



RIKOSS

Poljudnoznanstvena revija s področja ljudi z okvaro vida

številka 4 / 2024

KOLOFON

RIKOSS

Poljudnoznanstvena revija s področja ljudi z okvaro vida

letnik 23, številka 4 / 2024

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

Glavni, odgovorni in tehnični urednik: Marino Kačič

Uredniški odbor / sodelavci: Anja Uršič, Brane But, Metka Pavšič, Safet Baltič, Sabina Dermota

Lektoriranje: Vida Črnivec

V reviji se objavlja priporočila in izsledke testiranja nove specialne IKT opreme, strokovne članke o spoznanjih z relevantnih področij, možnostih za izobraževanje, delo in prosti čas, o izkušnjah v povezanosti/vključenosti, o osebnih življenjskih in delovnih izkušnjah ljudi z okvaro vida, njihovih svojcev in strokovnjakov vseh podpornih služb ter 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 zahtevata jasnost in razumljivost, ne da bi o tem prej obvestilo avtorja. Avtorji prispevkov so odgovorni za avtentičnost besedila in svoja stališča.

© Revija Rikoss (ime, oblika in vsebina) je zaščitena 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: NOVOLETNA POSLANICA ZDSSS OB PRIHAJAJOČEM LETU 2025

Matej Žnuderl, predsednik ZDSSS

AVTOPORTRET: Karolina Doltar Šmit

Trudim se, da bi vsak dan vsaj malo napredovala pri vsem, kar počnem in sem

POPOTNIŠKI UTRINKI: Samostojno potovanje po otoku Lanzarote - otoku večne pomladi (2. del)

Maša Pupaher

INTEGRACIJA: TRIGLAVSKI NARODNI PARK ZA VSAKOGAR

Sodelovanje s slepimi in slabovidnimi in 100-letnica parka

Marjeta Albinini

INVALIDSKO VARSTVO: Spremembe Pravil obveznega zdravstvenega zavarovanja glede psa vodiča slepe osebe

Brane But

DOBRO JE VEDETI: Projekt DATIS - digitalno dostopen turizem za slepe in slabovidne

Marjo Kapelj, ZDSSS, vodja projekta DATIS

PAMETNI TELEFONI: Opis posodobljene večfunkcijske aplikacije Seeing AI

Safet Baltić

NAMIGI IN NASVETI: Ponastavitev računalnika, Bližnjične tipke za Outlook

Brane But

TEHNIČNI PRIPOMOČKI: Novosti na slovenskem trgu – bralnik podnapisov GoBox+ in pametni telefon SmartVision3

Petra Derganc, strokovna sodelavka za tehnične pripomočke na ZDSSS

MEDNARODNE NOVIČKE: Svet Evropske unije dokončno potrdil direktivo o invalidski kartici ugodnosti in parkirni karti, Smernice za inkluzivno umetno inteligenco, Solfagnano listina za zavezanost k inkluziji, Standardi za dostopnost IKT.

Anja Uršič

UVODNIK: NOVOLETNA POSLANICA ZDSSS OB PRIHAJAJOČEM LETU 2025

Avtor: *Matej Žnuderl, predsednik ZDSSS*

Tradicionalno se ob prehajanju iz enega leta v drugo najprej ozremo nazaj. Leto 2024 smo posvetili 200-ti obletnici objave sistema brajice, ki je pomenil velikanski preskok v miselnosti strokovnjakov s področja izobraževanja slepih. Le redki so bili prepričani, da se »izplača« poučevati slepe, saj imajo le-ti slabe miselne zmogljivosti. S pisavo, ki se jo lahko nauči večina slepih, se je zgodil velik preskok v odnosu do izobraževanja slepih. Posledično se je izkazalo, da umsko zaostajanje ni nujni spremljevalni pojav slepote, temveč gre le za neprimerne vzgojno–izobraževalne vzpodbude pri njih. Danes se večina slepih in slabovidnih lahko vključi v osnovno šolo in v nadaljnje izobraževanje skupaj z ostalimi vrstniki. Seveda pa je potrebno učna gradiva prilagoditi in pretvoriti v obliko, ki jo lahko naši učenci uporabljajo za učenje. Še vedno si prizadevamo, da se področje dostopnosti gradiv uredi v celoti, a tu napredujemo le počasi.

Letos smo bili zelo ponosni, da je predsednica Republike Slovenije gospa dr. Nataša Pirc Musar prevzela pokroviteljstvo pri odkritju spominske plošče na stari Ginekološki kliniki, ki obeležuje ustanovitev šole za slepe v letu 1919. Podobno ploščo smo odkrili tudi na Waldorfski šoli. Slednja obeležuje ustanovitev Podpornega društva slepih leta 1920, njegova naslednica je naša Zveza.

Pozorno smo spremljali spremembe zakonov in podzakonskih aktov ter dajali nanje pripombe, ki bi jih izboljšale z vidika naših pravic in prilagoditev realnega in virtualnega okolja in nam olajšale možnost uveljavljanja nekaterih oblik pomoči, ki jih nudi določen zakon.

Naj se še zahvalim vsem strokovnim delavcem na Zvezi in v društvih, mnogim sodelavcem in prostovoljcem, dejavnim članom organov, vsem osebnim asistentom in svojcem, ki nam ves čas stojijo ob strani in nas ohrabrujejo k nadaljevanju prizadevanj za kakovostno življenje slepih in slabovidnih.

V letu, ki prihaja, bo potrebno potrditi in izvoliti nove člane organov Zveze ter njeno vodstvo. Ob tem ostajajo vsa dosedanja prizadevanja kot nikdar končana naloga. Zato zaželim vsem veliko sreče, zdravja in zadovoljstva v prihodnjem letu na vseh pomembnih področjih življenja in dela.

[Na vrh](#)

AVTOPORTRET: **Karolina Doltar Šmit**

Trudim se, da bi vsak dan vsaj malo napredovala pri vsem, kar počnem in sem

V avtoportretu tokrat spoznamo Karolino Doltar Šmit, predano mamo in strokovnjakinjo, ki deluje na področju pomoči slepim in slabovidnim. Odraščala je v Črnomlju in se zaradi albinizma spopadala z izzivi slabovidnosti, a je vedno imela podporo svoje družine. Osebné izkušnje ter študijska pot so oblikovali njen sočuten pristop k delu in življenju. Danes vodi programe osebne asistencije na Zvezi društev slepih in slabovidnih ter uživa v družinskem življenju na Vranskem.

Rada imam preproste stvari: muce, ki se motajo pod nogami, opazovanje puhastih oblakov, sprehode s kužki, otroški smeh, dolga, počasna jutra, sproščene pogovore, zgodnjo jesen, kavo s prijatelji. Z možem Jožetom in tremi otroki, Renejem (12 let), Jakobom (3 leta) in Sofijo (1 leto), živimo na Vranskem. Živimo na manjši vrtnariji, za katero skrbi mož. Doma imamo kužke, muce, kokoši, race, mini koze, veliko rastlin in pisanih rož. Še posebej spomladi se rada sprehodim skozi rastlinjake, ko vse diši in cveti v pisanih barvah. Pri nas se vedno veliko dogaja; smo nagajivi, marljivi, glasni in nasmejani.



Rodila sem se spomladi leta 1983 v Novem mestu. Že v porodnišnici sem izstopala zaradi belih las in svetle polti. Mami so povedali, da imam albinizem, vendar starša nista vedela, da je albinizem povezan s slabovidnostjo. Da imam težave z vidom, je mama opazila, ko mi je nad posteljico obesila igrače, s katerimi se nisem igrala. Ker imam starejšo sestro, se ji je to zdelo nenavadno, saj so njo igračke nad posteljico močno pritegnile in je z veseljem z rokami udarjala po njih, jaz pa ne. Obrnila se je na pediatra in izvedela, da slabo vidim.

Ena od posledic albinizma je, da je svetloba zame zelo moteča, zato običajno nosim očala s foto stekli. Poleg tega imam vedno pri sebi dodatna sončna očala. Zaradi albinizma in s tem povezanega pomanjkanja kožnega pigmenta imam svetlo kožo, ki jo sonce hitro opeče. Vedno moram biti pozorna na to, da uporabim kremo za sončenje z visokim faktorjem, tudi na oblačen dan, sicer hitro dobim sončne opekline. Ko sem bila mlajša, se mi je večkrat zgodilo, da sem bila opečena tako močno, da sem dobila mehurje na koži. Z leti sem se naučila poskrbeti zase, tako da se mi to ne dogaja več. Kadar smo sredi poletja, svoje aktivnosti prilagodim temu, da se izognem najhujšemu soncu.

Odraščala sem v Črnomlju in živela v hiši s staršema, bratom in sestro; v isti hiši so živeli še stari starši in očetova teta. Za našo hišo raste ogromen divji kostanj, pod

katerim smo se brezskrbno igrali, kuhali smo juho iz blata in peska, se skrivali, lovili. Babica nam je dovolila, da prirejamo modne revije z oblačili iz njene omare ... Poleti smo odhajali na Kolpo, kjer sem se naučila plavati. Pogosto smo odhajali k zidanici, kjer smo se igrali, medtem ko sta starša skrbela za vinograd, sadno drevje, vrt ...

Zaradi belih las in svetle kože sem kot otrok še posebej izstopala in pogosto bila tarča radovednosti ter različnih bolj in manj prijaznih opazk. Starša sta me vedno sprejemala takšno, kot sem, in od mene pričakovala precej podobno kot od sestre in brata. Spodbujala sta me, da poskusim vse, kar me zanima. Z bratom in sestro smo se kot otroci veliko prerekali glede nepomembnih stvari, a ko je bilo treba stopiti skupaj, smo to vedno storili. Kljub oddaljenosti se še vedno radi družimo, si pomagamo in držimo skupaj.

Osnovno šolo sem obiskovala v takratnem Zavodu za slepe in slabovidne v Ljubljani. Iz osnovnošolskih dni se spomnim tekanja po igrišču, »guncanja na ladji«, igre v peskovniku, sankanja s hribčka, plesnih vaj, druženja z otroki. Spomnim pa se tudi kepe, ki je nastala v mojem trebuhu ob nedeljah, ko sem vedela, da bo čas, da se vrnem v Ljubljano. Morda se še od takrat posebej veselim petkov in obožujem podaljšane vikende. V višjih razredih je bilo odhajanje od doma malo lažje, vendar sem še vedno močno pogrešala sestro in brata.

Po končani osnovni šoli sem se vpisala na gimnazijo v Črnomlju. Prehod v »običajno« šolo mi je predstavljal velik izziv. Težko sem sledila pouku, kljub temu da sem sedela v prvi klopi, nisem zmogla brati iz table. Prilagojenega gradiva in pripomočkov nisem imela. Zato sem se prepisala v srednjo ekonomsko šolo v Škofji Loki. Spomnim se, da smo v srednji šoli imeli veliko časa za druženje, sprehode, igranje taroka. Proti koncu srednje šole sem se naučila učiti; ugotovila sem, kako si organizirati gradivo, da je zame dostopno. Naučila sem se osnov računalništva, kar mi je bilo v veliko pomoč pri študiju. V srednji šoli sem začela s prostovoljnim delom v vrtcu, kar mi je bilo zelo všeč, in sem začela razmišljati o študiju, ki bi bil povezan z delom z ljudmi.

Odločila sem se za študij socialnega dela v Ljubljani. Že na začetku smo se s sošolkami povezale in postale dobre prijateljice. Kljub temu, da je od takrat preteklo že kar nekaj časa, se še vedno redno dobivamo in družimo. V času študija sem že znala sama poskrbeti za prilagoditve, ki sem jih potrebovala za uspešno delo. Gradivo, ki je bilo večinoma sestavljeno iz različnih člankov, sem si fotokopirala na večje. V moji študentski sobi je bilo na kupe fotokopij. Od sošolk sem si sposojala zapiske, pri skupnih predstavitvah pa sem običajno prispevala vsebinski del, medtem ko so sošolke predstavile številčne podatke.

Po zaključku visokošolskega študija sem se sočasno vpisala na diferencialni študij za pridobitev univerzitetne diplome iz socialnega dela ter na specializacijo iz Zakonske in družinske terapije na Teološki fakulteti v Ljubljani.

