



# INFORMATOR

Interno glasilo Društva parolitikov Slovenije

November 2017 št.: 20

## Spoštovane članice in člani društva

Jo, kako čas beži! Se strinjamo, kajne? In kaj je to s tem presnetim časom, da nam kar nekam beži. Morda zaradi merjenja. Merjenje časa v starih urah je bilo štetje mehanskih nihanj. Se še spomnite, kako lepo je tiktakala stara stenska ura pri noni? Danes merimo čas s pomočjo mikrovalovnega sevanja atoma in sicer na prehodu med dvema nivojema osnovnega stanja. Če boste, ali pa ste, kdaj obiskali London, si v Royal Observatory v Greenwich-u oglejte Harisonov kronometer in najbolj točno uro na svetu, ki pa ni nič romantična in nič več nostalgичno ne tiktaka. O času je pisal že Aristotel v knjigi Fizika in pravi, da je čas samo število gibanj (arithmos) glede na preteklost in sedanost. Nekje pa sem prebral, da je čas v naših osivelih laseh. Vsem nam beži ta presneti čas in včasih imam občutek, da beži vedno hitreje. Nekaj malega nazaj smo se še greli v toplem, pravzaprav vročem poletju, sedaj pa že ob sedmi uri zvečer prižigamo luč. Še malenkostno bolj nazaj sem vam v novembrskem uvodniku voščil za novo prihajajoče leto. No, pa smo zopet tam. Že en sam pogled skozi okno na spreminjajočo barvo listja dreves mi govori, da prihajajo hladne noči, meglena jutra, sneg in mraz. No ja, saj je vsako leto tako in ni treba iz tega delati dramo, mar ne? Sicer pa eni imajo najraje pomlad, drugi poletje, tretji jesen ali zimo, četrti pa kar vse letne čase brez izjeme. Vem, vem, leto gre h koncu in treba se je ozreti nazaj in pogledati, kaj dobrega smo v tem letu postorili. Društvo je delovalo tako kot vsa prejšnja tri leta. Obnovitvenih rehabilitacij v Zrečah, Laškem (v tem letu kar dve skupini) in Moravskih toplicah se je v tem letu udeležilo skupno v vseh treh zdraviliščih 87 članov društva in 6 spremljevalcev. Iz anket, ki so bile opravljene v posameznih zdraviliščih, pa vidimo, da ste bili z OR zadovoljni in da se

želite tudi v bodoče vračati v ista zdravilišča. Tudi v prostorih društva so potekale aktivnosti podobno kot pretekla leta. Ob sredah so dobro obiskane delavnice ročnih del in pilates. Del članov obiskuje gledališke predstave, športniki pa se pomerjajo v kegljanju, namiznem tenisu, balinanju, šahu in pikadu. Ravno kar se je končal tudi dan športnih iger. Le zimskih športnih iger ne prirejamo. Mogoče bi lahko izvedli le kepanje ob čaju in kuhanem vinu.

Pa se vrnimo nazaj k bežečemu času. Izteka se nam štiriletni mandat, kar pomeni, da boste ponovno razmišljali, koga voliti za naslednja štiri leta, da bo društvo delovalo kar najbolje.

Čas, ta čas presneti, tako hiti, da smo že doživeli 35. obletnico od ustanovitve društva. Spoštljiva obletnica, mar ne? No, še dobro, da za te stvari ZUJF ne velja tako, da bo društvo lahko še dolgo delovalo brez strahu pred prisilno upokojitvijo.

Upamo, da bomo lahko to obletnico primerno počastili ob primerni priložnosti.

Še malo in zakorakali bomo v novo leto 2018. Želim vam, da vam leto prinese srečo in polno zdravja.

Srečno in zdravo vsem.



A. Fidler

# VSEBINA

<b>1</b>	<b>UVODNE BESEDE PREDSEDNIKA</b>	<b>17</b>	<b>AKTUALNO</b>
<b>2</b>	<b>VSEBINA</b>	<b>17</b>	EVROPSKA KARTICA UGODNOSTI ZA INVALIDE
<b>3</b>	<b>SPOMLADANSKO SREČANJE V LATKOVI VASI</b>	<b>18</b>	KAKO DO KARTICE
<b>4</b>	<b>PRAZNOVANJE ROJSTNIH DNI</b>	<b>18</b>	NOVI ZAKON O DAJATVAH NA MOTORNA VOZILA
<b>5</b>	<b>OBNOVITVENA REHABILITACIJA 2016</b>	<b>20</b>	<b>OHRANJEVANJE ZDRAVJA</b>
<b>5</b>	OR LAŠKO – 1. SKUPINA	<b>20</b>	MERITVE KRVNEGA TLAKA
<b>6</b>	OR ZREČE	<b>20</b>	SKUTER
<b>7</b>	OR LAŠKO – 2.SKUPINA	<b>20</b>	BREZPAČNO DO KARTE URBANA
<b>8</b>	OR MORAVSKE TOPLICE	<b>21</b>	<b>OBVESTILA</b>
<b>11</b>	<b>SREČKO OBOLNAR - PROSTOVOLJEC LETA 2016</b>	<b>21</b>	OBVESTILO O PARKIRANJU
<b>12</b>	<b>OSME JESENSKE ŠPORTNE IGRE</b>	<b>21</b>	PREVOZ NA KLIC
<b>13</b>	<b>PILATES</b>	<b>21</b>	DONACIJA 0,5 % OD DOHODNINE
<b>13</b>	PILATES in VAJA ZA NOS	<b>21</b>	ZAKON O IZENAČEVANJU MOŽNOSTI INVALIDOV - ZIMI
<b>14</b>	VAJA ZA UŠESA ali NEBEŠKO BOBNANJE	<b>22</b>	KNJIŽNICA
<b>15</b>	<b>KULTURA</b>	<b>22</b>	DELAVNICE IN PILATES
<b>15</b>	LEPE MISLI GAŠPERJA TIČA	<b>22</b>	ŠPORTNA VADBA
<b>15</b>	<b>ŠPORT</b>	<b>22</b>	<b>ANEKDOTE ZNANIH LJUDI</b>
<b>15</b>	DP INVALIDOV V KEGLJANJU	<b>23</b>	<b>MALO ZA ŠALO</b>
<b>16</b>	DP INVALIDOV V PLAVANJU	<b>23</b>	<b>URADNE URE</b>
<b>16</b>	DP INVALIDOV V NAMIZNEM TENISU	<b>24</b>	<b>UGODNEJE NA KOPANJE</b>
<b>16</b>	<b>ZAHVALA</b>		

## SPOMLADANSKO SREČANJE V LATKOVI VASI

Hitro je leto naokoli, spet je tu junij in čas za spomladanski piknik. Tako kot že nekajkrat, smo se zbrali v Latkovi vasi pri Preboldu. Že tradicionalno je bil glavni organizator Janko. Domenil se je za prostor, hrano, pijačo. Točil je pivo, raznašal pijačo, delil krožnike, hrano, skratka povsod ga je bilo polno. Hvala, Janko. Hvaležni pa smo tudi vsem ostalim, Marjani, Duški, Zmagi ..., ki ste pomagali. Pivnica Adam Ravbar nam je podarila sodček piva, za katerega se prav lepo zahvaljujemo.



Vreme nam je bilo naklonjeno, ni bilo prevroče in ne prehladno. Posedali smo na sončku, si greli kosti in razgibavali jeziček.



Ura se je bližala deseti in člani so pridno prihajali. Z nekaterimi se zaradi razkropljenosti po vsej Sloveniji srečamo le na takšnih in podobnih priložnostih.



Tudi tokrat so nas domačini najprej postregli z okusnim golažem in dobrim domačim kruhom. Ker piknika praviloma ni brez pečenja, smo si v popoldanskih urah privoščili tudi tega.



Čas je kar prehitro minil, poslovili smo se z mislijo, da se kmalu ponovno srečamo.

Zapisała: Saša Žgajnar  
Fotografija: Polona Hutter



Ženske smo se posvetile klepetu, moški pa tudi namiznemu nogometu. Tu se niso pustili motiti.



## PRAZNOVANJE ROJSTNIH DNI

Se letnica je spremenila,  
prinesel poštar spomladanska je voščila.  
Faniki, Ivanki, Nadi, Primožu in Mileni,  
nihče od njih pa se kaj dosti za to ne zmeni.

**FANIKA** se je odločila,  
da ga bo po bolnici mal' lomila.  
K sreči kmalu so jo odpustili,  
domači pa so si krepko oddahnili.  
Zato želimo ti ogromno zdravja,  
sem spada tudi več smejanja.

**IVANKA 70** jih je dopolnila,  
nam sredine popoldneve popestrila.  
Bodi taka, kot po navadi,  
saj tako te imamo radi.  
Ohrani vedri svoj nasmeh,  
ostani zdrava, pri močeh!

