

ODLOČITEV O CEPLJENJU BO POVEZANA S ČUSTVI Borut Pogačnik



Cepiti se ali ne cepiti?

Foto: pixabay

Čeprav se sliši nekoliko iracionalno, vendar je res, da je in bo **odločitev o cepljenju** vezana, kot je bila že do sedaj, na emocije – čustva. Pri tem ne gre zanemariti, kaj so si o cepljenju mislili in si še mislijo naši starši, vplivni prijatelji in veliko manj, kaj o tem misli medicinska znanost, kot se morda na prvi pogled zdi.

Študije, ki so jih naredili na Inštitutu Maksa Plancka glede kognitivne psihologije, so šle v smer, da se sicer razumsko orientirane osebe tudi odločajo pametno, kar zadeva svoje zdravje. To niti ni bilo veliko presenečenje, čeprav so včasih odločitve za manj zdravo obnašanje precej pogoste. To pa zato, ker so seveda velikokrat bolj udobne in manj boleče, če lahko pri cepljenju sploh govorimo o kakšni bolečini.

Kadar se starši odločajo za cepljenje svojih otrok, jih prežemajo različna čustva, kot je dokaj nazorno tudi opisala hrvaška specialistka za ta vprašanja **dr. Helena Tomljenović**. To so čustva strahu, tesnobe, celo gnusa, ki velikokrat motivirajo starše, da se izogibajo cepljenju svojih otrok, čeprav jih na ta način izpostavljajo ne samo boleznim in celo morebitni smrti, ampak tudi s tem enako pri vseh drugih otrocih s katerimi pridejo njihovi v stik.

K temu so veliko prispevale velike teorije zarot, ki so se osredičile prav okoli vprašanj o cepljenju in izhajajo največkrat iz ZDA. Vedeti namreč moramo da prvi amandma k ameriški Ustavi omogoča prosto izražanje kakršnikoli misli, prepričanij in domnev. To pomeni, da nihče, tudi tisti, ki širi tovrstne teorije, ne more biti kazensko preganjan. Mimogrede povejmo, da so te dni v eni od ameriških prodajaln Walmarta, kupci nosili maske z nacističnimi simboli, vendar so kljub protestom prodajalcev in kupcev, mirno povedali, da ni zakonske osnove za pregon izražanja nacističnih prepričanij in s tem v zvezi simbolov.

Tako lahko v ZDA rečete, posnamete in napišete, karkoli vam pade na pamet, brez da bi vam kdo smel v tem pogledu oporekati. No, in s cepljenjem je prav tako. Spomnimo se različnih teorij zarote izpred desetih let, ko so cepljenje povezovala z avtizmom in še z drugimi boleznimi, ki pa jih znanost kasneje ni prav nič potrdila.

Dežurna psihosocialna služba uvedena meseca marca pri **Združenju invalidu – Forumu Slovenije (ZIFS)**, je v tem času ugotovila popolnoma enake pomisleke in čustvene dileme, kot so jih ugotovile zgoraj omenjene študije. Kakorkoli že, preceplenost otrok in odraslih bo edina (skupaj z zdravili) prispevala k izgonu virusa covid-19 z zemeljske oble.

| |
|---|
| Psihosocialna pomoč in opora invalidom ter drugim ranljivim skupinam |
| v času epidemije Covid-19 |
| SVETOVALNI TELEFON 041 381 679 |
| 7 dni v tednu med 8. in 21. uro |
| e-pošta: info@zifs.si |



Dežurna psihosocialna služba ZIFS

Foto: ZIFS

Seveda pa se že zdaj kaže potreba, in upamo, da bodo na Ministrstvu za zdravje to prebrali, da pričnemo z **ozaveščanjem javnosti o nujnosti cepljenja proti temu virusu**. Te dejavnosti morajo temeljiti na priseganju čustvenih barier na tem področju, kajti emocionalna presoja je velikokrat težko obvladljiva in je kakor ogromna skala, ki je padla na pot rešitve iz krize pa do končnega cilja uničenja virusa.

