

Športnik

REVIJA JE BREZPLAČNA
Številka 59-60
december 2020
www.zsis.si

ISSN 1854-5254



**Obisk pri prof. dr.
Simoni Kustec**

str 7

**25 – let trenerka,
Polona Sladič**

str 24

**Pogovor z direktorjem
FIHO, Vladom Kukavico**

str 28



ZVEZA ZA ŠPORT INVALIDOV SLOVENIJE
SLOVENSKI PARALIMPUŠKI KOMITE

Kazalo

3	Drugi polčas pandemije	28	FIHO – pomemben vir	62	Drug drugemu smo navdih
5	Zanimivo, posebno leto 2020	32	Parašportniki in Loterija Slo.	64	Srečkanje
7	Pogovor z ministrico prof. dr. Simono Kustec	33	Toyota	65	Pomembno priznanje
11	Dan slovenskega športa	34	DRŽAVNA PRVENSTVA 2020	66	Zborniku 50 let športa
14	Nadvse uspešne skupne priprave	45	RTV Slovenija	68	Z novim spotom v lepše
17	Lidl	46	S tremi zmagami do drugega mesta na Češkem	70	Priznanje za Franca Pinterja
18	Koronska kriza ni vzela volje	48	Šport invalidov v (MOM)	71	Najlepša darila so blizu vsem
20	Ali bi slovenski vozniki danes še opravili vozniški izpit?	50	Paralimpijski športni tabor	72	Družbena omrežja
22	Sreča je, ko prideš na cilj	52	Šolska športna tekmovanja	74	Skupaj do vrha
23	Loterija	53	Media24	75	Sreča spremlja hrabre
24	Četrto stoletje na čelu	54	Izzivi in rešitve	77	Strokovni kader je pomemben
26	Odbojka sede, načrti in priprave	59	Smernice za generacijo	78	Iskrene čestitke
		61	Usposabljanje športa invalidov	79	Vaje za ramenski obroč in vrat
				80	Triglav

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 je bil recenziran znanstveni članek avtorice Tjaše Filipčič in Time Starič z naslovom: Izzivi in rešitve pri izvajanju pohodništva za učence z lažjo motnjo v duševnem razvoju- študija primera)

Naslovna fotografija:
(foto: HASSLACHER
Gruppe / TINEFOTO)



Fundacija za šport



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT

Drugi polčas pandemije

Piše: Damijan Lazar

(foto: Vid Ponikvar - Sportida)



Damijan Lazar
predsednik
Zveze ŠIS - SPK.

Epidemije koronavirusa, ki nas je globalno prizadela, ni nihče predvideval v še tako črnem scenariju, sploh pa ne v takšni obliki, da bo vzela življenja številnih ljudi, druge pa popolnoma onemogočila oz. jim vzela največjo vrednoto – svobodo. Sporočilo ob takšnih dogodkih je jasno: nagovarjajo nas k sodelovanju in večjemu spoštovanju temeljnih človeških vrednot. Kdaj se bo to stanje končalo, bodo verjetno znali več povedati tisti, ki so za to poklicani, sam pa bom nekaj besed namenil razmišljanju o naši prihodnosti.

Naša zveza je v položaju, v kakršnem do sedaj še nikoli ni bila, vsaj v tako slabem izhodišču ne. Glede na to, da smo športna organizacija, se začnejo naši mednarodni tekmovalni programi intenzivno izvajati v pomladanskem času. Sedaj bi torej že bili v zaključku programov, ki se izvajajo na mednarodnih parašportnih prizoriščih. Težava, ki se pojavlja, je velika negotovost, ali bodo POI Tokio 2021 potekale ali pa bo šlo resnično samo za njihovo predstavitev še za eno leto, kar pomeni, da bodo morali nekateri športniki še eno leto vztrajati pri samo domačih športnih pripravah, ob dejstvu, da so nekateri že bili v zaključni fazi priprav na POI 2020. Prednost velikih držav je v tem, da imajo več parašportnikov, tako da lahko ti kvalitetno trenirajo, v Sloveniji pa žal ne. Trenutno smo popolnoma onemogočeni z ukrepi, ki jih je uvedla vlada. Tako se bodo tekmovalci

do konca leta pripravljali le v domačem okolju brez možnosti, da se pomerijo na mednarodnem prizorišču. Pa še ti bodo morali biti kategorizirani, upoštevati pa bodo morali vse stroge usmeritve NIJZ.

Vsi naši financerji (FIHO, MIZŠ in FŠO) so svoje finančne obveznosti do Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja v celoti poravnali. Tudi vsi štirje sponzorji so letos podaljšali sodelovanje z nami, pri čemer so njihovi sponzorski prispevki ostali enaki kot pred korona krizo. Za to se jim najlepše zahvaljujem, saj vemo, da se je kriza dotaknila tudi njih in da ima negativne učinke na njihovo poslovanje.

Kljub spremenjenim okoliščinam smo do sedaj izvedli skoraj vsa državna prvenstva, kamp Laško za mlade družine z invalidnim otrokom in tritedenski skupne priprave, ki se jih je udeležilo več kot 60 parašportnikov. Na pripravah v Novi Gorici smo poskrbeli, da so imeli športniki odlične pogoje za trening in da so priprave potekale v skladu s predpisi NIJZ. Z zadovoljstvom ugotavljamo, da smo se vrnili dobro pripravljeni in zdravi, torej brez novih okužb s COVID 19.

Tako kot v Sloveniji vse stoji zaradi ukrepov NIJZ, tudi naš šport stoji oz. čaka na boljše čase. Prisiljeni smo bili poiskati nove načine organiziranja domačih tekmovanj in ustvarjanja pogojev, da naši športniki vzdržujejo svojo športno in psihofizično pripravljenost. Takoj ko se razmere umirijo oz. se povrnemo v stare tire, bo veliko lažje načrtovati stroške, financiranje in upravljanje naše zveze.

Nismo še vrgli puške v koruzo. Borili se bomo tako, kot se športniki borijo na športnih prizoriščih, pošteno, vendar odločno. Prav pa je, da smo tudi v manj prijetnih časih strpnost drug do drugega, prav v času, ko naša solidarnost zahteva strpnost do trenutno šibkejših prebivalcev našega planeta. Ostajamo optimisti v upanju, da bomo iz težav izšli modrejši in še bolj plemeniti.

Ostanite zdravi in optimistični.

Spoštovane bralke, spoštovani bralci Športnika

Običajno smo ob zaključku koledarskega leta drug drugemu segli v roke ter si zaželeli predvsem zdravo in srečno.

Nismo pozabili dodati, naj bo prihodnje leto vsaj takšno kot iztekajoče se, pa čeravno smo vse leto po malem nergali, kritizirali in kazali s prstom na druge. Ob zaključku letošnjega leta zagotovo ne bomo dodali, naj bo vsaj takšno tudi prihodnje.

Naj se nikdar več ne ponovi leto 2020. Leto, v katero pravkar stopamo, bo v veliki meri odvisno od nas samih. Naj ponovimo, kar so večkrat poudarili politiki in strokovnjaki: vsak naj pri sebi postori tisto, kar je v njegovi moči.

Spoštovane bralke in spoštovani bralci, naj bo leto 2021 kar najbolj »normalno« in zaznamovano s čim več medsebojnega spoštovanja. Le tako se bodo lahko športnice in športniki podali na tekmovališča in nas razveseljevali z dobrimi rezultati. Držimo pesti, da se bodo letos predstavljene paralimpijske igre zares zgodile. Naši športniki so nabrušeni, pa ne samo za največje tekmovanje na svetu, temveč tudi za vse druge športne dogodke. Ob tej priložnosti se iz uredništva revije zahvaljujemo vsem, ki kljub tej nenapovedani »pavzi« zaradi višje sile podpirate naša prizadevanja.

Športnicam, športnikom, sponzorjem, trenerjem, donatorjem, drugim financerjem, medijem, stalnim in občasnim sodelavcem, skratka vsem podpornikom športa invalidov, želimo prijetne praznike in umirjeno, manj stresno, predvsem pa zdravo leto 2021.

Upravni odbor in uredništvo Športnika

Zanimivo, posebno leto 2020

Piše: Jože Okoren

(foto: Osebni arhiv)

Šport invalidov spremljam dobrih petdeset let. Po zaslugi moje diagnoze mi je bil šport predstavljen že ob medicinski rehabilitaciji, dobesedno položili so mi ga v posteljo. Zdravnik mi je ob vsaki viziti govoril: šport je najboljšo zdravilo. Bilo mu je vredno verjeti. Dejal sem si: če to reče zdravnik, bo že držalo.

Od takrat mi ni bilo nič, kar mi je ob težkih treningih naročil trener, odveč ali pretežno. Šport mi je bil navdih tudi za vse drugo v življenju. To pa ni le moja osebna zgodba, podobne so tudi izkušnje številnih drugih športnikov invalidov.

Po vsem zapisanem tako v letu, ki se pravkar izteka, zaradi znanih razlogov močno pogrešamo »normalno« športno udejstvovanje. Tu so še posebej izpostavljeni vrhunski športniki, o čemer govorijo posamezni prispevki v številki Športnika, ki je pred vami.

Predsednik Zveze ŠIS-SPK Damijan Lazar v svojem zapisu analitično prikazuje celoletno delovanje zveze in njeno poslanstvo s partnerji, predvsem sofinancerji, ki pomembno prispevajo k temu, da se programi izvajajo po načrtu ter da lahko zveza tudi organizacijsko deluje vedno bolje.

Iz prispevkov bomo videli, da so se športniki razmeram navkljub pripravljali

na najpomembnejša tekmovanja. Skupne priprave v Novi Gorici so ocenjene s samimi presežki. Državna prvenstva pod vodstvom Žige in lokalnih izvajalcev so kljub določenim ukrepom prinesla kar nekaj novih prvakov in državnih rekordov. Pa tudi na uradnih mednarodnih tekmovanjih smo večinoma dosegli zastavljene cilje in več kot dostojno zastopali Slovenijo.

V tokratni številki revije smo priča tudi obširnemu intervjuju z ministrico za izobraževanje, znanost in šport, prof. dr. Simono Kustec. Večji del pogovora je usmerjen v za vse nas neobičajne razmere, to je čas, ko se soočamo s koronavirusom, z vsemi posledicami, ki jih prinaša, in s sprotnim prilagajanjem razmeram, ki zadevajo ne samo nas, temveč ves svet. Ministrica nam zagotavlja, da Vlada RS v svojih protikoronskih paketih upošteva tudi stanje in razmere v športu, posledično tudi v športu invalidov.

Nekaj pozornosti namenjamo tudi naši najuspešnejši trenerki Poloni Sladič, saj že dobrega četrto stoletja nadvse

uspešno vodi reprezentanco strelcev. Upravičeno smo ponosni na več kot 30 osvojenih medalj z največjih tekmovanj, od tega 7 paralimpijskih. Kapo dol, bi dejal Srečko Katanec. In strelci pod Poloninim vodstvom še zdaleč niso rekli zadnje besede.

Opazili ste, da letos nismo organizirali tradicionalne prireditve ŠPORTNIK LETA. Razmere nam niso bile naklonjene. Zveza se bo v ta namen vsem zaslužnim zagotovo posvetila, ko bo to mogoče.

Naj za konec pripomnim, da še nisem povsem dojel, zakaj nam razni »pomembneži« zagotavljajo, kako bomo bogatejši in kako velika PRILOŽNOST je ta korona kriza. To je za moje pojme »mešanje megle«, trenutna situacija je predvsem odgovornost. Vem namreč predvsem nekaj. Kar precej bomo morali spremeniti v dosedanjem načinu življenja. Več bo moralo biti medsebojnega spoštovanja, več morale, več razumevanja do soljudi, manj ljubosumnja in, tudi v luči naše revije, več pozornosti do lastnega zdravja.

Ne smemo si dovoliti »negodovanja«, da nimamo časa se ukvarjati z rekreacijo in športom zaradi drugih obveznosti. Gibanje je naša in vaša dolžnost.

Jože Okoren

**SREČNO, USPEŠNO,
ZDRAVO IN ŠPORTNO
V LETU 2021**

Vam želi kolektiv Zveze ŠIS-SPK.

www.zsis.si

[f](#) [t](#) [i](#) [#ParasportSlovenia](#)

ZVEZA ZA ŠPORT INVALIDOV SLOVENIJE
SLOVENSKI PARALIMPIJSKI KOMITE



Pogovor z ministrico za izobraževanje, znanost in šport, prof. dr. Simono Kustec

Piše: Jože Okoren

(foto: Osebni arhiv)

Smo v letu, ko je novi korona virus povsem nepričakovano globoko posegel v svet športa, tudi v šport invalidov. Šport bo potreboval precej časa, da bo prišel na zeleno vejo. Odpovedana oziroma prestavljena so bila vsa večja in pomembnejša tekmovanja, vključno s paralimpijskimi igrami, ki naj bi potekale v Tokiu.

Ovsem tem in še o marsičem smo se pogovarjali z ministrico za izobraževanje, znanost in šport, prof. dr. Simono Kustec, ki je mandat nastopila v nič kaj rožnatih časih. Dan po zaprisegi Vlade RS je bila razglašena pandemija in posledično je bilo pričakovati negotove čase (tudi) za šport.

Ministrica prof. dr. Simona Kustec je redna profesorica na Fakulteti za družbene vede, na oddelku za politologijo, na katedri za analizo politik in javno upravo. Je avtorica več kakor 400 različnih strokovno-znanstvenih del, ki so objavljena pri vodilnih domačih in tujih znanstvenih založbah. Kot raziskovalka je sodelovala v številnih projektih



Jože Okoren na obisku pri ministrici prof. dr. Simoni Kustec.

skupinah v Sloveniji in tujini. Doktorirala je na temo poseganja države v družbo na analizi primera reševanja problematike dopinga v vrhunskem športu.

Ima se za občasno rekreativno športnico. Ko ji čas dopušča, gre rada na tek, se povzpne na kak hrib, poleti si da duška s plavanjem in potapljanjem na dah, dnevno pa skrbi za to, da prehodi pot do službe in nazaj domov. Po zaslugi svojih dveh otrok, aktivnih športnikov, že vrsto let spremlja tekmovalni šport mladih. Šport invalidov je obravnavala tako v teoriji, ko je spisala kar nekaj strokovnih člankov, kot v praksi: med drugim je bila v spremljevalni ekipi naše reprezentance v strelstvu na mednarodnem tekmovanju, pridobila pa je tudi naziv vaditeljice športa invalidov.

Upravičeno torej pričakujemo zanimiv pogovor.

Športnik: Gospa ministrica, ko ste marca komaj dobro sedli na ministrski stolček, je morala vlada začeti delo v povsem drugačnih razmerah, kot je običajno – razglašena je bila pandemija in s tem je bil do določene mere ustavljen tudi šport. Pa tudi sicer je bilo življenje obrnjeno na glavo, vse je bilo drugače. Kako se spominjate tistega obdobja? Kateri so bili največji začetni izzivi?

Simona Kustec: S tremi besedami – skok v neznano. A smo bili vsi na istem. S tistimi, ki so se zavedali, kako pomembno je, da iščemo skupne poti, kako dalje, da se ne predamo, smo vzpostavili prepotrebno sodelovanje, si pomagali in iskali najoptimalnejše rešitve. Tako ostaja

vse do danes in na takšen način bomo zmogli: skupaj, s sodelovanjem, medsebojnim razumevanjem, pomočjo, strpnostjo, predvsem pa optimizmom in odgovornostjo, da s takšnim pristopom predvsem gradimo in odpiramo pot v pokoronsko obdobje.

Športnik: Verjetno je bilo že tedaj mogoče slutiti, da bodo olimpijske in paralimpijske igre pod vprašajem. Kdaj ste spoznali, da bo res tako, in kakšne posledice je to imelo za vaše aktivnosti v povezavi s tem projektom?

Simona Kustec: Zelo hitro, v okviru prvih obiskov ob prevzemu mandata, smo se tako z Olimpijskim kot Paralimpijskim komitejem pogovarjali zgolj o tem in korona času nasploh. Veste, zgodba korone je v prvi vrsti zgodba skrbi za zdravje, celo za življenja ljudi. Razumeti torej moramo, da je treba najprej slediti zdravstveni in epidemiološki stroki. Njuno sporočilo je od vsega začetka jasno – ker nimamo ne cepiva ne zdravila, je preprečevanje možnosti novih okužb zgolj v naših rokah oziroma glavah. Slediti moramo t. i. varnostnim ukrepom, ki v prvi vrsti odsvetujejo potovanja, druženje različnih skupin ljudi in prilagajanje vsakodnevnega življenja. Vse to ima

Ministrica skrbi za svoje zdravje.



močan vpliv na običajno rutino vrhunškega športa. Za Tokio 2020 je to žal pomenilo prestavitev organizacije iger v t. i. pokoronski čas.

Športnik: Ali je bila težka odločitev sprejeti tako odgovorno funkcijo? Poleg športa pokrivате še znanost in izobraževanje, kamor sodi tudi šolstvo. Gre za enega najpomembnejših resorjev. Je njegovo vodenje skladno z vašimi pričakovanji?

Simona Kustec: Vse vsebine resorja so rdeča nit mojega življenja in dela. Izobraževanje, znanje in raziskovanje so kot profesorici in raziskovalki na univerzi sestavni del mojega delovnega poslanstva, šport pa prvi ventil sproščanja – tako v vlogi navijačice kot zmerno aktivne športne rekreativke.

Športnik: Zaradi virusa je položaj zelo resen. Na eni strani moramo nujno slediti stroki in upoštevati vsa navodila, po drugi strani pa obstajajo posamezni interesi, ki niso skladni z napovedanimi ukrepi. Kako se spopadate s temi različnimi pritiski in kakšni so vaši nasveti za spremljanje razmer?

Simona Kustec: Drži, imate povsem prav. Kot sem vam povedala že pri prvem vprašanju: skrb za lastno zdravje in zdravje drugih mora biti v razmerah, ko je edino, kar zanesljivo vemo, da še ne poznamo uspešnega zdravljenja virusa s stopnjo smrtno ogroženosti, edini odgovor. Želeli ali ne, moramo to razumeti in spoštovati. Hkrati pa smo že pokazali, da je tudi v takšnih razmerah mogoče najti načine, da se prilagodimo in živimo, delamo in smo še naprej športno aktivni, le na razmeram prilagojen način. Z ukrepi, ki smo jih primorani sprejemati v takšnih razmerah, želimo zgolj narediti vse, da zavezimo nadaljnje širjenje okužb. Ta trenutek, še posebej v prihajajočem zimskem času, se borimo, da bomo ostali zdravi. Koliko nam bo to uspelo, pa je na koncu odvisno od odločitve, odgovornosti, odnosa in kulture vsakega od nas.

Športnik: Kdaj in kako ste se prvič srečali s športom invalidov? Je bilo to prek medijev ali kako drugače? Šport invalidov je v širši javnosti v zadnjem času že dokaj dobro poznan.

Simona Kustec: Šport invalidov sem spoznala pred več kot desetimi leti, bolj ali manj po spletu naključij, ki jih imenujem usoda življenja. Takrat sem spoznala članico in člane državne reprezentance parastrelcev, ki so mi poleg čarov svoje športne discipline omogočili predvsem vpogled v svet svojega vsakdana, ki mi je segel do srca. Po pogovorih z njimi ter pregledu tedanje politike, ukrepov in pravnih praznin sem spisala nekaj strokovnih prispevkov, že kar pozivov po enakopravnosti obravnave športa

invalidov, se priključila izobraževalnim seminarjem ter širila glas prek akademske in raziskovalne skupnosti, medijev in kasneje tudi politike.

Športnik: Če se malo pohvalimo, so tudi naši športni rezultati pripomogli k celovitejšemu obveščanju in naši prisotnosti v javnosti. Imate za naš še kak nasvet, kako lahko to še izboljšamo?

Simona Kustec: Glas, glas in še enkrat glas je tisti, ki na koncu seže v deveto vas, kakor pravi slovenski pregovor. Športniki delajo dobro, trdo trenirajo, dosegajo uspehe, motivirajo mlade invalide, da se vključujejo v šport, ter z življenjem s športom spoznavaajo nas, neinvalidne. To je glas o športu invalidov, o neverjetnih zgodbah športnic in športnikov, ki ljudem v največjih stiskah prinašajo upanje, motiv za nove priložnosti, nov smisel, nov izziv. Za izvajanje športa invalidov smo pristojne številne institucije, zveze, društva, stroka, mediji in navijači. Zagotavljam vam, da bomo opravili svoj del posla.

Športnik: Če kdaj, šport sedaj potrebuje pomoč. In tako bo še nekaj časa. Mislite, da je država s protikoronskimi ukrepi namenila dovolj pozornosti športu? Zagotovo so želje in apetiti še večji, verjetno je nemogoče zadovoljiti vse. Ste pri ukrepih sodelovali z drugimi državami ali se zgledovali po njih? Kakšno vlogo je odigral Olimpijski komitej?

Simona Kustec: Takoj po nastopu mandata smo vzpostavili stik z obema komitejema, v prvi vrsti z namenom, da si izmenjamo informacije, ocene, zmožnosti ter pričakovanja, kaj lahko v aktualnih razmerah, tudi v odnosu do drugih skupin in potreb na drugih področjih, storimo skupaj in kaj lahko stori vsak sam. Naloga vlade je, da skupaj z vami in sedaj tudi NIJZ poskusimo pomagati v danih razmerah in ob pogojih, ki bodo primerljivo poštene do različnih družbenih skupin. V tem smislu smo že v prvem protikoronskem paketu zagotovili nadomestila za izpad dohodkov in dela, korona razmeram smo prilagodili pogoje, ki so povezani z izvajanjem letnega programa športa. Takoj ko je bilo to zdravstveno varno, smo aprila začeli sproščati ukrepe za športno aktivnost na prostem in nato v zaprtih objektih, omogočili smo tudi ponovno izvedbo športnih tekmovanj, najprej domačih in nato mednarodnih. Prav v teh dneh smo se v okvirih novega proračunskega obdobja dogovorili za še nekaj več denarja za investicije v šport ter podporo v okviru razpisov za evropska finančna sredstva.

Športnik: Dolgo je aktualna, a nikoli realizirana pobuda, da bi bila podjetja, ki vlagajo v šport,

deležna določenih davčnih olajšav. Ob vsaki krizi so tovrstne pobude še bolj izpostavljene. Lahko na tem področju pričakujemo novosti?

Simona Kustec: Če bo šlo vse po sreči, bo ta ideja že naslednje leto po dolgi desetletjih prošnji končno uresničena. Vladna strokovna skupina za debirokratizacijo pod vodstvom velikega športnega zanesenjaka Ivana Simiča je namreč že pripravila predlog, ki v večji meri podpira sponzorstvo, z 0,5 na 1 % se bo povišala tudi možnost donacije dela dohodnine.

Športnik: Tudi šport invalidov je vse bolj odvisen od lastnih sredstev oziroma od sredstev, ki jih pridobimo na trgu, predvsem od sponzorjev in donatorjev. Kakšen trend na tem področju opazate pri nas, imajo podjetja dovolj posluha za šport?

Simona Kustec: Nasploh opazamo, da je podpora športu tudi v tovrstnih primerih v prvi vrsti odvisna od ljubezni, predanosti in zaupanja v šport s strani gospodarstva in posameznikov. Če tega ni, tudi ukrepi, o katerih sem govorila pri prejšnjem vprašanju, ne bodo zaživel. Imamo nekaj izjemnih primerov dolgoletnega sodelovanja in podpore, od iger v Riu dalje se je tovrstni podpori in s tem



povezani promociji pridružila trgovinska veriga Lidl. Takšne zgodbe potrebujemo tudi v prihodnje, le vsak na svoji strani mora prepoznati potrebo oziroma lasten interes in nato vstopiti v sodelovalni, partnerski odnos.

Športnik: Ali je korona virus športu in športnikom dal tudi kaj dobrega?

Simona Kustec: Verjetno so športniki delili usodo vseh nas: ob koroni smo se zavedli, kaj in koliko nam pomenijo določene stvari, ki so se nam do pojava te pandemije zdele samoumevne. Športniki so kar naenkrat ostali brez treninga in tekmovanja. Verjamem, da nam bo to spoznanje pomagalo pri nadaljnjem življenju. Nič v življenju ni samoumevno, za vse se moramo potruditi in ceniti, kar imamo in dokler imamo. Po drugi strani pa smo lahko opazili, da so ljudje začeli še bolj ceniti bivanje v naravi, da so lahko šli ven na sprehod, na svež zrak, da so začutili svobodo, ki jo daje narava. Včasih je res potrebno tako zelo malo, da na svet pogledamo z lepimi, zadovoljnimi očmi in šport je lahko pri tem tako preprosta, hitra, zastoj rešitev. Le vrata je treba odpreti in stopiti na svež zrak.

Športnik: Ko govorimo o športu, ne mislimo samo na vrhunski šport, pomembno je tudi gibanje, rekreacija, ljubiteljski šport, lahko pa na športnih dogodkih sodelujemo le kot gledalci. Kakšna je prihodnost na teh nižjih ravneh športa, koliko je za to raven sploh odgovorna država?

Simona Kustec: Ravno skrb za športno rekreacijo, za šport za vse mora biti prvi interes države, če se odloči, da bo pomagala športu. Naša država se je k temu zavezala tako z zakonom kot z mednarodnimi dokumenti in nacionalnim programom za šport. Na tem področju nas v prihodnje čaka še veliko dela, ker moramo po drugačni poti od sedanje preiti od besed k dejanjem. Vrhunski šport, ki si zagotovo zasluži veliko podporo države, je posledično samo rezultat dela na teh – kot ste jih poimenovali – nižjih ravneh športa. In če ima vrhunski šport vlogo promotorja

države in služi kot zgled mladim, imata šport za vse in rekreacija vlogo ohranjanja in izboljšanja zdravja ter vrsto drugih, za razvoj družbe izredno pomembnih dejavnikov.

Športnik: Kako ocenjujete integracijo invalidnih otrok v osnovnih in srednjih šolah? Invalidni otroci so večkrat oproščeni športne vadbe bodisi zaradi premalo strokovnega kadra ali neustreznih arhitekturnih pogojev. Opažate pobude oziroma želje po izboljšanju s strani šolskega sistema?

Simona Kustec: Integracija pomeni, da morajo pravila, pravice in dolžnosti veljati za vse enako. Naša naloga je najti poti in rešitve, sicer dane zaveze na papirju v praksi ne bodo zaživele. Rešitev ni odgovor, da nekaj ni mogoče, ampak pobuda, kako, na kakšen način, kdo in kdaj je to zmožen narediti drugače, tako, kot je prav. Rekla sem že, da nas čaka še veliko dela (se nasmehne).

Športnik: Naslednje leto Slovenija predseduje Svetu EU. Lahko morda že poveste, kakšni bodo vsebinski poudarki vašega ministrstva na področju športa ter kako bo to vplivalo na področje športa invalidov?

Simona Kustec: Zagovarjali bomo evropski model športa, s poudarkom na inkluziji športa neinvalidov in invalidov.



Vesela sem, da bomo lahko delili nekaj naših dobrih in lepih zgodb. Prav tako upam, da bomo slišali veliko idej, ki bi jih lahko z namenom še boljšega prihodnjega delovanja vzeli za svoje.

Športnik: Kaj lahko svetujete oziroma sporočite Paralimpijskemu komiteju oziroma športnikom invalidom?

Simona Kustec: Samo odločno, s trmo, vztrajnostjo in srcem pojdite dalje po svoji športni poti! Če kdo, ste športniki invalidi že neštetokrat dokazali, da je mogoče – tudi ko večina misli, da ni tako. Ste zgled mnogim, še posebej v teh negotovih časih.

Športnik: Življenje neusmiljeno teče naprej. Šport pomaga tudi pri premagovanju dnevnih izzivov. Kaj vam pomeni šport, kako se udeležujete, imate sploh kaj prostega časa, katere športna disciplina je »bolj vaša«?

Simona Kustec: V času od nastopa ministrskega mandata je moj šport pešačenje v službo in domov, pa kak sprehod čez vikend. Toliko zmorem ta hip. Tudi to je nekaj, kajne (se nasmehne).

Gospa ministrica, prof. dr. Simona Kustec, hvala za prijazen pogovor. Pri vašem odgovornem delu vam želimo še veliko uspehov ter se še naprej priporočamo za vašo podporo in naklonjenost športu invalidov.