**NADA** si res najbolj želi,  
da svoje zdravje okrepi.  
Se pa vsake srede močno veseli,  
saj se z nami na društvu dobi.  
Naj to leto nasuje ti zdravja obilo,  
da v življenju bi se ti le dobro godilo!

**PRIMOŽ** pa prav danes slavi rojstni dan,  
ki povrh je še s soncem obsijan.  
Tvoj videz še vedno je mladosten in  
markanten,  
poleg vsega pa še zelo šarmanten.  
Četudi lasje se na glavi srebrijo,  
naj te leta prav nič ne skrbijo.

S pomladjo **MILENA** se je rodila,  
v soboto že **60** jih bo slavila.

*V tem času enkratno bitje je postala,  
za društvo in vse nas najboljše od sebe je  
dala.*

*Zato naj bo ta rojstni dan le križišče,  
kjer na vseh poteh te sreča in ljubezen išče ..*

Torej najlepše voščilo naj vsem vam velja,  
ni veliko – je pa iz srca.

Zdravje, sreča, ljubezen in smeh  
naj spremlja vas na vseh poteh!

## **OBNOVITVENA REHABILITACIJA V LAŠKEM – 1. SKUPINA 2.7.- 14.7.2017**

Kot vedno doslej so ob prihodu vse udeležence prijazno sprejeli na recepciji in nam nudili vse potrebne informacije o bivanju, terapijah, kopanju ipd. Na uvodnem sestanku nas je pozdravila predstavnica Thermane, ob večerji v salonu Bidermajer smo se tudi dogovorili o našem bivanju, aktivnostih, druženju in drugih zadevah.

V ponedeljek smo se zvrstili pri fiziatru, ki nam je dodelil ustrezne terapije. Letos jih je bilo še nekaj več, kar nas je še posebej razveselilo. S terapijami smo pričeli takoj po pogovoru s fiziatrom, tako da smo se kmalu uvedli v nov ritem.

V torek smo se z avtobusom odpeljali na Šmohor (787 m) in tam preživeli prijetno popoldne z igrami, piknikom in veselim druženjem. Več povedo slike:



Na Sončni terasi smo se udeležili različnih dogodkov: piknikov z glasbo, nastopa folklorne skupine idr. ... V salonu pa smo se udeležili koncerta ženskega pevskega zbora.

V torek, 11.7., nam je zdravilišče pripravilo zanimivo delavnico na temo: Živim zdravo. Sledilo je tudi merjenje sladkorja in krvnega tlaka.

Po bolj ali manj napornih dnevih terapij in bazena smo se zadnji torek zbrali v Srebrni dvorani na družabnem srečanju.

Animatorka Jana nas je prijetno razvedrila z igrami, kvizom in svojo sproščenostjo.



Večer pred odhodom smo se zbrali na poslovilni večerji v salonu Bidermajer.



Anonimna anketa, ki so jo izpolnili udeleženci, je pokazala, da so bili ti zelo zadovoljni z bivanjem in opravljeno

obnovitvijo. Več o tem na spletni strani društva, kjer je anketa objavljena.

*Besedilo in slike: Aleksander Beccari*

## **OBNOVITVENA REHABILITACIJA ZREČE 2017 (od 16. do 28. julija 2017)**

Leto je prišlo naokoli in spet je nastopil čas, ko smo se ponovno srečali na obnovitveni rehabilitaciji v Zrečah. V nedeljo 16.7. smo se zbrali v avli hotela, skupno nas je bilo 23, od tega sta bila 2 spremljevalca in 1 partner samoplačnik. Že isti dan popoldan smo opravili zdravniški pregled, nato pa je po večerji sledil spoznavni večer. Pozdravili sta nas vodja skupine Mateja in animatorka Nina, ki nam je na razpolago že vrsto let. Zato ji še enkrat hvala za toliko truda, ki ga vložijo v nas. Z minuto molka smo se spomnili tudi prezgodaj preminule kolegice Brigite.

Že naslednji dan smo pričeli s fizioterapijami, ki so bile prilagojene vsakemu posamezniku. Vmes se je našlo tudi kaj prostega časa, ki smo ga izkoristili za skupno kavico ali pijačo.



V torek je praznovala naša Viki. Deležna je bila čestitk nas vseh, osebje hotela pa ji je podarilo lepo torto, kot je to v navadi že nekaj

let. Imeli smo srečo, da je bila v hotelu ravno tisti večer živa glasba, tako da smo se lahko tudi malo zavrteli.

Večere smo si popestrili z različnimi oblikami zabave. Organizirali smo kviz, kjer je bilo potrebno pokazati kar nekaj znanja. Sledila je tombola, s preprostimi, a zanimivimi nagradami, tako da se je je izplačalo udeležiti.

Kot vsako leto smo tudi letos priredili piknik, ki smo ga letos popestrili z igro Activity. Ob zanimivi in atraktivni igri je večer kar hitro minil.



V soboto popoldan smo se odpravili na izlet v Žalec, naš cilj je bil ogled znamenite Fontane piva, ki je res nekaj posebnega. Poskusili smo kar 6 vrst piva, vsa po vrsti zelo okusna.





Na žalost nas je moral predčasno zapustiti naš Evald. Imel je veliko smolo in si je poškodoval nogo ter tako končal v bolnišnici. Želimo mu čimprejšnje okrevanje!

In tako je vse prehitro prišel zadnji večer, ko smo se zbrali v Beli dvorani, nazdravili, se malo posladkali in veselo pokramljali.



V petek, 28.7., smo se poslovili z željo, da ostanemo zdravi in se naslednje leto spet vidimo.

Na koncu pa bi se rada zahvalila svoji skupini za vso pomoč, ki mi je še kako prišla prav. Zahvaljujem pa se tudi za darilo, ki me bo spominjalo na lepo preživete dni z vami.

*Zapisala: Mateja Jesenšek*

## **OBNOVITVENA REHABILITACIJA DRUŠTVA PARAS V ZDRAVILIŠČU LAŠKO OD 6.8. DO 18.8.2017**

Obnovitvena rehabilitacija je za člane društva Paras izjemnega pomena in težko pričakovana. Odziv je bil tudi letos dober, sodelovalo je 24 članov. Izkazalo se je, da je rehabilitacija pomembna tako z vidika izboljšanja fizičnega počutja sodelujočih kot z vidika socialne integracije, povezovanja naših članov. Posebno pozornost smo zato namenili tudi oblikovanju programa druženja,

poudarili smo raznovrstnost aktivnosti, pestrost doživetja.

Na dan prihoda v Zdravilišče Laško smo najprej poskrbeli za ustrezno namestitev po sobah. Vsi so bili zadovoljni, težav nismo imeli. Seznanili smo se z načrtovanim urnikom rehabilitacije, z urami obiska pri zdravniku za ponedeljek ter za razvrstitev pri fizioterapijah.

V torek smo se odpeljali na bližnji hrib Šmohor, kjer smo imeli piknik, pripravili smo tudi animacijski program, nekateri so se odpravili še peš do cerkve sv. Mohorja. Naposled smo se vsi veseli in z lepimi občutki vrnili nazaj v hotel.

Naslednji dan smo nadaljevali z rednimi terapijami. Izkoristili smo priložnost za kopanje, veseli smo bili sončnih dni, da smo se lahko kopali tudi v zunanjem bazenu.

Petkovo druženje smo popestrili s piknikom na sončni terasi, kjer smo se poveselili ob glasbi tamkajšnjih glasbenikov. Kdor je želel, je lahko tudi zaplesal, glasba je bila umirjena in prijetna.

Naslednja dva dni smo se osredotočili na izvajanje terapij in plavanje v bazenu.

Nov teden smo začeli z dopoldanskimi terapijami. Ponedeljkovo popoldne smo izkoristili za ogled Laškega, odpravili smo se še na voden ogled medovitih rastlin na vrtu Thermane.

Dan pozneje smo se že povsem privadili programu rehabilitacije in dnevni rutini, ki pa jo je tisti dan prijetno začinila vodena oblika vadbe – pilates. Posebej pester je bilo družabni večer, ko smo se preizkusili v kvizu Thermane in mesta Laško.

Angažirala se je tudi naša članica gospa Olga, ki je pripravila kviz o starih rekih, dva druga člana (Poldi in harmonikar iz ansambla VIŽARJI) pa sta poskrbela za glasbeni večer. Harmonikarja sta veselo igrala, mi pa smo se sprostili ob dobri kapljici in zelo dobrem pecivu, ki sta nam ga spekli naši podpornici, Marjana in Danica. Sladke dobrote so nam dale še dodatno energijo, da smo veselo zaplesali. Manjkalo ni niti dobrih šal, ob katerih smo se prešerno nasmejali. Dobre

volje smo ta večer šli pozno spat, a naslednji dan smo bili čili in pripravljeni na terapije.

