

KORAK



DRUŠTVO
PARAPLEGIKOV
JUGOZHODNE
ŠTAJERSKE

LETO IV ŠTEVILKA 7 DECEMBER 2005



Izdaja Društvo paraplegikov
jugozahodne Štajerske

Uredniški odbor:

Glavni in odgovorni urednik:

Alojz Strniša

Tehnični urednik:

Alojz Strniša

Člani:

Gordana Kitak, Mladen Fabjan, Janez

Hudej, Mirej Vrabc

Lektorica:

Brigita Grobelnik

Naslovnica:

Branko Rupnik (ura, gvaš 60 x 40cm)

Naslov uredništva:

Društvo paraplegikov jugozahodne Štajerske,

Podjavorškova ul. 1, 3000 Celje

Telefonska številka: 03 5411 993

Faks: 03 5411 993

Elektronska pošta:

dce.paraplegik@guest.arnes.si

Spletna stran:

<http://www.drustvo-para-ce.si/>

Tr. račun: 06000-0042940647

Naklada: 200 izvodov

Tisk: Tiskarna **GOLC**, Vrbje 80 a,
3310 Žalč

Člani društva prejmejo **KORAK**
brezplačno.

KORAK

***UVODNIK**

***PRESEDNIKOV NAGOVOR**

***DIREKTNO**

***PRI ŽUPANU**

***MARJETKA**

***ŠPORT IN REKREACIJA**

***LEPI TRENUTKI**

***KULTURA**

***TEKOČINE V ŠPORTU**

***SOCIALA**

***DOŽIVETJE ARABSKEGA SVETA**

***NA JUGU ČRNE AFRIKE**

***ČAS MED VAMI**

***RAZVEDRILO 6 REŠITVE**

oblikovanje in tisk:

golc
t i s k a r n a

Metka Golc, s.p.

Vrbje 80/a, 3310 Žalč

Tel.: +386 (3) 710 24 60

+386 (3) 710 24 61

+386 (3) 710 24 62

Fax: +386 (3) 710 24 63

Gsm: +386 (41) 33 53 74

tiskarnagolc@siol.net

www.golc-sp.si
www.koledarji.com

- grafično oblikovanje celotnih podob
- usluge enobarvnega in večbarvnega tiska, obrazcev, reklamnih listov, vizitk, plakatoev, knjig in vseh drugih obrazcev ter tiskovin
- usluge sitotiska na razne materiale
- vse vrste vezav - mehko vezavo, vezavo v celo platno, polplatno ali usnje (Uradni listi, diplomatske naloge, revije, časopisi in drugo)
- izdelava reklamnih tabel, transparentov, zastav itd.
- izdelava vseh vrst koledarjev
- izdelava darilnih vrečk in embalaže

PESTROST BARV, OBLIK IN DIMENZIJI

UVODNIK

POZDRAV

Napisal in tudi zbrisal sem že več inačic uvodnika.

Ne gre in ne gre mi od rok.

Mogoče je vzrok v tem, da je to moj zadnji uvodnik, ki ga pišem. Že sredi poletja sem namreč odstopil z uredniškega mesta. Vendar sem se potem odločil, da urednikovanje zaključim s to številko, ki je zdaj pred vami. Sedem števil v štirih letih na koncu le ni tako malo. Nastale so z vašo izdatno pomočjo, dopisovalke in dopisovalci. Hvala vsem, ki ste mi pomagali. Prepričan sem, da boste še naprej pridno pisali in sodelovali z novim urednikom. Izdaja **Korak-a** ostaja namreč še naprej ena izmed prioritarnih aktivnosti Društva. Hvala še enkrat.

Čas teče, teče in teče.

Še pomisliti ne smem, da mi mineva že osmo leto druženja z mojim najzvestejšim prijateljem - invalidskim vozičkom.

Služi mi dobro.

Vzrok za to pa tiči v dejstvu, da je bil nabavljen preden je bil cenovno kvalitetni standard znižan. Da Zavod za zdravstveno zavarovanje cenovne in kvalitetne standarde invalidskim pripomočkom znižuje in s tem varčuje na naših plečih, še nekako razumem. Ni mi pa razumljiva asistenca predsednika Zveze paraplegikov Slovenije, ki je pri tem sodeloval.

Vsa čast predsedniku. Tako se je potrebno boriti za svoje članstvo.

Kvalitetni vozički bodo dosegljivi le še ob večjem doplačilu, kot je bilo to dosedaj.

Drugače pa leto mineva ob polemikah okoli gradnje našega počitniškega doma v Pacugu. Okoli (ne)upravičenosti ne morem soditi, saj mi je poznano premalo relevantnih podatkov. Bolj me skrbi dostopnost do morja, saj se dom gradi na vzpetini visoko nad morjem. Najbolj pa me skrbiti sami stroški vzdrževanja takšnega objekta, ki seveda ne bodo majhni. Da o obratovalnih

stroških niti ne govorim. Verjetno si bo Dom moral iti turizem za bogate invalide iz tujine. Kar pa najbrž ni bil osnovni namen gradnje.

Očitno nam tudi privatizacija Doma ne uide. Čas bo pokazal svoje.

Na koncu pa si bom dovolil še kratek komentar o enotni davčni stopnji (EDS). Zdravila in invalidski pripomočki bodo po teh predvidevanjih postali še bolj obdavčeni in tako nam manj dostopni.

Hura za našo vlado. Bravo!

"Udri" po siromaku.

Na tem mestu sem že januarja 2004 dal pobudo za **referendum** za odpravo davka na dodano vrednost (DDV) na invalidske pripomočke in zdravila. Zadeva je letos, konec leta 2005, še bolj aktualna. Zdaj se davek še celo povečuje.

Zato ponavljam pobudo mojemu predsedniku v Ljubljani (Zvezi paraplegikov Slovenije), da naredi kakšen korak v tej smeri.

Odpravo DDV je verjetno nemogoče doseči zdaj, ko nam pravila delovanja diktira Evropa. Določene olajšave pa bi se verjetno dalo pridobiti.

Velja se potruditi.

Alojz Strniša

**VESELE
PRAZNIKE
IN ZDRAVO
NOVO LETO
2006 ŽELI
UREDNIŠKI
ODBOR
VSEM
BRALKAM
IN BRALCEM.**

PREDSEDNIKOV NAGOVOR

LETO 2005

Vsako leto tako hitro mine, da se je težko toliko ustaviti, da bi lahko izbral rdečo nit tekočega leta. Prav lahko pa bi odgovoril na vprašanje, kaj pa delamo v društvu? "Celo ljubo leto se prijavljamo na razpise in pišemo poročila!" bi bil odgovor. V tem je veliko resnice. Zadnji dan v septembru smo prijeli zadnjo odločbo o sofinanciranju naših programov, pa že moramo pošiljati programe za leto 2006 in poročila o realizaciji programov za leto 2005.

Ob eni od prijav na razpis na Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve smo prišli tudi do grenkega spoznanja, da z našim znanjem ne bomo mogli pridobivati sredstev iz javnih razpisov.

Programi in poročila pa to leto le niso bili edina stvar, ki nas je spremljala iz tedna v teden. Pogovori o zamenjavi naših prostorov so se vlekli kakor "jara kača". Upamo, da nam bo četrti poizkus pogovorov z občino o pridobitvi novih prostorov končno le uspel in se bomo lahko že naslednje leto spomladi preselili v nove prostore. Le ti ležijo kot poslovni prostor v sklopu lokalov nogometnega stadiona Arena Petrol natanko nasproti vhoda v kinodvorane v Mercator centru v neposredni bližini dvorane Zlatorog.

Nova pisarna je nekoliko večja od sedanje. Dostop povsem po ravnem je možen iz več smeri. Pripeljati se je možno do pisarne, parkirati na parkirišču Mercatorja v garaži ali zunaj pred trgovino ali pa parkirati na parkirišču dvorane Zlatorog in nogometnega stadiona Arena Petrol. Zahvaljujemo se mestni občini Celje, ki je kot lastnik novega lokala omogočila zamenjavo s sedanjimi delovnimi prostori našega društva. Do selitve je vseeno še dolga pot.

Naše programe je v letošnjem letu bolj kot kdajkoli prej zaznamovalo razgibano športno dogajanje, izostal pa tudi ni uspeh. Prav je tako. Če je zanimanje, potem interesentom pač ne moremo odkloniti podpore. To je še vedno dejavnost, ki na ravni rekreacije nudi največ, kar si paraplegik ali tetraplegik lahko želi za kvalitetnejše življenje. To je druženje in gibanje. Po dolgih letih so se prebudili strelci (prišli so novi), nova dva člana pa sta povzročila sestavo košarkarske ekipe.

Naša udeležba je glede na število članstva bila sigurno med največjimi in upamo, da bo to pri pridobivanju sredstev tudi upoštevano.

Glede na to, da so nam bile nekatere interesne dejavnosti tako-rekoč odtujene, smo vendarle zbrali dovolj aktivnosti, ki jih lahko člani in članice uresničujejo preko našega društva. Trenutno najbolj aktivni dejavnosti pa sta potapljanje in vožnja s štirikolesnimi motorji. Posebej pa se je za vse tiste članice, ki sicer nimajo veliko možnosti za ogled kakšne od kulturno umetniških prireditev ali drugih oblik druženja, poskrbela naša Gordana in upamo, da še ni rekla zadnje besede. Dejavnosti smo bili tudi na drugih področjih našega delovanja, ki jih boste našli med vrsticami tega našega časopisa.

V upanju, da se kar največkrat vidimo, vam v imenu upravnega odbora društva želim lepe božične in novoletne praznike ter zdravo, srečno in uspešno leto 2006.

Janez Hudej



**Predsednik Društva v pogovoru s članom,
ki je izstopil iz upravnega odbora društva.**

Le zakaj?

DIREKTNO

NEPRIJETNO LETOVANJE V ČATEŽU LETA 2005

Exkluzivno v KORAK-u. PARAPLEGIK cenzuriral. Ja, tudi to se še dogaja. V današnjem času je to res žalostno. Vse mora biti po IVAN- OVO.

V začetku avgusta sem z družino letoval v društveni počitniški hišici. Sem tetraplegik in uporabljam električni voziček s krmilom na brado. Glede na moje stanje uporabljam tudi električno posteljo z roho blazino in sobno dvigalo. Pred odhodom sem se posvetoval z oskrbnikom počitniških hišic in izvedel, da nobena hišica ne premore električne postelje. Zato sem bil premoran si dobiti prevoz in odpeljati svojo električno posteljo in sobno dvigalo.

Kot štiričlanska družina smo vzeli hišico s petimi osebami v upanju, da je v njej več prostora. Po prihodu pa smo ugotovili, da je v spodnjem delu hišice manj prostora (komaj sem se premikal s svojim električnim vozičkom) kot zgoraj, ki pa je namenjen zdravim ljudem. V kopalnico sam z vozičkom nisem prišel, žena mi je morala zadnji konec vozička spodnašati, da sem premagal ozki kot v kopalnico.

Ko mi je žena umivala lase v umivalniku, sem moral biti postrani z vozičkom tako, da sem imel noge na hodniku, glavo pa zavito postrani, čeprav imam poškodovano vratno vreteno. Stol, ki je namenjen za tuširanje, in WC školjka sta neuporabna, saj z vozičkom sploh ne moreš zraven. Inventar pa je v zelo slabem stanju, veliko stvari manjka, nekaj pa je tudi polomljenih.

Čistoča je katastrofalno slaba, saj je hiška potrebna

temeljitega čiščenja (od zaves, luči, kuhinjskih elementov, omar, oken,...), saj prideš na dopust v upanju, da se boš počutil kar se da udobno, ne pa da moraš že prvi dan prijeti za krpo in vse počistiti.

Zaradi težjega čiščenja bi bilo smiselno najeti kakšen čistilni servis in hiške temeljiteje počistiti vsaj enkrat na mesec (v poletni sezoni).

Prostori bi morali biti klimatizirani, saj v vročih dneh temperatura v sobi doseže tudi preko 30 stopinj Celzija. Vsaj ohladitev bi se prilegla, če se že zaradi neprimerne kopalnice ne da stuširati.

Bilo bi vredno razmisliti o zamenjavi oskrbnika, saj bi človek pričakoval, da kar ne deluje ali je potrebno popravila, uredi v najkrajšem času. Tako pa se listi, kjer so zapisane pomanjkljivosti samo nabirajo, ne naredi pa se ničesar.

Moje osebno mnenje je, da bi bilo pri potrebni obnovi upoštevati tudi nasvet in mnenja kakšnega tetraplegika (ki smo pri raznih odločitvah večkrat izpostavljeni in za marsikatero stvar tudi prikrajšani), ki potrebuje malo več prostora za svoje gibanje. Če bi se tetraplegik počutil kar se da dobro, bi se paraplegiki sigurno imeli odlično. Tako bi morale vse štiri hišice nujno imeti električno posteljo, saj bi bil dostop na njo vsem uporabnikom veliko lažji.

Prav tako bi z modro odločitvijo kakšnega arhitekta lahko bili urejeni prostori tudi za invalide v zgornjih prostorih (namesto stopnic-dvigalo), saj na vse nazadnje tudi plačaš in je ne koristiš brezplačno.

V upanju, da se hišicam v Čatežu obetajo vsaj kakšne malenkosti na bolje, vas pozdravlja tetraplegik, član jugozahodne Štajerske **Peter Planinšek**.

Takšno je moje osebno mnenje, s katerim bi se strinjalo večina tetraplegikov, ki so letovali ali še bodo v Čatežu.

