

Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije

Iz sveta tišine

Letnik XXXVIII, št. 1, januar 2017 | ISSN 1318-139

**Dr. Milan Brglez na Zvezi društev
gluhih in naglušnih Slovenije**



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.

Glasilo IST je dosegljivo tudi v virtualni obliki, na naslovu: www.zveza-gns.si.

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 treba upoštevati naslednje nastavitve na posameznih napravah: če so digitalne fotografije posnete s fotoaparatom, izberite nastavev kakovosti slike HQ (3072 x 2304) ali SHQ (3072 x 2304).

Nekateri profesionalni fotoaparati imajo za nastavev 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 čitalnika, 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 Grošelj, groselj@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: Dr. Milan Brglez na Zvezi društev gluhih in naglušnih Slovenije (foto Adem Jahjefendič)

Začetek letošnjega leta sta najbolj zaznamovali dve temi, naprej Zakon o osebni asistenci, ki je že v zakonodajnem postopku in pri katerem so bili vloženi tudi prvi amandmaji. Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije je napovedal, da bo za vseh osemnajst področij medicinskih pripomočkov določil standarde kakovosti, med njimi bo tudi področje slušnih pripomočkov.

Zakon o osebni asistenci v 9. členu predvideva denarno nadomestilo oz. komunikacijski dodatek. S kolikšno okvaro sluha po Fowlerju bodo posamezniki upravičeni do tega dodatka, bo pozneje zapisano v posebnem pravilniku, ki bo dodatek k zakonu. Bistveno pa je, da komunikacijski dodatek v zakonu ostane. Če bi se zgodilo, da bi ga črtali iz zakona, bi gluhi spet ostali praznih rok. Zato je zelo pomembno, da spremljamo postopek sprejetja zakona.

Zakon je v zakonodajnem postopku od 25. novembra 2016. Prvega februarja bo potekala njegova druga obravnava na seji matičnega delovnega telesa – Odbora za delo, družino, socialne zadeve in invalide. Poslanci bodo lahko vlagali amandmaje k posameznim členom. Nato bo spisano dopolnjeno ali spremenjeno besedilo pri posameznih členih; to mora biti pripravljeno vsaj do tretjega februarja, ko bo potekal kolegij predsednika državnega zbora, na katerem bo dr. Milan Brglez sprejel odločitev, ali bo zakon o osebni asistenci uvrstil na sejo DZ v ponedeljek, 13. februarja. Ker tudi tam lahko poslanske skupine vlagajo amandmaje, je v

tem trenutku težko napovedati, kdaj bi bil zakon o osebni asistenci sprejet. Lahko ga imamo že čez dva meseca, lahko pa tudi nikoli. Tako negotove so za zdaj še razmere.

Na začetku leta 2018 bo **Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije pristopil k opredelitvi osnovnih zahtev kakovosti standardnih slušnih aparatov**. Tako bo vsaka zavarovana oseba lahko preverila, katere zahteve naj bi izpolnjeval standardni slušni aparat na račun zdravstvenega zavarovanja. V letu 2005 je bilo iz obveznega zdravstvenega zavarovanja za različne slušne pripomočke porabljenih dobra dva milijona evrov in pol, leta 2015 pa že skoraj pet milijonov, kar kaže na to, kako naraščajo potrebe po pripomočkih oziroma na čedalje več okvar sluha v Sloveniji. V vsem času delovanja je Zavod za zdravstveno zavarovanje po besedah Draga Perkića, vodje oddelka za medicinske pripomočke na ZZS, okoli 60.000 osebam kril nakup vsaj enega slušnega aparata. Ob tem preseneča, da zavarovalnica za aparate, ki jih plačuje, do zdaj še ni opredelila tehničnega standarda oziroma zahteve po kakovosti, vendar zagotavlja, da so pripomočki varni. Dobavitelji slušnih aparatov pa so nam povedali, da za 299 evrov, ki jih nameni ZZS za standardni zaušesni aparat, dobijo uporabniki največ, kar jim za to ceno lahko ponudijo.

Za uporabnike je pomembno, da se izvedejo še neuresničeni sklepi, **ki so bili sprejeti in poslani na Vlado RS že januarja leta 2008** na seji matič-



Tina Grošelj med intervjujem z dr. Milanom Brglezom, predsednikom državnega zbora (foto Sašo Letonja)



Dr. Milan Brglez na uradnem obisku na Zvezi društev gluhih in naglušnih Slovenije ob praznovanju 15-letnice Zakona o uporabi slovenskega znakovnega jezika

nega delovnega telesa Odbora za delo, družino, socialne zadeve in invalide v parlamentu, kjer je bila obravnavana problematika gluhih in naglušnih oseb v RS. Po devetih letih lahko pri pregledu uresničenih sklepov ugotovimo, da je bilo že doseženo oziroma uvrščeno v posamezne zakone naslednje: omogočena je raba slovenskega znakovnega jezika v stiku gluhih z izvajalci javnih služb in skladno z 12. členom Zakona o uporabi slovenskega znakovnega jezika so oni plačniki tolmačenja. Vzpostavljen je bil klicni center za osebe z okvaro sluha. Po dostopnih podatkih se petim gluhim otrokom v integraciji, v osnovni šoli, zagotavlja tolmača, vendar le deset ur tedensko, kako je bil ta čas določen in kdo ga je omejil, bo treba še raziskati. Nacionalna televizija je vse bolj dostopna tudi s tolmačenjem osrednje informativne oddaje Dnevnik, vse od leta 2009, medtem ko se zagotavlja tudi tolmačenje Utripa, Zrcala tedna, Infodroma, Tednika, Posebne ponudbe, Turbulence, Zgodb iz Školjke in podnaslavlja že približno 80 odstotkov prvega programa TV SLO. Zakon o izenačevanju možnosti invalidov je uredil dostop

do tehničnih pripomočkov, poseben Pravilnik pa ureja sistem vrednotnic za nakup.

Med neuresničenimi sklepi pa ostaja nov seznam telesnih okvar, priznanje 100-odstotne telesne okvare gluhim, rehabilitacija gluhih in naglušnih; dogovorjeno je bilo tudi, da se razširijo pristojnosti preiskovalne komisije za ugotovitev politične odgovornosti nosilcev javnih funkcij v zvezi z domnevним oškodovanjem državnega premoženja pri prodaji deležev Kapitalske družbe, d. d., in Slovenske odškodninske družbe, d. d., v gospodarskih družbah, zato da se preiščejo vse prodaje, ki so sporne z vidika skladnosti z zakoni in drugimi predpisi ter z vidika preglednosti in gospodarnosti s problematiko invalidskega podjetja DAN. Odbor je predlagal tudi ustanovitev invalidskega podjetja, v katerem bi se zaposlovali gluhi in naglušni. Pri tem pa naj aktivno sodelujeta Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti ter Sklad za spodbujanje zaposlovanja invalidov.

Mag. Tina Grošelj

»S srcem lahko spoznaš vso resnico«

FIHO 2017

Ob koncu leta smo se znova sestali na sestanku predsednikov in sekretarjev društev, ki mu je sledila seja upravnega odbora. Na njej smo se seznanili s sklepom Fiha za leto 2017. Poleg seznanitve s sklepom je potekala širša razprava o dodelitvi teh sredstev lokalni ravni. Po daljši razpravi je UO ZDGNS sprejel ustrezen sklep, s čimer bo ZDGNS na podlagi prejetih dvanajstih Fiha sredstva preusmeril v društva za izvajanje posebnih socialnih programov na lokalni ravni.

Delovna skupina Gluhoslepi

Na ZDGNS-ju se je sestala delovna skupina za področje gluhoslepote. Pregledala je dosedanje aktivnosti, načrtala prioritete usmeritve za v prihodnje ter se seznanila z aktualnimi novostmi na področju predpisov in zakonodaje v Republiki Sloveniji. Še posebno ključen je bil predlog zakona o osebni asistenci.

Delovna skupina za pripravo pripomb na predlog zakona o osebni asistenci

Na ZDGNS-ju se je sestala delovna skupina, ki je pregledala predlog zakona in obravnavala posamezne člene tega zakona. Največ pozornosti je usmerila v 8. in 9. člen zakona. Člani skupine so pripravili pisni predlog pripomb in pozvali vse poslanske skupine v državnem zboru na sprejem in obrazložitev pripravljenih predlogov. V kratkem pričakujejo prve obiske predstavnikov ZDGNS-ja v državnem zboru.

Sestanek vodij kulturnih sekcij društev na ZDGNS-ju

Sekcija je največ pozornosti posvetila razvoju kulture in aktivnosti na tem področju ter predvsem določila smernice dela za v prihodnje. Kultura glu-



Rekordnih šestnajst nastopov na gledališkem festivalu gluhih (foto Sabina Hmelina)

hih še vedno ni tako zelo prepoznavna v javnosti, zato je pomembno, da so te aktivnosti vodene in organizirane v smislu ozaveščanja javnosti pa tudi opolnomočenja naših uporabnikov na področju kulture in svoje lastne jezikovne in kulturne identitete.

Skupščina NSIOS-a

Predstavnik ZDGNS-ja sta se udeležila volilne skupščine NSIOS-a, ki je poleg volitev obravnavala tudi poročila in plan dela za v prihodnje. Za predsednika NSIOS-a je bil izvoljen dosedanji predsednik Boris Šuštaršič. Predsednik ZDGNS-ja Mladen Veršič je kandidiral za podpredsednika NSIOS-a, a mu je ob volitvah žal zmanjkalo nekaj glasov. Podpredsednika sta iz organizacije paraplegikov ter slepih in slabovidnih.



Boris Šuštaršič, predsednik Nacionalnega sveta invalidskih organizacij Slovenije (foto Sašo Letonja)

Strokovni svet MDDSZEM

Matjaž Juhart, sekretar ZDGNS-ja in predstavnik Socialne zbornice Slovenije, se je udeležil strokovnega sveta na ministrstvu, ki mu je predsedovala ministrica za delo dr. Anja Kopač Mrak. Poleg teme, povezane z reorganizacijo centrov za socialno delo in posledično s spremembami Zakona o socialnem varstvu, je beseda tekla tudi o drugih aktualnih temah socialnega varstva, tudi o najnovejšem predlogu Zakona o osebni asistenci. Vsi skupaj si želimo, da bi bilo to področje čim prej

urejeno, zagotovo pa, če bo ostalo tako, kot je zapisano v predlogu, to prinaša kar nekaj novih pravic osebam z okvaro sluha.

Predlog Zakona o Fihu in FŠO-ju

Tik pred božično-novoletnimi prazniki je predlagatelj, ministrstvo za izobraževanje, pripravil najnovejša izhodišča predloga Zakona o Fihu in FŠO-ju, ki je v primerjavi s preteklimi predlogi najslabši do zdaj. Izredno se bojimo tako hitrih radikalnih sprememb, ki niso usklajene z invalidskimi organizacijami. S tem namenom je bila sklicana tudi izredna seja NSIOS-a; ta je v celoti zavrnil tovrstne predloge v upanju, da bo v nadaljnje postopke vložen predlog sprememb, ki je bil usklajen z invalidskimi organizacijami.

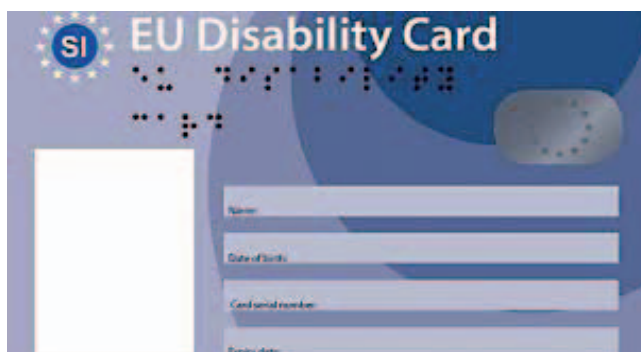
Posvet ZTSZJ-ja: Gluhi tolmač kot kulturni posrednik

Udeležili smo se posveta na temo dela gluhih tolmačev kot kulturnih posrednikov. Seznanili smo se s pogledom na to področje iz uporabniške perspektive, se seznanili z vlogo in odgovornostjo timskega dela gluhih in slišočih tolmačev ter ka-

kšen je status gluhih tolmačev v državah, članicah EFSLI-ja.

Projekt evropske kartice ugodnosti za invalide

ZDGNS je aktivno sodeloval pri pripravi predstavitvenega videospota za predstavitev projekta evropske kartice ugodnosti za invalide na Evropski



Evropska invalidska kartica

komisiji. Počaščeni smo bili, da se je spot predstavil v evropskem parlamentu ter z našim gluhim tolmačem mednarodne kretnje Antonom Petričem.