Žal moramo zapisati, da je ena izmed članic padla v svoji sobi, zato smo poskrbeli, da so jo odpeljali na rentgen v Celje. K sreči si ni ničesar zlomila, so pa ugotovili, da ima zvit gleženj in mora zato počivati.

V sredo smo se odpravili v Pivovarno Laško, kjer so nam omogočili ogled izdelave piva. Dan pozneje, v četrtek, smo pripravili delavnico Živimo zdravo, kjer smo še posebej preverili svoj krvni sladkor in krvni tlak – izvajali so meritve.

Kot vedno, kadar je lepo, čas slovesa prehitro pride. Poslovili smo se na svečani večerji, pred tem pa smo se zahvalili za trud vseh v kolektivu Zdravilišča Laško, poudarili smo, da nam je bilo lepo. Posebej smo se zahvalili tudi naši animatorki, ki je popestrila naše dneve bivanja. Ob dobri hrani na večerji je tekla beseda o dogodkih in vtisih, ki so zaznamovali naše letošnje druženje na rehabilitaciji.



Poslovili smo se v želji, da se drugo leto spet srečamo in da bi se imeli tako lepo kot letos. Konec večera na sončni terasi nam je

popostrila folklorna skupina iz Marija Gradca s svojim nastopom.

Zadnji dan smo do 12. ure končali terapije, nato pa se srečni in veseli vrnili v svoje domove.

*Vodja skupine: Janko Pirc*

## **OBNOVITVENA REHABILITACIJA V MORAVSKIH TOPLICAH 2017**

Poletje se odmika in prekmurske štoklje se odpravljajo na dolga potovanja v južne kraje. Paralitiki pa so se iz različnih krajev Slovenije pripeljali 20. avgusta v deželo Panonijo, da bi si z zdravilnimi vreli panonskih voda pridobili moči in na obnovitveni rehabilitaciji obnovili zdravje. Skupina je bila kar številčna. Prva je seveda prispela vodja skupine, ki je člane sprejela in napotila na zdravniški pregled k zdravnikom fiziatrom. Ti so vsakemu posamezniku predpisali ustrezno terapijo. Želje so bile velike, točk pa je samo toliko, kot je določeno in temu primerno so člani dobili razpored fizioterapij. Vsi so bili nastanjeni v hotelu Termal. Zvečer pa je bil v hotelu Ajda Spoznavni večer. Dobili smo animacijski program, ki je vseboval prireditve, ki so jih pripravili v Termah 3000 in dopolnjen s programom, pripravljenim s strani društva posebej za naše člane.

Za člane društva je bila najpomembnejša terapija in vodna gimnastika ter razgibavanje v termalnih vodah. Zdravniki in fizioterapevti so nam predavali o zdravljenju s termalno črno vodo v Termah 3000 in o krepitvi mišic medeničnega dna s prikazanimi vajami.







In kako so se razvneli naši člani pri veselem kvizu. Borili so se v štirih skupinah kot levi za vsako točko. Bili so skoraj izenačeni in le z dodatnimi anagrami in v matematičnih ugankah so se lahko razvrstili na prvo, drugo, tretje in četrto mesto. Vsi so bili bogato nagrajeni. Po takih igrah je sledilo druženje in medsebojno spoznavanje.

V prostem času pa smo se lepo zabavali in družili.

Kaj naj vam povemo o programih. Polona Hutter je vodila igro Tombola. Tombola kot tombola. Najsrečnejši z zmagovitimi izžrebanimi številkami so dosegli nagrado za eno vrstico. Potem so bili zadetki za dve vrstici in glavna tombola.



Pa da bi vi videli naše huronsko navijanje na veselih igrah, ki so nam jih pripravili in vodili animatorji Term pred vhomom v bazen hotela Termal.



Prav je, da vam opišemo tudi kulturni družabni večer 2017, ki je bil sobota, 26. avgusta zvečer. Na prireditvi so bili vsi člani naše skupine, paraplegiki, prijatelji in gostje. Omenila bi med njimi gospo Ksenijo Potočnik. Z nami je bila tudi naša sekretarka društva gospa Milena Selan, ki je vse pozdravila in nam zaželela prijetno bivanje v Moravcih.

Večer sem vodila Liza Paraliza, (Jasna Majda Peršolja), po domače Bionda s Primorske. Večer je povezovala nit pesmi

igralca, pisca besedil Gašperja Tiča. Naši recitatorji so pripravili recitacije treh pesnikov: očeta Toneta Pavčka, sina Marka Pavčka in pesnice ter igralka Saše Pavček. Marija nam je recitirala Preproste besede, Zdravko pa pesem Novorojenemu sinu. Nataša je prebrala Markovo pesem Pesem je, če si vesel in poješ vesele pesmi, Milena pa Sašino pesem Nimam hčere.



Naši člani so tudi pripravili tri humoreske. Polona in Saša sta zaigrali in prikazali Novo dieto, Marija in Jani sta uprizorila Seštevanje na prste, Nataša in Primož pa sta zaigrala, kaj se dogaja na recepciji v Moravcih. Sledil je zabavni večer pri kozarčku in ob sladkih prigrizkih.



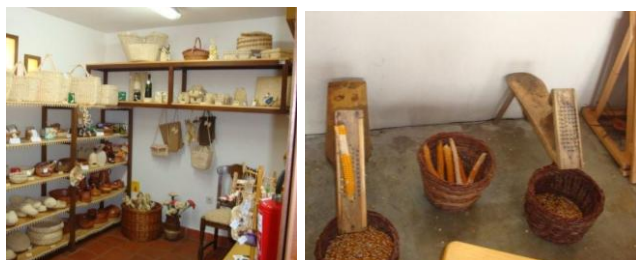
Po liriki je sledil dramski program. Za začetek so uprizorili bralno vajo Pudelj. Delo je napisal Aleksander Grum, iz Društva paraplegikov Nova Gorica. Režiserka je bila Zmaga. Vlogo župnika je igral Primož, policistka je bila Nataša, vlogo Maksa pa je imel Jani. Občinstvo je pozorno poslušalo in se od srca nasmejalo.



Zabavali so nas tudi animatorji Peter, Monika in Danijela. V lepem pojočem prekmurskem narečju so nam pokazali, kaj se dogaja na upokojskih večernih razgibalnih vajah.

Ker nekateri naši člani ne poznajo dovolj Prekmurske dežele, smo se v nedeljo popoldne odpravili na Sabolovo domačijo v Mali Polani. Tu domuje Zadruga in zaposlitveni center Pomelaj. Pomelajevo je tam, kjer je preteklost navdih prihodnosti.

Težko zaposljivi ljudje (med njimi je 7 invalidov) so se združili v zadrugi. Začeli so spet gojiti staro koruzno sorto trdinko. Iz suhega in ponovno omočenega ličja pletejo različne izdelke. Izdelke domače obrti znajo predstaviti z zgodbami. Predstavili so nam, kako pletejo iz ličja in šibja. Poiskali in zapisali so stare recepte in to posodobljeno našem času izdelujejo in prodajajo na tržnicah in v lastni trgovinici. Sabolovo kmetijo so obnovili. V njej je trgovina in prikaz Pomelajeve dejavnosti. Postregli so nam z domačo vlevanko, degustirali smo marmelade iz rdeče pese in iz buče, slane palčke in pražena bučna semena.



Vsega lepega je hitro konec. Dvanajst dni je hitro minilo. Opravili smo individualne vaje na suhem in v bazenu, namakali smo se v črni vodi, plavali smo in se razgibavali, si greli bolne sklepe s pelodnim fangom, masaže so nam prekrvavile hrbtenice. Sobarice so nam čistile, kuharji so nas razvajali z bogato izbiro dobre in okusne hrane. Mi člani smo se družili in pazili, da smo bili čim več skupaj. Še zadnja poslovilna večerja in nato odhod domov.



Bilo nam je lepo. Da bi bilo še ob letu osorej tako!

*Zapisala: Jasna Majda Peršolja  
Fotografije: Polona Hutter*

## **SREČKO OBOLNAR – PROSTVOLJEC LETA 2016**

Predsednik Republike Slovenije Borut Pahor je 20.6.2017 v Kongresnem centru Brdo pri Kranju gostil prireditev ob zaključku natečaja in razglasitvi najboljših prostovoljcev in prostovoljskih projektov. Na letošnji natečaj je prispelo 50 predlogov projektov in 187 predlogov za najzaslužnejše posameznike.

**Med slednjimi je bil tudi naš član Srečko Obolnar, ki je prejel Priznanje za sodelovanje v natečaju »Prostovoljec leta 2016« na predlog Doma Tisje Šmartno pri Litiji.**



Pomerili smo se v kegljanju, pikadu, namiznem tenisu in šahu. Največ zanimanja je bilo tudi tokrat za pikado.