V času študija sem prek študentskega servisa delala v klicnem centru mreže spremljevalcev na Zvezi društev slepih in slabovidnih, nato sem na Zvezi dobila priložnost za delo za čas nadomeščanja porodniškega dopusta. Moja naloga je bila

delo na programu za slepe in slabovidne otroke ter delo na programu mreža spremljevalcev. Ker sem ob delu še redno študirala, sem dopoldneve preživljala v službi, popoldneve pa na faksu. Kmalu po zaključku specializacije sem dobila prvega otroka, ko jo dopolnil eno leto sva se s takratnim partnerjem razšla, nato sva s sinom zaživela sama.

Na Zvezi sem se ponovno zaposlila v času projekta KSS, takrat sem zaradi izpolnjevanja pogojev za dela na projektu opravila še enoletno izpopolnjevanje na Pedagoški fakulteti v Ljubljani. Usklajevanje skrbi za majhnega otroka, dela in študija je bil pravi izziv. Kljub oddaljenosti so mi bili starši vedno pripravljeni priskočiti na pomoč z varstvom, prevozi, sestavljanjem pohištva ... brez njihove pomoči ne bi zmogla.

Z začetkom izvajanja osebne asistencije na Zvezi sem prevzela delovno mesto strokovne vodje osebne asistencije. Veseli me, kadar uporabnikom pomagamo pri pridobitvi pravice do osebne asistencije ter ko prispevamo k večji samostojnosti uporabnikov s kakovostnim izvajanjem storitev, saj iz lastnih izkušenj vem, kako pomembno je ohranjanje in krepitev samostojnosti.

Ko se je moje življenje ustalilo, sem našla več časa zase, spoznala sem novega prijatelja, ki je s časom postal moj mož. Po sanjski zaroki v Egiptu sva skrbno načrtovala našo prihodnost. S sinom sva se preselila na Vransko, kmalu pa sta se nam pridružila še sin in hči. Z možem si stojiva ob strani, spodbujava drug drugega in slediva skupnim sanjam. Trudiva se, da otrokom nudiva varen in ljubeč dom. Spoštovanje, sočutje in resnicoljubnost so vrednote, ki jih cenim in jih želim prenesti na otroke.

Izkušnje me učijo, kako pomembno je imeti ob sebi ljubeče ljudi, oblikovale so me v to, kar sem danes. Trudim se, da bi vsak dan vsaj malo napredovala pri vsem, kar počnem, in vsem, kar sem, ne samo zame, ampak tudi za svojo družino in vse, ki jih srečam na poti, saj verjamem, da skupaj rastemo in se učimo.

Na vrh

POPOTNIŠKI UTRINKI: **Samostojno potovanje po otoku Lanzarote - otoku večne pomladi (2. del)**

Avtorica: *Maša Pupaher*

Urednica rubrike: *Metka Pavšič*

V drugem delu potopisa o Kanarskem otoku Lanzarote nam avtorica sprva približa svoja občutenja vulkanske pokrajine, Jahanje kamel in konjev pa jo je povsem prevzelo. Zelo je uživala v večernih sprehodih ob morju, kjer je začutila globok mir. Vodička Sina je poskrbela, da se je lahko povsem posvetila doživetjem, saj je bila usposobljena spremljevalka. Konec članka nam ponuja tudi praktične nasvete za potovanja ter koristni spletni povezavi.

V nedeljo zjutraj sva se tako odpravili v nacionalni park, kjer sva se vkrcali na avtobus, ki naju je z ostalimi potniki popeljal po vulkanskih kraterjih. S pomočjo Sininih opisov in predstavitev, ki se je predvajala po zvočniku, sem spoznavala okolico s kraterji, vulkanskim peskom in redkimi živalskimi vrstami, ki preživijo na tistem območju. Po vožnji z avtobusom, sva se odpravili še na ogled žara, ki je eden izmed dveh žarov, ki ne delujejo na ogenj, temveč na toploto, ki puhti iz zemlje. Ko sem se sklonila in z roko malenkost premešala zemljo, sem lahko še vedno čutila zemljino toploto. Ker me je vulkansko delovanje tako prevzelo, sva se odpravili še v muzej, kjer sem si lahko ogledala različne kamnine in simulacijo vulkanskega izbruha in taktilne prikaze vulkanov, ki so bili opremljeni z opisi v Braillovi pisavi. Izvedela sem, da so vulkani na območju kanarskih otokov še kako aktivni. Znanstveniki pričakujejo, da bo naslednji izbruh doletel Tenerife. Do tega naj bi prišlo čez približno 15 let, vendar natančna napoved ni mogoča. Kako nesamoumevna je naša prihodnost, sem razmišljala. Bi si lahko ustvarila življenje nekje, kjer bi vedela, da lahko zaradi izbruha vulkana vse izgubim? Res pa je tudi, da nikoli ne moremo vedeti, kaj nas čaka. Narava nam ponuja zrcalo človeške ranljivosti, ki je človeštvo kot tako vse težje sprejema. Razvoj tehnologije nam ponuja (umeten) ščit, ki pa nas pred naravnim ciklom ne more obvarovati.



Fotografija: razgled na nacionalni park

Obisku muzeja je sledilo jahanje kamel, kar zame ni bilo prvič, je pa vedno znova zanimiva izkušnja. Jahanje kamele je lahko adrenalinska izkušnja sploh v trenutku, ko kamela vstane in ko se usede, saj se najprej dvigne z zadnjim delom telesa. Ker sem to vedela, sem Sino prosila, naj mi pove, ko se bo kamela premaknila, saj se je potrebno močneje držati. Poznamo različne vrste kamel – lahko imajo eno grbo, lahko pa jih imajo tudi več. Moja dotedanja izkušnja z jahanjem je bila, da sem jo jahala sama, na tej pa je sedlo izgledalo tako, da je na eni kameli ena oseba lahko sedela na levi, druga pa na desni strani. Ko so bile vse kamele polne, smo se odpravili na jahanje po polpuščavi, ki je na prvi pogled izgledala, kot da bi bili na marsu, saj smo lahko iz vseh strani videli večje ali manjše kraterje.

Lanzarote je zelo poznan po vinogradništvu, zaradi česar sva se po kosilu in preden sva se vrnili nazaj do mojega hotela, ustavili še v majhni trgovinici, kjer sem lahko poskusila njihovo domače vino. Obisk vinogradov sicer ni bil v mojem načrtu, vendar sem se odločila, da ga bom zagotovo obiskala, ko se znova vrnem.

Nedeljski večer sva preživel na sprehodu po obali. »Veš Maša, ko potrebujem čas zase, ko mi je vsega preveč, se grem bosa sprehajati ob morju. Bi poskusila?« Sprva sem bila do tega predloga zadržana, saj nerada hodim bosa po poti, ki je ne poznam. Kljub temu pa sem se hitro odločila, da je to nekaj, kar bi rada doživela tudi zato, ker me poslušanje valovanja morja vedno zelo pomirja. Tako sva si sezuli čevlje in se sprehodili tik do mesta, kjer je bil pesek moker, a zelo stabilen za hojo, valovi morja

pa so se vsake toliko časa dotaknili najinih nog. Takrat sem začutila občutek, ki ga je z besedami zelo težko opisati. Ko sem s polnimi pljuči vdihnila morski zrak, poslušala morske valove in čutila tla pod nogami, sem začutila neizmerno svobodo in mir. Imela sem občutek, da sem na pravem mestu ob pravem trenutku. Imela sem občutek, kot da sem lahko v stiku s trenutkom brez, da bi bila obremenjena z kakršnimikoli skrbmi. Začela sem razumeti, kaj je Sina mislila s tem, ko je pripovedovala o miru, ki ga odseva ta kraj. Takrat sem ga začela čutiti tudi sama. K občutku miru je prispevalo tudi dejstvo, da sem se ob Sini počutila zelo varno. Vsi, ki delujejo na področju dostopnega turizma in pri tem sodelujejo z organizacijo Seable Holidays, imajo opravljeno izobraževanje, ki med drugim zajema tudi znanje in veščine, potrebne za ustrezno spremljanje in usmerjanje oseb s slepoto in slabovidnostjo. Ko sem doma v svojem okolju, sem po navadi jaz tista, ki drugim pojasnujem, kako mi lahko na najboljši način spremljajo in usmerjajo, ko hodim sama. Čeprav mi to ne predstavlja nobenih težav, sem videla, kako sem si pri tem lahko odpočila, saj na to nisem rabila biti pozorna.

V ponedeljek je nastopil čas za jahanje konja. Kot eno izmed aktivnosti sem rezervirala tudi dvourni jahanje do morske obale. Ideja se mi je zdela privlačna, nisem pa vedela, kako bo to praktično izvedljivo. Do tistega dne sem imela izkušnje z jahanjem po ravnini, pri čemer je nekdo hodil ob konju, vse skupaj pa ni trajalo več kot pol ure. Čeprav nisem vedela, kako bomo to izvedli, o tem nisem preveč razmišljala, saj sem si rekla, da te aktivnosti ne bi niti ponudili, če ne bi bilo dovolj varno. Vse kar moram narediti je, da temu zaupam. Ko sva s Sino prišli do kmetije s konji in še številnimi drugimi živalmi, naju je presenetil močen veter. Veter pa je bil tudi razlog, da smo jahanje prestavili na sredo, saj je bil tako močan, da samo jahanje ne bi bilo dovolj varno. Ko smo se dogovorili za termin v sredo, sva šli obiskati konja, ki ga bom jahala. Ko sem ga videla, sem imela takoj občutek, kot da sem se z njim povezala. Do konj že od nekdaj čutim veliko spoštovanja. V odnosu do vseh živali se mi zdi pomembno, da k njim pristopim počasi in počakam, da vidim, ali jim je moja prisotnost sploh prijetna.

Zaradi sprememb v načrtu sem se odločila, da bom dan preživela tako, da bom najprej šla na masažo z vročimi kamni, popoldne pa bom preživela ob hotelskem bazenu. Zvečer pa sva se s Sino odpravili na sprehod po njenem domačem kraju. Šlo je za manjše mesto, ki ni toliko znano po turizmu, zaradi česar sem lahko še bolj začutila utrip življenja domačinov. Na sprehodu sem spet začutila mir, ki sem ga čutila že prejšnji večer. Sini sem povedala, da je zame na potovanjih najbolj dragoceno, ko lahko samo opazujem, kaj se okrog mene dogaja. »Res je, da ne vidim, kar pa ne pomeni, da ne morem opazovati. Všeč mi je, ko se lahko samo sprehajam in poslušam različne zvoke, zaznavam različne vonje in začutim utrip kraja, v katerem sem. Verjamem, da to počnemo vsi – tudi osebe, ki imajo ohranjen vid. Vprašanje pa je, koliko se tega zavedamo«, sem ji pripovedovala, ko sva se usedli v živahen lokal na eni izmed ulic in naročili kozarec lokalnega vina. »Vsak ima svoje prioritete, ampak meni je dovolj, če se lahko sprehajam po majhnih uličicah in odkrivam, kako ljudje tukaj živijo«, sem še dodala. K prijetnemu občutku večernih sprehodov je prispeval tudi večerni veter. Lanzarote se geografsko nahaja v Afriki. Najbližja afriška država je Maroko, ki je po morju oddaljena približno 150 kilometrov. Lanzaroti ima povprečno 18 deževnih dni na leto. Ti deževni dnevi pa navadno nastopijo med februarjem in majem. Čeprav gre za navadne padavine, domačini

dežja niso navajeni, zaradi česar so vse javne ustanove v času padavin pogosto zaprte. Temperatura se pozimi ne spusti pod 7 stopinj, pa še to je precej redko. Prebivalci otoka prav tako ne uporabljajo sistemov za ogrevanje, zaradi česar je temperatura pozimi pogosto višja izven njihovih domov. To pa domačine vzpodbudi, da veliko časa čez zimo preživijo zunaj in so ob tem fizično aktivni. Ker kot rečeno, Lanzarote geografsko leži že na območju Afrike, govorimo o »vročem, afriškem soncu«. Tudi, če temperatura kaže 25 stopinj, je občutek, kot da jih je čez 30. K malenkost lažjemu prenašanju vročine, pa prispeva veter. Po Sininem pripovedovanju je turistom ta zelo nadležen, za prebivalce pa zelo dragocen. Moč vetra in vročine pa sta odvisna tudi od tega, kje na otoku se nahajamo. Ker je vreme ponujalo tako močno vročino kot tudi ohladitev s pomočjo vetra, sta bili majica s kratkimi rokavi in jakna stalna vsebina mojega nahrbtnika.