Ko zbereš dovolj spoznanj, si prestar, da bi jih lahko uporabil.

William S. Maugham

Ljubiti človeka pomeni jemati ga takšnega, kakšen je.

Daphne du Maurier

PRI ŽUPANU

NA OBISKU PRI ŽUPANU OBČINE VOJNIK

Gospod Benedikt Podergajs je župan občine Vojnik, ki je bila ustanovljena leta 1994, že tretje mandatno obdobje.

V začetku oktobra je na pobudo Mirka Temnika prijazno sprejel predstavnike našega društva in se z nami zapletel v uro dolg razgovor. Namen našega obiska je bil da gospodu županu predstavimo delo in delovanje našega društva. Mirko Temnik, Dominik Pesjak in Janez Hudej so se z gospodom županom pogovarjali o problematiki sofinanciranja društva, o življenju naših članov, ki živijo na območju njihove občine, in o problematiki arhitektonskih ovir.

Gospod župan je obljubil vso podporo pri delovanju našega društva. Podal nam je informacijo, da občina Vojnik pomaga materialno tudi našim članom, med katerimi nekateri živijo v nemogočih razmerah, ter nas prosil, da o temi razgovora napišemo tudi članek za občinsko glasilo Ogleдалo.

Dogovorili smo se, da pripravimo sistematski popis vseh arhitektonskih ovir, ki onemogočajo premikanje z invalidskim vozičkom, naredimo prioriteto odpravljanja teh ovir in popis oziroma posnetek stanja teh ovir predstavimo na naslednjem srečanju.

Gospodu županu se za sprejem najlepše zahvaljujemo in mu želimo uspešno vodenje občine Vojnik.

Janez Hudej



Na pogovoru.



Pred občinsko zgradbo.

MARJETKA

Ime mi je Marjetka in sem prostovoljka na Društvu paraplegikov Celje. Nekateri me že poznate, drugi pa lahko izveste kaj več o meni skozi ta članek.

Rada bi vam povedala svojo zgodbo.

Zakaj sem se odločila za prostovoljstvo ravno na Društvu paraplegikov Celje?

Študiram na Fakulteti za socialno delo v Ljubljani. Na šoli imamo premalo prakse, zato sem morala ukrepati sama in vedela sem, da si kot prostovoljka lahko pridobim ogromno izkušenj. Potrebno se je bilo odločiti samo še kam. Hotela sem nekaj novega, nekaj, s čimer se še nisem srečala. Tako mi je prišlo na misel delo s funkcionalno oviranimi osebami. Poklicala sem na Center za socialno delo, kjer mi je njihov psiholog predlagal, naj pokličem na Društvo paraplegikov Celje. Takoj sem poklicala in se dogovorila za srečanje in

seveda sem vprašala tudi, kam naj pridem. Zamislite si, kako sem bila presenečena, hkrati pa mi je bilo nerodno, ko mi je glas na drugi strani povedal naslov, ki mi je prav dobro znan, saj živim čisto blizu. Ničkolikokrat sem šla tam mimo, pa nisem vedela, kje je. In to je porodilo v meni naslednje vprašanje: "Kdaj sem nazadnje videla koga v vozičku?" Prepričana sem, da sem videla, a nisem se mogla spomniti niti kdaj, niti kje. Sedaj, ko sem že dve leti na društvu, vidim vedno več ljudi na vozičkih in niti sanjalo se mi ni, da jih je toliko. Verjetno drži tisto, kar pravijo, da nekatere stvari vidiš šele tedaj, ko jih rabiš. Kasneje sem razmišljala, da sem se verjetno tudi podzavestno odločila za delo s funkcionalno oviranimi osebami, in sicer zaradi tega, da bi se znebila ene svoje lastnosti. Sem namreč takšen človek, da se obremenjujem glede malenkosti, glede popolnoma nepotrebnih stvari, ki človeku jemljejo preveč časa. In kdo bi me najlažje tega odvadil in mi pokazal, da se ne spleča. Kdo drug kot ravno te osebe. In res so me naučili ločevati med pomembnimi in nepomembnimi stvarmi.

Ko sem prišla na srečanje, me je sprejel Janez Hudej. Bil je zelo prijazen in vesel, ker sem prišla. To mi je dobro delo. Edino kar je bilo nenavadnega, je bilo to, da je bil zelo začuden, da sem prišla, saj se mu to še ni zgodilo in še niso imeli nobenega prostovoljca. Od takrat naprej pomagam predvsem pri športnih aktivnos-

tih. Tam sem spoznala veliko fantov, ki so predvsem dobre volje in me radi kdaj pohecajo. Sedaj se med njimi počutim že čisto domače. Vidim, da jim je zelo pomembno, da dosežejo dobre rezultate, prav tako pa jim je pomembno druženje po treningu. Lahko rečem, da lepo napredujejo, dosegajo vedno boljše rezultate in ob tej priložnosti bi jih tudi pohvalila in jim čestitala za vsak centimeter več, ki so ga pridobili z delom. Rada bi izpostavila Mikeca, in sicer zato, ker me je presunil s svojo zgodbo.

Pred kratkim so imeli tekmovanje v Nemčiji in med drugim je bilo tudi tekmovanje v vožnji z vozičkom na štiristo metrov. Čeprav še sama nisem verjela, da je šel, se ga je Mikec udeležil. Povedal je, da je že mislil, da ne bo zmogel. A ker so ljudje tako bučno navijali zanj in vzklkali njegovo ime, ker še verjetno niso nikogar videli, da bi se tako dolgo poganjal z eno roko, je prišel do konca. Neizmerno je bil vesel, ker tega še ni doživel, in res je potrdil pravilo, ki pravi važno je sodelovati in ne zmagati.

Na koncu bi samo še dodala, da me veseli delo prostovoljke na društvu, da uživam s fanti na treningih in si želim delati toše naprej. Upam, da so tudi oni zadovoljni z mano, da bomo dosegali vedno boljše rezultate in da bomo skupaj še kar nekaj časa.

ŠPORT IN REKREACIJA

ATLETIKA V LETU 2005

Za nami je še ena od uspešnih sezon.

Tekmovalci našega društva smo bili v letu 2005 zelo aktivni in uspešni.

Sodelovali smo:

V EKIPNEM TEKMOVANJU smo že osmič v desetih letih osvojili prvo mesto.

25. MARATON TREH SRC v Radencih, kjer sem bil Janez Hudej prvi in Vinko Hren drugi.

NA ODPRTEM TEKMOVANJU V ZAGREBU

je bil Henrik Plank v disku, krogli in kopju prvi, Branko Zupanc pa v disku četrti in v krogli in kopju tretji.

3. TEK BEVKE

Tu sem bil Janez Hudej drugi in Vinko Hren tretji.

NA MEDNARODNEM PRVENSTVU ČEŠKE

je Henrik Plank dosegel v disku šesto mesto in v kopju tretje.

Branko Zupanc pa je bil v disku in krogli četrti, v kopju pa drugi.

MEDNARODNI ŠPORTNI FESTIVAL V NEMČIJI

Zoran Štruclin v peteroboju četrti in v troboju voženj peti, Slavko Mikec v peteroboju tretji, v troboju voženj pa

je dosegel prvo mesto.
Branko Zupanc v peteroboju prvi in troboju voženj drugi.

ESPOO 2005 - EVROPSKO PRVENSTVO V ATLETIKI

Naše društvo je zastopal Henrik Plank. V disku in kopju je osvojil peto mesto, v suvanju krogle pa sedmo.

36. memorial prof. Bojana Hrovatina

Več o tekmovanju v posebnem prispevku.

Janez Hudej

ŠAH

Ljubitelji šaha JZ Štajerske smo se tudi v letu 2005 zbirali vsak ponedeljek od 13h - 16h v društvenih prostorih in igrali šah. S treningom smo pričeli takoj po novem letu in zaključili sredi maja, ko smo se udeležili jubilejnega Radejevega memoriala, ki ga je letos že desetič organiziralo Društvo paraplegikov Dolenjske, Bele Krajine in Posavja. Tekmovanje je potekalo v telovadnici OŠ Bršljin v Novem mestu. Udeležilo se ga je 27 šahistov iz osmih društev. Naše vrste je zastopalo pet članov, a nismo dosegli vidnejših uvrstitev. Zmagala je Mojca Gril iz Sevnice, ki sicer ni parapleginja, je pa nečakinja pokojnega Jožeta Radeja in se vsako leto udeleži memoriala.

Po poletnih počitnicah smo se ljubitelji kraljeve igre znova zbrali 19. septembra in nadaljevali s srečanji, ki se jih bolj ali manj redno udeležuje 7-10 članov. Poleg šahiranja čas izkoristimo tudi za klepet in debate o aktualnih novicah iz športa in politike.

Jeseni smo se udeležili še drugega tekmovanja, in sicer meddruštvenega šahovskega turnirja v organizaciji naših primorskih kolegov. Potekal je 28. septembra v hotelu Jama v Postojni. Udeležilo se ga je 18 tekmovalcev iz petih društev. Šahiralo se je posamezno in ekipno. Naše društvo so zastopali štirje člani. Najbolj se je izkazal Sandi Kandorfer, ki je zasedel 2. mesto med posamezniki. Zmagal je Franc Pinter iz Maribora, tretji pa je bil Vojko Gašperut iz Kopra. Med ekipami so bili najboljši Primorci.

Spomin je bolj neizbrisen kot črnilo.

Anita Loos

Druženja ob šahu vsem udeležencem veliko pomenijo, zato si želimo, da bi se nadaljevala tudi v prihodnje.

Jožica Kerč

RIBOLOV

Kljub nenehnemu slabemu vremenu smo tudi letos uspešno zaključili ribolovno sezono.

Na prvo tekmo smo se podali na Pragersko, **21.5.** Začetek je bil precej obetaven, saj smo ekipno zmagali. Ekipa je bila na vseh tekmah v postavi Antlejš, Centrih in Temnik.

Posamezne sektorske uvrstitve pa so bile: Centrih 2., Antlejš 3. in Temnik 4.

4.6. smo izpeljali državno prvenstvo v Brdinjah na Koroškem. Konkurenca je bila huda, kajti tekme so se udeležili vsi reprezentanti. Z rezultatom pa smo lahko kljub vsemu zadovoljni:

Centrih 3., Sovič 11., Ostojič 19., Temnik 21. in Mikec 26.

18.6. pa smo se zarana odpravili proti Novi Gorici, natančneje na Vogršček. To je bil edini ribolov, kjer nam je bilo resnično vroče. Uvrstili pa smo se: Centrih 2., Antlejš 4., Temnik 1., Ostojič 3. Ekipa je osvojila 2. mesto.

Radeče, **25.6.** Nivo Save so znižali, zato je bil ribolov nekoliko težji, a za našo ekipo ni bilo ovir, saj je ponovno premagala vso konkurenco. Posamezni rezultati pa so bili: Antlejš 2., Centrih 2., Temnik 2. in Sovič 5.

Lahovče, **9.7.** Začetek tekme je bil deževen in temu primeren je bil tudi ulov. Ekipa letos očitno ni imela prave konkurence, saj je ponovno zmagala.

Posamezno smo se uvrstili: Centrih 1., Antlejš 2., Temnik 3. in Ostojič 5.

Konjišče, **23.7.** Tu pa se je konkurenca že prebudila saj smo ekipno zasedli 3. mesto. Posamezno smo bili Antlejš 4., Centrih 4., Temnik 5.

Ponovno smo se zbrali na Brdinjah **6.8.**, kjer so bili Antlejš 1., Temnik 3., Centrih 5. Naš veliki up Mičo pa je osvojil prvo ribiško medaljo za 2. mesto, ekipa pa je ostala žejna.

Nekateri so pripravljeni, če je treba, tudi zažgati tujo hišo, da bi zase spekli jajca.

Francis Bacon

Brestanica, **4.9.** Ekipa je po dolgem času ostala brez pokala, a to ni ogrozilo našega pohoda na vrh državnega prvenstva v ribolovu. Posamezno smo bili Temnik 4., Antlej 7. ni imel sreče in je ostal brez ulova, Centrih 1. Prehodni pokal sem osvojil že drugič, zato je sedaj v moji lasti, za memorial Vlada Čurčija pa se bom moral boriti drugo sezono.

V sklopu zadnje tekme v ligi se je zaključilo 1. državno prvenstvo v ribolovu, ki ga je osvojila naša ekipa. Skupni rezultat posameznikov pa je sledeči: Centrih 2., Antlej 6. in Temnik 8.

Naslednjo sezono nas čaka trdo delo, da obranimo vse dobre rezultate.

Dober prijem.

Rudi Centrih



Uspešni ribiči.

DRUŠTVENA TEKMA V RIBOLOVU

Mirko presenetil favorite

Za konec sezone smo se ribiči odločili, da sklenemo uspešno ribiško sezono v Šoštanju. Društveno tekmovanje v ribolovu smo izpeljali ob jezeru v Šoštanju, kjer skrbi za ribiški zarod Ribiška družina Šoštanj.

Tokrat ima za izvedbo tekmovanja največ zaslug Matjaž Antlej, ki je izpeljal organizacijo tekmovanja in pridobil donatorje za priznanja in "likof". Matjaž je žal v veliki vlogi favorita na domačem terenu "pogorel". Toda presenetil je naš referent za socialno delo, ki mu je tik pred zdajci uspel ulov dovolj težkega krapa, ki mu je zagotovil prvo mesto.

Vrstni red tekmovanja je na koncu pripadal tekmovalcem, ki so bili med letom tudi najbolj zaslužni za osvojitve naslova najboljše ekipe za leto 2005 med paraplegiki v Sloveniji.