Dogaja se, da ta trenutek starši ne dobijo dovolj informacij ali pa jih sploh ne dobijo, saj nas kličejo in sprašujejo, kako in kje bi lahko to dobili, saj velikokrat ne morejo niti do svojega lečečega zdravnika zaradi ukrepov, ki so na področju zdravstva izjemno rigorozni in prav je tako, vendar pa ni prav, da se še ne razmišlja o promociji cepiv. Že v **19. številki Sporočevalca**, 15. aprila, smo na 1. strani poročali o Ivanki Komprej iz Prevalj, ki se je kot prva javila za slovensko prostovoljno poskusnega cepljenja. Njen predlog in ponudbo smo takoj posredovali Kemijskemu inštitutu v Ljubljani, ki se nam je zato tudi pisno zahvalilo.

Cepivo še vedno ni dosegljivo, vendar pa nas rezultati iz angleškega Oxforda bodrijo, da bo marsikje jeseni cepljenje že možno.

Brez močne psihološke opore staršem in tudi odraslim, ki bodo pred odločitvijo o cepljenju, ni mogoče pričakovati množično preceplenost. V sklopu **službe ZIFS**, vemo, kako pomembna je tudi vsakokratna osebnotna psihološka struktura posameznikov in kako zadrte so včasih trditve oseb s takoimenovano čustveno-čutno osebnotno strukturo (po C. G. Jungu), ki zahteva poseben pristop v takih primerih. ZIFS je prvi, ki opozarja na to razsežnost, ki bo postala resničnost že čez nekaj mesecev. Menimo, da nam velja prisluhniti!

ČLOVEŠKA BLIŽINA JE ZLATA VREDNA



Smeh ima moč.

Foto: K.B.

Uporabniki posebnega socialnega programa **Veriga psihosocialne oskrbe in druženja** v času koronavirusa, ko so še bolj ranljivi, potrebujejo še več druženja, saj en sam nasmeš in klepet zelo veliko pomenita starejši in osamljeni osebi. Vedno nasmejana izvajalka Katja Bertoncelj s svojim nasmešom, ne samo da polepša poletni dan uporabnikom programa, ampak jih tudi obogati s svojimi obiski. Včasih si ob dopoldanski kavi in čaju tudi privoščijo kaj sladkega, in to brez slabe vesti. (kl)

MOČNA VOLJA DO ŽIVLJENJA



Gregor Erman v družbi voditelja oddaje Boruta Pogačnika Foto: Aljoša Bončina

V nedeljo, **9. avgusta**, v oddaji za invalide **Sončni žarek** na Radiu Celje, se bo Borut Pogačnik pogovarjal z **Gregorjem Ermanom**, invalidom z multiplo sklerozo, ki je pri 22. letih zbolel in mu je bila napovedana samo še pot do invalidskega vozička ter bolniške postelje.

S **svojo izjemno voljo** in različnimi terapijami, pa je danes skoraj povsem zdrav, redno dela in vozi avto. Več o njegovi ozdravitvi pa to nedeljo med **19.15 in 19.45 uro** na radijskih frekvencah Radia Celje: **95,1, 95,9, 100,3 in 90,6 MHz**.

DONACIJA ČLANU ZDRUŽENJA DLAN Irena Ipavec Dobrota



Žiga Fele z napravo za gibalno terapijo MotoMed

Foto: Leo Klub Ljubljana Tivoli

Žiga Fele, član Združenja gluhoslepih Slovenije DLAN, je mlad in inteligenten fant, ki že več let živi z redko boleznijo, zaradi katere mora vsakodnevno premagovati številne ovire. V teh dneh mu je novo upanje in veselje vlil obisk predstavnic in predstavnikov Leo Kluba Ljubljana Tivoli ter Združenja gluhoslepih Slovenije DLAN, ki smo mu s skupnimi močmi omogočili **uporabo naprave za gibalno terapijo MotoMed**. Z njeno pomočjo bo lahko v domačem okolju **ohranjal gibljivost rok in nog**. Iskreno se zahvaljujemo članicam in članom Leo Kluba Ljubljana Tivoli za podarjena sredstva, zbrana na dobrodelnem dogodku Jazz o'Clock, ter vsem, ki ste s svojo udeležbo ali donacijo podprli njihovo akcijo.

