, 11. maja 2026, na telefonski številki **01 4700 244**. Lahko pa jim pišete tudi na e-naslov: klicni.center@zveza-slepih.si.

POREKLO BESEDE PERGAMENT

Zoran Radonjić »Žonki«

Pergament – pisna podlaga iz strojene kože. Ime je dobil po **maloazijskem mestu Pergamon**, kjer je bilo središče proizvodnje pergamenta v starem veku. Navadno je bil iz ovčje, telečje ali kozje kože; najboljšega so izdelovali iz kože mladega ali mrtvorojenega teleta.

Listi pergamenta so bili sicer dražji od papirusovih zvitkov, vendar so imeli pomembne prednosti, saj so jih lahko prepogibali in šivali, pisanje na njih pa je bilo lažje in lepše. Srednjeveški ljudje so nam na njih zapustili največji del svoje in posredovali del antične duhovne dediščine.

BRALNI KOTIČEK KOT PODPORA UČENJU OSEB Z GLUHOSLEPOTO

Maja Rožac Mihovec



Bralni kotichek

Foto: Združenje DLAN

V Združenje gluhoslepih Slovenije DLAN v okviru projekta **Dlan Bere** smo ustvarili poseben bralni kotichek – tablo, na katero z velikimi in jasno zapisanimi črkami dodajamo besede, ki so našim uporabnikom nove ali manj poznane.

Bralni kotichek **omogoča vizualno in taktilno podporo pri usvajanju besedišča**, hkrati pa spodbuja ponavljanje in postopno utrjevanje znanja. Besede na tabli se redno menjavajo in dopolnjujejo. Tako kotichek ostaja živ, aktualen in neposredno povezan z vsakdanjim življenjem. Takšen pristop ne predstavlja le učnega pripomočka, temveč tudi prostor motivacije, sodelovanja in vključevanja. Bralni kotichek spodbuja radovednost, krepi samozavest pri izražanju ter omogoča učenje na način, ki je dostopen in prijazen posamezniku.

Projekt Dlan Bere s tem dokazuje, da lahko tudi majhne ideje ustvarijo velike premike v razumevanju in komunikaciji.

INPLANINCI NA PORTUGALSKI CAMINO: 14 DNI HOJE KOT PREIZKUS TELESA IN VOLJE

27 inPlanink in inPlanincev se bo v soboto, **9. maja 2026**, v zgodnjih jutranjih urah podalo na enega največjih izzivov doslej — **14-dnevno hojo po portugalskem Caminu ob Atlantskem oceanu**. Prve korake bodo naredili že v nedeljo, 10. maja, ko bodo začeli svojo več etapno pot proti Santiagu de Composteli.

V 27-članski odpravi sodelujejo **slepi in slabovidni, gibalno ovirani, dolgotrajno bolni ter nevrrozlični pohodniki**, ki jih **spremljajo vodniki, spremljevalci in prostovoljci**. Mnogi so za Camino namenili svoj dopust, z njimi pa bo pot delil tudi **pes vodič**. Skupina tako znova dokazuje, da so tudi zahtevnejše pohodniške poti lahko dostopne širšemu krogu ljudi.

Ideja za Camino se je rodila po navdihu pripovedi enega izmed spremljevalcev, ki je pot že prehodil. »Ko smo poslušali njegovo izkušnjo, smo se vprašali — zakaj ne bi šli tudi mi,« se spominjajo udeleženci. Odgovor je bil enoten: »Gremo.«

Priprave na pot potekajo že od leta 2024. Poleg zahtevne organizacije in logistike vključujejo številne pohode, s katerimi udeleženci krepijo telesno pripravljenost in vzdržljivost. »To ni samo fizična priprava, pomembno je tudi, da misli usmeriš k cilju in verjameš, da zmoreš,« poudarja vodja Odbora inPlaninec **Jurček Nowakk**. Del priprav je bil tudi vikend v Prekmurju, kjer so v treh dneh hoje preizkusili svojo pripravljenost na Pomurski planinski poti. O podvigu je nastal zapis *Od žiga do žiga v Prekmurju — inPlaninci korak bližje Caminu*.