Vrstni red prvih treh:

Temnik Mirko je osvojil prvo mesto,
Centrih Rudi drugo in
Matjaž Antlej tretje mesto.

Najlepše se zahvaljujemo Ribiški družini Šoštanj, g. Jakupoviču direktorju firme RILE - servis izpušnih sistemov in katalizatorjev, g. Sermeku predstavniku podjetja Pokrivanje streh in ostrešij, Mesarstvu POZNIČ, Valentini in Vojku (Ribiška kočica - BAR TINA) ter našemu Matjažu.

Rudi Centrih



Prvi trije s pokroviteljema.

35. MEDNARODNI ŠPORTNI FESTIVAL - KRAUTHEIM

Tudi to leto smo se udeležili Športnega festivala v Krautheimu. V Laškem smo se zbrali Zoran Š., Branko Z. in moja malenkost Slavko M. ter šofer Brane P. Že na samem začetku smo vedeli, da bomo imeli težave z vstopom v kombi. Na srečo si je Branko Z. že nekaj dni prej ogledal Laško povprek in počez ter našel rešitev. S pomočjo škarpe zraven pokopališča smo se hitro in enostavno spravili v kombi ter odpeljali do Raven na Koroškem, kjer sta se nam pridružila Sebastjan B. ter njegov oz. naš spremljevalec Janez M. Pot smo preko Avstrije nadaljevali v Nemčijo vse do Krautheima.

V Krautheimu so nas vojaki nastanili v sobo, pravzaprav v učilnico, v kateri so bile vojaške postelje. Nato smo si ogledali okolico, stadion in poligon, kjer se je kasneje odvijala spretnostna vožnja z vozički. Med stadionom, poligonom in šolo je stal velik šotor, kjer so nam vojaki pripravljali hrano in stregli. Večerni program pa so nam popestrili z DJ-jem, karaokami in srečolovom. Prvi večer, v četrtek, smo poslušali otvoritveni govor in predstavitev tekmovalnega programa. V petek dopoldne smo imeli vožnje na 100, 200 in 400 metrov, Sebastjan pa je vozil formulo in nastopil tudi na 800 metrov. Takoj po kosilu se je nadaljevalo s peterobojem - 100 metrov, disk, krogla, kopje in nova disciplina, met kopja v cilj.

Ni hvala, je pa resnica, da sem že pri prvi vožnji na 100 metrov, nato pa tudi na 200 in 400 metrov požel veliko zanimanja in pohval, ker se vozim in tekmujem z eno roko.

Po končanem prvem dnevu so nas obiskali lastniki Porschejev iz bližnjega avto-moto kluba. Lepo je bilo videti 30 Porschejev, od malo starejših do najnovejših. Organizirana je bila tudi panoramska vožnja, žal pa se nismo mogli peljati vsi, ker nas je bilo preveč, avtov pa premalo.

Sobota se je začela s podelitvami voženj in peteroboja, nato je sledila spretnostna vožnja z električnimi vozički, popoldan pa še z navadnimi vozički. Za adrenalinski odmerek je poskrbela neka vrsta bungee jumpinga. Zoran, Sebastjan in Janez so šli brez strahu, jaz pa sem rabil kar nekaj časa, da sem se opogumil. Ko sem šel nazaj na voziček in trdna tla, sem bil bled kot stena. Prvič, zadnjič in nikoli več - ali pa nikoli ne reci nikoli.

Tako smo preživeli 3 dni v Krautheimu. Eni bolj, drugi manj zadovoljni smo se vrnili domov.

Slavko Mikec

POTAPLJANJE V LETU 2005

V letošnjem letu so se odvijale številne aktivnosti. Dvakrat smo se udeležili potapljanja na otoku Murterju, predstavili smo potapljanje ob občinskem prazniku v Kostreni, opravili prvi nočni potop v Fiesi, se potapljali v Piranu in Izoli in se udeležili eko akcije na Dravi.

V mesecu juniju smo se udeležili mednarodnega potapljaškega tabora na otoku Murterju. Tokrat so se nam pridružili tudi hrvaški paraplegiki. Kot ponavadi nam je ponagajalo vreme, vendar smo kljub temu opravili dva uspešna potopa. Še posebej mi je v spominu ostal drugi, ko sem se na svetilniku Kukuljari potopil na 16 metrov. Voda je bila sicer mrzla (16 stopinj), kar pa me ni pretirano oviralo. Franc Jožef je preizkusil tudi podvodni skuter. Prvič sem se iz vode dvignil ob sidrni vrvi in opravil preventivni dekompresijski postanek na treh metrih.

20. 8. smo se odpravili v Kostreno. Ob šesti uri zjutraj sem v Celju pobral Barbaro in dr. Eraka in odpeljali smo se proti Kostreni. Vinko je prišel kar iz Novega Grada. Pričakalo nas je lepo vreme in cel kup stopnic. Počasi smo si pripravili opremo in se podali v vodo.

Prva sva bila na vrsti midva z Vinkom. Za prvi dvig adrenalina so poskrbele stopnice, ki vodijo do vode. Po tako ozkih in zavutih stopnicah, me že dolgo niso nosili.

Sam potop je bil odličen. Na površini je bila sicer precej umazana voda, ki pa je z globino postala čista. Potopil sem se ob navpični steni na globino 20 metrov. Toliko rib na enem mestu še nisem videl, pa tudi sama stena je bila zelo zanimiva. Sam potop je trajal okoli štiri-deset minut.

Zvečer so se prireditve udeležili tudi lokalni politiki, ki so tekmovali v kuhanju brodeteta (ribja enolončnica). Čas je ob sproščenem vzdušju vse prehitro minil in odpraviti se je bilo treba proti domu.

2. 9. sem prvič izkusil nočni potop. Z društvenim kombijem smo se Vinko, Branko in Aleš podali proti Fiesi. V Ljubljani smo pobrali še Saša. Ob prihodu v Fieso nas je pričakala huda oseka. Pojavil se je strah, kako bomo

sploh prišli v vodo. Kasneje sta se nam pridružila tudi Barbara in David. Voda je začela počasi naraščati in ko se je stemnilo, smo se počasi odpravili pod vodo.

Nočni potop je čisto novo doživetje. Obdaja te trda tema, svetiš si z baterijo in barve pridejo precej bolj do izraza, kot ob dnevni svetlobi.

Voda je bila presenetljivo topla in privoščili smo si celih štirideset minut. Videli smo razne ribice, rakce, še najbolj zanimiva je bila majhna sipa. Branko je ni in ni mogel pustiti pri miru tako dolgo, da ga je ugriznila v prst in v morskih globinah je odmeval naš smeh.

Pospravili smo opremo, se sestradani ustavili še na večerji in se počasi odpravili proti domu.

10.9. so na reki Dravi organizirali ekološko akcijo, v sklopu katere je bil organiziran tudi plavalni maraton. Vinko in jaz sva se dopoldne potila v Celju na Hrovatinovem memorialu, popoldne pa sva že plavala v reki Dravi.

V vodo so najprej odšli potapljači, ki so čistili rečno dno, udeležence maratona pa so naložili na čolne in nas odpeljali proti štartu, ki je bil tri kilometre višje.

Pometali so nas v reko in začeli smo plavati. Drava je precej kalna reka, saj se v njej praktično nič ne vidi. Vinko je plaval v paru s Katarino, jaz pa z Brankom. Sprva sem imel nekaj težav, saj sem zaradi slabe vidljivosti plaval cikcak. Ko pa je postal tok nekoliko močnejši, ni bilo več problemov. Po približno pol ure plavanja smo priplavali na cilj. Na najine vozičke so seveda pozabili. Pustila sva jih namreč na ladjici, ki pa naju je še vedno iskala po reki, medtem ko sva bila midva že zdavnaj na cilju.



Potapljanje v Dravi.

Lahko rečem, da je ekološka akcija odlično uspela. Malo so počistili nesnago iz reke, na maratonu se ni nihče utopil, pa tudi lačni in žejni nismo ostali.

V mesecu septembru sem se zopet udeležil mednarodnega potapljaškega tabora v Jezerih na otoku Murterju. Udeleženci so tokrat prihajali iz Slovenije, Hrvaške in Bosne in Hercegovine. Za spremembo smo imeli tokrat čudovito vreme. Hrvaška policija nam je za dva dni posodila 14 metrski patroljni čoln KRAPANJ in tri zelo prijazne policiste, ki so nas vozili na lokacije potopov. Celotna ekipa je opravila 38 potopov na različnih lokacijah in globinah.

Sam sem se potopil enkrat na 16 in enkrat na 22 metrov. Vidljivost je bila odlična, morje prijetno toplo, življenje v njem pa zelo raznoliko.

S morskimi dobrotami nas je zopet razvajala družina Klarin, pri kateri smo bili tudi nastanjeni. Prijetni trenutki so vse prehitro minili in v nedeljo smo se odpravili proti domu.

Za letošnje leto lahko rečem, da smo končno postali pravi potapljači. Opravili smo celo kopico uspešnih potopov. Sašo se je potapljal na Kubi, Franc Jožef na otoku Korčula, Vinko v Piranu, Izoli, Fiesi in tako dalje. Srčno upam, da bomo tako aktivni tudi prihodnje leto in da bodo potapljaški centri v prihodnje bolj prilagojeni našim potrebam.

Aleš Povše



Potapljanje v morju.

ATV MOTORISTIČNA SKUPINA DPIŠ CELJE

V okviru Zveze paraplegikov so v celotnem letu 2005 potekala srečanja invalidov paraplegikov -tetraplegikov z ATV štirikolesniki. Iz našega društva sva se udeleževala le Marjan Romih in Vinko Hren. Imeli smo še enega motorista, ampak je obupal. Sedaj pa se že spet povečuje število v naši regiji. Nasploh so vsi v Sloveniji skorajda znoreli, ker nabavljajo te ATV-je kot po tekočem traku. Kako da ne bi, saj je to en del rekreacije, kjer doživiš mnogo lepih stvari in obiskuješ takšne kraje, ki jih na samem vozičku nikoli ne bi mogel. Mi smo imeli uradno pet zborovanj, od tega se je štirih večina udeležila. Imeli smo vožnje do stodvajset kilometrov dolge po brezpotjih makadama, blata, do prečkanja manjše reke. V Osilnici smo prečkali nevede ilegalno mejo, a smo se kar takoj tudi obrnili, da ne bi prišlo do kakšnih neljubih mejnih incidentov.

Vsa ta srečanja so bila finančno podprta iz strani zveze in društev, na katerih ozemlju smo se zbirali. Ker pa vsepovsod ni takšnega divjega terena, se sproti dogovarjamo in tu in tam se kdo raje odloči ostati v taboru. Prvič smo se zbrali v Ivančni Gorici pri Zajc Jožetu, drugič v Ljubljani pri Selih, v tretje smo bili v Osilnici. Tura je bila čez Goteniško goro do Loškega potoka. Četrta je potekala pri Gaberšek Ivanu, kjer smo prevozili Kope, Pesek na Rogli, Roglo in nazaj. Peto turo pa smo naredili pri Jožetu Bračonu v hribih Bognšperga in od vseh je bila zadnja tura najbolj mokra in umazana. Imamo še dosti planov za zборе in če kogarkoli zanimajo zbori ali motorji, jih tudi lahko preizkusite in se potem odločite, kateri je najbolj primeren za vaše potrebe. Na voljo smo vam tudi na društvu, tako da se lahko pogovorimo in damo informacije.

To bi bilo za enkrat vse pa prav lep motoristični pozdrav!

Vinko Hren

Tako imenovana smrt spravlja ljudi v jok, pri tem pa tretjino življenja prespimo, kar je podobno smrti.

George Byron



Na štartu.



Na cilju.

LEPI TRENUTKI

II. DAN BREZ VOZIČKA

V petek, 15.07., se je v sončnem in toplem dnevu zbralo skoraj sto ljudi, predvsem mladih, ki so na II.dnevu brez vozička spoznavali novosti na področju "premikanja" ljudi z okvaro hrbtenjače.

Zvezda letošnje prireditve je bil nedvomno Bugxter, last REHA Centra, ki ga je preizkusila večina udeležencev. Vozilo z dvema sedežema (eden ob drugem), ki je nekakšen hibrid med ATV (All Terrain Vehicle) in avtomobilom, je mogoče popolnoma upravljati z rokami in je odlično tudi za tiste, ki nimajo ravnotežja, saj se zelo udobno sedi v školjkastih sedežih.

Tricikel Costa firme Offcar z opremo Shimano deore xt, je bil javnosti prav tako predstavljen prvič. Tricikel je mešanica med olimpijsko formulo in cestno specialko "za ta žive". Poganjamo ga z vrtenjem krmila-balance in ima vse, kar imajo vrhunska cestna kolesa. Na krmilu ima zavore in 24 prestav, ki so kos vsakemu hribu. Stroj, ki bi ga z veseljem uporabljali tudi "ta živi" je iz zelo lahkih materialov in s svojo obliko, lego in okretnostjo na cesti, spreminja standarde, ki so veljali do sedaj.

Od ostalih vozil je bilo letos moč videti, čeprav le za kratek čas, tudi Fiata Dobla, ki ima rampo in povišano kabino in vse kar je potrebno za udoben prevoz osebe na vozičku.

V ostalih delavnicah smo predstavili potapljanje kot del rekreacije. Pod vodo je v popolni potapljaški opremi prve zavesljuje napravil Dušan, ki je bil zelo zadovoljen s svojim prvim potopom. Še bolj smo bili navdušeni mi, saj postaja potapljanje počasi nekaj "normalnega".