Matjaž Juhart



Asistenca za gluhe

Predlog Zakona o osebni asistenci, ki ga je konec lanskega leta v parlamentarno proceduro končno vložila poslanska skupina NSi, je znova razburil invalidsko javnost. Spet se v javnih medijih pojavljajo polemike, kdo je in kdo ni upravičen do asistenc in kakšen je pošten in pravičen vstopni prag. Sam se kot uporabnik in predsednik Medobčinskega društva gluhih in naglušnih za Gorenjsko AURIS Kranj vedno počutim malce jezno in nelagodno, ko prebiram takšne polemike, v katerih nas drugi ocenjujejo in prepričujejo, da gluhoti ni prava invalidnost in da gluhi ljudje po njihovem mnenju niti ne potrebujejo asistenc ali kakšne druge pomoči, saj se baje že na daleč vidi, da gluhim pravzaprav nič ne manjka. Če bi vsi ti ocenjevalci pogledali gluhoti malo bolj od blizu, bi videli, da gluhim manjka veliko, zelo zelo veliko. Pa ne samo zaradi komunikacijske ovire, ampak predvsem zaradi vseh psihičnih posledic, ki jih gluhoti posredno povzroča. To je verjetno tudi glavni razlog, da svetovna zdravstvena organizacija gluhoti priznava in ocenjuje kot eno najtežjih invalidnosti. Tega si nismo mi izmislili iz nekih populističnih vzgibov, in res se mi zdi malce nekorektno, da se nam v javnosti očita-

jo takšne ocene. Ne nazadnje je podobno dikcijo zapisalo tudi ustavno sodišče v precedenčni sodbi naše gluhe študentke zaradi diskriminacije na njeni izobraževalni poti, ker ji javna šolska ustanova ni omogočila enakopravnega in njej prilagojenega izobraževanja.

Osamljenost in odrinjenost od socialnega okolja je v sodobni družbi že tako ali tako vse večji problem; če to povzroča in potencira še invalidnost, ki se ji reče gluhoti, je ta grenkoba še toliko hujša in boleča. In ustrezna pravočasna pomoč ali asistenca je največkrat tudi življenjskega pomena; če te pomoči ni, se žal dogajajo tudi tragične zgodbe. Mislimi, kako je biti gluhi, ni enako kot vedeti, kako je biti gluhi. Gluhote si nismo sami izbrali.

V preteklosti smo vedno naivno pričakovali razumevanje države pri sprejemanju pomembnih zakonov, in ta preprosta vera v poštenost države oziroma obstoječega sistema nas je v preteklosti še kako drago stala. Prezrli so nas pri priznavanju ustreznega statusa, da smo še dandanes brez ustreznega invalidskega statusa, ki bi nam omo-



Mednarodni dan invalidov – sprejem pri predsedniku države

gočil vsaj dostojno invalidnino. Dodatek za pomoč in postrežbo je pomemben dejavnik v življenju slehernega invalida, gluhi pa tega nimamo, ker smo bili tudi pri tem postopku v preteklosti povsem prezrti. Tudi telesna okvara za našo invalidnost še vedno temelji na preživetih jugoslovanskih standardih in zakonih, ki nam ne prinašajo nobenih posebnih bonitet, še več, lastna država nam je še to malenkostno denarno nadomestilo pred kratkim suspendirala in nove gluhe generacije ostajajo tudi brez tega skromnega nadomestila. To niso le malenkostne sistemske napake države iz preteklosti, ampak bi se dalo napisati tudi kakšno hujšo besedo za takšen odnos države do lastnih invalidnih ljudi. Ves naš dosedanji trud in opozarjanje na storjene krivice je pravzaprav zaman, ker nimamo ali ne najdemo pravih sogovornikov pri odločevalcih. Ob tem lahko le skromno zapišem izjavo mojega kolega, ki je bila pred leti izbrana za bob leta, češ da »je za nas država bolj gluha od gluhih«.

V dosedanji pisni polemiki v javnih medijih o novem predlogu zakona je bil večkrat omenjen tudi 9. člen in »komunikacijski dodatek«, ki naj bi bil v tem primeru neka dodana vrednost za storjene sistemske napake v preteklosti. A če bo mogoče to tudi res sprejeto in potrjeno, bo to le kaplja v morje in le skromen korak na poti do odprave vseh storjenih napak in krivic. To je seveda še vedno boljše kot nič, še vedno pa bo veliko gluhih ljudi ostalo brez osebne asistencije, brez »komunikacijskega dodatka«, brez invalidnine, brez DPP-ja in brez ustreznega priznanja telesne okvare. Ta famozni 9. člen je mogoče res malce nenavadno zapisan. Nismo ga mi zapisali niti ni bil usklajen z nami, zato nekatera nasprotujoča si mnenja sprejemamo z razumevanjem in tudi sam osebno menim, da ni ravno strokovno izenačevati tako različne invalidnosti, kot so gluhoti, slepota in gluhoslepota, ker so potrebe povsem različne in neprimerljive. Tako preprosto to nikakor ne bi smelo biti, in ta člen je vsekakor potreben dodatne strokovne in argumentirane nadgradnje.

Vse te pretekle sistemske napake, ki naj bi jih ta nesrečni 9. člen nekako popravil, so se dogajale izključno samo gluhi in naglušni populaciji, še toliko bolj pa gluhoslepim osebam, ki jih je država v celoti spregledala. Če se kdo sprašuje, zakaj je tako, lahko iz lastnih izkušenj povem, da osebe z okvaro sluha zaradi komunikacijske ovire nismo ravno dobri retoriki, nismo močni v prepričevanju politike, funkcionarjev in odločevalcev, zato tudi nismo močni v tajnih lobiranjih, kjer se usklaju-

jejo določene zadeve. Komunikacijska ovira nam zaradi anomalij v izobraževanju onemogoča tudi ustrezno izobrazbo, zato tudi v boju za lastne pravice nismo dovolj močni niti ne znamo biti dovolj agresivni v nenehnem dokazovanju, da je tudi gluhoti invalidnost. Kadar nas kdo popljuje, ozmerja ali užali, se preprosto rajši umaknemo, ker nam gluhoti preprečuje enakopravno komunikacijo in v dialogu z bolj agresivnimi preprosto nimamo nobenih možnosti konstruktivnega dialoga, kar seveda nekaterim daje še dodatno energijo. Vse to je tudi razlog, da smo gluhi pravzaprav najšibkejši člen v slovenski invalidski sferi, da je gluhoti invalidnost, na katero se običajno kaže s prstom, in na naših plečih se skoraj vedno krešejo mnenja in išče kolateralna škoda. In tudi zato smo še vedno invalidska kategorija z najmanj priznanimi pravicami. Že gluhi otroci so ob rojstvu obravnavani manjvredno in diskriminatorno v primerjavi z drugimi senzornimi kategorijami, in ta krivica jih zaznamuje za vse življenje, tako da se vedno znova sprašujemo, kdaj končno bo ta sramota popravljena. Načelne obljube seveda so, ampak so še vedno samo obljube.

Glede na celotno nerazumevanje države, ki za nas nima posluha, lahko povsem mirno napišemo, da je gluhoti v Sloveniji ena najtežjih invalidnosti.

Moje skromno osebno mnenje ob vsem tem je, da je vzrok za to žal le ena navadna, a nadvse tipična slovenska sveta preproščina. Tako je bilo včasih na vasi, tako je v šoli in navadno je tako tudi v vsakdanjem življenju. Najlažje se je naslajati in izživljati nad najšibkejšim, nad tistimi, ki se ne znajo ali ne zmorejo postaviti nazaj, tako ali drugače, »udri po siromaku«, kot se je včasih temu reklo. Osebno upam, da vsaj poslanci in drugi odločevalci pri sprejemanju zakona o osebni asistenci ne bodo razmišljali tako, temveč ga bodo sprejeli v takšni obliki, da bo pošten do vseh invalidov, tudi do oseb z okvaro sluha. Drugače bo to še ena sistemska napaka in še ena krivica več v življenju gluhih ljudi. Ne želimo si nekih miloščinskih dodatkov iz usmiljenja, ampak le tisto, kar naj nam bi pripadalo v vsaki normalni socialni državi, in predvsem tisto, kar je zapisano v mednarodnih konvencijah o pravicah invalidov, ki jih je ratificirala tudi naša država. Predvsem pa bi si želeli, da bi tudi osebe z okvaro sluha končno dobile občutek, da smo tudi mi enakopravni državljani Republike Slovenije.

Boris Horvat - Tihi
predsednik AURIS-a Kranj

Ali javno zdravstvo omogoča dovolj dobre slušne aparate?

V Sloveniji zdravstveno zavarovanje krije stroške slušnega aparata v višini 299 evrov. Ta znesek je bolj ali manj nespremenjen že več kot 15 let. V znesek sta všteta slušni aparat in njegovo vzdrževanje. Obenem pa Zdravstvena zavarovalnica še nikoli ni objavila meril, kakšen slušni aparat naj bi zavarovanec prejel za ta denar. To se odločijo dobavitelji sami. Zato smo o zadovoljstvu vprašali tudi uporabnike slušnih aparatov. Sicer pa ob poslabšanju sluha nikar ne omahujte z odločitvijo o slušnem aparatu, saj se lahko zgodi, da boste izgubili več kot sluh.

Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije ima že vsak deseti prebivalec okvaro sluha, ki je posledica zdravstvenih težav ali starosti. Glede na najnovejše raziskave ta odstotek narašča. Slušni aparati in različni tehnični pripomočki jim omogočajo razmeroma normalno komunikacijo in vključevanje v slišče okolje. Zakaj je pomembno, da se otroku z okvaro sluha čim prej zagotovi vsaj slušni aparat, pojasnjuje Matjaž Krajnc, specialist otorinolaringologije: *»Slušni aparat je pri otroku zelo pomemben v najzgodnejšem obdobju, takoj po diagnostiki in ugotovitvi naglušnosti, ker se v prvem letu razvijajo slušne poti, ki so pomembne, da otrok kasneje zvoke sprejema in razume. Govor in sluh sta v neposredni povezavi in drugo brez drugega absolutno ne gre«.*



Robert Lepener, direktor Neurotha, ob tem dodaja, da s slušnimi aparati zagotovijo poslušanje tudi

dojenčkom, ki so kandidati za polžev vsadek, kajti *»do obdobja, ko ga bo dobil, okoli prvega leta, bo uporabljal slušne aparate, in to samo zato, da se mu razvijejo slušni centri v možganih«.*

Od otrok pa k vse večji populaciji pri nas, k starejšim. S starostjo sluh peša, vzroki za to pa so različni. Zadnje raziskave so pokazale, da ima okvaro sluha čedalje več ljudi, kar pripisujejo tudi daljši življenjski dobi. Matjaž Krajnc, specialist otorinolaringologije, pojasni, da imajo ljudje po *»65. oziroma po 75. letu starosti v 50 odstotkih in več ugotovljeno naglušnost in bi nujno potrebovali slušni aparat«.* Lepener vzroke pešanja sluha pripisuje *»genetiki, obremenitvam s hrupom in drugimi zunanjimi dejavniki«.*

Raziskave so tudi pokazale, da ljudje preveč omahujejo pri odločitvi za slušni aparat. Toda posledice odlašanja uporabe slušnega aparata so skrb vzbujajoče, saj se oseba lahko izolira od okolja, komunikacija z zunanjim svetom pa je vse bolj otežena. *»Dokazano je, da je, če se začne pozneje uporabljati slušni aparat, rezultat rehabilitacije poslušanja slabši kot pri zgodnejši uporabi aparata.«*

Dokazuje se celo, da demenca ni tako izražena pri tistih, ki dobro slišijo, kot pri tistih, ki jih spremlja huda naglušnost,« opozarja specialist otorinolaringologije Krajnc.

Morda je spodbuden podatek, da je *»pri slušnih aparatih stigma vedno manjša. Z leti ozaveščanja, ki ga izvajamo mi kot podjetje in okolje, slušni aparat ni več tako močan znak staranje. Ampak ko preizkusijo kakovosten slušni aparat, ugotovijo, da jim to lahko zares spremeni življenje,«* še pravi Lepener.

Upokojenec Ivan Prelesnik je za težave s sluhom izvedel pri zdravniškem pregledu za službo. Z okvaro sluha živi že deset let. Po treh letih ga je družina vendarle prepričala, in odločil se je za slušni aparat. Zanj je celo doplačal, zato da bi bil čim manj opazen.

»Ja, moja družina pravi, daj, vzemi aparat, da nas boš slišal, da ti ne bomo dvakrat povedali,« pripoveduje Ivan Prelesnik in pojasnjuje: *»Najmanj recimo slišim takrat, ko je v prostoru več ljudi, ki govorijo drug čez drugega. Če ne spremljam vsakega,*

ne vem, kaj se dogaja, in potem kar kakšno besedo rečem, ki sploh ne spada zraven. Pa mi rečejo, ne slišiš, in pravim, ja, ne slišim.

Takrat, ko sem dobil aparat, sem ga šel iskat in sem videl, da fajn slišim. Zelo mi je bilo všeč. Imel sem ga tri dni. Toda ker imam veliko dela na kmetiji in nosim kapo, moram paziti, da aparata ne izgubim. Potem pa sem videl, da bi mi lahko padel in da bi ga lahko izgubil, tako da bi bil ob 600 evrov. Saj veste, moram malo paziti, pokojnina je slaba – in zato ga ne nosim.»



