



# naše vezi

DECEMBER 2016      INTERNA IZDAJA, št. 69

ZDVI SLOVENIJE, Hacquetova 4, 1000 Ljubljana

Poštnina plačana pri pošti 1102



ZVEZA DRUŠTEV  
CIVILNIH  
INVALIDOV VOJN  
SLOVENIJE

*Srečno  
Novo leto  
2017!*



## naše vezi



## VSEBINA 69. ŠTEVILKE

## aktualno

- 3 novoletni poslanci predsednikov zvez
- 4 dan invalidov
- 5 pohod za mir

## v razmislek

- 7 razmišljanje o slepoti

## iz naših društev

- 7 novoletno srečanje dvi celje
- 8 dan invalidov v novi gorici
- 8 vi maribor na izletu na primorskem
- 9 negovanje spomina na nob v vi domžale
- 10 nagrajena zora adlešič

## naše zgodbe

- 11 angela fekonja
- 13 joško bajc
- 14 marija kogoj šuligoj

## poskrbimo zase

- 15 tehnike sporazumevanja
- 16 ko prebava stavka
- 16 boleznj ven in kako si pomagati

## šport

- 18 športna tekmovanja društev vojnih invalidov
- 19 športne igre vojnih invalidov

## Drage bralke in dragi bralci!

Za praznovanje dneva invalidov je izbran 3. december. Pade v zadnji mesec v letu, ko se po tradiciji in navadi oziramo nazaj v leto, ki mineva, in vlečemo razne zaključke »pod črto«. Tudi letos so trije predsedniki (države, državnega zbora in vlade) na sprejemu pozdravili predstavnike invalidskih organizacij, jih nagovorili in »minglali« med sproščenim klepetom, kot radi rečemo neformalnemu druženju na zabavah. In v nagovorih in poslanicah smo slišali, da je skrb za invalide v državi zgledna ... primerljiva z drugimi evropskimi državami ... da so z ravnijsko skrbjo za invalide dokaj zadovoljni ... lahko bi torej rekli, da je ... zadovoljiva ... To je lepo slišati. Zadovoljivo je dobro. Zadovoljivo daje občutek, da bi sicer lahko bilo bolje (ker je seveda v človeški naravi, da je vedno lahko bolje), ampak se s tem, kar je, da čisto udobno (torej zadovoljivo) živeti.

Številke res niso slabe. V letu 2016 je bilo v Sloveniji odobrenih 800 tehničnih pripomočkov za slepe in slabovidne, gluhe, naglušne in gluhoslepe ljudi, 250 gibalno oviranim invalidom so pomagali pri prilagoditvi vozila, do septembra 2016 je bilo med zaposlenimi državljani 32.066 invalidov, kar je največ v zadnjih šestih letih, kar pomeni, da je bila brezposelnost med invalidi najmanjša po letu 2011. V državi deluje 145 invalidskih podjetij, dve sta nastali in bili vpisani v register letos. Deluje tudi 51 zaposlitvenih centrov, na novo jih je letos odločbo prejelo sedem. Ti dajejo možnost zaposlitve najtežje zaposljivim invalidom. V Sloveniji deluje tudi 18 rehabilitacijskih timov, ki so storitve usposabljanja invalida za ustrezno delo nudili 1964 brezposelnim invalidom. Imamo 20 programov socialne vključenosti, v katerih je sodelovalo 637 ljudi in ne nazadnje se ureja tudi problematika osebne asistencije invalidu, saj ministrstvo napoveduje, da bo do konca leta 2018 sofinanciralo 353 osebnih asistentov, ki nudijo osebno asistenco več kot 1000 invalidom. Ministrstvo se tudi pohvali, da je v registru invalidskih organizacij vpisanih 234 organizacij, od katerih jih 29 deluje na državni ravni. Vse to piše na spletni strani ministrstva za delo, družino in socialne zadeve.

A s številkami je vedno križ. Številke vedno predvsem posplošijo sliko realnosti. Če vzamemo samo populacijo invalidov, ki nedvomno je največja manjšina na svetu, vidimo, da ne gre za homogeno skupino ljudi. Gre za ljudi, ki so v svoji raznolikosti enaki vsem drugim ljudem, kar pomeni, da so med invalidi žal tako otroci kot mladostniki, mladi odrasli, starejši in tudi starostniki. Predvsem skupini vojnih in civilnih invalidov vojn sta hkrati tudi skupini starostnikov. Seveda je nujno, da smo, kot je na sprejemu ob dnevu invalidov dejal predsednik države Borut Pahor, vključujoča družba, da s pripomočki in predvsem zaposlitvami poskrbimo, da invalide enakopravno vključimo v družbo in jim omogočimo, kolikor je mogoče samostojno življenje. Zgornje številke kažejo vse to. A hkrati smo tudi družba z vedno večjo populacijo starostnikov (invalidnih ali pa ne), za katero pa verjetno nihče ne bi upal trditi, da smo zanjo na splošno dobro poskrbeli. Tudi oni so namreč v času aktivnosti prispevali za dobro celotne družbe, zdaj pa životarijo, saj njihove pokojnine/dodatki/invalidnine komaj zadostijo preživetju. Je to za nas zadovoljivo?

Vse dobro v novem letu vam želim,

**Aleksandra K. Kovač**  
Urednica Naših vezi



Izdajanje glasila omogoča  
Fundacija za financiranje  
invalidskih in humanitarnih  
organizacij Slovenije.

## IZDAJATELJA:

Zveza društev vojnih invalidov Slovenije in Zveza društev civilnih invalidov vojn Slovenije

## UREDNIŠTVO:

ZDVI SLOVENIJE, Hacquetova 4,  
1000 Ljubljana, tel.: 01 300 69 69

## GLAVNA UREDNICA:

Aleksandra Kerin-Kovač

## ČLANI UREDNIŠKEGA ODBORA:

Vladimir Pegan, Bojan Černjak, Janez Štrbenc,  
Zdravko Zore, Andreja Rožič

## OBLIKOVANJE: Zavod Lupa design

## TISK: ITAGRAF d.o.o.

## Nekaj misli, informacij in želja ob iztekajočem se letu

S poštovane bralke in bralci, civilni invalidi vojn in vsi vojni invalidi Slovenije!

Danes ne bom govoril od kod in zakaj smo še vedno tukaj, kljub dolgemu časovnemu odkluku od divjanja vojn na naših tleh; in kdo je za to odgovoren. To že vsi dobro vemo.

Želim pa poudariti svoja opažanja, da mi vsi in vsak od nas, kljub tegobam, ki jih prinaša invalidnost, znamo svoje preostale življenjske zmožnosti, toliko bolj aktivirati za znosno preživetje našega življenja. Verjetno kot neke vrste odpor zoper agresijo na naše telo, našo integriteto, ki smo jo prestali.

Ob pogledu na leto, ki se izteka, lahko rečem, da smo v naši organizaciji načrtovane vsebine dela solidno opravili. Posebej lahko izpostavim, da smo pri posebnem socialnem programu za ohranjanje zdravja, kot že v letu 2015, tudi v tem letu številnim našim uporabnikom, ki so za to zaprosili in izkazali potrebo, uspeli sofinancirati klimatsko zdravljenje z ustreznimi terapijami v klimatskih zdraviliščih. Gre predvsem za tiste, ki zaradi invalidnosti, dodatnih zdravstvenih težav in težav, ki prihajajo z leti, ne morejo več ustrezno uporabljati naših kapacitet za ohranjanje zdravja.



Tudi pri vsebinah našega stalnega delovanja »Skrb za ohranjanje in izboljšanje varstva CIV Slovenije« smo bili v tem letu zelo aktivni. Že v mesecu februarju je predsednik vlade dr. Miro Cerar predstavnike naše organizacije sprejel na delovni pogovor, kjer smo ga lahko podrobno seznanili s problematiko in se dogovorili za način nadaljnjega postopanja pri državnih organih glede naših predlogov. Vse tri organizacije, ki združujemo vojne invalide Slovenije, smo nato pripravile enoten predlog in ga posredovale pristojnemu ministrstvu. Postopki so v teku. Glede tega smo v tekočem letu nato še dvakrat vzpostavili stik z državnim vodstvom na krajših pogovorih, ob praznovanju 25. obletnice samostojnosti RS in na sprejemu ob dnevu invalidov.

Kaj pa pričakujemo v letu, ki prihaja? Jaz verjamem, da nam bo prineslo več dobrega kot slabega.

Vsem želim prijetne in doživete praznike, v letu 2017 pa dovolj zdravja in sreče, veliko osebne aktivnosti in sodelovanja.

*»Kdor se uspeva osredotočiti in usmerjati svojo moč energije v pozitivno smer, je v življenju na dobri poti!«*

**Adolf Videnšek,**  
**predsednik Zveze društev civilnih invalidov vojn Slovenije**

## Spoštovani vojni invalidi, članice in člani naših društev!

Tudi v letu 2016, ki se končuje, je bilo mnogo zahtevnih nalog in resnih preizkušenj. V tem letu smo praznovali 25. obletnico naše države in njene suverenosti. Ponosni smo lahko na mnoge dosežke, a hkrati kritični do nekaterih dogodkov, ki nam hkrati odpirajo nove možnosti za naprej, samo prepoznati jih včasih ne znamo. V naši državi so potrebna znanja in dovolj delavnih rok za boljši jutri. Ohraniti moramo občutek za solidarnost in pomoč ljudem v stiski.