V kegljanju je slavil Tone Glad pred Adolfom Rudolfom in Bojanom Fijavžem.



V pikadu je slavil Ivan Bregar pred Mileno Selan in Igorjem Čadežem.



Vir: MMS

**ISKRENE ČESTITKE!**

*Zapisala: Milena*

## **OSME JESENSKE ŠPORTNE IGRE**

Kot je že v navadi zadnjih sedem let, je tudi letos društvo organiziralo jesenske športne igre. Udeležilo se nas je 55 članov, tekmovali pa smo v štirih disciplinah.

Osme jesenske športne igre so se odvijale v soboto, 14. oktobra 2017, v prostorih Društva vojnih invalidov na Malenškovi 1 v Ljubljani. Dan je bil sončen in prijetno topel. S Polono sva poskrbeli, da je bilo pijače in jedače dovolj. Nekateri člani so nas še razveselili z doma pečenimi dobrotami in dobrim vinom.

Zdravko Kišek je prejel priznanje za prvo mesto v namiznem tenisu, drugi je bil Jani Palčič in tretji Janez Bregar.



V šahu je bil prvi Leopold Kočevar, drugi Jože Anžej, tretji pa Anton Iskra.



Po zaključenem tekmovanju so najuspešnejši prejeli priznanja in čokolado. Sledila je malica - ričet s klobaso, še malo smo poklepetali in se poslovili.



Fotografije: Milena  
Zapisala: Milena

## PILATES in VAJE ZA NOS

Jože Tomšič, ki se redno udeležuje pilatesa, nam je predstavil nove vaje.

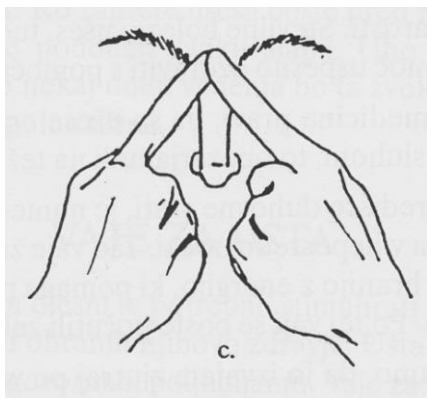
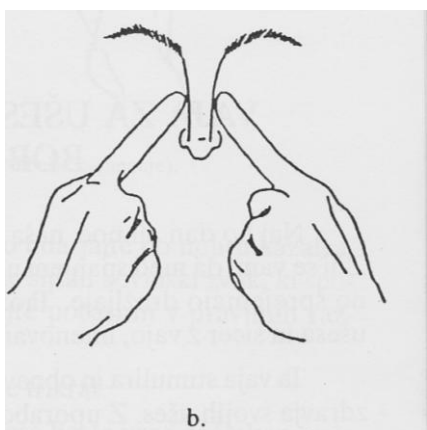
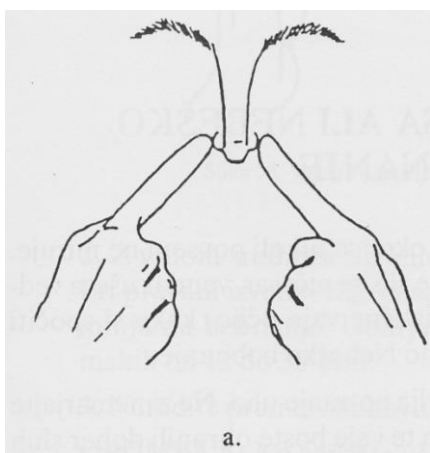
Nos je ogledalo pljuč. Alergije, izcedki in zamašitev sinusov so znak pljučnih bolezni.

Vaja Žerjav krepi pljuča in jih oskrbuje z energijo, ki pomaga pri odpravljanju motenj dihalnega sistema. S stimuliranjem določenih točk okrog nosu ohranjamo zdravje pljuč in sinusov. Te točke so na meridianih, ki z energijo oskrbujejo nos in njegovo okolico. S pritiskom na te točke povzročamo neprekinjen pretok energije skozi nosnice in sinuse.



Te vaje lahko izvajamo vedno, kadar občutimo motnje v nosu in sinusih. Ker pa vam zagotovo primanjkuje časa, bo dovolj ena vaja za nos, ko bo sledila vaji za oči, pri čemer boste uporabili naravno kremo.

1. S kazalcem obeh rok močno pritisnite na mesto zgoraj navedenih točk.
2. Začnite pri dnu nosa in pritiskajte kakšnih 10 sekund. Potem nekaj sekund masirajte.
3. Potem pritisnite za približno 10 sekund točki sredi obeh strani nosu. Potem masirajte.
4. Z obema prstoma pritisnite točko med obrvema (tretje oko). Masirajte.



5. Vse opisano ponovite trikrat, tako, da začnete pri dnu nosa in končate pri tretjem očesu.
6. Potem po tem vrstem redu masirajte vse opisane točke z eno samo potezo in nadaljujte do sredine čela. Ponovite trikrat.

Pritisk mora biti močan in prodoren. V začetku boste morda začutili rahlo bolečino, kar je znak oslabelosti meridiana. Če boste vadili vsak dan, bo bolečina minila. Morda boste opazili, da ste postali manj občutljivi za gripo, alergije in vnetja sinusov.

*Pripravil: Jože Tomšič*

## VAJA ZA UŠESA ALI NEBEŠKO BOBNANJE

Naj bo dan ali noč, naša okolica nikoli povsem ne miruje. Zdi se vam, da med spanjem ne slišite ničesar, vendar ušesa vedno sprejemajo dražljaje. Taoistične vaje učijo, kako si spočiti ušesa in sicer z vajo, imenovano Nebeško bobnanje.

Ta vaja stimulira in obnavlja notranje uho. Ne zanemarjajte zdravja svojih ušes. Z uporabo te vaje boste ohranili dober sluh tudi v visoki starosti. Številne bolezni ušes, tudi šumenje in delno gluhost, je moč uspešno ozdraviti s pomočjo te vaje.

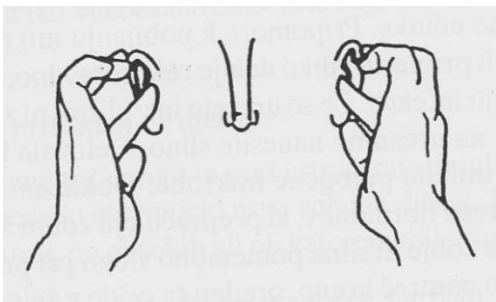
Kitajska medicina pravi, da so ušesa ogledalo ledvic. Če imate težave s sluhom, to opozarja tudi na težave z ledvicami.

Epifiza, središče duhovne rasti, je nameščena med ušesoma in je z njima v neposredni zvezi. Tao vaje za ušesa spodbujajo epifizo in jo hranijo z energijo, ki pomaga pri njenem pravilnem delovanju. Po tej vaji se boste počutili zelo umirjeno.

Priporočamo, da jo izvajate zjutraj, po vaji za nos in prek dneva, kolikor to le želite. Ljudje, ki imajo težave, povezane z ušesi, bi jo morali izvajati večkrat na dan, vse dokler težave ne minejo.

1. S kazalcem, ki ste ga položili na zunanjo stran ušesa, pripognite ušesno resico tako, da popolnoma

zaprete slušni kanal pred zunanjim svetom.



2. Z vrhom sredinca narahlo udarjajte po nohtu kazalca. Pri pravilni izvedbi vaje boste slišali kovinski zvok, ki spominja na bobnanje. Udarjajte počasi in v pravih razmakih od 12 do 36 – krat.
3. Naredite premor. Ponovite trikrat.

OPOMBA: Ko zaprete ušesa, boste pred začetkom vaje slišali zvok, ki je podoben zvoku slapa. Uho bo še vedno funkcioniralo. Po nekaj dneh vadenja bo ta zvok izginil in zamenjala ga bo popolna tišina.

Pripravil: Jože Tomšič

## KULTURA

### LEPE MISLI GAŠPERJA TIČA

SPOŠTOVANI PUBLIKUM,  
VSAK OD NAS JE UNIKUM,  
A ENAKI V BISTVU SMO VSI,  
SPLOH KO SOLZNE SO OČI:  
SUHI, REJENI, PAMETNI, ZMEDENI,  
ČRNI, BLOND, RDEČI, RJAVOLASI,  
ČE DOMA STE V MESTU ALI NA VASI,  
BOGATI, REVNI, MAJHNI IN SLOKI,  
POKONČNI, POŠEVNI, ZELENKO-, RJAVO-,  
PLAVOOKI.....,  
POZABI RAZLIKE, ENAKI SMO VSI,  
STOLETJA SRCE SI ENAKO SLIŠAT ŽELI:  
PODARJAM TI ROBČEK, KI NI ZA SOLZE,  
V NJEM JE VTKANO TVOJE IME,  
PODARJAM TI ROBČEK, KI NI ZA  
PREHLAD,  
JE ROBČEK LJUBEZNI,  
KER TE IMAM RAD.

