

Športnik

REVILJA JE BREZPLAČNA
Številka 66
junij 2022
www.zsis.si

ISSN 1854-5254



**Redna letna
Skupščina**

str 4

**Uspeh gluhih športnic
in športnikov**

str 22

**Pogovor z
Marjanom Lačnom**

str 59



ZVEZA ZA ŠPORT INVALIDOV SLOVENIJE
SLOVENSKI PARALIMPUŠKI KOMITE

Kazalo

3	Aktivno in uspešno prvo polletje 2022	20	Že imate svoj Triglav komplet?	42	Na Ukmarju nas je povezala
4	Redna letna Skupščina	21	Nova kolajna za slovenski parakarate	44	Športni dan, za junake izbran!
6	V Laškem športni in organizacijski uspeh	22	Uspešen nastop gluhih	46	»Postani športnik«
9	Triglav	24	V Brežicah in Radovljici sprejem za Lejo in Iris	48	Dan Japonske
10	Skupne vrednote in edinstveni dosežki za novo sodelovanje	26	Predsednik Pahor sprejel slovenske udeležence	49	Paralimpijski tabor
14	Odbojkaricam srebro		24. olimpijade gluhih	50	Gibalne dejavnosti Tera/GIB za razvoj gibalne učinkovitosti mladostnikov s posebnimi potrebami
16	Uspeh paraplezalcev v Salt Lake Cityju	32	DRŽAVNA PRVENSTVA 2022	59	KJE SO, KAJ DELAJO?
17	Loterija	39	Lidl	62	Pomembna mednarodna priznanja za naše ugledne športnike in funkcionarje
18	Streliški nastop	40	Naši košarkarji srebrni		
19	Toyota	41	Turnir šestih narodov slepih in slabovidnih	64	Lek d. d.

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 avtoric Tjaše Filipčič, Klavdije Krušec, Diane Batista in Erne Žgur z naslovom: Gibalne dejavnosti Tera/GIB za razvoj gibalne učinkovitosti mladostnikov s posebnimi potrebami)

Programe Zveze ŠIS - SPK sofinancirajo:

Naslovna fotografija:
(foto: Spletna TV)



Aktivno in uspešno prvo polletje 2022

Piše: Damijan Lazar

(foto: Vid Ponikvar - Sportida)



▲
Damijan Lazar
predsednik
Zveze ŠIS - SPK.

Aktivno leto 2022 smo začeli z zimskimi paralimpijskimi igrami v Pekingu, na katerih nas je zastopal edini slovenski predstavnik Jernej Slivnik v smučanju na monoskiju. V težkih pogojih, ko se je v času paralimpijskih iger na hitro zelo otoplilo, je Jernej dosegel rezultat, ki kaže na njegov smučarski napredek.

Za nami je leto 2021, v katerem smo morali še vedno močno upoštevati ukrepe proti covidu-19. To je bil dovolj velik razlog, da smo se odločili za prestavitev prireditve Parašportnik leta 2021 na marec 2022. Želeli smo, da naši športniki tudi v domačem okolju dobijo podporo svojih bližnjih za najboljše športne rezultate, ki so jih dosegli na velikih mednarodnih tekmovališčih. Tako smo dobili parašportnico leta, paraplezalko Manco Smrekar, in parašportnika leta Frančka Gorazda Tirška. V ekipni konkurenci so parašportniki leta 2021 postali pararibiči. Prvič smo dogodek organizirali v Kongresnem centru Brdo.

Spomladi Zveza ŠIS-SPK že tradicionalno pripravi vsakoletne skupne priprave vseh parašportnikov. Tudi letos smo se odločili, da se tradiciji ne bomo izneverili. Tako smo priprave ponovno organizirali v hrvaškem Medulinu. Pogoji, ki jih nudi Pula v pomladanskem času, so zelo primerni za športe na zunanjih športnih prizoriščih. Glede na to, da se je maja začela 24. poletna olimpijada gluhih, je bil to pravi čas še za zadnje podaljšane športne priprave. Tako sta imeli obe gluhi atletinji in atlet idealne pogoje.

Beležimo zelo lep uspeh naših športnic na 24. poletni olimpijadi gluhih v Braziliji. Atletinja iz Brežic Leja Glojnarčič je osvojila zlato kolajno v mnogoboju. Slovenski uspeh je s 3. mestom dopolnila Iris Breganski. V zadnjem nastopu sta osvojili novi kolajni v skoku v višino, Leja zlato in Iris bron. Tekmovanje je potekalo v zahtevnih vremenskih pogojih: deževalo je, namerili pa so 12 stopinj. Marino Kegl je teniški turnir zaključil na 4. mestu, Tadej Enci pa je v teku na 400 m zasedel 11. mesto.

V organizaciji Zveze ŠIS-SPK je od 10. 5. do 15. 5. 2022 potekal že 17. turnir (največji turnir na svetu) v paranamiznem tenisu z udeležbo 350 športnikov iz 40 držav. Tokrat so v Laškem odlično odigrali tudi naši paranamiznotenisarji. Luka Trtnik se je v svoji skupini stoječi igralci prebil v polfinale, Bojan Lukežič, igralec na invalidskem vozičku, pa je klonil v četrtfinalu. Kljub temu je to odličen rezultat, ki smo ga čakali kar nekaj let.

Polovica programskega leta 2022 je za nami in že slavimo obilico odličnih športnih rezultatov. Tudi v tem trenutku številni naši športniki nastopajo na tekmovanjih po vsem svetu. Zaželimo jim uspešne nastope. Veliko pozornosti pa namenjamo tudi pripravam za nastope na ostalih tekmovanjih, vključno z državnimi prvenstvi v vseh kategorijah.

Redna letna skupščina Zveze ŠIS - SPK 2022

Piše: Jože Okoren

(foto: Drago Perko)



Delovno predsedstvo skupščine, z leve, Maja Bobnar, Jože Okoren, Iztok Trglav in zapisničarka Jane Čander (skrajno desno tolmačka Natalija Spark).

V torek, 14. junija, je v Thermani Laško potekala redna letna skupščina Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja.

V prvem delu skupščine so delegati (po sprejetju dnevnega reda, z dopolnitvijo ene točke, in potrditvi delovnih organov skupščine) razpravljali o poročilih in programih zveze ter široki paleti njenih dejavnosti. Večino delovanja in izvajanja programov lahko spremljamo na spletni strani zveze in socialnih omrežjih. Vemo pa, da je še veliko ljudi (tudi bralcev revije Športnik), ki te možnosti nimajo in jim naša revija pride zelo prav. To ugotovitev potrjujejo številni bralci, pa tudi predstavniki raznih Institucij.

Brez lokalnega športa ni reprezentančnega in mednarodnega športa, za katerega skrbi zveza. Lokalna društva in posamezniki so namreč vpeti v izvajanje in soorganizacijo državnih prvenstev. Ne nazadnje se šport »ustvarja« in selekcionira prav na lokalni ravni. Žiga Kobaševič, vodja državnih prvenstev v imenu zveze, mi je posredoval razveseljiv podatek, da na 40 prvenstvih nastopa več kot 2500 športnic in športnikov iz 170 društev ali zvez, bodisi v ekipni ali posamezni konkurenci.

Večji del leta 2021 smo delovali v koronskem času. Potrebni so bili posebni prijemi, predvsem v zvezi s spoštovanjem navodil in zaščitnih ukrepov. Cilj zveze je bil čim več športnikov »poslati na teren«. To nam je kar dobro uspevalo.

Leto je zaznamoval predvsem nastop (z enoletnim zamikom) na poletnih paralimpijskih igrah Tokio 2020. Upoštevač vse ukrepe ter prizadevanja športnikov, trenerjev in vodstva zveze, so igre za našo vrsto uspele po tekmovalni in organizacijski plati. To so nam priznali tudi delegati skupščine. Letos so potekale tudi intenzivne priprave gluhih športnikov na poletne olimpijske igre gluhih (ki pa so bile za naše športnice in športnike prav tako zelo uspešne). Seveda pa nismo zanemarili nekaterih drugih mednarodnih tekmovanj.

Po predstavitvi programov predsednika zveze Damijana Lazarja, z dobesedno natrpanim urnikom domačih in mednarodnih tekmovanj (ki se že izvaja) za leto 2022, so jih delegati po krajši razpravi soglasno sprejeli. Predsednik je spomnil na Akcijski načrt, to je Strategijo zveze do leta 2029. Vse naj bi potekalo po sklopih in časovnih okvirih s posameznimi strokovnimi nosilci. Sledile so še razprave o drugih, tudi organizacijskih in administrativnih prijemih zveze. Med vrsticami je bilo mogoče zaznati, da je treba še intenzivneje delati na mlajših (bodočih) športnikih in večjo

pozornost nameniti programu Postani športnik. Prisotni so opozorili, da v posameznih športih že nastajajo »praznine«, predvsem v panogah, ki so bile še nedolgo tega vitalne.

Glede financiranja pa kot vedno, nikoli dovolj, gre pa velika zahvala vsem zvestim sponzorjem, donatorjem ter prizadevnim sodelavcem, prostovoljcem in ljubiteljem športa invalidov.

Skupščina je sprejela Pravilnik o delu častnega razsodišča, Kodeks integritete in Etični kodeks. Razprava je pokazala potrebo po dopolnitvi dokumentov in kriterijev za določanje reprezentanc v posameznih športih, predvsem zato, da ne pride do nedorečenosti pri potrditvah športnikov.

Mirno pa je bila sprejeta pobuda za preimenovanje revije Športnik v Parašportnik.



Predsednik Damijan Lazar je poročal o delu Zveze za leto 2021 in predstavil program dela za leto 2022.



Delegati skupščine glasujejo.

V Laškem športni in organizacijski uspeh

Piše: Drago Perko

(foto: Manca Meglič)



Po sproščanju covid-19 ukrepov v Sloveniji se je po dveletnem premoru v Laško v vsej veličini, tako organizacijski kot tekmovalni, vrnil mednarodni turnir v paranamiznem tenisu, ki se danes imenuje 17. I Feel Slovenia Open Thermana Laško. »Uspelo nam je zgledno organizirati še en velik turnir, veseli in ponosni smo, da so bili po obisku pri nas zelo zadovoljni tudi visoki predstavniki mednarodne zveze ITTF. Organizacija je potekala dokaj gladko, z zadovoljstvom pa ugotavljamo napredek naših igralcev, Luka je igral v polfinalu. Tudi na tem področju napredujemo. Dobro smo izvajali ukrepe zaradi še vedno prisotnega covid. Ekipe in športniki so prišli zdravi in takšni so tudi odšli. Turnir je bil spet zelo uspešen,« je po koncu 17. I Feel Slovenia Open Thermana Laško ocenil predsednik Zveze ŠIS-SPK Damijan Lazar.

Skoraj 600 udeležencev iz 38 držav

Prvo tekmovanje 1. I Feel Slovenia Open Thermana Laško je potekalo spomladi 2004. Sodelovalo je 176 igralk in igralcev iz 21 držav oziroma dveh celin. Turnir je rasel in se razvijal – leta 2015 je tekmovalo rekordno število držav, kar 47. Leta 2019 pa smo beležili rekordno število udeležencev – kar 434, letos 329 iz 38 držav. Še več – v Slovenijo je zavoljo turnirja prišlo skoraj 600 udeležencev. Manjkali so le Kitajci.

Trtnik do kolajne

17. I Feel Slovenia Open Thermana Laško je postregel tudi z odmevnim domačim slovenskim uspehom, saj si je Luka Trtnik na tej ravni tekmovanj prvič doslej priboril uvrstitev v polfinale oziroma

končno 3. mesto. Še več, štiričlanska reprezentanca, ki jo uspešno vodi selektor Ožbej Poročnik, se je izkazala: kar trije so iz skupinskega dela napredovali v izločilne boje. Slovenijo je zastopala četverica Primož Kancler, Bojan Lukežič, Andreja Dolinar in Luka Trtnik, brez izločilnih bojev je ostal le Kancler. Trtnik je nazadnje klonil v polfinalu, kjer ga je s 3 : 2 v nizih porazil Tajec Chalermpong Punpoo, ki je povedel z 1 : 0 in 2 : 1 v nizih. Slovenski predstavnik se je vrnil v igro in imel v odločilnem petem nizu celo žogico za zmago, saj je vodil 11 : 10. V finalu je Tajca premagal Britanec John William Bayley s 3 : 0 v nizih. »Vedno je težko, če prideš blizu finalu. Žal mi ni uspelo. A po drugi strani sem na tem turnirju dobil številne tesne nize, izgubil pa le enega. Če pogledam celotno sliko, je vse skupaj resnično vrhunsko. Nastop mi pomeni veliko motivacijo, ki je sicer nisem potreboval, a je kljub temu prijetna popotnica za naprej,« je povedal 24-letni Domžalčan Luka Trtnik. »Rekel sem, da je vse mogoče, če bo pokazal svojo najboljšo igro. To se je danes zgodilo. Tekmec je vodil že z 2 : 1 v nizih, v četrtem pa je bilo 6 : 1. Čutil sem, da moram vzeti minuto odmora. Temu je sledil preobrat, Luka je izenačil na 2 : 2 in povedel s 6 : 4. Prišel je do vodstva 11 : 10, potem pa ... Tudi to se zgodi, to je namizni tenis,« je bil kljub porazu zadovoljen trener Ožbej Poročnik. »Gledano na splošno si nastop naše reprezentance zasluži odlično oceno. Luka je bil

polfinalist, dve naši legendi, Andreja in Bojan, sta med osmimi na svetu, saj vemo, da so v Laškem manjkali le Kitajci,« je po tekmovanju še dejal Poročnik.

Odmevno priznanje in poklon tujine

»Srce nam igra, ko vidimo, da gremo nazaj v normalnost. Turnirji spet potekajo, v Laškem pa smo tudi visokim gostom ITTF pokazali, da lahko tudi majhno mesto organizira takšno tekmovanje. V Sloveniji nasploh organiziramo največ tekmovanj glede na velikost države,« je črto pod tekmovanje potegnil direktor turnirja Gorazd Vecko, tudi selektor britanske reprezentance. »Vsi ti obiski so dokaz in potrditev dobrega dela vseh deležnikov, ki smo vključeni v dokazano najboljši in največji

Luka z osvojeno
bronasto medaljo.



Vodstvo zelo uspešnega
turnirja.



namiznoteniški turnir za športnike invalide,« je dodal Vecko, ki je ob tem izpostavil, da so tudi cenjeni gostje dali veliko priznanje turnirju v Laškem, kamor so prišli Petra Sörling (predsednica Mednarodne namiznoteniške zveze ITTF), Raul Calin, generalni sekretar ITTF, Leandro Olvech, direktor fundacije ITTF, Steve Dainton (CEO ITTF Group) ter Marjan Hribar, predsednik slovenske namiznoteniške zveze.

»Zelo lepo je videti, da so se vsi igralci spet zbrali; več kot 300 jih je tukaj v Laškem, kjer so spremljali dobre tekme in visoko raven konkurence,« je povedala Petra Sörling, predsednica Mednarodne namiznoteniške zveze ITTF. »Tako zanimivo je biti v Laškem na enem največjih in najljubših dogodkov v paranamiznem tenisu. Tukaj sem prvič in opravljeno delo je impresivno. Bolj impresivno je imeti tako velik

dogodek po pandemiji, ko je še veliko zapletov. Turnir v Laškem je pozitiven signal za naš šport in razburljivo je videti, kako se športniki po dolgem času znova strastno borijo,« je dodal Steve Dainton, CEO ITTF Group. Prav Zveza ŠIS-SPK in ITTF pa sta združili moči in pomagali ukrajinski reprezentanci, da se je lahko udeležila tekmovanja v Sloveniji.

Zmagovalci in zmagovalke v posamični konkurenci 17. I Feel Slovenia Open Thermana Laško:

- SM1:** Hyeon Uk Kim (Koreja)
- SM2:** Fabien Lamirault (Francija)
- SM3:** Thomas Schmiberger (Nemčija)
- SM4:** Young-gun Kim (Koreja)
- SM5:** Valentin Baus (Nemčija)
- SM6:** Matteo Parenzan (Italija)
- SM7:** Will Bayley (Velika Britanija)
- SM8:** Viktor Didukh (Ukrajina)
- SM9:** Ivan Mai (Ukrajina)
- SM10:** Patryk Chojnowski (Poljska)
- SM11:** Florian Van Acker (Belgija)
- SF1-2:** Su Yeon Seo (Koreja)
- SF3:** Jiyu Yoon (Koreja)
- SF4:** Wijittra Jaion (Tajska)
- SF5:** Alexandra Saint Pierre (Francija)
- SF6:** Maryna Lytovchenko (Ukrajina)
- SF7:** Kelly Van Zon (Nizozemska)
- SF8:** Frederique Van Hoof (Nizozemska)
- SF9:** Alexa Szvitacs (Madžarska)
- SF11:** Natalya Kosmina (Ukrajina)

S pomočjo Zveze ŠIS
- SPK v Laškem tudi
reprezentanca Ukrajine.



Prihranite
do 40% pri
premoženjskih
zavarovanjih.

Bodite komplet.

Povežite vsa zavarovanja,
varčevalne načrte, zvestobo
in digitalno poslovanje
v Triglav komplet.

triglav

Skupina Triglav
triglav.si



Triglav komplet je lojalnostni program, v katerem sodeluje več družb Skupine Triglav. Zavarovalci lahko v Triglav komplet združijo premoženjska, zdravstvena, življenjska in rentna ter pokojninska zavarovanja Zavarovalnice Triglav, d.d., zdravstvena zavarovanja Triglav, Zdravstvene zavarovalnice, d.d., dodatna pokojninska zavarovanja Triglav, pokojninske družbe, d.d. ter varčevalni načrt odprt pri družbi TRIGLAV SKLADI, družba za upravljanje, d.o.o.

Skupne vrednote in edinstveni dosežki za novo sodelovanje

Piše: Jože Okoren

(foto: Osebni arhiv Okoren in Barbara Zajc)

Intervju z našim novim sponzorjem – podjetjem Lek

V začetku letošnjega leta smo se na Zvezi ŠIS – SPK razveselili novice, da se nam kot novi srebrni sponzor pridružuje podjetje Lek, ki je del globalne družbe Novartis. Izjemno ponosni smo, da nam odslej na poti doseganja zastavljenih ciljev ob strani stoji eden od stebrov slovenske farmacije in gospodarstva z bogato zgodovino izjemnih dosežkov in globoko vpetostjo v slovenski in mednarodni prostor. Ob tej priložnosti smo se pogovarjali z Gregorjem Makucem, direktorjem Komuniciranja in zunanjih zadev, ki nam je zaupal, kako so v podjetju sploh prišli na idejo sponzorstva in pri katerih aktivnostih nas bodo še posebej podprli.

Športnik: Izjemno smo veseli, da ste se pridružili družini Zveze za šport invalidov Slovenije – Paralimpijskega komiteja. Nam lahko poveste, kako je prišlo do poslovnega sodelovanja z našo organizacijo?

Gregor Makuc: Tež odločitvi je botrovalo več dejavnikov. V Leku, ki deluje znotraj Novartisa, se pri sklenitvi sponzorskih sodelovanj ravnamo po skrbno načrtani strategiji družbene odgovornosti in skladnosti z našimi temeljnimi vrednotami. Ena izmed njih je spodbujanje raznolikosti in vključenosti, kar uresničujemo z aktivnostmi znotraj štirih stebrov: invalidi, medgeneracijsko sodelovanje, raznoliki talenti in LGBTQ+ skupnost. V sklopu prvega si prizadevamo za večjo vključenost oseb z različnimi oblikami invalidnosti, tako znotraj kot zunaj podjetja. Ko smo se pogovarjali o novih sodelovanjih in sponzorstvih, smo izhajali predvsem iz tega zornega kota, saj smo želeli osredotočiti ranljive skupine, osvetliti problematiko in narediti nekaj dobrega za širšo slovensko družbo. Naši sodelavki, Tanja Sinigoj, vodja pobude Raznolikost in vključenost ter Kristina Lampič, ki je pri nas



▲
Z gospodom Gregorjem Makucem se je pogovarjal Jože Okoren.

zadolžena prav za področje invalidov znotraj raznolikosti in vključenosti, sta predlagali vašo Zvezo, ideja se nam je takoj zdela res dobra, kmalu so stekli pogovori in danes smo z vami kot srebrni sponzor.

Športnik: Eden vaših nosilnih projektov pri našem sodelovanju je podpora tabora za otroke s posebnimi potrebami. Gre za skoraj dobesedno »valilnico« športa invalidov, kajti tu se otroci z invalidnostjo prvič srečajo z vsebinami in pomembnostjo športa. Kako vidite prihodnost tega projekta in vlogo vašega podjetja?

