

Športnik

REVIIJA JE BREZPLAČNA
Številka 57-58
junij 2020
www.zsis.si

ISSN 1854-5254



**Obisk pri dr.
Simoni Kustec**

str 7

**Darko in Dejan
zaključila kariero**

str 14

**Pot obarvana s
športom in veseljem**

str 36



ZVEZA ZA ŠPORT INVALIDOV SLOVENIJE
SLOVENSKI PARALIMPUŠKI KOMITE

Kazalo

3	Dan potem	24	Sobivanje na skupnih površinah	42	4. BSC Prague Showdown CUP
4	Koronavirus pokazal, kako je šport ranljiv	25	Triglav	44	Varna in prijetna gorniška dejavnost oseb s slepoto in slabovidnostjo
7	Predsednik Zveze ŠIS – SPK na uradnem obisku pri ministrici	26	Priprave Lanzarote 2020 – Alen Kobilica (paratriatlon) in ekipa	47	Kolesarjenje kot pristočasna dejavnost oseb s posebnimi potrebami
8	Pogovor z dr. Borom Štrumbljem	29	Vedno prvi	50	Z gibalno oviranimi v hribe, zakaj pa ne?
14	Darko Đurić in Dejan Fabčić zaključila kariero	31	Toyota	52	Nas paraplegike je našel in združil šport...
17	Lidl	32	Šport gluhih in novi koronavirus	56	Loterija
18	Odbojka sede v času karantene	34	Anton Petrič je novi generalni sekretar EDSO		
20	Parašportniki dobili himno	36	Pot obarvana s športom in veseljem		
22	Curling	38	DRŽAVNA PRVENSTVA 2020		

Kolofon

Izdaja: Zveza za šport invalidov Slovenije - Slovenski paralimpijski komite

Za Zvezo ŠIS - SPK: Damijan Lazar

Uredniški odbor: Jože Okoren - urednik, Tjaša Filipčič, Maja Bobnar, Anton Petrič, Žiga Kobašević in Franci Slivšek

Sodelavci: Majda Vesel Kočar, Jana Čander in Drago Perko

Lektoriranje: Rok Janežič

Oblikovanje in prelom: Franci Slivšek

Tisk: Para d.o.o., Ljubljana

Naslov: Zveza ŠIS - SPK, Cesta 24. Junija 23, 1231 Ljubljana - Črnuče

Tel.: +386 (01) 53 00 891

Fax: +386 (01) 53 00 894

info@zsis.si

http://www.zsis.si

Tr. r.: 0510 0800 0024 242

Naklada: 4000

Izid revije sta finančno omogočila

Fundacija za financiranje invalidskih

in humanitarnih organizacij – FIHO in

Fundacija za šport FŠ

ISSN 1854-5254

Mnenja izražena v avtoriziranih člankih so mnenja avtorjev in niso verificirana stališča Zveze ŠIS - SPK.

(V tej številki revije Športnik sta bila recenzirana 2 znanstvena članka avtorjev Maja Burian, Marjeta Čič in Tjaša Filipčič z naslovom: Varna in prijetna gorniška dejavnost oseb s slepoto in slabovidnostjo in avtorjev Nuša Korošec in Erna Žgur z naslovom: Kolesarjenje kot pristočasna aktivnost oseb s posebnimi potrebami)

Programe Zveze ŠIS - SPK sofinancirajo:

Naslovna fotografija:

(foto: Vid Ponikvar - Sportida)



Fundacija za šport



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT

Dan potem

Piše: Damijan Lazar

(foto: Vid Ponikvar - Sportida)



▲
Damijan Lazar
predsednik
Zveze ŠIS - SPK.

Zgodila se nam je pandemija koronavirusa, ki je nihče na svetu ni pričakoval, še manj pa se nanjo pripravil. Ni bilo ne časa ne dovolj znanja ne cepiva, da bi lahko virus že v kali zatrl. Dosegel je tudi Slovenijo, vendar k sreči v milejši obliki, pa vendar bo za seboj pustil opustošenje, ki ga bomo še leta pomnili. Šport je eno od področij, ki je bilo zelo prizadeto. Vse se je ustavilo, in to na globalni ravni. Veliki športni sistemi, kot so nogomet, košarka, smučanje in motorne dirke, so odpovedovali razprodana tekmovanja. Tveganje bi bilo žal preveliko, da bi se virus Covid 19 razširil med gledalce z bliskovitim prenosom z enega navijača na drugega in povzročil še večjo katastrofo.

Tudi država je z namenom ustavitve prenosa virusa z dekretom prepovedala vse športne prireditve in aktivnosti v športnih objektih in na športnih vadbiščih. Tako smo se športniki znašli v težkem položaju. Karseda hitro smo poiskali druge rešitve, da bi ohranili čim več športne pripravljenosti, ki smo jo nabirali v vseh teh letih, ko smo se trudili nadgraditi športno znanje. Poslužili smo se vadbe na daljavo in tako je računalnik postal športni rekvizit,

s katerim smo poskušali športnike usmerjati na daljavo. Veliko več je bilo organizacijskih priprav in morali smo poiskati načine, da je bila vadba kvalitetna in prilagojena možnostim, ki jih ima športnik v svojem okolju. Pri športni vadbi na daljavo smo bili primorani vztrajati, dokler ni država ocenila, da je dovolj varno tudi za vadbo na odprtem. Še vedno pa ni dovoljena športna vadba v ekipnih športih, ki so vezani na zaprte prostore.

Biti dobro telesno pripravljen zmanjšuje tveganje za virusno okužbo in tesnobo, ki jo lahko povzroči dolgotrajna samoizolacija. Telesna dejavnost zmanjšuje tudi vrsto drugih dolgoročnih zdravstvenih tveganj, zato je ključno, da smo redno športno aktivni tudi v času pandemije. Takšna priporočila so primerna za širšo populacijo, vrhunski športniki pa potrebujejo nekaj več športne aktivnosti, ki ni vezana samo na stanovanjski prostor ali omejeno gibanje. Potrebujejo multidisciplinarno obravnavo strokovnjakov z različnimi znanji in pristopi, ki je trenutno ni mogoče zagotoviti. Še vedno ne vemo, kdaj bo mogoče spet vzpostaviti mednarodne tekmovalne sisteme ter športna tekmovanja. Nič ne kaže, da se bo to kmalu zgodilo, če pa že, šele konec leta – in še to je odvisno od vsake države posebej glede na njeno epidemiološko sliko.

Šport se v vsej svoji zgodovini, razen seveda v času svetovnih vojn, še ni srečal s takšno nenadno zaustavitvijo vseh športnih sistemov. Kaj bo to v prihodnosti pomenilo za športnike in športne sisteme, je z današnje perspektive težko oceniti. Vem pa, da bosta za oba deležnika letošnje in prihodnje leto izjemno težki. Težko ne bo samo zato, ker bodo morali športniki vztrajati v domačem okolju, pač pa tudi zato, ker bo na voljo občutno manj finančnih sredstev za športne programe.

Kljub vsem nevšečnostim, s katerimi smo se soočali in se še bomo, nas dogajanje zadnjih mesecev vrača k spoznanju, da je šport pomemben za zdravje ter za človekovo osebno in fizično rast. To je dovolj dober razlog, da še naprej vztrajamo pri kakršnikoli obliki športa in počakamo na čas, ko bo šport spet globalen.

Koronavirus pokazal, kako je šport ranljiv

Piše: Drago Perko

(foto: Arhiv OKS - ZŠZ)

V tokratni številki Športnika smo se pogovarjali z Blažem Perkom, generalnim sekretarjem Olimpijskega komiteja Slovenije – Združenja športnih zvez (OKS-ZŠZ).

Koronavirus je globoko zarezal tudi v šport, ki je ena najbolj prizadetih gospodarskih panog. Že zdaj je jasno, da bo šport potreboval precej časa, da si bo opomogel. O tem in o vseh izzivih, tudi priložnostih, ki jih ponuja kriza, smo se pogovarjali z Blažem Perkom, ki je od 15. 1. 2019 generalni sekretar OKS-ZŠZ. Že pred tem je bil desetletje in pol zaposlen na OKS. mirno lahko zapišemo, da je dober poznavalec športa v Sloveniji in širše ter tako pravi človek za nekaj vprašanj v času, ko je tudi šport invalidov v negotovosti.

Športnik: Ne moreva mimo koronavirusa, ki je v zadnjih nekaj mesecih svet pahnul s tečajev. Prizadet je tudi šport, ki ga je virus spremenil, pa naj si to priznamo ali ne.

Blaž Perko: »Vsaj do začetka uporabe učinkovite zaščite pred virusom ali do priprave učinkovitega zdravila športne dejavnosti ne bodo potekale na do sedaj uveljavljen način. Kot druga področja bo podrejen usmeritvam epidemiološke stroke, ki bo morala ustrezno ukrepati ob morebitnem povečanju števila okužb. Kot se je že pokazalo, bodo očitno problematične velike množice gledalcev in logistika potovanj v območja z različno epidemiološko sliko; potrebna bo velika mera samoodgovornosti športnikov in njihovih spremljevalcev, da ne bi s tveganim ravnanjem okužili sotekmovalcev. Organizatorji športnih dogodkov bodo pred velikim izzivom in pritiskom, kako organizirati in ali sploh tvegati športna tekmovanja, če bi obstajala sorazmerno velika možnost za izbruh okužbe, ki



▲ Blaž Perko.

bi povzročila odpoved tekmovanja. Verjetno bodo stroški organizacije dogodkov narasli. Na področju amaterskega športa in rekreacije bo verjetno podobno težavno organiziranje množičnih dogodkov.«

Športnik: Kje bodo te spremembe najbolj opazne?

Blaž Perko: »Po mojem mnenju predvsem pri športih z velikim številom gledalcev na prizoriščih ali množičnih rekreativnih prireditvah. Spremljanje vrhunskega oziroma profesionalnega športa se bo še bolj preselilo na različne medije, rekreativne prireditve pa bodo obiskane manj množično. Verjetno se bodo posledično razvile alternativne oblike športnih tekmovanj tudi s pomočjo različnih tehnoloških rešitev.«

Športnik: V minulih mesecih je prišlo do prestavitve vseh globalnih športnih dogodkov na čelu s paralimpijskimi in olimpijskimi igrami.

Blaž Perko: »Prestavitev pomeni velik in kompleksen organizacijski ter finančni izziv. Olimpijske igre za vse športne panoge (izjema je nogomet) pomenijo največje tekmovanje in zaključek štiriletnega tekmovalnega cikla. Nastop na olimpijskih igrah si morajo športniki zagotoviti na kvalifikacijskih tekmovanjih. Koledarji tekmovanj so prilagojeni terminu olimpijskih iger. Tako bodo morala druga velika mednarodna tekmovanja, kot so svetovna prvenstva, prilagoditi svoje termine. Prav tako bodo že pol leta po zaključku iger v Tokiu na sporedu zimske OI v Pekingu 2022. Vse te prerazporeditve pomenijo spremembe dogovorjenih pogodb organizatorjev, mednarodnih športnih federacij, rezervacij nastanitev in športnih objektov, letalskih prevozov, načrtovanih ciklov priprav, sponzorskih kampanj in pogodb. To pomeni ogromno dodatnega dela vseh deležnikov, veliko prilagajanja, koordinacije in dodatnih finančnih sredstev.«

Športnik: Kako ste se na te razmere odzivali pri OKS-ZŠZ?

Blaž Perko: »Vse udeležene smo uradno obvestili o prestavitvi iger ter takoj pričeli z urejanjem zadev, da bi kar najbolj zmanjšali finančno škodo. Dogovoriti smo se morali za podaljšanje pogodb in odpovedati oziroma spremeniti rezervacije. Po prestavitvah terminov kvalifikacijskih tekmovanj je bilo treba prilagoditi tudi dinamiko izvajanja projekta. Izziv je predvsem nejasna prihodnost zaradi novih potencialnih omejitev, povezanih s pandemijo.«

Športnik: Šport potrebuje pomoč. Kako je (in kako bi še lahko) država pomagala športu v teh zahtevnih časih?

Blaž Perko: »Država je z interventnimi ukrepi v času prepovedi opravljanja dejavnosti poskrbela predvsem za socialno varnost zaposlenih v športu in začasno ohranjanje likvidnosti športnih organizacij. V nadaljevanju bi bilo treba z ustreznimi ukrepi pomagati ohraniti delovanje športnih organizacij, če jim bo zaradi omejitev onemogočeno normalno poslovanje. Šport bo, kot kaže, ena izmed bolj prizadetih panog, zato bi bilo to smiselno upoštevati pri pripravi ukrepov podpore.«

Športnik: Že vrsto let je aktualna, a nikoli realizirana pobuda, da bi bila podjetja, ki vlagajo

v šport, deležna davčnih olajšav. Kolikšne davčne olajšave podjetjem bi že krepko pomagale športu?

Blaž Perko: »Davčne olajšave, ki bi podjetja spodbudile k sponzorstvu in donacijam, bi učinkovito pomagale športu. OKS-ZŠZ je predlagal davčno priznani odhodek sponzorju v višini trikratnika danega sponzorstva in davčno priznane donacije v višini 5 % obdavčljivih prihodkov.«

Športnik: Je koronavirus športu dal tudi kaj dobrega?

Blaž Perko: »Koronavirus je športu in športnikom pokazal predvsem to, kako ranljivi smo in da je treba včasih upočasniti tempo in na prvo mesto postaviti druge, višje cilje, ne zgolj ozkih osebnih interesov.«

Športnik: Kaj je koronavirus dal dobrega vaši organizaciji?

Blaž Perko: »V času izrednih razmer in zaustavitve vseh dejavnosti je naša organizacija še bolj začutila, kaj pomeni biti krovna organizacija. Med članicami je naraščal občutek tesnobe zaradi nejasne prihodnosti in treba je bilo pripraviti ustrezen odziv v koordinaciji z državnimi organi. Spoznali smo izreden pomen pravočasne in učinkovite komunikacije s članicami. Preizkusili smo tudi učinkovitost medsebojne komunikacije prek spletnih aplikacij, kar bo pozitivno vplivalo na naše nadaljnje delo.«

Športnik: Kako bi ocenili sodelovanje z Zvezo za šport invalidov Slovenije – Slovenskim paralimpijskim komitejem?



Blaž Perko: »Menim, da sta krovni športni organizaciji vzpostavili dobro sodelovanje, ki ga lahko v prihodnosti še nadgradimo. Zveza ŠIS - SPK ima svoje predstavnike v izvršnih in strokovnih organih OKS-ZŠZ, mogoče bi veljalo po načelu vzajemnosti tudi predstavnike OKS-ZŠZ sistemsko vključiti v organe Zveze ŠIS - SPK.«

Športnik: Zanimiv predlog. Ga bomo posredovali naprej. Kje so tiste skupne sinergične točke, kje so še možnosti za poglobitev sodelovanja?

Blaž Perko: »Veljalo bi organizirati skupne projekte, v katere bi bili vključeni mladi športniki iz obeh organizacij – na primer skupne priprave ali tabore, kjer bi skupaj vadili in se družili. Pomembno se mi zdi povezovanje mladih, saj bi bila tako lažja tudi integracija športa invalidov. Smiselno bi bilo tudi skupno izvajanje projektov iz evropskih skladov. OKS-ZŠZ ima izkušnje uspešnega administrativnega vodenja in koordiniranja velikih projektov,

Zveza ŠIS - SPK pa bi se lahko posvetila vsebinski izvedbi.«

Športnik: Katere so tiste stične točke oziroma skupni projekti, pri katerih OKS-ZŠZ in Zveza ŠIS - SPK zgledno sodelujeta?

Blaž Perko: »Vzpostavljeno je sodelovanje pri projektih olimpijskih oziroma paralimpijskih iger, kjer je OKS-ZŠZ v sponzorsko pogodbo z opremljevalcem Peak vključil tudi paralimpijske reprezentance, izvajamo pa tudi skupne uradne predstavitve športnikov. Sodelujemo na področju integracije športa invalidov v nacionalne panožne športne zveze ter pri pripravi sistemskih predlogov financiranja. Dobro smo sodelovali tudi pri organizaciji kongresa športa za vse na temo športne rekreacije invalidov.«

Športnik: Tempo življenja je neusmiljen. Šport pomaga tudi pri premagovanju dnevnih izzivov. Kaj vam pomeni šport, kako se športno udeležujete, imate sploh kaj prostega časa?

Blaž Perko: »Šport mi pomeni način življenja. Od malega sem na različnih ravneh in v različnih vlogah vključen v šport. Bil sem tekmovallec, vaditelj, trener, navijač, administrator, funkcionar ... Vse to mi je omogočilo pridobitev različnih znanj in izkušenj, predvsem pa mi veliko pomenita pristno druženje in prijateljstvo v športu. Poleg opravljanja profesionalne funkcije na OKS-ZŠZ prostovoljno delujem kot funkcionar v športnem društvu ter občasno pomagam tudi drugim društvom. Trenutno se redno rekreativno ukvarjam s plavanjem, kolesarjenjem in tenisom, občasno se udeležim tudi športno-rekreativnih prireditev ter kot gledalec tudi velikih športnih dogodkov.«

Blaž Perko, hvala za pogovor, v katerem smo pobliže spoznali vrhunski šport. Hvala za dosedanje sodelovanje in vašo (tudi osebno) podporo športu invalidov. Želimo vam veliko uspeha pri vašem odgovornem delu. Tudi mi si želimo, da bi se naše sodelovanje še bolj poglobilo.



Predsednik Zveze ŠIS – SPK na uradnem obisku pri ministrici za izobraževanje, znanost in šport

Piše: Jože Okoren

(foto: Arhiv MIZŠ)

Dr. Simona Kustec, ministrica za izobraževanje, znanost in šport, je na delovni sestanek sprejela **Damijana Lazarja**, predsednika Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja. Poleg nje sta se sestanka udeležila mag. **Poljanka Pavletič Samardžija** in **Marjan Dolinšek**, državni sekretar na ministrstvu za področje izobraževanja in športa.

Ob tej priložnosti je Damijan Lazar ministrico seznanil s tekočo problematiko in izzivi, pred katere je parašport postavila pandemija koronavirusa. Ministrica je s svojo ekipo pozorno prisluhnila problematiki ter pozdravila naše ukrepe in prizadevanja, da parašportnice, parašportniki in ekipe nadaljujejo z vadbo v skladu z upoštevanjem ukrepov, ki jih narekujejo pravila NIJZ.

Predsednik Zveze ŠIS – SPK Damijan Lazar je med drugim opozoril, da Slovenija še vedno ne premore ustrezne večnamenske športne dvorane, primerne za vse kategorije invalidnosti. Ministrica dr. Simona Kustec je kot dobra poznavalka športa invalidov skrbno prisluhnila vsem predlogom, ki bi izboljšali sistemsko delo in financiranje športa invalidov



v Sloveniji. Prisotni na sestanku so se dotaknili razmer na področju športa invalidov tudi na lokalni ravni in možnosti vključevanja predvsem mladih invalidov v športne klube. Tu zagotovo še niso izkoriščene vse možnosti.

Ministrica dr. Simona Kustec se je Zvezi ŠIS – SPK ob koncu sestanka zahvalila za dosedanje uspešno delo na področju športa invalidov. Športu invalidov je obljubila osebno podporo in podporo ministrstva tudi v prihodnosti. Ni pozabila omeniti pomena športa invalidov tako za posamezne invalide kakor tudi za širšo družbo. Izrazila je zadovoljstvo z medijsko podporo, saj se tako lahko s športom invalidov seznanijo širša javnost.

Damijan Lazar se je ministrici zahvalil, da si je kljub natrpanemu urniku vzela čas in prisluhnila težavam športnikov invalidov. Zagotovila je, da bo ministrstvo še naprej pomemben sogovornik Zveze ŠIS – SPK.

▲ Z leve proti desni, državni sekretar na ministrstvu Marjan Dolinšek, ministrica dr. Simona Kustec, predsednik Zveze ŠIS – SPK Damijan Lazar in mag. Poljanka Pavletič Samardžija.

Pogovor z dr. Borom Štrumbeljem – vodjem paralimpijske delegacije Tokio 2021

Piše: Jože Okoren

(foto: Arhiv Jožeta Okorna in Bora Štrumblja)

Dr. Boro Štrumbelj je bil nekoč aktiven športnik – rokometaš in vaterpolist. Že v času študija je bil vpet v strokovno delo, in sicer kot kondicijski trener v plavalnih klubih.

Pred leti je predsedoval strokovnemu svetu Plavalne zveze Slovenije, danes je njen predsednik, zadnji dve leti pa vodi Strokovni svet pri Zvezi za šport invalidov – Slovenskem paralimpijskem komiteju. Dr. Štrumbelj je avtor številnih strokovnih knjig in publikacij. Ni pa zanemarljivo, da je bil v letih 2015–2018 direktor Direktorata za šport pri Ministrstvu za izobraževanje, znanost in šport.

Organi Zveze ŠIS - SPK so mu soglasno zaupali vodenje slovenske paralimpijske reprezentance »Tokio 2020«. Olimpijske in paralimpijske igre so po znanih dejstvih (COVID-19) ter enotnem dogovoru Mednarodnega olimpijskega in paralimpijskega komiteja prestavljene na leto 2021. In prav je tako, najpomembnejše je namreč zdravje športnikov in vseh ostalih udeležencev tako velikega in pomembnega športnega dogodka.