V torek zjutraj naju je čakala 45-minut dolga vožnja do pristanišča, kjer sva se vkrcali na trajekt, ki naju je po 40 minut dolgi vožnji pripeljal na otok La Graciosa. Gre za majhen otok s samo 700 prebivalci, ki je do pred dvema letoma spadal pod otok Lanzarote, trenutno pa predstavlja enega od osmih kanarskih otokov. Že na Lanzarotiju je 85% ljudi zaposlenih v turizmu, na otoku La Graciosa pa je ta številka še večja. »Kako je bilo pri vas med Kovidom? Glede na to, da ste tako odvisni od turizma si predstavljam, da je moralo biti zelo težko.« In res je bilo. Ker kanarsko otočje spada pod španijo, so pri njih veljale enake omejitve, kot na celini. Za prebivalce je bilo to zelo težko, saj so se možnosti za redni dohodek iz mesca v mesec zmanjševale. Sina je pripovedovala o obdobju, ko je bila ura, ob kateri so lahko zapustili svoje domove odvisna od starosti osebe, kar je pomenilo, da cela družina ni smela iti skupaj na sprehod. Ker je večina streh stanovanjskih stavb ravna površina, so nekateri občutek ujetosti reševali tako, da so čas preživljali na svoji strehi, kjer so nekateri v zgodnjih jutranjih urah tudi telovadili. Sina je pripovedovala, kako so njej pomagali prijatelji in sorodniki iz Nemčije, ki so njeni hčerki pošiljali knjige in učbenike, ki jih je potrebovala za šolo, vendar si jih sama zaradi izpada dohodka ni mogla privoščiti. »Veliko smo si pomagali. Če smo vedeli za žensko, ki bo rodila, smo doma poiskali obleke, igrače ali druge dobrine, ki jih je ta družina potrebovala. Skrbeli smo drug za drugega, ker smo vedeli, da smo lahko jutri mi tisti, ki bomo potrebovali pomoč. Spoznali smo, da je meja pri tem zelo tanka in da se premalo zavedamo, kaj imamo. Ja, bilo je težko, ampak mislim, da smo se prebivalci otoka lahko povezali na zelo človeški način.«

Ko sva se sprehajali po otoku, sva opazovali močen vpliv ribištva, ki je značilno tako za La Graciosa kot za Lanzarote. Obiskali sva majhno cerkev, kjer so stene poslikane z ribiškimi mrežami in drugimi morskimi simboli.



Fotografija: notranjost cerkve.

La Graciosa ponuja tudi majhen vrtec in šolo, tri trgovine, različne storitve za turizem in nekaj restavracij. Obhodili sva samo en del otoka, saj je drug del zaradi kamenja neposeljen in dostopen le s kolesom. Ker sva po otoku hodili sredi dneva, ko se je večina prebivalcev skrivala z zavetju hladnih domov, je bil večino časa edini zvok, ki sva ga slišali, zvok valovanja morja. Takšen mir in tišina pa sta tudi naju vzpodbudili k temu, da sva se pogovarjali bolj po tiho, saj nisva želeli motiti miru, ki ga je otok ponujal. Še ena zanimivost tega otoka pa je zame predstavljalo delovanje njihove pošte. Sina mi je pojasnila, da na tem otoku obstaja poštni nabiralnik, ki v bistvu ni v obliki nabiralnika, ampak gre za okno stanovanja, ki je odprto eno uro na dan. Prebivalci otoka tako svojo pošto vržejo skozi okno, prebivalec tega stanovanja (poštar) pa nato pošto tekom dneva razdeli.

Za predzadnji večer sem se odločila, da bom del večera posvetila nakupovanju spominkov. Torkov večer pa ni bil prvi, ko sem zašla v trgovino s spominki. Takšne trgovinice na potovanju obiščem večkrat, saj imajo na voljo spominke v reliefni obliki. Tako velikokrat le samo pogledam magnetke, obeske za ključe, kipce, plišaste igrače in podobno, saj ti navadno upodabljajo znamenitosti posameznega kraja, kar mi omogoča, da si lahko to, kar sem čez dan videla v živo, še bolj predstavljam.

V sredo zjutraj skoraj nisem mogla verjeti, da je pred mano zadnji dan raziskovanja tega otoka. »Ti boš jahala svojega konja, jaz pa bom na svojem. Drži se ročaja pred sabo, jaz pa bom držala uzdo tvojega konja in ga usmerjala«, je dejala Donna – ena

od zaposlenih kmetije s konji. »Ko bo konj šel po hribu navzgor, se nagni čim bolj naprej. Ko bo hodil navzdol, pa se nagni nazaj. Sicer pa skušaj biti čim bolj sproščena. In brez skrbi, ves čas bom ob tebi in ti govorila, ko se bo teren spremenil in kakšen bo razgled na najini poti.« in res. Ti dve uri sta minili neverjetno hitro. Skupaj z Donno in še nekaj drugimi obiskovalci, smo jahali po območju z razgledom na različne kmetije in kraterje, po kakšni uri pa smo prišli na popolnoma osamljeno plažo, kjer smo nekaj časa jahali še ob obali, nad čemer so bili konji zelo navdušeni.



Fotografija: slika obale in konja

Zadnjo popoldne sem preživela na obali. Mrzli atlantski ocean je po aktivnem dopoldnevu ponudil prijetno osvežitev. Večer pa sem izkoristila za obisk opazovalnice letal. Gre za most, s katerega je mogoče opazovati vzlet in pristaneke letal. Ker se ta most nahaja tik ob letališču, so letala letela neposredno nad mojo glavo, kar je bila zelo zanimiva izkušnja, saj je bilo mogoče čutiti vibriranje zraka, ki ga je sprožila moč letala. »Zdaj, ko se tvoj čas tukaj izteka – kaj bi rekla, da je bil

najboljši del tvojega potovanja?«, me je Sina vprašala, ko sva se vračali proti hotelu. »Ne vem. Bilo je vse.. Vsa ta izkušnja mi je veliko dala. V sebi čutim mir, čutim pa tudi, kako sem si odpočila. Mislim, da ne bom več znala živeti v tem stresu in hitenju, ko bom prišla domov«, sem se še pošalila.

Ob petih zjutraj naju je na letališču pričakal David. »Hvala. Res hvala za to izkušnjo. Pa se vidimo naslednje leto. Zagotovo se bom vrnila. Pa še nekaj. Občudujem tvojo motivacijo; meni ne bi prišlo niti na misel, da bi prišla ob petih zjutraj na letališče samo zato, da človeka vprašam, kako je in se od njega na hitro poslovim. Vidim, da res uživaš v tem, kar delaš«, sem ob slovesu dejala Davidu. Čeprav sem Davida srečala le na letališču, sta bila s Sino ves čas na zvezi glede poteka mojega potovanja. Povedala mi je, da je tak kontakt zelo pomemben sploh v primeru, če se kaj zgodi. Če bi na primer prišlo do zastojev na cesti ali drugih nepredvidljivih okoliščin, zaradi katerih Sina ne bi mogla priti do mene, bi vskočil David. Na tak način poskrbijo, da oseba, ki potrebuje pomoč, ne ostane sama.

Glede na moje izkušnje s potjo do Lanzaroteja, o poti nazaj nisem razmišljala. Vedela sem, da se bom na poti znova srečala z oviro v jeziku, vendar sem vedela, da lahko pokličem Sino, če bom karkoli potrebovala, kar me je tudi pomirjalo. Vedno je lažje, ko vemo, da se lahko na nekoga obrnemo.

Kot pričakovano, sem se tudi na poti proti domu srečala z težavami v sporazumevanju, vendar je bilo lažje. Situacija je bila ista – ko sem bila v Barceloni večkrat nisem vedela, kje sem. Na trenutke nisem vedela, kje je moja prtljaga, hkrati pa tudi nisem mogla skomunicirati svojih osnovnih potreb. Vedela pa sem, da mi spet lahko pomaga moja zmožnost opazovanja, kar je pot proti domu naredilo tudi bolj prijetno.

Marsikdo mi je že zastavil vprašanje, zakaj sploh potujem, če pa ne vidim. Moj najpogostejši odgovor je v obliki vprašanja: Zakaj pa potuješ ti? Saj lahko na internetu pogledaš fotografije ali pogledaš posnetke na youtube in ti v resnici ni potrebno iti od doma. Zakaj potujemo je vprašanje, ki si ga lahko zastavimo vsi. Sama se pri tem sprašujem, kaj mi potovanja dajejo. Kaj se iz mojih poti naučim za življenje? Moja pot, ki me je popeljala do želje po tem, da potujem sama, je druga zgodba. Na vsakem potovanju pa se naučim nekaj o sebi. Morda je kdo pomislil, da je moja odločitev, ki sem jo sprejela v Italiji, da grem naprej, neodgovorna. Tudi sama sem se o tem spraševala. v resnici nisem vedela, kakšna odločitev bi bila »prava«. Morda bi se, če bi imela več časa za razmislek, odločila drugače. Morda pa tudi ne. Morda se bom v naslednji podobni situaciji odločila drugače. Morda pa tudi ne. Slišala sem že tudi komentarje, kot so »Če ne bi videl/a, si nikoli ne bi upal/a potovati sam/a.« Jaz pa mislim, da vid sam po sebi pri tem ne igra bistvene vloge. Večjo vlogo igra naša osebnost. Pri tem se lahko sprašujemo, kakšne izkušnje potrebujemo, si sploh želimo potovati sami? Kako smo s tem, da lahko situacije predvidimo in načrtujemo do določene mere, pa bo še vedno obstajal določen odstotek negotovosti, ki je pač del našega življenja? Jaz sem se v tej situaciji znašla, kar pa ne pomeni, da se zmorem v vseh. Odvisno je, kaj posamezna situacija v nas vzbudi in kakšne so naše veščine, da se z določenim izzivom v določeni situaciji spoprimemo. Meni poleg številnih drugih izkušenj, potovanja dajejo občutek svobode

in neodvisnosti. Čutim, da počasi izstopam iz vloge, ki mi jo predpisuje družbeni sistem. V družbenem sistemu, ki osebe z različnimi vrstami oviranosti postavlja v vlogo odvisnosti od drugih, sem se ravno na potovanjih naučila, da nisem odvisna od drugih, sem pa odvisna od pomoči. Ne glede na to kam grem, se moram organizirati, saj potrebujem v neznanem okolju nekoga, ki me spremlja. To se nikoli ne bo spremenilo, kar pa ne pomeni, da mora biti to vedno ista oseba. Zame svoboda in neodvisnost znotraj moje okoliščine pomeni, da lahko tako pri sebi, kot v svojem okolju poiščem vire, ki mi pomagajo, da lahko stopim korak naprej.

Moje potovanje na Lanzarote zagotovo ni bilo zadnje. Tja se bom še vrnila, saj je še veliko koticov, ki jih lahko raziščem. Četudi sem zaradi odpovedi leta en dan izgubila, nimam občutka, kot da sem ga dejansko izgubila. Občutek imam, da sem dobila zelo veliko, zaradi česar se veselim nadaljnjih poti in spoznanj, ki me še čakajo.

Praktične usmeritve za osebe z okvaro vida, ki načrtujejo potovanje:

Preden se odpravite na pot, razmislite, koga od vaših bližnjih lahko pokličete, če boste karkoli potrebovali. To vam bo dalo večji občutek varnosti.

Ko rezervirate karte, vedno rezervirajte asistenco na letališču. Ta vam bo pomagala pri gibanju po letališču, kar vključuje tudi izogibanje gneči na kontroli in pri vkrcavanju na letalo.

Na svojo prtljago si navežite zvonček ali kakšen drug predmet, ki oddaja zvok. Če vam bo kdo pomagal pri prenašanju prtljage, boste s tem vedno vedeli, kje je.

Ko vas bodo zaposleni letališča pospremili do točke, kjer naj bi počakali, vedno vprašajte kam lahko greste, če boste karkoli potrebovali.

Pri pakiranju si lahko oblačila razvrstite v različne vrečke. Sama sem pri tem uporabila prozorne vrečke za shranjevanje z zadrgo. Zadruga pomaga pri tem, da ničesar ne izgubite, hkrati pa si lahko na Braillov stroj napišete, kaj je v vrečki in listek prilepite na vrečko. S tem se vam ni treba zapomniti, kam ste kaj pospravili.

Pri sebi imejte vedno prenosni polnilec, telefon in osebni dokument. Če imate potni list, si ga označite tako, da boste vedno lahko sami preverili, če so vam vrnili pravega.

