

Športnik

REVIJA JE BREZPLAČNA
Številka 79
april 2026
www.zsis.si



**Pogovor s prof.
dr. Heleno Burger**

str 8

**Doplihar srebrn
in bronast**

str 20

**Kegl osvojil
Avstralijo**

str 32



Kazalo

| | | | | | |
|----|---|----|---|----|---|
| 3 | Milano – Cortina 2026 | 30 | Nina in Tristan obetavno v sezono | | gibalna dejavnost za osebe s posebnimi potrebami: |
| 4 | Jernej in Tabea sta se izkazala v Italiji | 32 | Marino Kegel osvojil odprto prvenstvo Avstralije | 52 | pregled slovenskih raziskav |
| 8 | Parašportniki zmorejo več | 34 | Otepaa postregla s številnimi izzivi | | Na naši zvezi zaživel Parašportni center |
| 14 | Uspešen zimski paralimpijski tabor za družine | 36 | Državna prvenstva 2025 | 53 | Nove sistemske podpore vrhunskim parašportnikom |
| 18 | Ko zaupanje velikega partnerja pomaga doseči velike cilje | 38 | Paraplezalci brez ovir – inPlaninec pleza višje od meja | 54 | Po 61. slovesni podelitvi Bloudkovih priznanj |
| 20 | Na Tajskem dve medalji za Aneja | 42 | Odločno v svet paraboba | 56 | Predstavitve projekta Aktivno inkluzivno v Mariboru |
| 22 | Imamo evropske klubske prvakinja | 44 | Mlade navdušila odbojka sede | 58 | Aktivno inkluzivno tudi na Koroškem |
| 26 | Andreji bron, z novim trenerjem | 48 | Pohodništvo kot vključujoča | | |

Kolofon

Izdaja: Zveza za šport invalidov Slovenije - Slovenski paralimpijski komite

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

ISSN 1854-5254

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

(V tej številki revije Športnik je bil recenziran znanstveni članek avtorice Tjaše Filipič z naslovom: Pohodništvo kot vključujoča gibalna dejavnost za osebe s posebnimi potrebami: pregled slovenskih raziskav)

Za Zvezo ŠIS – SPK: Damijan Lazar

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

Uredniški odbor: Drago Perko - v.d. urednika, Tjaša Filipič, Maja Bobnar, Anton Petrič, Žiga Kobaševič in Franci Slivšek

Sodelavci: Majda Vesel Kočar in Jana Čander

Naklada: 4000

Izid revije sta finančno omogočila Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij – FIHO in Fundacija za šport FŠ.

Lektoriranje: Rok Janežič

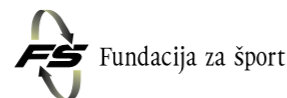
Oblikovanje in prelom: Franci Slivšek

Tisk: Para d.o.o., Ljubljana

Programe Zveze ŠIS - SPK sofinancirajo:

Naslovna fotografija:

(foto: Vid Ponikvar/Sportida)



Arrivederci, Milano – Cortina 2026*

Piše: Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS-SPK

(foto: Vid Ponikvar/Sportida)



▲
Damijan Lazar
predsednik
Zveze ŠIS - SPK

Šport ima posebno moč. Ne povezuje le ljudi in narodov, temveč razkriva tudi najgloblje plasti človeškega značaja – vztrajnost, pogum in vero v lastne sposobnosti. Prav zato imajo zimske paralimpijske igre v svetu športa posebno mesto. Ko so se pogledi športne javnosti usmerili v Cortino d'Ampezzo, nismo spremljali le tekmovanj na snegu in ledu, temveč tudi številne zgodbe o premagovanju ovir, ki pogosto segajo daleč onkraj športnih aren.

Milano – Cortina, eno najbolj znanih alpskih središč, je že desetletja simbol zimskega športa. Obdana z veličastnimi vrhovi Dolomitov ponuja prizorišče, ki je hkrati slikovito in zahtevno. Prav v takšnem okolju so paralimpijski športniki pokazali izjemne sposobnosti, tehnično dovršenost in neverjetno

vdržljivost. Njihovi nastopi so dokazali, da vrhunski šport ni definiran zgolj s telesno popolnostjo, temveč predvsem z odločnostjo in predanostjo.

Za številne paralimpijce je pot do tekmovanja dolga in zahtevna. Pogosto se začne z življenjskim preobratom – poškodbo, boleznijo ali okoliščinami, ki bi marsikoga odvrnile od športa. A prav v teh trenutkih se rodi nova motivacija. Šport postane način, kako ponovno odkriti lastno moč, preseči omejitve in dokazati, da človekove sposobnosti niso določene zgolj z okoliščinami, temveč z voljo.

Zimske paralimpijske igre združujejo različne discipline, od alpskega smučanja in teka na smučeh do parabiatlona, deskanja na snegu in hokeja na sankah. Vsaka od teh disciplin zahteva izjemno kombinacijo tehnike, fizične pripravljenosti in mentalne osredotočenosti. Posebno vlogo ima športna oprema, prilagojena različnim vrstam invalidnosti, ki športnikom omogoča, da na tekmovališču pokažejo polni potencial.

A pomen paralimpijskih iger presega športne rezultate. Igre so tudi pomemben družbeni dogodek, ki spreminja pogled na invalidnost. Vsak nastop na paralimpijskem prizorišču sporoča, da invalidnost ne pomeni omejitve človekovega duha. Nasprotno – pogosto razkriva izjemno moč, ustvarjalnost in sposobnost prilagajanja. Za številne mlade invalide po svetu so paralimpijci pomembni vzorniki. Njihove zgodbe dokazujejo, da so sanje dosegljive, ne glede na okoliščine. Prav

zato paralimpijsko gibanje že desetletja spodbuja vključevanje, dostopnost in enake možnosti v športu in širši družbi.

Milano – Cortina je v času zimskih paralimpijskih iger postala stičišče kultur, zgodb in čustev. Navijači z vseh koncev sveta so spremljali tekmovanja, a hkrati praznovali vrednote, ki jih šport prinaša: spoštovanje, solidarnost in pogum. V svetu, ki je pogosto razdeljen, nas prav takšni dogodki spominjajo, da lahko šport povezuje ljudi na način, ki presega razlike.

Medalje so bile in ostale pomembne, saj predstavljajo vrhunec let treninga, odrekanja in discipline. A resnična zapaščina paralimpijskih iger je predvsem navdih, ki ga športniki prinašajo s svojimi nastopi. Vsak spust po smukaški progi, vsak kilometer na smučeh in vsak zadetek na ledeni poskvi je tudi sporočilo o tem, kaj pomeni verjeti vase.

Ko so se v Milano – Cortini ugasnile luči športnih prizorišč, so ostali spomini na več kot le tekmovanje. Videli smo dokaz, da lahko šport spreminja pogled na svet in odpira nove možnosti. Prav v tem pa je njegova največja vrednost – da nas opominja, kako močan je lahko človek, ko se odloči, da ovir ne bo sprejel kot mejo, temveč kot izziv. Pri naših sosedi se je to zgodilo. Da smo bili tega deležni tudi mi, pa sta poskrbela naša športnika Tabea Dolžan in Jernej Slivnik, pa tudi vsi slovenski mediji na čelu z RTV Slovenija.

*Nasvidenje, Milano – Cortina 2026

Jernej in Tabea sta se izkazala v Italiji

Piše: Drago Perko, STA

(foto: Vid Ponikvar/Sportida)



Cortina d'Ampezzo je med 6. in 15. marcem gostila 14. zimske paralimpijske igre, na katerih sta se dobro odrezala smučarska tekačica Tabea Dolžan in paraalpski smučar Jernej Slivnik. Na večini prejšnjih izvedb zimskih iger je nastopil le po en slovenski predstavnik v alpskem smučanju.

V tej vlogi je bil v letih 2018 in 2022 Slivnik, tokrat pa je imel v slovenski reprezentanci prvič družbo, saj je Dolžanova na letošnjem tekmovanju nastopila prvič v karieri. Osvojila je 11. in 17. mesto v teku na deset kilometrov in v sprintu. Za najboljšo slovensko uvrstitev na igrah je z devetim mestom v veleslalomu poskrbel Slivnik, kar je obenem nova najboljša slovenska uvrstitev v obdobju

samostojnosti na največjem zimskem tekmovanju za športnike invalide. Slivnik je nastopil še v superveleslalomu, končal je na 18. mestu.

Tudi na krilih navijačev

»To so bile najboljše igre doslej. Vzdušje je bilo vrhunsko, vesel sem, da nisem bil sam, da je bila z

nami tudi Tabea. Tudi rezultatsko je bilo vrhunsko, ne bi si mogel želeli boljšega,« je igre ocenil Slivnik. »To so bili najlepši trenutki mojega življenja, videti toliko domačih in sokrajanov v cilju. Ne glede na to, kako bi se odrezal, sem se počutil izjemno. Vesel sem, da sem dosegel tak rezultat, da sem kljub dvema izgubljenima letoma izboljšal svoj najboljši izid. Lahko pa sem še veliko boljši,« je še dodal 25-letni Hrušičan.

»Nekako sem premagal to prekletstvo na igrah, da imam en odstop. Vedel sem, da lahko tudi veleslalom odpeljem zelo dobro. Super tekma, težke razmere. V drugi vožnji so bile po eni strani celo boljše, kar me je presenetilo in tako nisem našel pravega ritma. A je bilo iz zavoja v zavoj boljše. Ob prihodu v cilj sem videl enico, slišal slovenske navijače, popoln dan. Veleslalom ni bil slab, a je še daleč od tega, kar sem sposoben,« se je Slivnik še enkrat ozrl na oba nastopa na igrah.

»Veleslalom je zelo dobro odpeljal, predvsem prvo vožnjo, imel je številko 25 pri sedečih. Že to, da je po prvi vožnji prišel na deseto mesto, kaže, da je sposoben več. V drugi je bil malo zadržan, a konec koncev je to zelo lep rezultat. Po vseh težavah je bil to nekakšen obliž, morda tudi prelomen trenutek,

Vabljeni k ogledu oddaje Tempo (skeniraj QR kodo), kjer smo bili s Tabeo in Jernejem.



Uspešen debi Tabee Dolžan.



Tako Tabea kot Jernej sta imela v Italiji močno podporo navijačev.



1 PARALIMPIJSKI ŠPORT

Novice

da razmisli, kaj ga lahko še čaka. Verjamem, da se lahko še marsikaj zgodi,« je tekmo in igre ocenil Slivnikov trener Roman Podlipnik.



Jernej Slivnik je na paralimpijskih igrah debitiral v super veleslalomu.



Sprejem po vrnitvi na Jesenicah.



Uspešna slovenska odprava v Italiji.

»Občutki so fenomenalni, a potrebujem še nekaj časa, da se vse 'usede'. Vse je bilo v redu, le na progi so bile spomladanske razmere, bilo je zahtevno. Zadovoljna sem s svojima nastopoma, če bi bila proga bolj trda, bi bilo mogoče še malo bolje. Podpora družine in navijačev pa mi pomeni ogromno. Zadnja dva kroga sem bila že na koncu z močmi, a ko sem na tribunah slišala navijače, sem še stisnila,« pa je svoje prve igre podoživela Tabea Dolžan, prva Slovenka na zimskih paralimpijskih igrah.

Pogled naprej

»Zadovoljni smo, ker je na igrah nastopila tudi predstavica nežnejšega spola. Opiramo nove zgodbe, segment zimskih športov si želimo še povečati, pogrešamo krling, ki je v preteklosti že bil del tega. Zimski športi so posebni, zahtevnejši, naravno okolje je za invalide težje. Delovali bomo predvsem v okviru projekta Aktivno inkluzivno, ki naj bi poskrbel za nove športnike,« je po igrah dejal predsednik Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja Damijan Lazar.

»Vtisi so odlični tako z rezultatskega vidika kot z vidika klime, ki je vladala v naši odpravi. Vzpodbudo je vsem dal že prvi Jernejev rezultat – 18. mesto v superveleslalomu. To je bil obet za veleslalom, kar se je tudi potrdilo, saj se je Jernej zavihtel na 9. mesto. Pohvaliti moramo tudi Tabeo Dolžan, prvo Slovenko, ki je tekmovala na zimskih paralimpijskih igrah. Prvič smo nastopili tudi v novi disciplini – smučarskem teku, ki smo ga dodali alpskemu smučanju. Vesel sem za Tabejine solidne nastope, vse to je dobra vzpodbuda za naprej. Jernej je že 'veteran', to so bile njegove tretje paralimpijske igre. Ima rezerve in potencial za še boljše rezultate. Je pa v Italiji pokazal, da nima le volje, ampak tudi kvaliteto in koncentracijo, saj je oba veleslalomski teka kljub zahtevnim pogojem na progi odpeljal zelo dobro,« je slovensko odpravo pohvalil Roman Jakič, ki je bil petič njen vodja.

Na igrah, ki so na šestih prizoriščih potekale med 6. in 15. marcem, je sodelovalo 611 športnikov iz 55 držav. Tekmovali so za 79 kompletov medalj v šestih panogah (alpsko smučanje, biatlon, smučarski tek, hokej, deskanje in krling na vozičkih). Na največjem tekmovanju za športnike invalide v letu 2026 se je med dobitnice medalj vpisalo 27 držav, najuspešnejši so bili Kitajci s 44 (15 zlatimi), sledita ZDA s 24 in Rusija z 12 medaljami. Naslednje zimske paralimpijske igre bo leta 2030 gostila Francija, poletne igre pa leta 2028 Los Angeles.



Splača se.



V športu vama ni para.

Čestitamo **Tabei Dolžan** in **Jerneju Slivniku** za uspehe na zimskih paralimpijskih igrah Milano Cortina!