Dan slovenskega (tudi) športa invalidov

Piše: Drago Perko

(foto: Jaka Ažman in Drago Perko)

Ob prazniku smo obiskali naše partnerje in podpornike ter jih pozvali, naj si še naprej prizadevajo za boljši jutri parašporta v Sloveniji.

Poslanci državnega zbora so 18. junija letos s 74 glasovi za in enim proti podprli predlog dopolnitve zakona o praznikih in dela prostih dnevih, na seznam katerih so umestili nov državni praznik – dan slovenskega športa. To odločitev smo z navdušenjem pozdravili tudi v parašportni sferi. Na Zvezi za šport invalidov Slovenije – Slovenskem paralimpijskem komiteju smo se v obhajanje praznika aktivno vključili. V prvi vrsti smo želeli opozoriti nase in se zavezati, da bomo skupaj s partnerji nadaljevali začeto delo.

Zaveza

»Pogoji za razvoj športa invalidov niso optimalni. Zahvaljujoč jekleni volji športnic, športnikov in trenerjev, vlogi in pomenu Zveze ŠIS-SPK ter vsem partnerjem pa se zadeve premikajo v pravo smer. Ob tej priložnosti smo se na Zvezi ŠIS-SPK zavezali (v skladu z našo strategijo), da si bomo še naprej prizadevali ustvarjati ugodno okolje za razvoj parašporta v Sloveniji, vključevanje oseb z invalidnostjo v športne aktivnosti ter razvoj množičnega in vrhunškega parašporta. Zveza ŠIS-SPK si bo tudi v prihodnje prizadevala doseči in še izboljševati umeščenost parašporta v širše družbeno in športno okolje. Hkrati



bo kot krovna organizacija v RS, pristojna za parašport, v naslednjih desetih letih s strokovnim delom in poslovno odločnostjo ključno oblikovala nadaljnji razvoj športa v Sloveniji in bo vzor uspešnega nacionalnega paralimpijskega komiteja v svetu. Še naprej si bomo prizadevali za promocijo pozitivnih vidikov parašporta, ki blagodejno vpliva na razvoj in življenje športnikov,« smo zapisali v zavezi, ki smo jo delili s svojimi partnerji in podporniki. Vse te smo 23. septembra obiskali – v našem športnem slogu, kot najbolje znamo.

V predsedniški palači

Po Ljubljani je kolesaril parakolesar Anej Doplihar, ki ga je spremljal trener Luka Kovic, s Sandijem Novakom pa sta tekla njegov trener Roman Kežžar in Grega Dolinar, član strokovne službe

▲ Udeležence je sprejel predsednik države, gospod Borut Pahor.

Zveze ŠIS-SPK. V predsedniški palači nas je sprejel predsednik Republike Slovenije Borut Pahor, ki smo mu kot podporniku zdravega načina življenja prav tako izročili zavezo. »Ob uspehih naših športnikov poslušamo eno himno in vihtimo eno zastavo,« je povezovalno vlogo športnikov in športa poudaril predsednik Pahor, ki je v nagovoru omenil tudi možnost, da bi praznik postal dela prost dan, kar bi ljudi spodbudilo, da bi dan posvetili športnim dejavnostim in počastitvi vsega, kar nas pri športu navdihuje. Ob koncu nagovora je navzočim zaželel, da bi praznik obeleževali iskreno in da bi nas še bolj povezoval in spodbudil k športni aktivnosti.

Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS-SPK, je ob tej priložnosti dejal, da je praznik pomemben tudi za slovenske parašportnike, saj sovpada z evropskim tednom športa #BeActive. »Šport je eden od mostov vključevanja invalidov v družbo,« je ob predaji zaveze poudaril Lazar. Sprejema pri predsedniku Republike Slovenije so se udeležili tudi parakolesar Anej Doplihar, trener parakolesarske reprezentance Luka Kovic, slepi maratonec Sandi Novak in njegov trener Roman Kejžar ter Mateja Pintar Pustovrh, naša zlata paralimpijka.

Sprejeli so nas tudi na Ministrstvu Republike Slovenije za izobraževanje, znanost in šport, kjer nas je nagovoril Darko Repenšek, vodja Sektorja za razvoj športa in športno infrastrukturo.

Obiskali smo tudi naše partnerje in podpornike: pri odštevalniku do paralimpijskih iger smo zavezo izročili Tini Cipot, vodji korporativnega komuniciranja pri našem zlatem partnerju,

podjetju Lidl Slovenija, na sedežu podjetja Toyota Slovenija pa nas je sprejel predsednik Toyote Adria Kensuke Tsuchiya. Podpore zavezi so izrazili tudi pri Loteriji Slovenije in Zavarovalnici Triglav. Naša tekaška trojka, ki so jo sestavljali Sandi Novak, Roman Kejžar in Gregor Dolinar, je obiskala našega medijskega partnerja Media24. Zavezo je iz rok maratonce Sandija Novaka prevzel direktor Igor Klun. Pred tem so jo izročili še predsednici uprave Loterije Slovenije Romani Dernovšek in njeni odlični ekipi, ki skrbi tudi za razvoj športa in parašporta v Sloveniji. Nekdanja paralimpijska prvakinja Mateja Pintar Pustovrh je našo zavezo predala predsedniku Toyota Adrie Kensukeju Tsuchiyi. Za podporo smo se zahvalili našemu medijskemu podporniku RTV Slovenija, ki naše aktivnosti podpira in o njih poroča, zavezo pa sta iz rok parakolesarja Aneja Dopliharja prevzela urednik športnega programa Televizije Slovenija Gregor Peternel in urednik športnega programa na Valu 202 Boštjan Reberšak.

Še naprej aktivni

»Prvi praznik športa smo tudi parašportniki dodobra proslavili s svojimi partnerji in podporniki. Vozili smo se z ročnim kolesom in tekli po Ljubljani, našim partnerjem pa izročali zavezo, da nam še naprej stojijo ob strani, da bomo skupaj gradili boljši in prijaznejši svet tudi za parašport. Za nameček pa se ravno na državni praznik začenja Evropski teden aktivnosti #BeActive, v katerem paralimpijci ostajamo aktivni in s tem odgovorno skrbimo za boljše počutje in na pomen pozitivnih vidikov športa opozarjamo vse okoli sebe,« je ob tej priložnosti povedal Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS-SPK.

Športnice in športnike so sprejeli...



Ponosni na petletno sodelovanje

»V Lidlu Slovenija smo izjemno ponosni na naše petletno sodelovanje z Zvezo ŠIS-SPK. Skupaj smo oblikovali program Postani športnik. Njegovo bistvo so prav te vrednote, ki jih dan slovenskega športa ponazarja: zaveza h gibanju, motiviranost in vztrajnost – ko te ovire ne ustavijo, temveč spodbudijo, da se še bolj predano lotiš novih podvigov,« je povedala Tina Cipot, vodja korporativnega komuniciranja pri podjetju Lidl Slovenija.

»Na področju športa velik poudarek namenjamo razvoju otroškega in mladinskega športa na lokalni ravni in tako pomagamo k razvoju okolja, v katerem poslujemo. Prav tako podpiramo vrhunske športnike in športnice ter klube, zveze in druge organizacije, s čimer prispevamo k razvoju športnih panog na najvišji ravni. K zdravemu načinu življenja v sklopu raznolikih aktivnosti in programov spodbujamo tudi zaposlene v Skupini Triglav,« so ob dnevu slovenskega športa povedali v Zavarovalnici Triglav.

»Hvala, Sandi, da si nas z ekipo Zveze ŠIS-SPK na dan slovenskega športa obiskal na Loteriji Slovenije. S svojim odnosom do življenja in športa si nas dvignil

od tal in spodbudil k premisleku o vsem, kar v življenju zares šteje. S sodelavci Loterije Slovenije smo ponosni na partnerstvo, ki ga gradimo s tabo, s tvojimi kolegi parašportniki in z Zvezo ŠIS-SPK. Zaveza, ki ste nam jo predali včeraj, ima pri nas že posebno mesto. Športniki invalidi ste poosebitev našega poslanstva in presečišče vsega, za kar vsak dan delamo na Loteriji Slovenije. V vaši zavezi, da k aktivnemu življenju in športu spodbudite vse slovenske invalide, vas bomo tudi v prihodnje z vsemi močmi podpirali,« pa je ob prazniku (para)športa dejala predsednica uprave Loterije Slovenije Romana Dernovšek.



...tudi vsi naši sponzorji.



Nadvse uspešne skupne priprave

Piše: Drago Perko

(foto: Drago Perko)



V Novi Gorici je septembra treniralo več kot 50 parašportnic in parašportnikov. Priprave so nujne v letu, ko je COVID-19 oklestil trenažni program in nastope na tekmovanjih.

Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite je novembra lani začel s skupnimi pripravami. Ker je bila novost – priprave smo organizirali in izpeljali na Kanarskih otokih – pri naših parašportnikih dobro sprejeta, bomo s tem nadaljevali. Letos so bile take priprave še toliko bolj nujne in potrebne, saj je novi koronavirus parašportnicam in parašportnikom onemogočil trenažne procese. »Treba se je nekako prebiti skozi to leto. Naši športniki so bili že lani prepričani, da bodo v paraolimpijskem obdobju najbolje pripravljeni. Zdaj je treba to zadržati, zdaj se je že začelo stopnjevati,« je povedal Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS-SPK. V Mestni občini Nova Gorica in podjetju Hit, d. d., smo našli partnerja, ki

sta pripomogla k optimalnim pripravam, ki so jih parašportniki med 3. 9. in 20. 9. opravili v Novi Gorici. »Paraolimpijci niso samo navdih, so zgled in motivacija. Veseli smo, da so za priprave izbrali Novo Gorico. To je za Mestno občino Nova Gorica

hkrati velika odgovornost in čast. Odziv športnikov je bil pozitiven, za nas pa je pomembno, da bo tako tudi v prihodnje, saj želimo ponuditi najvišjo stopnjo gostoljubja,« je povedal Simon Rosič, podžupan MO Nova Gorica.



▲
Skupna novinarska konferenca.

V skladu s predpisi in priporočili

»Za nami so odlične priprave, ki so v celoti izpolnile naša pričakovanja. Vanje je bilo vključenih veliko ljudi, ki so odlično opravili svoje delo. V Novi Gorici smo se odlično počutili. Vsi športniki, trenerji in strokovni delavci zadovoljni ter dobro pripravljeni odhajajo v svoje lokalno okolje. Izbira lokacije je bila ustrezna, saj smo imeli odlične pogoje za izvedbo športnih priprav. Upoštevali smo vse varnostne ukrepe, ki jih predpisuje NIJZ, in ostali zdravi, torej brez okužbe s koronavirusom. Še vreme nam je služilo, kot bi bilo naročeno. Rad bi se zahvalil strokovnim delavcem naše zveze, da so potegnili prave poteze in v zadovoljstvo vseh športnikov organizirali odlične priprave. Ne smemo pozabiti na odlično sodelovanje z občino Nova Gorica in podžupanom Simonom Rosičem, direktorico Javnega zavoda za šport Nova Gorica Aleksandro Fortin ter s predstavniki podjetja Hit, d. d., Nova Gorica. Vsem se v imenu športnikov in naše krovne organizacije najlepše zahvaljujem v želji, da se ponovno srečamo pri izvedbi naslednjih skupnih projektov,« je dejal Damijan Lazar.

Širok diapazon športnic in športnikov

V Novi Gorici so trenirali parakolesarji (Anej Doplihar, Gregor Habe, David Kuster, Aleš Dragar), atleti (Sandi Novak, Robi Kogovšek, Luka Bergant, Tadej Enci, Henrik Plank), paraplavalci (Lucija Planinc, Sabina Cimperc, Tim Žnidaršič Svenšek, Aljaž Vejnovič, Luka Stanar, Gašper Glušič, Patrik Jagodic), paratriatlonec Alen Kobilica ter namiznotenisači (Luka Trtnik, Alen Bečirevič, Andreja Dolinar, Primož Kancler, Bojan Lukežič in Peter Jereb). Priprave v Novi Gorici sta imeli tudi ženska in moška reprezentanca odbojke sede v postavah Suzana Ocepek, Danica Gošnjak, Jana Ferjan, Senta Jeler, Lena Gabršček, Tija Vrhovnik, Klara Jeretina, Klara Vrabčič, Primož Petek, Matic Keržan, Sašo Korun, Matjaž Majdič, Simon Turk, Marko Zupančič, Jaša Bartelj, Sebastijan Osrecki, Tomi Jakša, Mira Jakin in Jordan Jakin.

Sodelovanje z lokalno skupnostjo

»Priprave so prišle ob pravem času. Zaradi novega koronavirusa dolgo nismo bili skupaj, zdaj smo se združili in trenirali z obema ekipama – žensko in moško. Pogoji za bivanje in trening so bili zelo dobri. Priprave so bile naporne. Ko so igralke in igralci pokazali znake utrujenosti, smo prilagodili način

treninga. Zato smo se v nadaljevanju bolj posvetili tehniki,« pove selektor Simon Božič, ki bdi nad moško in žensko vrsto odbojke sede. Pohvalil je tudi zgledno sodelovanje s klubi v Novi Gorici, za nameček so z nogometaši ND Gorica odigrali revijalno tekmo. »Od sedaj z drugačnimi očmi gledajo na šport invalidov,« je dejal Božič.



Kolesarski tandem...



...in skupni posnetek udeležencev.



Sandi Novak nesporna avtoriteta

»Za našimi tekači so priprave, ki smo jih izvrstno izkoristili,« poudari Roman Kejžar, ki vodi ekipo paratekačev. »Te priprave so koristile tudi meni, da se povsem posvetim celotni ekipi. Mlada tekača pa



Trening tekačev.

sta dobila priložnost in jo tudi izkoristila, da smo šli skupaj skozi vse faze treninga. Sandi Novak je kot avtoriteta dal fantoma precej koristnih napotkov, da sta iz prve roke izvedela, kako poteka trening na vrhunski ravni. Oba sta na treningu presegla sama sebe in hkrati spoznala, kaj zmoreta. Z nami sta bila tudi maser in fizioterapevt,« je dejal Kejžar, ki je pohvalil tudi pomen strokovnih predavanj za parašportnike in trenerje. Za konec je pristavil, da si takih zgodb le še želijo.

»Delali smo tehnične in precej specifične vaje. Mednarodnih tekmovanj letos ne bo, smo pa v Novi Gorici opravili pomembno delo. Imeli smo vrhunske priprave, vključno z nastanitvijo v hotelu in bližino vadbenih objektov,« je povedal Ožbej Poročnik, trener paranamiznega tenisa, ki je z ekipo vadil v Novi Gorici, ob tem pa je izpostavil še pomen strokovnih predavanj. Omenil je še, da se je dober glas o pripravah hitro razširil po regiji, vadbi naše reprezentance pa se je ravno zahvaljujoč temu pridružila mlada nadarjena igralka.



Čas priprav v Novi Gorici smo izkoristili tudi za izobraževanje. Športnicam in športnikom ter trenerjem so predavali dr. Nada Rotovnik Kozjek (pomen pravilnega prehranjevanja), športna psihologinja Tina Jeromen ter Nina Plantan (Lidl Slovenija). V sklopu priprav smo v Novi Gorici pripravili tudi medijski dan, ki je med regionalnimi, lokalnimi in nacionalnimi mediji požel veliko pozornosti.

Drago Perko

Deluxe

Trenutki, ki zbližujejo

Z nakupom izdelkov Deluxe del sredstev namenjate društvu Junaki 3. nadstropja za ureditev sobe zaupanja na hemato-onkološkem oddelku Pediatrične klinike v Ljubljani.

Hvala, ker skupaj z nami ustvarjate boljši svet.

več na boljsi-svet.si



Koronska kriza ni vzela volje

Piše: Primož Černilec

(foto: Osební arhiv)



Slepi maratonec Sandi Novak, vrhunski parašportnik, se kljub letošnjim negotovim in nepredvidljivim razmeram počuti dobro. Ne zmanjkuje mu volje za dolge, naporne tekaške treninge in priprave.

V zadnjem času je bil primoran redno spremljati vladne odloke in ukrepe, ki krojijo tako njegov vsakdan kot tudi doseganje dolgoročnih ciljev. Ves čas je v negotovosti in se sooča z raznimi preprekami, saj je nemogoče predvideti, ali bo tekmovalje, na katero se pripravlja, izvedeno ali odpovedano; ne ve, ali bo naslednji dan smel na stadion ali bo treniral kar doma v zaprtem prostoru in podobno.

Že od nekdaj je njegovo domače okolje stadion. Sandi uživa na tartanu. Včasih je bilo na njegovem urniku treningov na tekalni stezi v zaprtem prostoru le za vzorec, če pogledamo njegov letošnji urnik treningov, pa je slika popolnoma drugačna. Letos je do nenadnih sprememb načrtov in odpovedi tekmovalj na žalost prišlo že kar nekajkrat. A Sandi se ne da. Vso pozornost je usmeril v

pripravljalne treninge in garal, kot da bi mu tovrstne slabe novice prinašale še več energije, želja po dosegu cilja pa je bila še bolj izrazita. To je miselnost pravih zmagovalcev. Kot vedno se je izkazalo, da Sandi ve, kaj pomenijo delo, vztrajnost, disciplina in pozitivna naravnost – zanj ni nepremostljivih ovir na poti. Ne skriva svoje velike želje, iskreno si želi udeležbe na še enih paralimpijskih igrah (POI TOKIO). POI TOKIO so velik projekt, v tem času in razmerah bi mu lahko rekli megaprojekt in megaizziv za celotno Sandijevo ekipo. Letošnje POI v Tokiu bi morale biti že za nami, vendar so jih zaradi izbruha pandemije prestavili za eno leto.

“Sandi ima že opravljeno normo za nastop na POI, a si jo želi še izboljšati. Normo je januarja kljub virozi odtekel na maratonu v Dubaju. Sledilo je daljše obdobje regeneracije in aktivnega počitka.”

Marca je začel s pripravami na paralimpijski maraton, ki bi moral biti 6. septembra 2020 v Tokiu. Ravno v času začetka teh priprav je bila razglašena pandemija in vsi skupni treningi s pripravami vred so padli v vodo. Sandi je vse samostojne treninge izvajal po načrtu, vendar doma, na tekalni stezi. S trenerjem Romanom Kežarjem sta bila večkrat na teden povezana na daljavo prek elektronske aplikacije. Tak trening je bil za Sandija svojevrsten izziv, vendar prav nič dolgočasen, pravzaprav bi lahko rekel, da je bil to čas za druženje na nov, »koronski« način. Z motivacijo za delo pa Sandi že v splošnem nima težav. Je najvztrajnejša oseba in največji garač, kar jih poznam. Po trenerjevih navodilih je redno izvajal vaje za stabilizacijo skočnega in kolenskega sklepa ter za medenico in trup. Vestno je izvajal vaje, ki simulirajo

aktivnost na povišani nadmorski višini. Vse to je počel v upanju, da POI v Tokiu vendarle bodo.

Posebno pozornost je namenjal uravnoteženi, raznoliki in z vitamini bogati prehrani, ki je potrebna za ustrezno regeneracijo po večjih naporih. Te tri komponente, količina treninga, količina kakovostnega počitka in uravnotežena prehrana, igrajo pomembno vlogo pri doseganju vrhunskih rezultatov.

“Bistveno je, da kljub kriznim časom ostaneš miren, prisluhneš svojemu telesu, vneseš toliko goriva, kot ga telo potrebuje, in se dobro spočiješ.”

Soočenje s tem, da so POI TOKIO prestavljene, Sandija ni posebej zmotilo pri dnevni rutini. Takrat, ko razmere to dopuščajo, tekaške treninge večinoma izvaja na stadionu v Kranju, kjer se mu pridruži sotekač. Septembra se je udeležil dvotedenskih priprav v Novi Gorici, ki jih je organizirala Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite. Tam je z Romanom in Martinom (Sandijeva sotekača) nadgrajeval fizično pripravljenost in se družil z drugimi športniki invalidi. Sandiju se je prav na teh pripravah povsem naključno uresničila še ena velika želja. Ekipa TOP Extreme Bungee Jumping mu je podarila skok z elastiko s solkanskega mostu. Z Romanom sta se udeležila atletskega veteranskega državnega prvenstva. Sandi je tekmoval na razdalji 5000 m kot slepi tekač s sotekačem in osvojil zavidljivo 3. mesto med vsemi udeleženci. S tem je potrdil, da je v času pandemije dobro treniral.

Na nov državni praznik, 23. september – dan slovenskega športa, je Sandi sodeloval na dogodku v Ljubljani kot promotor športa invalidov. Skupaj z Romanom Kežarjem in Grego Dolinarjem, podpredsednikom Zveze ŠIS-SPK, so tekli po ljubljanskih ulicah. V predsedniški palači jih je sprejel predsednik Republike Slovenije Borut Pahor. Ob tej priložnosti so sprejeli zavezo, da si bodo še naprej prizadevali ustvarjati ugodno okolje in razmere za razvoj parašporta v Sloveniji.

Sandi je bil osredotočen na tek na Ljubljanskem maratonu, ki pa je bil odpovedan. Vsi upamo, da

bo januarja 2021 ponovno tekel v Dubaju, kjer naj bi izboljšal lanski rezultat in stopil korak bližje največjemu cilju. Tek v Dubaju lahko prepreči samo korona.

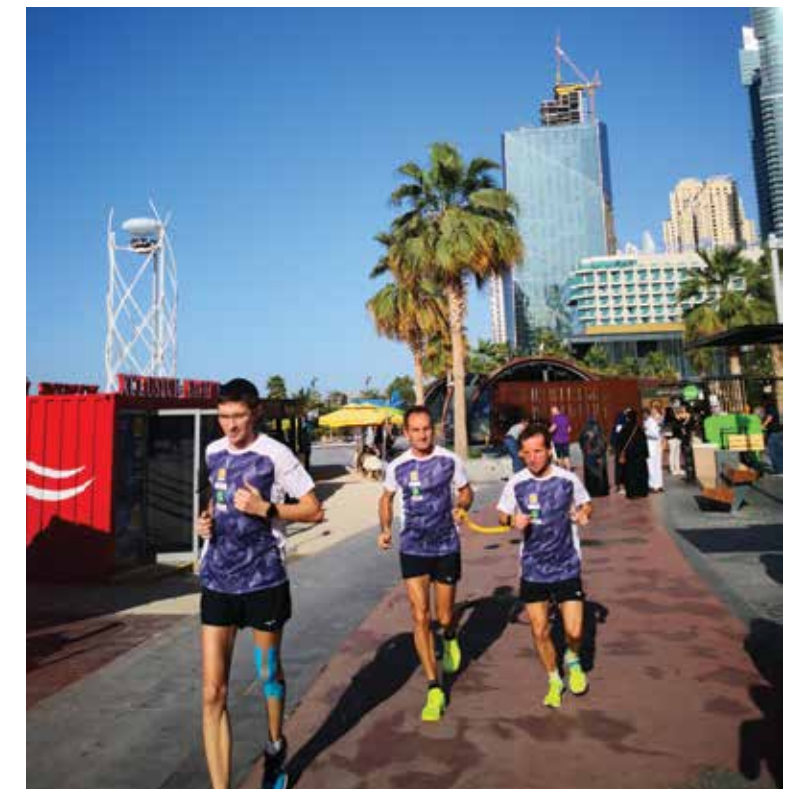
Naj dodam, da je nauk Sandijeve zgodbe kristalno jasan: vse je mogoče, če le hočemo. Držimo pesti.

CILJ JE V TOKIU.

Sandijevo kosilo v Dubaju. Roman Kežar, trener in najboljši kuhar.



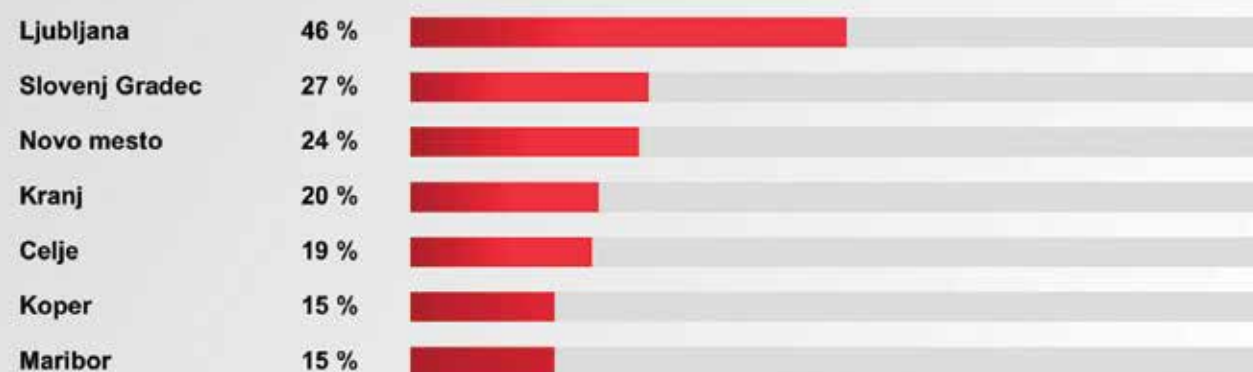
Martin, Roman in Sandi. Dubai 2020. Trening pred pomembnim nastopom za Slovenijo.



Ali bi slovenski vozniki danes še opravili vozniški izpit?

Uspešnost izpitnih voženj po mestih

Odstotek uspešno opravljenih izpitnih voženj



Ko imamo vozniški izpit varno v žepu že desetletje, dve ali tri, se zlahka ujamemo v past prepričanja, da ceste in vožnjo zares obvladamo. A dejstvo je, da največ nesreč v naseljih povzročimo prav izkušeni vozniki – ne pa mladi vozniki ali starejši, kot je pogost stereotip.

Letošnjo pomlad in lansko jesen so zato pri Zavarovalnici Triglav v sedmih slovenskih mestih izvedli akcijo »Ponovno na izpitno vožnjo«. Izkušene voznice in voznike so povabili na brezplačno vožnjo po svojem mestu, učitelji vožnje pa so jim omogočili vpogled v cestnoprometne predpise in v njihove vozniške sposobnosti. Kot se je namreč pokazalo, leta rutinske vožnje ne pomenijo nujno tudi vožnje po veljavnih cestnoprometnih predpisih. In kako jim je šlo?

Od 192 izkušenih voznikov bi jih le 45 (23 %) opravilo vozniški izpit. To je manj kot četrtina vseh voznikov.

Podatek je šokanten, zato je prav, da preverimo, kaj se skriva v ozadju tega rezultata.

Najpogostejše napake slovenskih voznikov

Prva pogosta napaka: neupoštevanje znaka ustavi

V vseh mestih so se vozniki srečevali s težavo, ki je učitelji vožnje niso mogli spregledati, čeprav jo je spregledalo približno 40 odstotkov izkušenih voznikov in voznikov. Neupoštevanje znaka USTAVI je ena najpogostejših napak, še posebej ko je pred znakom prehod za pešce. Pri tem bo prav prišel tale nasvet: Ne glede na to, kje je postavljen znak

USTAVI, je treba avto vedno ustaviti pred črto. Šele ko se prepričamo, da je prehod za pešce prost, da se ne približuje kolesar in da lahko varno speljemo, se počasi pomaknemo do točke vidljivosti. Če je križišče nepregledno, se tam po potrebi ponovno ustavimo in počakamo, da je vključevanje na glavno cesto varno. Ravnanje voznikov je pogosto precej drugačno. Vozniki v tej situaciji pogosto prevozijo talno črto pri znaku USTAVI in se ustavijo šele na prehodu za pešce, kjer je njihova točka vidljivosti.

Druga pogosta napaka: neupoštevanje mrtvega kota

Mrtvi kot je področje okoli vozila, ki ga z voznikovega sedeža ne moremo videti. Razlogi, da pride do mrtvega kota, so lahko stebrički med okni na vozilu, potniki, sopotnikovo naslonjalo za glavo, prtljaga ... V takih primerih vzvratna in stranska ogledala žal ne zadostujejo, saj ne pokažejo celotne slike. Nujno se moramo ozreti čez ramo in tako videti tudi dogajanje ob zadnjem boku vozila.

Kako preverimo mrtvi kot?

Preden zamenjamo prometni pas na levo stran, pogledamo čez levo ramo skozi stransko steklo in nekoliko nazaj. Preden zamenjamo prometni pas na desno stran, pogledamo čez desno ramo skozi stransko steklo in nekoliko nazaj. Ko gledamo čez ramo, ne spuščamo volana, telo pa ostane obrnjeno naprej. Obrnemo le glavo, saj to zadostuje, da dobimo pregled nad mrtvim kotom.