Poskusite si čim bolj zaupati. Nekaterih situacij ne boste mogli predvidevati vnaprej. Vedno pa pojdite do mere, do katere se počutite dovolj varno

Organizacije, ki se ukvarjajo z dostopnim turizmom:

-Seable Holidays: Organizacija, ki se ukvarja z organizacijo in izvedbo potovanj za osebe z okvaro vida. Povezava do spletne strani: <https://seable.co.uk/> - Lanzability: Organizacija, ki se na otoku Lanzarote ukvarja z dostopnim turizmom. Organizirajo in izvajajo potovanja po otoku za osebe z različnimi oblikami in stopnje oviranosti.

Povezava do spletne strani: <https://www.lanzability.com/disabled-holidays-in-lanzarote-by-lanzability>

[Na vrh](#)

INTEGRACIJA: TRIGLAVSKI NARODNI PARK ZA VSAKOGAR

Sodelovanje s slepimi in slabovidnimi in 100-letnica parka

Avtor: Marjeta Albinini, javni zavod Triglavski narodni park

Urednica rubrike: Sabina Dermota

Prispevek prikazuje pobudo za nastanek narodnega parka, oriše zgodovino nastajanja, pomen zavarovanja in vrste sodelovanja, ki so povezale Javni zavod Triglavski narodni park in Medobčinsko društvo slepih in slabovidnih Nova Gorica.

Triglavski narodni park je naš edini narodni park. V letošnjem letu obeležujemo stoletnico prvega zavarovanja. Eden od ciljev zavarovanja je omogočiti obiskovalcem doživljanje zavarovanega območja. Ena od zanimivih in zelo specifičnih skupin obiskovalcev so tudi slepi in slabovidni. V javnem zavodu Triglavski narodni park smo se z njimi prvič zares srečali leta 2018 in od takrat z njimi redno sodelujemo.

Prva ideja in predlog o zaščitenem območju

Leta 1906 se je dr. Albinu Belarju, vsestranskemu naravoslovcu porodila napredna ideja o zavarovanju Doline Triglavskih jezer in čez dve leti je Državno gozdno oskrbništvu v Radovljici na njegovo pobudo razpisalo terenski ogled. Avgusta 1908 je skupina mož, ki niso bili »turisti«, kot so tedaj imenovali planince, temveč uradni udeleženci ogleda, prehodila del Doline Triglavskih jezer od Črnega jezera mimo Bele skale do planine Lopusčnice. Profesor Belar je namreč predlagal ustanovitev »naravovarstvenega parka nad Komarčo«. Udeleženci so se pogovarjali o prepovedi sekanja lesa, paše, lova in o zaščiti rastlinstva. Do uresničitve predloga tedaj ni prišlo, ker ni bilo pravne podlage za razglasitev parka. Še več, tedanji zakonski predpisi niti niso dopuščali omejevanja paše.

Načrti so ponovno zaživel po zaključku prve svetovne vojne, ko je bil leta 1919 v okviru Muzejskega društva za Slovenijo ustanovljen Odsek za varstvo prirode in prirodnih spomenikov. Naravoslovec Ferdinand Seidl je tedaj podal predlog za oživitev varstva narave.

Spomenica (1920)

Iz Seidlove pobude je nastala znamenita Spomenica, ki jo štejemo za prvi nacionalni program varstva narave v Sloveniji in jo je Odsek za varstvo prirode in prirodnih spomenikov leta 1920 predložil Pokrajinski vladi za Slovenijo v Ljubljani. Njena prva zahteva se je glasila: »Ustanovijo naj se alpski, sredogorski (gozdni) in barski varstveni parki po zgledu enakih parkov v drugih državah.« Med predlogi je bil tudi jasno opredeljen načrt za ustanovitev parka v Dolini Triglavskih jezer. Akcija odseka je bila uspešna, do zavarovanja pa še ni prišlo, saj še ni bilo primerne pravne podlage za ustanavljanje narodnih parkov. Te so v tistem času v Evropi imele le štiri države: Švedska (od 1909), Švica (od 1914), Španija (od 1918) in Italija (od 1919).

Alpski varstveni park (1924)

Leta 1924 je Ministrstvo za šume in rudnike pri beograjski vladi potrdilo zavarovanje približno 1.400 ha velikega območja v Dolini Triglavskih jezer. Posestva Kranjskega verskega zaklada so bila tedaj še vedno v državni upravi, kar je omogočilo sklenitev Zakupne pogodbe med upravljavcem, Direkcijo šum v Ljubljani, ter obema pobudnikoma za ustanovitev parka: Muzejskim društvom za Slovenijo in Slovenskim planinskim društvom. S podpisom pogodbe je bil julija 1924 ustanovljen park v Dolini Triglavskih jezer, prvi park na območju današnje Slovenije in hkrati predhodnik današnjega Triglavskega narodnega parka. Zakupna doba je bila določena za 20 let, proti plačevanju letne zakupnine. Tedaj ustanovljeni park je poznan pod imenom »Alpski varstveni park« (Hafner, Geografski vestnik, 1925). Za prvo objavo imena, ki je obveljalo – »Triglavski narodni park« - pa velja članek rastlinskega fiziologa in genetika, prvega profesorja za botaniko na Univerzi v Ljubljani, dr. Frana Jesenka, ki je o novo zavarovanem območju vzneseno pisal v dnevniku Jutro (1926). Čeprav Triglava niti ni bilo znotraj zavarovanega območja!

Triglavski narodni park (1961)

Zakupna pogodba iz leta 1924 se je iztekla med drugo vojno, julija 1944, in po zaključku vihe je bilo marsikaj potrebno začeti znova, obnovitev stanja je terjala veliko truda.

Na zakonsko urejeno zavarovanje je park moral počakati vse do leta 1959, ko je bil sprejet poseben »Zakon o narodnih parkih«. Tedaj je Zavod za spomeniško varstvo LRS ob podpori številnih organizacij in znanstvenih ustanov pripravil nov predlog za zavarovanje večjega območja, ki bi poleg Doline Triglavskih jezer zajemal še Bohinjsko kotlino in Triglav. Vendar pa je bilo sklenjeno, da se uzakoni le zavarovanje Doline Triglavskih jezer z delom Komarče in slapom Savico. Mandat za izpeljavo naloge je dobil alpinist, pravnik in republiški poslanec Miha Potočnik. Junija 1961 je bil tako ustanovljen 2.000 ha velik »Triglavski narodni park«, še vedno brez Triglava. S tem dejanjem so bila uzakonjena polstoletna prizadevanja, ki so se začela z Belarjem in nadaljevala s Spomenico in Alpskim varstvenim parkom.

Današnji, veliki Triglavski narodni park (1981, 2010)

Po zavarovanju leta 1961 so se nadaljevala prizadevanja za razširjeni Triglavski narodni park. Naravovarstveno utemeljevanje je za Angelo Piskernik prevzel Stane Peterlin. V tem obdobju je zamisel dobila podporo tudi pri načrtovalcih. Naročena je bila izdelava študije o razvojnih možnostih Julijskih Alp, ki je bila osnova za načrtovanje predloga razširjenega parka. Po številnih razpravah je bil maja 1981 končno sprejet Zakon o Triglavskem narodnem parku. Odtlej se Triglav dviga praktično na sredini zavarovanega območja. Z novelacijo Zakona o TNP leta 2010 je bil park še malenkost povečan in odtlej obsega praktično vse Julijske Alpe pri nas (83.982 ha), in se razteza v osem občin (Bohinj, Bled, Gorje, Jesenice, Kranjska Gora, Bovec, Kobarid in Tolmin).

Od najvišje točke na vrhu Triglava (2864 m) do najnižje, v Tolminskih koritih (180 m) je svoj življenjski prostor našlo kar več kot 5.500 različnih živalskih in rastlinskih vrst. Park je tipičen alpski park, svet pa značilno preoblikovan od ledenika. Od kamnin ga zaznamujeta predvsem apnenec in dolomit, s priostrenimi vrhovi, skalnatimi na severih in poraščenimi po južnih straneh. Skozi tisočletja je voda v ta kraški svet

izoblikovala številne škraplje, žlebiče in globoka brezna v visokogorju ter globoke in ozke soteske ter korita v dolinah. Prevladujoči ekosistem je gozd, ki porašča več kot 60 % površine. Najbolj tipične živalske vrste so gams, kozorog, planinski orel, svizec, jelenjad, srnjad, ruševac in soška postrv, med rastlinami pa planika, kranjska lilija, triglavska roža, zoisova zvončica in še mnoge druge. Prisotne so tudi vse tri naše zveri: medved, volk in ris. Na območju se zrcali štirinajst ledeniških jezer, najvišje ležeče med njimi je Zgornje Kriško jezero (2.154 m). V dolinah voda na svetlo privre v kraških izviri, ki se stekajo v potoke in reke ter tečejo proti Črnemu morju na severni strani parka, in proti Jadranskemu morju na jugu. Nezgrešljivi so slapovi, med njimi najbolj znana sta Savica in Peričnik.

Začetki stalne poselitve segajo v čas železne dobe, danes pa v 33 naseljih na območju narodnega parka živi blizu 2.500 prebivalcev. V stoletjih sobivanja je človek ustvaril značilno kulturno krajino, kulturo lesa na severu in kulturo kamna na jugu. Gozdarstvo in kmetijstvo sta tradicionalni gospodarski panogi, nekdanje pomembno vlogo imelo tudi rudarstvo, ki je zaradi fužinarstva pustilo pečat tudi na vrstni sestavi današnjih gozdov, v katerih je bilo nekdanje precej več listavcev. Dolgo zgodovino imata planinsko pašništvo in sirarstvo, kjer gre izpostaviti naše avtohtone pasme ciko, drežniško kozo in bovsko ovco.

Zaradi dolge tradicije planinstva v Sloveniji ima tudi sredogorje in visokogorje narodnega parka vzpostavljeno obsežno in dobro mrežo planinskih poti in koč. Slovensko planinsko društvo, predhodnik današnje Planinske zveze Slovenije, je bilo tudi eno od podpisnic Zakupne pogodbe iz leta 1924. Poleg planinstva so se skozi leta razvile mnoge oblike rekreacije, ki jih prostor narodnega parka omogoča in privlači. Urejanje prostora za najrazličnejše obiskovalce in turiste je zato eno od pomembnih in zahtevnih področij, s katerim se ukvarjamo skupaj z različnimi deležniki tega čudovitega sveta pod Triglavom.

Triglavski narodni park ter slepi in slabovidni

Človek je del narave. Ljudje jo potrebujemo, pa najsibo to park v urbanem okolju, gozd za hišo ali neokrnjena divjina oddaljenih grap ali visokogorskih brezpotij. Narava je v nas, in če nismo resnično oddaljeni od nje, v njej »drugače zadihamo«, se umirimo, zbistrimo misli.

Slovenci imamo srečo, da imamo praktično vsi naravo dobesedno »na doseg roke«.

Javni zavod Triglavski narodni park si kot upravljaivec prizadeva, da bi bil park dostopen vsem. Dostopen v smislu informacij, programov ter notranje in zunanje infrastrukture. Področje dojemamo kot živo. Kot nekaj, kar se spreminja, prilagaja, dopolnjuje, in kjer se stalno učimo.

S področjem slepote in slabovidnosti smo se prvič resnično srečali prek projekta Dostopnost za vse, h kateremu smo s finančno pomočjo Veleposlaništva ZDA v Ljubljani pristopili leta 2018. V okviru projekta je bilo izvedenih več različnih in za nas nadvse poučnih aktivnosti.

Uvodoma je bil za nam sorodne javne institucije ter deležnike v prostoru izveden seminar, kjer so bile udeležencem predstavljene osnove slepote oziroma slabovidnosti, primer doživljanja narave slepe osebe ter primeri dobrih praks. Predstavljene so bile ureditve v Slovenskem etnografskem muzeju in program

Knjižnice A. T. Radovljica, Enota B. K. Bled, kot primer prakse iz Združenih držav Amerike pa je delo in predvsem ureditve na terenu predstavil kolega iz pobratenega Narodnega parka Crater Lake iz Oregona.

V nadaljevanju je bilo s sodelovanjem Medobčinskega društva slepih in slabovidnih Nova Gorica in Zavodom za spodbujanje dostopnosti DOSTOP izveden strokovni obisk informacijskih mest parka v Trenti, Stari Fužini in na Bledu. Poleg ogleda in ocene ustreznosti notranje ureditve posameznih objektov smo se posvečali tudi načinu podajanja vsebin slepim oz. slabovidnim obiskovalcem s strani vodnikov po razstavah. Skupaj smo se odpravili tudi na teren. Ugotovili smo, da je ustrezna interpretacija oseb, ki prihajajo v stik z osebami z okvaro vida, ključnega pomena! Za vsako Info mesto TNP je bil v brajevi pisavi pripravljen zbir osnovnih podatkov in informacij o parku.