Portugalski Camino se od poti, ki jih inPlaninci običajno opravljajo v Sloveniji, razlikuje predvsem po svoji dolžini in dinamiki. Gre za več dni zaporedne hoje, pogosto ob obali, kjer pohodnike spremljajo veter, sonce in odprti razgledi. »To bo nova izkušnja, tako dolge poti še nisem hodila,« pove Irena Veber. Med udeleženci so prisotna različna pričakovanja — od navdušenja nad novimi kraji do razmislekov o zahtevnosti poti. »Uf, zelo se veselim ... malo me skrbi dolga vožnja, ampak s pravo družbo bomo zmogli,« dodaja udeleženka Antonija Zupančič — Zvonka.

Pred inPlaninci je tako 14 dni hoje, ki bodo več kot le premagovanje kilometrov — bodo zgodba o pogumu, sodelovanju in preseganju meja. (vir: **Odbor inPlaninec**)

KNJIGE VABIJO SKORAJ ZLOČIN Borut Pogačnik

Bog je dal človeku hrepenenje, za cilj pa ga je
ukanil. Pokazal je hromcu strmo pot: ná, hodi! –
bergle pa mu ni dal ...

Lepa Vida

Srce ne pozna malenkosti: Misli Ivana Cankarja, stran 17, Cankarjeva založba, 2018 Foto: ZIFS

Črtice **Ivana Cankarja** nam pričarajo Ljubljano na med obema preteklima stoletjema, kot na primer v črtici **Mona Lisa**, kjer smo za začetek pozorni v njenem imenu na kar dva N-ja. Potem pa kje drugje izvemo, da so nekoč Italijani Monno Liso poimenovali točno tako.

Naš največji pisec v tej kratki zgodbi povede bralca do neuresničene nečistovanja, ko neko nedeljo popoldan v gostišču njegov protagonist sreča manj prijetnega znanca Bennatija in njegovo lepo ženo Lido, ki ga spominja na Leonardovo Mona Liso. V hipu se vanjo zaljubi, kljub zrelem letom in statusu poročenega uglednega meščana.

Da bi našel pot do njene družbe, si umisli domišljene načine ter na koncu celo kupi umetniško sliko in jo podari Bennatiju, ki mu je izjemno hvaležen, a to ga ne pripelje do stika z osebo v katero je bolešno zaljubljen. Še več: pod vplivom alkohola vdre v hišo in celo v spalnico lepe Lide, vendar le z namenom, da bi jo samo videl.

Zatem se moža stepeta in vse bi se lahko končalo v hudem zločinu. Vendar pa mojster slovenske umetniške besede na izbrušen način opiše gnus, ki ga občuti njegov protagonist do moža lepe žene. Takšno podobo tega moža, je nosil v sebi že prej o njemu veliko prej preden je prišlo do srečanja v gostilni, kjer je bil z ženo Lido. Zdaj pa se je pred njim razkrajal do najnižjih ravni, zlasti ko mu je podaril umetniško sliko. Sluzavost njegovega značaja je opisana pretanjeno psihološko na podoben način kot je to počel **E. A. Poe** v svojih groteskah. Priznati je potrebno, da naš Cankar v tem pogledu v ničemer ne zaostaja.

BELETRINA Z IZJEMNIMI ŠTIRIMI NOMINACIJAMI ZA 36. KRESNIKA Inesa Grobler



Nominiranci za kresnika 2026

Foto: Beletrina

V izboru za 36. kresnika so med desetimi izbranimi romani tudi štiri dela Beletrine: Voranc Toneta Partljiča, Tam, kjer plešejo tulipani Irene Svetek, Ogenj Aleša Štegra in Obračun Kaje Teržan. Preostali nominiranci so še Kresničevje Ajde Bračič, Dete iz gozda Sergeja Curanovića, Obraz Vesne Lemaic, Trafikant Romana Rozine, Ušabti Agate Tomažič in Iz strasti Ivana Vogriča.

Kresnik, ki ga časnik Delo podeljuje od leta 1991, velja za najpomembnejšo slovensko literarno nagrado za roman in tradicionalno doseže vrhunec z razglasitvijo nagrajenca na kresni večer, 23. junija.