ZVEZA ZA ŠPORT INVALIDOV SLOVENIJE
SLOVENSKI PARALIMPIJSKI KOMITE



Parašportniki zmorejo več, kot si mislimo

Piše: Drago Perko

(foto: Vid Ponikvar/Sportida)

Februarja letos so že enainšestdesetič podelili Bloudkova priznanja, najvišja državna priznanja na področju športa. Bloudkovo plaketo je za pomemben prispevek k razvoju slovenskega športa prejela tudi prof. dr. Helena Burger, dr. med., spec.fiz. med. in reh., predstojnica oddelka za rehabilitacijo po amputaciji na Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Republike Slovenije Soča, izjemna strokovna avtoriteta na področju zdravja in rehabilitacije parašportnikov.

V treh desetletjih je s svojim delom na Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Republike Slovenije Soča doma in na tujem pustila globok pečat, hkrati pa storila mnogo dobrega za slovenski parašport. Poleg tega je s svojim strokovnim delom parašportnicam in parašportnikom pomagala do uresničitve sanj in smelih načrtov, tudi v vlogi zdravnice slovenske odprave na kar osmih paralimpijskih igrah. Kot profesorica na Medicinski fakulteti Univerze v Ljubljani je svoje izkušnje prenašala na študente, s čimer je zagotavljala kontinuiteto



strokovnega znanja v parašportu. Prof. dr. Helena Burger, dr. med., spec.fiz. med. in reh., bo v prihodnjih tednih tudi uradno sklenila svojo bogato in uspešno poklicno pot in se upokojila. Tik pred tem smo jo obiskali, nastal je ta iskrič pogovor.

Pa začnimo tale pogovor pri koncu: v imenu Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja iskrene čestitke za Bloudkovo plaketo, ki ste jo prejeli februarja letos.

»Hvala. Nagrada, bolj rečeno nominacija, me je presenetila lani, ko so me predlagali za to prestižno priznanje. Letos sem pa že vedela, da bom predlagana. To je zame čast, hkrati pa veliko priznanje in potrditev, da je delo zdravnikov oziroma celotne zdravstvene ekipe tako pomembno za to, da lahko športniki dosegajo take rezultate. Je pa Bloudkova plaketa tudi priznanje za šport invalidov.«

Več kot 30 let ste del parašporta kot strokovna avtoriteta, ki je pomagala pri uveljavljanju parašporta v slovenski družbi. Kako je bilo v teh letih? Se je bilo treba dokazovati?

»Slovenski javnosti je bilo treba velikokrat dokazati, česa so parašportniki sposobni in kaj vse zmorejo. Treba je bilo veliko narediti, da smo počasi prišli do točke, ko je parašport postal prepoznan in ko športnike invalide tako kot športnike neinvalidne prepoznamo kot tiste, ki veliko trenirajo, se odrekajo in se morajo zelo truditi za doseganje rezultatov. Tu sem bila kamenček v mozaiku parašportnikov – pomagala sem jim pri uresničevanju njihovih želja in vizij.«

K vam, tako na URI SOČA kot v paralimpijski odpravi, so parašportniki prihajali z upanjem, v vseh teh letih pa ste pridobili njihovo zaupanje.

»Pred vsakimi paralimpijskimi igrami smo želeli narediti vsaj en zdravniški pregled in eno obremenitveno testiranje. Želela sem namreč vedeti, s kakšnimi športniki in s kakšno ekipo grem na igre. Poleg tega sem želela ugotoviti, kaj moram vzeti s seboj. Z leti se je med športniki in mano vzpostavilo zaupanje. Če so imeli probleme, so prihajali k meni in smo težave poskušali reševati. Želela sem jim pomagati pri uresničevanju športnih želja in doseganju rezultatov.«

Kdaj ste šli prvič na paralimpijske igre?

»Bilo je leta 1996 v Atlanti.«

Kako pa ste prišli v svet parašporta?

»Moja stanovska kolega, ki sta do tedaj sodelovala, sta rekla, da mi predajata to mesto, če me zanima. Jaz sem si pa vedno želela delati s športniki. Ko sem prišla na URI SOČA, sem od takratnega predstojnika izvedela, da ne bom mogla delati z vrhunskimi športniki, je pa bilo na voljo delo z vrhunskimi parašportniki. Ja, to je bil zame velik izziv, ki sem ga sprejela.«

Kolikor vem, ste s parašportniki prvič sodelovali že leta 1995.

»Slovenija je leta 1995 gostila evropsko prvenstvo v odbojki sede. Na URI SOČA so potekale kategorizacije, klasifikator pa je potreboval nekoga, ki bi mu pomagal. Ker moj stanovski kolega ni imel časa, je predlagal mene. In ker so potrebovali tudi zdravnika, ki bi pokrival samo tekmovanje, sem vse to prevzela. Tedanji direktor URI SOČA Franc Hočvar je bil temu naklonjen.«

Ste prej poznali parašport?

»Nisem. Sploh nisem imela stika z njim.«

Kako pa ste po prej omenjenem evropskem prvenstvu začeli dojemati parašport?

»Spoznala sem, kaj parašportniki zmorejo. Spoznala sem veliko krasnih ljudi, ki se trudijo za rezultate, predvsem pa se vzpodbujajo in navijajo drug za drugega.«

Prej ste omenili paralimpijske igre v Atlanti. Kako ste se pripravili nanje?

»Že pred igrami smo dobro sodelovali. Takrat sem imela vizijo, da bi zdravnik lahko zelo koristil trenerju oziroma trenažnemu procesu športnika ali ekipe. Začeli smo z obremenitvenimi testi. Tako so trenerji iz leta v leto postajali vse bolj dojemljivi za sodelovanje in moje strokovne nasvete. Ko pa ste omenili pripravo na pot: bistvena je bila analiza

zdravil, ki jih imajo parašportniki, temu pa sem dodala še nekaj materiala za prvo pomoč, če bi bilo treba ukrepati. Sicer pa so bile paralimpijske igre v Atlanti največji izziv zame.«

Zakaj pa?

»Ne zato, ker so bile to moje prve igre, ampak zato, ker so bile daleč najslabše organizirane od vseh iger, na katerih sem bila. Na pot smo odšli prej, da bi se privadili na časovno razliko in se aklimatizirali. Ko smo prišli v paralimpijsko vas, kjer so prej bivali olimpijci, smo morali najprej vse počistiti. Po koncu olimpijskih iger ni nihče počistil za našimi predhodniki. Po treh urah pregovarjanja z organizatorji smo dobili metle in čistila ter začeli čistiti.«

Vam je taka dobrodošlica skazila prve dobre vtise?

»Ne, nisem vedela, kaj lahko pričakujem. Najbolj sem bila razočarana, ko sem bila prvič na atletskem stadionu na tekmovanju. Televizija naredi drugačno predstavo, predvsem pa na stadionu vidiš precej manj kot po televiziji, vzdušje pa je res krasno.«

Bilo je veliko medalj, zmag in tudi porazov. Kako ste doživljali te trenutke, predvsem tiste svetle, s kolajnami ozaljšane?

»Z navdušenjem in veseljem, ker so parašportniki uresničili svoje sanje. To je nekaj najlepšega, kar lahko športnik doseže. Vsa ekipa je bila vsakič znova ponosna, da je lahko bila del tega in k temu pripomogla po svojih najboljših močeh.«

Kam gre parašport? V katero smer se razvija?

»Menim, da se premikamo oz. smo že dosegli smer športa neinvalidov oziroma vrhunškega športa. Prisoten je vedno hujši profesionalizem, vedno več treninga, vedno bolj dejansko šport kot šport. Ko sem začela sodelovati s parašportniki, ni bilo to na taki ravni. Vsi so trenirali, ampak vseeno je bilo to v manjši meri, vsaj v Sloveniji v tistem času. Zdaj pa to prihaja oziroma je že na vrhunski ravni.«

Kakšno je mnenje stroke o taki profesionalizaciji parašporta?

»Po pravici povedano imam tudi pomisleke, ker vrhunski šport ni nekaj zdravega. Priporočam pa šport v zdravih mejah, saj krepi naše telo in duha. Pri parašportnikih je treba misliti še na vrsto drugih dejavnikov: če je nekdo na invalidskem vozičku, potrebuje roke za gibanje, da se poganja, zato so roke dodatno obremenjene tudi pri parašportu. Ta problem rešujemo tudi tako, da za transport uporabljamo elektronske sisteme. Pa vendar: do določene mere je parašport dober, ker krepi mišice, a lahko, če ga izvajamo prekomerno, povzroča dodatne okvare in težave. Vsak posameznik se mora odločiti sam. Naloga zdravstvene ekipe je, da pove svoje mnenje, a da hkrati pomaga uresničiti parašportnikove cilje.«

Dr. Helena Burger je v pogovoru izpostavila pomen zaupanja, ki ga je zgradila s parašportniki, tudi z Dejanom Fabčičem.

Šport je (p)ostal most socializacije invalidov v družbo.

»Drži. Je pa tudi res, da vsi niso za šport, zato si najdejo alternative. Tudi kulturo. Pomembno je, da vedo, kaj jih zanima. Kljub temu, da so doživeli hudo življenjsko izkušnjo, da so drugačni in da imajo določene omejitve, lahko veliko dosežejo in se samouresničijo na različnih področjih.«

Šport ostaja pomemben del rehabilitacije.

»Mislim, da je to dobra stvar. Spet pa se postavi vprašanje – v kateri fazi rehabilitacije. V najbolj akutni fazi pač ne, kasneje pa. Tukaj je zelo pomembno sodelovanje športnega pedagoga z zdravstvenim osebjem, da ve kaj lahko in kaj ne. Če bi športni



pedagog nekaj forsiral, bo to slabo in bo to škodljivo za tisto, kar postavlja in gradi zdravstveni del. Po drugi strani pa lahko določene športne aktivnosti pomagajo tudi rehabilitaciji. Preden sem začela z delom na URI SOČA, je imel parašport v naši ustanovi zelo pomembno vlogo, veliko aktivnosti je bilo. Potem je sledilo manj aktivno obdobje. Ko pa sem postala strokovna direktorica URI SOČA, smo športu vnovič namenili veliko pozornosti, vključno z vključevanjem športnega pedagoga.«

Kaj svetujete staršem otrok z invalidnostjo?

»Vsem bi rada položila na srce, naj otroka spodbujajo k zdravemu načinu življenja, kar vključuje tudi telesno aktivnost in šport. Ni nujno, da gre za vrhunski šport. Bistvena je telesna aktivnost, ki jo otrok zmora in ki ga veseli. Zato je pomembno, da otrok preizkusi čim več športnih disciplin, saj se tudi tako bolj celostno razvija.«

Pred dnevi ste sklenili poklicno pot in se upokojili. Koliko časa ste bili na URI SOČA?

»Od junija 1993. Sprva sem bila zdravnica, potem vodja

▲ Na poletnih paralimpijskih igrah v Parizu je združila moči s fizioterapevtom Matejem Kovačem.

zdravstvenega dela v Centru za protetiko in ortotiko. Zatem sem začela delati z žrtvami min, ustanovljen je bil center za rehabilitacijo žrtev min, ki sem ga vodila nekaj let. Potem sem bila eno leto vodja ambulantne rehabilitacijske službe, deset let sem bila strokovna direktorica, nazadnje pa predstojnica oddelka za rehabilitacijo pacientov po amputaciji.«

Kakšni so zdaj načrti?

»Da začnem končno uživati v tistem, kar sem si vse življenje želela. Da imam spet malo več časa za surfanje. Imam tudi dva vnuka. Z veseljem bom v miru prebrala kakšno knjigo, kaj postorila na vrtu in spet šla na kakšno kulturno prireditev, kar sem po covidu malo opustila.«

Lepi in smeli načrti. Naj se uresničijo. V imenu Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja iskrena hvala za vaš čas in za vse, kar ste naredili za parašport.

»Hvala.«



Jernej Slivnik je premagal zdravstvene težave in prišel do rezultata kariere na paralimpijskih igrah.

(foto: Vid Ponikvar/Sportida)

Uspešen zimski paralimpijski tabor za družine

Piše: Drago Perko

(foto: Jure Gasparič, Blaž Oman)

Na Rogli se je prvi vikend februarja sklenil 3. zimski paralimpijski tabor za družine. Organizirala ga je Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite.

Udeležilo se ga je kar 20 družin, kar je največ do sedaj, skupno pa je sodelovalo 60 udeležencev. Med njimi je bilo 28 otrok, od tega 19 otrok in mladih z invalidnostmi, starih med 6 in 25 let.

Gal, biskijji in monoskijji

Zimski paralimpijski tabor za družine na Rogli je bil namenjen povezovanju, športnim dejavnostim in izmenjavi izkušenj v spodbudnem ter dostopnem okolju. Začel se je v četrtek, 29. 1., ko so si nekateri udeleženci ogledali smučarsko tekmo udeležencev 17. smučarskega kampa, ki ga je med 27. 1. in 29. 1. na Rogli organizirala Zveza paraplegikov Slovenije. Za uvod v tabor so se vsi zbrali v Snežni dvorani, kjer sta jih pozdravila mag. Majda Vesel Kočar, vodja tabora, ter Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS-SPK. Predstavila se je tudi ekipa, ki je do nedelje skrbela za mlade udeležence. Zbrani so se že v četrtek spoznali z biskijji in monoskijji, pripomočki, ki omogočajo varno in dostopno smučanje. Navdihujoč uvod v zimsko dogajanje je pripravil Gal Jakič, nekdanji paralimpijec, ki je z nami delil svojo življenjsko zgodbo in izkušnje. Sledilo je učenje plesne koreografije Trkajeve himne parašportnikov Ta tempo, ki nas je je v sodelovanju z Zalo Hoblaj in Nastijo Fijolič naučil Klemen Pirman. »Na Rogli sem se imel zelo lepo. To je kar pravilo. Zelo lepo je bilo videti mlade športnike, ki so se udeležili 3. zimskega paralimpijskega tabora. Vesel sem, ker sem videl mlade in nasmejane obraze ljudi, ki jih zimski športi veselijo, saj v parašportu najdejo zadovoljstvo in srečo. Imel sem možnost



družiti se z njimi in njihovimi starši. To je bila za vse izjemna izkušnja,« je dodal Gal Jakič.

