



RIKOSS

Poljudnoznanstvena revija s področja ljudi z okvaro vida

številka 3 / 2014

KOLOFON

RIKOSS

Poljudnoznanstvena revija s področja ljudi z okvaro vida
letnik 13, številka 3 / 2014
ISSN 1854-4096

Izhaja 4-krat letno v elektronski in zvočni obliki in je brezplačna.
Spletna stran: <http://www.zveza-slepih.si/rikoss/>
Izdaja: [Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije](#)

Odgovorni in tehnični urednik: [Marino Kačič](#)
Uredniški odbor / sodelavci: Brane But, Jože Gregorc, Metka Pavšič, Jure Srebrovič,
Slavica Bukovec Zupanič

V reviji se objavlja priporočila in izsledke testiranj nove specialne IKT opreme, strokovne članke o spoznanjih z relevantnih področij, možnostih za izobraževanje, delo, prosti čas, o izkušnjah v povezanosti/vključenosti, o osebnih življenjskih in delovnih izkušnjah ljudi z okvaro vida, njihovih svojcev, strokovnjakov vseh podpornih služb in drugo. Vsi prispevki so avtorizirani, avtentični in se nanašajo na področje "ljudje z okvaro vida".

=====
Avtorske pravice za prispevke, sprejete v objavo, pripadajo reviji Rikoss. Uredništvo si pridržuje pravico preurediti ali spremeniti dele besedila, če tako zahteva jasnost in razumljivost, ne da bi o tem prej obvestili avtorja. Avtorji prispevkov so odgovorni za avtentičnost besedila in svoja stališča.

© Revija Rikoss (ime, oblika in vsebina) je zaščiten z zakonom o avtorskih pravicah. Revija ali katerikoli njen del ne smeta biti razmnožena ali spremenjena v kakršni koli obliki (elektronski, zvočni, tiskani ali drugi obliki) brez predhodnega pisnega dovoljenja lastnikov avtorskih pravic: © Revija RIKOSS in Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije.

[Domov](#) [Uredništvo](#) [Naročite brezplačen Rikoss](#)

=====

KAZALO

UVODNIK: Nova knjižnica slepih in slabovidnih
Marino Kačič

AVTOPORTRET: Zlatko Cigič
Dela z računalnikom sem poučeval tudi gluhoslepo osebo

POPOTNIŠKI UTRINKI: Malezija, dežela tisočerih lepot (1. del)
Marinka Jerič

INTEGRACIJA: Taktilni talni vodilni sistem omogoča slepim in slabovidnim varno pot po urbanem okolju
Slavica Bukovec Zupanič

NOVOSTI IZ INVALIDSKEGA VARSTVA: Novosti socialne zakonodaje s 1. septembrom 2014
Brane But

DOBRO JE VEDETI: Projekti, ki vzpodbujajo odpravo komunikacijskih in arhitekturnih ovir (2. del)
Slavica Bukovec Zupanič

PAMETNI TELEFONI: Windows Phone 8.1 na testu
Jožef Gregorc

NAMIGI IN NASVETI: Odstranitev odvečnih privzetih programov WIN 8, Microsoft Office na voljo za iPad
Brane But

OGLASNA DESKA: Tek, sprostitev in izziv
Sabina Dermota

NOVIČKE: Diktafon Olympus DM 7 ne bo na voljo v Sloveniji, Nov bankovec za 10 evrov, Pametni čevlji za slepe, Po novem možno tiskanje brez kartuš, Skype dokončno ukinil uporabo starejših različic programa
Jure Srebrovič

UVODNIK: Nova knjižnica slepih in slabovidnih

Avtor: *Marino Kačič*

Lektoriranje: *Albert Kolar*

[Pošljij komentar](#)

Letošnje poletje sem dobil obvestilo, da se je knjižnica slepih in slabovidnih Minke Skaberne preselila na novo lokacijo na Kotnikovi ulici v Ljubljani. Prve misli, ki so se mi ob tem pojavile, so bile: ajajaj, kje za vraga pa je to? A sedaj bom pa šel ene obveznosti urejat na Groharjevo, potem pa šel še na Kotnikovo v knjižnico? Saj niti poti do nove lokacije ne obvladam. Čez čas se je pojavila tolažilna misel, še dobro, da lahko snamem knjige preko spleta in mi pravzaprav ni treba na Kotnikovo. Počasi pa je le začel delati tudi zdravi razum. Res je, da bo na začetku težje, tako pač kot pri vseh novih stvareh. Prostori, v katerih je delovala knjižnica do sedaj, so res že zdavnaj neustrezni. V predstavo mi je prišla stara knjižnica, prostorčki, napolnjeni od vrha do tal s knjigami, vmes pa zelo ozek prehod. Tako ozek, da če sem glavo obrnil, ko sem hodil med policami, sem z nahrbtnikom zadel v sosednjo polico. Zato sem hodil naravnost in pokončno kot na promenadi. Da bi razčistil dvome in govorice, ki so prihajale z različnih strani, sem šel na ogled novih prostorov knjižnice slepih in slabovidnih. Vodstvo ZDSSS in knjižnice si je vzelo čas, da mi je knjižnico razkazalo in odgovarjalo na moja vprašanja in pomisleke. Spoznal sem, da to niso le novi prostori, temveč čisto zares nova knjižnica za slepe in slabovidne.

Dosedanje razmere stare knjižnice so bile resnično nevzdržne

Sodelavci v knjižnici so imeli svoje delovne prostore urejene med policami s knjigami. Pomemben del gradiva je bil shranjen v škatlah. Že pred leti so nehali tiskati brajeve knjige, saj zanje enostavno ni bilo več prostora. Gradiva v brajici so se zato tiskala zgolj, ko je bila za določen naslov izražena izrecna potreba. Po pripovedovanjih je knjižnica uspešno funkcionirala predvsem po zaslugi njenih članov, izvrstnih bralcev, saj je skoraj petina vseh gradiv ves čas na poti, v nasprotnem primeru bi prostor počil po šivih. Potreba po novih, večjih prostorih, ki bi po eni strani omogočali nemoteno izvajanje knjižnične dejavnosti, po drugi strani pa predvsem v programskem smislu presegli obstoječe stanje, je visela v zraku že nekaj let. Knjižnica slepih in slabovidnih Minke Skaberne je na Groharjevi delovala izključno kot servis za izposojanje knjig. Vse ostale kulturne in izobraževalne vsebine, ki sicer danes spremljajo knjižnično dejavnost v vseh primerljivih ustanovah po svetu, pa so bile onemogočene zaradi neustreznih prostorskih razmer. Da bi se lahko razvijale te druge vsebine, je bila selitev v večje prostore nujna.

Novi prostori knjižnice za slepe in slabovidne

Lokacija na Kotnikovi 32, kamor se je preselila knjižnica, je ob prvem obisku morda nekoliko skrita, saj stavba ne stoji neposredno ob Kotnikovi ulici, temveč je rahlo pomaknjena v notranjost, zato vsem obiskovalcem priporočam, da si pot do knjižnice pred prvim obiskom ogledajo na zemljevidu, ki je na povezavi

<https://maps.google.com/maps/ms?ie=UTF&msa=0&msid=210007095462270556949.00050184917fc0fa73fe7&dg=feature>

Za lažjo orientacijo naj povem, da se stavba nahaja za Zdravstvenim domom Metelkova, v diagonali nasproti Lekarne Ljubljana, od najbližje postaje LPP (Friškovec) pa je oddaljena približno 200 metrov. Da ste v neposredni bližini, boste vedeli, ker vas bo na to opozoril znan zvočni signal na vhodu v knjižnico. Vodstvo je povedalo, da z Mestno občino Ljubljana potekajo dogovori glede namestitve talnega taktilnega vodilnega sistema (TTVS) v okolici knjižnice, ki naj bi bil narejen v začetku prihodnjega leta. Kmalu bo izdelana tudi taktilna karta okolice, za članstvo ZDSSS pa naj bi organizirali vodenje oziroma spoznavanje poti do knjižnice iz različnih orientacijskih točk (postaja LPP, glavna avtobusna postaja ipd.).



Foto Branko Čeak: pogled na knjižnico ob vstopu

Prostori so svetli, zračni, za enkrat še dišijo po novem. Ko vstopite, se že takoj nahajate v osrednjem knjižničnem prostoru, pot do izposojevalnega pulta je orientacijsko preprosta, saj se nahaja naravnost pred nami, približno 5 metrov od vhoda. Za izposojevalnim pultom so razporejene knjižne police. Desno od osrednjega knjižničnega prostora je hodnik, ki vodi do nekaj pisarn, čitalnice in prireditvenega prostora. Levo pa se nahajajo zvočni studii in tudi manjši galerijski prostor, kjer bodo prirejali različne fotografske in slikarske razstave. V spodnjem nadstropju je še produkcijska soba z vso opremo za izdelavo zvočnih knjig ter prostor, namenjen skladiščenju. V zgornje nadstropje, kjer so urejene pisarne za zaposlene na projektu, vodi ogromno stopnišče.

Na ZDSSS odkrito priznavajo, da prostor še ni dokončno urejen. Trenutno se ukvarjajo z zunanjim označevanjem, izdelava zvočnih studiev se počasi zaključuje, v knjižnici še ni nameščen TTVS, ki bi omogočal lažjo orientacijo po prostoru. Kljub površini 700 kvadratnih metrov je brajeva tiskarna morala ostati v starih prostorih na Groharjevi ulici. Prostori vseeno niso dovolj veliki za izvajanje tiskarske dejavnosti, kar je ena od pomanjkljivosti z vidika organizacije dela in izvajanja storitev. Vendar pa je bilo potrebno pri izbiri sprejeti nekaj kompromisov. Predsednik ZDSSS, Tomaž Wraber, pojasni, da so si v procesu iskanja najustreznejših prostorov ogledali več kot 30 različnih lokacij, od katerih so bile nekatere zelo slabo dostopne, druge v takšnem stanju, da bi bil strošek obnove izrazito previsok, tretje premajhne. V idealnih razmerah bi izbrali prostor v neposredni bližini ZDSSS, a to ni bilo mogoče, prostor na Kotnikovi pa je ustrezal največjemu številu kriterijev.

Projekt nove knjižnice za slepe in slabovidne

Evropska sredstva za projekt »Vzpostavitev infrastrukture za zagotavljanje enakih možnosti dostopa do publikacij slepim in slabovidnim ter osebam z motnjami branja«, ki so ga na ZDSSS skrajšano poimenovali Knjižnica slepih in slabovidnih (KSS), omogočajo poleg večjih prostorov knjižnice tudi prenovitev in razširitev dejavnosti knjižnice. Na omenjenem projektu je zaposlenih 18 ljudi, od tega 9 slepih ali slabovidnih. Osrednjo aktivnost projekta predstavlja vzpostavitev novih prostorov za delovanje knjižnice. K temu bi lahko dodali še pet ključnih področij:

Prvi sklop je strokovni. V tem okviru Narodna in univerzitetna knjižnica (NUK) za Knjižnico slepih in slabovidnih Minke Skaberne razvija model delovanja in izvajanja knjižničnih storitev v sistemu javnih knjižnic. Fakulteta za socialno delo Univerze v Ljubljani je izdelala poglobljeno študijo uporabnikov knjižnice, razčlenila njihove potrebe, opredelila želje in pričakovanja ter na tej osnovi izpostavila predloge za izboljšanje. Inštitut za intelektualno lastnino pa je pripravil obsežno avtorsko-pravno študijo, ki obravnava pravne vidike prilagajanja tiskanih del v oblike, ki so slepim in slabovidnim dostopne, kar bo formalno omogočila Marakeška pogodba. Lahko bi dejali, da se s tem sklopom postavljajo strokovni temelji za delovanje knjižnice za bodočnost.