Gregor Makuc: Tabor za otroke je ena od aktivnosti, ki nas je po predstavitvi osrednjih ozaveščevalnih aktivnosti Zveze ŠIS – SPK najbolj pritegnila. Na takšen način lahko namreč res osebno pristopimo do otrok in njihovih staršev in jim športne aktivnosti prikažemo na zanimiv način. Kot ste sami omenili, vidimo tabor kot eno ključnih aktivnosti Zveze za zagotavljanje novih športnih upov v športu invalidov. Našo vlogo znotraj tabora vidimo predvsem iz dveh

vidikov – skušali bomo zagotoviti dodatne vsebine za otroke in tudi starše ter na zanimiv način prikazati svet znanosti in razvoja. Obenem bomo s prostovoljci pomagali tudi pri sami izvedbi tabora – dodatni pari rok najbrž niso nikoli odveč.

Športnik: Koliko ste poznali šport invalidov že pred začetkom sodelovanja vašega podjetja z našo organizacijo?

Gregor Makuc: V grobem lahko rečemo, da smo poznali športne aktivnosti in v zadnjem obdobju tudi prepoznali uspehe ter ozaveščevalne kampanje v širši družbi. Tudi med našimi zaposlenimi so pogovori večkrat nanesli na to temo, saj imamo kar nekaj zaposlenih z invalidnimi otroci ali drugimi bližnjimi. Ta odprta diskusija o tem, s čim se osebe z invalidnostmi soočajo na delovnem mestu, kako se vključujejo v širšo družbo in seveda tudi športne dejavnosti, je bila tudi eden od povodov, da smo se odločili za sodelovanje.

Športnik: Ali se na področju skrbi za invalide povezuje še s kakšno organizacijo?

Gregor Makuc: Med drugim sodelujemo tudi s Planinsko zvezo Slovenije, kjer smo sponzorji njihovega programa InPlaninec. Gre za podporo slepih in slabovidnih planincev na Slovenski planinski poti. S tem predvsem pripomoremo k vključevanju in ustvarjanju spodbudnega okolja za slepe in slabovidne, saj jim to omogoča doživljanje planinstva kot načina življenja, obenem pa zopet daje sporočilo, da sta gibanje in zdrav način življenja za vse nas izjemno pomembna.

Športnik: Kje bi vi potegnili črto med sponzorstvom in družbeno odgovornostjo, če seveda sploh obstaja in kakšno je poslanstvo vašega podjetja na tem področju?

Gregor Makuc: Naša krovna strategija družbene odgovornosti je osredotočena na širjenje dostopnosti zdravljenja in odgovorno poslovanje. Pri tem predvsem krepimo sodelovanja s skupinami bolnikov in lokalnimi skupnostmi, prostovoljstvo in okoljsko ozaveščenost zaposlenih ter sodobne tehnološke pristope za večjo dostopnost zdravljenja. Načini sodelovanja z organizacijami so različni – najpogostejše gre za donacije, sodelovanje pri ozaveščevalnih aktivnostih in seveda tudi prek sponzorstva kot ene od oblik uresničevanja naše družbene odgovornosti. Povezava torej obstaja, sponzorstvo je eno od načinov oziroma orodij za doseganje ciljev naše strategije družbene odgovornosti.

Športnik: Zagotovo ste seznanjeni z uspehi slovenskih športnikov invalidov, med katerimi je

kar nekaj evropskih, svetovnih in paralimpijskih prvakov. Kako pomembna je bila naša športna rezultatska uspešnost pri vaši odločitvi za sodelovanje z nami?

“Dobrih rezultatov in vrhunskih nastopov se seveda vsi veselimo in z navdušenjem navijamo, a to zagotovo ni bila odločilna stvar, zaradi katere smo sklenili sodelovanje z Zvezo ŠIS - SPK. Prepoznali smo predvsem vaše širše poslanstvo, vključevanje področja raznolikosti in vključenosti, ter seveda krepitev pozitivnih vrednot, ki jih šport prinaša.”

Športnik: Tudi zaradi vašega poslovnega sodelovanja nam bo lažje izvajati programe. Znani ste kot družba prijazna invalidom, saj v svojih vrstah zaposlujete tudi invalide. Kakšna sta vaša politika in razmišljanje na tem področju?

Gregor Makuc: Predvsem si prizadevamo za večjo vključenost oseb z različnimi oblikami invalidnosti, tako znotraj kot zunaj podjetja. Stremimo k premagovanju predsodkov in prilagajanju fizičnega okolja, ki bi bilo dostopno osebam z invalidnostjo, še posebej v smislu enakih možnosti pri zaposlovanju. Na eni strani si želimo, da bi lahko lažje zaposlovali invalide, ki se k nam prijavijo za delo, na drugi pa da že zaposlenim omogočimo čimbolj prilagojeno delovno okolje. Prva je prilagoditev delovnega mesta zaposlenim, ki so zdravstvene omejitve pridobili med zaposlitvijo. Želimo si, da za tiste, ki se vrnejo po dolgotrajni bolniški odsotnosti in svojega prejšnjega dela ne zmorejo več opravljati, najdemo prilagojeno delovno mesto. Druga smer pa je zaposlovanje invalidov. V začetni fazi smo z izobraževanju naslavljali predvsem vodje ekip, saj so oni tisti, ki odločajo, če bodo izbrali določenega kandidata za delo.

Prispevati želimo tudi k večji ozaveščenosti javnosti o problematiki vključevanja invalidnih oseb v vsakdanje življenje, poleg tega pa želimo tudi sami narediti korake proti bolj vključujočemu podjetju. V sklopu našega največjega zaposlitvenega dogodka Novartisovega kariernega zajtrka smo letos tako eno tematsko sobo namenili prav invalidom, kjer so se

seznanili s kariernimi možnostmi, ki jim jih ponuja Novartis v Sloveniji. Na voljo imamo namreč ogromno delovnih mest, ki omogočajo enako učinkovitost dela, ne glede na to, ali se zaposleni soočajo z invalidnostmi ali ne. Seveda pri takšnih prizadevanjih obstajajo tudi ovire, kot je mestoma nedostopna infrastruktura. Preurejanje delovnih prostorov, ki omogočajo dostopnost, je zato eden izmed naših pomembnejših ciljev. Z vsemi aktivnostmi želimo pokazati, da so predsodki odveč in da se z voljo lahko doseže tudi tisto, kar se je prej zdelo nemogoče.

Športnik: Slovenci veljamo za športni narod. Ne samo zaradi mednarodnih športnih uspehov, temveč tudi zaradi naše želje, da smo športno aktivni. Tudi vi tako vidite Slovence in ali lahko s tega področja povlečete kakšne vzporednice med športnim in poslovnim okoljem?

Gregor Makuc: Se strinjam, šport je zagotovo zapisan v genih in v primerjavi s poslovnim svetom vidim kar nekaj zanimivih vzporednic. Tako pri športu kot v poslovnem okolju so vztrajnost, kondicija in agilnost tisti dejavniki, ki omogočajo doseganje zastavljenih ciljev. Kot je značilno za timske športe, je tudi za delovne ekipe v podjetjih pomembna močna povezanost, poslušanje drug drugega, sodelovanje in vodenje z zgledom. Lahko rečem, da se marsikaterega poslovnega uspeha razveselimo zelo podobno kot se športniki svojih uspehov.

Športnik: Športniki invalidi in tisti, ki jih spremljamo, kar nekaj časa nismo bili zadovoljni z medijskim poročanjem o našem športu. Zadnjih nekaj let je to bistveno bolje, tudi po zaslugi socialnih omrežij. Ste morda to kot donedavni zunanji opazovalec 'našega' sveta opazili tudi vi?

Gregor Makuc: Vsekakor. Kot sem že omenil, predvsem paralimpijske igre v Tokiu so bile v zadnjem obdobju tiste, o katerih smo prek medijskega poročanja res veliko slišali. Povečano poročanje medijev je zagotovo povečalo tudi sam interes slovenske javnosti za parašport. To se je nadaljevalo tudi z zimskimi paralimpijskimi igrami in menim, da je s takšnim tempom treba le nadaljevati. Kar se tiče družbenih omrežij, se mi zdi ključno, da so parašportniki tisti prvi, osrednji ambasadorji parašporta, ki prek svojih osebnih zgodb in uspehov pomembno prispevajo k razširjenosti in prepoznavnosti parašporta v Sloveniji. Z veseljem jih spremljamo tudi mi.

Športnik: Na splošno je v športu – in tudi v športu invalidov – za uspeh potreben profesionalni pristop, zato je vse bolj prisoten trend izenačitve športa

invalidov s športom neinvalidov. V tujini se je paralimpijska medalja v razvitih okoljih že izenačila z olimpijsko. Kakšen je vaš pogled na to?

Gregor Makuc: Takšno miselnost lahko le podpremo in jo pozdravljamo. Vse športnike odlikujejo podobne vrednote, odrekanja, profesionalni pristop k športu in seveda tudi uspehi. Tako da je izenačitev medalj zagotovo smiselna.

Športnik: Ko govorimo o športu, ne mislimo samo na vrhunski šport, pomembno je tudi gibanje, rekreacija, ljubiteljski šport... Kako se osebno udeležujete na teh področjih, ali vam ob napornem delavniku sploh ostaja kaj časa za športno aktivnost?

Gregor Makuc: Menim, da si moramo za športno aktivnosti enostavno vzeti čas, ne glede na to, kako naporni so delovniki, saj s tem vzdržujemo tako miselno kot fizično kondicijo. Sam verjamem v zdrav duh v zdravem telesu, s športom pa se ukvarjam predvsem rekreativno. Doma imam kužka, s katerim greva večkrat na dan na sprehod, pa tudi drugače sem rad veliko v naravi. Pozimi uživam v teku na smučeh, moja velika strast pa so tudi konji, predvsem prosto jahanje v naravi.

Športnik: Ta najin pogovor bo objavljen v naši reviji ŠPORTNIK, ki je primarno namenjena našim športnikom in vsem partnerjem. Kako vi v vašem podjetju skrbite za interno komunikacijo in večjo vključenost vaših zaposlenih v vaše projekte?

Gregor Makuc: Imamo kar širok nabor internih kanalov, prek katerih komuniciramo s sodelavci, od intraneta, internega družbenega omrežja, e-pošte, revije, do rednih srečanj vseh zaposlenih. Kar nam je pri internem komuniciranju še posebej pomembno, je naša izjemno odprta narava komuniciranja na vseh ravneh. Osnova je seveda naša kultura, ki jo odlikujejo opolnomočenost, pogum in vedoželjnost. Omogoča nam gradnjo transparentne in dvosmerne komunikacije. Predvsem želimo biti ves čas odprti in ljudi vključevati v odkrit dialog.

Športnik: Nam lahko tik pred koncem zaupate še vaše poslovne načrte za naslednje obdobje? Na kaj boste še posebej dajali poudarke in na kaj je mogoče lahko skupnost športnikov invalidov pri spremljanju vašega podjetja in vašega poslovanja še posebej pozorni?

Gregor Makuc: Vsekakor tudi za naslednje obdobje v središču našega delovanja ostajajo bolniki. Za nami sta zaradi pandemije posebni dve leti, a so se v tem času pojavile tudi številne nove priložnosti. Še posebej smo se posvečali digitalizaciji in predhodno vlaganje v ključne

platforme nam danes omogoča, da se hitro odzovemo na potrebe bolnikov, zdravnikov in naših sodelavcev. Digitalno preoblikovanje v zdravstvu za nas pomeni tudi pomembno priložnost preseči tradicionalni model delovanja pri odkrivanju in razvijanju novih zdravil, na čemer bomo intenzivno delali tudi v prihodnje.

Še naprej bodo bistvene ostajale inovacije, ki prinašajo prebojna zdravila in izdelke, tukaj pa se bomo usmerjali k tehnološko zahtevnim, bolnikom prilagojenim zdravilom z visoko dodano vrednostjo, ki

bodo pripomogla tudi h krepitvi trajnosti in vzdržnosti zdravstvenih sistemov po svetu.

Športnik: Hvala, da ste si vzeli čas za pogovor. Želimo vam še mnogo uspehov pri vašem odgovornem delu.

Gregor Makuc: Hvala, tudi vam vse dobro. Verjamemo, da nas čaka plodno sodelovanje, podprto z močnimi skupnimi vrednotami ter navdihom in motivacijo, ki izhajata iz edinstvenih dosežkov slovenskih parašportnikov.

Gregor Makuc direktor
Komuniciranja in
zunanjih zadev v Leku.



Odbojkaricam srebro v zlati ligi narodov

Piše: STA

(foto: Drago Perko)



Slovenska ženska reprezentanca v odbojki sede je zlato ligo narodov, ki jo je gostil Šempeter v Savinjski dolini, zaključila z zmago s 3 : 0 proti Madžarski in se veselila srebrnega odličja. Zlato je šlo v roke Italijankam, bron so osvojile Nemke.

Slovenske odbojkarice, ki so z dobrimi predstavami in četrtnim mestom navdušile na lanskem evropskem prvenstvu v Turčiji, so se na največjih tekmovanjih prvič po letu 2015 (takrat je v Podčetrtku potekalo evropsko prvenstvo, Slovenija je osvojila bron) spet predstavile domačim navijačem v elitnem reprezentančnem tekmovanju, ki pa sta ga zavoljo vojnih razmer izpustili Ukrajina in Rusija, manjkala je reprezentanca Združenih držav Amerike.

»Zelo smo zadovoljne s tem, kar smo prikazale, za nami je super turnir. Dejstvo je, da italijanski ekipi, ki ima za sabo veliko tekem in precej pripravljalnih dni, v tem trenutku še nismo kos. A prepričana sem, da se ji bomo, ko bomo imele priložnost delati na taki ravni, še bolj približale. Vesele in zadovoljne gremo naprej in z optimizmom pričakujemo svetovno prvenstvo,« je nastop ocenila kapetanka reprezentance Lena Gabršček.

▲ Slovenke previsoka ovira za konkurenco.

V domačem taboru zadovoljstva ne skrivajo in se z optimizmom ozirajo proti svetovnemu prvenstvu, ki bi ga morali konec maja spremljati na Kitajskem, a je bilo prestavljeno na jesenski termin (november 2022), nova gostiteljica pa bo Bosna in Hercegovina.

»Prestavitev termina in lokacije je za nas prednost, saj bomo imele precej več časa za priprave, ustreza pa nam tudi po finančni plati. Pred lanskim evropskim prvenstvom smo imele kar nekaj težav s poškodbami in operacijami, zdaj pa se je v ekipo že vrnila Suzana Ocepek, z nami je tudi Valentyna Brik. Prepričana sem, da se lahko na tekmovanje zelo dobro pripravimo,« je še dodala kapetanka.

Zadovoljni so tudi pri krovni evropski zvezi za paraodbojko, ki se v zadnjih letih na evropskih tleh, pa tudi širše, močno razvija. »Prvenstvo v Šempetru je bilo organizirano na visoki ravni. Kot vselej se pojavijo malenkosti, ki jih je treba urediti, a lahko rečem, da je bil celoten turnir izpeljan zelo dobro.



Veseli ob osvojenih točkah.

Napotki trenerja Simona Božiča.



Največji izziv zlate lige narodov v zadnjih letih je bila pandemija covid-19, saj smo na tekmovanje, ki bi moralo biti pred dvema letoma prvič organizirano v turški Antalyi, čakali zares dolgo. A zdaj je vse to za nami, pred nami pa že vrsta novih projektov,« je dejal predsednik Para Volley Europe Branko Mihorko.

«Slovenske odbojkarice so tako zaključile prvi del sezone, zdaj pa se bodo deloma preselile na peščeno podlago ter konec julija v Ljubljani nastopile na odprtem prvenstvu v odbojki sede in stoje na mivki.»

Hkrati se bodo pripravljale na svetovno prvenstvo. Moška reprezentanca bo prvi vikend septembra v turškem Eregliju igrala v srebrni ligi narodov.

Slovenija, tekmovanje je zaključila s tremi zmagami in enim porazom, je igrala v postavi: Lena Gabršček, Tija Vrhovnik, Suzana Ocepek, Klara Vrabčič, Danica Gošnak, Mira Jakin, Senta Jeler, Jana Ferjan in Valentyna Brik. Ekipo vodi selektor Simon Božič, njegov pomočnik pa je Branko Mihorko. Prvič je v dresu naše reprezentance zaigrala Valentyna Brik, ki je leta 2012 z Ukrajino osvojila bron na paralimpijskih igrah v Londonu.

Zlata liga narodov, Šempeter, 29. 4.–1. 5. Rezultati reprezentance Slovenije

29. 4. **Slovenija – Poljska** 3 : 0 (25 : 8, 25 : 19, 25 : 21)
30. 4. **Slovenija – Italija** 0 : 3 (14 : 25, 16 : 25, 22 : 25)
1. 5. **Slovenija – Madžarska** 3 : 0 (25 : 15, 25 : 16, 25 : 12)

Končni vrstni red zlate lige narodov:

1. Italija
2. Slovenija
3. Nemčija
4. Poljska
5. Madžarska

Slovenska klubska odbojka sede pa je zabeležila nov uspeh tudi v juniju: dekleta so v odbojkarski Evroligi v klubskem dresu Odbojkarskega kluba Šempeter in glavnega sponzorja ROBUST postale zmagovalke, fantje pa so na turnirju na Poljskem zasedli 3. mesto.

Uspeh paraplezalcev v Salt Lake Cityju

Piše: PZS

(foto: Slobodan Mišković)

Tanja Glušič zmagala, Manca Smrekar v finalu

V Salt Lake Cityju se je 24. in 25. maja začela tekmovalna sezona za paraplezalce. Na letošnji prvi tekmi svetovnega pokala je navdušila slovenska paraplezalna reprezentanca pod vodstvom selektorja Gregorja Selaka. Tanja Glušič je suvereno zmagala z odličnim nastopom tako v kvalifikacijah kot v finalu, Manca Smrekar je v finalu osvojila 5. mesto, medtem ko si je Matej Arh v kvalifikacijah priplezal 7. mesto.



Kljub temu sem ob koncu kvalifikacij suvereno zasedla prvo mesto. Finalno smer sem plezala kot zadnja, upoštevala vsa trenerjeva navodila, jo uspešno preplezala ter si s tem zagotovila zmago. Ob prvem nastopu z novim selektorjem Gregorjem sva pred tekmovaljem naredila načrt, ga dobro izvedla in pometla s konkurenco,« je ob letošnji uvodni zmagi povedala Glušičeva.

Paraplezalka Tanja Glušič je zmagala na prvi letošnji tekmi svetovnega pokala v Salt Lake Cityju, Manca Smrekar je bila peta v finalu, Matej Arh pa sedmi; na fotografiji s selektorjem Gregorjem Selakom (foto Slobodan Mišković).

Parašportnica leta 2021 Manca Smrekar (AO PD TAM Maribor), ki ima dismelijo, zaradi česar ji manjka nekaj prstov na roki, si je v najštevilčnejši kategoriji omejitve gibanja Rp3 v kvalifikacijah delila tretje mesto, v finalu ji je višina 27+ prinesla končno peto mesto, zmagala pa

je Brazilka Marina Dias. »Finalna tekma se je zame odvijala iz trenutka v trenutek. Zjutraj me je bilo strah, da nisem dovolj pripravljena. Ko smo imeli ogled smeri in ogrevanje, se je samozavest dvignila in mislila sem, da imam dobre pogoje za stopničke. Presenetil me je gib, ki me je vrgel iz smeri, saj med ogledom nisem imela občutka, da bi mi lahko povzročil prezgodnji konec. Veselim se naslednjih tekem in upam, da bo pred nastopom manj treme in več osredotočenosti na plezanje,« je vtise strnila Smrekarjeva.

Nekdaj perspektiven alpinist Matej Arh (AO PD Kranj), ki ima po nesreči v zaledenelem slapu paraparezo, delno prekinitev hrbtenjače, je odplezal po najboljših močeh in v kategoriji omejitve gibanja Rp2 osvojil sedmo mesto. Zmagal je Američan Brian Zarzuela. »Z nastopi naših sem zadovoljen. Tanja je pokazala odlično pripravljenost s svojo vzdržljivostjo in hitrostjo plezanja. Tudi najina komunikacija je bila odlična – v mikrofoni ji govorim, kam naj prestavi levo nogo, levo roko ... Manca je odlično odplezala v kvalifikacijah, kjer je zasedla tretje mesto. Njen finalni nastop je bil dober do trenutka, ko je prišla v težave in nastop končala na petem mestu. Matej je kot edini izmed članov imel pred tekmo zdravstveni pregled in bil kvalificiran v kategorijo Rp2; padel je na spodnjo mejo za to kategorijo, drugače bi bil v Rp1. To pomeni, da je tekmoval s tekmovalci, ki imajo neprimerljivo boljše zdravstveno stanje. Kljub temu je pokazal dobre nastope, tako da sem tudi z njimi zadovoljen.« je bil zadovoljen selektor Gregor Selak.

“Gluhoslepa plezalka z Aspergerjevim sindromom Tanja Glušič (AK Ravne) je odlično odplezala obe kvalifikacijski smeri in se v finale uvrstila kot vodilna. Osvojila je tudi vrh finalne smeri in se tako veselila zmage v kategoriji omejitve vida B1.”