Dr. Nika Šuc, inštruktorica paraalpskega smučanja, je bila vodja ekipe sedečih smučarjev, Žiga Kobaševič pa vodja ekipe hodečih smučarjev.

V smučanju so se preizkusili vsi otroci z invalidnostmi ter večina njihovih bratov in sester. Smučanje je potekalo v dveh večjih skupinah – hodečih in sedečih smučarjev. Sedeči smučarji so se glede na vrsto invalidnosti vozili z biskijji ali monoskijji. Za varnost in kakovostno izvedbo je skrbelo 13 vaditeljev in spremljevalcev, sedečim smučarjem pa so se vsak dan pridružili tudi Lekovi prostovoljci.

Kamp v ZDA in Trkaj

V petek so bili prvič na snegu – v dveh skupinah, hodeči in sedeči. Vse dopoldne so imeli v dvorani športne aktivnosti, ki jih je vodila regijska koordinatorka projekta Aktivno inkluzivno Ana Hrbljan. Popoldne je Ilija Avramoski predstavil kamp v Ameriki, ki se ga je konec oktobra

Kako smo se imeli na Rogli, pa izveste, če skenirate tole QR kodo, čaka vas navdihujoč video.



udeležilo pet mladih športnikov, svojo izkušnjo pa sta predstavila še dva udeleženca tega kampa: Tristan Majcenovič in Luka Stanar. Predstavitve se je udeležila tudi Mateja Jurič, predstavnica ameriškega veleposlaništva, ki je omogočilo njihovo udeležbo. Anja Pečaver je predstavila osnove curlinga, v katerem so se udeleženci tudi preizkusili. Večer je v odličnem vzdušju zaokrožil nastop Trkaja, avtorja pesmi Ta tempo, himne slovenskega parašporta, ki jo je pevec Rok Trkaj napisal leta 2020.

Lekova prostovoljca in Tačke pomagačke

Tudi sobotno dopoldne so mladi in njihovi starši preživeli na belih strminah, sočasno pa so v dvorani potekale športne aktivnosti pod vodstvom Ane Hrbljan in Špele Cesar, regijskih koordinatorik projekta Aktivno inkluzivno. Skupaj je na taboru sodelovalo šest regijskih koordinatorjev, ki so se aktivno vključevali v športne aktivnosti ter obenem navezovali stike s starši iz svojih regij. Sobotno popoldne je potekalo ločeno za starše in otroke. Lekova prostovoljca sta za otroke pripravila delavnico s kemijskimi eksperimenti, medtem ko je Anja Pečaver s starši vodila pogovor o izzivih, s katerimi se starši in otroci soočajo v šolskem in domačem okolju.

Paralimpijec Gal Jakič je predstavil svojo športno pot, zbrani so mu pozorno prisluhnili.



Lekova prostovoljca sta s svojimi poizkusi požela veliko pozornosti.



Letošnji 3. zimski paralimpijski tabor za družine.



1 PARALIMPIJSKI ŠPORT

Novice

Nedeljsko dopoldne smo znova preživel na snegu – najprej na smučanju, nato pa še na zaključnih igrah, ki smo jih zaradi nizkih temperatur zaključili nekoliko prej. Tudi zadnji dan so nam pri aktivnostih



S pomočjo Klemna Pirmana so udeleženci spoznali tudi osnove paraplesa.



Družine so dobro izkoristile dneve na Rogli.

Mladi so pozorno poslušali in se hitro učili.

pomagali Lekovi prostovoljci, v zaključnem delu pa so se otroci razveselili dveh psov iz društva Tačke pomagačke. Polni vtisov in z obljubo, da se znova srečamo poleti v Laškem, smo se zadovoljni razšli.

»Zimski tabor za invalide in njihove družine, ki poteka konec januarja, je udeležencem iz vse Slovenije ponudil edinstveno priložnost za aktivno in vključujoče preživljanje zime v gorskem okolju. Tabor je bil namenjen osebam z različnimi vrstami invalidnosti ter njihovim staršem. V ospredju so bile prilagojene zimske športne aktivnosti, kot je smučanje s prilagoditvami, udeleženci pa so lahko izvajali tudi različne športne aktivnosti v dvorani. Program je potekal pod vodstvom strokovno usposobljenih mentorjev, vaditeljev in spremljevalcev. Posebna vrednost tabora je bila v dostopnem okolju Rogle, ki s prilagojeno infrastrukturo omogoča varno gibanje in polno vključevanje udeležencev v vse aktivnosti. Poleg športnega programa tabor spodbuja socialno povezovanje, izmenjavo izkušenj ter krepitev samozavesti in občutka pripadnosti. To ni zgolj športni dogodek, temveč prostor, kjer premagujemo ovire, gradimo nova prijateljstva in dokazujemo, da sta gibanje in narava s prilagoditvami dostopna vsem, šport pa ostaja most socializacije,« je bil nad taborom navdušen Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS-SPK.

Zveza ŠIS-SPK bo poleti v Laškem organizirala tudi poletni paralimpijski tabor za družine.



Že 80 let premikamo meje za bolnike.



Smo Sandoz, vodilno farmacevtsko podjetje v svetu za generična in podobna biološka zdravila. In smo Lek, pionirji farmacevtske industrije v Sloveniji.

Naša strast so odličnost in vrhunska kakovost zdravil. Navdušujejo nas biotehnoški postopki za razvoj in proizvodnjo podobnih bioloških zdravil ter najvišji standardi farmacevtske proizvodnje.

SANDOZ



Lek farmacevtska družba d. d.
Verovškova ulica 57
1526 Ljubljana, Slovenija
www.lek.si

Ko zaupanje velikega partnerja pomaga doseči velike cilje

Piše: Sašo Sever

(foto: Vid Ponikvar/Sportida)

Vrhunski šport ni nikoli rezultat zgolj talenta. V ozadju uspešnih zgodb so ljudje, sistem in partnerji, ki znajo prepoznati potencial – še preden ta dozori v rezultate. Zavarovalnica Triglav že vrsto let dokazuje, da razume pomen dolgoročne podpore športu, tudi tam, kjer je pot najtežja. Ena takšnih zgodb je zgodba Jerneja Slivnika, slovenskega paraalpskega smučarja, ki danes sodi v sam vrh svetovnega parašporta.

Jernej Slivnik je letos v Italiji nastopil že na svojih tretjih paralimpijskih igrah. Njegova športna pot je zaznamovana z izjemno vztrajnostjo, jasnimi cilji in trdim delom, pomemben mejnik pa predstavlja tudi vključitev v projekt Mladi upi, ki ga že več kot desetletje podpira Zavarovalnica Triglav. Ta projekt mladim športnikom omogoča stabilnejše pogoje v obdobju, ko se športna kariera šele oblikuje in ko je zaupanje okolja ključnega pomena. Slivnik danes ne nastopa le kot vrhunski tekmovalac, temveč tudi kot ambasador programov, ki dokazujejo, da ima družbeno odgovorno partnerstvo v športu dolgoročen pomen.

Kot eden izmed mladih upov ste bili še kot 18-letnik deležni podpore Zavarovalnice Triglav v ključnem obdobju kariere. Kako pomembna je bila ta podpora?

V tistem obdobju je bila zelo pomembna. Ne gre samo za finančni vidik, ampak predvsem za občutek, da nekdo verjame vate, še preden dosegate velike rezultate. Takšno zaupanje ti da dodatno motivacijo in samozavest.



Kako ste doživeli, da vas je kot perspektivnega športnika prepoznala prav Zavarovalnica Triglav?

To je velika potrditev. Ko te podpre tako močan in prepoznaven partner, začutiš odgovornost. Veš, da moraš to zaupanje vračati – z odnosom do športa, z delom in s tem, kako se predstavljaš navzven. Verjamem, da sem to zaupanje upravičil.

Zavarovalnica Triglav močno vlaga v razvoj mladih in parašporta. Zakaj mislite, da je za slovenski šport in parašport tako pomembno, da ima močne institucionalne partnerje?

Parašportniki smo bili dolgo nekoliko zapostavljeni, zato je takšna sistemska podpora še toliko bolj dragocena. Veseli

me, da gre vsako leto na bolje. Lepo je videti, da ima parašport podporo, in upam, da bo takšnih partnerstev vedno več.

Ste ambasador programa Postani športnik. Vidite to kot nadaljevanje podpore, ki ste jo prejeli?

Vsekakor. Zdi se mi prav, da podporo, ki sem jo dobil, delim naprej. Če lahko mlademu invalidu pokažem, da obstajajo poti in da ima pri tem močne partnerje, kot je Zavarovalnica Triglav, ima vse skupaj širši pomen. S športom in vsakdanjimi stvarmi želim pokazati, da lahko invalidi živimo polno življenje – v vrhunskem ali rekreativnem športu. Želim si biti vzor. Upam, da se bo zaradi mene kak invalid odločil za parašport.

S kakšnimi dvomi se mladi invalidi najpogosteje srečujejo?

Številne zanima, ali je parašport res enakovreden klasičnemu športu. Mislim, da smo to že večkrat dokazali. Prav podpora večjih partnerjev pomaga pri spremembi percepcije v družbi.

Kaj vas pri delu z mladimi športniki najbolj motivira?

Ko vidim, da v športu uživajo. Rezultati so pomembni in pridejo s časom, a nasmeh in veselje sta zame na prvem mestu.

Vaša zgodba je prežeta z izjemno vztrajnostjo, notranjo močjo in sposobnostjo premagovanja izzivov. Katere vrednote želite prenesti naprej?

Vztrajnost in trmo. Ovire so del poti, nikoli ni vse idealno, pomembno pa je, da ne obupaš ter da imaš ob sebi ljudi in partnerje, ki te pri tem podpirajo. In v takem primeru se stvari prej ali slej obrnejo v pravo smer.

Kaj bi svetovali staršem otrok z invalidnostjo?

Naj jih ne omejujejo s strahom. Naj jim dajo priložnost, da sami odkrijejo, koliko zmorejo. Pogosto smo sami sebi največja ovira. Pri tem igra podpora okolja ogromno vlogo.

Kako ocenjujete razvoj parašporta v Sloveniji?

Vidim velik napredek, tudi zaradi večje medijske pozornosti in vključevanja partnerjev, kot je Zavarovalnica Triglav. Menim, da parašportniki ljudem dajemo navdih in jih motiviramo, da vstanejo s kavča in naredijo nekaj dobrega zase. Največji izziv pa ostajata infrastruktura in dostopnost športnih objektov, kjer še vedno zaostajamo za tujino. A verjamem, da se bodo tudi tam stvari premaknile.

Kako bi si želeli, da vas nekoč pomni športna javnost?

Kot dobrega in nasmejanega človeka, kot nekoga, ki je s svojo zgodbo pokazal, da je vztrajnostjo in pravo podporo mogoče doseči veliko. Želim si, da bi moja zgodba navdihnila mlade. Rezultati namreč minejo, vpliv na ljudi pa ostane.

Podpora, ki prepozna potencial v pravem trenutku

Zavarovalnica Triglav, ki je tudi sponzor Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja, s projektom Mladi upi že vrsto let sistematično podpira perspektivne mlade športnike v obdobju, ko se njihove kariere šele oblikujejo. Zgodba Jerneja Slivnika dokazuje, kako lahko zaupanje močnega partnerja ob pravem času pomembno zaznamuje športno pot ter jo spremeni v navdih za druge. Triglav s takšnimi projekti ne podpira le rezultatov, temveč soustvarja prihodnost slovenskega športa.

Jernej Slivnik do rezultata kariere.



Hvaležen za podporo.



Na Tajskem dve medalji za Aneja

Piše: Drago Perko

(foto: Zsis.si)



Parakolesar Anej Doplihar iz Dornberka je potrdil smeje napovedi in na prvi tekmi svetovnega pokala v parakolesarstvu osvojil dve kolajni. V kronometru je bil bronast, na cestni dirki pa celo srebrn.

V kronometru in na cestni dirki je bil najhitrejši Italijan Mirko Testa, ki je s 16,7 kilometra dolgim kronometrom opravil v času 27:14,81, Anej pa je imel čas 28:00,50. Testa je na 50-kilometrski krožni progji, na cestni dirki, slavil s časom 1:28:33, Doplihar pa je kot drugi prišel v cilj s časom 1:29:13.

»Tudi cestna dirka je za mano. Srebrno medaljo sem osvojil na zelo zahtevni preizkušnji, zaostal sem le za Italijanom. Na enem izmed krajših vzponov sem

izgubil stik in kasnejšemu zmagovalcu nisem več uspel slediti. S trenerjem Alešem sva z izkupičkom na tekmah svetovnega pokala na Tajskem zelo zadovoljna – osvojil sem dve medalji, s čimer sem dosegel svoj cilj. Domov se vračava srečna in motivirana, v tem slogu želim nadaljevati sezono. Pred nami sta še tekmi svetovnega pokala v Italiji in Belgiji, zato bom trdo delal, da uspehe ponovim,« je po izjemnem tridnevju na Tajskem povedal parakolesar Anej Doplihar.

»Anej je kontroliral tekmo in vozil, kot sva se dogovorila. V boju za zmago je bil vse do dveh kilometrov pred ciljem, kjer je na zelo strmem vzponu zaostal za Italijanom in ga do cilja ni več uspel ujeti. Z izkupičkom svetovnega pokala na Tajskem smo izredno zadovoljni – Anej je osvojil tako želeno medaljo. V Slovenijo se vračamo s srebrom in bronom ter se veselimo naslednjih tekem na najvišji ravni,« je po uspehu dosedanje kariere svojega varovanca pohvalil trener Aleš Suhadolnik. Sledi krajše regeneracijsko obdobje, nato višinske priprave pred nadaljevanjem svetovnega pokala v Belgiji in Italiji.