Tisti čas aktualna spletna stran www.tnp.si je bila delno prilagojena Smernicam za dostopnost do spletnih vsebin 2.0 (standard WCAG 2.0).

Pripravljena je bila avdiodeskripcija predstavitvenega filma Triglavskega narodnega parka in Naravnega parka Julijsko predgorje iz Rezije (IT) z naslovom »Narava brez meja«, ki je del razstave Informacijskega središča Triglavskega narodnega parka v Trenti.

Ne glede na to, da se je omenjeni projekt zaključil, smo ohranili sodelovanje z Medobčinskim društvom slepih in slabovidnih iz Nove Gorice, od katerega se še naprej učimo. Počaščeni smo bili, ko so za temo letošnje, že 17. likovne delavnice izbrali »Triglavska jezera«. Tokrat so v prostorih Triglavskega narodnega parka v Trenti, pod vodstvom slikark Stanke Golob in Jane Dolenc, ustvarjali že šestič zapored.

Zaključna misel spremnega besedila k omenjeni razstavi tipnih likovnih del lepo zaokrožuje tudi vsebino pričujočega prispevka: »Ustvarjena dela, ki bodo obeležila 100-letnico Triglavskega narodnega parka, bodo razstavljena na petih lokacijah v Sloveniji in zamejstvu. S tem želimo še poudariti pomen naših naravnih lepote ter spodbuditi razmislek o ohranjanju okolja za prihodnje generacije.«

Prisrčno vabljeni v naše informacijske centre ter Triglavski narodni park!



Fotografija: Ustvarjanje tipnih likovnih del z naravnim peskom različne granulacije
(Foto: arhiv MDSSNG)

VARSTVO JE OBSTOJ

PROTECTION IS EXISTING



1924 **100** let 2024

ALPSKI VARSTVENI PARK
TRIGLAVSKI NARODNI PARK



Fotografija: Logotip 100-letnice prvega zavarovanja današnjega TNP sestavljajo: logotip TNP (napis Triglavski narodni park in trije kvadrati različnih barv, v katerih so z belo izrisani simboli: cvet triglavske rože (zelen kvadrat), zastavica; sicer z Aljaževega stolpa na vrhu Triglava (moder kvadrat), rogovi gamsa (siv kvadrat); številke: 1924 – 100 – 2024 ter besedilo Alpski varstveni park. Triglavski narodni park; modro-bel logotip UNESCO MAB, Biosferno območje Julijske Alpe; slovensko – angleški slogan Varstvo je obstoj. Protection is existing.

INVALIDSKO VARSTVO: **Spremembe Pravil obveznega zdravstvenega zavarovanja glede psa vodiča slepe osebe**

Avtor in sodelavec: *Brane But*

V spremembah in dopolnitvah Pravil obveznega zdravstvenega zavarovanja (Uradni list RS, št. 82/24 z dne 24. 9. 2024), veljati so začele s 1. 10. 2024, so bile v Pravilih črtane vse določbe glede psa vodiča slepe zavarovane osebe. Pravica do psa vodiča slepih bo določena s splošnim aktom skupščine Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije s soglasjem ministra, pristojnega za zdravje, ki mora biti sprejet v roku enega leta od uveljavitve teh sprememb in dopolnitev.

V 64. členu Pravil obveznega zdravstvenega zavarovanja je bila črtana določba, da pes vodič ni last slepe osebe, v 94. členu pa so bile črtane vse določbe, ki so opredeljevale lastništvo psa vodiča ter pogoje in način ugotavljanja upravičenosti do psa vodiča slepe zavarovane osebe.

V novem 94. členu je določeno, da bo pravica do psa vodiča slepih določena s splošnim aktom skupščine Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije s soglasjem ministra, pristojnega za zdravje. Ta splošni akt mora biti sprejet v roku enega leta po uveljavitvi teh sprememb in dopolnitev. Do začetka uporabe novega splošnega akta velja dosedanja ureditev, po kateri je pes vodič last Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije.

Če imam prave informacije, se glede lastništva psa vodiča v novi ureditvi predvideva, da bo v času delovne dobe psa vodiča pes v lasti Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije, po preteku te dobe pa bo postal last slepe osebe.

Vir: <https://www.uradni-list.si/glasilo-uradni-list-rs/vsebina/2024-01-2428/spremembe-in-dopolnitve-pravil-obveznega-zdravstvenega-zavarovanja>

Na vrh

DOBRO JE VEDETI: **Projekt DATIS - digitalno dostopen turizem za slepe in slabovidne**

Avtor: Marjo Kapelj, ZDSSS, vodja projekta DATIS

Na območju Slovenije in Italije poteka v letih 2024–2026 čezmejni projekt DATIS, namenjen ozaveščanju in usposabljanju turističnih ponudnikov o digitalni dostopnosti ter vzpostavljanju dostopnega turizma. Cilj projekta je izboljšati digitalno dostopnost turističnih storitev za invalide in starejše ter prispevati k razvoju vključujočega turizma na čezmejnem območju. V okviru projekta je pripravljen anketni vprašalnik, dostopen na spletni strani (povezava spodaj), k izpolnitvi katerega še posebej vabimo ljudi z okvarami vida. Vaš prispevek bo pomagal k razvoju turizma, prilagojenega ljudem z oviranostjo vida.

Raziskava potreb v okviru projekta DATIS

Na obmejnem področju Slovenije in Italije poteka v obdobju 2024/25 projekt z nazivom DATIS. Namenjen je spodbujanju, ozaveščanju in usposabljanju ponudnikov turističnih dejavnosti o digitalni dostopnosti ter vzpostavljanju dostopnih turističnih dejavnosti na tem območju. Dostopni turizem zagotavlja, da so turistične destinacije, proizvodi in storitve dostopni vsem ljudem, ne glede na njihove telesne omejitve, invalidnost ali starost. To poleg fizične dostopnosti vključuje tudi dostopnost digitalnih vsebin ter orodij za rezervacije turističnih nastanitev, ogled različnih turističnih ponudb s področja kulture, športa in rekreacije, gastronomije, naravne dediščine itd. Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije smo eden od šestih partnerjev v projektu DATIS. Naša naloga je, da od vas, spoštovani člani, pridobimo čim več koristnih informacij, ki bodo osnova za izboljšanje stanja na področju dostopnosti turizma. Trenutna slika namreč ni dobra; slepi in slabovidni ugotavljajo, da na področju dostopa do turizma niso v enakopravnem položaju.

V ta namen smo pripravili anketni vprašalnik o potrebah in navadah ljudi z oviranostmi in invalidnostmi, ki potujejo oziroma se udeležujejo v turističnih aktivnostih doma ali v tujini. Vprašalnik, ki je povsem anonimen, najdete na spletni strani Zveze društev slepih in slabovidnih Slovenije v zavihku www.zveza-slepih.si/projekt-datis

ali pa na neposredni povezavi do vprašalnika:

https://ec.europa.eu/eusurvey/runner/DATIS_Questionnaire

Projekt DATIS

ZDSSS je aprila letos sprejela sklep o izbranosti v projekt DATIS, v katerega je vključenih še 6 partnerjev iz Slovenije in Italije. Vrednost celotnega projekta je

1.092.704,71 EUR, pri čemer je vrednost aktivnosti ZDSSS v okviru projekta ovrednotena na 114.079,23 EUR za obdobje od 21.4.2024 do 20.4.2026.

Sredstva v višini 70 % (81.485,17) so namenjena za plače zaposlenih, v višini 30 % (32.594,06) pa za pavšalne stroške. Stroški so 80 % pokriti s sredstvi programa INTERREG (91.263,38 EUR), preostanek virov v višini 20 % (22.815,85 EUR) pa prispeva ZDSSS iz drugih sredstev. Za čas projekta smo tako s 1. septembrom zaposlili novega vodjo projektov, dodatni del sredstev pa namenili za delno pokrivanje plač obstoječih zaposlenih na Zvezi (glavni tajnik 6,1 % ter 32,5 % za organizatorja zvočnih časopisov, ki sta v teh deležih razporejena na projekt DATIS).

Opis aktivnosti na projektu DATIS in partnerske obveznosti ZDSSS

Kot partnerji smo se zavezali k pripravi skupne strategije, komunikacijski podpori projekta v obliki člankov in objav na spletnih platformah Zveze ter sporočil medijem. Sledi izvajanje raziskave med slepimi in slabovidnimi glede stanja in potreb na področju dostopnega turizma. Ta del je zelo pomemben, saj se na podlagi rezultatov raziskave pripravlja strategija in priporočila za izboljšanje digitalne dostopnosti v turističnem sektorju na tem območju. Naši člani iz MDSS Nova Gorica in Koper (v sodelovanju z MDSS bomo locirali 15 do 20 posameznikov), ki bodo vključeni v analizo in poročilo o dveh pilotnih akcijah ocenjevanja digitalne dostopnosti v Muzeju industrijske dediščine v Ajdovščini.

Organizirane bodo 4 čezmejne izobraževalne delavnice za 100 turističnih ponudnikov iz Italije in Slovenije, v katere bodo kot predavatelji aktivno vključeni končni uporabniki. Izdelan bo večjezični priročnik o digitalni dostopnosti v turizmu, s študijami primerov in praktičnimi primeri.

Na vrh

PAMETNI TELEFONI: Opis posodobljene večfunkcijske aplikacije Seeing AI

Avtor in sodelavec: *Safet Baltić*

V tokratnem članku bom opisal posodobljeno večfunkcijsko aplikacijo Seeing AI podjetja Microsoft. Aplikacija v enem ponuja več možnosti za delo in vsakodnevna opravila, s katerimi se soočamo slepi in slabovidni.

Seeing AI

Microsoftova aplikacija Seeing AI je brezplačna in nam v eni aplikaciji ponuja vrsto možnosti za delo ter vsakodnevna opravila. Poimenujemo jo lahko tudi večfunkcijska aplikacija, saj na enem mestu ponuja tako prepoznavo tiskanega in ročno pisanega teksta, prepoznavo predmetov in še mnogo več. V minulih letih se je le-ta od izdaje prve verzije večkrat posodobila. V zadnjih posodobitvah pa so pri Microsoftu dodali prepoznavo slik in videa s pomočjo umetne inteligence, podroben opis oseb ter ne nazadnje prepoznavo ovir, če ste uporabniki naprav z Lidar skenerjem.

Ko odpremo aplikacijo, se na zaslonu v prvi vrsti prikažejo gumbi, kot so Menu (meni), Quick help (hitra pomoč) ter padajoči meni, kjer lahko s pomočjo flikanja z enim prstom navzgor določimo aplikaciji, katero storitev naj nam ponudi. Če tapnemo prvi gumb po imenu Menu (meni), se ponudi pomoč za delo z aplikacijo, nastavitve aplikacije, možnost pošiljanja predlogov proizvajalcu, ponastavitev padajočega menija in podatke o aplikaciji.

Če tapnemo gumb Quick help (hitra pomoč), pa aplikacija ponudi tako opis kot tudi video posnetek izbrane storitve, odvisno, katero možnost smo izbrali v padajočem meniju.

V spodnjih vrsticah bom po vrsti opisal možnosti, ki nam jih aplikacija ponuja v padajočem meniju:

1. Short text (kratek tekst); ko izberemo možnost, bo aplikacija v realnem času brala tekst takoj, ko ga kamera naše naprave zazna. Tako lahko prebirate tekst z lista papirja, izdelkov, zaslona drugih naprav ali kjer koli zazna tekst v realnem času. Pri tem zaradi zaznave šumnikov priporočam, da si nastavite jezik zaznave na češčino.

2. Document (dokument); pod to možnostjo lahko skeniramo tiskan tekst in ga zatem shranimo na naši napravi, ali pa ga pošljemo drugim. Za zaznavo celotnega teksta z lista papirja priporočam, da postavite kamero na njegovo sredino in počasi dvigate vašo napravo. Takoj ko kamera zazna tekst, ga bo samodejno zajela. Po prepoznavi teksta ga bo prikazala na zaslonu, aplikacija pa bo ponudila naslednje možnosti:

*. Add page (dodaj stran); če tapnet to možnost, lahko skenirate naslednjo stran, ki jo dodate v dokument.