Tretja pogosta napaka: nepravilna vožnja v krožišču

Krožišča marsikateremu vozniku povzročajo preglavice. V akciji »Ponovno na izpitno vožnjo« je imela več kot tretjina vseh udeležencev težavo z njimi. Največ napak v krožiščih so učitelji vožnje opazili v Novem mestu, Ljubljani in Kopru. In kakšne so napake? Vozniki se napačno razvrščajo, krožišče zapuščajo neposredno z notranjega pasu, izsiljujejo pešce in kolesarje pred prehodom za pešce in napačno uporabljajo utripalke.

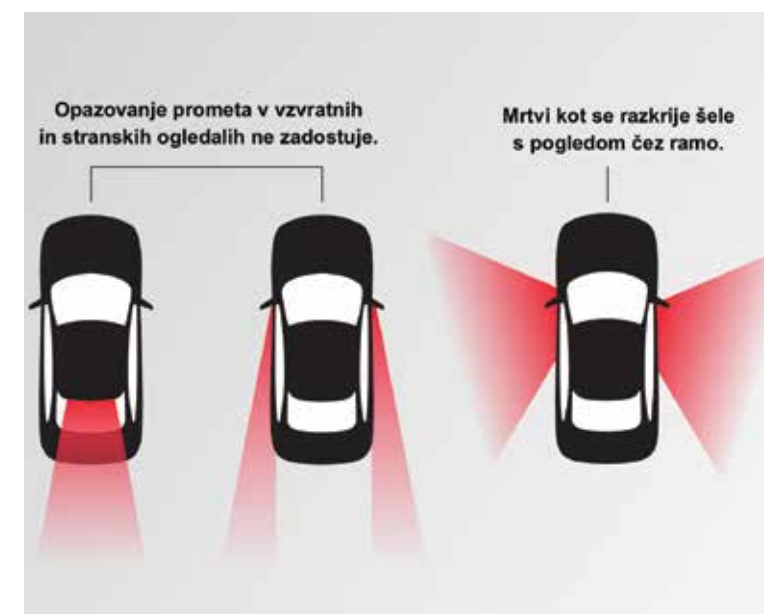
Sklepali smo, da so krožišča trši oreh za starejše voznike in za tiste, ki so vozniški izpit opravljali pred več kot 25 leti, ko krožišč še ni bilo, a sta se starost in število let od opravljenega vozniškega izpita

izkazala za nepomembna podatka. Nepravilnosti pri vožnji skozi krožišče se dogajajo vsem starostnim skupinam, pa tudi število let od opravljenega vozniškega izpita ne igra posebne vloge.

Posebej velika težava so za voznike krožišča s kanaliziranimi prometnimi tokovi. Gre za tip krožišča, v katerem je s posebnimi stranskimi ovirami vsakemu vozilu zagotovljena posebna prometna površina. Prehajanje med pasovi zaradi vmesne ovire ni mogoče, zato je pomembno branje tabel, da se lahko pravilno razvrstimo in na ustreznem izvozu zapustimo krožišče. Na ta način se zmanjša število konfliktnih točk, zagotovljena je boljša preglednost, možnost nepravilnih reakcij voznikov pri vožnji skozi krožišče pa se zmanjša.

Kdo je bil na koncu zadovoljen?

Akcija »Ponovno na izpitno vožnjo« je resda zasnovana kot izpit, cilj akcije pa je preventiva. Kandidati so prišli na preizkušnjo, ker jih je zanimalo, kako vozijo. Vožnja je potekala v sproščenem vzdušju, učitelj vožnje se je s kandidatom pogovarjal; tako sta sproti razjasnjevala morebitne dileme in napake. Bistvo akcije ni bil opravljen izpit, ampak povečevanje zavedanja in izobraževanje o varnosti v prometu. Vozniki, ki so se preizkusili v izpitni vožnji, so se marsikaj naučili, hkrati pa pomagali pri zbiranju zanimivih in dragocenih podatkov o kakovosti vožnje slovenskih voznikov.



Sreča je, ko prideš na cilj in dosežeš tisto, za kar si garal

Piše: Mateja Slamnik Kos

(foto: Miha Kačič)

Vseslovenski javni pobudi Ustavi.se!, ki je tokrat potekala pod sloganom *Ko osrečim tebe, osrečim sebe*, se je skupaj z Loterijo Slovenije pridružil tudi parastrellec in legenda slovenskega parašporta Franc Pinter – Ančo. Ančo, ki bo prihodnje leto na paralimpijskih igrah v Tokiu že osmič zapored zastopal slovenske barve, je dobitnik treh srebrnih in ene bronaste paralimpijske medalje, svetovni in evropski prvak v streljanju z zračno puško stoje ter evropski prvak v streljanju z malokalibrsko puško.

V intervjuju, ki je bil v okviru pobude Ustavi.se! objavljen na portalu Žurnal24, je razmišljal o svoji športni poti, pa tudi o sreči in o svoji prav posebni strasti, igranju Lota.

»Sreča je, ko se vse skupaj poklopi – pa ne samo po športni plati. Sreča je, ko prideš na cilj in dosežeš tisto, za kar si garal. Veste, šport je način življenja. Da se lahko športniki invalidi ukvarjamo z vrhunskim športom in da imamo priložnost delati na tako visoki ravni, je srečen privilegij.



Zame so sreča tudi štiri medalje na paralimpijskih igrah. Ampak nekaj mi še manjka (zlata paralimpijska medalja, op. a.) in na tem delamo,« je pojasnil v intervjuju, v katerem je razkril, da srečo rad lovi s sodelovanjem v loterijskih igrah, pri čemer mu je najbolj pri srcu Loto, ki ga igra že več desetletij.

Leta 1986 je zadel kar visok dobiček in si privoščil oddih na morju. Od takrat ga igra vseskozi spremlja. »Včasih sem kar veliko vplačeval, ampak ni bilo rezultata, zato sem sklenil, da toliko, kot bom vložil v Loto, bom vložil tudi v rezervni sklad. Po določenem času sva si s prijateljico privoščila oddih v toplicah. Ja, rad imam igre na srečo. Loterija Slovenije je izjemno pomembna v svetu športnikov invalidov, prav tako pa tudi Zveza ŠIS-SPK ter vse ostale organizacije in podjetja, ki nas podpirajo,« je še dodal.

»Sreča je, ko prideš na cilj in dosežeš tisto, za kar si garal«, pravi legendarni parastrellec Franc Pinter-Ančo.

Sreča pa zanj pravi pomen dobi šele, ko jo delimo. Enako bi ravnal tudi, če bi na Lotu zadel sedmico: »Ah, vsem sem že obljubil, z vsemi bi delil, tudi prodajalcu na bencinskem servisu sem obljubil, da bi z njim delil, če bi zadel,« je priznal Ančo. »Pri določenih letih ne potrebuješ več denarja, temveč predvsem podporo družine in prijateljev, zdravje in ljubezen,« je še zaključil legendarni parastrellec, ki bo prihodnje leto s 30-letnimi izkušnjami in natančnimi streli lovil 50. olimpijsko medaljo za slovenski parašport. Naj ga pri tem spremlja prava mera sreče.

Celoten intervju si lahko preberete na portalu Žurnal24.

Paralimpijka. Skupaj za srečo:)



Loterija Slovenije in Zveza za šport invalidov Slovenije skupaj za naše paralimpijce.

Nakup tudi prek spleta
loterija.si

Srečka
LOTERIJE SLOVENIJE

Četrto stoletje na čelu strelske reprezentance

Piše: Drago Perko

(foto: Arhiv Zveza ŠIS – SPK)

Parastrelska reprezentanca je pod taktirko selektorice Polone Sladič v 25 letih osvojila kar 31 kolajn na mednarodni sceni, od tega kar sedem na paralimpijskih igrah.

Med trenerskimi imeni v Sloveniji, pa ne le v parašportu, zagotovo izstopa Polona Sladič, selektorica in trenerka parastrelske reprezentance. V zadnjega četrto stoletja se je s svojim delom podpisala pod vse uspehe naše reprezentance, ki od leta 1996 z vsakih paralimpijskih iger prinese vsaj eno odličje. Številke so impresivne – pod njenim vodstvom so parastrelci in parastrelka osvojili 31 medalj: sedem paralimpijskih, 11 na svetovnih prvenstvih in 13 na evropskih prvenstvih.

»Šport je od nekdaj del mene. Sprva sem se navduševala nad igrami z žogo, košarko, nogometom, odbojko, namiznim tenisom, rokometom ... Po izvrstnem metu žogice na šolskem tekmovanju so me vključili v atletiko, met kopja, od 5. razreda pa sem najprej trenirala strelstvo ter vzporedno odbojko in nogomet. A vsakič, ko se je bilo treba odločiti, je zmagalo strelstvo, ki sem se mu povsem zapisala,« pove in se spomni mladosti na Dolenjskem. Hitro pa so jo zamikale trenerske vode. »Rada pomagam drugim, če se mi zdi, da nekaj znam. Vedno sem rada priskočila na pomoč. Včasih so me tudi okoliščine prisilile v to. Tako sem že pri 19 letih v strelskem klubu prevzela mladino, jo



Polona s svojim varovanci – športna ekipa leta 2016.

trenirala in vodila. Priznam pa, da me je vedno zanimala tudi človeška psiha. Želela sem študirati psihologijo, pa sem se zaradi praktičnosti in možnosti zaposlitve odločila za pravo. In strelstvo je šport, kjer se naša psiha pokaže v vsej mogočnosti, tako da mi je bilo vedno tudi to svojevrsten izziv. In je še danes. Še danes, po vseh teh letih, me nekatere reakcije strelcev presenetijo – pozitivno ali negativno,« pojasni, kako je pristala med trenerji.

Jeseni so jo hoteli za trenerko

»Leta 1995 me je tedanji član reprezentance Ernest Jazbinšek, s katerim sva se srečevala na strelišču, povabil, naj grem kot spremljevalka z ekipo na evropsko prvenstvo na Finsko. Bila sem absolventka, zaključevala sem študij, povabilo pa mi je pomenilo izziv, ki sem ga sprejela. Med ekipo in mano se je razvila kemija. Jeseni istega leta so me fantje prosili, naj postanem njihova

trenerska. S svojo takratno pametjo – ko si mlad in neumen, se spustiš v vse – sem sprejela. Ko sem bila mesec in pol kasneje prvič z njimi na poti na tekmo, ko sem 1000 kilometrov proč od doma vozila kombi, sem se nekajkrat vprašala, v kaj sem se spustila. Zdaj pa smo skupaj že 25 let. Težko je bilo prvih 10 let, ko sem bila sama za vse. Leta 2005 sem dobila pomočnika. Pred tem nisem imela stika niti z invalidi niti s športom invalidov. V ekipi so bili sprva sami fantje, potem se nam je pridružila še Veselka Pevec. Moram reči, da večjih konfliktov ni bilo nikoli. Na večjih tekmovanjih pride do napetosti, ki jih moraš kot trener uravnavati. Pritiski so veliki in vsak jih prenaša po svoje. Ker gre za individualni šport, jih moraš obravnavati kot posameznike, a hkrati ne dovoliti, da v ekipi kdo prevlada. Vsi so hitro dojemali, da sem odprta za predloge in ideje. Ko se dela, se dela resno. Ko nismo na strelišču,

pa se lahko tudi zabavamo. Bistveno je, da športnik sprejme način dela, da je pripravljen delati. Štejejo rezultati. S tistimi, ki niso bili pripravljeni delati, so se poti slej ko prej razšle. Na vse sem gledala kot na športnike, ne invalide. Zato sem od njih precej zahtevala. K meni so prišli tisti, ki so se odločili za vrhunski šport. Jasno mi je, da vsi ne morejo biti vrhunski športniki, a če so se odločili, da to bodo, morajo kot vrhunski športniki tudi delati,« Polona opiše začetke sodelovanja s športniki invalidi.

»Sprva je bil problem, da nisem poznala njihovih invalidnosti. Pred tem se z invalidi nisem nikjer srečevala. Vsi na primer mislimo, da tisti, ki je na vozičku, pač »samo« ne more hoditi. Pa kmalu spoznaš, da je to dostikrat še najmanjši problem. Potrebovala sem čas, da sem se naučila, česa res ne morejo in kaj lahko naredijo sami. Sam pri sebi moraš

Polona »globoko« razmišlja kaj svetovati Pinterju pred finalnim nastopom.



Polona in Veselka – neizmerno veselje ob osvojitvi paralimpijskega naslova Veselke.



razčistiti z njihovimi zgodbami ter z vsemi zgodbami, ki jih srečuješ v športu invalidov. To niso lepe zgodbe. Gre za življenjske tragedije, ki pa se, tudi zaradi športa, obrnejo v lepe zgodbe. S tem medsebojnim odnosom smo skupaj rasli vsi. Vsega jim ne moreš prinesiti k riti, ampak moraš dojeti, da so samostojne osebe, ki včasih res potrebujejo našo pomoč,« opiše svoje izkušnje pri delu z invalidi.

Sreča in žalost

Ob tako bogati karieri ni manjkalo solz sreče in žalosti.

»Doživeli smo vse. Ob številnih medaljah je bilo tudi nekaj neuspehov. So trenutki, ki se ti za vse življenje vtisnejo v spomin. Eden teh je zagotovo zgodba Damjana Pavlina. Na treh paralimpijskih igrah je imel strašno smolo, saj je praktično že imel medaljo, a jo je potem vsakič za las izgubil. To je ena izmed grenkih izkušenj v moji 25-letni trenerski karieri. Na srečo pa je človekova psiha taka, da sčasoma slabo pozabimo oziroma potisnemo v ozadje in se spominjamo predvsem lepih trenutkov. Teh pa je bilo nešteto. Ne samo tekmovalnih,« priznava.

Pa bo nadaljevala z delom?

»Tudi sama se to v zadnjem času večkrat vprašam. Do sebe in drugih sem zelo zahtevna. Ko človek začuti, da postane prevelik rutiner, ko dela po istih vzorcih, je čas, da se sam umakne. Je pa tale koronavirus povzročil, da letošnje leto ni bilo tako naporno, tako da mi je uspelo nekoliko obnoviti zalogo energije. Se pa trenutno nagibam k temu, da dam prostor novim idejam, novim energijam. Bomo videli. Svojim strelcem vedno pravim, da se ne smejo vnaprej odločati, katera tekma bo zadnja. Odločali se bomo po tekmovanju. Zato upamo, da Tokio bo, potem pa ...« pušča odprta vrata, po drugi strani pa odločno pogleduje proti Tokiu, kjer bodo prihodnje leto paralimpijske igre. Koronavirus je odnesel vsa tekmovanja, vključno z evropskim prvenstvom v Sloveniji. »Trennerjem je v teh časih težko, ker smo ponavadi mi tisti, ki imamo odgovore na vsa vprašanja športnikov. Trenutno pa dokončnih odgovorov ne moremo dati, ker jih ni. Lahko le dajemo upanje. Na srečo je pri strelstvu tako, da se akumulirani trening zelo počasi izničuje. Vsi naši strelci so natrenirani, leta in leta trdega treninga so vložili v to, zato si lahko zdaj privoščimo tudi nekaj prisilnega premora. Je pa še vedno hudo, ker ni tekmovanj. Nihče ne ve, kako bo na športnikovo psiho vplivala odsotnost tekm in kako se bo odzval po takem obdobju,« sklene naša sogovornica.

Odbojka sede, načrti in priprave na nove čase

Piše: Jana Ferjan

(foto: Branko Mihorko)

Tako kot v številnih drugih aktivnostih so morali tudi igralci odbojke sede za nekaj časa odložiti žogo in odbojgarsko mrežo.

Zadnje dejanje pred popolno prekinitvijo treningov so bile skupne priprave moške in ženske ekipe v Novi Gorici pod okriljem Zveze ŠIS-SPK. Potekale so septembra, nato pa smo morali na prvo mesto postaviti zdravje vseh, ki delujejo v odbojki sede. S treningi bodo dekleta in fantje nadaljevali takoj, ko bo to mogoče, saj jih že močno pogrešajo.

V času, ko na videz vse miruje, se v odbojki sede dogaja marsikaj. Na evropski in svetovni ravni paraodbojke so organizatorji izjemno aktivni in se pripravljajo na pokoronske čase, ko bo spet možno športno udejstvovanje in tekmovanje. Pri tem imajo ves čas v mislih nove pogoje dela, ki jih je prinesla epidemija. Tu so predvsem higienski pogoji, pa tudi vsi drugi vidiki organizacije. Evropska odbojgarska zveza je tako pripravila strategijo za obdobje 2022–2027, v kateri so za vsako leto postavljeni cilji, ki naj bi jih v paraodbojki dosegli na različnih področjih – od organizacije, tekmovanja, izobraževanja in drugih. Tu so zajeti pogoji za organizacijo tekmovanj, število članic, sodnikov in zaposlenih v Paravolley Europe, ki ima sedež v Luksemburgu, in tako naprej.

Leta 2020 so, kot je znano, odpadla številna tekmovanja, med njimi tudi evropsko prvenstvo skupine B za moške, katerega organizator je bila prav Slovenija. Prestavljeno je bilo v Turčijo, najprej na maj 2021, nato pa na oktober 2021, ko, tako vsi upamo, se bodo razmere že dovolj umirile, da bo možna izvedba tekmovanja. Ker sta odpadli moško in žensko tekmovanje, bo evropsko prvenstvo tokrat potekalo združeno, pri moških za skupini A in B.



Ker tekmovanja letos niso bila izvedena in so bila prestavljena, vključno s paralimpijskimi igrami, se zna zgoditi, da bo prihodnje leto urnik še toliko bolj natrpan. To bo zelo otežilo izvedbo vseh dogodkov, saj bodo tekmovanja, ki so na koledarju sicer na parna leta, prišla na vrsto v neparnem letu 2021. To so v paraodbojki evropska prvenstva.

V Paravolley Europe trenutno veliko delajo na razvoju paraodbojke mladih – kar zajema odbojko sede in beach volley za invalide. Prihodnje leto bo tako odbojka sede prvič zastopana na evropskih študentskih igrah junija v Beogradu. Ker bo ta šport na takšnem tekmovanju zastopan prvič, bo to testni dogodek. Na tem tekmovanju bo število ekip še omejeno, vsekakor pa bosta nastopili ena ženska in ena moška slovenska ekipa ene od slovenskih univerz. To je sicer še eden izmed dogodkov, ki so bili načrtovani za leto 2020, pa so bili prestavljeni na leto 2021. Leta 2022 bodo tako po rednem načrtu na vrsti študentske igre evropskih fakultet, ki bodo potekale na Poljskem, kjer bo odbojka sede postala polnopravna članica tekmovanja študentskih iger.

▲ Tretji z leve je predsednik evropske zveze za odbojko sede mag. Branko Mihorko, skupaj z delegacijo paralimpijskega komiteja Turčije in organizacijskega odbora za organizacijo EP 2021.

Kot rečeno, bo prihodnje leto izvedeno tudi evropsko prvenstvo, ki je bilo na koledarju za leto 2020. Poleg novega termina je prišlo tudi do številnih drugih sprememb – organizator je zamenjal kraj in dvorano, predvsem zaradi pogojev tekmovanja in epidemije, ki je povsem spremenila marsikateri vidik organizacije tekmovanja.

Dvorana, v kateri bo tekmovanje potekalo, bo nekoliko manjša ter v neposredni bližini hotela, kjer bodo nastanjeni udeleženci. Dvorana je na obali blizu Antalye, hotel pa ima kapaciteto več kot 2500 postelj, tako da bodo udeleženci ločeni od drugih gostov, ne glede na to, da to v tistem času morda ne bo več potrebno. Dogodek bo odlično medijsko pokrit, s prenosom vseh tekem, ki bodo potekale na treh igriščih. Glede na to, da so letos odpadla vsa tekmovanja, bodo na tem prvenstvu sodelovale praktično vse ekipe, več kot 32 jih bo, pri moških tako iz skupine A kot iz skupine B, ter vse ženske ekipe. Poleg tekmovanja bo potekala vrsta izobraževanj za delegate, sodnike, trenerje, menedžerje itd.

Prihodnje leto bomo pričali tudi prvi izvedbi Lige narodov – Nations' league, ki bo štela za točke na evropski lestvici. Ekipa bodo razdeljene po kvaliteti, igranje pa bodo na več krajših turnirjih. V prvem letu so načrtovani vikend turnirji, kasneje pa bo to neke vrste liga, kot je to že v navadi tudi v drugih športih.

Istočasno z Ligo narodov se bo prihodnje leto začela tudi evropska klubska liga, na katero smo Slovenci že prijavi moško in žensko ekipo. Ta hip so na tem področju daleč najbolj aktivni Italijani, ki imajo svojo, italijansko ligo in hitro razvijajo klubske sceno odbojke sede.

Odbojka sede načrtuje čim več meddržavnih vikend treningov in lokalnih turnirjev, ki so letos prav tako odpadli, na koledarju leta 2021 pa je tudi svetovno prvenstvo v para beachvolleyju na Kitajskem. Želja slovenske odbojke sede je tja poslati žensko in moško ekipo, pa tudi sicer je cilj slovenskega tabora nastop obeh ekip na vseh večjih tekmovanjih – v Ligi narodov, evropski klubske ligi in na evropskem prvenstvu.

Izzivov in načrtov torej ne manjka, takoj za letom 2021 pa se slovenska odbojka sede že ozira proti letu 2022, ko bo v kitajskem mestu Hangzhou, ki ga slovenska dekleta poznajo že s preteklih tekmovanj, potekalo svetovno prvenstvo.

Trening odbojke sede.



Skupni posnetek obeh reprezentanc.



FIHO – pomemben vir sofinanciranja programov športa invalidov

Piše: Z direktorjem Vladom Kukavico se je pogovarjal Jože Okoren

(foto: Osebni arhiv)

V tokratni izdaji revije Športnik se pogovarjamo z direktorjem Fundacije za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij Slovenije (FIHO), gospodom Vladom Kukavico. Zagotovo je to pravi trenutek, kajti v športu invalidov se pogosto srečujemo z negotovostjo sofinanciranja športa invalidov. Omenjena fundacija je že dolga leta eden izmed naših najzanesljivejših finančnih virov, ki nam omogoča izvedbo tako široke palete športnih vsebin.

Vladimir Kukavica, rojen leta 1963, je diplomirani ekonomist, specialist za management. Je direktor Fundacije za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij. V zadnjih dvajsetih letih je opravljal vodilna in vodstvena dela v več gospodarskih družbah, v zadnjem času predvsem na področju socialne ekonomije. Bil je direktor projektov v Šentju, Slovenskem združenju za duševno zdravje, in direktor družbe Mercator IP, d. o. o. Bil je član sveta Zavoda invalidskih



Direktor FIHO Vlado Kukavica

podjetij Slovenije in sveta posebnega socialnovarstvenega zavoda Prizma Ponikve. Sodeloval je pri pripravi predpisov s področja delovanja posebnih gospodarskih družb in je dober poznavalec njihovega delovanja, s posebnim poudarkom na področju vodenja in finančno-računovodskega poslovanja.

Športnik: Koliko časa ste na čelu FIHO in kako je prišlo do vašega imenovanja?
Kukavica: Na položaj direktorja FIHO sem bil imenovan junija 2018, kar pomeni, da to funkcijo opravljam že dve leti in pol. Ob imenovanju so mi člani Sveta FIHO, organa, ki imenuje direktorja, naložili veliko breme. Izvoljen oziroma imenovan sem bil namreč v prvem krogu glasovanja, saj sem že takoj prejel dovolj glasov, tj. absolutno večino glasov vseh svetnikov.

Športnik: Zanima nas, ali ste že pred nastopom te funkcije poznali ustroj delovanja FIHO. Ali ste prišli v neznanost? Vas je kaj še posebej presenetilo? Ne pozabimo, FIHO je zakorakal že v tretje desetletje delovanja.
Kukavica: Naj začnem na koncu vašega vprašanja. V Sloveniji smo lahko upravičeno ponosni, da država določbo 2. člena Ustave, tj. da je Slovenija socialna država, na področju stalnega in sistemskega financiranja invalidskih in humanitarnih organizacij uresničuje tudi prek posebne fundacije. Rešitev, ki jo je pred več kot 20 leti sprejel državni zbor, nam zavidajo tudi države, ki imajo daljšo demokratično tradicijo, predvsem pa enakost, enakopravnost in socialno zaščito postavljajo višje na lestvici družbenih prioritet.

FIHO je v teh 20 letih opravil izredno pomembno družbeno korektivno vlogo. 120 invalidskih in humanitarnih organizacij, ki so na nacionalni ravni ključni dejavniki reševanja socialnih stisk in težav, oziroma socialnih potreb posameznikov, je s sredstvi FIHO financiralo svoje programe, delovanje ter naložbe. Čeprav je številka več kot 350 milijonov evrov, ki jih je FIHO razdelil v dobrih 20 letih delovanja, osupljiva, se FIHO v zadnjih letih sooča z občutnim upadanjem prihodkov.

FIHO ter njegovo poslanstvo in delovanje sem poznal že prej; moram reči, da sem bil ob imenovanju precej optimističen. Ko sem se pripravljal na kandidaturu, sem namreč videl kar nekaj stvari, ki bi jih bilo mogoče urediti drugače, bolje za FIHO, kar ne nazadnje pomeni bolje za končne uporabnike. Ko že govorimo o sredstvih: velik poudarek sem namenil načelu trojnega S. Ta trojni S je povezan s financiranjem FIHO in govori o tem, da morajo njegovi viri, če želi nemoteno uresničevati svoje poslanstvo, imeti tri dimenzije: stabilnost, sistemskost in stalnost. Danes ugotavljamo, da viri FIHO nimajo dimenzije stabilnosti, saj je njihovo nihanje preveliko.

Športnik: Delujete po Pravilniku FIHO, ki ima svoja merila. Ta so sprejeta v skladu z akti Sveta FIHO, ki ga sestavljajo predstavniki invalidskih in humanitarnih organizacij, po en predstavnik Rdečega križa, Karitasa in gorske reševalne službe ter trije predstavniki Vlade RS. Kakšne so prednosti take strukture? Se vam zdi taka sestava optimalna?
Kukavica: Nedvomno je dobro, da FIHO upravlja civilna družba, torej uporabniki sredstev FIHO. Takšna upravljavska struktura pa ima tudi določene pasti. Te pasti smo ustrezno opredelili in opisali, hkrati pa v Načrtu integritete FIHO določili ukrepe za njihovo odpravljanje. Načrt je bil sprejet letos, 8 let po tistem, ko je to od FIHO zahtevala KPK. Sestava upravljalkega organa je torej ustrezna, največja težava, ki jo vidim, pa je v številčni sestavi sveta. 23 članov je težko operativnih, kar se potrjuje tudi v praksi.

Športnik: V okviru sveta delujeta še dve komisiji. Ena se ukvarja z ocenjevanjem programov (invalidskih in humanitarnih organizacij), kar verjetno vpliva na delež sofinanciranja posameznih programov. Kako poteka delo v teh dveh komisijah?
Kukavica: FIHO organizacije financira na podlagi letnega razpisa, ki ga praviloma objavi septembra ali oktobra. Financira tri vrste sklopov, tj. delovanje organizacij, njihove programe ter naložbe. O vlogah, prispelih na javni razpis, odloča Svet FIHO. Predloge

za odločanje pripravita sedemčlanski komisiji, sestavljeni iz svetnikov FIHO, ki jih imenuje Svet FIHO. Komisiji pri svojem delu uporabljata posebno aplikacijo, ki je bila razvita v ta namen.

Športnik: Želje, potrebe in zahteve uporabnikov so zagotovo večje, kot je sredstev. Kako to usklajujete? Izključno po birokratskih merilih ali je treba v specifičnih primerih, kot radi rečemo, uporabiti kmečko pamet? Prihaja do pritiskov s strani deležnikov?

Kukavica: V ocenjevanje seveda nisem vključen. Moja naloga je voditi FIHO, nimam pa vpliva na ocenjevanje, ki ga opravita komisiji. Seveda je zaradi potreb končnih uporabnikov sredstev vedno premalo. Zato si ni treba zatiskati oči, češ da takšnih ali drugačnih želja ni, želja, ki so izražene na bolj ali manj posrečen način. Komisiji se po svojih močeh trudita delo opraviti korektno ter doseči, da so nihanja med prejetimi sredstvi po letih čim manjša.

Športnik: Se strinjate z mano, da invalidske in humanitarne organizacije ne bi imele toliko potreb, če bi bile določene stvari sistemsko bolje urejene na državni ravni? Lahko izpostavite glavna področja, ki bi jih bilo treba izboljšati?