Boro Štrumbelj kot predavatelj deluje na Fakulteti za šport ter pri usposabljanju strokovnih kadrov na področju



Dr. Boro Štrumbelj in Jože Okoren.

plavanja in športa invalidov, kjer je vodja usposabljanja za naziv Strokovni delavec dva – Trener invalidov. Predaval je tudi na številnih mednarodnih znanstvenih konferencah.

Športnik: Ali vas je odločitev o predstavitvi iger na prihodnje leto kot vrhunskega strokovnjaka in poznavalca športa zelo presenetila?

Boro Štrumbelj: »Odločitev je glede na trenutne razmere, povezane s koronavirusom, povsem pravilna, morda je odločanje o preložitvi iger trajalo celo predolgo, saj so se v kvalifikacijah za OI in POI nekateri športniki okužili in širili virus v svoje domovine. Izvedba iger bi bila v času pandemije nepredstavljiva biološka bomba, ki bi le še prilila olje na ogenj. Človekova največja vrednota je zdravje

in tako mora ostati ne glede na številne druge interese pri izvedbi največjih tekmovanj. Vsekakor pa upam, da prihodnje leto igre bodo, Japonci so vložili res ogromno sredstev, naporov in truda v organizacijo iger, ki jih po mojem mnenju ne smejo odpovedati, pač pa le preložiti.«

Športnik: Kako in kdaj ste se »v živo« spoznali s športom invalidov?

Boro Štrumbelj: »Začelo se je leta 2004, ko me je Branko Mihorko zaprosil, naj na trenerskem seminarju plavalne zveze predstavim šport invalidov. Seveda sem kot organizator seminarja v to takoj privolil in začela se je dolga zgodba. Po seminarju smo se pogovarjali, da imamo enega dobrega plavalca Dejana Fabčiča, ki nima pogojev za delo in trenerja. Pa smo rekli, naj trenira na

Univerzitetnem plavalnem centru na Fakulteti za šport. Če pa bo že treniral na naši fakulteti, ga za začetek lahko treniram jaz. In tako je hitro steklo. Ko gledam nazaj, sem izredno ponosen in vesel, da mi je usoda namenila to priložnost, ki je pomembno vplivala na moje življenje. Delo s športniki invalidi ter spoznavanje z njihovim trudom, nepopustljivostjo, raznolikostjo in izzivi, ki jih delo z njimi prinaša, je velik izziv in naredi človeka boljšega.«

Športnik: Predvidevam, da ste bili s športom invalidov seznanjeni vsaj prek medijev. Ali tudi kako drugače?

Boro Štrumbelj: »Do takrat zagotovo, pa še to bolj omejeno, saj takrat šport invalidov še ni imel takšnega mesta v slovenski družbi, kot ga upravičeno ima danes. Ko sem se začel soočati z izzivi v športu invalidov, sem najprej opazil, da je po vsem svetu in tudi pri nas zelo malo specifičnih napotkov, raziskav in knjig, povezanih z delom s športniki invalidi. Kasneje, ko sem začel to temo podrobneje preučevati, sem ugotovil, da je to verjetno zato, ker je šport invalidov zaradi raznolikosti športnikov zelo kompleksen.«

Športnik: Paralimpijski komite vas je najprej angažiral kot strokovnjaka – trenerja naših plavalcev. Pod vašim vodstvom sta izstopala predvsem Darko Đurić in Dejan Fabčič. Ne nazadnje je bila ta športna disciplina vaša ljubezen že v mladosti.

Boro Štrumbelj: »Res je, naj najprej povem, da so mi pri tem pomagali še Jana Čander, Matej Globočnik, Katja Ovsenik in še nekateri drugi. Rad se spominjam tudi dela z Alešem Sečnikom in Alenom Kobiličo. Skupaj smo veliko dosegli, saj smo ponovno orali ledino. Danes lahko z veseljem povem, da imamo kar nekaj mladih perspektivnih paraplavalcev, zlasti v Ljubljani, paraplavanje pa se razvija tudi v Radovljici, Velenju in Krškem, upam, da kmalu v Mariboru in še kje. Moja največja želja je, da bi nekoč imeli moško in žensko paraplavalno štafeto, ki bi nastopili na enem od največjih tekmovanj. To bi pomenilo, da imamo res dobro in številčno bazo paraplavalcev in paraplavalk.«

Športnik: Ali drži, kar sem zaznal v pogovorih s številnimi trenerji, da ko enkrat zaideš v šport invalidov, želiš sodelovati daljši čas?

Boro Štrumbelj: »Šport invalidov je nekaj posebnega. Ko sem prvič prišel s paralimpijskih iger v Peking, sem prijatelje spraševal, ali so gledali igre. Še sedaj se spominim, kako je kolega Vlado Lipovšek takrat letal s prizorišča na prizorišče, da je posnel

vse naše nastope, ponoči pa pošiljal posnetke po spletu, da so jih v Sloveniji lahko gledali. Prijatelji so mi odgovorili pritrdilno, saj jim je šport invalidov pomenil nekaj novega, drugačnega in vznemirljivega z vidika sposobnosti, ki jih številni invalidi izkazujejo ne glede na različne vrste gibalne ali senzorne oviranosti. Ta različnost in pozitivnost parašportnikov je nekaj posebnega in tudi nam, ki jim pomagamo, daje energijo in voljo za sodelovanje. Vsak dan dela z njimi je izziv. Nekoč me je neki študent vprašal, ali se mi parašportniki zaradi svoje oviranosti smilijo. Rekel sem, da niti najmanj, saj za to ni potrebe, če jih imaš za vrhunske športnike z določenimi posebnostmi. In mislim, da je takoj razumel, za kaj gre. Delo z invalidi je tudi zame izredno pozitivna življenjska izkušnja, s katero bom nadaljeval, dokler bom lahko.«

Športnik: Šport je ena prioriteten programskih vsebin za invalide (tudi težje). Začetki segajo v šestdeseta leta, ko je bil poudarek predvsem na rekreaciji. Že več kot deset let je jasno, da ne zadostujejo le sistemska finančna sredstva, saj se je treba povezovati tudi z gospodarstvom. Kakšen je vaš pogled na to?

Boro Štrumbelj: »Zelo težko in kompleksno vprašanje. Slovenski trg je zelo majhen. Kar se tiče sponzorstva, se ves slovenski šport obrača na ista podjetja. Pravzaprav glede na velikost države posebnega interesa za sponzoriranje športa, razen pri nekaj večjih podjetjih, ni. Prav zato bi morala država poskrbeti za to, da bi davčne olajšave za šport omogočale večja vlaganja podjetij v šport oziroma parašport kot izrazito družbeno koristno dejavnost, pa naj gre za tekmovalni šport ali

Dr. Štrumbelj in njegov varovanec Fabčič.



športno rekreacijo. V Evropi so načini financiranja športa različni. Finska država ne da skoraj nič za šport, vendar so športu namenjena vsa pridobljena sredstva iz športne loterije, to pa je približno 150 milijonov evrov letno. Ljudje zavestno igrajo na loteriji, saj vedo, da pomagajo športu v svoji državi. Brez spremembe modela sedanjega financiranja športa bomo v Sloveniji zagotovo začeli zaostajati tudi v dosežkih, saj vlaganja v šport največkrat pomenijo boljše pogoje za delo, boljše strokovno podporo športnikom in boljše rezultate. Tu smo začeli izgubljati stik z ostalim svetom.«

Športnik: Od prekaljenih menedžerjev že dalj časa poslušamo, da je šport posel. In očitno ni nič drugače pri športu invalidov. Kakšen je vaš pogled na to?

Boro Štrumbelj: »V veliki športni in parašportni družini, ki je sestavljena iz velikanske piramide, je samo ozek vrh športnikov, za katere lahko rečemo, da je šport biznis, čeprav bi po medijskih novicah sklepali, da je drugače. Ko smo bili na pogovorih v Avstriji pri agenciji KADA, ki skrbi za dvojno kariero športnikov, so nam povedali, da v Avstriji samo 3 odstotki športnikov med športno kariero zaslužijo dovolj, da lahko od tega denarja živijo vse življenje. Sledijo jim športniki, ki zaslužijo za življenje »sproti«, velika večina športnikov pa je amaterjev, ki imajo drugačne motive za ukvarjanje s športom (zdravje,

športni dosežek, osebnostni razvoj, druženje). Teh je v resnici povsod po svetu daleč največ, res pa je, da mediji spremljajo v glavnem profesionalni šport, zaradi česar se zdi, da je tega največ, kar pa niti približno ne drži. Prav zato je zelo pomembno, da parašportniki, pri katerih je vse še veliko bolj na amaterskih temeljih, redno obiskujejo šolo in skrbijo za prihodnost. Tu je lahko pravi zgled Dejan Fabčič, ki je kljub naporni vadbi, tudi trikrat dnevno, dokončal medicinsko fakulteto, si kasneje ustvaril družino, končal specializacijo in je danes spoštovan zdravnik v Novi Gorici, hkrati pa je bil udeleženec že dveh paralimpijskih iger. V življenju sem spoznal veliko ljudi, tudi zelo pomembnih, a je Dejan zame poseben zgled in ga neizmerno občudujem. Vesel sem, da je tudi Darko Đurič tik pred diplomo. Pravzaprav sem vesel, da so parašportniki še zmeraj pretežno amaterji, zelo pa sem žalosten, da nimajo enakih pogojev za delo in sredstev za priprave kot drugi parašportniki po svetu. To ni prav.«

Športnik: V mandatu 2015–2018, ko ste bili na čelu Direktorata za šport na Ministrstvu za izobraževanje, znanost in šport, je prišlo do pozitivnih premikov v športu invalidov. Lahko kaj poveste o tem?

Boro Štrumbelj: »Vesel sem, da je prišlo do pozitivnih premikov in da sem pri snovanju zakona lahko veliko prispeval. Moram reči, da so bili predlogi za izenačitev pravic športnikov invalidov pozitivno sprejeti tako v športni sferi kot pri odločevalcih – poslancih. Tako lahko rečemo, da je danes šport invalidov na področju pravic zakonsko izenačen s športom neinvalidov. Zveza ŠIS - SPK je kot krovna organizacija izenačena z OKS. Drugi pomemben zakon je bil Zakon o dodatku k pokojninam pri vrhunskih športnikih, kjer nam je uspelo doseči, da so tudi nosilci medalj s paralimpijskih iger deležni enakih ugodnosti kot dobitniki olimpijskih medalj. Smo pa ostali nekje na 90 % opravljenega dela. Za dokončno izenačitev športa invalidov bo treba urediti še letne programe športa, še prej pa Nacionalni program športa, ki trenutno onemogoča normalno financiranje športa invalidov. Spremeniti bo treba tudi pravilnike Fundacije za šport. Ena od stvari, ki v svetu športa še ni povsem razumljena, je, da so nacionalne panožne športne zveze financirane vsaka za svoj šport, Zveza ŠIS - SPK pa je obravnavana kot ena nacionalna panožna športna zveza, vključuje pa vse športe invalidov. Tu bo treba težave še razrešiti. Marsikaj bomo rešili z novim nacionalnim programom športa, ki ga bo treba začeti pripravljati.«

Športnik: Kakšen je vaš pogled na integracijo invalidov? V mislih imam vključevanje otrok s posebnimi potrebami v redni program osnovnih in srednjih šol. Vprašanje postavljam zato, ker je pri športni vzgoji še vedno precej otrok neaktivnih (pomanjkanje strokovnega kadra, dostop do objektov, rekvizitov ...) ali pa so športne vzgoje oproščeni.

Boro Štrumbelj: »Najprej bi rad opozoril na dva pojma: integracija je, da invalida vključimo v šolski prostor, invalid pa je prepuščen samemu sebi, enak ostalim. Drugi, bolj pravičen pojem je inkluzija – tu se tudi okolje prilagodi invalidnemu otroku, otrok ima izobraženega spremljevalca, ki mu pomaga v procesu šolanja, tudi pri športu, prilagodijo se objekti, doizobrazijo se učitelji. V šolskem sistemu potrebujemo inkluzijo, ne integracije. Glavni problem pri neaktivnosti otrok z različnimi oblikami oviranosti je neznanje in posledično strah – kaj če bom otroka s tem dodatno poškodoval? Hkrati je različnih kombinacij invalidnosti toliko, da kljub preučevanju te problematike še sedaj vem, da skoraj ničesar ne vem, čeprav v primerjavi z marsikom ogromno vem. Ko sem bil na ministrstvu, sem predlagal ustanovitev svetovalne skupine strokovnjakov pretežno iz zavodov za otroke s posebnimi potrebami (CIRIUSI ...), ki bi bili kot svetovalci po vsej Sloveniji na razpolago profesorjem športne vzgoje v primerih integracije. Njihove izkušnje in nasveti pri vsakodnevem delu z invalidi bi bili zelo pomembni za profesorje športne vzgoje, ki se s takimi primeri srečujejo le redko. Seveda se je ustavilo pri financiranju te skupine odličnih strokovnjakov s posameznih področij invalidnosti z ogromno izkušnjami.«

Športnik: Zagotovo ste prepričani, da je treba otroke že zgodaj navdušiti za redno športno vadbo, saj jih le tako najlažje usmerimo v željeni šport.

Boro Štrumbelj: »Po 16 letih delovanja na področju športa invalidov in spremljanja razvoja Zveze ŠIS - SPK lahko rečem, da se je veliko spremenilo

na boljše. Zveza je veliko bolj usmerjena proaktivno in je družbeno prepoznana, športniki invalidi pa so vse bolj prepoznavni v slovenski družbi. Na enem področju pa nam še ni uspelo narediti pomembnejšega napredka, razen v Ljubljani, in to je povečanje baze športnikov invalidov. Velikokrat se sprašujem, kaj bi bilo treba storiti. Verjetno je rešitev model ŠD Invalid v Ljubljani; Marko Brežan in Branko Mihorko sta ustanovila društvo, pravzaprav konzorcij, ki združuje športnike invalide v Ljubljani. To združevanje so pripoznali tudi na MO Ljubljana, kjer so podprli te programe in zagotovili finančna sredstva. To je nedvomno pozitiven primer in verjetno model, ki ga je treba razširiti po vsej Sloveniji. Verjetno je možna nadgradnja s pomočjo večjega sodelovanja invalidskih organizacij, ki so po mojem mnenju preveč pasivne pri vključevanju otrok in drugih invalidov v šport. Financerji pa se v skladu z veljavnimi kriteriji težko odločajo za financiranje posameznikov, ko pa se različne skupine invalidov združijo in skupaj kandidirajo za finančna sredstva, namenjena športu, gre za število športnikov, ki ni zanemarljivo, kar so v Ljubljani prepoznali. Pozitivne spremembe vidim tudi v Mariboru. Upam, da bo ŠD invalid kot konzorcij postal vseslovenska oblika organiziranosti športa invalidov, ki bo vodila številne programe za otroke invalide povsod po Sloveniji. In tu so ključen dejavnik starši, ki se na koncu odločijo, ali bodo otroke usmerili v šport ali ne. Pri tej odločitvi bi jim zelo pomagalo, če bi vedeli, da obstajajo kvalitetni, strokovno vodeni in varni programi za njihove otroke. Pozdravljam kamp za starše in otroke invalide, ki je lani prvič potekal v Laškem. Takih kampov bi moralo biti bistveno več. Mislim, da je tudi to prava smer. Naj omenim še projekt MIZŠ, ki bi lahko bil z vidika športa mejnik za otroke invalide, če se bo začel uresničevati s pomočjo evropskih sredstev. To je projekt, ki bi otroke invalide iz vse Slovenije spodbujal, da se pričnejo vključevati v šport. To

bo za Zvezo ŠIS - SPK ogromen zalogaj, hkrati pa izjemna priložnost za nadaljnji razvoj športa invalidov v Sloveniji.«

Športnik: Ko govorimo o športu invalidov, ne mislimo samo na vrhunski šport, pomembno je tudi gibanje, rekreacija, ljubiteljski šport.

Boro Štrumbelj: »Absolutno. Najprej se moramo zavedati, da je šport invalidov v svetu v zadnjih 20 letih naredil ogromen korak naprej.

“Dosegati vrhunske rezultate je zmeraj težje. Ampak šport niti približno ni samo vrhunskost, za invalide je pomembnejša polnopravna vključenost v družbo, tudi v športno-rekreativne dejavnosti, zdravje, druženje, potovanja, spoznavanje sveta prek športa, individualni napredek. Nekoč je med predavanjem neki študent rekel: Zmaga ni vse, zmaga je edino, kar velja.”

Odgovoril sem mu na primeru, ki sicer ni s področja športa invalidov, ampak plavanja. V Avstraliji, kjer deluje 700.000 registriranih plavalcev, na OI nastopi približno 20 plavalcev, zakaj pa trenira preostalih 699.980? Velika večina plavalcev se torej s športom ukvarja zaradi zdravja in zgoraj navedenih dejavnikov, ki so zame veliko pomembnejši kot vrhunski rezultati. Seveda pa nekateri sanjajo o njih – in tudi takšnim športnikom je treba zagotoviti pogoje za trening. Najprej moramo torej zagotoviti pogoje za ukvarjanje z vsemi oblikami športa invalidov povsod po Sloveniji in omogočiti nadgradnjo za tiste najboljše.«

Od leve proti desni, naš vrhunski plavalec Darko, Boro in Turek Eraglu.



Športnik: Spregovoriva še o dostopnosti športnih objektov v Sloveniji. Fakulteta za šport, najvišja znanstvena ustanova za šport pri nas, je še vedno slabo dostopna za invalide na vozičkih. Kaj bi bilo, če bi se invalid na vozičku odločil za študij na tej fakulteti?

Boro Štrumbelj: »Ne strinjam se z vami. Fakulteta za šport je star objekt, ki ni bil zgrajen zato, da bi v njem študirali tudi invalidi. Pri vseh prenovah, ki so sledile, se je zlasti kolega Jurak, ki jih je vodil, potrudil, da je stavba prilagojena tudi invalidom. Imamo prilagojene garderobe in rampo pri vhodu, stavba je dostopna tudi za vozičke.

“Novi bazen je v celoti prilagojen invalidom, imamo dvigalo za spuščanje invalidov in nepokretnih v vodo. Niso pa še prilagojene učilnice, ki so težko dostopne.”

Tudi sam sem že razmišljal o tem, kako bi naredili dvigalo ali kaj podobnega, a v tem trenutku ustrezne rešitve ne vidim. Konec koncev smo lahko ponosni, da so bili naši študenti Samo Petrač, Darko Đurič in Gal Jakič. Včasih to ni bilo mogoče in tudi tu je Fakulteta za šport v miselnosti naredila pomembne korake naprej. Kar se tiče ostalih športnih objektov, pa lahko rečem, da so novi prilagojeni tudi invalidom, potrebna pa je prenova starejših objektov, kjer bomo morali upoštevati prilagoditve za invalide, seveda tam, kjer je mogoče.«

Športnik: Vem, da dobro poznate dolgoletna prizadevanja za gradnjo večnamenske dvorane pri Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Soča. Se strinjate, da bi bila to velika pridobitev za rehabilitacijski in tekmovalni šport vseh kategorij invalidov?

Boro Štrumbelj: »Res je, to je objekt, ki ga v Sloveniji krvavo potrebujemo. Med letoma 2004 in 2010 smo bili že blizu, ko je bilo več ministrstev pripravljenih na začetek gradnje. Tudi arhitekturni natečaj je bil že izveden, nato pa se je zaradi krize na žalost vse ustavilo. Ta objekt je pomemben iz dveh razlogov: ker bi lahko vsem pacientom na URI Soča predstavili šport invalidov, s katerim bi se lahko ukvarjali po rehabilitaciji, in ker bi v

Ljubljani, kjer trenutno ni veliko športnih objektov, prilagojenih invalidom, lahko vsi vadili v vrhunskem objektu, v celoti prilagojenem invalidom. Upam, da ta zgodba ni končana.«

Športnik: Se strinjate, da smo Slovenci športni narod? Želimo si, da bi to postali tudi invalidi, če že niso. Velja pa omeniti, da smo invalidi vse pogostejše prisotni v medijih. Zanima me vaš pogled na medijsko predstavitev športa invalidov.

Boro Štrumbelj: »Pravilna je usmeritev Zveze ŠIS - SPK, da se odpre navzven in postane proaktivna. Če želijo biti invalidi prepoznani kot pomemben del družbe, morajo pokazati, da so lahko marsikomu vzor. Pri nas je preveč jamranja, včasih upravičenega, včasih ne – tudi pri invalidih. Nič nam ni dano samo po sebi, vsi se moramo boriti za svoje pravice in pokazati, da smo lahko koristen del družbe in da lahko prispevamo k njenemu razvoju. Slovenci smo športni narod, na področju športa invalidov pa še nekoliko zaostajamo, vendar se tudi tu obeta postopen napredek. Mediji igrajo pomembno vlogo pri promociji športa invalidov. Velik je tudi napredek pri pokrivanju športa invalidov s strani RTV Slovenija, ki počasi prepozna svojo vlogo javnega servisa.«

Športnik: Nameniva nekaj besed še največjemu tekmovalcu za parašportnike, paralimpijskim igram. V tem trenutku smo še v negotovosti, saj se soočamo z vprašanji treningov, potrjevanja kvot in podobno. Ali so to za organizatorje, trenerje in druge veliki izzivi?