Ivanova hči Katja živi nadstropje višje: *»Najbolj smešno je to, da ko on gleda televizijo, vsi slišimo, kaj gleda.«*

V letu 2005 je bilo iz obveznega zdravstvenega zavarovanja za različne slušne pripomočke porabljenih dobra dva milijona evrov in pol, leta 2015 pa skoraj pet milijonov. V vsem času svojega delovanja je Zdravstvena zavarovalnica okoli 60.000 osebam krila nakup vsaj enega slušnega aparata. Ob tem preseneča, da zavarovalnica za aparate, ki jih plačuje, do zdaj še ni opredelila tehničnega standarda oziroma zahteve po kakovosti, vendar zagotavlja, da so pripomočki varni. Dobavitelji slušnih aparatov pa so nam povedali, da za 299 evrov, ki jih nameni ZZS za standardni zaušesni aparat, dobijo uporabniki največ, kar jim za to ceno lahko ponudijo.

Matjaž Krajnc pravi, da se v Sloveniji prodajajo najboljše znamke slušnih aparatov: *»Nikoli ni bilo poskusov, da bi dobavitelji prodajali karkoli slabega. Toda za to ceno več kot najpreprostejšega slušnega aparata ni mogoče dobiti.«*

»Standardni slušni aparat je aparat, ki ga moramo vsakemu pacientu ponuditi kot osnovno rešitev, in tudi ga. Standardni slušni aparati so prijavljeni pri zavarovalnici z imeni. To je linja slušnih aparatov, ki pokrije osnovne potrebe za komuniciranje,« pojasnjuje Lepener, kaj kot standard prodaja Neuroth.

Drago Perkič, vodja oddelka za medicinsko-tehnične pripomočke na Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije, nam pove: *»Dobavitelji se zdaj sami opredeljujejo, katere aparate bodo zagotavljali v breme ZZS-ja. Po mojem mnenju jih zahteve uporabnikov silijo, da v okviru sedanjega cenovnega standarda zagotavljajo kakovostne slušne aparate. Digitalna tehnologija je prinesla napredek. Kar imamo v okviru standarda, so ustrezni in kakovostni slušni aparati.«*

Za uporabnike je najpomembnejše, da se kakovost slušnih aparatov čim bolj približa njihovim potrebam. Vprašanje pa je, ali je potrebe uporabnikov mogoče zadovoljiti v okviru cenovnih pogojev, ki jih bo ZZS postavljala v prihodnje.

Po besedah Lepenerja bi moral standard vključevati *»dejansko stanje na trgu. Vsi slušni aparati so digitalni, večkanalni, individualno izdelani in individualno prilagojeni za vsakega pacienta posebej. Mislim, da so to osnovne potrebe in merila, ki jih je treba upoštevati.«*

Drago Perkič ob tem poudarja: *»Namen ni znižanje sedanje ravni oskrbe. Namen je, da se zapišejo osnovne zahteve po kakovosti, nato pa pogajanja ZZS-ja neposredno s proizvajalci o cenah za aparate, ki bodo izpolnjevali osnovne zahteve po kakovosti. Naš namen je, da mora ostati najmanj sedanja raven kakovosti.«*

Na začetku leta 2018 bo Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije pristopil k opredelitvi osnovnih zahtev kakovosti standardnih slušnih aparatov. Tako bo vsaka zavarovana oseba lahko preverila, katere zahteve naj bi izpolnjeval standardni slušni aparat na račun zdravstvenega zavarovanja.

»Pri pripravi osnovnih zahtev kakovosti bodo sodelovali predstavniki uporabnikov, stroke, proizvajalcev in ZZS-ja. Pričakujemo, da bo prišlo do soglasja v smislu osnovnih zahtev kakovosti, ki bi zagotavljale ustrezno raven rehabilitacije na področju slušnih aparatov. Dejstvo pa je, da ne bomo mogli kriti v breme obveznega zdravstvenega zavarovanja najsodobnejših slušnih aparatov in ne bomo mogli slediti smernicam na tehnološkem napredku,« dodaja Perkič.

Marko Štanta, avtor knjige Naglušni naglušnemu, je svoj prvi slušni aparat dobil pri sedmih letih. Do zdaj je preizkusil že več različnih slušnih aparatov. Kot dolgoletni uporabnik in avtor knjige ima bogate uporabniške izkušnje, izjemno dobro pa se spozna tudi na tehnologijo, zato nam podrobno pojasnjuje, kaj je tisto, kar bi moral vsebovati standardni slušni aparat: »V idealnem svetu bi moral vsebovati vse tehnologije, ki so potrebne za pogovor med ljudmi na osebni ravni; da nadomesti izgubo sluha, mora imeti dovolj široko frekvenčno območje, da pokrije vse govorne frekvence, zmanjševanje hrupa, preprečevanje piskanja. Priporočljivo je, da ima usmerjene mikrofone zaradi okoliščin, v katerih je več virov zvoka, da se usmeri v vir govora. Moral bi imeti tudi tuljavo. Ta je potrebna za FM-sisteme. Potem je tukaj še drugi spekter, novejša tehnologije, povezljivost po Bluetoothu in kratkovalovnih frekvencah, ki se uporabljajo za vse multimedijske naprave in govor na daljavo. Že dandanes standardni digitalni aparat zajema večino teh tehnologij. Češar standardni aparat po navadi ne zajema, je povezljivost. Tuljava je po izbiri, morala bi biti obvezna. Bluetooth in povezava z NFC-jem so pa pri dražjih aparatih. Prepričan sem, da bi to moralo biti v standardih, ker pokrijejo vse te naše potrebe po komunikaciji na daljav.«

Sašo Letonja že od otroštva uporablja slušni aparat. Ima 86-odstotno okvaro sluha po Fowlerju. Tudi njega smo prosili, da z vidika uporabnika pojasni, kakšen aparat najbolj ustreza njemu: »Vsa ta leta uporabljam standardni slušni aparat, ker tudi,



ko sem testiral nadstandardni SA, nisem zaznal nobene razlike. Zato sem se odločil za standardnega, ker z njim slišim normalno.

Ti nadstandardi, ki imajo več funkcij, so tudi cenovno dražji. In po mojem mnenju ne upravičijo te cene, da bi si to kupil. S standardnim slušnim aparatom slišim televizijo in se vključim v pogovor. Nadstandard naj bi omogočal boljši ton in izločal šum, ki pa ga jaz nisem zaznal.«

Letonja še svetuje, da je najpomembnejše, da vsak posameznik preizkusi aparat, in ga šele nato izbere: »Vsakemu polagam na srce, naj čim dlje testira aparat. Naj ga preizkuša v različnih okoljih, v službi, na terenu, kajti šele takrat bo lahko zaznal razliko. Nekaj časa potrebuješ, da se navadiš na slušni aparat, da dojameš ta zvok. To ni kar čez noč, da slišiš. Zato je treba nekaj časa vaditi, da razločiš posamezne zvoke.«

Kljub vsem pozitivnim učinkom, ki jih slušni aparat ljudem z okvaro sluha lahko prinese, se mnogi še vedno prepozno ali le stežka odločijo za slušni aparat.

»Priporočal bi, naj se vsak vpraša, kakšna je kakovost življenja oziroma kako je živeti s težavo, ki jo prinaša otežena komunikacija. Najbolje je, da se resnično nekako najde način, da ljudje preverijo sluh, da vedo, pri čem so, da se ravnajo po strokovnih nasvetih in si dajo možnost tudi preizkusiti, kakšna je kakovost življenja poslušanja in življenja s slušnimi pripomočki,« pojasnjuje Franci Urankar, direktor podjetja Audio BM.

Iztok Capuder z Widexa pa dodaja: »Mnogo naglušnih, ki ne uporabljajo slušnega aparata, se sčasoma izloči iz družbe. Ne želijo se izpostavljati neprijetni komunikaciji oziroma okoliščinam, v katerih ne slišijo in ne razumejo dobro, in so včasih mogoče v posmeh drugim, ker niso pravilno razumeli bistva povedanega. Skratka, dobro je, če ljudje, ki ugotovijo, da imajo izgubo sluha, reagirajo čim prej. Kajti manjša ko je izguba sluha, lažje se je privaditi na slušni aparat.«

Če opazite poslabšanje sluha, se nemudoma odločite za obisk pri specialistu. Tako boste takoj na pravi poti, da ohranite kakovost in način svojega življenja. Nikakor pa ne odlašajte! Zavarujte svoj sluh.

**Mag. Tina Grošelj
Andrej Lakner
Maruša Prelesnik Zdešar**

Gluhi tolmači

Združenje tolmačev je v Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu SOČA pripravilo izredno zanimiv posvet o trenutno precej aktualni temi v našem svetu Tišine. Po vzoru številnih držav se tudi v Sloveniji čedalje bolj na glas porajajo ideje in želje po gluhih tolmačih, ki bi osebam z okvaro sluha olajšali komunikacijo. Pravzaprav dileme o tem sploh ne bi smelo biti: če gluhi uporabniki to želijo in potrebujejo, potem je dolžnost sistema, da to področje tudi primerno in ustrezno uredi z vsemi pripadajočimi standardi in merili.



Predsednica EFSLi Ivana Bučko

Posvet je bil izredno zanimiv, saj smo poslušali razmišljanja uporabnikov, stroke in predstavnikov nacionalnega in evropskega združenja tolmačev EFSLi, ki podpira in spodbuja razvoj tudi na tem področju. Izmenjava mnenj in razmišljanj je tisti

prvi in najpomembnejši korak, ki ga lahko stori civilna družba, da prepozna in opozori na potrebe uporabnikov. Združenju tolmačev zato vse pohvale in čestitke za ta pogumni in odločni prvi korak, tisti drugi in prav tako pomemben korak v sistemu pa mora potem narediti država in javna sfera na vseh področjih, še zlasti pa v izobraževanju. Številni predavatelji so opozorili prav na to šibko točko v obstoječem izobraževalnem procesu, in kako pomembna je strokovna podkovanost v obeh jezikih, tako v znakovnem kot tudi v uradnem pisnem jeziku. V številnih državah, v katerih gluhi tolmači že delujejo, je to pravzaprav uveljavljena praksa in temeljni pogoj za pridobitev ustrezne licence. Resnično se postavlja utemeljeno vprašanje, ali je v Sloveniji izobraževalni sistem na pravi poti in ali bodočim gluhih tolmačem zagotavlja dovolj kakovostno podlago za poklicno kariero v tolmačenju. Kot civilna družba moramo biti kritični do vseh dosedanjih in obstoječih eksperimentov v izobraževanju gluhih, ki so številnim izgubljenim generacijam onemogočali bolj enakopravno in enakovredno življenje. Zato moramo upravičeno zahtevati od države, da v izobraževalnem sistemu oseb z okvaro sluha vzpostavi ustrezne nadzorne mehanizme, ki bodo bodočim generacijam omogočili dovolj kakovostno izobrazbo in s tem tudi precej bolj odprta vrata v zaposlovanju in samostojnih poklicnih karierah.

**Boris Horvat - Tihi
AURIS Kranj**



Udeleženci posveta

Ali k nam prihajajo gluhi »kulturni posredniki«?

V Rehabilitacijskem centru Soča je potekal posvet o vlogi gluhega tolmača, ki naj bi bil kulturni posrednik med slišočim tolmačem in gluho osebo. A zakaj pravzaprav potreba po gluhem tolmaču?

Ivana Bučko, predsednica EFSLI-ja, zagovarja gluhe kulturne posrednike: *»Mi se nikoli ne moremo naučiti jezika kakšne manjšine ali kakšne druge države tako dobro kot nekdo, ki že vse življenje govori svoj materni jezik. Gluhi človek, ki je ves čas v neposrednem stiku z drugimi gluhi in ves čas komunicira s sebi enakimi, se lahko precej bolje izraža in tudi bolje razume potrebe drugih gluhih.«*



Tanja Dular, predstavnik Direktorata za invalide pri MDDSZ

Arunas Bražinski prihaja iz Litve, kjer gluhe tolmače uporabljajo že od leta 2003. Sam pravi, da ima dosti dela ter da gluhi tolmači izboljšujejo kakovost življenja gluhih: *»Hoteli smo pomagati gluhim osebam tudi v šolah, ker so imeli veliko ovir, v avditoriju, na konferencah in tako naprej. Veliko sem hodil po teh zadevah. Sicer pa najprej pokličejo v Center za tolmače, potem pogledajo na razpredelnico, koga naj pokličejo, kakšno tolmačenje je, za katero stvar gre, kdo bi bil primeren. Imamo različne kategorije znanja, in če me pokličejo, pridem, pomagam.«*

Gluhi tolmač naj bi torej bolj približal oziroma podmačil kretljivo slišočega tolmača gluhi osebi. Kaj pa o tem menijo slišočim tolmačem, pojasnjuje Sabina Pokovec, tolmačka slovenskega znakovnega jezika: *»Ideja, da bi uvedli gluhega tolmača, sploh ni slaba. Velikokrat se pojavljajo gluhi, ki res nimajo takega besednega zaklada in ne razumejo nekaterih stvari. In če človeka ne poznaš ter se prvič srečaš z*

njim, je res dobro imeti neki vmesnik, nekega posrednika; to bi bil lahko ta gluhi tolmač, ki bi uporabniku vse razložil še bolj splošno.«

A mnenja so vseeno deljena in dejstvo je, da je za zdaj več vprašanj kot odgovorov. Kdo bo to financiral, kdaj je gluhi tolmač sploh potreben? Kdo lahko postane gluhi tolmač in kako, pa tudi, ali si ga gluhi želijo in ali ga sploh potrebujejo? Te odgovore je delno dala anketa, ki jo je interpretirala Jasna Bauman, direktorica Zavoda združenje tolmačev za slovenski znakovni jezik: *»Anketiranci nimajo načelno nič proti uvedbi gluhega tolmača. V resnici razmišljajo o tem, da bi ga uporabljali. Res pa je, da vsi poudarjajo, da mora popolnoma enako, kot smo slišočim tolmači morali opraviti program izobraževanja, certificiranja, to veljati tudi za gluhe tolmače.«*



Arunas Bražinski

Stane Košir, predsednik Sveta za slovenski znakovni jezik, dodaja: *»Zdi se mi, da je uvajanje gluhega kulturnega posrednika neizogiben korak, ker ne moremo pričakovati, da bodo vsi gluhi enako dobri v uporabi znakovnega jezika oziroma da bodo dobri v uporabi besednega jezika. Zato je ta gluhi posrednik velika pomoč posamezniku.«*

Uvedba gluhega tolmača v Sloveniji je še v povojih. Udeleženci posveta pravijo, da je bil tokratni posvet šele prvi korak na tej poti. Še vedno pa ni povsem jasno, ali bodo ti tako imenovani kulturni posredniki v praksi sploh zaživel tudi pri nas.

