

Iz sveta tišine

Letnik XXXVII, št. 9, september 2016 | ISSN 1318-139



60 odtenkov sluha



Jelena Bošedonova, glavna junakinja Sotta



Sara Savnik o naglušnosti in gluhoti
Najbolj hinvasko zdravstveno stanje



Na vrhu letalnice smo se počutili kot šampion Peter Prevc

Otroci so spet sedli v šolske klopi



Obvestilo uredniškega odbora

Glasilo Iz sveta tišine pripomore h kulturni istovetnosti in zgodovini gluhih, naglušnih, gluhoslepih ter oseb s polževim vsadkom, zato so vsi prispevki zelo pomembni.

Vljudno vas vabimo, da soustvarjate naše glasilo Iz sveta tišine. Svoje prispevke s priloženimi fotografijami pošljite na e-naslov: urednistvo.ist@zveza-gns.si.

Če se vam zdi naše glasilo zanimivo in ga želite brezplačno prejemati, nam pišite na e-naslov: urednistvo.ist@zveza-gns.si ali pa svoje ime, priimek ter naslov sporočite na naslov: Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije, Drenikova 24, 1000 Ljubljana.

Uredništvo

Izdajo in tisk glasila sofinancirata Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij v Republiki Sloveniji (FIHO) ter Ministrstvo za kulturo. Stališča Zveze društev gluhih in naglušnih Slovenije ne izražajo stališč FIHO.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KULTURO

Pošiljanje pisnega in slikovnega gradiva za glasilo IST

Prijazna spodbuda našim piscem

BESEDILNE DATOTEKE

Besedila naj bodo napisana v računalniškem programu Word. Besedila, poslana v programu PDF ali skenirana, bomo zavrnil, z izjemo vabil, diplom, dopisov, priznanj itd.

SLIKOVNE PRILOGE

Pri fotografiranju je za objavo dobre fotografije potrebno upoštevati naslednje nastavitve na posameznih napravah: če so digitalne fotografije posnete s fotoaparatom, izberite nastavitvev kakovosti slike HQ (3072 x 2304) ali SHQ (3072 x 2304).

Nekateri profesionalni fotoaparati imajo za nastavitvev kakovosti slike črko L (Large). Tovrstne fotografije so običajno v formatu jpg, kar ustreza zahtevam našega glasila. Če pošljate skenirane predloge, resolucijo (kakovost slike) nastavite na 300 dpi, širina pa naj bo vsaj trinajst centimetrov. Tako skenirano predlogo shranite v formatu jpg. Če nimate kakovostnega optičnega čitalca, vam priporočamo, da nam v uredništvo pošljete izvorno predlogo. Fotografije, ki ste jih naložili s svetovnega spleta, naj imajo ločljivost vsaj 1200 x 900 točk, datoteka pa naj bo velika vsaj 440 KB.

Fotografije ne smejo biti prilepljene v Wordov dokument, ampak jih pripnite k svoji elektronski pošti.

Fotografije in besedila, ki ne ustrezajo navodilom, bomo prisiljeni zavrniti oziroma jih objaviti brez fotografij.

Uredništvo

Izdajatelj: Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije, Drenikova 24, Ljubljana, telefon: 01/500 15 00, telefaks: 01/500 15 22 **Spletna stran:** www.zveza-gns.si **Urednik:** Adem Jahjefendič, **Namestnica urednika:** mag. Tina Grošel, urednistvo.ist@zveza-gns.si **Uredniški odbor:** Franc Forštner, Aleksandra Rijavec Škerl, Tine Jenko, Robert Žlajpah **Lektorica:** Darka Tepina Podgoršek **Oblikovanje:** ARTMEDIA **Tisk:** Tiskarna DTP Uredništvo si pridržuje pravico do objave, neobjave, krajšanja ali delnega objavljanja nenaročenih prispevkov v skladu s poslanstvom in prostorskimi možnostmi glasila. V posameznih primerih mnenja posameznikov ne izražajo obvezno tudi mnenja ZDGNS. Nenaročenih besedil in fotografij ne vračamo. Ponatis celote ali posameznih delov je dovoljen le s pisnim privoljenjem. Anonimnih prispevkov oziroma prispevkov, ki žalijo čast drugih, ne objavljamo. Glasilo je brezplačno in v javnem interesu, zaradi česar na podlagi 8. točke 26. člena Zakona o davku na dodano vrednost (UL RS št. 89/98) ni zavezano plačilu DDV-ja. Izhaja v nakladi 3.700 izvodov.

Fotografije na naslovnici: Prvi šolski dan na ZGNL (foto A. I.), Sara Savnik (foto J. Bojec), 60-letnica DGN Dolenjske in Bele krajine (foto Danilo Kesič), Sotto (foto Eva Ferlan), Potep DGN Koper na Gorenjsko

Prvega septembra se je začelo novo šolsko leto za okoli 175.700 osnovnošolcev in 75.000 dijakov. Še zlasti zanimivo je bilo za okoli 22.300 otrok, ki v osnovno šolo vstopajo prvič.

Letos se je v 1. razred vpisalo 715 učencev več kot lani. Zanje je bil to poseben in vznemirljiv dan, saj je prehod iz vrtca v osnovno šolo pogosto stresen. Enako velja za starše, zato je še posebno pomembno, da otroka v prvi razred pospremi mirno in razbremenjeno. V zadnjih letih pa je opaziti, da vse več staršev prosi za odlog začetka šolanja. Z enoletnim zamikom naj bi šolanje začelo kar 5 odstotkov generacije.

Sicer pa je pomembno, da so starši na prvi šolski dan čim mirnejši. Specialni pedagog za motnje vedenja in osebnosti Marko Juhant pravi: »Tisto, kar otrok potrebuje pred vstopom v šolo, tisto, kar naj bi dobil od staršev, je občutek, da je šola var-

no okolje. To je prostor, ki ga doživlja otrok, kjer je varno poskusiti zadeve, kjer se je varno odpreti, pokazati tisto, kar vidiš, čutiš in razmišljaš.«

Ministrica za izobraževanje, znanost in šport Maja Makovec Brenčič je v poslanici pred novim šolskim letom vsem zaželela srečno, uspešno in varno novo šolsko leto. Učencem in dijakom želi, da bi v šolo hodili z veseljem in dobrimi občutki, zaposlenim v šolstvu pa pravo mero kreativnosti in strpnosti.

Uredništvo IST želi vsem učencem, posebej pa tistim z okvaro sluha, da bi bilo šolsko leto za vas čim manj stresno in uspešno ter da boste z veliko žlico zajemali vse znanje, ki vam ga bodo posredovali. Naj vam znanje in informacije tlakujejo pot do uspeha!

mag. Tina Grošelj



Prvošolčki med igro na ZGNL

S sekretarjeve mize

»Česar je polno srce, to usta govore.«

Spletna TV ZDGNS aktivno sodelovala na Kongresu evropske športne zveze gluhih (EDSO)

Delo Spletne TV ZDGNS se čedalje bolj uveljavlja tako v Sloveniji kot v tujini, saj je bila ekipa Spletne TV povabljena, da medijsko pokriva delo na Kongresu EDSO, ki je bil letos v Armeniji. Zaradi finančnih razlogov EDSO so v zadnjem trenutku zmanjšali ekipo na eno osebo (novinarko Sabino Hmelina), kljub temu pa smo omenjeni dogodek pokrili na profesionalni ravni.



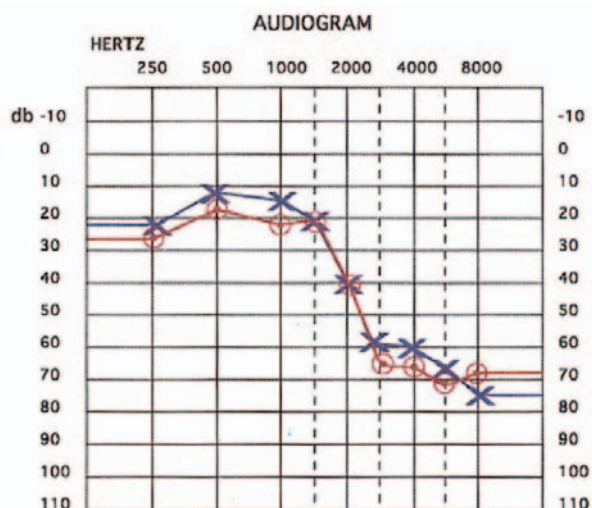
Predlog ZDGNS za minimalni tehnični standard slušnih aparatov

Kljub številnim pogovorom nismo našli skupnega stališča z Zavodom za zdravstveno zavarovanje Republike Slovenije glede minimalnega tehničnega standarda slušnih aparatov. Zato je ZDGNS na Zavod naslovila pisno zahtevo, da imajo upravičenci slušnega aparata pravico preizkusiti novo tehnolo-

gijo, različne oblike in možnosti. Ob tem smo ZZZS pisno pozvali, da se sestanemo in najdemo skupne rešitve za dobro vseh uporabnikov tehničnih pripomočkov, ki jih sofinancira Zavod.

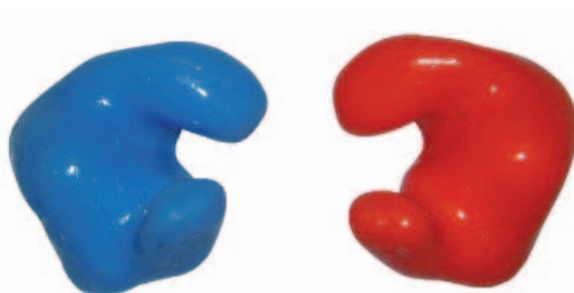
Predlog ZDGNS Zdravniški zbornici Slovenije

Seznani smo se s težavami oseb z okvaro sluha, ki prejema nepopolne izvide izgube sluha. Manjkajoči podatek o izgubi % sluha po Fowlerju je ključnega pomena pri uveljavljanju nekaterih pravic. Verjamemo, da bo Zbornica opozorila vse specialiste ORL, da so pri pisanju izvidov na to pozorni.



Predlog ZDGNS za uvrstitev ušesnih čepkov na seznam medicinskih pripomočkov

Na podlagi potreb naših uporabnikov in priporočil stroke je ZDGNS predlagala Zavodu za zdravstveno zavarovanje RS, da uvrsti silikonske čepke za zaščito sluha na seznam medicinskih pripomočkov. S tovrstnimi aktivnostmi izpolnjujemo poslanstvo organizacije po zastopanju in skrbi za vse uporabnike z okvaro sluha.



Predlog ZDGNS za vključitev pravice do psa pomočnika za osebe z okvaro sluha

Na MDDSZEM, in sicer na Komisijo za pripravo pravilnika o psih pomočnikih po ZIMI, smo poslali pisni predlog in obrazložitev za dopolnitev pravilnika o psih pomočnikih. Pričakujemo nadaljnje pogovore na to temo in ugodno rešitev.



Predlog ZDGNS v zvezi z opravljanjem izpita za voditelja čolna za gluhe in naglušne

ZDGNS se je seznanila s težavami gluhih in naglušnih pri opravljanju izpita za voditelja čolna. Na podlagi analize in opravljenih kar nekaj strokovnih pogovorov smo pripravili pisni predlog in rešitve za možnost opravljanja izpita za voditelja čolna tudi za naše uporabnike. Podali smo tudi krajšo primerjavo in obrazložitev. Pričakujemo, da se bo zadeva ugodno rešila in da bodo imeli gluhi in naglušni, tako kot v nekaterih evropskih državah, pravico do tega izpita.



Poziv ZDGNS glede dostopnosti sodnih razprav za osebe z okvaro sluha

Ministrstvo za pravosodje in Vrhovno sodišče RS sta se seznanila s pozivom ZDGNS, da se omogoči boljša dostopnost sodnih razprav za osebe z okvaro sluha. Velja za vse osebe znotraj te skupine, ne glede na vrsto komunikacije in izbiro jezika. Podrobneje smo predložili predloge za gluhe, naglušne in gluhoslepe osebe.

Predlog ZDGNS za spremembo Sodnega reda

Predlog ZDGNS utemeljujemo s potrebo po enakopravnem sodelovanju vseh naših uporabnikov (gluhih, naglušnih in gluhoslepih) v postopkih na sodiščih. Predvsem ga utemeljujemo s pričakovanjem, da v skladu s sodnim redom vabilo sodišča na narok vsebuje opozorilo, da imajo stranke ali druge osebe s posebnimi potrebami pravico do enakopravnega sodelovanja v postopkih. Stranke morajo sodišču pred narokom sporočiti, da bodo uveljavljale pravico do enakopravnega sodelovanja v postopku. Vse, kar oseba potrebuje, da je v sodni dvorani enakopravna, bo torej sodišče moralo razumno prilagoditi in ponuditi. Dogovorili smo se tudi, da bomo aktivno sodelovali pri izobraževanju sodnikov različnih sodišč in področij dela.



Predlogi sprememb ZDGNS na Pravilnik o univerzalni gradnji in prilagoditvah objektov za potrebe funkcionalno oviranih oseb

ZDGNS je podala pripombe na obravnavani pravilnik, predvsem s pričakovanji, da se predpisno uredijo vse potrebne prilagoditve za vse naše uporabnike. Ministrstvo za okolje in prostor bo omenjeni pravilnik sprejemalo v čim krajšem možnem roku.

ZDGNS podala konkretne spremembe Zakona o letni dajatvi za uporabo vozil v cestnem prometu

ZDGNS pričakuje, da bo pripravljavec zakona upošteval, da so gluhe in naglušne osebe invalidne osebe, ki so lahko tako kot drugi invalidi, upravičene do plačila letnih dajatev. Podali smo vse ustrezne obrazložitve in pričakujemo, da se bo ugodno razrešilo.

Pravilnik o seznamu medicinskih pripomočkov iz obveznega zdravstvenega zavarovanja in Pravilnik o določitvi izhodišč za cenovne standarde medicinskih pripomočkov in za cene pripomočkov iz obveznega zdravstvenega zavarovanja v javni razpravi

V času javne razprave smo podali ustrezne predloge in pripombe. Pričakujemo, da se ustrezne spremembe zapišejo v akte in se nato tudi izvajajo.