Ko se z nepričakovano naglico bliža novoletno praznovanje, se nehote ozremo tudi nazaj, v odhajajoče



leto in šele takrat se zavemo, kako hitro je minilo! Mnogi se takrat vprašamo, koliko želja iz lanskih voščil se nam je zares uresničilo? Kako srečno in uspešno je zares bilo odhajajoče leto? Prav gotovo se nam tudi letos niso uresničile vse izrečene želje, vendar je to realnost, ki jo živimo vse generacije.

Znamo sodelovati in priskočiti sočloveku na pomoč. Ponosni smo na vse naše številne prostovoljce, ki tako nesebično pomagajo ljudem v stiski. Sočutje, solidarnost in domoljubje naj bodo še naprej naše najpomembnejše vrednote. Imamo veliko ljudi s pomembnimi znanji, imamo podjetja, ki zmagujejo v svetovni

konkurenci. Svetovno prepoznani so naši športniki, še posebno športniki invalidi, ki osvajajo medalje na mednarodnih tekmovanjih in olimpijadah, imamo vrsto umetnikov, ki navdušujejo in kot ambasadorji predstavljajo našo domovino povsod po svetu. To je naš velik kapital, zaupajmo vase in v naš razvoj, ki bi bil z urejeno gospodarsko politiko še bistveno večji.

Invalidi smo bili v zadnjih letih za marsikaj prikrajšani, invalidnine in pokojnine so že dalj časa praktično zamrznjene, skrčena je pravica do regresa. Nепrestano poslušamo pozive k streznitvi, k boljšemu vodenju države in k uspešnejšemu reševanju posledic gospodarske krize. Na vsak način je treba preseči strankarske račune in postaviti v ospredje interes države kot celote. Potrebujemo vlado, ki bo sposobna sprejemati zahtevne odločitve in jih tudi izvajati. Ne sme se več dogajati, da volja državljanov, izražena na volitvah, postane politični plen posameznikov ali strankarskih izsiljevanj. Varčevanje se že nekaj let izvaja na opešani populaciji s skromnim življenjskim standardom, kot smo vojni invalidi in drugi upravičenci, ki se približujemo socialnemu dnu. Z nastalimi problemi se je treba soočiti in jih aktivno in sproti reševati.

Za vojne invalide in žrtve vojn je obstoječa zakonodaja v določenih primerih neustrezna. Skupaj z Zvezo društev civilnih invalidov vojn Slovenije in Združenjem vojnih invalidov 91 smo začeli s postopkom za spremembo in dopolnitve Zakona o vojnih invalidih, ki je v 20-letnem obdobju pokazal, da je v nekaterih členih okorel in neživljenjski, lahko bi rekli zastarel. V zakon želimo vnesti več konkretnih in bolj prijaznih rešitev za vojne invalide in upravičence.

V novo leto bomo stopili z optimizmom in pričakovanji. Od vlade pričakujemo, da bo s svojimi institucijami naklonjena predlaganim spremembam. To je naša želja, to je naš cilj za v prihodnje! Verjamemo, da je vlada sposobna in kos tej nalogi.

Spoštovani, v letu, ki prihaja, vam želim veliko zdravja, uspehov in zadovoljstva. Da bi vas v prihodnjem letu spremljalo čim več sreče in ne bi zamudili nobene ponujene priložnosti.

Čaka nas torej delo in sodelovanje, predvsem z vami, spoštovani člani društev, vojni invalidi in svojci invalidov.

Vsem vam voščim srečno v letu 2017!

**Janez Podržaj,**  
*predsednik Zveze društev vojnih invalidov Slovenije*

## SPREJEM PRI PREDSEDNIKU DRŽAVE OB MEDNARODNEM DNEVU INVALIDOV

Sprejem, ki ga za predstavnike invalidskih organizacij pripravijo predsednik države, predsednik vlade in predsednik državnega zbora ob 3. decembru, mednarodnem dnevu invalidov je že tradicionalna prireditvev.

Tako smo se sprejema pri predsedniku države Borutu Pahorju tudi letos udeležili predstavniki invalid-



skih organizacij. Na sprejemu so bili še predsednik vlade Miro Cerar, predsednik državnega zbora Milan Brglez, direktorica direktorata za invalide Dragica Bac, varuhinja človekovih pravic Vlasta Nussdorfer, poslanci ter drugi predstavniki države.

Sprejema so se udeležili predstavniki številnih invalidskih organizacij. Zvezo civilnih invalidov vojn sta zastopala predsednik Adolf Videmšek in podpredsednik Jože Zupanc, Zvezo društev vojnih invalidov pa predsednik Janez Podržaj in generalni sekretar Vladimir Pegan.

Leta 1992 so Združeni narodi z resolucijo 3. december razglasili za mednarodni dan invalidov z namenom, da bi v družbi spodbudili razumevanje invalidnosti, zavzemanje za dostojanstvo, pravice in blaginjo invalidov ter zavedanje o koristih vključeva-

nja invalidov v politično, družbeno, gospodarsko in kulturno življenje.

V Evropi je invalidov skoraj 16 odstotkov prebivalcev, v Sloveniji jih živi okoli 170 tisoč. Tako veliki populaciji je nujno nameniti posebno pozornost, kajti invalidi so najštevilčnejša manjšina na svetu. Leta 2006 je konvencijo o invalidih sprejela Generalna skupščina Združenih narodov. Po ratifikaciji 20 držav podpisnic, med katerimi je tudi Slovenija, je 3. maja 2008 konvencija začela veljati. Slovenija je konvencijo ratificirala v državnem zboru 2. aprila 2008, kar je storila med prvimi v Evropi.

Prvi člen konvencije določa, da je namen konvencije spodbujati, varovati in invalidom zagotavljati polno in enakopravno uživanje vseh človekovih pravic in temeljnih svoboščin ter spodbujati spoštovanje njihovega prirojenega dostojanstva.

Predsednik države je v nagovoru zbranih povedal, da je v družbi nujno opozarjati na invalide.

V zadnjih časih pa da je bilo veliko narejenega za pravice invalidov. Poudaril je, da z veseljem priredi sprejem za invalide in opozarja na njihovo problematiko.



V imenu invalidov se je predsedniku zahvalil predsednik Nacionalnega sveta invalidskih organizacij Slovenije Boris Šuštaršič. Poudaril je, da je bilo veliko narejeno za invalide. Na podlagi konvencije je bil sprejet Zakon o izenačevanju možnosti invalidov, ki pa ga je treba oplemenititi še z drugimi zakoni. Takšen zakon je med drugimi zakon o osebni asistenci.

V kulturnem programu je nastopila deklica z Downovim sindromom, ki je zaplesala kratek ples iz baleta Labodje jezero.

Srečanje je minilo v prijetem vzdušju in pogovoru predstavnikov invalidskih organizacij z visokimi predstavniki državnih organov.

*Andreja Rožič in Vladimir Pegan*

## POHOD ZA MIR NAJ POSTANE DEL ZAVESTI O MIRU, DEMOKRACIJI, PRAVNI IN SOCIALNI DRŽAVI

Letos mineva 35 let, odkar je Generalna skupščina Združenih narodov razglasila 21. september za mednarodni dan miru, za dan, ko naj bi ljudje slavili mir in kot dan svetovnega premirja in nenasilja. OZN je tako povabil narode in ljudi, naj na ta dan spoštujejo prekinitev sovražnosti.

Na letošnji mednarodni dan miru je v Ljubljani prvič potekal Pohod za mir. Pohod je bil simbolične narave in je potekal od Narodne galerije do Trga republike. Udeležili so se ga predstavniki domoljubnih in veteranskih organizacij Slovenije.

Pohod za mir so organizirale slovenske članice Svetovne federacije veteranov – SFV, Zveza združenj borcev za vrednote NOB Slovenije, Zveza veteranov vojne za Slovenijo, Zveza policijskih veteranskih društev Sever in Zveza društev vojnih

invalidov Slovenije, ki usklajeno zastopajo interese slovenskih veteranov in izvajajo skupne aktivnosti federacije. K izvedbi so aktivno pristopile tudi druge veteranske in domoljubne organizacije: Zveza društev General Maister, Zveza društev in klubov MORiS, Društvo TIGR Primorske in Zveza društev civilnih invalidov vojn Slovenije. V programu so sodelovali praporščaki domoljubnih in veteranskih organizacij, Orkester Slovenske vojske in Orkester Slovenske policije.

Pohod za mir je bila skupna aktivnost vseh članic SFV in je potekala po enakem scenariju v vseh prestolnicah držav članic federacije. Ključni del scenarija je bilo branje poslanice generalnega sekretarja OZN, minuta tišine za padle bojavnike v vseh vojnah ob 12. uri in nacionalno mirovno sporočilo.