Druga je bila Italijanka Nadia Bredice, tretja pa Američanka Raveena Alli. »Zelo sem vesela, da sem že na prvi tekmi letošnje sezone priplezala do zlata. Zadovoljna sem z nastopi v kvalifikacijah, kjer sem v prvi smeri priplezala do vrha, v drugi pa mi je zmanjkalo nekaj sekund, tako da sem jo zaključila gib pod vrhom.

Torek

je še en petek.

Žrebanje odslej poteka 2x na teden,
maksimalni Jackpot pa se je povišal na 120 MIO evrov.

EURO
JACKPOT

10 let

loterija.si

Strelski nastop v znamenju debitantov

Piše: Renato Šterman

(foto: Arhiv Zveze ŠIS - SPK)

Slovenska strelska ekipa se je udeležila evropskega prvenstva v streljanju z zračnim orožjem, ki je od 13. do 19. marca potekalo v Hamarju na Norveškem.

Ekipa je nastopila v precej spremenjeni sestavi, saj so se od strelske reprezentance poslovili dolgoletni člani, ki so v minulih letih s Francem Pintarjem, Veselko Pevec in Damjanom Pavlinom nabrali bogato bero vrhunskih rezultatov in medalj. Na Norveško sta tako poleg Frančka Gorazda Tirška potovala debitanta Anton Bavec in Jožef Franc, reprezentanco pa sta vodila Andreja Gorjup in Renato Šterman.

Prvi je na prvenstvu nastopil Jožef Franc, ki je v disciplini z zračno puško stoje na svojem krstnem mednarodnem nastopu zasedel 12. mesto. Drugi je nastopil Franček Gorazd Tiršek, ki se je kljub težavam z orožjem in opremo (na opremo smo po prihodu na Norveško čakali dva dni) s šestim mestom v kvalifikacijah z zračno puško stoje prebil v finale, kjer je zasedel 5. mesto. Tretji je nastopil Anton Bavec z zračno pištolo. Tudi zanj je bil to krstni nastop na tako velikem tekmovanju, tako da je 12. mesto dobra osnova za nadaljnje delo. Zadnji nastop na EP je pripadel Tiršku z zračno puško leže. Gorazd je v kvalifikacijah zaostal samo za Srbom Rističem, v finalu pa se je moral zadovoljiti s 4. mestom, saj je bil v bitki



za bron izločen z najmanjšo možno razliko (0,1 točke).

Člane strelske ekipe so konec nastopili na svetovnem pokalu v francoskem Chateaurouxu. Najbolj uspešen je bil Franček Gorazd Tiršek, ki je v svojem prvem nastopu z zračno puško stoje zasedel 2. mesto. Na tekmovanju je debitiral Toni Bavec, tekmoval je tudi Jožef Franc.



▲
Mirna roka in

▼
ostro oko.



#HibridnaSreča

NOVA TOYOTA YARIS CROSS

Električni pogon več kot
50 % časa, brez vtičnice.



ŽE OD

119 €
NA
MESEC

DO
10 LET
JAMSTVA
TOYOTA RELAX

10 LET
JAMSTVA
ZA HIBRIDNO BATERIJO

Povprečna poraba goriva za vozila Toyota Yaris Cross: od 4,4 do 6,2 l/100 km in emisije CO₂: od 100 do 140 g/km. Emisijska stopnja: za 1,5 EURO 6 AP. Emisije NOx: od 0,0033 do 0,0093 g/km. Ogljikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delce PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov. 10 letno jamstvo hibridne baterije velja ob rednih testih hibridne baterije (HHC) na 1 leto ali 15.000 prevoženih km (kar nastopi prej) pri pooblaščen prodajno-servisni Toyotini trgovski mreži. Po preteku tovarniške garancije vam ponujamo brezplačno vključitev v program jamstva Toyota Relax (vse do starosti 10 let ali 160.000 km. Izračun je informativne narave in ni zavezujoči za sklenitev posla. Mesečni obrok je izračunan na osnovi prodajne cene v višini 18.850 EUR, trajanju financiranja 60 mesecev, skupnem začetnem plačilu 4.310,48 EUR in zadnjem povečanem obroku v višini 9.823 EUR. Povečan obrok je izračunan na osnovi predpostavke, da bo z vozilom prevoženih 10.000 km letno. Efektivna mera (EOM) je 4,26 % in temelji na fiksni obrestni meri. Slika je simbolična. Več na www.toyota.si. Toyota Adria d.o.o., Brnčičeva 51, Ljubljana.

Že imate svoj Triglav komplet?

Če se danes odpravite v trgovino, vas skoraj povsod vprašajo, če imate njihovo kartico zvestobe. In verjetno jih nekaj imate, saj z njimi lahko prihranite pri nakupu in pridobite druge ugodnosti. Zavarovalnica Triglav nima kartice zvestobe, a svoje zavarovance nagraduje s Triglav kompletom.



Kaj je Triglav komplet?

Triglav komplet je lojalnostni program Zavarovalnice Triglav, ki nagraduje zvestobo njenih zavarovancev. Več kot imate zavarovanj, več popusta zberete v svojem Triglav kompletu. Povečate pa ga lahko še z zvestobo in digitalnim poslovanjem.

Kdo se lahko vključi v Triglav komplet in s katerimi zavarovanji?

V Triglav komplet se lahko vključi vsakdo, ki ima pri Zavarovalnici Triglav in njenih hčerinskih družbah Triglav Zdravje ali Triglav Pokojnine sklenjeno vsaj eno letno, dolgoročno ali permanentno zavarovanje ali pa vsaj en varčevalni načrt pri družbi Triglav Skladi.

S svojimi zavarovalnimi policami pa se lahko kadarkoli v vaš komplet vključijo tudi vaši družinski člani in ožji sorodniki. Ob tem pa velja le pravilo, da je lahko ena oseba vključena le v en Triglav komplet.

Kako se odločiti, kdo bo nosilec Triglav kompleta?

Na Zavarovalnici Triglav svetujejo, da je nosilec oseba, ki ima v družini oziroma

skupnem gospodinjstvu sklenjenih največ zavarovanj. Ostali člani družine se v Triglav komplet lahko pridružijo kot člani, ob tem pa bodo vsi deležni enakih ugodnosti kot nosilec.

Koliko lahko s Triglav kompletom prihranite?

Najvišji skupni Triglav komplet popust, ki ga lahko koristite, je 40 %. Odvisen je od števila in vrste sklenjenih zavarovanj in se ugotavlja vsakič znova, ko se v Triglav komplet vključi obnovljeno ali novo zavarovanje. Skupni Triglav komplet popust se obračuna pri obnovi obstoječih in sklenitvi novih premoženjskih zavarovanj kot so zavarovanje doma, avtomobilsko zavarovanje, individualno nezgodno zavarovanje, zavarovanje potovanj v tujino, zavarovanje malih živali.

Dodatno lahko Triglav komplet popust za do 5 % povečate še z digitalnim poslovanjem. Ta dodatni popust pridobite z registracijo v digitalno poslovalnico i.triglav, s podanim soglasjem za elektronsko obveščanje in podanim GDPR soglasjem.

Višino svojega popusta lahko preverite na računu ali v digitalni poslovalnici i.triglav. Za več informacij skenirajte QR kodo:



Izkoristite tudi Triglav komplet bonus

Ste že član Triglav kompleta in morate v kratkem skleniti novo zavarovanje avtomobilske odgovornosti (AO)? Ob tem ste člani deležni tudi posebnega popusta v sklopu Triglav komplet bonusa, ki lahko znaša do 50 % glede na najvišji pridobljen bonus kateregakoli člana Triglav kompleta.

Kaj pa drugi popusti?

Tudi če boste ob sklepanju zavarovanja koristili Triglav komplet popust, lahko še vedno koristite tudi druge ugodnosti, saj se Triglav komplet popust z njimi ne izključuje.

Za več informacij o Triglav kompletu obiščite spletno stran triglav.si.

Nova kolajna za slovenski parakarate

Piše: Drago Perko

(foto: Bojan Marinček)

Slovenski tabor je na 57. evropskem prvenstvu v karateju v turškem Gazintepu dočkal kolajno. Zanj je poskrbela parašportnica Diandra Bekčič iz Karate kluba Velenje.

Zaključne priprave je opravila v Mariboru. »Diandra je bila fizično dobro pripravljena, predvsem pa me je veselilo, da je od lanskega decembra izboljšala precej tehničnih prvin, kar pri oceni sodnikov šteje 70 % celotnega nastopa,« se na dni pred evropskim prvenstvom ozre Bojan Marinček, ki je Diandro spremljal na evropskem prvenstvu, kjer se je vnovič zavihtela med najboljše v Evropi. »Konkurenca na letošnjem EP je bila močnejša kot pred letom dni v Poreču, kjer je nastopila v kategoriji K22 in osvojila srebrno medaljo. V kategoriji K21, v kateri sedaj nastopa, je med konkurentkami z duševno motnjo edina, ki ima težave tudi z gibalno oviranostjo. Posledice krajše desne noge se odražajo kot hendikep pri prehodih iz položaja v položaj, pri obremenjevanju noge, gibljivosti in ravnotežju. Zato ji pri medicinski klasifikaciji, ki jo tekmovalci opravijo pred vsakim tekmovanjem, pripadajo dodatne točke, ki se prištejejo končni oceni sodnikov,« pove trener Marinček.

»Diandra je v prvem nastopu, že v tem delu, vse popolnoma pomešala, trema in čakanje na nastop, približno pol ure,



sta naredila svoje. Nastop se je kljub napačni začetni poziciji, na robu borišča in ne v njem, začel solidno, nervoza pa se je med nastopom še stopnjevala. Za trenutek je, pred enim od obratov tudi vidno, preveč zastala, »se zgubila«, primerno nadaljevala nastop, a nato pozabila izvesti prvi kiai. Nervozna je tudi v nadaljevanju opravila svoje, kiai je pozabila izvesti tudi drugič, a je nastop

zaključila mirno, kar je bilo glede na vse težave zelo dobro. Glede na videno bodo potrebne še nekatere spremembe in izboljševanje forme, sicer pa je osvojena medalja zaslužena in motiv za delo v prihodnje,« je Marinček opisal pot do bron, pogled pa usmeril že naprej.

▲ Nov uspeh za Diandro.

Uspešen nastop gluhih športnikov v Braziliji

Piše: Robert Žlajpah

(foto: Spletna TV)



Letošnji maj je zaznamovala 24. poletna olimpijada gluhih, ki se je za Slovenijo končala izvrstno. Štiričlanska odprava je domov prinesla štiri kolajne.

Brazilija, točneje mesto Caxias do Sul, tu živi pol milijona ljudi, bi morala olimpijado gostiti že lani decembra, a je bilo največje tekmovanje za gluhe in naglušne športnike preloženo zaradi zahtevnih COVID-19 razmer v Braziliji. V letošnjem maju so bile razmere primerne. Na olimpijadi je nastopilo 2401 športnikov in športnic iz 73 držav, zaradi vojne v Ukrajini sta manjkali Rusija in Belorusija, veliko odobravanje pa je na otvoritvi požela ukrajinska delegacija. Slovenski zastavonoša na olimpijadi je bil 26-letni tenisač Marino Kegl. Tekmovanje sta obeležila tudi dva pomembna geografska elementa: tekmovanja so

potekala v mestu, ki je 815 metrov nad morjem, večji del dogajanja v Braziliji pa je zaznamovalo jesensko deževno vreme. Tudi zato je Marino Kegl tekmovanje začel kar v dvorani.

Edini povsem gluhih

Prav Kegl je kot prvi začel z nastopi v močni mednarodni konkurenci. Ker je prišel v Brazilijo kot tretji nosilec, je bil v 1. krogu prost, potem pa je zmagovito nadaljeval vse do polfinala. Marino je po vrsti odpravil Nemca Kaufmanna (2 : 0), Turka Vatanseverja (2 : 0) in Francoza Laurenta (2 : 0). V polfinalu je naš tenisač priznal premoč Čehu

Jaroslavu Smedeku, ki je kasneje postal zmagovalac teniškega turnirja. V boju za končno 3. mesto je bil od Marina boljši Indijec Prithvi Sekhar. Kegl je tako ponovil uspeh iz Turčije, leta 2013 pa je na svoji prvi olimpijadi gluhih prišel do četrtfinala. Njegov uspeh je še toliko večji, saj je edini povsem gluhih tenisač med svetovno konkurenco.

Zlata Leja, bronasta Iris

Medtem ko je Marino že začel s tekmami, je v Brazilijo prispela še glavna odprava, v kateri sta bili atletinji debitantki, 20-letna Leja Glojnarčič in 21-letna Iris Breganski. V Brazilijo je prišel tudi 26-letni Tadej Enci. 8. maja, dober teden po začetku iger, se je Slovenija veselila prvih dveh kolajn. Leja Glojnarčič je postala zmagovalka mnogoboja, slovenski uspeh je z bronom dopolnila Iris Breganski. Leja je zbrala 4690 točk, Ukrajinka Katerina Potapenko 4602, Iris pa 4142. Leja je vseh sedem disciplin tekmovala s poškodovanim kolenom, za nameček si je poškodovala kvadriceps. Na pomoč ji je priskočil neutrudni fizioterapevt Dorian Hojnik, ki je odlično poskrbel za vse gluhe slovenske športnike v tokratni odpravi. Predzadnji dan tekmovanja je prinesel še dve odličji za Slovenijo. Leja Glojnarčič je v zahtevnih razmerah s preskočenimi 165 centimetri prišla do zlata, na 3. mesto se je s 162 preskočenimi centimetri zavihtela Iris. Leja je v Braziliji tekmovala v metu kopja, kjer je s 34,76 metra pristala na 4. mestu. Četrta je bila tudi Iris Breganski v skoku v daljavo (499 centimetrov).

Enci peti Evropejec

Tadej Enci je na svoji drugi olimpijadi nastopil v dveh panogah. V svoji paradni disciplini, teku na 400 metrov, je s časom 50:30 pristal na 11. mestu v močni mednarodni konkurenci 39 atletov (23 držav), med Evropejci je bil peti. V teku na 400 metrov z ovirami je po padcu na 9. oviri odstopil.

Uspešno s presežki

Po zaslugi zlatih atletinj, ki sta nam priborili štiri medalje, zlato in bronasto v sedmeroboju ter zlato in bronasto v skoku v višino, je bila to za našo državo najuspešnejša poletna olimpijada gluhih. Nazadnje smo Slovenci tako slavili na zimski olimpijadi gluhih leta 1995 na Finskem, ko so Samo Petrač, Lojzka Meglič in Sabina Hmelina osvojili sedem medalj v alpskem smučanju. V imenu Zveze društev gluhih in naglušnih Slovenije se skupaj s Športno zvezo gluhih Slovenije zahvaljujemo Zvezi za šport invalidov Slovenije – Slovenskemu paralimpijskemu komiteju za financiranje celotnih priprav gluhih športnikov

na tekmovanje v Braziliji. Prav tako se zahvaljujemo sponzorjem Zveze ŠIS-SPK za podporo in medijem, ki so poskrbeli, da se je o uspehih naše odprave v Braziliji poročalo v Sloveniji.

Iris Breganski,



Tadej Enci,



Marino Kegl in



Leja Glojnarčič.



V Brežicah in Radovljici sprejem za Lejo in Iris

Piše: Drago Perko

(foto: Drago Perko)



Veličasten sprejem pri županu občine Brežice, (tretji z desne) Ivanu Molanu.

Izjemen nastop slovenske odprave na 24. poletni olimpijadi gluhih je odmeval tudi v lokalni skupnosti.

V Brežicah so pripravili sprejem za dvakrat zlato Lejo Glojnarič, v Radovljici pa za dvakrat bronasto Iris Breganski.

Leja je v svojem okolju cenjena in spoštovana. To kaže pristrčen sprejem v občini Brežice. Zbranim je zapela domačinka Nuša Derenda. Lejo in njenega trenerja Iztoka Glojnariča so pozdravili Gregor Gračner, podpredsednik Zveze ŠIS-SPK, domači župan Ivan Molan, Anton Petrič, vodja odprave na 24. olimpijadi gluhih, predsednik AK Brežice Henrik Omerzu, direktor Atletske zveze Slovenije Nejc Jeraša in Bogdan Kuhar, predsednik DGNP.

Leja in njen trener Iztok Glojnarič.



»Nova olimpijada gluhih je že čez tri leta v Tokiu. Vmes me čaka še svetovno prvenstvo, v mnogoboju pa želim preseči mejo 5000 točk,« je svoje cilje razkrila junakinja dneva Leja Glojnarič. »Danes so Brežice bogatejše za dve medalji z olimpijade gluhih. Draga Leja, draga ekipa. Ponosni smo na ta uspeh in verjamem, da bo Leja pravi navdih vsem mladim generacijam v Atletskem klubu Brežice,« je v čestitki povedal župan Ivan Molan.

Iris Breganski je odraščala na Gorenjskem. Tega v Radovljici niso pozabili, domači župan Ciril Globočnik, velik podpornik parašporta že v preteklosti, je v mestnem središču sprejel dvakrat bronasto Iris in njeno trenerko, mamo Mojco Breganski. »Draga Iris, draga Mojca, ponosen sem, ker vaju gostim na tem sprejemu. Tu z nami so tudi otroci z OŠ Antona Tomaža Linhart in domače gimnazije. To ni prvi sprejem letos, a verjamem, da tudi ne zadnji,« je povedal župan Globočnik, ki je Iris čestital za dve medalji, ki ju je kot debitantka osvojila na 24. poletni olimpijadi gluhih v Braziliji.

Čestitkam in pozdravom sta se pridružila tudi Gregor Gračner in Tone Petrič. Iris se je zahvalila za sprejem, ki so ji ga pripravili Radovljčani.

»Nadaljujem s tekmami in treningi. Prihodnje leto je na sporedu svetovno prvenstvo, leta 2025 pa olimpijada gluhih,« ambiciozno pove Iris, ki končuje šolanje za medicinsko sestro.

»Z mamo Mojco kot trenerko se izvrstno ujameva. Le pogledava se in veva, kaj je treba narediti,« je povedala Iris Breganski. Iris in Mojca sta od župana Globočnika prejeli srebrnik Občine Radovljica, ki je eno od cenjenih protokolarnih daril te gorenjske občine.

Prešerno vzdušje ob sprejemu Iris v domačem kraju.



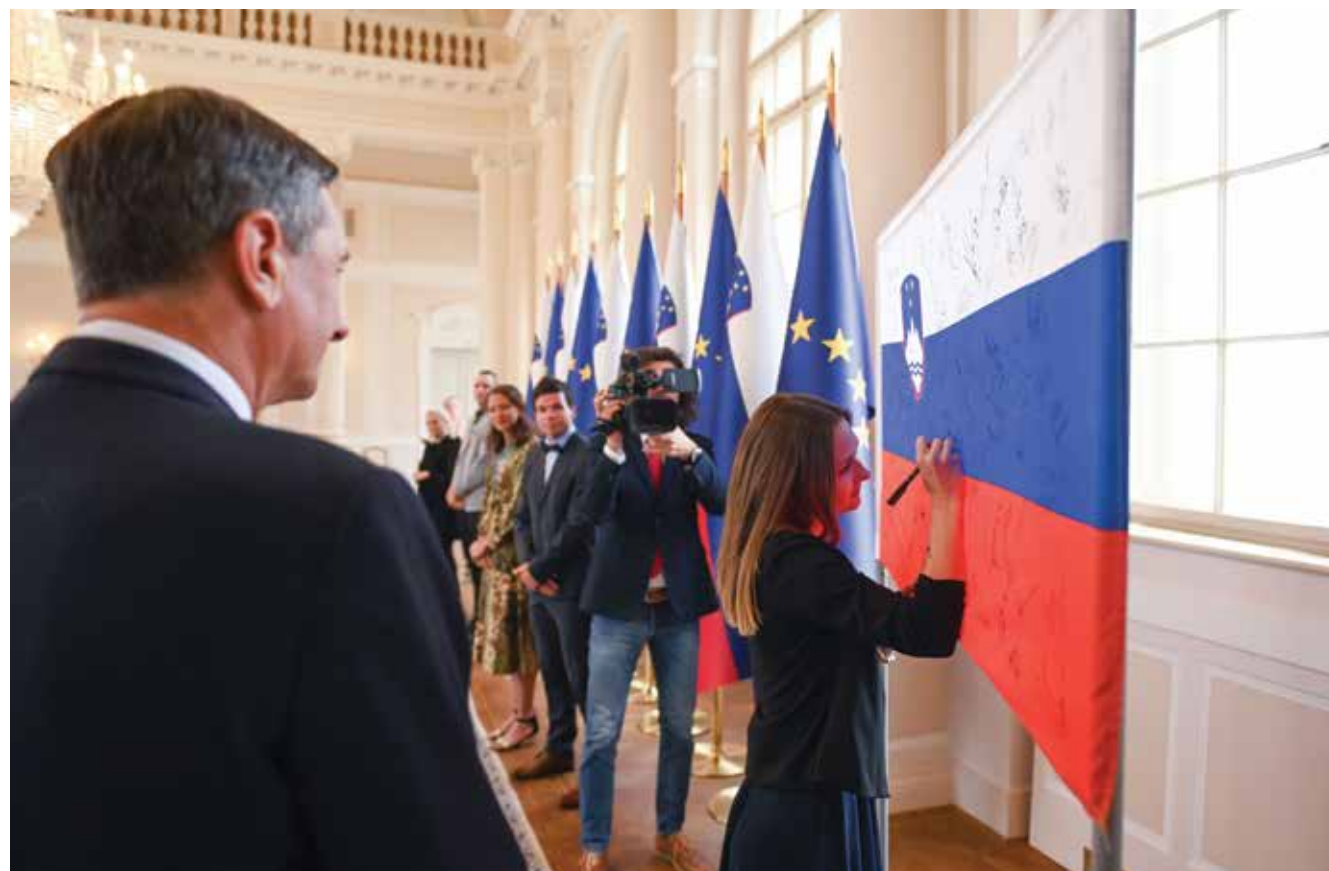
Iris prejema priznanje iz rok župana Radovljice, Cirila Globočnika.