Posodobljena aplikacija AMZS Pomoč

AMZS je pristopil k posodobitvi aplikacije, ki omogoča poenostavljen postopek klica za pomoč na cesti in druge storitve. Tem funkcionalnostim se je s temeljito prenovo aplikacije pridružilo še nekaj novih, odslej pa bodo lahko aplikacijo uporabljali tudi uporabniki mobilnih telefonov z operacijskim sistemom iOS.



Brezplačno letovanje socialno ogroženih

ZDGNS je v okviru programa Ohranjanje zdravja organizirala brezplačno rehabilitacijo oseb z okvaro sluha. Socialna rehabilitacija je potekala v našem objektu v Kranjski Gori, z organizirano animacijo, ki jo je vodila Lada Lištvanova. Brezplačne rehabilitacije se je udeležilo 99 gluhih, naglušnih, gluhoslepih in oseb s polževim vsadkom ter njihovih družinskih članov. Visoka udeležba dokazuje, da je program življenjsko pomemben in da je socialna struktura naših uporabnikov še vedno izredno šibka.



Kratki dokumentarni film Sotto o gluhi plesalki

Z velikim veseljem in ponosom smo sodelovali s Filmskim društvom Temporama pri projektu izdelave kratkega eksperimentalno-dokumentarnega filma Sotto, ki z gluho plesalko raziskuje človeške čute. Veliki navdušenci filma društva Temporama



SOTTO (foto Eva Ferlan)

so k sodelovanju povabili ZDGNS, da je aktivno pomagala in sodelovala pri nastajanju omenjenega filma. Film si bomo ogledali tudi v okviru Mednarodnega tedna gluhih in Jadranske konference, ki bo septembra v Ljubljani. Glavna igralka v tem filmu sta Jelena Bolšedonova in Jan Orešnik. Scenarij in režijo je prevzela Ina Ferlan, pri nastajanju filma pa je sodelovala tudi tolmačka Nataša Kordiš.

Matjaž Juhart

Prvi šolski dan je lahko tudi stresen

Za prvošolce je prvi šolski dan gotovo vznemirljiv in poseben dan, prehod iz vrtca v osnovno šolo pa pogosto stresen. Toliko bolj pa verjetno stres doživljajo otroci z okvaro sluha. Po večini se starši odločijo, kam bodo vpisali otroka – v specializiran zavod ali v redno šolo. Tu ni napačnih odločitev, saj oba načina šolanja ponujata enakovredno izobraževanje. Je pa res, da morajo starši pozorno spremljati otrokov razvoj in nenehno stimulirati njegov intelekt. Tako lahko spoznajo otrokove sposobnosti in njegove meje. Na podlagi tega spoznanja pa se lahko tudi pravilneje odločijo, kakšen način šolanja je za otroka najprimernejši.



Po podatkih ministrstva za šolstvo se je lani v integraciji šolalo 238 gluhih in naglušnih osnovnošolcev. Natančni podatki o letošnjem številu vpisanih gluhih in naglušnih otrok v tri specializirane zavode, v Ljubljani, Mariboru in Portorožu, bodo znani šele konec septembra. Med obiskom OŠ Zavoda za gluhe in naglušne Ljubljana pa smo izvedeli, da je v tem šolskem letu vpisanih 158 učencev, kar je 16 več kot v preteklem letu. Med skupno 17 prvošolci je tudi pet gluhih.

Beti Krajačič zdaj obiskuje že šesti razred osnovne šole v Komendi. Ima izjemno podporo staršev, babice, učiteljev in sošolcev. Od začetka šolanja v integraciji ima pomoč tolmača. Že drugo leto zapored ji pri pouku tolmači Sabina Pokovec. Pri razrednem pouku je bilo nekoliko lažje, saj je snov poučevala samo ena učiteljica. Pri predmetnem pouku pa bo nekoliko težje, saj se bo treba usklajevati z vsakim učiteljem posebej, nam je povedala Sabina. Zahteve učiteljev so različne, tudi učna snov je nekoliko zahtevnejša, a kot pravijo Betijini učitelji in ravnateljica šole Mira Rek, je Beti izjemna učenka, ki v številnih pogledih celo prekaša svoje vrstnike.

Da bi Beti uspešno spremljala pouk, se mora tolmačka prej pripraviti. Težavo povzroča pomanjkanje kretenj v znakovnem jeziku, zato se z učenko sproti dogovarjata za besede in pojme, ki se pogosto ponavljajo. Sicer pa se Beti v šoli dobro počuti. Zanima jo predvsem fotografija, njen najljubši predmet pa je slovenščina. Priznala je, da je šesti razred težji, a da nima težav pri učenju. S sošolci se dobro razume in nima posebnih težav s komuniciranjem.

Zanimivo je, da so zaradi Beti na šoli uvedli krožek znakovnega jezika, saj je kar nekaj učencev pokazalo zanimanje zanj, tako da je deklica za šolo vse prej kot težava. Njena navzočnost je za šolo celo pridobitev! Beti širi zavest o gluhih v naši družbi, širi poznavanje znakovnega jezika in strpnost do drugačnih. Vse to se dogaja v letih odraščanja, ko smo ljudje najbolj dojemljivi za nova znanja in spoznanja.

V tem šolskem letu Zavod za gluhe in naglušne Ljubljana (ZGNL) uvaja nekaj programskih novosti, vendar učenje znakovnega jezika še vedno ni sistematizirano. Med novosti spada tudi učenje angleškega jezika v drugem razredu, kar velja za vse OŠ v Sloveniji. Znakovni jezik pa je na zavodu omejen na krožke oz. je izbirni predmet.

Med prvošolci na ZGNL si je rumeno rutico nadel tudi sedemletni Armin s polževim vsadkom. Pred dvema letoma se je z družino preselil iz Zagreba v Ljubljano, zato se poleg učenja slovenščine privaja še na novo okolje, novo kulturo in nov jezik.

Armin je že usvojil prvine slovenskega znakovnega jezika. Njegovi starši pa so z zavodom izjemno zadovoljni. Arminova mama Zemka Kečanović nam je povedala: »Ugotovili smo, da v zavodu dobi vse. Pri zdravstveni enoti denimo vse obravnave, kot so logopedska, surdopedagoška in fizioterapevtska. Imeli smo pomoč, ker smo prišli kot tujci, in nismo vedeli, kako funkcionira izobraževalni sistem v Ljubljani. V smislu usmerjanja smo dobili veliko pomoči pri Zavodu za gluhe in naglušne, pri upravi in svetovalni službi.«

Armin ima tudi veliko slišočih prijateljev in obiskuje tudi različne obšolske aktivnosti, kar dodatno pomaga pri socializaciji v slišočo družbo.

Andrej Lakner

Svoje spomine na šolske dni v Gluhonemnici pa je zapisala Meri. V povojnem času so bile popolnoma drugačne razmere, še posebno za gluhe otroke. Ti imajo malo drugačne spomine na svoje prve šolske dni in morda vas naslednje vrstice spodbudijo k razmišljanju o tem, da je otrokom danes lepše. No, vsaj nekaterim.

Ko mi je bilo sedem let, me je mama peljala v vaško šolo, saj sem vse leto sitnarila, da bi od bratca dobila knjige. Skupaj z brati in sestrami sem ves teden hodila v šolo, kjer sem imela v prvi vrsti svojo zguljeno mizico in stolček. Nič nisem razumela učiteljice, le gledala sem jo, tudi takrat, ko mi je kaj govorila. Ves čas sem bila tiha in ji ponavljala, da ne slišim. Otroci so se izživiljali nad menoj, me cukali za kito, kazali osle ..., ampak brat me je vedno prišel zaščititi. Končno, po tednu dni, sem morala zapustiti šolo in ostati doma.

Vaški župnik, ki je bil tudi profesor na Teološki fakulteti v Ljubljani, je mami svetoval, da me odpeljejo v šolo v Gluhonemnico, v Ljubljano. Mati, ki ni videla krajev, dalj od svoje domačije, si sama seveda ni upala na pot v prestolnico, zato nas je poleg župnika spremljal še njen brat, moj stric – višji svetnik. Dedek, ki je bil župan, nas je z imenitno kočijo peljal do železniške postaje, od tam naprej pa smo šli z vlakom brez stekla v oknih (povojne posledice, bilo je leta 1946) v Ljubljano.

Sam sprejem v Gluhonemnici je bil katastrofalen. Vaškega otroka, ki je živel in rasel nekje bogu za hrbtom, pod svobodnim soncem, so iztrgali in poskušali »vsaditi«
nekam, v drugo okolje, daleč od doma, družine. To je bil neizmeren šok tako zame kot za mojo mater (hvala, draga mati, za tvoj pogum, srčnost, da si me kljub silni bolečini obeh izpustila in odšla ...) . Ob sprejemu je bila najprej na vrsti komisija za sprejem v zavod. Po parketu je bila z belo kredo narisana črta in nekdo mi je rekel, naj hodim po njej cikcak ... Drugi me je vprašal, kako se pišem oz. kako mi je ime, a seveda s kretnjo – s palcem je pokazal na čelu križ. Prestrašena sem ga razumela po svoje in se na glas prekrižala »v imenu Očeta in Sina in Svetega Duha, amen«. Vsi so se zasmeli in eden me je lopnil po rami, torej sem bila sprejeta v zavod. Zgodba naprej ni več takšna, kot jih doživljajo sedanji otroci ob vstopu v šolo. Potrebovala sem čas, veliko časa, da sem razumela in sprejela gojence in gojenke, ki govorijo z rokami, in skupno drugačnost. Dolgo časa sem se držala prefektov, ker so vsaj oni znali z menoj govoriti in mi pomagali v vsakdanjih stvareh, kot je skrb za osebno nego, pospravljanje, hoja v parih ...

Naprej je bil sistemski red zavoda: jutranje vstajanje, pregled rok, nohtov in ušes, zajtrk, odhod v učilnice, bivalnice, na kosilo, sledili so popoldanski odmor na vrtu, sprehodi, večerja, umivanje, spanje. V razredu nas je bilo od deset do dvanajst v krogu. Začeli smo razumevati črke, jih pisati in – izgovarjati. Sama s tem nisem imela težav, ker sem normalno govorila. Mučno je bilo gledati druge, kako učitelji poskušajo iz učenca izvabiti glasen odziv: a, b, c ..., pa tvoriti besede mama, pupa ...

Skratka, bilo je težko, vendar sem veliko tudi pridobila, se naučila pisati, brati, kretati, predvsem pa sem bila vesel otrok med sebi enakimi. Čeprav govorim, je moj jezik znakovni jezik in v njem sem srečna, svobodna. Poleg lepih spominov pa so tudi neizbrisno žalostni spomini, na primer na to, kar je zdaj prepovedano, takrat pa ni bilo: fizično mučenje otrok. Nihče nas ni ščitil in nekateri učenci smo bili za nekaj učiteljev in ravnatelja priročen predmet fizičnega maltretiranja. Smo bili pač gojenci zavoda, brez bližine staršev in doma.

S šolo oziroma učenjem nisem imela težav. Rada sem prebirala pravljice, sčasoma pa tudi romane, sploh Frana Saleškega Finžgarja, pa Miška Kranjca, Ivana Cankarja in še nekatere, in to pri dvanajstih letih. Pobegnila sem celo v mesto in v Državni založbi na Titovi cesti kupila knjigo Josipa Jurčiča.

Ko zdaj gledam razigrane otroke, prvošolčke, ki jih na prvi dan v šolo peljejo starši, mi zaigra srce ob misli, da je to zanje najlepši dogodek za spomin o vstopu v šolo, kjer se tudi kuje njihova prihodnost. Sprejem v razredih je lep, s tortico in rutico okoli vratu. Tega mi nismo doživeli, a smo pogumno korakali skozi vse viharje, da smo dobili službe, si ustvarili družine in da zdaj uživamo ob rasti naših vnukov in pravnukov.

Vsem otrokom, prvošolčkom, tistim s posebnimi potrebami in z zdravim sluhom, želim vesele korake v hram učenosti, da si pridno naberejo znanje, in lepo ter mirno prihodnost.

Meri

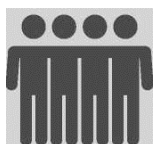
**PIŠITE
V NAŠE
GLASILO**

urednistvo.ist@zveza-gns.si

Z znakovnim jezikom sem enakopraven/-na!

Mednarodni teden gluhih je pobuda Svetovne zveze gluhih (WFD), ki je bila uvedena leta 1958 v Rimu v Italiji. Globalna skupnost gluhih ga praznuje vsako leto na zadnji teden v septembru v počastitev prvega svetovnega kongresa Svetovne zveze gluhih, ki je bil organiziran v istem mesecu leta 1951. Skupnosti gluhih po vsem svetu proslavijo mednarodni teden gluhih z različnimi dejavnostmi. Te zahtevajo sodelovanje in udeležbo različnih interesnih skupin, tudi družin, vrstnikov, vladnih organov, poklicnih tolmačev znakovnega jezika in organizacij invalidov.

Zakaj je mednarodni teden gluhih pomemben?



Mednarodni teden gluhih (MTG) je edini teden v letu, v katerem zelo usklajeno globalno zagovorništvo dviguje ozaveščenost o skupnosti gluhih na različnih ravneh. Njegovo

bistvo je v tem, da se gluhi po vsem svetu zberejo in pokažejo enotnost preostalemu svetu.



Mednarodni teden gluhih si prizadeva za spodbujanje človekovih pravic gluhih ljudi in poudarjanje vsebin, ki si zaslužijo pozornost.



Namen mednarodnega tedna gluhih je, da z dosledno, usklajeno in vsesplošno mobilizacijo pozove preostali svet k enotnosti in z zadostno medijsko pokritostjo zagotovi vidnost kampanj.



Letošnja tema: Z ZNAKOVNIM JEZIKOM SEM ENAKOPRAVEN/-NA

Mednarodni teden gluhih 2016 poteka pod geslom »Z znakovnim jezikom sem enakopraven/-na« in vsebuje številne ključne mejnike. Praznovali bomo 65 let WFD, počastili 10. obletnico sprejetja Konvencije ZN o pravicah invalidov in potrdili nedavno sprejetje Agende 2030, z novimi cilji trajnostnega razvoja vred.



ROJSTNA PRAVICA

Izhaja iz temeljne človekove pravice do pridobitve jezika ob rojstvu. Če ga gluhi otroci pridobijo hitro, jim omogoča polno komunikacijo z ljudmi in izboljša njihove kognitivne in socialne veščine. Gluhi

otroci morajo imeti dostop do znakovnega jezika že ob rojstvu.