Drugi sklop predstavlja pospešena izdelava knjižničnih gradiv v brajici in zvočnem zapisu. Na tem področju se uvaja nov format zapisa zvočnih knjig, format DAISY, ki bo za razliko od obstoječega formata mp3 omogočal strukturirano branje, torej prehajanje med stranmi in poglavji v knjigi, na ZDSSS pa razmišljajo tudi o nadaljnjem razvoju in prehodu na format EPUB. V okviru projekta izhajajo tudi trije časopisi – v brajici, povečanem tisku in zvoku.

Tretji sklop zajema izobraževalne vsebine, namenjene tako slepim in slabovidnim kot strokovni in splošni javnosti. V okviru projekta KSS je bilo razvitih pet izobraževalnih modulov, ki so se izvajali po MDSS, v tem času pa se predstavniki projekta z MDSS dogovarjajo o celovitem prenosu izobraževalnih vsebin na lokalno raven. Poleg tega NUK že skoraj leto dni izvaja delavnice na temo branja in uporabe spleta pri slepih in slabovidnih za knjižničarje, strokovne in pedagoške delavce ter druge ustrezne strokovnjake. Geodetski inštitut Slovenije pa je pripravil niz delavnic na temo možnosti zaposlovanja slepih in slabovidnih.

V okviru četrtega sklopa bo prenovljen informacijski sistem (EIS) in spletna stran nasploh.

Peti sklop projekta pa bo morda najbolj viden navzven, saj kot podporni element obsega različne promocijske in kulturne dejavnosti, od literarno-pogovornih večerov - Znani Slovenci berejo slepim in slabovidnim, do natečaja za najboljšo kratko zgodbo med učenci osnovnih šol, strokovnih konferenc in ostalih kulturno-izobraževalnih dogodkov.

Za konec še moji vtisi: potem, ko sem premagal prve odpore do nove lokacije in novih prostorov ter spoznal, kaj taki prostori omogočajo, sem postajal bolj optimističen. Ko so mi odgovarjali na vprašanja o prihodnosti glede tehnološke povezanosti z drugimi običajnimi knjižnicami in izvem, da je to dolgoročen cilj, sem

zadovoljen. Upamo lahko, da bodo vse pomanjkljivosti odpravili in udejanjili cilje, ki so si jih postavili. Knjižnica pa že sedaj omogoča veliko več kot bi lahko stara kadarkoli. Upam, da jo bodo člani ZDSSS čimprej sprejeli za svojo in videli v njej prednosti ter jih koristili v čim večjem obsegu.

[Na vrh](#)

AVTOPORTRET: Zlatko Cigič

Dela z računalnikom sem poučeval tudi gluhoslepo osebo

Lektoriranje: *Mojca Križnik*

[Pošljij komentar](#)



»Kje je moj avto?! Kdo mi je vzel avto?!« sem jokaje vpil, ker nisem našel avta, ki sem ga odložil, da sem lahko v pesku z lopatko naredil cesto. »Tam pri tvoji nogici je avto,« mi je dejal oče, ki me je z balkona opazoval. No, tako se je vse začelo. Očetu se je zdelo čudno, da nisem videl igrače, ki je bila blizu mene, če pa sem opazoval kakšen oddaljen predmet, sem glavo nagibal na stran. V novomeški bolnišnici so očetove sume potrdili in ga potolažili, da se bo slab vid v enem letu s pomočjo očal popravil. A ob letu osorej se vid ni nič izboljšal. Z veliko napora so starši dosegli, da so v Novem mestu dovolili, da povprašajo za mnenje še druge očne zdravnike.

S pomočjo sorodnikov sem tako odšel v Zagreb. Tam sem ležal v treh bolnišnicah. Po prvem zdravljenju v bolnišnici sem šel na neko preiskavo, s pomočjo katere so odkrili, da imam zelo slabe očne živce. Zdravniki so se odločili za vitaminsko terapijo s pomočjo injekcij. Prvo vitaminsko kuro (ki je trajala približno 3 mesece) sem dobival v vojaški bolnišnici Zagreb. Drugo, ki je trajala tudi 3 mesece, pa v bolnišnici Rebro (vsak drugi dan sem v obe očesi dobil injekcijo). Spominjam se, da ko so mi v bolnišnici Rebro injekcijo dajali prvič, so na meni ležale vse oddelčne sestre. Jaz sem se počutil zelo pomembnega, saj sem si domišljjal, da jih zanima, kako se dajejo injekcije v oči. Nekaj let pozneje pa sem odkril razlog tega početja – na oddelku so pač pričakovali, da se bom injekciji upiral na vse kriplje; jaz pa nič. V spominu so mi ostali še oddelčni sterilizatorji in steklene brizge.

Prve 3 razrede osnovne šole sem končal v metliški osnovni šoli. Druga vitaminska terapija se je odvijala v času, ko sem hodil v 1. razred. Še preden smo spoznali celotno abecedo, sem moral za 3 mesece v bolnišnico. A se je učiteljica potrudila in liste narezala na trakove, jih med seboj zlepila in zložila. Na ta dolgi trak je s flomastrom napisala celotno abecedo (v 1. vrsti najprej veliki tiskani a, nato mali tiskani a, sledila sta še velika in mala pisana a-ja). V drugem razredu pa me je začela obiskovati tiflomobilna služba. Po nasvetih tiflomobilne službe mi je učiteljica s svinčnikom odebelila vrste v zvezku in mizo premaknila bližje k tabli. Tiflomobilna služba pa mi je dobavila učbenike v povečanem tisku. V 3. razredu je razredničarka odšla na ogled Zavoda za slepo in slabovidno mladino; začela so se dogovarjanja o mojem odhodu v zavod. V vseh treh razredih, ki sem jih opravil v Metliki, mi je zvesto stala ob strani zlata sošolka Mojca. Kadar smo kaj prepisovali s table, je Mojca, ko je vse prepisala, preprosto vzela moj zvezek in mi besedilo prepisala do konca.

Zavod! Kakšna sprememba! V Metliki nas je bilo v razredu 30 oz. 31, v zavodu pa samo 11. V Metliki sem se doma v miru in tišini učil in naredil vse domače naloge, v zavodu pa so bile ure učenja kar v razredu z vsemi sošolci hkrati. Glede na skromen vid (2,8 odstotka) sem se v zavodu takoj začel opismenjevat v Braillovi pisavi. Hkrati

sem začel hoditi na preglede v Pediatrično kliniko Ljubljana. Ugotovili so, da je vzrok mojih težav z vidom tumor. V času poletnih počitnic med 4. in 5. razredom so me žal neuspešno operirali, ravno tako je bila neuspešna 2. operacija leto in pol pozneje. Tumorjev niso mogli odstraniti, a se je vid kljub temu izboljšal na 5,5 odstotkov.

Ker sem na lastni koži izkusil, kako lahko prijazna beseda medicinske sestre polepša bivanje v bolnišnici in prenašanje vseh bolnišničnih tegob, sem se po končani osnovni šoli odločil, da grem na srednjo zdravstveno šolo. Kljub težavam sem končal šolo za bolničarja, potem pa še tečaj za maserja. Po opravljenem pripravništvu na oddelku za fizioterapijo v UKC Ljubljana nisem več dobil prave zaposlitve. Pri iskanju zaposlitve sem med drugim naletel tudi na nesramne odgovore, npr. »Mi potrebujemo zdravega človeka, ne pa bolnega, kot ste vi.«

Leta 1991 mi je tumor, ki je ostal po 2. operaciji, uničil še preostali vid. Nevrokirurg se je po dogovoru z radioterapevti odločil za obsevanje. Po obsevanju pa so se začele težave s sluhom in ščitnico. Leta 1997 me je pod svoje okrilje povabila fundacija Mali vitez, fundacija za pomoč mladim, ozdravljenim od raka. Tu sem spoznal veliko prijateljev, ki so v otroštvu preboleli levkemijo, Hodgkinovo bolezen, bili operirani zaradi tumorjev ... Z omenjeno fundacijo sem začel hoditi na rehabilitacije v toplice in na morje. Ob vsakem druženju sem prijateljem moral pokazati Braillovo abecedo in pripomočke za slepe. Tako sem na morju začel na Braillovo tablico risati ladjice; hkrati se je porodilo kar nekaj hudomušnih iskric na račun slepote: dekletu sem priporočal, naj vzame mene za fanta, ker ne bom gledal za nobeno drugo punco, nočno kopanje je za mene čisto brez veze, ker ga imam vsak dan ...

Februarja 1998 mi je Lions klub Novo mesto podaril računalniško opremo za slepe. Septembra istega leta pa sem šel v CSS Škofja Loka na tečaj računalništva, kjer sem spoznal Windowse. Na začetku se mi še sanjalo ni, kaj vse računalnik omogoča uporabniku. Ker pa je znanje potrebno vedno izpopolnjevati, sem si tudi v Metliki našel odličnega računalničarja, ki je bil vedno pripravljen priti k meni in me poučiti o stvari, ki me je zanimala. Novembra 2009 sem kot prvi v Sloveniji začel poučevati računalništvo gluho-slepo osebo. Pri poučevanju je pomagala tudi tolmačka slovenskega znakovnega jezika za gluhe Jožica Kupljenik. Najprej sem moral napisati navodilo za določeno operacijo v preprostem slogu, da je bil razumljiv gluhi osebi, ki ne pozna ne sklonov, ne dvojine in množine. Pri imenu mapa sem uporabil tudi tuje ime (folder, direktorij). Enako je veljalo za imena datotek in bližnjične tipke. Najprej se je želela naučiti uporabljati Outlook Express, da bi si lahko dopisovala s svojimi prijatelji. Potem sva osvojila še Word, raziskovalca in Internet Explorer. Ko je že obvladala e-pošto, mi je poslala e-sporočilo, v katerem me je hvalila; jaz pa sem ji odgovoril: »Nikar me ne hvali preveč, ker se bom pokvaril ...« Joj, kakšno skrb sem ji povzročil s tem odgovorom. Hodila je po hiši in vsa zaskrbljena razmišljala: »Kaj jaz naredila narobe, da Zlatko pokvaril?« Potrebno je bilo posredovanje bližnjih, ki so me poklicali in zaprosili, naj ji pošljem še eno e-sporočilo in ji razložim, za kaj gre. Računalništvo sem poučeval tudi nekaj članov našega društva slepih. Še vedno z veseljem pomagam prijateljem, ki naletijo na težave pri delu z računalnikom.

Za konec pa še DVOJNA smetana: V veselje, užitek in razvedrilo mi je bilo nastopati v drami MAURICA MAETERLINCKA SLEPCI gledališča slepih in slabovidnih Nasmeh.

Leta 2002 mi je začel dneve krajšati nečak, dve leti pozneje pa mu je na pomoč priskočila še sestra. Danes sta oba moja ambasadorja oz. ambasadorja slepote. V šoli vrstnikom rada pokažeta, kakšne časopise bere njun stric, kakšne pripomočke uporablja in kako hodi z belo palico. Nečak je v šolo odnesel celo Braillov pisalni stroj, tako da so sošolci lahko pisali nanj.

[Na vrh](#)

POPOTNIŠKI UTRINKI: Malezija, dežela tisočerih lepot (1. del)

Avtorica: *Marinka Jerič*

Urejanje rubrike in lektoriranje: *Metka Pavšič*

[Pošljij komentar](#)

Malezija je zelo oddaljena dežela, sredi čudovite neokrnjene narave in je bivša britanska kolonija. To je dom muslimanov, pripadnikov kitajskih verovanj in indijskih hindujcev. Na dolgi poti proti Avstraliji in Novi Zelandiji, se nas je skupina popotnikov ustavila tudi tu, da поблиžje spoznamo to zanimivo deželo. Zadnje čase veliko slišimo o njej, o letalskih nesrečah in me je to spodbudilo, da spregovorim o Maleziji, čeprav sem tukaj bila samo dva dneva.

Malezija je polotoška dežela z raznoliko mešanico prebivalcev. Obiskali smo celinski ali zahodni del države, ki je trgovsko, ekonomsko, finančno in politično močno razvita in sodobna. Ta del Malezije je tudi gosteje naseljen, kar je posledica evropskih kolonij.