Avtor: Gašper TIČ

## ŠPORT

### DRŽAVNO PRVENSTVO V KEGLJANJU

V soboto, 13. maja 2017 je na kegljišču Golovec v Celju potekalo DP invalidov v kegljanju za kategorije od K1 do K5, KG, KP in KT za žensko kot tudi moško konkurenco. Na DP je bilo prijavljenih kar 72 kegljavcev in kegljavk. Organizator in izvajalec državnega prvenstva je bila ZŠIS-POK.

Normo za uvrstitev na DP so dosegli in se tekmovanja tudi udeležili naslednji naši člani: Mateja Jesenšek, Anton Glad, Bojan Fijavž in Ivan Palčič.

V kategoriji K2 je Bojan Fijavž osvojil srebrno medaljo, Anton Glad pa bronasto.

V ženski konkurenci K3 je bila Mateja edina tekmovalka in tako osvojila zlato medaljo.

ISKRENE ČESTITKE ZA KOMPLET OSVOJENIH MEDALJ!



Bojan Fijavž in Ivan Palčič  
Vir: ZŠIS-POK



Bojan Fijavž in Ivan Palčič  
Vir: ZŠIS-POK

Zapisala: Milena

## DRŽAVNO PRVENSTVO V PLAVANJU

Na odprtem bazenu v Radovljici je v soboto, 27. maja 2017, potekalo državno prvenstvo invalidov v plavanju. V sodelovanju s Plavalnim klubom Gorenjska banka Radovljica je tekmovanje organizirala ZŠIS-POK.



Državnega prvenstva sta se tradicionalno udeležila tudi naša člana Mira in Jordan Jakin. Oba sta osvojila po dve zlati medaliji, in sicer Mira v kategoriji S8 na 50 m prosto s časom 54:98 in na 50 m hrbtno s časom 1:22:18. Jordan pa v kategoriji S9 na 50 m prosto s časom 38:90 in na 50 m hrbtno s časom 50:24.

Obema iskrene čestitke.

Zapisal: Ivan Palčič

## DRŽAVNO PRVENSTVO V NAMIZNEM TENISU

V soboto 21. oktobra 2017 je v športni dvorani OŠ Logatec potekalo državno prvenstvo invalidov v namiznem tenisu v organizaciji ZŠIS-POK. Izvajalec tekmovanja je bil NTK Logatec. Na državnem prvenstvu so nastopili igralci namiznega tenisa v vseh kategorijah. Naše barve sta zastopala Jordan Jakin, ki je v skupini NT 8 osvojil zlato, v skupini NT 6 pa je bron osvojil Zdravko Kišek



Jordan Jakin



Zdravko Kišek

ISKRENE ČESTITKE!

Vir: ZŠIS-POK  
Zapisala: Milena

## ZAHVALA

»Kogar imaš rad, nikoli ne umre.

Le daleč, daleč je.«

Ob boleči izgubi naše drage žene, mame, babice, tašče, tete, svakinje, prijateljice in sosede

## VERONIKE SOKAČ

se iskreno zahvaljujemo vsem sorodnikom, sosedom, znancem, prijateljem za izrečeno sožalje, podarjeno cvetje in sveče ter denarno pomoč.



Hvala gospodu župniku za lepo opravljen obred z mašo, predsedniku Društva Paras za poslovilni govor, pevkam za lepo zapete pesmi.

Vsem še enkrat iskrena hvala, da ste našo Veroniko pospremili k zadnjemu počitku.

**Žalujoci: vsi njeni**

## **AKTUALNO**

### **EVROPSKA KARTICA UGODNOSTI ZA INVALIDE**

Poslanci soglasno za uvedbo invalidske kartice ugodnosti.

**KARTICA BO PRINESLA UGODNOSTI, KI SEGAJO OD PODROČJA PROMETA, TURIZMA, KULTURE, DO ŠPORTA IN PROSTEGA ČASA**

Objavljeno: 21. 6. 2017 ob 14:44

Ljubljana - MMC RTV SLO



**Novelo zakona o izenačevanju možnosti invalidov, po kateri bodo invalidi lahko dobili invalidsko kartico ugodnosti, je državni zbor sprejel soglasno s 76 glasovi. Pomembna novost, ki jo tudi prinaša novela je ta, da bodo invalidi bolj enotno obravnavani pri uveljavljanju različnih ugodnosti.**

Projekt EU kartica ugodnosti za invalide izvaja Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti skupaj s partnerjem projekta Nacionalnim svetom invalidskih organizacij Slovenije. Z invalidsko kartico ugodnosti bodo slepi in slabovidni, gluhi in naglušni, gluhoslepi, gibalno ovirane osebe, osebe z motnjami v duševnem

razvoju in težavami v duševnem zdravju in posamezniki z drugimi vrstami invalidnosti v državah EU lahko uveljavljali posebne komercialne popuste, ki so jim na voljo v posameznih državah, segajo pa na različna področja življenja. V okviru projekta bo vzpostavljena spletna baza ugodnosti in mobilna aplikacija, ki bo predstavila nabor ugodnosti, ki jih bodo ponudili različni komercialni ponudniki. Bazo pripravlja Nacionalni svet invalidskih organizacij Slovenije, ugodnosti pa bodo lahko upravičenci spremljali na spletni povezavi [www.invalidska-kartica.si](http://www.invalidska-kartica.si). Baza bo interaktivna, kar pomeni, da se bodo komercialne ugodnosti lahko dodajale ali odzemale glede na trenutne dejavnosti posameznih ponudnikov, ki bodo ponujali ugodnosti vsem invalidom, ne glede na to, iz katere EU države članice prihajajo. Baza bo dvojezična, saj mora biti dostopna tudi invalidom drugih EU držav članic.

**Kartica bo na voljo na 58 upravnih enotah po Sloveniji.**

Podatke o ugodnostih bo mogoče poiskati po vrsti ugodnosti in krajih, informacija pa bo vsebovala opis, naslov, spletni naslov, delovni čas, telefonsko številko ter višino popusta. Do baze ugodnosti bo mogoče dostopati tudi preko mobilne aplikacije na mobilnem telefonu. Dodajmo, da bodo invalidsko kartico ugodnosti upravičenci lahko pridobili na 58 upravnih enotah po Sloveniji, predvidoma v drugi polovici leta letošnjega leta. Ugodnosti, ki jih bodo invalidi lahko uveljavljali, bodo s področja prometa, turizma, kulture, pa tudi športa in prostega časa, koristili pa jih bodo tako v Sloveniji kot v drugih državah članicah EU. Dodajmo, da bodo invalidi iz drugih članic EU imeli enake ugodnosti kot invalidi, ki so slovenski državljani. Novela zakona o izenačevanju možnosti invalidov pa ne prinaša le invalidske kartice ugodnosti, temveč bo omogočila vlaganje vlog za pridobitev pravice do tehničnih pripomočkov tudi elektronsko preko e-uprave. Uveljavlja pa tudi vrednotnice za plačilo stroškov za psa pomočnika.

**Cilj projekta tudi ozaveščanje in seznanjanje o invalidih**

Spomnimo, da je projekt EU kartica ugodnosti za invalide Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti (MDDSZ) pridobilo konec leta 2015 in ga pričelo izvajati februarja leta 2016. Na projekt, ki naj bi bil dokončan do julija letos, se je prijavilo osem članic EU, poleg Slovenije še Ciper, Finska, Belgija, Italija, Romunija, Estonija in Malta, vendar pa je namen razširiti EU kartico ugodnosti na vse EU države članice. Cilj projekta je predvsem omogočiti invalidom enotnejšo obravnavo in specifične ugodnosti pri potovanju v druge države EU, še posebno ko gre za dostopnost prometa, turizma, kulture, športa in prostega časa, ter s tem prispevati k uresničevanju Konvencije o pravicah invalidov, ki jo je Slovenija med prvimi ratificirala leta 2008, Akcijskega programa za invalide 2014–2021 in Evropske strategije o invalidnosti za obdobje 2010–2020. Projekt EU kartice ugodnosti za invalide ima še en pomemben cilj: ozaveščanje in seznanjanje o invalidih, o njihovih zmožnostih, potrebah, željah, načinu življenja, predvsem pa o tem, da so invalidi ljudje, ki potujejo in se s tem osebnostno razvijajo, kot vsi drugi. Zato je pozitiven učinek EU kartice ugodnosti za invalide zagotovo tudi večje vključevanje invalidov v družbo, ne le v domačo, temveč v družbo EU, s tem, da jim ponuja večje ugodnosti na potovanjih, tako doma kot v tujini, poudarjajo na Ministrstvu za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