IDENTITETA GLUHIH

Opreljuje gluhe kot pripadnike kulturne in jezikovne skupnosti, ki uporablja znakovni jezik kot materni ali naravni jezik za komuniciranje.



DOSTOPNOST

Poudarja, da potrebujejo gluhi dostop do javnih informacij in storitev s tolmačenjem v znakovnem jeziku, podnaslavljanjem in/ali zaprtimi podnapisi. Ključna dejavnika za dostopnost do javnih storitev, kot so zdravstvo, zaposlovanje, socialno varstvo ali katere koli druge vladne službe, sta zagotavljanje in dostop do tolmačev za znakovni jezik.



ENAKOPRAVEN JEZIK

Priznava znakovni jezik kot veljavno jezikovno sredstvo za posredovanje misli, idej in čustev. To je popolnoma delujoč jezik z lastno skladnjo, oblikoslovjem in strukturo. Izpolnjuje vse značilnosti, ki določajo pojem jezika. To so potrdile številne sistematične jezikovne raziskave o znakovnem jeziku od poznih sedemdesetih let.



ENAKE MOŽNOSTI ZAPOSLOVANJA

Zmožnost znakovnega jezika za komunikacijo in zagotavljanje tolmačev pomeni, da lahko gluhi ljudje opravljajo skoraj vsako delo. Pomembno je, da gluhi v enaki meri težijo k pridobitvi delovnih mest, ki izražajo njihov interes in usposobljenost. Glavne ovire za zaposlovanje izhajajo iz nedostopnih delovnih okolij in ne zaradi nezmožnosti slišanja.



DVOJEZIČNO IZOBRAŽEVANJE

Poziva zainteresirane strani, da sprejmejo potrebo po dvojezičnem izobraževanju za gluhega otroka in razumejo, da je kakovosten dvojezični pouk treba zagotoviti v okolju znakovnega jezika. Dvojezično izobraževanje je družbeno-kulturni pristop uporabe znakovnega jezika kot učnega jezika pri vseh predmetih in vzporednim močnim poudarkom na poučevanju branja in pisanja v jeziku, ki ga uporablja država ali družba.



ENAKOPRAVNA UDELEŽBA

Gluhi ljudje morajo imeti enak dostop do sodelovanja v osebnem, javnem in političnem prostoru kot vsi drugi. Še pomembnejše je zagotoviti, da imajo gluhi ljudje priložnost prevzeti vodilne vloge, tako da lahko sami ustrezno zagovarjajo svoje pravice in so udeleženi v vseh procesih odločanja v zvezi s svojim življenjem. To je odraz slogana »Nič o nas brez nas«.



VSEŽIVLJENJSKO UČENJE

Dostop do izobraževanja, poklicnega usposabljanja ter stalnega strokovnega usposabljanja in razvoja je ključnega pomena za pridobitev in ohranjanje službe ter služenje plače, ki omogoča neodvisno življenje.

mag. Tina Grošelj
Povzeto po izjavi za javnost
Svetovne zveze gluhih

V Sloveniji smo mednarodni dan gluhih zaznamovali v soboto, 17. 9. 2016, v Murski Soboti, saj tamkajšnje društvo praznuje častitljivo 60-letnico delovanja.

Društva gluhih in naglušnih po Sloveniji v času mednarodnega tedna gluhih pripravljajo različne aktivnosti. Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije pa v času mednarodnega tedna gluhih načrtuje tudi izvedbo:

Tretji mednarodni teniški turnir gluhih, 8.–11. 9. 2016, Portorož

Jadranska konferenca Zvez društev gluhih in naglušnih, 14.–16. 9. 2016, Ljubljana

Premiera kratkega dokumentarnega filma Sotto o gluhi plesalki, 15. 9. 2016, Ljubljana

Premiera prve samostojne serije Spletne TV – Preobrazba življenjskega stila, 15. 9. 2016, Ljubljana

Krvodajalska akcija gluhih, naglušnih in gluhoslepih po vsej Sloveniji, september 2016



Opravičilo

V št. 7–8 glasila Iz sveta tišine so bile na straneh 23, 24 in 25 v člankih, ki se nanašajo na pridobivanje pravic iz javnih sredstev, objavljene stare informacije. Za neljubo napako se opravičujem bralcem in v nadaljevanju podajam članek z aktualnimi informacijami.

Aleksandra Rijavec Škerl

Otroški dodatek

Otroški dodatek je dopolnilni prejemek za preživljanje, vzgojo in izobraževanje otrok.

Kdo ima pravico do otroškega dodatka?

Zakon o uveljavljanju pravic iz javnih sredstev določa, da ima pravico do otroškega dodatka eden od staršev oziroma druga oseba za otroka s prijavljenim bivališčem v RS, in sicer do dopolnjenega 18. leta starosti otroka, če izpolnjuje tudi druge pogoje po zakonu, ki ureja družinske prejemke.

Kje se uveljavlja pravica do otroškega dodatka?

Pravica se uveljavlja pri centru za socialno delo, ki je krajevno pristojno glede na stalno prebivališče vlagatelja oziroma kjer večina družinskih članov dejansko prebiva.

Pravica se uveljavlja z enotno vlogo za uveljavljanje pravic iz javnih sredstev.

V katerem roku je treba pravico uveljavljati?

Če se pravica uveljavlja v roku 30 dni po rojstvu otroka, se prizna z mesecem rojstva otroka. Če se uveljavlja po tem roku, se pravica prizna s prvim dnem naslednjega meseca po vložitvi vloge.

Za koliko časa se prizna pravica do otroškega dodatka?

Pravica do otroškega dodatka se prizna za dobo enega leta. Vsako leto je torej treba vložiti novo enotno vlogo za uveljavljanje pravic iz javnih sredstev, in sicer v mesecu, v katerem se izteče pravica do otroškega dodatka.



Če smo že upravičeni do otroškega dodatka, moramo biti zelo pozorni na datum poteka pravice, da pravočasno vložimo novo vlogo – to pomeni še pred iztekom stare pravice, da se pravica do otroškega dodatka ne ukine.

Da ne bo prihajalo do neljubih situacij, je treba natančno prebrati izdano odločbo o pravici do otroškega dodatka, iz katere je razvidno, koliko časa traja pravica do otroškega dodatka, kdaj preneha in kolikšna je višina otroškega dodatka.

Kolikšna je višina otroškega dodatka?

Višina otroškega dodatka se določi glede na uvrstitev družine v posamezni dohodkovni razred – upošteva se povprečni mesečni dohodek na družinskega člana v koledarskem letu pred vložitvijo zahtevka. Glede na število otrok se skupna višina otroškega dodatka določi za vse otroke, ki so upravičeni do otroškega dodatka, tako da se seštejejo posamezni zneski otroškega dodatka na posameznega otroka.

Izjemna višina otroškega dodatka

- Posamezni znesek otroškega dodatka se lahko poveča za 30 %, če otrok živi v enostarševski družini.
- Posamezni znesek otroškega dodatka se lahko poveča za 20 %, če predšolski otrok ni vključen v vrtec.

Dohodki in premoženja, ki se upoštevajo

Upoštevajo se dohodki, prejeti v preteklem koledarskem letu, na podlagi odločbe o odmeri dohodnine, kot neto razpoložljiv dohodek. Če podatki za preteklo leto med odločanjem še niso znani, se upošteva dohodek predpreteklega leta, preračunan na raven preteklega koledarskega leta. Če oseba v preteklem koledarskem letu ni imela dohodkov, ima pa jih v tekočem letu, se upoštevajo tekoči dohodki, prejeti v mesecu pred vložitvijo vloge in preračunani na raven preteklega leta.

Denarna socialna pomoč

Z denarno socialno pomočjo se upravičencu za čas bivanja v RS zagotavljajo sredstva za zadovoljevanje življenjskih potreb v višini, ki omogoča preživetje.

Kdo ima pravico do denarne socialne pomoči

Do denarne socialne pomoči je upravičen državljan RS s stalnim prebivališčem v RS, tujec z dovoljenjem za stalno prebivanje v RS in stalnim bivališčem v RS ter upravičenec, ki denarno socialno

pomoč lahko uveljavlja na podlagi mednarodnih aktov, ki obvezujejo RS.

Denarno socialno pomoč lahko pridobite, če si preživetja ne morete zagotoviti sami z delom, pravica mi iz dela ali zavarovanja, z dohodki iz premoženja in iz drugih virov oziroma z nadomestili ali prejemi po drugih predpisih ali s pomočjo tistih, ki so vas dolžni preživljati, ali na drug način oziroma si zase in za svoje družinske člane ne morete zagotoviti sredstev v višini minimalnega dohodka iz razlogov, na katere niste mogli oziroma ne morete vplivati.

Denarna socialna pomoč je odvisna od vaših dohodkov in števila družinskih članov.

Za kakšno obdobje se dodeli denarna socialna pomoč

Denarna socialna pomoč se dodeli za določen čas, glede na okoliščine. Prvič se dodeli za največ tri mesece, znova pa največ za šest mesecev, če so okoliščine ostale nespremenjene. Denarna socialna pomoč se lahko dodeli za obdobje največ enega leta, če zaradi starosti nad 63 let za ženske in nad 65 let za moške, bolezni, invalidnosti ali drugih okoliščin ni mogoče pričakovati izboljšanja socialnega položaja upravičenca.

Če je upravičenec do denarne socialne pomoči v zadnjih treh letih pred vložitvijo ponovne vloge za denarno pomoč prejel denarno socialno pomoč najmanj 24-krat, se mu z odločbo o upravičenosti do denarne socialne pomoči prepove odtujiti in obremeniti svojo nepremičnino v korist RS.

Trajna denarna socialna pomoč – se dodeli upravičencu, ki je trajno nezaposljiv ali trajno nezmožen za delo ali v starosti nad 63 let ženske in nad 65 let moški in je brez premoženja ter ni v institucionalnem varstvu in tudi njegovi družinski člani izpolnjujejo te pogoje.

Če je upravičenec do trajne denarne socialne pomoči lastnik nepremičnine, se mu z odločbo o upravičenosti do denarne socialne pomoči prepove odtujiti in obremeniti svojo nepremičnino v korist RS.

Izredna denarna socialna pomoč – namenjena je kritju izrednih stroškov, ki jih upravičenec z lastnimi dohodki ali dohodki družine ne more pokriti, ker se je upravičenec ali njegova družina znašla v položaju materialne ogroženosti iz razlogov, na katere ni mogla ali ne more vplivati.

Dodeli se lahko v enkratnem znesku ali za obdobje 3 ali 6 mesecev, kjer letno znesek ne sme presežati višine pet minimalnih dohodkov.

Ker je pomoč namenska, jo mora porabiti v roku 30 dni od prejema in o namenski porabi sredstev predložiti dokazila v roku 45 dni od prejema izredne denarne socialne pomoči.

Državne štipendije

Do državne štipendije so upravičeni dijaki in študentje, ki so starejši od 18 let in so državljani RS, izpolnjujejo druge pogoje po Zakonu o štipendiranju in njihov poprečni mesečni dohodek na družinskega člana v preteklem letu ne presega 64 % neto povprečne plače na družinskega člana. Za izobraževanje v tujini pa lahko državno štipendijo dobi državljan RS, če se v tujini izobražuje na izobraževalni ustanovi, ki je akreditirana v skladu s predpisi državne izobraževanja za izvajanje javnoveljavnega izobraževalnega programa za pridobitev stopnje izobrazbe.

Dodatki k državni štipendiji

1. Dodatek za vrsto in področje izobraževanja
2. Dodatek za učni ali študijski uspeh
3. Dodatek za izobraževanje zunaj stalnega bivališča
4. Dodatek za štipendiste s posebnimi potrebami.

Trajanje državne štipendije

Štipendist lahko prejema državno štipendijo eno leto za posamezni letnik na isti stopnji izobraževanja. Izplačuje se mesečno do 15. dne v mesecu za pretekli mesec, razen v končanem letniku srednjih šol, ko se za julij in avgust ne izplačuje.

Zoisova štipendija

Zoisove štipendije se dodeljujejo kot spodbuda za doseganje izjemnih dosežkov in s tem ustvarjajo dodane vrednosti na področju znanja, raziskovanja, razvojne dejavnosti in umetnosti. Namenjene so spodbujanju izobraževanja in doseganju višje ravni izobrazbe, dvigu odgovornosti štipendistov za svoje izobraževanje kot tudi za izbiro izobraževalnega programa. Zoisove štipendije podeljuje Javni stanovanjski sklad RS za razvoj kadrov in štipendiranje. Pridobijo pa jih lahko dijaki, študenti in udeleženci izobraževanja odraslih.

Po virih: www.scsd.si in www.skald-kadri.si

povzela Aleksandra Rijavec Škerl

20 let polževega vsadka

Vsakdanje okolje vsebuje vrsto različnih zvokov: od ušesu prijetnega ptičjega oglašanja in šelestenja listja do hrupnega zvoka industrije, vpitja in preglasne glasbe. Kakor koli že pa je za večino zvok samoumeven. Zaznamo ga povsem brez napora, zato tudi pravimo, da je sluh eno pomembnejših čutil.

Zvok potuje najprej do uhlja in sluhovoda, ki ga nato usmerjata naprej do bobniča. Bobnič in tri drobne slušne koščice ga nato pretvorijo v vibracije, te pa povzročijo premikanje dlačnic v notranjem ušesu. Slušni živec je odgovoren za to, da prevaja podatke o zvoku od dlačnic do slušnih centrov v možganih. Te električne signale možgani zaznajo kot zvok.

Ob tem pa se premalo zavedamo, da odsotnost sluha bistveno omejuje naše sposobnosti in zmanjšuje naše možnosti pri vključevanju v družbo. Pogostost pojavljanja obojestranskih okvar sluha pri nas je približno 1 na 1000 rojstev. Do 50 odstotkov gluhotje je genske, preostalih 50 odstotkov so različni vplivi, meningitis, okužbe s citomegalovirusom, poškodbe, zlatenica, hipoksija, nastane lahko tudi otoskleroza.