Malezija premore neverjetne naravne lepote, čudovito arhitekturo in raznoliko mešanico prebivalcev. Od leta 1963 je ustavna monarhija in je v britanski skupnosti narodov. Ima 13 zveznih držav – dve na otoku Borneu, Sarawak na severozahodu in Sabah na severovzhodu. V Maleziji se islamska arhitektura srečuje z ostanki portugalske, holandske in britanske, ki je prevladovala v prejšnjih stoletjih. Prav tako kot je pisana arhitektura, je pisano tudi prebivalstvo: Malajci, Kitajci, Indijci, Arabci, Evropejci,... Največja narodnostna skupina pa so Malajci, ki so v 15. stoletju prevzeli Islam in govorijo malajski jezik. Enako bogata je lepa narava, ki jo sestavljajo otoki, korale, džungla, veliko vodovja in podzemne jame. Upravičeno Maleziji pravijo dežela tisočerih lepot in bogatega živalskega in rastlinskega sveta, zato vsako leto privablja vedno več popotnikov, željnih tovrstnih naravnih lepot.

Malezija je sorazmerno mlada država, ki je bila ustanovljena 16. Septembra, leta 1963. Takrat se je 11 držav Malajskega polotoka, združilo z britanskima kolonijama Saravah in Sabah na severu otoka Borneo. Prej pa so si vladavine podajali od sumatskega princa, do kitajskega cesarja, leta 1511 jo zavzamejo Portugalci, potem jih leta 1641 premagajo Nizozemci in jo leta 1824 izročijo Angležem, v zameno za Bencoleen na drugi strani malajskega preлива. Od leta 1980 dalje, so se množično priseljevali sem Kitajci, kot spretni trgovci in delavci v rudnikih ter Indijci, kot delavci na plantažah kavčukovca in čaja.

Kljub naravnim bogastvom se Zvezna država Malezija sooča s težavami dežele v razvoju, ki so posledica razlik v gospodarskem razvoju posameznega območja in etničnih verskih razlik. Odnosi med vzhodom, s katoliškimi in zahodom, kjer so pretežno islamski Malezijci, so zelo napeti. Še vedno so Kitajci zelo marljivi, so vodilni v gospodarstvu, vendar imajo po tradiciji vodilno vlogo v politiki Malajci. Ta globoka nasprotja izvirajo še iz kolonialnih časov, kar je leta 1969 privedlo do krvavih spopadov. Najvišji poglavar države je kralj, Malezija je ustavna monarhija. Kralj je poglavar oboroženih sil in predsednik parlamenta. Glavni problem države je neenakomerna razporeditev kapitala in dohodka. Zato se na vsakem koraku čutijo razlike in podtalno vrenje, tako da človek dobi kar slab občutek.

Malezija je tropska dežela, ki je razdeljena na dva dela in jo ločuje Južno kitajsko morje. Polotoška Malezija zavzema južni del polotoka. Na severu meji na Tajsko, na zahodu na Malaško ožino, na jugu pa na republiko Singapur, s katero jo povezuje nasip čez johorsko ožino. Južno kitajsko morje obliva vzhodno obalo, onstran katerega sta Sravak in Sabah. K Maleziji spada tudi veliko otokov.

Polotoška Malezija se razprostira 800 kilometrov od severa proti jugu, v širino pa največ 322 kilometrov. V osrednjem predelu so gorske verige, glavno gorovje se dvigne do 2190 metrov visoko, z goro Tahan. To gorato področje pokrivajo gosti tropski gozdovi, z enkratnim živalskim in rastlinskim svetom. Gorato področje prehaja v močvirnato obrežno ravnino na vzhodu in zahodu polotoka.

Obiskali smo samo polotoško Malezijo. Letalo je pristalo v prestolnici Kuala Lumpur, ali KL, kot ji običajno pravijo domačini. Na letališču nas je pričakal vodič, Indijec, Sik, z visokim modrim turbanom na glavi in vozilo, da nas popelje po deželi. Že na letališču smo menjali dolarje v malajske ringgite, ki so uradna denarna valuta.

Čim smo zapustili letališko stavbo, je v nas butnil vroč tropski val. Tu je tropsko podnebje z visokimi temperaturami in veliko zračno vlažnostjo. Naš namen je bil, da si v dveh dneh ogledamo prestolnico Malezije in še nekaj okoliških zanimivosti. Naslednji dan smo odpotovali naprej, proti Novi Zelandiji in smo bili v Maleziji šele na pol poti.

Prestolnica Kuala Lumpur leži na obrežju reke Kelang. Tu je mešanica starih kolonialnih zgradb in modernih nebotičnikov. Zgradbe so odsev večplastne dediščine, kjer se mešajo kitajska, islamska in malajska kultura. Mesto je gospodarsko središče države in sedež vlade. Kar iz avtomobila si ogledamo sultanovo palačo, »Petkovo mošejo«, trg svobode, Narodno mošejo, železniško postajo, Petronasova nebotičnika, kitajsko četrt s templji, indijsko četrt s hindujskimi templji in tržnico... Tu je še čudovita orientalska stavba Sultan Abdul Samad, ki je samo nekaj, o čemer nam razlaga postavni Sik, ko se peljemo mimo teh zgradb. Voznik in obenem vodič je zelo zadržan, deluje pa zelo vzvišeno in ponosno. Občutek imam, da se mu sploh ne da govoriti.

Povzpne se na Telekomunikacijski stolp, KL Tower, od koder se razteza čudovit razgled na mesto, še posebej na dvojčka Petronas in Twin Towers, ki sta kar nekaj časa bila najvišji stavbi na svetu. Z višino zgradb, 452 metrov, je dežela postala prepoznavna po svetu. Obe stavbi - dvojčka, sta med seboj povezani z mostom Skybridge. Dan se je ob intenzivnih ogledih krepko nagnil že v večer, kar smo občutili tudi sami, saj mesto nudi veliko nočne zabave, do katere pa nam ni bilo, saj smo bili preveč utrujeni.

Zjutraj nadaljujemo z ogledi in se zapeljemo 13 kilometrov severno od glavnega mesta, do Batu jam, v katerih je tempelj in je ogled ena od glavnih turističnih atrakcij. Tempelj je indijski, je znotraj apnenčaste jame. Ta apnenec kaže na apnenčasto sestavo velikega dela Malajskega polotoka. Do jam se pride po visokih, strmih stopnicah, vseh je 272. Ob vznožju stopnic stoji velik kip Lorda Muruga. Tukaj je kar veliko število obiskovalcev, saj je hindujski praznik. Med množico pa so kar predrzne številne male opice, ki skačejo in samo gledajo kje bi ukradle kakšno hrano. Čim si imel kaj v rokah ali je zašumela vrečka, je opica že planila nanjo.

Po vzponu po strmih stopnicah, si ogledamo »katedralo«, v katero je spremenjena ena od jam. V njej Hindujci proslavljajo svoj praznik thaipusam. Mi smo tu ravno februarja, ko se tu praznuje. Že navsezgodaj je tu veliko ljudi. Thaipusam je v Indiji prepovedan, tukaj pa ga bučno praznujejo. Kar veliko Hindujcev ima celotno telo prebodeno s številnimi iglami. Okrašeni so kot božično drevo. Prav Batu jame so prizorišče tega obreda. Obred opravljajo v čast boga Murugana, ki ga imenujejo tudi Subramanyam, kar pomeni »brezmadežni«. Tako si skesani ali hvaležni romarji prebadajo lica in jezike z nabodali, preden se odpravijo na dolgo pot proti božjemu hramu. Nekateri imajo celotno telo prebodeno z vstavljenimi različnimi pirsingi, iglami, nabodali in povrhu so še tetovirani, tako da so prizori razgaljenih teles kar grozljivi. Poleg tega pa se še pačijo, izbuljajo oči, jezik jim visi do brade in delajo nemogoče face. Ta obred se mi zdi zelo krut, nestvaren in nesprejemljiv za ta svet.

Pot nadaljujemo v 25 kilometrov oddaljeni Putrajayi, kjer je danes sedež zvezne vlade. To je sodobno mesto, z 38 odstotki površin namenjenih parkom, zelenicam in cvetju. V izgradnjo tega mesta so bila vložena ogromna sredstva, saj ga krasijo prelepe stavbe v muslimanskem stilu, z nekaj kitajskega in indijskega pridiha. Mesto se ponaša z veličastno mošejo Putra Masque, ki pa se mi zdi, je bolj namenjena turistom, kot vernikom. Mošeja je na umetno narejenem jezeru. Če imaš dovolj denarja, si pač lahko izmišljaš marsikaj.

Malezija je znana tudi kot velika pridelovalka čaja, zato obiščemo eno od številnih plantaž. Plantaža leži na višini od 1500 do 1800 metrov, kar je idealno za gojenje čaja in ustreza angleški klimi. Kraj je odkril raziskovalec, William Cameron, leta 1885, ko so tukaj kraljevali Angleži. Plantaža leži na planoti, ki je obdana z neokrnjeno naravo in povsod kamor pogledamo se nam odpirajo čudoviti pogledi na zeleno, valovito okolico.

[Na vrh](#)

INTEGRACIJA: Taktilni talni vodilni sistem omogoča slepim in slabovidnim varno pot po urbanem okolju

Avtor: *Slavica Bukovec Zupanič*

Lektoriranje: *Albert Kolar*

[Pošlji komentar](#)

Pogovor s krajinsko arhitektko Andrejo Albreht

V zadnjem času so se v Sloveniji mnoge občine lotile sistematične odprave arhitekturnih in komunikacijskih ovir, da bi tako izboljšale kakovost življenja oseb z različnimi oviranostmi. Smernice prilagoditev, med katere spadajo tudi tipne (taktilne) talne oznake, so zapisane v občinskih akcijskih načrtih. Ker je taktilni talni vodilni sistem (TTVS) pri nas še novost, ne bo odveč, če ga nekoliko podrobneje predstavimo. Na povabilo k pogovoru se je prijazno odzvala krajinska arhitektka, Andreja Albreht, iz Zavoda DOSTOP, ki je sodelovala pri izdelavi načrta TTVS.

Vprašanje: »Kaj je pravzaprav TTVS?

Odgovor: »TTVS je sistem talnih oznak, ki slepemu ali slabovidnemu omogoča varno pot po urbanem okolju. Gre za kombinacijo obstoječih robov in površin ter talnih oznak, ki na ključnih mestih, kjer je orientacija za slepe in slabovidne težka (ali pa gre za nevarne situacije), dopolnjujejo obstoječe robove. TTVS pomembno dopolnjujejo še drugi elementi: zvočni signali na semaforjih, kontrastne označbe robov stopnic, količkov in drugo.

