

# Svet invalidov

revija invalidskih društev Mestne občine Maribor





## Kolofon

### **Glasiło Sveta invalidov Mestne občine Maribor**

Izdajatelj: Svet invalidov MOM

Spletna stran: [www.maribor.si](http://www.maribor.si)

### **Naslov:**

Informacijska pisarna za invalide

Mestna občina Maribor, Ul. Heroja Staneta 1

2000 Maribor

Telefon: 02/2201-202

Telefaks: 02/2201-244

e-naslov: [invalidi@maribor.si](mailto:invalidi@maribor.si)

### **Uredniški odbor:**

Slavica Jauševc, Milan Kotnik

Posamezni avtorji prispevkov in fotografij so objavljeni na straneh društev, ki v glasilu predstavljajo svoje poslanstvo in aktivnosti.

### **Tisk:**

Dravski tisk d.o.o.

### **Naklada:**

3.000 izvodov

## Vsebina

3. stran	Uvodne besede
4. stran	Društvo bolnikov po možganski kapi
5. stran	Športne igre invalidov
6. stran	Društvo diabetikov
8. stran	Društvo distrofikov
10. stran	Društvo gluhih in naglušnih Podravja Maribor
12. stran	Društvo ILCO Maribor
13. stran	INKONT – Humanitarna organizacija Maribor
14. stran	Društvo paraplegikov severne Štajerske
16. stran	Društvo študentov invalidov
18. stran	Medobčinsko društvo slepih in slabovidnih Mb
20. stran	Društvo invalidov Maribor
	Sonček – mariborsko društvo za cerebralno paralizo
23. stran	Vključevanje invalidov v EPK

# Obvestilo!

**Informacijska pisarna za invalide posluje v prostorih Mestne občine Maribor, Ulica heroja Staneta 1, soba 237/II. nadstropje.**

Za osebe na invalidskih vozičkih in druge gibalno ovirane osebe je dostop urejen z dvigalom, vhod z dvoriščne strani občinske stavbe.

Svoja vprašanja lahko pošljete tudi na e-naslov [invalidi@maribor.si](mailto:invalidi@maribor.si) ali nas pokličete na tel. številko 02/2201 202.

**Uradne ure: od pon. do pet. od 10.00 - 12.00.**

## **Invalidom nudimo:**

- osnovne informacije za urejanje osebnih dokumentov in drugih osebnih opravkov na Upravni enoti Maribor in Mestni občini Maribor;
- informacije o lokacijah in delovanju invalidskih društev v Mariboru;
- pomoč pri reševanju problemov, napotitve na ustrezne institucije, posredovanje kontaktov in informiranje o strokovnih službah MOM.

**SVET INVALIDOV MOM,**

**sekretarka:** Ana Mandl,

**Kontakt med uradnimi urami:** od pon. do pet. od 10.00 - 12.00

**Telefon:** 02/ 220 12 02, **e-naslov:** [ana.mandl@maribor.si](mailto:ana.mandl@maribor.si)

**Spoštovani!**

Kot predsednik Sveta invalidov MOM vam ob izdaji naše že tretje skupne številke glasila iskreno čestitam. Ponosen sem, da lahko z vašo pomočjo tudi na ta način obveščamo in informiramo druge o naših in vaših aktivnostih, doživetjih in zanimivostih.

V Svet invalidov je vključenih že več kot 20 mariborskih invalidskih društev. To kaže na vse večje zavedanje in prizadevanje vseh, ki se srečujemo z invalidsko problematiko, da s skupnimi močmi bolj uspešno opozarjamo na ugotovljene probleme in jih tako mnogo učinkoviteje rešujemo.

Kot primer našega dobrega sodelovanja naj omenim projekt »Odprava arhitektonskih ovir za invalide in ureditev javnih prometnih površin za potrebe slepih in slabovidnih v centru mesta Maribor«, ki

se letos končuje z izdelavo tipnih zemljevidov in posodobitvijo karte dostopnih lokacij. Za nami je že mnogo uspešno dokončanih projektov, na primer izgradnja dvigala v občinski stavbi, sodelovanje v projektih Evropske prestolnice kulture in drugo.

Kmalu bo v MOM ustanovljen Urad za starejše in invalide, ki bo še bolj intenzivno deloval na reševanju problematike invalidov in starejših oseb. Verjamem, da bomo tako skupaj še uspešneje nadaljevali načrtano pot v boljšo prihodnost.

Zahvaljujem se vsem avtorjem vsebin in fotografij, uredništvu in donatorjem ter drugim sodelavcem, ki so omogočili izdajo glasila. Za naprej si lahko samo želim tako dobrega in uspešnega sodelovanja!

**podžupan Milan Miki**  
predsednik Sveta invalidov MOM

## **OBVESTILO ZA NAGLUŠNE OSEBE S SLUŠNIM APARATOM**

***V stavbi Mestne občine Maribor, Ulica heroja Staneta 1,  
si lahko izposodite CM sistem  
(indukcijsko zanko) za pomoč pri urejanju zadev v stavbi.***

**PREVZAMETE JO LAHKO PRI VARNOSTNIKU  
OB PREDHODNI IDENTIFIKACIJI IN  
VPISU NA SEZNAM.**

**<http://www.maribor.si/podrocje.aspx?id=744>**

## BILI SMO V BELI KRAJINI

**Avtor:** Boris Hojnik

**Fotografije:** Arhiv društva DBMKP

V okviru akcije »Klub – klubu« smo 17. maja obiskali klub Zeleni Jurij v Črnomlju. Tokrat smo krenili iz Maribora malo bolj zgodaj, saj je do Metlike kar lepa razdalja. Peljali smo se do Novega mesta, preko Gorjancev do Metlike, kjer nas je že čakal Toni Muc z ženo in vodičko. Ta se nam je pridružila na avtobusu, pot pa smo nadaljevali preko Adlešičev do Žuničev. Tu smo si ogledali značilnosti uskoške domačije, imenovane »Šokčev dvor«. To je eden izmed zavarovanih kulturnih spomenikov v Krajinskem parku Kolpa.

Skrbnika dvora sta nas v narodni noši pogostila s pogačo in kozarčkom ter nam razkazala prostore. Bilo je zelo zanimivo. Naslednji postanek je bil v Vinici, kjer smo si ogledali rojstno hišo Otona Župančiča. Tu so na ogled njegove knjige, rokopisi, pisma, slike in podobno.

Iz Vinice smo nadaljevali pot do kraja Dragatuš, kjer smo imeli v gostilni »Župančičev hram« kosilo. Gostilničar nam je povedal marsikaj zanimivega o pesniku. Vodička

in mlajši Belokranjec sta nam zrecitirala nekaj njegovih pesmi. Še malo smo se družili z domačini, nato pa pot pod noge. Tudi nazaj je bila vožnja dolga. Polni prijetnih vtisov smo se odpravili čez Gorjance proti domu.

### **Druženje na izletu**

Letošnji izlet je bil 31. maja. Potekal je po konjiškem območju. Po prihodu v Slovenske Konjice smo se ustavili pri Čebelarstvu Žvikart. Lastnika sta nam povedala marsikaj o pomenu čebel, pridelavi medu, pokusili smo razne vrste medu ter si ogledali delovne prostore. Pot smo nadaljevali do vrtnarije, kjer imajo vrtnarski center in živalski vrt. Pot smo nadaljevali na drugo stran Konjiške gore, mimo Žič do Žičke kartuzije. Pričakala nas je vodička in nas popeljala k ostankom včasih mogočnega obzidja kartuzije. Tu je bil tudi zeliščar, ki nam je povedal nekaj zanimivosti o zdravilnih zeliščih in pripravkih, ki jih dela iz njih. Sprehodili smo se po sobanah, kjer so na ogled razni dokumenti, zapisi, oblačila itd. Ustavili smo se tudi pri lončarju, ki nam je pokazal izdelavo izdelkov iz gline. Ustavili smo se še v Gastužu, najstarejši gostilni na Slovenskem. Pot smo nadaljevali do Loč, kjer smo imeli kosilo v izletniški kmetiji Lopan. Za nami je bil lepo in prijetno preživet dan ter nova spoznanja in nova doživetja. Nasvidenje do naslednjega druženja!





vlakec »Jurček«, ki nas je po krožni vožnji po mestu odpeljal do Taborke, kjer smo imeli kosilo. Družba je bila prijetna in vesela, pa Martin – in kjer je Martin, je tudi harmonika. Ob njegovem igranju so nekatere zasrbeli podplati, da so se zavrteli po plesišču. Sledilo je slovo od Mariborčanov in še postanek na Lentu. Tu nas je pri Glavnem odru pričakal in pozdravil g. Rukavina, direktor Narodnega doma in Festivala Lent. Od tu smo šli na sprehod do Stare trte. Še slika za spomin, pozdrav in srečno Dolenjci!