O svoji izkušnji s polževim vsadkom je spregovorila Darja Pajk. *»Mesec dni pred posegom sem bila depresivna. Pogovori mi niso več šli. Seveda me je bilo strah posega. K sreči obstaja Youtube, posnetki operacij. Lahko jih pogledaš, in preštudirala sem jih.«*



Darja Pajk

Pričakovanja ob prvi nastavitvi so bila velika. Sledilo je hudo razočaranje, ker ni slišala, kot je pričakovala in brala o izkušnjah drugih uporabnikov po spletu. Nikakor ni bila prepričana, ali testne zvoke

sliši ali ne. Nekaj dni pozneje pa se je zgodil težko pričakovani preobrat.

»Na tla mi je padla škatlica zdravil in zdelo se mi je, da slišim. Potem sta sosedi v sobi z mano metalni škatlice na tla, in jaz sem slišala. To je bilo nekaj najlepšega. Tisto škatlico imam doma spravljeno, ker je bil to prvi zvok, ki sem ga zares slišala. Vsadek mi optimalno koristi in pomaga.«

Darja je z vsadkom zelo zadovoljna, in kot pravi, se je njeno življenje vrnilo v normalne tirnice. *»Slišim šumenje vetra, šumenje listja, vodo, ki teče iz pipe, brbotanje vode, ki zavre. Zvoke, ki jih prej s slušnim aparatom nisem slišala. Priporočam polžev vsadek, ko slušni aparat ne koristi več. Polžev vsadek je naredil ogromno za mojo samozavest. Manj sem odvisna. Ni mi težko pokazati vsadka. Meni je zvok prijeten. Poslušanje glasbe mi je prijetno. Res uživam v svetu, v katerega sem se vrnila.«*

Polžev vsadek stane približno 21.000 evrov. Temu je treba prišteti še stroške operativnih posegov, zdravniških storitev in hospitalizacije. Vendar kandidati za polžev vsadek nimajo nobenih stroškov, saj vse krije zdravstvena zavarovalnica. Doc. dr. Saba Battelino, specialistka otorinolaringologije, nam je na poljuden način razložila zakonitosti delovanja tega medicinsko-tehničnega pripomočka.



Doc. dr. Saba Battelino

»Polžev vsadek je aparat, ki ga delno vsadimo pod kožo. Drugi del oseba nosi na glavi. Nadomesti del slušne poti, ki ne dela – kot če si predstavljamo, da je delo na cesti in naredimo obvoz. Polžev vsadek naredi obvoz prek nedelujočega polža. Spremeni zvok v električne impulze in jih prevede v slušno pot, od popravljenega dela ceste naprej. Impulzi pa se prenesejo naprej v možgansko skorjo.«

Ljudem z obojestransko zaznavno izgubo sluha hude stopnje in praktično gluhih osebam polževe vsadke uspešno vstavljajo v 70 državah po svetu, vse od leta 1972. V ljubljanskem Univerzitetnem kliničnem centru so odrasli gluhi osebi prvič uspešno vsadili polžev vsadek spomladi 1996. Od leta 2007 poseg izvajajo tudi v mariborski kliniki. V 20 letih je z revolucionarnim medicinsko-tehničnim pripomočkom prvič oziroma spet slišalo okoli 370 oseb. V Sloveniji vse stroške, povezane z implantacijo, krije zavarovalnica za zdravstveno zavarovanje. Prednost pred tistimi, ki bi si želeli obojestranske implantacije, imajo otroci in odrasli, ki vsadka še nimajo.

Ob tem doc. Saba Battelino dodaja: *»Odlično deluje. Ampak kot vsak vsadek ima tudi negativne strani. Opraviti je treba operacijo, pri kateri prerežemo kožo in zbrusimo kost, kamor ga vsadimo. Vedno obstaja možnost okužbe. Lahko nastanejo vnetja. Lahko pride do menjave, možne so poškodbe lobanjskih kosti. Seveda so tveganja, ampak če si predstavljate, da gre otrok, ki dobi polžev vsadek do enega leta, v redno šolo in ima do petega leta enako razvit govor kot slišič otrok, je to prednost, ki pretehta vse druge negativnosti, ki jih implantat ima.«*

Mesec dni po vsaditvi notranjega dela polževega vsadka, ki se operativno namesti pod kožo, pride uporabnik nazaj na kliniko, tam pa mu nastavijo še zunanjo enoto. Ta vsebuje govorni procesor z mikrofonom, gumb za nastavitve glasnosti, baterijski del, oddajnik in kabel. Priključitve zunanjih delov so nemalokrat povezane z močnimi čustvi, saj ljudje prvič v življenju ali pa spet slišijo zvok.

Doc. Saba Battelino je opravila že vrsto uspešnih operacij, in čeprav ne govori rada o čudežih, nam opiše odzive ljudi po prvi nastavitvi zunanje enote: *»Otrok odreagira z jokom, tako kot reagira, kadar*

se zgodi kaj neznanega. Otroci se smejiijo, zadovoljno privijejo k staršem, ne mečejo aparata z ušesa. Videla sem tudi, da so starejši, ki smo jim vstavili polžev vsadek, po prvi nastavitvi vzeli mobilni telefon in poklicali domov. To je bilo tudi zame, ki sem »vernik« polževega vsadka, presenečenje. Kajti pri starejših se bojiš, da bodo težko sprejeli drugo slušno stimulacijo. Zame je bilo prijetno, da jo je pacient takoj sprejel in uporabil. Aparat ima pol ure gor, pa odpre mobilni telefon in govori.«

Po opravljenih nastavitvah polževega vsadka je pred pacientom dolga pot slušne rehabilitacije. Veliko truda in dela je treba usmeriti v razvoj govora in učenje razumevanja slišane. Otroka ali odrasle, ki so bili dlje časa gluhi, je treba naučiti, kaj pomenijo zunanji zvoki – šumenje vode, besede, zvoki. Veliko vaje je potrebne, da slišano povežejo s pomenom. Rehabilitacija je potrebna do konca življenja, je pa za uporabnike brezplačna.

Darja Pajk je bila ves čas rehabilitacije zagnana učenka. *»V učenje poslušanja sem res usmerila ogromno energije. Vztrajno, vsak dan, dva meseca, po pet ur na dan – sama, z mamo, otroki – sem vadila poslušanje. Z računalnikom, z vajami na spletnih straneh proizvajalcev. Delati je treba za rehabilitacijo in biti vztrajen pri učenju. Mislim, da je to najpomembnejši del po posegu. Učiš se prepoznati razliko med moškimi in ženskimi glasovi, naravo, šumenje vetra. Znova prepoznavaš vse zvoke okoli sebe. Moraš biti radoveden in spraševati ter opazovati, kaj povzroča kakšen zvok.«*

Garancija na notranje enote polževega vsadka je deset let. Izkušnje kažejo, da lahko uporabniki pričakujejo menjavo v roku od 17 do 20 let. V tem času je razvoj tehnologije izjemen in tako uporabniki z novimi vsadki še zadovoljnejši.

mag. Tina Grošelj



Spletna TV po internetu neprekinjeno ponuja informacije z različnih področij, ki so plod avtorskega dela gluhih in slišičih novinarjev.

Na spletnem portalu www.gluhi.si so obiskovalcem na ogled različne kategorije vsebin: informativne, izobraževalne, kulturne, zabavne, športne. Izvajamo tudi produkcijo rubrik, kot so Športaj z mano, Kulinarični kotiček, Popolna preobrazba in druge.

Vabljeni k ogledu!

Nepoznavanje dolžnosti povzročilo kršitev pravice do tolmača

Na Varuha človekovih pravic RS (Varuh) se je obrnil pobudnik, gluha oseba, ki se sporazumeva s konvencionalno krettnjo in odgledovanjem, pisano besedo in prstno abecedo.

Zaradi bolezni je bil marca 2015 napoten na operacijo, na Varuha pa se je obrnil, ker v okviru zdraviliškega zdravljenja ne bo mogel uresničevati pravice do spremstva, ki jo potrebuje za komuniciranje z okolico. Ima sicer pravico do tolmača v slovenski znakovni jezik, vendar v obsegu 30 ur letno, za terapije v okviru rehabilitacije pa bo porabil 10 ur.

Varuh je na Zavod za zdravstveno zavarovanje RS naslovil (ZZZS) mnenje glede 2. odstavka 63. člena Pravil obveznega zdravstvenega zavarovanja (Pravila), ki določa, da se med zdraviliškim zdravljenjem izjemoma odobri spremstvo slepi zavarovani osebi.

Varuh je ocenil, da to določilo neupravičeno postavlja v neenak položaj druge osebe, ki so senzorno ali gibalno ovirane in je v nasprotju z določili Zakona o izenačevanju možnosti invalidov, ki prepoveduje vsakršno diskriminacijo zaradi invalidnosti v postopkih pred državnimi organi, organi državne in samoupravne lokalne skupnosti, izvajalci javnih pooblastil in izvajalci javne službe.

Predlagali smo, da bi Pravila spremenili tako, da bi bila pravica do spremstva pri zdraviliškem zdravljenju dostopna tudi drugim senzorno ali gibalno oviranim osebam. S tem bi se namreč odpravilo neupravičeno neenako obravnavanje med temi osebami ter se jim zagotovila pravica do dostojanstva med zdraviliškim zdravljenjem.

ZZZS nam je pojasnil, da je v Zakonu o uporabi slovenskega znakovnega jezika (ZUSJ) določeno, da ima gluha oseba pravico uporabljati znakovni jezik v postopkih pred državnimi organi, organi lokalne samouprave, izvajalci javnih pooblastil oziroma izvajalci javne službe. ZZZS je navedel, da lahko glede na vsebino določb ZUSJ zavarovana oseba pri uveljavljanju vseh pravic iz obveznega zdravstvenega zavarovanja, torej tudi pri uveljavljanju pravice do zdraviliškega zdravljenja, uveljavlja pravico do tolmača.

Menili smo, da navedena pravica ni omejena v obsegu, saj se določba o določenem obsegu ur, ko

ima gluha oseba tolmača, ne nanaša na uveljavljanje pravic pri državnih organih, organih lokalne samouprave, izvajalcih javnih pooblastil oziroma javne službe, temveč na druge postopke.

ZZZS se v odgovoru ni opredelil do mnenja Varuha glede neupravičenega neenakega obravnavanja oseb, ki so senzorno ali gibalno ovirane, je pa pojasnil, da se zvezi z ureditvijo zdraviliškega zdravljenja pripravlja predlog sprememb Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju. Ta predvideva razširitev pravice do sobivanja ob bolnem otroku do starosti vključno pet let v primeru njegove hospitalizacije tudi na čas otrokovega zdraviliškega zdravljenja na stacionarni način ter razširitev kroga oseb, ki lahko sobivajo ob otroku.

Pobudniku smo sporočili odgovor ZZZS ter mu predlagali, da pred nastopom rehabilitacije pri izvajalcu javne službe zahteva zagotovitev pravice do tolmača v znakovni jezik. Pobudnik nam je sporočil, da mu je izvajalec javne službe sporočil, da na zdravljenju še niso imeli gluhe osebe ter da ne vedo nič o tem, da bi bili dolžni zagotoviti tolmača za znakovni jezik.

Varuh je zato izvajalcu javne službe poslal dopis, s katerim jih je opozoril na dolžnost zagotovitve tolmača v znakovni jezik. S pobudnikom smo se dogovorili, da naj nas, če bi med rehabilitacijo nastale težave, o tem obvesti. Pobudnik tega ni storil, temveč nas je šele po opravljeni rehabilitaciji seznanil s tem, da je izvajalec javne službe delno zagotovil tolmača, in sicer ob obisku zdravnika, ob predstavitvi terapij, ultrazvoku in nekaj terapijah. Pri preostalih terapijah, pri katerih tolmač ni bil navzoč, je prevajala pobudnikova mati.

Pobudo smo šteli za utemeljeno, saj pobudniku v konkretnem primeru kljub našemu opozorilu ni bila v celoti zagotovljena pravica do tolmača v znakovni jezik. Primer kaže na nepoznavanje dolžnosti, ki jih ZUSJ predpisuje za postopke pred izvajalci javnih služb ter posledično pomeni poseg v pobudnikovo pravico do dostojanstva in enake obravnave.

Vlasta Nussdorfer
Varuhinja človekovih pravic

Lastna poslovna pot je lahko dobra odločitev

Gluhi in naglušni spadajo med teže zaposljive ljudi in pogosto ne najdejo službe v svojem poklicu. Simona Drev je po končanem študiju mikrobiologije delo najprej iskala v svoji stroki. Ker je trg takšnega poklica zelo omejen, se je odločila, da usodo vzame v svoje roke. Uredila si je status samostojne podjetnice, danes pa uspešno vodi svoja lokal in hostel.



Foto: osebni arhiv Simone Drev

»Preden sem se vključila v samostojno podjetništvo, sem vedela, da temu ne bom sama kos. Ob strani mi stoji tudi partner in njegova družina, pa tudi prijatelji, ki so mi pred vstopom v podjetništvo sami dali roko, da mi bodo pomagali na vseh področjih.



Ker sem na tem področju kot samostojna podjetnica zelo kratek čas, zelo težko rečem, kje so prednosti in slabosti. Lahko pa rečem, da ustanovitev s.p.-ja ni tako strašen zalogaj. Številne informacije dobiš na spletu, veliko ti jih dajo tudi točke e-vem, ki ti tudi zelo olajšajo vpis v poslovni register. Lahko rečem, da je prav tako prednost, da imam kot oseba s telesno okvaro tudi nekatere bonitete, na primer oprostitev plačevanja za pokojninsko in invalidsko zavarovanje. Obenem sem vedela, da bom deležna tudi denarne nagrade za preseganje kvote invalidov.

Glede na to, da sem dolgo iskala zaposlitev in se dokončno odločila, da se lotim samostojnega podjetništva, tega ne bom nikoli obžalovala. Obžalujem le, da se za ta korak nisem odločila že pred leti. Zato mladim, ne samo gluhim in naglušnim, temveč vsem, ki imajo dobro idejo in željo delati, si nekaj ustvariti, svetujem, naj se preizkusijo v samostojnem podjetništvu. Predvsem pa gluhi in naglušni, ker imajo razne bonitete in subvencije, ki bi jih lahko izkoristili.