Anej je v pripravljalnem obdobju opravil kakovostno delo, kar potrjujejo tudi podatki z merilnika moči ter rezultati s tekmovanj. Mesec dni pred svetovnim pokalom na Tajskem je zmagal na španskem pokalu

Anej postaja del svetovne elite.

tako v vožnji na čas kot na cestni dirki, kar dodatno potrjuje njegovo odlično pripravljenost. V Španiji je Anej opravil 17 dni treninga, kar je bila očitno izvrstna naložba v novo sezono.

Po tekmi svetovnega pokala na Tajskem se karavana seli v Evropo. Druga tekma svetovnega pokala bo med 28. aprilom in 1. majem v Belgiji, tretja pa med 7. in 10. majem v Italiji. Tam bo nastopila celotna parakolesarska reprezentanca v postavi Jure Furlanič, Janez Cankar in Boris Praznik, Sebastjan Osrečki ter nov član reprezentance Miha Hlad na triciklu. Letošnja sezona prinaša tudi dva vrhunca. Evropsko prvenstvo bo med 12. in 14. junijem v Italiji, svetovno prvenstvo pa bodo med 4. in 7. septembrom gostile Združene države Amerike.



Imamo evropske klubske prvakinje

Piše: Drago Perko

(foto: ParaVolley Europe)

V Šempetru v Savinjski dolini so se februarja zbrale najboljše klubske ekipe ženske odbojke sede v Evropi, Slovenija je gostila Champions Cup Women. Naša ekipa SIP Šempeter se je znova izkazala in po ogorčenem boju s končnih 3 : 2 v nizih osvojila naslov evropskih klubskih prvakinj.

Mozgáskorlázottak Sportegyesülete (Madžarska) in SC Potsdam (Nemčija), gostitelj tekmovanja je bil SIP Šempeter. Uvodni dan predtekmovanja so naše igralko s 3 : 0 ugnale Nemke, s 3 : 1 pa Ukrajinke in se uvrstile v polfinale. Tam so bile še enkrat, to pot s 3 : 2, boljše od Nemk, za konec so naše odbojkarice ugnale še Italijanke. SIP Šempeter je igral v postavi: Katja Banko, Valentyna Brik, Lena Gabršček, Senta Jeler, Barbara Kocmur, Mojca Kodre, Zorana Kušljic, Suzana Ocepek, Enja Tonkli, Klara Vrabič in Tija Vrhovnik; ekipo sta uspešno vodila Simon Božič in Marko Pokleka.

držav. Tu bi se rad zahvalil našemu klubu Sip Šempeter, ki nam vrsto let stoji ob strani, in vsem petim spodnjesavinjskim županom, ker vsako leto znova podprejo tako tekmovanje in potrdijo ta projekt. Vesel pa sem, ker jim za izkazano podporo in zaupanje vrnemo z dobrimi rezultati,« je uvodoma povedal glavni trener Simon Božič.

»Celoten turnir je bil na visoki ravni, vse ekipe so odigrale vrhunsko. Klubska odbojka se v Evropi razvija v pravo smer, vse naše tekme so bile napete in tesne. Čestitke italijanski ekipi. Na srečo smo dobro odigrale in bile kanček boljše, tako da se je razpletlo v našo korist,« je povedala kapetanka Lena Gabršček.

»Italijanke so vrhunska ekipa, spremljali smo jih ves turnir. Izkazalo se je, da smo se dobro pripravili nanje. V finalu, ki smo ga dobili s 3 : 2 v nizih, so Italijanke izkoristile naše slabosti. Naredili smo nekaj nepotrebnih napak, ki so nas stale dveh nizov. Zelo sem ponosen in vesel, da nam je uspelo. V petem nizu finala smo se držali pravil, nismo jih menjali, torej smo ostali zvesti sistemu,« je še povedal trener Božič.

Tekme SIP Šempeter:

27. 2.

SC Potsdam : SIP Šempeter 0 : 3

SIP Šempeter : Kyv Ukraine VC 3 : 1

28. 2.

SIP Šempeter : SC Potsdam 3 : 2

1. 3.

Gioco Parma VC Cesena : SIP Šempeter 2 : 3

Hvaležni za podporo

»Za nami je turnir prvakov, kot ga ima npr. v nogometu liga prvakov. Na turnir v Šempeter so se uvrstile prvakinje svojih



Na turnir v Šempeter so ekipe prišle s svojimi cilji in ambicijami: GiocoParma VC Cesena (Italija), Karaman Özel İdare Sport Club (Turčija), Kyiv Ukraine VC (Ukrajina), Mozdulj

S sodelovanjem v loterijskih igrah ste v letu 2025 pomagali zbrati

25.105.337 evrov
za invalidske,
humanitarne
in športne
organizacije.
HVALA.

loterija.si





Tabea Dolžan je postala prva Slovenka na zimskih paralimpijskih igrah.

(foto: Vid Ponikvar/Sportida)

Andreji bron, z novim trenerjem v Laško

Piše: Drago Perko

(foto: Zsis.si)

Nadaljujejo se tekmovanja v namiznem tenisu. V tem koledarskem letu je prvi nase opozoril Ljubiša Gajič, ki se je na turnirju na Poljskem prebil v četrtfinale in klonil proti kasnejšemu zmagovalcu. Karin Praček, Luka Trtnik, Andreja Dolinar, Primož Kancler, Ljubiša Gajič in Peter Jereb pa so marca igrali na turnirju v italijanskem Lignanu.

Tudi v Italiji se je v izločilne boje uvrstil Gajič, ostali so posamične boje sklenili v predtekmovanju. Do ene zmage v skupini je prišel Luka Trtnik, kar žal ni zadostovalo za napredovanje. Andreji Dolinar je za zmago zmanjkala le ena točka, Karin Praček pa je pokazala velik napredek in tesno izgubila vse svoje dvoboje. S tekmami je sklenil tudi Peter Jereb. Ekipa je v posamični konkurenci igrala pod taktirko Ožbeja Poročnika, dvojice pa pod taktirko Bojana Lukežiča. V igri dvojic se je naša Andreja Dolinar v paru s Finko Aino Topola zavihtela do odličnega 2. mesta.

Slovo Poročnika

»Vsi so izgubili proti višje rangiranim igralcem, igra pa na trenutke pri nekaterih igralcih ni bila slaba. Zagotovo se pozna, da sta bila Karin in Luka poškodovana in potrebujeta še nekaj časa, da ujmeta pravo tekmovalno formo. Sledi temeljita analiza in s polno paro naprej,« je povedal Ožbej Poročnik, ki se po letu 2019 poslavlja od položaja selektorja. »Za svojega namestnika sem predlagal Nika Velikonjo, mladega, ambicioznega trenerja iz Gorice, Zveza ŠIS-SPK pa je

predlog podprla. Nik bo zdaj zadolžen za Karin in Luko, za igralce na vozičkih pa še naprej Bojan Lukežič. Tudi v prihodnje bom pomagal z nasveti ter pripravo treningov in taktik, sicer pa bom odslej v Laškem v vlogi navijača – prvič po letu 2017, ko sem prvič sodeloval v vlogi pomočnika, in od 2019, ko sem bil selektor. Lepi časi, polni doživetij, dobrih tekem in novih poznanstev. Verjamem, da se bodo čudovite zgodbe še pisale. Na tem mestu hvala vsem vpletenim deležnikom za zaupanje. Srečno,« je še povedal Poročnik, pod čigar taktirko je Luka Trtnik igral na paralimpijskih igrah, v času njegovega vodenja reprezentance pa sta nase opozorila Karin Praček in Gašper Mlakar.

Najprej Podgorica

Sicer pa naše tekmovalce konec aprila čaka turnir v Podgorici, svetovna elita paranamiznega tenisa tudi letos prihaja v Laško. Mesto ob Savinji bo maja znova gostilo dva odmevna mednarodna turnirja. Med 5. in 9. majem bo na sporedu turnir ITTF I feel Slovenia World Para Challenger Laško 2026, takoj zatem pa še vrhunec dogajanja – ITTF I feel Slovenia World Para Elite Laško 2026, ki bo potekal med 11. in 15. majem.



OPAZNI PODPORNIK ŠPORTA

 **europlakat**
europlakat.si



Pri mladih je vse več zanimanja za zimske parašporte. Tudi po zaslugi zimskega paralimpijskega tabora za družine.

(foto: Jure Gasparič)

Nina in Tristan obetavno v sezono

Piše: Drago Perko

(foto: Zsis.si)



Paraplavalca Nina Biadov in Tristan Majcenovič sta uspešno debitirala na svoji prvi tekmi svetovne serije v kraju Lignano Sabbiadoro. Na tekmovanju so nastopili paraplavalci iz več kot 40 držav. Uvrstitve v finale in končna razvrstitev so bile določene glede na IPC točke.

Tristan je nastopil v disciplinah 50 m, 100 m in 400 m prosto, 200 m mešano ter 100 m hrbtno. V disciplinah 50 m in 100 m prosto, 200 m mešano ter 100 m hrbtno je izboljšal osebne rekorde in pokazal velik napredek, borbenost ter veliko željo po nastopanju na velikih tekmovanjih.

Slovenska odprava v Italiji.



Nina je nastopila v disciplinah 100 m in 400 m prosto ter 100 m hrbtno. V vseh treh disciplinah je odplavala najboljše čase v sezoni. Izjemen nastop pa je pokazala v svoji paradni disciplini 400 m prosto, kjer je odplavala svoj najboljši nastop do sedaj.

S trdim delom, pravim pristopom in miselnostjo.

»S tekmovanjem sem zelo zadovoljna. Tristan in Nina sta prebila led ter prvič nastopila na tekmi svetovne serije v tako močni konkurenci. Pokazala sta veliko želje, fokusa in jasen cilj, kaj želita pokazati na tekmi. Zelo dobro sta se spopadla z izzivi, ki jih prinaša takšno tekmovanje, ter spoznava konkurenco v svetu in v svoji klasifikacijski skupini S9,« je povedala trenerka in selektorica Kristina Žagar.

Rezultati, ki obetajo.



Marino Kegl osvojil odprto prvenstvo Avstralije

Piše: Drago Perko

(foto: Zsis.si)

V Melbournu se je v nedeljo, 1. februarja, končalo 4. odprto prvenstvo Avstralije za najboljše gluhe in naglušne tenisače.

Naš igralec Marino Kegl se je izjemno odrezal: v igri dvojic je postal prvak v paru z Italijanom Marcom Carretto. V odločilni tekmi je bila slovensko-italijanska naveza s 6 : 3 in 6 : 4 boljša od para Gabor Mathe Madžarska in Prithvi Sekhar Indija. V posamični konkurenci je Marino osvojil končno 8. mesto.

Visoke temperature in poškodba

Tekmovalci so kljubovali visokim temperaturam, za nameček pa se je Marino v prvem krogu posamičnih bojev poškodoval. »Sredi drugega niza sem začutil bolečino v levem kvadricepsu, a sem kljub temu nadaljeval z igro. Pri rezultatu 4 : 4 v tretjem nizu pa sem padel kot pokošen, poleg bolečine in omotice me je v obeh mečnicah zgrabil še krč. Po zdravniški pomoči dvoboja nisem želel predati, saj v tem primeru ne bi smel igrati dvojic. Boril sem se do zadnje točke. Ni šlo. Po treh urah mučenja sem nasprotniku stisnil roko. Izgubil sem. Fizioterapevtka Emmy me je potem pripravila, da sem lahko čez tri ure igral dvojice,« se je na dogajanje na uvodu turnirja ozrl Marino, ki je potem vse upe položil v igro dvojic. »Proti Glenu Flindellu (AVS) sem izgubil s 3 : 6 in 5 : 7 ter osvojil končno 8. mesto. Nisem želel tvegati še hujše poškodbe, zato sem vse sile usmeril v dvojice. Rad bi se zahvalil fizioterapevtki Emmy, ki me je lepo pripravljala na igro. Da sem lahko tukaj spodaj v Avstraliji, se lepo zahvaljujem Zvezi ŠIS-SPK, ŠZGS, Fundaciji za šport, mojemu matičnemu klubu ŽTK Maribor in vsem osebnim sponzorjem. Hvala tudi vsem, ki mi stojite ob strani. Gremo sLOVENijaaaa ... Bog te živi!!!« je še dodal Marino Kegl.



Odprto prvenstvo Avstralije, posamično:

Četrtnfinale, 30. 1.

Andres Vazquez : Marino Kegl 3 : 6, 7 : 6, 7 : 6

za uvrstitev od 5. do 8. mesta, 31. 1.

Olivier Grave : Marino Kegl 6 : 1, 6 : 0

za 7. mesto, 1. 2.

Glen Flindell (AVS) : Marino Kegl 6 : 3, 7 : 5

Odprto prvenstvo Avstralije, dvojice, 1. krog, 30. 1.
Marco Carretta (ITA) in Marino Kegl : Glen Flindell (AVS) in Andres Vazquez (EKV) 6 : 4, 3 : 6, 9 : 11

2. krog, 31. 1.

Marco Carretta (ITA) in Marino Kegl : Olivier Grave (FRA) in Mikael Laurent (FRA) 7 : 6, 7 : 5

3. krog, 1. 2.

Marco Carretta (ITA) in Marino Kegl : Gabor Mathe (MAD) in Prithvi Sekhar (IND) 6 : 3, 6 : 4

Marinovi uspehi v Avstraliji

Marino se je v Avstraliji že izkazal: leta 2023 je bil finalist v posamični konkurenci, leta 2024 je bil peti posamično in tretji v dvojicah, lani je bil bronast posamično in četrti v dvojicah, letos pa je temu dodal še naslov med dvojicami, za kar mu iskreno čestitamo.