*. More (več); ponujanje možnosti, kot so Page info (informacije o strani), Rescan current page (ponovno skeniraj trenutno stran), Delete current page (izbriši trenutno stran), Delete all pages (izbriši vse strani) ter gumb Cancel (prekliči).

*. Share (deli); ob izbiri te možnosti aplikacija ponudi pošiljanje skeniranega dokumenta drugim osebam, ali pa posredovanje skeniranega dokumenta v druge aplikacije, kjer ga lahko shranimo na naši napravi ali v oblračnem spominu.

3. Product (izdelek); ta opcija omogoča prepoznavo izdelkov s pomočjo črtnih in QR kod. Pri tem je najbolje, da držimo izdelek v eni roki ter ga obračamo, z drugo roko pa vanj usmerimo kamero naše naprave. Takoj ko aplikacija prepozna kodo, nam bralnik zaslona prebere, kateri izdelek imamo v rokah. Pri tem je potrebno poudariti, da aplikacija prepozna tuje izdelke brez težav, slovenskih pa ima v bazi podatkov na žalost za zdaj še premalo.

4. Sceen preview (predogled prizora); tukaj aplikacija ponudi dva dodatna gumba in sicer:

*. Browse photos (preišči slike); ko tapnemo ta gumb, nam prikaže shranjene fotografije in video posnetke na naši napravi. Ko tapnemo katero izmed shranjenih fotografij, jo aplikacija prepozna in nam na kratko pove, kaj je na sliki. Tukaj aplikacija ponudi še naslednje možnosti:

** . More info (več informacij); če tapnemo to možnost, bo sliko pregledala in preiskala umetna inteligenca ter nam jo podrobno opisala.

** . Share (deli); tukaj lahko opis slike pošljemo drugim.

** . Reanalyze (ponovno analiziraj); umetna inteligenca bo ponovno pregledala sliko.

** . Delete (izbriši); s to opcijo izbrišemo fotografijo in njen opis.

** . Explore photos (preišči sliko); ko tapnemo to možnost, položimo prst na zaslon in drsimo po njem, bralnik zaslona pa nam medtem bere, kaj in kje se nahaja pod našim prstom.

Z zadnjo nadgradnjo pa je bila dodana tudi težko pričakovana možnost prepoznavo video posnetkov s pomočjo umetne inteligence. Če imate na vaši napravi shranjen video posnetek, ga dvotapnite in aplikacija bo ponudila dva gumba: Describe (opiši) ter Delete (izbriši). Ko tapnete prvi gumb Describe (opiši), bo aplikacija pričela z prepoznavo video posnetka. Po opravljeni analizi videa, se bo le-ta pričel predvajati in bralnik zaslona nam bo med tem ponujal zvočni opis video posnetka.

*. Take picture (zajemi sliko); ko dvotapnete to možnost, bo aplikacija zajela sliko in takoj zatem ponudila kratek opis. Če želite obsežen opis s pomočjo umetne inteligence, pa tapnete gumb More info (več informacij) in aplikacija bo ponudila obsežen opis slike. Seveda imate tudi tukaj možnost, kot je Explore photos (razišči sliko), s čimer lahko s pomočjo drsenja s prstom po zaslonu raziščete, kje in kaj se nahaja na sliki, in ne nazadnje tudi možnost shranjevanja slike.

5. Person (oseba); tukaj aplikacija najprej ponuja izbor sprednje ali zadnje kamere na našem telefonu. Nato pa imamo možnost učenja telefona, kdo se nahaja na sliki; to storimo tako, da tapnemo gumb Face recognition (prepoznavo obraza) ter gumb Add (dodaj) in posnamemo 3 fotografije osebe, za katero bi želeli, da jo aplikacija prepozna. Zatem vpišemo ime osebe in sedaj bo aplikacija vsakič, ko boste usmerili kamero proti njej, povedala njeno ime in oddaljenost do osebe. Zadnja in hkrati zelo zanimiva in zabavna možnost pa je gumb Take picture (zajemi sliko). Preden tapnete ta gumb, usmerite kamero proti eni ali več osebam in aplikacija bo na koncu ponudila podroben opis sleherne osebe na fotografiji; tako vam bo povedala, v kaj je oseba oblečena, nato ali je oseba žalostna ali vesela, kakšno barvo las ima in nazadnje tudi njeno približno starost.

6. Currency (valuta); na tej možnosti v roko položite bankovec in vanj usmerite kamero vašega telefona na razdalji med 10 in 15 centimetrov; aplikacija vam bo povedala njegovo vrednost.

7. World preview (predogled prostora); ta možnost deluje v primeru, če ste uporabnik iPhona ali pa naprav z Android sistemom, ki imajo Lidar skener ali tako imenovano svetlobno tipalo. V tem primeru aplikacija omogoča nekaj zelo koristnih opcij. Prva izmed njih je, da usmerite kamero proti prostoru, kjer bi želeli izvedeti, kaj in kje se nahajajo stvari; kamero usmerjajte levo in desno in ko ste preskenirali prostor, tapnete prvi izmed dveh gumbov, to je Action (dejanje), in izberite eno izmed možnosti:

- *. Special summary (posebni povzetek); tukaj bo bralnik zaslona povedal, kje v prostoru se nahajajo predmeti, ki jih je aplikacija prepoznala. Pri tem je najbolje uporabljati slušalke, saj bo tako zvočna naznanitev predmetov prihajala z desne ali leve smeri, kot so predmeti v prostoru, čemur lahko rečemo tudi prostorska prepoznavna.

- *. Place beacon (nastavi oznako); aplikacija bo prepoznala predmete okoli vas in vam med drugim povedala oddaljenost ter za kateri predmet gre.

- *. Indoor navigation (navigacija v prostoru); tukaj lahko posnamete pot od enega do drugega prostora in si jo shranite; tako si lahko prihodnjič pomagata pri navigaciji v prostoru.

- *. Find my things (najdi moje predmete); tukaj lahko naučimo aplikacijo, kaj je kakšen predmet; naslednjič, ko ga bomo iskali, nam bo aplikacija pri tem pomagala.

Druga možnost poleg gumba Action (dejanje) je gumb Filters (filtri), kjer lahko vklopimo ali izklopimo naznanjanje predmetov ali oseb. Tukaj je tudi zelo koristna opcija Proximity sensor (tipalo oddaljenosti), ki s pomočjo kamere in Lidar tipala med gibanjem prepoznavna ovire na vaši poti in vam jih s pomočjo vibracij in govora naznanja, s čimer se jim lažje izognemo.

8. Color (barve); tukaj aplikacija prepoznavna barve in nam jih bralnik zaslona prebere.

9. Hand writing preview (predogled ročno pisanega teksta); aplikacija tukaj omogoča prepoznavo in branje ročno pisanega teksta. Seveda deluje le, če je tekst napisan s čitljivo pisavo, v nasprotnem primeru ne bomo prav dosti razumeli, kar bo prebral bralnik zaslona.

10. Light (luč); zadnja možnost pa nam ponuja iskanje izvora svetlobe in njeno jakost. Uporaba je zelo preprosta, in sicer kamera zazna svetlobo in nas z zvočnim signalom opozarja na njeno jakost. Nižji je zvok, manjša je jakost svetlobe in obratno.

Kot je razvidno iz zgornjih vrstic, je aplikacija zelo uporabna tako pri našem delu, kot v prostem času. Seveda je popolnoma dostopna za delo z bralnikom zaslona in je v prvi vrsti namenjena ravno slepim in slabovidnim. Seeing AI je, kot že na začetku omenjeno, brezplačna in si jo lahko namestite na telefon z pomočjo aplikacije App Store, uporabniki sistema Android pa s pomočjo aplikacije Google Play. Na žalost aplikacija še ni poslovenjena in upam, da bo v naslednjih nadgradnjah urejeno tudi to vprašanje.

[Na vrh](#)

NAMIGI IN NASVETI: Ponastavitev računalnika, Bližnjične tipke za Outlook

Avtor in sodelavec: *Brane But*

Vsak računalnik se sčasoma upočasni, vzroki so lahko različni. Za pohitritev delovanja imamo več možnosti. Ena od možnosti je ponastavitev računalnika. Slepi in slabovidni smo pri delu na računalniku vezani na uporabo bližnjic s tipkami oziroma kombinacijo tipk. Nekatere bližnjične tipke uporabljamo že rutinsko, na nekatere pa smo morda pozabili in prav je, da si osvežimo spomin. Oglejmo si nekaj primerov bližnjičnih tipk za delo z Outlookom, ki ga mnogi dnevno uporabljamo.

166. Ponastavitev računalnika

Vsak računalnik se sčasoma upočasni. Za to je krivo naravno poslabšanje komponent, večkrat pa smo krivi kar sami. Računalnika ne posodabljam, nalagajo se različne smeti, računalnik zasujemo s sto in eno šaro, ki je ne potrebujemo. Procesorji, grafične kartice, SSD pogoni, to so komponente, ki lahko zdržijo tudi desetletje. Naravno poslabšanje je običajno veliko manjši problem kot naše slabe navade. Ena od možnosti, s katerimi lahko pomagamo, da naš računalnik deluje hitreje, je ponastavitev računalnika.

Pri pohitritvi delovanja našega računalnika lahko pomagamo na različne načine, na primer:

- posodabljanje;
- izogibajmo se sumljivim stranem in oglasom;
- odstranimo programe, ki jih ne potrebujemo;
- pazimo se zlonamerne programske opreme;
- odstranimo začasne datoteke;
- kateri programi se zaženejo ob zagonu računalnika;
- nadgradimo strojno opremo našega računalnika;
- ponastavitev računalnika.

Če se je na računalniku kaj močno zalomilo, je pogosto edina rešitev ponastavitev. V tem primeru je priporočljivo, da že prej poskrbimo za varnostne kopije svojih podatkov. Ponastavitev ne odpravlja samo kritičnih težav, ampak je tudi najhitrejša rešitev, da računalnik postavimo na pota stare slave. Postal bo prazno platno, rešili se bomo težav z nezdružljivimi/zastarelimi gonilniki, odstranili programe, za katere nismo niti vedeli, da jih imamo, in še več.

Za ponastavitev računalnika z operacijskim sistemom Windows 10, postopamo po naslednjih korakih:

- odprimo začetni meni.
- Izberimo Nastavitve, Posodobitev, Varnost in nato Obnovitev (Windows 11 – izberimo Nastavitve, Sistem in nato Obnovitev).
- Odprimo nastavitve obnovitve.
- Pod možnostjo Ponastavite ta računalnik izberimo Začni (Windows 11 - izberimo Ponastavi računalnik).
- Nato sledimo navodilom in izberemo eno od treh možnosti nastavitvev – Izklopi, Vkllopi, Odstrani vse - odvisno od tega, kaj vse želimo ponastaviti oziroma ali želimo ohraniti svoje datoteke in nameščene aplikacije.

Kako pogosto to početi, je zelo odvisno od različnih okoliščin. Nekateri presegajo na letno ponastavitev, ampak za mnoge je to odvečen popravek. Ravnamo po občutku.

Če smo za pohitritev računalnika naredili vse, kar smo lahko, in še vedno deluje, kot da je v počasnem posnetku, potem ga formatirajmo.

Več na spodnji povezavi:

Povezava: <https://racunalniske-novice.com/8-nacinov-za-hitro-delovanje-racunalnika/>

167. Bližnjične tipke za Outlook

Slepi in slabovidni smo pri delu na računalniku vezani na uporabo bližnjic s tipkami oziroma kombinacijo tipk. Nekateri bližnjične tipke uporabljamo že rutinsko, na nekatere pa smo morda pozabili in prav je, da si osvežimo spomin. Oglejmo si nekaj primerov bližnjičnih tipk za delo z Outlookom, ki ga mnogi dnevno uporabljamo.