Ob obilni hrani in pijači je za prijeten zaključek poskrbelo Balonarsko društvo Vojnik, ki je v prirejeni košari dvigalo udeležence s topló zračnim balonom v večerno nebo.

Branko Ravnak

Smrt je izziv. Pravi nam, naj ne izgubljamó časa...Pravi nam, naj si drug drugemu takoj zdaj povemo, da se imamo radi.

Leo Buscaglia



Formula.



Alešu bolj odgovarja specialka.

GOLAŽIJADA MARIBOR 2005

V soboto 24.9.05 je društvo Severne Štajerske organiziralo zdaj že tradicionalno golažijado. Vabilo je prišlo tudi v naše društvo in z veseljem smo se odzvali. Nekateri kot kuharji, drugi kot pokuševalci. Piknik se je odvijal na strelišču za mariborskim društvom. Kuharji so se pričeli zbirati že okoli enajste ure dopoldan. Pripravili so gorilnike, kotle in seveda sestavine, potrebne za kuho, zavihali so rokave, prijeli za kuhalnice in začeli z delom. Pripravljali so različne jedi.

Zakonca Rančigaj iz našega društva sta se lotila govejega golaža, Franc Nerat - Brane je v kotlu mešal konjski golaž, Alfred Lasetzki se je kot vsako leto posvetil kuhi pasulja. Iz primorskega društva pa sta Alenka in njen Ljubo pripravila mineštro.

Za vse ostale, zbralo se nas je kar lepo število, je okoli druge ure popoldan napočil težko pričakovan čas pokušine.

Ko smo se že dodobra najedli, je predsednik "štajerskega" društva Vilibald Pepevnik z rahlo zamudo v kratkem govoru vse lepo pozdravil in se zahvalil predstavnikom drugih društev za udeležbo. Na koncu je sledila seveda še razglasitev najbolj okusne jedi, a smo bili brez razmišljanja sklepčni, da so zmagovalci vsi.

Hvala društvu Severne Štajerske za povabilo in pogostitev!

Barbara Gril



Velika mojstra kuhalnice zakonca Rančigaj.

SEMIČ 2005

Naš teden v Semiču je potekal tudi letos v septembru, kjer se nas je zbralo pet najbolj vztrajnih. Do petka, ko so prišli še vsi ostali košarkarjaši, smo pet dni uživali v Beli krajini vsak po svoje, nekateri v ribolovu, drugi na obiskih pri prijateljev, tretji s trim treningi, ostali pa smo bili kar v domu. Imeli smo kar nekaj dni dežja, tako da smo bili kar dodobra namočeni od zunaj, v Semiških gostilnah pa od znotraj, saj seveda mimo starih prijateljev pač ne moreš brez pozdrava, pa četudi traja do poznih jutranjih ur.

Ko je prispela ostala ekipa košarkarjev, tako da nas je bilo vseh skupaj trinajst, smo se dogovorili, kako bo potekal naš trening. Seveda se moramo zahvaliti našemu uspešnemu predsedniku Janezu Hudeju in gospodu županu Semiča Janku Bukovšku, da sta se dogovorila za koriščenje dvorane za te tri dni, kjer smo opravili kar štiri kvalitetne treninge, saj smo se pripravljali na vstop v ligo, kjer smo že par let izostajali zaradi premalo kvalitetnih igralcev pa tudi pomankanja volje.

Prav pohvalit je treba tiste, ki so skrbeli za zunanjo peko na žaru, in seveda vse tiste ki so se trudili in pomagali pri opravi kuhinjskih nalog, ker pač nismo bili v hotelu. Predlagam pa organizatorjem, da v bodoče le pripeljejo kakšno zdravo pomoč na lastnih nogah.

Sami treningi so potekali zjutraj ter popoldan in dostop do telovadnice je zelo otežen-neprimeren za invalida na vozičku, tako da se moramo zahvaliti vsem, ki so kakorkoli pripomogli pri uspešnosti ter izvedbi naših treningov. Nekateri smo se peš podajali do telovadnice, sam sestop-dostop po klancih dol in gor je bil že polovičen trening in tudi kar nevaren zaradi avtomobilov in klanca. Ko pa nas je dobil še dež na sredi poti proti domu, smo pa kar našega kolega Matjaža zapregli in njegov zadaj odprt karavan nam je služil za vleko in streho, tako da smo bili minimalno mokri. Bili pa smo velika atrakcija za domačine.

V upanju, da smo se dodobra pripravili na ligo ter da smo se imeli lepo, vas vse pozdravljam. Vidimo se naslednje leto.

Vinko Hren

Hudič v vsem svojem tulu nima puščice, ki bi ranila srce bolj kakor sladki glas.

Byron

JUGOZHODNI ŠTAJERC SE SPROŠČAJO

Trinajst članov našega društva je bilo v mesecu juliju na oddihu v Semiču.

Nekateri so tja prispeli z našim šoferjem Dominikom, ostali pa smo se pripeljali s svojimi osebnimi avtomobili. Po prihodu smo si takoj razdelili vloge. Glavni kuhar je bil Franci Rančigaj, ki je skrbel za naše trebuščke, njegova žena Sonja pa pekla sladice- okusne krofe in ostale dobrote. Pijačo smo kupili pri najbližjem sosedu-županu Semiča, saj nam je bila degustacija vina v njegovi kleti tako zelo všeč, da smo rekli, da brez takšne kapljice ne bo tako, kot bi moralo biti. Torej pijače in jedače nam ni manjkalo. Zvečer smo ga povabili na naš piknik, ki je trajal do jutranjih ur.

Naslednji dan smo se že zgodaj zjutraj odpravili na krajši izlet po Beli krajini. Obiskali smo edinstven primer v Sloveniji- Tri fare, tri cerkve na enem mestu. Tam nas je pričakal predstavnik dolenjskega društva in skrbnik treh far Jože Nemanič, ki nam je predstavil zgodovino teh treh cerkev. Od tod smo odšli na izvir reke Krupe.

Vsak dan v popoldanskih urah je potekal tečaj osnov računalništva, ki ga je vodil naš predsednik Janez Hudej. Tečaja se je udeležilo 5 članic.

Zadnji dan, v nedeljo smo bili povabljeni v nove prostore dolenjske regije. sprejel nas je predsednik društva gospod Jože Okoren. Razkazal nam je prostore, njegova žena in članice njihovega društva pa so nam pripravili odlično pogostitev.

Polni lepih vtisov smo se odpravili proti Štajerski.

Jože in Vesna

Zahvala!

Zahvaljujemo se Sonji, Vesni in Klavdiji za vso nesebično pomoč med bivanjem v domu paraplegikov v Semiču!

Janez Hudej

ŠVEDSKA KOZMETIKA

Konec meseca maja smo v hotel Union v Ljubljani bili povabljeni tudi paraplegiki iz našega društva. Firma Oriflame je predstavila naravno švedsko kozmetiko.

Oriflame je kozmetično podjetje, ki prodaja visoko kakovostne naravne izdelke za nego kože in kozmetične izdelke preko neodvisnih prodajnih svetovalcev in brez običajnih prodajnih kanalov.

Firma, ki je znana po celem svetu, nameni iz svojega dobička pomoč raznim revnim otrokom oziroma ljudem potrebnim pomoči. Letos so se odločili, da nabavijo in poklonijo našemu društvu 12 dresov za košarkarsko ekipo. Glavna krivca za to, da nam je firma Oriflame podarila drese, sta Boris Luzar in Bojana, direktorica prodaje.

Prireditve je povezovala nekdanja miss Slovenije, zdaj pevka Rebeka Dremelj. Med nastopajočimi je bil tudi Jan Plestenjak z Evo in manekenke, naličene s kozmetiko Oriflame. Na prireditvi, ki se je odvijala v večernih urah, je bilo zelo zabavno in hkrati koristno za naše društvo. Zahvaljujemo se za povabilo, lep večer in drese, ki so jih naši košarkarji prejeli že med samo prireditvijo prejeli. Dvorano smo zapustili z lepimi občutki, na Janovo lepo pesem, ki pravi. Iz pekla do raja, vendar življenje ni ne pekel ne raj.

Rančigaj Franc in Sonja



Vedno lepši in lepši.

POLETNO SREČANJE

Srečanje paraplegikov jugozahodne Štajerske v Gornjem Gradu.

Predlog za letošnje srečanje, ki je bilo na dan 11. junija 2005 je dal naš član, domačin Tiršek Gorazd, ki je s pomočjo občine Gornji Grad, Doma starejših občanov, mladincev in kulturnega društva srečanje tudi organiziral in izpeljal.

Gornji Grad leži v čudovito lepi kotlinici v predgorju Savinjskih Alp pod Menino planino. Ponaša se s prelepo katedralo, zato se je večina strinjala, da se je srečanje tistega dne odvijalo ravno v tem kraju. Da bi se srečanja lahko udeležilo čim več članov, ki nimajo svojega prevoza so bili na voljo kar trije kombiji. Zbrali smo se v dopoldanskih urah na prireditvenem prostoru med katedralo in občino, kjer nam je dobrodošlico v pozdravnem nagovoru zaželel sam župan Gornjega Grada gospod Toni Rifelj.

Večina članov se je odločila za ogled katedrale. Gospod Janez Mavrič nam je razložil nastanek samostana in pa izgradnjo cerkve. Kdor je skrbno poslušal, je veliko izvedel o zgodovini cerkve in načinu življenja. Ko je gospod Mavrič odklenil cerkev, se je pokazalo, da cerkev res krasijo lepi oltarji, poslikave in freske s častljivimi letnicami. Po ogledu notranjosti katedrale z največjo prostornino v Sloveniji smo se vrnil na dvorišče, ker je že dišalo po jedeh iz žara. Ni manjkalo dobrega domačega kruha in peciva. Seveda tudi brez pijače in glasbe ne gre.

S svojimi tehničnimi pripomočki, ki jih člani potrebujejo za lajšanje posledic paraplegije in tetraplegije, se je predstavila tudi firma Reha iz Ptuja.

Poleg ostalih proizvodov firme Reha je posebno zanimanje privabil tudi športni tricikel z vrtljivimi pedali in prestavami.

Dan smo si popestrili še s tekmovanjem v metanju pika da. Najboljša med ženskami je bila Marja, med moškimi pa Roman. Srečanje je minilo družabno in končalo se je tudi s plesom. Potem smo šli vsak na svoje domove z lepimi spomini na Gornji Grad.

Franc in Sonja Rančigaj

Užival na kolesu.



Na nogah glavni organizator.



Strop katedrale.



RAČUNALNIK V PRAVE ROKE

Vili Gutman je postal pravi mojster z delom na računalniku

Verjetno se še spomnite, da smo vse člane obvestili, da imamo v društvu rabljene računalnike. Presenetil nas je slab odziv. Takrat smo razpolagali le s štirimi računalniki, s pomočjo katerih smo opravili tudi začetni tečaj iz računalništva. Ravno v tistem času pa je predsednik Zveze paraplegikov Slovenije na Zavodu za zdravstveno zavarovanje dosegel sklep, da rabljeno računalniško opremo podarijo društvom paraplegikov. Prejeli smo večjo količino računalnikov, ki smo jih razdelili med naše člane. Enega izmed njih smo pripravili za Vilija Gutmana, tako da smo nabavili multimedijško tipkovnico in posebno miško, s pomočjo katere bi lahko računalnik čim lažje upravljal.

Iskra v njegovih očeh je govorila, da je bil računalnika zelo vesel. Njegova mama pa nam je zaupala, da se mu je izpolnila dolgoletna tiha želja. Kljub temu da Vilija poznam kot bistrega možakarja, ki dobro obvlada zapletene elektronske naprave, sem le bil nekoliko v dvomih, če bo lahko računalnik koristno uporabljal.

Moji dvomi so bili odveč in ob naslednjih dveh obiskih mi je bilo kar nerodno, da sem imel pomislke. Njegov računalnik je preprosto obstal, ker je bil preveč poln podatkov in programov. Postal je njegov prijatelj, krajša mu dolge popoldneve in večere in se ne loči od njega. Z njegovo pomočjo posluša glasbo, gleda slike in filme, igra igrice in zaupal mi je, da se tudi kakšne "risanke" ne brani. Toda ambicioznemu Viliju je bilo tudi to premalo, hotel je korak naprej in nas je prosil, da mu pomagamo pridobiti dostop do interneta.

Danes je Vili povezan v svetovni računalniški splet in lahko mu tudi pišete na naslov: vili.gutman@guest.arnes.si.

Prepričani smo, da je računalnik v tem primeru prišel v prave roke. Žal nam je le to, da njegove zmogljivosti kmalu ne bodo zadostovale Vilijevim potrebam.

Janez Hudej

Ljubezen je vse. Je ključ življenja in njeni vplivi poganjajo svet.

Ralph Waldo Trine

Življenje v vsej svoji polnosti pride samo ob veliki ljubezni.

Elbert Hubbard

KULTURA

PREDSTAVA, DA TE KAP

Ne vem točno, pri kom sem si sposodila ta rek, vendar je zelo ustrezen. Opisati vam namreč nameravam predstavo, ki so jo prikazali šaolinski menihi v hali Tivoli. Čeprav je dogodek že malce odmaknjen in je o njem bilo dovolj napisanega v časopisih, je prav, da nekaj besed preberete tudi v našem Koraku.

V Ljubljano smo se odpeljali 8. maja in v že polni dvorani komaj našli primeren prostor za vozičke. Z veliko nestrpnostjo smo pričakali začetek predstave. Zasnovana je bila podobno kot učna ura. Z žametnim glasom nas je slovenski pripovedovalec vodil od točke do točke in nas seznanjal z zgodovino šaolinskih menihov in njihovim načinom razmišljanja in življenja. Kot večina vzhodnjaških filozofij je tudi njihova povsem drugačna od naše zahodne, moderne.