Izjemna kariera

Marino Kegl (1995) je gluhi teniški igralec iz Murske Sobote. S tenisom se je začel ukvarjati pri osmih letih. Pri dvanajstih letih je Marino postal državni prvak med gluhi, s čimer se je začela njegova uspešna športna pot. Kot najmlajši slovenski teniški igralec je leta 2013 nastopil na olimpijadi gluhih v Sofiji (Bolgarija), kjer se je prebil do četrtnfinala. Na olimpijadi gluhih v Samsunu (Turčija) leta

2017 je dosegel četrto mesto, kar je bil izjemen uspeh, četrti pa je bil tudi na lanskoletni olimpijadi gluhih v Tokiu. Leta 2021 pa je prejel medaljo – na evropskem prvenstvu gluhih na Kreti (Grčija) je osvojil bron in še enkrat dokazal, da lahko z vztrajnostjo in predanostjo premagamo vse ovire. Med letoma 2023 in 2025 je Marino navdušil z vrhunskimi predstavami na odprtem prvenstvu Avstralije, kjer je pokazal odlično formo in športno zrelost. Leta 2023 je dodal še eno izjemno lovoriko – bronasto medaljo na svetovnem prvenstvu gluhih v Grčiji, s čimer je potrdil svoj status enega najboljših gluhih teniških igralcev na svetu. Ob tem je treba vedeti, da je Marino edini povsem gluhi tenisač v tej močni mednarodni konkurenci. To pa daje njegovim uspehom dodatno težo.

Do uspeha pod vodstvom trenerja in očeta Darka.



Na izboru športnika Maribora 2025 je za uspehe v preteklem letu prejel prestižno priznanje Zaslužni športnik, ki ga podeljuje Zveza Športna zveza Maribor in Mestna občina Maribor.



Otepaa postregla s številnimi izzivi

Piše: Tina Klemenc

(foto: Tina Klemenc)



Od 17. do 20. 2. so se člani Specialne olimpiade Slovenije udeležili evropskega turnirja v teku na smučeh, ki je potekal v Otepai v Estoniji. Udeležilo se ga je več kot 100 tekmovalcev iz 10 držav.

Slovenijo so zastopali tekmovalci iz Centra Gustava Šiliha (Ani Arnuš, Tomaž Habjanič, Luka Skledar ter trenerja Bojan Juhart in Martina Markoli), iz CUDV Črna pa tekmovalca Lili Miklič in Uroš Kotnik s trenerko Tino Klemenc.

Tekmovanje je bilo zelo dobro organizirano, proge so bile vrhunsko pripravljene. Tudi vreme nam je služilo, čeprav je bilo minus 15 stopinj Celzija. Vsak dan so nas z avtobusi vozili na tekmovališče in nazaj. Popoldne, v prostem času, so potekale

različne aktivnosti: bazen, fitness, ročna delavnica, zdravstvene delavnice, tombola in disco.

Po otvoritvi so potekale kvalifikacije.

Prvi dan sta bila na sporedu pozdrav župana in predstavitev ekip, ki jima je sledil skupni tek od središča Otepae do stadiona, kjer je potekala svečana otvoritev. Po otvoritvi so potekale kvalifikacije. Naslednji dan so potekale tekme v štafeti in posamične kategorije. Naši tekmovalki in tekmovalci so se izkazali: Ani je zasedla 1. mesto v teku na 500 m, Luka je bil drugi na en kilometer, prav tako drugi je bil Uroš, a na pet kilometrov. S tretjim mestom sta se izkazala Tomaž (na 500 metrov) in Lili (na 2,5 kilometra). Skupno so fantje in dekleta osvojili še 3. mesto v štafeti na 4 x 1 km (Luka, Tomaž, Lili in Uroš), za kar jim iskreno čestitamo.

Glede na to, da smo izgubili kovčke ter s tem opremo in oblačila že na poti v Estonijo, pa tudi na poti nazaj domov, bi rada pohvalila celotno ekipo, ki je s smehom, dobro voljo in spodbujanjem drug drugega dosegla zelo dobre rezultate, tako da jo nastala situacija ni vrgla s tira. Pohvala tudi organizatorjem tekmovanja, posebej sekretarju SO Estonije Rainu in našemu prostovoljcu Koitu, ki sta nam priskrbela osnovne pripomočke in manjkajočo opremo ter nudila pomoč pri reševanju težav s terapijo. Komaj čakamo na naslednjo Estonijo.

Komaj čakajo na naslednjo Estonijo!

Dostojno so branili barve Slovenije.



Državna prvenstva 2026

Piše: Žiga Kobaševič

(foto: Arhiv Zveze ŠIS - SPK)

Pregled izvedenih državnih prvenstev v posamični in ekipni konkurenci v organizaciji Zveze ŠIS-SPK od začetka leta do sredine marca 2026

1. ŠAH (POSAMIČNO) – SLEPI

Državno prvenstvo slepih in slabovidnih v šahu v posamični konkurenci je bilo izvedeno v Domu oddiha ZDSSS na Okroglem, v domeni MDSS Kranj. Tekmovanje je potekalo med 17. 2. in 21. 2. 2026, tokrat brez mednarodne udeležbe. Sodelovalo je osem tekmovalcev, ki so zastopali barve štirih lokalnih društev.



Rezultati:

1. mesto: Janez Mlačnik (MDSS Celje),
2. mesto: Bor Gradišek (MDSS Kranj),
3. mesto: Franc Mlačnik (MDSS Kranj).

2. HITROPOTEZNI ŠAH (POSAMIČNO)

V soboto, 28. februarja 2026, je na Dolu pri Hrastniku potekalo državno

prvenstvo v hitropoteznem šahu v posamični konkurenci. Tekmovanje je organizirala Zveza ŠIS-SPK, izvedba pa je pripadla DI Hrastnik. Skupaj je tekmovalo 16 šahistk in 33 šahistov, ki so igrali pod nadzorom sodnika Janeza Medveška. Največ znanja sta pokazala Majda Kovač (MDI Murska Sobota) in Vladimir Hevir (MDDI Maribor), ki sta postala državna prvaka.

Rezultati – ženske:

1. mesto: Majda Kovač (MDI Murska Sobota),
2. mesto: Alenka Nikl (DI Muta),
3. mesto: Slavica Pečovnik Urh (DI Muta).



Rezultati – moški:

1. mesto: Vladimir Hevir (MDDI Maribor),
2. mesto: Bruno Glas (DGN Posavja),
3. mesto: Vladimir Kodrič (DI Koper).

3. BADMINTON – GLUHI

V soboto, 7. marca 2026, je potekalo državno prvenstvo v badmintonu za gluhe. Tekmovanje je potekalo v dvorani BIT v Ljubljani v izvedbi DGN Ljubljana. Sodelovalo je 18 udeležencev iz različnih lokalnih društev.

Rezultati – ženske:

1. mesto: Sabina Radovanović (DOOS Celje),
2. mesto: Beti Krajačič (DGN Ljubljana),
3. mesto: Polona Kopina (AURIS Kranj).



Rezultati – moški:

1. mesto: Miha Jakofčič (MDG Ljubljana),
2. mesto: Matic Kaker (AURIS Kranj),
3. mesto: Robert Debevec (DGN Podravja).



4. ŠAH (POSAMIČNO IN EKIPNO) – GLUHI



V soboto, 14. marca 2026, je potekalo državno prvenstvo v šahu v posamični in ekipni konkurenci za gluhe. Tekmovanje je v sodelovanju s SZ gluhih Slovenije izvedlo DOOS celjske regije. Sodelovalo je 27 posameznikov in 5 ekip.



Rezultati – posamično:

1. mesto: Bruno Glas (DGN Posavja),
2. mesto: Janko Brunčič (DGN Pomurja),
3. mesto: Anton Marič (DGN Pomurja).

Rezultati – ekipno:

1. mesto: DGN Pomurja (Janko Brunčič, Anton Marič, Marta Marič, Branko Pajič)
2. mesto: DGN Podravja (Srečko Pihler, Rado Sedlarevič, Franc Korošec, Franc Perkovič),
3. mesto: MDG Ljubljana (Stanislav Veršič, Božo Vidic, Mladen Veršič, Ema Rožman).



Paraplezalci brez ovir – inPlaninec pleza višje od meja

Piše: Odbor inPlaninec

(foto: Odbor inPlaninec)



Ko moč rok, volja in zaupanje razblinjajo ovire, paraplezanje postane več kot šport – postane sporočilo. Odbor inPlaninec Planinske zveze Slovenije je v Celju in Ljubljani združil paraplezalke in paraplezalce iz Slovenije in drugih evropskih držav na prvem mednarodnem revijalnem dogodku na področju paraplezanja v Sloveniji.

V dveh intenzivnih dneh, 27. februarja v Plezalnem centru Celje in 28. februarja v športni dvorani Škofijske klasične gimnazije Ljubljana, so se v plezalni steni povezali paraplezalci z zelo različnimi oblikami

invalidnosti – gibalnimi, senzornimi, nevrološkimi in kombiniranimi. Prav ta raznolikost je ustvarila prostor, kjer v ospredju niso bile omejitve, temveč človek, njegovo gibanje in njegova pot v steni po oprimkih.

Osebnе zgodbe

V plezalni steni in na okrogli mizi so se predstavili paraplezalci: Jule Breuning in Carolin Heberle iz Nemčije, Aleksander Kušar Pajtler, Oskar Buh in Neli Hren, mladi slovenski paraplezalci, Daniel Wiener iz Avstrije, Tanja Glušič, Rok Močnik, Gorazd Dolanc in Matej Arh – člani slovenske paraplezalne reprezentance –, Miha Jazbec, Nataša Privošnik in Ksenija Oblak iz Slovenije ter Pavitra Vandenhoven iz Belgije.

Dogodek je predstavil osebnе zgodbe paraplezalcev – slepih in slabovidnih, gibalno oviranih, oseb z okvaro sluha, nevroloških (po poškodbi možganov) ter tistih z dolgotrajnimi boleznimi. Vsaka zgodba je poudarila, kako paraplezanje pomaga premikati meje mogočega, premagovati ovire in krepiti samozavest. Poleg tega je dogodek odprl prostor za dialog o vključevanju invalidov v šport in družbo, izmenjavo dobrih praks ter navdihujoče zgodbe.

Tudi zgodba paraplezalke Nataše Privošnik je takšna: »Ko plezam, moje telo in omejitve niso v ospredju. Tam smo samo jaz, stena in občutek, da zmorem več, kot si mislim. Vsak gib je moj izziv in hkrati dokaz, da se lahko premikam naprej. Vsak oprimek je kot majhna zmaga. Plezanje me uči potrpežljivosti, zaupanja v svoje telo in vase. Ni pomembno, kako hitro pridem do vrha, pomembno je, da grem.«

Paraplezalci so imeli priložnost, da se ustavijo, povežejo, pogovorijo in spoznajo drug drugega – tam, kjer se srečajo ljudje, ne diagnoze, stečejo iskreni pogovori. Delili so razmisleke o tem, kaj jim plezanje pomeni, kako doživljajo plezalno skupnost, kako pomembna sta vključevanje in medsebojna podpora ter kakšno vlogo ima občutek pripadnosti.

Slovenski paraplezalki Kseniji Oblak plezanje pomeni uresničitev njenih dolgoletnih sanj in dokaz, da začetni ni nikoli prepozno: »Ko sem v steni, se

Hrabro v steno, hrabro v življenje.



V steni nisi sam, tudi ko plezaš sam, je bila ena izmed misli, ki so zaznamovale dogodka.



čas ustavi, tam najdem svoj mir. Fokus je izključno na mojih gibih in odzivanju telesa. Vsaka mišica postane del načrta, vsaka misel pa je usmerjena v naslednji oprimek. Občutek, ko premagam težak prehod, mi vliva ponos in hvaležnost.«

»V steni nisi sam, tudi ko plezaš sam,« je bila ena izmed misli, ki se je večkrat ponovila v pogovorih paraplezalcev. Pod steno niso stali kot tekmeči, temveč kot skupnost.

Avstrijski državni prvak v paraplezanju Daniel Wiener se predano posveča promociji in širšemu razumevanju paraplezanja kot prostora osebne rasti, preseganja meja in notranjega ravnovesja: »Najbolje se počutim, ko sem popolnoma prisoten v trenutku – kar pa je včasih zelo zahtevno, še posebej v tekmovalnih situacijah ali ko sem pod pritiskom ciljev in pričakovanj. Če pa mi uspe najti ravnovesje med vsemi vplivi, se počutim popolnoma v toku, lahkotno, skoraj brez napora – kot da vse teče naravno.«

Prostovoljci – tihi steber paraplezanja

Poseben poudarek dogodka je bil namenjen prostovoljcem, brez katerih paraplezanje preprosto ne bi bilo mogoče. Tudi med paraplezalci so prostovoljci.

Dogodek ni bil zgolj predstavitev športnega plezanja, temveč prostor srečevanja in razumevanja. Paraplezalci so poudarili, da jim največ pomeni prav to, da so videni, slišani in sprejeti takšni, kot so.

Prvi mednarodni revijalni paraplezalni dogodek je potekal v Plezalnem centru Celje in v Škofijski klasični gimnaziji Ljubljana. Obe prizorišči sta s svojo odprtostjo in podporo omogočili izvedbo dogodka ter prispevali k občutku sprejetosti in dostopnosti.

K prijetnemu vzdušju inkluzije in povezovanja so prispevali: ambasadorica inPlanincev Marija Štremfelj, vodja

Odbora inPlaninec Jurček Nowakk, direktor Športnega plezanja Klemen Belhar, selektor slovenske paraplezalne reprezentance Marko Guna, selektor športnega plezanja Gorazd Hren, športni plezalci Lucija Tarkuš, Lučka Rakovec in Luka Potočar ter paraplezalka Manca Smrekar. V Celju sta prisotne pozdravila Jernej Gračner in podžupan Samo Seničar.

Dogodek je bil dostopen osebam na invalidskih vozičkih, prisoten pa je bil tudi tolmač slovenskega znakovnega jezika.

«Občutek, ki ga opisujejo paraplezalci, je: »Čas se ustavi, misli se umirijo, ostane le telo v gibanju in jasen cilj nad seboj.« Dogodek je razkril, da paraplezanje ni le tekmovanje ali trening, temveč skupnost, sporočilo in dokaz, da zmoremo več, kot si mislimo.»