Andrej Lakner

Nič več zastonj TV-programov

Že pred časom so zakrožile govorice, da bodo letos v Sloveniji prenehali oddajati signal za sprejem televizijskih programov po sobnih antenah. A to sploh ni res, pojasnjuje dr. Dušan Caf iz Sveta za elektronske komunikacije: *»To ni dokončna ukinitiv. Programi bodo še zmeraj dostopni, recimo RTV Slovenija. Ampak to, da se komercialne televizije umikajo, za gledalce pomeni, da si bodo tisti, ki so njihove programe zdaj spremljali po strešni ali sobni anteni, pač morali izbrati ponudnika – kabelskega operaterja, IP-televizije ali satelitske televizije –, če bodo hoteli še naprej spremljati te programe.«*



Gluhim ni treba plačevati RTV-prispevka in do zdaj so po strešnih in sobnih antenah lahko gledali tudi vse komercialne televizijske programe. Po strešnih ali sobnih antenah pa ne boste več sprejemali programov, ki so v sklopu podjetja Pro plus, torej

Kanala A in Pop TV. Sprejem teh TV-programov boste lahko nadaljevali pri operaterjih, ki ponujajo različne naročniške pakete, če še nimate katerega od teh.

Dušan Caf ob tem pravi, da *»najcenejši paketi stanejo približno 14 evrov, nekje v rangu RTV-naročnine, zahtevnejši paketi pa so lahko tudi bistveno dražji«*.

Glede dostopnosti televizijskih vsebin za senzorno ovirane ljudi ne bo sprememb. Gluhi in slišči – vsi bodo morali plačati dodatno naročnino, če bodo še naprej želeli gledati te programe.

»Tukaj so vsi izenačeni. Komercialne televizije niso zagotavljale večje dostopnosti, a so se začele truditi v tej smeri, ampak zato ne bo sprememb v smislu dostopnosti. Toda finančno so pa vsi v enakem položaju, torej bomo morali vsi plačati neko dodatno naročnino,« še dodaja Caf.

To pomeni, da boste morali pri operaterju naročiti enega od TV-paketov, če boste želeli gledati Kanal A in Pop TV. To velja le za tiste, ki še nimate sklenjene naročnine pri katerem od operaterjev in slovenske televizijske programe gledate prek antene.

Andrej Lakner

Pisanje sporočil v živo

Velika večina od nas že uporablja različne aplikacije za pošiljanje kratkih informativnih sporočil svojim prijateljem, sorodnikom in drugim. Vsi smo že navajeni pošiljanja SMS-sporočil po mobilnih telefonih ali pošiljanja kratkih sporočil s programi za konference, kot so Skype (www.skype.com), WhatsApps (www.whatsapp.com), Viber (www.viber.com), Google Hangouts (hangouts.google.com) in podobni. Sporočila pošiljamo tudi v družbena omrežja, kot sta Facebook (www.facebook.com) ali Twitter (www.twitter.com). V Sloveniji in celo na Hrvaškem se je v ta namen že udomačila beseda »tekstanje«, ki pomeni način tipkanja tek-

sta za pošiljanje sporočil z mobilnim telefonom, prenosnim računalnikom ali tablico.

Slabost vseh omenjenih orodij za tekstanje je v tem, da najprej vtipkamo besedilo in na koncu uporabimo tipko pošlji (angl. send) ali tipko »return«, s čimer smo potrdili vnos in ga poslali. Nato pa moramo čakati, da nam partner v komunikaciji vpiše svoje besedilo in ga lahko preberemo šele, ko nam ga pošlje. Položaj je toliko bolj neroden, ko nam druga oseba piše daljše besedilo in moramo kar dolgo čakati, da nam ga pošlje, nato pa moramo besedilo še prebrati, preden napišemo svoj

odgovor. Ena od možnosti za rešitev tega problema je, da se odločimo, da daljše besedilo razbijemo na manjše dele in jih pošiljamo sproti.

Problema so se zavedeli tudi strokovnjaki na področju telekomunikacij in začeli razvijati rešitve, ki bodo olajšale pisanje sporočil. Strokovnjaki so tako standardizirali in omogočili pisanje sporočil v živo za internet in za telekomunikacijske storitve, kjer bomo lahko sproti brali, kar se bo vtipkavalo. V angleščini se to imenuje Real-Time Text, s kratico RTT.

In kaj je RTT? Besedica Real-Time pomeni, da pride do odziva v trenutku. Real-Time Text pa je besedilo, znak, ki se prenese takoj, ko se vtipka posamezna črka. Tako lahko sprejemnik takoj sproti bere besedilo, medtem ko ga pošiljalatelj vtipkava. S tem odpade nepotrebno čakanje na vpisovanje besedila. Poleg tega se tudi neposredno približamo govorni komunikaciji med dvema slišočima osebamama.

Primer, kako deluje tekstanje v živo, si lahko ogledamo na videoposnetku na svetovnem spletu na strani www.realtimetext.org. Iz videoposnetka je jasno, kako lahko sproti beremo besedilo, medtem ko ga vpisuje druga oseba.

V Združenih državah Amerike, kjer so do zdaj uporabljali tekstovno telefonsko komunikacijo, poznano po kratici TTY, so 15. decembra 2016 na državni ravni uradno dovolili, da telekomunikacijska podjetja lahko zamenjajo ta, že zastareli model s tekstanjem v živo. S tem korakom bodo lahko gluhi, naglušni, gluhoslepi in vsi, ki imajo težave z govorom, uporabljali enake brezžične komunikacijske naprave kot njihovi prijatelji, bližnji in kolegi. Ameriška državna pravila namreč zahtevajo, da morajo podjetja odslej podpreti dostopne komunikacijske storitve s pomočjo tekstanja v živo.

Ko bo ta sistem popolnoma razširjen, bo tekstanje v živo omogočalo polno integracijo ljudi s posebnimi potrebami v komunikacijska omrežja, podprta z internetnim protokolom (IP). Sistem je zasnovan tako, da ga bo mogoče uporabljati tudi z običajnimi mobilnimi napravami. Tako ne bo treba posebej kupovati drage in težko dobavljive posebne tekstovne naprave. V Ameriki je sistem tudi povezljiv z obstoječimi TTY-napravami in s programi za tekstanje v živo na drugih omrežjih.

Pričakujejo, da bodo tekstanje v živo usvojili tudi vsi drugi, ki radi tekstajo, saj je to preprostejše in hitrejše kot običajno tekstanje, pri katerem najprej

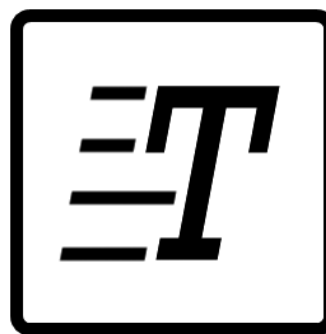
napišemo besedilo, nato pa ga pošiljamo. Primeren je tudi kot zamenjava za govorno telefonijo v okoljih, kjer je veliko šuma, ali za pošiljanje sporočil, medtem ko govorjenje ni dovoljeno ali primerno, na primer na sestanku ali koncertu.

Prav tako je ta način komunikacije povezan s storitvami nujne pomoči, saj lahko to storitev uporabimo pri klicu na pomoč, na telefonsko številko 112. Kot dodatna zanimiva rešitev je tudi možnost, da nam tolmač natipka besedilo, medtem ko poslušamo govor druge osebe, s katero prav takrat komuniciramo v živo.

Na sliki 1 vidimo standardni mednarodni simbol za tekstanje v živo, ki ga bomo zdaj videli v vse več napravah in storitvah. Ta simbol prikazuje tudi drugo ime za to storitev, to je »hitri tekst« (angl. Fast Text), kar bo lažje razumljivo širši populaciji.

In katera tehnologija stoji za to storitvijo? V osnovni shemi za tekstanje v živo po spletnem protokolu (angl. Real-Time Text over Internet Protocol) je protokol za vzpostavitev seje (angl. Session Initiation Protocol – SIP) in standard za prenos teksta v živo, ki je trenutno opisan v standardu IETF RFC 4103.

Ta shema je načrtovana tako, da je povezljiva s sistemi za zvok po internetu (angl. Voice over IP – VoIP) in z videom po internetu.



Standardni mednarodni simbol

Kombinaciji tekstanja v živo skupaj z video in zvokom pravimo tudi »totalna konverzacija« (angl. Total Conversation) in jo opredeljujemo tudi s standardom ITU-T (F.703 Section 7.2).

Sistem še ne bo takoj zaživel v Evropi, vendar lahko že kmalu pričakujemo storitve in rešitve, ki bodo na voljo vsem, tudi Slovencem.

prof. dr. Matjaž Debevc, FERI, UM
član ekspertne skupine za dostopnost pri
Svetovni zvezi gluhih.

Svet Zavoda Združenja tolmačev za slovenski znakovni jezik potrdil nova člana



Z leve Mladen Veršič, predsednik ZDGNS, Borut Pahor, predsednik RS, Matjaž Juhart, sekretar ZDGNS

Od 1. januarja 2017 sta člana Sveta Zavoda Združenja tolmačev za slovenski znakovni jezik (ZZTSZJ) Matjaž Juhart kot predstavnik ZDGNS-ja (sekretar) in Meri Möderndorfer kot predstavnica uporabnikov (gluhih, naglušnih, gluhoslepih, oseb s polžkovim vsadkom).

Če bi imeli kakršne koli težave s tolmači, pa tudi vse pripombe, pohvale, predloge, jih pisno sporočite Meri Möderndorfer na e-naslov: meri.moderndorfer@siol.net ali s pošto na naslov: Meri Möderndorfer, Mestno društvo gluhih Ljubljana, Cankarjeva 9. Vsako vaše obvestilo bomo v okviru pristojnosti ZZTSZJ-a obravnavali in reševali.

Uredništvo

Genski vzroki okvar sluha

Pogostost pojavljanja obojestranskih okvar sluha v Sloveniji je približno 1 na 1000 rojstev. Pri otrocih in odraslih lahko okvara sluha nastane tudi zaradi bolezni, na primer meningitisa, okužbe s citomegalovirusom ali zaradi različnih poškodb. Skoraj tretjina vzrokov, ki privedejo do okvare sluha, pa je še nepojasnjenih.

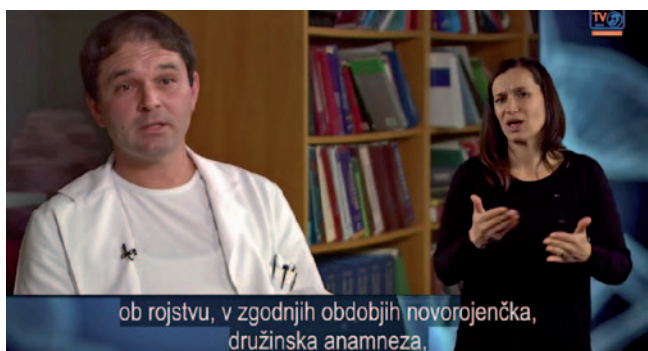


Doc. dr. Saba Battelino, specialistka otorinolaringologije

Doc. dr. Saba Battelino, specialistka otorinolaringologije, pravi, »da se v splošnem predvideva, da gre za internistična obolenja, najhujša je kombinacija sladkorne bolezni, povišanega krvnega tlaka in povišanje vrednosti maščob v krvi. To je kombinacija, ki v nekaj letih skoraj vedno povzroči napredujočo izgubo sluha.«

Najpogostejši vzrok gluhoti, ki je poglavitni pri polovici populacije z okvaro sluha, pa je genski. Okvara sluha se lahko pokaže takoj ob rojstvu, lahko pa se pojavi pozneje, v mlajši odrasli dobi.