Šaolinski menihi prihajajo iz Kitajske, iz province Henan, ki leži 700 km JZ od Pekinga. Prebivajo v samostanu, ki ga je pred 1500 leti ustanovil indijski menih Tamo. Življenje teh menihov je zelo specifično, saj že od otroških let s posebnimi treningi in meditacijo usposablja svoje telo in duha v popolno skladnost in harmonijo. Njihovo življenje je posnemanje narave, opazovanje, razmišljanje in učenje. Nič jih ne ganejo naše posvetne stvari, ki se nam zdijo tako pomembne, in potrošne dobrine, za katerimi hlastamo, zlahka pogrešajo.

Postati šaolinski menih sploh ni preprosto. Tisti, ki doseže vrhunec koncentracije in telesne sposobnosti, postane učitelj in svoje znanje posreduje naprej novemu učencu. Sam izbere otroka in ga dolga leta vodi, usmerja, izobražuje, trenira in uči. Predstavo sta vodila nadvse prikupen šestletni deček in njegov starejši učitelj, ki je nosil na hrbtu že kar veliko desetletij. Vsak življenjski

nauk, ki ga je učitelj posredoval dečku, svojemu učencu, so nato prikazali mladeniči in s svojimi telesnimi sposobnostmi dokazovali, da trdo delo, vztrajnost, zagnanost, vera, zaupanje resnično lahko premagujejo vse ovire in spreminjajo nemogoče v mogoče. Pri nekaterih življenjsko nevarnih točkah smo zadrževali dih, pri nekaterih šaljivih smo planili v smeh. Spretnost rokovanja z različnimi orožji pa tudi s čisto preprostimi rečmi, kot je npr. vrvica, nas je očarala. In mali deček je bil povsem enakovreden svojim starejšim vzornikom. Povedati je treba tudi to, da iz šaolinske tradicije izhajajo mnoge vzhodnjaške borilne veščine, med njimi tudi kung fu. Uporabiti se smejo izključno za obrambo, kar je nenapisana zapoved šaolinskih vaj.

Ob koncu predstave smo bili kar malce brez besed. Vsak zase je premleval tisto, kar je videl. Na tihem sem se vprašala, kako lahko zdržijo leta dolgo (od 15 do 20 let traja urjenje in usposabljanje) asketsko življenje, ki je prežeto z duhovnostjo, prilagajanjem in učenjem. Morda je odgovor v tem, da srečo najdemo v sebi, v življenju, ne v stvareh in rečeh. Mislim, da je poslanstvo predstave teh neverjetnih ljudi ravno v tem, da bi nas naučili ceniti vrednote, ki jih nosimo skrite v sebi in se jih ne plačuje z denarjem.

Marja Šerbela Rupnik



Predstava, da te kap.

ŽENITNA MEŠETARKA

Ko že prebiramo dnevne novice, zasledimo različne, od dobrih in slabih, od spletk in mešetarjenja.

Kako v živo doživiš mešetarjenje, smo se članice društva prepričale z ogledom komedije "ŽENITNA MEŠETARKA" v letnem gledališču Studenec pri Domžalah, ki jo je izvedlo Kulturno društvo Miran Jarc-Škocjan pri Domžalah.

V družbi edinega predstavnika moškega spola, to je šoferja g. Dominika, in nevihte, ki nas je pospremila od doma, smo se odpeljali proti Domžalam. Nevihta se je kmalu umirila, dobra volja pa je bila na višku ob ogledu komedije. Nastopali so znani igralci, kot so Franc Pestotnik, Jure Sešek, Pija Brodnik in ostali.

Kulturno društvo Miran Jarc-Škocjan pri Domžalah že vrsto let v svojem letnem gledališču Studenec navdušuje gledalce v predstavah, ki jih režira g. Alojz Stražar. Vredno ogleda! Tudi ostalim članom priporočam, da si naslednje leto ogledajo njihove predstave.

V imenu Marjane, Veronike, Julije in njihovih spremljevalk se zahvaljujemo društvu in šoferju g. Dominiku.

Julija Belinc



Uživali so na predstavi.

NORMA FEST 8 ALI "JAZ SEM TA BISER NAŠEL KAR V SEBI"

Nekega večera me je poklicala gospa Vlasta Dolenc Rebek iz Brja pri Ajdovščini, predsednica društva animatorjev NORMA iz te kraške vasice. To društvo vsako leto prireja ustvarjalno srečanje literarnih in likovnih ustvarjalcev, članov invalidskih društev v Sloveniji.

V roke je dobila mojo knjigo pesmi Pogled v sanje in je želela oziroma nas je povabila, da se z nekaj člani udeležimo omenjenega srečanja na njenem domu v Brjah pri Ajdovščini, katerega slogan je "Jaz sem ta biser našel kar v sebi ..."

Tako smo se 13. septembra v še lepem vremenu z našim kombijem odpravili na Primorsko. Prizorišče srečanja smo brez težav našli.

Ko sem zagledala Nanos in značilno kraško pokrajino ter kraške hiške, sem v sebi začutila bližnje morske sapice, saj sem bila že blizu morja, ki ga imam tako rada. Zaradi lepih dni, spominov, neskončnosti zблиževanja vode in neba.....

V programu je bila literarna delavnica in likovna delavnica Ex tempore- Kar mi slika govori...Srečanje je neposredno spremljal radio NOVA.

Ob prisrčnem sprejemu, kjer je bila kamnita kraška miza polna dobro, smo se srečali stari znanci in spoznali novi prijatelji.

Sama sem sodelovala v literarni delavnici, kjer nam je prof. Ivana Slamič predstavila življenje in delo pisatelja Danila Lokarja, doma iz teh krajev. Tukaj je bil doma tudi nedavno preminuli direktor Kinoteke v Ljubljani Silvan Furlan. Po končani predstavitvi smo se z vmesnim predahom predstavile pesnice in brale svoje pesmi v sodelovanju z radijskim predstavnikom

Medtem so naši slikarji vneto slikali vsak svoj motiv. Res je neverjetno, kako lepe stvaritve se lahko porajajo s čopičem v roki ali v ustih naših slikarjev.

A čas je tako kot vedno, ko je lepo, prehitro tekkel.

Proti večeru smo se odpravili domov, saj nas je čakala dolga pot. Konec koncev smo bili edini iz štajerskega konca.

Mislim, da smo vsi doživeli čudovit po primorsko obarvan dan.

Prijetno utrujena sem se vrnila domov, še nekaj časa sem bila pod vtisom gostoljubne kraške vasice, obkrožene z vinskimi trtami, celo fige, moje najljubše sadje, so že dozorele.

Gordana Kitak



Gordana ob svoji knjigi.

UMETNOST IN USTVARJALNOST

V dnevnem časopisju vsak dan zasledim objave najrazličnejših kulturnih dogodkov in si pogosto zaželim, da bi bila vsaj kakšnega deležna. Ljubljana, Maribor, Celje, Jesenice in še nešteti kraji v naši deželici venomer ponujajo predstave, razstave, animacije, gostovanja in kaj vem, kaj še vse, kar vabi ljubitelje besede, zvoka ali slike. Največkratmi ne ne preostane drugega kot tolažba, ki zveni nekako takole: toliko sem že zamudila, pa se svet ni podrl, če bom še tole, se pa tudi ne bo. Prav zato pa mi je v pravo veselje in uteho sodelovanje v

likovni sekciji naše Zveze. O delovanju in prizadevanju članov likovnikov lahko preberete v Paraplegiku, saj se likovne delavnice in razstave kar vrstijo. Iz naše regije se teh dejavnosti udeležuje Branko in kadar je le možno, grem zelo rada z njim. Srečanja z ostalimi slikarji so vedno zelo prijetna in vsakokrat doživim kaj posebnega.

Letos sem bila prisotna na treh delavnicah in sicer spomladi v Tolminu, koncem poletja v Slovenskih goricah in na začetku jeseni na Notranjskem. Tako spoznavam našo deželo, saj se marsikdaj vozim po krajih, ki jih poznam le z zemljevida, kar pa je še bolj pomembno, spoznavam nove prijatelje, nove paraplegike, ki se iščejo v likovni umetnosti. Malo sem kar presenečena, ko spoznavam, koliko volje in ustvarjalnosti je v ljudeh in navdušena sem, kako so vztrajni, delovni in iznajdljivi, da uresničijo del svojih hotenj in želja. Na vseh teh likovnih delavnicah nastaja množica novih del v različnih tehnikah in različnih motivov. Ko si ogledujem slike eno za drugo, me grejejo prav v srce. Vidim, kako nastajajo, kako si slikarji pripravljajo platna, barve, čopiče, kako s strahom povlečejo prve poteze. Nato pozabijo na ves svet okrog sebe, pred očmi je le podoba, ki je samo njihova, ki jo ustvarjajo na podlago in je z vsakim zamahom čopiča bolj resnična in vidna. In po nekaj urah dela se nenadoma počutijo izčrpane, utrujene, kot bi prevozili z vozičkom kilometre poti. Ogledujejo si slike, drug drugega bodrijo ali pokritizirajo, predvsem pa si izmenjujejo občutke, izkušnje in mnenja. In na tak način bogatijo sebe in druge in tudi mene. Vsaka slika izžareva nekaj malega avtorja samega in čeprav vse izgleda prav lahko, vem, da ni tako. Poskusila sem slikati že sama, pa mi ni prav uspelo. Morda ravno zato še toliko bolj občudujem vse, ki se trudijo in uspevajo in mi pomeni njihova ustvarjalnost tisto umetnost, o kateri rečemo, da bogati in plemeniti življenje.

Če sem se na teh srečanjih kaj naučila, sem se tole: počnite tisto, kar vas osrečuje, kar vas bogati, kar vam daje občutek nečesa pomembnega. Vse, kar ustvarite s svojimi rokami, s svojim navdušenjem, s svojo idejo in svojo prizadevnostjo, bo nosilo v sebi kal, ki bo rasla z vami in vam osmisljevala življenje. To je umetnost in takšno jo občutim jaz.

Marja Šerbela Rupnik



Tako nastaja Brankova umetnina.

IZOLA

Bil je čudovit spomladanski dan.

Sonce.

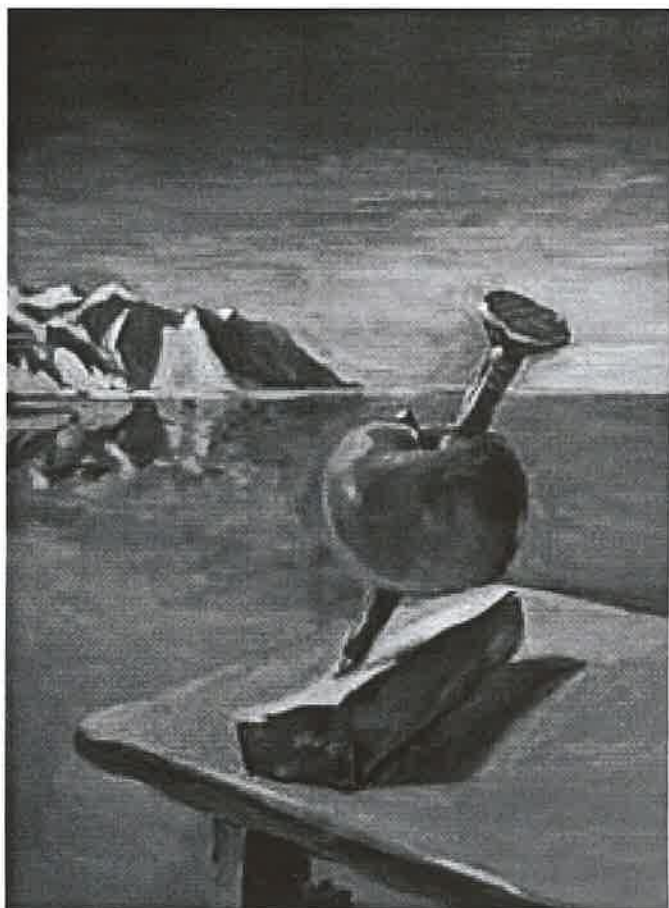
Morje.

Obala.

Refošk.

Mandoline

in enkratne neponovljive slike Branka Rupnika na samostojni razstavi v Izoli.



DANDANES:olje 50x70 cm

V oblikovno dognanih slikah Branka Rupnika opazamo zadnje čase večje vsebinske premike: od fantastičnih arhitekturnih krajin do prikazanih kompozicij, ki s pojavom novega motivnega člana, jabolko dobiva simbolični pomen. Jabolko je od nekdaj predstavljalo simbol spoznanja in obnavljanja. Lahko pa dobi negativen prizvok, če ga slikar, kot kaže njegova slika, prebode z železom. Rupnikova, v sliki predstavljena arhitektura cerkve, ni statična. V izrazito diagonalno zasnovani kompoziciji jo slikar dinamično usmerja k nevidnemu transcendentnemu cilju.

Likovni zgodovinar dr. Cene Avguštin



MARJA:pastel 50x35 cm



AKT II:pastel 50x70 cm

absorbira iz črevesnega lumna. Torej je namen dodajanja glukoze in soli napitkom ne le ta, da telesu nadomesti manjkajočo energijo in natrij, temveč s takim napitkom tudi hitreje nadomestimo vodo.

VRSTE NAPITKOV:

Pri sestavljanju napitka se moramo najprej vprašati, kaj športnik najbolj potrebuje - vodo, sol ali oboje.