Boro Štrumbelj: »Da, to so res veliki izzivi, predvsem pa je nepredvidljivo, kaj bo prinesla prihodnost. Še vedno se lahko zgodi, da bodo OI in POI tudi prihodnje leto odpovedane. Svet je postavljen na glavo. Največja tekmovanja odpadajo drugo za drugim. Nihče ne ve, kako se bo virus obnašal v prihodnje. Tudi pri treningih je veliko negotovosti. Zagotoviti je treba varnost vadečih, pri invalidih še toliko bolj, saj mnogi spadajo med ogrožene skupine prebivalstva. Na novo stvarnost bo treba pripraviti športnike, trenerje in spremljevalce ter nato živeti v skladu s sprejetimi varnostnimi smernicami. Zdravje mora biti zmeraj na prvem mestu.«

Športnik: Proti koncu lanskega leta ste uradno obiskali organizatorje iger na Japonskem. Imeli smo občutek, da so vas Japonci navdušili. Takrat je še veljalo, da bodo igre leta 2020.

Boro Štrumbelj: »Res je, vse je potekalo po načrtih, priprave na OI in POI so po dolgem času potekale po načrtih. Japonci so izredno prijazni in organizirani, ničesar niso prepuščali naključju. Njihova vlada je določila tudi kraje za priprave pred igrami. Čeprav je bila končna odločitev prepuščena posameznim državam, so nam določili (predlagali) mesto Fukui. Naša delegacija je bila že lani tam in stala prijateljske vezi ne samo na športni ravni, ampak kar med državami. Njihovi otroci so med obiskom spoznavali Slovenijo, nam pa so predstavili japonske običaje. Vezi s Fukuijem imamo še danes, zato upam, da gre samo za leto zamika. Prepričan sem, da bi bile to igre, kjer nebi šlo samo za šport, ampak tudi za tradicijo in kulturo. Čeprav sem podprl preložitve iger, bi bilo res škoda, če bi jih zaradi koronavirusa odpovedali. Poleg velike gospodarske škode bi generacija športnikov, ki sanja o udeležbi na igrah, ostala brez njih. Ob tej priložnosti bi se rad za prijaznost in pomoč zahvalil veleposlaniku Japonske g. Yoshidi, pohvalil pa bi tudi našo ambasadorko dr. Petrič, ki je ponudila pomoč slovenske ambasade pri logistični izvedbi iger.«

Športnik: Kakšen je vaš pogled na prihodnost športa, tudi športa invalidov v Sloveniji? V svojih strokovnih razpravah pogosto zapišete, da niso izkoriščene vse možnosti na lokalni ravni.

Boro Štrumbelj: »Res je, glavni problem je lokalna organiziranost športno-rekreativnih dejavnosti. Zavedati se moramo, da država športu namenja 23 milijonov evrov, 7 milijonov prispeva Fundacija za šport (šport invalidov financira tudi FIHO), kar 80 milijonov evrov pa zagotovijo lokalne oblasti. Če država kar nekaj sredstev namenja za šport invalidov, pa je na lokalni ravni, razen v Ljubljani, ki je svetel zgled, denarja malo. Za to pa niso krive lokalne skupnosti, temveč neorganiziranost športa invalidov na lokalni ravni. Če ni programov vadbe, tudi financerji ne smejo pomagati. Upam si trditi, da je tu največji problem v nesodelovanju invalidskih organizacij na lokalni ravni, rešitev pa je skupen nastop v okviru konzorcija. Kadre smo začeli usposablјati, znanje imamo, organiziranost pa je slaba. Predlagam skupen sestanek Zveze ŠIS - SPK z vsemi invalidskimi organizacijami ter vzpostavitev koordinacijskega telesa za lokalno raven. Tega v tem trenutku ni. Je pa še ena možnost, ki je še nismo omenili: inkluzija športa invalidov v nacionalne panožne športne zveze. Te imajo klube po vsej Sloveniji, kader (potrebovali bi le dousposablјanje) in organizacijsko mrežo. Svet gre večinoma v to

smer. Naj kot primer te prakse navedem združitve ameriškega olimpijskega in paralimpijskega komiteja. Šport je pri njih šport – ne šport invalidov in preostali šport. In prav je tako. Sinergija, ki jo povzroči taka odločitev, je velika.«

Športnik: Že dalj časa sodelujete z Zvezo ŠIS - SPK na številnih področjih. Ste soavtor strokovnega dokumenta »Strategija športa 2019–2029«. Kakšen je vaš pogled na delovanje in usmeritve zveze kot nacionalne organizacije za šport invalidov? Zveza posveča skrb vsem kategorijam invalidov.

Boro Štrumbelj: »Ob koncu intervjuja bi se vam rad zahvalil za povabilo. Vidi se, da sva oba že dolgo v športu invalidov. Trdimo se za napredek na tem področju in se zavedava, kje so glavni problemi. Mislim, da je strategija pravilno zasnovana, izdelan je tudi izvedbeni načrt, pred vsemi nami je trdo delo. Zavedam se, da vrtičkarstvo ne bo prineslo napredka, skupen nastop vseh invalidov in invalidskih organizacij pa bo pomenil močno silo, ki se ji bodo odločevalci težko uprli. Zato je pomembno, da strategijo in izvedbeni načrt predstavimo vsem invalidskim organizacijam in da jo te prepoznajo za svojo. V tem primeru se za nadaljnji razvoj športa invalidov ni bati.«

Spoštovani dr. Štrumbelj, hvala za pogovor. To priložnost izkoriščamo, da se vam še enkrat zahvalimo za vaš dosedanji prispevek in podporo našim prizadevanjem v prid športa invalidov.

Dr. Štrumbelj daje napotke Fabčiču pred startom (sedaj že zdravnik – internist).



Darko Đurić in Dejan Fabčič sta se odločila skleniti svojo športno pot

Piše: Drago Perko

(foto: Vid Ponikvar - Sportida)



Pride trenutek, ko obrneš list. Pride trenutek, ko spremeniš smer in stanje. Ostanejo pa sledi in pečat. Prav to počneta paraplavalec Darko Đurić in parakajakaš Dejan Fabčič, ki sta se odločila skleniti svojo športno pot.

Ostali bodo spomini, rezultati, statistika. Ostala bosta Darko in Dejan, ki sta vtisnila globok pečat in zaznamovala svoj čas, za kar smo jima na Zvezi ŠIS – SPK hvaležni. Da sta pustila pečat, je bilo mogoče opaziti tudi na odmevni novinarski konferenci, ki je v skladu s postkoronskimi ukrepi potekala v predavalnici Fakultete za šport. Uvodoma je zbrane nagovoril prof. dr. Damir Karpljuk, dekan fakultete, ki je Dejanu in Darku izrekel poklon ob koncu uspešnih športnih karier in zgodb, ki sta jih spisala.

Zagodla jima jo je pandemija

Da športnikom v minulih mesecih ni bilo lahko, sta priznala tudi naša junaka. »Od aktivnega plavanja sem se želel posloviti v Tokiu. Sezono smo dobro zastavili, žal pa nam jo je zagodla pandemija, s tem pa dvomesečna odsotnost iz bazena, nejasnost glede nove sezone, predvsem pa želja po novih izzivih, da bi lahko bolj napredoval. Vse to me je pripeljalo do odločitve, da tekmovalne kopalke obesim na klin in mesto prepustim mlajšim. Ob tej priložnosti bi se rad zahvalil

Plavalnemu klubu Gorenjska banka Radovljica, ki mi je omogočil treninge, Zvezi ŠIS – SPK za podporo, trenerjem, financerjem in drugim podpornikom, ki ste me spremljali ter vzpodbujali, tudi ko mi ni bilo lahko. Zame to ni konec, je le nov začetek. Hvala vsem,« je povedal Darko, ki se je ob tej priložnosti ozrl na preplavano pot po največjih športnih arenah na zemeljski obli. »Ko sem septembra 2007 začel trenirati plavanje v Radovljici in je Ciril Globočnik omenil, da bom nastopil na paralimpijskih igrah, si nisem predstavljal, da bo to postalo

resničnost. Danes, trinajst let pozneje, lahko na kariero pogledam s ponosom in hvaležnostjo. Koliko sveta sem videl, koliko dobrih ljudi spoznal. Medalje in rekordi pa so bili nagrade za vse tiste, ki ste od malega verjeli vame,« je dodal svetovni in evropski prvak, paralimpijec in večkratni svetovni rekorder.

Pomanjkanje motivacije

Po Darku je besedo dobil Dejan. »Odločil sem se, da končam kariero parakajakaša. Odločitev je v meni dozorevala počasi. O zaključku sem razmišljal že po lanski sezoni, vendar smo se z ljudmi, ki mi pri kajaku pomagajo, odločili, da nadaljujem še v paralimpijsko leto. Imel sem namreč realne možnosti, da osvojim kvoto za Tokio. Začel sem sodelovati z novim trenerjem Miho Brezigarjem in delala sva res dobro, vse dokler nas ni koronavirus priklenil v domove. Sprva sem tudi doma trdo treniral, ko pa se je karantena začela vleči v nedogled in so odpovedali tekme ter naposled predstavili paralimpijske igre, sem počasi izgubljal motivacijo za trening. V času karantene doma sem si dneve popestril tudi z drugimi športi ter spoznaval, da mi je vedno bolj všeč preživljanje časa v krogu družine in da ob tem še kaj postorim okoli hiše. Vedno bolj sem spoznaval, da si toliko časa, kot ga zahteva vrhunsko treniranje kajaka, ne bom več niti sposoben niti pripravljen vzeti. O tem sem se pogovoril z ženo in z ljudmi, ki jim zaupam, ter se z lažjim srcem in pokončno držo odločil, da je dovolj kajakaštva na vrhunski ravni,« je svojo odločitev pojasnil Dejan Fabčič, ki je dodal: »Kajakaških uspehov ne bi dosegel brez pomoči Andreja Jelenca, ki je bil idejni vodja parakajakaštva v Sloveniji ter koordinator, mentor, svetovalec in človek, ki kot bivši kajakaš šport razume in vedno najde dober nasvet. Prvih zaveslajev me je naučila in me nato popeljala do paralimpijskih iger Nina Mozetič, trenerka v pravem pomenu besede, na treningih neizprosna, po treningu pa dobra prijateljica. Pred Riom nam je z nasveti in treningi pomagal tudi Jernej Zupančič Regent, ki je prava zakladnica kajakaškega znanja in mu to še ni dovolj, saj nenehno tuhta nekaj novega. V zadnjih nekaj sezonah so mi pomagali tudi Stjepan Janić, Špela Ponomarenko in Miha Brezigar. In ne nazadnje mi je vsa ta leta ob strani stala Zveza ŠIS – SPK. Še enkrat hvala vsem!«

Strokovna podpora za Darka in Dejana

Uspehov ni brez dobrega strokovnega dela, ki sta ga bila deležna tudi Darko in Dejan, zato ne skrivata hvaležnosti. Za Darkov razvoj so skrbeli Blanka Zupan, Katja Ovsenik, Boro Štrumbelj, Jana Čander,

Matej Globočnik, Alen Kramar, Emil Tahirovič, nizozemska strokovnjaka Sander Nijhuis in Bram Dekker ter kondicijska trenerka Tea Kosnjek. Darko je ob tem dejal, da gre posebna zahvala Gregi Nahtigalu za odlično sodelovanje že kot fizioterapevtu v Montrealu (svetovno prvenstvo leta 2013) in kot spremljevalcu na EP v Dublinu 2018. Nad Dejanovo kariero v parakajaku sta najprej bdela Nina Mozetič (glavna trenerka) in njen pomočnik Jernej Zupančič Regent, v zadnjih letih pa Stjepan Janić in Miha Brezigar. Plavalna trenerja Dejana Fabčiča sta bila dr. Boro Štrumbelj in Jana Čander.

Konec, ki ni konec

»Delo z njima je bila šola življenja, šola športa in ekipnega dela. Oba sta vrhunska športnika, marsičemu sta se odrekla. Tudi šport invalidov je vrhunski šport. Upam pa, da ta današnji konec ni konec in da se še vidimo v kakšni drugi vlogi,«

Dejan in Darko sta velika športna in osebna prijatelja.



pa je preteklost s prihodnostjo povezal dr. Boro Štrumbelj, vodja paralimpijske odprave v Tokiu. Prav Boro je bil tisti, ki je, to je sam povedal, imel ta privilegij, da je bil trener obeh, Dejana in Darka.

Že na novinarski konferenci je bilo jasno, da D&D nista rekla zadnje besede v (para)športu. »Že zaradi gibanja potrebujem šport. Nekajkrat tedensko bom še moral skočiti v vodo, če bom želel ohraniti telesno maso. Plavanje mi je dalo ogromno, se pa veselim tudi drugih stvari. Odbojka in ragbi na vozičkih, tu se že udeležujem treningov. Ne vem še, ali bo to rekreativno ali tekmovalno. Moram pa paziti na desno roko in ramo, ne smem tvegati poškodbe,« je v pogovoru za Slovensko tiskovno agencijo načrte za prihodnost razkril Đurić. »Želim si, da bi se parakajak nadaljeval. Pomagal bom, če se bo pojavil nov kandidat – mogoče z življenjsko zgodbo in motivacijo za trening. Želim si, da se moja zgodba tu ne bi končala. Če pa bo še kaj tekmovalnega, verjetno tudi ne bo težava,« pa je za STA dodal Fabčić.



Raper Trkaj (avtor paralimpijske himne), ob njem Darko in Dejan.



Imajo veliko zaslugo za razvoj športa invalidov, Dejan, Boro in Darko.

Aktivna pionirja odmevnih akcij

»V času pandemije je šport še posebno na udaru, odpadajo mednarodna tekmovanja in tudi športniki sprejemajo različne odločitve. Žal smo pred nekaj dnevi tudi mi od dveh naših največjih parašportnikov prejeli novico, da zaključujeta športno pot. To je na neki način konec, a hkrati začetek ter izziv za mlade, ki šele stopajo po poti največjih, da postanejo še boljši. Bila sta športnika, ki sta nas leta razveseljevala z odličnimi dosežki in kot vzor mladim postavljala meje skorajda nemogočega. S karizmo vrhunškega športnika in s svojo osebnostjo sta poskrbela, da je parašport postajal vse bolj prepoznaven v Sloveniji in širše. Z osvojenimi medaljami na mednarodnih tekmovanjih sta vedno znova dokazovala, da spadata prav v vrh. Sta pionirja promocijskih in družbeno koristnih akcij, ki so jih pripravili naši sponzorji Lidl Slovenija, Toyota, Loterija Slovenije in Zavarovalnica Triglav. Zazevala bo praznina, ki je ne bo mogoče hitro zapolniti, pa vendar bo to mladim vržena rokavica, da presežejo svoja vzornika. Hvala, Darko in Dejan, da sta bila del naše športne zgodbe ter sta nas leta navduševala z odličnimi športnimi dosežki,« je ob slovesu zapisal Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS – SPK.

Srečno in hvala

»Zveza ŠIS – SPK se sooča z novimi izzivi, tudi s tem, da bodo paralimpijske igre prihodnje leto. Za vse udeležence je bila predstavitev šok, psihološki udarec, saj so morali koncentracijo trenažnega procesa zamakniti za eno leto. Za Darka in Dejana je danes uradno konec vrhunškega športa. Številnim sta bila in ostala navdih in vzor, tudi tem, ki so se prek programa Postani športnik vključili v športne aktivnosti. Podobno, prek vključevanja in preizkušanja različnih panog, sta se onadva vključila v tekmovanja in našla šport zase. Zveza ŠIS – SPK se Darku in Dejanu iskreno zahvaljuje za njun trud na športni poti, ki sta jo opravila, Darko v paraplavanju, Dejan pa najprej v paraplavanju in kasneje še v parakajaku. S svojimi nastopi sta v svet ponesla Slovenijo in jo dostojno predstavljala. Dejanu in Darku želim veliko nadaljnjih ustvarjalnih dni. Verjamemo pa, da še nista rekla zadnje besede na področju športa. Športno še naprej, srečno!« je zbrane na novinarski konferenci nagovoril Gregor Gračner, podpredsednik Zveze ŠIS – SPK. Podpredsednika Zveze ŠIS – SPK Gregor Gračner in Jakob Škantelj sta Darku in Dejanu v imenu zveze predala priložnostni darili.



DRUGA RUNDA, — nove — ŽAR mojstrovine.

Spremljajte novo sezono na **lidl.si/zar-legende**, kjer bosta žar legendi Darko in Miha skupaj z Lidlom Slovenija poskrbela, da najdete vse za popoln piknik.



Preprosto
več za vas

Odbojka sede v času karantene

Piše: Jana Ferjan

(foto: Osební arhiv)



Tik pred izbruhom koronavirusa v Sloveniji se je iz Kanade vrnila ženska reprezentanca v odbojki sede.

Dekleta (Lena Gabršček, Tija Vrhovnik, Danica Gošnjak, Mira Jakin, Suzana Ocepek, Senta Jeler, Klara Vrabčič, Klara Jeretina in Jana Ferjan, s trenerjem Simonom Božičem in pomočnikom trenerja Brankom Mihorkom) so se v mestu Halifax udeležila kvalifikacijskega turnirja za še zadnje preostalo mesto v odbojki sede na paralimpijskih igrah v Tokiu, na poti pa so bila med 22. februarjem in 2. marcem. Na turnir so se resno in zavzeto pripravljala, tudi s prijateljskimi tekmami proti Nemkam in Italijankam, ki so jih gostila v Braslovčah.

Na kvalifikacijskem turnirju so sodelovale reprezentance Kanade, Ukrajine, Nemčije, Finske in Slovenije. V uvodnem delu tekmovanja so se ekipe pomerile po sistemu vsak z vsakim, v nadaljevanju pa je zadnjeuvrščena ekipa izpadla. Preostale štiri so se pomerile v polfinalu, za končna mesta pa še zmagovalki polfinala v tekmi za prvo mesto in poraženki polfinala v tekmi za končno tretje mesto.

Slovenke so se na uvodni tekmi turnirja srečale z visoko motiviranimi in odlično pripravljenimi Kanadčankami, popoldne

istega dne pa še z ekipo Finske. Prvo tekmo so dobile Kanadčanke, Slovenke pa so v boju s Finkami rezultat obrnile sebi v prid in tako v prvem tekmovalnem dnevu zabeležile en poraz in eno zmago.

Naslednji dan jih je čakala tekma proti Nemčiji, na kateri sta obe ekipi pokazali odlično borbena igro in veliko željo, na koncu pa so morale Slovenke v tesnem izidu priznati premoč Nemkam. Sledila je še tekma proti Ukrajini, ki se prav tako ni izšla po načrtih, vendar so Slovenke s četrtem mestom prvega dela tekmovanja ostale v igri za vstop v finale.

Kot četrtouvrščene so se v polfinalu ponovno srečale s prvouvrščeno Kanado. Tudi tokrat so Kanadčanke pokazale premoč, kljub temu da so Slovenke prikazale dobro igro. Sanje o Tokiu so se tako končale, dekletom pa je preostalo še boj za tretje mesto na turnirju. Tokrat so se Slovenke ponovno srečale z Nemkami in jih v napeti tekmi, polni preobratov, premagale, zaslužno osvojile tretje mesto na turnirju in se razveselile brona.

Kot rečeno, so se dekleta iz Kanade vrnila ravno nekaj dni pred pojavom prve okužbe s koronavirusom v Sloveniji, ki je začasno ustavil tako trenažni proces kot načrtovane turnirje in tekmovanja.

Moška ekipa se tako ni odpravila na turnir v Sarajevo, niti ni gostila številnih



evropskih ekip, ki so pri naših fantih načrtovale priprave na evropsko prvenstvo skupine B, ki bi moralo junija in julija potekati v Šempetru v Savinjski dolini. Prvenstvo je trenutno prestavljeno na konec avgusta, prav tako pa tudi žensko odprto evropsko prvenstvo.

“Fantje in dekleta kondicijo samostojno vzdržujejo doma, tako kot preostali športniki, vsi pa se že veselijo napovedanih sprostitev ukrepov in ponovnega snidenja na prvih treningih, takoj ko bo to mogoče. Pri vzdrževanju fizične pripravljenosti je odbojkarjem in odbojkaricam v pomoč tudi nova himna športnikov invalidov »Ta tempo«, ki jo je zanje v sodelovanju z Zvezo za šport invalidov Slovenije – Paralimpijskim komitejem ustvaril Trkaj.”

Vzpodbudo v teh posebnih časih so igralci in igralkе širili tudi na socialnih omrežjih z objavo odlomkov s svojih treningov.

Kljub izolaciji ter začasni prekinitvi treningov in tekmovanj pa se na organizacijski ravni še vedno marsikaj dogaja, saj je bilo treba ravno zaradi karantene in zaprtja meja številne dogodke odpovedati ali prestaviti. To pomeni veliko usklajevanja, dogovarjanja in komunikacije, kar je v teh časih še posebej težko, saj je načrtovanje vnaprej za organizatorje praktično nemogoče.

Organizacija World Paravolley letos praznuje 40 let, zato so ob obletnici s priznanjem za posebne dosežke počastili tudi dolgoletno članico slovenske ženske reprezentance in bivšo kapetanko Anito Goltnik Urnaut. V času aktivnega igranja za reprezentanco je bila večkrat razglašena za najučinkovitejšo igralko na številnih tekmovanjih, za priznanje s strani Paravolley pa ji iskreno čestitamo.

V pričakovanju sprostitev ukrepov in postopnega začetka trenažnega procesa se torej fantje in

dekleta doma vsak po svojih močeh individualno pripravljajo na prestavljeno evropsko prvenstvo v Šempetru, pri čemer upajo, da bodo lahko pozdravili tudi publiko in domače navijače.