Mag. Gorazd Rudolf, specialist klinične genetike, nam pojasni, da imamo »za vsako lastnost imamo dve kopiji istega gena. Eno kopijo podedujemo od mame, drugo od očeta. Pri recesivnih boleznih morajo biti prisotne spremembe na obeh kopijah gena, da se znak izrazi. Starši osebe s to boleznijo so prenašalci. Vsak starš ima spremembo na eni



Mag. Gorazd Rudolf, specialist klinične genetike

kopiji gena, na drugi pa te spremembe ni. Če sta oba prenašalca, je v vsaki nosečnosti 25 odstotkov možnosti, da se otrok rodi s prirojeno okvaro sluha. Prenášalci so brez kliničnih znakov. Slišijo. To je odgovor, zakaj se sliščim staršem rodi gluhi otrok. Po naključju se jim rodi gluhi otrok in potem gledamo za nazaj ter ugotovimo, da gre dedovanje.»

Ljudem, ki vedo, da so prenašalci okvarjenega gena, zdravniki svetujejo genski test partnerja pred načrtovanjem družine. Testiranje plača zavarovalnica. Napotnico pa vam izda osebni zdravnik. Zaželeno je, da se pred testiranjem pozanimate, ali v vaši družini že obstaja kdo z okvaro sluha. Če vaš partner ni prenašalec okvarjenega gena, ni tvegana, da otrok ne bo slišal.

»Pri genetski obravnavi otroka s prirojeno okvaro sluha je zelo pomembna anamneza, kako je potekala nosečnost, morebitni zapleti med porodom, rojstvo, družina, ORL-dokumentacija. Na podlagi tega se klinični genetik odloči, kateri test je najbolj smiseln, najbolj poveden,« pojasni obravnavo pri zdravniku mag. Rudolf.

Postopek je neboleč in temelji na vzorcu odvzete krvi. Genska terapija za zdaj ni mogoča. Če starši vedo, da so prenašalci, in ne želijo, da se rodi otrok z okvaro sluha, imajo na voljo dve možnosti: *»Ena možnost, edina pred leti, je prenatalna diagnostika. Da se v nosečnosti pregleda, kaj je plod podedoval. Če se ugotovi, da je podedoval gluhotu, se lahko starši odločijo za prekinitve nosečnosti. Ampak to je lahko etično sporno. Druga možnost je predimplantacijska diagnostika, pri kateri grede starši v postopek umetne oploditve. Preden se zarodek prenese v maternico, se opravi genski test in se prenese tistega, ki nima okvare gena na obeh kopijah.»*

Ljudem, ki se rodijo z okvaro sluha, pa lahko medicina že precej pomaga. Izbira medicinskega pri-

pomočka je odvisna od vrste okvare sluha: *»Če polžev vsadek dobro dela, prevodni mehanizem pa ne, se odločimo za vibratorne slušne pripomočke. Če pa imamo okvaro na zaznavnem delu, polžek ni sposoben mehanske energije spreminjati v elektriko, tako da moramo nadomestiti ta del. Vsadimo pripomoček, ki bo zunanje zvoke spremenil v elektriko; sem spadata polžev vsadek in vsadek v možgansko deblo,«* pojasnjuje doc. dr. Saba Battelino, specialistka otorinolaringologije.

Sladžana Božič je mati dveh otrok. Uroš se je rodil povsem zdrav. Ob rojstvu drugega otroka pa je sledil šok. Anja se je rodila gluha. Vtise, kako je kot mamica doživljala prve trenutke, potem ko izvedela, da njena hči ne sliši, je strnila takole: *»V trenutku, ko se spoprimeš s tako resnico, poiščeš pomoč pri najbližjih, ki ti stojijo v oporo. Nikoli nisem bila v stiku z gluho osebo, nikogar nisem poznala s polževim vsadkom. Bila sem prestrašena. Nisem vedela, kaj me čaka. Odločila sem se, da se ravnam po navodilih strokovnega kadra, ki mi je dajal prave nasvete.»*

Sladžana se je odločila, da bodo Anji vsadili polžev vsadek: *»Ure, ko je bila ona na operaciji, so bile ene najdaljših v mojem življenju. Razmišljala sem, ali bo operacija uspešna, kako jo bo prenesla. Občutkov, ko je Anja prvič zaslišala zvok in odreagirala, se ne da opisati. To je eden najlepših trenutkov za starša, ki ima gluhega otroka, ko vidiš, da te sliši, čeprav na začetku še ne razume, ampak da odreagira, ker prej ni.»*

Tudi Anja si je postavila vprašanje, zakaj je ona edina v družini, ki ne sliši: *»Iskreno sem ji povedala, da sem bila tudi jaz presenečena. Da s tem ni nič narobe, da bo čisto normalno funkcionirala v svetu sliščih in da bo aparat imela vse življenje. Anja je primer dobre prakse, kjer smo se strokovni kader, zdravniki in starši povezali. Starši smo upoštevali navodila in bomo tudi tista, ki jih še dobimo, da bo tako uspešna, kot tudi je.»*

Gluhost bo vedno del naše družbe. Vendar je samo vprašanje časa, kdaj bo znanost toliko napredovala, da bo gluhotu povsem ozdravljiva. Ob tem dejstvu pa so še vedno ljudje, ki raje izberejo tišino. To je njihova pravica in jo moramo spoštovati.

Mag. Tina Grošelj

Bogomil Starc osvojil dve zlati priznanji na četrtem ocenjevanju likerjev

Sežanska kmetijskosvetovalna služba novogoriškega Kmetijsko-gozdarskega zavoda je v sodelovanju z Društvom proizvajalcev brkinskega slivovca in Društvom proizvajalcev kraškega brinjevca na turistični kmetiji Pri Filetu v Slopah izvedla že 4. ocenjevanje likerjev, ki se ga je udeležil tudi gluhone-mi član novogoriškega društva gluhih in naglušnih, Bogomil Starc iz Tomaja na Krasu. V konkurenci skoraj 50 vzorcev je dosegel dve zlati medalji za teranov in orehov liker. Na ocenjevanje je prispelo kar 48 vzorcev, ki jih je v dveh dneh ocenila tričlanska strokovna komisija v sestavi Milene Štolfa (predsednice), Danijele Volk in Srečka Horvata (člana). Pri izvedbi ocenjevanja sta pomagala še Mirjan Furlan in Aleks Dariž.

Že lansko ocenjevanje je bilo mednarodno, saj smo med 39 vzorci dobili tudi nekaj vzorcev iz Novoga Sada. Letos pa smo prejeli štiri vzorce žganja iz Pančeva iz Vojvodine. Pridelovalci oz. ljubitelji likerjev, ki so dali vzorce na oceno, so bili iz vseh štirih kraško-brkinskih občin, pa tudi z Vipavskega, Goriškega, Postojnskega, Pivškega in slovenskega Primorja. Vsi likerji so bili visoke kakovosti. Ocenjevali smo po 20-točkovnem sistemu, kot to ocenjujemo na tekmovanju Dobrote slovenskih kmetij na Ptuj, in sicer čistost, aramo, okus in harmoničnost. Za zlato medaljo je bilo treba doseči od 18 do 20 točk, srebrno 16,5 do 17,99 točk in za bronasto 15 do 16,49 točk. Pri likerjih je pomembno, da ima aramo in okus po sadju oz. zeliščih, po katerih je liker poimenovan. Dodatne arome ne smejo izstopati, pa tudi žganje mora biti visoke kakovosti brez napak, da dobimo liker, ki nam ostane v spominu še dolgo po tem, ko smo ga pokusili,« je na slavnostni razglasitvi rezultatov in podelitvi priznanj (27. 12.) v Slopah poudarila vodja sežanske Kmetijskosvetovalne službe, Milena Štolfa.

Tekmovanja se je že drugič udeležil gluhi član novogoriškega društva Bogomil Starc, ki ima v osrčju dežele terana, v Tomaju, lepo urejeno vinogradniško kmetijo, na kateri je glavni adut teran. Poleg tega prideluje tudi bela vina, ki jih hrani v lepo urejeni vinski leti, kjer suši tudi pršute. »Lani sem prvič sodeloval na tem ocenjevanju likerjev in za teranov liker dobil srebrno priznanje. Letos sem zelo zadovoljen, saj sem prejel kar dve zlati priznanji. Ob standardnem teranovem likerju, ki ga pripravijo kraške gospodinje, sva z ženo Barbaro, ki je prav

tako gluha, letos pripravila in na ocenjevanje dala še orehov liker, ki je prav tako kot teranov osvojil zlato,« s ponosom pove Bogomil.



Barbara in Bogomil Starc (foto Olga Knez)

Bogomil Starc je za teran PTP letnik 2015 osvojil 10. mesto na 46. prazniku terana in pršuta lani v Dutovljah. Z ženo Barbaro ob rednem delu obdelujeta še devet vinogradov na dveh hektarjih, od tega imata tri vinograde v najemu. Glavna sorta je refošk, iz katerega se prideluje teran PTP. V vinogradih pa mu dobro uspeva tudi vitovska grganja, malvazija in šardone.

Komisija je tako v Slopah ocenila 48 različnih likerjev. Podelili so 32 zlatih, 13 srebrnih in tri bronasta priznanja. Ljuba Štok iz Čebelarstva Bevc iz Povirja z dolgoletno tradicijo na Krasu (od 1824. leta) je prejela zlato priznanji za malinov in kamilični liker; slednji je bil edini liker, ki je prejel najvišjo oceno 20 točk in je tako postal šampion tokratnega ocenjevanja. Sicer pa se že od vsega začetka udeležu-



Razglasitev in podelitev priznanj s 4. ocenjevanja likerjev v Slopah (foto Olga Knez)

je omenjenega tekmovanja tudi Zvonko Sedmak iz Klanca pri Kozini, ki je prejel kar pet zlatih in dve srebrni priznanji.

Priznanja sta podelila predsednica komisije Milena Štolfa in gostitelj Franc Jelušič, ki si je za rožičev liker zaslužil zlato priznanje, njegova žena Sonja pa se lahko ponaša z zlatim priznanjem za nešpljev li-

ker. Po razglasitvi rezultatov in podelitvi priznanj je sledil prijeten pogovor o ocenjenih likerjih, nato pa je bilo na vrsti druženje, na katerem so obiskovalci ocenjene vzorce lahko tudi pokusili.

Čestitke Bogomilu in njegovi ženi Barbari!

Olga Knez

Predavanje NEUROTH

V sredo, 7. 12. 2016, smo v društvu gostili predstavnike podjetja NEUROTH. Najprej so nam predstavili nekaj splošnega o sluhu in zgradbi ušes, nato pa na primerih prikazali različne stopnje



Člani v pričakovanju predavanja

okvare sluha. V nadaljevanju so predstavili svoje izdelke in storitve. Kot zanimivost so povedali, da je podjetje NEUROTH v Sloveniji edino, ki ponuja slušne aparate drugih podjetij. Tako olajšajo svojim strankam izbiro pravega slušnega aparata. Ob koncu predavanja so članom še na hitro pregledali slušne aparate in po potrebi zamenjali kakšno cevko. Predavanje je bilo zelo zanimivo in porajala

so se marsikakšna vprašanja, na katera smo dobili tudi odgovore. Predsednik Franc pa je za člane pripravil presenečenje, ki so ga bili vsi zelo veseli.



Uvodni pozdrav

Po predavanju sta nas obiskala tudi Miklavž in parkelj, ki sta s seboj prinesla nekaj sladkega za pod zob.

Predavanje je v slovenski znakovni jezik tolmačila Duška Berložnik.

Janja Krajnc

PIŠITE V NAŠE GLASILO

urednistvo.ist@zveza-gns.si

Hudomušna prigoda o paši krav

Prvo opravilo vsakega otroštva na kmetiji je bilo po navadi paša krav. Seveda je tudi mene, ki sem odraščal na kmetiji, doletelo to delo, brž ko sem shodil. Z mano je bila babica, ki je rada veliko govorila in mi dajala napotke, kako je treba pasti živino. V tem času sem vedno rad prisluhnil njenim življenjskim izkušnjam in napotkom. Bila je zelo verna in modra ženska, za svojo starost zelo čila in zdrava, predvsem pa bistrega duha. Med pašo je bilo vedno veliko časa za pogovore in razne druge aktivnosti, zato sem se v svojem otroštvu veliko naučil in šel pozneje v šolo poln različnega znanja. Poznal sem ime vsakega drevesa, vedel ogromno o živalih, rastlinah ter veliko o vseh kmečkih opravilih. Na paši sem imel vedno veliko časa za listanje slikanic, zato sem že pred osnovno šolo bral knjige. Rad sem iskal razna drevesa, po katerih je rasel srobot, da sem se lahko gugal, kolikor mi je duša dala. Ko sem bil že malo starejši, vendar še ne v šoli, sem že sam pasel krave in teličke. Skupaj s psom Murijem sva bila kot rit in srajca, saj je bil moj najboljši pomočnik pri paši krav. Če je kakšna krava morda preveč zašla, sem ji samo omenil Murija, in že se je krava zasukala v pravo smer. Vendar je bila paša krav včasih tudi zahtevno opravilo, najbolj takrat, ko so se krave pasle blizu sosedovih, in kadar je bila blizu paše kakšna njiva s peso, korenjem ali repo. Najnevarneje pa je bilo, če so krave ušle v kakšno deteljo. Najbolj mi je ostalo v spominu, ko je sosedom ušla živina v deteljo. Posledica je bila, da so mlado telico komaj rešili, saj ji je trebuh tako napihnilo, da bi skoraj počil, tudi živinozdravnik je moral nujno priti na pomoč. Sosed je kmalu potem že imel električnega pastirja, kar je bilo zame nekaj čisto novega.