Raztopina, v kateri je 2 do 2,5% glukoze, povzroči najhitrejšo absorpcijo natrija in vode iz lumna črevesa. Večje količine glukoze bi povzročile osmolarno drisko, manjše pa manjšo absorpcijo vode in elektrolitov. Količina natrija naj ne bi presegla 90 mmol/l. Priporočajo pa le do 20 mmol/l kalija v napitku. Ob tem pa velja, da ob ustreznih prehrani in pri ne preveliki izgubi znoja športnik potrebuje le napitke, ki hitro nadomestijo vodo v organizmu.

Napitek za hitro nadomestitev vode po Costillu:

25 g glukoze

1,5 do 2 g kuhinjske soli

do 1 liter vode

žlica limoninega soka za izboljšanje okusa

temperatura napitka okoli 4°C

Pije naj: 100 do 200 ml/15min in/ali 400 do 500 ml napitka 10 do 15 minut pred telesno obremenitvijo (od zelo soparnem vremenu).

Navadna voda

Kadar želimo le pogasiti žejo, nadomestek vode in soli pa je le drugotnega pomena. Vodi lahko dodamo žlico limoninega soka za izboljšanje okusa (žlica/100 ml vode).

Napitek za hitro nadomeščanje soli:

To je napitek, ki vsebuje okoli 200 mOsm/l kuhinjske soli. Tak napitek se najhitreje sprazni iz želodca in organizmu tudi najhitreje ponudi sol in vodo. Je pa to napitek slanega okusa, ki lahko sili na bruhanje. Podoben napitek, ki pa ne sili na bruhanje, je mornica (razredčena morska voda), ki organizmu ponudi zelo veliko rudnin, s kalijem in magnezijem vred.

Slatine

Slatine so za športnike in rekreativce zelo primerne, če zaradi prevelike količine ogljikovega dioksida ne povzročijo napenjanja in driske.

Mineralne vode ponudijo organizmu skoraj vse za živl-

jenje pomembne prvine. Z njo lahko koristno dopolnimo posamezne prvine v dnevnem obroku oz. tudi večji del z znojem izgubljenih snovi (F, J, Ca, Mg, Fe, Zn,...), pomemben pa je tudi režim pitja mineralne vode.

Brezalkoholne pijače iz žit

V prehrani športnika in rekreativca so pomembne zato ker so obenem ogljikohidratni napitek z veliko vitaminov B kompleksa in rudnin (zlasti kalija in magnezija). Sestava ogljikovih hidratov v tem napitku je taka, da se energijska hranila izredno hitro izprazni iz želodca in absorbirajo v kri. Tak napitek po treningu hitro nadomesti vodo in ogljikove hidrate, poleg tega pa daje športniku tudi veliko kalija, magnezija in vitaminov b kompleksa, ki jih potrebuje za presnovo ogljikovih hidratov.

Umetno pripravljene napitki

Poslužujemo se jih le v izjemnih primerih, ko športnik izgublja večje količine tekočin.

Po športu potrebuje telo osvežitev, tako kot tudi mineralne snovi. Izotonični napitki obljublajo vse to. Napitki kot Powerade, Gaterode, Isostar itn. dajo telesu spet nazaj tisto, kar je izgubilo med treningom ali pri telovadbi. Vsaj obljublajo tako. Ampak testi so pokazali nekaj povsem drugačnega. Energetski napitki so prava goljufija.

Res je, da vsebujejo pomembne mineralne snovi kot so kalcij, magnezij in kalij - vendar veliko preveč ali pa premalo. Testi so pokazali slabe rezultate. Posebni športni napitki so povsem nepotrebni. Tudi strokovnjaki za prehrano ne priporočajo pitja športnih napitkov, namesto tega pa priporočajo predvsem mineralno vodo, ki vsebuje dosti natrija in magnezija.

Pri gaziranih pijačah moramo paziti na količino sladkorja, ki ga vsebujejo, ker prevelik delež sladkorja upočasni sprejem tekočine v telo. Zato pa preveč gosti napitki tudi niso primerni kot športni napitki. Dodatnih vitaminov v napitkih ne potrebuje noben športnik, ker pri potenju telo ne izgubi skoraj nič vitaminov.

Od vseh žalostnih besed, izgovorjenih in napisanih, so najbolj žalostne naslednje: lahko bi bilo...

John Greenleaf Whittier

VPLIV VREMENA IN PODNEBJA NA PITJE TEKOČIN:

Hladno vreme poveča apetit, vročina in soparno vreme pa ga zavreta. V mrzlih ali vročih klimatskih razmerah se telesna aktivnost zmanjša in s tem tudi energijska poraba. Pri tem ni pomembna samo zunanja temperatura ozračja, temveč tudi vlažnost, sevanje, veter, telesna aktivnost in obleka. Obleka športnika mora biti čim lažja, tanka, ohlapna, zračna in se ne sme preveč tesno prilegati telesu, kajti le takšno oblačilo omogoča hitro oddajanje telesne toplote.

Če športnik trenira ob visoki temperaturi in vlažnosti zraka, so potrebe po vodi in soli zaradi močnega znojenja večje. Enako velja tudi ob suhem vremenu, ko je temperatura pod zmrziščem, saj se takrat izgublja veliko vode preko pljuč.

Kadar športnik trenira v vročini, mora ohranjati optimalno hidracijo organizma, sicer lahko pride do vročinskih poškodb. Da ne bi prišlo do pregretja organizma, naj športnik ne trenira med 9. in 16. uro. Ker občutek žeje zaostaja za dejansko izgubo tekočine, je v izrednih vročinskih okoliščinah dobro popiti več tekočine, kot jo narekuje občutek žeje.

Poleg vode je ob močnem znojenju potrebno nadomeščati tudi sol.

Ob prilagajanju na biotplotni stres je priporočljivo dodajanje vitamina C ali naravni sadni sokovi.

Po seminarski nalogi Neže Strniša na MF Ljubljana priredil Alojz Strniša

SOCIALA

AKTIVNOSTI

Na domu smo obiskali 30 naših članov, ki se niso udeležili naših srečanj, ali nekaterim je to onemogočala bolezen. Ob obisku smo jim izročili simbolično darilo.

V domovih upokojencev imamo 5 naših članov. Pri vseh so bili opravljeni obiski. Ob koncu leta jih bomo obiskali in ustrezno obdarili. Opravljeni so bili tudi prevozi na obnovitveno rehabilitacijo v Zdravilišče Laško in Čatež.

V bolnišnici je bilo 6 naših članov in vse smo obiskali.

SPREJEMI NOVIH ČLANOV

Sprejeli smo tri nove člane in to so Skarlovník Robert, Brezlan Anton, Šafrań Dušan.

PRENEHANJE ČLANSTVA

V letošnjem letu sta umrla dva naša člana, in sicer KUHAR EDI 25.02.2005 in VOGA JURE 10.10.2005. Bili smo na pogrebu in darovali sveče.

NEVRAČLJIVE SOCIALNE POMOČI

Nevračljive socialne pomoči so bile dane za nakup avtomobilov, predelavo avtomobilov na ročno upravljanje, za ureditev sanitarij, za ortopedske in tehnične pripomočke in pomoči v stiski

Razdeljenih je bilo 18 socialnih pomoči.

POMOČ PRI ŠOLANJU ČLANOV

Trem našim članom, ki se šolajo, smo dali pomoč za nakup učbenikov.

Do 6. 10. 2005 je bilo razdeljenih 21 nevračljivih socialnih pomoči v znesku 900.000,00.

Mirko Temnik

Zakaj se izogibamo samoti? Ker je le malo ljudi zadovoljnih v družbi s samim seboj.

Carlo Dossi

DOŽIVETJE ARABSKEGA SVETA

DJERBA

Pisalo se je leto 2003, ko sva prvič brala o čudovitem Odisejevem otoku. Že takrat sva se odločila, da si bova ta svet nekega dne tudi v živo ogledala. In res sva se hladnega februarkega dne odločila, da obiščeva agencijo, in se o vsem potrebnem pozanimala. Kar so nama povedali vodiči na agenciji, nama je bilo zelo všeč in 14. aprila sva z letalom Tunis air - a poletela v vročo Afriko. Že pogled z letala je obetal počitnice v čisto drugačnem svetu, kot ga pozna. Vsepošvobod le pesek in rjava sušna pokrajina. Ko so se vrata aviona odprla, je v nas butnilo prijetnih 26 °C.

Na letališču so nas nato pričakale prijazne vodičke in nas napotile do avtobusov, tu pa sva naletela na prvo težavo. Kako spraviti 1.9 m visokega tetraplegika na visokopodni avtobus po ozkih, strmih stopnicah? No, z veliko truda in nekoliko godrnjavim šoferjem nam je le uspelo izpeljati akcijo. Pot nas je nato popeljala po prašnih sončnih cestah do našega hotela. Z velikim pričakovanjem sva vstopila v hotelsko avlo, kjer nas je čakal osvežilni koktejl, nato pa so nas razporedili po sobah.

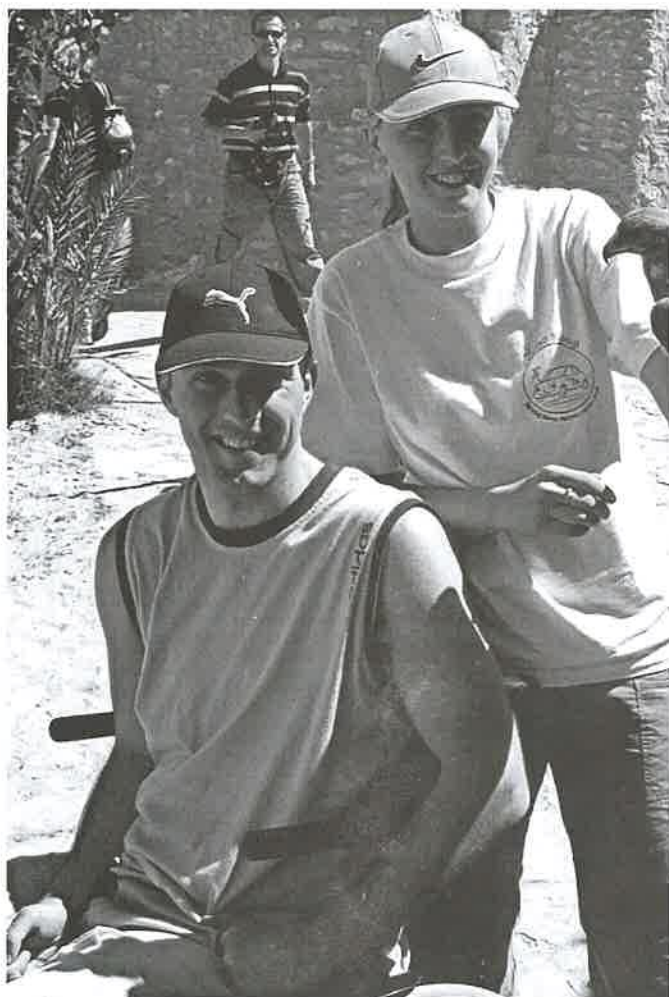
Še vedno rahlo skeptična sva pokukala v sobo, vendar so se dvomi razblinili takoj, ko sva zagledala skoraj 1,5 m široka vrata. Preverila sva še kopalnico in ko sva se prepričala, da je res vse tako, kot so nama obljubili, sva končno začela uživati najine počitnice.

Prvi dan sva se razgledovala po hotelskem kompleksu in okolici, hkrati pa skušala ugotoviti, kaj naj počneva z belo kartico, na kateri piše ALL. Ko sva ugotovila, da lahko z njeno pomočjo pijeva in jeva ob vseh mogočih ter nemogočih urah, sva hitro zdirjala na pijačo in po nekaj plastenk vode. Vode iz vodovoda tam res ni priporočljivo piti, da vas ne obišče kakšna trebušna neprijetnost, pa tudi okus ni ravno po naših standardih. Vodo na otok namreč dovajajo po ceveh s celine ali pa razsoljujejo morsko vodo, kar pa ni ravno za naše razvajene žledodčke.

Že prvi dan sva spoznala, da se bova morala arabskih trgovcev otepati na vsakem koraku, ker so nama skušali prodati vse, kar jim je prišlo pod roke: od raznih pokrival, palmovih sadik, izletov s konji in kamelami, razne školjke, posodo in še marsikaj drugega.

Ves naslednji teden sva si ogledovala lepote in znamenitosti Djerbe ter Tunizije. Na voljo smo imeli pet izle-

tov, seveda vse za doplačilo. Odločila sva za potepanje po Tuniziji, obisk krokodilje farme in muzej tunizijske kulture, na ogled Djerbe pa sva se popeljala kar s štirikolesniki, ki sva jih odkrila nedaleč od hotela. Izlet po Tuniziji nas je vodil najprej čez stari rimski nasip, ki povezuje otok s celino. Prvi postanek je bil na slanjem jezeru, bolj rečeno v slani puščavi, ki je le še ostanek nekdanjega morja. Tam smo si nabrali nekaj kamene soli, puščavskih rož, ki tam nastajajo, pa nismo našli - so namreč 2 - 3 m globoko, nihče pa se ni spomnil na lopato.



Turist Bogdan s spremljevalko.

Med vožnjo je mimo nas bežala rjava pokrajina, tu in tam posejana z bodečim grmovjem, kaktusi in kakšno palmo. Šoferji džipov so nas nato zapeljali tudi po peščenih sipinah, ki jih je ustvaril veter, in samo njihovi spretnosti za volanom se imamo zahvaliti, da se nismo prevrnili ali zakopali v pesek.