#### **Turnir v mini golfu**

Na letošnje (prvo) praznovanje okroglih obletnic članov mariborskih KAPnikov (12), ki je bilo v sredo, 26.09.2012, v Deželi pri Lešniku, se nas je zbralo okrog 30. Škoda, da so bili nekateri odsotni. Kapnikom oprostimo, da so pozabili, kje in kdaj je bilo to srečanje. Levji delež pri organizaciji in pripravi je imela Majda

P-L. Pripravila je okusne kruhke, pecivo itd. Pa tudi Anica V. nas je počastila s sladico, ki jo je sama spekla. V gostilni smo imeli zelo okusno kosilo, ki je nasitilo še takšnega »volka«. Lahko, da je bila kakšna izjema. Našlo se je tudi kaj tekočega za poplaknit grlo. Da pa ne bi samo jedli, pili in sedeli, smo zbrali ekipe za rusko kegljanje. Do tekme pa sploh ni prišlo, ker je na ogrevanju Ivo zalučal kroglo tako močno, da se je odtrgala z vrvice. Tehnična pomoč je predolgo odpravljala napako, zato smo se preselili k mini golfu. Tekma je bila zelo napeta, na koncu pa smo bili slavljenji poraženi. Svojci nam niti tu niso pustili veselja. Ob naslednji priložnosti sledi povratni dvoboj. V prijetnem in krasnem okolju Dežele pri Lešniku je minilo še eno prijetno druženje v krogu naših članov. Upam, da bomo takšna druženja še večkrat ponovili.

#### **Dolenjci v Mariboru**

V času Festivala Lent in v okviru akcije »Klub – klubu« so bili v sredo, 27.06.2012, na obisku v Mariboru člani Dolenjskega kluba, katerim so se pridružili člani Posavskega kluba in kluba Zeleni Jurij. Po prihodu je sledil avtobusni ogled Maribora - Betnava, Pohorska vzpenjača, Koroški most, Ljudski vrt, železniška postaja in sprejem v Šubičevi. Tam je bilo razno pecivo (ve se, katere rade in dobro pečejo), pijača in kava, pa seveda pozdravi. Nato smo pot nadaljevali do centra mesta ter se ustavili pri Kinu Partizan, kjer smo si ogledali bakreno razstavo, ki jo je pripravil Pokrajinski muzej. Razdelili smo se v dve skupini - ena si je ogledala razstavo, druga pa se je sprehodila do Trga svobode, kjer je ravno potekal predstavitveni mimohod skupin, ki so nastopale na Folkartu, na Festivalu Lent. Nato sta se skupini menjali. Po ogledu nas je pričakal

# DIABETES IN ŠPORT

**Avtor prispevka:** Anica Rep

**Avtor fotografij:** arhiv društva in Valentin Golčar

Diabetes oziroma sladkorna bolezen je resna kronična bolezen, ki v svetu izredno hitro narašča. Pogostost sladkorne bolezni je veliko večja v razvitem kot v nerazvitem svetu. Glavni vzroki za epidemijo sladkorne bolezni so staranje prebivalstva, nezdravo prehranjevanje, čezmerna telesna teža, debelost ter sedeč življenjski slog. Zato je pri sladkorni bolezni zelo pomembna telesna dejavnost kot terapija in preventiva.

Telesna aktivnost zmanjšuje količino sladkorja v krvi, zmanjšuje krvni tlak in raven holesterola v krvi ter blaži posledice stresa in nas sprošča. Ima pomembne preventivne učinke: zmanjšuje povečano telesno težo in preprečuje nastanek debelosti. Pomembna sta redna vadba in aktiven življenjski slog.

V Društvu diabetikov Maribor že vrsto let posvečamo posebno pozornost raznim oblikam športnih aktivnosti in rekreacije, zato ni naključje, da zelo aktivno deluje športna sekcija, ki vodi in vključuje člane društva v steznem kegljanju, namiznem tenisu, pikadu in ruskem kegljanju. Navedene aktivnosti izvajamo enkrat tedensko v najetih dvoranah čez celo leto in so za udeležence brezplačne. Poleg tega delujejo tudi druge sekcije za oblike rekreacije, kot je pohodništvo, kjer organiziramo štiri do pet planinskih pohodov na leto. Okrevanja je oblika rekreacije, ki jo organiziramo na morju ali v zdravilišču, in traja teden dni. Za udeležence pripravimo tudi predavanja in razne športne aktivnosti. V letošnjem letu smo organizirali tri okrevanja. Za vse tiste člane, ki se želijo rekreirati v

bazenu, je poskrbljeno v Termah Maribor v Medicinskem centru Fontana. Ob predložitvi članske izkaznice lahko celo leto plavate po nižji ceni.



Pregled športnih aktivnosti v letu 2012

## 1. Športni pikniki

Športno-rekreativni pikniki so oblika aktivnosti članov,



kjer želimo v enodnevnem izletu združiti kratek pohod, razna tekmovanja in predvsem dobro voljo. Organizirali smo dva športno-rekreativna piknika, in sicer spomladanskega 30. aprila na Žabljeku v počastitev praznika dela, kjer smo izvedli daljši pohod ter tekmovanje v pikadu in balinanju ter piknik zaključili s pesmijo ob harmoniki. Zmagovalcem smo podelili medalje.



Organizirali smo še jesenski piknik, in sicer 29. septembra na Vodolah, kjer smo naredili 7273 korakov na pohodu do Gorce. Izvedli smo tekmovanje v pikado in »suhem« ribolovu ter se razgibali ob živi glasbi s plesom.

## 2. Športna pomlad 2012

Od 11. maja do 22. maja 2012 smo v okviru Športne



pomladi sodelovali v naslednjih panogah:

- stezno kegljanje (2 Ž, 3 M)
- namizni tenis (1 Ž, 4 M)
- rusko kegljanje (1 Ž, 1 M)
- pikado (3 Ž, 1 M)

### Doseženi rezultati:

- kegljanje: 1. mesto – Irena Štuber, 2. mesto – Adrijana Žirovnik
- namizni tenis: 2. mesto – Ivan Plasonik
- rusko kegljanje: 2. mesto – Anton Riedl

Udeležili smo se predavanja na temo »Diabetes in šport«, ki je bilo 17. maja v Dvorani Tabor. Predaval je prim. asist. Miro Čokolič, dr.med., predstojnik Oddelka za endokrinologijo in diabetologijo v UKC Maribor.

## 3. Športno srečanje diabetikov Slovenije 2012

Dne 26. maja 2012 smo se na Ravnah na Koroškem udeležili Športnega srečanja diabetikov Slovenije. Srečanja se je udeležilo 82 članov našega društva. V tekmovanju namiznega tenisa so sodelovali: Ivan Hrnčič, Ivan Plasonik, Zvonko Rajher in Anica Rep; v kegljanju so tekmovali: Đorđe Bakuševski, Jože Breščak, Friderik Kušar, Igor Šteh, Irena Štuber in Adrijana Žirovnik; v pikado so tekmovali: Ester Finžgar, Sonja Gašperič, Matilda Golčar, Majda Navršnik, Marta Ramovež in Mirko Topolovec. Organizirana sta bila tudi dva pohoda, krajši, po mestnem parku, in daljši, 7 km, po bližnji okolici.

### Doseženi rezultati:

namizni tenis:

1. mesto – Anica Rep, 2. mesto – Ivan Plasonik

pikado: 2. mesto – Mirko Topolovec

ekipno: 3. mesto - Društvo diabetikov Maribor

Po razglasitvi rezultatov je sledila predaja zastave Zveze društev diabetikov Slovenije naslednjemu organizatorju Športnega srečanja diabetikov Slovenije 2013. Zastavo je prejelo naše društvo, Društvo diabetikov Maribor, ki bo organizator Športnega srečanja diabetikov Slovenije v letu 2013. Srečanja se je udeležil tudi predsednik države, dr. Danilo Türk, ki je podelil pokale za dosežene rezultate v ekipnem tekmovanju društev.



## VSI SKUPAJ

**Avtor:** Jože Raduha, Maribor

**Fotografije:** Arhiv DDS

*Bližje kot smo koncu leta, močnejše se zavedamo, kako čas hitro teče. Se še spomnim tistega veselega maja 1990, ko sem dobil ključe stanovanja in smo se preselili na Pobrežje, v novi blok z veliko zelenja na Železnikovi 22.*



*Avtor prispevka Jože Raduha pred vhodom v blok in izhodom iz bloka. Gre bolj na tesno, a gre pa le.*

Poleg skrbi zaradi tega, v kakšno okolje prihajam, me je skrbelo tudi, kako je z dostopnostjo z invalidskim vozičkom. Verjetno se je celo Pobrežje streslo, ko se mi je odvalil kamen od srca, ko sem videl, da sta sestavni del zgradbe tudi polkrožni večnamenski klančini, po kateri se lahko zapeljem z invalidskim vozičkom. Ni narejeno povsem po normativih in gre bolj na tesno, a gre pa le. Je pa klančina res večnamenska, saj je včasih ob kakšnem delu na hiši in ob selitvi služila tudi kot začasno odlagališče, da se ni preveč oviralo tistih, ki prihajajo in odhajajo po stopnicah. S potrpežljivostjo in vztrajnostjo je mogoče ljudem marsikaj dopovedati, a včasih se tudi invalidu kam mudi, in se tako očitkom o nestrpnosti ni mogoče vedno povsem izogniti. Strpnost in obzirnost sta lepi čednosti in ju je potrebno skrbno negovati, saj bogatita naše življenje in našo čustveno inteligenco.