Po izboru žirije, ki jo vodi Igor Bratož, letošnja deseterica odraža »široko tematsko obzorje slovenskega romanopisja« in potrjuje, da je »zdravje sodobnega slovenskega romana dobro«. Med izbranimi deli je pet avtoric in pet avtorjev, izbor pa vključuje tudi več prvencev, kar dodatno poudarja raznolikost in ustvarjalno vitalnost literarne krajine

IZBRANI POGOVORI V KNJIGARNI PRIMUS: DEPRESIJA IN USTVARJALNOST



DEPRESIJA IN USTVARJALNOST

petek, 8. maja, ob 18. uri

Knjigarna Primus Ljubljana
Cesta Ljubljanske brigade 23a, 1000 Ljubljana

Izbrani pogovori v knjigarni Primus

Predstavitve nove knjige dr. Vladimirja Miloševića

Foto: Založba Primus

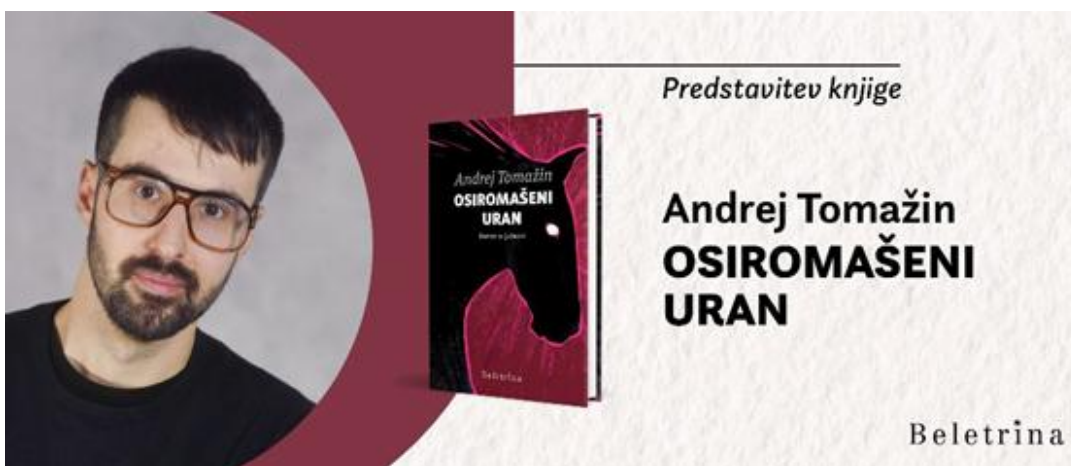
Vabimo vas na navdihujoč literarno-pogovorni večer ob izidu nove knjige dr. Vladimirja Miloševića **Depresija in ustvarjalnost** v petek, 8. maja 2026, ob 18. uri v Knjigarni Primus. Brezplačni dogodek je dostopen za invalide.

Je mogoče, da se prav v bolečini skriva ustvarjalni potencial? Je terapevtska sprememba lahko tudi dejanje ustvarjanja? Dr. **Vladimir Milošević**, psihiater in psihodramski terapevt, v knjigi odpira izviren pogled na depresijo kot »zaklenjeno ustvarjalnost« – stanje, v katerem se izgubijo spontanost, energija in stik z lastno ustvarjalno močjo. Hkrati pa pokaže, kako se lahko prav iz teh zastojev rodi drugačen odnos do sebe, drugih in sveta.

Avtor bo predstavil ključne ideje knjige, v pogovoru pa se mu bodo pridružili **Tomi Janežič**, režiser in **Ana Rokvić**, psihodramska psihoterapevtka (ECP). Skupaj bodo odpirali vprašanja o: depresiji kot notranjem ustvarjalnem zastoj, psihoterapiji kot procesu osebnega samoustvarjanja, moči psihodrame in ustvarjalnega izraza, možnostih, da iz stiske nastane nova življenjska smer.

To ne bo le predstavitev knjige, temveč prostor za razmislek, stik in nova vprašanja o duševnem zdravju in človekovi sposobnosti spremembe. **Prijave** na brezplačni dogodek so obvezne, saj je število mest omejeno. Prijavite se na: <https://dogodki.primus.si/dogodki/drugacnodogodek-depresija-in-ustvarjalnost.html> (vir: Založba Primus)

PREDSTAVITEV ROMANA OSIROMAŠENI URAN ANDREJA TOMAŽINA Inesa Grobler



Vabljeni na predstavitev romana *Osiromašeni uran*

Foto: Beletrina

Vabljeni na predstavitev romana **Osiromašeni uran Andreja Tomažina**, ki bo v sredo, **13. maja 2026**, ob **18. uri**, v **Knjigarni Beletrina Ljubljana**. Z avtorjem se bo pogovarjal **Robert Bobnič**. Svojo udeležbo na dogodku sporočite na naslov: pr@beletrina.si

Roman o ljubezni in bližini, ki razkriva njuno moč in krhkost. Osiromašeni uran je roman, v katerem se spomini in sanje stapljajo z digitalnimi rutinami in algoritmi nasilja. Na pejsažu sodobne Evrope, zaznamovane s premreženostjo družbe in sencami katastrofalnih dogodkov 21. stoletja, protagonist navigira skozi življenje na podeželju in razgrinja razpoke v lastni preteklosti, odnosih in svetu, v katerem se je pojmovanje bližine spremenilo.