Predsednik RS Borut Pahor sprejel slovenske udeležence 24. olimpijade gluhih

Piše: Drago Perko

(foto: Tamino Petelnšek/STA)



Predsednik Republike Slovenije Borut Pahor je v Predsedniški palači sprejel udeležence 24. poletne olimpijade gluhih, ki je potekala sredi maja v Braziliji.

Slovenijo so zastopali dve športnici in dva športnika, ki so dosegli izjemne olimpijske dosežke in se v domovino vrnili s štirimi odličji. Leja Glojnarič je osvojila dve zlati medalji, in sicer v mnogoboju in skoku v višino; Iris Breganski je osvojila dve bronasti medalji, prav tako v

mnogoboju in skoku v višino; Marino Kegl je v močni teniški konkurenci zasedel odlično 4. mesto, Tadej Enci pa odlično 11. mesto v teku na 400 metrov. Sprejema so se udeležili tudi predstavniki Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja.

▲ Podpis Leje Glojnarič na zastavo slavnih v predsedniški palači.

Predsednik republike je športnicama in športnikoma iskreno čestital za olimpijske uspehe in odlične nastope, posebej pa je izpostavil vlogo staršev, mentorjev in trenerjev, ki mladim športnicam in športnikom stojijo ob strani ter jih spremljajo na njihovih življenjskih in kariernih poteh. Dejal je, da športnice in športniki skupnost navdihujejo in nas učijo, da v življenju in športu izjemnih uspehov ni mogoče doseči brez odrekanja, treninga, znanja in talenta.

V sklepnem delu nagovora je predsednik Pahor k podpisu na zastavo slavnih povabil Lejo Glojnarič, nosilko dveh zlatih medalj z olimpijade gluhih. »To je sporočilo vsem, da ni nobenih ovir za doseganje najboljših rezultatov,« je dejal predsednik Pahor ter športnicama in športnikoma čestital z besedami: »Vi ste znak, da je mogoče vse!«

Vtise z največjega tekmovanja za gluhe na svetu je v imenu športnic in športnikov predstavila Leja Glojnarič in se predsedniku republike zahvalila za sprejem. »Rada bi vam povedala, da je bila to moja prva olimpijada. Zelo vesela, navdušena in ponosna sem nase, da sem domov prinesla dve medalji,« je dejala ter poudarila pomen vztrajnosti

in vzdržljivosti ob poškodbi, do katere je prišlo med olimpijado. »Rekla sem si, da bom zmogla do konca; tako sem prišla do cilja in osvojila zlati medalji,« je priložnostni nagovor sklenila 20-letna olimpijka iz Brežic.

Anton Petrič, strokovni sodelavec Zveze društev gluhih in naglušnih Slovenije, je ob predstavitvi ekipe poudaril, da so mladi Slovenki in Slovenci dosegli odlične rezultate v konkurenci 2.800 športnikov iz vseh držav sveta, njihov uspeh pa je največji po letu 1990, ko so tedanji smučarji osvojili 7 medalj. Z letošnjim rezultatom pa se je Slovenija, tako gospod Petrič, uvrstila med države, ki imajo največ zlatih medalj.

Sprejema se je udeležil tudi Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS-SPK, ki se mu je Tone Petrič v nagovoru pri predsedniku republike zahvalil za pomoč pri pripravi odprave na olimpijado gluhih v Braziliji.

Sprejema so se udeležili tudi učenke in učenci Zavoda za gluhe in naglušne Ljubljana, ki so jim športniki velik navdih. Po sprejemu so si ogledali prostore Predsedniške palače.

Sprejema reprezentance in vodstva gluhih pri predsedniku države Borutu Pahorju, se je udeležil tudi predsednik Zveze ŠIS-SPK, Damijan Lazar (drugi z leve).







Zlata Leja, bronasta Iris
24. poletna olimpijada gluhih

(foto: Spletna TV)

DRŽAVNA PRVENSTVA 2022

Piše: Žiga Kobaševič

(foto: Arhiv Zveze ŠIS - SPK)

Pregled izvedenih državnih prvenstev v posamični in ekipni konkurenci v organizaciji Zveze ŠIS – SPK in izvedbi različnih društev ali zvez v drugem četrtletju 2022.



▲
Žiga – v vlogi uspešnega organizatorja državnih prvenstev.

5. PARAPLES – STANDARDNI PLESI

V soboto, 19.03.2022 je v Zgornji Kungoti potekalo državno prvenstvo v paraplesu v standardnih plesih. Tekmovanje je bilo izvedeno pod okriljem DPC Samba.

Rezultati:

1. mesto: Lara Nedeljkovič – Klemen Dremelj (PK Zebra),
2. mesto: Martina Smodiš – Roman Maček (PK Zebra).

6. BOWLING (POSAMIČNO in DVOJICE) – GLUHI

Društvo gluhih in naglušnih Ljubljana, je v soboto 26.03.2022, v BK 300 v Ljubljani izvedlo državno prvenstvo gluhih v bowlingu, v kategoriji posamično in dvojice.

Rezultati – ženske (posamično):

1. mesto: Klarisa Bevc (DOZIS Dolenjske in Bele Krajine),
2. mesto: Kati Nikič (DOZIS Dolenjske in Bele Krajine),
3. mesto: Florjana Švent (DOOS celjske regije).

Rezultati – moški (posamično):

1. mesto: Simon Špan (DGN Sev. Primorske),
2. mesto: Franci Šušteršič (AURIS Kranj),
3. mesto: Robert Rogel (DOOS celjske regije).

Rezultati – ženske (dvojice):

1. mesto: Marjana Kastelec in Kati Nikič (DOZIS Dolenjske in Bele Krajine),
2. mesto: Florjana Švent in Jerica Rogel (DOOS celjske regije),
3. mesto: Manca Peroci in Sonja Trampuž (DGN Severne Primorske).

Rezultati – moški (dvojice):

1. mesto: Tomi Strel in Simon Špan (DGN Severne Primorske),
2. mesto: Robert Debevec in Bedrija Črešnik (DGN Podravja A),
3. mesto: Franci Šušteršič in Boris Nadižar (AURIS Kranj).

7. KEGLJANJE – SLEPI

V nedeljo, 27.03.2022, je v Mariboru na kegljišču dvorane Tabor potekalo državno prvenstvo v kegljanju za slepe in slabovidne. Organizator tekmovanja je bila Zveza ŠIS – SPK, izvajalec

pa MDSSS Maribor. Sodelovalo je 5 tekmovalk in 18 tekmovalcev.

Rezultati – ženske:

KB1:

1. mesto: Silva Mlinarič (MDSS Nova Gorica),
2. mesto: Karmen Vogrič (MDSS Nova Gorica).

KB2:

1. mesto: Danica Šernek (MDSS Maribor).

KB3:

1. mesto: Alojzija Pirc (MDSS Kranj).

KB4:

1. mesto: Jelka Orban (MDSS Murska Sobota).

Rezultati – moški:

KB1:

1. mesto: Mitja Osolnik (MDSS Ljubljana),
2. mesto: Slavko Muhič (MDSS Kranj),
3. mesto: Darjo Vogrič (MDSS Nova Gorica).

KB2:

1. mesto: Jakob Vodušek (MDSS Celje),
2. mesto: Stane Luzar (MDSS Ljubljana),
3. mesto: Anton Topolnik (MDSS M. Sobota).



KB3:

1. mesto: Franci Tomšič (MDSS Ljubljana),
2. mesto: Sašo Kajtna (MDSS Ljubljana),
3. mesto: Tomaž Furlan (MDSS Koper).

KB4:

1. mesto: Josip Bihar (MDSS Novo mesto).

8. ŠAH (POSAMIČNO) – DISTROFIKI

Posamično državno prvenstvo distrofikov v šahu za leto 2022 se je po dveletnem premoru ponovno odvijalo v Izoli, med 25. in 27. marcem. V ženski konkurenci je naslov najboljša osvojila Mojca Sušec (7 točk), drugo mesto lanska zmagovalka Tatjana Strmčnik (6 točk) in tretje Fanika Trunkelj (5 točk). Med moškimi je titulo najboljšega osvojil Marjan Klemenčič (7 točk), drugi je bil Mateo Šeparovič (6,5 točk), tretji Nejc Župan (6 točk). Prvenstvo je sodeloval tudi sodnik Marjan Butala. Prvenstva se je udeležilo 13 šahistov in 27 šahistov. Ženske in moški so igrali v ločeni konkurenci. Prvenstvo je bilo odigrano po Švicarskem sistemu, moški so odigrali osem kol, ženske 7 kol, oboji po 30 minut na igralca, z dodatkom 3 minute za igralce, ki potrebujejo pomoč pri premikanju šahovskih figur. Tekmovanje je bilo organizirano pod okriljem Zveze ŠIS-SPK in v njihovem imenu je prvenstvo otvoril in vsem prisotnim zaželel dobrih partij Žiga Kobaševič. Po vseh odigranih partijah je bila slovesna razglasitev rezultatov, kjer smo se spomnili tudi na pokojnega, dolgoletnega organizatorja društvenih šahovskih tekmovanj, Iva Jakovljeviča. Najboljši trije šahisti v obeh konkurencah

so poleg praktičnih nagrad prejeli tudi medalje, k dobremu vzdušju pa je pripelalo tudi čudovito pomladno vreme.

Rezultati – ženske:

1. mesto: Mojca Sušec,
2. mesto: Tatjana Strmčnik,
3. mesto: Fanika Trunkelj.

Rezultati – moški:

1. mesto: Marjan Klemenčič,
2. mesto: Mateo Šeparovič,
3. mesto: Nejc Župan.

9. PARASTRELSTVO (POSAMIČNO in EKIPNO)

V soboto, 02.04.2022, je na strelišču na Dolenjski cesti v Ljubljani potekalo državno prvenstvo v parastrelstvu. Organizator in izvajalec tekmovanja je bila Zveza ŠIS – SPK. Tekmovanje je potekalo v posamični in ekipni konkurenci s serijsko in standardno zračno puško, ter pištolo na razdalji 10 m. Naslovov v posamičnih konkurencah so se veselili: Danijela Budin Ravnič (serijska in standardna puška NAC), Andreja Zadravec (serijska puška SH 2), Ludvik Pšajd (serijska puška NAC), Franc Pinter (serijska in standardna puška SH 1), Siniša Jeremič (serijska puška SH 2), Stanislav Mahne (standardna puška NAC), Franček Gorazd Tiršek (DP JZ Štajerske), Nenad Vignjevič (pištola NAC) in Anton Bavec (pištola SH 1). V ekipnih konkurencah so bili najboljši: ODI Zgornje Posotlje (serijska puška NAC), DP Prekmurja in Prlekije (serijska puška SH 2), DP Istre in Krasa (serijska puška SH 1).

Rezultati – ženske:

Serijska puška – NAC:

1. mesto: Danijela Budin Ravnič (DIO Piran),
2. mesto: Marija Sušec (DI Slovenj Gradec),
3. mesto: Lilijana Brodej (DI Slovenj Gradec).



Serijska puška – SH 2:

1. mesto: Andreja Zadravec (MDI Šaleške doline),
2. mesto: Vesna Inkret (MDDI Celje),
3. mesto: Irena Podkrižnik (ZMSS).



Standardna puška – NAC:

1. mesto: Danijela Budin Ravnič (DIO Piran).



Rezultati – moški:

Serijska puška – NAC:

1. mesto: Ludvik Pšajd (MDI Ptuj),
2. mesto: Štefko Behek (DI Ljubljana – Šiška),
3. mesto: Martin Leskovar (ODI Zgornje Posotelje).

Serijska puška – SH 1:

1. mesto: Franc Pinter (DP Maribor),
2. mesto: Franc Jožef (DP Murska Sobota),
3. mesto: Uroš Knežević (MDI Litija in Smartno pri Litiji).

Serijska puška – SH 2:

1. mesto: Siniša Jeremić (DP Koper),
2. mesto: Aleš Vrhovc (DP Ljubljana),
3. mesto: Aleksander Jovanović (MDI Šaleške doline).

Standardna puška – NAC:

1. mesto: Stanislav Mahne (DI Ilirska Bistrica),
2. mesto: Rajko Breščak (MDI Goriške),
3. mesto: Štefko Behek (DI Ljubljana – Šiška).

Standardna puška – SH 1:

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

Standardna puška – SH 2:

1. mesto: Franček Gorazd Tiršek (DP Celje),
2. mesto: Siniša Jeremić (DP Koper),
3. mesto: Aleš Vrhovc (DP Ljubljana).

Pištola – NAC:

1. mesto: Nenad Vignjevič (DI Laško),
2. mesto: Ludvik Pšajd (MDI Ptuj),
3. mesto: Vladimir Kržišnik (MDI Idrija Cerkno).

Pištola – SH 1:

1. mesto: Anton Bavec (DP Ljubljana),
2. mesto: Gašper Peček (DP Novo mesto).

Rezultati – ekipno:

Serijska puška – NAC:

1. mesto: ODI Zgornje Posotelje (Jože Lipar, Martin Leskovar, Silvo Lubej),
2. mesto: DI Slovenj Gradec (Marija Sušec, Mihaela Jelka Sušec, Lilijana Brodej),

3. mesto: DI Ljubljana – Šiška

(Štefko Behek, Andjelko Ilić, Dušan Bajuk).

Serijska puška – SH 2:

1. mesto: DP Murska Sobota (Slavko Dunaj, Leon Jurkovič, Venčeslav Bezjak),
2. mesto: MDI Šaleške doline (Aleksander Jovanović, Jerneja Koželjnik, Andreja Zdravec),
3. mesto: ZMSS 1 (Matic Glinšek, Marjan Podgrajšek, Janko Škrnički).

Serijska puška SH 1:

1. mesto: DP Koper (Srečko Petkovšek, Damjan Žerjav, Kristijan Zadel).

10. ODBOJKA - GLUHI

V soboto, 2. aprila, je Društvo oseb z okvaro sluha celjske regije v sodelovanju s Športno zvezo gluhih Slovenije gostilo prvo državno prvenstvo gluhih v odbojki 3 + 3, kjer so v vsaki ekipi igrali tri ženske in trije moški. Tekmovanja so se udeležile štiri ekipe, ki so se pomerile po načelu vsaka z vsako.

Rezultati:

1. mesto: DGN Severne Primorske,
2. mesto: DOOS Celjske regije,
3. mesto: DGN Podravja Maribor.

11. PARAPLES (LATINSKO - AMERIŠKI PLES)

V soboto, 09.04.2022 je v Ljubljani potekalo državno prvenstvo v latinsko - ameriških plesih, kjer so tekmovali tudi paraplesalci. Tekmovanje je bilo izvedeno pod okriljem PK Feniks Ljubljana.

Rezultati – Latin 1:

1. mesto: Martina Smodiš – Roman Maček.

Rezultati – Latin 2:

1. mesto: Lara Nedeljkovič – Klemen Dremelj.

12. PARAPLAVANJE (do 19 let, letnik 2003 in mlajši)

V soboto, 23.04.2022, je na pokritem 25 metrskem bazenu v Velenju potekalo



državno prvenstvo v paraplavanju za plavalce do 19 let. Organizator tekmovanja je bila Zveza ŠIS – SPK, izvajalec pa Plavalni klub Velenje.

Rezultati – ženske:

100 m prosto:

- S14:** 1. mesto: Anja Golčer (PK Velenje).

50 m prsno:

SB14:

1. mesto: Larisa Žibert (ŠD Plavalček),
2. mesto: Mischelle Klinc (ŠD Plavalček);

- DS:** 1. mesto: Mija Jakovina (ŠD Plavalček).

50 m prosto:

- S2:** 1. mesto: Tonja Berložnik (PK Velenje);

- S5:** 1. mesto: Ajda Brilej (ŠD Plavalček);

- S8:** 1. mesto: Elhana Durmić (PK Radovljica);

- S9:** 1. mesto: Nina Biadov (PK Radovljica);

- S14:** 1. mesto: Tamara Kavčič (CIRIUS Vipava);

- DS:** 1. mesto: Mija Jakovina (ŠD Plavalček).

100 m prsno:

- SB14:** 1. mesto: Anja Golčer (PK Velenje).

50 m hrbtno:

- S9:** 1. mesto: Nina Biadov (PK Radovljica);

SB14:

1. mesto: Peter Dečman (Center Vidim cilj),
2. mesto: Luka Šebijan (Center Vidim cilj),
3. mesto: Kerim Kozarac (PK Velenje);

- PG:** 1. mesto: Miha Mikolič (Gojazdova plavalna šola).

100 m hrbtno:

- S6:** 1. mesto: Tim Žnidaršič Svenšek (ŠD Riba);

- S14:** 1. mesto: Amadej Kremžar (PK Velenje).

50 m prosto:

- S7:** 1. mesto: Luka Stanar (ŠD Riba);



S14:

1. mesto: Larisa Žibert (ŠD Plavalček),
2. mesto: Mischelle Klinc (ŠD Plavalček).

Rezultati – moški:

100 m prosto:

- S6:** 1. mesto: Gašper Glušič (PK Velenje);

- S7:** 1. mesto: Luka Stanar (ŠD Riba);

- S14:** 1. mesto: Nej Prodan Šumnik (PK Velenje).

50 m prsno:

- SB12:** 1. mesto: David Bizjak Gale (Center Vidim cilj);

- S9:** 1. mesto: Tristan Majcenovič (PK Branik Maribor);

- S12:** 1. mesto: David Bizjak Gale (Center Vidim cilj);



S14:

1. mesto: Miha Pavlič (*ŠD Plavalček*),
2. mesto: Peter Dečman (*Center Vidim cilj*),
3. mesto: Luka Šebijan (*Center Vidim cilj*);

PG: 1. mesto: Alessandro Ambrožič (*PK Ribnica*);

DS: 1. mesto: Jan Berlot (*PK Radovljica*).

100 m prsno:

1. mesto: Miha Pavlič (*ŠD Plavalček*),
2. mesto: Amadej Kremžar (*PK Velenje*);
3. mesto: Kerim Kozarac (*PK Velenje*).

50 m delfin:

S6: 1. mesto: Tim Žnidaršič Svenšek (*ŠD Riba*);

S14: 1. mesto: Nej Prodan Šumnik (*PK Velenje*);

DS: 1. mesto: Jan Berlot (*PK Radovljica*).

50 m hrbtno:

S6: 1. mesto: Gašper Glušič (*PK Velenje*);

S9: 1. mesto: Tristan Majcenovič (*PK Branik Maribor*);

PG:

1. mesto: Alessandro Ambrožič (*PK Ribnica*);
2. mesto: Miha Mikolič (*Gojzdana plavalna šola*).

13. KOŠARKA NA VOZIČKIH



V soboto, 23.04.2022, je potekalo državno prvenstvo v košarki na vozičkih. Organizator tekmovanja je bila Zveza ŠIS – SPK, izvajalec pa DP JZ Štajerske, ki je tekmovanje izvedlo v dvorani OŠ Planina pri Sevnici. V odličnem vzdušju so se

odigrale 4 tekme, najprej dve polfinalni, potem pa še tekmi za 3. in 1. mesto. Naslova državnih prvakov se je tako kot v letu 2021, veselila ekipa DP Thermana Celje, ki je v finalu premagala DP Kranj – Novo mesto. V tekmi za 3. mesto so slavili igralci DP Mercator Ljubljana, ki so premagali ekipo DP Maribor.

Rezultati:

1. mesto: DP Celje Thermana (*David Škorjanc, Aleš Povše, Enis Musić, Simon Gračnar, Boris Hebar, Mitja Breg*).



2. mesto: DP Kranj – Novo mesto: (*Haris Kuduzović, Milan Slapničar, Klemen Lokar, Robi Bojanec, Marjan Trdina, Grega Bulovec, Žiga Vinetič*).

3. mesto: DP Mercator Ljubljana (*Peter Cerar, Gregor Gračner, Andor Palkovič, Boštjan Ceglar, Edo Ješe, Jože Berčon, Anton Zakrajšek, Borut Sever*).