Anja Intihar

DGN Dolenjske in Bele krajine z vami že 60 let

Društvo gluhih in naglušnih Dolenjske in Bele krajine praznuje 60. obletnico delovanja. V počastitev tega visokega jubileja so pripravili kulturno prireditev 60 odtenkov sluha, v knjižnici Milana Jarca v Novem mestu pa slikarsko razstavo Gabrijela Kramaršiča in Roka Juršiča.

Od ustanovitve društva pa vse do danes se potrebe članov niso spremenile, ključno za delovanje društva pa je bila pridobitev primernih prostorov, za kar so potrebovali dolgih sedem let, od leta 1997 do 2004. Prostore je bilo potem treba opremiti z audio- in video opremo ter članom ponuditi razne programe za premagovanje komunikacijskih in drugih ovir.

Vladimir Kastelec, predsednik DGN Dolenjske in Bele krajine, je poudaril: *»Čeprav že imamo moderno tehnologijo, gluhi in močno naglušni še vedno potrebujejo osebni stik, osebni pogovor, prevajanje posameznih besed, kar daje vedeti, da druženje mora obstajati. Društvo ima v tem letu 125 članov, pa tudi 250 uporabnikov, ki prihajajo v društvo na dogodke.«*



Ob tem pa dolgoletni predsednik dodaja, da *»v občinah manjka posluh za sofinanciranje socialnih programov. Ko nekatere občine sofinancirajo naš program, ne vemo, ali bi se jokali, smejali ali se jezili. Za vse leto dajo na primer 50 ali 60 evrov. Izjema je samo naša matična občina, to je občina Novo mesto, ki da bistveno več od drugih.«*

Društvo skupaj s predsednikom že 21 let vodi Vesela Banič, ki je bila ob tej častitljivi obletnici seveda tudi sama precej čustvena: *»Šestdeset let je že za nami in upam, da bo nova generacija – mi seveda počasi odhajamo – zaznala te nove vibracije in nove potrebe ter ponudila uporabnikom, članom,*

kakorkoli jih že imenujemo, to, kar je dejansko namdomestilo za njihov hendikep.«



Mladen Veršič, predsednik ZDGNS, Vladimir Kastelec, predsednik DGN Dolenjske, in Boštjan Jerko, tolmač SZJ

Društvo izvaja socialne programe v Novem mestu na naslovu Glavni trg 11. Za gluhe in naglušne je društvo drugi dom, kamor prihajajo zaradi druženja, različnih delavnic, predavanj, kulturnih prireditev in pohodniških izletov.

Člani radi prihajajo v društvo, udeležujejo pa se različnih aktivnosti.



Vladimir Kastelec, predsednik DGN Dolenjske in Bele krajine in Vesela Banič, sekretarka

Tadej Kramaršič nam je povedal: *»Društvo je zame pomembno, ker se tam družimo, obveščajo nas, nam pomagajo in pripravljajo delavnice.«* Ob visokem jubileju matičnega društva je bil tudi sam vidno ganjen: *»Šestdeset je lepa številka. In ponosen sem.«*

Rok Juršič pa je dejal: *»Za društvo si želim, da pokažemo, da imamo gluhi veliko sposobnosti. Sam*

sem ponosen, da sem naglušen in da živim v dveh svetovih, s slišječimi in gluhi. Vem pa, da ima vsak človek svoj talent in da smo vsi enaki. Nismo drugačni – jaz gledam na vse enako, da smo vsi prijatelji.

Med ponosnimi člani Društva Dolenjske in Bele krajine je tudi Petra Šiler, dolgoletna igralka v skupini Tihe stopinje, ki je z Jeleno Bolšedonovo nastopila s pantomimo.



Petra Šiler in Jelena Bolšedonova

Tudi predsednik Zveze društev gluhih in naglušnih Mladen Veršič je društvu izrekel čestitke in pohvalo za dolgoletno uspešno delo: »Res je, to društvo

dobro dela, zato si želim, da bi v prihodnje še tako dobro delovalo in pomagalo gluhih, naglušnim in gluhoslepim.»

Prav tako je društvu čestitala Vida Čadonič Špelič, direktorica občinske uprave Novo mesto: »O današnji prireditvi ni reči kaj drugega kot čestitam in še enkrat čestitam. Naj nam bo spodbuda za naprej.«

S svojim obiskom so obletnico društva počastili tudi predsedniki različnih društev iz vse Slovenije.

Matevž Marinko, predsednik MDGN Slovenske Kojnice, Vitanje in Zreče, je dejal: »Čestitam jim za 60-letnico delovanja, ki je zelo uspešno in pozitivno. Prav tako želim, da ne bi nazadovali, ampak da bi še naprej premagovali težave v življenju gluhih, naglušnih, oseb z polževim vsadkom in gluhoslepim.«

Čestitke je izrekla še Tončka Selišnik, predsednica DGN Koper: »Iskreno jim čestitam ob 60. obletnici ustanovitve društva in jim želim uspešno delovanje še naprej!«

Valerija Škof

Junjski potep DGN Koper na Gorenjsko

Poletje je čas potovanj in razglednic, ki nam slikajo svet z njegove lepe strani. Da bi lahko doživeli lepo izkušnjo in lep razgled, se moramo pogosto zelo potruditi.



Na strehi Nordijskega centra

Z lepšim razgledom in spominom na potovanje si človek laže privošči veselo popotniško domišljijo, tudi kadar mora ostati doma. To nam omogoča popotovanje čisto svoje vrste, ki nič ne stane, a je nadvse dragoceno.

Tokrat je bilo to potovanje v notranjost Slovenije, na Gorenjsko, med gore, pod Ponce, v Nordijski center Planica, moderen skakalno-tekaški center z letalnico, ki je ena največjih na svetu.



Skupinska slika na vrhu skakalnice

Pot do tja nas je vodila skozi vrata tišine, govorico rok ter kretanja, videnja in opazovanja. V globini našega nestrpnega skrivnostnega jaza, ki ga lahko slišimo, govorimo, ga lahko kretamo, če nas vodi

dobrotna in vztrajna luč sodelovanja. Potovanje se nam je tudi uresničilo.



Nasmejani člani na vhu skakalnice

Gluhi in naglušni člani DGN Koper smo bili v Planici – na letalnici, ki ima 1200 m nadmorske višine – 18. junija 2016, zadovoljni kot naš šampion ter zmagovalec skakalnice, Peter Prevc.

Ogled Planice

Dobil sem kar zajetno pošto DGN KP z razveseljivim vabilom ter težko pričakovanim datumom, 18. junij 2016, da se pripravlja enodnevni izlet za gluhe in naglušne, »ekskurzija« na Gorenjsko. Težko pričakovanim datumom pravim zato, ker so nekateri v solzah gledali skakalnico, saj so bili prvič tam.



Ogled notranje tekaške proge

Pri organizaciji tega izleta nam je pomagala moja sopotnica Dragica Media iz Jesenic, ki se je povezala turistično agencijo Kompas Jesenice, ta pa nam je omogočila prečudovit izlet v Kranjsko Goro in Planico.

Seveda smo se odločili tudi za vožnjo s sedežnico na skakalnico, na sam vrh skakalnice, na 1200 metrov nadmorske višine. Na sedežnico smo se iz polnega avtobusa podali vsi, mladi in stari, gluhi in naglušni. S programom smo bili vsi člani društva zelo zadovoljni.

Na koncu naj se zahvalim tudi našemu vodniku Matjažu Podlipniku ter šoferju avtobusa za njuno požrtvovalno delo.

Milan Šuc,
DGN Koper – podružnica Sežana

Milana Šuca je obisk Planice in Kranjske Gore tako navdušil, da je napisal tudi pesem. Kot pravi sam, so bili njegov navdih srečni ljudje, ki so šli prvič na Gorenjsko, ob tem pa dodal, da je bil tudi sam očaran in da so ga tam navdajali posebni občutki, saj imamo nekaj, česar svet nima, to je velik in bogat center športa.



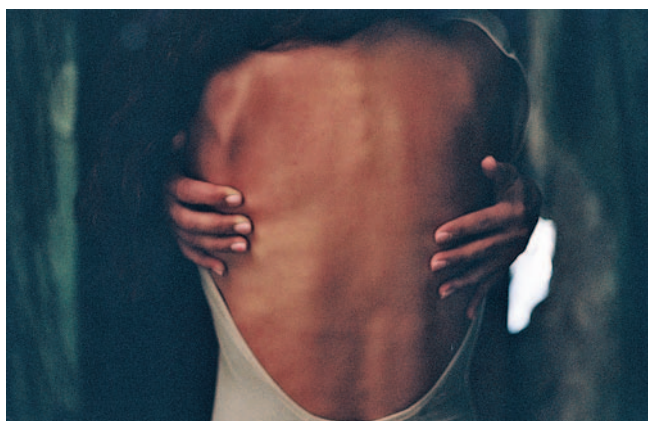
Ogled jezera

Ali se ti sanje uresničijo?
Verjameš, da se ti sanje uresničijo,
če to želiš?
Verjameš, da si ustvarjen za to,
da nekaj narediš?
Dogodivščine te čakajo,
vse, kar rabiš, že imaš.
Tople dlani, veliko srce
in navihan obraz, a gluhoti te izda.
Zdaj gre zares, le pojdimo v svet.
Resnica bo svetica nam v temi,
v dobrem živi, ne bo ti žal,
Ko skupaj sanjamo, se vse mogoče zdi.
Zdaj gre zares.
Če srečajo se ti črne misli težkih dni,
ne boj se, kajti zmoraš vse.
Nad tabo sveti in toplo sonce ti da toploto,
dogodivščine čakajo na nas,
vse, kar rabiš, ne pozabi, že imaš.
Tople dlani, veliko srce,
navihan obraz in topel nasmeh.
Zdaj gre zares!
Le pojdimo z nevidno gluhoti naprej,
resnica nikoli ne zataji, in sveti nam v temi,
ako ne slišiš, toploto čutiš,
vidiš ustnice, kaj govorijo.
Ko skupaj sanjamo, se vse mogoče zdi.
Zdaj gre zares.

Milan Šuc

SOTTO

Kratki eksperimentalno-dokumentarni film režiserke Ine Ferlan raziskuje človeške čute s plesalko, ki je prikrajšana za eno od senzoričnih zaznav. Kako izrazito se njeno zaznavanje sveta spremeni zaradi okrepljenega delovanja preostalih čutil?



Kratki film v ospredje postavi gluho plesalko Jelena Bolšedonova in Jana Orešnika. Premierno bo predstavljen v sklopu aktivnosti, ki jih Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije organizira v času



Jelena Bolšedonova (foto Eva Ferlan)

mednarodnega tedna gluhih, na kulturnem večeru Jadranske konference gluhih, 15. septembra 2016.

Sicer pa je bil Sotto avgusta predvajan na Festivalu kratkega filma v Slovenski kinoteki, septembra pa si ga bo mogoče ogledati na velikem platnu Mednarodnega festivala dokumentarnega filma Doku-doc v Mariboru in na Festivalu slovenskega filma v Portorožu.

mag. Tina Grošelj

Olimpijske igre, Rio 2016

V Riu de Janeiru so se 21. 8. 2016 veličastno, tako kot so se začele, ob ritmih sambe končale igre 31. olimpijade. Dobrega razpoloženja športnikov in gledalcev na sklepni slovesnosti nista pokvarili ne slabo vreme in ne dejstvo, da iz ust predsednika mednarodnega olimpijskega komiteja tokrat niso slišali stavka, da so bile to najboljše igre do zdaj.

Kot vedno je bil to vrhunski športni spektakel, poln solz zmagoslavja in solz razočaranja. A prevladala sta veselje in zadovoljstvo, česar ob koncu ni skrival niti predsednik mednarodnega olimpijskega komiteja, ki je na slovesnosti povedal: *»Zapuščina teh olimpijskih iger je neizmerno bogata. Ria de Janeiro se bomo spominjali tudi zato, ker se je med olimpijskimi igrami tako spremenil.«*

Zgodovina bo govorila tudi o tem, da razkorak med bliščem športa in bedo domačega prebivalstva še

nikoli ni bil tako očiten, zaradi česar so začasnega predsednika Brazilije na odprtju iger izžvižgali.

V pozabo ne bo šla niti odsotnost številnih ruskih športnikov, ker so jim prepovedali udeležbo zaradi sistema dopinga na državni ravni, in da je prvič olimpijsko zastavo v rokah vihtela ekipa, sestavljena iz beguncev. V spomin se bosta zapisala slovo žive legende, Jamajčana Usaina Bolta, ki je na treh igrah zapored osvojil zlati trojček, in 23. zlata medalja ameriške plavalne legende Michaela Phelps, ki tudi končuje športno pot.

Vir: Odmevi, TV SLO

Slovenski športniki so 19. olimpijskim kolajnam, ki so jih prejeli v minulih 25 letih, dodali še štiri iz Ria de Janeira. Kajakaš Peter Kauzer je osvojil srebro, drugo medaljo srebrnega leska je državi prijadral

Vasilij Žbogar, zlato kolajno si je v judu priborila Tina Trstenjak, bron pa judoistka Anamari Velenšek, obe iz judo kluba Sankaku, sicer varovanki Marjana Fabjana, ustanovitelja judo kluba Sankaku, najuspešnejšega in najbolj prepoznavnega judo kluba v Sloveniji ter dobitnika dveh nazivov najboljši trener juda v Evropi.



Eva Zorko na mimohodu gluhih olimpijcev, Tajvan, 2009

Borbe v judu je spremljala tudi najboljša gluha judoistka, Eva Zorko, ki si je seveda ogledala tudi tekme svojih kolegic.

Za Tino sem pričakovala, da bo postala prvakinja, ker je odlična in zelo močna borka. Ves čas sem si govorila, da zmore in da si to res zasluži ter da judo obvlada, in potem je res postala prvakinja. Res sem z velikim ponosom spremljala zmago svoje kolegice – tudi zato, ker smo vse tri skupaj trenirale v istem klubu. Spomini so šli tudi nazaj, ko smo bile vse tri še čisto majhne in sta mi včasih tudi malo ponagajali. Obe z Anamari sta super puncici in obe sta res trdo delali za ta uspeh, zato sta ti dve medalji še toliko bolj vredni.



Ko sem spremljala nastope naših judoistov, so mi šli spomini seveda tudi v čase, ko sem še sama nastopala. Najlepši spomin imam na olimpijske igre na Tajvanu, kjer sicer nisem osvojila medalje, vseeno pa so bile te igre zame res najlepše. Olimpijske igre

so zares nekaj najlepšega, kar športnik doživi. Čeprav kolajne nisem osvojila, sem se z iger vračala z dvignjeno glavo, ker vem, da sem dala vse od sebe.

