Specialna olimpiada Slovenije

Društvo specialna olimpiada Slovenije
Samova 9
1000 Ljubljana
e-pošta: so.slovenija@gmail.com
splet: www.specialci.si
TRR: SI56 0201 1005 1019 007 - NLB
Davčna št.: 70607869

POROČILO SPECIALNE OLIMPIADE SLOVENIJE ZA LETO 2015

POROČILO O DELU SOS za leto 2015
Pripravila: Urška Kustura, izvršna sekretarka, Specialna olimpiada Slovenije

Konferenca za vodje delegacij, Los Angeles, 22.-25. januar
NA ZELO VISOKEM NIVOJU
Namen konference, katere se je udeležil predsednik SOS Ljubomir Miličević, je bil seznaniti vodje ekip z organizacijo tekmovanj, s tekmovališči, z nastanitvijo, host town programom in zdravstvenim programom, otvoritvijo …
Športniki bodo nastanjeni na univerzah, kjer bodo tudi tekmovali. Tako bo naša ekipa razdeljena na dva dela. Na UCLA bodo bivali nogometaši in judoisti, vsi ostali športniki pa na USC. Vsa infrastruktura je na zelo visokem nivoju, tako da glede tega pričakujemo zelo prijetne igre. V ekipi bo 24 tekmovalcev in 10 trenerjev.

Turnir v smučarskem teku, Črna na Koroškem, 4. februar
PO TREH LETIH SPET V ČRNI

Po lanskoletni odpovedi turnirja v smučarskem teku zaradi neugodnih snežnih razmer je tokrat organizatorju, CUDV Črna na Koroškem, le uspelo izvesti turnir, ki je bil to pot že osmi po vrsti.

Tudi to pot ni šlo vse zlahka z vremenom - predvsem s snegom. Kar nekaj ekip je sodelovanje odpovedalo zaradi slabe vremenske napovedi, vendar Črnjani in ostali se nismo predali. In vreme je našo trmo in trud nagradilo, tako da so lahko smučarji tekači na odlično pripravljenih progah pokazali svoje znanje in spretnosti smučarskega teka.

Čudovita zimska idila pa je še dodatno motivirala 70 tekmovalcev iz 15 programov Specialne olimpiade Slovenije. Tekači so se pomerili na razdaljah 50m in 100m v klasični tehniki, na razdaljah 500m, 1000m ter 3000m pa so lahko tekli tudi v drsalnem koraku. Po končanem tekmovanju je bila svečana podelitev medalj, sledilo je kosilo in ples v gasilskem domu Črna.

Zapisal: Silvester Polc, vodja tekmovanja

Turnir v krpljanju, Črna na Koroškem, 11. februar
SONČNA ČRNA ZA SCHLADMING

Zares prečudovit zimsko-zgodnje pomladni dan, ki si ga lahko le želiš, je poplačal ves trud organizatorjem v Črni, ki so v tednu dni izvedli kar dva turnirja.

Na zelo dobro pripravljenih progah se je to pot v sredo, 11. februarja, v krpljanju merilo 110 tekmovalcev in tekmovalk iz 22 programov. Prvič v zgodovini tekmovanj Specialne olimpiade Slovenije v krpljanju smo imeli tudi dva tekmovalca, ki sta tekla na 1600m. Obema še enkrat čestitke.

Po uvodni predstavitvi ekip in kulturnem programu ter obveznim nagovorom je turnir

odprla županja občine Črna na Koroškem mag. Romana Lesjak. Tekmovanje je potekalo tekoče in brez večjih zapletov. Ob koncu tekmovanja je bilo v gasilskem domu PGD Črna kosilo, ki pa se je potem nadaljevalo v ritmih glasbe, za katero je poskrbel domači glasbenik Damir Juvan.

Zapisal: Silvester Polc, vodja tekmovanja

Seminar o organiziranosti SOS, Ljubljana, 17. marec
ŠE BOLJŠE ORGANIZIRANI
Na sedežu društva je potekal letošnji seminar o organiziranosti specialne olimpiade, kateremu je prisostvovalo 10 slušateljev iz vrst SOS ter trije gostje s strani Zveze za šport invalidov Slovenije - Paraolimpijskega komiteja.

Četudi je bila peta ponovitev seminarja, ki je namenjen po statusu mladim trenerjem v SOS, nekoliko okrnjena, je bilo čutiti željo po novem znanju s področja organiziranosti, športnih pravil in organizacije tekmovanja, o čemer sta predavala Urška Kustura, izvršna sekretarka, in športni direktor Silvester Polc

MATP regijske igre
Mariborsko-pomurska regija, Maribor, 21. marec
V MARIBORU 77 TEKMOVALCEV
21. 3. 2015 so bile na OŠ Gustava Šiliha Maribor regijske MATP igre mariborsko – pomurske regije. Tekmovanja se je udeležilo 77 tekmovalcev in 54 spremljevalcev iz 8 programov SOS.

Športniki so se pomerili na šestih tekmovalnih postajah, ki so vsebovali različne motorične sposobnosti. Tekmovanje se je pričelo s svečano otvoritvijo, dvigom zastave in himno specialne olimpiade. Na otvoritvi so bili prisotni častni gostje: ga. Katja Vadnal predsednica Zveze Sožitje, g. Simon Mihalina, vodja Urada za šport mestne občine Maribor in g. Vasja Cimerman, predsednik DVI Maribor.

Po otvoritvi se je pričelo tekmovanje. Po tekmovanju smo izvedli skupinsko igro s padali. Nato je sledila svečana podelitev medalj in priznanj. Vsi tekmovalci so postali zmagovalci, saj je vsak športnik tekmoval po svojih najboljših močeh.

Zapisala: Helena Gril, vodja tekmovanja

TEKMOVALI INTEGRIRANO

V soboto, 21.3.2015, se je na Krvavcu uspešno zaključilo odprto prvenstvo Zasavja 2015. Na tekmovanje veleslaloma in celotnega dogodka je bilo integriranih 17 uporabnikov in 19 spremljevalcev.
Za vašo udeležbo in sodelovanje se vam zahvaljujemo in upamo, da ste uživali. MI SMO. Zahvala gre predvsem organizatorjem in vsem zasav-SKI-m društvom za možnost udeležbe na tekmovanju.

Kljub temu, da rezultat ni v ospredju, vam v priponki pošiljam rezultate, tako uporabnikov kot trenerjev, kateri ste/smo tekmovali. Upam, da se naslednje leto vidimo še v večjem številu.

Zapisal: Domen Pociecha, VDC Zagorje

Turnir v namiznem tenisu, Ljubljana, 1. april
BRATA MALEK ODPRAVILA TREMO

V sredo, 1. aprila, smo v Centru Janeza Levca Ljubljana organizirali 10. Državni turnir SOS v namiznem tenisu. Tekmovanje je potekalo v dvorani vojašnice Edvarda Peperka.

Otvoritev turnirja sta popestrila brata Malek s svojimi triki in norčijami ter poskrbela, da je trema pred tekmovanjem izpuhtela. Tekmovalni del se je pričel z razvrščanjem v skupine in nadaljeval s tekmovanji v posameznih skupinah. Na tekmovanju je sodelovalo 79 tekmovalcev (52 v moški in 27 v ženski konkurenci) iz 27 programov SOS. Tekmovali so v igri posamezno in dvojicah.
Sledilo je kosilo in podelitev medalj. Na podelitvi so tekmovalce navdušili plesalci plesne šole Urška, Klemen Klemen pa je poskrbel za prijetno glasbeno vzdušje.

Zaslužene medalje sta podeljevala judoist Aljaž Sedej in bivša alpska smučarka Mojca Suhadolc v družbi ravnatelja Centra Janeza Levca Ljubljana Mateja Rovška in vodij dveh enot našega centra Janje Seles in Nataše Blaj. Pri organizaciji turnirja so nam kot vedno s prostovoljnim delom pomagali študenti in študentke Fakultete za šport in Pedagoške fakultete ter drugi prostovoljci.

Zapisal: Hasan Sinanović

Seminar za trenerje balinanja, Ljubljana, 9. april
USPEŠEN BALINARSKI SEMINAR

Zelo dobro obiskan balinarski turnir s 34 slušatelji je bil dokaz, da je bil seminar v tem športu več kot potreben.

"Balinanje je šport, ki ima ničkoliko izpeljank in potrebno je, da trenerji razumejo, da njihovi tekmovalci (sposobnejši) lahko igrajo kjerkoli med t.i. normalno populacijo, kar je absolutno zaželeno po pravilih, ki tam veljajo (sicer ne vem če jih razumejo), tekmovanja, ki pa so v okviru specialne olimpijade, pač morajo potekati po specialno olimpijskih pravilih," je po seminarju dejal Silvester Polc, športni direktor in osrednji predavatelj, saj v SOS trenutno nimamo glavnega trenerja za balinanje. Seminarja se je udeležil tudi selektor mladinske reprezentance v vrstah Balinarske zveze Slovenije Anton Kosar, ki je bil presenečen nad zelo dobro organiziranostjo in delovanjem SOS.

"Največji izziv vidim v tem, da se bodo ta nova pravila prijela med trenerji in tekmovalci in da lahko v nekem primernem časovnem okviru (4 ure) izvedemo

tekmovanje tako v igri kot bližanje na nižjem nivoju," je še dodal Polc.

Ob seminarju je izšel tudi priročnik, v katerem so prevedena pravila ter pojasnjeni osnovni principi treninga.

MATP regijske igre
Celjsko-koroška regija, Celje, 14. april
TANJA ŽAGAR ZA MATP TEKMOVALCE

V torek, 14.4.2015 smo v okviru Specialne olimpiade Slovenije na Osnovni šoli Glazija v Celju organizirali MATP igre celjsko – koroške regije.

Igre so se odvijale v šolski telovadnici. Skupno se je iger udeležilo 7. ekip iz celjsko – koroške regije. Na igrah je sodelovalo 31 tekmovalcev. Pomagali so učenci posebnega programa OŠ Glazija, sodelovale pa so tudi učenke prilagojenega programa OŠ Glazija, ki so izvedle glasbeno - plesno točko pod mentorstvom ge. Sandre Zelko. V otvoritvenem delu iger MATP je tekmovalce nagovorila in pozdravila ravnateljica šole OŠ Glazija ga. Romana Lebič, sledil je tudi pozdrav podžupanje ge. Darje Turk. Igre je z nagovorom odprl koordinator MATP programa za celjsko – koroško regijo g. Tine Kovačič. Zaprisego iger je recitirala učenka posebnega programa OŠ Glazija.

Tekmovanje je potekalo na sedmih različnih postajah, ki so zajemale področje gibljivosti, ročnosti, brcanja, udarjanja in vožnje z invalidskim vozičkom. Ocene so tekmovalci pridobili iz nivoja izvedbe posamezne naloge.

Po uspešno končanem tekmovalnem delu, je sledilo okrepčilo in podelitev medalj, ki jih je podelila priznana športnica judoistka ga. Urška Žolnir, in priznanj, katere je podelila ravnateljica ga. Romana Lebič. Za presenečenje dneva pa je poskrbela znana slovenska pevka Tanja Žagar, ki je vsem otrokom pa tudi ostalim udeležencem MATP iger narisala nasmehe do ušes. Vsi so veselo peli, ali plesali.