Kukavica: Seveda se strinjam z vami, da bi bilo veliko lažje, če bi nam uspelo zadovoljiti več potreb končnih uporabnikov. Vendar nočem s prstom kazati samo na državo. Nedvomno bi država morala poskrbeti za dodaten stabilni vir financiranja FIHO. Tako bi se sredstva, ki jih razdeljuje FIHO, povečala, hkrati pa ne bi bilo toliko nihanja pri financiranju organizacij. Vendar moramo pomesti tudi pred svojim pragom. FIHO bi lahko bistveno bolje zadovoljeval potrebe končnih uporabnikov, če bi pri upravljanju sodelovale vse tri skupine svetnikov (iz vrst invalidskih

Vlado Kukavica svoj prosti čas izkoristi tudi, da sede na kolo.



in humanitarnih organizacij ter vladni predstavnik). Tako pa se mi zdi, da nekateri namerno povzročajo konflikte, da do tega sodelovanja ne bi prišlo. In če sodelovanja ni, tudi sprememb na bolje ni. To pa je očitno cilj nekaterih.

Športnik: Spregovoriva še o investicijah. Uporabniki smo precej odvisni od prilagojenih prevozov (to je samo delno urejeno v večjih mestih) ter prilagojenih prostorov za delovanje, ohranjanje zdravja, izvajanje rekreacije in športa itd. Tudi ta sredstva so omejena, pa vseeno: Katera so področja, ki jim bo treba v naslednjih letih namenjati še posebno pozornost in posledično sredstva?

Kukavica: Res je. Sredstva za investicije oziroma naložbe so omejena že v aktih FIHO. Ravno zaradi tega bi morali biti pri razdeljevanju teh sredstev še toliko bolj previdni.

Moje mnenje je, da denarja ne bi smeli vlagati v nakup poslovnih prostorov. Ponudba za najem je na trgu dovolj velika. Bistveno pa bi morali povečati sredstva za t. i. prilagojeno opremo, ki jo uporabniki potrebujejo, da se lahko enakopravno in nemoteno vključujejo v vsakdanje življenje in delo.

Športnik: Zanima me, koliko ste bili pred nastopom funkcije seznanjeni z delovanjem Zveze ŠIS-SPK oziroma s športom invalidov nasploh?

Kukavica: Moram priznati, da sem po duši športnik. Že v mladih letih sem se tekmovalno ukvarjal s košarko, kasneje sem bil predsednik KK Rogla. Ob tem ljubiteljsko spremljam t. i. profesionalni šport. S športom invalidov sem se prvič seznanil, ko so mediji (kasneje tudi spletni) začeli poročati o paralimpijskih igrah. To se je zgodilo takrat, ko je bilo prizorišče obeh olimpijskih iger eno, leta 1984 oziroma 1988.

Športnik: V zadnjem času smo naredili ogromen napredek na področju prepoznavnosti športa invalidov v medijih in na družbenih omrežjih. Ste to zaznali tudi vi in kakšen je vaš pogled na

pomen informiranja o naših aktivnostih v največjih medijih?

Kukavica: V zadnjem času je vaša organizacija nedvomno naredila ogromen napredek, tako v sami organiziranosti kot pri pojavljanju v medijih in na družbenih omrežjih.

“Da odlično delate, pričajo rezultati športnikov invalidov. Skorajda ni tekmovanja, s katerega športnik invalid ne bi prinesel medalje. Prireditev Športnik invalid leta, ki jo vsako leto organizirate, to samo potrjuje.”

Športnik: Že kar nekaj časa tudi v športu invalidov ne zadostuje le amatersko in prostovoljno delo. Če hočemo doseči zastavljene cilje, je nujen strokoven in profesionalen pristop. Verjetno se strinjate s tem spoznanjem?

Kukavica: Seveda. Lestvico, ki jo z odličnimi rezultati postavljate vedno višje, boste lahko še naprej dosegali le s strokovnim in profesionalnim pristopom. Za vse to pa so, in tu vas popolnoma razumem, poleg odličnih organizacijskih sposobnosti, volje in energije potrebna dodatna sredstva.

Športnik: V naše programe je vključenih več kot dva tisoč registriranih športnikov (vseh kategorij invalidnosti), od tega od 150 do 170 takih, ki nastopajo na mednarodnih tekmovanjih. V programih sodeluje (stalno ali občasno) od 60 do 70 strokovnih sodelavcev. Ali vam te številke kaj pomenijo?

Kukavica: Za takšne vrhunske rezultate, ki jih dosegate, je poleg kvalitetnega dela potrebna tudi kvantiteta. Številke, ki ste jih navedli, pričajo o tem, da ste odlično organizirani ter da šport invalidov v slovenskem prostoru zavzema vse pomembnejše mesto.

Športnik: Ne moreva mimo korona virusa, ki je v zadnjega dobrega pol leta svet pognal s tečajev. Mi športniki to še posebej občutimo, ker ni pomembnejših tekmovanj, otežen je tudi proces treninga in priprav. To seveda vpliva tudi na finančne prilive. Kakšen vpliv je imela kriza na dotok sredstev v FIHO in kakšna je vaša ocena za prihodnje leto?

Kukavica: Prihodki FIHA bodo letos za približno 5 % nižji, kot je bilo predvideno v Finančnem načrtu za leto 2020. Finančni načrt je bil sprejet še v letu 2019, ko ni bilo ne duha ne sluha o epidemiji. Največji del prihodkov FIHA so koncesijske dajatve in dividende Loterije Slovenije. Loterija Slovenije, ki je sponzor tudi vaše organizacije, se je odlično odzvala na novonastale razmere, tako da izpad prihodkov FIHA ne bo takšen, kot bi lahko bil. FIHO je v Finančni načrt za leto 2021 vključil tudi del presežka prihodkov nad odhodki iz leta 2019, zato ocenjujem, da bi moralo biti sredstev, namenjenih organizacijam, leta 2021 več kot leta 2020.

Športnik: Kako gledate na to krizo? Veliko se govori, kako nas bo kriza spremenila, nekako resetirala. Kot vsaka kriza bo imela največji vpliv prav na tiste rizične skupine, kamor hočeš nočeš spadamo tudi invalidi.

Kukavica: Če že govoriva o športu, naj povem, da vsaka kriza prinese zmagovalce in poražence. Nedvomno smo v tej krizi poraženci vsi, in kot ugotavljate, so največji poraženci ravno rizične skupine. Je pa ta kriza tudi priložnost, da se od nje kaj naučimo. Strokovnjaki so že desetletje opozarjali na to, da se nam lahko zgodi epidemija hujšega virusa. Zdaj to epidemijo imamo. Sreča v nesreči je mogoče le ta, da bi bil virus lahko bistveno bolj smrtonosen ter da se bomo sedaj lahko bolje pripravili na bistveno nevarnejše viruse, ki bodo prej ali slej obkrožili zemeljsko oblo.

Športnik: Kako deluje FIHO v teh izrednih časih, ko se veliko poslovnih procesov seli v virtualno okolje, npr. sestanki, odbori, strokovne službe? Ocenjevali smo vsebinske in finančne programe uporabnikov, ki jih je, če se ne motim, več kot sto, s tem mislim

organizacij, fizičnih uporabnikov pa je krepko več kot sto tisoč. Vse to usklajevati na daljavo je po moji oceni skoraj nemogoče. In ali so, na drugi strani, tudi pozitivne strani takega načina delovanja, ki bodo mogoče ostali tudi po krizi?

Kukavica: Res je, tudi mi smo delo prilagodili epidemiološkim razmeram. Nekaj sodelavcev delo opravlja od doma, veliko je virtualnih srečanj, sestankov, usklajevanj. Komisiji v kratkem začneta z ocenjevanjem vlog, prispelih na razpis, in tudi tu bo delo potekalo prilagojeno. Nekaj članov bo ocenjevanje opravilo na sedežu FIHO, ostali pa bodo prisotni virtualno. Verjamem, da se bomo vsi skupaj iz te krize veliko naučili, da bomo postali bolj strpni drug do drugega ter skupaj ugotovili, da je treba včasih narediti korak nazaj, da lahko narediš dva naprej.

Športnik: Dovolimo si vas vprašati, ali ste seznanjeni z našo revijo in kako jo ocenjujete kot zunanji opazovalec? Kakšen je vaš pogled na delovanje naše organizacije?

Kukavica: Vašo revijo z veseljem preberem. V njej na celovit način ponudite informacije s področja delovanja vaše organizacije, ki jih uporabnik oziroma bralec potrebuje. Mene v njej pritegnejo tudi rezultati vaših športnikov in njihove življenjske zgodbe. O delovanju vaše organizacije sem sicer nekaj povedal že prej, naj le še ponovim, da odlično opravljate svoje delo in poslanstvo, kar se ne nazadnje odraža tako pri tekmovalnih rezultatih vaših športnikov kot pri velikem številu športnikov.

Športnik: Tempo življenja je neusmiljen. Verjamem, da tudi pri vas. Šport pomaga pri premagovanju

dnevni izzivov. Kaj vam pomeni šport, kako se udeležujete, imate sploh kaj prostega časa?

Kukavica: Rekreacija je zame, kar sicer pravijo za nogomet, najpomembnejša postranska stvar v življenju. Zelo veliko hodim, ko imam manj časa, naredim kak daljši sprehod, npr. na Šmarno goro, v zadnjem času pa vse več pozornosti namenjam kolesarjenju.

Športnik: Kaj sva še pozabila, bi še kaj dodali za naše bralce, ki so iz vse Slovenije? In ne samo športniki. Prepričan sem, da vas bomo lahko z dobrimi novicami razveseljevali prihodnje leto po paralimpijskih igrah v Tokiu in ostalih aktivnostih naših športnikov.

Kukavica: Prihodnje leto vas čaka, česar se tudi kot gledalec zelo veselim, največji športni dogodek, ki je za vsakega športnika še poseben izziv. To so olimpijske igre. Letos se je prvič zgodilo, da so bile paralimpijske igre razprodane, saj je bilo za skupno 2,3 milijona vstopnic vloženih več kot 3 milijone zahtevkov. Verjamem, da bo tako tudi prihodnje leto. To priča o tem, kako pomemben je šport invalidov v svetovnem merilu.

Športnik: Gospod direktor, hvala za vaš čas in pogovor. Vam ter vašim sodelavkam in sodelavcem želimo veliko uspehov pri vašem odgovornem poslanstvu tudi v prihodnje.

Kukavica: Najlepša hvala za vabilo. Vam in vsem vašim bralcem želim vse dobro v prihajajočem letu, vsem športnikom pa, da bi na tekmovanjih dosegli zelene rezultate ter pri tem doživeli čim več športnih užitkov.

Prvi z leve Lado Kukavica, predsednik Zveze ŠIS – SPK
Damijan Lazar, gluha športnica leta Anja Drev in levček Mark.



Parašportniki in Loterija Slovenije združili moči

Piše: Mateja Slamnik Kos

(foto: Luka Matijevac)

Hvala, ker sodelujete!

Igranje loterijskih iger ne pomeni le zabave in lova na srečo, ampak je njegovo bistvo veliko plemenitejše poslanstvo – zbiranje sredstev za slovenske invalidske, humanitarne in športne organizacije, česar se igralci loterijskih iger vedno bolj zavedajo. Da bi jim še bolj približali poslanstvo Loterije Slovenije in se jim zahvalili, da tudi oni prispevajo k njihovim uspehom, so slovenski parašportniki združili moči z Loterijo Slovenije in ustvarili kampanjo na družbenih omrežjih.

Kampanji se je pridružilo pet slovenskih parašportnikov: parastrelec Nani Tiršek, košarkar na vozičku Robi Bojanec, paraplesalka Lara Nedeljkovič, odbojkarica sede Senta Jeler in parasmučar Jernej Slivnik. Vsak izmed njih se je na svoj način zahvalil igralcem loterijskih iger – Lara na plesišču, Robi na igrišču, Jernej pa kar na smučišču. V krajših videih so gledalcem pojasnili, da s sodelovanjem v loterijskih igrah vedno, ne



glede na izid, pomagajo tudi njim, saj jim pridobljena koncesijska sredstva omogočajo treninge, priprave, udeležbo na tekmovanjih in ne nazadnje doseganje vrhunskih rezultatov na najvišji ravni.

V času skupne kampanje parašportnikov in Loterije Slovenije si je videonagovore ogledalo skoraj 10.000 ljudi, ki so še bolj utrdili prepričanje, da njihovo razvedrilo, sodelovanje v igrah na srečo, prinaša srečo za vse.

▲
»Tudi ti mi omogočaš
moj ples skozi življenje«,
se je v videu igralcem
loterijskih iger
zahvalila paraplesalka
Lara Nedeljkovič.



ZMOGLJIV V VSAKEM POGLEDU

NOVI PROACE CITY VERSO



ŽE OD

16.360 €

5 LET JAMSTVA
BREZ OMEJITVE KILOMETROV

Povprečna poraba goriva za modele Proace City Verso je 4,1 do 5,5 l/100 km in emisije CO₂ 107 do 125 g/km. Emisijska stopnja modela Proace City Verso: EURO 6 AM. Emisija NO_x je od 0,0337 do 0,0518 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, delcev PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov. Slika je simbolična. Toyota Adria d.o.o Brnčičeva 51, Ljubljana. Več na www.toyota.si.

DRŽAVNA PRVENSTVA 2020

Piše: Žiga Kobaševič

(foto: Arhiv Zveze ŠIS - SPK)

Pregled izvedenih državnih prvenstev v posamični in ekipni konkurenci v organizaciji Zveze ŠIS – SPK v času od junija do konca novembra.

7. BALINANJE - DVOJICE – GLUHI

V soboto 13. junija je na balinišču balinarskega športnega društva Hermes v Ljubljani, potekalo državno prvenstvo moških dvojic v balinanju. Tekmovanje je potekalo v izvedbi MDG Ljubljana.

Rezultati:

1. AURIS Kranj A
(Andrej Filipčič, Marko Dragoš),
2. DGN Ljubljana A
(Milan Kralj, Dušan Nowotny),
3. MDG Ljubljana A
(Stanislav Veršič, Vinko Kazalin).

8. KEGLJANJE – SLEPI IN SLABOVIDNI

V torek, 23.6.2020 je na kegljišču v dvorani Tabor v Mariboru potekalo državno prvenstvo v kegljanju za slepe in slabovidne, v izvedbi MDSS Maribor.



Rezultati – ženske:

- KB2:**
1. Dragica Šernek (MDSS Maribor).

KB3:

1. Branka Zorko (MDSS Ljubljana),
2. Danica Padežnik (MDSS Maribor),
3. Marija Fras (MDSS Celje).

KB4:

1. Jelka Orban (MDSS Murska Sobota).

Rezultati – moški:

KB1:

1. Mitja Osolnik (MDSS Ljubljana),
2. Slavko Muhič (MDSS Kranj),
3. Sandi Novak (MDSS Kranj).

KB2:

1. Stane Luzar (MDSS Ljubljana),
2. Igor Žagar (MDSS Ljubljana),
3. Jože Lampe (MDSS Kranj).

KB3:

1. Marjan Žalar (MDSS Kranj),
2. Franci Tomšič (MDSS Ljubljana),
3. Sašo Kajtna (MDSS Ljubljana).

KB4:

1. Josip Bihar (MDSS Novo mesto).



9. KOŠARKA NA VOZIČKIH

V soboto, 27.6.2020 je na Vranskem potekalo državno prvenstvo v košarki na vozičkih, v izvedbi DP JZ Štajerske.

Rezultati:

1. DP Kranj – Novo mesto
(Matej Arh, Jovita Jeglič, Jure Gašpar, Robi Bojanec, Haris Kuduzović, Milan Slapničar, Janez Učakar, Žiga Vinetič, Klemen Lokar, Peter Robnik).
2. DP JZ Štajerske
(Mitja Breg, Simon Gračnar, Boris Hebar, Matej Lednik, Enis Musić, Aleš Povše, Nejc Stakne, David Škorjanc, Nenad Stojakovič, Mičo Ostojčič).
3. DP Podravja
(Daniilo Kamenik, Boris Klep, Zdenko Lilek, Matej Mali, Janko Rec, Lulzim Osmanaj, Danijel Milošič, Primož Petek, Robert Radič, David Slaček, Simon Šerbinek, Marjan Žunko).



10. SHOWDOWN

V soboto in nedeljo 27. in 28.6.2020 je na Okroglem pri Kranju, potekalo državno prvenstvo v Showdownu, v izvedbi ŠDSS.



Rezultati – ženske:

1. Sanja Kos (MDSS Celje),
2. Tina Gostenčnik (MDSS Maribor),
3. Magda Jankovič (MDSS Koper).



Rezultati – moški:

1. Denis Repa (MDSS Maribor),
2. Aleksander Sabo (MDSS Murska Sobota),
3. Sandi Novak (MDSS Kranj).

Rezultati – ekipno:

1. Marice
(Tina Gostenčnik, Denis Repa, Rudi Kladnik),
2. MDSS Ljubljana 1
(Anja Hočevar, Simon Podobnikar, Denis Detiček),
3. MDSS Kranj
(Magda Jankovič, Sandi Novak, Dragan Blažević, Janez Potočnik).

11. ŠPORTNI RIBOLOV – GLUHI

V soboto, 27.6.2020 je na ribolovni trasi ob Petišovskem jezeru, potekalo državno prvenstvo gluhih v športnem ribolovu v kategorijah ekipno in posamezno. Tekmovanje je izvedlo DGN Pomurja - Murska Sobota.

Rezultati – posamično:

1. Ljubo Gotovnik (MDGN Velenje),
2. Danijel Vidovič (DGN Podravja),
3. Grega Balažič (DGN Pomurja).

Rezultati – ekipno:

1. MDGN Velenje
(Franc Kos, Ljubo Gotovnik, Edin Buljubašić),
2. DGN Podravja
(Danijel Vidovič, Andrej Klančnik, Jože Koser),
3. DGN Pomurja
(Marjan Vnuk, Ignac Letič, Grega Balažič).

12. PARASTRELSTVO

V nedeljo, 5.7.2020 je v Ljubljani na strelišču na Dolenjski cesti potekalo državno prvenstvo v parastrelstvu, ki ga je organizirala in izvedla Zveza ŠIS – SPK.



Rezultati – ženske:

Serijska puška – NAC:

1. Danijela Budin Ravnič (DI Piran),
2. Marija Sušeč (DI Slovenj Gradec),
3. Mihaela – Jelka Sušec (DI Slo. Gradec).

Serijska puška – SH2:

1. Vesna Inkret (MDI Celje),
2. Patricija Turner (ZMSS),
3. Vesna Novak (DP Celje).

Standardna puška – NAC:

1. Danijela Budin Ravnič (DI Piran).



Rezultati – moški:

Serijska puška – NAC:

1. Štefko Behek (DI Ljubljana Vič - Rudnik),
2. Silvo Lubej (MDI Zgornje Posotelje),
3. Matija Japelj (DI Vrhnika).

Serijska puška – SH1:

1. Franc Pinter (DP Maribor),
2. Franc Jožef (DP Murska Sobota),
3. Srečko Petkovšek (DI Postojna).



Serijska puška – SH2:

1. Aleksander Jovanović (MDI Šaleške doline - Velenje),
2. Matic Glinšek (ZMSS),
3. Slavko Dunaj (DP Murska Sobota).

Serijska puška – gluhi:

1. Martin Golob (DI Rimske Toplice).

Standardna puška – NAC:

1. Rajko Breščak (MDI Goriške),
2. Štefko Behek (DI Ljubljana Vič - Rudnik),
3. Drago Mlekuž (MDI Goriške).

Standardna puška – SH1:

1. Franc Pinter (DP Maribor),
2. Franc Jožef (DP Murska Sobota).

Standardna puška – SH2:

1. Franček Gorazd Tiršek (DP Celje),
2. Aleksander Jovanović (MDI Šaleške doline - Velenje),
3. Damjan Herček (DP Maribor).



Pištola – SH1:

1. Anton Bavec (DP Ljubljana).

Rezultati – ekipno:

Serijska puška – SH2:

1. DP Prekmurja in Prlekije
(Slavko Dunaj, Leon Jerkovič, Venčeslav Bezjak),
2. ZMSS – Celje
(Marjan Podgrajšek, Branko Očko, Patricija Turner),
3. MDI Šaleške doline – Velenje
(Aleksander Jovanović, Doroteja Kunst, Jerneja Koželjnik).

13. BALINANJE – EKIPNO

V soboto, 25.7.2020 je v Postojni in Pivki potekalo državno prvenstvo v balinanju v ekipni konkurenci, v izvedbi DI Postojna.



Pištola – NAC:

1. Anton Kolar (DI Črešnjevce),
2. Vladimir Kržišnik (MDI Idrija - Cerkno),
3. Jože Ramšak (DI Laško).





Rezultati – ženske:

1. Tatjana Strmčnik,
2. Fanika Trunkelj,
3. Branka Botič.



Rezultati – moški:

1. Niko Čížek,
2. Nejc Župan,
3. Matjaž Bartol.



15. ŠAH SLEPI IN SLABOVIDNI – POSAMIČNO

Med 31.8.2020 in 5.9.2020 se je na Okroglem odvijalo posamično državno prvenstvo v šahu za slepe in slabovidne, v izvedbi MDSS Kranj.

Rezultati:

1. Emil Muri (MDSS Kranj),
2. Franc Mlačnik (MDSS Kranj),
3. Janez Mlačnik (MDSS Ljubljana).



14. ŠAH - DISTROFIKI

Od 31.7. do 2.8.2020, je v CIRIUSU v Kamniku, potekalo posamično državno prvenstvo v šahu za distrofike, v izvedbi Društva distrofikov Slovenije.



Rezultati – ženske:

1. MDI Sežana
(Marjetka Allegra, Otilija Vitez, Doroteja Mahnič, Majda Kariž),
2. MDI Kranj
(Metka Benedik, Marinka Kunstelj, Milena Smodiš, Urška Snedic Žagar),
3. MDI Žalec
(Barbara Lovrenčič, Milica Puncar, Marija Leskošek, Silva Lipovšek).

Rezultati – moški:

1. DI Postojna
(Robert Gorjanc, Ivan Križman, Jožef Jenček, Adam Dekanj, Uroš Žvab, Franko Blažič),
2. DI Trbovlje
(Veseli Šalja, Dominik Čivka, Ignac Jamšek, Jože Podlogar, Janez Fele, Albin Kastelic),
3. MDI Žalec
(Ivan Metelko, Slavko Metelko, Ivana Sajt, Darja Marinko).



16. BALINANJE – EKIPNO – GLUHI

AURIS Kranj - Medobčinsko društvo gluhih in naglušnih za Gorenjsko je s Športno zvezo gluhih Slovenije, v soboto, 5.9.2020 izvedlo državno prvenstvo gluhih v balinanju - ekipno v balinarskem centru Trata v Škofji Loki.

Rezultati – ženske:

1. AURIS Kranj,
2. MDGN Slovenske Konjice, Vitanje in Zreče,
3. DGN Južne Primorske.

Rezultati – moški:

1. DOOS Celjske regije,
2. DGN Južne Primorske,
3. AURIS Kranj.

17. PARAATLETIKA (HROVATINOV MEMORIAL)

V soboto, 12.9.2020 je v Novi Gorici potekalo državno prvenstvo v paraatletiki, tako imenovani Hrovatinov memorial. Tekmovanje sta v skupnem sodelovanju organizirali in izvedli Zveza ŠIS – SPK in Zveza paraplegikov Slovenije.

Rezultati – ženske:

TROBOJ METI – disk, kopje, krogla

Skupina F52:

1. Zorica Jelič (DP Ljubljana),
2. Anica Radej (DP Novo mesto).

Skupina F53:

1. Marta Janežič (DP Murska Sobota),
2. Hermina Namestnik (DP Maribor),
3. Namka Paratušič (DP Ljubljana).

Skupina F54:

1. Vesna Novak (DP Celje),
2. Mirjam Colja (DP Nova Gorica),
3. Tamara Mahorič (DP Maribor).

TROBOJ VOŽNJE – 100m, 200m, 400m

Skupina T51 – T54:

1. Tamara Mahorič (DP Maribor),
2. Katja Gerdovič (DP Novo mesto).

100 METROV:

Skupina T51 – T54:

1. Tamara Mahorič (DP Maribor),
2. Katja Gerdovič (DP Novo mesto),
3. Hermina Namestnik (DP Maribor)

Rezultati – moški:

TROBOJ METI – disk, kopje, krogla

Skupina F51:

1. Branko Erjavec (DP Slovenj Gradec),
2. Rok Bratovž (DP Ljubljana),
3. Vladimir Peterlin (DP Nova Gorica).

Skupina F52 in F53:

1. Henrik Plank (DP Celje),
2. Aleš Povše (DP Celje),
3. Damjan Herček (DP Maribor).

Skupina F54:

1. Janez Hudej (DP Celje),
2. Aleš Ratuznik (DP Celje),
3. Dušan Slana (DP Celje).

Skupina F55, F56 in F57:

1. Nejc Stakne (DP Celje),
2. Uroš Jurečič (DP Ljubljana),
3. Gregor Gračner (DP Ljubljana).

Veterani:

1. Radosav Matić (DP Celje),
2. Metod Zakotnik (DP Kranj),
3. Franc Baum (DP Nova Gorica).

TROBOJ VOŽNJE – 100m, 400m, 800m

Skupina T51 – T54 – formula:

1. Janez Hudej (DP Celje),
2. Damjan Hovnik (DP Slovenj Gradec),
3. Aleš Povše (DP Celje).

Skupina T51 – T54 – standard:

1. Jernej Slivnik (DP Kranj),
2. Marko Sever (DP Nova Gorica),
3. Mirko Sintič (DP Novo mesto).

100 METROV:

Skupina T51 – T54:

1. Jernej Slivnik (DP Kranj),
2. Gregor Gračner (DP Ljubljana),
3. Aljoša Škrablin (DP Celje).

800 METROV:

1. Aleš Povše (DP Celje),
2. Janez Hudej (DP Celje),
3. Damjan Hovnik (DP Slovenj Gradec).

18. RIBOLOV

V soboto, 19.9.2020 in nedeljo, 20.9.2020, je na Škalskem jezeru v Velenju, potekalo državno prvenstvo v ribolovu, v izvedbi RD Velenje.



Rezultati – ženske stoje:

1. Danica Merc (DI Dravograd),
2. Marjeta Lorber (MDI Gornja Radgona),
3. Stanislava Tamše (DI Slovenj Gradec).





K5:

1. Silva Mravljak (MDI Drava),
2. Emilija Lampe (MDI Goriške),
3. Zorjana Kurboš (MDI Murska Sobota).



Rezultati – moški:

KP:

1. Tone Kanc (DP Novo mesto),
2. Viktor Rupnik (DP Ljubljana),
3. Miran Jernejšek (DP Maribor).

KT:

1. Aleš Povše (DP Celje),
2. Damjan Herček (DP Maribor).

KG:

1. Aleš Peperko (DOOS Celje),
2. Robert Marolt (DOOS Celje),
3. Dragutin Draganjac (DGN Dolenjske).

K1:

1. Jože Kos (DI Mežiške doline),
2. Edvin Kocjan (DI Krško),
3. Peter Nadlišek (DI Vrhnika).



Rezultati – moški sede:

1. Gašper Peček (DP Novo mesto),
2. Rudolf Centrih (DP Celje),
3. Franc Simonič (DP Maribor).

Rezultati – moški stoje:

1. Pavel Sešel (MDI Velenje),
2. Željko Mavrič (MDI Gornja Radgona),
3. Božidar Habjanič (MDI Gornja Radgona).

19. KEGLJANJE – ZDIS, ZPS, ZDGNs

V nedeljo, 27.9.2020 je na kegljišču Golovec v Celju, potekalo državno prvenstvo v kegljanju za člane ZDIS, ZPS in ZDGNs, ki ga je organizirala in izvedla Zveza ŠIS – SPK.

Rezultati – ženske:

KP:

1. Martina Glavič (DP Novo mesto),
2. Nataša Godec (DP Podravja).



KT:

1. Marta Janežič (DP Murska Sobota).

K3:

1. Mateja Jesenšek (PARAS).



K2:

1. Franc Poljanc (DI Tržič),
2. Bojan Fijavž (PARAS),
3. Anton Glad (PARAS).

K3:

1. Vladimir Sokač (PARAS),
2. Janko Kardinar (PARAS),
3. Rajko Stržinar (MDI Škofja Loka).

K4:

1. Peter Ozmec (DI Mežiške doline),
2. Vinko Zatler (DI Ljubljana - Šiška),
3. Jožef Freidl (DI Muta).

K5:

1. Slavko Poglajen (DI Zagorje),
2. Leon Polše (MDI Maribor),
3. Pavle Petrovič (MDI Velenje).

20. BOWLING – POSAMIČNO/ DVOJICE – GLUHI

V soboto, 26.9.2020 je v Bowling klubu 300 v Ljubljani, potekalo državno prvenstvo za gluhe v bowlingu v posamični konkurenci in dvojicah. Izvedba tekmovanja je bila v rokah DGN Ljubljana.