Krava najbolj uživa med pašo

Spomnim se dogodka, ko so se naše krave pasle blizu njihovih, v bližini pa je bila velika njiva svinjske pese, ki bi bila kmalu za spravilo. Ker naše krave niso bile vajene električnega pastirja, se zanj sploh

niso zmenile in so večkrat zašle tja, kamor ni bilo treba. Zgodilo se je, da sem zaspal skupaj z Murijem. Zato je bila potem tista njiva s peso v eni uri v celoti poteptana, ogromno pese je bilo populjene, skratka, katastrofa. Vedel sem, da bom kaznovan ali okaran, zato sem hitro ukrepal. Najprej sem tudi sosedove krave nagnal na to ubogo njivo s peso, potem pa stekel domov z novico, da krav ne morem razgnati. Oče je takoj poklical soseda in mu povedal, da se njihove krave prav tako pasejo v pesi.

Tisti dan smo seveda imeli ogromno dela, tako mi kot sosedje. Potrebovali smo debelo uro, da smo najprej ločili krave, potem pa še ves dan, da se je vsa napuljena pesa pobrala in zvečer še obrezala. Tisti dan me je bilo tako strah kot še nikoli prej, ko sem pasel krave. Ves dan me je bolel trebuh, zato sem stokal, da se ne počutim dobro. Še sreča, da smo bili s sosedi sorodniki in tudi drugače v odličnih odnosih. Proti večeru je prišel sosed k nam prosit za pomoč pri obrezovanju pese. Takrat me je pobožal po glavi in me pohvalil, da sem pravilno ravnal in da bi bila škoda lahko še veliko večja brez mene. Nevarno je bilo, da bi se kakšni kravi pesa zaletela v grlu in bi se lahko zadušila. Moj strah je v tistem hipu postal le še lep spomin, v sebi pa sem tuhtal, kako sem vse skupaj izpeljal. Pekla me je vest, kajti vedel sem, da nisem povedal po resnici, saj so me starši, predvsem pa babica, vedno učili, da moramo biti pošteni. Laž ima namreč kratke noge, kar po krščansko predstavlja greh. Vedno ko sem spet pasel krave, sem imel na plečih to breme, kar me je morilo. Babica me je seveda zelo dobro poznala in je takoj vedela, da z mano nekaj ni tako, kot bi moralo biti. Počasi sem ji vse povedal, nasmehnila se je in me pobožala po glavi. Zaradi tega dogodka sem pozneje, med počitnicami, postal pastir pri sosedu, pri katerem sem bil zelo dobro zapisan. Krave sem seveda imel veliko bolj na očeh in nikoli več si nisem upal zaspati med pašo.

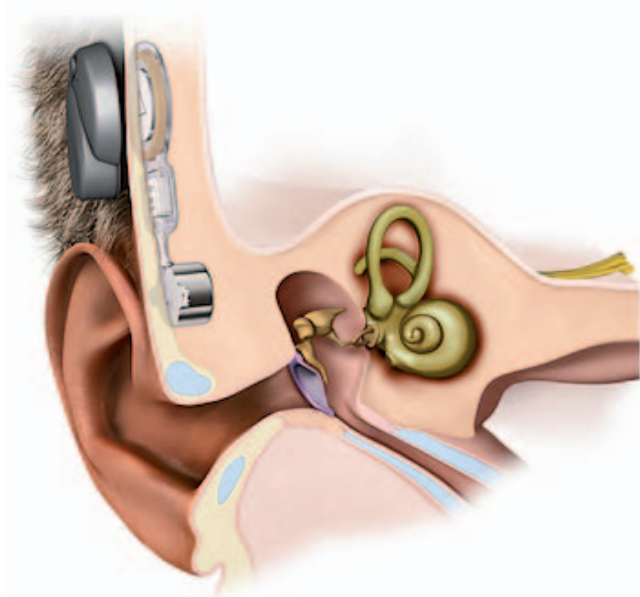
V tej zgodbi se dobro vidi, kako velja pregovor: Laž ima kratke noge. Veliko časa je preteklo, preden sem vsem skupaj po resnici povedal, kaj se je tistega dne zgodilo. Nasmeljali smo se na ta račun in še danes se namuznem ob misli, kako sem vse domiselno izpeljal že kot otrok. Upam, da bom komu, ki bo to prebral, vsaj za trenutek vrnil misli v otroštvo, upam pa tudi, da se bo kdo nasmejal tej moji prigodi.

Franc Forštner

Lovro Brejc, prvi uporabnik bonebridgea v Sloveniji

Lovro Brejc se je rodil z atrezijo sluhovoda. Prizadeta sta zunanji sluhovod in srednje uho, notranje uho pa je zdravo. Lovrovo okvaro so zdravniki premostili z vibratornim pripomočkom.

Doc. dr. Saba Battelino, specialistka otorinolaringologije, pojasnjuje: »Najboljša stimulacija je, če vsadimo vibratorni del v kost. Vibrant ali bonebridge, en centimeter vibrajoč valj, vsadimo v predel za ušesom v senčnično kost, kar je močnejša vibratorna stimulacija kosti, ki se prenese na tekočino notranjega ušesa.«



Bonebridge, Medel

Razvoj je prav tako prinesel novejšo tehniko vsaditve vibratornih pripomočkov, pa tudi naprednejše vibratorne pripomočke, kjer operativno vsadijo kovinsko ploščico v lobanjo, pokrijejo s kožo in z magnetom namestijo zunanji del. Zavarovalnica krije stroške zgolj osnovnih vibratornih pripomočkov. Vzrok je najverjetneje v ceni, saj je pripomoček bonebridge bistveno dražji slušni pripomoček: »To je tako kot pri slušnih aparatih. Zavarovalnica krije osnovni model. Če bi želeli več, je potrebno samodoplačilo,« pojasnjuje Battelino.

Lovru je pripomoček bonebridge podarilo podjetje Medel. 17-letni Gorenjec je tako prvi v Sloveniji s

trenutno najboljšim vibratornim pripomočkom na svetu. Najprej nam pojasni, kako je slišal prej, ko je zvok sprejemal le na eno uho: »Nisem imel orientacije v prostoru, iz katere smeri prihaja zvok. To me je motilo. Doma imamo surround sistem, ampak zvok sem zaznaval samo z ene strani, zdaj zaznavam vse. Drugače je. Tudi pri glasbi zaznam več tonov. Prej nisem vedel, ali igra violina ali klavir, zdaj ločim tudi to.«



Lovru se bodo s tem pripomočkom morda uresničile poklicne sanje

Po operaciji se je zanj začelo popolnoma novo doživljanje zvokov: »Zdaj vem, iz katere smeri prihaja zvok. Tudi pri pouku sem zdaj bolj zbran, nimam glavobolov. Kakovost mojega življenja se je zelo izboljšala. To je bila prava odločitev, in zelo sem vesel, da sem imel to omogočeno.«

Morda se mu bodo s tem pripomočkom zdaj le uresničile sanje, in bo lahko postal kapitan na ladji: »Za opravljanje tega poklica je pomemben sluh. Dovoljena je zelo majhna izguba sluha. Jaz je imam preveč, s tem pripomočkom pa dosegam standarde. Bomo pa videli, ali bo zdravnikom, ki napišejo spričevalo, to dovolj. Zato moja usoda o tem še ni 100-odstotno določena.«

Za vsaditev pripomočka bonebridge so pomembne ustrezne anatomske značilnosti zaušne kosti. Zato je treba pred vstavitvijo opraviti CT-slikanje glave in najti prostor za vstavitve vsadka. Poseg spada med lažje operativne posege. Tudi slušna rehabilitacija je kratkotrajna.

Mag. Tina Grošelj

Ali lahko dobim tablični računalnik, če ne uporabljam slovenskega znakovnega jezika, sem pa 100-odstotno gluhi?

Rubrika Vprašanja bralcev je namenjena vam, dragi bralci, da postavite vprašanje ali izpostavite težavo, povezano z izgubo sluha, mi pa se bomo potrudili, da bo na vaše vprašanje odgovoril strokovnjak. Vprašanja lahko posredujete na elektronski naslov glasila Iz sveta tišine: urednistvo.ist@zveza-gns.si.

Izguba sluha se mi je začela pojavljati nekaj let pred upokojitvijo. Stanje se mi je hitro poslabševalo, tako da imam po Fowlerju priznana 98,4-odstotno izgubo sluha. S seznama tehničnih pripomočkov bi izbral tablični računalnik, pa mi je nedosegljiv, ker ne obvladam slovenskega znakovnega jezika. Kaj ni dovolj, da smo že 100-odstotno gluhi, pa tudi, če bi znal znakovni jezik, bi se v svojem okolju pogovarjal sam s seboj. Pa še vi podajte svoje mnenje: se bo v prihodnosti kaj spremenilo?

Andrej

Pri pripomočkih mobilni telefon TP-0028; tablični računalnik TP-0029; prenosni osebni računalnik TP-0030 iz Pravilnika o tehničnih pripomočkih in prilagoditvi vozila je med pogoji za njihovo pridobitev navedena tudi izkaznica o pravici do uporabe slovenskega znakovnega jezika. Sama izguba sluha nad 95 % po Fowlerju ni dovolj. Kot vemo, je skoraj polovica gluhih prikrajšana za to pravico. 14. 11.



Tablični računalnik (slika je simbolična)

2016 je bil na MDDSZ sestanek sveta za tehnične pripomočke. Med drugimi predlogi sprememb je bila tudi ta, da se briše pogoj pravica do uporabe slovenskega znakovnega jezika. Vse predlagane spremembe so bile na svetu sprejete. Vedeti pa moramo, da je svet za tehnične pripomočke posvetovalni organ ministrice, ki lahko sprejete sklepe upošteva ali pa tudi ne. Takoj ko bomo z ministrstva za delo dobili sveže informacije o tem, katere novosti in kateri od predlaganih ukrepov naše delovne skupine bo sprejet, bomo o tem pisali v reviji Iz sveta tišine. Natančni in uradni podatki kljub našemu vprašanju na resorno ministrstvo trenutno še niso znani.

Branko Gornjec, predstavnik ZDGNS v delovni skupini za tehnične pripomočke



www.gluhi.si

Spletna TV po internetu neprekinjeno ponuja informacije z različnih področij, ki so plod avtorskega dela gluhih in slišočih 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!

Deset največjih goljufov v zgodovini olimpijskih iger gluhih in ICSD

GESLO OLIMPIJSKIH IGER GLUHIH »ENAKOPRAVNOST SKOZI ŠPORT«



1. Goljuf: *Gheorghe Vasilescu (iz Romunije)*



Gheorghe Vasilescu je tekmoval na svojih prvih – in zadnjih – igrah, ki so leta 1977 potekale v njegovi domovini, Romuniji.

Zmagal je v disciplini 10 m zračna puška stoje z rezultatom 370 točk. Vendar so predstavniki številnih držav poslali proteste Mednarodnemu komiteju za šport gluhih (ICSD – International Committee of Sports for the Deaf): sumili so, da je slišiča in ne gluha oseba.

Vodstvo ICSD je odločilo, da mora Romun znova opraviti preizkus sluha, kar je tudi storil, a ga ni prestal.

Bil je diskvalificiran in zlato medaljo v tej disciplini so podelili Andersu Lundvallu iz Švedske.

2. Goljuf: *Moška odbojcarska reprezentanca Bolgarije*



Na 13. igrah, ki so potekale leta 1977 v Bukarešti v Romuniji, ni prišlo do težko pričakovanega finala med reprezentancama Sovjetske zveze in Bolgarije (nosilko zlote medalje s prejšnjih iger leta 1973), ker bolgarski vodje niso dovolili, da bi trije njihovi igralci znova opravili preizkus sluha.

S turnirja je bilo tako izključeno celotno bolgarsko moštvo, sovjetska reprezentanca pa je slavila zmago brez boja in postala novi prvak iger.

3. Goljuf: Jerald Jordan (ZDA)



Na volilnem sestanku 26. kongresa ICSD, ki je bil 22. julija 1981 v hotelu Crest v Kölnu v Nemčiji, so za organizacijo poletnih iger leta 1985 kandidirala tri mesta:

Los Angeles, Kalifornija, ZDA,
Tokio, Japonska in
Christchurch, Nova Zelandija.

Prvi krog volitev je dal naslednje rezultate:

Los Angeles – 34 glasov
Tokio – 27
Christchurch – 12
En glasovalni listič je bil prazen.

V prvem krogu je bil tako izločen Christchurch.

V drugem krogu je potekal zelo sporen boj za volilne glasove med Tokiem in Los Angelesom, v katerem je slednji zmagal z zgolj enim glasom prednosti z rezultatom 37 : 36.

Vendar je volilni postopek potekal zelo dvomljivo in nedemokratično, saj ga je vodil predsednik ICSD-ja Jerald Jordan, ki je bil rojen v ZDA.

Poleg tega je bil glavni preštevalec glasov na volilnem sestanku, ki je skrbel za glasovnice, Jordanov dolgoletni prijatelj, ki je bil v tistem času predsednik nacionalne zveze za šport gluhih v ZDA.