Osrednji govornik je bil akademik dr. Matjaž Kmecl, ki je v mirovnem sporočilu opozoril na z vojnami in nasiljem prežeto človeško civilizacijo, sovražni govor, ki ga sam poimenuje rakava metastaza družbe, delovanje v smeri uničenja našega edinega doma - Zemlje. Sporočilo je končal s pozivom, da se vsi skupaj, vse človeštvo raje enkrat za zmeraj odločimo, naj traja to, kar je 'dan miru', vse leto, 365 dni in potem vso prihodnost naprej.

Na zadnjem zasedanju Generalne skupščine federacije je bil sprejet predlog slovenskih članic za podelitev odlikovanja Ustanovi za krepitev človekove varnosti Ig - ITF. Priznanje so prejeli za dolgoletna prizadevanja pri razminiranju minskih polj, saj je bilo tako očiščenih več kot 131,6 milijonov m<sup>2</sup> z minami onesnaženih območij v državah JV Evrope, 2,1 milijona m<sup>2</sup> v Južnem Kavkazu in 1,3 milijona m<sup>2</sup> v Libanonu. V okviru ITF je bilo najdenih in uniče-

nih več kot 80.616 min in neeksploziviranih ubojnih sredstev v regiji JV Evrope in 1.037 v Libanonu. ITF je omogočil telesno rehabilitacijo 1.251 žrtvam min oz. neeksploziviranih ubojnih sredstev. V programe ozaveščanja o nevarnosti min je bilo neposredno vključenih več kot 440.000 otrok in odraslih iz zaradi min ogroženih skupnosti ter posredno več kot 610.000 družinskih članov. Preko ITF je bilo izšolanih več kot 1.050 strokovnjakov s področja humanitarnega razminiranja, rehabilitacije in menedžmenta v protiminskem delovanju.

Na dogodku je bila predstavljena tudi poslanica generalnega sekretarja Združenih narodov, v kateri je opozoril na pomen trajnostnega razvoja. Konflikti se pogosto začnejo takrat, ko ljudje tekmujejo za omejene vire. Agenda 2030 za trajnostni razvoj je naš načrt za preprečevanje nastajanja takšnih konfliktov, pri čemer moramo zagotoviti, da ne bo nihče ostal izključen iz tega procesa. Na vse je apeliral, da naj na mednarodni dan miru izrazimo svojo predanost miru, tako da postanemo prvaki ciljev trajnostnega razvoja.

Pohod za mir bodo slovenske organizacije veteranov organizirale tudi v prihodnje. Želimo, da bi se ga udeleževalo vse več državljanov, da bi postal del slovenske zavesti o miru, demokraciji, pravni in socialni državi.

**Andreja Markovič**



## RAZMIŠLJANJE O SLEPOTI

epo ogledalo – okras prostora - veliko, iskriivo, kakor široko odprto oko, je strmelo vedno samo v isto smer. Enostavno rečeno, bolščalo je kar v dan. Ni gledalo ne na levo ne na desno. Življenje pa, kakor vemo, je polno dogajanj, presenetljivih, zanimivih, lepih, nebodijhtreba in nepredvidljivih. Ta zadnja beseda je veljala tudi za to ogledalo. In zgodilo se je. Nesreča je hotela, da je treščilo po tleh in se razletelo. Kosi in koščki so bili razmetani in obrnjeni na vse strani. Ta žvenketajoči trušč je dal zaznati neko sporočilo. Črepinje in črepinjice so se seznanjale z nečim prej neznanim, z novimi prizori. Ni čudno, saj je ogledalo pred nesrečo odslikavalo le to površino, ki jo je imelo pred seboj.

S to prisposodbo hočem prikazati mojim polnočutnim soljudem, kaj in kako vidimo mi, ki smo izgubili zrcalo očesa. Temu se nikakor ne predamo, še manj pa se s tem sprijaznimo. Videti hočeš, če si živ, življenje pa hočeš živeti. To hotenje krepí energijo in moč, podpre vsa ostala čutila, da do potankosti razpoznaš vse odtenke zvokov, tonov in barve glasov. To nam veliko pomeni.

Izgubljeni vid nadomesti lastnost vedeti. Narava, ta skrivnostni čudež, ki nam je mati, pač poskrbi in nadomesti vid s tem, da zbudi v tebi sposobnosti in skrite talente, za katere prej sploh nisi vedel, da jih imaš. Tudi lenobne možgane premakne iz lagodja. Takrat se dokaže, kako močno razmišljujoče bitje je človek. Možgani - skrivnostni računalnik – začnejo delati z vso paro. Predstavi se ti prej neznana, občutljiva, nevidna lastnost. Ali naj temu rečem na nek način napredek ali bogastvo? Kdor se ne more poglobiti v stanje prizadetega, bi ti dve besedi, napredek in bogastvo, napisal v narekovajih. Nič novega. Saj vsi vemo, da je kar nekaj takšnih ljudi, ki trpijo tovrstno slepoto. Imamo tudi takšne, ki pri dobrem vidu ne vidijo barv. To je žalostna pomanjkljivost. Če ne poznaš, ne opaziš in ne vidiš globokih čustev, je pomembno žalostno. Tisti, ki smo nekoč videli, imamo nekakšno srečo v nesreči, da imamo tedanje življenje spravljeno v shrambi spominov. Pa si kdaj pa kdaj zavrtim film – in gledam ...

Vse dobro vam želim.

*Jelka Vuk Novakovič*

## naše vezi iz naših društev

### SREČANJE ČLANIC IN ČLANOV DVI CELJE: V NOVO LETO 2017 VSTOPIMO Z OPTIMIZMOM!

Društvo vojnih invalidov Celje je pripravilo svoje tradicionalno prednovoletno srečanje, in sicer 12. decembra v celjskem hotelu Celeia. Udeležili so se ga številni člani in članice društva ter njihovi svojci, udeležence in goste pa je v imenu gostitelja pozdravil predsednik DVI Celje Stane Mele. Mele je izrazil zadovoljstvo, ker se nam je na slovesnosti pridružil tudi predsednik Zveze društev vojnih invalidov Slovenije (ZDVIS) Janez Podržaj, posebej je pozdravil tudi Renato Planinšek iz UE Celje, Nino in Marjeto iz računovodske službe ter



Članice in člani DVI Celje na novoletnem srečanju.  
Foto: Vesna Tripkovič Sancin

**Predsednik ZDVI Slovenije Janez Podržaj je v nagovoru spomnil na poslanstvo društev vojnih invalidov po vsej Sloveniji, na pomen zveze in se dotaknil tudi zgodovine, ki je, kot je poudaril, večna učiteljica življenja. Vsem članicam in članom je zaželel obilo zdravja in optimizma ter da bi s čim manj melanholije vstopili v novo leto.**



Vokalna skupina In Spiritu je poskrbela za bogat kulturni program. Foto: Vesna Tripkovič Sancin

Jožefa Bajca, našega letošnjega slavljenca, ki se je tudi tokrat skupaj s snaho Lidijo Bajc udeležil novoletnega srečanja.

Letos je bil bogat tudi kulturni program. Kar osem pesmi, med katerimi so bile slovenske ljudske, ljubezenske in domoljubne, je zapela vokalna skupina In Spiritu. Članice in člani društva pa so prisluhnili tudi harmonikarju Domnu Jevšenaku, dvakratnemu zmagovalcu Zlate Harmonike na Ljubecni, ki je poskrbel za dobro voljo in ples.

**Vesna Tripkovič Sancin**

## PRAZNOVANJE DNEVA INVALIDOV V NOVI GORICI



Novi Gorici so ob mednarodnem dnevu invalidov pripravili prireditev, ki smo se je udeležili tudi civilni invalidi vojn.

Svet za invalide pri Mestni občini Nova Gorica se je odločil letošnji mednarodni dan invalidov zaznamovati s krajšim kulturnim programom, ki so ga pripravili in izvedli otroški zbor OŠ Kozara, gledališka skupina Društva gluhih in naglušnih Severne Primorske z igro »Čevljar«, trio igralcev na kljunasto flavto VDC Nova Gorica in MD slepih in slabovidnih Nova Gorica z monoigro »Štorja od none« in predstavitev delovanja invalidskih društev.

Dogodek je potekal v avli in dvorani novogoriške

mestne hiše. Pozdravne besede sta prispevala Matej Arčon, župan Mestne občine Nova Gorica in Adolf Videnšek, predsednik Zveze društev civilnih invalidov vojn Slovenije, ki je tudi odprl fotografsko razstavo Mateja Peljhana, Vojna in mir, mir in vojna. Razstava bo v avli Mestne občine Nova Gorica na ogled do konca leta.

**Andreja Rožič**  
**Foto: Mateja Pelikan**



## BOGATI IN POLNI IZLETNIŠKI DNEVI NA PRIMORSKEM

Lansko navdušenje in veliko zanimanje sta bila razloga, da je društvo spet organiziralo tridnevni jesenski izlet v Izolo.