### **V Evropski uniji je 80 milijonov invalidnih oseb**

Invalidi skupaj z družinskimi člani, prijatelji in skrbniki predstavljajo velik potencial pri načrtovanju novih ciljnih skupin uporabnikov. Trenutno živi z invalidnostjo okoli 10 odstotkov vsega prebivalstva sveta oziroma 650 milijonov ljudi. V Evropski uniji je 80 milijonov invalidnih oseb, kar je približno toliko, kot je prebivalcev Belgije, Češke, Grčije in Nizozemske skupaj, družinskega člana, ki je invalid, pa ima vsak četrti Evropejec. V Sloveniji živi 170.000 oseb z invalidnostjo, kar je 8,5 odstotka prebivalstva. Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije se število invalidov povečuje, naraščanje pa je v glavnem posledica staranja prebivalstva in

pogostejšega pojavljanja kroničnih bolezni. Zelo zgovoren je tudi podatek, da v državah s povprečno življenjsko dobo 70 let, v povprečju posameznik v svojem življenju preživi okoli osem let z določeno invalidnostjo. V skupino potencialnih uporabnikov invalidske kartice ugodnosti zato sodi tudi skupina starejših ljudi, ki se bo tekom naslednjih desetletij še znatneje povečevala. Invalidi predstavljajo šestino celotnega delovno sposobnega prebivalstva EU, vendar je njihova stopnja zaposlenosti razmeroma nizka. Zaradi slabših možnosti izobraževanja in zaposlovanja so mnogokrat v slabšem socialnem in finančnem položaju, zato jim nosilci projekta skušajo prek različnih ugodnosti omogočiti enakopravnejši položaj in večjo udeležbo v družbenih aktivnostih.

*Vir: MMC RTV SLO-Dostopno*

### **KAKO DO KARTICE**

Vlogo za kartico lahko invalidi brezplačno vložite na katerikoli od 58 upravnih enot po Sloveniji. Pri tem bodo poleg osebnih podatkov in dokazila o stopnji invalidnosti potrebovali fotografijo za osebni dokument. Karico boste na dom prejeli v desetih dneh od oddaje vloge.

Popuste za invalide lahko poiščete na: <http://www.invalidska-kartica.si/>.

### **NOVI ZAKON O DAJATVAH NA MOTORNA VOZILA**

Državni zbor je 20.09.2017 sprejel Zakon o dajatvah za motorna vozila (ZDAJMV), ki bo zamenjal obstoječi Zakon o letni dajatvi za uporabo vozil v cestnem prometu (ZLDUVCP).

Zakon o dajatvah za motorna vozila v svojem 9. členu ureja dajatve za vozila za prevoz invalidov, materijo, ki jo je do sedaj v 7. členu (oprostitve plačila letne dajatve za vozila za prevoz invalidov) urejal Zakon o letni dajatvi za uporabo vozil v cestnem prometu.

NSIOS je skupaj s svojimi članicami v postopku sprejemanja zakona aktivno sodeloval, pri čemer je predlagatelj zakona upošteval večino naših predlogov in pripomb. Na našo pobudo je v zakon umeščena višja

enotna omejitev moči vozila – 150 KW, ki bo nadomestila dosedanjo, vezano na prostornino motorja; vključitev vozil prirejenih za prevoz invalidov na invalidskem vozičku brez omejitve moči; možnost registracije vozila na upravičenčevega starša, zakonca ali zunajzakonskega partnerja, s katerim živi na istem naslovu ter druge.

Oprostitev plačila letne dajatve se kot do sedaj uveljavlja pri upravni enoti, oziroma nosilcu javnega pooblastila.

Zakon začne veljati petnajsti dan po objavi v Uradnem listu Republike Slovenije.

### **BESEDILO 9. ČLENA ZAKONA O DAJATVAH ZA MOTORNA VOZILA**

*(1) Oprostitev plačila letne dajatve se lahko uveljavi za osebna vozila z motorjem moči do vključno 150 KW ter za osebna vozila, prirejena za prevoz oseb na invalidskem vozičku, pod pogojem, da se vozila iz tega odstavka uporabljajo za prevoz:*

*- oseb, pri katerih je ugotovljena najmanj 80 % telesna okvara ali 80 % vojna invalidnost, ter oseb, pri katerih je zaradi izgube, okvare ali paraliziranosti spodnjih okončin ali medenice ugotovljena najmanj 60 % telesna okvara ali 60 % vojna invalidnost;*

*- oseb, ki so popolnoma izgubile vid na obeh očesih;*

*- oseb z zmerno, težjo ali težko duševno ter najtežjo telesno prizadetostjo, ki jim je priznana invalidnost po predpisih o družbenem varstvu duševno in telesno prizadetih oseb in*

*- otrok, ki potrebujejo posebno nego in varstvo do 18. leta starosti oziroma do 26. leta starosti, če se šolajo.*

*(2) Oprostitev plačila letne dajatve po prvi in drugi alineji prejšnjega odstavka se uveljavlja na podlagi odločbe, izdane na podlagi mnenja izvedenskega organa Zavoda za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Slovenije, oziroma odločbe, izdane na podlagi predpisov o vojnih invalidih, ob upoštevanju izvida in mnenja pristojne zdravniške komisije.*

*(3) Oprostitev plačila letne dajatve po tretji alineji prvega odstavka tega člena se za polnoletne osebe uveljavlja na podlagi odločbe o priznanem statusu invalida, v*

*skladu s predpisi o družbenem varstvu telesno in duševno prizadetih oseb, za mladoletne osebe pa na podlagi odločbe pristojnega centra za socialno delo, izdane na podlagi izvedenskega mnenja o razvrščanju otrok in mladostnikov z motnjami v telesnem in duševnem razvoju, ali odločbe o usmeritvi, ki jo izda območna enota Zavoda Republike Slovenije za šolstvo, izdane na podlagi strokovnega mnenja komisije za usmerjanje otrok s posebnimi potrebami, iz katere je razvidno, da gre za invalida z zmerno, težjo ali težko duševno ali najtežjo telesno prizadetostjo.*

*(4) Oprostitev plačila letne dajatve po četrti alineji prvega odstavka tega člena se uveljavlja na podlagi odločbe centra za socialno delo o priznanju dodatka za nego otroka, ki potrebuje posebno nego in varstvo, v skladu z zakonom, ki ureja starševsko varstvo in družinske prejemke.*

*(5) Oprostitev plačila letne dajatve se lahko za polnoletne osebe uveljavlja za eno vozilo, registrirano na ime te osebe ali na njegovega starša, zakonca ali zunajzakonskega partnerja, s katerim živi na istem naslovu. Za osebe, ki jim je odvzeta poslovna sposobnost ali imajo podaljšano roditeljsko pravico, oprostitev plačila letne dajatve za eno vozilo, registrirano na svoje ime, uveljavlja njen zakoniti zastopnik. Za mladoletne osebe iz tega člena oprostitev plačila letne dajatve za eno vozilo, registrirano na njeno ime ali na njenega starša, uveljavljajo njeni starši, pri katerih ima ta oseba stalno prebivališče. Če je otrok zaupan v varstvo in vzgojo drugi osebi, s katero imata skupno stalno prebivališče, ta uveljavlja oprostitev plačila letne dajatve.*

*(6) Za uveljavljanje oprostitve plačila letne dajatve za vozilo, ki ga uporablja invalid na invalidskem vozičku, je treba priložiti poleg drugih dokazil iz tega člena še dokument Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije o pravici do medicinskega pripomočka – invalidskega vozička.*

*(7) Oprostitev plačila letne dajatve za invalidske organizacije se uveljavlja na*

podlagi potrdila o statusu invalidske organizacije, ki ga izda ministrstvo, pristojno za invalide. **Invalidska organizacija lahko uveljavlja oprostitev plačila letne dajatve za več osebnih vozil ne glede na omejitve iz prvega odstavka tega člena, ki se uporabljajo za prevoz oseb iz prvega odstavka tega člena, in so registrirana na invalidsko organizacijo.**

Vir: NSIOS

## **OHRANJEVANJE** **ZDRAVJA**

**MERITVE KRVNEGA TLAKA, HOLESTOROLA IN SLADKORJA V KRVI:** Na Društvu si lahko izmerite krvni tlak, holesterol in sladkor v krvi. Meritve se opravljajo po predhodnem dogovoru. **VABLJENI!**

Na Društvu so vam na voljo **brezplačne vstopnice** za Terme Snovik, Terme Čatež, Terme Dolenjske toplice, Terme Šmarješke toplice, Terme Zreče, Thermana Laško, Atlantis (BTC Ljubljana), Terme Talaso Strunjan (hotel Svoboda), Fontana Maribor in Terme Ptuj. Razgibajte se v topli vodi in si naberite novih moči! Karte lahko dobite na Društvu, lahko jih naročite tudi po telefonu, če vam je tako lažje. Ob obisku v Termah pa se morate člani obvezno "dokazati" s člansko izkaznico.