Organizacijski odbor iger

MATP regijske igre
Gorenjska regija, Radovljica, 16. april
KLOVN JAKA RAZVESELIL TEKMOVALCE

V Radovljici so 16. aprila potekale regijske MATP igre.

Sodelovalo je 37 tekmovalcev iz 5-ih enot, spremljalo jih je 20 spremljevalcev. Lepo vreme nam je omogočilo, da smo vse vaje postavili zunaj, okoli našega Centra. V Centru so potekale le otvoritev iger, kosilo in podelitev medalj. Na otvoritvi je športnike razveselil klovn Jaka s svojim programom, igre pa sta s svojima govoroma otvorila vodja gorenjske regije SO Samo Čarman in

naša direktorica Slađana Anderle.

Tekmovanje je potekalo na 6-ih postajah. Za lažjo organizacijo smo največjo ekipo (CUDV Radovljica) razdelili v dve skupini, tako da je bilo vseh ekip 6, tako kot število postaj z vajami. Časovni interval, namenjen izvajanju tekmovalne vaje je bil 10 minut, ki pa smo ga po potrebi podaljšali.
Vsak tekmovalec je na koncu dobil diplomo in medaljo. Medalje so izdelali stanovalci našega Centra.
Na sestanku vodij ekip pred tekmovanjem smo se pogovorili o naslednjem organizatorju RI. Strinjali so se, da bi bilo dobro, če bi vse gorenjske članice, ki sodelujejo v programu MATP, kdaj organizirale RI MATP. Pri tem bi imele manjše članice podporo večjih članic.

Zapisal: Brane Štetner

Dobrodelni koncert Nasmeh za SOS, Maribor, 18. april
DOBRODELNO ZA SPECIALCE

Dobrodelni koncert za specialce v soboto, 18. aprila, je v Dvorani Union v Mariboru pričaral nepozabno - polno dvorano, iskrene nasmehe, solze gledalcev. Zahvala projektu Nasmeh, ki je pripravil koncert za našo ekipo, ki poleti potuje na svetovne igre v Los Angeles.

Nastopili so glasbeniki: Johnnys band, Čuki, Flirrt, Gal Gjurin, Dejan Vunjak, Alex Volasko, Omar Naber, Ditka, Nika Zorjan, I.C.E ter voditelja Tina Gorenjak in David Urankar. Nastopili so otroci Osnovne šole Prežihovega Voranca, z nami pa sta bila tudi športnika Rok Marguč in Urška Žolnir. Hvala tudi vsem donatorjem, ki so pripomogli, da je letošnji nasmeh pričaral veliko nasmehov!

MATP regijske igre
Primorsko-notranjska regija, Vipava, 22. april
POMAGALE VZGOJITELJICE
Regijske igre MATP v Vipavi so bile 22. aprila, v organizaciji CIRIUS-a Vipava.
Nastopilo je 33 tekmovalcev iz 5 ekip. V uvodnem delu so nastopajoče pozdravili ravnateljica CIRIUS-a Vipava – dr. Erna Žgur, predstavnica Zveze Sožitje – dr. Katja Vadnal, župan Ivan Princes, poveljnik vojašnice podpolkovnik Boris Uršič in predstavnica SOS – Tanja Princes. V otvoritvenem delu so sodelovale dijakinje Srednje vzgojiteljske šole Veno Pilon iz Ajdovščine. Vseh 28 dijakinj je v tekmovalnem delu prevzelo vlogo prostovoljcev. Njihov odnos do tekmovalcev in nalog je bil izredno dober.

Tekmovalce smo razdelili v 6 skupin. Aktivnosti so potekale na 6 postajah. Kot

rekvizite smo uporabili veliko število avtomobilskih gum. Le-te so obenem popestrile prostor. Postaje smo oblikovali tako, da so naloge lahko izvajali tudi tekmovalci na invalidskih vozičkih. V zaključnem delu smo izvedli skupno zabavno aktivnost. Vsak tekmovalec je prejel medaljo in darilo.

Medalje so podeljevali: Staša Becelj, Mariša Tripkovič- RK Mlinotest Ajdovščina, Adrian Fegic - Nogometna šola Ajdovščina in Marko Nardin - Budanjski lokostrelci. Pri izvedbi iger so nam s storitvami in materialno pomagali: Dijakinje in učiteljice Srednje vzgojiteljske šole Veno Pilon Ajdovščina, Avtohiša Batič Ajdovščina, Zavarovalnica Triglav, Vojašnica J.P.V. Vipava.
Organizatorji ocenjujemo igre kot uspešne, pomanjkljivost je bila slaba medijska pokritost.

Vsem organizatorjem iz CIRIUS-a Vipava, prostovoljcem in ostalim, ki so kakorkoli pripomogli k uspešni izvedbi iger, se v imenu Specialne olimpijade Slovenije najlepše zahvaljujemo.

Zapisala: Tanja Princes, vodja tekmovanja

MATP regijske igre
Ljubljansko-dolenjska regija, Ljubljana, 24. april
50. LETNICA Z REGIJSKIMI IGRAMI
V petek, 24. 4. 2015, so se v okviru 50. letnice CJL OE Jarše na OŠ Dečkova odvijale 11. regijske igre MATP SOS.

Tekmovanja se je udeležilo 8 ekip s 34 tekmovalci, ki so tekmovali na sedmih postajah:
1. udarjanje žog s stožcev
2. ciljanje z žogo (brcanje/hokej)
3. podiranje kegljev
4. met na koš
5. vlečenje z vrvjo/vožnja ob vrvi
6. hoja/vožnja med trakovi …
7. slalom z vozičkom/hoja med vratci z upoštevanjem prometnih znakov

Tekmovalce in vse prisotne je na začetku pozdravil dr. Matej Rovšek, ravnatelj CJL, slavnostna govornica je bila predsednica društva Sožitje ga. Katja Vadnal. V kratkem kulturnem programu so se nam predstavili učenci OŠ Dečkova s svojim pevskim zborom, zaplesali pa so nam učenci iz OE Jarše. Slavnostno prisego je povedal učenec iz OE Jarše, Đorđe Petrović, igre pa je odprla ga. Nataša Blaj, vodja OE Jarše. Pri izvedbi tekmovanja so nam bile v pomoč študentke SRP PF iz Ljubljane.

Vsi tekmovalci so se trudili po svojih močeh in pokazali veliko različnih spretnosti. Vsak tekmovalec je bil na koncu zmagovalec. Za trud smo jim podelili medalje in pohvale.

Vodji tekmovanja: Vanda Kočar Junkar in Irena Modrej Mežnar

Nogometna liga – nogometni turnir, Novo mesto, 8. maj
FUSBALERJI ZAČELI SEZONO

V petek 08.05.2015 smo v Novem mestu organizirali turnir nogometne lige. Na turnirju so sodelovale tri ekipe, skupno s spremljevalci 28 udeležencev.

Tekmovanje se je pričelo z rahlo zamudo, zaradi zastoja v prometu iz smeri Ptuja, a smo vse uspešno in pravočasno izpeljali. Dogajanje smo zaključili v Gostilni Čefidelj, kjer smo imeli kosilo.

1. tekma:
VDC Novo mesto : OŠ Minke Namestnik, Slovenska Bistrica 3:0
2. tekma:
VDC Novo mesto : VDC Sožitje Ptuj 0:1

3. tekma:
VDC Sožitje Ptuj : OŠ Minke Namestnik, Slovenska Bistrica 8:0
Odigrali smo tri tekme, vsak z vsakim in turnir ob prijetnem vzdušju uspešno zaključili.

Zapisala: Nataša Turk

Regijske igre
Celjsko-koroška regija, Dobrna, 13. maj

Na atletskem stadionu v Žalcu se nas je srečalo in družilo krepko čez 350 športnikov, njihovih trenerjev in spremljevalcev, organizatorjev prostovoljcev, častnih gostov, nastopajočih, organizatorjev ter nenazadnje vseh prijateljev specialno olimpijskega gibanja. Častni govorci na državnih igrah so bili Janko Kos, župan občine Žalec, Irena Ceglar, direktorica CUDV Dobrna, prof. dr. Tjaša Filipčič, predstavnica Pedagoške fakultete v Ljubljani ter mag. Tine Kovačič, predsednik organizacijskega odbora iger, ki je spregovoril tudi v imenu prireditelja Specialne olimpiade Slovenije. Kulturni program so s svojo folklorno in plesno točko popestrili uporabniki CUDV Dobrna in duo Lidija in Andreja ter policijski sekstet ter šolski orkester glasbene šole Žalec.

Športniki specialne olimpiade so se pomerili v atletiki, elementih košarke in nogometa in nekateri so postavili osebne rekorde, drugi pa so kreativno preživeli dan, kar jim daje zaupanje vase, samospoštovanje, samopotrditev, samozavest in predvsem moč in pogum za nove športne podvige in nove dosežke v življenju. Ne smemo pa pozabiti, da je poudarek na sodelovanju in ne tekmovalnosti za vsako ceno. Ni slučajno, da je že Pierre Coubertain poudaril, da je važno sodelovati in ne zmagati. Seveda je na koncu tudi važno zmagati, vendar je pomen iger specialne olimpiade tudi v druženju, srečevanju športnikov iz celotne regije iz različnih socialno varstvenih zavodov, varstveno delovnih centrov, osnovnih šol s prilagojenim programom.

Judoistki Urška Žolnir in Lucija Polavder in nogometaši nogometnega kluba Celje so skupaj z našimi svetovno uspešnimi specialnimi olimpijci Ino Košič, Aljažem Podjedom, Janezom Močenikom ob zaključku iger podelili medalje in priznanja vsem 200. športnikom specialne olimpiade.

Zapisal: Tine Kovačič

Nogometna liga – nogometni turnir, Zagorje ob Savi, 19. maj
V ZAGORJU OGREVANJE ZA NOCOJ!

Prvi turnir nogometne lige prve skupine je potekal na mestnem stadionu NK Zagorju v organizaciji zasavskega VDC Zagorja ob Savi. Drevi pa bodo nogometaši SOS nastopili na finalu Pokala Slovenije NZS v Kopru.

Po zboru tekmovalcev je potekal kratek sestanek trenerjev in sodnika. Sledila je kratka svečana otvoritev, ki je bila glasbeno podprta. Nato so sledile tekme, katere so potekale v duhu fair playa. Nogometaši vseh ekip so z igro pokazali, da vsi sodijo v prvo skupino in da lahko vsak premaga vsakega. Tekme je spremljalo sonce in precejšnje število navijačev, saj so na prvi tekmi imeli domačini bučno podporo iz domačega VDC-ja, pridružili pa so se jim tudi otroci iz vrtca, ki so navijali na vseh tekmah. Nogometaši so prav tako dobro osvojili začetni protokol in pozdrav nasprotne ekipe pred pričetkom tekme.

Po prvem turnirju je znana tudi lestvica 1. skupine nogometne lige SOS 2015 sledeča:
CUVD ČRNA NA KOROŠKEM 7
VDC ZAGORJE 4
SOŽITJE LJUBLJANA 4
CUVD RADOVLJICA 1

Po turnirju je sledil še kratek sestanek trenerjev in kosilo v VDC Zagorje. Zahvaljujemo se vsem zaposlenim zasavskega VDC Zagorja ob Savi za pomoč pri organizaciji, Specialni olimpiadi Slovenije, Zavodu za šport Zagorje ob Savi, Vrtcu Zagorje ob Savi in NK Zagorje.