Osnovni gradniki TTVS-ja so čepaste in rebraste plošče. Čepaste plošče, ki so premera 2 – 3 cm, obveščajo o dogodkih na poti (bližina vhoda v stavbo ali bližina postaje) in opozarjajo na spremembo smeri, rebraste (širine 1,5 cm) pa vodijo, usmerjajo in preusmerjajo. Postajališča mestnih avtobusov so označena enotno z rebrastimi vodili, ki so postavljena pravokotno na smer hoje. Čepi in rebra morajo biti vizualno kontrastni ter izbočeni približno pet milimetrov nad okoliško podlago. Kanalčki, ki so poglobljeni v tlak, niso primerna rešitev, saj jih s palico ali podplati ni mogoče začutiti. Pet milimetrov je višina, ki pomeni kompromis med dovolj dobro zaznavnostjo za slepe in višino, ki je še ustrezna za druge uporabnike, kar je predvsem pomembno za invalide na vozičkih.«

Vprašanje: »Kdo določa »prednostni seznam« poti, po katerih bi naj potekal TTVS?«

Odgovor: »Ob pripravi načrta varnih poti v vsakem kraju posebej člani ZDSSS (lokalnega društva) predlagajo ustanove, ki bi jih želeli uvrstiti v mrežo poti. Pripravljaivec načrta potem po podrobnem pregledu poti in pogovoru s predstavniki lokalnega društva določi, katere povezave bi bile najprimernejše (kje je mogoče z najmanj stroški najbolj učinkovito rešiti dostop). Vrstni red izvedbe je prilagojen trenutnim projektom (prednost imajo območja, ki se pravkar prenavljajo) in v okviru rednih vzdrževalnih del tista območja, ki jih kot prednostna predlagajo predstavniki lokalnega društva. Pred izvedbo se še enkrat skupaj z uporabniki pogleda predvideno traso in določi morebitne spremembe (gre za dolgoročni plan poti, ki ni natančno zavezujoč, pred vsako izvedbo poti se še enkrat določi konkretne ukrepe in se jih uskladi).«

Vprašanje: »Kaj se mora upoštevati pri umestitvi elementov TTVS-ja v okolje?«

Odgovor: »Kolikor je le mogoče, je treba upoštevati obstoječo ureditev (to pomeni v poti vključiti čim več takšnih delov trase, ki zahtevajo kar najmanj posegov, npr. tam, kjer so pešpoti sklenjene, brez ovir, s primernim robnikom itd.). Tipne oznake se vgrajuje le tam, kjer je to nujno (kjer je orientacija težja, kjer so nevarne situacije, promet). To pomeni, da včasih izbrana pot sicer ni najkrajša, vendar s tem, ko zmanjšamo količino tipnih oznak na minimum, postane tudi izvedba dosti bolj realna in lahko prej pričakujemo, da bomo dobili sklenjeno varno pot. Zelo pomembno je, da dobro ocenimo, kateri ukrep je stroškovno upravičen in ga bo občina tudi lažje izvedla, kateri pa je tako obsežen, da bo po vsej verjetnosti težko uresničljiv. Npr. razdiranje tlaka na pravkar prenovljenih območjih lahko večinoma ocenimo kot nerealno in raje iščemo druge rešitve, s katerimi lahko, kolikor mogoče, izboljšamo dostopnost, sicer bo rešitev ostala dolga leta le na papirju. Upoštevamo seveda tudi ustaljene poti slepih in slabovidnih, kolikor je to mogoče. Večinoma je namreč težko najti presek, saj se vsak opira na popolnoma drugačne orientacijske točke, na tistih delih, kjer pa je opaziti, da se veliko ljudi orientira po istih znamenjih, se to, če se le da, tudi vključi. Pri izvedbi poti so zelo pomembni tudi prometni predpisi, ki jih je treba upoštevati in se jim prilagoditi, pa gradbeni izvedbeni detajli (npr. včasih zaradi lokacije jaškov ne moremo linije speljati tako, kot bi bilo idealno, ampak se jim moramo prilagoditi). Upoštevati moramo seveda tudi druge uporabnike (ljudi na vozičkih, kolesarje...) in z njimi doseči kompromis, kar velikokrat tudi zelo vpliva na izvedbo. Potem so tu še predpisi s področja varstva kulturne dediščine, ki nas omejujejo, pa skrb za vidno podobo mesta (spet je nerealno pričakovati, da bomo lahko nek trg, ki ima določeno tlakovanje z ustaljenimi vzorci, na počez opremili z idealno postavljenimi vodilnimi linijami za slepe, saj bi to pomenilo, da se njegova podoba popolnoma spremeni). V teh primerih iščemo najboljšo možno rešitev, ki ponavadi spet ni idealna, a mora biti vedno dovolj dobra, da jo je mogoče uporabljati. Omejitev je torej toliko, da je delo res zelo zapleteno. Zavedati se moramo, da so skoraj vse rešitve zelo kompromisne in da so tipne oznake le tam, kjer je to nujno potrebno. Varne poti niso poti s povezanimi vodilnimi linijami, prepredenimi čez celo mesto, ampak so le poti, ki imajo na ključnih točkah neke ukrepe in poti, za katere se občina zaveže, da jih bo tudi vzdrževala in skrbela, da bodo brez ovir.«

Vprašanje: »Iz kakšnega materiala so elementi TTVS-ja in od česa je odvisna izbira tega?«

Odgovor: »Elementi TTVS v zunanjem prostoru so običajno betonski (saj so, glede na ceno najbolj vzdržljivi). Kjer gre za posebna območja, se uporablja tudi kamnite elemente, kovinske (posamezne letvice in čepke, ki so lepljeni na tlak) pa le tam, kjer drugačna izvedba ni mogoča, saj so precej manj vzdržljivi. Gumijastih in plastičnih elementov zaradi slabe vzdržljivosti ne priporočamo.

V notranjem prostoru prevladujejo umetne mase in guma.«

Vprašanje: »Kako je z estetskim oblikovanjem elementov in ali je določeno največje število teh na posamezni točki?«

Odgovor: »Ne, največja količina ni določena, treba pa jih je uskladiti z vizualno podobo mesta, kot sem že prej omenila. Zavzemamo se za vpeljavo kontrastov po

nemškem vzoru, kjer oznake ne temeljijo na barvnem kontrastu (rumena-rdeča), temveč na kontrastu svetlo-temno (bela - temno siva), saj na ta način precej manj vplivamo na podobo prostora in tako lažje vpeljujemo več oznak, ne da bi pri tem poželi negativne odzive drugih uporabnikov.«

Vprašanje: »Kaj so dolžne postoriti različne javne službe in kako se TTVS vzdržuje?«

Odgovor: »Pri vzdrževanju samega TTVSja je pravzaprav najpomembnejša pazljivost pri pluzenju, saj pluzenje najbolj poškoduje oznake. Potem je tu še menjava poškodovanih plošč, čiščenje listja, če je to potrebno, itd.

Zelo pomembno pa je vzdrževanje celotne mreže varnih poti, katerih le en del zavzema TTVS, saj so tipne oznake vezane na obstoječe robove (ograje, robnike), in če ti robovi niso ustrezno vzdrževani, tudi tipne oznake nimajo pravega pomena, saj uporabniki takšnih poti (razumljivo) ne želijo uporabljati. To zajema skrb za obrezane žive meje in veje v višini glave, skrb za odstranjevanje ovir na tej poti - smetnjake, cvetlična korita, poškodovane pokrove jaškov, luknje na cesti itd..

Zelo pomembno je, da se vsaka občina, ki sprejme načrt varnih poti kot svoj dokument, tudi zaveže, da bo te poti potem vzdrževala. Uporabniki na teh poteh sami javljajo občini, da so se pojavile ovire in na občini so dolžni to v najkrajšem času odstraniti. Prav v ta namen pripravljamo tudi informacijski sistem, ki bo olajšal komunikacijo med uporabniki in vzdrževalci in tako izboljšal splošno dostopnost mest. Zato je pomembno, da društva slepih oz. posamezni uporabniki, ki si želijo manj ovir na poteh, na svojo občino naslovijo pobudo za sprejetje takšnega dokumenta. Čakati, da bodo oblasti same od sebe poskrbele za to, da bodo mesta brez ovir (čeprav so pravzaprav k temu zavezani), je brezplodno.«

Vprašanje: »Na kaj morajo biti pozorni in kaj upoštevati ostali uporabniki poti, na katerih so reliefne talne oznake?«

Odgovor: »Oznake morajo biti vizualno kontrastne, kar je pomembno za slabovidne. Pomembno pa je to tudi za videče, saj jih opazijo in se bolj zavedajo prisotnosti slepih v prometu. Tipne oznake pomenijo prednost pešca. Vsaka skupina uporabnikov se bori za uveljavljanje svojih pravic v prostoru. Gibalno ovirani so si že veliko izborili, kolesarji postajajo čedalje močnejši. Čeprav je jasno, da mora imeti prednost šibkejši udeleženec v prometu, so kolesarske steze (in s tem hitro vozeči kolesarji) ponekod popolnoma izrinile pešce s pločnikov. Slepí so do sedaj ostali ob strani, kar je izredno poslabšalo njihov položaj, saj so bili nekoč pločniki in mestne ureditve za njih prijaznejši (pa s tem precej neprijaznejši za gibalno ovirane). Pravkar poteka postopek za spremembo Pravilnika o zagotavljanju neoviranega dostopa..., s katerim bomo poskusili rešiti tudi vsa takšna vprašanja.«

Vprašanje: »Se je sistema taktilnih talnih oznak treba naučiti?«

Odgovor: »Vsak slepi ali slabovidni uporabnik TTVS-ja mora najprej dobro spoznati sistem in se naučiti osnovnih pravil. Sistem je sicer logičen in preprost, vendar je nekaj osnovnih pravil vseeno treba poznati, saj so določene situacije označene na način, ki jih slepi in slabovidni samo intuitivno ne morejo osvojiti. Proces učenja uporabe taktilnega talnega sistema običajno poteka tako, da se slepi ali slabovidni pri spoznavanju poti s strokovnjakom za orientacijo najprej naučijo pravil, nato pa morajo praviloma vsako pot najprej prehoditi s spremljevalcem, ki jim pove in pokaže, kje so

določena znamenja, katerega roba se morajo držati in kje so ovire. Ko enkrat spoznajo pot, jo lahko nemoteno samostojno uporabljajo in jim lahko učinkovito služi pri orientaciji. TTVS je sistem, ki smiselno povezuje razna orientacijska pomagala, ki so slepemu ali slabovidnemu v pomoč pri samostojnem gibanju. Še vedno pa od teh ljudi zahteva trud, koncentracijo in usposobljenost.«

Vprašanje: »Imajo evropske države enoten sistem tipnih talnih oznak?«

Odgovor: »Države v Evropi in po svetu imajo različno rešen sistem tipnih oznak, vendar so osnove povsod iste: gre za kombinacijo čepov in reber, ki imajo določene pomene. Mi se glede osnovnih zakonitosti opiramo na veljavni evropski (in tudi slovenski) standard SIST ISO 21542-2012, glede materialov za zunanji prostor pa na nemški standard DIN 32984, ki je v tem segmentu podrobnejši in kakovostnejši.«

V Ljubljani bo jeseni dokončana krožna taktilna pot, ki vodi do treh pomembnih ustanov za slepe: Zavoda za slepo in slabovidno mladino, Zveze društev slepih in slabovidnih Slovenije ter ljubljanskega društva. Znotraj kroga zajema 2 postajališči mestnega potniškega prometa pri Tobačni na Tržaški cesti.

Naj na koncu prispevka še enkrat poudarimo: TTVS torej ni rešitev, ki bi slepim in slabovidnim brez truda omogočila prosto gibanje po mestu. Tipne oznake so le dodaten pripomoček za lažjo orientacijo in varno gibanje v prostoru. S tem seveda olajšajo dostop do javnih stavb, kar je ključnega pomena za večjo samostojnost oseb z okvaro vida.

[Na vrh](#)

NOVOSTI IZ INVALIDSKEGA VARSTVA: **Novosti socialne zakonodaje s 1. septembrom 2014**

Avtor in sodelavec: *Brane But*

Lektoriranje: avtor

[Pošlji komentar](#)

S 1. septembrom 2014 so pričele veljati spremembe socialne zakonodaje, ki med drugim prinašajo poenostavitev postopkov za subvencijo šolske prehrane. Oddajanje vlog za subvencijo malice in subvencijo kosila v veliki večini primerov ni več potrebno. Centri za socialno delo bodo pri dodeljevanju socialnih transferjev upoštevali tudi bolj realni materialni položaj vlagatelja kot doslej. Z mesecem avgustom se je uskladila (zvišala) tudi denarna socialna pomoč.

Z novim šolskim letom so se začela uporabljati še nekatera določila novele Zakona o uveljavljanju pravic iz javnih sredstev, ki prinaša poenostavitev na področju subvencije prehrane. Pred šolskim letom 2014/2015 tako staršem v veliki večini primerov ni bilo več treba oddajati vlog za uveljavljanje subvencije malice in kosila, saj bodo šole upoštevale podatke iz veljavne odločbe o otroškem dodatku ali državni štipendiji. Vlogo je bilo treba vložiti samo v primeru, če družina nima veljavne odločbe o otroškem dodatku ali državni štipendiji na dan 1. 9. 2014. Še vedno pa je potrebna prijava na malico oziroma kosilo v šoli.