14. BOWLING (TROJICE) – GLUHI

Na bowling stezah v Klubu 300 v Ljubljani se je v soboto, 23. aprila, odvijalo državno prvenstvo v kategoriji trojic, ki se ga je udeležilo štirinajst trojic iz sedmih društev gluhih in naglušnih Slovenije. Organizacijo je izvedlo Mestno društvo gluhih Ljubljana v sodelovanju s Športno zvezo gluhih Slovenije.

Rezultati – ženske:

1. mesto: DGN severne Primorske (*Manca Peroci, Sonja Trampuž, Valerija Škof*),
2. mesto: DOZIS Dolenjske in Bele Krajine (*Kati Nikič, Marijana Kastelec, Klarisa Bevc*),
3. mesto: DOOS celjske regije (*Florjana Švent, Jerica Rogel, Iva Pajtler*).

Rezultati – moški:

1. mesto: AURIS Kranj (*Boris Nadižar, Franc Šušteršič, Bojan Cmok*),
2. mesto: DGN severne Primorske (*Tomi Strel, Simon Špan, Aleš Škof*),
3. mesto: DGN Podravja Maribor (*Robert Debevc, Bedrija Črešnik, Shkelzen Dacaj*).

15. SHOWDOWN

V soboto, 07.05. in nedeljo, 08.05.2022, je na Okroglem potekalo državno prvenstvo v showdownu. Organizator tekmovanja je bila Zveza ŠIS – SPK,



izvajalec pa ŠDSS. Na tekmovanju se je pomerilo 22 tekmovalcev in tekmovalcev, ki so tekmovali tako v posamični kot tudi ekipni konkurenci. Naslovov posamičnih državnih prvakov sta se veselila Tanja Oranič (MDSS Kranj) in Denis Repa (MDSS Maribor). Na ekipnem tekmovanju je največ pokazala ekipa z imenom Iz vseh vetrov (Timotej Skledar, Ciril Kavaš, Magda Jankovič, Uroš Pleskovič).

Rezultati – ženske:

1. mesto: Tanja Oranič (*MDSS Kranj*),
2. mesto: Sanja Kos (*MDSS Celje*),
3. mesto: Tina Gostenčnik (*MDSS Maribor*).

Rezultati – moški:

1. mesto: Denis Repa (*MDSS Maribor*),
2. mesto: Sandi Novak (*MDSS Kranj*),
3. mesto: Ladislav Humski (*MDSS Celje*).

Rezultati – ekipno:

1. mesto: Iz vseh vetrov (*Timotej Skledar, Ciril Kavaš, Magda*

- Jankovič, Uroš Pleskovič*),
2. mesto: MDSS Maribor (*Tina Gostenčnik, Denis Repa, Jure Srebrovčič*),
3. mesto: MDSS Kranj (*Tanja Oranič, Tomaž Podobnik, Sandi Novak*).

16. KEGLJANJE

V soboto, 07.05.2022 je na kegljišču Golovec v Celju, potekalo državno prvenstvo v kegljanju. Državno prvenstvo je bila organizirano in izvedeno pod okriljem Zveze ŠIS – SPK, za sodniško službo pa so poskrbeli sodniki iz domačega kegljaškega kluba. Tekmovanje je od jutra do popoldneva potekalo na desetih stezah.

Rezultati – ženske:

KP:

1. mesto: Senka Ivanišević (*DP Ljubljana*),
2. mesto: Martina Glavič (*DP Novo mesto*),
3. mesto: Nataša Godec (*DP Podravja*).

3 OSTALI ŠPORTI

Dogodki in rezultati

KT: 1. mesto: Marta Janežič (DP Mu. Sobota).

K3: 1. mesto: Mateja Jesenšek (PARAS).

K5:

1. mesto: Silva Mravljak (MDI Drava),
2. mesto: Alojzija Strgar (DI Ljubljana – Šiška),
3. mesto: Veronika Kopušar (MDI Žalec).

Rezultati – moški:

KP:

1. mesto: Tone Kanc (DP Novo mesto),
2. mesto: Viktor Rupnik (DP Ljubljana),
3. mesto: Gašper Peček (DP Novo mesto).

KT:

1. mesto: Aleš Povše (DP Celje),
2. mesto: Damjan Herček (DP Podravja).

KG:

1. mesto: Aleš Peperko (DOOS Celje),
2. mesto: Tomaž Klemen (DOOS Celje),
3. mesto: Robert Marolt (DOOS Celje).

K1:

1. mesto: Peter Nadlišek (DI Vrhnika),
2. mesto: Konrad Benkič (DI Vrhnika).

K2:

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

K3:

1. mesto: Janko Kardinar (MDI Mu. Sobota),
2. mesto: Rajko Stržinar (MDI Škofja Loka).

K4:

1. mesto: Vinko Zatler (DI Ljubljana – Šiška),
2. mesto: Slobodan Ristič (DI Ljubljana – Vič),
3. mesto: Peter Ozmec (DI Mežiške doline).

K5:

1. mesto: Slavko Pogljajen (DI Zagorje),
2. mesto: Matej Koren (ZDVIS),
3. mesto: Miran Grmek (DI Postojna).

17. CURLING NA VOZIČKIH

V ponedeljek, 09.05.2022, je v ledeni dvorani v Zalogu potekalo državno

prvenstvo v curlingu na vozičkih. Organizator tekmovanja je bila Zveza ŠIS – SPK, izvajalec pa Curling klub Zalog. Na ledu so se pomerile 4 ekipe, ki so se najprej srečale v dveh polfinalnih dvobojih, kjer sta se zmagovalni ekipi uvrstili v finale, ki je odločalo o državnem prvaku. Poraženi ekipi pa sta igrali tekmo za 3. mesto. Vse tekme so se igrale na 6 "endov".

Rezultati:

1. mesto: DP Ljubljana 1 (Jože Klemen, Žiga Bajde, Robert Žerovnik, Andor Palkovič).
2. mesto: Basket (Jovita Jeglič, Gašper Černilec, Grega Bulovec, Anton Zakrajšek).
3. mesto: DP Ljubljana 2 (Mojca Burger, Jana Ferjan, Jože Berčon, Matej Brajkovič).

18. BALINANJE (POSAMIČNO) - GLUHI

V soboto 28.05.2022 je na pokritem balinaišču Trata v Škofji Loki, potekalo državno prvenstvo gluhih v balinanju. Tekmovanje je organiziralo Medobčinsko društvo gluhih in naglušnih za Gorenjsko Auris Kranj. 20 moških in 9 žensk iz sedmih društev gluhih in naglušnih je najprej opravilo žreb. Tekmovanje je potekalo po sistemu izpadanja. Igralni čas je bil štirideset minut ali doseženih 13 točk. Vsi dvoboji so pokazali zavidljivo znanje in natančnost vse do zadnjega meta.

Rezultati – ženske:

1. mesto: Antonija Brumen (DGN Ljubljana),
2. mesto: Ljudmila Veber (DOOS celjske regije),
3. mesto: Iva Pajtlar (DOOS celjske regije).

Rezultati – moški:

1. mesto: Ivan Vačovnik (DGN Ljubljana),
2. mesto: Boris Škoda (DGN južne Primorske),
3. mesto: Andrej Filipič (AURIS Kranj).

19. BALINANJE (EKIPNO)

V soboto, 04.06.2022, je v Trbovljah potekalo državno prvenstvo v balinanju

– ekipno. Sodelovalo je 8 ženskih in 9 moških ekip. Ženske so tekmoval na balinaišču AMD Trbovlje, moški pa na balinaišču Balinarskega kluba Buldog. V ženski konkurenci so se naslova državnih prvakinj veselile članice MDDI Radovljica. Pri moških pa so naslov ponovno osvojili člani DI Postojna.

Rezultati – ženske:

1. mesto: MDDI Radovljica (Marija Čufar, Marijana Cemič, Tilka Kodrič),
2. mesto: MDI Šaleške doline (Štefanija Drolc Lukaček, Marija Senčar, Gabrijela Sevcnikar, Mirjana Guzej),
3. mesto: DI Trbovlje (Andreja Barovič, Anica Hribar, Jožica Mak, Slavka Škofca).

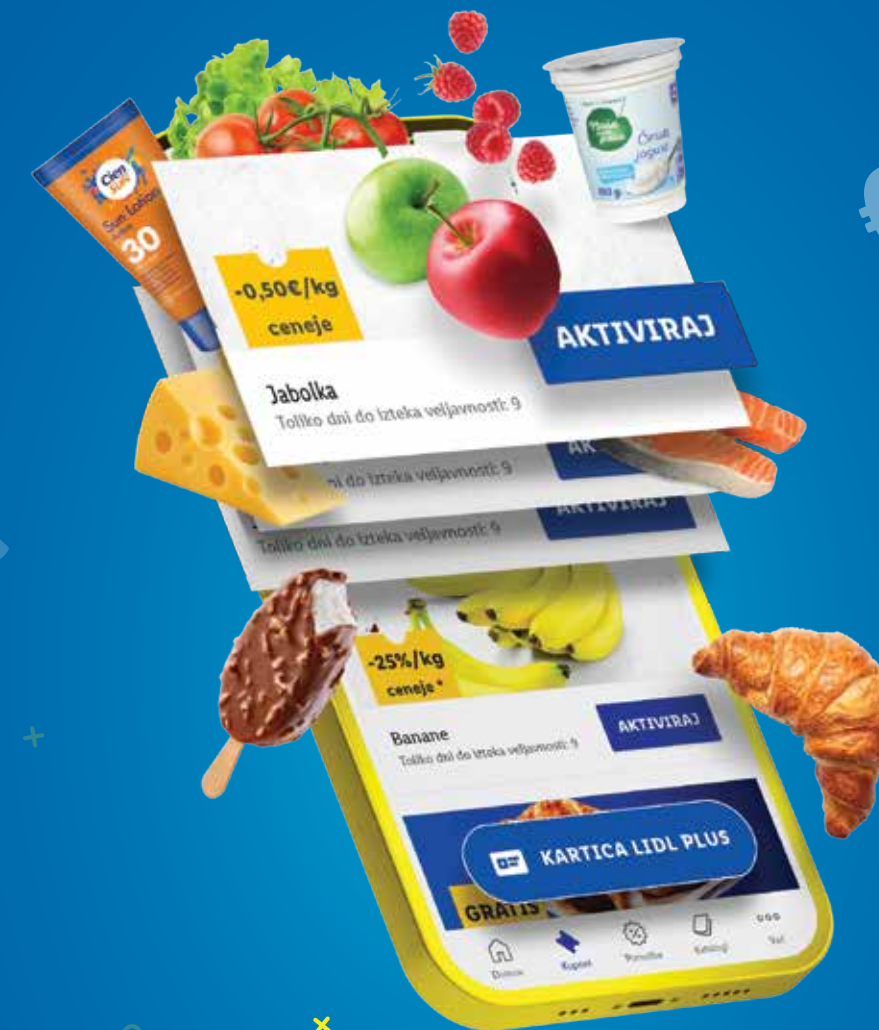


Rezultati – moški:

1. mesto: DI Postojna (Uroš Žvab, Robert Gorjanc, Igor Istenič, Adam Dekanj, Ivan Križman),
2. mesto: ODI Zgornje Posotelje (Ivan Šeligo, Marjan Čurič, Edvard Petek, Ivan Boroš, Boris Juras),
3. mesto: MDI Idrija – Cerkno (Drago Ječnik, Vladimir Markš, Slavko Moravec, Jernej Moravec, Feliks Poljanec, Edvard Likar).



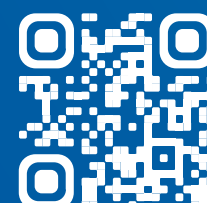
S PLUSOM NA DLANI SE VEDNO PRIHRANI



1. PRENESITE

2. SKENIRAJTE

3. PRIHRANITE



Za prenos aplikacije **skanirajte** QR-kodo

App Store Google Play AppGallery



Za več informacij o aplikaciji obiščite www.lidl.si/lidl-plus

Naši košarkarji srebrni

Piše: Drago Perko

(foto: Drago Perko)

V športni dvorani Osnovne šole Vranksko so ekipe KKI Zagreb, Parasport Slovenija, KKOI Zadar, KK OSI Paramont in KKK Singidunum Crvena zvezda 14. maja 2022 odigrale peti, zaključni krog 14. sezone regionalne košarkarske Lige NLB Wheel.

Po zmagi na zadnji tekmi sezone je naslov prvaka prvič osvojila ekipa KKI Zagreb, srebro je pripadlo slovenski ekipi, bron pa srbski ekipi KKK Singidunum Crvena zvezda.

Letošnje tekmovanje je potekalo po turnirskem sistemu, turnirji pa so bili v Beogradu, Zadru, Podgorici, Zagrebu in na Vranskem. Pet ekip je zbiralo točke, prvak pa je postala ekipa, ki jih je zbrala največ. Zagrebčani so dobili vseh 10 tekem letošnje sezone. Svojo kvaliteto so potrdili tudi na Vranskem.

Predstavniki banke NLB, d. d., **Dejan Horvat** je v imenu banke, generalnega pokrovitelja tekmovanja, trem košarkarjem podaril nove športne vozičke. Prejeli so jih **Vladan Nikolić** (KK OSI Paramont), **Ante Rubeša** (KKOI Zadar) in **Robi Bojanec** (Parasport Slovenija).

Liga se je zahvalila **Milanu Lukanu**, ki je 14 let vestno in odgovorno opravljal delo delegata na tekmah Lige NLB Wheel, v zahvalo pa je dobil plaketo. Z minuto molka smo se na Vranskem

spomnili na preminulega **Janeza Učakarja**, nekdanjega košarkarja ekipe Parasport Slovenija.

»Zasedli smo 2. mesto, kar je najboljši rezultat za slovensko ekipo, odkar poteka ta liga. A smo imeli v tej sezoni višji cilj, skušali smo osvojiti 1. mesto, zato je po koncu tekmovanja nekaj grenkega priokusa. Smo pa žal zadnjo tekmo sezone odigrali brez dvojca Milan Slapničar in Haris Kuduzović,« je po tekmovanju dodal Žiga Kobašević, trener slovenske ekipe.

»S fanti smo se borili do konca. Zadnja tekma je odločala o naslovu prvaka, žal se nam

ni izšlo po načrtih. Verjamem, da bo tako v prihodnje,« pa je sklenil David Škorjanc, košarkar ekipe Parasport Slovenija.

V ligi so za Slovenijo igrali: Kuduzović, Lokar, Gračner, Ceglar, Musić, Kamenik, Radič, Povše, Bojanec, Gračnar, Škorjanc in Slapničar.

Liga NLB Wheel 2021/2022, končni vrstni red:

1. KKI Zagreb
2. Parasport Slovenija
3. KKK Singidunum Crvena zvezda
4. KK OSI Paramont
5. KKOI Zadar



Zadnja novička iz Sarajeva

Košarkarji so sezono sklenili na EP v Sarajevu. Tam je Slovenija navdušila: iz divizije C je napredovala v divizijo B, na koncu so varovanci selektorja Žige Kobaševića zasedli 7. mesto. V prvi tekmi prvenstva so imeli precej smole, saj so v zadnjih sekunda tekme dobili koš za zmago od Latvije, ki je igrala finale in skupaj s Turčijo napredovala v A divizijo. Slovenija je na EP premagala Srbijo, Irsko in Grčijo, izgubila pa proti Latviji, Litvi in Hrvaški.

Turnir šestih narodov slepih in slabovidnih

Piše: Leon Mazi

(foto: Osebni arhiv)



Turnir smo končali na solidnem tretjem mestu. Vsi naši so odigrali po štiri partije in imeli naslednje rezultate: Franc Mlačnik 2 točki, Vlado Turičnik 1 točko, Emil Muri 3 točke, Marjan Štimec 3 točke in Gregor Čižman 2 točki.

Marjan Štimec si je med vsemi igralci na turnirju priigral največji plus v ratingu (40,4 točke) in za ta dosežek prejel posebno priznanje.

Reprezentanca Slovenije v šahu slepih in slabovidnih.

Reprezentanca slepih in slabovidnih Slovenije je med 29. 4. in 1. 5. igrala na turnirju šestih narodov v nemškem Knüllwaldu.

Igrali smo v postavi Franc Mlačnik, Vlado Turičnik, Emil Muri, Marjan Štimec, rezerva je bil Gregor Čižman, trener Leon Mazi, pomočnik Metod Logar, v odpravi pa smo imeli še spremljevalca Bojana Planinška.

Turnir smo izkoristili predvsem kot pripravo na svetovno ekipno prvenstvo slepih in slabovidnih, ki nas čaka konec junija.

Pred začetkom je bila največji favorit reprezentanca Švedske, drugi nosilci pa so bili gostitelji. Med nami, ki smo bili tretji nosilci, in ostalimi reprezentancami so bile razlike majhne.



Marjan Štimec (levo) je prejel posebno priznanje.

Na Ukmarju nas je povezala drugačnost

Piše: Marinka Čavničar, Patricija Kravanja, Boris Vogrinec

(foto: Osebni arhiv)



V torek, 26. 4. 2022, smo na Osnovni šoli Antona Ukmarja Koper imeli paralimpijski šolski dan pod okriljem Zveze ŠIS-SPK in Športnega društva Invalid.

Zamisli se nam je porodila po lanskih paralimpijskih igrah v Tokiu. Na šoli namreč ugotavljamo, da je obdobje epidemije pustilo negativen pečat na naših učencih, saj so pogosto brezvoljni in gibalno vse manj motivirani. Za zgled smo jim želeli dati športnike, ki hočejo in zmorejo, ljudi, ki se ne predajo.

Učiteljica Marinka Čavničar je vzpostavila stik s paralimpijem Frančkom Gorazdom Tirškom, svojim bivšim učencem, ki je v Tokiu

osvojil srebrno in bronasto kolajno v parastrelstvu. Sledila je naveza učitelja Borisa Vogrinca z Zvezo ŠIS-SPK. Tako smo združili moči ter razširili vsebino in število gostov. Pred obiskom smo za vse učence pripravili uro razgovorov o parašportnikih in spoznali, kaj lahko zmoremo, če je volja, želja po uspehu. Ne samo v športu, tudi v šoli in življenju.

“V šolski telovadnici so nam naši gostje predstavili svoje športne panoge: košarko na vozičkih, odbojko sede, vadbo z zvencečo žogo in dvoransko balinanje. V naštetih parašportih so se preizkusili naši sedmošolci.”

Medtem so učenci v učilnici izvedeli veliko novega o paralimpijskih igrah in parašportih ter se na koncu pomerili v kvizu. Svojo življenjsko zgodbo je v učilnici predstavila kapetanka slovenske reprezentance odbojke sede Lena Gabršček, ki je učence najprej navdušila s svojo zgodbo, v telovadnici pa še z igranjem odbojke.

▲ Tokratni paralimpijski šolski dan je bil poseben tudi zaradi vožnje s športno jadrnico.

Učenci v telovadnici so se pod budnim očesom Matjaža Bartola preizkusili v dvoranskem balinanju.



Medtem je potekal intervju s Frančkom Gorazdom Tirškom, ki so ga pripravili učenci pod vodstvom mentorice Patricije Kravanja. Mladi nadobudneži so prisluhnili športnikovi življenjski zgodbi in njegovi športni poti ter z navdušenjem hodili po avtogramске kartice s podpisom našega strelskega šampijona. Naš gost je bil najbolj vesel spontanij vprašanj najmlajšij.

Druženje smo nadaljevali s krajšim kulturnim programom. Ekipa gimnastičark je pripravila ples in prikaz različnih gimnastičnih prvin, šolski bend Liquid Gasoline in pevci mladinskega pevskega zbora so zapeli We are the Champions. Napetost je naraščala, saj se je bližala prijateljska tekma v odbojki sede med mešanima ekipama Zveze ŠIS-SPK in ukmarjevcev, učencev in učiteljev.

“Kot se spodobi, je pred tekmo otroški pevski zbor zapel šolsko himno, paralimpijsko himno, Trkajevo Ta tempo, pa je odlično zarepal naš učenec. Tekma se je začela, pomerili so se fantje proti dekletom, ki so na koncu slavila (kako tudi ne, saj so imela v ekipi eno najboljšij slovenskih odbojkaric).”

Zaključili smo s pesmijo Življenje je lepo, pela je vsa dvorana. Po uradnem zaključku smo goste popeljali z jadrnico, na katero nas je prijazno povabil g. Jure Orel.

Uresničili smo cilj, ki smo si ga zastavili, čeprav smo zaradi epidemije morali športni dan dvakrat prestaviti. Vztrajnost mentorjev in učencev ter podpora vseh sodelavcev sta se obnesli. Na Ukmarju smo ponovno dokazali, da se znamo povezovati in združevati različnosti. Pomembno je samo eno – biti človek.

Učenci so pozorno prisluhnili Frančku Gorazdu Tiršku in občudovali njegovi medalji.



Športni dan, za junake izbran!