Dogodek ni bil zgolj predstavitev športnega plezanja, temveč prostor srečevanja in razumevanja.



Odmevna dogodka sta več kot le uspela.



Odločno v svet paraboba

Piše: Drago Perko

(foto: Kristjan Peljhan)



Adrenalinski športi Kristjana Peljhana spremljajo že vse življenje, a nova, posebna izkušnja se mu je ponudila šele lani. Na pobudo Žive Lavrinc, ki v parabobu tekmuje že več let, je dobil priložnost, da se tudi sam preizkusi v vožnji bob sani.

Ponudbe ni zavrnil – čeprav je bil takrat popoln začetnik, ki pravega boba še nikoli ni videl od blizu.

»Ko dobiš takšno priložnost, preprosto ne razmišljaš – greš in poskušaš,« se začetkov spominja Peljhan. Njegova pot se je tako začela na najvišji ravni – na tekmi svetovnega pokala v norveškem Lillehammerju, kjer se je prvič srečal s tem zahtevnim športom.

Začetki so bili pričakovano namenjeni predvsem učenju. Ker v Sloveniji ni ustreznih prog za trening,

je bil prvi stik s parabobom uvod v razumevanje same discipline. Letos se ostali člani slovenske ekipe niso odločili za nastop, zato je Peljhan na tekmovalne odprave odšel kot edini slovenski predstavnik. Prve dni je znova opravil t. i. šolo boba, kjer je odpeljal več trening voženj in izpopolnjeval osnove. Vsak dan so izvedli tri do štiri spuste, analizirali napake in postopoma izboljševali tehniko. Treninge sta vodila kanadska trenerka Sarah ter večkratni prvak v parabobu Corie iz Velike Britanije. Pomemben del priprav je bil tudi ogled proge – tekmovalci so se skupaj

s trenerji peš ali z vozički podali ob progi in analizirali posamezne zavoje.

Parabob je izjemno zahteven šport. Sani tekmovalci upravljajo z dvema obročema, pri čemer so gibi minimalni in izjemno natančni, zaviranje pa je dovoljeno šele v cilju. Proga v Lillehammerju je sestavljena iz 16 zavojev, ki jih morajo tekmovalci poznati na pamet, prevozijo pa jih v manj kot minuti. Hitrosti dosegajo do 120 kilometrov na uro, sile v zavojih pa tudi do štirikratnika telesne teže.

»Napak si skoraj ne smeš privoščiti – vse se dogaja izjemno hitro, razlike pa so minimalne,« poudarja Peljhan. Dodatno zahtevnost pomeni spreminjanje razmer na ledu. Temperature so se gibale med –10 in –22 stopinjami Celzija, kar vpliva na oprijem in posledično na tehniko vožnje. Razlike med tekmovalci so izjemno majhne – prvih deset se pogosto zvrsti znotraj pol sekunde, že nekaj stotink pa lahko pomeni več mest razlike.

Tudi tekme svetovnega pokala

Posebnost paraboba je tudi v tem, da moški in ženske tekmujejo skupaj. Za enake pogoje organizatorji pred tekmo izžrebajo sani in jih prilagodijo glede na težo tekmovalca, vsak tekmovalac pa si sani pripravi sam. Začetno hitrost na startu zagotavlja poseben katapult.

Peljhan se je med treningi soočil z nepredvidljivimi izzivi. Na enem izmed spustov mu je zaradi mraza začel zamrzovati vizir na čeladi, kar je močno zmanjšalo vidljivost. »V tistem trenutku sem vedel, da moram ostati miren. Zadržal sem dih do cilja in upal, da bom zdržal – na srečo se je izšlo,« opisuje eno izmed bolj napetih izkušenj.

Po uvodnem delu so se tekmovalcu pridružili še tekmovalci iz ZDA, Španije, Italije, Avstrije, Švice in Češke. Nastopilo je 15 tekmovalcev. Sledili so štiri dnevi uradnih treningov, na katerih je Peljhan iskal optimalno linijo vožnje in odpravljal napake, kar pa je zaradi omejenega števila voženj zahteven proces.

Vrhunec so bile tekme svetovnega pokala. Na sobotni tekmi, ki je obsegala dve vožnji, je zasedel 12. mesto. V nedeljo je po prilagoditvah v začetnih zavojih izboljšal svoj nastop in napredoval na 10. mesto. »Na tekmovalne sem odšel brez posebnih pričakovanj, a napredek iz vožnje v vožnjo mi je dal

dodatno motivacijo. Nedeljski rezultat je potrditev, da sem na pravi poti,« pravi Peljhan.

Po tekmovalcu se je vrnil v domačo Idrijo, medtem ko se je karavana svetovnega pokala preselila v latvijsko Siguldo. Sezona, ki obsega sedem tekem, se bo zaključila konec januarja v švicarskem St. Moritzu.

Posebno podporo je Peljhanu na tekmovalcu nudila mama Mateja, za kar je še posebej hvaležen. »Podpora domačih mi pomeni ogromno. Upam, da bomo v prihodnje na tekmovalnih nastopih kot celotna slovenska ekipa,« še dodaja.

Kristjan Peljhan je tako že na začetku svoje parabob poti pokazal, da lahko z vztrajnostjo, učenjem in pogumom konkurira na najvišji ravni.

S pravo podporo je mogoče vse.



Začetno hitrost na startu zagotavlja poseben katapult.



Mlade navdušila odbojka sede

Piše: Drago Perko

(foto: Odbojka sede)



V drugi sezoni športno-ozaveščevalnega projekta Odbito, turnirja v odbojki sede za osnovnošolce, ki ga skupaj izvajata Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite in dolgoletni partner ter zlati pokrovitelj Lidl Slovenija, sodeluje 20 osnovnih šol, kar 11 več kot lani. Za naslov najboljšega se borijo v teh dneh, 8. april prinaša finalni Lidlov turnir ODBITO v Velenju.

Projekt Odbito spodbuja enakost ter vključevanje vseh otrok in mladostnikov v športne aktivnosti ne glede na telesno oviranost ali gibalne sposobnosti. Od novembra do februarja so na 20 osnovnih šolah, ki so se prijavile na projekt, v okviru občolskih dejavnosti potekali treningi mešanih ekip v odbojki sede. Vodili so jih šolski športni pedagogi pod mentorstvom članov slovenske reprezentance

v odbojki sede, med njimi Suzane Ocepek, Barbare Kocmur, Tanje Kodrič, Sente Jeler, Mire Jakin in Jordana Jakin, Jakoba Svetka ter Marka Pokleke.

Primer iz prakse: OŠ Prestranek

»Lani smo poskusili, kako gre. Otroci so se navdušili. Letos smo se na željo otrok vključili v ta projekt. Vsakič znova ugotovijo, da odbojka sede ni enostavna,

da je zelo gibljiv šport, pri katerem moraš biti močan. Pa tudi to, da je sedeti težko,« je pojasnila Polona Požar, učiteljica športa na OŠ Prestranek.

»Vse to počnemo tudi z jasno željo, da mladim pokažemo, kaj vse je mogoče z dobro voljo in veseljem, tudi če nekomu nekaj 'fali',« dodaja Jordan Jakin, član moške reprezentance v odbojki sede. »Predajanje znanja o parašportu mi

je v veliko veselje. Gibanje je zelo pomembno,« pa poudarja Mira Jakin, članica ženske reprezentance v odbojki sede, s katero je nastopila na štirih paralimpijskih igrah.

Spoznavajo parašport

»Imeli smo predstavitve dveh vrst: nekatere šole so odbojko trenirale že prej, druge so šele začele. Dve šoli, na katerih sem bila, sta že lani sodelovali v tekmovanju Odbito, zato sem izvedla klasični trening, na katerem smo obnovili, kaj je pomembno pri odbojki sede: servis, blokiranje servisa, gibanje in premikanje. Obiskala sem tudi šolo, na kateri so z odbojko sede začeli letos. Tam sem predstavila osnove – od tega, da mora biti zadnjica ves čas v stiku s podlago, do pravilnega premikanja, spodnjega in zgornjega odboja ter premikanja po conah,« je treninge opisala reprezentantka Senta Jeler.

»Mlade je najbolj navdušilo to, da je odbojka sede tako dinamična igra. Ne gre za sedenje in odbijanje žoge, ampak za bistveno več. Nanje je vtis naredilo tudi specifično premikanje: pri nas velja, da se moraš najprej premakniti naprej, šele nato lahko igraš. Izziv sta bila tudi blokiranje servisa in pokrivanje celotnega igrišča, ki je precej večje, kot se zdi na prvi pogled,« je še povedala.

»Projekt Odbito je zelo dobro zasnovan. Zanimanje je vse večje – letos sodeluje kar 11 šol več kot lani. Vesela sem, ker prek Odbito mladi spoznavajo parašport. Hkrati pa s tem sporočamo, da kljub invalidnosti ni konec sveta – na voljo so različne športne panoge, tudi odbojka sede,« je sklenila Senta Jeler.

Program Postani športnik povečuje prepoznavnost parašporta med mladimi

Projekt Odbito poteka v okviru programa Postani športnik, ki ga Zveza ŠIS-SPK in Lidl Slovenija soustvarjata od leta 2017. Pomemben del programa je sodelovanje s šolami, ustrezno nagovarjanje in ponujanje strokovnega znanja ter prilagajanje športnih aktivnosti mladim invalidom. V minulih letih so aktivnosti programa, tako na strokovni kot ozaveščevalni ravni, prinesle vidne uspehe, med drugim na paralimpijskih taborih za družine, paralimpijskih športnih dnevih po šolah ter na Parafestu na URI Soča.

Lani je v projektu Odbito sodelovalo devet osnovnih šol, ki so se pomerile na zaključnem turnirju na Osnovni šoli Štore. Zmagala je ekipa gostiteljev (OŠ Štore), drugo mesto je zasedla OŠ Rodica, tretje pa OŠ Hruševac – Šentjur.

Mladi imajo šport radi.



Mira Jakin je mladim predstavila prvine in osnove odbojke sede.



Projekt JudoBraille

Piše: JudoBraille

(foto: JudoBraille)



V Ljubljani se je uradno začel dvoletni projekt Erasmus+ Sport JudoBraille, katerega cilj je, da judo postane v celoti dostopen slepim in slabovidnim športnikom.

Projekt združuje vodilne judo klube, centre za izobraževanje oseb z invalidnostjo in športne deležnike iz vse Evrope, med njimi Judo klub Golovec

in Center IRIS iz Slovenije, Club Deportivo Elemental Newton iz Španije, Kaunas Judo Club Ryto Saulė iz Litve ter Judo klub osoba s invaliditetom Yuki iz Hrvaške.

Projekt podpirajo tudi: Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite (Zveza ŠIS-SPK), Hrvaška judo zveza, Madridska judo zveza in Litovski paralimpijski komite.

Na uvodnem (kick-off) srečanju so partnerji izmenjali strokovna znanja ter sodelovali v praktičnih delavnicah, na katerih so bile predstavljene vključujoče judo tehnike.

Cilji projekta vključujejo:

- **Dostopna gradiva za izpite za pasove:** prilagoditev izpitnih gradiv za višje pasove v brajico in druge dostopne formate v slovenščini, hrvaščini, litovščini in španščini, da bodo lahko slepi in slabovidni judoisti iz vseh partnerskih držav v celoti sodelovali,
- **usposabljanje trenerjev:** opolnomočenje trenerjev za prilagajanje tehnik, izboljšanje komunikacije, večjo varnost ter krepitev samozavesti slepih in slabovidnih judoistov.

Koordinatorica projekta Špela Lampe Cakiči iz Judo kluba Golovec je povedala: »JudoBraille pomeni ustvarjanje enakih priložnosti, spodbujanje samostojnosti in dokaz, da je judo odprto za vse.«

Projekt JudoBraille poudarja moč športa pri spodbujanju vključevanja, enakosti in skupnosti ter slepim in slabovidnim športnikom ponuja orodja in priložnosti za polno vključevanje v judo.

Aktivnosti bodo potekale dve leti, zaključna konferenca pa bo v Ljubljani novembra 2027. Projekt JudoBraille sofinancira Evropska unija v okviru programa Erasmus+ Sport.

Več informacij: Facebook: [@JudoBraille](https://www.facebook.com/JudoBraille)

Uvodni sestanek partnerjev projekta.



Enake možnosti za vse.



Pohodništvo kot vključujoča gibalna dejavnost za osebe s posebnimi potrebami: pregled slovenskih raziskav

Piše: Tjaša Filipčič

Izvleček

Pohodništvo je pomembna in prepoznana oblika gibalne dejavnosti, ki prispeva k telesnemu, psihološkemu in socialnemu razvoju posameznika. Namen prispevka je podati pregled devetih raziskav, ki obravnavajo vključevanje oseb s posebnimi potrebami v pohodništvo, ter ovrednotiti možnosti, potrebne prilagoditve in učinke tovrstnih programov. Analiza obstoječih raziskav kaže, da pohodništvo omogoča učinkovito doseganje ciljev posebnih vzgojno-izobraževalnih programov, vendar zahteva skrbno načrtovane prilagoditve. Ključni izzivi se kažejo predvsem na področju dostopnosti infrastrukture, usposobljenosti strokovnega kadra ter sistemske podpore.

Ključne besede: posebne potrebe, pohodništvo, InPlaninec

1 Uvod

Gibalna dejavnost je ena temeljnih komponent zdravega življenjskega sloga in kakovosti življenja (Kristan, 1993), kar je še posebej izrazito pri osebah s posebnimi potrebami. Pri tej populaciji ima gibanje poleg preventivne tudi izrazito rehabilitacijsko in socialno-integrativno funkcijo (Burnik, 2000). Pohodništvo kot naravna, dostopna in prilagodljiva oblika gibanja omogoča vključevanje širokega spektra posameznikov, tudi tistih z različnimi oblikami gibalnih omejitev (Pirnat, 2021; Verbeek, 2025). Posebno vlogo ima tudi v okviru planinske dejavnosti, ki v slovenskem prostoru tradicionalno združuje vzgojne, rekreativne in socialne cilje (Kristan, 1993).