Zelo sem ponosna tudi na svojega nekdanjega trenerja Marjana Fabjana, ki je bil sicer zelo strog, hkrati pa odličen trener, ki mi je dal res ogromno znanja.

Ko sem spremljala borbe svojih nekdanjih kolegov, sem bila tudi malo žalostna, ker nisem več judoistka. Ta šport je bil toliko let del mene in za vedno ga bom hranila v svojem srcu.

Moram pa povedati, da sem res ponosna na vse svoje nekdanje kolegice, ki so Sloveniji priborile olimpijske kolajne. Urška, Lucija, Tina in Anamari, odlične ste in v čast mi je, da sem trenirala z vami!

Eva Zorko

Na teh olimpijskih igrah pa se je v tenisu zgodila nešportna poteza, ki je spomnila na dogodek na evropskem prvenstvu gluhih v tenisu, zato smo trenerja najboljšega gluhega teniškega igralca, Marina Kegla, prosili za komentar tekme za bronasto medaljo, kjer sta se pomerila Rafael Nadal in Kei Nishikori.

Izsiljeni odmor v tenisu

V športu se dogajajo stvari, ki so del strategije, cilj pa je destabilizirati nasprotnika in ga s tem nekako onemogočiti. To je zelo moteče tudi za tako prekaljene ase, kot je Rafael Nadal. Kei Nishikori je dobil prvi niz s 6:2, v drugem nizu pa je vodil že 5:2, vendar ga je Nadal ulovil in zmagal s 7:6. Nishikori je nalet Španca po drugem nizu želel načrtno ustaviti. Vzel si je odmor za stranišče, dolg kar 12 minut. To ni v nasprotju s teniškimi pravili, je pa, po mojem mnenju, sporno. Nadal se je v tem času ohladil, in



Marino Kegl po zmagi v 1. kolu evropskega prvenstva gluhih, Portorož 2016

Japoncu ni bilo težko dobiti odločilnega tretjega niza 6:3. Osvojil je bronasto olimpijsko medaljo.

Podobna situacija, vendar žal tudi z grobim kršenjem pravil, se je letos pripetila Marinu Keglu na evropskem prvenstvu v tenisu gluhih v Portorožu. V drugem kolu se je pomeril z aktualnim svetovnim prvakom Jegorjem Panjuškinom iz Rusije. Dvoboj se je začel zelo silovito. Do rezultata 3:3 sta bila tekmeča izenačena, nato pa je Marino stopil na plin in z dvema odvzemoma servisa nasprotniku dobil prvi niz 6:3. Marino je igral tako dobro, taktično razdelano in motivirano kot še nikoli. Prvi niz je dobil z lahkoto.



Nato pa se je ob izdatni pomoči slovenskega vrhovnega sodnika začela umazana igra Rusa. Marino je sedel na klop, Rus pa je stal pri klopi, nekaj iskal v torbi in si v žep vtaknil, kot smo pozneje ugotovili po videoposnetku, mobitel. Ko je pretekla minuta in pol, koliko je predviden odmor po nizu, je Marino vstal in se odpravil na svojo polovico igrišča, Rus pa je šel do vrhovnega sodnika in zahteval še odhod na stranišče. Po pravilih ima tekmovalca takoj po končanem nizu, v razumnem času, dovoljen odhod na stranišče. Tovrsten odmor je dovoljen le enkrat v dvoboju. Če želi med dvobojem še en odhod na stranišče, se mu ta dovoli v tako imenovanem njegovem času, torej v času odmora med nizoma, ki traja minuto in pol. Rus je torej izkoristil minuto in pol ter zatem zahteval še odhod na stranišče. Že tukaj je pravilo kršeno! Rus si je vzel

odmor, dolg 12 minut, prav tako kot Nishikori v Riu. Vse to je dobro preračunano, kajti če bi bil odmor dolg 15 minut, bi sledilo ponovno ogrevanje nasprotnikov. Tega seveda niti Nishikori niti Panjuškin nista imela v mislih.

Rus se je vrnil na igrišče in igral svež, kot da se dvoboj pravkar začel. Drugi niz je dobil 6:1. Sledil je odmor po dveh nizih (minuta in pol). Marino je sedel na klop, Panjuškin pa ni sedel, temveč je spet brskal po torbi in nekaj iskal. Podobno kot po prvem nizu je spet nekaj vtaknil v žep. Marino je vstal in šel na svojo stran igrišča, Rus pa k vrhovnemu sodniku, ki je slonel na ograji, in znova zahteval odhod na stranišče! In tukaj je vrhovni sodnik pohodil vsa teniška pravila in najverjetneje odločilno vplival na nadaljnji potek igre. Mimo vseh pravil, saj je Rusov čas potekel, mu je dovolil drugi odhod na stranišče. Na igrišče se je vrnil čez štiri minute, torej je po dveh nizih odmor trajal neverjetnih, dolgih in za Marina mučnih šest minut! V tem času so se gledalci, igralci in člani strokovnih štabov množično spraševali, kaj se dogaja. Seveda so vsi do zadnjega vedeli, da to ni prav in da so teniška pravila grobo kršena.

Rus je bil čudežno spet svež, kot da je pravkar prišel iz hotelske sobe. Marino je na začetku tretjega niza dal prav vse od sebe, igral silovito, koliko je imel moči, povedel z 2:0, nato pa Rus ni več zgrešil niti ene žogice. Marino je skoraj v solzah do zadnjega napadal na vso moč. Žal je izgubil koncentracijo in dvoboj končal z dvojno napako. Niz se je končal z brejkom prednosti v korist Rusa, 6:3.

Tako so se v 2. kolu za Marina na domačem evropskem prvenstvu v Portorožu končale sanje. Sanje o medalji. Dvakrat je bil »ohlajen« pod prisilo. Taktična provokacija je Rusu ob veliki podpori vrhovnega sodnika uspela.

Izgubljena priložnost se ne bo vrnila, Marina čaka naporen trenažni cikel. Nova priložnost za evropsko medaljo bo šele čez štiri leta.

Darko Kegl

Popravek

V prejšnji številki glasila Iz sveta tišine niso bili navedeni vsi avtorji članka Evropsko prvenstvo gluhih v tenisu, Portorož 2016, in sicer Tina Grošelj, Valerija Škof, Sabina Hmelina in Anita Ivačič.

Za neljubo napako se vsem avtorjem iskreno opravičujemo.

Uredništvo glasila Iz sveta tišine

Slovenska mesta: Murska Sobota

Murska Sobota je največje pomursko mesto in naj-severnejše mesto Slovenije. Po številu prebivalcev je na petnajstem mestu. Je značilno subpanonsko naselje in edino slovensko mesto v pravi ravnini. Leži nedaleč od meje s sosednjima državama, Avstrijo in Madžarsko. Razvilo se je v ravninskem svetu na levem bregu reke Mure ob rečici Ledavi.

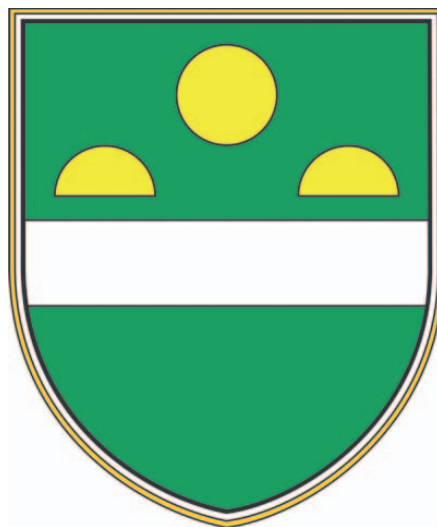
Naziv Sobota naj bi izviral iz osebnega imena. V dokumentih iz 14. stoletja je omenjena z dodatkom Mura in z različnimi oblikami imena. Te so dobile madžarsko končnico -szombath v 15. stoletju. Ime brez pridevnika se je znova pojavilo v 19. stoletju, in sicer kot Sobota, v madžarskem črkopisu zapisana slovenska oblika imena. Druga, ljudsko najbolj znana različica pa pravi, da naziv Sobota izhaja iz dneva sobota, saj so ob sobotah prirejali sejme, po katerih je bilo mesto znano od konca srednjega veka naprej. Štajerci in Hrvati so tako morali v soboto čez Muro, in temu dnevu so šaljivo rekli murska sobota.



Murska Sobota nekoč

Mesto je prvič omenjeno kot Murazombatha v listini z datumom 16. julij 1348. Na ta dan občina praznuje občinski praznik. Izjemne pravice je Murski Soboti dodelil cesar Ferdinand II. z dokumentom, v katerem se kraj imenuje Olchincz, bila pa je tudi del Železne županije (madž. Vas megye) v Kraljevini Madžarski do leta 1918.

Urbani razvoj Murske Sobote so že v srednjem veku narekemale prometnice, ki so povezovale nemške dežele z Ogrsko. Prvo železniško povezavo je dobila leta 1907 s Körmendom, leta 1924 pa tudi z Ljubljano. O starejši poselitvi pričajo nekatera prazgodovinska in rimska arheološka najdišča v okolici mesta ter rimski nagrobnik, vzdani v severno steno rimskokatoliške župnijske cerkve.



Ob rimskokatoliški cerkvi Sv. Nikolaja, ki jo viri prvič omenjajo leta 1297, je sredi zemljišča Belmura zrasla srednjeveška naselbina, ki se z imenom Murazombatha prvič omenja 16. julija 1348. Kot mesto je Murska Sobota prvič omenjena leta 1366. Zemljiški gospodje Széchyji so leta 1476 meščane oprostili vseh tlačanskih obveznosti. Leta 1479 je ogrski kralj Matija Korvin mestu podelil svobodne sejemске pravice. V času najhujših turških vpadov v prvi polovici 17. stoletja so Mursko Soboto obdali z zunanjim obrambnim zidom, obrambnimi okopi in jarkom. Po izumrtju Széchyjev je leta 1687 del mestnega zemljišča kupil Peter Szápáry in leta 1690 s kraljevim privoljenjem postal lastnik Sobote. Družina Szápáry je imela patronat nad mestom vse do konca 1. svetovne vojne, grajsko poslopje, ki ga viri omenjajo že v 14. stol., pa je bilo leta 1934 prodano takratni soboški občini.



Murska Sobota glavni trg 1941

Cerkvenoupravno je Murska Sobota v letih od 1094 do 1176 spadala pod škofijo v Zagrebu, do 1777 pa pod škofijo v Györu, nato so jo podredili

škofiji v Sombotelu. Od 1923 spada pod jurisdikcijo mariborske škofije. V 14. stoletju je bil tam sedež posebnega belmurskega arhidiakonata. Protestantsko verovanje se je v Murski Soboti in njeni okolici širilo od začetka 17. stoletja do rekatolicizacije v letih 1671–1673. Evangeličani so se v mestu znova organizirali leta 1886, prekmurški seniorat s sedežem v Murski Soboti pa je bil ustanovljen leta 1922. V Murski Soboti je bil tudi sedež judovske verske občine, ki je od leta 1929 združevala vse pripadnike judovske verske skupnosti v Sloveniji.

V okviru madžarske upravne razdelitve je Murska Sobota od 12. stoletja spadala pod Železno županijo in bila od leta 1850 sedež soboškega sodnega okraja. Po razglasitvi Madžarske republike sovjetov leta 1919 je bil v mestu sedež ravnateljstva za Slovensko krajino; maja istega leta je bila z balkona današnje restavracije Zvezda razglašena Murska republika, a je zdržala samo šest dni. Pod Kraljevino Jugoslavijo sta bila v mestu nekaj časa nameščena civilni komisar za Prekmurje in nato okrajni glavar. Madžari so v času zasedbe med drugo svetovno vojno znova uvedli staro upravno razdelitev.

Mursko Soboto je 3. aprila 1945 osvobodila vojska sovjetske Rdeče armade skupaj z delom prekmurske partizanske čete. Novo oblast so vzpostavili člani delegacije Slovenskega narodnoosvobodilnega sveta, ki je prišla v Prekmurje 8. aprila 1945. Po drugi svetovni vojni je bila Murska Sobota sedež okraja, od 1964 sedež občine, ki je obsegala področje Ravenskega in Goriškega, od leta 1994 pa je sedež mestne občine, ki obsega mesto in skupino okoliških krajev.



Spomenik zmage

V počastitev zmage so postavili spomenik. Zgradili so ga po načrtih ruskega arhitekta Arončika iz belega carskega marmorja v čast in slavo zmagovalcev druge svetovne vojne: sovjetskih vojakov in jugoslovanskih partizanov. Slavnostno so ga odkrili ob navzočnosti predstavnikov zavezniških sil 12. avgusta 1945. Zasnovan je kot grobnica, ki simbolizira obzidje Kremlja, pred katero stoji ča-

stna straža, nad njo pa se dviga mogočen obelisk z Leninovo podobo na bronasti medalji. Tu naj bi bili pokopani sovjetski vojaki, ki so padli v Pomurju, vendar so bili njihovi ostanki preneseni v skupne grobove na soboškem pokopališču. Avtorja plastik dveh vojakov sta brata Zdenko in Boris Kalin. Topova na obeh stranskih ploščadih sta del takratne vojne opreme. Ob zlomu komunizma, ko je padlo mnogo podobnih spomenikov, se je ta ohranil kot svojevrsten simbol Murske Sobote in njene zgodovine, obenem pa ohranja spomin na žrtve, ki jih je terjala vojna.



Občni zbor društva 1965

Čeprav je bila Murska Sobota mesto že v srednjem veku, je začela dobivati urbano podobo šele v drugi polovici 19. stoletja; leta 1856 je bilo ustanovljeno prvo večje trgovsko podjetje, 1873. hranilnica, 1875. Kazino s precej bogato knjižnico, 1884. tiskarna in 1893. bolnišnica. Madžarsko izobraževalno društvo Slovenske krajine je leta 1885 začelo izdajati časopis *Muraszombat és Vidéke* (do 1919, 1941–45). V upravno, gospodarsko, kulturno in šolsko središče se je Murska Sobota razvila na začetku 20. stoletja. Poleg državnih in verskih osnovnih šol je postopoma pridobila tudi različne srednje šole. Med prvo in drugo svetovno vojno je v mestu izhajal tednik *Murska krajina* (1932–41),



Člani društva in nekdanja sekretarka Sonja Švenda

po drugi vojni pa Novi čas (1945) in nato od leta 1949 Obmurski tednik, ki kot Vestnik izhaja še zdaj.