Prvi človek stroke
Simon Božič in
njegov pomočnik
Branko Mihorko.



Vakciji.



Tudi moška
reprezentanca se
vzpenja po lestvici
uspešnih.



Parašportniki dobili himno

Raper Trkaj je pred časom sprejel poseben izziv, napisati himno za spodbujanje slovenskih parašportnikov in povečevanje prepoznavnosti športa invalidov. Premierno je bila himna z naslovom *Ta tempo* predstavljena januarja na prireditvi Parašportnik leta 2019, širša javnost pa jo je prvič slišala v času pandemije covid-19. Zaradi takrat veljavnih omejitev smo skladbo lansirali kar na družbenem omrežju Facebook in tako so jo poleg parašportnikov za svojo vzeli vsi, ki so v samoizolaciji potrebovali spodbudo za gibanje in pozitivno naravnost.

Skladba in njeno motivacijsko besedilo sta hitro prerasla svoje osnovne okvirje in se prilagodila trenutni situaciji. »Pri nastajanju himne so mi bili v navdih športniki invalidi in preizkušnje, ki jih vsakodnevno premagujejo na svoji poti. Ko sem končal z ustvarjanjem, sem si želel, da bi himno za svojo vzeli vsi slovenski športniki in navijači, s čimer so se strinjali vsi, ki so mi pomagali pri nastajanju komada. Kmalu zatem smo se začeli spopadati s koronavirusom in čutil sem, da lahko *Ta tempo* v vse slovenske domove ponese pozitivno energijo in motivacijo,« je ob izidu povedal Trkaj.

Premiero je na družbenem omrežju Facebook v živo spremljalo več kot 500 ljudi, do konca maja pa je spot zabeležil že 53 tisoč ogledov. Pozitiven odziv, številne pohvale in komentarji ljudi, češ da so ravno tako vzpodbudo potrebovali, so navdušili vse vpletene, tudi samega Trkaja: »Načrti se lahko vedno porušijo, preizkušnje, pred katere nas postavi življenje, pa nas naredijo le še močnejše. Velik zgled pri tem, kako vztrajati in se boriti, so mi bili prav



parašportniki, ki vsakodnevno držijo ta tempo. Veselim se dne, ko bom lahko komad z njimi in njim v poklon zarepal tudi v živo.«

Nova himna je brez dvoma navdihnila športnike invalide. Ti so sprožili Facebook izziv, pri katerem so sotekmovalce in prijatelje pozvali k objavi posnetkov vadbe ob spremljavi ritmov nove himne. Tudi osebna trenerka Hana Verdev iz Lidlove Vitalnice je skladbo uporabila za podlago svoje vadbe v živo na Facebook kanalu Lidl Slovenija. Pokazala je, kako je ob držanju tempa mogoče poskrbeti za svoje zdravje.

Ker verjamemo v združevalno moč športa, smo himno ponudili vsem slovenskim športnim organizacijam in šolam za brezplačno uporabo na njihovih dogodkih.

»Verjamemo, da je vsak športnik ne glede na šport, ki ga trenira, ali oviranosti, ki jih ima, v svojo športno kariero vložil ogromno truda in znoja. Vsi vpleteni v slovenski šport komaj čakamo, da se vrnemo v ustaljene tirnice, naši navijači pa bodo lahko športnike spodbujali tudi z novo himno,« je povedal Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS - SPK.

«Nova športna himna je nastala v sodelovanju med Zvezo ŠIS - SPK in njenim zlatim sponzorjem, podjetjem Lidl Slovenija. Aktivnosti promocije parašporta se bodo nadaljevale jeseni, začeni z uradnim videospotom himne.»

Skupaj bomo stopnjevali ogrevanje slovenskih športnikov in javnosti pred paralimpijskimi igrami prihodnje leto.



Curling

Piše: Mojca Burger (foto: Osebni arhiv)

Curling je zimski ekipni šport na ledu, pri katerem štiričlanski ekipi posebne dvajsetkilogramske kamne iz škotskega granita izmenično podajata po ledeni površini.

Pri tem jih skušata čim bolj približati velikemu krogu na drugi strani ledene ploskve, imenovanemu hiša. V ekipi so štirje igralci, vsak pa poda dva kamna po 45 metrov dolgi progi. Na vsaki strani je narisana tarča oz. hiša. Ekipi kamne podajata izmenično, kam jih igralci podajo, pa usmerja vodja ekipe, ki je zadolžen za taktiko. Vsak igralec, razen vodje, torej v igri tako podaja kot pometi. Ker gre za izjemno taktičen šport, igralci zelo redko ciljajo v sredino tarče. Pri igri se uporablja bližanje, zbijanje in skrivanje kamnov. Ekipa, ki ima po koncu obrata kamen bližje središču hiše, dobi toliko točk, kolikor kamnov je bližje središču od nasprotnikovih.

Curling izvira iz Škotske, izpopolnili so ga Kanadčani

Curling, ki ga zaradi izjemne taktičnosti pogosto imenujejo tudi šah na ledu, izvira iz Škotske. Razvil se je v 16. stoletju kot družabna športna igra na zaledenelih jezerih. Organizirano je začel delovati v 19. stoletju z ustanovitvijo Royal Caledonian Curling Cluba prav tako na Škotskem. Curling se je hitro razširil po svetu in predvsem po zaslugi Kanadčanov iz družabne igre kmalu prerasel v resen šport. Na olimpijskih igrah se je prvič pojavil že leta 1932,



a le kot demonstracijska disciplina. Prav tako je tudi na rednem sporedu paralimpijskih iger kot curling na invalidskih vozičkih.

Curling v Sloveniji

Curling v Sloveniji obstaja točno 10 let. Pri nas deluje 6 curling klubov v Ljubljani, na Jesenicah in v Velenju. Že od začetka se slovenske reprezentance udeležujejo tekmovanj Svetovne curling zveze v prav vseh kategorijah, vključno s kvalifikacijami za svetovno prvenstvo v curlingu na invalidskih vozičkih.

Curling na invalidskih vozičkih

Pravila curlinga na invalidskih vozičkih so enaka, razlika je le v načinu podajanja kamnov. Igralci si pomagajo s posebno palico, postavljeni pa so tudi nekoliko bližje hiši, ki jo ciljajo. Razlika je tudi v tem, da ni pometanja, v ekipi pa morajo biti igralci obeh spolov. Svetovna curling zveza svetovna prvenstva v curlingu na invalidskih vozičkih organizira od leta 2002, naslov svetovnega prvaka pa je domov največkrat odnesla reprezentanca Kanade. Slovenski reprezentanti se redno udeležujemo

mednarodnih tekmovanj, letos je ekipa na svetovnem prvenstvu skupine B osvojila odlično četrto mesto, kar je najboljši rezultat doslej, saj je le za eno mesto zgrešila uvrstitev v skupino A, ki bi z dobrimi rezultati omogočila tudi uvrstitev na olimpijske igre.

“Seveda pa sodelovanja na tako velikih tekmovanjih ne bi bilo, če ne bi tekmovanj, priprav in opreme finančno podpirala Zveza ŠIS - SPK.”

Za tako obetavne rezultate je treba izvesti veliko treningov, za katere pa na žalost v Sloveniji še nimamo dobrih pogojev, saj dvorana v Zalogu, kjer treniramo enkrat tedensko, vsak ponedeljek, ni najprimernejša. Dvorana je namreč namenjena hokeju, zaradi česar površina za curling ni najbolj primerna. Pred velikimi tekmovanji se zato za več dni odpravimo v Bratislavo, kjer opravimo več treningov dnevno skupaj s trenerjem. V poletnih mesecih curling klubi občasno pripravijo stezo v Planici.

Reprezentanca Slovenije v Wheelchair curlingu

Ekipa, ki nas je letos zastopala na Svetovnem prvenstvu skupine B na Finskem:

Tekmovalci: Robert Žerovnik (skip), Žiga Bajde, Jože Klemen, Jovita Jeglič, trener Gregor Verbinc in pomočnica trenerja Anja Pečaver. V reprezentanci sta še Davorin Kopše in Živa Hribar.

Slovenska curling liga

Curling zveza Slovenije vsako leto organizira curling ligo, v kateri igra 22 ekip iz Slovenije in Hrvaške. To je edina liga, v kateri lahko med seboj tekmujejo vse ekipe vseh klubov, tako hodeči igralci kot tudi igralci na vozičkih. V slovenski curling ligi trenutno igra 8 igralcev na invalidskih vozičkih, poleg zgoraj omenjenih reprezentantov še Jana Ferjan in Mojca Burger. Ekipa invalidov je v sezoni 2019/2020 v ligi osvojila odlično 3. mesto. Sodelovanje v slovenski curling ligi nam omogoča Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine.

Ali ste vedeli?

- Kamni za curling tehtajo okoli 20 kilogramov.
- Za igranje curlinga je potrebna posebna ledena površina, ki je popolnoma ravna in posuta z drobnimi kapljicami. Za preureditev hokejske ledene ploskve v curling steze strokovnjaki potrebujejo kar teden dni.
- Curling se igra v klasični kategoriji (ločeno moške in ženske ekipe), v kategoriji mladincev (do 21 let) in seniorjev (nad 50 let), poznamo pa tudi curling mešanih ekip, curling mešanih dvojic in curling na invalidskih vozičkih.
- Kanada ima več kot 2 milijona registriranih igralcev in več kot 1500 curling klubov.
- Profesionalnim igralcem curlinga med pometanjem ene dolžine steze srčni utrip naraste na enako raven kot pri sprintu na 100 metrov.
- Prvi in drugi igralec morata na eni tekmi pometati kar 60-krat.

Ali bi se nam radi pridružili?

Vse tiste, ki bi radi preizkusili nekaj novega in spoznali curling, vabimo, da se nam pridružite na treningu. Za vse informacije se lahko obrnete na našega trenerja Gregorja Verbinca, email: curling.zalog@gmail.com.

Za sodelovanje potrebujete le veliko dobre volje, spol in leta niso pomembna. Veseli vas bomo!

Ekipa pred odhodom na tekmovanje z letališča dr. Jožeta Pučnika.



Reprezentanca v curlingu se vse bolj uveljavlja tudi z rezultati.



Sobivanje na skupnih površinah

Odgovornost je na strani hitrejšega

Vsak peti meni, da je pot po skupnih površinah in pločnikih nevarna. To je pokazala anketa o sobivanju na skupnih prometnih površinah, ki so jo izvedli na portalu Zavarovalnice Triglav, ki skrbi za varnost v cestnem prometu, vozimse.si. Pločniki in skupne površine v urbanih središčih so območja, kjer se srečujejo pešci, kolesarji in osebe na invalidskih vozičkih, vse pogosteje pa se jim pridružujejo rolarji, rokarji in skiroisti. Njihovo skupno bivanje vse pogosteje zaznamuje slaba volja, poleti 2019 pa so celo v medijih pogosto pisali o nesrečah, ki so jih povzročili vozniki električnih skirojev in rolk. A kdo je res kriv za nastale nesreče in kako jih lahko preprečimo?

Po podatkih Slovenske policije je bilo leta 2019 za kolesarje in pešce na kolesarskih stezah in pločnikih precej varno. Na teh območjih je bilo le 3 % vseh nesreč pešcev in kolesarjev v naseljih. So torej pločniki in skupne površine v urbanih okoljih res nevarni?

Mesta zaznamuje dinamika prometa

Za uspešno sobivanje in dobro voljo ni dovolj le to, da ne prihaja do nesreč. Včasih je pomembno tudi dobro počutje. V anketi portala Vozimse so spraševali tudi, katere situacije udeležence najbolj motijo na skupnih površinah. Trije od štirih so odgovorili, da jih motijo skupinice, ki se ustavijo sredi površine in klepetajo, dva od treh motijo pešci, zatopljeni v mobilni telefon, enega od treh pa malčki na poganjalcih. Vse naštetje je del dinamike skupnih površin in zaznamuje življenje v mestih.

Odgovornost za odločitev

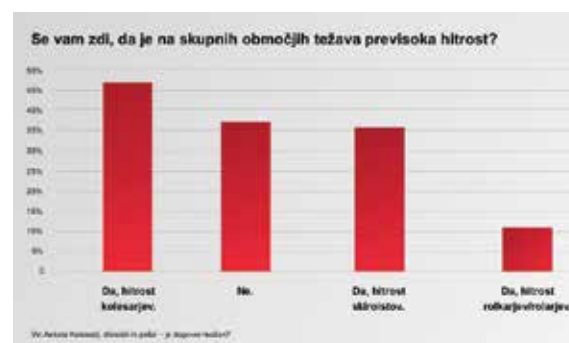
Namesto da bi iskali vzroke pri posameznih skupinah udeležencev, Andrej Brglez, raziskovalec in direktor Inštituta za civilizacijo in kulturo, predlaga, da se vsi zavedamo dveh dejavnikov, ki vplivata na varnost na teh površinah: opazovanje in hitrost.



Vedno se moramo truditi za očesni stik z vsemi, ki so pred nami. Spremljati moramo, kako se ljudje okoli nas premikajo. Še posebej pa je to ključno za tiste, ki se premikajo hitreje, poudarja Andrej Brglez. V praksi to pomeni, da morajo vsi, ki se premikajo hitreje od najranljivejše skupine (pešci), zelo natančno opazovati dogajanje okoli sebe, da lahko pravočasno opazijo morebitno nevarnost. Seveda pa je težko opazovati, če so oči zaposlene z mobilnim telefonom.

Ko se na vozišču z avtomobilom odločimo prehitovati kolono, moramo pred tem dobro pretehtati tveganje takega manevra in v nadaljevanju prevzeti tudi odgovornost za sprejeto odločitev. Bolje kot znamo predvideti, kako bodo ravnali tisti pred nami, ki se premikajo z različnimi hitrostmi, in bolj kot smo

pozorni in zbrani, večja je verjetnost, da bomo prehiteli brez ogrožanja sebe in drugih. Tudi območja urbanega mobilnostnega sobivanja zaznamuje gibanje udeležencev z različnimi hitrostmi, tako da je tudi to prostor nenehnega prehitovanja. Zato bi morali upoštevati enaka pravila prehitovanja – z vodilom jaz pazim na druge, oni pa name. Vsak naslednji korak in prevožen meter s kolesom, skirojem ali električno rolko je lahko vzrok za slabo voljo ali povod za konsenz, še poudarja Andrej Brglez.



David Razboršek, Zavod Vozim

»Kar je morda zame hitro, je lahko za nekoga, ki je starejši, absolutno prehitro. Zaradi starosti dojemam in reagira drugače. Za mlajšega od mene, z boljšimi senzornimi sposobnostmi, pa je moje gibanje celo počasno. Kljub temu si mlajši ne more privoščiti večje hitrosti, ker je sobivanje situacija med dvema (ali več udeleženci). Mlajši lahko sreča nekoga, ki je starejši, zato njegova reakcija morda ne bo niti približno takšna, kot si jo mlajši in okretnejši predstavlja. Upoštevati je treba tudi gibalno ovirane, slepe, slabovidne in gluhe, ki bodo prav tako reagirali drugače, kot bi pričakovali.«

Lahko noč, skrbi.

Triglav komplet

Združite
zavarovanja
cele družine
in prihranite
do 50 %.

O svojih zavarovanjih
ne razmišljate pogosto,
a z občutkom varnosti,
ki vam ga dajo, živite
vsak dan.



Vse bo v redu.

triglav

www.triglav.si

Priprave Lanzarote 2020 – Alen Kobilica (paratriatlon) in ekipa

Piše: Grega Nahtigal

(foto: Osebni arhiv)

Izbira otoka Lanzarote (Kanarski otoki) je bila logična poteza ekipe Alena Kobilice za izvedbo zimskih priprav. Otok je v teh mesecih zaznamovan s triatlonom, saj je triatloncev najbrž več kot domačinov.

Ni čudnega, saj so pogoji za trening zares odlični. Prostrane ceste z izjemno dobro podlago lahko izkoristimo tako za kolesarski kot tekaški trening. Atletski stadion, 50-metrski bazen, fitnes in ne nazadnje morje, ki ima 19 stopinj, ponujajo zares vse, kar si triatlonci lahko želijo.

“Ekipa Alena Kobilice je bila na teh pripravah v sestavi Urh Klenovšek (tekmovalni in trening spremljevalec), Nino Cokan (trening spremljevalec), Dorian Hojnik (fizioterapevt) in trener Grega Nahtigal.”

Prisoten je bil tudi Alenov glavni tekmovalni spremljevalec Jaroslav Kovačič, ki je formo nadgrajeval po svojem trenažnem procesu, a je kljub temu pomembno, da smo bili tam kot ekipa, da smo torej drug drugega podpirali pri vsakodnevnih naporih.



Alen se je pripravljaj tudi s pomočjo zunanjega strokovnega kadra, in sicer: Roman Kejžar (tek), Aleksej Dolinšek (kolo) in Damijan Čanžek (kondicija).

▲
Alen na treningu pod budnim očesom trenerja.



Finančna in psihološka podpora Zveze ŠIS - SPK in njenih partnerjev je v takšnih trenutkih tako pomembna kot posamezen član Alenove ekipe, zato me veseli, da skupaj ustvarjamo pogoje, ki si jih vrhunski športniki zaslužijo.

Dobro razpoloženje
pred startom.



Priprave so potekale po načrtu, ki smo ga v določenih segmentih celo malo preseгли.

“Glavni cilj te sezone je, da bi Alen na 5 km tekel pod 20 minutami, kar se morda sliši lahko, a podatek, da je to do sedaj uspelo samo enemu slepemu tekaču (kategorija PTVIB1), govori sam zase. Ja, treba je biti najboljši na svetu.”

Alen je bil z ekipo na pripravah 5 tednov. Prva dva tedna sta bila posvečena še bazični pripravi, zatem pa smo kaj kmalu prešli na specifično hitrost, ki je v času tekmovanja najpomembnejša. Alen je opravil tudi nekaj plavalnih treningov na odprtem morju. 19 stopinj se sliši malo, a je pravi luksuz glede na temperature na prvi tekmi na Tasmaniji, kjer je bila pričakovana temperatura morja okoli 16 stopinj Celzija. Moč kolesarjenja (t. i. watt) je primerna in morda celo najboljša do sedaj. Zdi se, kot da sta Alen in ekipa zares na pravi poti. Pri tako zgoščenem in zahtevnem trenažnem procesu je izjemno pomemben člen tudi terapevt/maser, ki dnevno skrbi za regeneracijo ne samo Alena, temveč tudi spremljevalne ekipe (Urh, Nino in Jaroslav), ki se z njim znoji na treningih.

29. februarja je Alena čakalo tudi prvo in hkrati zadnje tekmovanje pred epidemijo koronavirusa – serija ITU na daljni Tasmaniji, kjer je s spremljevalcem na progi Jaroslavom Kovačičem zasedel končno 8. mesto. Sedaj pa čakamo na razplet situacije in nadaljnja tekmovanja, ter se v domačem okolju pripravljamo na nove izzive.

Vedno prvi

Piše: G. Š.

Toyota se kot eden izmed največjih proizvajalcev avtomobilov že ves čas svojega obstoja zaveda tudi svoje širše odgovornosti do družbe, okolja in narave. Njihovim inovacijam pogosto pripada pionirska vloga. Prvi so izdelali avtomobil na hibridni pogon. Utemeljili so prvega športnega terenca. Ustvarili so prvi avtomobil na gorivne celice. Prvi so v enem letu izdelali več kot 10 milijonov vozil. V Sloveniji pa je Toyota prva, ki opcijsko svoja vozila opremlja z ročico BDF in tasko omogoča svobodno mobilnost za vse.

Kot ena izmed največjih proizvajalk avtomobilov na svetu je Toyota v svoji bogati zgodovini postavila številne nove standarde in trende. Pogosto so bili prvi - v produktnem, tehnološkem, poslovnem, ekološkem in korporativnem pogledu. V resnici je težko izbrati, kateri je njihov najbolj pomemben izum. Leta 1997 so predstavili model Prius, ki velja za prvi serijski avtomobil na hibridni pogon na svetu. Toyota je s Priusom prikazala svojo vizijo okolju prijazne pogonske alternative in odprla vrata množični avtomobilski elektrifikaciji. Hibridni pogon je danes poganja večino modelov znamke Toyota. V dobrih dveh desetletjih pa je Toyota izdelala že več kot 15 milijonov avtomobilov na hibridni pogon, ki so skupaj privarčevali več kot 60 milijonov ton ogljikovega dioksida. Hibridni pogon je danes poganja večino modelov znamke Toyota. Še nekaj let pred tem, natančneje leta 1994 je luč sveta ugledal model RAV4, ki velja za utemeljitelja razreda športnih terencev. Danes vozi že peta

generacija. V letošnjem letu pa bo prvič na voljo tudi v priključno-hibridni različici. Že leta 1966 je na ceste zapeljala Toyota Corolla, ki velja za najbolje prodanaj avtomobil na svetu.

“Do danes so jih izdelali že več kot 45 milijonov in je priljubljena po vsem svetu. Toyota Mirai pa je prvi serijsko proizvedeni avtomobil na gorivne celice, katerega edine emisije so le kapljice vode. Že leta 2017 je Toyota postala prva avtomobilska znamka, ki je v enem letu proizvedla več kot 10 milijonov vozil.”

Poleg tega je Toyota na Interbrandovi lestvici, ki vrednoti blagovne znamke, najvišje uvrščena avtomobilska znamka. Skupno pa med vsemi blagovnimi znamkami zaseda izjemno sedmo mesto.