Pozneje je bilo ugotovljeno, da pogrešajo tri glasovalne lističe – en listič so šteli kot prazen, druga dva pa sta izginila.



Jordan je namerno prezrl zahtevo japonskega delegata ter se hote in zavestno odločil, da javno ne bo razkril omenjenih treh glasovalnih lističev delegatom v kongresni dvorani.

Po kongresu je zelo nezadovoljni in jezni japonski predstavnik izrekel naslednji stavek: »Japonska se ne bo nikoli več potegovala za gostovanje iger – letnih ali zimskih.«

4. Goljufa: Aleksander Potopalski in Elena Kladijeva (Sovjetska zveza)



Na igrah leta 1981 so prvič uvedli kontrolo dopinga.

Oba sovjetska atleta, Aleksandra Potopalskega iz Kijeva (tretje mesto v deseterboju) in Eleno Kladijevo, peterobojsko iz Moskve, ki je osvojila srebrno medaljo, so ujeli pri jemanju nedovoljenih poživil, ju diskvalificirali in jima odvzeli medalji.

Takoj po končanih igrah se je obupani Potopalski odločil, da se ne bo vrnil domov. Prebegnil je na zahod in tam pozneje umrl v revščini.

Kladijeva pa je edina znana gluha oseba, ki je trenutno zaposlena na področju farmacije v Moskvi.



Igre leta 1981: zadnja disciplina v peteroboju – tek na 800 m. Elena Kladijeva (na levi) je vodila pred Christine Ross iz ZDA (v sredini) in Olgo Korkhovo iz Sovjetske zveze (na desni). Po tekmi so Kladijevo ujeli pri dopinški prevari, tako da je bila pozneje diskvalificirana. Zmagovalka discipline je postala Korkhova, Američanki Joyce Houghton in Christine Ross pa sta bili druga in tretja.

5. Goljufinja: Pavlina Malerova (Češka republika)



Na igrah v Københavnu na Danskem je leta 1997 nastal neprijeten incident, v katerem je bila udeležena češka atletinja Pavlina Malerova.

Na igrah je osvojila zlati medalji v metu diska in metu krogle.

Vendar je bilo pozneje ugotovljeno, da je goljufala in uporabljala prepovedano sredstvo. Atletinja je bila zaradi dopinga naknadno diskvalificirana, osvojeni zlati medalji so ji odvzeli in ju podelili Ewelini Frydyski (krogla) iz Poljske in Heli Pylkkanen (disk) iz Finske.

6. Goljufa: Donalda Ammons (ZDA) in John Lovett (Avstralija)



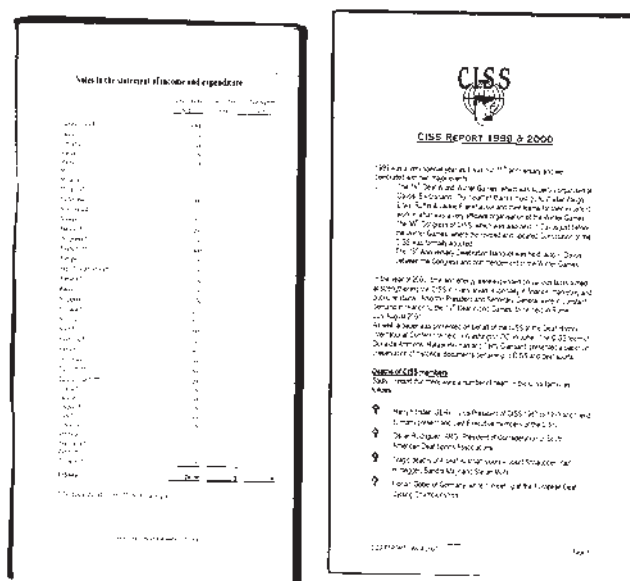
21. julij 2001 je bil eden najtemnejših dni v dolgi in ponosni zgodovini športnega gibanja gluhih.

Tega dne je v Rimu potekal 37. kongres ICSD-ja, ki so se ga udeležili zastopniki iz 60 držav.

Kongres je bil nenavaden zaradi naslednjega: šele ko se je že končal, so odkrili, da športni zvezi gluhih ZDA in Avstralije nista v celoti plačali obvezne članarine za ICSD ter zamudnih obresti, kar je bila očitna kršitev pravil ustave ICSD-ja.

To prikrivanje velikanske kršitve pravil pa kandidata omenjenih držav, ki sta bila nominirana za najvišje funkcije v ICSD-ju – John Lovett za predsednika in Donald Ammons za generalno sekretarko –, ni preprečevalo, da ne bi sodelovala na volitvah.

Čeprav ne Lovett ne Ammonsova, ki sta v kongresni dvorani zastopala svoji nacionalni zvezi, nista bila upravičena do kandidature za izvolitev ali ponovno izvolitev, sta si vseeno drznila pred vsemi delegati prikriti dejstvo o neplačilu obveznosti svojih nacionalnih zvez, nato pa po načelu neizpolnjevanja pravil, prikrivanja in prevare nadaljevala vse do zmage na volitvah.

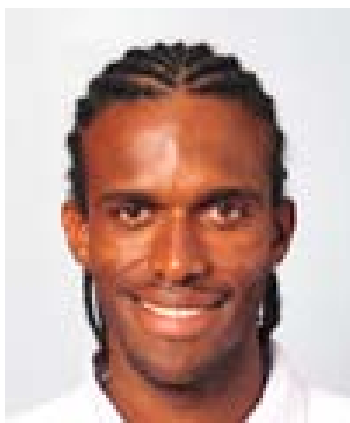


Poročilo Svetovne organizacije za šport gluhih (zdaj znano kot poročilo ICSD) prikazuje plačila in neplačila članarin po državah pred začetkom 37. kongresa v Rimu v Italiji leta 2001. Poročilo, ki ga je pripravilo vodstvo ICSD-ja, je dokazalo, da niti Avstralija niti ZDA pred začetkom 37. kongresa nista plačali ICSD-ju svojih obveznosti iz naslova članarine v znesku 300 oz. 800 ameriških dolarjev. Najbolj neprijetno pri tem poročilu pa je bilo to, da sta se tako Lovett kot Ammonsova, ki sta bila takrat predsednik in generalna sekretarka, odločila, da ta dokument objavita in razdelita delegatom po kongresu.

7. Goljuf: Osmel Sejas Rodriguez (Kuba in Italija)

Do leta 2001 je bil na Kubi rojeni atlet Osmel Sejas Rodriguez poročen z Italijanko.

Pred začetkom iger, ki so bile na sporedu istega leta v italijanskem Rimu, je vodjem italijanske re-



prezentance posredoval zavajajoče informacije o svojem državljanstvu, zato so mu dovolili nastopiti na igrah pod zastavo Italije.

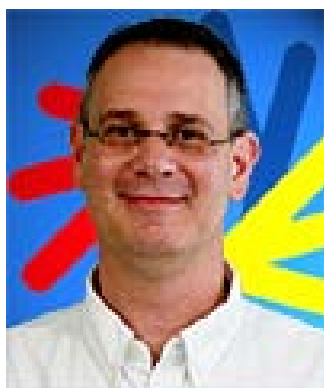
Na igrah je na veliko presenečenje vseh zmagal v disciplinah teka na 100 m, 200 m in 400 m.

Vendar so voditelji ICSD-ja po prejemu zaupnih informacij sprožili lastno raziskavo o upravičenosti tega atleta do statusa državljanstva.

Ugotovili so, da je Rodriguez lagal: leta 2001 sploh ni imel italijanskega državljanstva.

Izključili so ga iz članstva delegacije Italije na igrah in mu odvzeli vse tri zlate medalje.

8. Goljuf: David Lanesman (Izrael)



1. februarja 2007 je bilo zasedanje 40. kongresa ICSD-ja v Salt Lake Cityju (Utah) v ZDA.

Na kongresu je prišlo do uporabe tako imenovane »teorije gluhih rakovic«.

Eden od ključnih zagovornikov takšne »teorije« je bil David Lanesman, podpredsednik ICSD-ja.

Lanesman je izkoristil in zlorabil svojo funkcijo na položaju podpredsednika ICSD-ja ter se zapletel v

ponarejanje in razširjanje dokumenta Predlog #65, da bi Rafaela Pinchasa, dolgoletnega športnega pisca, predsednika in ustanovitelja Komisije za nagrade pri ICSD-ju, na kongresu označil kot »osebo, ki je pri ICSD-ju nezaželen«.

Vendar je bil dokument predloga ponarejen in spremenjen, in sicer tako, da sta bili nanj dodani imeni športnih zvez gluhih Hrvaške in Nemčije kot »pravih predlagateljev Predloga #65«. Večina delegatov, med katerimi so mnoge zmedli in zavledli Lanesman in njegovi pajdaši, je iz naivnosti ter strahu glasovalo za sprejem predloga.


Lanesmanov cilj ni bil zgolj očrniti in diskreditirati Rafaela Pinchasa, ampak mu tudi onemogočiti, da bi igral aktivno vlogo v vodstveni strukturi olimpijskih iger gluhih/ICSD-ja.

Resnica in dejstva pa so bila takšna: Hrvaška in Nemčija nikakor nista posredovali kongresu ICSD-ja predloga z besedilom, »da bi razglasili Rafaela Pinchasa za persono non grato«.

Predlog #65 je bil potrjen in goljufivo način predložen dokument. Vse do danes je Lanesman še vedno spreten mednarodni ubežnik pred zakonom.

S klikom na spodnjo povezavo si lahko ogledate videoposnetek intervjuja z Mariem Lušičem, takratnim predsednikom Hrvaške športne zveze gluhih.

<https://www.youtube.com/watch?v=r0xf09okMPE>


 2007 congress proposal
 # 65 PASSED

Submitted by: (choose one)

- Full Member (National Deaf Sports Federation)
- Associate Member
- Regional Confederation
- Technical Director
- Executive Committee
- Commission

Name: CROATIA AND GERMANY

The proposal is to: (choose one)

- add
- modify
- delete

The proposal is related to: (choose one)

- Constitution
- Deaflympics Regulations
- World Championships Regulations
- Technical Regulations

Proposal:

Rafael Pinchas has violated the constitution of ICSD (Article 14). We propose that the ICSD Congress declare him persona non grata and bar him from holding office in the ICSD or any of its members indefinitely.

Explanation:

This motion means that he be excluded from all activities and any posts under ICSD and its member countries. Further, he should be excluded from receiving any accreditation related to any meetings and competitions under the ICSD and its members.

Comments from Legal Commission:

Will be discussed under agenda item # 10

Voting Results at 2007 Congress - Salt Lake City, USA:

YES (Green ■): 34 NO (Red ■): 27 ABSTAIN (Yellow ○): 32

Predlog #65 kot lažen in ponarejen dokument, ki je bil predložen glavnemu zboru voditeljev športa gluhih z vsega sveta, na 40. kongresu ICSD-ja, 1. februarja 2007 v Salt Lake Cityju (Utah), ZDA. Osem let pozneje, leta 2015, je na zadnjem, 45. kongresu ICSD-ja, ki je potekal v Rusiji, uprava ICSD-ja pod predsednikom Valerjem Rukhledevom končno preklcala sramotni Predlog #65 in oprala ime Rafaela Pinchasa.



Žrtev »teorije gluhih rakovic« in krivice, Rafael Pinchas, je priznani zgodovinar olimpijskih iger gluhih in avtor pred kratkim izdane knjige z naslovom THE HISTORY OF THE DEAFLYMPIC GAMES (ZGODOVINA OLIMPIJSKIH IGER GLUHIH).

9. Goljuf: Jaromir Ruda (Slovaška)



Na 39. kongresu ICSD-ja, ki je potekal 4. januarja 2005 v Melbournu v Avstraliji, je Slovaška kot edina kandidatka zmagala na razpisu za organizacijo zimskih iger leta 2011. Vendar je od 4. januarja 2005 do 11. februarja 2011, ko je bilo do predvidenega začetka iger le še teden dni, Jaromir Ruda, glavni organizator iger, sodeloval pri številnih dejanjih širjenja dezinformacij in laži, slabega vodenja in ustvarjanja zmede. Zaradi neodgovornega ravnanja Rude in slabega upravljanja ICSD-ja med predsedovanjem Donalde Ammons so bili v obdobju 2005–2009 sklenjeni zelo slabi pogodbeni sporazumi z organizacijskim odborom Slovaške, ki ga je vodil Ruda (ni jim uspelo razviti in organizirati zadostnega financiranja, podrobnih načrtov, končne priprave prizorišč, celovitih trimesečnih poročil o napredku, tržnih strategij visoke kakovosti ter splošni javnosti preskrbeti informacij o igrah). Tudi

v naslednjem obdobju 2009–2013 vodstvo ICSD-ja pod predsednikom Craigom Crowleyjem ni znalo ustrezno in učinkovito nadzorovati priprav na igre.

Tako je moral ICSD 11. februarja 2011 razglasiti popolno odpoved iger.

Nazadnje so Rudo zaradi zgoraj navedenih dejavnosti na Slovaškem aretirali in mu sodili pred sodiščem. Zdaj prestaja 20-letno zaporno kazen v slovaškem zaporu.



Ko sta Grčija in Kanada izvedeli za odpoved zimskih iger za leto 2011, sta tudi sami odpovedali letne igre za leto 2013 oziroma 2015.