Rezultati – ženske:

Posamežno:

1. Valerija Škof (DGN Podravja),
2. Klarisa Bevc (DOZIS Dolenjske in Bele Krajine),
3. Sonja Trampuž (DGN Severne Primorske).

Dvojice:

1. Manca Peroci in Sonja Trampuž (DGN Severne Primorske),

2. Kata Nikič in Klarisa Bevc (DOZIS Dolenjske in Bele Krajine).

Rezultati – moški:

Posamežno:

1. Boris Nadižar (AURIS Kranj),
2. Aleš Škof (DGN Južne Primorske),
3. Franci Šušteršič (AURIS Kranj).

Dvojice:

1. Boris Nadižar in Franci Šušteršič (AURIS Kranj),
2. Igor Časar in Ivan Vačovnik (DGN Ljubljana),
3. Aleš Škof in Miloš Sarđoč (DGN Južne Primorske).

21. ŠAH – SLEPI IN SLABOVIDNI – Ekipno

V soboto, 26.9.2020 in nedeljo, 27.9.2020, je na Okroglem potekalo ekipno državno prvenstvo v šahu za slepe in slabovidne, v izvedbi MDSS Kranj.

Rezultati:

1. MDSS Ljubljana (Gregor Čižman, Ignacij Kanc, Joško Delost, Viktor Vertačnik),
2. MDSS Koper (Aleksander Uršič, Aleksander Novak, Drago Šajn, Ivica Čakarič),
3. MDSS Celje (Matej Žnuderl, Vilma Kočevar, Branko Počkaj, Bor Gradišek).



22. ORIENTACIJSKI TEK – GLUHI

V soboto, 3.10.2020 je v Kostanjevici na Krki potekalo državno prvenstvo v orientacijskem teku za gluhe, v izvedbi DGN Krško.

Rezultati – ženske:

50 – 64 let:

1. Rafaela Demir (DGN severne Primorske),
2. Maja Šušteršič (AURIS Kranj).

Rezultati – moški:

16 – 35 let:

1. Tomi Strel (DGN severne Primorske),
2. Matej Prinčič (DGN severne Primorske).

36 – 49 let:

1. Vladan Vukajlovič (DGN seve. Primorske),
2. Matjaž Jeltnikar (DOOS Celje).

50 – 64 let:

1. Zvonko Polak (AURIS Kranj),
2. Rajko Demir (DGN severne Primorske),
3. Franci Šušteršič (AURIS Kranj).

23. BOWLING – TROJICE – GLUHI

Društvo gluhih in naglušnih Ljubljana, je v soboto 13.10.2020 v Bowling klubu 300, izvedlo državno prvenstvo gluhih v bowlingu trojic.

Rezultati – ženske:

1. DGN severne Primorske
(Manca Peroci, Sonja Trampuž, Teodora Strel),
2. DGN južne Primorske
(Aleksandra Prelaz, Sabira Sladič, Valerija Škof),
3. DOZIS Dolenjske in Bele Krajine
(Kata Nikič, Klarisa Bevc, Jasmina Grčar).

Rezultati – moški:

1. AURIS Kranj
(Boris Nadižar, Franci Šuštaršič, Boris Horvat),
2. DGN Ljubljana
(Ivan Vačovnik, Klemen Žnidar, Igor Časar),
3. DOZIS Dolenjske in Bele Krajine
(Tadej Kramaršič, Matej Križman, Miha Gotz).

24. PARANAMIZNI TENIS

V soboto, 17. oktobra je v Športnem centru Livada, potekalo državno prvenstvo v paranamiznem tenisu, v izvedbi ŠD SU.

Rezultati – ženske:

- NT – 5:**
1. Bogomira Jakin (PARAS).

NT – 7:

1. Karin Praček
(Severno Primorsko društvo za CP).

NT – OPEN:

1. Bogomira Jakin (PARAS),
2. Karin Praček
(Severno Primorsko društvo za CP).



Rezultati – moški:

- NT – 3:**
1. Edi Ravnjak (ODI Dravinjske doline),
 2. Peter Jereb (NTK Trbovlje).

NT – 6:

1. Tomaž Rabuzin (NTK Trbovlje).

NT – 7:

1. Luka Trtnik (SONČEK),



2. Jože Cverle (DI Laško),
3. Ivan Umek (DI Sevnica).



NT – 8:

1. Alen Becirević (MDI Novo mesto),
2. Jordan Jakin (PARAS).

NT – 9:

1. David Sluga (DI Laško).

NT – 10:

1. Edhem Ibrahimović (DI Trbovlje),
2. Tonček Ribič (MDI Litija in Šmartno pri Litiji).

NT – NAC:

1. Silvo Slaček (DI Slovenska Bistrica),
2. Sefčet Drndalaj (MDI Ptuj),
3. Jože Vodlan (DI Trbovlje) in Vinko Kurent (MDI Maribor).



NT – OPEN:

1. Luka Trtnik (SONČEK),
2. Sefčet Drndalaj (MDI Ptuj),
3. Silvo Slaček (DI Slovenska Bistrica).

25. PARAPLAVANJE

V nedeljo, 18.10.2020 je v Kranju potekalo državno prvenstvo v paraplavanju, ki sta ga v skupnem sodelovanju organizirali in izvedli Zveza ŠIS – SPK in Plavalna zveza Slovenije.

Rezultati – ženske:

100 m PROSTO:

Absolutno in S14:

1. Maruša Golčer (PK Velenje).

50 m PRSNO:

Absolutno in SB14:

1. Metka Fartek (Sožitje Radovljica).

100 m HRBTNO:

Absolutno in S14:

1. Maruša Golčer (PK Velenje).

50 m PROSTO:

Absolutno:

1. Bogomira Jakin (PARAS),
2. Anja Golčer (PK Velenje),
3. Danica Vrankar (Sožitje Radovljica).

S4:

1. Tonja Berložnik (PK Velenje).

S8:

1. Bogomira Jakin (PARAS)

S14:

1. Anja Golčer (PK Velenje),
2. Danica Vrankar (Sožitje Radovljica).

100 m PRSNO:

Absolutno in SB14:

1. Sabina Cimperc (PK Velenje),
2. Anja Golčer (PK Velenje).

50 m HRBTNO:

Absolutno:

1. Bogomira Jakin (PARAS),
2. Sabina Cimperc (PK Velenje).

S8:

1. Bogomira Jakin (PARAS).

S14:

1. Sabina Cimperc (PK Velenje).



Rezultati – moški:

100 m PROSTO:

Absolutno:

1. Patrik Jagodic (PK Kamnik),
2. Aljaž Vejnovič (PK Velenje),
3. mesto: Gašper Glušič (PK Velenje).

S5:

1. Haris Muratović (ŠD Riba).

S6:

1. Gašper Glušič (PK Velenje).

S9:

1. Patrik Jagodic (PK Kamnik).

S14:

1. Aljaž Vejnovič (PK Velenje),
2. Aleš Brežnik (PK Velenje).

DS:

1. Jakob Jenko (ŠD Riba).

50 m PRSNO:

Absolutno:

1. Maj Režman (ŠD Plavalček),
2. Jaša Bartelj (ŠD Riba),
3. Gašper Glušič (PK Velenje).

SB6:

1. Gašper Glušič (PK Velenje).

SB8:

1. Jaša Bartelj (ŠD Riba),
2. Ivan Lesnika (ŠD Plavalček),
3. Rok Mihelčič (ŠD Riba).

SB14:

1. Maj Režman (ŠD Plavalček),
2. Miha Pavlič (ŠD Plavalček),
3. Klavdi Zorko (OŠ Glazija).

DS:

1. Urban Goltnik (PK Velenje),
2. Rok Slapšak (ŠD Plavalček),
3. Uroš Petrovič (PK Velenje).

100 m HRBTNO:

Absolutno:

1. Tim Žnidaršič Svenšek (ŠD Riba),
2. Aljaž Vejnovič (PK Velenje).

S6:

1. Tim Žnidaršič Svenšek (ŠD Riba).

S14:

1. Aljaž Vejnovič (PK Velenje).

50 m PROSTO:

Absolutno:

1. Jordan Jakin (PARAS),
2. Luka Stanar (ŠD Riba),
3. Aleš Brežnik (PK Velenje).

S5:

1. Haris Muratović (ŠD Riba).

S8:

1. Luka Stanar (ŠD Riba).

S9:

1. Jordan Jakin (PARAS),
2. Jaša Bartelj (ŠD Riba),
3. Rok Mihelčič (ŠD Riba).





S14:

1. Aleš Brežnik (PK Velenje),
2. Miha Pavlič (ŠD Plavalček),
3. Klavdi Zorko (OŠ Glazija).

PMS:

1. Aleksander Jovanović (ZMSS).

DS:

1. Dejan Cvijič (PK Velenje),
2. Jakob Jenko (ŠD Riba),
3. Florjan Krevh (PK Velenje).

100 m PRSNO:

Absolutno:

1. Maj Režman (ŠD Plavalček),
2. Amadej Kremžar (PK Velenje),
3. Ivan Lesnika (ŠD Plavalček).

SB8:

1. Ivan Lesnika (ŠD Plavalček).

SB14:

1. Maj Režman (ŠD Plavalček),
2. Amadej Kremžar (PK Velenje),
3. Nej Šumnik (PK Velenje).

DS:

1. Urban Goltnik (PK Velenje).

50 m DELFIN:

Absolutno:

1. Tim Žnidaršič Svenšek (ŠD Riba),
2. Alen Šošter (PK Velenje),
3. Rok Slapšak (ŠD Plavalček).

S6:

1. Tim Žnidaršič Svenšek (ŠD Riba).

DS:

1. Alen Šošter (PK Velenje),

2. Rok Slapšak (ŠD Plavalček),
3. Florjan Krevh (PK Velenje).

50 m HRBTNO:

Absolutno:

1. Luka Stanar (ŠD Riba),
2. Jordan Jakin (PARAS),
3. Dejan Cvijič (PK Velenje).

S8:

1. Luka Stanar (ŠD Riba).

S9:

1. Jordan Jakin (PARAS).

DS:

1. Dejan Cvijič (PK Velenje).

100 m DELFIN:

Absolutno:

1. Patrik Jagodic (PK Kamnik),
2. Alen Šošter (PK Velenje).



S9:

1. Patrik Jagodic (PK Kamnik).

DS:

1. Alen Šošter (PK Velenje).

Rezultati – mladinci:

100 m PROSTO:

Absolutno:

1. Patrik Jagodic (PK Kamnik),
2. Aljaž Vejnovič (PK Velenje),
3. Gašper Glušič (PK Velenje).

50 m PRSNO:

Absolutno:

1. Gašper Glušič (PK Velenje),
2. Miha Pavlič (ŠD Plavalček),
3. Klavdi Zorko (OŠ Glazija).

SB14:

1. Miha Pavlič (ŠD Plavalček),
2. Klavdi Zorko (OŠ Glazija),
3. Amadej Kremžar (PK Velenje).

50 m PROSTO:

Absolutno:

1. Luka Stanar (ŠD Riba),
2. Miha Pavlič (ŠD Plavalček),
3. Klavdi Zorko (OŠ Glazija).

S14:

1. Miha Pavlič (ŠD Plavalček),
2. Klavdi Zorko (OŠ Glazija),
3. Kerim Kozarac (PK Velenje).

Lahko gluhi in naglušni slišijo TV voditelje in napovedovalce?
Lahko osebe s težavami pri branju berejo aktualne novice?
Lahko slepi in slabovidni gledajo TV vsebine?

RTV Slovenija Dostopno.si ZA VSE!

LAHKO
BRANJE

ZVOČNI
OPIS

ZNAKOVNI
JEZIK

PODNAPISI
ZA GLUHE IN
NAGLUŠNE

ZVOČNI
PODNAPISI



Na RTV Slovenija je to mogoče.

Smo edini medij v Sloveniji, ki zagotavlja
dostopnost svojih vsebin.

#tuditojefjavniRTV

S tremi zmagami do drugega mesta na Češkem

Piše: Žiga Kobaševič

(foto: Arhiv Zveza ŠIS - SPK)

Epidemija korona virusa je močno posegla tudi v delo košarkarske reprezentance. Nihče ne pomni, da bi se sezona kdaj zaključila tako pozno, finale državnega prvenstva je namreč potekalo šele konec junija, vendar so reprezentanti s treningi nadaljevali še naslednjih 14 dni.

Nova sezona pa se je pričela zelo hitro, kolesje trenažnega procesa se je začelo vrteti takoj na začetku avgusta, tako je bilo aktivnega premora le dva tedna.

“Tako zgodaj smo začeli trenirati zato, ker se je slovenska ekipa želela čim bolj pripraviti na Future Cup, turnir, ki ga je četrti vikend v avgustu v Brnu gostila Češka.”

Poleg domačinov in Slovencev je na Moravskem nastopala še reprezentanca Poljske. Izbrana vrsta košarkarjev je tako postala prva falanga parašportnikov, ki se je po zaključku prvega vala epidemije v



Trenerjeva minuta odmora.

Sloveniji odpravila na mednarodno tekmovanje. Slovenija je nastopila v postavi: Robi Bojanec – (prvič) kapetan, Klemen Lokar, Gregor Gračner, Enis Musić, Matej Arh, Danilo Kamenik, Robert Radić in David Škorjanc, ki je za reprezentanco igral prvič. Zaradi upravičenih razlogov so doma ostali trije pomembni igralci: Simon Gračnar, Haris Kuduzović in Milan Slapničar.

Prvi dan tekmovanja so se naši košarkarji najprej pomerili z domačini, ki so tekmo dobro začeli in v prvi četrtini vodili tudi za 11 točk. Naši fantje so igrali v krču, naredili veliko napak in bili nezbrani pri zaključku napadalnih akcij. V nadaljevanju smo bili priča bistveno boljši igri naših košarkarjev, ki so na polčas odšli le z dvema točkama

zaostanka, v drugem polčasu pa so pritisnili na plin in v zadnji četrtini vodili že za 10 točk, na koncu pa slavili zmago s petimi točkami razlike. Drugo tekmo prvega dne smo odigrali s Poljsko.

Po prvem dnevu tekmovanja je trener Žiga Kobaševič povedal: »Po slabi prvi četrtini smo odlično odigrali tekmo s Češko. Proti Poljski smo kljub ne najboljši igri uspeli tri četrtine nadzirati potek tekme, v zadnjih minutah pa nam je preveč padla koncentracija in smo dovolili, da so se Poljaki z dvema trojkama povsem približali, vendar smo kljub temu slavili. Zelo me veseli, da so mladi igralci



Trener Žiga s pokalom v rokah, pa kljub temu zaskrbljen.

opozorili nase, še posebej David Škorjanc. Izkazal pa se je izkušenejši Danilo Kamenik, ki je dosegel 59 košev na obeh tekmah.«

Rezultati – prvi dan:
Češka : Slovenija: 53 : 58
Slovenija : Poljska: 40 : 37

Drugi tekmovalni dan smo najprej igrali s Poljsko, po treh četrtinah je bil rezultat na semaforju izenačen, v zadnji četrtini pa smo bili spet priča pravi igri Slovenije in na koncu zanesljivi zmagi. Zadnja tekma na turnirju je odločala o skupnem zmagovalcu. Naši košarkarji so sicer dali vse od sebe, vendar se je videlo, da jim je utrujenost prišla do živega, 8 Slovencev ni bilo kos popolni zasedbi domačinov. Čehi so ves čas vodili, na koncu pa zaslužno slavili zmago na tej tekmi in na turnirju.

Rezultati – drugi dan:
Poljska : Slovenija: 35 : 46
Slovenija : Češka: 43 : 60

Vrstni red:
1. Češka, 2. Slovenija, 3. Poljska

“Po zaključku turnirja je misli še enkrat strnil Žiga Kobaševič: »Na prvi tekmi smo dokaj rutinirano premagali Poljsko, žal pa se nam ni izšlo proti Čehom. Fizično smo bili preveč izčrpani, da bi lahko s tako kratko klopjo računali na zmago proti Češki, saj so nekateri igralci v dveh dneh na igrišču prebili več kot 140 minut. Udeležbo na Future Cupu lahko ocenim kot odlično, saj so fantje res pokazali pravi obraz.»

Slovenija je tako kot že ničkolikokrat v zadnjih dveh letih pokazala, da se trdo in sistematično delo pozna. Agresivna obramba in gibljivi napadi z veliko kroženja žoge so postali zaščitni znak igre naših fantov. Udeležbo na Future Cupu lahko ocenim kot odlično, saj so fantje res pokazali pravi obraz, prepričan pa sem, da bi s popolno zasedbo osvojili turnir.



Šport invalidov v Mestni občini Maribor (MOM)

Piše: Gregor Gračner

(foto: Osebni arhiv)



V okviru programa »Postani športnik« želimo na Zvezi ŠIS-SPK na področju Maribora že kar nekaj časa na več različnih načinov prispevati k temu, da bi bil šport invalidov bolj povezan in organiziran ter da bi v tem delu Slovenije enotno nastopil pri sofinancerju, v medijih ter institucijah, ki so kakor koli povezane s športom invalidov.

Kot je že znano, je na ljubljanskem koncu šport invalidov na lokalni ravni povezovalno organiziran prek Športnega društva invalid Ljubljana. V Mariboru pa si želimo narediti še korak naprej, saj hočemo povezati vse organizacije, ki kakor koli sodelujejo v športu. Tako smo se aktivno povezali s Športno zvezo Maribor, saj smo s predsednikom Tomažem Barado

izrazili željo dvigniti raven športa invalidov v MOM. Skupaj smo nastopili na sestanku na MOM s podžupanom in vodjem oddelka za šport ter iskali možne rešitve za boljše financiranje društev, pri katerih programi športa za invalide že delujejo. Hkrati smo iskali možnost za čimprejšnjo ustanovitev konzorcija, da bi se lahko prihodnje leto vsa društva prek konzorcija skupaj

prijavila na triletni javni razpis. Zato smo primorani do konca tega leta ustanoviti omenjeni konzorcij, da se bomo lahko združeno prijavi na razpis in strokovno izpeljali programe po društvih. Za to bo zadolžen Milan Kotnik, sekretar Društva gluhih in naglušnih Podravja ter predsednik Sveta invalidov pri MOM. Verjamem, da nam bo uspelo.

▲
Uvod v predstavitev programa »Postani športnik«.

Hkrati se že spogledujemo z bolj kompleksno rešitvijo na področju športa po lokalnih območjih za celotno Slovenijo. V Mariboru želimo narediti primer dobre prakse in ga kasneje razširiti po vsej državi, in sicer s pomočjo EU razpisa, ki se nam prihodnje leto nasmiha prek resornega ministrstva.

Zato smo se povezali s svetovalko na Zavodu RS za šolstvo, povezano z vsemi osnovnošolskimi in srednješolskimi športnimi pedagogi.

nasveti. Kot sem že omenil, želimo nadaljevati delo tudi po drugih delih države, a najprej moramo na mariborskem koncu ustvariti tako raven športa, da jo bomo lahko kot primer dobre prakse prenesli drugam.

“Prek njih želimo šoloobvezne otroke invalide privabiti v športne objekte, ki bodo v vsaki regiji strokovno podprti in opremljeni z invalidom prilagojenimi rekviziti.”

Radi bi, da bi omenjene otroke pri pouku športa tudi ocenili, in sicer z našo pomočjo in strokovnimi

Upam, da bomo omenjena EU sredstva pridobili, saj v luči nadaljnjega systemskega razvoja ta projekt vidimo kot dobro rešitev za šport invalidov v Sloveniji. V pet let trajajočem projektu bomo lahko ocenili uspešnost naših prizadevanj. Predvsem želimo vključiti mlade in v njihov osebni razvoj vnesti športno razmišljanje. Upam, da jih bo vse življenje spremljal slogan »zdrav duh v zdravem telesu«. Pričakujemo, da nam bo s skupnimi močmi načrte uspelo uresničiti.

▼
Kegljanje je primerna rekreativna panoga.



Paralimpijski športni tabor za družine drugič v Laškem

Piše: Majda Vesel Kočar

(foto: Karin Šmid)



Medtem, ko so starši poslušali predavanje, so otroci uživali v družbi Zdravka Lidla in škratinje.

Sedem mladih in njihovih družin oz. skupaj 24 udeležencev se je kljub negotovim razmeram udeležilo drugega paralimpijskega športnega tabora za družine v Laškem. Rdeča nit letošnjega tabora je bila predstavitev programa Postani športnik – mladim zagotoviti vzpostavitev dolgoročnega sistema in pogojev za vključevanje v športne aktivnosti. Po lanskoletni izkušnji smo letos tabor za en dan podaljšali, da so imeli udeleženci poleg predstavitve različnih športov, predavanj in druženja tudi nekaj časa zase. Udeležencem sta bili ves čas bivanja na voljo dve otroški kolesi.

Nekaj novih, nekaj že znanih obrazov

Prvi večer smo izkoristili za spoznavanje in druženje. Nekaj udeležencev smo poznali že od lani, nekaj pa smo jih srečali prvič. Nina Ivanc, strokovna sodelavka ŠD Invalid, je uvodoma pripravila predstavitev paralimpijskih športov in programa Postani športnik. Vsaka

družina je dobila trajnostno Lidlovo vrečko s praktičnimi in sladkimi darilci za vso družino ter plakate naših športnikov.

»Zelo smo veseli, ker smo se tudi letos udeležili tabora. Letos je mladim na voljo še nekaj več športov, v katerih se lahko preizkusijo. Tabor je namenjen otrokom, ki uživajo, se gibajo in se imajo zelo dobro. Kaj bi si starši še lahko želeli?« je povedal

Brinin oče Jernej Rogelj, ki je bil s svojo družino že drugič na taboru.

Drugi dan v znamenju gibanja – v vodi, telovadnici in predavalnici

Petkovo jutro in del dopoldneva smo preživeli na zunanjem bazenu v Thermani Laško, kjer sta trenerja

paraplavalcev Emil Tahirovič in Kristina Žagar zbranim prikazala paraplanjanje, ki so se ga otroci in starši zelo razveselili.

Nato je zbrane v OŠ Debro pozdravil predsednik Zveze ŠIS-SPK Damijan Lazar in vsem zaželel prijetno bivanje v Laškem. Sledila je predstavitev hokeja na vozičkih, ki so jo pripravili Matjaž Bartol, Tilen Ribnikar in Oliver Jangelov. Udeleženci so pokazali precej zanimanja. Po kosilu je staršem o pomenu gibanja za vso družino spregovorila dr. Tjaša Filipčič, otroke in mlade pa je obiskal Zdravko Lidl s škratinjo. Zvečer je zbrane s svojo doživeto življenjsko zgodbo navdušil Matic Keržan, član moške reprezentance v odbojki sede.

Vsi na ples!

Sobotno dopoldne so starši poslušali predavanje mag. Natalije Spark, ki je staršem podala veliko uporabnih nasvetov pri vzgoji – spregovorila je o pomenu dvotirne vzgoje (mama – oče), o določanju pravil in kaznovanju.

“V tem času so se otroci zabavali z igro male sive celice. Sledila je selitev v dvorano OŠ Debro, kjer smo mlade in njihove starše seznanili še z eno paralimpijsko športno panogo.”

To je bil curling, ki ga je predstavila ekipa na čelu s trenerjem in selektorjem reprezentance Gregorjem Verbincom ter pomočnico Anjo Pečaver. Pojasnili so pravila in praktično prikazali nekaj udarcev, nato pa so se v curlingu preizkusili vsi udeleženci – tako mladi kot njihovi starši. Dan se je sklenil v plesnih ritmih, za kar grede zasluge športnemu (para)plesnemu paru, ki ga sestavljata Sara Štirin & Nino Batagelj. Paraplesalca sta v teoriji in praksi predstavila paraples ter pripravila kratko koreografijo za vse navzoče.

Zaključek s športnim tekmovanjem družin

S spoznavanjem dvoranskega balinanja – boccie in športnim tekmovanjem družin se je v Laškem sklenil paralimpijski tabor za družine. Zbrani so pozorno prisluhnili predstavitvi boccie – igro sta predstavili

trenerka Maja Bobnar in Ana Špehonja –, še z večjim veseljem pa so se v njej preizkusili.

Piko na i taboru je dalo športno tekmovanje družin. Preizkusile so se namreč v prav posebnem poligonu, ki so ga naši strokovni sodelavci pripravili in prilagodili sodelujočim. Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite si bo še naprej prizadeval za vzpostavitev dolgoročnega sistema in pogojev za vključevanje mladih invalidov v športne aktivnosti. Prav s tem namenom je pred leti s podjetjem Lidl Slovenija razvil program Postani športnik, paralimpijski tabor za družine pa je ena od nadgradenj programa. Načrtujemo, da bomo tabor tradicionalno organizirali vsako leto predzadnji vikend v avgustu. Ostajamo v Laškem (v Zdravilišču ali Thermani), saj so se ponovno izkazali kot odlični gostitelji.

Nino in Sara sta pripravila koreografijo, tako da smo vsi zaplesali.



Matic Keržan je s svojo življenjsko zgodbo navdušil udeležence tabora.



Šolska športna tekmovanja

Piše: Jana Čander

(foto: Arhiv Zveza ŠIS – SPK)



Šolsko leto 2019/2020 je bilo za vse šoloobvezne otroke in mladino drugačno, saj se je z marcem 2020 v Sloveniji ustavilo javno življenje zaradi epidemije.

V omenjenem šolskem letu sta se izvedli samo dve tekmovanji in sicer finalno tekmovanje v plavanju za osnovne in srednje šole v mesecu septembru 2019 ter mesecu oktobru orientacijski tek za osnovne in srednje šole. Mladi invalidi se vsako leto vključujejo v finalna tekmovanja šolskih športnih tekmovanj v plavanju, orientacijskem teku, velikem kanuju, atletiki in namiznem tenisu. Zavodom za šport RS Planica in Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite kot tudi drugi koordinatorji in izvajalci šolskih športnih tekmovanj so poskušali najti alternativo glede na situacijo. Pa vendar so se vsa tekmovanja od marca naprej morala odpovedati. Zdravje, varnost udeležencev in organizatorjev morata biti na prvem mestu.

Glede na epidemiološko sliko so se tekmovanja pričela v novem šolskem letu 2020/2021 in sicer v septembru je 13 mladih invalidov tekmovalo na finalih šolskega športnega tekmovanja v plavanju v Kamniku.

Predvidena tekmovanja v šolskem letu 2020/2021 za mlade šoloobvezne invalide:

- 14. 5. 2021 - namizni tenis za osnovne šole (lokacija še ni znana)
- 19. 5. 2021 - atletika za srednje šole (Maribor)
- 20. 5. 2021 - veliki kanu za osnovne šole (Brestanica)
- 9. 6. 2021 - atletika za osnovne šole (predviden Žalec)

Razpisna dokumentacija dostopna na: www.zsis.si
Kontakt: jana.cander@zsis.si



DOLGČAS?

Ta pri nas

ne obstaja.



Zakaj ne bi prejeli svoje najljubše ugankarske revije kar na dom?
Za naročnino pokličite telefonsko številko 080 43 21.

Izzivi in rešitve pri izvajanju pohodništva za učence z lažjo motnjo v duševnem razvoju- študija primera

Piše: Timea Starič in Tjaša Filipčič

Povzetek

Z raziskavo smo želeli dobiti vpogled v izvajanje pohodništva na izbrani osnovni šoli kot dela obveznega programa predmeta šport v Prilagojenem izobraževalnem programu z nižjim izobrazbenim standardom. Naredili smo intervju s športnim pedagogom, v okviru katerega smo raziskali proces načrtovanja pohodništva, izzive in težave, s katerimi se učitelj sooča tako pri načrtovanju kot pri samem izvajanju pohodništva ter uspešnost samostojnega orientiranja oseb z lažjimi motnjami v duševnem razvoju.

“Ugotovili smo, da športnemu pedagogu pri načrtovanju pohodništva za osebe z lažjimi motnjami v duševnem razvoju največji izziv predstavljata diferenciacija in individualizacija.”