Ko sem se priselil na Pobrežje, sem bil verjetno prvi, ki je v tem okolju uporabljal električni invalidski voziček, zato sem bil večkrat deležen kar pretirane pozornosti. Najbolj je zvok elektromotorčkov na vozičku motil kužke, tiste bolj popadljive pasme, in tudi kakšna gospa je kdaj pametovala, kako »nobel« sem. Včasih sem se še trudil razlagati, da električni voziček ni nobena noblesa, temveč potreba. Počasi se človek navadi tudi na to, da poleg



*Natančna nastavitev robnikov pločnika - ocena vzorno za izvajalce.*

gibalne oviranosti obstaja tudi drugačna oviranost, in greš z nasmehom naprej svojo pot.

Poti, po katerih se lahko varno gibljemo z vozički po Pobrežju in v Mariboru, je iz leta v leto več. Prilagojeni, porezani pločniki so na križiščih in krožiščih in prehodih za pešce že pravilo, le natančnosti v izvedbi je še prepogosto premalo in prestrmi nakloni ob koncu pločnika ali na prehodu za pešce in kolesarje (in invalide) so ponekod kar nekoliko nevarni, za nas, ki nismo ravno športniki.



*Ups, naprej pa ne gre! Bo šlo kje naokrog?*



Natančnost pri izvedbi pa prav nič ne poveča stroškov.

Lani nam je Miklavž prinesel tudi volitve. V predvolilnem času se politiki pogosto spomnijo tudi invalidov, zato jih lahko spoznamo tudi kot ljudi. Rad imam ta čas, saj nam politiki natrosijo obljube, ki prijetno božajo srce in dušo, in kdaj pa kdaj katero od obljub tudi uspejo uresničiti. V Mariboru so jih občinski politiki uspeli uresničiti mnogo. Bojim se in previden pa postanem, ko od politikov v Ljubljani slišim besedo »uravnotežiti«. To pomeni, da bodo nekemu nekaj vzeli, in v obdobju od leta 2008 se je to »uravnoteženje« rado dogajalo v škodo invalidov.

Pred koncem leta smo ljudje nekoliko bolj odprtih rok in z izkupičkom od dobrodelnih prireditev se premostijo mnoge zadrege in stiske, kar je dobrodošlo dopolnilo



*Tako malo je treba, da se premosti nepremostljive stopnice. Ocena vzorno za načrtovalce okolja.*

nekako raje in več poročajo o dogodkih, ko se kaj naredi ZA invalide, manj pa pišejo in se razgovorijo o pozitivnih dogodkih in o invalidih, ki so sami uspeli nekaj narediti, ustvariti – kljub vsem zadregam in oviram.

Naj pripomnim še nekaj. Mislim, da imajo v večstanovanjskih hišah svoj delež odgovornosti glede odnosa do invalidov tudi upravljavci teh hiš in njihovi sodelavci v hiši. Morda bi to lahko bil ustvarjalni izziv tudi za Svet invalidov, da poskusi kaj storiti za izobraževanje upravljavcev glede potreb invalidov, občina pa doda kakšen odlok, da bo takšno izobraževanje postalo obveza za upravljavce. Verjetno je nerazumno pričakovati, da bo kakšen tapetnik ali strojnik lahko kar tako razumel tematiko in problematiko invalidov, ki je povezana z upravljanjem in vzdrževanjem hiše, lahko pa poskrbimo, da bo več volje za korekten pogovor o upoštevanju potreb invalidov.

Ne bodimo presenečeni, če bomo še srečevali ljudi, ki bodo omalovaževali invalide tudi tako, da se bodo ob prisotnosti invalida pogovarjali o njem z neinvalidnim članom družine. Kdaj v senci pod kakšno lipo pred hišo je mogoče slišali tudi kakšno besedovanje v smislu – mi invalidi in vi vozičkarji. Ne podcenjujmo takšnih poskusov razdvajanja. Žal so to lahko le zametki novih oblik nestrpnosti.

Čas teče, tako kot teče reka, ki se le enkrat dotakne obrežja na istem mestu, in kot le enkrat pišemo leto 2012. Vsi smo poklicani, da ta čas izpolnimo, ga obogatimo in napravimo prijaznega zase in za druge. Vsi skupaj! Pomembno se mi zdi, da bi močnejše začutili in spoznali, da je tudi pri nas mogoče vzpostaviti večjo pravičnost, urejenost in varnost ter najti pot v obetavnejšo in ustvarjalno prihodnost... v našem Mariboru.



sistemskim rešitvam. Opažam pa, da mediji, tudi Večer,

## PREDSTAVITEV INVALID-SKEGA ŠPORTA IN »ŠPORTNE IGRE INVALIDOV MARIBORA« TER »ŠPORTNA POMLAD«

V Svetu invalidov Mestne občine Maribor še naprej zagnano in z vso podporo »občinskih delavcev« organiziramo - za letos lahko rečemo že tradicionalno - športno srečanje invalidov Maribora. Da smo invalidi ne glede na našo različnost telesne oviranosti izjemno vpeti v dogajanja v Mestni občini, smo pravzaprav »krivci« kar sami, saj je med nami čutiti vedno večjo povezanost in željo po sodelovanju na številnih področjih našega življenja v lokalni skupnosti. »Športna pomlad« je bila letos še posebej številčno obiskana in vpeta med invalide, kar nam je vsem, ki sodelujemo, izredno v ponos.



## »3. SEJEM NEVLADNIH ORGANIZACIJ«

Na povabilo organizacijskega odbora za 3. Sejem nevladnih organizacij Maribora smo pripravili zanimivo razstavo dejavnosti z namenom predstaviti življenje v svetu tišine. S številnimi promocijskimi letaki smo obiskovalcem predstavili delo v društvu in naš znakovni jezik. S sodelavci Društva gluhih in naglušnih Podravja Maribor smo pripravili zanimivo predstavitev, ki je bila 29. 5. 2012 na Trgu Leona Štuklja v Mariboru.



Skupno se je predstavilo šestdeset organizacij, ki so dejavne na različnih področjih delovanja NVO.

## » NA PUSTOVANJU «

Začela se je prijetna topla pomlad, katero smo nestrpno pričakovali. Da smo uspešno pregnali zimo, smo bili malce krivi tudi sami, saj smo se člani našega društva



prvič v zgodovini gluhih udeležili tega že 57. Pustnega karnevala na Ptujju. Na pustovanju na Ptujju smo predstavili enoročno abecedo slovenskega znakovnega jezika - govornico rok gluhih ljudi. Iz posameznih črk smo oblikovali besede in tako spodbudili več kot 70.000 ljudi, da so skupaj z nami ob mimohodu povorke oblikovali besede in jih na ta način seznanili z našim maternim jezikom. Skupaj nas je bilo 30 gluhih in naglušnih članov društva. Ponosni smo, da nas je videlo ogromno ljudi.



## »DAN ZA SPREMEMBE«

V Društvu gluhih in naglušnih Podravja Maribor smo organizirali »Dan za spremembe«, in sicer v soboto, 21. 4. 2012, v sodelovanju s Slovensko filantropijo, kot

glavno nosilko te vseslovenske akcije, in Društvom diabetikov Maribor ter podjetjem Maromi. Akcije so se udeležili člani našega društva, člani Društva diabetikov Maribor in številni drugi obiskovalci, ki smo se zbrali na Trubarjevi 15 v Mariboru. Prisotnih je bilo veliko članov obeh društev, prostovoljcev in obiskovalcev občanov Mestne občine Maribor.

## »DRŽAVNO PRVENSTVO V FUTSALU IN DRAVINJSKI SUPERPOKAL «

Kot novopečen kapetan ekipe DGNP Maribor vas moram obvestiti o nekaterih izidih tekem, ki smo se jih udeležili še v prejšnjem letu.

1. 10. 2011 smo se udeležili državnega prvenstva v malem nogometu v Ljubljani. Udeležilo se ga je 6 ekip iz vse Slovenije ( Maribor, Velenje, Slovenske Konjice,



Ljubljana, Nova Gorica in Celje).

Naša ekipa DGNP Maribor se je uvrstila na 2. mesto v finalni igri proti Slovenskim Konjicam (2:1). Zahvaljujemo se trenerju Alešu Škofu za dobro vodstvo ekipe, vsem fantom pa iskrene čestitke.

V ekipi DGNP Maribor so igrali: Boris Pavlin, Silvo Čeh, Geni Dacaj, Robert Debevec, Darko Kokol, Peter Meško, Aleš Podbelšek in jaz – Gabrijel Kravanja.

V Zrečah smo se 19. 11. 2011 udeležili Dravinjskega super pokala v futsalu. Za ta pomemben pokal so se smele potegovati samo štiri najboljše ekipe, ki so se udeležile državnega prvenstva, in sicer ekipe DGNP Maribor, Nova Gorica, Slovenske Konjice in Celje.