Pot nas je nato vodila na tržnico začimb in dišav v Tatuine, kjer se je začelo pravo trgovanje in pregovarjanje o cenah. Seveda so vsakega od nas prefrigani Arabci "prenesli okoli" in nam lagali, kako poceni so nam prodali robo (samo za Slovenijo), poleg tega pa so nas tudi zmerjali z "grose bandit" in z lopovi, ker jih bomo spravili do bankrota.

Ko so nas olajšali za nekaj denarja, smo se napotili proti berberski vasici Chenini, kjer živi peščica prvotnih prebivalcev Tunizije - modrooki in oranžnolasi Berberi. Domovi, vklesani v živo skalo, jim še danes služijo za streho nad glavo. V bližini vasice smo nato pojedli tudi pravo tunizijsko kosilo - veliko kuskusa, kuhane zelenjave, nekaj malega mesa in zelo dobrega hrustljavega kruha. Najboljše je seveda prišlo na koncu; sladica gazelji rog, ki se je ne da opisati in jo morate enostavno poskusiti.

Po kosilu smo se usmerili v Ksar Hedado - mesto, v katerem je George Lucas posnel 1. epizodo Vojne zvezd. Tam se nama je po glavah in rokah sprehodil tudi udomačeni sokol.

Na poti proti hotelu smo se ustavili še na tržnici v mestu Medenine, nato pa se odpravili nazaj na Djerbo. Našo pozornost so pritegnile zanimive bencinske črpalke; med dvema sodoma je bila postavljena dolga deska, na njej brez vsakršne zaščite pred soncem cela vrsta 5 in 10 L kant z bencinom. Za ceno se je bilo potrebno seveda pogajati.

Kot že rečeno, sva se en dan tudi sama odpravila na potep po Djerbi s štirikolesniki. Ker sva se oba stlačila na enega, sva dobila tudi nekaj popusta. Po mivkastih poteh sva se odpravila ob petih popoldne in po dveh urah divjanja sva čutila vse preresetane koščice v telesu. Kljub naporom pa je bilo to posebno doživetje, saj nimaš vsak dan priložnosti, da bi za malico grizel pesek, ki ga nosi po zraku. Seveda sva ga imela tudi v očeh, ušesih, laseh, gatah, čevljih itd. V hotel sva se vrnila umazana kot dva pujsa.

Seveda pa se nisva cele dneve samo potepala, ampak sva tudi lenarila in poležavala ob bazenu in na plaži. Edina stvar, ki naju je zares motila, je bila ledeno mrzla voda v bazenu in zato se skoraj nihče ni kopal. Morje, ki je imelo komaj kakih 20 °C, je bilo toplejše - preverjeno. Proti koncu letovanja sva obiskala tudi mesto Midoun, kjer res začutiš pristni djerbanski utrip. Vsepovsod spet trgovci, ki so naju pozdravljali tudi v slovenskem jeziku, vsi medeni in prijazni, samo da bi nama čim več prodali po čim "boljših" cenah.

Skoraj sva pozabila omeniti hrano v hotelu. Ta je bila res odlična in zelo obilna, tako, da nisi bil nikoli lačen. Na voljo je bilo res vse, kar si človek lahko zamisli.

Teden je minil, kot bi mignil in čas je bil za slovo od peščenega sveta. Bila sva navdušena nad vsem, kar sva videla in spoznala, ter zelo pozitivno presenečena nad tem kako malo težav sva pravzaprav imela zaradi vozička.

Edini hotel, ki ga ima v svoji ponudbi turistična agencija Intelekt in je popolnoma prilagojen invalidom (z izjemo bazena), je PENELOPE BEACH z all inclusive ponudbo. Tudi težave z avtobusom smo za pot nazaj na letališče rešili s tem, da sva se peljala z džipom. Vsi, ki bi si želeli obiskati Djerbo z el. vozičkom, se morate že v Sloveniji pozanimati o možnosti prevoza od letališča do hotela in nazaj. Več informacij o počitnicah lahko dobite na naslovu: www.intelekt.si.

Po vseh fantastičnih doživetjih upava, da bova ta mali otok še kdaj obiskala.

Bogdan Kronovšek



Tudi tu ne gre več brez ATV.

NA JUGU ČRNE AFRIKE

Nadaljevanje iz prejšnje številke.

V naslednjih dneh sva mozambiški otoček prehodila pokonci in počez ter ugotovila, da si oznako "rajski" brez dvoma zasluži. Neverjetno čisto morje, dolge peščene plaže, čudovite sladkovodne lagune s krokodili, skromne kolibe domačinov, nikjer nobenega turista, ... Daljše bivanje na njem verjetno ne bi bilo prijetno, saj bi človek kmalu začel pogrešati razvade modernega življenja, nekajdnevni odklop pa je več kot dobrodošel.

Eno od vprašanj, na katerega prve dni nisva našla odgovora, je bilo tudi, zakaj pod eno izmed palm na obali vedno nekdo stoji. Odgovor je dal šele bližnji ogled: ker je ravno in le pod tisto palmo signal za mobilni telefon! Vožnja s čolnom nazaj na celino je bila silno mokra in mrzla in v naslednjih dneh sem se prav čudil, da sva jo odnesla brez prehlada. Pa saj zanj niti nisva imela časa. Pred nama je bil vsaj teoretično najtežji del poti, potovanje v zimbabvejski Harare.

Glede na zbrane informacije bi nama že prvi del te poti do mozambiško-zimbabvejske meje lahko povzročil obilo težav, saj avtobusi vozijo neredno, če sploh, nekaj delov poti pa bi morala opraviti z minibusi. Ker po novem avtobusi ne vozijo več v Vilankulo, sva si morala najprej najti prevoz do avtoceste. Tam sva nahrbtnika zložila ob rob ceste, na bel A4 list sem nakracal ime mesta Inchope in se postavil na cesto tako, da me je vsako mimovozeče vozilo moralo opaziti. S štopanjem sem zbujal kar nekaj pozornosti in kmalu sem izvedel, da nekaj ljudi dejansko čaka na avtobus, ki naj bi prišel nekje v naslednjih treh urah, do 400 kilometrov oddaljenega Chimoia pa naj bi potreboval nič manj kot 24 ur - prenočili pa naj bi kar v avtobusu! Oborožen s to informacijo sem še bolj zagreto mahal mimovozečim vozilom in kmalu sem imel srečo. S črnim voznikom iz Južne Afrike smo se hitro dogovorili in obljubil je, da bova v Chimoiu že čez približno pet ur, čeprav on sam dejansko pelje le do Inchopeja. V naslednjih treh urah sva, stisnjena kot sardeli na sprednjem sedežu najbolj razmajanega jeeпа, kar sem jih kdaj videl, predvsem opazovala okolico. Sploh t.i. avtocesta Estrada Nacional 1 je zbudila precej najine pozornosti. Zaradi lukenj, ki so mestoma tako velike kot kopalna kad, smo bili prisiljeni celo v obvoze po bližnjih poljih.

V Inchopeju sva presedla na minibus, ki se v Mozambiku popularno imenuje čapa. Najina čapa za Chimoio je bila

že skoraj nabito polna in prav nič nisem verjel, da bo za naju in najina ogromna nahrbtnika še dovolj prostora. Pa to sploh ni bil problem. Nahrbtnika so fantje stlačili v zadnji del minibusa tako, da smo se trije z vso močjo uprli v vrata in jih na silo zaprli, pri čemer smo oviro, torej moj nahrbtnik, skorajda sploščili. Nič bolje se ni godilo potnikom. V mali japonski minibus, narejen za nekje 12 do 16 drobnih potnikov, se nas je natlačilo po mojem štetju skoraj 30 oseb! Vožnja ni bila najbolj prijetna, so naju pa zato fantje v Chimoiu zastoj in z nasmehom na obrazu zapeljali prav do izbranega motela.

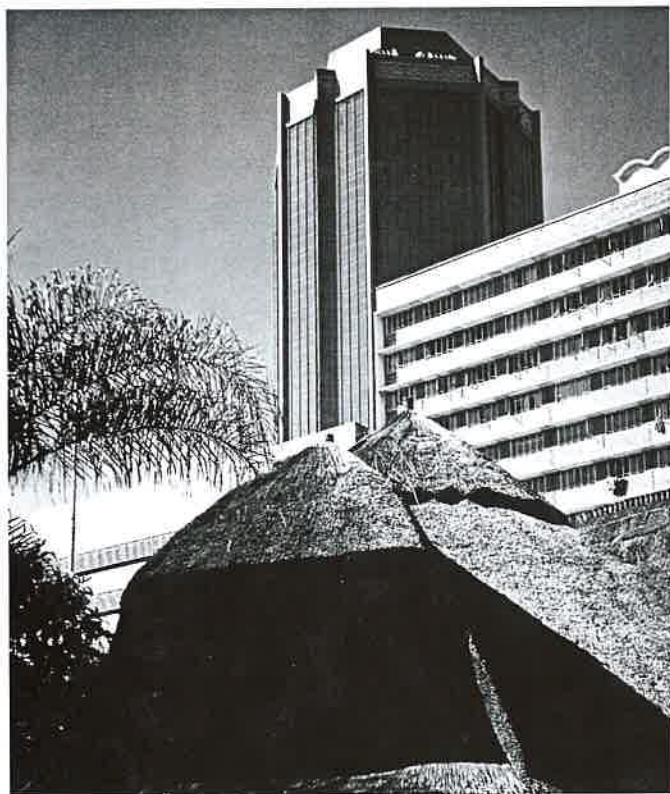
Nočni spanec mi je kratil neverjetno vztrajen komar. Trikrat ali štirikrat sem vstal in ga iskal po celi sobi, ko pa sem ugasnil luč, mi je že brenčal okoli ušes. Ni me pretirano skrbelo, saj sva pridno jemala tablete proti malariji, vseeno pa se sem zjutraj zbudil bolj utrujen kot naspán. Vožnja z minibusom do mejnega prehoda je bila podobna tisti od prejšnjega dne, vendar me to ni motilo, saj sem imel druge skrbi - zimbabvejsko vizo. Na mozambiški strani mejnega prehoda sva v potna lista dobila izstopni žig, kar je pomenilo, da nazaj v Mozambik ne moreva več, naprej pa brez zimbabvejske vize tudi ne bova mogla.

V zimbabvejski urad sem vkorakal samozavestno in uradnici zatrdil, da viz sicer nimava, a ju lahko dobiva tu na meji. Na žalost je preverila svoje zapiske in ugotovila, da državljani Slovenije viz ne morejo dobiti na meji.



Zahod ali vzhod sonca. Enako lepo.

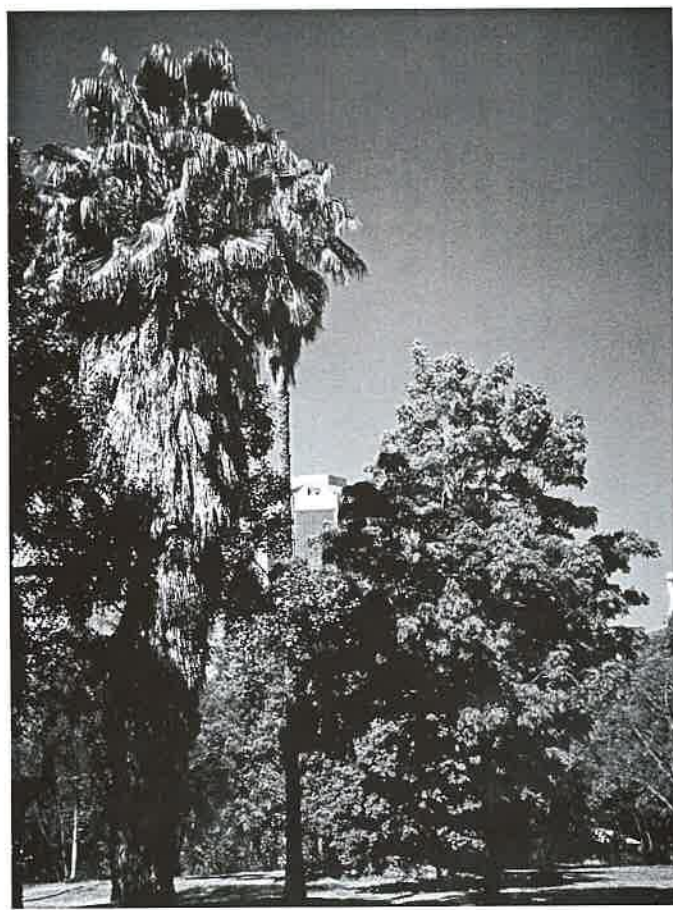
Tu je v nobenem primeru ne bosta dobila, je zatrdila. Situacija se mi je zdela zrela za kakšen ukrep v sili, zato sem v potni list vtaknil dva bankovca po 100 randov, dobrih 5.000 SIT. Znesek je bil verjetno večji od njene mesečne plače. Ko je v potnem listu zagledala bankovca, se je najprej od srca nasmejala, zadevo pokazala sodelavcu, nato pa mi vse skupaj vrnila. Kakšna blamaža! Kasneje sem ugotovil, da v Zimbabveju ravno poteka velika kampanja v boju proti podkupovanju državnih uslužbencev, zato sem imel pravzaprav srečo, da nisem končal v kakšnem manj prijetnem prostoru. Denarja pa verjetno ni sprejela zato, ker je bilo v pisarni več ljudi in bi lahko kdo videl. Kakorkoli, ostala mi je le še zadnja možnost. Laganje o tem, da mi je njihov konzulat v Maputu zatrdil, da bom vizi dobil na meji. Kar seveda ni bilo res. Čeprav se je najprej zdelo, da moje laganje ne bo obrodilo sadov, sem bil čez nekaj časa povabljen v šefovo pisarno. Ogromen možak, z obrazom polnim brazgotin, me je temeljito izprašal o konzulatu v Mozambiku. S svojimi odgovori sem dal jasno vedeti, da sem tam res bil, na vprašanja o uslužbencih in času obiska pa sem odgovarjal tako, da niti slučajno ne bi mogel ugotoviti "krivca". Res si ne bi želel, da bi kdorkoli zaradi mene imel težave. Na koncu se je iskreno opravičil in čez nekaj časa sta se v najinih potnih listih že bleščali zimbabvejski vizi.