Zapisal: Domen Pociecha

Sodelovanje na finalu Pokala NZS, Koper, 19. maj 2015
V KOPRU PRED LOS ANGELESOM

Nogometna ekipa Specialne olimpiade Slovenije se je tradicionalno že štirinajstič udeležila finala pokala Nogometne zveze Slovenije, ki je tudi letos potekal v Kopru.

Ob tej priložnosti so se ob polčasu pokala predstavili nogometaši, ki bodo zastopali Slovenijo na svetovnih igrah v Los Angelesu v ZDA, od 25. julija do 2. avgusta 2015. Nasproti so jim stali, posebej za to priložnost zbrani bivši nogometaši

VDC Koper. Po končani revijalni tekmi so si tekmovalci ogledali preostanek finalne tekme med NK Celje in NK Koper. Nogometaši Luke Koper, ki so v domačem prvenstvu povsem zadaj, so še tretjič v zgodovini kluba osvojili pokalno lovoriko in se tako uvrstili v kvalifikacije za nastop v ligi Evropa v naslednji sezoni.

Regijske igre
Mariborsko-pomurska regija, Murska Sobota, 20. maj
V POMURJU Z MEDNARODNIMI GOSTI

Varstveno delovni center Murska Sobota je v sodelovanju s SOS izvedel 22. regijske igre Mariborsko – pomurske regije. Igre so potekale v sredo, 20.5.2015, na stadionu OŠ I Murska Sobota. Na igrah je sodelovalo 18 ekip in 15 članic SOS. Povabilu so se odzvale tudi ekipe iz Avstrije, Madžarske in Hrvaške.

Tekmovanja so potekala v štirih disciplinah in sicer: balinanje, elementi košarke, namizni tenis in atletika. Na igrah se je tako zbralo preko 400 ljudi, od tega 251 športnikov, 80 spremljevalcev, 25 sodnikov, prostovoljcev in ostalih zaposlenih, ki so skrbeli za potek iger. Organizacijski odbor je na svojih srečanjih dorekel potek priprav, zadolžitve in opredelitve posameznih nalog.

Prireditev se je pričela ob 9. uri s sestankom trenerjev in predstavnikov sodnikov (atletika- Združenje atletskih sodnikov Murska Sobota, namizni tenis- Namiznoteniški klub Sobota, elementi košarke - Miro Sedonja in balinanje – Zlatko Tratnjek). Organizatorji smo vnesli v tekmovalni program še zadnje popravke, prijave ter odjave. Ob prijavi je vsaka ekipa prejela bilten, športniki in spremljevalci pa malico, spominsko majico in skromno darilce naših donatorjev. Ob 9.30 uri smo pričeli s kulturnim programom. Po uvodnem nagovoru direktorice gospe Angele Benko Lang so se v nadaljevanju predstavili s pevsko in folklorno točko uporabniki našega zavoda. Nato je vse zbrane nagovorila podžupanje MO MS gospa Jasmina Opec in prav tako sta zbrane in športnike nagovorila podpredsednica Zveze Sožitja in vodja Mariborsko - pomurske regije gospa Andreja Resman ter predsednik SOS Ljubo Miličević. V Dan najlepših sanj pa je vse skupaj popeljala glasbena gostja Regina Kogoj. Ob himni SOS so zastavo SOS dvignili športniki: Roman Krapec, Tom Marinič, Bojan Križnik in Zoran Vajndorfer. Urška Škraban je izrekla zaprisego športnikov. Zaprisego sodnikov pa je izrekel vodja sodnikov gospod Štefan Puhan. Zatem je direktorica zavoda napovedala odprtje 22. regijskih iger SOS Mariborsko – pomurske regije.

Tekmovanja so potekala tekoče, atletika na stadionu OŠ I M. S, košarka in namizni tenis v dvorani OŠ M. Sobota ter balinaje na balinišču upokojencev M. Sobota. Objava rezultatov in podelitve medalj so potekale sproti. Na igrah je bilo podeljenih malo manj kot 60 kompletov medalj, seveda pa so bili nekateri športniki tudi diskvalificirani in na koncu razočarani. Obiskovalci in podeljevalci medalj so spremljali požrtvovalnost, napor in trud, ki so ga vložili športniki v svoj nastop, da so uspeli priti do cilja. Med podeljevalci medalj sta bila tudi olimpijec v streljanju na glinaste golobe Boštjan Maček in selektor ženske A reprezentance Damir Rob.

Župan MO MS dr. Aleksander Jevšek se je dogodku priključil pozneje in po kratkem pozdravnem nagovoru podelil medalje športnikom, ki so tekmovali z vozički na 25 m. Naše igre so potekale ravno v času Tedna vseživljenjskega učenja in tako smo se zbranim predstavili tudi s prodajno - razstavno stojnico. Prostovoljci so prihajali iz Gimnazije M. Sobota in bili v pomoč ekipam pri prijavi, spremljanju na tekmovališča, pomoč v jedilnici in skrbeli so za dobro počutje športnikov.

Tekmovalni del smo zaključili ob 14.30 uri s spustom zastave SOS, ki smo jo predali OŠ Ljudevita Pivka-Ptuj. Po 13. uri so ekipe postopoma odhajale na kosilo, ki je bilo pripravljeno v jedilnici OŠ I. M.Sobota. Po kosilu je sledila zabava ob glasbi, na kateri se je zabavalo veliko število športnikov in spremljevalcev vse tja do 17. ure.

Vodja organizacijskega odbora: Silva Felkar

Regijske igre
Primorsko-notranjska regija, Trst, 22. maj
PRIMORCI ČEZ MEJO

Sklad Mitja Čuk je 22.5.2015 organiziral 22. regijske igre v sklopu Specialne olimpijade Slovenije (SOS). Letos se je prijavilo 14 ekip za skupno 160 športnikov, ki so tekmovali v atletiki, plavanju in balinanju.

Na Koloniji se je odvijala tudi slovesna otvoritev iger s pozdravi gostov in kratkim kulturnim programom. Prisotni so bili tudi ugledni gosti: glavna konzulka republike Slovenije g. Ingrid Sergas in konzulka Eliška Kersnič Žmavec, občinski odbornik za šport in kulturo dr. Edi Kraus, deželni odbornik Štefan Ukmar, občinska odbornica za socialo dr. Laura Famulari, tajnik SKGZ Marino Marsič, deželni predsednik SSO Valter Bandelj in mnogi prijatelji in podporniki našega sklada.
Častna gosta ob otvoritvi sta bila prof. Marina Pertot – predsednica SPDT in letošnja Bloudkova nagrajenka ter Michele Pittacolo znani parolimpijski kolesar.
K pobudi so pristopili številni prostovoljci: dijaki višjih srednjih šol s slovenskim učnim jezikom Pokrajine Trst, športna in kulturna društva, združenja staršev, taborniki, skavti in posamezniki. ZZŠDI je sodelovala pri organizaciji in poteku iger.
Pobudo so podprli tudi banka ZKB,podjetja TIM, AROMACAFFE, Pri Lipi in Fitness Planet iz Sežane. Pokroviteljstvo pa so podelili: SGKZ, SSO, občine Trst, Devin-Nabrežina, Dolina in Zgonik.

Na vsakem prizorišču so nagradili zmagovalce: pri atletiki Mateja Bogatec, plavalce Franco del Campo, pri balinanju pa Sonja Lazar. Letos smo imeli na prizoriščih vzporedni program animacije: pri atletiki so znani športniki prikazali uporabo raznega športnega orodja, pri balinanju aerobiko in frizerke počesale nekaj plavalk. Za ta program je poskrbel osebni trener Tibor Pranjic' s svojo ekipo Spartacus.

Za ta dogodek smo tudi nabavili majice v treh bavah z logom, ki ga je narisal varovanec VZS Mitja Čuk. Bele so dobili atleti, plave prostovoljci in gosti, rdeče pa so imeli organizatorji. Športniki so dobili še darilo: nahrbtnik z majico, ročno izdelano denarnico, ki so jo izdelali v VSZ in reklamni material mesta Trst. Po zaključku tekem so se vsi zbrali v Ljudskem domu v Križu, kjer je bilo v restavraciji Bita pripravljeno

kosilo ob glasbi skupine “Turn on Irish”. Po kosilu sta prisotne pozdravila minister za Slovence po svetu Gorazd Žmavec in odbornik Edi Kraus. Po predaji olimpijske zastave VZS iz Vipave, ki bo organizator naslednjih regijskih iger, so se 22. regijske igre zaključile.

Zapisala: Stanislava Sosic, predsednica

Regijske igre
Ljubljansko-dolenjska regija, Krško, 22. maj
ZMAGUJEM, KER SODELUJEM

Zmagujem, ker sodelujem, se je imenoval slogan 22. regijskih iger SOS, ljubljansko dolenjske regije, ki je po 15 letih zopet potekalo na atletskem stadionu v Brežicah, organizirala pa sta ga Varstveno delovni center Krško-Leskovec in OŠ dr. Mihajla Rostoharja Krško.

Kar 292 udeležencev iz 20 programov je tekmovalo v atletiki na stadionu in v elementih košarke ter namiznem tenisu, v prelepi športni dvorani Ekonomske in trgovske šole Brežice. Na slovesni otvoritvi sta po uvodni glasbeno-plesni točki učencev OŠ dr. Mihajla Rostoharja povezovalki Anita in Taja na prizorišče poklicali vse ustanove, ki tekmujejo na specialni olimpiadi, ter še posebej pozdravili znani slovenski športnici - smučarko Ilko Štuhec in strelko Živo Dvoršak, ki sta po koncu tekmovanja skupaj s posavsko atletinjo Ledo Krošelj in dirigentom orkestra slovenske vojske Rudijem Strnadom podelili medalje najboljšim. Za veliko navdušenja je s pevskim nastopom poskrbela naša domačinka Nuša Derenda.

Kljub slabim vremenskim napovedim smo bili odločeni, da tekmovanje izpeljemo kar se da najbolje in da bodo tekmovalci zapustili naš kraj z lepimi spomini. V uspešno izvedbo smo močno verjeli, saj so priprave na to veliko tekmovanje potekale že od lanskega leta. Da udeleženci niso bili premočeni, smo poskrbeli z velikim, 40-metrskim šotorom in s številnimi prostovoljci Ekonomsko in trgovske šole Brežcie in Gimnazije Brežice, ki so vsakega tekmovalca z dežnikom pospremili na tekmovališče in nazaj v šotor. Samo tekmovanje in podelitve so potekale zelo tekoče, tako da smo si ob 13.00 že lahko privoščili kosilo in veselo rajali ob zvokih narodno zabavne glasbe. Slabo vreme je bilo že zdavnaj pozabljeno.

Zapisal: Pavel Pirc, vodja tekmovanja

Regijske igre
Gorenjska regija, Jesenice, 23. maj
DOR MA CAJT

V soboto, 23. maja smo pod streho (dobesedno) spravili 22. letne igre Specialne olimpiade Gorenjske v organizaciji OŠ Poldeta Stražišarja Jesenice. Tekmovanje se je odvijalo na OŠ Toneta Čufarja Jesenicah, kjer so nam prijazno posodili notranje prostore in skromen, a za medalje vseeno dovolj primeren stadion.