V naši ekipi DGNP Maribor so igrali: Viler Jovič, Žiga Bedenik, Silvo Čeh, Aleš Škof, Robert Debevec, Peter Meško, Geni Dacaj, Aleš Podbelšek in jaz.

Med ekipami je DGNP Maribor dosegla pričakovano 1. mesto. Aleš Škof je prejel priznanje za najboljšega strelca, Gabrijel Kravanja pa priznanje za najboljšega vratarja. Zelo smo ponosni na naš uspeh.

## » PRAZNOVANJE OB DNEVU ŽENA «

Otroška duša je čista kot bel papir, na katerega pišemo odrasli, zato pazimo, kaj in kako pišemo. Otroška duša je tako mehka, nežna, zato bodimo z njo v prijateljskih odnosih z veliko ljubezni in potrpljenja.

Predstavili so se nam udeleženci Tečaja slovenskega znakovnega jezika za gluhe in gluhi člani skupine »TIHI SVET«. Nazadnje so se člani skupine »TIHI SVET« skupaj s tečajniki SZJ pod vodstvom tolmačice slovenskega znakovnega jezika Zlatke-Kaje Hötzl predstavili s pesmijo ansambla Lojzeta Slaka »Ne prižigaj luči«.



# LETOVALI SMO NA BRAČU

**Avtorica prispevka:** Katja Teršek

***Pa je prišel težko pričakovani 23. junij 2012, ko nas je 47 članov ILCO Slovenije za teden dni odpotovalo na letovanje v Supetar na Braču. Malo več kot polovica udeležencev je bilo iz mariborskega društva, ostali pa iz gorenjskega in primorskega.***

Pot je bila dolga, a ker smo potovali ponoči, smo večino poti prespali - vse do viadukta Sv. Rok. Tu so nas zaradi nesreče češkega avtobusa, v kateri je na žalost umrlo 8 ljudi, usmerili na obvozno cesto, ki je bila še v gradnji, kar je povzročilo počasnejše potovanje. Kljub temu smo na Brač prispeli v predvidenem času. Nastanili so nas v hotelskem naselju približno 15 minut iz mesta Supetar. Naš hotel se je imenoval Kaktus.

Prvi vtisi o hotelu in okolici so bili odlični. Hotel je bil lep, čist, v samem zelenju. Okolica je bila čudovita, vse naokrog zelena trava, cvetje, umetni potok, vodomet z lokvanji. Vsi smo bili prijetno presenečeni. Hrana v hotelu je bila zelo dobra in pestra. Ker smo letovali po sistemu all inclusive, smo imeli poleg polnega penziona na razpolago tudi pijačo vseh vrst ves dan, in to v več bifejih celo do 11. ure zvečer. Res odlično! Vsi smo bili v nevarnosti, da se bomo zredili, a potem le ni bilo tako hudo.

Prvi večer nas je predstavnica Relaxa seznanila z aktivnostmi v hotelu in v mestu Supetar. V mestu so se ravno v tem času pričele prireditve »Poletni večeri«. Največ se je dogajalo pred cerkvijo ali v njej. Nastopale so razne klape, folklorne skupine, v cerkvi je bila klasična glasba itd. Tudi o možnih izletih smo izvedeli vse podrobnosti.

Lepi in urejeni plaži sta bili na dveh straneh - ena večja z bolj odprtim morjem je bila s pogledom proti Splitu, druga v bolj zaprtem zalivu pa s pogledom na mesto Supetar in v ozadju na Biokovo. Kopati se je bilo možno tudi v bazenih na dveh lokacijah.

Vreme smo imeli vseskozi takšno, da si lepšega ne bi mogli želeli. Tudi voda je bila topla.

In kaj smo počeli čez dan? Zjutraj smo najbolj vztrajni vstajali že ob 6. uri in odšli na potep in hitro hojo, nekateri so odšli že zelo zgodaj plavat,

drugi pa so še uživali v postelji. Nekaj članov iz mariborskega društva se nas je kopalo v morju pri spodnjem bazenu, se sončilo in tudi hladilo v prijetni borovi senci skoraj vse dni. Dosti smo se naklepetali, nasmejali in skrbeli za svoja telesa, da niso dehidrirala, saj smo imeli na razpolago široko izbiro osvežilnih pijač.

Po kosilu se je bilo potrebno spočiti. Štirje navdušeni igralci taroka smo se dobivali vsak dan ob 3. uri popoldan in igrali 1,5 do 2 uri. Zamislite si, da sem morala na dopustu navijati budilko, da z možem nisva zamudila.

Vsak dan je bila v bazenu organizirana telovadba. Nekateri so bili kar vztrajni.

Večere smo preživljali različno. Najbolj romantični so občudovali sončni zahod, nekaj jih je odhajalo na prireditve v mesto, in tudi kakšna klet se je našla. Ob hotelu je bila dvakrat tudi glasba, a žal ne živa, kjer so izvajali modernejše skupinske plesne. Zelo smo pogrešali pokojnega glasbenika Stojana in njegove melodije.

Najbolj nam je bil všeč večer, ko je nastopala klapa z Brača s prelepimi dalmatinskimi skladbami. Sicer pa smo se organizirali tudi sami, si večere popestrili z vici in se od srca nasmejali. Ker je bil ta teden na televiziji prenos nogometnih tekem za evropsko prvenstvo, se več moških ni premaknilo od televizorja.

Čas je hitro tekkel in že je bil tukaj zadnji večer. Predstavnica Relaxa je v hotelu organizirala zabavni večer s plesom in tombolo z lepimi dobitki. Zaradi »fešte« v mestu na dan farnih patronov sv. Petra in Pavla se je večina odločila, da si ogleda to prireditev.

Vse prehitro je prijetno letovanje minilo in vsi smo bili mnenja, da je bil teden na Braču prekratek. Letovanje bi moralo trajati vsaj 10 dni. Takšna je bila tudi obljuba za prihodnje leto.



## 14. SEPTEMBER - SVETOVNI DAN INKONTINENCE

### *S skupnimi močmi za odpravo tabuja o inkontinenc*

**Avtorica prispevka:** Slavica Jaušovec

Urinska inkontinenca je še zmeraj tabu, ki močno bremeni marsikatero človeško dušo in telo. Težave ne nadzorovanega uhajanja vode prizadenejo oba spola v vseh starostnih obdobjih. Največ težav imamo ženske pri kihanju, kašljanju, dvigovanju bremena in



tudi pri spremembi položaja telesa. Življenje oseb z inkontinenco je povezano z nenehnim strahom pred nekontroliranim uhajanjem in neprijetnim vonjem, kar pogosto povzroča izolacijo in osamitev. Prizadete osebe menimo, da je to še zmeraj velik tabu današnjega časa, kar ugotavlja tudi Svetovna zdravstvena organizacija, ki je urinsko inkontinenco poimenovala za medicinski tabu. Po podatkih mednarodnega združenja za urinsko inkontinenco kar 70% ljudi s tovrstnimi težavami nikoli ne poišče ne zdravniške ne laične pomoči. Zato bolniki, kot posamezniki, le s težavo spregovorimo o tej bolezni, saj nam ne predstavlja le higienski in zdravstveni problem, ampak tudi socialni. Ravno zaradi tega je prav in pomembno, da je tej bolezni, tako v slovenskem kot v svetovnem prostoru, namenjen poseben dan - Svetovni dan inkontinence - 14. september.

### **Predavanje**

Člani INKONT Humanitarne organizacije Maribor smo v okviru društva obeležili dan inkontinence – dan nekontroliranega uhajanja vode že v ponedeljek, 3. septembra, s predavanjem uroginekologa prof. dr. Igorja Buta, dr. med., iz UKC Maribor. Tema predavanja je bila »Osveščenost o uhajanju vode in o težavah z mehurjem med strokovno in laično javnostjo«. V ponedeljek, 1. oktobra, pa smo zaključili z drugim predavanjem ge. Branke Jordanovski na temo »Racionalna uporaba pripomočkov pri inkontinenci«. Predavanja so potekala v ZD dr. Adolfa Drolca v Mariboru.

### **Stojnica**

Obiskovalce Europarka smo seznanjali s problemi nekontroliranega uhajanja vode - urinske inkontinence, in sicer 14. septembra od 9. do 21 ure.

Na stojnici smo mimoidočim predstavili dejavnosti društva, delili zloženko, na katerih so najpomembnejše informacije o delovanju društva, predstavili brošuro »Urinska inkontinenca – nekontrolirano uhajanje vode« in jih povprašali za njihovo mnenje o bolezni (ali so se z njo že srečali, ali konkretno poznajo kakšnega obolelega ipd.). Osebe s težavami inkontinence smo napotili na naša predavanja v Zdravstveni dom dr. Adolfa Drolca, kjer bodo lahko prišli do prvih informacij in strokovnih nasvetov strokovnjakov. Prednost našega društva so prav strokovnjaki medicinske stroke s področja ginekologije in urologije.