Spremembe socialne zakonodaje s 1. septembrom 2014 prinašajo tudi upoštevanje bolj realnega materialnega položaja vlagatelja pri dodeljevanju pravic. Če bo družinski član npr. začel prejemati denarno nadomestilo, se upokojil itd., bo lahko oddal novo vlogo in bo center za socialno delo izdal novo odločbo na podlagi dejanske spremembe dohodka.

V dohodek družine se po novem ne bo več všteval celotni otroški dodatek. Ugodnejši je tudi način upoštevanja dohodka od študentskega dela za socialno najbolj ogrožene družine (prejemnike denarne socialne pomoči). Pri njih se pri ugotavljanju dohodka za pravice na letni ravni (otroški dodatek, državna štipendija, plačilo vrtca) študentsko delo ne bo upoštevalo kot dohodek, pač pa le njihovi tekoči (periodični) dohodki.

Od avgusta dalje je višji (usklajen) osnovni znesek denarne socialne pomoči, kar vpliva tudi na posebno obliko izredne denarne socialne pomoči po smrti družinskega člana (posmrtnina) in na posebno obliko izredne denarne socialne pomoči kot pomoč pri kritju stroškov pogreba (pogrebnina). Denarna socialna pomoč tako znaša 269,20 evra (prej 265,22 evra), prav toliko znaša tudi posmrtnina, pogrebnina pa 538,40 evra (prej 530,44 evra).

Novela zakona s 1. septembrom 2014 širi tudi krog upravičencev do denarne socialne pomoči, s tem, da se zvišuje znesek premoženja, ki se ne upošteva za pridobitev denarne socialne pomoči.

Zvišuje se dodatek za otroka v enostarševski družini. Znesek v mesecu avgustu je znašal 26,92 evra, z mesecem septembrom pa ta znesek znaša 53,84 evra. Zvišuje se denarna socialna pomoč za drugo odraslo osebo (tem se je socialni položaj po

uvedbi nove socialne zakonodaje namreč najbolj poslabšal), in sicer iz 134,60 na 161,52 evra.

Dijaki in študenti naj bodo pred začetkom šolskega/študijskega leta pozorni na roke za uveljavljanje štipendij. Rok za oddajo vlog za dodelitev Zoisovih štipendij in za nadaljnje prejemanje je za dijake 5. 9. 2014 in za študente 8. 10. 2014. Vloge se oddajo na Sklad za razvoj kadrov in štipendije.

Roka za državno štipendijo ni več, zato se vloga lahko vloži tudi med šolskim/študijskim letom. Da pa so bili dijaki upravičeni do državne štipendije s 1. septembrom, so morali vlogo za dodelitev državne štipendije vložiti v mesecu avgustu. Študenti naj vlogo za dodelitev državne štipendije vložijo v mesecu septembru, da bodo ob izpolnjevanju pogojev upravičeni do državne štipendije s 1. oktobrom. Vlogo za državno štipendijo je potrebno oddati na krajevno pristojni center za socialno delo.

Vir: www.mddsz.gov.si

[Na vrh](#)

DOBRO JE VEDETI: Projekti, ki vzpodbujajo odpravo komunikacijskih in arhitekturnih ovir (2. del)

Avtor in sodelavec: *Slavica Bukovec Zupanič*

Lektoriranje: *Albert Kolar*

[Pošlji komentar](#)

(projekt ZDIS »Občina po meri invalidov«)

Kot smo vam obljubili že v prejšnji številki Rikossa, bomo tokrat predstavili projekt »Občina po meri invalidov«

Zveza delovnih invalidov Slovenije (ZDIS) vsako leto praviloma novembra objavi razpis za pridobitev listine »Občina po meri invalidov« za prihodnje leto, ki ga pošlje na društva invalidov - člane ZDIS. Besedilo razpisa, katerega sestavni del je tudi rok za oddajo prijav (31. jan. prihodnjega leta) in rok za odpiranje prijav (5. febr. prihodnjega leta), pripravi projektni svet Zveze.

Na omenjeni razpis se občina prijavi na predlog lokalnega Društva invalidov, ki da županu pobudo za vključitev v projekt. Če ta pobudo sprejme, društvo invalidov v sodelovanju z občino organizira okroglo mizo, kamor povabijo vse invalidske organizacije in odgovorne predstavnike javnih služb, ki se srečujejo s problematiko invalidov, da na osnovi skupnih ugotovitev pripravijo oceno položaja invalidov v občini in oblikujejo predloge za akcijski načrt. Prav ta je namreč temeljni občinski dokument, ki usmerja dejavnost vseh v občini, ki delujejo na področju invalidskega varstva in je zasnovan za večletno obdobje. Pri tem je zelo pomembna koordinacija vseh invalidskih organizacij v občini, katerih predstavniki tvorijo občinski Svet za invalide.

Prispele prijave na ZDIS odpira strokovna služba, ki s poročilom o odpiranju seznanijo projektni svet. Ta pregleda vso prispelo dokumentacijo, po potrebi zaprosi za njeno dopolnitev in upravnemu odboru ZDIS predlaga uvrstitev posameznih občin med kandidate za pridobitev listine (do 5 občin). Upravni odbor ZDIS o sklepu obvesti občino - kandidatko in društvo kot predlagatelja, ki skleneta Dogovor o vključitvi občine v izvajanje projekta za pridobitev listine. Projektni svet v letu kandidiranja spremlja izvajanje nalog iz občinskih akcijskih načrtov in ugotavlja, ali so pogodbenice izpolnile obveznosti dogovora. Glede na ugotovitve mora do 15. oktobra predložiti seznam občin, ki so izpolnile pogoje razpisa, upravnemu odboru ZDIS. Ta zdaj lahko sprejme sklep o pridobitvi listine "Občina po meri invalidov", ki jo podelijo na svečani prireditvi v prvi polovici decembra.

S tem pa za nagrajeno občino delo še ni opravljeno. Občina, ki pridobi listino, se zavezuje, da bo vsako leto pripravila letno poročilo o uresničevanju akcijskega načrta, ga obravnavala na občinskem Svetu za invalide in sprejela na občinskem svetu. Tako sprejeto poročilo mora dostaviti še ZDIS do 31.5. za preteklo leto. Dozdajšnji prejemniki listine »občina po meri invalidov«:

I. 2003: občina Ajdovščina

I. 2004: Mestna občina (MO) Velenje

I. 2005: občina Trbovlje, občina Radovljica

- I. 2006: občina Hrastnik
- I. 2007: občina Radlje ob Dravi
- I. 2008: občina Rogaška Slatina, MO Slovenj Gradec, občina Zagorje ob Savi
- I. 2009: MO Ljubljana
- I. 2010: MO Maribor, občina Zreče
- I. 2011: občina Slovenske Konjice
- I. 2012: MO Ptuj, MO Murska Sobota, MO Nova Gorica
- I. 2013: občina Ravne na Koroškem

O projektu »Občina po meri invalidov« sem zastavila nekaj vprašanj tudi predsedniku ZDIS, Dragu Novaku.

Vprašanje: »Kaj je botrovalo zamisli o izvajanju projekta »Občina po meri invalidov«?«

Odgovor: »Deset let realiziramo v Zvezi delovnih invalidov Slovenije projekt "Občina po meri invalidov". Odločitev, da Zveza delovnih invalidov Slovenije sprejme tak projekt, je dejansko odziv na razmišljanja in pobude članstva, društev invalidov, v zvezi z vlogo in odgovornostjo lokalne skupnosti in njihovo pobudo, da se občina bolj vključi v ustvarjanje pogojev za kakovostno življenje svojih občanov-invalidov. Vključenost in sodelovanje invalidov v življenju občine in zadovoljevanje njihovih osnovnih in posebnih potreb v lokalni skupnosti je izjemnega pomena tudi za kakovost skupnega življenja vseh občanov.«

Vprašanje: »So občine po vaših izkušnjah resnično pripravljene okolje prilagoditi svojim občanom in prisluhniti njihovim življenjskim potrebam, ali gre bolj za tekmovalni prestiž?«

Odgovor: »V Zvezi delovnih invalidov Slovenije menimo, da ne gre za tekmovalni prestiž, kajti ugotavljamo, da je v vseh 17 občinah – dobitnicah listine:

- projekt vzpodbudil odgovornost in povezanost aktivnosti vseh odgovornih nosilcev v lokalni skupnosti;
- se je okrepila vloga in odgovornost župana, občinskega sveta in občinske uprave tako, da so uspeli akcijsko učinkovito povezati vse dejavnike na lokalnem nivoju;
- so uspeli ustvariti sodelujoče delovanje celotne lokalne skupnosti, ki podpira aktivnosti za uresničevanje izenačenih možnosti invalidov kot enakopravnih občanov;
- je projekt sprejet kot priložnost in možnost za novo kakovost življenja vseh občanov in ne le invalidov.«

Vprašanje: »Je odločitev o tem, kako bo okolje v neki sredini prilagojeno ljudem z različnimi sposobnostmi, še vedno v rokah peščice posameznikov (župan, občinski svet), ali je to postala skrb celotne skupnosti?«

Odgovor: »Ugotavljamo, da so se zgodili "premiki v glavah". Občine ugotavljajo, da je pomembno načrtno delovanje še zlasti povezovanje vseh dejavnikov, tudi v tem času, da je zelo pomemben organ občine, ki redno spremlja delovanje vseh v občini

v dobro vseh občanov, ne le invalidov, in ne nazadnje, da le spremenjena miselnost in odgovornost vseh daje prave rezultate.«

Vprašanje: »Je po vaših izkušnjah v času, kar poteka projekt, vendarle čutiti napredek v razmišljanju, da niso prilagoditve nujno zlo, temveč so postale samoumevne?«

Odgovor: »Menimo, da je vsekakor čutiti napredek v razmišljanju, saj je uresničevanje projekta "Občina po meri invalidov" istočasno tudi proces ozaveščanja vseh občanov in dejavnikov v občini, proces, v katerem ne odstranjujemo le vidnih in motečih ovir, temveč tudi tiste v nas samih; je v dojetanju realnosti skupnega življenja, v katerem naj ne bo nihče "prezrt", nerazumljen, socialno izključen ali celo diskriminiran, da bo spoštovan kot osebnost.«

Vprašanje: »Na kaj je potemtakem posebej pozoren projektni svet ZDIS, ki ocenjuje rezultate izboljšav v posamezni občini?«

Odgovor: Postopki za vključitev in sodelovanje v projektu ter za pridobitev listine "Občina po meri invalidov" so zelo jasno opredeljeni v dokumentih Zveze delovnih invalidov Slovenije. Občina se mora odzivati načrtno in konkretno z akcijskim načrtom, pri tem mora upoštevati mednarodne dokumente, utemeljene potrebe in možnosti z angažiranjem dejavnikov in sredstev na svojem območju, s povečano odgovornostjo vseh in povezovanjem vseh dejavnikov v njenem obsegu. Akcijski načrt je temeljni dokument, ki mora odražati dejanske potrebe v občini in tudi različnost občin, kar se kaže v izboru nalog, prioriteta, rokov in dejanskih možnosti za izvedbo, za doseganje nove kakovosti življenja za vse občane.