Piše: Majda Kočar

(foto: Arhiv Zveze ŠIS - SPK)



Na Zvezi za šport invalidov Slovenije – Slovenskem paralimpijskem komiteju aktivno izvajamo program »Paralimpijski šolski dan«, ki je koncept promocije športa invalidov na osnovnih in srednjih šolah.

Koncept je plod zamisli Mednarodnega paralimpijskega komiteja (IPC) ter je v Sloveniji in sosednjih državah doživel topel sprejem.

V Sloveniji ga izvajamo od šolskega leta 2014/15. Na vsaki šoli izvedemo predstavitev, ki vključuje predstavitev paralimpijskega športa in športno-življenjske zgodbe parašportnika ter preizkus športov v telovadnici. Če razmere dopuščajo, se predstavitev zaključi s paralimpijskim športom v njegovi tekmovalni obliki. PŠD-je podpirata naša partnerja Zavarovalnica Triglav in Fundacija za šport, izvaja pa jih ŠD Invalid. Izvedba PŠD-jev je za šole brezplačna.



V zadnjih dveh letih smo imeli kar precej izzivov z izvajanjem zaradi epidemije in zaprtja šol. Veseli pa smo, da nam je v letošnjem šolskem letu kljub oviram uspelo izvesti **16 paralimpijskih šolskih dnevov** po vsej Sloveniji. Na vseh šolah, kjer gostujemo, našo ekipo z navdušenjem sprejmejo, učenci pa izvedo veliko novega o parašportih.

Če tudi na vaši šoli želite organizirati paralimpijski šolski dan, preprosto izpolnite prijavnico na spletu: <https://www.zsis.si/projekti/paraolimpijski-solski-dan/> ali pokličite koordinatorko za paralimpijske šolske dneve Jano Čander na telefonsko številko 01 5300 892.



Strokovni posvet »Postani športnik« za integracijo in motivacijo mladih invalidov v šolske športne dejavnosti

Piše: Nina Lemež

(foto: Kristian Petrovčič)

V začetku aprila smo skupaj z Lidlom Slovenija v okviru programa Postani športnik za športne pedagoge in ostale učitelje v izobraževalnih ustanovah pripravili spletni strokovni posvet o integraciji in motivaciji mladih invalidov v šolske športne dejavnosti.

Na posvetu so strokovnjaki s področij izobraževanja, šolstva in športa spregovorili o različnih vidikih uspešnega izvajanja programov športa invalidov v okviru šolskih dejavnosti. Šolsko okolje je namreč za inkluzijo invalidnih otrok izjemno pomemben dejavnik, ki jih lahko motivira in navduši nad športom, zato je nujno, da znajo ubrati pravi pristop, jih vključiti v športne aktivnosti in prisluhniti njihovim potrebam.

Kot je na posvetu uvodoma izpostavil **podpredsednik Zveze ŠIS-SPK in vodja programa Postani športnik Gregor Gračner**, šport mladim invalidom ponuja ogromno, saj izboljšuje kakovost življenja in omogoča učinkovitejšo integracijo v družbo. »S programom Postani športnik smo začeli pred leti in ugotovili, da sta želja in interes za športno udejstvovanje mladih invalidov velika, je pa treba na tem vseskozi aktivno delati ter zagotavljati pogoje za to.«

Doc. dr. Boro Štrumbelj, predavatelj na ljubljanski Fakulteti za šport in vodja lanske odprave paralimpijske reprezentance v Tokiu,



▲ Tina Cipot (prva z leve) v pogovoru s parašportniki.

je na strokovnem posvetu spregovoril o poteh in možnostih, kako lahko otrok s posebnimi potrebami postane rekreativni ali celo vrhunski športnik paralimpijec. To pomeni, da se morajo v proces ukvarjanja s športno dejavnostjo invalidnih otrok vključevati številni akterji – starši, specialni pedagogi, zdravniki, psihologi, fizioterapevti, športni pedagogi in drugi. »Šport invalidov je zelo širok pojem, obsega od ljubiteljske rekreacije do vrhunskega parašporta in nihče ne zmore obvladovati celotnega področja. Zato je nujno povezovanje, da za vsakega najdemo prave rešitve in pravi šport, ki ga bo povzdignil in izboljšal njegovo kakovost življenja. Športni pedagogi pa so zelo pomembni pri obveščanju ter motiviranju invalidnih otrok, da jih znajo spodbujati k vključevanju v programe, ki delujejo inkluzivno,« je še izpostavil. Podobnega mnenja je tudi Roman Podlipnik, športni pedagog z gimnazije Jesenice in trener smučanja. Sam je na praktičnem primeru svoje srednje šole razložil, kako invalide vključujejo

v športne aktivnosti, izpostavil pa je, da je izjemno pomembno že ob prihodu invalidnega otroka na šolo vzpostaviti tesen odnos med starši, otrokom, spremljevalci in športnimi pedagogi. Roman Podlipnik je imel namreč izjemno pomembno vlogo pri uspešni športni karieri mladega slovenskega paralimpijca Jerneja Slivnika.

Šport je zdravilo za samopodobo mladega invalida

Na posvetu je spregovorila tudi parašportnica **Lena Gabršček, kapetanka slovenske reprezentance v odbojki sede, trenerka odbojke in**

psihologinja. Iz svojih izkušenj je še enkrat poudarila, kako pomemben je šport med invalidi, saj širi socialno mrežo, ki je običajno manjša, krepi samopodobo in je pomembno sredstvo za socializacijo. »Že od rojstva sem brez spodnjega dela leve roke. V času najstništva pa so prišli različni izzivi, tudi v športu. Takrat sem se iskala, naletela sem na kar nekaj ovir, a potem sem našla odbojko sede,« je zaključila.

Spodbujanje mladih k športu

Osrednji namen programa Postani športnik, ki ga izvajamo skupaj z Lidlom Slovenija, je vzpostaviti dolgoročni

sistem za vključevanje mladih invalidov v šport, motivirati mlade invalide za športne aktivnosti ter dvigniti prepoznavnost športa invalidov v javnosti. V okviru programa potekajo različne aktivnosti, s katerimi želimo predvsem podajati nova znanja ter informacije vsem, ki so vključeni v šolske in obšolske dejavnosti mladih invalidov. Izvajanje programa Postani športnik podpira Lidl Slovenija, ki nudi strateško podporo pri pripravi vsebine programa in izvajanju aktivnosti. »Program Postani športnik je že nekaj let naša stalnica sodelovanja z Zvezo ŠIS-SPK,« poudarja Tina Cipot, vodja službe za korporativno komuniciranje pri Lidlu Slovenija.

Srečanje paralimpijcev iz Heidelberga 1972 in drugih športnih zanesenjakov v Novem mestu

Ob 50-letnici nastopa na prvih paralimpijskih igrah - slovenskih paraplegikov, Heidelberg 1972 leta, je potekalo srečanje (še živečih) paralimpijcev kot nekakšen spomin na to prvo veliko tekmovanje, v prostorih našega društva, v Novem mestu, v soboto, 4. junija 2022.

Od aktivnih udeležencev prvih paralimpijskih iger, ki so se jih udeležili naši parašportniki, so se srečanja udeležili oba dobitnika medalj, Pavla Sitar in Jože Okoren, Martin Gorenc ter Marja in Branko Rupnik. Prisotni so bili še takratna trenerja dr. Aleš Vest in Peter Jakše, dr. Črt Marinček, vodja medicinske ekipe in glavna fizioterapevtka, Alenka Primožič.

Srečanja sta se udeležila dobitnika paralimpijskih medalj, strelec Franc Pinter in atlet Jože Flere in številni drugi parašportniki.

Nekateri pa so se zaradi svojih obveznost opravičili. Ta slavnostni dogodek so s svojo prisotnostjo počastili tudi, bivši predsedniki ZŠIS - SPK, Peter Ozmec, Ernest Jazbinšek in Emil Muri, predsednik Zveze paraplegikov Slovenije Dane Kastelic, nekateri trenerji, predstavnika Pedagoške fakultete in Fakultete za šport in velika podpornika športu invalidov,

dolgoletni direktor URI - SOČA, Franc Hočevnar in direktor Soča oprema, Bojan Bokalič.

Jože Okoren, kot organizator pa ni pozabil povabiti tudi številnih svojcev, ki so prav tako zaslužni za uspehe športnikov invalidov. Dogodka se je udeležilo preko 50 udeležencev, ki so se glede na odzive, v naših prostorih zelo dobro počutili.



▲ Z leve: Pavla Sitar, Jože Okoren, Marja Rupnik, Julčka Kralj, trener Aleš Vest in Branko Rupnik. (foto - Drago Perko).

Dan Japonske

Piše: Kristina Žagar

(foto: Kristina Žagar)



Veleposlaništvo Japonske je v soboto, 11. junija 2022, med 11. in 17. uro na Trgu republike v Ljubljani pripravilo Dan Japonske, tradicionalni festival, namenjen vsem, ki jih zanima Japonska - japonska kultura in umetnost, sprevod s prenosnim svetiščem Mikoshi, kulinarika, borilne veščine, japonski jezik in še marsikaj.

Dogodek je del Japonskega poletja, s katerim letos obeležujemo 30. obletnico vzpostavitve diplomatskih odnosov med Slovenijo in Japonsko.

Povabilu Veleposlaništva Japonske smo se odzvali tudi mi in skupaj z našim srebrnim sponzorjem Toyoto organizirali nekaj športnih aktivnosti.

Robi Kogovšek in Roman Kejžar hitra na teku Onkraj meja

Naš slep tekač Robi Kogovšek in njegov trener Roman Kejžar sta se udeležila skupinskega 8 kilometrskega teka

Robi Kogovšek
in Roman Kejžar
sta sodelovala na
Toyotinem teku
#onkraj meja.



#onkraj meja, ki je bil organiziran s strani Toyote. Na teku sta bila v prvi, najhitrejši skupini, ki je kazala traso in določala tempo ostalim tekačem.

Na predstavitvenem prostoru košarka na vozičkih in poligon za slepe

Z našo udeležbo na Dnevu Japonske smo obiskovalcem, družinam in otrokom želeli prikazati naše delo, pomen športne aktivnosti za osebe z invalidnostjo in kako lahko z močno voljo, trudom in predanostjo premagamo marsikatero oviro. Odrasli udeleženci so bili v zelo pozitivni luči navdušeni nad delom, ki ga opravljamo. Pomen parašporta pridobiva med ljudmi vedno več pozornosti in veljave.

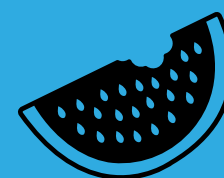
V okviru naše predstavitve smo imeli **poligon za slepe in košarko na vozičkih** – za oba športa so otroci pokazali veliko zanimanja. Nekateri izmed njih so se celo večkrat vrnili na naši postaji, saj so želeli izboljšati hojo skozi poligon in vreči na koš iz daljše razdalje.

Dan Japonske se je zaključil v popoldanskih urah, ko sta nas na skupni stojnici s Toyoto obiskala najuspešnejši slovenski telovadec Miro Cerar in japonski veleposlanik Hiromichi Matsushima.



UŽIVAJ POLETJE

Preživi nepozabne dni
v družbi parašportnikov!



Spoznaj nove športe!



Vsak dan plavaj!



Ter se zabavaj!

Thermana Laško
25. – 28. avgust 2022

Več na tabor.zsis.si



Paralimpijski tabor
za družine

Gibalne dejavnosti Tera/GIB za razvoj gibalne učinkovitosti mladostnikov s posebnimi potrebami

Piše: Tjaša Filipčič, Klavdija Krušec, Diana Batista in Erna Žgur

Povzetek

Gibalne dejavnosti Tera/GIB so rezultat skupnega, koordiniranega ter sinergičnega povezovanja strokovnjakinj in raziskovalk s področja rehabilitacijske, terapijske in športno/gibalne dejavnosti za otroke, mladino ter odrasle osebe s posebnimi potrebami. Z gibalnimi dejavnostmi Tera/GIB lahko spodbujamo oziroma ohranjamo gibalno učinkovitost mladostnikov z različnimi razvojnimi primanjkljaji. V raziskavi smo vključili 10 mladostnikov (6 mladostnikov in 4 mladostnice), najmlajši je bil v času inicialnega testiranja star 15 let in 3 mesece, najstarejši pa 24 let in 11 mesecev. Ugotovili smo, da je dejavnost Tera/Gib, ki je trajala 12 tednov, primerna za razvoj in ohranjanje gibalne učinkovitosti. Dobljeni rezultati t-testa za odvisne vzorce kažejo statistično pomembno razliko pri gibljivosti telesa ($p = ,02$) in pri gibljivosti v ramenskem obroču leve ekstremitete (leve roke) ($p = ,03$) ter pri testu agilnost ($p = ,01$). Pri vseh drugih testih so bile povprečne vrednosti na 2. testiranju večje, vendar t-test za odvisne vzorce ni pokazal statistično pomembnih razlik. Analizirali smo tudi individualne napredke, kjer smo ugotovili, da so

mladostniki izboljšali ali ohranili 71 rezultatov, pri 19 pa je bila vrednost rezultatov nižja.

Ključne besede: *pomen gibanja, gibalna učinkovitost, mladostniki s posebnimi potrebami.*

Teoretično izhodišče

Z rednimi, prilagojenimi in ustrezno intenzivnimi gibalnimi dejavnostmi lahko razvijamo gibalno učinkovitost otrok in mladostnikov z različnimi razvojnimi primanjkljaji. To je bilo v preteklosti predstavljeno v številnih raziskavah. Skok in Filipčič (2017) sta v vzorec raziskave zajeli deset učencev z zmerno motnjo v duševnem razvoju (v nadaljevanju ZMDR), starih od 14 do 19 let. Učence sta razdelili v pare. Vsak par je vključeval člana v eksperimentalni skupini, ki je bil vključen v plesno vadbo, in člana v kontrolni skupini, ki ni bil vključen v plesno vadbo. Vadba plesa je potekala dvakrat tedensko, eno uro v okviru interesne dejavnosti (folklornega krožka) in eno uro tedensko v sklopu vsebin s področja gibanja in športne vzgoje. Ugotovili sta, da se je nivo ravnotežja (statičnega in dinamičnega) učencev v eksperimentalni skupini izboljšal, medtem ko je nivo

razvitosti ravnotežja učencev kontrolne skupine ostal nespremenjen oziroma se je poslabšal. Kachouri idr. (2016) so raziskovali vpliv treninga moči in proprioceptivne vadbe na izboljšanje moči in ravnotežja pri 20 dečkih z MDR (deset otrok je bilo vključenih v eksperimentalno in deset v kontrolno skupino). Meritve so bile opravljene pred osemtedensko vadbo in po njej. Potekala je trikrat tedensko. Rezultati so potrdili pozitiven vpliv treninga moči in proprioceptivne vadbe na izboljšanje moči in ravnotežja pri otrocih z MDR. Ilbeigi idr. (2016) so raziskovali vpliv osemtedenske vadbe s skoki čez vrh na izboljšanje statičnega in dinamičnega ravnotežja pri dečkih z MDR. V raziskavo je bilo vključenih dvajset dečkov z MDR, starih od 11 do 17 let. Deset jih je bilo vključenih v eksperimentalno skupino (v trening skokov čez vrh so bili vključeni osem tednov, trikrat tedensko po petinštirideset minut) in deset dečkov v kontrolno skupino (v omenjeni trening niso bili vključeni). Pri obeh skupinah so s testi preverili ravnotežje pred treningom in po njem. Rezultati so pokazali izboljšanje statičnega in dinamičnega ravnotežja pri dečkih, vključenih v omenjeno gibalno vadbo. Kubilay idr. (2011) so raziskovali vpliv treninga ravnotežja na izboljšanje gibalnih sposobnosti, ki se odražajo v samostojnem vsakodnevnem življenju oseb z MDR. Gibalni program je bil osnovan namensko, v glavnem delu vadbe je vključeval vadbo s švicarsko žogo. V študijo so vključili 28 oseb z lažjo MDR, ki so jih delili v eksperimentalno (vključeni v gibalno vadbo) in kontrolno skupino (v gibalno vadbo niso bili vključeni). Merjenja na področjih: moči in koordinacije, fleksibilnosti, vzdržljivosti, ravnotežja in mobilnosti so izvedli na začetku in na koncu osemtedenske gibalne vadbe, ki je potekala trikrat tedensko. Za pridobivanje rezultatov so uporabili različne gibalne teste. Na testu ravnotežja so vsi sodelujoči dosegli zelo slabe rezultate. Rezultati študije so pokazali izboljšanje vzdržljivosti, moči in koordinacije, ravnotežja in agilnosti pri

osebah v eksperimentalni skupini. Avtorji so tako potrdili pozitiven vpliv usmerjene in organizirane vadbe na izboljšanje gibalnih sposobnosti (ravnotežje, moči, koordinacije in vzdržljivosti), ki pomembno vplivajo na samostojnost oseb z MDR v vsakodnevnem življenju.

“V nadaljevanju predstavljamo našo raziskavo, ki je bila narejena s ciljem, da preverimo, če gibalne dejavnosti Tera/GIB omogočajo napredek na gibalnem področju vključenih udeležencev z zmerno motnjo v duševnem razvoju.”

Metode dela

Vzorec udeležencev

V raziskavi smo uporabili namenski vzorec, kjer je bilo vključenih 10 mladostnikov s posebnimi potrebami. Vsi so imeli tudi intelektualne primanjkljaje (prisotna zmerna motnja v duševnem razvoju). Šest mladostnikov je bilo moškega spola, štiri pa so bile ženske. Najmlajši udeleženec je bil med inicialnim testiranjem star 15 let in 3 mesece, najstarejši pa 24 let in 11 mesecev. V Preglednici 1 predstavljamo osnovne značilnosti udeležencev (spol, starost pri prvem in drugem testiranju, telesna višina, telesna teža, indeks telesne teže in opredelitev vrste posebnih potreb).

Številka	Starost ob		Starost ob		Indeks		
	merjenja	Spol	1.merjenju	2.merjenju	Višina	Teža	telesne teže
Opredelitev motnje							
1	M	19 let, 5 m	19 let, 8 m	165	82.2	30,19	ZMDR, DS
2	M	20 let	20 let, 3 m	175	78.5	25,63	ZMDR, sindrom Ruvacaba
3	M	19 let, 9 m	20 let	178	119	37,56	ZMDR, AM
4	Ž	M20 let, 7 m	20 let, 10 m	170	64.5	22,32	ZMDR, AM
5	M	21 let	21 let, 3 m	175	53	17,31	ZMDR, AM
6	M	20 let, 5 m	20 let, 8 m	180	73	22,53	ZMDR, AM
7	Ž	23 let, 8 m	23 let, 11 m	167	87	31,2	ZMDR
8	Ž	24 let, 11 m	25 let, 2 m	144	73	35,2	ZMDR, DS
9	Ž	15 let	15 let, 3 m	165	77	28,28	ZMDR, AM
10	M	15 let, 3 m	15 let, 6 m	161	56	22,31	ZMDR, DS

Opomba: ZMDR (zmerna motnja v duševnem razvoju), DS (Downov sindrom), AM (avtistične motnje).

Raziskovalna metoda

Uporabili smo metodo akcijskega raziskovanja, s katero smo ugotavljali, ali gibalne dejavnosti Tera/GIB, ki vključujejo posnemanje gibanja 12 živali, omogočajo razvoj ali ohranjanje gibalne učinkovitosti mladostnikov s posebnimi potrebami.

Osnovne značilnosti gibalnega programa Tera/GIB

Gibalne dejavnosti Tera/GIB, je individualno zasnovan gibalni program, ki temelji na izbranih terapijskih dejavnostih, ki vključujejo posnemanje gibanja dvanajstih živali, kače, gosnice, raka, psa, mačke, žabe, zajca, konja, koale, slona, opice in žirafe (slika 1 in 2). Za izbrane živali je značilna podobnost njihovega gibanja z gibalnimi vzorci, ki se pojavijo pri človeku v normalnem gibalnem razvoju. Upoštevali smo koncept razvojno nevrološke obravnave otrok (RNO koncept), na način, da smo spodbujali učinkovite vzorce gibanja, upoštevali kronološki razvoj gibanja in posameznika obravnavali celostno. Več informacij je možno prebrati v Žgur idr. (2021).



Raznolika gibanja s posnemanjem živali (avtor: T. Filipčič, 2022).



Preglednica 1: Osnovne značilnosti udeležencev.



Potek dela in zbiranje podatkov

Pred začetkom zbiranja podatkov in izvajanja programa Tera/GIB za razvoj gibalnih sposobnosti smo pridobili soglasja ustanove in staršev izbranih mladostnikov z ZMDR.

“Program vadbe Tera/GIB je potekal 12 tednov (3 mesece), enkrat tedensko, in sicer v okviru rednega terapevtskega programa.”