V sodelovanju s Svetom invalidov Mestne občine Maribor in Regionalnim RTV centrom Maribor smo ob Svetovnem dnevu inkontinence pripravili dokumentarno oddajo o tej bolezni. Za pomoč pri osveščanju in odpravi tabuja o inkontinenci - nekontroliranem uhajanju vode se prav lepo zahvaljujem.

Naj vas pri dobrih delih v korist bolnikov vodi misel, ki jo je izrekel že Hipokrat: »Bolj občutimo kapljico bolezni kot sod zdravja!«



# DRUŠTVO PARAPLEGIKOV SEVERNE ŠTAJERSKE

**Avtor:** Ivan Regoršek

**Fotografije:** Ivan Regoršek

**Društvo paraplegikov severne Štajerske deluje na območju 38-ih občin in vključuje 135 članov invalidov paraplegikov in tetraplegikov, ki so vezani na invalidski voziček zaradi poškodbe hrbtenjače.**



razstavljeni predelana vozila Trinity Tuning Cluba v Oseku



Predelano vozilo

V sklopu društva deluje tudi Paracenter Osek pri Sveti Trojici v Slovenskih goricah, na katerega smo zelo ponosni vsi člani, saj nam omogoča, da na sami lokaciji centra opravljamo

razne dejavnosti, ki jih na sedežu društva ni možno izvajati. Objekt in okolica sta na zelo lepi in mirni lokaciji v središču Slovenskih goric ter primerno urejena za invalide, ki so gibalno ovirani in na invalidskih vozičkih. Žal pa objekt ni v celoti dokončan, saj so potrebna velika denarna sredstva, ki jih v teh kriznih časih ni lahko pridobiti. Z donatorskimi sredstvi in s prostovoljci poskušamo objekt v celoti dokončati. V ta namen smo priredili v lanskem letu tudi dobrodelni koncert, sredstva pa namenili za obnovo Paracentra Osek, tako da bo bivanje, izvajanje nekaterih programov in druženje bolj prijetno.

Paracenter Osek je namenjen predvsem našim članom. V sklopu dejavnosti smo v letošnjem letu priredili in organizirali več pomembnih akcij in dejavnosti v sklopu raznih programov, ki jih izvaja naše društvo. Izvedli smo več prostovoljnih čistilnih akcij, kjer smo urejali in očistili okolico in notranje prostore objekta, seveda ob pomoči prostovoljcev, ki so opravili dela, ki jih ne zmoremo sami. Pod vodstvom Franca Žiberne je v začetku avgusta potekal drugi večdnevni indijanski tabor, kjer se vršijo razne dejavnosti, delavnice in kulturni večeri, kot so na



Postavljanje indijanske vasi



Izdelovanje totema



Postavitev totema

primer delavnica rezbarjev in kiparjev, saj so izdelali indijanski totem.

Poudariti pa moramo predvsem to, da udeleženci poskrbijo za hrano sami in tudi skuhamo jo sami.

Naš član Igor Plohl je predstavil svojo novo knjigo z naslovom Ne domišljaj si.

V mesecu juniju so na pobudo župana Svete Trojice pri nas gostovali ljubitelji predelanih avtomobilov Trinity Tuning Club z mednarodno udeležbo, ki se ukvarjajo s predelavo vozil. Njihovi člani se tudi redno udeležujejo prostovoljnih akcij, ki jih organizira naše društvo.

Najbolj odmeven dogodek pa je potekal v mesecu septembru, ko je Društvo paraplegikov severne Štajerske organiziralo že 13. golažijado – kuhanje dobrot iz kotlička. Povabilu so se odzvala skoraj vsa pokrajinska društva Zveze Paraplegikov Slovenije in Trinity Tuning Club, župan Občine Sveta Trojica - Darko Fras, predsednik Zveze paraplegikov Slovenije - Dane Kastelic in predsednik Društva paraplegikov severne Štajerske - Alfred Lasetzky. Prireditve in druženja se je udeležilo osem ekip, ki so tekmoval v kuhanju golaža, izven konkurence pa je potekalo še kuhanje vampov in ciganskega golaža. Ekipe so prispele skoraj iz vseh koncev Slovenije, da pokažejo svoje sposobnosti in mojstrovine pri kuhanju. Sodelovali so: DP Ljubljanske pokrajine z več ekipami, DP Prekmurja in Prlekije, DP jugozahodne Štajerske, DP severne Štajerske, DP Novo Mesto in ekipa Trinity Cluba. Tekmovalci so dobili dva kilograma sočne govedine, ostale začimbe, spretnosti ter recepte za dober golaž pa so prinesli sami.

Po kratkem nagovoru predsednika ZPS Daneta Kastelica in predsednika DPSŠ Alfreda Lasetzky se je tekmovanje pričelo ob 10:00 uri. Strokovna komisija, v sestavi Miran Jernejšek, Dane Kastelic in Roman Majer, je ocenjevala

jedi po videzu, strukturi in okusu. Tako je prvo mesto zasedla ekipa DP Prekmurja in Prlekije, drugo mesto ekipa DP Ljubljanske pokrajine in tretje mesto Trinity Club.

Rezultate je razglasil župan Občine Sveta Trojica Darko Fras in podelil simbolične nagrade trem najboljšim ekipam, prav tako je v kratkem nagovoru pozdravil vse prisotne in jim zaželel prijetno bivanje in druženje v Paracentru Osek. Društvo paraplegikov severne Štajerske načrtuje letos še več prijetnih dogodkov, na primer kostanjev piknik, obdarovanje otrok naših članov za božič in novoletno srečanje članov DPSŠ. Naj ob tej priložnosti še omenim, da smo pred časom najbolj ogroženim članom podelili prehranske izdelke in jabolka za ozimnico, za to pa gre zahvala predvsem našemu predsedniku Alfredu Lasetzky, ki je organiziral in pridobil pomoč za naše člane.



*Strokovna komisija pri ocenjevanju golaža*



*udeleženci golažijade v Paracentru Osek*



*Župan Sv. Trojice Darko Fras, predsednik ZPS Dane Kastelic in predsednik DPSŠ Alfred Lasetzky, z leve proti desni*



# KAKO SMO OBISKOVALI RAČUNALNIŠKI TEČAJ IN SE PREIZKUŠALI V NASTOPANJU PRED OBČINSTVOM

**Avtor:** Andreja Rešeta

*V prvi polovici leta 2012 smo člani in članice Društva študentov invalidov Slovenije, enota Maribor, imeli priložnost obiskovati računalniški tečaj in tečaj retorike. Oba tečaja je društvo omogočilo s pomočjo donatorskih sredstev Univerze v Mariboru, za kar se jim najlepše zahvaljujemo.*

Tako smo mrzlega ponedeljka, 9. januarja, zakorakali v prostore podjetja B2 na Glavnem trgu v Mariboru. Bili smo polni pričakovanj, saj nismo vedeli, kaj naj od računalniškega tečaja pričakujemo. Sama sem se odločila za obiskovanje tečaja zaradi nadgradnje znanja o računalniškem svetu, saj sem drugače že od malih nog tesno povezana z računalnikom. Že od nekdaj sem rada preizkušala vse stvari in nastavitve v računalniku ter tako pridobivala svoje računalniško znanje kot samouk, pa čeprav sem včasih zrušila Windowse.

Predstavljeno nam je bilo, da bomo tekom devetih srečanj spoznali okolja programov Word, Excel, Powerpoint, Outlook, kot tudi delo v operacijskem sistemu Windows 7. Pa se je začelo... prvi koraki v Wordu, ki so bili zame »mala malica«, ampak to se je hitro spremenilo, kajti že ob naslednjem srečanju sem svoje znanje bogato nadgradila, saj smo spoznali trike, kot so spajanje dokumentov, kako najhitreje oblikovati dokument s pomočjo slogov in kako ustvariti hiperpovezavo, ki deluje vsepovsod.

Tečaj nas je obiskovalo osem članov in članic. Svoje znanje sem najbolj izpopolnila v programu Excel, kjer sem se dobesedno učila korak za korakom. Na tečaju pa sem se najbolj navdušila nad vsestranskostjo uporabe programa Outlook.

Če povzamem, je bil računalniški tečaj zame res kakovostno izveden, za kar sta zaslužna predvsem predavatelj Niko in asistentka Nina, ki sta nam ob najmanjši zagati priskočila na pomoč. Všeč mi je bilo tudi to, da sta se izvajalca tečaja zares potrudila in nudila individualen pristop vsakemu izmed nas ter odgovorila na vsako računalniško vprašanje v smislu »Kako se pa to naredi?«.

Na tečaju je vladalo sproščeno vzdušje, med urami je prevladovalo intenzivno delo brez odvečnega zgubljanja časa, ob popoldanski kavici pa smo rekli tudi kakšno po domače in se tako še bolj spoznali.

Tako smo 10. februarja, sredi najhujšega mraza in največjega snega, zaključili s tečajem, bogatejši za marsikatero novo računalniško idejo, ki jo lahko uporabimo v vsakdanjem študijskem življenju. Pridobili smo uporabna znanja, ki jih bomo s pridom izkoriščali, in nikoli se ne ve, kdaj bo prišel čas, da bomo svoja znanja prenašali tudi na druge.