V zadnjem desetletju v Sloveniji zaznavamo izrazit razvoj pohodniške in planinske dejavnosti v okviru projekta InPlaninec (Planinska zveza Slovenije, n. d.). Ta projekt predstavlja pomemben aplikativni model udejanjanja načel inkluzivne pedagogike v kontekstu prostočasne in športno-rekreativne dejavnosti v naravnem okolju.

“Njegova zasnova temelji na prilagajanju okolja posamezniku, kar je eno ključnih izhodišč sodobne inkluzivne pedagogike. S tem projekt presega tradicionalne pristope, kjer se od posameznika pričakuje prilagajanje zahtevam okolja, ter vzpostavlja pogoje za enakovredno participacijo oseb z različnimi oblikami oviranosti.”

Ugotovitve Verbeek (2025) jasno kažejo, da je dostopnost naravnega okolja eden ključnih omejitvenih dejavnikov vključevanja gibalno oviranih oseb v pohodništvo. Kljub obstoju posameznih primernih poti ostajajo njihova sistematična označenost, informiranost uporabnikov ter prilagojenost infrastrukture pomanjkljive. V tem kontekstu projekt InPlaninec pomeni pomembno dopolnitev, saj poleg fizične dostopnosti obravnava tudi organizacijske in

socialne vidike vključevanja, kot so usposobljeni spremljevalci in organizirane dejavnosti.

Dodatno dimenzijo vključevanja osvetljuje Čermelj (2024), ki poudarja pomen prilagojenih pedagoških pristopov, motivacijskih strategij in kontinuirane podpore pri vključevanju mladostnikov s posebnimi potrebami v gibalne aktivnosti. Rezultati kažejo, da je uspešnost vključevanja v veliki meri odvisna od kakovosti socialne podpore ter občutka varnosti in sprejetosti. Projekt InPlaninec te ugotovitve operacionalizira v praksi, saj omogoča varno, vodeno in socialno podprto vključevanje v planinske aktivnosti.

Tak pristop je skladen tudi s smernicami (UNESCO, 2017), ki poudarjajo pomen zagotavljanja enakih možnosti za vključevanje v izobraževalne in prostočasne dejavnosti. Na tej osnovi lahko projekt InPlaninec razumemo kot primer dobre prakse prenosa inkluzivopedagoških načel iz formalnega izobraževanja v neformalno okolje, kjer učenje poteka skozi neposredno izkušnjo, gibanje in socialno interakcijo.

Vzporedno z razvojem projekta InPlaninec zaznavamo povečano raziskovalno zanimanje za to področje, zato v nadaljevanju predstavljamo pregled devetih raziskav, izvedenih v okviru študijskih programov na Univerzi v Ljubljani.

2 Metodologija

Prispevek temelji na kvalitativni analizi devetih magistrskih del, izvedenih na Univerzi v Ljubljani v obdobju 2020–2025 (Starič, 2020; Jakob, 2021; Kenda, 2021; Pirnat, 2021; Tanko, 2021; Libenšek, 2023; Čermelj, 2024; Verbeek, 2025; Špiljak, 2026). Raziskave obravnavajo pohodništvo v različnih vzgojno-izobraževalnih programih, potrebne prilagoditve, organizacijo izvajanja ter dostopnost pohodniških dejavnosti.

3 Rezultati

3.1 Pohodništvo v posebnih vzgojno-izobraževalnih programih

Pregled analiziranih virov kaže, da ima pohodništvo pomembno mesto v posebnih vzgojno-izobraževalnih programih (Libenšek, 2023; Čermelj, 2024). Ugotovitve raziskav potrjujejo, da redno vključevanje tovrstnih dejavnosti pozitivno vpliva na razvoj gibalnih sposobnosti, socialnih

kompetenc ter samostojnosti posameznikov (Starič, 2020; Kenda, 2021; Jakob, 2021). Hkrati pohodništvo spodbuja aktivno participacijo in povečuje notranjo motivacijo za gibanje tudi v predšolskem obdobju (Tanko, 2021).

3.2 Prilagoditve za osebe z gibalnimi ovirami

Za učinkovito vključevanje gibalno oviranih oseb je nujno zagotoviti ustrezne prilagoditve (Pirnat, 2021; Verbeek, 2025). Te vključujejo prilagoditev dolžine, zahtevnosti in varnosti poti, uporabo ustreznih pripomočkov ter zagotavljanje dodatne strokovne podpore. Poseben pomen ima zgodnje vključevanje v prilagojene programe, saj to pozitivno vpliva na razvoj osnovnih gibalnih vzorcev (Tanko, 2021).

Manj zahtevna pot je primerna za invalidski voziček (InPlaninec, 2026).



Spremljevalci zagotavljajo varno in učinkovito izvedbo dejavnosti (InPlaninec, 2026).

3.3 Organizacija in izvajanje

Organizacija pohodniških dejavnosti zahteva ustrezno načrtovanje, interdisciplinarno sodelovanje ter usposobljen strokovni kader. Pomembno vlogo imajo tudi spremljevalci in prostovoljci, ki zagotavljajo varno in učinkovito izvedbo dejavnosti.

3.4 Dostopnost pohodniških poti

Eden ključnih omejitvenih dejavnikov je dostopnost

pohodniške infrastrukture. Analize kažejo, da je število ustrezno prilagojenih poti omejeno, prav tako pa pogosto primanjkuje ustreznih informacij in označb (Verbeek, 2025). To področje pomeni pomembno priložnost za razvoj inkluzivnega turizma in rekreacije.

3.5 Vključevanje otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami

Pohodništvo ima pomembno vlogo tudi pri

vključevanju otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami. Raziskavi dokazujeta, da tovrstne dejavnosti prispevajo k večji socialni vključenosti, zmanjševanju pasivnosti ter krepitvi občutka pripadnosti skupini (Čermelj, 2024; Jakob, 2021).

4 Razprava in zaključek

Ugotovitve pregleda potrjujejo, da ima pohodništvo velik potencial kot vključujoča gibalna dejavnost v šolskem prostoru. Njegova ključna prednost je prilagodljivost ter možnost izvajanja v naravnem okolju, kar dodatno pozitivno vpliva na dobrobit posameznika (Kristan, 1993; Burnik, 2000). Kljub temu ostajajo pomembni izzivi, povezani z infrastrukturo, kadrovskimi viri in sistemsko podporo (Verbeek, 2025; Libenšek, 2023; Špiljak, 2026).

Nadaljnji razvoj področja zahteva bolj sistematičen pristop ter večjo povezanost med raziskovalno in praktično ravno. Pohodništvo je učinkovita in perspektivna oblika vključujoče gibalne dejavnosti, pri čemer je za njegov nadaljnji razvoj ključno izboljšanje dostopnosti infrastrukture, sistematična vključitev v izobraževalne programe ter dodatno usposabljanje strokovnega kadra (Verbeek, 2025; Čermelj, 2024).

Pohodništvo je primerno za otroke s posebnimi potrebami (InPlaninec, 2026).



Literatura

- Burnik, S. (2000). *Planinarjenje, gornišтво, pohodništvo, izletništvo, alpinizem*. V Turk (ur.), *Lepota gibanja tudi za zdravje* (str. 71–73). Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije.
- Čermelj, N. (2024). *Mladostniki s posebnimi potrebami v okviru pohodništva v posebnem programu vzgoje in izobraževanja* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani.
- Jakob, Z. (2021). *Pohodništvo na izbranih šolah s posebnim programom vzgoje in izobraževanja* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani.
- Kenda, K. (2021). *Načrtovanje in izvajanje pohodništva v izbranem varstveno-delovnem centru* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani.
- Kristan, S. (1993). *Izletništvo, pohodništvo, gornišťvo*. Didakta.
- Libenšek, N. (2023). *Doseganje ciljev posebnega programa vzgoje in izobraževanja z vsebinami pohodništva* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani.
- Pirnat, M. (2021). *Prilagoditve za gibalno ovirane učence v okviru pohodništva v osnovni šoli* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani.
- Planinska zveza Slovenije (n. d.). *InPlaninec – inkluzija v planinstvu*. <https://inplaninec.pzs.si/>
- Starič, T. (2020). *Izvajanje pohodništva na izbrani osnovni šoli s prilagojenim programom z nižjim izobrazbenim standardom* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani.
- Špiljak, J. (2026). *Pohodništvo na izbrani osnovni šoli z vidika učencev, strokovnih delavcev in staršev* (magistrsko delo v tisku). Univerza v Ljubljani.
- Tanko, V. (2021). *Evalvacija prilagojenega programa Mali sonček za predšolske otroke z gibalno oviranostjo* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani.
- Verbeek, A. (2025). *Pregled in ocena pohodniških poti primernih za gibalno ovirane osebe v občini Kamnik* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani.
- UNESCO (2017). *A guide for ensuring inclusion and equity in education*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000248254>

Na naši zvezi zaživel Parašportni center

Piše: Drago Perko

(foto: Blaž Oman)



Na Zvezi za šport invalidov Slovenije – Slovenskem paralimpijskem komiteju smo odločno stopili v leto 2026; to je tudi paralimpijsko leto.

Vnašo zgodovino pa se bo zapisalo kot leto, ko smo v prostorih naše zveze vzpostavili in namenu predali sodobni parašportni center.

Naša zveza je leta 2002 postala lastnica prilagojenih poslovnih prostorov z zadostno površino na naslovu Cesta 24. junija 23 v Črnučah, kjer domuje še danes. Prostor omogočajo nemoteno delovanje vodstva in strokovne

službe, po temeljiti prenovi dosedanje sejne sobe pa smo dobili sodoben večnamenski prostor, naš novi parašportni center.

Namenjen parašportnikom in parašportnicam

»Parašportni center je nova pomembna pridobitev, gre za moderno in napredno sejno sobo, namenjeno vsem. Prilagojena je vsem oblikam invalidnosti, tako gibalno in senzorno oviranim kot gluhim. Vzpostavljena je tudi indukcijska zanka. Prostor je dostopen, saj je v pritličju. Želimo si, da bi naši parašportniki ta parašportni center vzeli za svojega, da bi se v njem družili in izvajali svoje aktivnosti. Na naši zvezi bo center namenjen sestankom, konferencam in posvetom, pripravili pa bomo tudi nabor vsebin, ki

bi še dodatno pripomogle k promociji parašporta. Predvsem pa je pomembno, da ta parašportni center živi. V duhu dobrega gospodarja si bomo prizadevali, da bi del stroška pokrili tudi z oddajanjem prostora zunanjim uporabnikom,« je o novi pridobitvi povedal Damijan Lazar, predsednik Zveze ŠIS-SPK. Prav predsednik Damijan Lazar je s sodelavci na prvem dogodku v prenovljenih prostorih gostil sponzorje zveze, za njimi pa so si prostor ogledali nekdanji upokojeni zaposleni, ki so se udeležili že tradicionalnega srečanja po novem letu.

Temeljita prenova

V okviru prenove prostorov je bila izvedena celovita posodobitev notranjosti, ki je zajela projektiranje, gradbeno-obrtniška dela, elektro in strojne instalacije, opremo ter zaključna dela, vključno z ogrevanjem in klimatskim prezračevanjem. Prenova je bila usmerjena v izboljšanje funkcionalnosti, udobja, tehnične opremljenosti in vizualne podobe prostora.

Parašportni center je opremljen z multimedijско opremo, tako dvema televizijama kot projektorjem. S tem smo prostor funkcionalno nadgradili za predstavitve, dogodke, izobraževanja in druge namene, kjer je potrebna kakovostna vizualna podpora. V prostor smo namestili tudi grafične in identitetne rešitve, ki prispevajo k informativnosti in identiteti, vključno z verzom naše himne Ta tempo; na obeh straneh pa je po dolžini dodana zgodovina parašporta in Zveze ŠIS-SPK. Svoje mesto so dobili tudi naši financerji in sponzorji. Vse to so elementi, ki prostoru dodajo značaj, obiskovalcem pa ponudijo dodatno vsebinsko vrednost.

K vzpostavitvi parašportnega centra so pripomogli tudi naši sodelavci. Gregor Gračner je bil vodja gradbenih del, Aleš Solar in Majda Kočar pa sta v sodelovanju z Dejanom Šmidom poskrbela za grafično podobo sejne sobe.

Nove systemske podpore vrhunskim parašportnikom

Piše: Drago Perko

(foto: Drago Perko)

Slovenski parašportniki so po novem deležni novih institucionalnih systemskih rešitev, kar jim bo omogočalo boljši trenajni proces, hkrati pa lažji prehod iz aktivne kariere parašportnika v t. i. drugo kariero.

To omogoča v Državnem zboru Slovenije sprejeti Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o športu. Navzočih je bilo 75 poslank in poslancev, vsi so glasovali za.

Zgled in navdih

Vrhunski parašportniki imajo v Sloveniji posebno mesto. S svojimi dosežki navdušujejo javnost, krepijo samozavest naroda, pomembno prispevajo k prepoznavnosti države v mednarodnem prostoru ter pozitivno vplivajo na turizem. Še pomembneje pa je, da so zgled mladim in pomemben motivator za ukvarjanje s športom in telesno dejavnostjo.

Po olimpijskih in paralimpijskih igrah v Parizu je bila oblikovana vladna delovna skupina, v kateri so sodelovali predstavniki več resorjev ter Olimpijskega in Paralimpijskega komiteja. Njena naloga je bila jasna: poiskati načine, kako vrhunskim parašportnikom vsaj delno povrniti prispevek, ki ga dajejo družbi in državi. Posebnost priprave ukrepov je bila v tem, da so bili predlogi pred dokončno obravnavo posredovani

v pregled in soglasje šestim aktivnim vrhunskim športnikom, ki sta jih izbrala oba komiteja.