Opravljeni sta bili dve merjenji, in sicer v začetku marca 2021 in na koncu maja 2021. Uporabili smo naslednje teste za merjenje gibalnih sposobnosti, ki so bili primerni za udeležence; v predhodnih raziskavah (Bruininks, 1978; Henderson idr., 2014; Kovač, idr., 2011; Jones in Rikli, 2002) so pokazali ustrezno veljavnost in zanesljivost.

a. Skok v daljino z mesta (SDM) (Kovač, idr., 2011): mladostnik se postavi za črto in skoči v daljino. Skok smo označili s kredo in ga izmerili v

centimetrih (cm). Test meri eksplozivno moč nog.

b. Modificiran predklon (PRED): mladostnik sedi na tleh, stopala ima naslonjena na leseno kocko in so v ničelnem položaju, prsti so obrnjeni proti stropu, kolena so iztegnjena. Mladostnik iztegne roke naprej. Merimo razdaljo od prčke do najdaljšega prsta. Če se udeleženec dotakne prstov na nogi, je rezultat 0. Če prsti na roki ne dosežejo prstov na nogi, se meri razdaljo (v cm) od prčke do najdaljšega prsta, rezultat je negativen. Če gredo prsti na roki čez prste na nogi, se meri od prstov na nogi do najdaljšega prsta, seže čez prste na nogi, rezultat je pozitiven. Test meri gibljivost zadnjih stegenskih in hrbtnih mišic.

c. Hoja po ravni črti (HOJA_ŠK) (Bruininks, 1978): označena je razdalja, to je ravna črta 10 metrov, z barvnim, širokim lepilnim trakom. Mladostnik hodi po črti. Šteje se število zaporednih uspešnih korakov na črti. Če je več kot polovico stopala čez črto, se korak ne upošteva. Test meri dinamično ravnotežje.

d. Hoja v opori po vseh štirih - nazaj (HOJA NAZAJ) (Kovač idr., 2011): mladostnik se v opori na vseh štirih giblje v nazaj, in sicer v dolžini 10 metrov. Izmeri se čas hoje v sekundah. Test je podoben

testu poligon nazaj, predstavljen v Kovač idr. (2011), le da na poti ni postavljenih ovir. Test meri koordinacijo telesa.

e. Stoja na eni nogi (STOJA_D in STOJA-L) (Henderson idr., 2014): udeleženec stoji na eni nogi in ohranja ravnotežje. Izmeri se čas v sekundah, za desno in levo nogo ločeno. Test meri statično ravnotežje.

f. Dotikanje prstov rok za hrbtom (GIB_R_D in GIB_R_L) (Jones in Rikli, 2002): meri se razdaljo med prsti obeh rok. Če se prsti ne dotaknejo, se zapiše razdaljo med prstoma (npr. - 1 cm). Če se prsti dotaknejo, je vrednost 0, če pa se prsti prekrijejo, se izmeri razdaljo (npr. za 1 centimeter). Test meri gibljivost ramenskega obroča desne in leve ekstremitete.

g. Test agilnosti (AGIL) (Bruininks, 1978): mladostnik preteče razdaljo 10 metrov, pobere predmet (kocko) in teče, kar se da, hitro v izhodiščni položaj. Meri se čas (v sekundah), ki ga mladostnik porabi, da preteče razdaljo, pobere predmet in se vrne. Test meri hitrost in agilnost.

Statistična obdelava

Zbrane podatke smo obdelali z izbranimi postopki opisne statistike. Razlike med prvim in drugim testiranjem (začetnim in inicialnim stanjem) smo izračunali s t-testom za odvisne vzorce ($p \leq 0,05$). Vsi podatki so bili obdelani s statističnim programom SPSS 22.0 za Windows. Rezultati so predstavljeni s preglednicami (Preglednice: 2, 3 in 4).

Rezultati

Dobljeni rezultati t-testa za odvisne vzorce kažejo statistično pomembno razliko pri gibljivosti telesa ($p = ,02$), pri gibljivosti v ramenskem obroču leve ekstremitete (leve roke) ($p = ,03$) in pri testu, ki je meril agilnost ($p = ,01$). Pri vseh drugih testih so bile povprečne vrednosti na 2. testiranju večje, vendar t-test za odvisne vzorce ni pokazal statistično pomembnih razlik ($p \leq 0,05$). V nadaljevanju predstavljamo rezultate posameznega mladostnika in njegov individualni napredek ali nazadovanje.

Mladostniki med vadbo
(avtor: D. Batista, 2022).



Preglednica 2: Rezultati t-testa za odvisne vzorce za celotno baterijo testov.

	AS	SO	SN_AS	t statistika	Stopnje prostosti	P vrednost (dvostranska)
Celotna baterija testov	-3,54	12,91	1,3695	-2,588	88	,01

Rezultati t-testa za odvisne vzorce kažejo na statistično pomembno razliko med inicialnim in finalnim stanjem, saj je vrednost $p = ,01$.

Spremenljivka	AS	SO	SN_AS	t statistika	Stopnje prostosti	P vrednost (dvostranska)
SDM_1 - SDM_2	-5,800	13,24	4,187	-1,385	9	,19
PRED_1 - PRED_2	-6,700	4,80	1,521	-4,406	9	,02
HOJA_ŠK_1 - HOJA_ŠK_2	-1,100	4,28	1,354	-,813	9	,43
HOJA_NAZAJ_1 - HOJA_NAZAJ_2	6,44	22,48	7,4942	,860	8	,41
STOJA_D_1 - STOJA_D_2	-8,29	14,27	4,5129	-1,839	9	,09
STOJA_L_1 - STOJA_L_2	-10,48	22,43	7,0958	-1,477	9	,17
GIB_R_D_1 - GIB_R_D_2	-2,70	4,27	1,350	-2,000	9	,07
GIB_R_L_1 - GIB_R_L_2	-3,10	4,04	1,278	-2,426	9	,03
AGIL_1 - AGIL_2	0,83	,55	,1755	4,735	9	,01

Legenda: 1- inicialno merjenje; 2 - končno merjenje

Preglednica 3: Rezultati t-testa za odvisne vzorce za spremenljivke SDM, PRED, HOJA_ŠK, HOJA_NAZAJ, STOJA_D, STOJA_L, GIB_R_D in GIB_R_L, AGIL.

MERJENEC	RAZLIKA	SDM (sek)	PRED (cm)	HOJA_ŠK (št)	HOJA_NAZAJ (sek)	STOJA_D (sek)	STOJA_L (sek)	GIB_R (cm)	GIB_L (cm)	AGIL (sek)
1	Razlika 1. in 2.merjenja	16	0	0	5,4	7,7	-0,3	-7	-2	0,7
	Relativna razlika (%)	16	0	0	(-20,5)	405	(-7,6)			9,3
2	Razlika 1. in 2.merjenja	2	5	-1	-4,4	-7,6	3,9	7	3	0
	Relativna razlika	(-2,8)		(-8,3)	(-17,9)	(-79,2)	121,9			0
3	Razlika 1. in 2.merjenja	27	2	6	0	12,5	-4,8	3	1	0,9
	Relativna razlika (%)	24,5		40	0	431	(- 89,3)			12
4	Razlika 1. in 2.merjenja	-2	7	-7	-59,1	5,2	-2,4	3	7	1,3
	Relativna razlika (%)	(-3,1)		(-30,6)	(-100)	33,7	(-38,1)			14,4
5	Razlika 1. in 2.merjenja	-7	4	5	2,7	0	0	3	3	0,9
	Relativna razlika (%)	(-4,7)		12,8	19,1	0	0			15
6	Razlika 1. in 2.merjenja	6	15	-1	16,6	1,8	8	5	12	1,3
	Relativna razlika (%)	9,6		(-7,1)	23,7	56,3	400			13
7	Razlika 1. in 2.merjenja	12	15	4	-21,7	30,3	33	1	0	0,8
	Relativna razlika (%)	11,5		13,7	(-109)	219	96,5			10,8
8	Razlika 1. in 2.merjenja	2	6	-3	10,8	1,1	-1,8	2	1	0,7
	Relativna razlika (%)	2,5		(-16,6)	33,4	8,2	(-36,7)			8,8
9	Razlika 1. in 2.merjenja	36	5	- 6	1,2	6,6	2,7	9	5	1,8
	Relativna razlika (%)	34,6		(-17,6)	4,9	173,7	93,1			20,9
10	Razlika 1. in 2.merjenja	2	31	2	1, 7	35,5	66,5	1	1	0
	Relativna razlika (%)	1,2		4,6	12,5	139,2	274,8			0

▲
Preglednica 4: Razlika v rezultatu prvega in drugega testiranja, izražena v vrednosti in v odstotku napredka (zelena barva), enakega rezultata (črna barva) in nazadovanja (rdeča barva).

V Preglednici 4 prikazujemo 90 rezultatov in odstotek napredka ali nazadovanja, zapisan v oklepaju (velja za razmernostne spremenljivke). Odstotek ni zapisan pri racionalnih spremenljivkah. Zelene vrednosti nakazujejo napredek (n= 63), rdeče nazadovanje v rezultatu (n=19), črna barva pa enak rezultat (n=8). Ob upoštevanju dejstva, da so bile v gibalne dejavnosti Tera/GIB vključeni samo mladostniki s posebnimi potrebami, z različnimi nevromotoričnimi primanjkljaji, lahko tudi vrednosti, ki so pomenile enak rezultat med inicialnim in finalnim stanjem (torej, da rezultata niso ne poslabšali ne izboljšali) štejem kot dober rezultat. Zadrževanje doseženega nivoja razvitosti nevromotoričnega stanja pri odrasčajočih osebah s posebnimi potrebami pomeni dober rezultat, saj je pri njih pogosto že zelo zgodaj prisoten počasen upad gibalnih sposobnosti in spretnosti. Vzdrževanje enakega stanja pri vključenih spremenljivkah pomeni zanje relativno napredovanje, saj v času trimesečnega terapijskega programa sicer niso izboljšali prvotnega stanja, vendar tudi ne poslabšali. Če tako upoštevamo izboljšanje rezultata v 63 primerih in zraven upoštevamo še 8 rezultatov, ko ni prišlo niti do izboljšanja niti do poslabšanja, ugotovimo, da je projektna dejavnost Tera/GIB še učinkovitejša, saj je izboljšanje rezultata prisotno kar pri 71

meritvah. En mladostnik (10. merjenec) je izboljšal 8 rezultatov in enega ohranil, dva mladostnika vse rezultate, razen enega. Osem mladostnikov je izboljšalo rezultate vsaj na petih meritvah. 5 udeležencev je nazadovalo pri 1 meritvi, eden pri dveh, trije pa so nazadovali pri 4 meritvah. Na dveh področjih merjenja so rezultat izboljšali ali ohranili vsi udeleženci (PRED in AGIL), ki merita gibljivost in agilnost. Na testu HOJA_ŠK pet udeležencev ni izboljšalo rezultata.

Diskusija

Na osnovi dobljenih in statistično interpretiranih rezultatov lahko zaključimo, da so gibalne dejavnosti Tera/GIB učinkovite in primerne za spodbujanje ter ohranjanje gibalnih sposobnosti oseb s posebnimi potrebami. Statistično pomembne razlike so nastale na skupni bateriji testov in na treh testih, ki so merili gibljivost in agilnost. Predvidevamo lahko, da bi v primeru daljšega trajanja programa Tera/GIB našli več statistično pomembnih razlik.

Analiza rezultatov posameznih mladostnikov kaže, da je bila izbrana gibalna dejavnost Tera/GIB učinkovita metoda, saj je vseh deset udeležencev izboljšalo vsaj 5 rezultatov po trimesečnem programu vadbe (Preglednica 4).

Nikakor ne smemo zanemariti vrednosti, kjer posameznik ni napredoval, ampak je vsaj ohranil enak nivo. Namreč, tudi ohranjena vrednost gibalne sposobnosti je dober rezultat, še posebej pri populaciji posameznikov, ki imajo posebne potrebe.

Raziskovalci skupine Slo Fit (Starc idr., 2020) so na populaciji otrok s tipičnim razvojem ugotovili, da je odsotnost gibalne dejavnosti v 9 tednih, kolikor je trajal 1. val epidemije covid-19, pokazal statistično pomembno nižje rezultate gibalnih sposobnosti. Torej tudi rezultat, kjer opažamo ohranjanje vrednosti, ni slab rezultat.

Če pogledamo rezultate na nivoju gibalnih nalog, vidimo, da so na področju gibljivosti (PRED) napredovali vsi udeleženci, razen enega, ki je dosegel enak rezultat kot na prvem testiranju. Gibljivost je pomemben dejavnik telesne pripravljenosti v gibanju nasploh, enako je tudi v posameznikovem vsakdanjem življenju in delu. Zelo pomembno je za otroke in mladostnike s posebnimi potrebami, saj Dekleva idr. (2017) omenjajo podatek, da primerna stopnja gibljivosti ugodno vpliva na človekovo dobro počutje, zmanjšuje stres, psihične napetosti ter predstavlja pomembno kakovost pri vseh dejavnostih. Obenem je tudi pomembno povezan z drugimi gibalnimi sposobnostmi, kot sta koordinacija in hitrost.

“Na področju agilnosti (AGIL) so napredovali vsi udeleženci, razen dveh, ki sta dosegla enak rezultat na prvem in drugem testiranju. Agilnost je zelo pomembna sposobnost v številnih življenjskih situacijah.”

Je sposobnost učinkovitega spreminjanja položaja telesa in zahteva integracijo izoliranih gibalnih sposobnosti z uporabo kombinacije ravnotežja, koordinacije, hitrosti, refleksov, moči in vzdržljivosti.

Na drugih merjenjih nismo našli statistično pomembnih razlik med prvim in drugim merjenjem. Vzrok statistično nepomembnih razlik

na spremenljivkah SDM, HOJA_ŠK IN HOJA - NAZAJ vidimo predvsem v:

- mladostniki z intelektualnim primanjkljajem lahko izkazujejo velike razlike v svoji gibalni učinkovitosti, ki so lahko posledica slabega spanja, uporabe zdravil in njihovih stranskih učinkih. Raziskave nakazujejo, da obstajajo velike razlike med posameznimi merjenji pri posamezniku (včasih zelo dobro, drugič zelo slabo), za katere pa včasih ne najdemo vzroka (Van der Kamp idr., 1997);
- premajhni intenzivnosti gibalnih dejavnosti Tera/ GIB (ob upoštevanju ukrepov zaradi epidemije covid-19). Za izboljšanje rezultatov vadbe bi se morala gibalna dejavnost Tera/GIB izvajati vsaj dvakrat tedensko, strnjeno;
- prekratke času izvajanja terapijske dejavnosti Tera/GIB, saj je vodena in merjena dejavnost strnjeno potekala le 3 mesece. Projektna dejavnost je bila vezana na delovanje vzgojno-izobraževalne ustanove in vanjo vključene mladostnike. Za izboljšanje rezultatov menimo, da bi bilo smotno projektno dejavnost izvajati v jesensko-zimskem času, saj bi tako dobili več ponovitev in večjo učinkovitost izbrane vadbe na gibanje otrok in mladostnikov;
- manjša ustreznost uporabljenega testnega inštrumentarija (dopuščamo možnost, da izbrani in uporabljeni testni inštrumentarij merijo določeno gibalno sposobnost oziroma spretnost le v manjši meri). Potrebno je omeniti, da so v projektu gibalne dejavnosti Tera/GIB sodelovali mladostniki, ki so bili sicer samostojni na področju gibanja, vendar na različni stopnji gibalnega razvoja zaradi številnih nevroloških in ortopedskih posledic (povišan mišični tonus, tonična refleksna aktivnost, prisotnost deformacij in kontraktur ...), zanje nismo mogli uporabiti standardiziranih gibalnih testov;

Glede na to, da je bilo izvedeno akcijsko raziskovanje, multipla študija primera, bi bilo smiselno nadaljevati z dejavnostjo, predvsem pa zagotoviti, da bi bile gibalne dejavnosti aplicirane na reprezentativnem vzorcu mladostnikov s posebnimi potrebami.

Možnosti za razvoj gibalnih dejavnosti Tera/GIB

Rezultati nam kažejo, da je izveden gibalni program Tera/GIB lahko uspešna in zanimiva oblika terapevtske dejavnosti. Lahko jo uporabljamo kot primerno, predvsem pa kot individualno dopolnilno obliko izbrane terapevtske dejavnosti za posameznega mladostnika s posebnimi potrebami na področju motorike. Osebe s posebnimi potrebami potrebujejo zaradi primarnih nevro-motoričnih primanjkljajev ne samo v času odraščanja, ampak tudi kasneje, v odrasli dobi, ustrezno terapevtsko vadbo, trening (Žgur in Ferlinc, 2021). Perspektivnost Tera/GIB-a vidimo tudi v tem, da z njo lahko uspešno animiramo tiste osebe s posebnimi potrebami, ki so že dalj časa vključene v redne oblike terapevtskih obravnav. Vključevanje imitiranja živali dodatno spodbudi osebo k interakcijskemu sodelovanju. Za izboljšanje zanesljivosti uporabljene metode bi bilo smiselno uporabiti posamezne elemente dejavnosti Tera/GIB (imitiranje posamezne živali) pri namensko izbrani osebi s posebnimi potrebami (z določeno obliko nevrološke simptomatike).

“Tako bi našli povezavo med izbranim tipom gibanja živali in gibanjem oziroma prevladujočimi gibalnimi vzorci izbrane osebe s posebnimi potrebami. Na osnovi takšne vzročne povezave med gibanjem določene živali (slona) ter gibanjem izbrane osebe s posebnimi potrebami (oseba z določeno nevrološko simptomatiko) bi ugotavljali stopnjo napredovanja na izbranih merjenih postavkah.”

Tudi sicer bi za zanesljivejše rezultate bilo potrebno podaljšati čas izvajanja dejavnosti (dosledna uporaba dejavnosti Tera/GIB), opraviti ne samo inicialno in finalno merjenje, temveč tudi posamezna vmesna merjenja. Smiselno bi bilo povečati intenziteto izvajanja dejavnost Tera/GIB

(povečanje števila tedenskih obravnav na vsaj 2-kratno ponovitev). Predvsem bi bilo smiselno ugotoviti na osnovi preliminarne študije, katere oblike živalskega gibanja najbolj učinkovito delujejo na otroka in mladostnika s posebnimi potrebami. Menimo, da bi takšna ugotovitev in vodena vadba s posnemanjem točno določene živali in zanjo značilnega gibanja pomembno prispevala k izboljšanju rezultatov otrok ter mladostnikov, vključenih v našo raziskavo.

“Sodelujoči v raziskavi se zavedamo pomanjkljivosti raziskave, kljub temu izpostavljamo dobro napredovanje sodelujočih mladostnikov, kar sta vsakokrat ugotovili nevrofizioterapevtki, ki sta Tera/GIB izvajali z vsemi sodelujočimi.”

Zavedamo pa se možnosti izboljšave projektne dejavnosti Tera/GIB, in sicer ob povečanju števila obravnav, podaljšanju časa trajanj izvedbe ter predvsem ob določitvi vrste gibanja določene živali za določeno nevrološko simptomatiko oziroma ob posamezni medicinski diagnozi. Bolj sistematičen in reprezentativen vzorec mladostnikov bi bilo potrebno slediti skozi daljše časovno obdobje in tako lažje pridobiti potrebne podatke o njihovem napredovanju. Menimo, da je z inovativno zastavljeno dejavnostjo Tera/GIB smiselno nadaljevati v procesu rehabilitacijske dejavnosti mladostnikov s posebnimi potrebami, saj nakazuje njeno uspešnost ob, seveda, ustrezni vadbi, vodenju in sledenju programa.

Gibalne dejavnosti Tera/GIB zagotavljajo, z dosledno uporabo gibanja izbrane živali, pogostejše ponavljanje “običajnih” gibalnih vzorcev, značilnih za človeka. Zato predstavlja takšna dejavnost zanimiv poskus dodatne popestritve običajnih in ustaljenih postopkov terapevtske vadbe. V svojem bistvu izpostavi tudi preprosto dejstvo, kako lahko nekaj povsem običajnega, kot je zaznavanje in posnemanje gibanja živali (morda celo hišnih ljubljencev, kot sta: pes, mačka) omogoči novo priložnost za razširitev gibalnih dejanj in ponovitev

pri otrocih ter mladostnikih s posebnimi potrebami. Tako utemeljene ter strokovno podprte vsebine značilnosti gibanja določene živali lahko vključimo v dopolnilno vsakodnevno terapevtsko obravnavo in/ali sprostitev oseb s posebnimi potrebami.

Predstavitev rezultatov v teoriji in praksi

Rezultate raziskave smo predstavili staršem in strokovnim delavcem v CIRIUS Vipava. K nadaljnji vključitvi smo povabili tudi druge starše in mladostnike s posebnimi potrebami.

“Predstavili smo jim tudi znanstveno monografijo (Žgur idr., 2021) in letak, kjer so osnovne gibalne naloge tudi slikovno predstavljene. V nadaljevanju bomo rezultate predstavili na znanstveni in strokovni konferenci v Izoli »Zdravje otrok in mladostnikov«, ker se pričakuje mednarodna udeležba.”