REDNI MESEČNI ALZHEIMER CAFE Jelena Stepanovič



Alzheimer cafe in Štefka Zlobec

Foto: Spominčica – Alzheimer Slovenija

V torek, 28. julija 2020, je v Narodni galeriji potekal **redni mesečni Alzheimer cafe**, ki ga skupaj pripravljata Spominčica – Alzheimer Slovenija in Narodna galerija. Po uvodnem nagovoru predsednice Spominčice, **Štefanije L. Zlobec**, je **dr. med. Vida Drame Orožim**, spec. nevrologije in psihiatrije vsem prisotnim sproščeno in zanimivo predstavila medicinski vidik demence. Razvila se je tudi prijetna debata o tem, kaj vse lahko škoduje našim možganom, nato pa je podala odgovore na različna vprašanja. Istočasno je potekala likovna delavnica za osebe z demenco pod naslovom "**Barvanje za spomin**", ki so jo pripravili predstavniki Narodne galerije. Ne pozabite priti na naslednji **Alzheimer Cafe v Narodni galeriji, ki bo 25. avgusta**.

HALO, ZIFS...?

Poberki iz dežurne svetovalne službe

Pokličite nas na 041 381 679, vse dni v tednu med 8.00 in 21.00 uro.



Nekaj poberkov iz dežurne svetovalne službe:

- Velika dobrotnica invalidov B.V. iz Bežigrada je telefonirala, če morda poznamo koga, da bi mu podarila več kosov oblačil in malo rabljene sinove obutve. Takoj smo stopili v stik z družino V. prav tako iz Bežigrada, ki je podarjeno z zadovoljstvom prevzela. Zanimivo pa je, da sta družini oddaljeni med seboj le 500 metrov. Kako nujno je, da se večkrat pojavi posrednik, ki omogoči obdaritev;
- Rekonvaescentka po težki operaciji, Majda iz Ljubljane, nam je postavila vprašanje ali priporočamo cepljenje ali ne? Povedali smo ji, da je odločitev samo njena in zelo intimna. Nihče se ne more in se ne sme odločiti namesto nje. Sicer pa več o tem preberite v članku »Odločitev o cepljenju bo povezana s čustvi« na prvi strani v tej številki Sporočevalca;
- »Sta me ob večernem sprehodu ustavila policista. Sem videl, ko sta delala grob in za naravo silovito grob prekršek. Nisem izzival, prijetno smo pokramljali in zdaj samo razmišljam ali naju ju prijavim ali ne« (M.G.). Posebej smo svetovali, da naj še s prijavo malo počaka, saj se naslednji dan lahko na nek dogodek gleda povsem drugače.

PRISTOJNI ORGANI BI MORALI POKAZATI VEČ ČLOVEČNOSTI



24UR ZVEČER (4.8.2020)



Poročila 24UR (5.8.2020)

Foto: 24ur

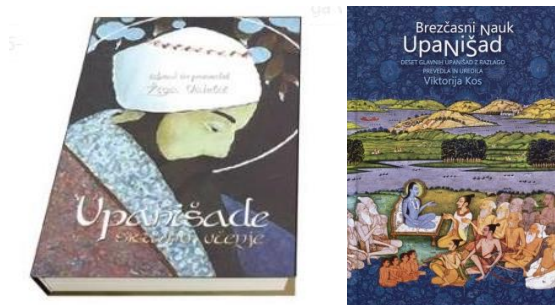
V torkovi oddaji **24UR ZVEČER**, 4. avgusta, je voditelj oddaje Uroš Slak gostil sociologa in psihoterapevta **Boruta Pogačnika**, ki je dejal, da je bil pristop pristojnih služb po utopitvi 10-letnega otroka pri starem jezui v Solkanu popolnoma nestrokoven. »**Ko te zmelje birokratsko kolo, nisi več človek,**« sta povedala starša, ki sta bila obveščena o nesreči svojega sina več kot pet ur po tragičnem dogodku. Njuna sinova, ki sta bila na kraju nesreče sama, sta prosila policiste in socialno delavko, ki so bili na kraju, da želita stopiti v stik s staršema, a njuna prošnja je naletela na prazna ušesa.