Murska Sobota je tudi sedež Društva gluhih in naglušnih Pomurja – Murska Sobota. Društvo je bilo ustanovljeno leta 1956. Dolgo obdobje delovanja je plod navdušenja ustanovnih članov in vseh, ki so se vanj včlanili pozneje. Zavest in potreba po premagovanju komunikacijskih ovir ljudi z okvaro ali popolno izgubo sluha sta jih trdno združili v organizacijo, ki si prizadeva članom lajšati težave pri vključevanju v delovno in socialno okolje. S svojimi programi društvo pomembno dopolnjuje javno službo socialnega varstva, predvsem pri preprečevanju socialne izključenosti in premagovanju komunikacijskih ovir.



Člani in vodstvo društva v družbi najstarejše članice

Začetki so bili zelo težki. Društvo je bilo brez prostorov, v podnajemu v zasebnih hišah in gostilnah. Med letoma 1965 in 1972 so imeli prostore v drugem nadstropju gradu v Murski Soboti, med letoma 1972 in 1995 pa je bil sedež društva v majhni garsonjeri. Junija leta 1995 so pridobili nove prostore v ulici Staneta Rozmana 11a v Murski Soboti. Največ zaslug za pridobitev prostorov imata Mestna občina Murska Sobota in tedanja sekretarka društva Sonja Švenda.

Prvi predsednik društva je bil Anton Balažic. Gluhi in naglušni v Pomurju so organizirani v društvo, nestransko nevladno invalidsko organizacijo, ki si prizadeva za enakopraven položaj ter pravice gluhih in naglušnih v regiji. Po zakonitih zastopnikih imajo v društvo vključene gluhe in naglušne otroke ter otroke s polževim vsadkom. Temeljni cilj društva je ustvarjanje razmer za popolno vključitev gluhih in naglušnih v življenjsko in delovno okolje ter družbeno življenje.

Imajo status društva v javnem interesu in status invalidske organizacije ter delujejo v sedemin-

dvajsetih občinah na območju Pomurja (Apačah, Beltincih, Cankovi, Črenšovcih, Dobrovniku, Gornji Radgoni, Gornjih Petrovcih, Gradu, Hodošu, Kobiljem, Kuzmi, Križevcih, Lendavi, Ljutomeru, Murski Soboti, Moravskih Toplicah, Odrancih, Puconcih, Radencih, Razkrižju, Rogašovcih, Svetem Juriju ob Ščavnici, Šalovcih, Tišini, Turnišču, Veliki Polani in Veržejju).

Gluhota spada med najtežje invalidnosti, saj dosmrtno ovira govorno-socialno komunikacijo, ki se pri osebah z okvaro sluha kaže v trajni izoliranosti od sliščega okolja. To pomeni, da so gluhi in naglušni ovirani pri zadovoljevanju svojih vitalnih potreb ter interesov. Zato si kot specifična organizacija na temelju dolgoletnih izkušenj solidarnosti in samopomoči ter izkušenj s sliščim okoljem ob pomoči sliščih posameznikov z znanjem maternega jezika gluhih (slovenski znakovni jezik) prizadevajo za uveljavljanje specifičnih potreb gluhih in naglušnih ter pripadnost njihovem socialnemu okolju. Njihovo delo je usmerjeno k posameznikom, namen pa preprečevanje njihove socialne izključenosti, premagovanje komunikacijskih ovir in lažji dostop na trg delovne sile. V desetletjih delovanja so pridobili znanje in izkušnje, pomembne za ljudi z okvaro sluha in govora, ki jih premore redkokatera javna služba.



Murska Sobota danes

Razvoj mesta in cele regije skozi zgodovinska obdobja obiskovalec najbolj nazorno spozna z ogledom stalne razstave Pokrajinskega muzeja v soboškem gradu, renesančnem dvorcu, ki stoji na mestu nekdanjega dvorca Belmura iz 13. stoletja. Sedanja grajska stavba izvira iz 18. stoletja, leta 1992 so jo prenovili.

Grad Murska Sobota (nekdanji Szaparyjev grad) se kot dvorec Bel Mura v virih prvič omenja leta 1255, ko sta v njem palatin in slavonski ban Roland urejala zemljiško-premoženjske zadeve. Kot

upravni sedež zemljišča je v drugi polovici 14. stoletja prešel v last plemiške rodbine Szechy, ki je na njegovem mestu v drugi polovici 16. stoletja zgradila štiritraktni dvonadstropni renesančni dvorec z izstopajočimi pravokotnimi ogelnimi stolpi. Leta 1687 je grad kupil Peter Szapary, od njegovih dedičev pa leta 1934 Občina Murska Sobota. Sedanja podoba dvorca po večino izvira iz prve polovice 18. stoletja, ko so dvoriščne trakte obzidali z arkadami, na novo členili fasade ter dodatno oblikovali oba vhodna portala. Starejša zasnova severnega portala in nekaj skritih renesančnih oken govori o tem, da je severno pročelje najstarejši del objekta, ki ga danes krasi baročno členjen trisosni rizalit.



Grad Murska Sobota

Vzhodno pročelje odlikuje imeniten baročni portal z atlantoma iz prve četrtine 18. stoletja, sprva del budimpeške palače Grassalkovich (porušena konec 19. stoletja). V notranjosti se je iz druge polovice 18. stoletja ohranil imeniten grajski salon, poslikan v poznobaročni iluzionistični maniri z ikonografsko uresnitvijo alegorije miru, pripisan Johannesu Pocklu. Arhitekturno izstopa še nekdanja grajska kapela, danes profani prostor za civilne poroke. Na mestu nekdanjega oltarnega dela so v vertikalno os postavljene »črne« slike domačega slikarja Sandija Červeka. V gradu sta Pomurski muzej Murska Sobota ter Mladinski informativni in kulturni klub Murska Sobota.

Okoli gradu je park angleškega tipa z značilnimi travnatimi zaplatami, ki se imenuje Mestni park. Ta je eden najlepših ohranjenih grajskih parkov v Sloveniji in se razprostira na površini devetih hektarjev in pol. V njem so dvestoletni hrasti, gabri, jeseni, lipe, za angleški park značilne travne zaplate in majhno umetno jezero. Do grajskega poslopja vodi od evangeličanske cerkve skozi park Trubarjev drevored, ob njem pa je nekaj javnih plastik: doprni kip prvega slovenskega pisatelja Primoža Trubarja, delo kiparja Draga Tršarja, spo-

menik učiteljem, ki so padli v drugi svetovni vojni, in spomenik prvim prekmurkim pisateljem, delo Ferija Novaka, postavljen ob 20. obletnici priključitve Prekmurja k Sloveniji. V parku je organizirano razvrščenih 19 kamnitih litopunktur, delo kiparja Marka Pogačnika.

V Mestnem parku je tudi otroško igrišče, kvaliteto zelenih površin pa dopolnjuje mestni gozd Fazanerija, ostanek nekdanjega gozda na severozahodu mesta. Fazanerija z razbremenilnim kanalom in potokom Ledava je rekreacijski poligon za Sobočane. V Fazaneriji so trimsteza, letno kopališče, teniško igrišče, nogometni stadion, skoznje se vijejo sprehajalne in pohodniške poti, ki so primerne tudi za nordijsko hojo. Ob Fazaneriji poteka tudi kolesarska Pot užitka, ki objame Mursko Soboto in okolico. Po zelenih površinah mesta vodi Soboška zelena pot – Murska Sobota ima največ zelenih površin na prebivalca v Sloveniji.

Murski Soboti dajejo turistično podobo hotel Diana z zaprtim bazenom in rekreacijskim centrom, restavracija in pivnica Zvezda, kopališče in rekreacijski center v Fazaneriji, nekaj turističnih poslovalnic in čedalje več gostinskih lokalov ter bogata kulturna ponudba. Kulturnozgodovinski in naravni spomeniki so evangeličanska cerkev, cerkev Sv. Nikolaja, Trg zmage, športno-rekreacijski center Fazanerija, Galerija, Pokrajinska in študijska knjižnica, zgradbe arhitekta Novaka v mestnem središču in drugi.



Apartmaji v Moravskih toplicah

Okolica mesta ponuja številne možnosti za izlete po Pomurju, kjer si lahko obiskovalec ogleda izdelovanje črne keramike in lončenih posod ter ustvarjanje iz koruznega ličkanja in slame, obične kulturne spomenike in termalno-mineralna zdravilišča. Prav tako pa Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije za člane društev po Sloveniji omogoča uporabo apartmajev v idiličnem okolju Moravskih Toplic.

Viri:

- www.murska-sobota.si,
- [Wikipedija](#),
- [arhiv ZDGNS](#)

Povzel: Adem Jahjefendić

V naši novi rubriki Življenje z okvaro sluha vam bomo predstavljali izjemne posameznike, ki jih okvara sluha na življenjski poti ne ovira. Izjemni niso le zaradi svojih dosežkov, ampak tudi zato, ker jim okvara sluha ni preprečila, da ne bi postali vrhunski športniki, umetniki, podjetniki, in so lahko vzor vsem ljudem. Morda vas katera od njihovih zgodb navdihne tudi za kakšno odločitev o načrtih in ciljih v prihodnje.

Sara Savnik, miss universe 2013

O tem, da je vztrajnost poplačana, priča naša prva zgodba, ki jo posvečamo Sari Savnik. Manekenka, fotomodel, oblikovalka nakita, podjetnica – in še marsikaj bi lahko naštevali med stvari, ki jih počne v življenju. Tudi pri njej je razlog za uspeh to, da je združila prijetno s koristnim. Preživlja se s tem, kar jo v življenju veseli.



Osebni arhiv Sare Savnik

»Od nekdaj sem rada ustvarjala, tako da kakšna klasična služba ali klasičen poklic ni zame. To svojo otroško ljubezen do ustvarjanja nakita sem z leti stopnjevala, in ko je bil čas za poklicno odločitev, ni bilo nič nenavadnega, da sem se odločila za modno oblikovanje. In zares uživam v tem, kar delam, ker je hobi pravzaprav moj posel.«

Sara se je z okvaro sluha sprijaznila. Kot pravi, to zanj ni ovira, temveč zgolj dodatna motivacija.

»Ne morem se pritoževati. Živim zelo lepo, pestro življenje, veliko potujem. Ampak to se zanesljivo ne bi zgodilo, če ne bi imela podpore staršev in fanta ter drugih dejavnosti, ki pač pripomorejo k vsemu temu.«

»Naglušnost oziroma gluhotata je najbolj, jaz temu pravim hinavsko zdravstveno stanje, ker ga marsikdo ne vidi. Tudi pri meni, ker imam majhen slušni aparat, se sploh ne ve, češ, kje ga pa imaš? Saj se sploh ne vidi!«



Osebni arhiv Sare Savnik

»Imam pač težave s sluhom. Se opravičujem, če vas bom vprašala dvakrat, trikrat. Do zdaj še nisem naletela na situacijo, da bi kdo rekel, jaz pa zaradi tvojega stanja ne bom delal. Prej nasprotno.«

»Če se lahko vrnem v čas svojega izobraževanja, je bilo takrat težko. Marsikaterega predavanja in učne ure nisem slišala tako, kot so ga slišali vsi drugi moji sošolci. Pri manekenstvu vseeno potrebuješ sluh. Vemo, da je sluh tudi center za ravnotežje. In včasih se malo vidi, da me, sploh če sem utrujena, malo zanese, kadar hodim. Drugače pa poskušam to prikriti.«

»Malo hecen občutek je bil, ko mi je pisala neka mamica, ki ima gluhega ali naglušnega otroka. Ali pa gospa, ki ima že družino, ti piše, da je prestala enake izkušnje. Da si jim nekakšen vzornik in idol. To je bilo malce hecno, ker sem pravzaprav sama ves ta čas iskala nekoga, ki bi mi bil vzornik in idol.«

»Zato se počutim, kot da moram biti še bolj pridna in še bolj delati, da bodo ljudje, ki res vidijo vzor, videli, da je vse mogoče. Definitivno sem zagovornica tega, da naš sluh ne sme biti ovira. Mora biti prednost. Ne slišim, ampak še zmeraj sem pre-



Osebni arhiv Sare Savnik

pričana, da lahko, dokler imaš zdravo pamet, dve roki, dve nogi, vse dosežeš.»

Andrej Lakner

Andrej Vivod

Da pozitiven duh odpre marsikatera vrata, dokazuje svetovni popotnik Andrej Vivod. Mariborčan je obiskal že več kot 150 držav, gluhot pa ga pri tem niti najmanj ne ovira. Navsezadnje se s kretjnjo rok sporazumevamo že od nekdaj.

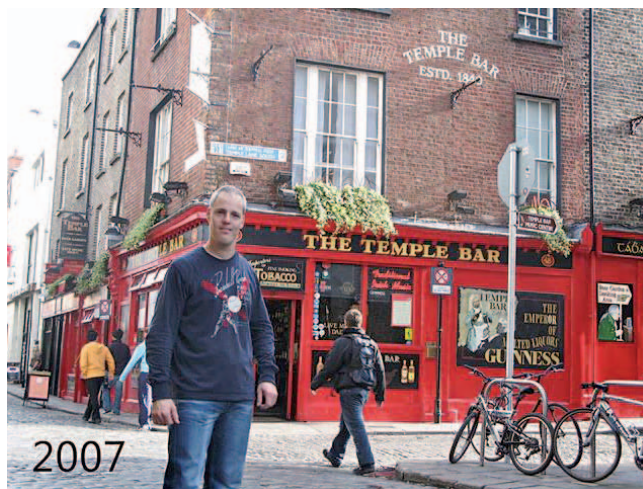


Osebni arhiv Andreja Vivoda

»Pogum je treba imeti, če se mi kje zatakne, a vedno mi je šlo naprej. Za vse je veliko možnosti. Pomembno je, da veš in znaš, da imaš to sposobnost, drugače ne bo šlo. Sem pa samostojen, nihče mi ne pomaga, vse naredim sam.»