Tekmovanja se je udeležilo 164 tekmovalcev iz 10-ih gorenjskih ekip, ki so se pomerili v atletiki (teki, met žogice in skok v daljino), elementih košarke in namiznem tenisu. Teke smo zaradi vedno bolj namočene steze pospešeno spravili do cilja, skok v daljino smo prestavili v telovadnico, štafete pa smo žal morali odpovedati, tako da pokali čakajo novo rundo. Nič kaj prijetno nalogo sojenja atletskim disciplinam so izjemno potrpežljivo opravili izkušeni sodniki iz sodniškega zbora Radovljica. Namizni tenis je pod strokovnim sojenjem ge. Milane Krmelj s sodelavci potekal nemoteno in zelo prijetno, košarkarji pa so svoje znanje pokazali v elementih košarke.

Tekmovalce so zjutraj, kot se za pomembne obiskovalce spodobi, pozdravili pihalna godba Jesenice – Kranjska Gora in mažoretke TVD Partizan Jesenice. Celotno prireditev je povezoval izjemni Bojan Makovec, ki je skupaj s Kekcem, »samurajem« Denisom Chorchypom in ustvarjalnimi delavnicami ves dan več kot uspešno skrbel za odlično vzdušje.

Na svečani otvoritvi nam je med drugimi športno srečo zaželel tudi jeseniški župan. Medalje so podeljevali uspešni hokejisti Sabahudin Kovačevič, Dejan Trkulja in Jure Dolinšek, metalec kopja Matija Muhar, borec in raper Denis Chorchyp in plavalec Darko Đurič. Kljub začetni zmedi, ki je zaradi vremenskih razmer nastala pri nabiranju tekačev, smo na koncu zažareli vsi; tekmovalci, trenerji, obiskovalci in organizatorji. Uspešen dan smo zaključili še s plesom pod ritmi Denisa Chorchypa in glasbene skupine Dor ma cajt. Vsi smo imeli »cajt« in niti minute dela nam ni bilo žal, ko smo videli množico nasmejanih, zadovoljnih in resnično srečnih tekmovalcev.

Ker pa bi tako veliko prireditev sami težko organizirali, se zahvaljujemo OŠ Toneta Čufarja Jesenice, ki nam je odstopila svoje prostore, vsem prostovoljcem, Zavodu za šport Jesenice, in nenazadnje tudi sponzorjem, ki so nam omogočili, da smo prireditev lahko izpeljali na tako visoki ravni.

Zapisala: Metka Rabič, vodja tekmovanja

Seminar za trenerje nogometa, Ljubljana, 26. maj
DIPLOMSKO DELO V PRAKSI

26.5.2015 smo izvedli enodnevno interno izobraževanje za nogometne trenerje.

Tema izobraževanja je bila diplomsko delo Antona Gerbca pod mentorstvom Stanislava Pinterja z naslovom Program izobraževanja trenerjev nogometa pri SOS. Predavatelji Anton Gerbec, Rajko Korent ter Marko Jankulov.

Izobraževanje je bilo usmerjeno na nogomet Specialne olimpiade, na pomen in vlogo trenerja pri nogometu, sestavo in pomembne dele treninga, kondicijsko pripravo športnikov, učenje tehničnih in taktičnih elementov nogometa, pravila nogometa Specialne olimpiade,..

Izobraževanja se je udeležilo 13 trenerjev. Izdan je bil tudi priročnik za nogometne trenerje.

Zapisal: Tomaž Pišlar, glavni trener za nogomet

PLAVALI MED OSTALIMI INVALIDI

V nedeljo 31. maja se je 8 naših plavalcev udeležilo odprtega državnega prvenstva v plavanju invalidov ZŠIS-POK v Radovljici. V podskupini S14 je bilo skupaj 28 plavalcev, nekateri so nastopali dvakrat ali celo trikrat.

Zastopani so bili iz: PK Velenje (13), Plavalček (4), Vidim cilj (1), PK Gorenjska banka Radovljica (1), CUDV Radovljica (1) in Sožitje Radovljica (8). Ob glasnem navijanju in spodbujanju so naši plavalci dosegli »društveni uspeh«, ki so ga bili sami najbolj veseli. Vsak je tekmoval le enkrat in skupna bera je bila 7 medalj (2 zlati – Tadej Kramberger, Metka Fartek, 5 srebrnih – Sandra Svetina, Kaja Mavrič, Damjan Bošnjak, Gašer Bohinc, Matjaž Tibola, ter eno 5. mesto – Franci Humerca). Neverjetna tekmovalnost in želja po uspehu v domačem kraju in pred domačimi navijači je bila nagrajena. Med nami pa je bila tudi Anita Močnik – CUDV Radovljica, ki je osvojila 2 zlati medalji, kar potrjuje njeno odlično pripravljenost na svetovne igre SO v Los Angelesu, kamor odhaja poleti.

Po uradnem delu smo se še družili in veselili uspehov ob pizi in sokovih. Ob pogovoru smo bili enotnega mnenja, da je bila prijava na to tekmovanje dobra odločitev in dragocena izkušnja.

Zapisala: Helena Tibola, Sožitje Radovljica

Atletski turnir, Maribor, 3. junij
ZADNJE TEKMOVANJE POD STREHO

Atletski miting je bil izveden v Mariboru na atletskem stadionu Poljane, 3. junija, Organizator je bila OŠ Gustava Šiliha Maribor. Sodelovalo je 240 tekmovalcev.

Novost na letošnjem mitingu je bil tek na 10 km, ki se ga je udeležilo 10 tekmovalcev in ena tekmovalka. Spremljali so jih njihovi mentorji. Torej je šlo za nekakšen združen tek na 10 km, ki se je kljub vročini končal brez zapletov. Podeljenih je bilo 66 kompletov medalj.

Za brezhibno izvedbo tekmovanja so nam v pomoč priskočili sodniki Sodniškega zbora atletskih sodnikov Maribor. Na tekmovanju in že ob sami otvoritvi so bili prisotni predstavniki občine Maribor, predsednica Zveze Sožitje, ga. Katja Vadnal, pa predstavnik lokalnega društva Sožitje gospod Martin Benko ter udeleženci mednarodnega izobraževanja za družinski program in program Mladi športnik. Potekalo je tudi testiranje športnikov v t.i. zabavnem fitnesu, kjer so poleg slovenskih sodelovali tudi mednarodni prostovoljci, ki so se prav tako dan poprej izobraževali v

Mariboru.

Po tekmovanju se je prireditev zaključila s kosilom in zabavo ob glasbi na Snežnem stadionu pod Pohorjem. Med drugimi so medalje podeljevali Boštjan Kline, naš znani smučar, pa športni direktor Evropske Specialne olimpijade Mariusz Damentko in predsednica Sožitje Katja Vadnal. Medijsko je dogodek pokril RTV Slovenija, Radio City, Radio ena in časopisna hiša Večer.

To je bilo hkrati tudi zadnje tekmovanje SOS pred poletnimi počitnicami oziroma odhodom 24 športnikov na Poletne svetovne igre v Los Angeles (21. julij).

Zapisal: Ljubomir Miličević

Mednarodni seminar za program Mladi športnik in družinski program, Maribor, 1.-4. junij

NAJBOLJŠI MODEL V EVROPI

V Mariboru, v Hotelu Areh, je od 1.-3. junija potekalo mednarodno izobraževanje na teme: družinski program, mladi športnik in zabavni fitnes. Organizacijo je na pobudo SOEE (Special Olympics Europe Eurasia) prevzela SOS, vsi stroški pa so bili kriti s strani SOEE. Sodelovalo je 29 udeležencev iz 11 držav, ki so na vseh treh področjih začetniki, zato s ponosom ugotavljamo, da smo za izvedbo seminarja lahko zagotovili tudi odlične domače predavatelje in prikaz aktivnosti.

Med drugimi je bila gostja predavanja na temo družinskega programa in sodelovanja staršev v specialni olimpijadi predsednica Zveze Sožitje dr. Katja Vadnal, ki je predstavila področja delovanja Zveze, hkrati pa zaokrožila sodelovanje s SOS, kot krovno športno organizacijo za osebe z motnjami v duševnem razvoju na področju celotne Slovenije. Pri tem je Maureen Clarke, predstavnica SOEE za družinski program in mladi športnik poudarila, da gre za enega izmed najboljših modelov organiziranosti v Evropi, kjer je torej specialno-olimpijski program del starševske organizacije, žal pa sem morala sama dodati, da kljub temu večjega odziva staršev žal še nimamo. Morebiti nam bo nova titula dala dodatnega zagona.

Predstavljen je bil tudi program mladi športnik, ki ga v Sloveniji razvijamo v zadnjih štirih letih. Gre za športni program za mlade od 2.-7. leta, kar bi lahko bila nova odskočna deska za sodelovanje med SOS in Zvezo, saj slednja ugotavlja, da se zmanjšuje vključevanje mladih staršev. Mariusz Damentko, športni direktor SOEE, je predstavil tudi t.i. tranzitni program, ob katerem mladi športniki ob odhodu iz vrtca prehajajo na treninge specialne olimpijade, vendar hkrati na drugi strani ugotavlja, da so otroci v tej starosti še premajhni za dojemanje kompleksnosti tekmovalnega športa. Zato pa je bila popestritev seminarja demonstracija programa, ki ga je izvedel razvojni vrtec Veveričke v okviru OŠ Gustava Šiliha. Prisrčni demonstratorji so poskrbeli, da so mednarodni udeleženci iz Maribora še dodatno odnesli dober vtis.

Mag. Tine Kovačič je bil osrednji predavatelj na področju zabavnega fitnesa, saj je tudi sicer regijski koordinator na področju tega dela Evrope. Na novo se je izobrazilo

7 vodij tega programa, ki so praktičnost svojega znanja preizkusili že na atletskem mitingu. Skupaj z domačimi prostovoljci so izvedli zabavni fitnes, katerega testiranja se je udeležilo 150 tekmovalcev, tako da je bil tudi vodja zdravstvenega programa pri SOEE Bjoern Kohler izredno zadovoljen z opravljenim.

Udeleženci in vodilni s strani SOEE so bili z izvedbo seminarja izredno zadovoljni. Nekateri le ne bodo pozabili tistega strmega dela Pohorja, ki jih je pripeljal na družabni večer na Trikotno jaso, saj je bila želja, da organiziramo tudi kakšno športno aktivnost, utrujenost pa je bila ob čevapčičih in zvokih harmonike zagotovo pozabljena.

Zapisala: Urška Kustura

WELLNESS PROJEKT Z ODLIKO, spomladanski del

V Thermani Laško je bil sklenjen prvi del letošnjega wellness projekta, programa za zdrav življenjski slog. 40 tekmovalcev in 16 trenerjev je nad 3-mesečnim programom navdušenih. Nova skupina začne septembra.

"Od začetka smo jih morali malo spodbujati, zdaj pa že oni navdušujejo svoje prijatelje," je izkušnja iz ZUDV Dornava. S projektom smo sicer želeli spodbuditi še bolj zdrav življenjski slog pri športnikih SOS, tokrat pa smo jim ob bok postavili tudi trenerje, ki so bili enakovredni partner (vzor), prav tako so morali spoštovati načela zdrave prehrane in se več gibati. Mesečno smo se razvajali v Thermani Laško, kjer je bilo vsem poleg predavanja in vadbe na voljo še kopanje in zdravo kosilo.