Pri tem projektni svet ugotavlja:

- v kolikšni meri se je dejansko okrepila vloga občine kot samoupravne lokalne skupnosti in socialnega omrežja, ki se odziva na raznolike, posebne potrebe občanov/občank in kako povezuje in aktivira vse dejavnike v občini, tudi javne službe in gospodarske subjekte, za doseganje večje kakovosti skupnega življenja, za večjo socialno povezanost in vključenost invalidov v življenje občine;
- kako so se odzivale posamezne invalidske organizacije/društva na projekt, ki so ga skupaj z lokalno skupnostjo oblikovale tako, da bi se tudi njihova vloga okrepila v medsebojnem sodelovanju in zlasti v aktiviranju članstva, pa tudi v sodelovanju z drugimi nevladnimi organizacijami in institucijami – da bi lahko skupaj imele tudi vlogo "skupine pritiska";
- ali je ustvarjena družbena klima, ki bo, tudi v tem kriznem obdobju – obdobju številnih socialnih stisk - naklonjena, ne le reševanju aktualnih problemov, temveč iskanju in uresničevanju dolgoročnih "rešitev", ki bodo obogatile skupno življenje vseh občanov in občank - invalidov, starih, mladih, otrok, moških in žensk;
- glede na to, je prav pri ustvarjanju naklonjenega vzdušja v družbi za uresničevanje projekta izjemno pomembna tudi vloga sredstev javnega obveščanja in ozaveščanja, zato projektni svet spremlja tudi njihovo delovanje, ki naj bi prispevalo h krepitvi odgovornosti vseh, k povezanosti in vključenosti vseh občanov v skupno življenje.«

Vprašanje: »Kako te spremembe čutijo prebivalci teh okolij, imate kakšne povratne informacije?«

Odgovor: »Vseh 17 občin – dobitnic listine je še danes zelo dejavnih, kar je razvidno iz njihovih vsakoletnih poročil o izvajanju akcijskih načrtov, vsakodnevno nadgrajujejo doseženo in se odzivajo na čas, ki terja tudi nove dejavnosti. Ugotavljamo:

- da ustvarjeno socialno omrežje deluje in da imajo invalidi možnosti in
- enakopravno sodelujejo v življenju občine;
- da je okrepljena odgovornost občin, da so dejavni organi občin in občinske službe, župan je zelo zavzet;
- da so odpravljene mnoge ovire v okolju, da je bistveno povečana dostopnost do javnih objektov in služb, kar bistveno služi vsem občanom;
- da je javno mnenje vedno bolj naklonjeno ukrepom v dobro invalidom in se uveljavlja solidarnost in nova kultura odnosov med ljudmi;
- da so mnogi ukrepi in uresničevanje akcijskih nalog prispevali ne le h kakovosti življenja invalidov, temveč vseh občanov;
- da dobro obveščanje javnosti o dejavnostih za uresničevanje Akcijskega načrta pomembno prispeva k povečanju odgovornosti posameznikov, pa tudi za dobro družbeno vzdušje.«

Vprašanje: »Še nekaj o načrtih.«

Odgovor: »Danes, ko se oziramo nazaj in ocenjujemo 10 letno uresničevanje projekta "Občina po meri invalidov", lahko z zadovoljstvom ugotovimo, da so prejemnice listine bistveno prispevale k realizaciji ciljev projekta, ne le v svojem okolju, temveč v odnosu do invalidov in vzpodbudile tudi druga društva invalidov in organizacije ter občane za skupno delovanje v dobro občanov – invalidov. Upamo, da tudi krizne razmere v državi ne bodo razvrednotile tega delovanja in dosežkov teh desetih let, temveč okrepile dejavnosti.«

Vprašanje: »Na koncu prosim še nekaj podatkov o letošnjem natečaju.«

Odgovor: »Na razpis Zveze delovnih invalidov Slovenije za pridobitev listine "Občina po meri invalidov" za leto 2014 je prispelo 7 prijav. Dve občini (Občina Dravograd in Občina Slovenska Bistrica) sta postali kandidatki za pridobitev listine. Projektni svet bo v tem letu spremljal konkretno realizirane naloge iz akcijskega načrta teh dveh kandidatki in do 15.10.2014 ugotovil, ali so izpolnjeni pogoji za pridobitev listine "Občina po meri invalidov" za leto 2014.«

Potrebna je odprava miselnih ovir

Kako prilagojeno mu je bivalno okolje in katere ovire mu grenijo življenje, vsak izmed nas najbolje občuti na lastni koži. Na podlagi osebnih izkušenj lahko upravičeno trdim, da je Ljubljana v razponu 15-ih let naredila velik korak v približevanju vsem svojim občanom. Drži pa tudi, da v prilagoditvah prednjačijo večja mesta, kar je zaradi večjih potreb povsem razumljivo.

Pogled na invalidnost danes res temelji na prepovedi zapostavljanja ter zagotavljanju enakih možnosti za vse. A se navkljub temu postavlja vprašanje, kdaj bodo projektne zamisli prodrle v miselnost ljudi kot samoumevne. Nerazumljivo je namreč, da načrtovalci objektov in prevoznih sredstev, namenjenih javni rabi, še vedno težko sprejmejo povsem preprosto dejstvo, da so njihovi izdelki uporabni vsem ljudem le, če so vsem tudi dostopni. Šele z odpravo miselnih ovir se bo lahko ustvarila nova kultura odnosov in izboljšala kakovost sobivanja.

[Na vrh](#)

PAMETNI TELEFONI: Windows Phone 8.1 na testu

Avtor in sodelavec: *Jožef Gregorc*

Lektoriranje: *Albert Kolar*

[Pošljí komentar](#)

Če smo v prejšnji številki revije samo komentirali, so tokrat konice zgornjih okončin res temeljito potrebne čiščenja. Pod lupo imamo telefonska okna različice 8.1 osebno.

Ker lahko o splošnih značilnostih novih telefonskih oken bralci revije preberete tudi druge, o teh samo na hitro:

- Cortana (Microsoftova navidezna asistentka)
- ploščice namesto ikon
- teoretična združljivost z napravami Android zaradi kapacitivnih gumbov
- bližanje namizni različici sistema

Pozornost smo osredotočili na tisto, kar je s stališča slepe ali slabovidne osebe v resnici pomembno, in to so pomožne tehnologije ter njihova uporabnost v operacijskem sistemu.

Način dela

Ko govorimo o načinu dela s pomožnimi tehnologijami, lahko z veseljem zapišemo, da Microsoft sledi politiki zadnjih let, ko se tudi to podjetje uklanja obstoječim standardom, namesto da bi jih pisalo na novo. To pomeni, da s privajanjem na novo napravo tisti, ki je v rokah že držal napravo na dotik, načeloma ne bi smel imeti (pre)velikih težav. Logično je, da se kretnje spremenijo, ko se pomožne tehnologije vključijo, toda te kretnje so znane že iz drugih sistemov. Glede tega bi lahko zapisali, da so skušali pobrati vse najboljše iz obeh bolj uveljavljenih taborov (Apple IOS in Google Android). Žal pa se jim je primerilo to, da hkrati ni možno poganjati bralnika in povečevalnika zaslona, kar bi lahko za nekatere predstavljalo težavo.

Iz vidika uporabnika velja:

- koleščkanje v vse 4 smeri - dvoprstni hitrejši zdrs v izbrano smer
- označevanje - enojni dotik
- potrjevanje (primarni ukaz) - dvojni enoprstni dotik
- izbiranje (sekundarni ukaz) - trojni enoprstni dotik
- sprehod iz prejšnje ikone na sosedno ikono (v našem primeru ploščico) - enoprstni hitri zdrs v levo/desno
- menjava načina delovanja bralnika zaslona - enoprstni hitri zdrs gor/dol

Če imamo vključen povečevalnik, so dvoprstne kretnje na voljo za krmiljenje lupe.

Plusi

Pohvalili bi lahko obnašanje tehnologij na drsnikih (časovni trakovi, izbire hitrosti...), pripravljenost, da nam naprava pomaga, katere kretnje so na voljo nad elementom v fokusu, tipkovnica, obnašanje na spletu...

Minusi

Rak rano tega operacijskega sistema lahko opazijo tudi uporabniki, ki uporabljajo pomožne tehnologije in to je pomanjkanje ustreznih aplikacij. Še huje je to, da tudi precej aplikacij, ki je sistemu priloženih ob nakupu, ne sledi standardom, ki zagotavljajo, da aplikacijo lahko uporabljajo tudi uporabniki, ki uporabljajo pomožne tehnologije. Tako se trenutno lahko od uporabe sicer odlične navigacije, prenosa podatkov med staro in novo napravo, fotoaparata, koticčka, namenjenega socialnim omrežjem in drugih, lahko kar poslovijo. Stanje postane še slabše, ko pokukamo na tržnico z ostalimi aplikacijami. Druga zamera velja odpiranju opozorilnega centra. Standardni dvo/troprstni vlek v napravah z nameščenim sistemom Windows Phone 8.1 in vključenimi pomožnimi tehnologijami ne dela. Do peščice teh opozoril se sicer da priti, če uporabnik kolovrati po zaslonu, toda to je zamudno pa še nezanesljivo. Slabosti bi sicer še lahko iskali, vendar so to manj pomembne od zgoraj zapisanih.

Sklep

Ob razmišljanju, ali bi lahko ali pa ne naprave z nameščenim operacijskim sistemom Windows Phone 8.1 priporočili tudi uporabnikom, ki imajo težave z vidom, se tehnica bolj nagiba v negativno stran. Pomanjkanje aplikacij, ki omogočajo uporabo tudi tistim, ki uporabljajo pomožne tehnologije, se zdi prevelik, da bi si brez slabe vesti dovolili zapisati "Telefoni z nameščenim sistemom WP 8.1 so vredni svojega denarja.". To pomeni, da je ustrežnejši nasvet, da naj uporabniki počakajo na naslednjo generacijo naprav in takrat naj stanje ponovno ocenijo.

Komentar predstavnika slovenske podružnice Microsofta:

Ker v slovenski podružnici Microsofta nimamo nobenih izkušenj z uporabo naprav skupaj s pomagali za slepe in slabovidne, lahko oceni v članku samo prikimamo. Želimo si, da bi se stanje izboljšalo tako na naši platformi kot tudi na preostalih. Hkrati lahko zagotovimo, da je Microsoft odgovorno podjetje, ki razume in podpira uporabo tehnologije tudi pri ljudeh s takšnimi in drugačnimi težavami, kot se lahko opazi iz naših različnih aktivnosti. Tako smo pripravljeni pomagati pri spodbujanju razvijalcev, da bodo pri razvoju svojih aplikacij upoštevali tudi uporabnike, ki uporabljajo pomožne tehnologije.

[Na vrh](#)

NAMIGI IN NASVETI: Odstranitev odvečnih privzetih programov WIN 8, Microsoft Office na voljo za iPad

Avtor in sodelavec: *Brane But*

Lektoriranje: avtor

[Pošlji komentar](#)

85. Odstranitev odvečnih privzetih programov WIN 8

Microsoftovi operacijski sistemi Windows 8, Windows 8.1 in Windows 8.1.1 so opremljeni s kopico prednameščene programske opreme, ki pa je za večino uporabnikov bolj kot ne neuporabna (npr. Bing Finance, SkyDrive, Photos, Zune idr.). Zagotovo je že kdo pomislil, kako bi se znebil prednameščenih programov, ki jih sploh ne potrebuje in mu tudi nikoli ne bodo prišli prav, mu pa obremenjujejo računalniški sistem. Odstranitev tovrstne odvečne programske opreme bi sicer zahtevala veliko računalniškega znanja, najdemo pa na spletu priročna orodja za varno odstranitev odvečnih privzetih programov.

Takšno nadvse priročno programsko orodje za varno odstranitev odvečnih privzetih programov operacijskih sistemov Win 8, Win 8.1 in Win 8.1.1, ki to opravilo močno poenostavi in je celo brezplačno, je program Win 8 App Remover. Najdemo ga na spletnem naslovu <http://bit.ly/Win-8-App-Remover>, od koder ga prenesemo v svoj računalnik.

Uporaba programske opreme Win 8 App Remover je sila enostavna. Po namestitvi postopamo po naslednjih korakih:

- v zgornjem levem kotu programa izberemo nameščeno različico operacijskega sistema (Windows 8, Windows 8.1 ali Windows 8.1.1);
- kliknemo na gumb »List Apps« za prikaz nameščene programske opreme;
- izberemo (obkljukamo) programsko opremo, ki jo želimo odstraniti;
- postopek zaključimo s klikom na gumb »Remove Apps«.