Da bi nekaj doživeli že prvi dan, smo iz Maribora krenili že v zgodnjih jutranjih urah. Na poti smo tako uživali v pogledu na vzhajajoče sonce in prišli v Izolo v času zajtrka. Sledila je še namestitev po sobah, nato pa smo imeli pred seboj še cel dan. Popoldne je bil organiziran izlet v Piran. Sama se ga sicer nisem udeležila, vendar sem kasneje z

veseljem prisluhnila Kristini, Zofki in drugim, ki so mi povedali, kako je bilo in kaj so videli. Kar nekaj nas je popoldne preživelo na plaži. Vreme je bilo sončno, vendar vetrovno in tako je bilo tudi morje valovito. Kljub temu nas to ni odvrnilo od plavanja, saj je bila temperatura morja še vedno zelo prijetna. Tako je popoldne v prijetnem vzdušju hitro minilo. Po večerji smo se družili na terasi doma, se pogovarjali ali kartali, nekateri pa so odšli na sprehod ali na obisk pivovarne v Izoli. Večer je minil prijetno,



vendar smo utrujeni po intenzivnem prvem dnevu, kar hitro odšli spat.

V soboto smo se prebudili v sončno jutro. Za ta dan je bil organiziran izlet v Sečoveljske soline. Po zajtrku smo se zbrali pri avtobusu, ki nas je odpeljal proti Solinam. Prečkali smo slovensko mejo in nadaljevali po cesti v obmejnem pasu. Za to vožnjo smo morali pridobiti posebno dovoljenje. Pripeljali smo se vse do vhoda v muzej solinarstva. Ogledali smo si muzej in se seznanili z delom in življenjem nekdanjih solinarjev in njihovih družin. Vodička nas je seznanila z namembnostjo in pomembnostjo solinarskih polj in s postopkom pridobivanja soli. Z zanimanjem smo poskusili nekaj zrn soli, ki je bila nagrmađena v zbranih kupih. Polni prijetnih vtisov smo se odpravili do avtobusa in se ustavili še v njihovi trgovini ter se nato otovorjeni s soljo, kot nekoč naš Martin Krpan, odpeljali proti meji. Na mejnem prehodu nas je na avtobusu »obiskal« policist, ki nas je razvedril z nekaj šalami in po tako opravljeni formalnosti smo se lahko odpeljali naprej. V domu so nas pričakali z dobrim kosilom, popoldan pa smo imeli prosto za kopanje ali druge dejavnosti. Po večerji smo se zbrali na terasi in večer nam je polepšal Desider Cener, imenovan tudi Deži, ki nam je zaigral na harmoniko. Priredil je pravi koncert, saj smo lahko uživali ob opernih arijah, zabavni glasbi pa tudi partizanskih pesmi ni manjkalo. Večer je bil topel, tako da smo se lahko dobro razpoloženi družili do poznih večernih ur. Tudi nedelja nas je razveselila s skromnim soncem. Uživala sem še v zadnjem kopanju v morju in nastavljanju toplim sončnim žarkom. Po kosilu smo se poslovili od upravnika in osebja doma, saj so nas



tudi letos razvajali z dobro hrano in ljubeznivostjo. Ker smo imeli v načrtu še en postanek, smo se hitro poslovili in se odpeljali proti Italiji. Pot nas je peljala preko italijanske meje v slikovito slovensko vasico Kreplje, k družini Tavčar, ki se ukvarja z vinogradništvom in pršutarstvom. Pričakali so nas z vinom, ki ga izvažajo tudi v Ameriko, pršutom, domačo salamo, sirom in olivami. Pogostitev je bila obilna in odlična. Siti, predvsem pa dobre volje smo se nato odpeljali proti Mariboru. Ustavili smo se še na Trojanah, da bi zadostili tradiciji nakupov znamenitih trojanskih krofov zase in tiste, ki so nas že pričakovali doma.

Ugotavljam, da kljub temu da je naš obalni svet zelo majhen, nudi veliko za bogate in polne izletniške dneve. Želim si, da bi prihodnje leto spet uživali v lepotah tega čudovitega predela Slovenije.

**Sabina Nepužlan**

## NEGOVANJE TRADICIJ IN VREDNOT NOB V DVI DOMŽALE

Čas, v katerem živimo, od nas zahteva, da se zazremo tudi v preteklost ter v sedanjosti ustrezno ovrednotimo zgodovinske dogodke in vrednote, ki jih nekateri želijo izbrisati iz narodovega spomina. Zato je pomembno, da se ohranja spomin nanje.

Društvo vojnih invalidov Domžale načrtuje, orga-

nizira in izvaja programe, ki vojnim invalidom in njihovim družinskim članom omogočijo aktivnejše sodelovanje v družbenem življenju in pri vsakdajšnjih dejavnostih.

Skupaj z organizacijami Zveze borcev za vrednote NOB, ZDVIS, veteranskimi organizacijami, Društvom upokojencev Moravče, Občinsko organiza-



cijo ZB za vrednote NOB Moravče in Krajevno organizacijo izgnancev Domžale in tudi samostojno organizira izlete in druge aktivnosti.

V letu 2016 smo januarja spremljali spominsko slovesnost ob 71-letnici tragedije borcev in aktivistov ob spomeniku v Rudniku pri Radomljah. Med preživelimi borci je bil tudi naš član Vinko Žebovec, star 93 let. Poklonili smo se tudi spominu na padle na tradicionalni slovesnosti v Dražgošah in bili na spominski slovesnosti ob spomeniku na Oklem nad Ihanom. Tu je 24. februarja 1944 zaradi izdaje v boju proti mnogo številčnejšem okupatorju padlo 72 borcev Kamniško-zasavskega odreda. Iz vseh smeri so na slovesnost prihajali pohodnice

in pohodniki, da se poklonijo spominu padlim. Veliko jih je v spremstvu praporov prišlo iz vasi Dobovlje. Praporščaki so se postavili ob spomeniku, ob katerem je častno stražo postavila Častna enota občinskega združenja slovenskih častnikov Domžale. Po himni smo prisluhnili Mariji Majhenič, predsednici Občinskega združenja borcev za vrednote NOB Domžale, ki se je po pozdravu navzočih z mislimi vrnila v čas bitke in na kratko opisala tragedijo. Slavnostni govornik je bil župan Občine Domžale, Toni Dragar. Sledil je kulturni program in nazadnje srečanje v popoldanskih urah v Dobovljah.

Jože Novak

## ZORA ADLEŠIČ - PREJEMNICA PLAKETE OB OBČINSKEM PRAZNIKU



etošnji praznik občine Žalec je bil prav posebno slovesen. Ne le zato, ker se je seje udeležil tudi predsednik države Borut Pahor; na slavnostni seji smo praznovali tudi v Društvu vojnih invalidov Celje (DVIC). Naša dolgoletna članica Zora Adlešič je namreč iz rok župana občine Žalec Janka Kosa prejela občinsko priznanje, plaketo za dolgoletno prizadevanje in uspešno uresničevanje ciljev celjskega društva vojnih invalidov.

Praznik občine Žalec je 6. septembra, in sicer v spomin na II. vseslovenski tabor leta 1868. V Domu

II. slovenskega tabora je bila na ta dan tudi slavnostna seja žalskega občinskega sveta. O delu sveta in skupnih dosežkih je govoril župan Janko Kos, ki je med drugim spomnil ne le na bogato zgodovino tega kraja, ampak tudi na trud, ki ga občina vlaga v turizem. Slednja je namreč prejela tudi priznanje *Planetu najbolj prijazna občina*. »Le zadovoljen občan je najboljši promotor turizma,« je ob tej priložnosti še povedal Kos in podelil tudi najvišja priznanja zaslužnim Žalčankam, Žalčanom in skupinam.

Plaketo občine Žalec je poleg Pera Karlaša, KD Petrovče, Lokostrelskega kluba Žalec in Moškega pevskega zbora Savinjski zvon iz Šempetra prejela tudi naša članica Zora Adlešič. Adlešičeva je veteranka druge svetovne vojne, dolgoletna članica zveze borcev in Društva vojnih invalidov Celje. Študirala je v Beogradu, kjer je bila tudi 6. aprila in je preživela bombardiranje tega mesta. Kasneje je bila aktivistka na terenu, kot višja medicinska sestra je pomagala v partizanski bolnišnici Jelendol v Kočevskem rogu, nato pa se je pridružila Šlandrovi brigadi. V Žalcu je znana tudi po imenitnih gobelinah, ki jih je že večkrat razstavila. Zori Adlešič ob tej priložnosti še enkrat čestitamo!

Vesna Tripkovič Sancin

## GRENKOSLADKA ŽIVLJENJSKA ZGODBA ANGELE FEKONJA

**P**red dvema letoma sem na Društvu vojnih invalidov Maribor ob prazniku žena spoznala njihovo članico, vojaško invalidko Angelo Fekonja. Bila sem njena spremljevalka na druženju v Festivalni dvorani v Mariboru. Ob kramljanju mi je zaupala nekaj podrobnosti iz svojega življenja in pritegnila me je njena življenjska zgodba. Z Marijo, tajnico društva, sva jo obiskali v Domu Danice Vogrinec, kjer živi od maja letos.