**PA ŠE NEKAJ:** Kdor živi v težkih socialnih razmerah, lahko zaprosi društvo za socialno pomoč, kdor potrebuje pomoč drugega, lahko zaprosi sredstva namenjena negi in pomoči na domu, pa tudi za tehnične pripomočke (npr. povračilo nadomestila za ortopedske čevlje, natiki za berglje ipd.) je moč zaprositi. Društvo ne obstaja le zato, da se družimo, ampak tudi, da si tudi pomagamo.

**SKUTER:** Težji invalidi so upravičeni tudi do skuterja na recept. Pri osebnem zdravniku zaprosite za napotnico za fiziatra (dr. med., prof. dr. Anton Zupan, dr. med., prof. asist. Hermina Damjan, dr. med., asist. Daniel Globokar, dr. med.), jo posredujete na URI

Soča, po pregledu vam fiziater pove, ali vam skuter pripada ali ne.

**BREZPLAČNE KARTE** (urbana) za ljubljanski potniški promet (LLP) lahko dobite člani društva in vaš spremljevalec, če imate najmanj 60 % telesno okvaro. Upravičenci morajo prevozniku pred brezplačnim zapisom terminske vozovnice s spremljevalcem na kartico Urbana zelene barve predložiti na vpogled Odločbo ZPIZ, iz katere je nedvoumno razvidna upravičenost do brezplačne terminske vozovnice. Če iz odločbe ni nedvoumno razviden razlog, ki opravičuje brezplačni zapis terminske vozovnice s spremljevalcem, morajo upravičenci navedeni v tem odstavku prevozniku na vpogled predložiti še izvedensko mnenje, ki je bilo podlaga za izdajo odločbe ZPIZ in iz katerega je razlog za upravičenost nedvoumno razviden.

Pravico do brezplačne vozovnice pa lahko pridobijo vse osebe, ki imajo na območju MOL stalno prebivališče. Upravičence do brezplačnega zapisa terminske vozovnice s spremljevalcem na kartico Urbana zelene barve določa 11. člen Odloka o spremembah in dopolnitvah Odloka o organizaciji in načinu izvajanja mestnih linijskih prevozov potnikov – prvi odstavek spremenjenega 25. člena (Uradni list RS, št. 9/14). O pravici do pridobitve brezplačne vozovnice, na podlagi vloge upravičenca, odloča pristojni organ MOL. Upravičenec mora pristojnemu organu MOL predložiti vlogo za pridobitev brezplačne vozovnice za občane s stalnim prebivališčem na območju MOL in k vlogi predložiti dokazila o upravičenosti do pridobitve brezplačne vozovnice. Upravičenec vlogo z dokazili predloži v Potniškem centru LPP, Slovenska 56, Ljubljana, v zaprti kuverti oziroma jo lahko pošlje po pošti na naslov: Mestna občina Ljubljana, Mestni trg 1, 1001 Ljubljana. O vlogi upravičenca bo pristojni organ odločil v tridesetih dneh od dneva vložitve popolne vloge. Na podlagi pozitivne odločbe pristojnega organa MOL izroči prevoznik upravičencu brezplačno vozovnico. Vozovnica je uporabljiva za neomejeno število voženj na vseh linijah mestnega potniškega prometa znotraj

skupine postajališč v Mestni občini Ljubljana.

## **OBVESTILA**

### **Obvestilo o parkiranju - NOVO**

Mestni svet Mestne občine Ljubljana je 30. januarja 2017 sprejel nov Odlok o urejanju prometa v Mestni občini Ljubljana, ki začne veljati 4. marca 2017. Odlok prinaša nekaj sprememb in novosti, med katerimi je tudi novost, ki se nanaša na ureditev parkiranja **vozil voznikov, ki imajo veljavno parkirno karto za invalide**, na urejenih javnih parkirnih prostorih na in ob vozišču, na katerih se plačuje parkirnina.

Novost se nanaša na obveznost voznika vozila s **parkirno karto za invalide, da na vidnem mestu označi čas prihoda**, za ravnanje v nasprotju s tem **pa je predpisana globa v višini 40 €**.

Pri tem izpostavljamo, da gre za odlok, ki ureja prometni režim **zgolj na območju Mestne občine Ljubljana**.

Navedeno področje je opredeljeno v **22. členu** odloka in se glasi:

»(1) Invalidi lahko brezplačno parkirajo svoja vozila na urejenih parkirnih prostorih na in ob vozišču občinske ceste **največ dve uri**. Voznik mora na vidnem mestu v vozilu **označiti čas prihoda in postaviti veljavno parkirno karto za invalide**. Na parkirnih prostorih na in ob vozišču občinske ceste, kjer invalidi parkirajo več kot dve uri, na parkiriščih in v parkirnih hišah so invalidi dolžni plačati parkirnino v skladu s tem odlokom.

(2) Z globo 40 € se kaznuje za prekršek posameznik, ki ravna v nasprotju s prejšnjim odstavkom.«

**PREVOZ NA KLIC** – Invalidi lahko že dalj časa uporabljamo vse avtobuse Ljubljanskega potniškega prometa (nagibne ali opremljene s klančino), gibalno ovirani oz. invalidi na vozičkih pa le nizkopodne. Prometno-nadzorni center pri LPP (telefon: 01 58 22 425 ali 051 449 992) priporoča, da v primeru, da načrtujemo prevoz z mestnim avtobusom, pokličemo vsaj nekaj ur ali dan

pred nameravanim odhodom. Tako si zagotovimo, da bo na postajališče pripeljal ustrezen avtobus, voznik pa pravočasno seznanjen s potnikom, ki potrebuje pomoč. Več informacij na [www.lpp.si/](http://www.lpp.si/).

### **Donacija 0,5% od dohodnine**

Na spletni strani Društva parolitikov je še vedno objavljen obrazec – Zahteva za namenitev dela dohodnine za donacije. Povedali smo že, da ima vsak možnost, da se sam odloči, komu bo namenil do 0,5% dohodnine.

Če se ne odločite za nikogar, to dobi država. Če pa se odločite, da 0,5 % dohodnine namenite našemu društvu, boste vsem članom omogočili več aktivnosti... Preberite in se odločite. Prazne obrazce vam pošljemo tudi na dom, le sporočite nam.

### **ZAKON O IZENAČEVANJU MOŽNOSTI INVALIDOV – ZIMI na kratko**

Najprej na svoji ali katerikoli Upravni enoti napišete in oddate vlogo, v kateri navedete z liste prilagoditev, kakšno predelavo vozila potrebujete, npr: PV 2 (Ročno upravljanje zavore in plina).

Vlogi priložite vse zahtevane listinske dokaze o upravičenosti zahtevka.

V primeru, da vrednost predelave presega 1000 €, boste vabljeni na "pregled" v URI SOČA. Tam vam bodo izdelali izvedensko mnenje in le tega poslali na Upravno enoto.

Upravna enota vam bo po izdani odločbi izdala vrednotnico, s katero uveljavljate plačilo predelave vozila pri predelovalcu.

Po izvedeni predelavi vozila se morate ponovno javiti s predelanim vozilom v URI SOČA, kjer vam bodo vozilo pregledali in potrdili obrazec za izvajalca, s katerim potrjujejo, da je bila predelava opravljena skladno z zahtevanmi. Ta potrjeni obrazec izročite predelovalcu.

V skladu z zakonom morate še opraviti homologacijo vozila. Le to naj bi opravil

takoj po predelavi in pridobitvi potrjenega obrazca predelovalec vozila.

*Literatura:*

*Zakon o izenačevanju možnosti invalidov - UL RS 94/10*

*Lista prilagoditev – priloga zakona*

*Pravilnik o tehničnih pripomočkih in prilagoditvi vozila - UL.RS 71/2014*

*Zapisal: Alojz Fidler*

## KNJIŽNICA

Članice in člane obveščamo, da smo v prostorih društva uredili manjšo knjižnico. Vabljeni ste vsi, ki radi prebirate knjige in si z njimi zapolnite prosti čas, da nas obiščete v času uradnih ur in si knjige izposodite.

## DELAVNICE IN PILATES

V okviru delavnic se v društvenih prostorih še vedno odvijajo VAJE PILATESA, prilagojene zdravstvenemu stanju naših članov. Vaje potekajo enkrat tedensko, vsako sredo, s pričetkom ob 14. uri in trajajo eno uro.