Na takšen zelo preprost način bomo razbremenili sistem svojega računalnika.

Povezava: <http://bit.ly/Win-8-App-Remover>

Vir: [Računalniške novice](#)

86. Microsoft Office na voljo za iPad

Na razpolago je mobilna različica Microsoftovega pisarniškega paketa Office (Microsoft Office Mobile) za brezplačno uporabo na Applovem tabličnem računalniku iPad. Uporabnikom je na voljo mobilna različica urejevalnika besedil Word, urejevalnika preglednic Excel in urejevalnika predstavitev PowerPoint.

Uporabniki Applovih tabličnih računalnikov iPad lahko mobilno različico Microsoftovega pisarniškega paketa Office brezplačno uporabljajo za prebiranje dokumentov in preglednic ter za namene predstavitev. Vse preostale možnosti pa so na voljo le naročnikom oblačnega pisarniškega paketa Office 365. Če pa ima

uporabnik na domačem računalniku nameščen pisarniški paket Microsoft Office 2013, lahko dostopa do vseh datotek, ki so bile izdelane z uporabo mobilnega pisarniškega paketa Microsoft Office za iOS.

Novost lahko namestimo le na tiste Appleove tablične računalnike iPad, ki imajo mobilni operacijski sistem iOS 7.0 ali novejši. Čeprav je mobilna različica paketa Office za Appleov tablični računalnik iPad na voljo tudi v Sloveniji, ta še ni bila prevedena v slovenščino.

Največja novost najnovejše različice mobilnega pisarniškega paketa Office za iPad, ki je za nameček še uporabnejša, je možnost neposrednega tiskanja dokumentov. Tiskanje dokumentov, izdelanih v mobilni različici urejevalnik besedil Word, preglednic Excel in predstavitev PowerPoint, je seveda mogoča le z uporabo tiskalnikov, ki so opremljeni z vmesnikom AirPrint.

Prenovljena različica mobilnega pisarniškega paketa Office za Appleove tablične računalnike iPad se poleg možnosti za neposredno tiskanje lahko pobaha še s funkcijo SmartGuides za PowerPoint, ki omogoča enostavno usklajevanje slik s preostalo vsebino na diapozitivu. Posodobljeni urejevalnik preglednic Excel pa je pridobil možnost enostavne nastavitve višine in dolžine vrstic ter stolpcev.

Prenovljeni mobilni pisarniški paket Office za Appleove tablične računalnike iPad (inačico 1.1.1) je brezplačno na voljo za prenos na spletnem portalu iTunes, in sicer na povezavi <http://bit.ly/Officei-Pad>.

Povezava: <http://bit.ly/Officei-Pad>

Vir: [Računalniške novice](#)

[Na vrh](#)

OGLASNA DESKA: Tek, sprostitev in izziv

Avtor: *Sabina Dermota*

Lektoriranje: *Albert Kolar*

[Pošljí komentar](#)

Kljub temu, da med vikendi kar dosti naredim za dobro telesno in duševno počutje, sem začutila potrebo, da nekaj koristnega zase počnem tudi med tednom. Pomanjkanje fizične aktivnosti me je namreč pričelo utesnjevati. Skrajno mejo pa je doseglo, ko je sin hudo zbolel. Takrat sem začutila nujno potrebo po tem, da duševno bolečino preusmerim v fizično aktivnost. Tek je postal del mojega vsakdana.

K pisanju tega članka me je vzpodbudilo žalostno dejstvo, da se športnih prireditev, ki jih prirejajo medobčinska društva slepih in slabovidnih, udeleži vsako leto manj naših članov. Če bi za nekatere športe lahko rekli, da je temu kriva finančna kriza, za vse to prav gotovo ne drži. Recimo, da med prve prištejemo alpsko smučanje in tek na smučeh, med slednje pa planinska srečanje, atletiko in tek ali hitro hojo na 5 kilometrov. Za primer naj navedem samo dejstvo, da je leta 1992 v Izolo na tekmovanje v hitri hoji na 5 km iz Ljubljane odpeljal avtobus članov ljubljanske regije. Leta 2013 pa se je tovrstnega tekmovanje v Novem Mestu udeležilo skupno 12 tekačev. Letos je bilo tovrstno srečanje zaradi premajhnega števila prijavljenih celo odpovedano. Znano je, da so se predhodne generacije mnogo več gibale kakor dandanes. Če za koga velja, potem za današnje ljudi še posebej, da preveč časa presedimo pred računalniki in se premalo gibljemo. Če k temu prištejemo še sodoben način prehranjanja, so rezultati nezdravega načina življenja hitro vidni.

Tek je poleg hoje ena najosnovnejših naravnih oblik gibanja, ki človeka spremlja že od prazgodovine. Če je bil prvotno namenjen lovu, begu pred nevarnostjo in premagovanju daljših razdalj, zanj danes velja, da je najcenejša oblika športa in rekreacije. Potrebuješ le dobre tekaške copate in lahko uživaš, kakor ti srce dovoli in duša poželi. Res pa je, da smo slepi tudi pri teku bolj ali manj vezani na spremljevalca. Ker pa resnično veliko ljudi teče, s spremljevalci ne bi smeli imeti težav. Prepričana sem, da vsak od nas, ki bi želel teči, v svoji okolici najde koga, ki bi enkrat ali dvakrat na teden z veseljem tekel z njim. Od nas samih je odvisno, če si to resnično želimo. Rojeni smo za gibanje, zato ni nikoli prepozno začeti. Imeti moramo le pravo motivacijo, vztrajnost in sebi primerno zastavljen cilj. Meni osebno je bila začetna motivacija udeležba na DM teku. To je dobrodelni tek, ki ga vsako leto za ženske prireja Drogeriemarkt. Del denarja od prijave je vedno namenjen dobrodelnosti. Ker se tudi za slepe dosti denarja zbere na podobne načine, sem si sama želela prispevati nekaj za nekoga, ki si v življenju lahko pomaga le s tako zbranimi denarnimi sredstvi. Več let sem si srčno želela teči na tem teku, nisem pa želela priti skozi cilj zadnja. V otroštvu teka nisem marala, ker se ga nikoli nismo lotevali na pravi način. Bila sem tako brez tekaške kondicije, da je bila zgrožena še moja lastna hči. Ko sva nekoč tekli skupaj, je iskreno dejala: »Ja mami, ne vem, kako ti bo šlo, če ne zmoreš niti 300 m preteči, ne da bi vmes hodila. Mogoče ni pametno, da se prijaviš.«

»Počakaj ti malo, draga Nika. Boš videla, kako mi bo šlo,« sem sklenila vztrajati. Tako sem si zastavila prvi tekaški cilj. Preteči 5-kilometrsko razdaljo po makadamskih površinah Šišenskega hriba in Tivolija in hkrati prispevati nekaj tudi v humanitarni

namen. Pa brez tekaškega znanja niti ni bilo tako lahko začeti. Najprej sem do dobra spoznala progo, po kateri sem nameravala teči. Morala je biti predvsem varna zame, ne prekratka in najpomembnejše, biti je morala v moji domači okolici. Teka sem se namreč nameravala lotiti s pomočjo psa vodiča. Oprsnico in vodilo sem zamenjala s tekaškim pasom. To je povodec iz dveh delov. Na ovratnico se pritrdi tog usnjen del, ki se nadaljuje v elastičnega. Slednjega lahko po želji podaljšuješ ali krajšaš. Pes je tekel levo od mene in mi tako nakazoval rob cestišča. Ker sva bila oba brez tekaške kondicije, sva s tekom pričela počasi in v kombinaciji s hojo, ki pa je bilo s časom vedno manj, dokler nama nekoč ni uspel (veliki met). Progo sva v celoti pretekla.

Organizirane tekaške prireditve so običajno množično obiskane, zato ni bilo nobenih možnosti, da bi na kateri od njih tekla s psom. Zato sem si morala omisliti spremljevalko. Za le to se mi je kar sama ponudila Saša. Ona tek trenira v tekaškem klubu in ji rezultat na DM teku ni bil pomemben. Morali pa sva najti pravi način najinega sodelovanja. Slepí največkrat s spremljevalcem tečejo s pomočjo elastičnega traku, ki ga, zavezanega v obliki osmice, tekača natakmeta na notranji roki. To je odličen način spremljanja po širokih tekaških površinah, kjer tekača lahko tečeta vzporedno. Pri DM teku pa so tekaške površine ozke makadamske potke, speljane v klanec, in na vsaki strani poti je odvodni kanal. Upoštevati je treba tudi množico tekačic, od katerih vsaka teče svojemu cilju naproti. Zato tak način teka ne prišel v poštev. Ker sem po hribih navajena hoditi s pomočjo pohodne palice, sva preizkusili ta način tudi pri teku. Palico sva raztegnili na meter in pol dolžine, da med tekom Saše nisem pohojala. Ona si je zanko nataknila na roko, jaz pa sem drugi konec palice držala na dlani in tekla za njo. Tako sva roki najmanj obremenjevali. Jaz pa sem preko palice še vedno dobila dovolj informacij o talni podlagi. Prav tako o robu cestišča in zavojih na progi. Pri tovrstnem načinu teka sem se počutila zelo varna.

Komaj sem dočakala veliki dan, ko sem si na tekaški copat prvič pritrdila čip za merjenje hitrosti in s ponosom oblekla zeleno majico s štartno številko 90909. To številko sem dobila v prijavnem paketu in takoj me je prevzela. V njej sem videla posebno sporočilo. Nekaj neskončnega, ritmično ponavljajočega. Kakor tek sam. V prijavnem paketu smo dobile tudi zapestnice, katerih barva je ustrezala tekaški pripravljenosti posamezne tekačice. Ko sva se s Sašo na štartu postavili v svojo skupino, sem vesela ugotovila, da stojiva nekje na sredini skoraj 9000-glave množice. Glasbena skupina Čuki je dajala ritem neučakanim parom nog, ki so komaj čakale na začetek. Odštevanje in strel iz pištole je v tek pognal prvo skupino tekačic. In za njimi še vse ostale. Čas se prične meriti takrat, ko elektronska zanka na startu zazna posamezen čip. In takrat se prične zares. Hrup z glavnega prizorišča se je oddaljeval in vedno glasnejši je postajal enakomeren ritem tekaških copat. Pospeseno bitje srca, utripanje adrenalina po žilah in veselje nad tem, da lahko tečeš in skozi nosnice vdihavaš svež jutranji zrak, je enkratna melodija. Doživetje, ki ga ne moreš opisati. Enostavno ga moraš doživeti. Tekle smo skozi gozd, gor in dol, pa po ravnini in zopet v klanec. Pozorna sem bila na talno podlago, saj je vsaka korenina, luknja ali večji kamen na poti lahko vzrok za zvin gležnja. Ugotovila sem, da je najbolje imeti podplate čim krajši čas v stiku s tlemi. To niti ni bilo težko, saj sem imela občutek, da me noge kar same nesejo naokrog. Ko sem zopet zaslišala hrup z glavnega prizorišča, sem vedela, da se približujemo cilju. Še razmočena travnata ciljna ravnina in konec. Zadihana, zardela in neizmerno srečna sem pretekla ciljno črto. Nekaj časa kar nisem mogla verjeti, da sem res lahko, skupaj z velikansko

množico deklet pretekla začrtano progo in hkrati pomagala pri nakupu specialne nožne proteze za športnico, ki bo morda nekoč tekla na dobrodelnem teku. Tako navdušena s svojim prvim tekaškim uspehom s tekom nisem mogla kar končati. Postavila sem si nov cilj in sicer udeležbo na 10 kilometrski preizkušnji na Ljubljanskem maratonu. Najprej sem poiskala spremljevalko, ki mi je bila motivacija za nadaljnje treninge. Tokrat je bila to sodelavka Polonca. Spremljanje je vzela zelo resno in odgovorno. Zastavljeni cilj sva dosegli z obojestranskim zadovoljstvom. Še danes se ga z veseljem spominjava. In moj naslednji cilj? Po vzpodbudnem prigovarjanju ene od sodelavk sem se včlanila v eno od športno-humanitarnih društev. Tam so me sprejeli z odprtimi rokami. Trenirati sem pričela z njimi in skupaj z njimi tudi dosegati nove cilje. Udeležila sem se kar nekaj dobrodelnih tekov. Dejstvo, da s svojim tekom pomagaš tudi nekemu drugemu, ki tega trenutno ne zmore, je zelo lep občutek in odlična motivacija. Tako nevede premagaš mejo, ki se ti je nekoč zdela nemogoča. Z vztrajnostjo sem tako pretekla svojih prvih 21 kilometrov na čudovitem Maratonu treh src v Radencih. Vse do trenutka, ko sem dejansko prestopila ciljno črto, nisem verjela vase. Nikoli ne bom pozabila tistega enkratnega doživetja radosti, ko je upanje in želja postala resnično dejstvo. Tudi moj spremljevalec se kar ni mogel načuditi moji sreči. Mislim, da je tudi on šele takrat razumel, koliko mi tak uspeh pomeni, saj je priznal: »Poleg moje prve osebne pretečene enaindvajsetke je ta moja najlepša.«

Spremljevalci slepih tekačev morajo biti dobri tekači, da imajo energijo tudi za spremljanje. Zato je običajno za njimi dolga in preizkušena tekaška pot. Če tak tekač govori o posebnem doživetju teka, potem ne govori brez razloga.

