



ILCOPIS je glasilo
Invalidskega društva
ILCO Ljubljana
www.ilco-si.org,
8. številka, december 2016

ILC(o)pis
GLASILO OSEB S STOMO

20

let

SMS DONACIJA

Pošljite **SMS** sporočilo s ključno besedo **STOMA5** na številko **1919** in prispevali boste **5 EUR** za zbiranje sredstev za izvedbo socialnih in rehabilitacijskih programov oseb s stomo in njihove svojce v društvu.

Prispevajo lahko uporabniki mobilnih storitev Telekoma Slovenije, Izi mobila, Si.mobila, T-2 in Telemacha.

Pogoji in navodila za sodelovanje pri storitvi SMS-donacija so objavljeni na spletni strani **www.ilco-si.org**.

Člani Invalidskega društva ILCO Ljubljana se vam iskreno zahvaljujemo za vašo donacijo

Ljubljana



DONACIJA

Vsi, ki bi hoteli **donirati** za delovanje društva in izvedbo socialnih in rehabilitacijskih programov, ki jih v društvu izvajamo, lahko svojo donacijo nakažete na naš

TRR: 0222 2001 9146 108.

Dobrodošel je vsak evro.

Pravne osebe, ki bi želele postati naš donator, nam lahko pišete na

drustvo@ilco-lj.org in poslali vam bomo donacijsko pogodbo.

Invalidsko društvo ILCO Ljubljana,
Parmova 53, 1000 Ljubljana, 01 436 21 90,
drustvo@ilco-lj.org, www.ilco-si.org
Uradne ure: vsak pon. 09.00 – 12.00,
Telefonska dosegljivost:
pon.– pet. 09.00 – 14.00

V TOKRATNI ŠTEVILKI ILCOPIS-A VAM PREDSTAVLJAMO NEKAJ DOGODKOV IN DEJAVNOSTI NAŠEGA INVALIDSKEGA DRUŠTVA ILCO LJUBLJANA, KI SMO SE JIH UDELEŽILI V PRETEKLIH TREH MESECIH.

NAJPREJ SMO SI PRIVOŠČILI SKUPEN DOPUST OZIROMA REHABILITACIJSKO LETOVANJE V PINESTI, KI SMO GA KAR DOBRO IZKORISTILI (VEČ O TEM STE PREBRALI ŽE V PREJŠNJI ŠTEVILKI), SAJ NAS JE TAKOJ PO POVRATKU V LJUBLJANO ČAKALO OGROMNO DELA. PRIPRAVITI JE BILO TREBA SLOVESNO PRIREDITEV IN PIKNIK OB 25-LETNICI USTANOVITVE ILCO SEKCIJE LJUBLJANA IN 20-OBLETNICI INVALIDSKEGA DRUŠTVA ILCO LJUBLJANA. ORGANIZACIJSKI ODBOR JE ZAVIHAL ROKAVE, A MI NE BI BILI MI, ČE SI VMES NE BI PRIVOŠČILI ENODNEVNEGA POHODA OB REKI KRKI IN OGLEDA NOVEGA MESTA. KLJUB VSEMU SMO IMELI 9. SEPTEMBRA OB 11. URI IN 11 MINUT PRIREDITEV, O KATERI SI LAHKO PREBERETE V TEJ ŠTEVILKI ILCOPIS-A.

SEVEDA TO NI VSE, KAR SMO POČELI V ZADNJEM ČASU, SAJ SMO MED DRUGIM ČISTILI BREGOVE LJUBLJANICE, SI OGLEDALI STEKLARNO HRASTNIK, DELALI VAJE PILATESA, SE KOPALI V ZDRAVILIŠČU LAŠKO, SI OGLEDALI ŽUŽEMBERK, KRSTILI VINO NA MARTINOVANJU IN IMELI PREDSTAVITEV PRIPOMOČKOV ZA NEGO STOME.

V NAŠEM ČASOPISU SMO POVZELI LE DROBEC VSEGA, KAR SMO DOŽIVELI. VSEGA SE NE DA ZAPISATI, JE PA BILO ČUDOVITO VSE TO DOŽIVETI. SVOJA SREČEVANJA SMO PRAVKAR POPESTRILI Z REDNIMI PLESNIMI VAJAMI, KI JIH BOMO IMELI VSAK TEDEN. DO KONCA LETA NAČRTUJEMO ŠE NEKAJ DOGODKOV, V PRIHAJAJOČEM LETU PA IMAMO OGROMNO NAČRTOV, SAJ NAM VOLJE IN POZITIVNE ENERGIJE ZLEPA NE ZMANJKA.