Angela je bila rojena 26. maja leta 1929 v Veličanah pri Jeruzalemu. Živela je v revni viničarski družini, v kateri je bilo devet otrok, od tega šest deklet. Marija je bila druga najstarejša hči. Živel so zelo skromno in otroci niso pričakovali velikih reči, saj so vedeli, da denarja zanje ni. Imeli so eno obleko za vsak dan in eno boljšo za posebne priložnosti. Oče je bil viničar, mati pa gospodinja. Angela se spomni, da so imeli eno kravo, eno telico, dve svinji in šest kokoši. Ko so svinjo zaklali, so imeli masti za vse leto, meso pa so jedli enkrat na teden. Potem so kupili majhnega prašička in ga vzredili. Na najetih njivah ormoških grofov so sadili kurozo in peso za svinje. Po vojni je oče hodil delat v zadrugo, otroci pa so po dopolnjenem 15. letu starosti opravljali lažja dela v viničariji, pasli živino ali se izučili poklicev.

Ko se je Angela šolala, je imela osnovna šola šest razredov. Pri štirinajstih letih je šla delat kot gospodinjska pomočnica in je pazila otroke. To je počela od leta 1943 do marca 1945, ko so nemški grofje pobegnili v Nemčijo, zatem pa se je vrnila domov. Takrat so veliki kmetje ustanovili odbor, imenovan Narodna zaščita, ki je od okraja dobil navodila, da morajo odstraniti mrličje in živino, poginulo od granat. Od aprila do maja 1945. leta so civilisti pokopavali mrhovino in mrtve ljudi, nemški ujetniki pa so morali pobirati orožje in razminirati eksplozivna telesa. Angela je bila takrat stara šestnajst let in je jame, ki so jih naredile eksplozije bomb, še bolj odkopavala in zagrebla, kar so pokopali. 9. maja, na dan osvoboditve se je eden od nemških

ujetnikov uprl prisilnemu delu, se razjezil in vrgel najdeno granato proti osemletnemu Angelinemu bratcu Stanku. Otrok ni vedel, da je to nevarno eksplozivno telo, ampak je mislil, da je igrača ter je zaklical, da je našel žogo, ki brni. Angela je zavpila naj jo hitro vrže v stran, a jo je, nevede za kaj gre, po nesreči vrgel proti sestri. Eksplozija jo je hudo ranila. Imela je raztrgana stegna, odprt trebuh in predrto črevesje, hudo poškodovane roke, prste in nos in izgubila je levo oko. Neka samouka babica jo je obvezala, potem pa so jo na vozu peljali v Ormož, kjer so jo oskrbeli. Našli so konja, da je vlekel voz do Ptuja, da pa se ta ne bi prevrnil, so ga spremljali štirje vojaki ujetniki, med njimi tudi ta, ki je vrgel granato. Pozneje so jih ubili. Na Ptuj so Angelo operirali in zdravila se je eno leto. Ocenjena je bila kot 60-odstotni invalid.

Ko je nastala zadruga, so ji omogočili, da je lahko opravljala lažja dela v vinogradu. Bila je merilec akordov (danes bi akordu rekli norma) in je s koraki merila, koliko vinske trte je potrebno okopati, opleti, obrezati ali poškopiti. Zanj še to delo ni bilo enostavno, ker se ji noge še niso povsem zacelile. To službo je opravljala do leta 1952 oz. do svojega triindvajsetega leta starosti, potem pa je



odšla v Maribor in eno leto delala kot gospodinjska pomočnica. Petindvajset let stara je začela delati v bolnišnici kot strežnica. Ker je imela opravljeno nemško šolo, je morala osnovno šolo z nekaj izpiti ponoviti. Najprej je delala na internem oddelku, kjer se je okužila s paratifusom, pozneje pa je morala še na operacijo zaradi odprtih ran na nogah. Dva meseca je bila na bolniški, nato pa je delala kot strežnica in se hkrati v večerni šoli v dveh letih usposobila za bolničarko. Ker je imela prakso, je opravljala tudi nekatera dela medicinskih sester. Med nošenjem pacienta iz 4. nadstropja ji je počil od ran načet želodec, po operaciji pa je še kar naprej krvavela, ker se ji rane niso hotele zaceliti. Po dveh mesecih so ji odstranili tri četrtine želodca ter ji iz debelega črevesa naredili nekakšen žep v funkciji želodca. Zdravnik, ki jo je zdravil, je videl, kako hudo je bila poškodovana in je želel videti dokument, ki je dokazoval njeno invalidnost. Takrat je bila ocenjena kot 80-odstotni vojaški invalid in dobila je priznано invalidnino. Če bi bila ranjena po devetem maju, ne bi imela več tega statusa. Kot bolničarka je delala do leta 1972, nato pa se je invalidsko upokojila.

Angela se zaradi invalidnosti ni nikoli poročila. Imela je sicer eno resno zvezo in je skoraj stopila v zakon, ko je bila stara 35 let, vendar sta se s fantom razšla zaradi spora glede gmotnih reči. Od komisije Narodne zaščite je dobila garsonjero, bila pa je tudi varčna in skrbna in zato materialno stabilna ter tako morda privlačna zaradi napačnih razlogov. Partner jo je v jezi precej prizadel na račun njene invalidnosti in tako so se potrdile očetove besede, da ne bo našla moškega, ki bi toleriral njeno prizadetost in manjkajoče oko. Takrat se je odločila, da se ne bo nikoli poročila.

Pokazala nama je tudi fotografije iz časov, ko je bila še dekle in druge fotografije. Vedno je bila nasmejana, družabna in priljubljena in ker ima zelo rada ljudi, je mnogim, tudi svojim sorodnikom, pazila otroke. Še danes jo radi pozdravijo, če jo srečajo na cesti. Znanci so jo zato tudi večkrat vzeli s sabo na morje. Vozniškega izpita zaradi manjka-

jočega očesa ni mogla narediti, je pa vedno zelo rada potovala. Tako je prepotovala vso nekdanjo Jugoslavijo in obiskala vsa glavna mesta republik in celotno obalo, od Reke do Dubrovnika ter otoke. Obiskala je Avstrijo, Madžarsko, Italijo vse do Sicilije, Češko, Poljsko, Nemčijo, Nizozemsko in pokukala tudi v Rusijo. Kot članica Društva vojnih invalidov se je prav tako udeležila več izletov in dogodkov.

Po upokojitvi je še naprej rada pomagala drugim in je bila poleg varuške tudi prostovoljka pri Rdečem križu. Ko se ji je vid močno poslabšal in si je ob padcu zlomila kolk, so se njeni sorodniki odločili, da je zanj bolje, da živi v domu za ostarele. Angela pa si je dobro opomogla in je na začetku kar precej pogrešala svoj dom, vendar je zdaj zadovoljna, saj ima svojo sobo in stalno pomoč in se počuti varno. Ko ima čas, gleda televizijo, bere časopis, revije in ljubezenske romane ali rešuje križanke. Vsekakor dobro poskrbi za telovadbo možganov in je zato bistrega in razgibanega uma.

Če nas ne bi priganjal čas kosila, bi lahko kramljali še dlje, tako pa smo morali naš pogovor končati. Angela je bila obiska zelo vesela, vsem članom pa pošilja prijazne pozdrave in se obenem veseli povabila na kakšen društven dogodek ter prostovoljne pomoči pri prevozu in spremstvu pri hoji.

Za konec lahko rečem, da je bilo spoznati Angelo res prava obogatitev, saj ima, kot so ji v času njene bolničarske službe radi rekli, pravo angelsko dušo sočutne, blage in ljubeče osebe, ki se je vedno razdajala. Čeprav samska, ni bila nikoli osamljena, ker je znala pritegniti ljudi zaradi svoje prijazne in vedre ter zato privlačne narave. Vsako delo je častno delo, pravi, zato ji ni bilo nikoli dolgčas in lahko reče, da je njeno življenje izpolnjeno, čeprav zaradi invalidnosti prikrajšano za morebitno družino. Tudi tukaj v domu išče tisto družbo, ki je pozitivna in spodbudna, morebitnim nergačem ali prepirljivcem pa prijazno pove, kako ravnati, da bi bilo življenje prijetnejše.

**Barbara Senekovič**

## DOLGOLETNI ČLAN DVI CELJE JOŠKO BAJC PROSLAVIL 100 LET ŽIVLJENJA

**D**ruštvo vojnih invalidov Celje se ponaša z lepim številom članstva, med katerimi je visok delež članic in članov v častitljivih letih. Pravzaprav je neverjetno, a ravno zato nujno poudariti, da se celjskih srečanj, prireditev in izletov redno udeležujejo prav ti, najstarejši med nami. Eden takih je zagotovo Joško Bajc, član DVI Celje, pododbor Šentjur, ki je 26. oktobra praznoval svoj 100. rojstni dan. To je bila priložnost za veliko slavlje, saj se je Bajc pridružil tridesetim Slovencem, ki so dopolnili sto let. Proslavo ob praznovanju mu je med drugim pripravilo tudi celjsko društvo vojnih invalidov, in sicer 27. oktobra, v restavraciji v Rogaški Slatini, kjer so Joška Bajca in njegovo soprogo Terezijo pozdravili in ob tej priložnosti skupaj s slavljenecem nazdravili tudi predsednik DVIC Stane Mele, člani Rudi Brilej, Marijan Turičnik, Ivan Štern, Ivica Kelavič, Nina Dvorjak in drugi.