Pozitivnih izkušenj se je nabralo veliko. Kristijan, uporabnik iz Črne, je ob zadnjem srečanju navrgel, da se je zagotovo zredil, saj je bil na dopustu, kjer ni ime prehrane, kakršno bi si želel, hkrati pa je dejal, da so jedli zelen sladoled - *"Mislim, da je nevaren,"* je bil ob tem skeptičen Kristijan, mentorica Tatjana pa se je le nasmehnila. *"Zdaj že vedo, kaj zanje ni dobro. Tudi, ko se pregrešijo, to jasno povedo!"* Tatjana je bila sicer zmagovalka med trenerji, saj je v treh mesecih shujšala za 7,3 kilograme, za podobno številko je zmanjšala odstotek maščob, pridobila je pol kilograma mišične mase, izgubila pa je še nekaj visceralnih maščob. Tudi med tekmovalci smo imeli zmagovalca, oba najboljša pa sta prejela pivovsko masažo, specialen produkt Thermane Laško. Specialno za specialce, med katerimi se bo razvajal Marjan Kračun iz VDC Šentjur, enota Slovenske Konjice. Izgubil je sicer le 1,1 kilogram, a je ob tem »dal dol« 5,5 % maščob ter kar je še pomembneje, pridobil 3,2 kilograma puste mišične mase.

Brez gaziranih pijač

"Nisem trpel ob spremljanju projekta," je izjavil mož udeležene trenerke in tekmovalca v projektu, potem ko se nam je pridružil na zadnjem srečanju. *"Všeč mi je bila ajdova kaša, ki je prej nikoli nisem jedel, hkrati pa smo tako malo kruha, a se da dejansko živeti tudi brez njega,"* je v šali dodal. Navdušen je tudi nad sinovo disciplino, saj od začetka sodelovanja v projektu pije večinoma le vodo.*»Andreja nam je odsvetovala pitje sokov in gaziranih pijač. Tako smo Nejc, Saša in jaz sklenili, da bomo pili samo vodo. V VDC-ju smo nekatere varovance navdušili za zdravo*

prehrano in pitje vode, nekateri pa niso bili navdušeni. Ko smo imeli drugo srečanje v laškem sem bil vesel, ker sem videl, da sem shujšal. Še naprej sem se držal našega dogovora in kadarkoli smo šli s prijatelji na pijačo, sem pil čaj ali kavo,« pove Uroš iz Velenja.

Po treh mesecih večina ugotavlja, da je svojo kuhinjo obogatila s številnimi novimi živili, ki jih prej niti niso znali uporabljati: *»Doma smo hitro sprejeli ajdovo kašo, s katero sem nadomestila makarone in riž. Ugotovila sem, da se lahko ajdova kaša pripravi na sto načinov, in sicer kot glavna jed, kot priloga, kot solata ali kot sladica. Vse recepte lahko najdeš na internetu,«* je navdušena trenerka Edita. *»Mesečno smo od Andreje dobivali napotke, kaj delamo narobe, kaj je treba spremeniti, kaj še vnesti v jedilnik. Premalo smo jedli zjutraj, preveč popoldne. Sklenili smo, da bomo s tem načinom prehranjevanja nadaljevali in vsaj ohranili to težo.«*

Zagotovo bo to velik izziv, predvsem pa ohranjanje motivacije pri tekmovalcih tudi v poletnih dneh, ko damo tako ali tako vse na pašo. Zato je naša prehranska svetovalka Andreja poudarila, da je potrebno še posebej v tem poletnem času uživati veliko svežega sadja in zelenjave, če se le da v pisanih barvah, ki vsaka po svoje zagotavljajo različno paleto vitaminov. *»Ne pozabite na vodo in ne pozabite se nagraditi, ko vam nekaj uspe. Včasih je nagrada že to, da se je na vaš račun spremenil tudi nekdo v vaši okolici. Sicer pa telo ob spremembah prehranskih navad potrebuje približno štiri leta, da lahko ohrani želeno težo brez t.i. jo-jo učinka,«* je še dodala Andreja, ki je še poudarila, da moramo vedno imeti najprej radi sami sebe – tako zunaj, kot znotraj!

Zapisala: Urška Kustura

EVROPSKA KONFERENCA 2016 V SLOVENIJI!
Specialna olimpiada Slovenije je 24. junija na sestanku EELC (Europa Eurasia Leadership Council) pridobila organizacijo evropske konference specialne olimpijade za leto 2016! Gre za srečanje predsednikov in vodstva 58 evropskih programov, ki so na sporedu vsaki dve leti.

Pri kandidaturi smo Slovenci premagali Ciper, hkrati pa bili pohvaljeni za izredno dobro kandidaturo in odlično organizacijo nedavnega mednarodnega seminarja v Mariboru. *»Veseli me, da bo naslednjo konferenco za našo regijo gostila Slovenija, hkrati pa izrabljam to priložnost, da vam čestitam za pridobljeno kandidaturo. Tudi naša ekipa v Dublinu se veseli skupnega projekta, verjamemo pa, da bo konferenca zelo uspešna«,* je ob proglasitvi organizatorja dejala **Mary Davis**, predsedujoča Evropski specialni olimpijadi.

Evropska konferenca bo od 24.-27. oktobra 2016 v Hotelu Habakuk v Mariboru.

POLETNE SVETOVNE IGRE, Los Angeles, 25. julij-2. avgust

TO NISO SANJE ... 26 MEDALJ, 2. AVGUST

Drevi bo padel zastor na Poletne svetovne igre specialne olimpijade v Los Angelesu. Skoraj vsi od 24 športnikov so se okitili z medaljo, nekateri z dvema, nekateri s tremi. Najuspešnejši športnik je plavalec Damjan Gerič z dvema zlatima in bronom iz štafete. Danes se bodo še poveselili na sklepni slovesnosti, v domovini pa jih bomo sprejeli v torek, 4. avgusta, ob 13. uri v parku Tivoli.

Zadnji tekmovalni dan sta bila najuspešnejša balinarja Brigita Grom in Božidar Lušina, ki sta v mešanih dvojicah osvojila zlato. Druga dvojica - namiznotenisača Franja Pšeničnik in Matej Sirk sta bila prav tako v mešanih dvojicah druga. Še eno srebro je pridal Martin Dernovšek, ki ga je prav v zadnjem skoku preskočil dolgonogi Senegalec in je bilo njegovih 518 cm dovolj za drugo mesto. Le nekaj ur zatem je s kolegi iz reprezentance (Bine Koren, Neža Perdih in Vanja Zelenik) pritekel do brona v zadnji disciplini iger - štafeti 4x100 metrov.

Skupno se okoli vratov slovenskih športnikov kiti 8 zlatih ter po 9 srebrnih in bronastih medalj. Tokratna ekipa je kar za 6 odličij prehitela istoštevilčno delegacijo, ki je Slovenijo zastopala pred štirimi leti. Sklepna slovesnost bo priložnost za praznovanje dosežkov ter druženje vseh akterjev teh uspešnih iger, ki so še enkrat več pripomogle k inkluziji oseb s posebnimi potrebami.

TRENUTKI, KO SO ZMAGOVALCI, 2. avgust

Za nekatere slovenske športnike so na igrah v Los Angelesu navijali tudi njihovi starši. Za plavalko Emo Škrlj je navijala kar cela družina! Takšni so njihovi vtisi ...

"Los Angeles je velemesto kjer se stalno nekaj dogaja in tudi tako veliki dogodki niso posebnost. Na vsakem koraku pa je videti, da specialna olimpijada "ni kar tako". Večkrat se nam je zgodilo da so nas naključni sopotniki na metroju ali mimoidoči na ulici ogovorili, ko so opazili da okrog vratu nosimo akreditacije specialne olimpijade. Opaziti je transparente in panoje na velikih zgradbah. Lepo je biti del te velike specialne družine.

Na specialni olimpijadi je od vsega najlepše gledati iskreno veselje športnikov ob prihodu v cilj in še posebej ob podelitvi medalj. To je tekmovanje kjer je nagrajen predvsem trud. Športniki se na odru za podelitve veselijo svojih dosežkov. Za mnoge izmed njih so to redki trenutki v življenju, ko so zmagovalci.

Zahvaljujemo se vsem, ki so kakorkoli prispevali da je tudi naša Ema doživela take trenutke."
Družina Škrlj

POZITIVNA ENERGIJA TEKMOVALCEV, 3. avgust

Igre se počasi približujejo h koncu. Tekmovanja so končana in pred nami je še samo današnja zaključna slovesnost. Ta bo na istem stadionu, kjer je bila otvoritev. Začelo bi se naj ob 18 uri po lokalnem času in bi naj trajalo dve uri in pol. Zelo zgodaj zjutraj (ob pol štirih) nas odpeljejo na letališče. Srčno upam, da bodo prevozi štimali bolje, kot ob prihodu na igre - spanje na hodniku - nepozabno doživetje. Ampak začetek iger je takorekoč že pozabljen...

Tako kot običajno, bomo na koncu igre označili za uspešne kljub premnogim kiksom organizatorjev. Seveda bolj kot so se igre približevale h koncu, bolj je vsem, ki sodelujejo pri organizaciji (kot prostovoljci), bilo jasno, kako se stvari streže, in manj je bilo napak. Ampak kaj, ko pa je iger že konec. Ne samo pri organizacijskih zadevah na splošno, tudi pri organizaciji tekmovanj je nemalokrat prihajalo do dezinformacij, nepotrebnega čakanja, sodniških napak in še bi lahko našteval. Da ne bom preveč kritičen... Organizirat tako velik športni, in ne samo športni dogodek, ni niti malo lahko...

Kot zaprisežen športnik ne morem mimo tega, da so skupine, ki so tako značilne za tekmovanja specialne olimpijade, v nekaterih disciplinah tako razdrobili, da si upam trditi, da bo posledica razvrednotenje osvojenih medalj. Seveda smo vsi veseli ko domov prinesemo medalje, pa vendarle... Pa da ne bo moje pisanje napak razumljeno - vsaka od medalj je več kot zaslužena in pošteno prigarana.

Je pa nedvomno res eno: igre so bile (saj so pravzaprav vsake) nabite s pozitivno energijo ki jo prinašajo tekmovalci, in se je prav vsi, ki smo tako ali drugače zraven, nalezemo. Napisanih bo veliko lepih zgodb, zgodb, ki bodo morda komu spremenile življenje, sklenjeno veliko novih prijateljstev, ki bodo mogoče ostala. In ko označimo igre za uspešne, je to prav zaradi te pozitivne energije, ki se dotakne vsakogar.

Kaj napisati o naši ekipi? Tudi tokrat homogena ekipa, znotraj katere ni niti za trenutek prišlo do kakršnegakoli konflikta. To dejstvo verjetno še najbolj razveseljuje mene kot vodjo delegacije. Moje delo je bilo ob odgovornosti trenerjev in zavzetosti tekmovalcev res lahko. To je to. Biti "glava familije" (kot me je poimenovala Brigita), taki familiji, ni težko. Bera medalj kot rečeno, več kot odlična. Rekordnih 26. Našteval jih ne bom, saj so vsi podatki na spletnih straneh. A upam si zatrditi, da celo bolj kot medalje, šteje doživetje. Za veliko večino naše ekipe prvo tovrstno. Zato sem prepričan, da jim bodo igre ostale v spominu za vedno.