Samodejna vozila za igre v Tokiu

Skrb za enakopraven dostop do svobodne mobilnosti korporacija Toyota že izraža v povsem otipljivi obliki. Za olimpijske in paralimpijske igre v Tokiu so namreč predstavili celo vrsto okolju prijaznih brezemisijjskih in samovozečih vozil, ki so prilagojena tudi za prevoz ljudi z različnimi telesnimi omejitvami. Med bolj zanimivimi je vsekakor model e-Palette, svojevrstno samodejno vozilo, ki je videti kot nekakšen mini avtobus. V svoji osnovni konfiguraciji lahko prevaža osem potnikov. A je v resnici lahko precej več kot to. Lahko je trgovina, pisarna, soba in še marsikaj drugega. e-Trans je vozilo, ki je lahko nekakšen sodobni dostavni kombi, hkrati pa je tudi odlično prevozno sredstvo za prevažanje invalidov in oseb z različnimi telesnimi hibami. e-Care je nekakšno samodejno reševalno vozilo, opremljeno z vso potrebno medicinsko opremo, s katero bo mogoče opraviti različne zdravniške preglede in analize. Poleg tega pa omogoča tudi možnost pogovora z zdravnikom, medtem ko vas vozilo pelje v bolnišnico.

Toyota tudi v tem oziru orje ledino in dokazuje, da ima je skrb za družbo globoko zakoreninjena v njenih vrednotah.

Ročica BDF.

V Sloveniji pa je Toyota v sklopu kampanje Mobilnost za vse je Toyota v Sloveniji začela sodelovati s proizvajalci ročice BDF., ki voznikom z različnimi telesnimi omejitvami omogoča upravljanje vozila z rokami. Na ta način jim zagotavlja svobodno mobilnost. Toyota je v Sloveniji prva avtomobilska znamka, ki ponuja tudi testna vozila, ki so opremljena z ročico BDF.



Start Your Impossible

Korporacija Toyota je globalni partner Olimpijskih in Paralimpijskih iger v Tokiu, ki so zaradi pandemije COVID-19 prestavljene na leto 2021. Poleg tega pa sodeluje tudi z Mednarodnim olimpijskim in Mednarodnim paralimpijskim komitejem ter s številnimi nacionalnimi komiteji. To partnerstvo poteka pod skupnim sloganom Start Your Impossible, v sklopu katerega ljudi spodbujajo k udeležanju svojih ciljev. Športniki pa so pri tem vedno vzročni primeri volje, odločenosti in osredotočenosti.

PRVI.

HIBRIDNI PIONIRJI ŽE ČETRT STOLETJA.



Medtem ko drugi šele začenjajo, se mi vozimo s 4. generacijo hibridov, ki več kot 50% poti opravijo na električni pogon. Vsak dan.



Izberite hibrid Toyota z 10-letnim jamstvom za hibridno baterijo in hibridnim bonusom do 2.500 €.

Veliki sponzor olimpijske reprezentance Slovenije.

TOYOTA.SI

Povprečna poraba goriva za vozila Toyota Hibrid: od 1,0 do 4,6 l/100 km in emisije CO₂: od 22 do 105 g/km. Emisijska stopnja: za 1,5 HSD, 1,8 HSD, 2,0 HSD in 2,5 HSD (EURO 6 DG - EURO 6 AG). Emisije NOx: od 0,0021 do 0,0049 g/km. Ogljikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delce PM₁₀ in PM_{2,5}, ter dušikovih oksidov. 10 letno jamstvo hibridne baterije velja ob rednih testih hibridne baterije (HHC) na 1 leto ali 15.000 prevoženih km (kar nastopi prej) pri pooblaščenih prodajno-servisnih Toyotini trgovski mreži. Hibridni bonus znaša do 2.500 €, odvisno od opreme in modela vozila. Slika je simbolična. Več na www.toyota.si. Toyota Adria d.o.o., Brnčičeva 51, Ljubljana.

Šport gluhih in novi koronavirus

Piše: Anton Petrič

(foto: Osebni arhiv)

Ko je izbruhnila virusna bolezen, imenovana covid-19, ki jo povzroča novi koronavirus, in se razširila po svetu, je Svetovna zdravstvena organizacija (WHO) 11. marca razglasila pandemijo. Pandemija je negativno vplivala na svetovni šport.

Obstala so ligaška tekmovanja, odpovedana so evropska, celinska in svetovna prvenstva. Tudi največji komercialni športi, v katerih se obračajo ogromne količine denarja, tem ukrepom niso ušli. NBA je ustavila vse košarkarske tekme, formula 1 miruje, nogometna liga prvakov je zastala.

Največji udarec športu pa je predstavitev olimpijskih in paralimpijskih iger v Tokiu na leto 2021. Japonska se je za organizacijo iger odločila, da bi svetu pokazala, da je premagala katastrofe v zadnjih letih, ko sta jo prizadela cunami in jedrska nesreča v Fukušimi. Zdaj pa je doživela nov šok, ki ga bo morala spet nekaj časa prebolevati. »Olimpijske in paralimpijske igre bodo takrat potekale v polnem programu, kot dokaz zmage nad novim koronavirusom,« je povedal japonski premier Šinzo Abe. Kljub predstavitvi obojih iger bodo obdržali ime Tokio 2020.

Predstavitve paralimpijskih iger bo vplivala na kvalifikacije za paralimpijske igre oziroma na to, ali bo letos še mogoče priti do uvrstitve na tekmovanje, kjer je zaradi manjšega števila udeležencev ter zaradi kvot in omejitev po športih zelo težko priti do tekmovalne vstopnice. Ena od teh kvalifikacijskih postaj bi morala biti tudi v Sloveniji, turnir v namiznem tenisu v Laškem, ki pa bo zanesljivo predstavljen, najverjetneje šele na leto 2021. Slovenski parašportniki so ostali brez tradicionalnega namiznoteniškega turnirja v Laškem, ki bi moral biti maja, ter evropskega prvenstva v strelstvu, ki bi moral potekati junija.



▲ Jože Kerec (na levi) skupaj s jugoslovanskimi šahisti ekipni svetovni prvaki v Albufeiri (POR) leta 1986.

▼ Samo Petrač (št. 32) - bronasta medalja v kolesarski dirki 100 km na olimpijskih igrah gluhih Sofija 1993.

Šport gluhih na mednarodni ravni se ni izognil pandemiji novega koronavirusa. Prva žrtev je bilo svetovno prvenstvo gluhih v odbojki, načrtovano od 2. do 11. julija 2020 v termah Chianciano na Sardiniji. Sledile so odpovedi prvenstev: svetovno prvenstvo gluhih v judu, 14.-19. april 2020, Pariz (Francija) svetovno prvenstvo gluhih v rokoborbi, 1.-10. junij 2020, Trabzon (Turčija) svetovno prvenstvo gluhih v strelstvu, 14.-20. junij 2020, Luzern (Švica) svetovno prvenstvo gluhih v namiznem tenisu, 20.-27. julij 2020, Baden (Avstrija).

Mednarodni komite za šport gluhih (ICSD) se bo sestal konec junija in najverjetneje sprejel odločitev, da se odpovejo še preostala svetovna prvenstva gluhih v tem letu in letošnje kvalifikacijske tekme za uvrstitev na olimpijske igre gluhih, ki bodo potekale decembra 2021 v Braziliji. Kvalifikacijske tekme in turnirje naj bi predstavili na polletje 2021, tako da bo dovolj časa za določitev tekmovalnega programa na olimpijskih igrah gluhih istega leta.

Tudi Evropska športna organizacija gluhih (EDSO) je proaktivno pristopila k ukrepom. V skladu z dogovori z organizacijskimi odbori gostiteljev je odpovedala oziroma prestavila letošnja evropska prvenstva gluhih. Odpovedala je tudi letošnji kongres Evropske športne organizacije gluhih, načrtovan od 24. do 26. julija v Københavnu na Danskem.

“Pandemija novega koronavirusa je pustila posledice tudi v športu gluhih v Sloveniji. Športna zveza gluhih Slovenije je odpovedala državna prvenstva gluhih do konca letošnjega aprila.”

Odpovedala je tudi mednarodni teniški turnir gluhih v Portorožu, ki naj bi ga izvedla 8. in 9. maja. Kako bo z izvedbo državnih prvenstev gluhih v maju in juniju, bo odvisno od vladnih ukrepov, v kakšnem obsegu se bodo lahko izvedla športna tekmovanja v Sloveniji.

Odpira se tudi vprašanje financiranja priprav in udeležbe gluhih športnikov na mednarodnih tekmovanjih, ki je odvisno od priliva sredstev Fundacije za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij (FIHO). FIHO prejema sredstva od Loterije Slovenije, ki pa je s 16. marcem 2020 zaprla prodajna mesta specializirane mreže. Igre Loterije Slovenije so dostopne le na eloterija. si in prek mobilne aplikacije ter na nekaterih prodajnih mestih drugih ponudnikov. Iz poročil Loterije Slovenije je razvidno, da so vplačila za njene igre precej upadla, tako da bo to vplivalo tudi na financiranje FIHO, kar prinaša negativne posledice tudi za sofinanciranje programov humanitarnih in invalidskih organizacij. Financiranje športa gluhih je močno odvisno od teh sredstev, zato je težko napovedati nadaljnji potek dogodkov, povezanih z aktivnostjo športa gluhih doma in v tujini.

► Najuspešnejše olimpijske igre gluhih za Slovenijo-Yllas 1995 - 7 medalj.



► Slovenski gluhi košarkarji tretji na svetu v Atenah leta 2002.



► Eva Zorko-dvakratna svetovna prvakinja v judu leta 2004.



▼ Marino Kegl na olimpijskih igrah gluhih Samsun 2017.



Anton Petrič je novi generalni sekretar EDSO

Piše: Tina Grošelj

(foto: Osebni arhiv)



Po razrešitvi Philipa Gerrarda, dosedanjega generalnega sekretarja Evropske zveze za šport gluhih (EDSO), je ta pomembna evropska organizacija za razvoj športa gluhih in izvedbo evropskih športnih tekmovanj dobila novega generalnega sekretarja.

Do potrditve na prihodnjem kongresu, ki bo potekal predvidoma jeseni v Københavnu, bo funkcijo začasno opravljal Slovenec Anton Petrič.

»Izbira ni prišla po naključju,« je odločitev izvršnega odbora pojasnil predsednik EDSO Iosif Stavrakakis. Petrič je namreč dolgoletni sekretar Športne

zveze gluhih Slovenije in ima dolgoletne izkušnje pri organiziranju športnih tekmovanj za gluhe v Sloveniji. Prav tako je že dve desetletji delegat in slovenski predstavnik v Evropski zvezi za šport gluhih. Med letoma 2006 in 2008 je sodeloval pri pripravi njenega novega statuta, ki so ga delegati potrdili na skupščini v Bratislavi.

Med njegovimi najpomembnejšimi cilji bo sprememba statuta EDSO: »Usklajen bo s smernicami Mednarodnega olimpijskega komiteja in olimpijskega gibanja. Dobil bom tudi večja pooblastila, moja funkcija bo nadgrajena v izvršnega direktorja. Posledično bodo tudi moje obveznosti večje, saj bom moral poskrbeti za večjo finančno stabilnost EDSO, predvsem pa zagotoviti dodatne vire financiranja. V sodelovanju z izvršnim odborom bom poskrbel za kontinuiteto izvedbe evropskih prvenstev. Preprečiti želim prakso iz preteklih let, ko nobena država ni prevzela izvedbe in so tekmovanja preprosto odpadla,« začrtane prednostne naloge pojasnjuje Petrič.

Kot je še dejal 54-letni dolgoletni strokovni sodelavec Zveze društev gluhih in naglušnih Slovenije, ostaja v svoji stari službi. Delo bo v Ljubljani še naprej nemoteno opravljal. »Čeprav ima EDSO sedež v Bruslju, bom imel z izvršnim odborom sestanke na daljavo prek sodobnih komunikacijskih orodij. Tudi administrativno delo in pregledovanje finančnega poslovanja bom izvajal na daljavo. Prav tako bom na daljavo v stiku z nacionalnimi športnimi zvezami gluhih in organizacijskimi odbori evropskih prvenstev,« načrt svojega

dela predstavlja Petrič, sicer večč uporabnik mednarodne kretnje. Med svojim mandatom si želi izboljšati tudi sodelovanje z mednarodnimi panožnimi zvezami in doseči boljšo prepoznavnost športa gluhih v posameznih športnih panogah.

Iz Evropske zveze za šport gluhih prihaja še ena pomembna novica. Sabina Hmelina, nekdanja vrhunska športnica in dobitnica olimpijske medalje v alpskem smučanju ter zdajšnja predsednica Športne zveze gluhih Slovenije, je bila imenovana za tehnično direktorico za kegljanje gluhih. Odgovorna bo za sodelovanje z organizacijskim odborom nacionalne športne zveze gluhih, ki bo gostiteljica evropskega prvenstva v kegljanju, in nadzorovala potek tekmovanja, da bo v skladu s pravili mednarodne kegljaške zveze. Glede na trenutno dogajanje po svetu, ko je bila marca razglašena pandemija bolezni co-vid-19, so vsa načrtovana evropska tekmovanja trenutno zaustavljena. Spomnimo pa, da je bilo zadnje evropsko prvenstvo v kegljanju pred dvema letoma v Avstriji. Takrat je Nemčija napovedala izvedbo naslednjega, tretjega evropskega prvenstva, ki naj bi potekalo leta 2022. Več bo znano po kongresu Evropske zveze za šport gluhih, ki je za zdaj predviden v pozni jeseni.

Anton Petrič-sekretar SZGS in Marino Kegl-gluhi tenisač.



▲ Z desne-Sabina Hmelina-predsednica SZGS, Anton Petrič-sekretar SZGS.

Pot obarvana s športom in veseljem

Piše: Helena Gril

(foto: Arhiv SOS)

»Sem Luka, tekmoval bom v alpskem smučanju. Zelo si želim, da bi prišli na našo otvoritev. Skupaj bi otvorila igre. Upam, da boste lahko prišli.« To so besede učenca OŠ Gustava Šiliha Luke Heinriha, s katerimi je nagovoril predsednika države Boruta Pahorja in ga povabil na otvoritev 16. zimskih iger Specialne olimpijade Slovenije, ki so potekale 6. in 7. marca letos. Takšnega vabila seveda ne gre zavriniti in ni ga mogel zavriniti niti predsednik države.



Predsednik Republike Borut Pahor, je vedno podpiral šport invalidov.

O b predsedniku republike so se otvoritve iger, ki je potekala v prostorih II. gimnazije Maribor, udeležili še podžupanja MO Maribor, mag. Helena Kujundžič Lukaček, predstojnica ZRSŠ OE Maribor, dr. Milena Kerndl, predsednica Zveze Sožitje Slovenije, dr. Katja Vadnal, predsednik Medobčinskega društva Sožitje Maribor Martin Benko, predsednik Športne zveze Maribor Tomaž Barada, pomočnik direktorja Policijske uprave Maribor Rafael Viltušnik in namestnica vodje Urada za šport Anja Kolšek.

Na otvoritvi so nastopili učenci OŠ Gustava Šiliha Maribor z igro o Snežinki Balerinki, večer pa so športnikom popestrili tudi pevka Anabel, Marko Škof in skupina Čuki. Vrhunec večera je napočil,

ko je na prizorišče stopila specialna olimpijka Nika Dolinšek, dobitnica srebrne in zlate medalje na zimskih svetovnih igrah specialne olimpijade v Schladmingu. Spremljali so jo policisti Policijske uprave Maribor in v njihovem spremstvu je Nika prižgala olimpijski ogenj. Igre je otvoril predsednik republike, ki je v svojem nagovoru športnikom povedal, da jih spremlja in vidi, kako dozorevajo ter vedno z novim elanom hodijo po svoji poti. Ta pot je obarvana s športom, veseljem in pristnostjo medčloveških odnosov.

Prav šport je pogosto gonilo v življenju in razvoju oseb s posebnimi potrebami. Kot športniki smo vsi enaki, vsi stremimo k istemu cilju, vsi si želimo istega uspeha in na koncu istega občutka

zmagoslavja, ki sledi vsemu vloženemu trudu. Specialni športniki se morda razlikujejo zgolj po tem, da so v svojem trudu, veselju in žalosti veliko bolj pristni, ničesar ne počnejo zaradi denarja ali lastne slave. V specialnem športu ni dopinga in ni cen, ki bi jih športniku postavljali trg. Obstajata samo šport in človek kot oseba, kot športnik. Specialni športniki zvesto sledijo svoji zaprisegi, ki jo izrečejo pred vsakim tekmovanjem: »Dovolite mi zmagati, če pa ne morem zmagati, naj bom pogumen

v svojem poskusu.« Na letošnjih igrah je v imenu vseh športnikov zaprisegla športnica Anamari Hadner, udeleženka lanskih svetovnih iger v Abu Dhabiju.

Specialna olimpijada ni zgolj športna organizacija, pač pa način življenja oseb z motnjami v duševnem razvoju in njihovih družin. Pogosto je to edina možnost za druženje s sebi enakimi in za razvoj socialnih stikov. Zato so tovrstna tekmovanja, kot so bile že 16. zimske igre Specialne olimpijade Slovenije, ki so bile izvedene tik pred izbruhom koronavirusa, toliko bolj pomembna.

Na letošnjih igrah, ki so potekale na Rogli, je tekmovalo 131 tekmovalcev iz 25 ekip. Tekmovali so v treh športih, in sicer teku na smučeh, alpskem smučanju in krpljanju. Tekmovalci so se pomerili v teku na 100 m, 400 m, 1200 m in 2500 m. Tekmovanje v krpljanju je potekalo v treh disciplinah – na 100 m, 200 m in 400 m. Vsa tekmovanja v teku in krpljanju so potekala, kot se za prave šampijone spodobi, na tekaškem poligonu Petre Majdič.

Medtem ko so se tekači in krpljarji merili pri hotelu Natura, so se vznemirjeni in adrenalina polni alpski smučarji razdelili v dve skupini. Športniki, ki so tekmovali v začetnem veleslalomu, so se po-merili na progi Uniorček, medtem ko so tekmovalci v lažjem in težjem veleslalomu tekmovali na Ostruščici. Po napetih bojih in v čudovitem vzdušju, ki ga je spremljalo prekrasno zimsko vreme, so se tekmovanja zaključila in športniki so se lahko okrepčali s kosilom.

Sledil je daleč najbolj pričakovan dogodek tega dne – podelitev medalj. Medalje so podeljevali de-skar na snegu Rok Marguč, podžupan Občine Zreče Drago Šešerko in predsednik Specialne olimpi-jade Slovenije Ljubo Miličević. Podelili so kar 30 kompletov medalj. Marsikdo pa je bil na ta dan še posebej ponosen, saj je dosegel odličen rezultat, ki ga morda pelje na svetovne igre specialne olimpijade 2022.

Tak je bil naš zadnji brezskrbni vikend, vikend brez novic o boleznih in smrti; vikend, ko se še sploh nismo zavedali, kaj sledi in da se bo svet (in z njim mi) kmalu ustavil. Ravno zato so taki vikendi toliko pomembnejši in jih moramo toliko bolj ceniti. To so vikendi, polni veselja, vznemirjenja in čustev, pravih prijateljstev, iskrenih stiskov rok in novih izkušenj. Za take dni se preprosto splača živeti.



Prižiganje olimpijskega ognja.



Na startu.



Podelitev medalj.

DRŽAVNA PRVENSTVA 2020

Piše: Žiga Kobaševič

(foto: Arhiv Zveze ŠIS - SPK)

Pregled izvedenih državnih prvenstev v ekipni in posamezni konkurenci v organizaciji
Zveze ŠIS - SPK v času od 1. 1. do 15. 6. 2020

1. DP V STANDARDNIH PLESIH

Prvo državno prvenstvo v letu 2020, je v soboto 25.1.2020 potekalo v standardnih plesih. Tekmovanje je potekalo integrirano znotraj državnega prvenstva, pod okriljem Plesne zveze Slovenije, v Zgornji Kungoti. Izvajalec je bil Plesni klub Samba iz Maribora.

Rezultati:

Kategorija 1:

1. mesto: Nastija Fijolič in Klemen Pirman (PK Zebra Ljubljana).

Kategorija 2:

1. mesto: Martin Smodiš in Roman Maček (PK Zebra Ljubljana);
2. mesto: Lara Nedeljkovič in Klemen Dremelj (PK Zebra Ljubljana).

2. DP V VELESALOMU

V petek, 14.2.2020, je na smučišču Brsnina v Kranjski Gori, potekalo državno prvenstvo v veleslalomu. Kljub spomladanskim temperaturam in sončnem vremenu, so kranjskogorski smučarski delavci odlično pripravili progo, ki je vsem tekmovalcem omogočala optimalne pogoje. Skupno je nastopilo 32 tekmovalcev in tekmovalcev, v ženski konkurenci so se državnih naslovov veselile: Kaja Debevec (gluhe smučarke), Bogomira Jakin (stoječe smučarke), Slava Sabol Čuk (nacionalna



kategorija - veteranke) in Tanja Hotko (nacionalna kategorija - članice).

Pri moških so državni prvaki postali: Stanko Melinc (gluhi smučarji - veterani), Samo Petrač (gluhi smučarji - člani), Danilo Hafner (stoječi smučarji - veterani), Bojan Potočnik (nacionalna kategorija - veterani), Milan Osredkar (nacionalna kategorija - člani) in Jernej Slivnik (sedeči smučarji).