Učencem glede na njihove sposobnosti prilagaja čas in dolžino pohoda ter pot, pohodniške športne dni pa načrtuje v pomladnih mesecih. Pri načrtovanju pohodništva se učitelj najpogosteje srečuje s težavami, kot

so neustrezna oprema učencev, slaba telesna pripravljenost učencev in učiteljev/spremljevalcev ter neustrezna prehrana učencev med pohodom. Težave pri izvajanju rešuje s preventivno vzdržljivostno vadbo pri predmetu šport ter predhodnim ozaveščanjem o ustrezni pohodniški opremi ter prehrani med pohodom.

Ključne besede: prilagojen program vzgoje in izobraževanja, šport, pohodništvo

Uvod

Del obveznega programa osnovnih šol je predmet šport, ki skrbi za skladen telesni in duševni razvoj učencev, sprostitev in razbremenitev, pozitivno doživljanje športa ter oblikovanje pristnega, spoštljivega, čustvenega in kulturnega odnosa do narave in okolja. Pri tem predmetu se učitelji v vseh osnovnošolskih vzgojno-izobraževalnih programih srečujejo z vsebinami, vezanimi na pohodništvo. Učitelji na osnovnih šolah s PP z NIS morajo tako pohodništvo prilagoditi individualnim potrebam vsakega učenca. Poleg same dejavnosti hoje pa morajo učenci usvojiti tudi nekatere teoretične vsebine, vezane na pravila varne hoje, varstvo narave in ustrezno opremo za pohodništvo, hkrati pa krepijo tudi zavest o ohranjanju kulturne in naravne dediščine. Zaradi

specifičnih potreb oseb z lažjimi motnjami v duševnem razvoju morajo učitelji te vsebine prilagoditi in jih predstaviti na učencem razumljiv način. Osnovne šole v Sloveniji so zakonsko obvezane, da učencem privzgajajo tudi odnos do hoje oz. pohodništva. Ta odnos se začne razvijati že v predšolskem obdobju, nato pa se nadgrajuje skozi celotno osnovnošolsko izobraževanje. Pohodništvo najdemo tako v učnih načrtih redne osnovne šole kot tudi osnovne šole s PP z NIS, v katere so vključeni učenci z LMDR. Nižje intelektualne sposobnosti, odstopanja prilagoditvenih spretnosti ali morebitne pridružene motnje lahko ovirajo proces uspešnega izvajanja pohodništva ter onemogočijo sintezo in prenos znanj, pridobljenih v okviru športnih dni, zato morajo pedagoški delavci skrbno načrtovati delo in izvajati prilagoditve, ki učencem omogočijo uspešno pridobivanje znanja in izkušenj. Leta 2016 je skupina (Filipčič in Štrumbelj, 2016) izdala Priročnik za izvajanje interesnih programov športa otrok, mladine in odraslih s posebnimi potrebami, v katerem so opredelili prilagoditve za osebe z gibalno oviranostjo, gluhe in naglušne osebe, osebe z motnjo v duševnem razvoju ter slepe in slabovidne osebe pri izvajanju interesnih programov Mali sonček, Zlati sonček, Krpan in Naučimo se

plavati. Dosedanjih raziskav na področju izvajanja pohodništva oseb z LMDR v okviru obveznega šolskega programa praktično ni. V naši raziskavi smo si postavili naslednja raziskovalna vprašanja:

1. *Kako poteka načrtovanje pohodništva na izbrani osnovni šoli?*
2. *Katere prilagoditve pri pohodništvu načrtuje in izvaja izbrana osnovna šola?*
3. *S kakšnimi izzivi in težavami se učitelj sooča pri načrtovanju pohodništva?*
4. *S kakšnimi izzivi in težavami se učitelj sooča pri izvajanju pohodništva?*

Metoda in raziskovalni pristop

Pri raziskovanju smo uporabili deskriptivno raziskovalno metodo. Za pridobivanje podatkov smo uporabili kvalitativni raziskovalni pristop, za katerega je značilno, da teži k celostnemu in poglobljenemu proučevanju pojavov (Vogrinc, 2008), zato smo podatke pridobivali od športnega pedagoga (v nadaljevanju: učitelj) ter s pregledom organizacijskih uradnih dokumentov. Temeljno izkustveno gradivo kvalitativne raziskave so besedni opisi, ki jih obdelamo in analiziramo besedno, brez uporabe merskih postopkov, ki nam dajejo števila (Mesec, 1998). Pri raziskavi smo spoštovali naslednja etična načela raziskovanja: prostovoljnost sodelovanja, informiranje o raziskavi, varovanje identitete posameznika, zaupnost in zasebnost ter spoštovanje resnice (Vogrinc, 2008). Oseba, vključena v raziskavo, je bila seznanjena z namenom in uporabo pridobljenih informacij. Sodelujoči je bil seznanjen s snemanjem intervjuja, posnetki pa so bili takoj po transkripciji izbrisani.

Vzorec

Glede na značilnosti kvalitativnega raziskovanja, ki išče relevantne primere in ne reprezentativnih (Mesec, 1998), smo v naši raziskavi uporabili neslučajnostni priložnostni vzorec, v katerega smo vključili učitelja, ki poučuje v PP z NIS, kamor so usmerjeni kot učenci z LMDR. Učitelj je na izbrani osnovni šoli zaposlen od leta 2015 in ima 5 let delovnih izkušenj z delom z učenci s posebnimi potrebami.

Opis postopka zbiranja podatkov

Zbiranje podatkov je potekalo s tehniko intervjuja. V aprilu in maju 2020 smo preko video klica izvedli intervju. Za ta način smo se odločili, ker osebni stik z udeleženci zaradi razglašene epidemije nalezljive bolezni SARS-CoV-2 v državi ni bil mogoč. Naredili smo polstrukturiran intervju

s športnim pedagogom izbrane osnovne šole. Vprašanja smo razdelili na tri sklope: prvi se je nanašal na načrtovanje pohodništva in je zajemal medpredmetno povezovanje, načrtovanje in izvajanje prilagoditev za posamezne učence in izzive pri načrtovanju. Drugi sklop se je nanašal na izzive in težave pri izvajanju pohodništva, tretji pa na orientiranje učencev v naravi in je zajemal uspešnost samostojnega orientiranja, prilagoditve pri načrtovanju in izvajanju ter rokovanje s pripomočki za orientacijo.

Postopek obdelave podatkov

Pri obdelavi podatkov smo v prvem koraku naredili transkripcijo intervjuja, pri kateri smo zaradi lažje obdelave podatkov ter lažje berljivosti odgovore zapisali slovnično pravilno. Nato smo izločili podatke, ki za raziskavo niso bili relevantni. V drugem koraku smo izdelali tabele za učiteljeve odgovore, ki smo jih razvrstili v štiri kategorije in jih zaradi lažje preglednosti po potrebi razdelili še na podkategorije.

Rezultati in interpretacija

Tabela 1: Načrtovanje pohodništva

Učitelj poroča, da je glede na druge osnovnošolske programe načrtovanje v osnovni šoli s PP z NIS precej specifično. Pri načrtovanju mu največji izziv predstavljata diferenciacija in individualizacija, ki sta sestavni del pouka športa (Učni načrt za prilagojen izobraževalni program z NIS za predmet športna vzgoja, 1998). Na pohodniških športnih dnevih morajo biti aktivni vsi učenci, zato mora učitelj izbrati primerno pot glede na gibalne in funkcionalne sposobnosti posameznikov. Za dobro diferenciacijo in individualizacijo dejavnosti jih mora dobro poznati in opredeliti njihova močna in šibka področja že pred samim načrtovanjem. Učitelj

Tabela 1.

<i>Kako izgleda načrtovanje pohoda? Ali načrtujete sami ali v timu?</i>
<i>»Načrtovanje pohoda v osnovni šoli s prilagojenim programom je zelo specifično, saj je potrebno diferencirati in individualizirati dejavnosti glede na posameznega otroka. Načrtujem v timu s sodelavcem, ki poučuje šport v posebnem programu.«</i>
<i>Ali destinacije določite že na začetku šolskega leta?</i>
<i>»Na začetku leta načrtujemo, kam bomo odšli, in to tudi zapišem v letni delovni načrt. Ampak potem to mogoče še spremenimo glede na vremensko situacijo pred samim športnim dnevom.«</i>
<i>Kaj pri načrtovanju pohoda predstavlja največjo oviro oz. največji izziv?</i>
<i>»Diferenciacija in individualizacija.«</i>

pohodniške športne dni načrtuje v timu s sodelavcem, ki poučuje šport v Posebnem programu vzgoje in izobraževanja. Destinacije določita v začetku šolskega leta, pri tem pa si dopuščata možnost sprememb glede na vremensko situacijo pred izvedbo pohoda.

Tabela 2: Načrtovanje pohodništva – medpredmetno povezovanje

<i>V okviru pohodništva se srečujete tudi z drugimi vsebinami, ki zahtevajo medpredmetno povezovanje. Na kakšen način sodelujete z ostalimi učitelji pri pripravi športnih dni?</i>
<i>»Medpredmetno se največkrat povežem z družbo (opis poti ali kraja, kjer je pohod, strani neba), potem z naravoslovjem (naštetje živali v tem območju, termoregulacija) in matematiko (razdalja pohoda v km, višina hriba, čas pohoda). Te povezave najdem sam in se ne povezujem z ostalimi učitelji.«</i>

Učitelj vsebine v okviru pohodništva največkrat poveže z naslednjimi predmeti: družboslovje (prostorska orientacija, spoznavanje slovenskih pokrajin); naravoslovje (spoznavanje živali) in matematika (spoznavanje merskih enot: čas, dolžina, višina). Kljub temu, da matematika v učnem načrtu športa v PP z NIS ni predlagana kot možna medpredmetna povezava, je učitelj vključil matematične pojme in dokazal, da lahko z ustvarjalnostjo nastanejo mnoge medpredmetne povezave, ki so plod učiteljevega fleksibilnega mišljenja (Markelj in Vučkovič, 2008) in ne zgolj tiste, ki so navedene v učnih načrtih. Pri analizi podatkov smo opazili tudi medpredmetno povezovanje s predmetom slovenski jezik, ki ga učitelj ni izpostavil. Opis kraja namreč učenci usvajajo v tretjem triletju osnovne šole s PP z NIS (Učni načrt za prilagojen izobraževalni program z nižjim izobrazbenim standardom, Slovenščina, 2003). Učitelj povezave s temi predmeti išče sam in pri iskanju le-teh ne sodeluje v timu z ostalimi predmetnimi učitelji. Predvidevamo, da je samostojno načrtovanje medpredmetnih povezav posledica organizacijske in časovne

zahtevnosti pravega medpredmetnega povezovanja (Markelj in Vučkovič, 2008). Glede na odgovor učitelja si upamo trditi, da pravega medpredmetnega povezovanja, ki zahteva skupno načrtovanje, izpeljavo in evalvacijo (Markelj in Vučkovič, 2008) na izbrani osnovni šoli ni moč zaslediti. Kljub temu pa si učitelj z lastnim iskanjem povezav prizadeva osvetliti določene

teme učencem in jih osmisлити v konkretnih situacijah. Zagotovo pa bi bile te povezave še bolj kvalitetne, če bi pri iskanju le-teh sodelovali tudi predmetni učitelji, prav tako pa bi jih po vsej verjetnosti skupaj našli še več, učencem pa bi omogočili prenos znanja posameznih predmetnih področij v vsakdanje življenje.

Tabela 3: Načrtovanje pohodništva – prilagoditve za učence s posebnimi potrebami

<i>Katere prilagoditve načrtujete za posamezne učence?</i>
<i>»Čas pohoda, dolžina pohoda, trasa pohoda (to je težavnost vzpona, podlage, čim dlje od prometnih poti), letni čas pohoda (pomladi ob lepem vremenu, če je dež odpade zaradi slabe opreme učencev, če je prevroče, odpade zaradi raznih zdravstvenih težav, kot je na primer epilepsija).«</i>
<i>Ali so te prilagoditve kje zapisane, ali gre za upoštevanje tistih prilagoditev, ki so opredeljene v individualiziranih programih?</i>
<i>»Prilagoditve zapiševa s sodelavcem pred vsakim športnim dnevom. Prilagodiva glede na trenutno stanje učenca. Kakšne večje prilagoditve so pa tudi zapisane v individualiziranih programih, vendar je to bolj redkost.«</i>

Učitelj pri načrtovanju pohoda glede na zmožnosti učencev prilagaja: čas pohoda, dolžino pohoda in traso: težavnost vzpona in podlage ter oddaljenost od prometnih poti. Pohodniške športne dni načrtuje

glede na letni čas, največkrat pomladi ob lepem vremenu, saj zaradi slabe opreme učencev ne izpostavlja mokremu terenu. Pohodi v dežju namreč poleg ustrezne opreme zahtevajo še več znanja, izkušenj in telesne pripravljenosti (Peršolja, 2008), na kar pa se učitelj ne more zanašati. Ne glede na vreme in opremo učencev je za varnost le-teh še vedno odgovoren sam, zato je smotno, da se na izlet odpravljajo v suhem vremenu ter se izogibajo spolzkim površinam (Kristan, 1993). Učitelj načrtuje pohodniške športne dni v času zmernih temperatur tudi zaradi morebitnih zdravstvenih posebnosti učencev z LMDR (npr. epilepsija, diabetes ...), saj lahko le-te predstavljajo oviro in posledično nevarnost pri večjih funkcionalnih obremenitvah posameznikov (Učni načrt za predmet športna vzgoja, 1998). Lahko bi rekli, da gre v tem primeru za preventivni ukrep glede na posebnosti skupine, s katerim učitelj zaščiti zdravje učencev in poskrbi za njihovo varnost. Prilagoditve za posamezne učence opredeljuje v timu s sodelavcem, načrtujeta pa jih sproti, glede na trenutno zdravstveno stanje in zmožnosti učenca. Menimo, da gre za smiselno načrtovanje, saj lahko pri učencih z LMDR zaradi morebitnih zdravstvenih posebnosti stanje tekom

šolskega leta variira. Prav tako moramo prilagoditve načrtovati glede na okolje, v katerem smo, zato je lahko ena prilagoditev v določenem okolju ključna za uspešno izvedbo, medtem ko bi bila v drugem okolju povsem nepotrebna.



▲ Ustrezna prilagoditev časa, dolžine in trase vodi k zadovoljstvu udeležencev pohoda (Vir: arhiv T. Filipčič, 2019).

Tabela 4: Izzivi in težave pri izvajanju pohodništva

<i>Dobro načrtovanje je ključno za uspešno izvedbo, vendar nas vedno lahko kaj preseneti. S kakšnimi težavami se soočate pri sami izvedbi pohoda?</i>
<i>»Nepriprava pohodna oprema učencev in posledično nezmožnost dokončanja pohoda (na primer žulji). Slaba vzdržljivost otrok, včasih tudi spremljevalcev. Nepriprava prehrana učencev (čipsi, sladkarije, sladke pijače), posledica je potem slabost.«</i>
<i>Kako oz. na kakšen način rešujete morebitne težave pri izvajanju pohodništva?</i>
<i>»Preventivno z vzdržljivostno vadbo pri uri športa. S pogovorom o primerni opremi in primerni prehrani. Na samem pohodu s prvo pomočjo (obliži, hladilne kreme). Poskrbimo za primerno hidracijo med pohodom.«</i>

Učitelj se pri načrtovanju pohodništva za osebe z LMDR srečuje z naslednjimi težavami: neustrezna oprema učencev, slaba telesna pripravljenost učencev, slaba telesna pripravljenost učiteljev spremljevalcev in neustrezna prehrana učencev med pohodom. Pomanjkanje ustrezne športne opreme učencev lahko pripišemo dejstvu, da učenci z motnjami v duševnem razvoju pogosto prihajajo iz družin z nižjim socialno-ekonomskim položajem (Davison in Neale, 1999). Na slabo telesno pripravljenost učencev sta opozorili že Sluga (2016) in Štebe (2017), v dosedanjih raziskavah (Krpač in Samida, 2004; Sluga, 2016; Štebe, 2017) pa slabe telesne pripravljenosti učiteljev/spremljevalcev še nismo zasledili. Zagotovo pa priporočamo, da učence na pohodniških športnih dneh spremljajo učitelji, ki so v dobri telesni pripravljenosti, saj učencem predstavljajo zgled in posredno vplivajo na njihovo doživljanje pohodništva. Učitelj opozarja na neustrezno prehrano učencev med pohodom, ki lahko večkrat vodi tudi v slabost, saj uživanje

presladke hrane in pitje sladkih ali gaziranih pijač povzročata napihnenost in nas ne napolnita s potrebnimi hranilnimi snovmi, ki bi nas napolnile z energijo (Peršolja, 2008). Neprijetni občutki v trebuhu nam otežijo ali onemogočajo nadaljnje gibanje, žal pa učitelj ne more neposredno vplivati na to, kaj učenci prinesejo s sabo. Lahko si zgolj prizadeva, da pred pohodom učence ozavešča in opozarja na primerno hrano in pijačo.

Težave pri izvajanju učitelj rešuje na naslednje načine:

- z vzdržljivostno vadbo pri pouku športa,
- s posredovanjem teoretičnega znanja o ustrezni športni opremi,
- s posredovanjem teoretičnega znanja o ustrezni prehrani med pohodom,
- s paketom prve pomoči (za oskrbo manjših poškodb, kot so žulji, ureznine, odrgnine, ipd.) in s skrbjo za ustrezno hidracijo učencev med hojo.

Učitelj učence pripravlja na pohode pri pouku z vzdržljivostnimi vadbami, kar spada med telesno pripravo učencev, ki je poleg organizacijske, psihične, vsebinske in tehnične priprave ena izmed nujnih sestavin dobre priprave na pohodništvo (Kristan, 1993). Na svak pohod vzame paket prve pomoči, ki mu pomaga pri takojšnji zdravstveni oskrbi poškodb oz. neprijetnosti, do katerih lahko pride med pohodništvom (Robič, 2012). Večkrat se srečuje predvsem z žulji, kateri lahko nastanejo zaradi neuhojene obutve (Kristan, 1993) ali raztrganih in nagubanih nogavic (Zupan, 2012). Učitelju na terenu večkrat pride prav tudi hladilna krema. Učitelj opaža, da učenci na pohod prinašajo sladke pijače in nezdrave prigrizke, zato je pomembno, da jih pred vsakim pohodom še enkrat opozori na primerno hrano in pijačo. Teoretično znanje o pomenu pitja tekočine učenci spoznavajo že od prvega razreda dalje. Ker je med pohodom najbolje, da pijemo večkrat v manjših količinah (Burnik, 2000), menimo da je dobro, da učitelj učence med vsakim postankom spodbuja, da naredijo

kakšen požirek pijače. S tem poskrbi, da telo učencev ne dehidrira in poskuša preprečiti izčrpanost in morebitni pojav mišičnih krčev, ki jih Burnik (2000) navaja kot možne posledice dehidracije, kar pa lahko vodi v nadaljnje zaplete pri izvedbi pohoda. Ker je učitelj odgovoren za varnost in zdravje učencev na pohodu, je dobro, da predvideva tudi ukrepe, ki pripomorejo k hidraciji telesa.

Sklep

Glavni namen raziskave je bil preučiti izvajanje pohodništva na izbrani osnovni šoli, na kateri se izvaja PP z NIS. Ugotovili smo, da učitelj pohodniške športne dni načrtuje v timu s sodelavcem, ki poučuje šport v Posebnem programu vzgoje in izobraževanja, pri tem pa v okviru medpredmetnih povezav ne sodeluje z nobenim drugim predmetnim učiteljem, temveč medpredmetne povezave poskuša poiskati sam. Učencem glede na zmožnosti in sposobnosti prilagaja čas in dolžino pohoda, skrbno pa izbere tudi samo pot. Prilagodi pa jim tudi letni čas, saj zaradi morebitnih zdravstvenih težav učencev in neustrezne opreme pohodniške športne dni športni pedagog načrtuje v pomladnih mesecih. Učitelj prilagoditve izbere glede na individualne posebnosti učencev v skupini. Učitelju glavni izziv predstavljata diferenciacija in individualizacija, saj mora pri tem upoštevati vse posebnosti slehernega učenca v skupini. Učenci imajo neustrezno opremo, so slabo telesno pripravljani, med pohodom pa se prehranjujejo z neustrezno prehrano, ki vodi v slabost. Učitelj se srečuje tudi s slabo telesno pripravljenostjo ostalih učiteljev/spremljevalcev. V prihodnjem standardom. Slovenščina predstavili kako pohodništvo doživljajo učenci z lažjo motnjo v duševnem razvoju. Dotaknili se bomo učenčevih želja po prilagoditvah, poznavanju pozitivnih učinkov pohodništva, zavedanja o pomenu ustrezne opreme in vpliva učenca na varovanje narave.

Literatura

Burnik, S. (2000). Planinarjenje, gornišstvo, pohodništvo, izletništvo, alpinizem. V Turk, J. (ur.), Lepota gibanja tudi za zdravje (str. 84–87). Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije.
Davison, G. C. in Neale, J. M. (1999). Psihologija abnormalnog doživljanja i ponašanja. Prevod šeste izdaje. Naklada Slap.
Filipčič, T. in Štrumbelj, B. (2016). Priročnik za izvajanje interesnih programov športa otrok, mladine

in odraslih s posebnimi potrebami. Zveza za šport invalidov Slovenije – Paraolimpijski komite.
Kristan, S. (1993). V gore... Izletništvo, pohodništvo, gornišstvo. Didakta.
Krpač, F. in Samida, S. (2004). Uresničevanje planinske vzgoje na razredni stopnji. V Pišot, R. (ur.), Zbornik posveta Otroci v gibanju (str. 7). Univerza na Primorskem, Znanstveno-Raziskovalno središče.
Markelj, T. in Vučkovič, V. (2008). Medpredmetno povezovanje pri izpeljavi športnega dne. V Kovač, M. in Majerič, M. (ur.), Športni dan (str. 7–23). Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
Mesec, B. (1998). Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu. Visoka šola za socialno delo Peršolja, B. in Rotovnik, B. (2006). Organizacija vodništva. V B. Rotovnik (ur.), Vodniški učbenik (str. 26–39). Planinska zveza Slovenije.
Robič, G. (2012). Prva pomoč. V Pugelj, T. (ur.), V naravo: priročnik z nasveti za gibanje, bivanje in prehranjevanje v naravi (str. 184–196). Zveza tabornikov Slovenije, nacionalna skavtska organizacija.
Sluga, P. (2016). Izvajanje planinskih športnih dni v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju OŠ [Magistrsko delo, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport]. <https://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Mag/Magisterij22140258SlugaPetra.pdf>
Štebe, K. (2017). Priprava, izvedba in vrednotenje planinskih športnih dni v prvem in drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju [Magistrsko delo, Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta]. PeFprints. pefprints.pef.uni-lj.si/4931/1/KATJA_%C5%A0TEBE_-_oddaja.pdf
Učni načrt za prilagojen izobraževalni program z nižjim izobrazbenim standardom. Slovenščina (2003). Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo. https://www.gov.si/assets/ministrstva/MIZS/Dokumenti/Izobrazevanje-otrok-s-posebnimi-potrebami/OS/Ucni-nacrti/pp_nis_slovenscina.pdf
Učni načrt za prilagojen izobraževalni program z nižjim izobrazbenim standardom za predmet športna vzgoja (1998). Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo. https://www.gov.si/assets/ministrstva/MIZS/Dokumenti/Izobrazevanje-otrok-s-posebnimi-potrebami/OS/Ucni-nacrti/pp_nis_sportna_vzgoja.pdf
Vogrinc, J. (2008). Kvalitativno raziskovanje na pedagoškem področju. Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
Zupan, G. (2012). Izleti. V Pugelj, T. (ur.), V naravo: priročnik z nasveti za gibanje, bivanje in prehranjevanje v naravi (str. 58–74). Zveza tabornikov Slovenije, nacionalna skavtska organizacija.

Smernice za prihajajočo generacijo

Piše: Jakob Škantelj

(foto: Arhiv Zveza ŠIS – SPK)

V časih, ko so športne aktivnosti, dogodki in druženje prepovedani, se je najprimerneje ukvarjati s takšnimi in drugačnimi dolgovi za nazaj. Za Zvezo ŠIS-SPK to pomeni napisati ter sprejeti Strategijo 2019–2029 in Akcijski načrt 2019–2029. Gre za zelo pomembna dokumenta, ki ju Zveza ŠIS-SPK do sedaj še ni imela.



Jakob Škantelj

za pet vrednot, ki so bile skrbno izbrane in bi jih moral živeti vsak športnik invalid ter športni delavec, povezan z Zvezo ŠIS-SPK, saj vodijo v pravo, zmagovalno in človeško stran vsakega od nas. POGUM, ODLOČNOST, NAVDIH, ENAKOST in INKLUZIVNOST so namreč tiste vrednote, za katere upamo, da bodo spremljale vse športnike invalide na njihovih tekmovališčih in v osebnem življenju. Temu bo v prvi vrsti sledila vizija Zveze ŠIS-SPK: »S športom in paralimpijskimi vrednotami soustvarjamo uspešno in inkluzivno slovensko družbo, prijazno invalidom. Zveza ŠIS-SPK s strokovnim in organizacijskim delom kot krovna organizacija za parašport v RS invalidom omogoča ukvarjanje s kvalitetnimi športnimi programi na področju rekreacije in tekmovalnega športa. To dosegamo v sodelovanju s krovnimi invalidskimi organizacijami na nacionalni in lokalni ravni ter z nacionalnimi panožnimi športnimi zvezami.«

Vizija Zveze ŠIS-SPK je nekaj bistvenega in hkrati splošnega, čemur bo Zveza ŠIS-SPK sledila z vsem svojim delovanjem

in aktivnostmi. To pa ni dovolj, zato so del Strategije 2019–2029 tudi in predvsem strateški cilji in kazalniki, ki jih bomo uresničevali z različnimi ukrepi. Glede na področje delovanja Zveze ŠIS-SPK so strateški cilji razdeljeni na področja: **Parašport na lokalni, državni in mednarodni ravni, Strokovno organizacijska struktura Zveze ŠIS-SPK in zagotavljanje statusnih pravic športnikov in trenerjev ter Športna infrastruktura, dostopna vsem parašportnikom.** Vsako področje ima kazalnike, ki kažejo na strateški cilj, ter ukrepe, s katerimi bodo kazalniki izraženi. Na področju **Parašport na lokalni, državni in mednarodni ravni** je treba izpostaviti strateške cilje:

- Vzpostavitev mreže programov parašporta na lokalni ravni in pogojev za njihovo delovanje po celotni Sloveniji, s ciljem povečati število športno-gibalno aktivnih invalidov v Sloveniji
- Razvoj in izvajanje kvalitetnega tekmovalnega športa na državni ravni
- Povečanje konkurenčnosti parašportnic in parašportnikov v mednarodnem prostoru
- Vključevanje v nacionalne panožne športne zveze
- Podpora in skrb za programe specialne olimpijade in športa oseb z motnjami v duševnem razvoju
- Izboljšati povezavo med parašportom in vsemi oblikami vzgojno-izobraževalnega sistema.

Temu sledi še bolj razvejano in kompleksnejše področje – **Strokovno organizacijska struktura Zveze ŠIS-SPK in zagotavljanje statusnih pravic**

športnikov in trenerjev, ki zajema organizacijske vidike Zveze ŠIS-SPK ter vrednote, strokovnost in statusne pogoje za delo športnikov invalidov ter njihovih trenerjev. V to področje so vključeni tudi trije, za delovanje Zveze ŠIS-SPK zelo pomembni dejavniki: finančni viri, prepoznavnost ter odgovornost do okolja. V tej smeri so zapisani konkretni strateški cilji:

- *Izboljšanje pogojev za vsestranski razvoj parašportnic in parašportnikov ter zagotavljanje zdravstvenega varstva športnikom invalidom*
- *Izboljšanje pogojev za delo trenerjev s pomočjo zagotavljanja ustreznega socialnega statusa in pogojev za delo*
- *Spodbujanje in uveljavljanje vrednot paralimpizma*
- *Izboljšanje ravni strokovno organizacijskega dela v športu*
- *Razvoj znanosti in strokovnosti na področju parašporta*
- *Povečanje prepoznavnosti delovanja Zveze ŠIS-SPK in parašportnikov v medijih in javnosti*
- *Zagotavljanje stabilnih finančnih virov za delovanje parašporta*
- *Zagotavljanje stabilnega organizacijskega okolja, pravne urejenosti in transparentnosti delovanja*
- *Skrb za družbeno in okoljsko odgovornost.*

Zadnje področje, **Športna infrastruktura, dostopna vsem parašportnikom**, je resda najkrajše, a nikakor manj pomembno od drugih. Prav nasprotno, saj brez prilagojene športne infrastrukture in opreme naši športniki in trenerji ne morejo opravljati

svojega dela. Poleg tega bodo lahko prav projekti Zveze ŠIS-SPK s tega področja v naslednjem desetletju eni izmed pomembnejših, saj bodo poskrbeli, da bo prihodnost slovenskega športa invalidov še svetlejša. A kot je zapisano v Strategiji 2019–2029, pri kateri so sodelovali še predsednik Zveze ŠIS-SPK Damijan Lazar, podpredsednik Zveze ŠIS-SPK Gregor Gračner, trener parakolesarstva Aleksej Dolinšek ter strokovni delavki Špela Rozman Dolenc in Jana Čander, bosta rast in razvoj Zveze ŠIS-SPK odvisna tudi od podpore invalidskih organizacij, pristojnih ministrstev in v mrežo povezanih športnih organizacij.