Vodja delegacije: Ljubomir Miličević

SPREJEM SPECIALCEV, 4. avgust

V Ljubljano je danes dopotovala ekipa Specialne olimpiade Slovenije, ki je na Poletnih svetovnih igrah v Los Angelesu osvojila 26 medalj v atletiki, plavanju, balinanju, kolesarstvu, judu, namiznem tenisu in nogometu.

Ekipo pod vodstvom predsednika SOS Ljubomirja Miličevića so pozdravili številni navijači, katerih so bili tekmovalci po enodnevnem potovanju zelo veseli. Roko sta jim stisnila tudi predsednik Zveze za šport invalidov Slovenije - Paraolimpijskega komiteja Damijan Lazar in direktorica Zveze Sožitje Mateja de Reya. Posebno dobrodošlico je pripravilo tudi podjetje Herbalife, prehranski partner ekipe LA 2015.

POSEBNI SMO, A ŠE VEDNO SMO TU, 25. avgust

Predsednik republike Borut Pahor je danes sprejel 24-člansko ekipo Specialne olimpiade Slovenije, ki se je nedavno vrnila s poletnih svetovnih iger specialne olimpijade v Los Angelesu, kjer so osvojili skupaj 26 medalj. Današnje olimpijce je predsednik republike pospremil z mislijo ponosa in povedal, da je udeležba na olimpijskih igrah nekaj posebnega, uspehi pa so plod trdega dela. "Hvala, ker ste me počastili z vašim obiskom. Želim si, da bi to postalo nek običaj v tem smislu, da eden drugega bodrimo, ker vi ste gotovo navdih za nas in sem vam v tem smislu za ta navdih zelo hvaležen," je dejal predsednik in čestital tekmovalcem ter ostalim članom ekipe.

V imenu Zveze za šport invalidov Slovenije - Paraolimpijskega komiteja (ZŠIS - POK) je ekipi čestital predsednik zveze Damijan Lazar, ki je poudaril pomen promocije športa invalidov in pozval vse, "da skozi šport invalidov in neinvalidov pomagamo graditi most socializacije, da bo še trdnejši, tudi zato, ker nikoli ne vemo, kdaj se po tem mostu sprehodimo tudi sami." Ekipo je predstavil predsednik Specialne olimpiade Slovenije Ljubomir Miličević in se predsedniku Pahorju zahvalil za sprejem. Izkušnje, ki jih je pridobil skozi leta delovanja v tej ekipi, je Miličević strnil z mislijo, da specialna olimpijada ni samo šport, ampak je mnogo več, je tudi način življenja, socializacija, spoznavanje sveta in ljudi ter predstavljanje sebe temu svetu. "Tu smo, posebni smo, drugačni smo, ampak še vedno smo tu," je zaključil Miličević.

Današnji sprejem je s svojo izpovedjo o doživetju na specialnih igrah čustveno obarvala tekmovalka Ema Škrlj, ki je v Los Angelesu prejela 3 medalje v plavanju, z glasbo pa je dogodek polepšala družina Šimbera, ki jo na flavti sestavlja tudi članica ekipe Katarina Šimbera, prejemnica medalje v judu.

Specialno jadranje, Biograd na Moru, 19.-26. september
SPECIALNO NA JADRANJU

V specialni olimpijadi večinoma organiziramo tekmovanja, kjer na koncu seštejemo »matematiko«, a vedno dodamo še ščepec zabave, druženja. Teden slednjega pa smo lani prvič strnili v program specialnega jadranja, kjer naše športnike še dodatno obogatimo z izkušnjo jadranja in doživljanja morja na majhnem (in zibajočem :-) prostoru.

Letošnje druženje je potekalo v Biogradu na Moru, kjer so pred leti že gostili srečanje več kot stotih jadrnic v okviru flote Mirno more, tako da je to noto, to dostopnost ljudi do naše populacije še vedno čutiti. Poleg fantastičnega akvatorija, le streljaj oddaljenih Kornatov, že sama Marina Kornati nudi obilo možnosti za organizacijo raznoraznih delavnic, mesto je prava sprehajalna meka, mestna plaža pa je bila ob koncu septembra ravno prav v zavetrju, da smo ujeli še nekaj zadnjih letošnjih morskih plavalnih zavesljajev. »Učinek« jadrnice, bivanja na majhnem prostoru, organizacije dela v različnih vremenskih pogojih, sodelovanje posamezne posadke in celotne ekipe 66 ljudi da po tednu dni neverjeten rezultat.

Tokratni specialisti za jadranje so bili iz CUDV Radovljica, VDC Šentjur – enota Slovenske Konjice, CVIU Velenje in VDC Vrhnika – Idrija ter stari znanci Center Janeza Levca s tremi enotami. Športnikov je bilo 42, 17 spremljevalcev in seveda 7 krmarjev. Brez teh bi jadrnice bolj počivale v marini, ne bi se naučili krmiljenja, vozlov, skrivnosti ribarjenja in predvsem ne bi doživeli te simbioze, pristnega medsebojnega stika, ki so ga z neposrednostjo sposobni ustvariti naši športniki. *»Nikoli prej nisem imel stika z njimi, izogibal sem se jim in s strahom prišel na ta projekt. Če bi lahko, bi šel ob prvem srečanju kar domov,«* je iskreno priznal krmar **Štefan**, ki ga je razorožila ravno ta iskrenost naših športnikov, da je nato dodal: *»Z 'normalnimi' ne bi nikoli toliko dobil. Videl sem stvari, ki si jih doslej sploh nisem predstavljal in to je bila res enkratna izkušnja.«*

Termin za drugo leto je že vpisan v njegovem koledarju, kakor tudi pri krmarju **Jožetu**, ki je bil z našo ekipo prav tako prvič. *»Nisem vedel, v kaj grem, a dojemanje športnikov me je v teh nekaj dneh povsem 'zmehčalo' in zagotovo naslednje leto skupaj ustvarimo še boljše pogoje za nove jadralce.«***Polona**, ki specialce pozna in z njimi sodeluje že nekaj let, pa je pridala tudi pohvale na račun spremljevalcev, ki požrtvovalno skrbijo za dobrobit svojih varovancev 24 ur na dan. Slednji pa se niso razlikovali – nasmeh in dobra volja sta bila zaščitni znak vseh, poleg seveda majice z napisom specialist za jadranje. Zaradi vremena je bila letošnja prilagoditev na bivanje na jadrnicah nekoliko daljša, saj smo bili zaradi burje od sobote do ponedeljka primorani ostati v Biogradu, a skupna jutranja srečanja (t.i. plenumi), spoznavanje, pripravljanje skupnega kosila, lokostrelstvo in večerne zabave na pomolu so pripomogle k temu, da dolgočasja ni bilo. Pravzaprav je časa kar zmanjkovalo, če smo želeli uživati ob vsaki stvari. Potem ko smo na jambore dvignili zastave, ki so jih posadke oblikovale s svojimi motivi, ter tradicionalni peki palačink smo bili v torek pripravljeni na izplutje. Čutiti je bilo navdušenje in vznemirjenje! Po dnevih razpihanega morja smo doživeli čudovit dan v 4-urni plovbi

proti Kaprijam, ko je bilo vetra ravno prav, da so se naše jadrnice lahno pozibavale tudi na »vetrni pogon«. Bil je čas za deljenje vtisov prvih dni, za poležavanje v vročem jesenskem dnevu ter razgledovanje po številnih okoliških otokih. Krmarji so razložili, kako potekajo »ceste« na morju, športniki so obnovili znanje delanja vozlov, da bi si lahko zadnji večer pridobili »licenco« specialista za jadranje.

Ribe tega dne niso bile najbolj razpoložene, zato je bilo še toliko boljše, da smo jih pripeljali kar s seboj. Tako je na Kaprijah v uvali Medoš stekla prava delovna akcija, ko so spremljevalke čistile skuše, najbolj pogumni so poskakali v sinje morje, drugi pa so z barvami polepšali lesene ribice. Kmalu so bile na krožnikih prave ribe, ki jih je spekel krmar Janez in jih postregel v konobi Kunjka, ki je v tem času že končala z gostinsko sezono. Tudi tema, ki se je hitro razlegla na nerazsvetljen zaliv, posadkam ni mogla do živega in proti pričakovanjem udeleženci še dolgo v noč niso čutili utrujenosti prvega pravega jadralskega dne.

V sredo zjutraj smo jo ob napovedanem precej močnem jugu kaj hitro ucvrli proti Kornatom do Levrnake. Zdaj so udeleženci že bolje poznali ravnanje s priveznimi vrvmi, nekateri so celo poskusili sami krmariti jadrnico, za druge je bilo dovolj prostora za nastavljanje še zadnjim vročim žarkom, medtem ko so oblaki že napovedovali spremembo vremena. Ob jugu drugače tudi ne more biti! Skiper **Primož** je s posadko ujel pet palamid, nič manjši ni bil ulov lucov posadke na jadrnici Špela, ki jo je krmaril Štefan skupaj z **Anito, Anjo, Boštjanom, Daliborjem, Tadejem in Janezom**. Ne glede na vremenske spremembe, ki so jih skrbno spremljali naši krmarji, smo preživeli čudovito popoldne v brezskrbnem plavanju in igri na plaži, ki so jo Katarina, Anja in Rok popestrili z barvanjem na kožo, Aljoša pa s športnimi igrami. V prijazni konobi so nam celo posodili žar in tudi peka, da je bila naša večerja res odlična. Zvečer je jugo že pokazal svoje zobe, zato smo predviden krst svežih jadralcev nadomestili z barvanjem ribic. Po čudovitem sončnem dnevu so nas ponoči zbujali pravi nalivi, ki so trajali vse do jutra. Ker naj bi jugo čez dan obrnil v burjo, smo se na predlog poznavalcev tistih krajev namesto v Sali odpravili kar nazaj v Biograd. Tako smo po sončnem jadranju doživeli še nevihtno motoriranje, a Biograd nas je sprejel v popolni bonaci.

Burja je razvedrila nebo nad Biogradom, tako da je bil izlet s trajektom na Pašman tudi posebno doživetje, ki je bilo za nekatere prav tako prvič, vsi pa so bili zadovoljni, ker so se lahko peljali skupaj z eno ladjo :-). Pripravljeni smo bili za zadnje popoldne, ko nas je čakal še sitotisk na majice, kjer je domišljija motivov ubrala prosto pot (ladjice in delfini seveda niso manjkali), zvečer pa nas je obiskal še Pozejdon, bog morja, ki je preveril znanje naših specialistov za jadranje ter jih vse po vrsti krstil. Da ne bi ostali dolžni, smo morju »darovali« še spremljevalca Klemena, ki je na navdušenje vseh skočil v hladno, nočno morje. Večerni ples na pomolu je bil priložnost za še zadnje druženje, čas za novo zaljubljene pare, čas za pogled nazaj in pogovor o prihodnosti. Velenjska posadka že piše prošnjo ravnatelju za udeležbo na projektu naslednje leto :-), saj so ugotovili, da so sodelujoči postali spretnejši, da so se odlično prilagodili majhnemu prostoru, predvsem pa je bilo obilo sproščenega druženja, v katerem so v vsakdanjem življenju pogosto odrinjeni. Stvari, za katere sicer vsakodnevno porabijo veliko energije, so tu šle zlahka, so se strinjale tudi spremljevalke iz VDC Šentjurja.