"Človek je sam merilo vseh stvari. V tem primeru pa še bolj – otrok je merilo vseh stvari. In v takšnem, tako tragičnem primeru – kot se je potem izkazalo, je bil dejansko ta pristop popolnoma nestrokoven. Takšna nestrokovnost morda izvira tudi iz tega, da morda ni dovolj vseh znanj, ki bi morala biti, tudi že na tej stopnji izobraževanja na Fakulteti za socialno delo in tudi pozneje, pri samem strokovnem izpopolnjevanju. To je bila strašanska tragedija, ki bo dejansko pustila globoke posledice v psihi teh dveh dečkov. Mislim, da ta zadeva ne bo minila tako brez posledic, ne samo za starša, pač pa morda tudi za samo socialno stroko," pove Borut Pogačnik, ki je bil tudi sam socialni delavec. V nadaljevanju je Pogačnik za 24 ur dejal, da od 16. marca dežura pri ZIFS vsak dan, tudi ob vikendu, od 8. do 21. ure, in tako nudi **psihosocialna pomoč in opora invalidom ter drugim ranljivim skupinam.** »Nešteto je primerov, ne sicer tako tragičnih kot je ta, ampak drugi. Mi potem

takoj interveniramo, pomagamo tem ljudem – v glavnem gre za ranljive skupine in tukaj sploh ni vprašanje birokratizacije," pripoveduje Pogačnik.

»Kot so bila predstavljena delovanja enega in drugega organa, mislim, da so bila popolnoma neustrezna, popolnoma nestrokovna je,« pa je v večernih **24UR poročilih** na Pop tv-ju dan kasneje, 5. avgusta, ocenil Borut Pogačnik. (ff)

POČITNIŠKO BRANJE SVET JE ENO GNEZDO: UPANIŠADE 2. del Dr. Marko Pavliha



Upanišade: skrivno učenje Brezčasni nauk Upanišad Foto: bukla.si

V izvrstno knjigo Eknatha Easwarana *The Upanishads* (Nilgiri Press, 2007) so uvrščene še prečudovita Švetašvatara (**obrazi boga**), ki je enako pomembna kot deseterica, in **štiri stranske Joga-Upanišade**, takisto biseri modrosti: Tejobindu, Atma, Amritabindu in Paramahamsa. Poglavitna sporočila Upanišad so OM, prana (energija), stvarjenje, odnos med modrijanom in učencem, narava Jaza in Brahman. Vsaka se zaključi z mantro miru OM shanti shanti shanti, pri čemer je OM prvotni zvok in beseda vesolja, shanti pa v sanskrtu pomeni mir ali blaženost. V slovenščini obstaja vsaj en dober prevod, in sicer Žige Valetiča (**Upanišade: skrivno učenje**, Alpha Center, 2006), ki je bil v spletni knjigarni Bukla deležen naslednje zgovorne recenzije: Razprave izpolnjuje panteistična mistika, ki razgrinja osnovna eksistencialna vprašanja, aktualna za sodobnega človeka. Upanišade predstavljajo skupek duhovnih tokov, razmišljanj in pogledov starodavne Indije. V njih najdemo mitološke predstave o svetu in človeku, refleksije, dialoge ter poskuse utemeljitve različnih kozmoloških razlag. Upanišadska misel je imela velik vpliv ne samo na indijsko tradicijo, ampak so se posamezni filozofski koncepti pojavili tudi drugod po svetu. Upanišade so skupaj z budizmom in njegovo globinsko analizo sveta in narave duha vplivale na misel in kulturno življenje Tibeta, Indije, Kitajske, Japonske in Koreje. Delo je pustilo pečat tudi v misli slovitega nemškega filozofa Arthurja Schopenhauerja.