Tomažin natančno beleži, kako digitalne navade preoblikujejo intimnost, družino, prijateljstvo in ljubezen, ter razkriva, kako pri tem prihaja do kratkega stika med zaslonom in kožo, podatki in čustvi, resnico in njeno simulacijo.

V osrčju pripovedi sta brezposelni oče in njegova petletna hčerka, ki poskušata po razpadu družine ponovno osmisliti svoj vsakdan, v ta odnos pa se vrvata preteklost, ki ju le stežka izpusti iz svojih krempljev, ter prihodnost, ki lebdi nad njima kot Damoklejev meč.

V svetu zdravstvenih ustanov, spletnih pretočnih platform za odrasle in vonja po konjskem gnoju se bije bitka, v kateri sta na tnalno postavljena krhkost ljubezni in realnost starševstva.

V LAŠKEM SE ZAČENJA NAJVEČJI PARANAMIZNOTENIŠKI TURNIR NA SVETU

Drago Perko



Turnir v Laškem

Foto: Zsis.si

V Laškem bo med **5. in 15. majem** v ospredju **vrhunski namizni tenis za parašportnike**. I Feel Slovenia Open Thermana Laško, ki ga organizira **Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite**, tudi letos prinaša izjemno močno mednarodno konkurenco. Na sporedu bosta kar dva turnirja: med 5. in 9. majem bo potekal **Challenger**, med 11. in 15. majem pa **Elite**. Na ITTF World Para Challenger je prijavljenih 336 igralcev in 151 članov spremljevalnega osebja iz 45 držav, medtem ko bo na ITTF World Para Elite nastopilo 296 igralcev iz 40 držav.

Slovenijo bodo v Laškem zastopali Primož Kancler, Peter Jereb, Tomaž Rabuzin, Andreja Dolinar, Barbara Meglič, Karin Praček in Luka Trtnik, v elitnem delu turnirja pa se bosta ekipi pridružila še Gašper Mlakar in Ljubiša Gajić. »Vsi verjamemo v dobre predstave in se veselimo zanimivih ter kakovostnih dvobojev. Na turnirju bomo spremljali tudi nastope v dvojicah, kjer bosta igrala Karin in Luka,« je povedal trener **Nik Velikonja**.

»Dobili smo zahteven žreb, a na takem turnirju ni slabih tekmecev. Odigrali bomo borbeno, forma je prava,« je dodal trener **Bojan Lukežič**, ki vodi **igralce na invalidskih vozičkih**. Trio Luka Trtnik, Karin Praček in Ljubiša Gajić je pred dnevi že nastopil na turnirju v Podgorici. »Nastopa Karin in Luke lahko ocenim kot zelo dobra. Karin je pokazala napredek, a ima še rezerve za višji nivo. Luka prav tako kaže dobro formo, manjka mu še ena zmaga za pravi zmagovalni ritim,« je ocenil Velikonja.

»Veseli smo, ker se v Laško vrača Azija. Tu se bo merilo 35 kitajskih igralcev in 23 Korejcev. Vsi vemo, da je namizni tenis doma v Aziji. Tako močna udeležba daje močan pečat in potrditev našemu turnirju,« je poudaril **Damijan Lazar**, predsednik organizacijskega odbora turnirja in predsednik Slovenskega paralimpijskega komiteja. Letos mineva tudi 15 let od prvega nastopa kitajskih tekmovalcev v Laškem – premierno so nastopili leta 2011 na 8. izvedbi turnirja I Feel Slovenia Open Thermana Laško 2011.

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), Boris Horvat Tihi (ZDGNŠ), Anja Pišlar (Zveza Sožitje), Edvard Rednak (ZMS), Drago Perko (Zveza ŠIS – SPK), Staša Pust (Zveza Sonček so.p.), Niko Kostjukovskij (predstavniki bralcev)

Izhajanje revije podpirata Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij in Ministrstvo za kulturo.