Minil ni niti dober mesec, ko smo se 6. marca 2012 v pisarni društva zbrali na tečaju retorike. Voditelja tečaja, Ida in Igor Baš, prihajata iz »Šole moči govora«, kjer vodita tečaje retorike. Gospa Ida je znana radijska napovedovalka in povezovalka raznih prireditev po celi Sloveniji.

Naša srečanja so potekala v osmih sklopih vsak torek popoldan. Ob začetku tečaja nam je bilo povedano, da je naš cilj ob končnem srečanju samostojen 4 do 5-minutni govorni nastop. Sliši se kar preprosta naloga, ampak hitro spoznaš, da nastopati pred občinstvom ni mačji kašelj, saj ni pomembno, koliko teoretičnega znanja ima človek v sebi, temveč kako ga ustrezno prenaša na druge. Vse prevečkrat se pritožujemo nad profesorji v smislu, kako imajo dolgočasna predavanja, saj nam dobesedno berejo iz svojih knjig ali predstavitev v powerpointu. Drugi profesor pa ima tako zelo zanimiva predavanja, da sedi z odprtimi ušesi in očmi ter dobesedno odplavaš v predavano snov. In prav to, pravi Ida Baš, je večšina, ki je vse bolj pomembna za uspešnost človeka v sodobnem svetu. Saj je navsezadnje ključnega pomena pri iskanju nove zaposlitve prav to, na kakšen način se predstavimo delodajalcu in kakšen osebni vtis pustimo. Torej je smiselno, da se moramo naučiti nastopanja. To vodilo nas je spremljalo skozi celoten tečaj. Sprva smo spoznali, kako se sploh naučiti poslušati, kaj so sestavine dobrega komuniciranja, spoznavanje in podajanje kritičnega mnenja, vloga povratnih informacij, vloga pozornosti, pomen in teža neverbalnega komuniciranja, torej mimike. In tako smo se tekom posameznih modulov pripravljali na zaključni nastop. Tečaj je bil intenzivno naravn, saj smo se učili preko različnih nalog v skupini in iger. Kot pa se za šolo spodobi, sta nam predavatelja dajala tudi domače naloge, ki pa smo jih vestno izpolnjevali. Bila sem zelo presenečena sama nad sabo, kako zelo zahtevno si je določiti vsebino govora, če imaš na voljo natanko minuto časa. Ker imam sama težave pri govoru, je zame ključnega pomena, kako si izoblikovati večšino, da v določenem







*Med tečajem retorike*

času povem le bistvene informacije, ki so za poslušalce sprejemljive, pa hkrati ne preveč ohlapne. Spoznala sem, da ima pri govornem nastopanju zelo velik pomen, kako si si sposoben stvari zapomniti in pravilno oblikovati oporne točke za neposreden govor pred občinstvom.

Nemalo smeha je povzročilo spoznanje, kako nas lahko trema izda v času nastopa, ko z rokami otepamo levo in desno, si mencamo dlani do onemoglosti in plešemo

plesne korake na mestu. In vse to so stvari, na katere smo bili pozorni tekom tečaja in jih skušali do našega končnega nastopa čim bolj omiliti.

Tako se je približal naš zadnji nastop, na katerega smo povabili vse člane našega društva, da se jim predstavimo. Skozi zaključne nastope smo spoznali, kakšne hobije in zanimanja ima posameznik, saj je vsak govoril o tistem področju, o katerem ima veliko znanja in ga spremlja skozi življenje.

Lahko zaključimo, da sta nam oba opisana tečaja dala mnogo uporabnih veščin, ki se jih ne naučimo na nobeni fakulteti, obenem pa so to nujna znanja v sodobnem svetu, ki človeku koristijo v osebnem življenju, in brez katerih ni konkurenčen na delovnem trgu.

Kot članica društva se zavedam, da smo težje zaposljivi kader, saj se moramo zaradi svoje oviranosti še toliko bolj dokazovati, da smo enako

sposobni in delovni kot preostali brez tako imenovanih posebnih potreb. Zato so tovrstni tečaji za nas še toliko bolj pomembni, saj nam je dostopnost znanj t.i. javnih tečajev zaradi prevelikih skupin in neprimerne dostopa prevečkrat onemogočena. Velika zahvala gre prav vsem, ki so nam omogočili obiskovanje opisanih tečajev.

*Naše zaključno srečanje*



## SPREJEMANJE NOVE ŽIVLJENJSKE SITUACIJE - SEMINAR ZA STAREJŠE IN KASNEJE OSLEPELE OSEBE

**Avtor:** Petra Vogrinec Černezel

*Medobčinsko Društvo slepih in slabovidnih Maribor je od 13. do 16. septembra 2012 organiziralo seminar za starejše in kasneje oslepele člane.*



Namenjen je bil tistim kasneje oslepelim posameznikom, ki so izgubili vid delno ali v celoti zaradi bolezni oziroma nesreče, in nimajo okvare vida že od rojstva, ter starejšim članom. Izvedli smo ga v Domu oddiha na Okroglem, katerega lastnik je Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije in je zapuščina monsinjorja Toma Zupana. Dom se nahaja na Gorenjskem, 5 km iz Kranja. Nastanitveni del je sestavljen iz dveh stavb, in sicer iz gradu in stavbe, ki je v neposredni bližini. Urejen je s sprehajalnim parkom dreves in grmičkov, pred katerimi so tablice s povečanim napisom in z napisom v brajlci ter s talno taktilno potjo za lažjo orientacijo slepih.

Seminarja se je udeležilo 25 slepih in slabovidnih članov s svojci, ki so zelo zavzeto sodelovali, saj so želeli pridobiti čim več informacij in nasvetov za vsakdanje življenje. Največja težava kasneje oslepelih in starejših je namreč v pridobivanju informacij, kako naprej, kako se spoprijeti z novo situacijo, se v njej znajti in izkoristiti možnosti, ki so na voljo. Pripravili smo jim štiridnevni raznolik in pester program pridobivanja znanj in spretnosti.

Strokovni delavki Nada Novak in Anja Žnidaršič, zaposleni

na Centru za socialno delo Kranj, sta predstavili Zakon o uveljavljanju pravic iz javnih sredstev, Zakon o socialno varstvenih prejemkih ter institucionalno varstvo starejših in odgovarjali na vprašanja udeležencev.

Defektologinja Sonja Pungartnik je izvedla delavnico z naslovom »Ali si želim biti samostojna/en?«. Tudi sama ima lastno izkušnjo izgube vida. Namen delavnice je, da udeleženci, na novo oslepele osebe, ali osebe, ki so delno izgubile vid, skušajo sprejeti svojo novo življenjsko situacijo, se usposobiti za njeno obvladovanje in za čim bolj neodvisno in samostojno življenje. Cilj je, osebam pomagati pridobiti sposobnost za sprejemanje novonastale situacije in ozaveščenost ter zaupanje v svoje sposobnosti za kakovostno življenje tudi z okvaro vida.

Nekdanji dolgoletni ravnatelj Zavoda za slepo in slabovidno mladino, tiflopedagog Stane Florjančič, je izvedel delavnico mobilnosti in orientacije. Podal je koristne nasvete, kako si slepi in slabovidni olajšajo vsakdan (svetloba v celotnem bivalnem prostoru, uporaba barv in kontrastov, Braillovih pikic, aktiviranje ostalih čutil itd.). Opisal je različne tipe belih palic (grafitna, pohodna, teleskopska) in pokazal različne tehnike tipanja s palico. Člani so poskušali samostojno hoditi s palico in pri tem upoštevali zaščitno-varnostno držo, hodili so po stopnicah in vodilnih črtah (trava,

pesek, plošče, asfalt). Pomemben del delavnice je bila hoja v parih (slepi in spremljevalec).

Tehnične pripomočke za slepe in slabovidne je predstavil Bogdan Saksida, zaposlen na ZDSSS. Članom je svetoval in pomagal poiskati optimalni tehnični pripomoček glede na vrsto in stopnjo okvare vida. Cilj delavnice je, da se slepe oziroma slabovidne osebe usposobi za dejansko uporabo dostopnih tehničnih sredstev v vsakdanjem življenju. Predstavljeni so bili naslednji pripomočki: aparat





za merjenje krvnega tlaka – slovensko govoreči, Braillova budilka, Braillova ročna ura, ure za slabovidne, govoreče ure, govoreči sobni in osebni termometer, govoreče osebne in kuhinjske tehnice, karte UNO/REMI, igre Človek ne jezi se, šah, domino, ročna elektronska lupa, klasične

lupe, bele palice, nož z distančnikom ipd. Večino tehničnih pripomočkov nabavlja ZDSSS v tujini.

Vreme je bilo sončno in toplo, tako da smo se skupaj sprehodili ob reki Savi. Prav tako smo obiskali romarsko središče v Brezju. Cerkev sv. Vida je razglašena za baziliko Marije Pomagaj in je slovensko narodno svetišče.