Nedavno je Viktorija Kos poskrbela za še en prevod in razlago v knjigi **Brezčasni nauk Upanišad** (Razcvet zavesti, 2020). Kot je povedala za revijo Zarja/Jana, gre za sad najvišje človeške modrosti, izreden navdih, tolažbo in uteho, globoke, izvirne in plemenite misli, zato "na vsem svetu ni bolj koristnega branja, ki povzdiguje duha."

Upanišade niso filozofija, marveč daršana, **nekaj videnega**, zato ni zadoščalo, da so jih učenci le poslušali, ampak so jih morali med dvanajstletnim šolanjem (12 je število popolnosti!) vgraditi v svoj značaj, obnašanje in zavest. Um in zavest sta bila hkrati predmet preučevanja in laboratorij, pozornost je bila usmerjena navznoter s pomočjo meditacije, nididhyasana. Eno od **ključni sporočil** Upanišad je (po)iskanje radosti v odrekanju, kajti kot je ob neki priliki pripomnil Mahatma Gandhi, je dovolj vsega na svetu za potrebe vsakogar, toda ni dovolj za ves pohlep. Resnico je enačil z Bogom, Sat Čit Ananda, popolno bivanje, znanje in blaženost, vrhunec samadhija, kar je troedinost, ki jo izrekajo Upanišade. Zanimivo je razmišljanje dr. Nine

Petek, da za razliko od Bhagavadgite, ki po Easwaranu sicer spada med Upanišade, le-te zanikajo dharmo, izpostavljajo pa ideal osvoboditve, ker lahko Brahmana in Atmana spoznamo samo tako, da opustimo vse družbene obveznosti in se v osami posvečamo meditaciji. Priznam, da sam nisem bil pozoren na ta vidik, zato sem hvaležen poznavalski kolegici za dragocen namig.

Tudi **Rabindranath Tagore**, bengalski pesnik, filozof, slikar, skladatelj, glasbenik in reformator hinduizma, je izhajal iz sanskrske in vedske dediščine, ki jo je interpretiral po svoje in jo družbeno aktualiziral. Poudarjal je, denimo, da gre pri poeziji predvsem za vprašanje videnja, da človek v svoji celovitosti "ni močan, ampak popoln, in takrat ko smo povsem ljudje, si ne moremo skakati za vrat, saj nas pri tem ovira nagon po družbenem življenju; naša izročila in moralni ideali se nam postavijo po robu." Po mnenju dr. Ane Jelnicar je Tagore ponotranjil upanišadsko načelo, da so vse duše povezane z Brahmanom, najvišjo božjo ali kozmično silo, in ker smo eno in isto neskončno bitje, ne moremo biti sovražniki, čim bolj se bomo uresničevali v drugih, tem bolj bomo zvesti sami sebi. Tagore je med drugim ustanovil mednarodno univerzo Visva-Bharati, katere geslo je bilo Yatra vishvam bhavatyeka nidam, kjer svet postane eno gnezdo. Eden osnovnih ciljev je bilo soočenje različnih sistemov vedenj in znanj Vzhoda in Zahoda.

Duhovni ustroj človeka je v Upanišadah slikovito ponazorjen s kočijo, ki nas utegne spomniti na osrednjo metaforo dveh knjig izpod tipkovnice **Jonathana Haidta** (Hipoteza o sreči in Pravičniški um), da je naš um razcepljen, saj je kot krotilec na slonovem hrbtu, ki mora služiti slonu. Krotilec je naš racionalni um, torej besede in podobe, ki se polasčajo naše zavesti, slon predstavlja preostalih 99 odstotkov duševnih procesov, ki se dogajajo zunaj zavesti, vendar v resnici dominirajo pretežni večini našega ravnanja. Krotilec in slon delata skupaj, včasih tudi slabo, zato se skozi življenje prebijamo v iskanju smisla in povezanosti. Tudi Haidt se očitno rad namaka v najstarejših modrostnih tolmunih, kar je razvidno iz številnih odlomkov njegovih odličnih spisov. Že Buda je denimo priznal, da so mu včasih misli odtavale, kamor so hotele, prepustile so se željam in užitek, dokler jim ni zagospodoval tako kot vaditelj divjim slonom. Za Platona je bil Jaz (duša) kot bojni voz z dvema konjema, plemenitim in neukročenim, ki ju mora z uzdami obvladovati racionalni del uma, Benjamin Franklin pa nam je svetoval, naj vajeti drži Razum, kadar nas vozi Strast. Toda mistični sufiji nas svarijo: **če v dnevni sobi nimamo prostora za slona, ne prijateljajmo z njegovim dreserjem!**