- Ctrl + N – novo sporočilo
- Ctrl + Enter – pošlji sporočilo
- Ctrl + R – odgovori na sporočilo
- Ctrl + Shift + R – odgovori vsem
- Ctrl + F – posreduj sporočilo
- Ctrl + S – shrani sporočilo kot osnutek, prestavi v mapo Osnutki
- Ctrl + A – izberi vsa sporočila
- Enter – odpri sporočilo
- Escape ali Alt + F4 – zapri sporočilo
- Ctrl + P – natisni sporočilo
- Ctrl + Z ali Alt + Backspace – razveljavi zadnji ukaz
- Delete – izbriši sporočilo, prestavi ga v mapo Izbrisan
- Shift + Delete – izbriši sporočilo za stalno
- Ctrl + Tab - premikanje med razdelki – zadrži tipko Ctrl in pritiskaj tipko Tab

Več bližnjičnih tipk najdete na spodnji povezavi:

Povezava: [Najboljši triki in nasveti za Microsoft Outlook - Računalniške novice](#)

[Na vrh](#)

TEHNIČNI PRIPOMOČKI: **Novosti na slovenskem trgu – bralnik podnapisov GoBox+ in pametni telefon SmartVision3**

Avtor: *Petra Derganc, strokovna sodelavka za tehnične pripomočke na ZDSSS*

Članek predstavi dve novi napravi na slovenskem trgu, bralnik in povečevalnik podnapisov GoBox+ ter pametni telefon podjetja Kapsys, SmartVision3. Predstavljene so specifikacije obeh naprav, opisano njuno delovanje ter prednosti in slabosti. V članku so tudi podatki za nakup in podrobne informacije obeh naprav.

Bralnik in povečevalnik podnapisov GoBox+

Na slovensko tržišče smo dobili odlično napravo za branje in povečavo podnapisov, poimenovano GoBox+. Napravo smo prejeli v testiranje v poletnih mesecih. Moram reči, da nas je preprostost namestitve in delovanja naprave izjemno navdušila. Bralnik in povečevalnik podnapisov je proizvod nizozemskega podjetja Sensotec. Sensotec se posveča razvoju tehnologije in pripomočkov, posebej zasnovanih za slepe in slabovidne. To se vsekakor prepozna, saj so pri oblikovanju naprave upoštevali preprostost namestitve in upravljanja. GoBox+ se umesti s pomočjo kabla HDMI med televizijski sprejemnik in ekran. Vklopimo ga v električno, prižgemo in naprava že deluje. Nato si z daljinskim upravljalnikom izberemo želene nastavitve.

Vsebina paketa GoBox+

GoBox+ je zapakiran v škatlo, kjer je naprava, 5V adapter, kabel HDMI, USB ključek za slušalke in daljinski upravljalnik s pripadajočimi baterijami tipa AAA. Naprava je velika 10 x 10 x 2 cm. Na sprednji strani od leve proti desni ima gumb za vklop, svetlobna indikatorja za internet in vklop, ter dva USB vhoda. Na zadnji strani, prav tako od leve proti desni, je HDMI vhod za povezavo s televizijskim sprejemnikom, sledi mu vhod za internetni kabel, nato je še en HDMI vhod za povezavo s televizorjem ter vhod IRTX (za brezžibno delovanje daljinskega upravljalnika). Kot zadnji je vhod za adapter.

Namestitev in oprema GoBox+ naprave

Za namestitev enostavno vstavimo HDMI kabel za dekodec (torej prvi iz leve). HDMI kabel, ki je med televizijo in televizijskim sprejemnikom, izklopimo iz sprejemnika in

ga vklopimo v tretji vhod iz leve na GoBox+ napravi (vhod za televizijo). Nato Gobox+ priključimo še na električno s pomočjo priloženega adapterja. Naprava se avtomatično vklopi, ko zazna video signal prek kabla HDMI. To pomeni, da ga ni potrebno niti prižigati, saj se bo prižgal sam ob prižiganju televizije. Po nastavitvah se pomikamo z daljinskim upravljalnikom naprave GoBox+. Tudi ta je odlično oblikovan, saj so kontrasti na tipkah veliki in le-te dobro otipne. Levo zgoraj je tipka za preklapljanje med govorom in povečavo podnapisov. Tipka desno zgoraj je za vklop ali izklop. Pod njo se nahajata tipki za uravnavanje glasnosti zvoka, na levi strani pa sta dve tipki za uravnavanje hitrosti govora. Spodnji del daljinskega upravljalnika ima sedem tipk, zgornja levo nas popelje v meni naprave, spodnja levo je za izvajanje ukaza »nazaj«. Na sredini se nahaja okrogla tipka OK za potrjevanje, okoli nje pa so razporejene smerne tipke gor, dol, levo, desno. S pomočjo njih se pomikamo po menijih.

Delovanje

Ko prižgemo televizijo, se bo pravilno povezani GoBox+ avtomatsko prižgal. V meniju lahko izberemo branje podnapisov ali povečavo podnapisov. Naprava deluje na principu branja zajetega dela slike. V tem primeru je to spodnji del naših ekranov, na katerem se običajno nahajajo podnapisi. V primeru, da podnapisov ni, sta pa morda v spodnjem delu televizije navedena ime in priimek gosta določene televizijske oddaje, nam bo to GoBox+ prav tako prebral.

Nastavitve

GoBox+ nam omogoča veliko zelo koristnih nastavitev. Če imamo izbrano branje podnapisov, si lahko nastavimo: glasnost branja, hitrost govora, moški ali ženski glas, prav tako si lahko nastavimo, iz katerega zvočnika govor prihaja (levega ali desnega) in na ta način bolj razločimo zvok samega filma ali oddaje. Meni profili nam omogoča nastavitve branja podnapisov na televiziji ali pa prek slušalk. To je zelo dobrodošlo, saj lahko tako spremljamo film skupaj z videčimi, ne da bi tudi oni poslušali branje podnapisov. Če izberemo povečavo podnapisov, pa lahko izbiramo velikost povečave, različne kontraste, tip črk in postavitev teksta (levo, desno, sredina).

Nadgrajevanje in servis

Za delovanje naprave GoBox+ ni nujna povezava z internetom, je pa nujna za nadgrajevanje in urejanje morebitnih težav. Velika prednost GoBox+a je prav v tem, da za manjše težave ni potreben obisk serviserja, prav tako so (vsaj trenutno) nadgradnje brezplačne.

Mnenje

Naprava GoBox+ je zelo dobrodošel pripomoček za lažji ogled filmov in oddaj. Deluje odlično, sama namestitve je enostavna, reševanje potencialnih težav z njim pa je prav tako urejeno bolj kot ne prek internetne povezave, kar omogoča res hitre in ugodne rešitve. Kot pri vsakem novem pripomočku, se je na dodaten govor branja podnapisov potrebno navaditi, ko pa ga osvojimo, nam res izboljša kakovost spremljanja televizijskih programov.

Podatki za nakup

GoBox+ je na voljo na Zvezi društev slepih in slabovidnih Slovenije, Groharjeva 2, 1000 Ljubljana, naročilo lahko opravite po telefonu na 01 47 00 224 ali emailu: petra.derganc@zveza-slepih.si.

Prav tako je GoBox+ možno kupiti pri uvozniku Robertu Meriču in sicer v spletni trgovini slepslaboviden.si.

Cena naprave je 700 eur.

Pametni telefon podjetja Kapsys SmartVision3

Dolgo pričakovani pametni telefon s tipkami SmartVision3 je prispel tudi na naše tržišče. Pametni telefoni so postali osnovno komunikacijsko sredstvo in večina jih je dobro prilagojenih za slepe in slabovidne. Kljub prilagoditvam pa nekaterim osebam učenje ali pa samo upravljanje zaslona na dotik predstavlja težavo. Podjetje Kapsys je tako pred časom dal na tržišče svoj novi androidni pametni telefon z imenom SmartVision3, ki ima zaslon na dotik in tipke. Tako lahko oseba spozna upravljanje zaslona na dotik po svojih zmožnostih, saj so vedno na voljo tipke, s katerimi lahko prav tako navigiramo po telefonu. SmartVision3 je namenjen predvsem tistim, ki se šele spoznava s pametnim telefonom in uporabo zaslona na dotik, ali pa jim zaslon na dotik predstavlja nepotrebno oviro. Za suverene uporabnike pametnih telefonov bo SmartVision3 ponudil premalo.

Opis zunanosti

SmartVision3 je eden večjih pametnih telefonov, saj lahko le tako vključuje dobro pregledni zaslon na dotik in dovolj veliko ter dobro otipno tipkovnico. Na zgornjem robu je tipka za vklop in izklop ter vhod za slušalke. Na desnem robu je tipka za glasovnega pomočnika (voice assistant), pod njo pa sta tipki za glasnost. Na levem robu je reža za sim kartico, na spodnjem robu se nahaja vhod za polnjenje z USB-C kablom in zvočnik. Dobro polovico telefona zaseda ekran, na preostalem delu pa je tipkovnica. Zgornji gumbi na tipkovnici so namenjeni navigaciji po telefonu. Na sredini tega dela se nahaja pet gumbov, okrogel je na sredini, obkrožajo ga štirje podolgovati. Z njimi se lahko premikamo po menijih v smeri levo, desno, gor in dol. Sredinski gumb je za potrjevanje ukazov. Levo od teh je gumb za domači zaslon, pod njim pa gumb za hitre nastavitve. Na desni se nahaja gumb nazaj in pod njim gumb izbriši. Preostali del tipkovnice je numerična tipkovnica. Tipke so velike, dobro vidne in otipne, tu se vidi, da so proizvajalci vedeli, komu je namenjen ta telefon.

Uporaba telefona

SmartVision3 ima malce bolj poenostavljen vmesnik od standardnega Android telefona. Na domačem zaslonu najdemo osnovne postavke, kot so stiki, telefon, sporočila, WhatsApp in aplikacije. Seveda si domači zaslon lahko prilagodimo po lastnih željah. Za pomikanje po domačem zaslonu uporabljamo navigacijski tipki gor-dol, za odpiranje in potrjevanje pa uporabljamo sredinski gumb. SmartVision3 omogoča prenos in uporabo vseh aplikacij iz trgovine Google Play. Uporaba zaslona na dotik omogoča vse geste TalkBacka z enim prstom, žal pa ne deluje nobena večprstna gesta, kar je zopet po svoje dobrodošlo za manj vešče uporabnike zaslonov na dotik, ki jim je ta telefon tudi namenjen. Pisanje teksta s tipkovnico poteka tako, kot smo to delali na starejših telefonih, na primer Nokiah. Na eni tipki je več črk, do katerih pridemo z večkratnim pritiskom nanjo. Pomikanje po menijih in vračanje na domači zaslon je zaradi temu namenjenih tipk enostavno. Če bi želeli, bi lahko TalkBack tudi izklopili in uporabljali telefon brez njega.

Vsebina pakiranja

Osnovni paket vsebuje pametni telefon SmartVision3, kabel USB, slušalke, NFC nalepke za označevanja (5 kosov), napravo za odstranjevanje SIM kartice, hitra navodila in varnostne informacije.

Mnenje

SmartVision3 telefon je dober pametni telefon za začetnika. Vse osnovne funkcije so lahko dostopne, hkrati pa imamo na voljo tudi vse aplikacije Google Play trgovine in nam omogoča vse, kar pametni telefoni pač omogočajo. Vsekakor najprimerneje za

ljudi, ki se ne želijo podati v učenje navigacije po zaslonu na dotik, vseeno pa bi želeli dostop do vseh funkcij, ki jih pametni telefoni ponujajo. Za zahtevne uporabnike bo ta telefon manj primeren, saj ima lahko ob morebitni zahtevnejši uporabi težave.

Tehnične specifikacije in podrobnosti za nakup

Operacijski sistem: Android 11

Velikost: 159 x 68 x 10.4 mm

Teža: 160g

Velikost zaslona na dotik: 3.5"

Resolucija: 640 x 960 pikslov

Procesor: osemjedrni: 4 x A53 @2.0GHz + 4 x A53 @1.5GHz

Notranji pomnilnik: 4GB RAM, 64GB Flash

Zunanji pomnilnik (ni v pakiranju): do 128GB

Mobilna povezava: 4G LTE, 3G+/ 3G, 2G

Brezžična povezava: Bluetooth: 4.2 BLE, WiFi: 2.4GHz/5GHz, 802.11 a/b/g/n/ac

SIM kartica: Dual Nano SIM ali Nano SIM kartica+ SD kartica (ni v pakiranju)

Povezave: 3.5 mm vhod za slušalke, USB tip C

Vzdržljivost baterije: v mirovanju: 150 ur, zmerna uporaba (klici in sporočila): 12 ur, intenzivna uporaba (gledanje videov in streamanje): 8 ur.

Kamere: dvojna zadnja kamera: 16MP + 2MP, sprednja kamera: 5MP

Podatki za nakup

Telefon SmartVision3 je na voljo na Zvezi društev slepih in slabovidnih Slovenije, Groharjeva 2, 1000 Ljubljana, naročilo lahko opravite po telefonu na 01 47 00 224 ali emailu: petra.derganc@zveza-slepih.si.