Moderno in tradicionalno.

Končno v Zimbabveju! V tej popolnoma obubožani, v pekel zapeljani državi, v kateri naj bi bili belci tako zelo nezaželeni, da je potovanje po njej življenjsko nevarno. Na to so naju opozarjali vsi znanci v Južni Afriki in Mozambiku, pa sva se odločila, da ne bova verjela. In še kako prav sva imela!

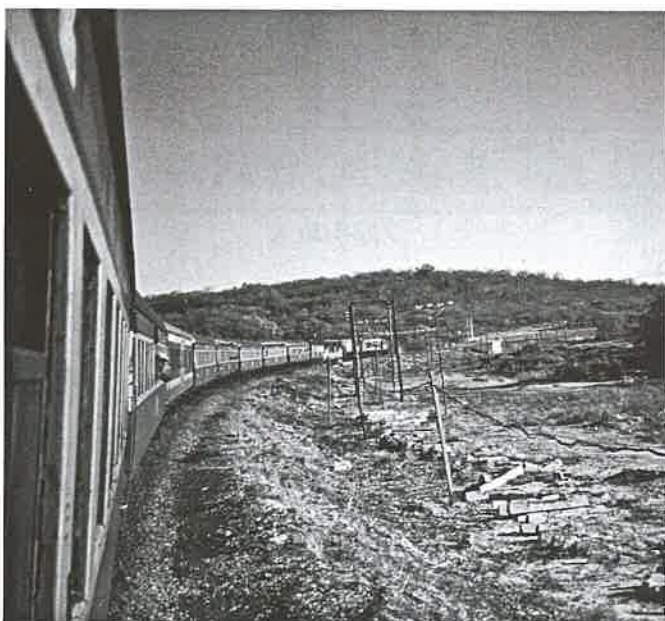
Pot do Harareja je minila presenetljivo hitro, avtobus je bil celo napol prazen. Soba v stari kolonialni vili na obrobju prestolnice je imela vonj po prahu, po starih časih, ki so dokončno minili. Nathalie, ostarela bela lastnica, je hitro pojasnila, da turistov tu praktično ni več, medtem ko se je še pred slabim desetletjem v njeni vili trlo tudi do 50 gostov. Robert Mugabe, nekdanji borec za svobodo, je v 25-ih letih vladanja državo zapeljal v popolno revščino in mednarodno izolacijo, z reformami lastništva zemlje in posledičnim sovraštvom do belcev pa je ustavil tudi pritok turistov. Pri tem se mi zdi zanimivo, da na ulicah Harareja in Bulawaya skoraj ni opaziti beračev, tako da situacija na prvi pogled sploh ne izgleda tako slabo. Šele podrobnejši pogled pokaže, da ljudje delajo za drobiž, da v trgovinah včasih ni moč dobiti niti osnovnih živil, ...



Park v Harareju.

V Harareju, kjer je seveda vse izredno poceni, sva se odlično počutila, zato sva mesto hitro sprejela za svojega in tam ostala kar dober teden dni. Turističnih zanimivosti Harare, ki je sicer prijetno in presenetljivo moderno mesto, nima pretirano veliko, zato sva najin čas posvetila nakupovanju daril za domov in pisanju razglednic, dvakrat sva si privoščila celo obisk kina - vstopnica je stala namreč le dobrih 30 SIT, slika, zvok in sedeži pa so bili presenetljivo kvalitetni. Na ulicah tudi nisva opazila nobenega odkritega sovraštva do belcev, še več, vsi so bili do naju izredno prijazni, nek fant me je celo večkrat vprašal, če bi bil pripravljen Špelo prodati. Teden časa sva izkoristila za pridobitev viz za Namibijo in Bocvano, na zambijski ambasadi pa so nama zagotovili, da bova vizi lahko dobila na meji.

Harare se mi je v spomin vtisnil tudi zaradi dogodka, ki bi me skorajda drago stal. Ko sva po nekajurnem naporu sprehajanju po mestnih ulicah nek popoldan odšla še do glavne železniške postaje, sem po spletu naključnih okoliščin štiripasovnico, ki sva jo morala prečkati, ocenil za enosmerno cesto. To je pomenilo, da sem pred prečkanjem gledal le v eno smer. Ko sem zagledal luknjo v prometu, sem že nameraval steči, pa sem v koticu očesa opazil Špelo, ki brezskrbno stoji povsem na miru. V tistem je mimo mene iz nasprotni smeri prihrumel ogromen tovornjak, ki bi me prav gotovo spremenil v razmazano rdečo palačinko. Če Špela ne bi opazil, bi brez najmanjšega dvoma skočil prav pod tovornjak. Sliši se neumno, ampak ljudje v prometu tako ali tako ponavadi umirajo zaradi neumnosti.



Vlak.

Najina naslednja postaja na poti so bili Viktorijini slapovi, največja turistična atrakcija Zimbabveja in verjetno tudi cele Afrike. V skladu s pričakovanji in nasveti znancev se je vožnja do tja izkazala za pravo avanturo. V Harareju sva vstopila na vlak Umguza Express za Bulawayo, kjer bi morala prestopiti na vlak za Viktorijine slapove. Odhod iz Harareja naj bi bil ob osmih zvečer, vendar smo se na pot podali z dveurno zamudo, kar pa me ni pretirano vznemirilo. V kupeju z dvema posteljama sva bila sama. Spal sem izredno dobro in ko sem zjutraj pogledal na uro, sem ugotovil, da imamo očitno zamudo. Kazalca na uri sta namreč kazala 5:50, medtem ko bi po voznem redu morali prispeti v Bulawayo že ob petih. Ker smo ravno stali na postaji Kadoma, sem s pogledom na vozni red lahko tudi ugotovil, kako velika je naša zamuda. Po voznem redu bi na postajo Kadoma morali prispeti ob 22:27! 22:27!!! Skoraj me je kap. Saj, kaj ne bi dobro spal, ko pa je vlak skoraj ves čas stal na mestu! Na srečo je pot naprej tekla kar hitro in v Bulawayo smo prispeli z desetimi urami zamude, vendar ravno prav, da sva ujela večerni vlak za Viktorijine slapove. Zgodba se je ponovila, tokrat smo imeli osem ur zamude, a do Viktorijinih slapov nama je le uspelo priti.



Mogočni slapovi.

Konec v naslednji številki!

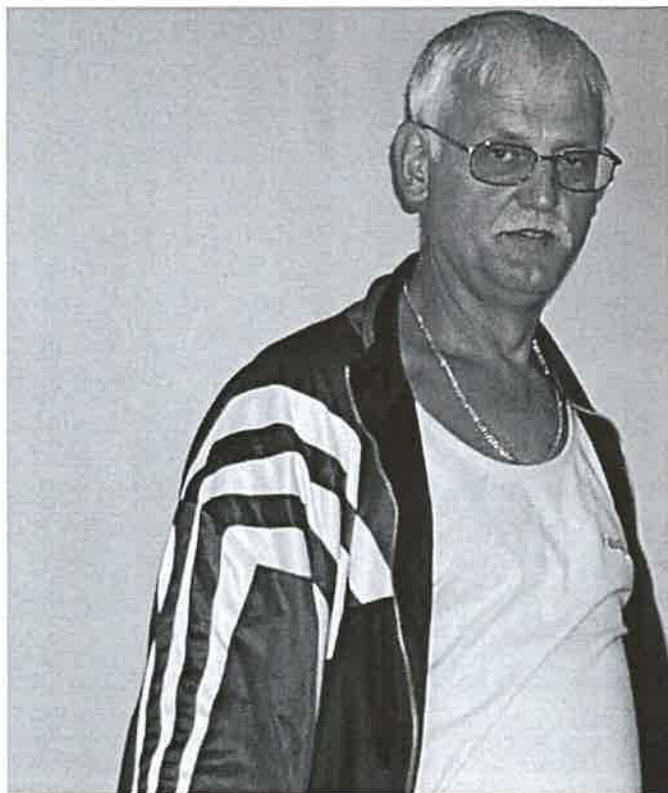
ČAS MED VAMI

Sem Dominik Amon in sem pred dvema letoma izgubil službo. Zavod za zaposlovanje me je preko javnih del poslal k vam za pomoč in prevoz.

Kot marsikateri človek tudi jaz nisem vedel, kaj pomeni biti paraplegik. Imam nalogo, da vam pomagam.

Delo med vami je včasih naporno, vendar se doživi marsikaj lepega. Skupaj vidimo mnogo novih krajev, doživimo mnogo lepih trenutkov: se vozimo na kegljanje, gledališke predstave, atletiko, ribolov, športne tekme, različna srečanja...

Nekateri se celo šalijo na račun svoje invalidnosti, toda marsikdaj moram biti previden, kaj rečem, ker so nekateri zelo občutljivi. Ravno tako so tudi med vami ljudje, ki so težavni in jim je zelo težko ugoditi, čeprav jim naredim skoraj vse, kar je v moji moči. Vendar je večina takih, ki mi olajšajo delo. Za vsako stvar me prosijo, naj jim naredim in se lepo zahvaljujejo, čeprav se zavedam, da je to moje delo. Naj omenim nekaj imen: Janez, Mirko, Gordana, Slavko, Jože, itd., ki mi pomagajo, da je moje delo pri vas prijetno. Tudi v drugih društvih so ljudje, ki najdejo čas za stisk roke in lepo besedo. Tu bi rad omenil g. Okorna iz Dolenjske regije.



RAZVEDRILO 6 REŠITVE

SIVE CELICE:

1. Kdaj je umrla avstrijska cesarica MARIJA TEREZIJA (rojena 1717)? **29.11.1780**
2. Kdaj se je rodil avstrijski fizik CHRISTIAN DOPPLER (umrl 1853)? **29.11.1803**
3. Kdaj je bilo drugo zasedanje AVNOJ-a? **29.11.1943**
4. Kdaj je bila razglašena FLR Jugoslavija? **29.11.1945**
5. Kdaj se je rodil britanski politik sir WINSTON CHURCHILL (umrl 1965)? **30.11.1874**

KRIŽANKA (vodoravno):

Fabien Barthez, uresničevalka, kankan, Damask, unča, Kač, Dol, OŽ, lega, lido, Kelemen, Falun, Aracaju, štos.

NAGRADE

1. nagrada: Jožica Kerč,
2. nagrada: Gordana Kitak,
3. nagrada: Mirko Temnik.

ZAHVALA

Zahvaljujemo se g. Ivanu Sermeku iz Velenja, ki je za društveni preizkus v ribolovu daroval pokale in majice za ribiško ekipo našega društva.

Matjaž Antlej



DRUŠTVO DELUJE NA OBMOČJU NASLEDNJIH OBČIN:

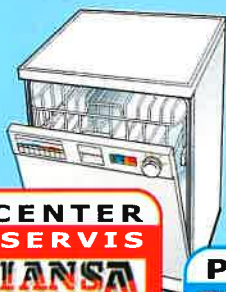
Bistrica ob Sotli, Braslovče, Celje, Dobje, Dobrna, Gornji Grad, Kozje, Laško, Ljubno, Luče, Mozirje, Nazarje, Podčetrtek, Polzela, Prebold, Radeče, Rogatec, Rogaška Slatina, Slovenjske Konjice, Šentjur pri Celju, Solčava, Šmarje pri Jelšah, Šmartno ob Paki, Šoštanj, Štore, Tabor, Velenje, Vitanje, Vojnik, Vranksko, Zreče in Žalec.

ALIANSA

GOTOVLJE 31, 3310 ŽALEC d.o.o.

**VAŠA ZADNJA
ŠANSA!**

✓ TEHNIČNE TRGOVINE:



**PRODAJNI CENTER
TRGOVINA - SERVIS**

ALIANSA
GOTOVLJE 31, 3310 ŽALEC
VAŠA ZADNJA
ŠANSA!

Gotovlje 31
3310 Žalec
Tel. 03/ 713-34-50

Poslovna enota:

**TRGOVINA
FAST**

Prešernova 1/a
1230 Domžale
Tel. 01/ 721-94-70

Poslovna enota:

Prodajni Center

WE CO
COMMERCE
LESCE

Rožna Dolina 40
4248 Lesce
Tel. 04/ 531-85-02

✓ ŽIVILSKO - KMETIJSKE TRGOVINE:

PRODAJNI CENTER ŠEMPETER
Petrov trg 7
3311 Šempeter
Tel. 03/ 700-03-88

PRODAJNI CENTER TRNAVA
Trnava 5/a
3303 Gomilsko
Tel. 03/ 572-64-10

✓ PEKARNA, SLAŠČIČARNA IN BISTRO:

POSLOVNA ENOTA CELJE
Savinova 7
3000 Celje
Tel. 03/ 548-32-02



✓ ODKUP ZELENJAVE:

Telefon: 031-623-857



✓ ODKUP ŽIVINE IN UHLEVLJANJE:

Telefon: 031-623-857