Prijatelj **mag. Bećir Kećanović** mi je v prijaznem odzivu na prejšnjo kolumno o Bhagavadgiti omenil, da je kočija v različnih ezoteričnih izročilih nebeški voz angelskih bitij. Po kabalističnih študijah judovske ezoterike iz časa drugega templja v 6. stoletju pred Kristusom je to, kar nam je danes znano pod imenom kabala, "delo voza". Ime izhaja iz Ezekielovega preroškega videnja, ki je temelj malone celotnega judovskega mističnega izkustva in misli. Že starodavni predniki so torej zrl v nebesno kočijo naprednejših bitij, v lepoti stvarstva se je zapisala Lepota. V Katha Upanišadi je človekov višji Jaz prikazan kot gospod(ar) kočije, ta predstavlja telo, kočijaž je intelekt, vajeti so um, čutila so konji, sebične želje pa poti, po katerih potujejo. Kadar se napačno identificiramo s telesom, umom in čuti, namesto z Jazom, nesmrtno čisto zavestjo, sicer uživamo, a hkrati trpimo in obžalujemo. Brahman je prvi vzrok in zadnje zatočišče, je skriti Jaz v človeku, Jaz je Brahman, ayam atma brahma, je nedeljivi Atman in vir trajne radosti, ločen od ega, kar je tisočletja pozneje Carl Jung delno opisal z izrazom "sebstvo" (the Self), t.j. celota in center človekove psihe, ki vključuje tako naše zavedno kot nezavedno. Upanišade učijo, da se puruša manifestira na tri načine: kot zunanji, notranji in vrhovni Jaz. Damyata datta dayadhvam, beremo v Brihadaranyaki, da-da-da, **nadzirajmo se, bodimo radodarni in sočutni**. Vsakdo in vse je ljubljen(o) zaradi najglobljega Jaza, ki biva v njem, ne zaradi samega sebe, nihče ne more razumeti bobnanja, če ne razume bobna in bobnarja (in bržkone tudi sebe), kar nenavadno spominja na sodobno kvantno fiziko in vpliv opazovalca na izid eksperimenta. **Chandogya opeva pradavni zvok in besedo OM**, ki predstavlja pravo identiteto vsega: Jaz je manjši kot rižovo zrno, manjši kot ječmen, manjši kot gorčično seme, manjši od prosa in celo manjši od prosenega jedra. To je Jaz, ki domuje v mojem srcu, večji kot Zemlja, večji kot nebo in večji kot vsi svetovi. **Obvladujmo svoja čutila in občutke in očistimo um**, da se bomo venomer zavedali Jaza, gospoda ljubezni, vseprisotnega in vsemogočnega stvarnika

vsega, ki prebiva v maternici vesolja in slehernem bitju. Jaz se manifestira v štirih stanjih zavesti: zunanjem, ki je zaznavno s čutili (Vaishvanara); dremajočem, čutno obrnjenem navznoter (Taijasa); v globokem spanju (Prajna) in superzavestnem stanju (Turiya).