Joško Bajc je član vojnih invalidov vse od začetka obstoja te organizacije, je eden tistih, ki se sestankov DVI Celje, letnih srečanj ZDVI Slovenije, vsa leta pa tudi izletov v organizaciji DVI Celje pogosto udeležuje. Najpogosteje ga spremljata sin Boris z ženo Lidijo, Joško Bajc pa brez težav najde stik tudi z mnogo mlajšimi od sebe.

### **OBKROŽEN S PRIJATELJI, DOBRIMI SOSEDI IN ZNANCI TER DRUŽINO**

»Naš slavljeneč živi v Tekačevem pri Rogaški Slatini že skoraj 37 let. Pravi, da se ne bi nikamor več selil, saj je tu obkrožen z dobrimi ljudmi, prijatelji, znanci in sosedi,« o svojem tastu Bajcu pripoveduje Lidija, žena Bajčevega sina Borisa.

Joško Bajc, ki o receptu za dolgo življenje pravi, da je treba biti zmeren, pri čemer v ospredje postavlja delo, hrano in počitek, se predvsem zaveda, da sreča ni v preobilju, temveč v skromnosti in kakovosti življenja. Zato se s hvaležnostjo spominja tudi manj lepih časov, ki pa ga nikoli niso potrli. S ponosom nosi odlikovanja, ki jih je prejel v partizanskih časih, o katerih govori realno, brez olepševanj pa tudi odločno: »Borba proti fašizmu je ena najbolj svetlih točk sloven-



Praznovanje ob 100. rojstnem dnevu je Jošku Bajcu pripravil tudi DVI Celje, in sicer v Rogaški Slatini. Foto: Arhiv DVIC

*skega naroda, tako kot v vsej vojnah pa so se tudi takrat dogajale slabe stvari.»*

### **MED VOJNO SO MU PRESTRELILI NOGO**

»Rojen sem bil 26. 10. 1916 kot peti otrok Martina Bajca in matere Terezije, rojene Blatnik. Oče se je ukvarjal predvsem z obrtjo, mati pa je bila gospodinja, veliko je bila na polju, najbolj pa se je posvečala vzgoji otrok. Osnovno šolo sem končal na Raki. S 14. letom sem se šel učiti v trgovino Cvelbar (Prekopa pri Kostanjevici na Dolenjskem), s 17. leti sem postal trgovski pomočnik, nato pa sem moral na služenje vojaškega roka v Sarajevu. To je trajalo več kot dve leti,« o svojih zgodnjih letih pove Bajc in nadaljuje: »Že je bil tu april 1941 in tudi pri nas se je začela 2. svetovna vojna. Naša družina je bila izseljena v Šlezijo, v naš dom pa se je vselila kočevarsko-nemška družina. Sam sem se izognil izselitvi tako, da sem nekaj časa bival v predelu Štajerske, kjer niso izseljevali. Pridružil sem se partizanom.« Joško Bajc je bil med vojno tudi ranjen, ustreljen v desno nogo, zaradi česar je tudi postal vojni invalid.

Točno na dan osvoboditve, 9. maja 1945 je spoznal svojo Terezijo, s katero se je - ko je bil proti koncu leta 1946 demobiliziran iz JLA in se je zaposlil v Krškem pri trgovskem podjetju - 1. julija 1947 tudi poročil. V zakonu sta se jima rodila dva otroka, Lidija in Boris. Ko sta otroka odrasla, sta se oktobra 1980 s soprogo Terezijo preselila v Tekačevo pri

Rogaški Slatini, kjer srečno živita še danes.

#### ZGLED VSEM MLADIM

Joško Bajc je v vrstah celjskih vojnih invalidov znan ne le kot nekoč zelo aktiven, temveč tudi kot član, ki nam je v marsičem lahko za vzgled; v odnosu do družine, soproge, najbližjih družinskih članov, ki mu stojijo ob strani, kot redni udeleženec spominskih slovesnosti v svojem kraju, kot udeleženec izletov, ki jih obiskujemo v spomin borcem vseh vojn, ne nazadnje pa tudi vzgled, da je človek lahko tudi v visoki starosti redoljuben in urejen. Njegova zunanost

govori sama po sebi, zato nas nič ne čudi, ko izvemo, da se naš Bajc drži reda tudi v vsakdanjem življenju. Z ženo vstajata ob šestih, sledi tuširanje, ob sedmih zajtrk, opoldne kosilo, malica, ob šestih večerja, vmes sobno kolo za ohranjanje zdravja in komunikacija z najbližjimi. Zmernost in skromnost v vsem in v vseh časih: od Avstro-Ogrske, Kraljevine Jugoslavije, SFRJ vse do današnjih dni, samostojne države Slovenije. Tovarišu Bajcu ob častitljivem rojstnem dnevu iskreno čestitamo!

Vesna Tripkovič Sancin

## 90 LET MARIJE KOGOJ – ŠULIGOJ

**M**arija Kogoj – Šuligoj iz Šempetra pri Gorici je 10. maja 2016 dopolnila častitljivih 90 let. Okrogli jubilej je praznovala v veseli družbi 120 povabljenih gostov, med katerimi smo bili poleg družinskih članov, sorodnikov in prijateljev tudi predstavniki našega društva. Jubilej je dočakala zavidljivega zdravja in čilih misli. Domači in prijatelji so ji pripravili pester program, s katerim so se spomnili njenega življenja in številnih dosežkov.



Marija je odraščala na Vratih pri Čepovanu kot najstarejša od petih otrok. Stara 17 let je aktivno sodelovala v vojni kot kurirka, bolničarka, organizatorica in oskrbovalka ranjencev, ki so dobili zatočišče na njihovi domačiji. Po vojni je delala na Planski komisiji v Solkanu, Krajevnem odboru v Čepovanu in v Tekstilni tovarni Okroglica. Po upokojitvi je Marija ostala zelo dejavna v številnih borčevskih in drugih organizacijah v Šempetru in je prejela veliko priznanj in odlikovanj za izredne dosežke. Poročena je bila z Rafaelom Šuligojem, v zakonu pa sta se jima rodili hčerki Dragica in Janja. Sprva so živeli v Avčah, nato pa so se preselili v Šempeter. Danes ima pet vnukov in devet pravnukov.

Mariji ni nikoli dolgčas, delo si najde v hiši, kjer gospodinja, vrtnari, ustvarja čudovite idrijske čipke, piše spomine iz NOB in se razveseli ob poslušanju slovenske narodno-zabavne glasbe.

Leta 2008 je Marija izdala knjigo »Spomini« o času med vojno in po njej. V knjigi je predstavljena tudi dr. Pavla Jerina Lah, s katero sta ohranili prijateljske vezi še po vojni. Posebno mesto v knjigi zavzema spominska listina Društva vojnih invalidov Severne Primorske Nova Go-

rica iz leta 2007, ki jo je prejela ob 60. obletnici priključitve Primorske k matični domovini za junaška in plemenita dejanja kot ranjenec – pripadnik osebja Slovenske vojaške partizanske bolnišnice »Franja in Pavla« v boju za osvoboditev Primorske.

Marija še vedno piše spomine, ki jih objavljamo v naši publikaciji Pozdrav pomladi, da se ne bi pozabilo grozot in negotovosti med vojno.

Še enkrat ji iskreno čestitamo in ji želimo veliko ustvarjalnih in plodnih let v krogu domačih, srček iz idrijske čipke, ki ga je izdelala za vse povablence na praznovanju, pa nam bo ostal drag spomin.

Majda Cej

## TEHNIKE SPORAZUMEVANJA

Čas, v katerem živimo, je ukinil ali izničil tradicionalni potek človekovega življenja. Bilo je normalno, da si postal osnovnošolec, nato srednješolec, študent, potem pa si brez posebnih težav stopil v delovno razmerje, ki je trajalo vse do upokojitve, ko si postal upokojenec. Vse naše življenje je teklo brez današnjih stresov, ki so povezani z eksistenčnimi vprašanji.

Družba ali boljše država je skrbela za svoje državljane po natančno znanih in opredeljenih organizacijskih načelih. Danes pa se v vseh starostnih obdobjih srečujemo z zahtevo za veliko večje in natančno samopredstavljanje na poti skozi življenje.

Bralcem želim pomagati biti uspešen ob različnih življenjskih priložnostih. Tega me niso naučili v našem izobraževalnem sistemu, ampak gre za izkušnje in šolanje, ki sem jim bil izpostavljen v mojih delovnih letih. Telesna govorica lahko pove marsikaj, pogosto pa celo podzavestno vpliva na sogovornika.