Na zaključni slovesnosti sta bila prisotna tudi Janez Hrovat, župan občine Kranjska Gora in Bojan Resman, direktor podjetja Lip Bohinj, ki sta nagovorila tekmovalce in jim podelila odličja.

Rezultati - ženske:

Gluhi:

1. mesto: Kaja Debevec (DGN Podravja MB).

LW1:

1. mesto: Mira Jakin (Društvo paralitikov Slovenije).

NAC - veteranke:

1. mesto: Slava Sabol Čuk (DGN Ljubljana),



2. mesto: Irena Elizabeta Klosternik (MDI Šaleške doline),
3. mesto: Marija Štih (IŠD Samorastnik).

NAC - članice:

Tanja Hotko (DI Tržič).



Rezultati - moški:

Gluhi - veterani:

1. mesto: Stanko Melinc (DGN Severne Primorske),
2. mesto: Martin Vršnik (MDGN Velenje),
3. mesto: Bedrija Črešnik (DGN Podravja MB).



Gluhi - člani:

1. mesto: Samo Petrač (MDG Ljubljana),
2. mesto: Robert Debevec (DGN Podravja MB),
3. mesto: Andrej Vivod (DGN Podravja MB).

LW 6/8-1 in LW 6/8-2:

1. mesto: Danilo Hafner (DI Tržič),
2. mesto: Branko Ačko (DI Slo. Bistrica).

NAC - veterani:

1. mesto: Bojan Potočnik (IŠD Samorastnik),
2. mesto: Frančišek Pogač (DI Muta),
3. mesto: Edvard Fortin (IŠD Samorastnik).



NAC - člani:

1. mesto: Milan Osredkar (MDI Šaleške doline),
2. mesto: Drago Fortin (IŠD Samorastnik),
3. mesto: Fredi Rodaljevič (DI Zagorje).

LW 12-1 in LW 12-2:

1. mesto: Jernej Slivnik (DP Gorenjske),
2. mesto: Bojan Velikonja (ŠD GO šport).



3. DP V ŠAHU (EKIPNO IN POSAMIČNO) – GLUHI

V soboto, 15. februarja 2020 je Društvo gluhih in naglušnih Podravja Maribor, organiziralo prvo letošnje Državno prvenstvo gluhih in sicer v šahu, v ekipni in posamični konkurenci. Tekmovanje je vodil mednarodni šahovski sodnik Boris Perkovič.

Rezultati:

Posamično:

1. mesto: Franc Perkovič (DGNP Maribor),
2. mesto: Stanislav Veršič (MDG Ljubljana),
3. mesto: Andrej Štrucl (DGN Celje).

Ekipno:

1. mesto: DGN Murska Sobota,
2. mesto: DGN Celje,
3. mesto: DGNP Maribor.



4. DP V HITROPOTEZNEM ŠAHU – POSAMIČNO

V soboto, 7.3.2020 je v Boštanju, potekalo 29. odprto državno prvenstvo v šahu v posamični konkurenci. Tekmovanje je potekalo v prostorih TVD Partizan,



izvajalec prvenstva pa je bilo DI Sevnica. Skupaj je tekmovalo 9 šahistk in 33 šahistov, ki so igrali pod sodniškim nadzorom Tomaža Žnideršiča in Ludvika Cvirna. Pri ženskah je bila najboljša Pavla Košir (MDI Kamnik), na drugo mesto se je uvrstila Slavica Pečovnik Urh (DI Muta), tretja pa je bila Džamila Grabnar (MDI Žalec). Pri moških je naslov prvaka obranil Jaka Juvan (DI Muta), s srebrom se je okitil Zejnil Korač (ZMSS), bron pa sta si razdelila Vladimir Kodrič (DI Koper) in Janko Brunčič (MDI Ljutomer). Na tekmovanju je bil prisoten tudi župan



občine Sevnica, Srečko Ocvirk, ki je uradno odprl državno prvenstvo.

Moški:

1. mesto: Jaka Juvan (DI Muta),
2. mesto: Zejnil Korač (ZMSS),
3. mesto: Vladimir Kodrič (DI Koper) in Janko Brunčič (MDI Ljutomer).



Rezultati:

Ženske:

1. mesto: Pavla Košir (MDI Kamnik),
2. mesto: Slavica Pečovnik Urh (DI Muta),
3. mesto: Džamila Grabnar (MDI Žalec).



in osvojil naslov državnega prvaka. V ženski konkurenci sta domačinki Adrijana Ločnikar in Gordana Škof, izkoristili prednost domačega terena. Ločnikarjeva je bila boljša in premagala aktualno državno prvakinja Škofovo, z rezultatom 2:1 v nizih.

Rezultati:

Ženske:

1. mesto: Adrijana Ločnikar (DGN Celje),
2. mesto: Gordana Škof (DGN Celje),
3. mesto: Jasmina Mihelj (DGN Severne Primorske).

Moški:

1. mesto: Robert Debevec (DGN Podravja Maribor),
2. mesto: Marko Šmid (DGN Celje),
3. mesto: Tomi Strel (DGN Severne Primorske).

5. DP V BADMINTONU – GLUHI

V soboto, 7.3.2020, je potekalo osmo državno prvenstvo gluhih v badmintonu. 16 tekmovalcev iz petih lokalnih društev gluhih in naglušnih, se je pomerilo v športni dvorani Badminton kluba Celje. Pri moških sta v finalni tekmi igrala Robert Debevec (DGN Podravja Maribor) in Marko Šmid (DGN Celje). V borbenem in napetem dvoboju je z rezultatom 2:0 v nizih Debevec premagal Šmida

6. DP V BALINANJU (POSAMIČNO) – GLUHI

V soboto 30.5.2020 je potekalo tradicionalno državno prvenstvo gluhih v balinanju v posamični konkurenci. Tekmovanje se je izvajalo na dveh lokacijah in sicer v športni dvorani Balinček v Rogaški Slatini in na Balinišču na Grobelnem, prisotnih je bilo 19 tekmovalcev in 6 tekmovalk iz šestih področnih društev gluhih in naglušnih. Pri ženskah je naslov državne prvakine osvojila Antonija Brumen, pri moških pa Anton Klepec. Oba prihajata iz vrst DGN Ljubljana, kot zanimivost naj dodamo, da sta se omenjena naslova veselila tudi v letu 2017.

Rezultati:

Ženske:

1. mesto: Antonija Brumen (DGN Ljubljana),
2. mesto: Irena Marinko (MDGN Slovenske Konjice, Vitanje in Zreče),
3. mesto: Milena Reichard – Kostevc (AURIS Kranj).

Moški:

1. mesto: Anton Klepec (DGN Ljubljana),
2. mesto: Milan Kralj (DGN Ljubljana),
3. mesto: Vinko Kazalin (MDG Ljubljana).

4. BSC Prague Showdown CUP (Praga, 4. 3.–8. 3. 2020)

Piše: Gregor Habjan

(foto: Arhiv Showdown)

Slovenski showdownisti so se »zloglasnega« turnirja v Pragi tokrat udeležili tik pred dokončnim izbruhom koronavirusa v Evropi – Zidarjev poslovilni finale.

Slovenci se redno udeležujemo turnirjev v showdownu, saj sodimo v svetovni vrh tega športa. V tem trenutku vsi najmočnejši igralci še vedno prihajajo iz Evrope, zato se je na turnirju zbralo kar nekaj dobrih tekmovalcev. Nekaj pa jih je s startne liste izločil takrat že dodobra razvit koronavirus. Odpadli so igralci iz Koreje, odpadlo je veliko Italijanov, saj je v njihovi domovini virus takrat že hudo razsajal, udeležbo pa je odpovedalo tudi nekaj posameznikov iz lastnih zadržkov oziroma kot preventivni ukrep. Preden se posvetimo tekmovalnemu dogajanju na turnirju, bi rad kljub temu, da se v tem času veliko govori o omenjenem virusu, zapisal nekaj besed o nenavadnem položaju, v katerem smo se znašli. Že pred turnirjem so bile razmere kaotične, saj so se igralci prijavljali in odjavljali. Nekateri so rezervirali hotele in se odjavljali iz prej predvidenega hotela ter tako poskrbeli za samoizolacijo. Vsi smo si postavljali cel kup nenavadnih vprašanj: Kako in kje bomo spali? Ali Italijani res pridejo? Kaj če so okuženi? Kako bo potekalo sojenje? Kako bo z opremo in njenim pregledovanjem, ker je prepotena? Kako bo z rokovanjem in čestitkami ob koncu tekme? Kako bo v teh razmerah urejeno prehranjevanje? Kako bo z zagotavljanjem razdalje med udeleženci? Ali bomo nosili maske? In še in še.



Ob prihodu na prizorišče smo bili sprva vsi tujci, neznanci. Ni bilo mogoče zaznati pretiranega veselja, veliko je bilo sumničavih pogledov in čudnih vtisov. Vse ena sama velika neznanka. Organizator nam je takoj predstavil najvažnejša pravila: glede razkuževanja, odsotnosti osebnega stika, kašljanja ali kihanja in zadrževanja v skupnem prostoru, kjer smo bili le na svojem mestu, ki je bilo določeno po reprezentancah. Prav tako so bili okrnjeni treningi pred tekmovanjem, ves družabni program in uradna otvoritev. Vsem je bilo takoj nekoliko lažje. Kakor vedno je tudi tokrat z vsako uro skupnega bivanja vse skupaj postajalo vse bolj domačno. Sicer smo se vsi strogo držali pravil, vendar je bilo vse pogostejše videti nasmeh in slišati prijazen vzklík ali pozdrav. Morda smo bili v tej fazi še najbolj izpostavljeni sodniki,

▲
Ekipa se je pod vodstvom dolgoletnega trenerja Gregorja Habjana, vedno vračala z osvojenimi medaljami v domovino.

saj smo v času turnirja srečali daleč največ udeležencev in vstopili v daleč največ prostorov. Odsodili smo namreč ogromno tekem. Ljudje, med katerimi smo se večinoma gibal, so bili iz številnih držav, sobe smo si delili z neznanci. Hvala bogu se takrat še nismo povsem zavedali položaja, v katerem smo se znašli. Takoj ko smo prišli domov, so se razmere močno zaostrele, tri dni zatem pa je bila razglašena pandemija. Danes, ko to pišem, se vsega skupaj precej bolje zavedam in ugotavljam, da smo jo res dobro odnesli. Kaj bi bilo, če bi bili ravno mi eni izmed prinašalcev virusa v domače kraje, družine, podjetja? Tega si raje ne predstavljam, ker bi bilo grozno.

Tudi naše vrste so bile tokrat zelo razredčene. Turnirja sta se udeležila Peter Zidar in Denis Repa, v ženski konkurenci pa je nastopila le odlična Tanja Oranič. Jaz sem odšel na turnir kot predstavnik slovenskih sodnikov in tudi kot reprezentančni voznik odličnega novega Toyotinega kombija Proace. Znano je, da so turnirji v tujini zelo naporni in da od igralca zahtevajo kar nekaj znanja, moči, igralne kondicije in talenta, da se lahko enakovredno spoprime z nasprotniki. Na tovrstnih tekmovanjih se je najtežje sprostiti, odmisli sloves

nasprotnika ter se enakovredno spopasti z njim. Tak sloves si je v svetu že pridobil Peter Zidar, saj je strah in trepet za izzivalce, toda tudi njemu ni vedno lahko, saj se nanj vse bolj in bolj pripravljajo. Za Petra je bil to poslovilni turnir. V prihodnosti se bo z nasprotniki spopadal v vlogi stratega in trenerja naše showdown reprezentance. Tokrat je sicer prvič nastopil tudi v vlogi trenerja, in to zelo uspešno.

Nastopili smo odlično. Za dosežene rezultate je bilo treba dobro odigrati v predskupinah, četrtfinalu, polfinalu in seveda v finalu. Vsaka uvrstitev med prvih 16 pri moških in prvih 8 pri ženskah je na tovrstnih turnirjih odlična in jo že lahko štejemo za uspeh. Ponovno je imel Denis nekoliko smole in tudi premalo znanja, izkušenj ter treninga, da bi lahko osvojil željeni cilj, vendar končno 14. mesto tudi ni tako slabo, sploh glede na to, da je na turnirju nastopilo 45 igralcev.

“Peter je s svojimi igrami ponovno navduševal občinstvo in na koncu osvojil odlično 2. mesto. V finalu je čutil preveliko utrujenost in ponovno podlegel svojemu najneugodnejšemu nasprotniku Krystianu Kisielu iz Poljske. Boj je bil izvrsten in poslovilni turnir uspešen, saj je bil cilj – poslovilno finale – dosežen.”



V ženski konkurenci je tokrat blestela Tanja Oranič, ki si je z odličnimi igrami priborila tako željeni finale. Tam pa jo je na moči ponovno nadigrala odlična finka Jaana Pesari, ki je naši Tanji znova in znova trn v peti. Kljub temu vse čestitke za njene izvrstne igre. Pozna se, da so imeli reprezentanti premalo treninga in s tem posredno premalo agresivne igralne moči. Vsi so dali vse od sebe, mogoče tokrat celo več kot 100 %. Kot nekdanji trener reprezentance vsem igralcem čestitam tako za požrtvovalno igro kot za hrabrost, da so se turnirja udeležili. Danes se ga verjetno ne bi. Turnir je kljub velikemu strahu potekal brez večjih zapletov, pa tudi vožnja tja in nazaj, kar nam je vsem v veliko veselje. Najbolje je takrat, ko se vse dobro konča, naj se tako čim dlje tudi nadaljuje.

Varna in prijetna gorniška dejavnost oseb s slepoto in slabovidnostjo

Piše: Maja Burian, Marjeta Čič in Tjaša Filipčič

Povzetek

Gornišтво je dejavnost, pri kateri se razdalje po pešpoteh premaguje s hojo. Hoja je preprosta, in učinkovita oblika dejavnosti, ki se zoperstavlja posledicam modernega sveta. Ima blagodejne učinke na duševno stanje posameznika, druženje pa doprinaša k potrebi po pripadnosti in uveljavljanju. Živahna in dlje trajajoča hoja nas krepi. Še zlasti je dragocena za krepitev imunskega sistema, vpliva na srčno-žilni in dihalni sistem. Delna ali popolna izguba vida ne izključuje možnosti za gornišтво in je kot oblika telesne dejavnosti primerna za osebe s slepoto in slabovidnostjo. V prispevku navajamo spoznanja na osnovi intervjuja po opravljenem gorniškem pohodu, z namenom doprinosu k varni in prijetni telesni dejavnosti oseb s slepoto in slabovidnostjo.

Ključne besede: osebe s slepoto in slabovidnostjo, gorniška dejavnost, varnost.

Uvod

Velik del naše dežele obdaja alpski svet, zato bi lahko rekli, da je Slovenija naravni poligon za vse oblike sodelovanja človeka z naravo. Pešpoti se po naši deželi raztezajo po gričih, planinah, hribih, gorah in nam nudijo lepote prostranosti narave in gorskega sveta. Danes je obiskovanje planin in gora predvsem športnorekreativna dejavnost in srečati slepega ali slabovidnega pohodnika na gorskih poteh ni več redkost (Kristan, 1993; Burian in Krpač, 2016).

Za udejanjanje osnovne doktrine gornišťva, ki se zavzema za zdravju koristno, prijetno in varno zadovoljevanje potreb slehernega posameznika, je za izpeljavo pohoda, v katerega je vključena oseba s slepoto ali slabovidnostjo, potrebno poznavanje njegove telesne in psihične pripravljenosti, katerim sledijo organizacijske prilagoditve. Gorniški pohod naj se ne začne s koraki na poti, ampak s srečanjem udeležencev pred pohodom, ki je namenjeno spoznavanju in pridobivanju medsebojnega zaupanja med vodjem pohoda, spremljevalcem in med osebo s slepoto ali slabovidnostjo. Potrebno je prepoznati močna in šibka področja udeleženca s slepoto ali slabovidnostjo. Nujno je posredovati informacije o pohodu, kot npr. geografski opis cilja, dolžina celotnega pohoda

in dolžina hoje, težavnosti pohoda in seznaniti s predvidenimi prilagoditvami za varen in prijeten pohod kot npr. izbira tehnike vodenja (s palico, slika 1) ali za roko, komunikacija med hojo (Kristan, 1997; Burian in Krpač, 2016). K presoji organizacije zahtevnejših pohodov, se priporoča predhodna izpeljava krajšega (poldnevnega) pohoda z vsemi elementi in načeli gornišťva (Krpač, 1990).

Opredelitev raziskovalnega problema

V okviru kvalitativne raziskave želimo predstaviti študijo primera, v kateri sta sodelovala oseba s slepoto in športna pedagoginja/spremljevalka. Bila sta udeleženca gorniškega pohoda. Zanimalo nas je njuno stališče do gorniške dejavnosti oseb s slepoto in slabovidnostjo in kateri so elementi prijetnega in varnega gorniškega pohoda.



Tehnika vodenja s palico (vir: arhiv Pin/OPP, 2019).

Metode dela

Vzorec

V vzorec sta bili vključeni dve osebi. Obe osebi sta bili udeleženi v skupinskem gorniškem pohodu. Prvi je bil 43 letni moški, slep od rojstva, druga pa športna pedagoginja, stara 60 let, ki je bila prostovoljka in spremljevalka oseb s slepoto. Spremljevalka je že imela izkušnje pri pedagoškem delu z osebami s slepoto in slabovidnostjo. Oba sta privolila v sodelovanje v raziskavi.

Postopek zbiranja podatkov in opis merskih pripomočkov

Raziskava je predvidevala dva (časovno in prostorsko ločena) polstrukturirana intervjuja z osebo s slepoto in spremljevalko osebe s slepoto. Intervjuja sta bila izvedena po gorniškem pohodu, a že v času pandemije, zato je bilo potrebno izvesti intervju na daljavo (z orodjem skajp). Pred intervjujem smo udeležencema razložili namen, cilj ter postopek raziskave. Upoštevali smo etična načela na področju družboslovja, ter etični kodeks za raziskovalce. V intervjuju smo, med drugim,

Preglednica 1: Izjava in koda odgovorov osebe s slepoto in spremljevalke.

	OSEBA S SLEPOTO		SPREMLJEVALKA	
	IZJAVA	KODA	IZJAVA	KODA
Stališča do gorniške dejavnosti oseb s slepoto in slabovidnostjo kot telesna dejavnost				
Gorniška dejavnost je za osebe s slepoto ali slabovidnostjo primerna telesna dejavnost.	Ob primerni organizaciji in izbiri zahtevnosti gorniškega pohoda je to varna in primerna telesna dejavnost za osebe s slepoto, saj na svežem zraku omogoča razvoj gibalnih sposobnosti.	Potrebna primerna organizacija s predpripravo na pohod. Omogoča razvoj gibalnih sposobnosti.	Ta oblika telesne dejavnosti je še kako primerna tako za otroke, mladostnike in starejše osebe s slepoto in slabovidnostjo. Vsak gorniški pohod je izziv in velika odgovornost.	Gorniška dejavnost je zelo primerna za vse osebe s slepoto in slabovidnostjo. Vsak pohod je izziv in odgovornost za spremljevalca.
Prilagoditve gorniškega pohoda na katerem sodeluje oseba s slepoto ali slabovidnostjo				
Za varen in prijeten gorniški pohod osebe s slepoto ali slabovidnostjo so potrebne prilagoditve.	Pogovor s seznanitvijo s prilagoditvami na predhodnih gorniških pohodih. Spremljevalec mora biti usposobljen za vodenje in opozorilno komunikacijo med hojo.	Nujna predhodna priprava na gorniški pohod. Predhodna usposobljenost spremljevalca.	Varovanja je potrebno varno in prijetno voditi tako na vrh izbranega vršaca, kot nazaj do izhodišča pohoda. ... predhodno pridobiti informacije o osebi, (starost, spol, njegova lastna ocena telesne pripravljenosti, izkušnje s predhodnimi gorniški pohodi in želje po morebitnih prilagoditvah. ... Varovančevo zaskrbljenost o poteku sestopa, sem potolažila s pojasnilom, da bova za sestop izbrala sicer nekoliko daljšo vendar bolj položno pot. Na ozkih predelih poti sem hodila pred varovancem, povezana pa sva bila s palico. Sledil mi je zelo spretno, sproti sem ga opozarjala, kdaj mora nogo dvigniti višje.	Potreba po varni in prijetni asistenci. Predhodno pridobiti informacije o osebi s slepoto Ustrezna izbira poti. Primerna ustrezna asistenca in komunikacija med hojo.

Intervju z osebo s slepoto

»Slepi se lahko ukvarjamo z mnogimi športi, kot npr. sobno kolesarjenje, kegljanje, fitnes, kar pa ni primerljivo z gorništvom, kjer smo telesno aktivni in pridobivamo telesno moč na svežem zraku. Gornišтво je kot telesna dejavnost za osebe s slepoto tudi dovolj cenovno sprejemljivo. Je varno in gibalno nezahtevno, še posebej, če ga primerjamo s smučanjem, ki mi je prav tako všeč.