Strategija 2019–2029 je dobra strokovna osnova za nadaljnje delo v tej smeri. Razširjenost programov Zveze ŠIS-SPK in aktivnost organizacije namreč zahtevata natančno uresničevanje ciljev Strategije 2019–2029, kar se je z Akcijskim načrtom 2019–2020 tudi zgodilo. Še v času, ko so bile razmere po Sloveniji in povsod po svetu običajne ter so bile misli večine že usmerjene v takrat še Tokio 2020, je pod vodstvom avtorja tega zapisa nastal Akcijski načrt 2019–2029, ki so ga letos potrdili vsi pristojni organi Zveze ŠIS-SPK. To je vsebinsko konkreten dokument, v katerem so zapisani programi, dejavnosti in projekti, s katerimi bo Zveza ŠIS-SPK do leta 2029 poskušala uresničiti zastavljene cilje ter izpolnjevati svoje poslanstvo in vizijo. Na prej omenjenih treh področjih Zveza ŠIS-SPK namerava izvesti skupno 71 ukrepov, ki bodo v določenih časovnih okvirih izvedeni s 174 dejavnostmi, projekti in programi.

Uresničevanje Akcijskega načrta 2019–2029, na katerem so v zadnjem letu delali predsednik Zveze ŠIS-SPK, podpredsednik Zveze ŠIS-SPK Gregor Gračner, prof. dr. Boro Štrumbelj ter strokovna služba Zveze ŠIS-SPK (Jana Čander, Grega Dolinar, Žiga Kobašević, Primož Jeralič in marketinška služba), bo sicer odvisno tudi od sprememb zaradi prilagajanja tržnim in vsebinsko-strokovnim razmeram, smernic Mednarodnega paralimpijskega komiteja in usmeritev Nacionalnega programa športa v Republiki Sloveniji. Kljub temu je dokument namenjen ustreznemu ter natančnemu strukturiranju in načrtovanju dela za izvajanje projektov, programov in dejavnosti, ki pomenijo usmeritve in pomoč športnim organizacijam, športnim delavcem in parašportnikom. S tem bomo zagotavljali krepitev vrednot parašporta na lokalni, mednarodni in državni ravni, vrhunskega kategoriziranega parašporta in parašporta za vse.

Usposabljanje na področju športa invalidov

Piše: Jana Čander

(foto: Vid Ponikvar)

V novem Zakonu o športu (ZŠpo-1) je Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite (Zveza ŠIS-SPK) opredeljena kot nosilka usposabljanj 1. in 2. stopnje na področju športa invalidov. Zveza ŠIS-SPK tako po novem predlaga en program za vsako stopnjo usposabljanja za šport invalidov v sodelovanju z Univerzitetnim rehabilitacijskim inštitutom Republike Slovenije – Soča (URI Soča).

Oba programa Zveze ŠIS-SPK je potrdila akreditacijska skupina na Ministrstvu za izobraževanje, znanost in šport. Vodja 1. stopnje, ki zajema 80-urni program, je Jana Čander, prof. šp. vzg., vodja 2. stopnje v obsegu 130 ur pa je dr. Boro Štrumbelj.

Po potrjenih programih je Zveza ŠIS-SPK izvedla usposabljanja v sklopu projekta Usposabljanja strokovnih delavcev v športu 2018–2022, ki ga vodi Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez. Zveza ŠIS-SPK sodeluje kot konzorcijski partner. Projekt delno financirata Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport. Junija 2019 je Zveza ŠIS-SPK izvedla dousposabljanje za naziv strokovni delavec 1 – šport invalidov. Dousposabljanje je uspešno zaključilo 10 udeležencev. Decembra 2019 je Zveza ŠIS-SPK izvedla 80-urno usposabljanje za naziv strokovni delavec 1 – šport invalidov. Usposabljanje se je zaključilo februarja 2020. Od 21 udeležencev jih je usposabljanje zaključilo 20.



▲
Jana Čander v družbi njenih bivših varovancev - vrhunskih športnikov Darka Đuriča in Dejana Fabčiča.

Trenutno ima Zveza ŠIS-SPK usposobljenih 30 strokovnih delavcev po ZŠpo-1 ter 28 po ZŠpo, 2. stopnje, tj. skupno 58 oseb. Usposabljanja se večinoma izvajajo na URI Soča, ki ponuja ustrezne prostore tako za praktične kot teoretične vsebine. Zveza ŠIS-SPK je prav tako povezana s strokovnjaki z medicinskega rehabilitacijskega področja URI Soča. Glede na pogoj projekta, da se lahko usposablja samo zaposlene osebe, smo imeli nekaj težav, saj je veliko študentov različnih smeri, ki bi bili primerni kandidati in posledično dobri delavci na tem področju. To težavo bomo rešili s tržnim programom. Kot krovna organizacija športa invalidov v Sloveniji smo zadovoljni, ker se tak projekt izvaja. Potrebujemo dober strokovni kader, ki bo poznal pojem inkluzija ter vodil kvalitetne vadbe za različne skupine invalidov. Zveza ŠIS-SPK je prav tako pripravljena pomagati Nacionalnim panožnim športnim zvezam pri vključevanju vsebin športa invalidov v njihove programe usposabljanj. Glede na razmere v svetu in Sloveniji načrtujemo tudi usposabljanja na daljavo oziroma prek računalniških platform.



Drug drugemu smo in bodimo navdih

Piše: Marjeta Čič

(foto: Arhiv foto Planinska zveza)



»Drug drugemu smo lahko navdih!«
je bil navdušen Viki Grošelj, ko je z
gibalno oviranimi meril pot v Tamar.

▲
Številni pohodniki pred
ciljem v Tamar.

Gibalno ovirani gore osvajajo (GOGO) je akcija Planinske zveze Slovenije, Sončka – Zveze društev za cerebralno paralizo Slovenije so. p. ter Zveze paraplegikov Slovenije, ki k telesni dejavnosti nagovarja vse gibalno ovirane, da se podajo v naravo, v gore in novim dogodivščinam naproti. V akciji, ki je potekala 5., 6. in 10. septembra 2020, so se pohodniki s spremljevalci povzpeli v Tamar, na Boč, Čaven in dvakrat na Gradišče nad Stično. Na vseh kočah je potekala akcija Gluhi strežejo v planinskih kočah.

Akcija GOGO je imela zelo »slovenski« pridih, saj tudi invalidi želijo biti planinci, tako kot vsi Slovenci. Dogodek je potekal pod častnim pokroviteljstvom predsednika Republike Slovenije **Boruta Pahorja**. Generalni sponzor akcije je podjetje **H-bit** s svojo blagovno znamko **NiceHash**. Njegovi predstavniki so pomagali vleči vozičke na vse koče in s tem pokazali, da so resno in družbeno odgovorno podjetje, ki ceni in spoštuje vse, ki so sodelovali v tej krasni in navdihujoči akciji.

Takšne akcije si ni mogoče zamisliti brez organizirane pomoči prostovoljcev, zato so se ji pridružili skavti, taborniki in Karitas, kasneje pa še Cona Korak.

V Tamar se je iz Planice napotila skupina več kot 90 pohodnikov, med njimi 20 gibalno oviranih s spremljevalci. Na poti se jim je pridružilo še 30 gluhih in naglušnih. Posebna zahvala gre Občini Kranjska Gora, ki je poskrbela za urejeno cesto, po kateri je bil možen vzpon z električnim invalidskim vozičkom. V Tamar sta prišla tudi alpinist, ambasador akcije **Viki Grošelj** – Slovenec z največ preplezanimi osemtočkami – ter parašportnik **Jernej Slivnik**.

Na Boč je iz Zgornjih Poljčan prišla pisana družina 43 pohodnikov, pečat dnevu sta dodala ambasadorka, gledališka igralka **Urška Vučak Markez**, ki je svojo vlogo vzela resno: »Tudi jaz bom še koga navdušila, da obišče gore.«, in parašportnik **David Škorjanc**.

Na Čavnu je potekala akcija tri v enem, tri akcije v eni koči. Gluhi so stregli, gibalno ovirani so gore osvajali, slepi in slabovidni pa so merili Slovensko planinsko pot, skupaj 90 pohodnikov. Prisotna sta bila parašportnik **Matej Arh** ter ambasador in filozof **Evgen Bavčar**, ki je imel nagovor o pomenu razumevanja in dostopnosti.

V Stični sta vse udeležence pred začetkom poti nagovorila **Tomaž Smole**, podžupan občine Ivančna Gorica, ter ambasador akcije **Tone Kuntner** – pesnik in gledališki igralec, ki se je pohodnikom pridružil na vrhu, kamor jih je vodila parašportnica **Lena Gabršček**. Do vrha se je ob varovanju redarjev v dveh dneh podalo 212 pohodnikov. Pri Lavričevi koči je v četrtek, 10. 9., potekala zaključna prireditev, na kateri so imeli zaključne misli predstavniki vseh treh zvez. Nekaj besed vsem sodelujočim sta namenila tudi podpredsednik Zveze ŠIS-SPK in vodja športa pri Zvezi paraplegikov Slovenije, parašportnik **Gregor Gračner**,



ter podžupan Ivančne Gorice **Tomaž Smole**. Predstavniki generalnega sponzorja NiceHash je poudaril: »Zaradi drugačnosti se nihče ne bi smel počutiti osamljen in drugim v napoto. Kot navdušen planinec zelo dobro vem, kako gore naredijo človeka majhnega. Prepričan sem, da se danes gore počutijo majhne zaradi vašega poguma, vztrajnosti in življenjske energije.« Zakonca **Marija in Andrej Štremfelj** sta povedala: »Najprej bi se vsem, ki ste tukaj, zahvalila, da ste nama dali možnost, da sva tu. To je namreč res bogata izkušnja. Akcija je dobrodošla zato, ker verjameva, da s spremembo razmišljanja ljudi o gibalnih sposobnostih invalidov polagamo klančine miselnosti, ki jim omogočajo boljšo kvaliteto življenja.«

Ambasadorji in parašportniki so se ob koncu pogovorili na evalvaciji akcije s pogledom na Ljubljano in sotočje treh rek. Ugotovili so, da je pomembna inkluzija, da lahko vsak izbere svoj način in v svojem ritmu doseže cilj. Dopuslimo, da smo vsi svojstveni.

Planinka je zapisala: »Kdor želi in išče, ta zagotovo najde pot do sočloveka tudi ali predvsem na takih pohodih in druženjih. Meni je v vaši družbi vedno lepo. Bogatijo me nove izkušnje in upam, da tudi sama pustim sled v spominu ljudi, s katerimi sem prehodila vsaj del poti. Bili smo radoživi, veseli in smo med potjo tudi kaj zapeli. Pesem je bila navdih ob pogledu na meglice v dolini, cvetice v bližini ali kar tako, ker nam je skupaj lepo.« Se vidimo tam gor?!

▲
Ambasador akcije,
priznani alpinist Viki
Grošelj in paralimpijec
Jernej Slivnik.

Srečkanje – trenutek, ki poraja srečo za vse

Piše: Mateja Slamnik Kos

(foto: Arhiv Loterije Slovenije)

Loterija Slovenije je razvila nov koncept praskanja srečk – skupinsko praskanje, imenovano Srečkanje. Srečkanje je bilo prvič izvedeno septembra na dobrodelnem dogodku Čebelarke zveze Slovenije, kjer je več kot 300 čebelarjev hkrati praskalo za srečo. Zbrane je nagovoril dobitnik bronaste medalje na svetovnem prvenstvu v paraplezanju Gregor Selak in se jim zahvalil za sofinanciranje slovenskih parašportnikov.



in trdno voljo postavil na noge po diagnozi multiple skleroze: »Leta 2014 so mi diagnosticirali multiplo sklerozo in svet se mi je podrl. Prehoditi nisem mogel niti 100 metrov in nisem si upal pomisliti, da bom lahko še kdaj plezal. Zdravniki so me počasi postavili na noge, prisluhnili sem svojemu telesu in začel trenirati. Zadnja tri leta pred svetovnim prvenstvom sem treniral tudi po petkrat na teden in nato osvojil bronasto medaljo. Zato želim ljudem sporočiti, naj bodo pozitivni, naj najdejo veselje do življenja in naj se obdajo z dobrimi ljudmi. Rad pa bi se zahvalil tudi vsem, ki sodelujete v igrah Loto in Eurojackpot ali praskate srečke, ker s tem meni in ostalim športnikom invalidom zelo pomagata.«

▲ V imenu športnikov invalidov je čebelarje v okviru Srečkanja nagovoril Gregor Selak, nosilec bronaste medalje na svetovnem prvenstvu v paraplezanju.

Bistvo Srečkanja, ki prinaša skupinsko praskanje srečk, je v ozaveščanju prebivalstva, da s sodelovanjem v igrah Loterije Slovenije pripomorejo k stabilnemu financiranju slovenskih invalidskih, športnih in humanitarnih organizacij. Plemenito poslanstvo prispevanja družbi je Loterijo Slovenije pripeljalo tudi do sodelovanja s Čebelarsko zvezo Slovenije, v okviru katerega si prizadevajo pomen čebelarstva in čebel čim bolj približati ranljivim skupinam. Poleg skupne srečke Čebelarka so pred časom izdali predstavitevno publikacijo o čebelah v brajici ter izdelali učni čebeljak z desetimi panji za usposabljanje in terapevtske dejavnosti v mariborskem Varstveno delovnem centru za ljudi s posebnimi potrebami.

V imenu športnikov invalidov je čebelarje v okviru Srečkanja nagovoril Gregor Selak, dobitnik bronaste medalje na svetovnem prvenstvu v paraplezanju, ki se je s pozitivnim pogledom na svet

Pomembno priznanje za Jožeta Okorna in slovenski parašport

Piše: Drago Perko

(foto: Osebni arhiv)

Nekdanji paralimpijec in dolgoletni športni delavec Jože Okoren bo na predlog Vlade Republike Slovenije prihodnja štiri leta član Odbora za podeljevanje Bloudkovih priznanj.

Vlada Republike Slovenije je na predlog ministrice za izobraževanje, znanost in šport, prof. dr. Simone Kustec, imenovala Odbor za podeljevanje Bloudkovih priznanj za obdobje štirih let.

“V njem bo sedel (in delal) tudi nekdanji paralimpijec, dobitnik dveh paralimpijskih kolajn Jože Okoren, prejemnik Bloudkove nagrade (za leto 2008), ki je najvišje priznanje na področju športa v državi. Pred tem je leta 1981 že prejel Bloudkovo plaketo.”

Odboru za podeljevanje Bloudkovih nagrad in Bloudkovih plaket bo v novem mandatu predsedoval Viktor Grošelj, bivši vrhunski alpinist, člani odbora pa so postali mag. Drago Balent, dolgoletni funkcionar v nevladnih in vladnih športnih organizacijah, dr.



Maja Dolenc, redna profesorica kineziologije na Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani, Andrea Kovacs, predsednica Zveze Slovencev na Madžarskem, mag. Beno Lapajne, nekdanji vrhunski roketni vratar, Jože Okoren, dobitnik dveh paralimpijskih kolajn, dolgoletni predsednik Komisije za tekmovalni šport ter nekdanji podpredsednik Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja, Mateja Svet, bivša vrhunska alpska smučarka, dr. Janez Vodičar, predstojnik Inštituta za šport Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, ter Jože Zidar, predsednik Društva športnih novinarjev Slovenije.

Jožetu želimo uspešno delo in iskrene čestitke.

▲ Tudi Jože je prejemnik Bloudkove nagrade.

Zborniku 50 let športa slovenskih paraplegikov na pot

Piše: Tjaša Filipčič

(foto: Arhiv ZPS)

V šport paraplegikov sem vstopila leta 1989, ko sem kot športna animatorka sodelovala v okviru medicinske rehabilitacije v Pineti. Ravno sem zaključila 1. letnik študija na Fakulteti za šport, ko sem prejela telefonski klic s povabilom za sodelovanje pri novi športni izkušnji.

Vodila naj bi športni program, ki bi vključeval plavanje, športne igre z žogo, igre z loparji, tek oziroma vožnje z vozički, gimnastične vaje za razvoj gibljivosti in ples. Še danes ne vem, kaj me je motiviralo za sodelovanje pri tej medicinski rehabilitaciji. Spomnim se, da me ni bilo strah. Mogoče je bila želja naučiti se nekaj novega, nekaj, kar drugi ne znajo, spoznavati nove ljudi in biti športno dejavna s posamezniki, ki so zelo spretni na invalidskih vozičkih.

Tak je bil moj začetek, od takrat je preteklo 31 let. V tem času sem pridobivala nova znanja, zelo hitro pa se je razvijal tudi šport paraplegikov. Razvil se je do te mere, da so se Jože Okoren, Janez Hudej in Gregor Gračner odločili napisati **Zbornik 50 let športa slovenskih paraplegikov** (v nadaljevanju Zbornik). Vsi trije uredniki imajo pomembno vlogo v športu paraplegikov, tokrat pa so se preizkusili kot uredniki strokovno-poljudne publikacije.

K zapisu posameznih prispevkov so povabili različne avtorje, ki so tako ali drugače soustvarjali razvoj športa paraplegikov (Daneta Kastelica, Roberta Cuglja, Damijana Lazarja, Aleksa Lea Vesta, Bora Štrumbelja, Andraža Čeligoja, Draga Perka in Franca Hočevarja). Tudi avtorice so med njimi: Špela Šušteršič, Urška Rendulić in Alenka Plemelj.



Tjaša Filipčič.

Zbornik vsebinsko ponuja prispevke, v katerih avtorji poudarjajo pomen gibalno/športnih dejavnosti za paraplegike. Jože Okoren zapiše »športna dejavnost lahko nadomesti marsikatero zdravilo«, Dane Kastelic trdi, da šport povezuje in združuje. Robert Cugelj, direktor URI Soča, in Andraž Čeligoj se zavzemata za čimprejšnjo medicinsko rehabilitacijo, Damijan Lazar pa izpostavlja vrhunske športnike paraplegike. Na koncu Zbornika so v preglednici podani podatki o osvojenih medaljah na uradnih mednarodnih tekmovanjih. Aleks Leo Vest se spominja začetkov vrhunskega športa. Boro Štrumbelj je prepričan,



Uredniški odbor Zbornika, Jože Okoren

da so za nadaljnji razvoj športa paraplegikov pomembni strokovno usposobljeni in izobraženi kadri. Drago Perko izpostavlja pomen medijev in družbenih omrežij pri prepoznavnosti športa paraplegikov, Gregor Gračner pa zapiše prispevek o organizaciji športnih tekmovanj na različnih ravneh. K športu paraplegikov so pomembno prispevala tudi lokalna društva, saj se paraplegiki po končani medicinski rehabilitaciji v veliki večini vračajo v domače okolje. Društev pa ni brez ljudi; nekateri predstavniki regijskih društev so predstavljeni tudi slikovno.

Krajšim strokovnim zapisom omenjenih avtorjev sledi lična in slikovna predstavitev različnih športnih panog, od atletike do ragbija na vozičku, vsaki športni panogi pa je dodana izjava športnika, predvsem v smislu pomena posameznega športa za intervjuvanca.

“Kot smo omenili, so prispevke pripravile tudi avtorice. Špela Šušteršič je prepričana, da je športna dejavnost izhodišče za socialno vključenost, Urška Rendulić in Tjaša Filipčič vidita šport kot pomemben dejavnik za višjo kakovost življenja, Alenka Plemelj pa mentorica študente, saj so športne vsebine del visokošolskega programa delovna terapija. Študenti sodelujejo kot prostovoljci in se na tak način veliko naučijo.”

Zbornik ponuja lep pregled športa paraplegikov v preteklih 50 letih. Uredniki so omenili široko paleto posameznikov, brez katerih ni športa, če si izposodim ime oddaje na Valu 202. Zbornik sem že predstavila študentom Pedagoške fakultete v Ljubljani. Prosila sem jih, naj sodelujejo pri nadaljnjem razvoju športa paraplegikov. Naj vas za konec spodbudim, da si priskrbite svoj izvod Zbornika. Mogoče se na kakšni fotografiji najdete tudi sami. Prijetno prelistavanje in branje vam želim.

, Janez Hudej...



...in Gregor Gračner.



Z novim spotom v lepše športno leto 2021

Piše: Drago Perko

(foto: Arhiv Zveza ŠIS – SPK)

Športni duh ne izbira telesa, je naše sporočilo

Tokratni 3. december ni (bil) navaden dan, ampak mednarodni dan invalidov in oseb s posebnimi potrebami, tako pa je že od leta 1992. To je (bil) poseben dan tudi za invalide v Sloveniji, tudi za tiste, ki se ukvarjamo s športom. Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite je krovna športna organizacija, ki je del mednarodnega paralimpijskega gibanja in povezuje nacionalne invalidske organizacije na področju športa invalidov v Republiki Sloveniji. Danes se parašportnice in parašportniki ukvarjajo s 35 različnimi športi v 172 društvih, po oceni je v Sloveniji 2456 rekreativnih in vrhunskih parašportnic in parašportnikov.

Šport briše meje mogočega

»3. decembra obeležujemo mednarodni dan invalidov, ki so ga z resolucijo razglasili Združeni narodi leta 1992. Invalidnost je koncept, ki se nenehno razvija. 1. člen konvencije pravi, da so invalidi 'ljudje z dolgotrajnimi telesnimi, duševnimi, intelektualnimi ali senzoričnimi okvarami, ki jih v povezavi z različnimi ovirami lahko omejujejo, da bi enako kot drugi polno in učinkovito sodelovali v družbi'. Šport pa je prav vse tisto, kar ljudi z dolgotrajnimi telesnimi, duševnimi, intelektualnimi in senzoričnimi okvarami povezuje, povezuje pa jih tudi z ljudmi, ki vseh naštetih ovir nimajo. Šport briše meje mogočega ter ponuja priložnost, da se vanj vključijo vsi, in to vsak na svoj prilagojeni način. Prepričani smo, da je



šport za invalide zelo pomemben – ne samo z vidika tekmovalnosti, ampak tudi načina vključevanja v družbo. Šport je eden izmed mostov socializacije invalidov v družbo,« ob mednarodnem dnevu invalidov razmišlja Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS-SPK.

Parašport kot vrhunski šport

Na predvečer mednarodnega dneva invalidov je prav Zveza ŠIS-SPK na svoji Facebook strani (<https://www.facebook.com/ParasportSlovenia>) pripravila premiero spota, ki je del širše kampanje s pomenljivim in jasnim naslovom in sporočilom: Športni duh ne izbira telesa (več o kampanji: <https://sportniduh.zsis.si/>).

Režiserka Enya Belak z ekipo je za Zvezo ŠIS-SPK ustvarila video, s katerim želimo slovenski javnosti približati

parašport in jo spodbuditi k spremljanju Paralimpijskih iger v Tokiu avgusta 2021. V spotu so nastopili parašportniki Lena Gabršček, Senta Jeler, Milan Slapničar, Matej Ledinek, Veselka Pevec, Gregor Habe, Alen Kobilica, Luka Trtnik in Darko Đurić ter trenerja Roman Kejžar in David Orešnik. »Športni duh ne izbira telesa,« je sporočilo, ki gre čez meje vsega. Športnika ne opredeljuje invalidnost ali neinvalidnost, spol, rasa ali starost. Parašportnike smo želeli v prvi vrsti predstaviti kot vrhunske športnike, ki s svojo energijo in predanostjo niso prav nič drugačni. Invalidnost je le ena od etiket, ki parašportnike spremlja na njihovi poti. V spotu namenoma ne poudarjamo, da so to športniki invalidi, saj je čas za spremembe. Otroška igra in sanje opozarjajo na to, da tudi če pademo, je pomembno, da lahko ponovno vstanemo, začnemo znova in odkrijemo

nove strasti. Nesreče se dogajajo in včasih se je zelo težko sprijazniti z novo realnostjo, toda z močno voljo so vsake sanje uresničljive. Največji izzivi so bili predvsem produkcijske in logistične narave. Zadali smo si, da v spotu predstavimo kar devet parašportov, kar je bil precejšen zalogaj glede na čas, ki smo ga imeli na razpolago. Na srečo je snemanje potekalo brez večjih zapletov. Težave nam je povzročal le zapor v bližini Fakultete za šport, ki nam zaradi blokade sistema ni omogočal snemanja z dronom. Tega pripetljaja ni nihče predvidel, zato smo morali na dan snemanja poiskati nove lokacije, ki so bile dovolj oddaljene od zapora, da smo lahko posneli nekaj zračnih kadrov. To je čar filmskega ustvarjanja. Lahko si še tako dobro pripravljen, pa te še vedno presenetijo stvari, na katere sploh ne bi pomislil,« je o pripravi spota povedala Enya Belak.

Kaj zmoremo

»Snemanje je bilo zelo sproščeno. Celotna ekipa je bila dobro organizirana, kar je dobro vplivalo tudi na nas. Bilo je veliko smeha in pozitivnega vzdušja, jaz sem se počutila zelo dobro,« pravi Senta Jeler, članica reprezentance odbojke sede. »Ljudje morajo videti, da smo sposobni prav vsega in da nismo tako drugačni, kot se včasih zdi. Spoti in medijska podpora pri tem zelo pomagajo,« na temo promocije, tudi v luči 3. decembra, mednarodnega dneva invalidov, pripomni Lena Gabršček, kapetanka reprezentance odbojke sede.

Poudarimo še to, da je spotu dodan znakovni jezik, ki ga osebe z gluhotijo uporabljajo pri vsakdanjem sporazumevanju v družbi. Priredbo je izvedla Vanessa Buljubašić, produkcija priredbe Spletna TV.

Po 50. kolajno

Leto 2021 slovenskemu parašportu prinaša številne izzive. Vrhunec bodo zagotovo 16. poletne paralimpijske igre, ki bodo v Tokiu med 24. 8. in 5. 9. 2021. Slovenija bo lovila že jubilejno 50. kolajno na največjem tekmovanju za športnike invalide. Med 5. in 21. 12. 2021 bodo v Braziliji 24. poletne olimpijske igre gluhih. Zveza ŠIS-SPK pa bo sploh prva v zgodovini, ki bo aprila prihodnje leto gostila kvalifikacije v paranamiznem tenisu za dodatne vozovnice za nastop na paralimpijskih igrah v Tokiu.



Priznanje za Franca Pinterja

Piše: Drago Perko

(foto: Arhiv Zveza ŠIS – SPK)

Naš parolimpijec in dobitnik štirih parolimpijskih kolajn Franc Pinter Ančo je postal namestnik vseslovenskega ambasadorja za šport, strpnost in fair play.

Smučarski skakalec Peter Prevc je novi ambasador Republike Slovenije za šport, strpnost in fair play, ki bo na tem mestu zamenjal olimpijca Mira Cerarja, poročajo na ministrstvu, pristojnem za področje športa. Cerarju se je mandat iztekel že decembra lani.

Prevc je vlada imenovala na dopisni seji, za njegova namestnika pa strelca Franca Pinterja, nosilca štirih medalj s parolimpijskih iger, ter nosilko bronastega odličja z zadnjih evropskih iger v Minsku, judoistko Marušo Štangar.

Peter Prevc je mednarodno uveljavljen smučarski skakalec ter vzornik mnogim otrokom in mladim širom Slovenije. Z velikih tekmovanj ima pet posamičnih in eno ekipno kolajno. Bil je prvi zemljan, ki je na smučeh poletel 250 metrov, osvojil tako mali kristalni globus v poletih kot veliki kristalni globus v smučarskih skokih in zmagal na novoletni turneji. Postavil je torej številne mejnike v svojem športu.