Zapisala: Urška Kustura

Nogometna liga – nogometni turnir, Slovenska Bistrica, 23. september
NOGOMETAŠI V SLOVENSKI BISTRICI

23.9.2015 smo na OŠ Minke Namestnik – Sonje organizirali turnir tretje skupine v nogometu v sklopu SOS. Ponovno smo videli veliko zanimivih akcij, srčne borbenosti in predanosti in kolektivnega duha. Seveda smo turnir zaokrožili z kosilom in družabnim srečanjem ter neobveznim »čvekom« ob kavici.

Rezultati tekmovanja:
OŠ Minke Namestnik – Sonje: VDC Novo Mesto 0:1
VDC Novo Mesto : VDC Sožitje Ptuj 1:2
OŠ Minke Namestnik – Sonje : VDC Sožitje Ptuj 0:6

Hvala gospodu Romanu, sodniku, za pošteno sojenje, navijačem in vsem tekmovalcem za prikazano znanje.

Zapisal: Janko Stergar

Nogometna liga – nogometni turnir, Črna na Koroškem, 7. oktober
PRED FINALOM ŠE V ČRNI

CUDV Črna na Koroškem je bil organizator drugega dela nogometne lige SOS v malem nogometu. Turnir je bil predviden za 2.10.2015, vendar je bil zaradi drugih obveznosti dveh ekip prestavljen na sredo 7.10.2015.

Žal nam vreme tudi letos ni bilo najbolj naklonjeno in je turnir potekal v dežju. Kljub temu pa so nogometaši in njihovi spremljevalci pokazali da za prave športnike ni ovir in tako smo uspešno in predvsem brez poškodb izvedli turnir do konca. Na turnirju so sodelovale vse štiri ekipe, ki nastopajo v prvi skupini naše lige: CUDV Črna na koroškem, VDC Zagorje, Društvo Sožitje Ljubljana in CUDV Radovljica.

Po namestitvi tekmovalcev v garderobe in malici, smo trenerji in sodnik opravili sestanek o razporedu tekmovanja in pravilih, ki veljajo za naše nogometaše. S pozdravom nogometašem in njihovim spremljevalcem, ki ga je zaradi službene odsotnosti direktorice opravila pedagoška vodja CUDV Črna na Koroškem Mateja Rebolj, pozdravom županje Črna na Koroškem Romane Lesjak in himno specialne olimpiade se je turnir pričel. Po končanem turnirju je bilo kosilo v gostišču Rešer.

Zapisal: Franc Forstner

Evropska športna konferenca, Dornbin, Avstrija, 8.-11. oktober
POHVALJENI PRED VSO EVROPO

Evropsko športno konferenco SOEE, ki je bila namenjena športnim direktorjem in koordinatorjem, je to pot gostil avstrijski Dornbirn. V dneh med 8. in 11. oktobrom so se konference udeležili predstavniki 40 programov.

Tako kot že leta nazaj je tudi to pot bila rdeča nit konference seznanitev z načrti in usmeritvami SOEE v prihajajočem obdobju do leta 2017. Veliki poudarek pa je bil dan tudi na skrbi za zdrav način življenja športnikov in kot tak primer dobre prakse je bil izpostavljen tudi naš »Wellness« program, ki ga izvajamo. Kot gostja in predavateljica pa je na konferenci sodelovala tudi Mary Davis predsednica SOEE, ki je podrobno predstavila strateške usmeritve 2016-2020, ki temeljijo predvsem na dvigu kvalitete športnikov in organizacije tekmovanj na vseh nivojih ter skrbi za še večjo prepoznavnost specialne olimpijade v širšem družbenem okolju.

V praktičnem delu konference pa smo veliko časa namenili primerom dobre prakse ter dvigu standardov na področju tekmovanj Specialne olimpijade. V teku konference so bile predstavljene nekatere evropske športne federacije (badminton, dviganje uteži, kolesarjenje in balinanje) ter z njimi podpisana partnerstva o medsebojnem sodelovanju. Vzporedno s športno konferenco pa je potekal tudi seminar za strokovnjake računalniškega obdelovanja podatkov na tekmovanjih (GMS).

Zapisal: Silvester Polc, športni direktor

Balinarski turnir, Ajdovščina, 21. oktober
BALINARJI S POMOČJO BURJE

V sredo, 21. 10. 2015, je VDC Ajdovščina-Vipava na balinišču v Palah in na Planini gostil balinarski turnir. Sončna, a burjasta Vipavska dolina, je spremljala otvoritev na Palah, kjer se je predstavilo 20 ekip iz vse Slovenije.
Vse prisotne so nagovorili: direktor VDC Ajdovščina-Vipava g. Roman Velikonja, župan občine Ajdovščina g. Tadej Beočanin, podpredsednica SOS ga. Tanja Princes, predsednica Zveze Sožitje ga. Katja Vadnal. Otvoritev je z nastopom popestrila folklorna skupina BURKO iz VDC Ajdovščina-Vipava.

Tekmovanja so potekala na dveh prizoriščih, na balinišču na Palah in na Planini. Na Palah so se pomerili tekmovalci v klasičnem balinanju. Bližanje - posamezno pa smo izvedli na Planini. Na vsakem prizorišču so po končanih tekmovanjih potekale podelitve medalj. Za bližanje smo podelili enajst kompletov medalj, ki jih je podelila vodja VDC Ajdovščina g. Sonja Hočevar. Dva kompleta medalj za ekipne tekme pa je podelil športni direktor SOS g. Silvo Polc in član balinarskega kluba iz Nove Gorice g. Aleksander Marc. Zaključek je popestrila glasbena skupina Lajna iz VDC Ajdovščina-

Vipava.
Zapisala: Katarina Vidmar – vodja tekmovanja

Nogometna liga SOS, Slovenija, marec – oktober, finale Ljubljana, 22. oktober

FINALE - DVAJSETIČ!

V četrtek, 22. 10. 2015 je društvo Sožitje Ljubljana v sodelovanju z NZS in Specialno olimpiado Slovenije organiziralo finale nogometne lige Specialne olimpiade Slovenije. Turnir je potekal v športnem parku Kodeljevo na centralnem nogometnem igrišču na naravni travi.

Na finalu je sodeloval 101 tekmovalec, 28 spremljevalcev ter 10 prostovoljcev. 11 ekip je bilo razdeljenih v 3 jakostne skupine. Odigranih je bilo 15 tekem rednega finala in revijalna tekma med veterani nogometaši in veterani trenerji Specialne olimpiade Slovenije, s katero smo obeležili 20. obletnico obstoja nogometne lige Specialne olimpiade v Sloveniji.

Po končanih tekmah je sledila podelitev. Medalje so prejeli vsi sodelujoči, ravno tako so vse sodelujoče ekipe prejele zaslužene pokale. Podelili smo tudi pokale za naj igralce ter naj vratarje v vseh treh jakostnih skupinah. Po podelitvi je sledilo še bolj zasluženo kosilo v Zajčji Dobravi.

Program finala ni bil namenjen le nogometu, ampak je združeval tudi socialne in kulturne aktivnosti. Med gledalce smo povabili različne vrtce, osnovne šole in varstveno delovne centre ter za njih pripravili spremljevalni program in navijaške rekvizite. Ocenjujemo, da se je v času tekmovanja na tribunah zvrstilo približno 200 gledalcev.

Zmagovalci po skupinah: CUDV Črna (1. skupina), VDC Sožitje Maribor (2. skupina), VDC Sožitje Ptuj (3. skupina).
Za najbolj fer ekipo je bila proglašena ekipa Sožitja Mežiške doline, naj igralec pa Andrej Rauh iz CUDV Črna. Med vratarji je laskavi naslov osvojil Branko Glavač (VDC Zagorje ob Savi).

Zapisal: Tomaž Pišlar

TEKLI NA LJUBLJANSKEM MARATONU, Ljubljana, 25. oktober

V letošnjem letu se je Ljubljanskega maratona znotraj projekta 5 tekov za 300 nasmehov udeležilo 17 spremljevalcev in 33 specialcev iz naslednjih ustanov: CUDV Radovljica, CUDV Črna, CUDV Dobrna, ZUDV Dornava, CUDV Ig, Osnovne šole Minke Namestnik Slovenska Bistrica in Sožitje Škofja Loka.

Razveseljiv je porast tekačev, ki so nastopili v pol-maratonu. V lanskem letu je na 21 km progi sameval **Janez Juvan** iz CUDV Črna na Koroškem- letos so se mu pogumno pridružili še **Janez Pernek** (ZUDV Dornava) in **Miha Zupan, Željko Najdek, Dalibor Dedić** ter **Janez Luzar** (vsi CUDV Radovljica).

Pridružili sta se nam tudi dva nova programa, ki sta sodelovala sli s tekači ali s spremljevalci, to sta Sožitje Škofja Loka in Osnovna šola Minke Namestnik. Čestitke vsem tekačem za trud vložen v pripravo in včerajšnjo piko na i na glavni prireditvi!

Specialci pa so zaznamovali tudi sobotni program 20. tradicionalne prireditve v Ljubljani, saj so množično tekli na 600-metrskem promocijskem teku oseb s posebnimi potrebami.

Plavalni turnir, Maribor, 14. november
NAJPREJ V BAZEN, POTEM PA NA SNEŽNI STADION

Plavalni miting je bil izveden v Mariboru v kopališču Pristan, dne 14. 11. 2015. Organizator sta bila OŠ Gustava Šiliha Maribor in Plavalni klub Branik iz Maribora. Tekmovanja se je udeležilo 27 ekip s 160 tekmovalci.

Podeljenih je bilo 50 kompletov medalj. Pri izvedbi tekmovanja so nam v pomoč priskočili sodniki Plavalnega kluba Branik iz Maribora. Na tekmovanju in že ob sami otvoritvi so bili prisotni predstavniki občine Maribor, predsednik lokalnega društva Sožitje gospod Martin Benko, ki je navzoče pozdravil v imenu Zveze Sožitje. Po tekmovanju se je prireditev zaključila s kosilom in zabavo ob glasbi na Snežnem stadionu pod Pohorjem.

Med drugimi so medalje podeljevali Simon Mihalina, vodja Urada za šport v MOM, Andrej Cigit, predsednik Plavalnega kluba Branik, Silvester Lipošek, glavni trener plavalnega kluba in vodja tekmovanja, ravnateljica OŠ Gustava Šiliha Milojka Sevšek in seveda moja malenkost.

Zapisal: Ljubomir Miličević

MATP državne igre, Vipava, 21. november
MATP-JEVCI USPEŠNO V VIPAVI

CIRIUS Vipava in Vipava sta znova gostila državne MATP igre specialne olimpijade, športni program za osebe z najtežjimi motnjami v duševnem in gibalnem razvoju. 123 tekmovalcev iz vse Slovenije se je po zavzetih treningih ob pomoči spremljevalcev, trenerjev in prostovoljcev pogumno spoprijelo z vajami.

Športni program MATP, ki so ga v vipavskem CIRIUS-u začeli izvajati med prvimi v Sloveniji, omogoča osebam z najtežjimi motnjami v razvoju, da se vključijo v sistem treningov in tekmovanj, da so športniki, da razvijajo motorične in socialne spretnosti,

pokažejo svoje dosežke in ob tem doživljajo uspeh, so pohvaljeni za svoj trud in s tem razvijajo pozitivno samopodobo.