Zanimanje je bilo izraženo tudi v okviru razpisa Evropska noč raziskovalcev z naslovom "Človek živali in žival človeku". Koordinatorica projekta je UL Filozofska fakulteta. Datum glavnega dogodka Evropske noči raziskovalcev bo 30. septembra 2022, pri čemer bo UL Pedagoška fakulteta eno od prizorišč dogodka, dva dogodka Tera/GIB pa bosta izvedena tudi v CIRIUS Vipava.

Literatura

Bruininks, H.R. (1978). Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency: Examiner's manual. American Guidance Service.

Dekleva, M., Videmšek, M., Čoh, M., Karpljuk, D. in Dekleva, B. (2017). Igriva atletika: program atletike za otroke. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Ilbeigi, S., Khirkhah, M., Mahjur, M., Soltani, H. in Jafarkhoshbakhti. (2016). Investigating the Effect of 8 Weeks of Rope Skipping on Static and Dynamic

Balance of Educable Mentally Retarded Boys. International Journal of Medical Research and Health Sciences, 5, 349–353.

Jones C.J. in Rikli R.E. (2002). Measuring functional fitness of older adults, The Journal on Active Aging, 1, 24–30.

Henderson, S.E., Sugden, D.A. in Barnett, A.L. (2014). Baterija za oceno otrokovega gibanja 2: priročnik za izvajalce ABC gibanja 2. Center za psihodiagnostična sredstva.

Kachouri, H., Borji, R., Baccouch, R., Laatar, R., Rebai, H. in Sahli, S. (2016). The effect of a combined strength and proprioceptive training on muscle strength and postural balance in boys with intellectual disability: An exploratory study. Research in Developmental Disabilities, 53, 367–376.

Kovač, M., Jurak, G., Starc, G., Leskošek, B. in Strel, J. (2011). Diagnostika in ovrednotenje telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine v Sloveniji. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Kubilay, NS., Yildirim, Y., Kara, B. in Harutoglu Akdur, H. (2011). Effect of balance training and posture exercises on functional level in mental retardation. Fizyoter Rehabilitation, 22 (2), 55–64.

Van der Kamp, J., Filipčič, T. in Savelsbergh, G.J.P. (1997). Timing of interceptive action in children. V M. Schmuckler, A. Mark, J.M. Kennedy (ur.). Studies in perception and action IV. (str.203-207). Lawrence Erlbaum.

Skok, A. in Filipčič, T. (2017). Razvijanje ravnotežja s pomočjo plesne vadbe pri učencih. Športnik, 47, 69-73.

Starc, G., Strel, J., Kovač, M., Leskošek, B., Sorić, M. in Jurak, G. (2020). Poročilo o telesnem in gibalnem razvoju otrok in mladine v šolskem letu 2019/2020. Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo.

Žgur, E. in Ferlinc, A. (2021). Specialno-pedagoška in terapevtska priporočila za delo z otrokom z razvojnimi primanjkljaji. Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.

Žgur, E., Filipčič, T., Ferlinc, A., Batista, D. in Krušec, K. (2021). Terapevtske gibalne dejavnosti za otroke s posebnimi potrebami: Tera/GIB. Pedagoška fakulteta, 150 str.

Čestitka

Na podlagi Zakona o visokem šolstvu in Meril za volitve v nazive visokošolskih učiteljev, znanstvenih delavcev ter sodelavcev Univerze v Ljubljani je Senat Univerze v Ljubljani 29. 3. 2022 dr. Tjaša Filipčič izvolil v naziv redna profesorica za področje znanosti o športu – kineziologija. Izvolitev je posledica 30-letnega dela na področju športa, še posebej na področju športa invalidov. V obrazložitvi je opisana Tjašina akademska pot, ki jo je vodila v Leuven, kjer je magistrirala leta 1996. Leta 2008 je doktorirala na Fakulteti za šport v Ljubljani s temo, ki je obravnavala tenis na vozičku. Od leta 1995



▲
Dr. Tjaša Filipčič.

je zaposlena na Pedagoški fakulteti. Njeno znanstveno delo se osredotoča na raziskovanje pomena gibanja oseb z invalidnostjo. Preiskovanci so bili osebe z gibalno oviranostjo, osebe z motnjo v duševnem razvoju in osebe z dolgotrajnimi boleznimi. Temeljni cilj teh raziskovanj je bil ugotoviti razlike med gibalno dejavnimi in nedejavnimi ter – na podlagi razlik – kateri so tisti dejavniki, ki izboljšajo kakovost življenja. Cilj je bil tudi ponuditi prilagojeno in primerno gibalno vadbo. Leta 2019 je Tjaša prejela priznanje ARRS – odlična v znanosti.

Tjaša Filipčič je vodila več projektov, najpomembnejši pa je projekt Norveškega finančnega mehanizma, katerega partner je bila tudi Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite (Zveza ŠIS-SPK). Tjaša Filipčič dejavno sodeluje pri slovenskih strokovnih in znanstvenih srečanjih, delovala je v tujini, večkrat na Kitajskem, med drugim pa je tri mesece neprekinjeno delovala na Univerzi v Zagrebu. Ima 105 enot znanstvenoraziskovalne dejavnosti, njena dela pa citirajo v mednarodnih revijah. Je aktivna avtorica člankov v reviji Športnik, ki jo izdaja Zveza ŠIS-SPK. Njeno pedagoško delo obsega nosilstvo več predmetov v okviru prvo- in drugostopenjskega bolonjskega študija, prav tako pa predava na doktorskem študiju. Bila je mentorica pri 122 diplomskih delih, pri zaključenih magistrskih delih in tudi pri zaključenem doktoratu. Napisala je več strokovnih učbenikov, pripomočkov in študijskih gradiv ter ima pozitivno mnenje študentov.

Čeprav izvolitev v naziv redna profesorica velja za neomejeno časovno obdobje, pomeni potrditev za nazaj in motivacijo za prihodnje delo. Upamo tudi na nadaljnje sodelovanje z Zvezo ŠIS-SPK.

Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite in
Uredniški odbor revije Športnik

KJE SO, KAJ DELAJO? Še danes čutim mravljince

Piše: Urška Kustura

(foto: Osebni arhiv)

Začetnik specialnoolimpijske ideje na slovenskih tleh, popotnik, direktor z dušo. Človek, ki tudi po dobrem desetletju v pokoju ostaja zvest svojim življenjskim načelom in tistim, ki so ga naučili največ – osebam z motnjami v duševnem razvoju. Nedavno se je vrnil s trekinga pod Manaslujem. Pravi, da bo zdaj izbral krajše poti. Ga pa tudi življenje v rodni Črni na Koroškem navdušuje. Tam ima namreč še kar nekaj načrtov. To ni nihče drug kot Marijan Lačen.



Športnik: Marijan, zdi se, da je meja med vašim življenjem pred upokojitvijo in po njej skoraj nevidna. Še vedno ste vpeti v dogajanje, ki je zaznamovalo vaše življenje.

Lačen: Ja, vse življenje sem potoval. Sem avanturist po duši in potovanja so mi izziv. Ko sem se po 41 letih delovne dobe ozrl nazaj, sem ugotovil, da niti enega dneva dopusta nisem preživel doma – preprosto zato, ker je bilo delo v centru (CUDV Črna) tako živahno, da sem bil ves čas na telefonu, zato sem šel raje daleč stran. Vedel sem, da bo šlo tudi brez mene, in res je bilo po vrnitvi s poti vse v redu.

Ta potovanja so mi ostala v globokem spominu in upam, da mi bodo noge, srce in zdravje še dali možnost, da še kam skočim.

Ko sem šel v pokoj, sem sicer ostal brez specialne olimpijade, vendar ne brez tistih, ki se je udeležujejo. Po 20 letih je bil čas za nove ljudi in nove ideje, sam pa sem s populacijo OMDR ostal povezan prek Zveze Sožitje, kjer pogosto predavam staršem, vodim pa tudi seminarje za vseživljenjsko učenje. Že 8 let vodim program za pare, včasih pa me uporabijo tudi za kak športni program.

▲
Z Marjanom Lačnom se je pogovarjala vedno nasmejana Urška Kustura (tudi dolgoletna strokovna zunanja sodelavka Zveze ŠIS – SPK).

Seveda sem še vedno povezan s centrom. Še posebej sem ponosen in hkrati hvaležen, da že 45 let zapored brez prekinitve skupino iz centra vodim v šolo v naravi – tudi letos jeseni jih peljem. Pridružijo se tudi pari, osem jih je že malo starejše generacije, tisti, ki so v center prišli skoraj na začetku moje službene kariere. V Črni smo bili namreč pionirji tudi na področju partnerskega življenja OMDR.

Športnik: Glede na vaš popotniški duh vam je bila ideja, da v svet, na velika tekmovanja, peljete tudi varovance, domača.

Lačen: Iskreno povem, da leta 1988, ko so nam idejo specialne olimpijade predstavili Hrvati, iskali so namreč smučarja za nastop na zimskih svetovnih igrah, nisem bil navdušen ali, bolje rečeno, nisem si upal. A že leta 1990 smo tekmovali na igrah na Škotskem, tako da je bil prilagoditveni čas kar hiter.

Športnik: V Črni je bilo življenje varovancev CUDV, katerega direktor ste bili 36 let, od nekdanj povezano s krajem. Je bila Črna glede na današnje deinstucionalizacijske izzive že takrat velik korak pred ostalimi?

Lačen: Vsekakor. Črna je majhen kraj, zato sem se držal načela, da se ji mora center prilagoditi.

Marijan na trekingu pod Manaslujem.



Tako smo se vedno povezovali v raznih aktivnostih, krajanom pa smo posojali telovadnico, bazen in kombije. To mi lahko zdaj kdo očita, a na tak način smo tkali vzajemnost. Zato je bila že pred 30 leti, ko smo oblikovali prvo bivalno skupnost, povezanost na zelo visoki stopnji. V diplomskem delu sem pisal o ustanavljanju bivalnih skupnosti, na kar sem zelo ponosen. Varovanci se tako niso čutili zaprte, pač pa sprejete v kraju. Prepričan sem, da so tudi krajanji dobili možnost oblikovati pozitiven odnos do drugačnosti, kar je zagotovo še ena kvaliteta več.

Športnik: V svojem življenju ste povezali dve življenjski strasti – šport in osebe z motnjami v duševnem razvoju – ter bili več kot dve desetletji predsednik Društva specialna olimpiada Slovenije. Tik pred 19. poletnimi državnimi igrami, na katerih bo tekmovalo 350 športnikov, me zanima, kako gledate na začetke.

Lačen: Specialno olimpijado vidim kot velik blagoslov za osebe z motnjami v duševnem razvoju. Gre za spremembo kvalitete življenja. V osemdesetih letih sem bil prepričan, da ne smejo mučiti še svojega telesa, saj so že tako ali tako prizadeti. Smo pa že v tistem času prirejali male olimpijade, in ko sem veliko potoval po svetu ter se srečeval z raznimi dobrimi praksami, je ideja specialne olimpijade tudi pri nas postajala vedno bolj živa. V Črni smo imeli sploh dobro ekipo, že takrat dva športna pedagoga; tako je iz male olimpijade nastala velika. Škoda, da tega še vedno niso uvideli vsi.

Športnik: Kaj vam je od vseh prirediteljev, dogodkov in poti s specialnimi olimpijci ostalo najbolj v spominu?

Lačen: Še danes čutim mravljinca, ko se spomnim evropskih iger v Glasgowu. To je bila naša prva mednarodna izkušnja leta 1990, takrat še v Jugoslaviji. Da smo se pojavili na stadionu Glasgow Rangers, v športnem objektu, o katerem smo prej samo brali in se čudili, je bilo neverjetno. Takrat sem bil v centru že 21 let in torej globoko vpet v delo, kar je stimuliralo smisel mojega dela.

Spomnim pa se tudi zelo slabe izkušnje, najbolj stresne v mojem življenju, ko smo leta 2009 organizirali potovanje na igre v Idaho. Žal sem se opekel pri sodelovanju z agencijo, tako da bi se morali na pot domov prek Skalnega gorovja do San Franciscu odpraviti z avtobusom. Sredi zime. Tako sem ves čas iger preživel v iskanju letalskih kart. Sam se je seveda lažje znajti, imel sem veliko izkušenj, toda z ekipo 25 ljudi ostati sredi Amerike ... no, vse se je dobro izteklo.



Marjan se veseli skupaj s tekmovalcem Kristjanom Krajncem na zimsko svetovnih igrah v Naganu leta 2005.

Športnik: Letos pozimi ste po dolgem času kot sodnik sodelovali na enem od tekmovanj SOS. Zdi se, da žar, ki so ga zanetili specialni olimpijci, nikoli ni ugasnil, hkrati pa vas tudi oni kljub desetletni predsedniški upokojitvi še niso pozabili. Kaj so vam v življenju dali ti ljudje?

Lačen: Vedno se z veseljem vključim, vedno je lep občutek biti obdan z njimi. Ko me prepoznajo, mi kar malo zaigra srce. Moja služba nikoli ni bila samo formalnost. To sem bil jaz, to je bil moj smisel življenja, potrjevanje samega sebe in osmisleitev mojega bivanja. To je velika vrednota, za katero sem hvaležen, da mi jo je življenje prineslo. Še danes je srečanje z njimi vedno pristrčno, radi pritečejo k meni, radi se objemajo in pri meni bodo vedno dobrodošli.

Marijan je po upokojitvi sprejel vlogo predsednika Planinskega društva Črna, v kateri je vztrajal 8 let. Danes je ponosen na zip line ter eno najzahtevnejših ferat v Sloveniji (Ferata v Mučovem), ki jo dnevno obiskujejo tako domačini kot tujci. Zdaj je na vrsti ferata, ki bo iz središča mesta vodila proti vrhu zip lina, spust po njej pa bo pripeljal do bodočega letnega sankališča in na ta način zaokrožil ponudbo. »Že danes turisti tekajo po Črni s plezalnimi pasovi in čeladami. Včasih me vse skupaj spominja na Chamonix. Še naprej si bom prizadeval, da se bodo te aktivnosti v Črni razvijale.«

Pripis uredništva:

Marijanu Lačnu smo dolžni izreči globoko zahvalo za njegovo dolgoletno in plemenito delo. Vsi, ki ga poznamo, vemo, da je bilo sodelovati z njim pravi privilegij. V ospredje vedno postavi uporabnika. Še naprej mu želimo, da bi uresničil vse svoje zamisli in izzive.

Pomembna mednarodna priznanja za naše ugledne športnike in funkcionarje

Piše: dr. Anita Goltnik Urnaut

Komisija za nagrade pri Svetovni organizaciji World Para Volley je 24. aprila 2022 podelila nagrade za prispevek k razvoju in promociji paraodbojke.

Med prejemniki nagrad za izjemne dosežke posameznikov v odbojki sede, izjemen prispevek k razvoju in promociji paraodbojke ter izjemne zasluge posameznikov za delo s programi in dejavnostmi, ki pospešujejo razvoj paraodbojke, so bili tudi slovenski igralci in igralka odbojke sede, trenerji, strokovnjaki in sodniki.

Nagrade za izjemne dosežke in izjemne zasluge so prejeli:

Adi URNAUT je prejel nagrado za izjemne zasluge kot trener in inštruktor za trenerje, za prispevek k razvoju ženske odbojke sede ter za promocijsko in razvojno delo.

Alenka IRŠIČ je prejela nagrado za izjemne dosežke za uspešno igralsko kariero in osvojene medalje na mednarodnih tekmovanjih ter sodelovanje pri izvedbi tekmovanj.

Danica GOŠNAK je prejela nagrado za izjemne dosežke za tekmovalne uspehe kot prejemnica številnih medalj in individualnih nagrad na mednarodnih tekmovanjih v odbojki sede ter za vključevanje v trenersko delo v odbojki in odbojki sede.

Davorin KRAGELNIK je prejel nagrado za izjemne zasluge kot uspešen igralec in kapetan reprezentance v odbojki sede (20 let nastopanje na mednarodnih tekmovanjih, osvojena odličja z reprezentanco Jugoslavije ter uspešno nastopanje

za reprezentanco Slovenije). Je sodelavec pri organizaciji velikih tekmovanj in delovanju kluba, sodnik in aktivist za zagotavljanje enakih pravic za športnike invalide.

Prof. Helena BURGER, dr. med., je prejela nagrado za izjemne dosežke za delo na področju mednarodnih klasifikacij, sodelovanje pri organiziranju dogodkov ter delovanje v vlogi zdravnika reprezentance in klubov v odbojki sede.

Janko Plešnik je prejel nagrado za izjemne zasluge kot mednarodni sodnik (več kot 20 let sojenja odbojke in odbojke sede, sojenje treh paraolimpijskih finalnih tekem), član sodniške komisije in komisije za pravila, delegat, mednarodni opazovalec in inštruktor.

Jože BANFI je prejel posthumno nagrado za izjemne zasluge in uspehe v vlogah igralca (udeleženec mednarodnih tekmovanj za reprezentance Jugoslavije, Slovenije in Nizozemske, dobitnik številnih medalj na svetovnih in evropskih prvenstvih), trenerja, inštruktorja trenerjev in organizatorja tekmovanj ter razvojnih dogodkov.

Peter KONČNIK je prejel nagrado za izjemne zasluge pri delovanju na področju sojenja in razvoja. Kot mednarodni sodnik je 20 let sodil na mednarodnih tekmovanjih v odbojki sede in stoje, je član sodniške komisije, delegat, mentor, tutor in ocenjevalec sodnikov (15 let).

Peter OZMEC je prejel nagrado za izjemne zasluge za delovanje v različnih vlogah – igralca, trenerja in vodje ekip v odbojki sede, organizatorja velikih tekmovanj in sodelavca v aktivnostih za promocijo in razvoj odbojke – ter za uspešno delovanje pri vodenju športnih organizacij.

Saša KOTNIK je prejela nagrado za izjemne dosežke za tekmovalne uspehe kot prejemnica številnih medalj in individualnih nagrad na mednarodnih tekmovanjih v odbojki sede, za vlogo vzornika in motivatorja ter za sodelovanje pri izvedbi tekmovanj in promocijskih aktivnostih.

Štefka TOMIČ je prejela posthumno nagrado za izjemne zasluge kot udeleženka mednarodnih tekmovanj in prejemnica številnih medalj ter za sodelovanje pri organizaciji tekmovanj.

Vlado HOMAN je prejel nagrado za izjemne dosežke za igralske uspehe in osvojena odličja z reprezentanco Jugoslavije, uspešno nastopanje za reprezentanco Slovenije, sodniško delo na nacionalni ravni ter promocijo odbojke za invalide.

Nagrado Častno članstvo za pionirsko delo in prispevek k razvoju odbojke in Svetovne organizacije za paraodbojko (World Paravolley) sta prejela:

- **dr. Rajko VUTE** za uspešno in dolgoletno vključevanje v vodenje organizacije, trenersko delo, razvojno, raziskovalno in izobraževalno delo s trenerji ter vodenje komisij.
- **dr. Anita Goltnik URNAUT** za igralsko kariero ter sodelovanje pri vodenju in upravljanju organizacije.

Tudi Zveza ŠIS-SPK del projekta DigiSwim

Od 1.1.2022 do 31.3.2023 poteka projekt Digitalna transformacija za različne nevladne organizacije na področju plavanja in vključevanje uporabnikov – DigiSwim. Prijavitelj na projekt in vodja projekta je Plavalna Zveza Slovenije, Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite pa je vključena kot partner.

Več o projektu

V okviru projekta DigiSwim je glavni namen optimizirati delovne procese prijavitelja Plavalne zveze Slovenije (v nadaljevanju: PZS) in partnerja na projektu Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite (v nadaljevanju: ZSIS-SPK), prenoviti digitalne zaledne sisteme ter z modernizacijo uporabniških vmesnikov omogočiti enostavnejšo uporabo in višjo dodano vrednost plavalni skupnosti v Sloveniji. Poleg tega se bo v okviru projekta izvedlo usposabljanja za povečanje digitalnih kompetenc ciljnih uporabnikov.

Glavne aktivnosti projekta DigiSwim:

1. Vodenje projekta.
2. Razvoj nove platforme – ob zaključku projekta bo platforma vzpostavljena in delujoča.
3. Usposabljanja za uporabo optimiziranih procesov konzorciju – izvedli bomo 26 usposabljanj za 251 oseb v vseh treh ciljnih skupinah.
4. Usposabljanja na področju digitalnih kompetenc – izvedli bomo 26 usposabljanj za 251 oseb v vseh treh ciljnih skupinah.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA JAVNO UPRAVO

Lek d. d.

Vsak med nami je edinstven.

**Sprejemati in spoštovati želimo posebnosti,
drugačne sposobnosti in izkušnje vsakogar
med nami.**

Skozi raznolikost gradimo zaveznitva in si prizadevamo za odpravo vseh oblik diskriminacije. Ustvarjamo vključujoče delovno okolje, v katerem smo lahko najboljši in zvesti sami sebi. In še naprej skupaj premikamo meje znanosti ter medicine.

Smo Novartis. Soustvarjamo medicino.

 **NOVARTIS** | Reimagining Medicine