Po vajah Pilatesa vabimo člane na nadaljevanje druženja, in sicer vabimo na delavnice, ki se navadno zaključujejo okrog 17. ure. Vabljeni ste tako ženski kot moški spol. Vsak lahko najde zase primerno zaposlitev, saj veste, važno je druženje. Pridite, ne bo vam žal!

Radi bi še poudarili, da so prostori namenjeni vsem članom društva, tako za praznovanje rojstnih dni, kot tudi ostala druženja.

## ŠPORTNA VADBA

**Kegljanje** – kdor se želi razgibati, metati kroglo, ima možnost kegljanja, in sicer vsak torek dopoldne med 10.00 in 11.00 uro v Športnem društvu Invalid na Malenškovi 1, Ljubljana.

**Pikado** – prav tako vabimo člane, ki jih veseli igrati pikado, da lahko to storijo vsako sredo dopoldne od 12.00 do 14.00 ure v prostorih društva po predhodni najavi.

**Namizni tenis** – ljubitelji namiznega tenisa se lahko udeležite treningov vsak

ponedeljek in četrtek med 20.30 in 22.00 uro v Zalogu, Agrokombinatska ul. 2. Vabljeni!

## ANEKDOTE ZNANIH LJUDI

### **Anekdota o Charlieju Chaplinu**

Ameriški filmski komik angleškega rodu Charlie Chaplin (1889 do 1977) je bil predvsem neprekosljiv mojster neme komedije; zakaj je bilo tako, deloma morda pojasnjuje tale njegova izjava:

»Človek potrebuje dve leti, da se nauči govoriti, vendar potrebuje petdeset let, da se nauči molčati.«

Leta 1931 je Chaplin povabil slavnega fizika Alberta Einsteina (1879 do 1955) na zasebno projekcijo svojega novega filma Luči velemera.

Ko sta se skupaj peljala v mesto, so jima mimoidoči mahali in vzklikali. Chaplin se je obrnil h gostu in mu pojasnil: »Ljudje vam ploskajo, ker vas nobeden ne razume, meni pa ploskajo, ker me.«

### **Anekdota o avstrijskem jasnovidcu**

Avstrijski jasnovidec in rokohitrc Erik Jan Hanussen (1889-1933) je sprejel moškega, ki se je želel ozdraviti alkoholizma.

Mojster trikov mu je postavil pred nos kozarec slivovke, ga hipnotiziral, mu potegnil s prsti po desnici in zamrmral: »Tega kozarca ne boste mogli vzeti v roko!« Potem mu je ukazal, naj odpre oči, in mu rekel: »Zdaj pa pijte na moje zdravje!«

Mož je prijel kozarec in ga na dušek izpil. Bil je levičar.

### **Anekdota o madžarskem skladatelju Lisztu**

Franz Liszt (1811 do 1886) je na prošnjo prijateljev privolil, da je poslušal mlado pianistko.

Ko je odigrala, kar se je namenila, se je polna pričakovanja zazrla v slavnega starega mojstra. Ta se ji je približal, jo očetovsko pobožal in ji blago rekel: »Otrok moj, poroči se!«

Med nekim bogatim sprejemom, ki ga je Liszt priredil prijateljem, ga je neki gost vprašal, kako to, da je kot skladatelj tako vzvišenih del, kakršni sta simfonija Dante in Faustova simfonija, padel tako nizko, da

piše tudi potpurije in fantazije na teme drugih avtorjev.

Liszt mu je odgovoril: »Eh, moj dragi, če bi napisal samo Danteja in Fausta, vam danes gotovo ne bi mogel postreči s postrvmi in šampanjcem na ledu.«

### Anekdota o nemškem kirurgu Bergmannu

Ernst von Bergmann (1836 do 1907), nemški kirurg in avtor klasičnega dela o lobanjski kirurgiji, je bil kot šolar vse prej kot delaven. Njegov profesor je nekega dne razglasil nagrado za najboljši šolski spis pod naslovom »Kaj je lenoba?«

Bergmann je ponosno oddal najdaljši spis: na treh straneh! Na prvi strani je pisalo »To«, na drugi stran je bilo »je« in na tretji »lenoba«.

Dobil je nagrado.

Vir: Delo.si

## MALO ZA ŠALO

### Ni prestar

Martin pravi svojemu mlademu dekletu:

»Prestar sem zate, prestar!«

»Ne, ne nisi. Ravno prav si star!«

»Kaj me tako pomladi?«

»Bančni račun!«

### Čigav pa si

Neznanec na cesti pred hišo ogovori dečka:

"Fantič, čigav pa si?"

"Midva z očkom ne veva, mama pa noče povedati!"

### Vozniško dovoljenje

"Halo, je kdo tam?" vpraša glas iz slušalke dežurnega policista.

"Da, vsi smo tukaj."

"Me zelo veseli. Kar ostanite tam."

"Zakaj pa?"

"Ker bom drugače ob vozniško dovoljenje."

### Na kopališču

Na kopališču: "Mojca, glej tam tvojega moža, govori z neko žensko."

"Pustiva ga, me prav zanima, kako dolgo lahko trebuch noter vleče."

### Prehitra vožnja

Zaradi prehitre vožnje Gorenjca ustavi policija.

Policaj pride do avtomobila: »Prehitro ste vozili. Vozniško in prometno, prosim!« Gorenjec mu da dokumente, policaj odpre vozniško in notri zagleda plastično kavno žličko.

»Kaj pa je to?«

»To imate pa za kavico.«

### Kino

Zakaj se policist v kinu, ko gledajo komedijo, usede v zadnjo vrsto?

Kdor se zadnji smeje, se najslajše smeje ...

### 90 let

Janez se zjutraj zbudi z nasmehom na ustih, dočakal je namreč 90 let.

Sede na rob postelje, pogleda svoje noge in jim pravi:

"Pozdravljene moje noge, stare ste 90 let, spomnite se vseh korakov, ki smo jih naredili skupaj!"

Potem pogleda med svoje noge: "Dobro jutro, ti moj bingelj! Vidiš, danes bi bil star 90 let, če bi bil še živ!"

### Dobra in slaba novica

Janezek: »Dedek, jutri imaš 85. rojstni dan, zate imam eno dobro in eno slabo novico. Katero želiš slišati najprej?«

Dedek: »Dobro.«

Janezek: »Jutri pride na rojstni dan striptizeta....«

Dedek: »Odlično. In slaba novica?«

Janezek: »Striptizeta je tvoj letnik...«

**URADNE URE društva so:**

**sreda, od 13. do 16. ure**

**telefon: (01) 563-34-68**

**GSM: 041/404-280**

**e-mail: [info@drustvo-paralitikov.si](mailto:info@drustvo-paralitikov.si)**

## 2017 UGODNEJE NA KOPANJE V BAZENE THERMANE LAŠKO

### ZA ČLANE DRUŠTVA PARALITIKOV SLOVENIJE OB INDIVIDUALNEM OBISKU

Thermana Laško nudi v letu 2017 (do 31.12.2017) vsem članom Društva paralitikov Slovenije in njihovim družinskim članom, ki pridejo na dan koriščenja s članom, naslednjo ugodnost v obeh hotelih:

**10% popust** na vse vstopnice za kopanje in kopanje+savna

**30% popust** na CELODNEVNE VSTOPNICE v kopališču Zdravilišča Laško  
Popust velja vse dni v tednu in tudi v času počitnic in praznikov.

**20% popust** na CELODNEVNE VSTOPNICE v Termalnem Centru Thermana Park  
Popust velja za vstope od ponedeljka - petka in NE velja v času počitnic in praznikov.

Na doplačilo vstopnice za savno se obračuna 10% popust.

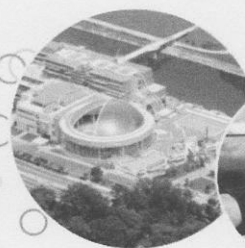
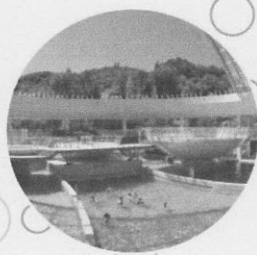
Namesto 11 € = celodnevna vstopnica 7,70 € v bazenih Zdravilišča Laško.

Namesto 12 € = celodnevna vstopnica 9,60 € v Termalnem centru.

(informativno navedene cene veljajo med tednom do 14.12.2017)

**10% popust** na wellness in fizioterapevtske storitve

Popust lahko člani uveljavljajo ob predložitvi članske izkaznice društva in Modre kartice Thermana Cluba. V Thermana Club se lahko včlanijo ob prvem prihodu in koriščenju ugodnosti ali preko Thermaninih spletnih strani.



ZDRAVILIŠČE LAŠKO

Thermana d.d., Zdraviliška cesta 6, 3270 Laško, Slovenija

T: 03 423 2000 | F: 03 423 2400

info@thermana.si | www.thermana.si



THERMANA PARK LAŠKO