Cena: 660 eur (okvirna cena), na voljo od decembra dalje.

[Na vrh](#)

MEDNARODNE NOVIČKE: Svet Evropske unije dokončno potrdil direktivo o invalidski kartici ugodnosti in parkirni karti, Smernice za inkluzivno umetno inteligenco, Solfagnano listina za zavezanost k inkluziji, Standardi za dostopnost IKT.

Avtor: *Anja Uršič*

Prevod: *Jure Škerl*

Svet Evropske unije dokončno potrdil direktivo o invalidski kartici ugodnosti in parkirni karti,

Svet EU je 14. oktobra 2024 uradno potrdil končno različico besedila direktive o invalidski karti EU in parkirni karti EU, ki je ena od sedmih vodilnih pobud Strategije EU za pravice invalidov 2021-2030. EBU pozdravlja ta zadnji zakonodajni korak, s katerim bosta evropska kartica za invalide in evropska parkirna kartica najkasneje do konca leta 2028 postali resničnost za invalide in okrepili njihovo prosto gibanje po EU. Kot smo pojasnili v našem prejšnjem sporočilu za javnost na to temo marca letos, bosta obe kartici invalidom, ki potujejo po Evropi, v državi gostiteljici omogočili enak dostop do posebnih pogojev ali druge prednostne obravnave, razen dajatev socialne varnosti in socialne zaščite ali socialne pomoči na podlagi prebivališča. Skupaj z našo krovno skupino, Evropskim invalidskim forumom, bomo zdaj pozorno spremljali izvajanje nove direktive in hkrati pomagali Evropski komisiji pri razvoju potrebnih tehničnih zahtev, in sicer za digitalne različice kartice. Opozarjamo, da je v besedilu direktive priznано, da še vedno obstajajo vrzeli pri zagotavljanju prostega gibanja invalidnih državljanov, ki preselijo svoje prebivališče v drugo državo EU. Predsednik EBU Tytti Matsinen je v zvezi s tem dejal: „Evropsko komisijo pozivamo, naj že v drugi polovici sedanje strategije o pravicah invalidov obravnava vprašanje priznavanja statusa invalida osebam, ki prehajajo med dvema državama.“

Več si lahko preberete na naslednji spletni strani:

https://www.euroblind.org/sites/default/files/documents/Press%20Release_The%20EU%20Council%20approves%20the%20EU%20Disability%20Card%20and%20Parking%20Card%20directive.pdf.

Vir: <http://www.euroblind.org/>

Smernice o zakonu o umetni inteligenci

Predstavili smo vodnik z naslovom Zakon o umetni inteligenci, ki bo vključeval invalide. Na spletnem seminarju 15. oktobra smo predstavili priročnik „Umetnostna inteligenca: vodnik za spremljanje izvajanja v vaši državi“. Na spletnem seminarju so sodelovali borci za digitalne pravice in zagovorniki invalidov, ki so razpravljali o tem, kako zagotoviti umetno inteligenco, ki bo vključevala invalide. Panelisti so se strinjali, da je zakon EU o umetni inteligenci priložnost za močne zakone, vendar morajo biti nacionalne organizacije in aktivisti pozorni, da ga nacionalni organi dobro izvajajo;

akterji civilne družbe in aktivisti morajo oblikovati močna zavezništva v vseh državah, da bi pritisnili na organe, naj oblikujejo močne zakone o umetni inteligenci, ki dopolnjujejo zakon EU o umetni inteligenci, in ne nazadnje, da morajo biti zagovorniki pozorni na nekatere določbe, kot so izjeme za organe pregona in nevarne sisteme, ter na sodelovanje določenih skupin, ki odvrtačo pozornost od perečih vprašanj človekovih pravic.

Srečanje je odprla Maureen Piggot, članica našega izvršnega odbora, ki je predstavila pozitivne in negativne vidike sedanje tehnologije umetne inteligence. Predstavila je nekaj primerov, kako jo je mogoče uporabiti za krepitev podporne tehnologije: osebnih glasovnih pomočnikov, ter kako lahko pomaga invalidom pri zagotavljanju dostopnosti informacij ali prevajanju v realnem času. Nato je predstavila tveganja, vključno s tem, kako lahko umetna inteligenca okrepi diskriminacijo (na primer z uporabo umetne inteligence za analizo obrazne mimike), nedostopne sisteme umetne inteligence. UI se lahko tudi zlorabi in naredi ljudi bolj ranljive za goljufije in dezinformacije. Pojasnila je, kako je akt EU o umetni inteligenci dober začetek za omejevanje tveganj sistemov UI in izključevanja invalidov, vendar ga morajo države članice dobro uporabljati. Naš vodnik bo zagovornikom in aktivistom v podporo pri izvajanju pritiska na organe, da oblikujejo močne zakone. Kave Noori, naš uradnik za politiko umetne inteligence, je izjavil, da je namen tega vodnika zagovornikom invalidov pojasniti zakon EU o umetni inteligenci. Namen vodnika je tudi pojasniti, kako lahko pozovejo nacionalne organe, da zagotovijo spoštovanje pravic invalidov. Pojasnil je, da zakon o umetni inteligenci razvršča sisteme v različne stopnje tveganja, sistemi z visokim tveganjem pa morajo biti dostopni in se uporabljati pregledno, z izjemami. Kave je poudaril, kako je zagovorništvo EDF in organizacij za digitalne pravice, kot sta European Digital Rights in European Center for Not-for-Profit Law, pripomoglo k vključitvi zahtev glede dostopnosti in preglednosti v zakon o umetni inteligenci. Poudaril je, da je pomembno te obvezne zahteve razširiti na sisteme UI za „splošne namene“ in sisteme UI z nizkim tveganjem.

Več o vodniku si lahko preberete na spletni strani: <https://www.edf-feph.org/publications/a-disability-inclusive-artificial-intelligence-act-a-guide-to-monitor-implementation-in-your-country/>.

Vir: <https://www.edf-feph.org/>

G7 Solfagano listina zavezanosti k inkluziji

16. oktobra 2024 so članice skupine G7 (pod italijanskim predsedstvom) sprejele listino Solfagnano, prvi tovrstni dokument, ki določa prednostne naloge na področju vključevanja invalidov. Pozdravljamo sprejetje listine in sodelovanje invalidskega gibanja v procesu priprave prek Mednarodne invalidske zveze in Evropskega invalidskega foruma. Vendar pa menimo, da bi morala listina predstaviti več konkretnih ukrepov. Poleg tega morajo članice skupine G7, ki predstavljajo največja razvita gospodarstva na svetu, s svojim zgledom zagotoviti oblikovanje posebnih politik in dodeljevanje sredstev za zaveze iz listine. To mora vključevati financiranje predstavniških organizacij invalidov, da bodo lahko ustrezno vključene v vse ukrepe.

Pozdravljamo pobude listine na več področjih, zlasti: spremljanje napredka pri vključevanju invalidov v tesnem sodelovanju z invalidskimi organizacijami, spodbujanje dostopnosti od najzgodnejših faz načrtovanja, zagotavljanje, da so „storitve in objekti v skupnosti za splošno prebivalstvo enako dostopni invalidom“, ter programe za neodvisno življenje, spodbujanje primernih prilagoditev in vključujočih modelov zaposlovanja, zagotavljanje, da imajo invalidi preprost dostop do tehnoloških orodij, spodbujanje dostopnega in vključujočega zdravstvenega varstva ter zagotavljanje, da so invalidi v skladu z mednarodnimi smernicami polno vključeni v načrte za zmanjševanje tveganja nesreč in odzivanje na nesreče.

Prav tako cenimo zavezo članic G7, da bodo povečale ozaveščenost o pravicah invalidov. Evropski invalidski forum je kot del svetovnega invalidskega gibanja pripravljen na nadaljnje sodelovanje in zagotavljanje, da se politične ambicije listine prevedejo v dejansko izboljšanje pravic in življenja invalidov. Yannis Vardakastanis, predsednik Evropskega invalidskega foruma, je dejal: Predsednik Evropskega sveta za invalide, ki je povedal, da je Listina iz Solfagnana obojetna deklaracija, vendar bo njen pravi učinek odvisen od tega, ali ji bodo sledile dejanske izboljšave. Voditelje držav G7 pozivamo, naj svoje besede podkrepijo z dejanji in financiranjem, tako znotraj svojih meja kot na mednarodnem prizorišču.

Več si lahko preberete na: <https://www.edf-feph.org/g7s-solfagnano-charter-ambitious-commitments-must-lead-to-change/>

Vir: <https://www.edf-feph.org/>

Dostopnost IKT

EDF je 19. septembra 2024 skupaj z družbo Oracle organiziral skupni spletni seminar, na katerem so razpravljali o tem, kako standardi olajšujejo dostopnost izdelkov in storitev IKT v digitalnem svetu ter podpirajo izvajanje zakonodaje o dostopnosti. Panelisti so poudarili, da so: standardi bistveno orodje za zagotavljanje smernic za izvajanje zahtev glede dostopnosti; bistveno je, da se invalidi in njihove predstavniške organizacije vključijo v organe za standardizacijo - poskušajo se tudi učiti o standardizaciji, saj je neposredno vključevanje lahko preobremenjujoče; in ne nazadnje, hiter tempo tehnoloških sprememb predstavlja tako tveganja kot priložnosti za dostopnost. Susanna Laurin je svojo predstavitev začela z opozorilom, da je uporaba standardov prostovoljna, zato je pomembno, da jih uporabljamo skupaj z zakoni o dostopnosti, kot sta evropski zakon o dostopnosti in direktiva o spletni dostopnosti. Pojasnila je, da imajo usklajeni standardi, ki jih skupaj razvijajo uporabniki, zasebne organizacije, strokovnjaki in raziskovalci, določeno težo, saj omogočajo jasn način izpolnjevanja zakonskih zahtev. Pojasnila je, da je Evropska komisija od evropskih organov za standardizacijo zahtevala, da oblikujejo usklajene standarde, ki organizacijam omogočajo izpolnjevanje evropskega akta o dostopnosti in direktive o spletni dostopnosti. Posodablja tri standarde: zahteve za dostopnost izdelkov in storitev IKT (imenovan EN 301549); oblikovanje za vse (EN 17161) ter dostopnost in uporabnost grajenega okolja (EN 17210).

Oblikujejo tudi 3 nove standarde: o dostopnosti komunikacij v sili, nedigitalnih informacijah, povezanih z izdelki, in dostopnosti podpornih storitev, kot so storitve za stranke in službe za pomoč uporabnikom. Dodala je, da si prizadevajo za izboljšanje smernic za podporo dostopnosti pri javnem naročanju ter pri tem, kako javni organi

pridobivajo in zagotavljajo dostopne izdelke in storitve. Na koncu je sporočila, da ti standardi žal ne bodo pripravljeni do začetka veljavnosti evropskega akta o dostopnosti. Fernando Machicado, predstavnik AccessibleEU, je pojasnil, kako ta center virov podpira vlade in zainteresirane strani z informacijami o dostopnosti in možnostmi povezovanja med zainteresiranimi stranmi. Pojasnil je, da je center vključen v organe za standardizacijo in da je pripravil dokument s smernicami o standardih dostopnosti. Povedal je tudi, da Fundacion ONCE prek platforme Accessibilias zagotavlja brezplačen dostop do standardov za organizacije invalidov. Kent Boucher, višji direktor pri Oracle Accessibility Program, je predstavil poslovni vidik izvajanja dostopnosti IKT. Pojasnil je pet najemnikov, ki jih Oracle uporablja za zagotavljanje dostopnih rešitev: strategija, vodenje, sodelovanje, vpliv in ozaveščenost. Dodal je tudi, da je Oracle aktiven pri vodenju dostopnosti in standardizacije v mednarodnih standardizacijskih organizacijah, kot je delovna skupina World Wide Web Consortium (W3C) za smernice za dostopnost. Oracle sodeluje z uporabniki in predstavniškimi organizacijami, da bi zagotovil dodano vrednost svojih rešitev za stranke in ljudi, ki uporabljajo njihove izdelke. Več informacij o Oraclovem delu na področju standardov in dostopnosti je na voljo na spletnem mestu Oracle's Accessibility Program in na spletnem mestu Standards at Oracle.

Vir: <https://www.edf-feph.org/>

Na vrh