Kot so zapisali na ministrstvu, Prevc zagotovo izpolnjuje priporočila Sveta Evrope, po katerih naj bi države izbirale ambasadorja za šport, strpnost in fair play.

Ambasador za šport, strpnost in fair play deluje v okviru programa Olimpijske



▲
Franc Pinter,
rekorder nastopov na
parolimpijskih iger.

akademije, in sicer na področju osveščanja in boja proti korupciji, prirejanja rezultatov, dopinga in drugih oblik goljufije v športu ter v podporo strpnosti, nenasilju, vrednotam v športu in družbi, dobremu upravljanju, enakim možnostim ter odpravljanju zlorab otrok in žensk v športu.

Najlepša darila so blizu vsem

Piše: Mateja Slamnik Kos

Med letošnjimi prazniki najbližje presenetite z darilom, ki je blizu vsem – s srečko Parolimpijko. Srečka je nastala v partnerstvu Loterije Slovenije in Zveze ŠIS-SPK ter neposredno podpira slovenske parašportnike na poti k uresničitvi njihovih sanj. Odslej je na voljo tudi prek spleta, kar vam bo še olajšalo pot do nje.

Parolimpijka je lepo darilo tudi zato, ker vsako sodelovanje v loterijskih igrah pomeni prispevek k spreminjanju družbe na bolje, k ustvarjanju pogojev za delovanje slovenskih invalidskih, športnih in humanitarnih organizacij.

“Srečka na simbolni ravni opozarja na neusahljivo energijo in zanos slovenskih parašportnikov ter krepi prepoznavnost parolimpijskih športov.”

Srečo namreč prinaša v šestih različicah, ki prikazujejo šest parašportov: paraplavanje, odbojko sede, parastrelstvo, parakolesarjenje, paraatletiko in paranamizni tenis.

Z možnostjo nakupa preko spletnega mesta Loterije Slovenije pa je dostop



do Parolimpijke še preprostejši in bližje kot kadarkoli do sedaj. Podpora parašportnikom, ki nas vsakodnevno navdihujejo z energijo in voljo do življenja, je tako le klik stran. Morda pa se vam ob tem utrne tudi sreča – Parolimpijka namreč prinaša 20 glavnih dobitkov v višini 1.000 € in kar 500.000 € v skladu za dobitke.

▲
Z nakupom srečke Parolimpijke podpiramo naše parašportnike. Srečka odslej na voljo tudi prek spleta.

Družbena omrežja kot marketinška strategija športnika

Piše: Nina Plantan, Lidl Slovenija



Družbena omrežja športnikom ponujajo celo paleto priložnosti deljenja svojih misli, občutkov, trenutkov in ciljev. S skoraj 4 milijardami dnevno aktivnih uporabnikov so postala primarna platforma za marketing.

Prisotnost na družbenih omrežjih krepi zavedanje o obstoju vaše blagovne znamke, ki jo lahko ustvarjate po svoje in brez posrednika, npr. novinarja. Družbena omrežja so po definiciji dvosmerna platforma in vam tako prvič v zgodovini ponujajo, da se na enostaven način povežete s svojimi oboževalci, ki kar hrepenijo po osebnem stiku.

1. OBOŽEVALCI

Vaši oboževalci vas bomo skozi vašo osebno vsebino bolje spoznali, hkrati pa se boste lahko povezali z novimi ljudmi, ki vas doslej še niso

sledili. Bolj se jim boste odprli in jih poslušali, večja bo navezanost, ki bo ustvarila ambasadorje vaše znamke ter povečala afiniteto. Ljudje iščejo nekaj, s čimer se lahko povežejo in kar jih motivira. Športniki pa so že od nekdaj nosili to v sebi in bili v navdih vsem okoli sebe. Želja po pripadnosti nečemu večjemu je nepopisljiva in prav šport je tisto, kar pogosto oblikuje kolektivno identiteto Slovencev. Danes pa si ljudje želijo mnogo več in z družbenimi omrežji jim lahko ponudite vpogled v zakulisje. Določite si meje in znotraj njih postanite kreativni, a vedno transparentni in avtentični. Pokažite, kaj se vam plete po glavi med tekmo, kako potekajo priprave, katera je vaša najljubša jed, na

▲ Predavateljica Nina Plantan, vodja družbenih omrežij v Lidlu Slovenija.

katere viže najraje zaplešete in kdo vam polepša dan. Čeprav na družbenih omrežjih kraljuje »svetla plat« življenja, se na športnike oboževalci včasih še bolj navežejo, ko jim razkrijete svoje padce. Ljudje hitro prepoznajo, ali je športnik iskren, in radi sledijo resničnim zgodbam.

2. SODELOVANJE Z DRUGIMI ZNAMKAMI

S prepoznavnostjo in pravim nastopom na družbenih omrežjih se vam bodo odprla vrata do dodatnega zaslужka v obliki sponzorstva ali honorarjev za vplivneže oz. »influencerje«. Poleg zaslужka boste prek znamk širili svojo prepoznavnost, one pa z vami kredibilnost in opaznost med konkurenco.

3. PREPOZNAVNOST ŠPORTA

Z večjo prepoznavnostjo posameznikov se posledično povečuje tudi zavedanje o obstoju vašega športa, kluba in navsezadnje zveze, kar s seboj potegne tudi več zanimanja za vaše dosežke, tekme in druge dogodke. Moralna podpora in večja baza oboževalcev posredno botrujeta k boljšim rezultatom in potencialnim sponzorjem.

ŠE NEKAJ NASVETOV

- Več je manj! Imejte toliko omrežij, kolikor jih lahko uspešno vodite, spremljate in zanje pripravljate vsebine.

- Facebook je super zaradi ogromne baze članov, odprite si »brand page« in ga ločite od osebnega profila.
- Instagram je bolj kreativen, bolj oseben, na njem je lažje deliti zgodbe iz zakulisja.
- Tik-Tok je zabaven in trenutno hit.
- Twitter v Sloveniji ni tako popularen.
- Vizualni materiali naj bodo lepi, vendar pripravljeni posebej za posamezno omrežje. Profesionalne fotografije za spletno stran ali oglasni materiali za druge medije ne sodijo na omrežja.
- Učite se iz profilov uspešnih športnikov.
- Delite vsebine, ki jih bodo ljudje radi delili: empatične, zabavne, aktualne, zanimive in navdihujoče.

Bodite drzni in sledite svoji zgodbi.



Športnice in športniki, na skupnih zaključnih pripravah.



Skupaj do vrha

Piše: Špela Avbelj

Zaradi uporabe kvalitetnega smrekovega lesa iz okoliških gozdov in izkušenj, ki smo jih pridobili, se blagovna znamka LIP FORMWORK PANELS po kvaliteti uvršča v sam evropski vrh, zato smo lani iskali športnika, ki izpolnjuje dva pogoja: da je iz Gorenjske in da se uvršča v sam evropski vrh. Vse to smo našli v Jerneju Slivniku, zato smo lani z njim podpisali pogodbo o sodelovanju in postali njegov osebni sponzor.

V tem letu smo dodobra spoznali smučarski tandem, Jerneja in njegovega odličnega trenerja Romana Podlipnika. Lani sta dosegla kar nekaj zelo dobrih rezultatov, kljub trenutnim razmeram uspešno premagujeta vse prepreke, tako kot jih mora vsak poslovnež. Verjamemo, da bo njun trud poplačan s še boljšimi rezultati v prihajajoči sezoni in da bo naše sodelovanje obrodilo še več sadov skupnega dobrega dela.

Ker pa mora biti pri vsakem športu prisotna tudi sreča, smo se v podjetju LIP Bohinj odločili, da bomo med vsemi, ki bodo všečkali Facebook stran LIP Bohinj in pod voščilom za Jernejev 20. rojstni



dan zapisali, kaj podjetje LIP Bohinj proizvaja, izžrebali 20 srečnežev, ki bodo prejeli pozornost z naše strani.

Več o podjetju LIP Bohinj, d. o. o., si lahko preberete na spletni strani www.lipbohinj.si.

▲ Vedno nasmejani Jernej – (foto HASSLACHER gruppe / TINEFOTO).

Sreča spremlja hrabre

Piše: Lena Gabršček

(foto: Osebni arhiv)



Biti najstnik je težko. Zdi se, da te svet ne razume, da so vse oči uprte vate in da te ima množica ves čas pod drobnogledom. Želiš si biti del »sveta odraslih«, ki pa niti približno ne razume, kako stvari doživljaš sam. Ima pa »svet odraslih« v življenju adolescentov (žal?) še vedno veliko besede.

Biti najstnik invalid je verjetno še težje. Ne samo, da se ti zdi, da so vse oči usmerjene vate – po navadi jih dejansko veliko je. Zdi se, da vsi vidijo tvojo invalidnost in da te ocenjujejo zgolj na podlagi tega. Želiš si biti kot vsi drugi, a se zavedaš, da nikoli ne boš takšen. In se sprašuješ, zakaj. Zakaj jaz?

Biti mlad na prehodu v odraslost je težko. Ugotoviti, kaj te veseli, kaj boš z veseljem počel do smrti vsak dan, zveni

misija nemogoče. Si se prav odločil pri izbiri študija? Ne bi bil kot računalničar veliko bolj zaposljiv? Ampak računalniki te res ne zanimajo ... hkrati pa službe ne čakajo za vsakim vogalom ... Reference, izkušnje, dodatna izobraževanja, tečajji, aktivnosti ...

Biti mlad invalid na prehodu v odraslost je verjetno še težje. Dejstvo je, da obstajajo objektivne ovire, ki invalidu otežujejo opravljanje marsikaterega

poklica. A pogosto so večji problem kot objektivne ovire tiste subjektivne, ki jih sami ustvarimo v glavi. Si se pripravljen izpostaviti, pokazati svetu, da si hendikepiran, drugačen od drugih? Kaj če me ne bodo sprejeli medse, kot bi si želel? Kaj če stvari dejansko ne boš mogel opravljati tako, kot so zamišljene? Kaj če te na razgovoru za službo zavrnejo zgolj zato, ker si invalid? Je sploh vredno iti?

Ne trdim, da imam odgovore na vsa ta vprašanja. Tudi sama sem se velikokrat spraševala podobne stvari. Zakaj jaz? Ne vem. A prizvok tega vprašanja ni več tako negativen, kot se je zdel včasih. Nasprotno. Danes sem pogosto za vse skupaj hvaležna. Doživela sem namreč stvari, o katerih bo večina vedno lahko le sanjala, v mojem primeru pa so sanje postale resničnost. Danes se lahko tako pohvalim kot paralimpijka in kapetanka reprezentance v odbojki sede, ki je Slovenijo zastopala na paralimpijskih igrah v Londonu 2012 in na svetovnih prvenstvih ter osvojila številne medalje na evropskih prvenstvih in mednarodnih tekmovanjih. Poleg tega sem uspešna študentka in bodoča magistrica psihologije. Recepta za uspeh nimam, vem pa, da je pomembno, da si nečesa zares želimo in verjamemo, da nam lahko uspe. Vsaj meni je na ta način uspelo marsikaj.

Od nekdaj sem vedela, da želim biti vse življenje povezana s športom, in verjamem, da sta prav moja velika želja in predanost športu tisti, ki sta me gnali naprej in me pripeljali do točke, kjer sem danes. Ni bilo vedno lahko. Poleg tega sem naletela na številne ovire in ljudi, ki niso verjeli vame in mi to dali jasno vedeti. Če v takšnih trenutkih sam ne verjameš, da ti lahko uspe, ti verjetno tudi ne bo. Tako pa se mi včasih zdi, da sem s svojo željo dosegla, da so se mi različne možnosti ponujale kar same od sebe. Najprej je kot strela z jasnega leta 2009 prišlo povabilo v reprezentanco odbojke sede. Na ta način sem se povezala z Zvezo za šport invalidov Slovenije – Slovenskim paralimpijskim

komitejem, s katerim sodelujem še danes. Prek Zveze ŠIS-SPK sem prišla v stik s Slovensko antidoping organizacijo (SLOADO) in postala mlada ambasadorica za področje dopinga.

“Prek odbojke sem spoznala številne bivše in sedanje odbojkarje ter z veseljem pomagala kot prostovoljka na številnih odbojcarskih prireditvah. Tako sem se sčasoma povezala tudi z Odbojkarsko zvezo Slovenije, s katero danes aktivno sodelujem pri organiziranju in izvedbi evropskih projektov ter predavam na usposabljanjih za bodoče trenerje odbojke (sede).”

»Uspehi« govorijo sami zase in na podlagi teh so me k sodelovanju povabili na Univerzitetnem

Skupni posnetek z moško reprezentanco ob zaključku priprav, Lena na kolenih v prvi vrsti (modri dres).



rehabilitacijskem inštitutu Soča, kjer občasno sodelujem kot motivacijska govornica na simpozijih za ortotiko in protetiko. Razširjena mreža v svetu športa me je (po naključju?) pripeljala tudi do Olimpijskega komiteja Slovenije – Združenja športnih zvez, kjer že dve leti opravljam študentsko delo ter spoznavam ustroj športa v Sloveniji in svetu. Najbolje pri vsem skupaj pa je, da se mi nič od naštetega ne zdi zares kot delo, saj sem vse počela z velikim veseljem in zanimanjem.

“Kot rečeno, recepta za uspeh nimam in bojim se, da »univerzalnega recepta« za uspeh niti ni.”

Pomembno je, da ugotovimo, kaj nas veseli, kaj bomo z veseljem počeli, in pri tem vztrajamo ne glede na morebitne ovire. Odbojka po mnenju mnogih ni optimalna izbira za posameznico, rojeno brez roke, a sama se s tem nisem strinjala. Želja po uspehu me je pripeljala do mnogih »sanjskih scenarijev«, za katere sem neizmerno hvaležna. Z veseljem že pričakujem prihodnje izzive.

Strokovni kader je pomemben del uspešnega dela

Piše: Jože Okoren

(foto: Arhiv Zveza ŠIS – SPK)

Tudi v strokovnih službah občasno pride do kadrovskih menjav. Temu botrujejo različni razlogi in vzroki.

Pred nedavnim se je dolgoletna strokovna sodelavka Špela Rozman Dolenc odločila za nov izziv in zamenjala delodajalca. Na njeno delovno mesto je prišel mladi strokovnjak Grega Dolinar, ki je kmalu razumel svoje obveznosti, vezane predvsem na mednarodni šport.

Lani pa je po osmih letih nov izziv poiskal tudi strokovni sodelavec (uspešen paralimpijec) Primož Jeralič. Primož je do potankosti obvladal sistem organizacije in izvedbe državnih prvenstev. Urejal je opremo posameznih državnih reprezentanc. Ustrezala mu je komunikacija s posameznimi izvajalci in soorganizatorji iz vrst invalidskih organizacij. Nadomestil ga je Žiga Kobašević, ki je pred tem že nekaj let delal kot trener košarke na vozičkih. Zanj bi lahko rekli: pravi človek na pravem mestu. Povsem upravičeno moramo zapisati, da imajo vsi novozaposleni po potrebi vsaj začasno dobro mentorico, dolgoletno strokovno sodelavko Jano Čander.

Po šestnajstih letih nas zapušča nadvse spoštovana sodelavka Vida Kranjc. Če smo telefonirali, prihajali na sedež zveze ali pošiljali elektronsko pošto, nas je prav ona prva sprejela ali slišala. Njeno delo v tajništvu je bilo zelo raznoliko: bila je tajnica, blagajničarka in interna knjigovodkinja; pisala je dopise in vabila, sprejemala in odpošiljala pošto, sodelovala s predsednikom in drugimi vodilnimi, z organi zveze in športniki ter usklajevala interno delo. Vida se je odločila, da si bo po dolgih letih delovnega razmerja pri nas in z zadostnim številom let delovne dobe izbrala novega »delodajalca, ki sliši na ime ZPIZ«. Naj Vidi ob tej priložnosti izrazimo iskreno zahvalo v imenu sodelavcev, športnikov,



Vida ob odhodu in Ota ob prihodu na delovno mesto.

trenerjev in vseh, s katerimi je uspešno sodelovala. Nikoli ni smela biti slabe volje, pa saj tudi ni bila. Drži kot pribito, kot je ob slovesu dejal predsednik Damijan Lazar, da so ji naša vrata vedno odprta.

Njeno delovno mesto je takoj zasedla Ota Kotnik, ki jo je na predlog predsednika izbral in potrdil upravni odbor. Čeprav dela pri nas šele krajši čas, je videti, da že ima določene izkušnje, zato je takoj padla v kolesje različnih del in obveznosti. Izziv delati pri nas je bil zanjo zagotovo nekaj povsem novega; sploh v tem času, ko je delo še posebej specifično, saj večini poteka na daljavo. Pri nas namreč preveč improviziranja ne pride v poštev.

Pri delu strokovne službe moramo omeniti tudi sodelavko Majdo Kočar, ki dela na marketingu in promociji. Ta del posla iz leta v leto bolj prihaja v ospredje. Tudi mi smo na nekakšnem trgu. Saj veste, če nisi v medijih in na družbenih omrežjih, te ni. Tu pa z roko v roki nadvse uspešno delata skupaj z vodjem PR službe Dragom Perkom. Drago je že dolga leta naš znanec in predvsem sodelavec, kajti tudi po njegovi zaslugi je šport invalidov različnih kategorij invalidnosti postal bolj prepoznaven.

Iskrene čestitke

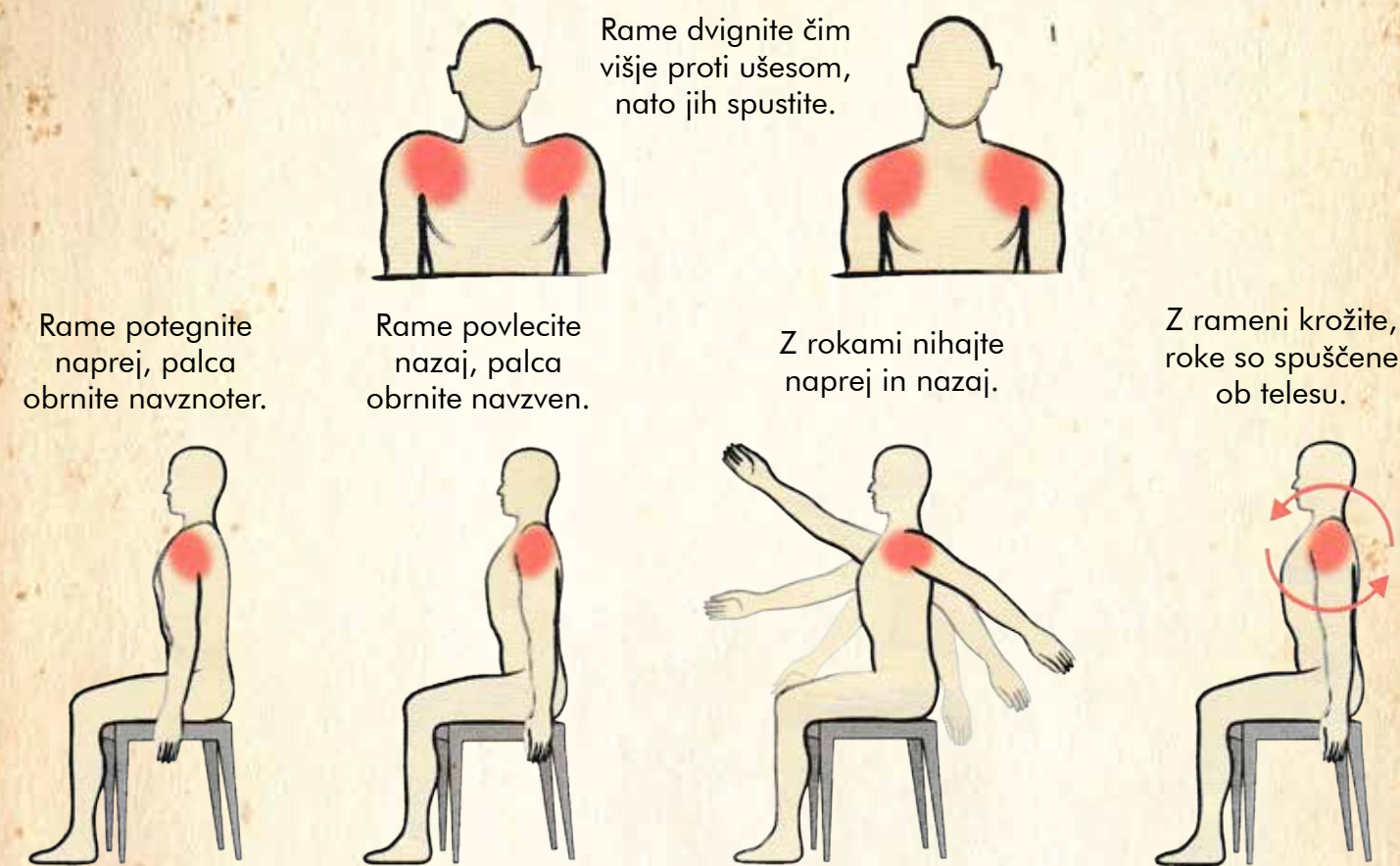
V letu, ko je naš vrhunski parašportnik in uspešen podjetnik srečal Abrahama, je postal še presrečni očka novorojencu Valu. Zanj in za njegovo partnerico Majo je to gotovo najsrečnejši trenutek. Maja in Alen sta se odločila, da bo porod potekal kar doma, in to se je zares zgodilo – dva dni pred »ukazanim« rokom zdravnikov, v petek, 13. novembra.

Družinici želimo predvsem zdravja in veselja v hiši, novorojencu Valu pa svetlo življenjsko pot in, če bo šel po očetovih stopinjah, uspešno podjetniško in športno pot.

Čestitke v imenu uredništva revije Športnik.

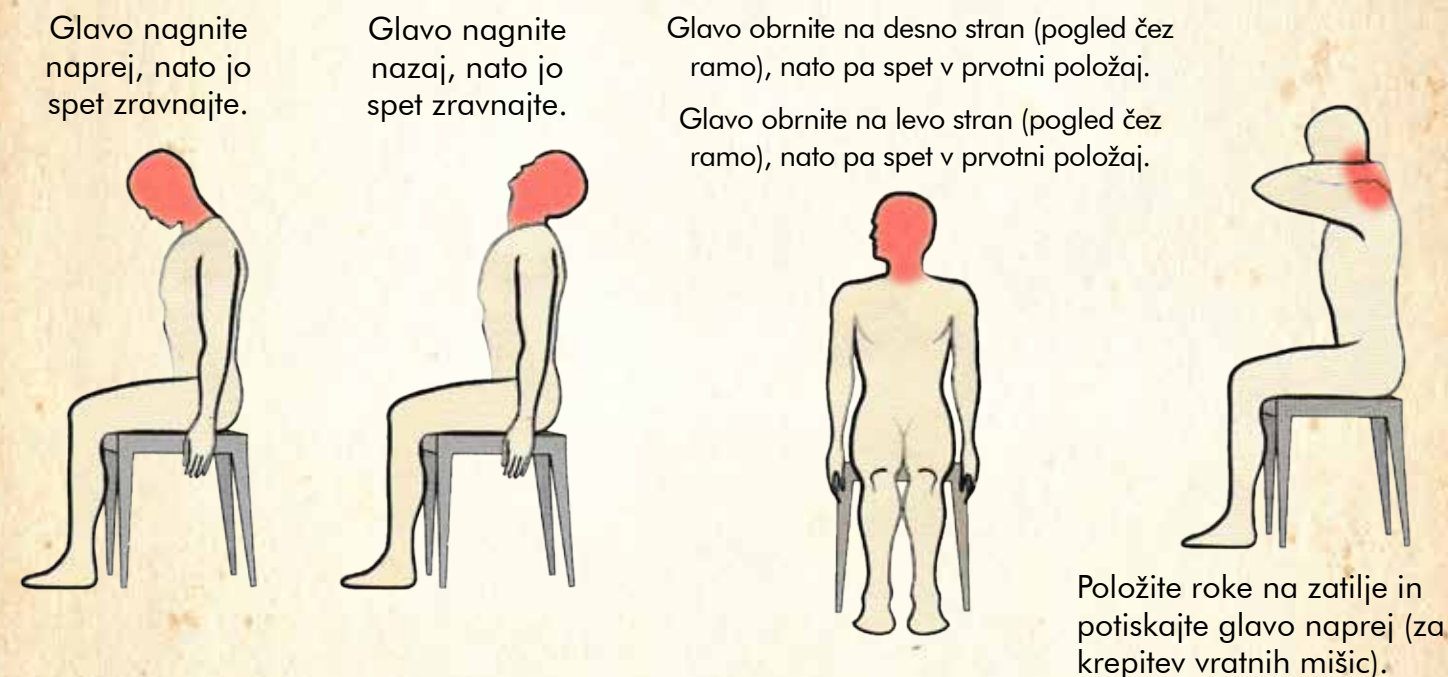


Vaje za ramenski obroč



Vaje ponovite 10 krat.

Vaje za vrat

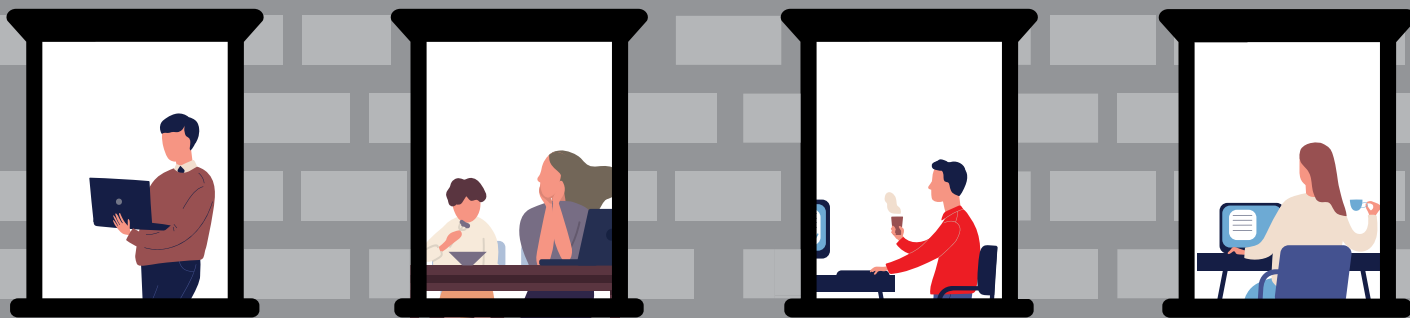


Naredi nekaj zase

Vaje ponovite 10 krat.

Opozorilo št. 1: Če se pri vaji 3 in 4 pojavi vrtoglavica, jo(u) prenehajte izvajati ali jo(u) izvajajte zelo počasi.

Opozorilo št. 2: Dolgotrajna uporaba Schanzove ovratnice pri mehaničnih vzrokih za bolečino v vratu ni priporočljiva, ker povzroča oslabelost in atrofijo vratnih mišic. Najboljša naravna ovratnica so krepke vratne mišice.



Z vami smo, kjerkoli nas potrebujete.



Posluujemo v **vseh pogojih** in smo vam na voljo tudi na daljavo. Omogočamo vam, da lahko večino storitev uredite na daljavo, kjer smo za vas dostopni po različnih komunikacijskih in prodajnih kanalih.



Zavarovanja, tudi avtomobilska, lahko **sklenete na daljavo**. Preverite tudi ponudbo sklepanja zavarovanj na spletu.



Prijava škode lahko opravite na daljavo. Vse informacije dobite na spletni strani triglav.si/skode/prijava-skode ali pokličite na **080 555 555**.



Za urejanje novih ali obstoječih zavarovanj se lahko obrnete tudi na vašega **zavarovalnega zastopnika**.



Našim zavarovancem zagotavljamo **pomoč v nujnih primerih** z uporabo Asistenčnega centra (**080 2864**) ali mobilne aplikacije **Triglav Asistenca**.



Če zbolite v tujini in imate zavarovanje potovanj v tujino, pokličite **+386 2 222 28 64**. Krijemo nujne stroške zdravljenja, tudi če zbolite za koronavirusom.



Za vprašanja v zvezi z **zdravstvenimi zavarovanji** pokličite na številko **080 2664** ali nam pišite na info@triglavzdravje.si.

 [triglav.si](https://www.triglav.si)

 info@triglav.si

 **080 555 555**

 Zavarovalnica Triglav

 [@TriglavGroup](https://twitter.com/TriglavGroup)

 [i.triglav.si](https://www.triglav.si)



Vse bo v redu.

triglav

www.triglav.si