Na gorniški pohod sem bil povabljen iz strani znancev. Kateri vrh v okolici bomo osvajali, kako naporno bo, koliko bo še ostalih udeležencev na pohodu, so mi razložili na srečanju, ki sem se ga moral udeležiti teden pred pohodom. Na srečanju sem se že spoprijateljil z mojo spremljevalko, ki je bila zelo prijazna. Zanimalo jo je, če se v prostem času ukvarjam še s kakšnim drugim športom in katere hribe sem že obiskal. Zmenila sva se, da na pohod prinesel s sabo tudi ustne orglice. In res sem med hojo, postanki in seveda na cilju igral vseh vrst domačih skladb. Všeč mi je bilo in zelo sem vesel, da sem lahko pripomogel k zabavnemu in prijetnemu pohodu. Najlepše bi se zahvalil moji spremljevalki, ki je bila res usposobljena, da me je dobro vodila. Glede na širino in naklon poti je točno vedela kako me mora voditi-držati, pa tudi kdaj in kako opozoriti kako daleč in visoko moram dvigniti nogo.«

Intervju s spremljevalko

»Na podlagi osebnih izkušenj in spoznanj ob vodenju oseb s posebnimi potrebami po gorniškem svetu, lahko rečem, da je ta oblika telesne dejavnosti še kako primerna tako za otroke, mladostnike in starejše osebe s slepoto in slabovidnostjo.

Vsak gorniški pohod, tudi ta o katerem je govora, in v katerem sem sodelovala kot prostovoljka-spremljevalka osebe s posebnimi potrebami je bil zame izziv in velika odgovornost. Varovanca je potrebno varno in prijetno voditi tako na vrh izbranega vršaca, kot nazaj do izhodišča pohoda. Da lahko tako

delujem moram predhodno pridobiti informacije o osebi, ki jo bom vodila, kot npr. starost, spol, njegova lastna ocena telesne pripravljenosti, izkušnje s predhodnimi gorniški pohodi in želje po morebitnih prilagoditvah.

Z varovancem sva se spoznala na uvodnem srečanju in v prijetnem pogovoru sem izvedela, da že ima izkušnje iz gora. Zmenila sva se, da se bova pri vodenju in komunikaciji prilagajala naravi poti. Varovančevo zaskrbljenosti o poteku sestopa, sem potolažila s pojasnilom, da bova za sestop izbrala sicer nekoliko daljšo vendar bolj položno pot.

Na ozkih predelih poti sem hodila pred varovancem, povezana pa sva bila s palico. Sledil mi je zelo spretno, sproti sem ga opozarjala, kdaj mora nogo dvigniti višje.

Pohod je ob povratku omogočal obisk gorske planšarije. Z varovancem sva ob razlagi planšarja taktilno spoznavala vse pripomočke pri izdelavi sira, ki sva si ga na koncu tudi prijetno privoščila.

Želim si, da bi v gorniški svet »zašlo« čim več oseb s slepoto in slabovidnostjo s spremljevalci, ki bi tako kot jaz spoznali da nam osebe, ki svet gledajo in spoznavajo z rokami in ušesi odstirajo lepote gora še globlje.

Sklep

Če povzamemo ugotovitve v dveh intervjujih, lahko zaključimo, da je gorniška dejavnost primerna telesna dejavnost za osebe s slepoto in slabovidnostjo v različnih starostnih obdobjih. Potrebno pa je poudariti, da je:

- vsak gorniški pohod izziv in odgovornost,
- potrebno zagotoviti primerno organizacijo s predpripravo na gorniški pohod,
- potrebna individualna prilagoditev in ustrezna izbira poti,
- na poti potrebno primerno spremljanje in komunikacija med pohodnikom in spremljevalcem.

Tudi v okviru Planinske zveze Slovenije (natančneje Odbora planinstva za invalide/OPP) verjamejo, da je planinstvo in gornišťvo primerna gibalna dejavnost za osebe s slepoto in slabovidnostjo. V letu 2020 se nadaljuje akcija **Stopiva skupaj, osvojimo vrh**, pripravlja pa se triletni projekt **Slepi in slabovidni planinci po Slovenski planinski poti**.

“Na inkluzijskih pohodih v okviru odbora se vključujejo osebe s slepoto in slabovidnostjo vseh starosti. V sodelovanju z osebami s slepoto in slabovidnostjo pripravljajo aktivnosti in tako lahko poskrbijo še za tako majhne pomembnosti za varen in prijeten pohod.”

Udeleženka je podala svoje mnenje o pomenu planinstva: »Zelo lepa priložnost za druženje in spoznavanje novih ljudi. Vesela sem, da tudi slepi dobimo priložnost za pohod. Zelo sem se zabavala, tudi ko mi je bilo težko (strmo), sem se potrudila in ni mi žal. Želim večkrat iti na take pohode. Od kože do kože- za nas ni nič nemogoče.«

Literatura

Burian, M. in Krpač, F. (2016). Gornišťvo slepih in slabovidnih. Športnik, 12 (43) 73-74.
Kristan, S. (1997). Športna turistika. Šolski center za telesno vzgojo. Ljubljana.
Kristan, S. (1993). V gore...pohodništvo, pohodništvo in gornišťvo. Didakta. Ljubljana.
Krpač, F. (1990). Nekateri vidiki varnosti na šolskih pohodih. Gore in varnost. Poljče.

Kolesarjenje kot prostočasna dejavnost oseb s posebnimi potrebami

Piše: Nuša Korošec in Erna Žgur

Povzetek

Osebe s posebnimi potrebami pogosto svoj prosti čas strukturirajo in osmislijo s pomočjo odraslih oseb. V praksi pogosto opažamo, da so preživljanje prostega časa v naravi zamenjale dejavnosti, povezane s televizijo, tablico, pametnim telefonom in računalnikom, ki lahko predstavljajo umik iz realnosti. Ves svet, ne samo Slovenija, se sooča z virusom, ki je naše življenje v dobri meri upočasnil, bolj prizemljal in spremenil. Ukrepi, povezani z zaježitvijo novega koronavirusa, so ljudi prisilili v upočasnitev tempa življenja, v delo od doma in v preživljanje (ne samo prostega) časa doma. Otroci in mladi so bili spodbujeni k virtualnim druženjem. Sedaj se ti ukrepi postopoma rahljajo in v ospredje vstopa aktivno preživljanje prostega časa v povezavi z naravo. Ljudje zaradi daljše omejitve gibanja hrepenijo po stiku z naravo, gibanju in dinamičnosti življenja. Kolesarjenje je ena od takih prostočasnih dejavnosti, ki nudi vse to in se je lahko poslužujemo tudi v času zrahljanih ukrepov zaradi novega koronavirusa.

Ključne besede: kolesarjenje, prosti čas, posebne potrebe

Teoretična izhodišča

Prosti čas

Enotne opredelitve prostega časa ni, saj je ta odvisna od prostora in časa. Pojem prosti čas največkrat povezujemo s športom, rekreacijo in hobiji oz. s časom, ki nam ostane po opravljenih

obveznostih in lahko prosto razpolagamo z njimi (Lušina, 2011). Zurc (2008) izpostavlja nedorečenost glede same opredelitve pojma »prosti čas«. Saj to ni čas, ki bi zares bil prost in bi posameznik delal, kar želi, ampak je pojem »prosti čas« povezan z različnimi načini preživljanja prostega časa, ki so povezani s socialno-ekonomskimi dejavniki. Prav tako Zurc (2008) izpostavlja različne raziskovalce, ki ugotavljajo, da je način preživljanja prostega časa določen z osebnimi prihodki, stopnjo izobrazbe, starostjo in spolom. Ob tem pa poudarjajo, da način preživljanja prostega časa pomembno oblikuje kakovost življenja posameznika v družbi. Glede na način preživljanja prostega časa govorimo o aktivnem in pasivnem preživljanju prostega časa. Z aktivnim preživljanjem prostega časa povezujemo radovednost in odkrivanje, pasivno preživljanje prostega časa pa spodbuja beg, umaknitev pred vsakdanjimi obremenitvami. Za posameznikov razvoj in ohranjanje optimalnega zdravja je torej aktivno preživljanje prostega časa bistvenega pomena (Zurc, 2008). Lušina (2011) v svojem delu povzema po Dumazeideru tri osnovne funkcije prostega časa. To so: funkcija počitka – kot sredstvo za odpravljanje utrujenosti; funkcija zabave in posledično ugodja posameznika; funkcija razvoja oz. osebnosti razvoj. Na podlagi te opredelitve lahko zaključimo, da ima prosti čas za vsakega posameznika velik pomen. Pomembno je, da se tega dejstva zavedamo in se naučimo pravilno izkoristiti ter osmisлити prosti čas

sebi, svoji družini kot tudi otrokom in mladostnikom s posebnimi potrebami.

Gibalni razvoj oseb z intelektualnimi primanjkljaji

Motorika (gibanje) zajema vidik posameznikovega celostnega razvoja ter zorenja organizma in je nedeljivo povezana z razvojem kognitivnih, emocionalnih in socialnih kompetenc. Osnova gibalnega razvoja je pravilno razvit ter dovršen centralno-živčni sistem, primanjkljaji in motnje, ki nastanejo, so odraz nepravilnosti letega. V normalnem razvoju razvojne funkcije sledijo razvojnim zakonitostim in se razvijajo hierarhično, najprej se vzpostavijo nižji, refleksni nivoji, temu sledijo razvojno zahtevnejše funkcije. Če se ta razvojna dimenzija ne dovrši, so gibanje, rokovanje, lokomocija manj dovršeni (Žgur, 2012).

Otroci z različnimi stopnjami intelektualnih primanjkljajev izkazujejo tudi primanjkljaje na področju motorike. Pogosto prisoten je primanjkljaj na področju skladnosti in recipročnosti gibanja, v telesni zmogljivosti, manj dovršeni fini motoriki ter ekonomičnosti gibanja. Otroci z intelektualnimi primanjkljaji dosegajo pomembno slabše rezultate, če je gibalna naloga kompleksna, pogost primanjkljaj je tudi v gibalni kvaliteti in kvantiteti. Kvaliteto gibanja prepoznavamo s pomočjo gibalnih občutkov, gibalnih predstav in osnov gibalne orientacije, medtem ko gibalno kvantiteto prepoznavamo kot gibalni inventar, ki je pri otrocih z

intelektualnimi primanjkljaji skromen (Novljan, 1997). Zato je pri izobraževanju oseb s posebnimi potrebami pomembno, da se jim ponudi in omogoči veliko priložnosti za raznotere gibalne dejavnosti. V času osnovnošolskega izobraževanja se jim te priložnosti ponujajo predvsem pri športu in raznih interesnih dejavnostih. Izven šolskega prostora pa lahko šolarji različne gibalne dejavnosti izvajajo v sklopu obšolskih dejavnosti in prostočasnih dejavnosti.

Kolesarjenje oseb z intelektualnimi primanjkljaji

Med prostočasne dejavnosti, ki imajo v Sloveniji že dolgoletno tradicijo ter so množično zastopane, prav gotovo lahko uvrstimo kolesarjenje. Kolesarjenje je dejavnost, s katero se otrok lahko sreča že zelo zgodaj v svojem otroštvu. Spodbuja ter okrepi otrokovo zdravje, saj krepi srčno-žilni in respiratorni sistem ter razvija različne gibalne sposobnosti, predvsem ravnotežje, koordinacijo gibanja in moč. Ob tem, ko otrok kolesari, ne krepi le svoje moči, zdravja, dobrega počutja, zaznava tudi svojo neposredno okolico, prostor, čas in samega sebe. Otroka lahko v kolesarjenje vključujemo že od malih nog naprej, ko ga starši peljejo v kolesarskem prikloniku ali otroškem sedežu, tako mu prvi približajo kolesarjenje, naravo ter dogajanje v njej, saj mu pripovedujejo, ga ogovarjajo, razlagajo stvari in dogodke. Starši tako postanejo otrokov vzornik in krepijo pozitiven odnos do kolesarjenja. Z zgodnjim vključevanjem v kolesarjenje otrok pridobiva tudi navade in znanja, ki so kasneje za samostojno vključevanje v promet bistvenega pomena (Videmšek, Meško in Videmšek, 2015).

V času osnovnošolskega izobraževanja se osebe z intelektualnimi primanjkljaji srečujejo s kolesom in kolesarjenjem predvsem najprej preko teoretičnih vsebin, saj je sprva več poudarka na varnem vključevanju pešcev v promet in na osveščanju o varni uporabi kolesa. Šele od 6. razreda Prilagojenega izobraževalnega programa z nižjim



Slika 1 in 2: Kolesarjenje kot navdih za umetnostno in gibalno dejavnost (vir: N. Korošec, 2020).

izobrazbenim standardom naprej spoznavajo kolo iz bolj neposrednega, torej praktičnega vidika, ko se učijo vožnje s kolesom oz. se v njej urijo in kasneje, kot zadnje, opravljajo kolesarski izpit. Zato je kolesarjenje v življenju oseb z intelektualnimi primanjkljaji sprva prisotno predvsem kot prostočasna dejavnost, ki je povezana z vlogo staršev in njihovim načinom preživljanja prostega časa. Prav učence z različnimi stopnjami intelektualnih primanjkljajev je smiselno vključevati v prostočasne dejavnosti, s katerimi urijo svoje gibalne sposobnosti ter spretnosti ter pridobivajo kompetence, s katerimi povečajo svojo samostojnost ter neodvisnost (Poženel in Žgur, 2016). Zato lahko osebam z intelektualnimi primanjkljaji predstavlja prav spretnost kolesarjenja eno od oblik samostojnosti in večje mobilnosti, kar lahko pomembno prispeva h kakovosti njihovega življenja.

Raziskovalni problem

V praksi ugotavljamo, da pogosto prav učenci z intelektualnimi primanjkljaji ne zmorejo pridobiti kolesarskega izpita, saj so za pravilno ter varno ravnanje v prometu potrebne določene gibalne spretnosti in sinteza ter uporaba teoretičnega znanja, ki ga pridobijo pri pouku. Pred kratkim smo izvedli raziskavo, ki je vključevala področje opravljanja kolesarskih izpitov pri osebah z intelektualnimi primanjkljaji. Metodologija in rezultati so predstavljeni v nadaljevanju.



Metode dela

Vzorec

V raziskavi smo uporabili neslučajni namenski vzorec. To so bili učitelji, ki na osnovnih šolah s Prilagojenim izobraževalnim programom z nižjim izobrazbenim standardom izvajajo usposabljanje učencev za kolesarski izpit. Vzorec zajema 54 učiteljev, od tega je 17 moških in 37 žensk. V vzorcu prevladujejo specialni in rehabilitacijski pedagogi, ki imajo dokončano 2. stopnjo univerzitetne izobrazbe in imajo v večini do 5 let delovnih izkušenj.

Potek dela

Po dopolnjenem in spremenjenem anketnem vprašalniku na podlagi pilotne raziskave smo oblikovali spletni anketni vprašalnik. Spletno povezavo do anketnega vprašalnika smo v e-mail sporočilu posredovali ravnateljem 31 osnovnih šol s Prilagojenim izobraževalnim programom z nižjim izobrazbenim standardom. Podatke smo zbirali 2 tedna. Ustrezno rešenih anketnih vprašalnikov je bilo 54.

Merski instrumentarij

Za pridobivanje podatkov smo uporabili anketni vprašalnik. Pri izpolnjevanju anketnega vprašalnika je bila zagotovljena anonimnost anketiranja. Z namenom zagotavljanja razumljivosti in objektivnosti smo anketni vprašalnik predhodno pilotno testirali. Veljavnost vprašalnika smo zagotovili tako, da

smo vprašalnik dali v vpogled dvema strokovnima delavcema, ki se z obravnavano tematiko srečujeta dnevno.

Rezultati in interpretacija

Eno od raziskovalnih vprašanj je bilo »S katerimi ovirami se srečujejo učitelji pri izpeljavi usposabljanja učencev za kolesarski izpit?«. Ugotovljeno je bilo, da so kot tri največje ovire izpostavili zmogljivost učencev, premalo število koles, časovno organizacijo in neskladje med zahtevanim znanjem v teoretičnem preizkusu in znanjem, ki je predvideno v učnih načrtih (Korošec, 2020).

Zmogljivost učencev pri kolesarjenju predstavljajo predvsem manj dovršene gibalne spretnosti in prenos teoretičnega znanja v sam promet. Gibalne spretnosti pri opravljanju kolesarskega izpita vključujejo predvsem vzdrževanje ravnotežja pri sami vožnji ter pri zavijanju v levo ali desno. V praksi se je izkazalo, da imajo največ težav učenci ravno pri zavijanju v stran (v levo smer), saj sta potrebna obrat glave z zadostnim pogledom čez ramo in vožnja z eno roko. Pomen prenosa znanja pa se izkazuje pri prepoznavanju prometnih znakov, prometnih pravil in vedenjih učencev v neznanih (nepredvidenih) prometnih situacijah, ko se je potrebno hitro in ustrezno odzvati. Učenci pogosto ne vedo, kako se varno odzvati, so počasni in s tem lahko ogrožajo svoje ali tuje življenje. Zato menimo, da je učenje prometnih znanj in neposredno urjenje v kolesarjenju za osebe s posebnimi potrebami nujno ter smiselno. Namreč kolesarjenje za osebe s posebnimi potrebami ne predstavlja samo prostočasne dejavnosti ampak lahko zaradi njihovih zmožnosti postane tudi eno od pomembnih prometnih sredstev, ki jim omogoča samostojnost, neodvisnost in mobilnost.

Zaključek

Z raziskavo smo ugotovili, da nezadostno razvite gibalne spretnosti predstavljajo eno od pomembnih ovir pri usposabljanju za vožnjo kolesa in



Graf 1: Ovire pri usposabljanju učencev za kolesarski izpit

pri pridobivanju kolesarskega izpita. Zato smo s predstavljeno tematiko želeli poudariti pomen razvijanja in krepitev gibalnih spretnosti pri osebah s posebnimi potrebami in ozavešiti vse bralce, da aktivno preživljanje prostega časa bistveno pripomore h kakovosti in tudi varnosti življenja. V trenutni situaciji kolesarjenje za vse nas in za osebe z intelektualnimi primanjkljaji predstavlja eno od možnih ter relativno lahko dostopnih prostočasnih dejavnosti. S

strukturiranjem prostega časa, ki vključuje redno kolesarjenje, le-ta predstavlja pot k izboljšanju motoričnih spretnosti, k mobilnosti in samostojnosti. Glede na ukrepe, ki še vedno veljajo, je kolo tudi sredstvo, ki omogoča upoštevanje priporočljive varnostne razdalje. Torej se lahko kolesarjenje izvaja tudi kot skupinska dejavnost. Ravno zato je čas rahljanja ukrepov zaradi koronavirusa pravi čas, da poiščemo in pripravimo sebe in svoje kolo na nova doživetja.

Literatura

- Korošec, N. (2020). *Kompetence učiteljev kolesarskega izpita v Prilagojenih izobraževalnih programih z nižjim izobrazbenim standardom* (Magistrsko delo, Pedagoška fakulteta). Pridobljeno s http://pefprints.pef.uni-lj.si/6195/1/MAGISTRSKO_DELO_NK.pdf
- Lušina, B. (2011). »Prosti čas« (Diplomsko delo, Pedagoška fakulteta). Pridobljeno s http://pefprints.pef.uni-lj.si/407/1/Diplomska_naloga-BARBARA.pdf
- Novak, H. (1992). *O prostem času slovenskih osnovnošolcev – koliko ga imajo in kako ga preživljajo?* V Skalar (ur.), *Prosti čas mladih* (str. 54–70). Ljubljana: Zveza prijateljev mladine.
- Novljan, E. (1997). *Specialna pedagogika oseb z lažjo motnjo v duševnem razvoju*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Požnel, U. in Žgur, E. (2016). *Gibalno ovirani učenci z motnjami v duševnem razvoju in njihovo preživljanje prostega časa. Specialna in rehabilitacijska pedagogika*, 24(1), 7–22.
- Videmšek, M., Meško, M. in Videmšek, T. (2015). *Kolesarjenje v obdobju dojenčka, malčka in zgodnjega otroštva. Šport: revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, 63(1/2), 153–157. Pridobljeno s: <http://eds.a.ebscohost.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=15422767-6a64-4c87-b116-9563f97f9446%40sdc-v-sessmgr01>
- Zurc, J. (2008). *Umeščenost gibalnih oz. športnih dejavnosti v strukturo prostega časa mladih*. Pridobljeno s https://www.researchgate.net/profile/Joca_Zurc/publication/303163144_Umescenost_gibalnih_oz_sportnih_dejavnosti_v_strukturo_prostega_casa_mladih_Studija_primer_a_v_Mestni_obcini_Koper/links/5738355208ae298602e1c829.pdf
- Žgur, E. (2012). *Športno rekreativne dejavnosti oseb s posebnimi potrebami*. V R. Pišot, P. Dolenc, I. Retar in S. Pišot (ur.), *Otrok v gibanju za zdravo staranje* (str. 272–280). Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno raziskovalno središče, Univerzitetna založba Annales. Pridobljeno s https://issuu.com/aplikativnakineziologijapriivat/docs/zbornik__ogv_2012_zv

Z gibalno oviranimi v hribe, zakaj pa ne?

Piše: Marjeta Čič

(foto: Arhiv Pin/OPP)



▲
Ob ustreznem spremstvu tudi za voziček ni ovir.

Gibalno ovirani gore osvajajo – **GOGO 2020** je akcija, ki k telesni dejavnosti nagovarja vse gibalno ovirane, da torej zapustijo udobje kavča in enoličnega vsakdana ter se podajo v naravo, družbo in novim dogodivščinam naproti. Akcija **GOGO 2020** ima zelo »slovenski« pridihi, saj želijo biti tudi invalidi gorniki oziroma planinci, tako kot vsi Slovenci.