Vsi udeleženci seminarja so bili z izvedbo in organizacijo zelo zadovoljni in si sodelovanj v taki obliki želijo tudi v prihodnje. Ob pridobitvi novih znanj, spretnosti in veščin so se člani med seboj tudi spoznali, si izmenjali

izkušnje in pridobili zaupanje vase.

#### **Pretekle aktivnosti do konca leta 2012:**

- MDSS Maribor v sodelovanju z Mestno občino Maribor, LC Maribor Piramida in mariborsko policijo organiziramo na **Dan bele palice, ki je 15.10.2012, sprehod po mestu**, kjer se bomo osredotočili na talne taktilne oznake, ki so nova pridobitev Maribora. Nekaj slepih in slabovidnih članov društva bo prehodilo pot od MOM do Glavnega trga in do društva. Pridružilo se jim bo nekaj videčih udeležencev, ki si bodo naredili simulacijska očala in se skušali vživeti v situacijo slepega oz. slabovidnega.
- V Termah Olimia v Podčetrtku smo od 19. do 21.10.2012 organizirali **seminar za družine slepih in slabovidnih predšolskih in osnovnošolskih otrok in otrok z dodatnimi motnjami (do 10. leta)**.
- 9.11.2012 smo imeli **veselo martinovanje** v Gostišču pri kostanju v Selah (Lovrenc na Dravskem Polju). Na klaviature bo igral in pel naš član Drago Filač.
- 20.11.2012 smo sodelovali na Kulturnem večeru invalidov, kjer bo nastopila skupina harmonikarjev Diatonik, katere del sta naša člana Vlado Bukovc in Maks Vinšek.
- V mesecu decembru smo v sodelovanju z Združenjem prijateljev slepih pripravili predstavo, vse slepe in slabovidne otroke pa bo ob tej priložnosti obiskal Božiček.

**Iskrena zahvala Lions Clubu Maribor Zarja za podarjeno knjigo Žuželke od blizu, ki je prilagojena tehnikam branja za slepe in slabovidne (povečan tisk, Braillova pisava, tipne slike).**



# DRŽAVNO PRVENSTVO INVALIDOV SLOVENIJE V LOVU RIB S PLOVCEM ZA LETO 2012

**Avtor:** Darinka Peršin

**V Društvo invalidov Maribor je včlanjenih približno 3204 članov ter 599 podpornih članov in simpatizerjev.**

Dejavnosti društva so zelo raznovrstne in vključujejo približno 750 članov. Člani, ki so vključeni v katerokoli dejavnost - športno ali kulturno, se predajajo tem aktivnostim iz osebnega zadovoljstva, torej v veselje sebi, s tem razveseljujejo druge in skrbijo za dobrobit narave. Tovrstna društva med seboj tudi sodelujejo, kar pomeni, da se večkrat srečujejo na območnih in državnih tekmovanjih. Tako se je ribiška sekcija, ki šteje 40 članov, udeležila območnega tekmovanja v športnem ribolovu, kjer je bila med ženskami najuspešnejša članica Cvetka Bratkovič. Na teh tekmovanjih si je ob še dveh



članih ribiške sekcije zagotovila udeležbo na državnem prvenstvu v Hotemežu, ki ga je priredilo DDI Radeče. Njena mirna roka in seveda želja, da prav ona »vidi največ rib od blizu«, sta ji pomagali do uresničitve. Med osmimi tekmovalkami je najspretnije vrtela ribiško palico, in tako osvojila naslov državne prvakinja. V absolutni konkurenci je osvojila 5. mesto. Domov se je vračala zadovoljna in srečna, predvsem je bila na dosežene rezultate in medaljo ponosna vsa ekipa.

Cvetka je bila zelo uspešna tudi v ekipi tekmovalk pikada, ki so lani na državnem prvenstvu v Vrhniki osvojile šesti naslov državnih prvakinj.

Ribiški sekciji in njeni uspešni članici Cvetki želimo, da iz Negovskega jezera potegne več rib, kot bo namočenih trnkov.

# LETO 2012 V ZNAMENJU KULTURE IN IZOBRAŽEVANJA



**Avtor:** Lidija Šestak Zorič, Karmen Dajčman

**Fotografije:** arhiv društva, Mediaspeed, Sami Rahim

Tudi letošnje leto je bilo za MDCP Sonček pestro in ustvarjalno. Lotili smo se projektov, ki so zahtevali veliko časa in truda za organizacijo, kakor tudi finančne podlage. Nekaj pomembnejših projektov vam predstavljamo v nadaljevanju.

## IZLET V POSTOJNSKO JAMO

12. maja 2012 smo se člani in simpatizerji društva v rekordnem številu odpravili na izlet v Postojnsko jamo. Mnogi so jo obiskali prvič, saj je gibalno oviranim gibanje po jami močno oteženo. Tokrat sta bila dva ogleda rezervirana le za naše društvo! Primerno smo se »opremili« s spremljevalci – vsak na vozičku je imel svojega. Vodstvo Postojnske jame nam je prijazno omogočilo poseben vhod v jamo zaradi velikega števila invalidskih vozičkov, tako da smo si nekateri ogledali jamo kar iz vlakca, tisti, ki so želeli in zmogli, pa so nadaljevali peš in si ogledali tudi bolj skrite koticke te kraške lepote.



## PRAZNOVANJE 30-LETNICE DRUŠTVA V VRTIČAH

Le dva tedna po izletu, 26. maja 2012, se je približno 800 ljudi – članov, družinskih članov, simpatizerjev, strokovnjakov, gostov – zbralo na vseslovenskem srečanju društev Zveze Sonček v Centru Sonček Vrtiče pri Zgornji Kungoti. Osrednja pozornost je tokrat veljala mariborskemu društvu Sonček, ki je na prireditvi obeležilo 30-letnico ustanovitve in je tudi organiziralo srečanje.

Slavnostni govornik je bil podžupan občine Maribor Milan Mikl. Dogodek je spremljal bogat kulturni in zabavni

program. Nastopili so: ženski pevski zbor Glasbena matica Maribor, plesna skupina mam z otroki na vozičkih, Tadej Toš, Fani Križaj, Bilbi, Boštjan Bračič, raper Zlatko, Žan Serčič in Langa juniorji.



### **PREDSTAVA »RAZSTAVA SRC«**

Premiera v Lutkovnem gledališču Maribor, 08.09.2012, v okviru Evropske prestolnice kulture Maribor 2012

Naše društvo se je s svojim kulturnim projektom – gledališko predstavo Razstava src uvrstilo v program EPK 2012. Nekaj dni pred premiero je predsednica društva, Lidija Šestak Zorič, zapisala:

»Ideja o nastanku predstave sega v začetek leta 2011, ko se je napovedoval Maribor 2012 – Evropska prestolnica kulture. V okviru Sveta invalidov mestne občine Maribor smo se odločili, da bomo tudi mi sodelovali v tem pomembnem in enkratnem dogajanju. Istočasno pa je že nekaj časa tlela želja po obuditvi naše uspešne gledališke dejavnosti, ki je nekako zamrla leta 2001, ko je med drugim ena izmed naših predstav, Kralji in lopovi, prejela zlato značko spremljevalnega programa Borštnikovega srečanja.

Nismo želeli izpustiti priložnosti, zato smo prijavieli elaborat kulturnega projekta – gledališko predstavo. Na ta način smo hoteli postati aktivni in ustvarjalni člani izrednega in neponovljivega dogodka. Septembra 2011 smo prejeli pisno obvestilo o uvrstitvi v program Maribor 2012 – Evropska prestolnica kulture!

V tistem trenutku smo čutili ponos in odgovornost, predvsem pa prevzetost in navdušenje. Po avdiciji in dokončni sestavi projektne in ustvarjalne tima se je pokazalo, da je pred nami čudovito literarno delo, ki je kar klicalo po kvalitetnem in kreativnem delu s populacijo, ki je za avtorja in režiserja predstavljala svojevrsten izziv in dodatno poglobitev. Za nas, večinoma prekaljen tim igralcev in kulturnikov »po duši«, pa je to bil še en izlet na področje, ki je po navadi rezervirano za »konvencionalne« gledališke ustvarjalce. Vendar nam ni bilo težko; čutili smo

odobranje in veliko podporo vseh – sodelavcev, svojcev, članov društva in Zveze Sonček, ekipe EPK – Priložnost za vse, Sveta invalidov, prijateljev in strokovnjakov. Vsem iskrena hvala.

Danes, nekaj dni pred premiero v Lutkovnem gledališču, vidim pred sabo oder, na njem naše igralce, polno dvorano, slišim gromek aplavz, čutim navdušenje. Skozi zaodrje in zidove pa vidim, kar si srce želi, Razstavo src še na mnogih odrih!»

In predsednica se ni motila: Ob koncu predstave je bilo občinstvo na nogah, aplavz pa je kar trajal in trajal... Kot kaže, se bo izpolnila tudi želja po ponovnih uprizoritvah. Naši ustvarjalci se bodo v kratkem spet predstavili na odrskih deskah v sklopu Festivala »Rassegna internazionale di teatro sociale "Altre Espressività" edizione 2012« v italijanski Novi Gorici, novembra 2012 in januarja 2013 pa ponovno v Lutkovnem gledališču Maribor. Medtem pa bomo v društvu iskali še dodatne možnosti, kajti interes za ogled predstave ne pojenja.