Tokratne državne MATP igre so bile že desete po vrsti, gostitelji pa so se znova izkazali z gostoljubnostjo in dobro organizacijo. Na tekmovanju je nastopilo 26 ekip s 123 tekmovalci, skupaj s spremljevalci, prostovoljci in organizatorji pa se je v Vipavi zbralo približno 400 udeležencev. Zbrane je ob zvokih himne specialne olimpijade pozdravila tudi ravnateljica CIRIUS-a Vipava Erna Žgur: “MATP so namenjene vam, tekmovalci, ki se morda v življenju vse prevečkrat srečujete z ovirami, primanjkljaji. Danes ne bo tako. Danes bodo vse te ovire premagljive in vi boste zmagovalci. Že to, da ste danes tukaj, na državnih igrah, kaže, da ste na pravi poti, kajti nekaj mesecev ste pridno vadili. Danes boste to potrdili in zmagali.”

Zbranim so veliko sreče v tekmovanju zaželeli tudi predstavnik ministrstva za izobraževanje Boro Štrumbelj, predsednica Združenja Sožitje Katja Vadnjal, vipavski podžupan Bogdan Godnič, namestnik ravnatelja Škofijske gimnazije Vipava Alojz Grahor in podpredsednica Specialne olimpijade Slovenije ter glavna trenerka za MATP pri SOS Tanja Princes. Kot poudarja, se gibanje specialne olimpijade širi in krepi, čeprav v trenutnih razmerah njihovo delovanje zaradi omejenih finančnih virov ni enostavno.

“Ministrstvo zagotavlja denar za osnovne programe, za udeležbo na tekmovanjih pa se moramo v zavodih znajti sami. Veliko naredimo prostovoljno, pomagajo nam donatorji in sponzorji, denar iščemo na razpisih. Vse je seveda odvisno od zagnanosti trenerjev in ravnateljev. Specialna olimpijada lepo živi, ker je toliko ljudi, ki delajo s srcem. Ko vidiš, kakšna sreča je v teh otrocih, te enostavno potegne naprej.”

SKUPAJ DO ZMAGE V STOŽICAH, Ljubljana, 24. november

Športniki specialne olimpijade iz Centra Janeza Levca-OE Jarše, Glazija Celje, CUDV Dobrna in VDC Želva so sinoči med polčasom tekme Eurocupa med KK Union Olimpija in JSF Nanterre odigrali košarkarsko tekmo. Navdušenje je bilo izredno!

Na ta dogodek nas je povabil KK Union Olimpija. Da gre zares, smo ugotovili v garderobi, kjer smo se preoblekli v drese SOS in se razdelili v dve tekmovalni skupini. Vseh igralcev je bilo 13. Z navdušenjem so nas peljali v dvorano, kjer smo komaj verjeli, da se imamo priložnost ogrevati tako blizu pravih košarkašev. Spoznali smo selektorja naših ekip – Sašo Dončiča in Slavka Kotnika in se s ponosom in vsemi ostalimi igralci odpravili na igrišče, kjer smo razgrnili našo zastavo. Pričetek tekme smo si ogledali s tribun, glasno navijali za naše in budno spremljali minute, ki so se odštevale, da stopimo na prizorišče tudi mi.

Nekaj časa smo dobili za ogrevanje, a smo raje malo zaplesali ob dobri muziki in vzdušju v dvorani. Prišla sta selektorja naših ekip, ki sta z nami poklepetala in nama zaželela dobro tekmo. Nato pa se je začelo. Zavzeli smo mesta pravih velikih košarkarjev in se športno odpravili na parket. Odigrali smo eno tekmo, ki je bila polna akcij, menjav, košev in prijateljskega duha. Po končani tekmi smo z nasmeški odšli v garderobe, si čestitali, se preoblekli in na tribuni do konca navijali. Veseli smo bili

slane pogostitve. Opremljeni z navijaško opremo smo spodbujali KK Union Olimpijo k zmagi. Prepričani smo, da je k njihovi zmagi pripomogla tudi naša energija, navijanje in dobra volja. Ob koncu so nam ponosno čestitali tudi starši in ostali navijači. Želimo si še več takšnih priložnosti, saj želimo pokazati kaj zmoremo, da ob tem uživamo in sklepamo nova prijateljstva.

Zapisala: Manja Lamovšek

Košarkarski turnir, Ljubljana, 27. november
ZADNJE TEKMOVANJE POD STREHO

V petek, 27.11.2015, se je v telovadnici vojašnice Edvarda Peperka odvijal košarkarski turnir SOS v organizaciji Centra Janeza Levca Ljubljana. Po prihodu 11 ekip iz cele Slovenije, je turnir otvoril župan MOL Zoran Janković. Ekipe so se ponosno zvrstile na odru in za dobro vzdušje z Markom Vozlom zapele nekaj pesmi.

Po končanem razvrščanju so nas presenetile Zmajčice s plesnim nastopom in Fantiki z akrobatskimi vragolijami. Pravo tekmovanje se je lahko pričelo. Ekipe so budno spremljale, kdaj so na vrsti. Med tem časom, so se lahko posladkale v sladkem kotičku ali se udeležile Zdravstvenega programa. Da v telovadnici ni bilo niti za minuto dolgočasno so poskrbeli športniki iz Igrive košarke in maskota Lipko, ki je budno spremljal tekmovalne ekipe in jih spodbujal. Na igriščih je bilo med ekipami čutiti borbenost, veselje in željo po zmagi. Vsi so budno spremljali rezultate na oglasni deski in se veselili ob svojih dosežkih. Medalje je v imenu kluba UO pomagal podeliti košarkar Blaž Mesiček. Potrebno je bilo narediti še nekaj fotografij z medaljami okrog vrata, nato pa so se ekipe odpravile na kosilo in zabavo.

Zapisala: Manja Lomovšek

Wellness projekt, Thermana Laško, jesenski del
NOVA GARDEROBA NOV NAVDIH

V sredo smo se s sodelujočimi v wellness projektu še zadnjič srečali v Laškem. Letos. Navdušenje je tako veliko, da nihče ne razmišlja o koncu, pa saj je skrb za zdrav življenjski slog stvar, ki nikoli ne mine in nikoli nismo dovolj pametni, da bi vedeli vse.

Med nami so bili tudi člani prve skupine, tisti najbolj zagrizeni iz Črne, Dornave in Velenja. **Kristjan**, ki je bil eden najuspešnejših v izgubljanju kilogramov v prvi skupini, se s tem ni zadovoljil. Od marca jih ima 10 manj, kar pa je še pomembnejše je to, da je v tem času izgubil 7% telesne maščobe, mišično maso pa je kljub izgubi vrnil na prvotnih 70 kg, kar je izreden uspeh. Ni čudno, da se zdaj spet počuti kot pravi športnik, kar je nekoč že bil. *»Prej sem cele dneve prespal, zdaj pa grem hodit, v fitnes, tudi v službi lahko normalno delam,«* se pohvali. Z njim v bivalni enoti biva še 14 varovancev in vsi se prehranjujejo isto. *»Včasih se je kar naprej peklo pecivo, zdaj samo ob posebnih*

priložnostih,« pove varuhinja **Mateja**, ki je marca v program prišla s 119 kilogrami, novo leto pa bo začela pod sto. Ko nam je pokazala sliko od prej, nihče ni mogel verjeti, da je zdaj ta sijoča oseba, polna energije, nekoč, kaj nekoč, pred dobre pol leta, izgledala tako. *»Pri nas vseh je bilo najbolj pomembno to, da smo ukinili sladkor, kar se ni poznalo samo na teži, ampak predvsem v tem, da varovanci niso bili več nervozni, ampak veliko prijetnejši za okolico,«* sklene Mateja, ki bo skupaj s kolegico **Tatjano** še naprej skrbela, da bo življenje v CUDV Črna vsaj v njihovi bivalni enoti potekalo po zdravih načelih.

Med slušatelji so bili tudi starši in Uroševa mama je s ponosom povedala, kako je bil sin zadovoljen, ko sta morala v trgovino po komplet novo garderobo, saj mu je bilo vse preveliko :-). *»To je lahko zelo lepa nagrada za koga,«* je dejala predavateljica **Andreja** *»in najbolj nas bo motiviral nov rezultat, ki ga bomo dosegli na sebi. Je pa dostikrat enostavneje, kakor si kdo misli. Namreč ko telo dobi tisto, kar potrebuje, ne hlepi več po tistem, kar ne potrebuje. Preprosta matematika!«* Zmagovalca druge skupine sta postala »par«: športnica **Sandra Svetina** in njen trener **Matjaž Arnol**. Oba sta s strani Thermane Laško prejela darilni bon za pivovsko masažo, ki se je ob dobri kondiciji zagotovo ne bosta branila. Sandra je izgubila 4 kilograme, pri čemer ni izgubljala na mišični masi, izboljšala je maščobe za dobre 4% ter se pomladila za 10 let. Njenemu trenerju je uspelo doseči kar 11-letno pomladitev, potem ko je z izgubo 2,7 kg izgubil tudi 5% telesne maščobe in jo spustil na zavidljivih 15%, hkrati pa je povečal mišično maso za dobra dva kilograma. Njegovo telo je boljše rehidrirano in ima manj visceralnih maščob. Bravo oba!

Zadnje srečanje je bilo seveda novoletno obarvano in že med merjenjem finalnih rezultatov nas je razgibala zumba inštruktorica **Gloria**, za njo pa je po kosilu na oder prišel še **DJ Berni**, zaradi katerega tudi ta prireditev ob plesu ni minila brez poštene vadbe. Za nameček smo uživali še v plesnih nastopih **Laure** iz Ormoža ter deklet iz CIRIUS-a Vipava ter pravih gledaliških deklamacijah **Matjaža** iz Radovljice. **Damjan** je svojo pozabil, pa nič zato. S flavto je nastopila tudi **Sanja**. Tista Sanja, ki je prišla v Laško z okroglo stotico, po treh mesecih jih ima 10 manj, letos pa skupaj že kar 18 kg! A se ne ustavlja. *»Rada bi shujšala še za 25 kg,«* si je postavila nov mejnik. *»Zdaj vidim, da se počutim veliko bolje, imam dovolj energije in kar je najpomembnejše – hodim že skoraj brez pomoči bergle!«*Prej je namreč zaradi številnih odvečnih kilogramov njene noge niso več samostojno držale pokonci. In zato se je posebej zahvalila. Da se je veliko naučila, je rekla. In zaigrala Odo radosti. To jo je naučila mama, sicer vzgojiteljica. Pravi, da je bila njena spodbuda največji navdih, tudi pri izgubljanju kilogramov. In ne samo to, tudi njena mama jih je izgubila deset.

Člani druge skupine so dobili priznanja in specialne bidone, da bodo tudi nadalje dovolj pili. *»Plus redni obroki in izkoristite moč skupinske vadbe, ki se je izkazala v teh treh mesecih,«* je poudarila Andreja in nam pred poplavo dobre hrane in zabav v veselem decembru zaupala še en »trik«: *»Ne hodite lačni na zabave in obiske, tako noben krožnik ne bo varen pred vami. Pred odhodom pojejte veliko skledo solate z dodanim krompirjem, fižolom. Takšna kombinacija bo nasitila vaš želodec in oči ne bodo tako lačne :-)!«*

Zapisala: Urška Kustura