**Predstavljam vam nekaj potez, ki jih je vredno obvladati, saj boste z njimi lažje dosegli svoje cilje.**

- Pri pisanju besedil ali izjav se izognite frazam "Mislim, da ..." in "Verjamem, da ...", saj delujejo neprepričljivo in negotovo.
- Stres na telo učinkuje na zelo podoben način, kot vzburljenje ali močno navdušenje (oteženo dihanje, povišan srčni utrip). Če si nevarno, stresno situacijo predstavljate kot razburljiv izziv, lahko psihološki vpliv stresa močno zmanjšate, ali pa ga celo izničite.
- Pred pogovorom o sodelovanju si predstavljajte, da sta s človekom, ki vodi pogovor, stara znanca. Tako se boste sprostiti in obnašali bolj naravno, vaš občutek lagodja in sproščenosti pa bo občutil tudi vaš sogovornik.
- Ko se skupina ljudi smeje, se posamezniki obrnejo proti tistemu, s katerim so si blizu, ali pa se z njim želijo zblížati.
- Ko se z nekom pogovarjate, bodite pozorni na njegova stopala. Če so obrnjena stran od vas, to pomeni, da želi vaš sogovornik pogovor čim prej končati.
- Na prvi zmenek svojo simpatijo odpeljite na nekaj posebnega in zabavnega. Na ta način bo ta občutek sreče tudi pozneje povezovala z vami.
- Jasno in glasno izražanje občutkov je eden izmed učinkovitejših načinov izzivanja teh občutkov. Če se denimo želite počutiti srečnejše, se poskusite smeјati.
- Ko morate delati nekaj, zaradi česar ste nervozni, žvečite. Z žvečenjem prevarate primitivni del možganov, saj mu sporočate, da je vse v redu, saj trenutno jeste. Človek namreč ne je, ko je v velikih težavah.
- Večina ljudi ne razlikuje briljantnosti od samozavesti. Če dajete občutek, da točno veste, kaj delate, se bodo ljudje zbrali okoli vas, kot da ste najboljši vodja.
- Ko spoznate novega človeka, si poskušajte zapomniti barvo njegovih ali njenih oči. Bolj verjetno je, da bo prvo mnenje o vas boljše zaradi daljšega očesnega stika.
- Če ste na sestanku, na katerem pričakujete, da vas bo nekdo poskušal močno provocirati ali kritizirati, poskušajte sedeti poleg njega. Na ta način boste zbili njegovo samozavest in krdelno mentaliteto, s katero bi ostale udeležence sestanka naščuval proti vam. V najslabšem primeru boste vsaj močno ublažili napad.
- Če se nekdo na vas močno jezi, ostanite mirni in ne reagirajte. Ta človek se bo verjetno še bolj razjezil, a se bo pozneje tudi sramoval svoje reakcije.
- Če nekoga najprej zaprosite za večjo uslugo, a jo ta zavrne, je večja možnost, da bo pristal na manjšo uslugo, ki jo pravzaprav želite.
- Če vam nekdo na vaše vprašanje samo delno odgovori, sogovornika glejte v oči in ostanite tiho. Menil bo, da prvi odgovor ni bil zadovoljiv, zato bo najverjetneje nadaljeval z govorjenjem, vi pa boste dobili zeleni odgovor.
- Če delate na delovnem mestu, kjer imate opravka z uporabniki, kot je denimo delo v recepciji, na informacijah in podobno, postavite za seboj ogledalo. Uporabniki se bodo do vas obnašali bolj prijazno in dostojno, saj si redko kdo želi gledati samega sebe, ko se obnaša nesramno in bahavo.

## KO PREBAVA STAVKA

Zveza društev civilnih invalidov vojn Slovenije je novembra izvedla še zadnje letošnje predavanje po društvih. Predavanje je bilo izvedeno za Društvo civilnih invalidov vojn Maribor z novo temo v sklopu predavanj z nazivom »*Ko prebava stavka*«.

Predavanje Sanje Lončar bi lahko imenovali zabavna 'vodena tura po prebavilih'. Kot pravijo tisti, ki so jo že poslušali – škoda, da takšne 'vodene ture' nismo imeli že v otroštvu. Veliko nepotrebnih zapletov bi nam bilo prihranjeno.

«*Verjeli ali ne, vse kar ste danes pojedli, je strup! Četudi jeste le domače, eko, z ljubeznijo pripravljeno hrano, bi bili mrtvi če bi si jo vbrizgali v kri*«, so stavki, s katerimi nas na začetku predavanja šokira predavateljica.

Da hranila postanejo del našega telesa, morajo skozi zelo zapleten proces predelave, sicer za nas niso uporabna. Zato je treba znani stari rek spremeniti.

Nismo to, kar jemo, temveč le to, kar iz tega, kar smo pojedli, predelamo. Predstavljajte si, da je prebavni sistem ena velika tovarna, v katero pripeljemo različne surovine, v želji, da iz njih predelamo uporabno hrano. Veste, kako dela ta tovarna? Kdo gara in kdo svoje naloge preлага na druge delavce?

Usta bi morala vse sesekljati in prepojiti s slino, ki razkraja škrob, pa pogosto to postajo kar preskočimo in hrano prehitro pogoltnemo. Želodec bi moral,

tako kot pralni stroj, obračati, namakati v kislini in iz koščkov na koncu zamesiti jogurtu podobno kremo. Pa tudi njemu pogosto ne znese, ker nam zmanjka energije za obračanje, zmanjka kisline za namakanje ali pa ga toliko preobremenimo, da se vsebina ne more premakniti. Težave se nadaljujejo tudi pri jetrih, slinavki in žolčniku, ki jih izčrpavamo, ker morajo 'podelati vse zaostanke', ki nastanejo na prejšnjih postajah. Ko se težave nakopičijo, pride do stavke, ali še hujše - do odpovedi kakšnega delavca.

Ko spoznamo, kaj bi se moralo dogajati na katerem 'delovnem mestu', bomo veliko lažje upravljali s svojo prebavo. Kar je še bolj pomembno, ne bomo več sami sabotirali njenega nemotenege dela. Dobro ste prebrali - za veliko zastojev v delu smo odgovorni sami, ker sabotiramo sistem in mu včasih nalagamo nemogoče naloge. Zato je dobro spoznati potrebe našega želodca, slinavke, jeter, črevesja ... In bo vse teklo bolj gladko.

Leto 2016 smo torej končali z omenjenim predavanjem v enem od društev, nadaljujemo pa spet zgodaj spomladi. Društva civilnih invalidov vojn vas bodo obvestila o temi, času in kraju predavanj za posamezno regijo. Vljudno vabljeni.

*Opomba: Predstavitev teme predavanja je povzeta po predlogi Sanje Lončar.*

**Andreja Rožič**

## BOLEZEN VEN – KAKO SI POMAGATI

Kronično bolezen ven prepoznamo po simptomih, kot so: boleče, težke, utrujene noge, pogost je srbež, nemirne noge, krči ...

Preventiva se vedno začne z zmanjševanjem dejavnikov, ki poslabšajo bolezen: zmanjšanje čezmerne telesne teže, opustitev kajenja, zdrava, uravnotežena prehrana. Nošenje pretesnih oblačil (preko trebuha ali nog) in visokih pet odsvetujemo, prav tako odsvetujemo dolgotrajno izpostavljenost virom toplote. Seveda na svojo starost, spol, genetiko, poklic, dolžino potovanja težko vplivamo. Lahko pa v svojo vsakdanjo

rutino vključimo redno telesno dejavnost: hojo najmanj 40 minut na dan, kolesarjenje, plavanje, ples. Nekaj praktičnih nasvetov za zaščito nog:

1. Izberite si primeren šport: Ob vsakem koraku gibanje podplata požene kri iz pete v meča, krčenje mišic nog pa naprej proti srcu. Zelo primerni so hoja, tek, tek na smučeh, golf, ples, kolesarjenje, plavanje. Za vaše noge niso primerni košarka, tenis, nogomet, rokomet, tek na trdih površinah.
2. Ob vsaki priložnosti gibajte z nogami: Izogibajte se dolgotrajnemu sedenju ali stanju. Kadarkoli je



mogoče, krožite s stopali oz. si privoščite kratko hojo. Na dolgem potovanju na vsake pol ure.

3. Nosite primerna oblačila in čevlje: Pretesna oblačila lahko stiskajo vene in zavirajo pretok krvi. Ne nosite preozkih hlač in nogavic s tesno elastiko. Patent na nogavicah je pogosto pretesen, zato še poslabša pretok krvi. Peta na čevlju naj bo visoka od 3 do 4 centimetre in ne več.
4. Izogibajte se virom toplote, pretirani vročini in izpostavljanju soncu. Vroče kopeli, savna, solarij, grelne blazine niso primerne. Takrat se težave kot so težke, utrujene noge še povečajo.
5. Nogam omogočite hlad. Vene se skrčijo, ko so na hladnem. Tuširanje nog s hladno vodo izboljša delovanje ven, zmanjša občutek utrujenosti in bolečino. Tuširanje s hladno vodo začnite pri gležnju in nato približno minuto do dve postopno tuširajte proti stegnom. Hoja po vodi pa je višek dobrega za vaše noge, saj združuje gibanje in hlad.
6. Zmanjšajte čezmerno telesno težo. Uživate hrano polno vlaknin, pijte vodo. Izogibajte se kavi, prave-mu čaju, alkoholu in tobaku.
7. Pogosto masirajte noge. Masaža nog v smeri proti stegnom, s katero sledite smeri venskega pretoka, poveča hitrost kroženja krvi proti srcu.
8. Počitek čez dan. Med počitkom noge dvignite oz. jih podložite s pručko. To še posebej svetujemo starejšim ljudem, ki težje hodijo.
9. Nočni počitek. Nog ne pokrivajte preveč, da se izognete nepotrebnemu pregrevanju. Pred spa-

njem pa vadite tako, kot bi vozili kolo.