Priznam, da je bilo v začetku teči zelo naporno. Z rednimi treningi pa se mi je postopno razvijala potrpežljivost, vztrajnost in volja po napredovanju. Pridobivala sem na telesni in duševni moči. Tako je prišel dan, ko sem se zavedla, da tek ni več napor, temveč je postal del mene - nujnost in užitek. Sedaj mi pomaga pri sproščanju vsakodnevnih psiho-fizičnih tegob, hkrati pa mi pomaga ohranjati zdravo telo in stalno telesno težo. Sama za svoj obstoj nujno potrebujem sonce ali dež na koži, veter v laseh in svobodo v duši. Tek si lahko privoščim praktično kadarkoli. Ob deževnem ali jasnem vremenu, pa ob lepih pomladnih jutrih ali v večernem mraku. Večkrat se mi zgodi, da sem premočena do kože, pa tega še opazim ne. Res je, da moram biti med tekom kljub Baronovemu spremstvu zelo zbrana in pozorna. Dobro moram poslušati, saj vsi mimoidoči pešci in kolesarji pač ne vedo, da ne vidim. Vedno pa grem na vsak tek s pozitivnim duhom, ki mi pomaga pri premagovanju spremljajočih ovir. Ker imam s tekom resnično lepe izkušnje, vabim vse, ki še oklevate, da se mi v tem športu pridružite in se morda kdaj srečamo na kaki tekaški prireditvi.

[Na vrh](#)

NOVIČKE: Diktafon Olympus DM 7 ne bo na voljo v Sloveniji, Nov bankovec za 10 evrov, Pametni čevlji za slepe, Po novem možno tiskanje brez kartuš, Skype dokončno ukinil uporabo starejših različic programa

Avtor in sodelavec: *Jure Srebrovič*

Lektoriranje: *Albert Kolar*

[Pošlji komentar](#)

Diktafon Olympus DM 7 žal ne bo na voljo v Sloveniji

V prejšnji številki Rikosa smo nekaj besed namenili novemu diktafonu Olympus DM 7, ki ima med drugimi inovativnimi funkcijami vgrajeno glasovno sintezo, s pomočjo katere lahko poleg vseh menijev bere tudi naslove datotek, vsebino word, excel in txt datotek. Pred časom pa je iz podjetja PBC žal prišla novica, da so se pri Olympusu odločili, da tega modela ne bodo prodajali na jadranskem trgu, v katerega sodi tudi Slovenija. To seveda pomeni, da v nobeni trgovini v Sloveniji tega vrhunskega diktafona ne bo možno kupiti. Zato priporočam vsem, ki bi ta vrhunski diktafon vseeno radi imeli, da se obrnete na katero od spletnih trgovin, ali pa pokukate v trgovine v zamejstvu v Avstriji ali Italiji.

vir: PBC Slovenija

Prihaja nov bankovec za 10 evrov

Nov bankovec bo prišel v obtok 23.9.2014. Na voljo pa bo na celotnem Evro območju. To je drugi bankovec iz serije Evropa. Prvi bankovec je bil za 5 € in je v prišel obtok v letu 2013. Novi 10€ bankovci bodo imeli več zaščitnih elementov kot stari. Nove bankovce bodo uvajali po naraščajočem vrstnem redu, njihove nominalne vrednosti pa bodo ostale iste, torej: 5, 10, 20, 50, 100, 200 in 500 €. Oboji bankovci tako prve kot druge serije bodo istočasno v obtoku vse do uvedbe zadnjega novega bankovca, nato pa bodo starejši postopoma odšli iz obtoka. Datum prenehanja veljavnosti starih bankovcev bo znan daleč vnaprej, tudi po prenehanju pa bo stare bankovce v banki Slovenije in vseh bankah evro sistema vedno možno zamenjati za nove. Novi bankovci bodo imeli iste barve, torej: siva petica, rdeča desetica, modra dvajsetica, oranžna petdesetica, zelena stotica, rumenorjava dvestotica in vijolični petsto evrski bankovec. Tak način olajša pregled bankovcev slabovidnim, za slepe pa bo v novi seriji vsak bankovec ob robu imel tudi reliefno oznako. Več informacij je na voljo na naslednjih povezavah:

<http://www.ecb.int/euro/banknotes/europa/html/index.sl.html>

<http://www.noviobrazeura.eu>

<http://www.novi-eurski-bankovci.eu/lzobrazevalna-gradiva/Publikacije>

Vir: Elektronsko obvestilo s strani gospe Karmen Juren

Prihajajo pametni čevlji za slepe Lechal

Dnevi iskanja smeri s pomočjo navigacije na mobilniku ali pa poslušanja navigacijske naprave, ki nam kaže pravo pot, se bližajo koncu, saj bodo na tržišče kmalu prišli pametni čevlji Lechal, ki bodo usmerjali tistega, ki jih nosi, brez da bi ta moral karkoli gledati ali poslušati. Pametne čevlje je izumilo indijsko start-up podjetje Ducere

Technologies, 'lechal' pa v hindujščini pomeni 'odpelji me tja'. Uporabnik bo tako lahko v Lechal aplikacijo vnesel zeleni cilj s pomočjo Google Maps ali neke podobne navigacije, potem pa bo lahko mobilnik pospravil v žep ali nahrbtnik in se odpravil na pot. Aplikacija je zasnovana tako, da se preko Bluetootha poveže z modulom, ki je vstavljen v zadnji del čevlja. Levi ali desni čevelj potem zavibrira - odvisno od tega, kam mora uporabnik zaviti, da bi prišel tja, kamor želi.

Krispian Lawrence in Anirudh Sharma pravita, da sta napravo razvila z namenom olajšati življenje slepim, ki navadno pot še vedno iščejo s pomočjo bele palice ali psov vodičev. Želela sta ustvariti orodje, ki bi bilo učinkovitejše in lažje za uporabo, ter bi slepim omogočalo, da enostavneje pridejo do zelenega cilja. Druge navigacijske naprave, ki z glasom usmerjajo uporabnike, so za slepe lahko pogosto tudi zelo neprimerne, saj se ljudje, ki imajo težave z vidom, močno zanašajo na sluh pri zaznavanju okolice in jih nenehno oglašanje navigacijske naprave lahko moti pri zaznavanju dogajanja okoli njih. Pametni čevlji vas ne pripeljejo le do zelenega cilja, ampak imajo še nekaj dodatnih funkcij: tako na primer štejejo korake in kalorije, ki jih porabi uporabnik. Če ste rekreativec in se nočete odreči vašim priljubljenim supergam za tek, je tehnologija pametnih čevljev na voljo tudi v obliki vložka, ki ga vstavite v športni copat, škorenj ali sandal.

Pametne čevlje Lechal že lahko naročite - cene se gibljejo od 100 do 150 dolarjev. V ceno so všteti obutev, aplikacija in polnilec. Aplikacija je združljiva z operacijskimi sistemi Android, iOS in Windows.

Vir: <http://dne.ena.com/>

Po novem možno tiskanje brez kartuš

Epsonov tiskalnik s sistemom rezervoarja s črnilom je odličen za tiste, ki želite tiskati po izjemno ugodni ceni, brez kakršnih koli težav in brez sklepanja kompromisov med zmogljivostjo in kakovostjo. Epson je predstavil novo serijo naprav »Factory Print Epson«, ki vključuje 4-barvni A3 tiskalnik L1300 in 6-barvni A3 tiskalnik L1800. Gre za prva A3 brizgalna (inkjet) tiskalnika, ki delujeta brez barvnih kartuš. Vsebujeta štiri oz. šest 70-ml stekleničk s črnilom in lahko natisneta do 15 črnobelih strani na minuto. Epson L1300 združuje možnost tiskanja vsakodnevnih dokumentov, poročil, grafov, načrtov in posebnih predstavitvenih materialov za različne medije, saj lahko tiska tudi na debel in fotografski papir do velikosti A3. Začetni paket vključuje rezervoarje z modrim (cyan), škrlatnim (magenta) in rumenim črnilom ter dva rezervoarja s črno barvo, kar zadošča za tisk 5700 barvnih in 7100 črnobelih A4 strani. Šestbarvni barvni brizgalnik L1800 lahko tiska z ločljivostjo 5760x1440 pik na palec na papir do velikost A3 brez puščanja robov. Poleg štirih osnovnih barv ta vsebuje še svetlo modro in svetlo škrlatno. Ta kombinacija barv omogoča visoko kakovostni fotografski tisk velikih slik in grafik za najboljši vtis na občinstvo. V začetnem paketu boste prejeli dovolj črnila za tisk 1.500 fotografij formata 10x15. Tiskalnik je tudi hiter, saj lahko natisne barvno fotografijo v le 45 sekundah. Epsonovi tiskalniki omogočajo nenehen dotok črnila, saj imajo lastne rezervoarje s črnilom in sistem samodejnega napajanja s črnilom, poznan kot CISS (Continuous Ink Supply). Micro Piezo tehnologija je sistem, s katerim tiskalnik brizga črnilo na papir. Ta tehnologija, ki lahko natančno poveča ali zmanjša pritisk vbrizga, se razlikuje od drugih termalnih metod vbrizgavanja, ki lahko pritisk le povečajo. To omogoča večji nadzor gibanja, manjšo velikost pik, kar vodi v večjo natančnost. Glave teh

tiskalnikov so opremljene s tehnologijo VSDT, ki omogoča razpršitev črnila v treh različnih velikostih. Epsonova tiskalnika L1300 in L1800 sta na voljo od konca julija pri slovenskem dobavitelju Avtera, d. o. o.

vir: <http://www.racunalniske-novice.com/>

Skype dokončno ukinil uporabo starejših različic programa:

V podjetju Skype so v začetku julija 2014 spremenili vpisne pogoje. Tako se ne bo več možno vpisati z nobeno starejšo različico od različice 6.0, prav tako pa se ne da več vpisati s programom GW connect, ki ga je podjetje GW micro, ki izdeluje tudi bralnik zaslona Window Eyes, razvilo zato, da bi slepim in slabovidnim olajšalo delo na Skypu. V podjetju GW micro zagotavljajo, da se bo v kratkem zopet dalo uporabljati njihov programček, kar se pa tiče Skypa, pa ste s tem vsi uporabniki, ki uporabljate različico 3.8 ali katerokoli starejšo od 6.0, prisiljeni na posodobitev.

[Na vrh](#)

© 2002-2014, [Uredništvo Rikoss](#), [Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije](#)