“Gospod je zasidran v srcih vseh,” nam še šepetajo Upanišade, karkoli smo, ne glede na naša dejanja, se v sleherniku v globočinah zavesti nahaja neodtujljiv, transcendentni božanski Jaz, zato je prva in zadnja zapoved modrosti Ljubezen, kajti vsa živa bitja nosimo v sebi nekaj enakega in skupnega, kar nas povezuje v celoto, v naravo in vesoljno stvarstvo. Kdor vidi sebe in vse tudi v drugih, jim pomaga z duhovno ozmozo, da spoznajo in uresničijo najgloblji in najvišji Jaz. Poklicani smo, da najgloblje v sebi odkrijemo kraljestvo, naše prirodno stanje, ki mu ne smrt ne zla ne morejo do živega, saj prebivamo v sočutnem vesolju, katerega pooseblja božji Brahman. Ampak kako za božjo voljo **poiskati ta fenomenalni Jaz**? Predvsem z jogo, meditacijo in molitvijo, pri čemer bi lahko po upanišadsko rekli, da je “modrost mleko, posvečeni spisi pa krave.” Stara satirična parabola izpričuje, da so nekega večera sosedge opazili Nasredina hodžo, kako na pločniku izpod ulične svetilk sključen nekaj vneto išče. Ko so ga povprašali, kaj je izgubil, nesrečna neroda, je odvrnil, da hišne ključke, in ko jih je še zanimalo, kje naj bi jih bil založil, je pojasnil, da bržkone v notranjosti svojega bivališča. “Zakaj pa jih potem iščeš na planem,” so se čudili in si mislili svoje, on pa jim je samozavestno odgovoril: “Lažje jih bom poiskal tule, kjer je svetlo, kot znotraj v temi, kjer jih verjetno nikdar ne bi našel.” Je potemtakem res, da kdor išče, ta najde? Vsekakor, vendar je treba iskati na pravem mestu, največkrat kar v Sebi. V tem duhu si dovolim hinduistični zaključek, namaste, priklanjam se božanskemu v Tebi.

IMELI SMO LJUDI... DR. IVAN VIVOD

Borut Pogačnik



Dr. Ivan Vivod Foto: Knjižnica Medvode (FB)

Pretekli teden smo lahko prebrali žalostno novico, da je v častitljivi starosti, preminul naš dolgoletni član **dr. Ivan Vivod** iz Pirnič pri Medvodah. Starejši se ga spominjajo tudi še iz takratnega Zavoda za rehabilitacijo, kjer je bil nekaj časa direktor. Služboval je še na drugih pomembnih mestih in bil en mandat tudi predsednik Sveta Vlade RS za invalide. S svojim znanjem in pedagoškim pristopom je pomagal mnogim, saj je dobro poznal problematiko invalidov.

Bil je tudi gost več naših oddaj, kjer je s svojim samozavestnim nastopom utrdil prepričanje, da invalidi niso nezmožni za delo, ampak da so lahko tudi visoko umsko usposobljeni. Ohranili ga bomo v trajnem spominu!

VOZIČEK OLDI Alojz Verbovšek



Voziček Oldi nudi lažjo vključenost v družbo in večjo kvaliteto življenja

Foto: Alojz Verbovšek

Sem **Alojz Verbovšek**, avtor ideje in modela **voziček Oldi**. Voziček Oldi je naša inovativna rešitev in **daje ponovno mobilnost in svobodo ljudem**, ki so jo izgubili. Oldi nudi dodano vrednost, tako posamezniku, družbi in državi. Je plod našega dela, znanja in je narejen v Sloveniji. V družini smo imeli pra-babico, ki je bila za časa svojega življenja zelo dejavna. Po njenem 90. letu se je pri padcu poškodovala. Zelo si je želela ven na dvorišče, v naravo, vendar ji žal to ni bilo omogočeno zaradi nepokretnosti, zato smo z otroki vsa praznovanja, rojstne dneve, praznovali skupaj z njo v domu.

Ideja o vozičku Oldi je zaživela pozneje, ko so v naši Občini Trzin, zgradili Dom starejših občanov. Ko sem se sprehajal s sinom, sem videl veliko ljudi zunaj na vozičkih ter nekaj starejših, ki so sedeli zunaj in se družili. Svojemu sinu sem rekel: "Vidiš te ljudi, ki so zunaj? Kaj pa tisti, ki jih ne vidiš, ki so samo v sobah in čakajo, da jih kdo pelje ven na svež zrak, na sonce?" In takrat sem se spomnil tudi naše pra-babice, ki si je tako obupno želela iti ven, a tega na žalost ni dočakala.

Na začetku sem naredil nekaj skic, pozneje pa v 3D programu Rhinoceros - prve poteze, ki so **spremenile moje sanje v resničnost**. S sinom sva sodelovala tudi pri generatorju Domžale 2017, kjer sva idejo predstavila in bila ena od zmagovalnih idej – podjetniško obrtnega združenja Domžale.