Vaje, ki jih izvajate v stoječem položaju:

- Stojte na prstih.
- Hodite po petah.
- Zibajte se na nogah od prstov do pet.
- Gibajte stopala skupaj in narazen.

Vaje, ki jih izvajate v ležečem položaju (zjutraj in zvečer):

- Hitro krožite z nogami kot bi vozili kolo (15-20 ponovitev).
- Z malo dvignjenimi nogami migajte s prsti na nogah (20 ponovitev).
- Križajte noge s škarjastimi gibi (10-15 ponovitev).
- Krožite z vsako nogo v gležnju v majhnem krogu (10 ponovitev).

Preventivo z zmanjševanjem dejavnikov tveganja nadgradimo tako, da venam nudimo dodatno zunanjo podporo. Ta podpora so lahko preventivne kompresijske nogavice ali povoji. Oba načina podpore venam imata prednosti in slabosti, zato se je o uporabi le teh izredno pomembno posvetovati z zdravnikom ali s farmacevtom. V lekarni vam lahko svetujejo tudi o uporabi primernih zdravil, prehranskih dopolnil in kozmetičnih sredstvih, ki lahko olajšajo težave pri bolečih, utrujenih nogah.

Ker je vprašanj o venski bolezni nog mnogo, vas vabim, da pridete v lekarno na posvet.

**Nina Šterbenc**

### ***Spoštovani člani in članice društev vojnih invalidov Slovenije in civilnih invalidov vojn Slovenije.***

Prejšnji številki Naših vezi smo priložili vprašalnik. Zvezi sta vprašalnik pripravili z namenom, da bi bilo izvajanje posebnih socialnih programov kar najbolj kakovostno in kot pripomoček pri dodeljevanju osebne pomoči posameznemu vojaškemu/civilnemu invalidu.

Če vprašalnika še niste izpolnili, vas zato prosimo, da to storite zdaj. Vprašalnik najdete v prejšnji številki Naših vezi, izpolnjenega pa pošljite na svojo zvezo ali oddajte na svojem matičnem društvu.

Hvala za sodelovanje.

**Zveza društev vojnih invalidov Slovenije  
Zveza društev civilnih invalidov vojn Slovenije**

## ŠPORTNA TEKMOVANJA VOJNIH INVALIDOV

### Tekmovanje v streljanju z zračno puško

DVI za Koroško je novembra že četrtrič zapored izvedel tekmovanje v streljanju z zračno puško v spomin na prihod XIV. divizije na Koroško. Na tekmovanje vsako leto povabimo tekmovalce iz vseh društev vojnih invalidov in veteranskih organizacij na Koroškem. Letos se je tekmovanja udeležilo 46 tekmovalcev iz 11 društev. Najboljši posamezniki so prejeli medalje, najboljše ekipe pa pokale, vsak udeleženec pa še spominek.

#### REZULTATI

Ekipno:

DVI za Koroško

DVI Celje

DVI Severne Primorske

POSAMEZNO:

Darko Šajhar - DVI za Koroško

Milan Goubar - DVI Celje

Oton Pok - DVI za Koroško

**Bojan Černjak**

### Prvenstvo ZDVIS v balinanju

Na balinišču v Lescah je 24. septembra potekalo prvenstvo zveze društev vojnih invalidov v balinanju, ki ga je izvedlo Društvo vojnih invalidov Gorenjske Kranj.

Udeležba je bila izjemna tako po številu vojnih invalidov kot po številu udeleženihih ekip iz kar devetih



društev vojnih invalidov. Precizno metanje krogel je šlo najboljše od rok Mariborčanom, saj sta **1. in 2. mesto** zasedli ekipi iz **Društva vojnih invalidov Maribor**, odličja za **3. mesto** pa je prejela ekipa iz **Društva vojnih invalidov Dolenjske, Posavja in Bele krajine**. Vsem udeležencem čestitamo!

### Prvenstvo ZDVIS v pikadu

Letošnje prvenstvo Zveze društev vojnih invalidov Slovenije v pikadu je izvedlo Društvo vojnih invalidov Zasavje, 22. oktobra 2016, v prostorih AMD na Kipah v Trbovljah.

Na tekmovanju sta imela dva igralca vojna invalida enak rezultat, zato sta metala še dodatni krog za prvo mesto.

**Najboljši so bili:**

1. mesto Ken Tavčar, DVI Sežana,
2. mesto Bogdan Razboršek, DVI Maribor,
3. mesto Živorad Bičanin, DVI Ljubljana.

**Andreja Markovič**

### *Popravek rezultatov prvenstva v ribolovu ZDVIS za vojne invalide*

1. Marjan Mauko, DVI Maribor
2. Stanislav Korbar, DVI Zasavje
3. Andrej Klančnik, DVI Maribor

*Za napako se opravičujemo.*

**Uredništvo Naših vezi**

## UTRINKI IZ 15. ŠPORTNIH IGER VOJNIH INVALIDOV SLOVENIJE



# NAGRADNA KRIŽANKA

AVTOR: MATJAŽ HLADNIK	KOVINSKI OBROČ ZA OPORO NOG PRI JAHANJU	NASILEN VOJAŠKI PRIHOD NA OZEMLJE	PODALJ- ŠANJE ROKA, ODLOŽI- TEV	ŠPANSKI PISATELJ BAROJA	ANNIE LENNOX	DENAR ALI DRUGO PREMOŽENJE, KI GA PRINESE ŽENA V ZAKON	GESLO		VELIK ODPOR, SOVRAŠ- TVO	MADRIDSKI NOGOMET- NI KLUB	NINA RICCI	JAPONSKI CVETLIČNI ARANŽMA	ŽIVALSKO TRUPLO
DVOBOJ							HRVAŠKI IGRALEC (BORIS, NAŠE MALO MISTO)						
SREDSTVO ZA TRDENJE, STRJE- VANJE							GRAFIČNA VELIKOST, OKTAV MODRO BRAVILO						
ROLETA, REBRAČA					REKA V RIMU MALO- VREDNI LJUDJE						EDGAR DEGAS IZDELO- VALEC OPEKE		
BOSANSKI RAPER MAAJKA				FILMSKI SLOG					ZLONA- MERNOST, ZLOBNOST STENSKA POLICA				
NEKDANJI INDIJSKI VRHOVNI VLADAR						GL.MESTO BANGLA- DEŠA KRMNA RASTLINA					PTICA S KOŠATIM REPOM ZADETEK Z ŽOGO		
EDVARD RUSJAN			SREDSTVO ZA POGON STROJEV LITERARNA OBLIKA							AMERIŠKI FILMSKI IGRALEC HACKMAN			
POMOČ: ANORTIT KONZOLA PALAU ŽLOT	SREDSTVO ZA JEDKANJE	DOLGIN RUDNINA KALCIJEV GLINENEC								METULJ Z OČESCI NA KRILIH RUSJANO- VO LETALO			
AMERIŠKA DOLŽINSKA MERA, PŘIBLIŽNO 91,4 CM					KRAJ PRI ŽALCU PŘIPRAVA ZA ČIŠČENJE							PREDMET ZA OTROŠKO IGRO	KDOR SE SANKA
ENICA, ENKA						SIVO ČRNA NEKOVINA (J) ŠPORTNIČA MAJDIČ					DIVJA MAČKA ŠIROK IZLIV REKE V MORJE		
PŘIPRAVA ZA DOZI- RANJE					DRŽAVA V MIKRO- NEZIJI VRANJI SAMEC						GIORGIO ARMANI TROPŠKO DREVO, TIK		
GLAS VRANE				ČENČA, PRAZNA MARNJA IGRALKA BASINGER						TEK ČEZ DRN IN ...			
ALAN TURING			MAPA, ZEMLJEVID							ZREZEK IZ STEGNA			
PES, IZUČEN ZA LOV NA LISICE			SINEAD O'CONNOR							PEDRO OPEKA			
BLAZINJAK BREZ NAS- LONJALA								ŽIVILO ZA PITJE					
								TOASTER					

Rešitev križanke pošljite na: **ZDVIS, Uredništvo Naših Vezi, Hacquetova 4, 1000 Ljubljana.**

Med prispelimi pravilnimi rešitvami bomo izžrebali tri nagrajence.

Nagrajenci iz prejšnje številke:

1. **Milena ZIDAR**, Trbovlje
2. **Srečka VOVK**, Nova Gorica
3. **Žiga LESKOVŠEK**, Lucija