10. Goljufa: Izraelska športna zveza gluhih (IDSO – Israel Deaf Sports Organization) in David Lanesman



V svetu športa gluhih je Lanesman storil še eno vznemirjajoče dejanje.

23. marca 2013 je IDSO predložila pravni komisiji ICSD-ja vlogo, v kateri je nominirala Lanesmana, da bi bil na 44. kongresu ICSD-ja izvoljen na položaj podpredsednika izvršilnega odbora ICSD-ja za obdobje 2013–2017.

Vendar je bila ta nominacija neupravičena in neustavna iz dveh razlogov:

1) Do 23. marca 2013, ko je bil rok za prejem nominacij, IDSO ni plačala svoje letne članarine za ICSD v znesku 700 USD. Za pravico do imenovanja na katero koli funkcijo v izvršilnem odboru na

44. kongresu ICSD-ja mora vsakdo upoštevati vsa pravila ustave ICSD-ja, kar vključuje tudi vnaprejšnje plačilo celotne letne članarine za ICSD za leto 2013. Vendar IDSO in Lanesman do roka za plačilo tega nista storila. Prav tako nista plačala zamudnih obresti, ki so znašale dva odstotka (2 %) mesečno za plačila, izvedena po roku.

2) Izraelska športna zveza gluhih do 23. marca 2013 in še do začetka volitev na 44. kongresu ICSD-ja ni plačala kazni 5.000 USD (kazen je IDSO dobila zaradi nenadnega preklica organizacije svetovnega prvenstva v odbojki na mivki, ki bi moralo avgusta 2010 potekati v Tel Avivu v Izraelu). Naj ponovimo, za imenovanje na katero koli funkcijo v izvršilnem odboru ICSD-ja na 44. kongresu mora vsakdo spoštovati vsa pravila ustave ICSD-ja, pri čemer morajo biti vse obveznosti in dolgovi v celoti plačani najpozneje do končnega roka plačila. Toda IDSO in Lanesman do 23. marca 2013, končnega roka za nominacijo, tega namenoma nista storila!

Poleg tega Lanesman in funkcionarji IDSO delegatom na 44. kongresu ICSD-ja niso odkrito in pošteno priznali svojega neplačila zneskov 700 USD in 5.000 USD.

Tako je Lanesman z dvomljivo izvolitvijo na položaj zavestno in namerno prikril te kršitve, pri čemer ni le namenoma tajil resnice pred vsemi člani pravne komisije ICSD-ja, ampak tudi pred vsemi delegati 44. kongresa v Bolgariji.

Zaradi zgoraj opisanih neprimernih in ciničnih dejanj IDSO in Lanesmana je bil slednji na nezakonit način in v nasprotju s pravili ustave ICSD-ja na 44. kongresu izvoljen (oz. znova izvoljen) za podpredsednika ICSD-ja!

Lanesman ni ravnal kot zgled pravega in poštenega mednarodnega voditelja športa gluhih.

Njegovo nadaljnje vztrajanje na položaju neustavno izvoljenega podpredsednika ICSD-ja je »nečastno ravnanje in brez dvoma spravlja šport gluhih na slab glas«.



Lanesman (skupaj s svojo ženo), ki še vedno deluje nad zakonom, se smehlja – leta 2016 mu je IDSO podelila nagrado za t. i. izredne zasluge za šport.

ZVEZA DRUŠTEV GLUHIH
IN NAGLUŠNIH SLOVENIJE

Privoščite si oddih!

V HRIBIH
Apartmaji Kranjska Gora

V TOPLICAH
Apartmaji Moravske toplice

NA MORJU
Apartmaji Piran
Avtokamp Fiesa
Hotel Fiesa

Več informacij dobite na www.zveza-ans.si pod zavihkom rezervacije in predstavitev počitniških kapacitet, kjer svoj oddih lahko tudi rezervirate ali v društvih.

Suho sadje in drevesni oreščki

Suho sadje – energijska bomba

Suho sadje vsebuje večino hranil, ki jih vsebuje sveže sadje. To pri sušenju pridobi višjo vsebnost prehranskih vlaknin, ki ugodno vplivajo na prebavo. Suho sadje ima tudi visoko energijsko vrednost in nadomešča uživanje slaščic. Z njim lahko delno nadomestimo sveže sadje, zaradi njegove energijske gostote pa moramo paziti, da ne presežemo količine zaužitega svežega sadja. To pomeni, da sta dve suhi polovici marelice enaki eni sveži marelici, osem do deset jabolčnih krljev pa enemu svežemu jabolku.



Suho sadje

Sušenje je ena najstarejših oblik konzerviranja. Z njim se teža in prostornina sadja zmanjšata za štiri- do petkrat, z odstranjevanjem vode pa se poveča koncentracija sladkorja celo za 70 odstotkov. Žal pa se s sušenjem za polovico zmanjša količina vitaminov. Suho sadje je uporabno dolgo časa.

Pred sušenjem je sadeže treba skrbno oprati, osušiti ter po želji olupiti in narezati na koščke. Za sušenje je primerna večina sadja, pogoj je le, da ne vsebuje preveč vode, kot na primer lubenica. Sušimo ga lahko na soncu, v pečici ali v posebnih sušilnicah. Primerna temperatura za sušenje je med 50 in 60 stopinjami, paziti pa moramo, da zrak kroži.

Drevesni in drugi oreščki

Najbolj razširjeni drevesni oreščki so orehi, lešniki, mandlji, pistacije in pinjole. Arašide pogosto enačimo z drevesnimi oreščki, vendar tako kot soja sodijo med stročnice in rastejo na dolgih podzemnih poganjkih. Vsem oreščkom, razen kostanju, je skupno to, da vsebujejo veliko maščob v obliki nenasičenih maščobnih kislin in malo ogljikovih hidratov.

Oreščki so eden najbogatejših naravnih virov v maščobi topnega vitamina E, vendar se ta s segrevanjem (praženjem) uniči. Bogat vir polifenolov je tudi rjavkasta kožica, ki orešček loči od zunanje trde lupine. Iz oreščkov s hladnim stiskanjem pridobivajo najkakovostnejša olja, kot sta orehovo (vsebuje ugodno razmerje maščobnih kislin omega-3 in omega-6) in arašidovo olje (prenese višje temperature in je primerno za praženje in cvrtje).



Oreščki

Poleg vitamina E vsebujejo veliko mineralov in drugih vitaminov, kot so folna kislina, biotin, krom, magnezij, železo, fosfor, baker, mangan in kalij, ter beljakovin. Žal so oreščki, zlasti arašidi, eden najpogostejših alergenov. Zdravstvene težave lahko povzročijo tudi nezreli oreščki, predvsem mandlji.

Lešniki

Največja proizvajalka lešnikov je Turčija s 75 odstotki svetovne proizvodnje. Lešniki so najbolj razširjeni drevesni oreščki iz naših krajev, spodbujajo mišljenje ter umsko dejavnost in zaradi njih lahko dlje časa ostanemo budni. Enako na telo učinkujejo brazilski, indijski in makadamija oreščki, pinjole



Lešniki

ter pistacije. Razlog za to je v aminokislini, imenovani tirozin, s pomočjo katere v možganih nastanejo snovi, ki večajo pozornost in zbranost.

Mandlji

Mandlji so avtohtona rastlina Bližnjega vzhoda. Znani so po sladkem okusu, zato so jih več stoletij uporabljali za pripravo različnih sladic in ostalih pečenih dobrot. Ker vsebujejo nizko število ogljikovih hidratov, iz njih pridelujejo moko, ki je odlična za tiste, ki so alergični na gluten.



Mandlji

Pistacije

Pistacije izvirajo iz Irana, od koder so jih v Sredozemlje prinesli Rimljani. Strokovnjaki so mnenja, da delujejo podobno kot probiotiki. Hrana, ki deluje probiotično, v prebavnem traktu spodbuja rast koristnih bakterij. Poleg tega vsebujejo tudi fitokemikalije, ki ugodno vplivajo na bakterije v črevesju.

Makadamija oreščki

Makadamija ali avstralski oreščki so plod, podoben lešniku.

Indijski oreščki

Indijski oreščki so semena drevesa akažu. V prodaji so le oluščeni, saj je v trdi lupini strupena oljna snov, ki draži kožo, s segrevanjem pa razpade. Od vseh oreščkov (mandljev, orehov, lešnikov ...) imajo najmanj maščob.

Za posladek pa še nekaj receptov s suhim sadjem in oreščki:

Praženi polnovredni kosmiči

Sestavine za 1 osebo:

- 5 žlic mešanih kosmičev
- 1 žlička margarine

- 1 žlička medu
- pest posušenih brusnic in rozin
- 250 ml posnetega mleka

Toplo in hladno mleko vlijemo v skodelico. V ponvi segrejemo margarino in na njej opražimo kosmiče, na koncu dodamo med (naj karamelizira), oprane rozine in suhe brusnice. Tako pripravljene hrustljave kosmiče stresemo v mleko. Mleko lahko zamenjamo z jogurtom, prav tako lahko suho sadje zamenjamo s svežim sadjem.

Usukani mlečni močnik z lešniki

Sestavine za 4 osebe:

- 120 g polnovredne moke
- 25 g pšeničnih otrobov
- 1 jajce
- od 1 do 1,2 l posnetega mleka
- rjavi sladkor po okusu
- 1 žlica sesekljanih lešnikov

Moko presejemo v skledo in pomešamo s pšeničnimi otrobi. V skodelici razžvrkljamo jajce. Moko solimo, prilijemo stepeno jajce in neprestano mešamo, da dobimo usukančke, ki jih oblikujemo še z rokami. Mleko zavremo, med mešanjem zakuhamo usukančke in jih na šibkem ognju kuhamo od 15 do 20 minut. Kuhan močnik postrežemo v jušnem krožniku ali skodelici. Po želji sladkamo in potresemo z lešniki. Pšenični otrobi se moki dodajo zato, da jed vsebuje nekaj dietnih vlaknin, ki upočasnijo presnovo in s tem prehitro dvig glukoze v krvi.

Salama iz suhih fig in pistacij

Sestavine za 1 kg salame:

- 300 g suhih sliv
- 300 g suhih rozin
- 300 g suhih marelic
- 100 g oluščenih pistacij
- 1250 g kandiranega sadja (limon, pomaranč)
- aroma vanilje in cimeta
- nekaj kapljic ruma ali pomarančnega likerja

Figе in namočene ter oprane rozine zmeljemo v lepljivo maso, dodamo na koščke narezane marelice, kandirano sadje, grobo sesekljane pistacije, začimbe in rum ali pomarančni liker. Maso dobro pregnetemo in oblikujemo v dve manjši salami, ki ju zavijemo v peki papir in na hladnem pustimo nekaj dni.

Iz mase lahko naredimo tudi napolitanke. Naložimo jo na oblato in prekrijemo z novo plastjo oblatov, dobro stisnemo in nekaj dni pustimo na hladnem. Narežemo na poljubno velike kocke.



Suho sadje in oreščki

Slovarček

maščobne kisline omega-3 – znižujejo holesterol, zmanjšujejo tveganje za razvoj bolezni srca in ožilja, skrbijo za zdrav razvoj oči in možganov, izboljšujejo spomin in vplivajo na um, znižujejo krvni tlak

maščobne kisline omega-6 – blažijo vnetje, zmanjšujejo zadrževanje vode, znižujejo krvni tlak, spodbujajo imunski sistem, ugodno vplivajo na srčna obolenja in zmanjšujejo možnost srčnega infarkta

vitamin E – varuje srce in ožilje, izboljšuje videz kože in las, celice varuje pred okvarami, pospešuje

prekrvitev, izboljšuje mišično storilnost, vzdržuje prožnost telesa, deluje kot antioksidant

vitamini in minerali – brez mineralov vitamini v telesu ne morejo delovati

folna kislina – pospešuje proizvodnjo novih celic

biotin – sprošča energijo pri presnovi, vpliva na delovanje živčnega sistema, ohranja zdrave lase, zdravo sluznico in zdravo kožo

antioksidanti – hranila, ki se borijo s prostimi radikali, varujejo pred rakom in ostalimi obolenji ter upočasnjujejo proces staranja

Aleksandra Rijavec Škerl

Povzeto po:

- www.jedel.bi,
- www.dimezijazdravja.si,
- www.planet-diet.si,
- www.zdravje2.si,
- www.ezdravje.com,
- www.bodieko.si,
- www.fidimed.si,
- www.medicartisi.si

V slovo

FRANCU POLAJNER V SLOVO (1961–2016)

Tiho sedaj si odšel,
kot lepa misel, ki mine
in nam pusti le spomine.

Od nas je odšel dolgoletni član Društva gluhih in naglušnih Koroške Franc Polajner.

V času, ko je društvo dobilo nove prostore v Dravogradu, je začel delo predsednika opravljati Franc Polajner. S svojo močno voljo in delovnimi navadami je veliko prispeval k uspešnemu delovanju društva.

Za vse njegovo delo iskrena hvala! Naj mu bo lahka zemlja.

Vsem žalujočim izrekamo iskreno sožalje.

Od njega smo se poslovili 11. novembra 2016 na pokopališču na Ravnah na Koroškem.

Člani Društva gluhih in naglušnih KOROŠKE