Prednost našega vozička Oldi je v tem, da lahko z njim upravlja ena oseba, kjer je nastavljivo ležišče, oseba pa lahko leži, oz. je v pol sedečem položaju. Z vozičkom Oldi lahko gibalno ovirane oziroma nemobilne peljemo ven na svež zrak. Na ta način **pri starejših osebah podaljšamo kvalitetno življenjsko dobo**, saj je znanstveno dokazano, da se počutje človeka s tem, ko je v naravi, drastično spremeni (veselje, svoboda, smeh, obuditev čutil -vonj, sluh, vid). Veliko je tudi mladih in otrok, ki so še najbolj prikrajšani za stik s svojimi vrstniki in tudi invalidi se srečajo s svojimi težavami in mobilnostjo.

Z našim inovativnim vozičkom Oldi v družini Verbovšek iz Trzina, ki je vsa vpeta v delo po svojih močeh in znanju, od leta 2017 do 2020, orjemo ledino in ozaveščamo ljudi, da je prišel čas za spremembe tudi za te ljudi. Po besedah upokojenega psihologa Boruta Hrovatina, se manj mobilnim tako resnično odpirajo vrata v svet.

Da bi voziček Oldi prišel do ljudi, ki ga potrebujejo, bomo letos začeli z manjšo serijsko proizvodnjo in vabim vse donatorje, ki bi želeli pomagati, da nam pišejo na info@imoldi.com. Več informacij o vozičku oldiju najdete na spletni strani imoldi.com. **Bodi svoboden, občuti naravo.** Be free, feel the nature.

IZLET NA RAKITNO Mari Benkovič



125. obletnica Rakiškega jambora (22.6.2019)

Skulptura povezuje Brinarjevo jelko in krajane Rakitne

Foto: M.B.

No, da, v preteklosti smo bili mnogo bolj dejavni, letos pa zaradi korona situacije mnogo manj oziroma skoraj nič. Se pa bolj trudimo po vrtovih in njivah. Imamo pa veliko prednost na tej naši **800 metrski čudoviti planoti**, da je veliko izhodišč za pohode na bližnje vrhove: Novaška gora, Smrekovec, Rotovec, Krim, pa gozdna učna pot in pa tudi pred kratkim odprta planinska pot Pentlja.

Na desni sliki lahko vidite **leseno skulpturo**, ki je delo **Urške Toman**, kiparke z rakiškimi koreninami. Brinarjeva jelka je dobila ime po gozdarskem znanstveniku dr. Milanu Brinarju in bila tudi vpisana na seznam 11 dreves slovenske naravne in kulturne dediščine. Bila je naravni mutant navadne ali bele jelke, katero so pa nepridipravi pred nekaj leti posekali, skratka uničili. Zato bi lahko rekli, da je bila skulptura izdelana v spomin na Brinarjevo jelko, saj je narejena iz njenih ostankov.

V času poletja je pa najbolj aktualna ohladitev in to v **jezeru**, ki privablja veliko enodnevnih izletnikov. Na Rakitni je še veliko zanimivega za videti in doživeti, poleg medvedov, seveda.

Sporočevalca izdaja Zdrženje invalidov – Forum Slovenije, Linhartova 3, p.p. 2539, 1109 Ljubljana

Glavni in odgovorni urednik: Borut S. Pogačnik

Tajnica uredništva: Katarina Lukešević

Telefon: 041/381-679

e-naslov: info@zifs.si

Mednarodna standardna serijska številka: ISSN 2630 – 3639

Uredniški odbor sestavljajo: Borut Sever (NSIOS), Luka Pavlin (ZDSSS), Anton Petrič (ZDGNS), Jože Globokar (ZPS), Pavel Kranjc (ZMS), Drago Perko (Zveza ŠIS – SPK), Jože Ocvirk (Društvo za zdravje naroda), Klemen Porenta (Sonček), Niko Kostjukovskij (predstavnik bralcev)