Akcija bo potekala v treh terminih na štirih slovenskih kočah:

- 5. september 2020, Tamar in Boč
- 6. september 2020, Čaven in Gradišče Lavričeva koča
- 10. september 2020, Gradišče Lavričeva koča.

Delovna skupina, ustanovljena v sodelovanju s Planinsko zvezo Slovenije, Odborom za planinstvo za invalide/OPP, Zvezo paraplegikov Slovenije in Zvezo društev za cerebralno paralizo so. p. – Sonček, organizira akcijo GOGO 2020 – Gibalno ovirani gore osvajajo.

Akcija posega na različna področja in se usmerja na posameznika, njegove zmožnosti, njegovo zaznavanje in njegove potrebe. Z njo sledimo trajnostnemu razvoju povezovanja za doseganje ciljev. Gojimo prostovoljstvo kot vrednoto za gradnjo boljše, družbeno odgovorne skupnosti in na ta način izboljšujemo kakovost življenja udeležencev akcije, pohodnikov in »PLANINCEV« ter prostovoljcev, ki z novimi izkušnjami bolje spoznajo sami sebe in stopijo korak naprej v vseživljenjskem učenju.

Pohodništvo prispeva k višji kakovosti življenja, izboljšanju počutja in krepitvi zdravja. Omilijo se posledice stresa in izboljša se razpoloženje, k čemur v veliki meri prispevata sproščen pogovor in druženje.

Namen akcije je inkluzija skozi okrepitev aktivne vloge invalidov in oseb s posebnimi potrebami (OPP) za preprečevanje osamljenosti, izključenosti, apatičnosti in telesne nedejavnosti. Gibalno ovirani so do zdaj hodili v hribe na različne načine in predvsem v lastni režiji, sedaj želimo to izvesti in omogočiti organizirano za vse vrste gibalno oviranih – paraplegike, distrofike, osebe z multiplo sklerozo in odsotnostjo uda, osebe po kapi, poškodbi glave ... za vse, ki uporabljajo različne vrste invalidskih vozičkov, bergle, hodulje, opornice ... To izvajamo tudi z namenom ustvarjanja pogojev za razvoj planinstva za vse invalide.

Cilj je pripeljati invalide v hribe, jim omogočiti udeleževanje planinskih pohodov ter jih seznaniti z dostopnimi točkami v hribih in gorah. Pri invalidih želimo spodbuditi razmišljanje, da je gibanje v naravi drugačno in da z vzponom na vrh svoje težave vidijo drugače, preizkusijo svoje zmožnosti in najdejo izzive. Cilji so gibanje, druženje, inkluzija, prepoznavnost, sprejemanje in vključevanje v družbo. Kar je daleč od oči, je daleč od razmišljanja, zato se



družba ne zaveda njihovega obstoja. Predstaviti želimo njihov način življenja in izzive, izpostaviti njihove dosežke in zmožnosti ter karseda široki paleti gibalno oviranih omogočiti doživetje vzpona in razgleda ter varen spust. Družbi želimo dokazati ne le, da je to mogoče, ampak da je potrebno in zaželeno. Izvedba te in prejšnjih akcij pri Planinski zvezi Slovenije je del v mozaiku nalog omogočanja kvalitetnega planinstva za vse.

“K izvedbi akcije bodo pristopili spremljevalci/prostovoljci različnih nevladnih organizacij in posamezniki. Člani Slovenske Karitas, Združenja slovenskih katoliških skavtinj in skavtov ter Zveze tabornikov Slovenije bodo v pomoč pri organizaciji in promociji gibanja ter bodo sodelovali pri inkluzijskih pohodih in aktivnostih Odbora Planinstva za invalide/OPP. Inkluzija je proces, pri katerem se učimo živeti drug z drugim. Z akcijo GOGO 2020 živimo inkluzijo.”

Akcija poteka pod častnim pokroviteljstvom predsednika Republike Slovenije Boruta Pahorja, kar je izkaz njegove podpore našemu delu in prizadevanjem ter daje dogodku prav poseben pomen. Ceni namreč naše ideje, se zavzema za vključevanje in podpira naša prizadevanja.

V kočah bodo z nami tudi ambasadorji akcije GOGO 2020. Zahvaljujemo se jim za podporo in pripravljenost stopiti korak naprej k inkluziji. Ambasadorji so Viki GROŠELJ, Andrej in Marija ŠTREMELJ, Primož KOZMOS in drugi.

Prilagoditve so sestavni del priprav. Pri pripravi akcije sodelujemo s planinskimi društvi, ki so lastniki planinskih poti in planinskih koč, z oskrbniki/najemniki, osebjem v kočah in lokalno skupnostjo. Predhodno preverimo možnosti dostopa, primernost sanitarij, dostop do električnega napajanja za električne invalidske



▲
vozičke ter možnost prevoza s prilagojenimi avtobusi in kombiji.

▲
Stojan s svojim štiri nožnim prijateljem.

Potreba po gibanju je osnovna potreba, prinesemo jo s seboj na svet in jo moramo negovati. Z akcijo GOGO 2020 želimo invalide spodbuditi k telesni aktivnosti – planinstvu v utripu inkluzije in medgeneracijskemu sodelovanju. Akcija invalide nagovarja k aktivnosti v naravi. Hoja je sproščujoča in krepilna aktivnost. Tako se na pohodih pokažejo dinamika skupine, sodelovanje, povezovanje, medsebojna pomoč in pogovor.

Obiskovanje dostopnih hribov in gora za invalide pomeni premagati svoje omejitve. Razgled z vrha, ki diši po gozdu, neokrnjenosti in svobodi, ter doživetje novih izzivov sta bila za marsikoga do sedaj nepredstavljiva – vse to osvobaja. Gre za raziskovanje nečesa novega, kar dovoli ujeti iskrico v svojih očeh.

Ko se potrudiš in premagaš ovire, ko narediš nekaj, za kar so ti govorili, da ne gre, da ne zmoreš, si ponosen, samozavesten in srečen. »Da bom še kaj takega doživel, si pa nisem mislil,« je stavek, ki ga pogosto slišimo.

Vabimo vas, da z nami stopite v korak 5., 6. in 10. septembra 2020 na GOGO koče.

Na kočah bo kulturni program z nagovori posameznikov.

Nas paraplegike je našel in združil šport...

Piše: Jože Okoren

(foto: Osebni arhiv)



Moje znanje o športu invalidov sega v leto 1968. Takrat sem postal paraplegik in si prislužil »status«, ki ga imam še danes. Moji pogledi ob prihodu na rehabilitacijo so bili usmerjeni v (takrat) mlada dekleta in fantje na vozičkih (Tatjana, Pavla, Franciska, Ivanka, Tine, Ivan, Miha Zlatko...), ki so se že podili za žogo na košarkarskem igrišču ali metali disk in kopje. Kot močan (kmečki) fant sem se jim kmalu pridružil. Pridružil sem se jim in začel trenirati.

▲
Že prvo spominsko
tekmovanje z množično
udeležbo paraplegikov.

Že pred tem, od leta 1964 je bil zaposlen v Zavodu za rehabilitacijo invalidov v Ljubljani, Bojan Hrovatin, profesor telesne kulture. Leta 1965 pa je bila ustanovljena Športna zveza invalidov Slovenije. Bojana upravičeno naslavljamo »**pionir**« športa tetraplegikov in paraplegikov. Seveda je imel pod svojim okriljem tudi nekatere druge kategorije invalidnosti. Predvsem zimski športi (smučanje), prvenstveno pa je svoje poslanstvo opravljal v omenjeni rehabilitacijski ustanovi.

Prof. Bojan Hrovatin je bil do nas neusmiljen. Bil je vodja rekreacije

in športa, odličen pedagog, učitelj smučanja in nasploh prava avtoriteta v tej rehabilitacijski hiši. Njegova beseda je bila »**zakon**«. Imel je vso podporo takratnega direktorja Mira Vesela, tudi invalida in smučarja. Pomembno je bilo, da je tudi medicinska stroka podpirala šport, tu imam v mislih predvsem strokovnega direktorja prim. Slobodana Grobelnika in dr. Ireno Grobelnik, oddelčno zdravnico paraplegikov. Kasneje pa prim. Rajka Turka, ki je bil s svojo pojavo, avtoriteto in karizmo, strah in trepet v pozitivnem smislu. Hočeš nočeš, smo vsak dan imeli športno vadbo in to organizirano.

Navdih za boljšo organiziranost paraplegikov je bil nedvomno šport. Nekaj simbolike je v tem, da se je ustanovna skupščina paraplegikov 16. aprila 1969 zgodila v športni telovadnici Zavoda za rehabilitacijo v Ljubljani. Enake dimenzije ima telovadnica v URI Soča še danes, kljub prizadevanju tokratnega vodstva Inštituta, predvsem njenega direktorja mag. Roberta Cuglja, skupaj z Zvezo za šport invalidov Slovenije – Paralimpijskega komiteja, da bi končno prišli do novejša – ustrežnejše športne dvorane, ki bi nudila optimalne pogoje dela na rehabilitacijskem in rekreativno športnem področju. Tudi

na tej slovesnosti (ob ustanovitvi sekcije), prazniku za paraplegike, je bila pomembna tema šport. Če pa govorimo izključno o športu slovenskih paraplegikov, so uradno nastopili na evropskih športnih igrah na Dunaju že leta 1967.

Pomen športa za paraplegike – hrbtenične poškodovance – kot pomemben del medicinske rehabilitacije, ki je lahko za uspešno rehabilitacijo celo ključen, je takoj po drugi svetovni vojni prvi spoznal sir dr. Ludvik Guttman, vodja rehabilitacijskega centra v Stocke Mandevillu – Velika Britanija. Neuradna moja informacija je, da je dr. Guttman (baje) pacientom namesto antibiotikov predpisal šport. Imel sem srečo ga osebno spoznati in srečati se z njim, ko sem kot športnik nastopil leta 1973, na tako imenovanih svetovnih igrah v Stocke Mandevillu (Anglija). V kliniki je že organiziral (nekaj let po drugi svetovni vojni) interna in kasneje tudi širša mednarodna tekmovanja paraplegikov, začeni s košarko na vozičkih, kar na vozičkih za dnevno in vsesplošno uporabo. Danes so v ta namen posebne vrste konstrukcije vozičkov z astronomsko ceno. Razumljivo, ker je vse podvrženo rezultatu.

Ustanovitev takratne slovenske sekcije paraplegikov in tetraplegikov je bila najboljši porok in napotek za organiziran šport slovenskih paraplegikov. V letu ustanovitve so bile organizirane že prve mednarodne igre v košarki na vozičkih, namiznem tenisu, plavanju in hitrostni vožnji z vozički z reprezentanco Italije v prostorih in na igrišču Zavoda za rehabilitacijo invalidov v Ljubljani. Izvedli smo kar nekaj izmenjav z italijanskimi paraplegiki, ki so nas gostili v Rimu, v kliniki Santa Lucija. Vsako drugo (neparno) leto so potekale evropske igre na Dunaju, kjer je bila Slovenija vedno množično zastopana in je osvajala številna odličja, predvsem v atletiki. Običajno pa smo potovanja predvsem po evropskih državah opravili z osebnimi vozili, bili smo kot vozniki in na tekmovališčih tekmovalci. To so bili kot dobra popotnica za nabiranje vsestranskih izkušenj, tudi v organizacijskem smislu, zavedajoč se, da nas bo doletela tudi obveza za prireditev mednarodnih tekmovanj na naših – slovenskih tleh.

Šport paraplegikov je postajal vse bolj organiziran po zaslugi društva paraplegikov (konec sedemdesetih let je bila ustanovljena Zveza paraplegikov z osmimi lokalnimi društvi paraplegikov) in podpore Zavoda za rehabilitacijo.

Višek, skoraj infarktni trenutek smo doživeli, ko smo v letu 1971 dobili povabilo za udeležbo na paraolimpijskih igrah leta 1972. Ker nas je zaradi bolezni žal mnogo prezgodaj zapustil prof. Bojan Hrovatin, smo morali angažirati strokovno usposobljene trenerje. Dva od teh sta bila, Aleš Vest – za atletiko, takrat profesor športne vzgoje in Peter Jakše za košarko. Gro organizacije priprav na igre je prevzela tudi naša organizacija skupaj z Zavodom za rehabilitacijo. Saj je ta ustanova nudila priprave in nas obogatila z vsemi potrebnimi kadri, zdravniki, med. sestrami, fizioterapevti, psihologom....

Pionir športa
slovenskih invalidov,
prof. Bojan Hrovatin.



Košarko smo igrali
na vozičkih za
vsakodnevno uporabo.



To je bil prvi nastop paraplegikov (takrat še pod jugoslovansko zastavo) na paraolimpijskih igrah. Kot veste so bile prve leta 1960 v Rimu. Naša odprava je štela dvajset tekmovalcev, izključno paraplegikov in sicer sedem deklet in trinajst fantov. Velika večina reprezentantov iz Slovenije.

Na igrah smo osvojili štiri medalje (zlato, srebrno in dve bronasti) ter pridobili veliko tekmovalnih in organizacijskih izkušenj. Na igrah je bilo že mogoče opaziti, da se predvsem vozički razlikujejo po športnih vsebinah – panogah (rekli smo jim športni vozički). Priskrbeli smo si meter in začeli na skrivaj meriti (naklone, dolžino, širino ...) vozičkov predvsem iz zahodnih držav. Ob prihodu domov smo šli s temi podatki na servisno službo podjetja Soča oprema, da smo skupaj skonstruirali športni voziček.

To paraolimpijsko leto je bilo prelomno tudi kar se tiče obveščanja javnosti. Čeprav skromno, je bilo mogoče nekaj o tem dogodku zaslediti v medijih (RTV, tisk). Vztrajali smo, da naši uspehi niso utonili v pozabo. Pokojni novinar časopisa »**Delo**« Henrik Ubeleis mi je, ko je šlo za kak zapis ali članek v časopisu o športu invalidov, dejal: »*Saj si tečen, pa še premalo*«. Prispevki na športno redakcijo TV-ja, so pristali po zaslugi Janeza Češnovarja. Danes je na področju obveščanja povsem drugače, tudi po zaslugi množičnih socialnih omrežij.

V Sloveniji je šport paraplegikov napredoval s hitrimi koraki v smislu števila tekmovalcev obeh spolov in širitve športnih vsebin – panog. Po reorganizaciji Društva paraplegikov Slovenije v

Zvezo paraplegikov in ustanovitvi društev se je trend razvoja športa med paraplegiki še razširil, in sicer v smislu večjega števila klubskih – ligaških tekmovanj in vse več športnih disciplin – panog. Trend razvoja športa paraplegikov predvsem v mednarodnih organizacijah in Mednarodnem paraolimpijskem komiteju je šel v smeri omogočanja nastopanja tudi najtežjim kategorijam invalidov. Paraplegiki temu trendu vztrajno sledimo, ni dovoljena nobena »**zaspčnost**«, kajti takoj obstaneš v podrejenem položaju, ki pa si je povratek težko izboriti. Zelo načrtno širimo lokalno mrežo, tam, kjer paraplegik živi. Kajti iz teh okolij prihaja pozneje ta tekmovalni duh in širitev kvalitetnejših posameznikov.

Paraplegiki smo sodelovali na vseh paraolimpijskih igrah vse od leta 1972. Iz vsakih iger smo se vrnili najmanj z eno in več osvojenih medalj, tudi zlatih. Najboljši smo bili v panogah atletike, strelstva in namiznega tenisa. Zelo uspešni smo bili skozi vseh teh dobrih pet desetletij tudi na svetovnih in evropskih prvenstvih. V svojih vrstah imamo svetovne in evropske prvake in tudi rekorderje. Ob teh uspehih pa so paraplegiki nastopili na številnih uradnih mednarodnih turnirjih v košarki na vozičkih, atletiki, namiznem tenisu, strelstvu, vožnja z vozički na krajše in daljše proge, plavanju, smučanju, carling, potapljanju, tenis, ples na vozičkih, biljard, šah in še..

Paraplegiki pa smo bili organizatorji številnih uradnih mednarodnih tekmovanj, turnirjev na domačih tleh. Z radostjo in ponosom povemo, da smo bili »**nadpovprečni**« gostitelji. Organizacija športnih dogodkov zahteva specifične – posebne prijeme. Od marsikaj je odvisen končni uspeh, prilagojeni prevozi, usposobljen strokovni in laični kader... Vseskozi je deloval »uigran« organizacijski odbor, največkrat pod vodstvom mag. Franca Hočevarja, dolgoletnega direktorja URI – Soča. Opravičeno nas je preveval občutek, da si je tudi kdo od gostujočih udeležencev od nas kaj naučil. Že, že, da se športna tekmovanja izvajajo prvenstveno zaradi in za športnike, posledično za kar naj boljše športne izide. Veliko pozornosti smo posvečali številnim ostalim spremljajočim dogodkom. Predvsem izmenjava izkušenj pri ortopedskih pripomočkih in vseh organizacijskih prijemih. Ob tem smo veliko pozornost namenili vključitvi novih – mlajših športnikov, ki smo jim nudili priložnost tudi nastopati. Idealna prilika za pridobivanje najosnovnejših izkušenj.

Sicer pa je bila Zveza paraplegikov Slovenije, kot nacionalna, reprezentativna invalidska organizacija, ena izmed ustanovnih članic današnje Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja. Upravičeno se ponašamo z zelo razvito športno dejavnost znotraj nacionalne organizacije in lokalnih društev paraplegikov in iz obeh strani je popolna podpora članicam in članom za športno udejstvovanje, vse do tekmovalnega športa. Temu so sledili tudi vsi vodje športa, Jože Okoren (sedem mandатов), Slavko Bračič (en mandat) in Gregor Gračner (tri mandate). Janez Hudej pa je poznavalec in že dolga leta ekspert za izračun na videz zelo »kompliciranih« atletskih rezultatov po mednarodnih klasifikacijah. Uspehu v prid pričajo tudi rezultati zadnjega pol stoletja. Po zaslugi dolgoletnega urednika revije »Paraplegik«, Jožeta

Globokarja, so bili paraplegiki redno obveščeni o vseh športnih dogodkih. Zveza paraplegikov pa ostaja še naprej trden člen in zvesti partner nacionalne organizacije za šport invalidov.

Razumljivo, v tem skromnem in skrajšanem prispevku sem se osredotočil na šport paraplegikov, če ravno občasno sega naše sodelovanje tudi do drugih kategorij invalidnosti. Kaj je že rekel oče športa invalidov, sir dr. Ludvik Guttman? Eks tablete in začnimo telovaditi! Skratka obujmo športne copate in »**haja**« v telovadnico ali na stadion, na sveži zrak. Apel gre predvsem mladim in »**svežim**« paraplegikom, pa tudi ostalim invalidom. Izkušnje zgovorno pričajo in dokazi so trdni, da nudi šport invalidu še marsikaj drugega, življenjsko pomembnega, kot le športne rezultate. »**Nikoli ni prepozno**«, ampak bolje danes kot jutri!

Obvestila

Posledica letošnje (ne planirane) pandemije je izpad tradicionalnega mednarodnega turnirja v namiznem tenisu. Že nekaj let nazaj je bil to največji športni dogodek v svetu, kar se tiče namiznega tenisa. Izvedba je potekala v športni dvorani Tri Lilije v Laškem, v organizaciji Zveze ŠIS - SPK. Nastopajoči in ves spremljajoči strokovni in laični kader pa so nameščeni v Thermani Laško. Zagotovo bo omenjeni športni dogodek pogrešan med tekmovalci namiznega tenisa širše v svetu. V začetku je bil turnir prestavljen, neuradne informacije pa se nagibajo k temu, da ga letos ne bo. Se razume, da je naj prvo zdravje in potem vse drugo. Nestrpno bomo čakali leto 2021, kjer bomo zopet lahko uživali v tej dinamični igri.

Podobno sporočilo velja tudi za strelstvo. Zvezi ŠIS - SPK je bila zaupana organizacija evropskega prvenstva v strelstvu. Zaradi znanih razlogov (višja sila) je prvenstvo uradno prestavljeno v drugo polovico novembra, ki naj bi potekalo v Laškem. To bi bila prava poslastica za ljubitelje strelstva, saj že nekaj let naši strelci prednjačijo v svetovnem merilu. Upam si trditi, da so tudi po zaslugi dobrih rezultatov naših strelcev in najuspešnejše slovenske paralimpijske trenerke, Polone Sladič. Naš strelec Ančo, pa je itak rekorder po številu nastopov na paralimpijskih igrah in vzornik vsem športnikom.

Zagotovo se je v vseh teh letih izdajanja revije Športnik kdo izmed vas bralcev – naročnikov revije, bodi se preselil ali spremenil naslov. Pozivamo vas, da v kolikor ste med temi, nam sporočite pravi naslov, oz. naslov, kam naj vam pošljemo revijo. Prijetno branje vam želimo.

Jože Okoren

Zaključek in razglasitev rezultatov v atletiki.



Oni so občudovanja vredni. **Slovenski parašportniki** srčno premagujejo ovire, sledijo svojim sanjam ter zmagujejo v življenju in na tekmah. **Vi** jih s sodelovanjem v naših igrah **podpirate**, jim omogočate, da trenirajo in odhajajo na tekmovanja. **Mi** uresničujemo svoje poslanstvo, povezujemo vas in njih ter spletaemo **srečo za vse.**