Vabljeni k ogledu!

### **Prva inkluzijska šola v Veliki Britaniji Strokovna ekskurzija v London**

Meseca septembra smo se skupina staršev iz društva in strokovni sodelavci iz Zveze Sonček odpravili v London na obisk k nekaterim sorodnim institucijam, povezanimi z otroci in odraslimi s cerebralno paralizo in ostalimi invalidnostmi. Namen je bil vpogled v njihovo delo s ciljem pridobiti nova znanja in izkušnje. V London smo si želeli predvsem zato, ker zanj velja, da je pionir pri marsikaterem pristopu, socialnih storitvah, obravnavi in terapiji za ljudi s posebnimi potrebami. Zraven tega London posebej izpostavljajo v svetovnem merilu po njegovem posluhu za dobroteljski in vzor(č)en odnos do ljudi s posebnimi potrebami.

Najbolj nas je navdušil obisk nove prave inkluzijske šole v Veliki Britaniji za otroke od 7. do 11. leta, ki ni tako

**Sonček – Mariborsko društvo za cerebralno paralizo**

Trubarjeva ulica 15, 2000 Maribor  
Telefon: 02 25 22 528

**Elektronski naslov:** drustvo@soncek-maribor.si  
**spletna stran:** www.soncek-maribor.si

Predsednica društva je Lidija Šestak Zorič  
VDC  
Cesta IX.divizije, Maribor  
Sončna pot d.o.o.  
Trubarjeva ulica 15, Maribor

zahtevna stvar v strokovnem smislu, kot se sliši. Znotraj ene stavbe sta dve šoli – šola za otroke s posebni potrebami (včasih smo jim rekli specialne šole) – The Brook school, in redna šola - The Willow school.

Vsaka šola ima svojega ravnatelja, tudi ostalo vodstvo in šolski tim so ločeni. Nobena od šol ni v nadrejenem položaju, ampak delujeta enakopravno, to pa zato, da se ne bi poslabšal standard ene ali druge. Gre v bistvu za 10-letna prizadevanja posameznikov; posebej gre zasluga ravnateljici šole The Brook, ge. Margaret Sumner, ki je že v komunikaciji po e-pošti oddajala neverjetno energijo in voljo, in kateri je bil posebej všeč slogan naše Zveze Sonček – "Ena šola za vse!"

Zgradba je popolnoma nova in med ostalim so denar črpali iz posebnega državnega sklada »Gradimo šole prihodnosti«. Ga. Sumner je morala več let usklajevati mnenja med strokovno javnostjo in npr. starši, ki so dvomili v uspeh, predvsem so se nekateri bali padca standarda redne šole, na drugi strani so se starši bali »šikaniranja« in nesprijemanja otrok s posebnimi potrebami.

Zdaj ugotavljajo, da so rezultati izjemni, in da otroci sami pokažejo odprtost in pripravljenost za sožitje, komunikacijo in popolno sprejemanje drugačnosti. Starši redne šole so zadovoljni, tudi zato, ker imajo otroci dostop do izredne opreme, ki je v rednih šolah ni: bazen, sobe za sprostitev, senzorne sobe, strokovnjaki za učne težave in svetovanje staršem, šola pa je sama po sebi zelo prijetna, odprta, s širokimi hodniki, razrede ločujejo steklena vrata. Dejansko šola zgleda tako, da je na eni strani hodnika redni razred s 30 otroki brez posebnih potreb, na drugi strani pa je razred s šestimi avtističnimi otroki, naprej sta spet dva redna razreda, ki jima sledi razred s štirimi učenci s težjo in težko obliko cerebralne paralize na vozičkih, kjer ima vsak učenec svojega asistenta.

Pouk obeh šol poteka ločeno, otroci iz obeh šol pa se srečujejo in družijo predvsem na glasbenih in likovnih urah, dramskih krožkih, pri krožkih priprave hrane, na zunanjih igralih, imajo istočasno kosila v jedilnici, lahko pa otrok iz posebnega programa, če pokaže sposobnost, obiskuje predmet redne šole - npr. matematike.

V šoli je prostora za skupaj 520 otrok, od tega je v šoli Brook približno 100 učencev s posebnimi potrebami, od lažjih do najtežjih oblik učnih in kompleksnih težav; učenci s težavami avtističnega spektra, od katerih imajo mnogi še pridružene težave, kot so cerebralna paraliza, epilepsija, senzorne primanjkljaje in kombinirane zdravstvene ter komunikacijske in čustvene težave. Sami pravijo, da je to enostavno projekt za vse otroke, zaradi zadovoljevanja njihovih resničnih potreb. Vsi ti otroci pripadajo in živijo v isti skupnosti, kjer je zadovoljena potreba slehernega otroka.



Obiskali smo tudi SCOPE organizacijo, ki so jo, enako kot naš SONČEK, ustanovili starši, vendar pred 60 leti. Seveda je SCOPE glede na velikost britanske države neprimerno večji, ima 3500 zaposlenih in sodelavcev, ki izvajajo različne programe in storitve za ljudi s cerebralno paralizo in z ostalimi invalidnostmi. Obiskali smo še SCOPOVI šoli, specializirani za cerebralno paralizo, pa nekatere od njihovih 250 dobrodelnih trgovin, ki jih imajo po celi državi, samo v Londonu pribl. 50. Zelo koristen je bil tudi obisk ene od najbolj cenjenih specializiranih šol za avtizem, RAINBOW. Tu smo med ostalim spoznali, da dajo velik poudarek na učenje znakovnega jezika MAKATON, kar je bila za nas popolnoma nova informacija, zato se že intenzivno trudimo, da bi uvedli takšen način tudi pri delu z našimi avtističnimi otroki.



# VKLJUČEVANJE INVALIDOV V EVROPSKO PRESTOLNICO KULTURE 2012

**Avtorja:** Zavod Maribor2012 in Svet invalidov MOM

**Fotografije:** arhiv KED Smetumet in Sveta invalidov MOM

Leto Evropske prestolnice kulture se končuje in z zadovoljstvom ugotavljamo, da smo bili invalidi enakopravno obravnavani in vključeni v kulturno in ostalo spremljajoče dogajanje.

Zavod Maribor 2012 je skupinam s posebnimi potrebami namenil poseben sklop Priložnost za vse – Kultura ni ovira. V okviru projekta je bila pregledana fizična dostopnost 44 prizorišč dogodkov Evropske prestolnice kulture. Izveden je bil opis programa EPK glede na skupine invalidov, obveščanje in organizacija dostopnosti, opisi prizorišč na spletni strani, prilagoditev spletne strani za slepe in slabovidne, druženje invalidskih društev v številnih delavnicah društva Smetumet, EPK produkcije in vključevanje znamčenih projektov invalidskih društev in posameznikov ter številne akcije v javnem prostoru, instalacije Smetumet.

## **Izvedene so bile naslednje akcije v javnem prostoru:**

(p)OSEBNI prijatelji; Za šalo(m) okoli ovire; (S)LEPI grafiti; (U)LIČNI mozaiki; NATURA NI OVIRA;

Prek projekta NATURA NI OVIRA so bile od junija do septembra enkrat tedensko organizirane delavnice in druženja, ki jih je vodilo Kulturno ekološko društvo Smetumet. Soustvarjali so različni mentorji, umetniki, prostovoljci in invalidske organizacije.

Delavnice so se osredotočale na posamezna čutila in dejavnosti: vonj, tip, vid, sluh, okus, gib, domišljijo, ustvarjalnost in solidarnost. Poskrbljeno je bilo za tolmača znakovnega jezika in za asistente osebam s posebnimi potrebami.



Delavnice natura ni ovira

Izdelki posameznih delavnic bodo ostali del fiksnih instalacij Natura ni ovira na vrtu Doma invalidskih društev v Mariboru.

## **Produkcije in znamčeni projekti EPK:**

- Gledališki festival gluhih 2012 (Društvo gluhih in naglušnih Podravja Maribor)
- 12. Mednarodna likovna delavnica in razstava mladih (Center za sluh in govor Maribor)

- 6. Mednarodni festival „Igraj se z mano“ (Dom Antona Skale, Zavod za usposabljanje Janeza Levca, Društvo za kulturo inkluzije)
- Čutim glasbo, slišim ples (Kulturno društvo Center plesa)
- Razstava src – SONČEK, mariborsko društvo za cerebralno paralizo)
- Per aspera ad astra – Simon Šerbinek in Društvo paraplegikov severne Štajerske)
- StereOTIP (razstava – Andrej H. Štruc)
- Kultura in literatura za vse (Zavod Risa)
- Guernica Continuum (režija Maya Milenović Workman)
- Zimska pravljica – III. Kulturni večer invalidov (Svet invalidov MOM v sodelovanju z invalidskimi društvi Maribora)



**Svet invalidov**  
**vam želi**  
**srečno in zdravo leto**  
**2013**