»Mene potovanja privlačijo že od mladosti. Svet ni nikjer enak, vsaka država je po svoje drugačna, zato še vedno potujem. Pred kratkim sem obiskal šest držav, tudi Senegal, Gambijo, Slonokoščena obalo, Mali.»

»Normalno je, da tudi po svetu doživljam diskriminacijo. Nekateri so prijazni, prilagodljivi, se pravi, polovica ljudi je takih.»



Osebni arhiv Andreja Vivoda

Na potovanjih po svetu uporabljam angleščino ali pa se sporazumevam z mimiko; tudi drugi uporabljajo mimiko. Za iskanje poti napišem listek ali pa poiščem kar na zemljevidu. Za to je treba imeti izkušnje. Ni težko, saj gre, če hočeš.»

Andreju bo za vedno ostalo v spominu njegovo prvo potovanje na Tajsko.

»Prvega potovanja se spomnim, to je bil moj začetek. Na Tajskem sem preživel en mesec, obiskal sem vse kraje v državi, spoznal tamkajšnje dogajanje, spanje, lepe stvari, skratka, vse. Takrat je bil pravi čas, vse je bilo naravno. Zdaj pa je tam drugače, ker se je vse razvijalo prehitro ...«

Andrej že načrtuje svoje novo potovanje.

»V žepu pa že imam letalsko karto za svoje naslednje potovanje v južnoafriško državo Namibijo.»

Anja Intihar

Tudi gluhi darujejo kri in rešujejo življenja

Društvo gluhih in naglušnih Pomurja Murska Sobota je ob počastitvi svoje 60. obletnice delovanja skupaj z Rdečim križem Slovenije svoje člane in druga društva pozvalo h krvodajalski akciji, ki bo potekala po vsej Sloveniji. Gre za prvo tovrstno skupno akcijo, ki jo društvo organizira v okviru mednarodnega tedna gluhih. Z veseljem smo se je udeležili tudi zaposleni na ZDGNŠ in sodelavci Spletne TV.

Boštjan Novak z Rdečega križa Slovenije je akcijo Murskosoboškega društva pozdravil in dodal: *»Seveda smo veseli, ker je to za nas nova izkušnja, nova skupina, ki se pridružuje nacionalnemu programu izvajanja krvodajalskih akcij, ki je za Slovenijo izjemno pomemben.*

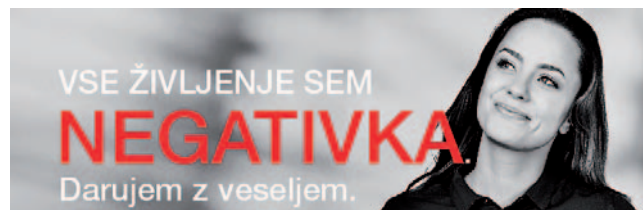
Ker sem tudi sam krvodajalec in že od rojstva naglušen, sem vesel te pobude.

Nič ne boli, nič ne stane, damo pa lahko največ, kar lahko – del svoje krvi, ki smo jo dobili od staršev. To zdravje, vrednote, predajamo naprej, nekomu rešimo življenje.

Krvodajalska mreža v Sloveniji je izjemno dobro razvita. V sodelovanju s transfuzijsko službo jo nepretrgoma razvijamo že 60 let. Zakaj? Zato, ker zdravstvo oz. pacienti, poškodovanci narekujejo potrebe po krvi. Če ni prostovoljnega sistema organiziranih krvodajalskih akcij, potem ni varne, dobre preskrbe s krvjo.«

Polonca Mali, strokovna direktorica Zavoda RS za transfuzijsko medicino, je pojasnila, kdo vse je lahko krvodajalec: *»Krvodajalec je lahko vsaka polnoletna oseba, stara od 18 do 65 let, ki se na dan darovanja dobro počuti in je tudi sicer zdrava, brez težjih bolezni. Poleg osnovnih meril je treba imeti*

tudi zadostno težo in telesno višino. Končno odločitev o darovanju pa sprejme zdravnik.«



Ob prihodu na Zavod za transfuzijsko medicino se najprej zglasimo pri informatorki in ji zaupamo osebne podatke. Prosimo jo za potrdilo za uveljavljanje odsotnosti z dela. Nato izpolnimo obrazec o svojem zdravstvenem stanju, sledi odvzem krvi iz prsta, merjenje tlaka in pregled pri zdravniku. Gluhota oz. naglušnost nista razloga, da ne bi mogli dati krvi. Kljub vsemu pa obstajajo izjeme, pojasnjuje Polonca Mali: *»Gluhota je lahko povezana z nekaterimi stanji, ki onemogočajo darovanje krvi, kot so hude poškodbe centralnega živčnega sistema, torej poškodbe glave, težja obolenja ali procesi v glavi, in to je tisto, kar lahko onemogoči darovanje krvi.*

Po darovanju krvi se lahko pojavijo tudi neželeni učinki, a so redki, dodaja Malijeva: *»Pri nekaterih krvodajalcih so možni neželeni učinki dajanja krvi, kot so vrtoglavica, slabost, bruhanje, tudi izguba zavesti, a so izredno redki. Zdravstveno osebje bo spremljalo vaše počutje tako med odvzemu kot tudi po odvzemu.«*

Skupna krvodajalska akcija na pobudo Društva gluhih in naglušnih Pomurja Murska Sobota je trajala do 2. septembra. Sicer pa lahko kri darujete kadar koli v kateremkoli centru za transfuzijsko dejavnost.

Anja Intihar

Predavanje v Društvu gluhih in naglušnih Koper: uravnovežena prehrana

Na lepo in vročo poletno sredo, 22. junija, smo v prostorih Društva gluhih in naglušnih Koper organizirali predavanje o uravnoveženi prehrani. Pravila, kako in kdaj jesti in zdravo živeti, nas spremljajo na

vsakem koraku, a vendar se zdi, kot da opozorila še vedno ne zaležejo, saj statistika kaže, da je v Sloveniji umrljivost zaradi srčno-žilnih bolezni še vedno največja. Zato vsak dan v Sloveniji umre sedem ljudi.

Podatek, ki ni ravno razveseljiv, kajne? Zato smo prepričani, da ozaveščanje o zdravem načinu življenja nadvse koristi, seveda z upanjem, da bodo ljudje začeli sprejemati odgovornost zase. Zdrav način življenja je odločitev in odgovornost posameznika in misel, da je vse v glavi, marsikdaj ne drži.

Predavala nam je simpatična, a stroga profesorica zdravstvene vzgoje Tanja Giuliatti, ki nas je hudo-mušno pozdravila z uvodnim stavkom: »Danes ne bomo jedli, danes bomo hujšali.«

Pokazala nam je, kako izračunamo indeks telesne mase (ITM) in kako ugotovimo, ali smo pretežki. (Svojo telesno težo delimo s svojo višino, ta rezultat pa še enkrat delimo s svojo višino, da dobimo neki kvocient.) ITM nam pove, ali smo ravno prav teški, morda presuhi, predebeli ali pa na kritični meji in nagnjeni k debelosti. Kvocient nad 25 zagotovo pomeni tveganje za zdravje. Svojo telesno maso si lahko izračunate tudi na tej spletni strani: www.smsdieta.si/indeks-telesne-mase/.

Predavateljica o uravnoteženi prehrani

Z načinom prehranjevanja in življenja lahko veliko pripomoremo k počutju. Zato je zdrava prehrana izjemno pomembna, ob tem pa ne smemo pozabiti na rekreacijo, ki naj bi trajala vsaj pol ure na dan, pa čeprav samo hodimo.



Predavateljica Tanja Giuliatti

Pomembno je, da jemo večkrat na dan, obroki pa naj temeljijo na zelenjavi. Vsak krožnik naj vsebuje polovico deleža zelenjave. Sladkor, ki se skriva v marsikateri prehrani, je največji škodljivec. Prigrizke, kot so prepečenec, čips, slaščice, lahko nadomestimo s hrustljavim, na trakce narezanim korenčkom ali zeleno. Izogibati se moramo izdelkom iz bele moke, sladkorju, belemu rižu, belim testeninam. Vse omenjene sestavine lahko povzročajo resne zdravstvene težave, od povišanega krvnega tlaka (hipertenzije) in sladkorne bolezni do holesterola in drugih podobnih bolezni.

Svetovni dan hipertenzije je 17. 5. Povišan tlak je znak, da je nekaj narobe s srcem in ožiljem. Po navadi so to zamaščene žile, zato srce porabi več energije za pošiljanje krvi po telesu, potem se lahko razvije povečano srce, pozneje, ob resnično visokem tlaku, pa lahko voda zalije pljuča. Skratka, tveganje je zelo veliko. Tudi če smo popolnoma zdravi, a imamo v dednem zapisu nagnjenja za nekatere bolezni, moramo še bolj paziti nase.

Merjenje krvnega tlaka

Kako znižujemo krvi tlak? Najprej poskrbimo za zmanjšanje oziroma ohranjanje normalne telesne teže. Poskrbimo za dieto z malo soli in prehrano, bogato z vlakninami in malo maščobami, čeprav so maščobe v ribah in oreških zdrave maščobe. Škodljive maščobe so npr. v margarini, rastlinskem olju ipd. Nujno je treba prenehati kaditi oziroma vsaj zmanjšati kajenje pa tudi čezmerno pitje alkohola. Zelo pomembno je gibanje, torej redna telesna dejavnost, pri premagovanju vsakdanjega stresa pa so za telo dobrodošle tudi razne tehnike sproščanja.



Merjenje krvnega tlaka

Na predavanju je predavateljica vsem udeležencem izmerila krvni tlak, na koncu pa tudi krvni sladkor.

Obljubili smo si, da bomo bolj skrbeli zase in drug za drugega ter v okviru društvenih dejavnosti organizirali več gibanja, hoje in rekreacije.

In še misel za na konec: »Kdor hoče nekaj narediti, bo našel pot. Kdor noče ničesar narediti, bo našel izgovor.« (Arabski pregovor)

Vir:

- **brošura Čas je za spremembo! podajmo zdravju roko! (Zdravstveni dom Ljubljana, april 2012)**

**Društvo gluhih in naglušnih Koper
Besedilo: Nika Korsič**

Našemu Jožetu v slovo

Na škofjeloškem pokopališču Lipice smo se v ponedeljek, 8. avgusta, za vedno poslovili od Jožeta Trilerja, dolgoletnega in najstarejšega člana Medobčinskega društva gluhih in naglušnih za Gorenjsko AURIS Kranj.

Jože je bil vedno vedrega duha, občudovali smo njegovo dobrodušnost in vitalnost, kljub častitljivim letom je bil še vedno aktiven povsod, kjer mu je zdravje dopuščalo. Udeleževal se vseh naših aktivnosti, bil je reden gost na srečanjih in predavanjih v društvenih prostorih, med prvimi se je prijavljal za naše izlete in ekskurzije, njegovo kondicijo in vztrajnost smo občudovali na planinskih pohodih, še pred nekaj leti je zastopal naše društvo na državnem tekmovanju v orientacijskem teku v Crngrobu pri Svetem Duhu in kot najstarejši tekmovalec prejel zaslužen priznanje. Kdor pozna ta šport, ve, kakšen napor je to, in tudi zato smo bili ponosni na našega Jožeta, ki je bil, kot smo v šali kdaj rekli, ta prava gorenjska grča. Še nedavno je vztrajno kolesaril, tudi v društvo je nekdanje redno prihajal s kolesom, kar samo potrjuje, da se je vse življenje držal načela »zdrav duh v zdravem telesu«.

Bil je zelo razgledan in načitan možakar, redno je prebiral dnevno časopisje, spremljal je aktualne dogodke in v društvu vedno z veseljem pokomentiral, kaj vse se dogaja doma in po svetu. Svoja številna popotovanja je tudi redno beležil in v arhivu našega društva še vedno skrbno hranimo njegove potopise po Sloveniji in takratni Jugoslaviji, opise planinskih poti, ki jih je prehodil, in doživetij s prijatelji na njih. Bil je dober in iskri pisec. Bil pa je tudi skrben vrtnar, ki nas je vsako leto razveselil s paradižniki z domačega vrta. Letos bodo žal dozoreli brez njegove skrbne roke.



Kadarkoli smo imeli čast biti v Jožetovi bližini, nam je vedno dal neko pozitivno energijo in veselje do življenja. V naše društvo se je včlanil takoj ob ustanovitvi pred 60 leti in njegova neprekinjena zvestoba je še en dokaz dobrohotnosti in pozitivnosti, ki je krasila njegovo generacijo. Ob koncu lanskega leta je bil kot častni gost povabljen na slavnostno prireditev na Brdo pri Kranju, na kateri je našo društvo prejelo veliko plaketo Mestne občine Kranj, in takrat je naš Jože kar žarel od sreče in ponosa. In skupaj z njim tudi vsi mi.

Spoštovani g. Jože, v čast in ponos nam je bilo biti vaš sopotnik in prijatelj, hvala Vam za vse lepe trenutke, ki smo jih preživeli skupaj, počivajte v miru in spokoju, ohranili Vas bomo v trajnem in lepem spominu.

Članice in člani AURIS Kranj

Preobrazba življenjskega stila, septembra na Spletni TV

Serija oddaj Preobrazba življenjskega stila obsega 15 epizod. V oddajah nastopata naša novinarja Andrej in Valerija, ki sta se podala na zahtevno pot preobrazbe telesa in vsakodnevnih navad. Trenirala sta pod vodstvom Eduarda Žalarja, trenerja z 20-letnimi izkušnjami s področja zdravega načina življenja. Naša junaka se bosta pred vašimi očmi spoprijemala z vzponi in padci, razočaranjem in zadovoljstvom, ki jih prinašajo spremembe življenjskega stila. Spremljali ju boste na poti žrtvovanja, odrekanja in celo obupa ter se z njima veselili ob

prvih vidnih rezultatih sprememb, ki jih prinese vztrajnost. V oddaji boste ekskluzivno izvedeli izvedeli dejstva zdravega načina prehranjevanja ter o tem, kako poskrbeti za potrebno motivacijo! Pogovarjali smo se s priznanima zdravnikom in športnim psihologom. Spoznali pa boste tudi Emanuela, ki je s trdno voljo shujšal več kot 50 kg.

Priklopite se na Spletno TV 30. 9. 2016 in spremeni življenjski stil tudi vi!