Letni obseg tolmačenja

Del ukrepov je že uspešno uresničen. Gluhim in naglušnim vrhunskim parašportnikom je bil letni obseg tolmačenja povečan s 30 na 100 ur. Prav tako je bila zagotovljena večja zaposlitvena varnost v okviru javne uprave, kjer je trenutno na voljo 183 kvot v policiji, vojski in Finančni upravi RS, vključno z dodatnimi kvotami za parašportnike.

Ključni del predlaganih sprememb zahteva zakonsko ureditev. Zakon prinaša tri pomembne systemske rešitve. Prva je ureditev področja priznavalnini in odprava nepravilnosti iz preteklosti, druga je sofinanciranje nacionalnega kariernega centra, ki bo tudi parašportnikom omogočil pravočasno pripravo na drugo kariero že v času aktivnega športnega udejstvovanja.

Socialna varnost

Tretja in za športnike morda najpomembnejša novost je uvedba dodatne socialne varnosti po zaključku parašportne kariere. V Sloveniji je med 500 in 600 vrhunskih športnikov, pri čemer jih vsako leto približno 50 zaključijo kariero. Več kot polovica jih nima urejene nadaljnje poklicne poti. Zato je predvidena možnost sklenitve triletnih pogodb z državo, ki parašportnikom (kategorizirani, perspektivnega, mednarodnega, svetovnega in



olimpijskega razreda) zagotavlja socialno varnost, plačane prispevke in minimalno neto plačo. V zameno se parašportniki zavežejo k pridobivanju manjkajoče izobrazbe ali dodatnih znanj, bodisi z dokončanjem srednje šole ali nadaljevanjem študija.

S sprejetjem zakona želi država vsaj delno poplačati dolg, ki ga ima do slovenskih vrhunskih parašportnikov, ter jim zagotoviti varnejši prehod iz športne v poklicno kariero. Ob tem je bil izpostavljen pomen soglasne podpore zakonu v državnem zboru, saj enotnost pri odločitvah, pomembnih za šport, prispeva k večjemu ugledu in priznanju slovenskega športa v družbi.

Predlog zakona je v obravnavo državnemu zboru posredovala vlada. Njegovo dopolnilno obrazložitev je zbranim poslankam in poslancem predstavil magister Dejan Židan, državni sekretar na ministrstvu za gospodarstvo, turizem in šport.

Po 61. slovesni podelitvi Bloudkovih priznanj

Piše: Drago Perko, STA

(foto: Vid Ponikvar/Sportida)



9. februarja je na Brdu pri Kranju potekala 61. slovesna podelitev Bloudkovih priznanj, najvišjih državnih priznanj na področju športa.

Bloudkove nagrade za leto 2025 so prejeli Tina Šutej, Špela Ponomarenko Janič in Aleš Česen za vrhunske mednarodne športne dosežke ter Iztok Tomazin za življenjsko delo v športu. Bloudkovo plaketo sta prejela tudi dr. Helena Burger (za pomemben prispevek k razvoju slovenskega športa – predlagatelj: Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije Soča) ter Davorin Kragelnik

(za pomemben prispevek k razvoju slovenskega športa – predlagatelj: Invalidsko športno društvo Samorastnik Ravne na Koroškem).

Slavnostno podelitev so z nagovori počastili predsednica Republike Slovenije dr. Nataša Pirc Musar, minister za gospodarstvo, turizem in šport Matjaž Han ter predsednik Odbora za podeljevanje Bloudkovih priznanj Viktor Grošelj.

Minister za gospodarstvo, turizem in šport Matjaž Han je v nagovoru poudaril, da Bloudkova priznanja niso namenjena zgolj rezultatom, temveč predvsem ljudem: *»To je eden tistih večerov, ko šport ne govori skozi rezultate, ampak skozi ljudi. Zaradi zgodb, vrednot in vseh vas, ki šport živite in ga s tem bogatite. Šport ni samo tekmovanje – je šola življenja. Uči nas poštenosti, vztrajnosti ter spoštovanja pravil, drugih in sebe. Prav*

te vrednote naši športniki nosijo s seboj v svet kot ponosni predstavniki Slovenije.» Dogodka na Brdu pri Kranju se je udeležil tudi Damijan Lazar, predsednik Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja.

Obrazložitvi:

Prof. dr. Helena Burger je že skoraj 30 let ključna strokovnjakinja v slovenskem parašportu. Svoje delo na področju zdravja in rehabilitacije parašportnikov je začela leta 1995, ko se je pridružila reprezentanci v odbojki sede kot zdravnica, klasifikatorica in organizatorica. Od takrat je bila zdravnica slovenske reprezentance na skoraj vseh paralimpijskih igrah ter številnih evropskih in svetovnih prvenstvih. Njeno strokovno znanje temelji na dolgoletni praksi na Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Republike Slovenije Soča, kjer je bila deset let direktorica, zdaj pa vodi oddelek za rehabilitacijo pacientov po amputacijah. Kot profesorica na Medicinski fakulteti Univerze v Ljubljani prenaša svoje izkušnje na študente, s čimer zagotavlja kontinuiteto strokovnega znanja v parašportu. Poleg zdravniškega dela je znana po predanosti športnikom – skrbi za njihovo varnost, pripravljenost in motivacijo. Njena športna preteklost tekmovalke v jadrnanju ji omogoča globoko razumevanje športnikovih potreb. Prof. dr. Helena Burger je tako že desetletja nepogrešljiv člen v uspehih slovenskih parašportnikov.

Davorin Kragelnik je dolgoletni zagovornik in pionir odbojke sede v Sloveniji – bil je igralec, kapetan, funkcionar in sodnik. Ššportno pot je začel v Centru za invalidno mladino v Kamniku, od koder je širil šport na Koroško. Leta 1981 je bil kot edini iz Koroške povabljen v jugoslovansko reprezentanco v odbojki sede. Takrat se je s to reprezentanco udeležil svetovnega prvenstva v Nemčiji. Po vrnitvi s prvenstva je bila na njegovo pobudo ustanovljena ekipa v odbojki



sede pri IŠD Samorastnik. Kot član in kapetan jugoslovanske ter slovenske reprezentance je dosegel vrhunske rezultate, vključno z dvema medaljama na svetovnih prvenstvih in tremi na evropskih. Sodeloval je tudi na dveh paralimpijskih igrah (1984 in 1988). Poleg igre je pomembno prispeval

k organizaciji velikih tekmovanj in deloval kot sodnik, že več kot štiri desetletja pa aktivno podpira šport invalidov v Mežiški dolini. Deset let je bil sekretar Društva odbojcarskih sodnikov Slovenije. Njegovo delo je temelj razvoja in popularizacije odbojke sede v Sloveniji.



Predstavitev projekta Aktivno inkluzivno v Mariboru

Piše: Aleš Šolar

(foto: Drago Perko)



V Mariboru smo 4. marca v Dvorani Tabor ob podpori Mestne občine Maribor pripravili javno predstavitev projekta Aktivno inkluzivno.

Po uvodnem nagovoru podžupana Mestne občine Maribor Srečka Vilarja so državni sekretar na ministrstvu za gospodarstvo, turizem in šport, mag. Dejan Židan, predsednik Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja (Zveza ŠIS-SPK) Damijan Lazar in vodja ekspertne skupine projekta Aktivno inkluzivno, dr. Boro Štrumbelj, predstavili naloge projekta, ki se navezujejo na zagotavljanje enakih možnosti za invalide ter mednarodne in nacionalne smernice za vključevanje invalidov v športne dejavnosti.

Regionalni center

Na dogodku smo predstavili tudi skupno dolgoročno načrtovano sodelovanje Zveze ŠIS-SPK in Zdravstvenega doma dr. Adolfa Drolca Maribor, ki bo nosilec naloge regionalnega centra v Podravski regiji. Vlogo centra pri zagotavljanju podpore športu invalidov in parašportnikom je predstavil vodja fizioterapije v Centru za medicinsko rehabilitacijo Alen Pavlec. Ta bo namenjena ABC vadbenim programom,

svetovanju, skupni izvedbi dogodkov ter še posebej športnikom v sklopu njihovega trenajžnega procesa.

Projekt Aktivno inkluzivno ob podpori ministrstva za gospodarstvo, turizem in šport vodi Zveza ŠIS-SPK skupaj s konzorcijskim partnerjem Olimpijskim komitejem Slovenije – Združenjem športnih zvez.

ABC vadba in panožni programi

Med glavnimi nalogami je izvedba redne vadbe za invalide. V okviru projekta redno vadbo delimo na dva sklopa. Prvi je ABC vadba, ki jo vodijo novozaposleni regijski koordinatorji. Drugi sklop so panožni programi, ki jih izvajajo športna društva, invalidske organizacije in drugi usposobljeni ponudniki.

Na dogodku v Mariboru se je predstavil regijski koordinator Gregor Komac, ki je zadolžen za izvedbo vadbe, načrtovanje aktivnosti za invalide, redno izvajanje svetovalnih in informativnih ur ter vodenje evidenc o športnih objektih in vadbenih površinah, ki so prilagojene invalidom.

Gregor Komac je ustrezno usposobljen strokovni delavec za delo na področju športa invalidov. Z redno vadbo je v Mariboru že pričel. V nadaljevanju bodo vadbene programe vzpostavili tudi v drugih

krajih regije. To bodo preprosti ABC vadbeni programi, v katere se lahko vključijo invalidi različnih starostnih skupin in različnih zmožnosti.

Več informacij o projektu je dostopnih na spletni strani www.aktivnoinkluzivno.si. Kontaktni podatki regijskega koordinatorja: Gregor Komac, e-pošta: gregor.komac@aktivnoinkluzivno.si; telefon 041 447 497.

Državni sekretar mag. Dejan Židan in Damijan Lazar, predsednik Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja.



Socialna vključenost invalidov na področju športa v obdobju 2024 – 2028



Koordinator Gregor Komac deluje na področju Podravja.



Aktivno inkluzivno tudi na Koroškem

Piše: Aleš Šolar

(foto: dr. Martina Rauter, Ministrstvo za gospodarstvo, turizem in šport)



V sejni sobi Občine Ravne na Koroškem smo v četrtek, 7. januarja 2026, izvedli javno predstavitev projekta Aktivno inkluzivno z informacijami za Koroško regijo.

Prisotni državni sekretar na Ministrstvu za gospodarstvo, turizem in šport mag. Dejan Židan, župan Občine Ravne na Koroškem dr. Tomaž Rožen, predsednik Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite (Zveza ŠIS-SPK) g. Damijan Lazar in vodja ekspertne skupine projekta Aktivno inkluzivno dr. Boro Štrumbelj so predstavili naloge projekta, ki se navezujejo na zagotavljanje enakih možnosti za invalide ter mednarodne in nacionalne smernice za vključevanje invalidov v programe dejavnosti na področju športa.

Projekt Aktivno inkluzivno ob podpori Ministrstva za gospodarstvo, turizem in šport vodi Zveza ŠIS-SPK skupaj s konzorcijskim partnerjem Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez.

Med glavnimi nalogami je izvedba redne vadbe za invalide. Znotraj projekta delimo redno vadbo na dva sklopa. Prvi je ABC-vadba, ki jo vodijo novo zaposleni regijski koordinatorji. Drugi sklop so panožni programi, ki jih izvajajo športna društva, invalidske organizacije in drugi usposobljeni ponudniki. Na dogodku na Ravnah na Koroškem

smo predstavili regijsko koordinatorko Tjašo Erjavec, ki je zadolžena za izvedbo vadbe, načrtovanje aktivnosti za invalide, redno izvajanje svetovalnih in informativnih ur ter vodenje evidenc o športnih objektih in vadbenih površinah, ki so prilagojene invalidom, ter o izvajalcih programov za invalide. Tjaša Erjavec je ustrezno izobražena strokovna delavka, ki je opravila tudi dodatno usposabljanje za delo na področju športa invalidov. Z redno vadbo je v Občini Ravne na Koroškem že pričela. V nadaljevanju se bodo vadbeni programi vzpostavili tudi v Radljah ob Dravi, Dravogradu in Slovenj Gradcu. To bodo preprosti ABC-vadbeni programi, v katere se lahko vključijo invalidi različnih starostnih skupin in različnih zmožnosti.

Pri načrtovanju nalog, izvedbi programov in obveščanju invalidov regijskim koordinatorjem pomagajo izbrana regionalna središča. V sklopu dogodka smo podpisali dogovor med Zvezo ŠIS-SPK in Invalidskim športnim društvom Samorastnik o sodelovanju pri vzpostavitvi regionalnega centra na Ravnah na Koroškem. Predsednik g. Damijan Lazar se je zahvalil za izkazano pomoč predsedniku IŠD Samorastnik g. Matjažu Majdiču. Slednji pa je potrdil, da bodo regijski koordinatorji stalno pomagali pri izvajanju nalog, omogočili prostor za opravljanje dela in informativnih ur za invalide ter invalide povabili k vključitvi v redne programe vadbe. Vse to izvajajo že sedaj. Društvo IŠD Samorastnik pa bo ob podpori občine in župana dr. Tomaža Rožena svoje naloge za občane in tudi invalide izven občine zagotavljalo tudi vnaprej kot del skupnih prizadevanj projekta Aktivno inkluzivno.

V ABC-vadbene programe se lahko vključijo invalidi različnih starostnih skupin in različnih zmožnosti.

Slovesno v Ravnah na Koroškem.

V nadaljevanju se bodo vadbeni programi vzpostavili tudi v Radljah ob Dravi, Dravogradu in Slovenj Gradcu.



AKTIVNO INKLUZIVNO

Socialna vključenost invalidov na področju športa v obdobju 2024 – 2028





triglav



PARALIMPIJSKA EKIPA
SLOVENIJA



Tabea Dolžan,
paratekačica
na smučeh

Jernej Slivnik,
paraalpski
smučar

Podpisani
pod zmage, zgodbe
in neomajno
voljo naših
parašportnikov.