NAJ TO OSTANE ZA PRESENEČENJE V NASLEDNJEM LETU, VSE, KAR VAM LAHKO IZDAMO JE, DA BOSTE MARCA 2017 LAHKO PREBRALI NOVO ŠTEVILKO ILCOPIS-A.

DRAGI STOMISTI, ŽELIMO SI, DA VSAJ NEKAJ TEH STVARI DOŽIVITE Z NAMI, VAŠIMI PARTNERJI IN SVOJCI, ZATO PREDLAGAMO, DA IZPOLNITE PRIJAVNICO ZA ČLANSTVO V NAŠEM DRUŠTVU, KI JO BOSTE NAŠLI V ČASOPISU. SKUPAJ NAM BO LAŽJE!

V PRIHAJAJOČEM LETU 2017 PA VAM ŽELIM VELIKO ZDRAVJA, SREČE IN ISKRENIH PRIJATELJSTEV!

Predsednik društva
Zoran Terglav



20
let

pravice oseb s stomo

PRED OPERACIJO

Vsaka operacija in priprava nanjo je za človeka velika in stresna preizkušnja. Priporočamo vam, da si zapišete vse, kar vas zanima in o tem povprašate kirurga in enterostomalnega terapevta. Naj vam bojo spodaj naštet vprašanja v pomoč:

- Kje bom imel nameščeno stomo?
- Kako bo z okrevanjem po operaciji in rehabilitaciji?
- Kakšna bo?
- Kako izgleda stomalna vrečka?
- Kje dobim vse medicinsko tehnične pripomočke za oskrbo stome?
- Bo to zame dodaten strošek?
- Bom za oskrbo stome potreboval posebno nego na domu?
- Ali se bom moral vse življenje držati posebne diete?
- Kako bo z aktivnostmi, ki sem jih opravljal do zdaj: prehranjevanje v restavracijah, rekreacija, plavanje, služba, potovanja, druženje s prijatelji, spolnost?

Več vprašanj in odgovorov najdete na naši spletni strani v poglavju Živeti s stomo: www.ilco-si.org

KODEKS PRAVIC

Vsi bolniki na izločilih imajo pravico do:

- predoperativnega svetovanja
- pravilno izbranega mesta stome
- dobro oblikovane stome
- čustvene podpore pred operacijo
- pooperativne zdravstvene nege
- individualnega poduka
- informacij o možnostih pridobitve medicinsko tehničnih pripomočkov za nego stome
- pooperativnega nadzora in doživljenjsko zagotovljene nege
- vseh storitev, ki jih lahko nudijo zdravstveni strokovnjaki
- informacij in nasvetov združenja invalidov z izpeljanim črevesom

Iz knjižice doc. Dr. Pavla Košoroka, *Živeti sproščeno*

PO OPERACIJI

Imejte v mislih, da se vaše življenje zaradi stome ni končalo, ravno nasprotno, prav zaradi stome lahko zaživite novo življenje. Kot oseba s stomo imate določene pravice in olajšave, vašemu delodajalcu pa pripada stimulacija za zaposlitev osebe s stomo.

Kot oseba s stomo imate pravico do:

- ocene telesne okvare - TO (postopek prične osebni zdravnik)
- denarnega nadomestila za telesno okvaro - invalidnine je predpisana samo za invalide, ki so stomo dobili zaradi poškodb na delovnem mestu
- oprostitve plačila cestnine ob registraciji osebnega vozila. Pripada invalidom z 80% telesno okvaro in več ob registraciji osebnega vozila do 1800 ccm³ z bencinskim motorjem in do 1900 ccm³ z dizel motorjem
- pooperativnega zdravljenja v Zdravilišču Rogaška Slatina
- uporabe ustreznih ortopedskih pripomočkov brez doplačila
- oprostitve plačila RTV naročnine v primeru, ko je priznana telesna okvara 100%
- olajšave pri dohodnini, ko je TO 100%

Vse pravice, olajšave in stimulacija za delodajalce so podrobno opisane na naši spletni strani v poglavju *Pravna pomoč*: www.ilco-si.org

OCENA TELESNE OKVARE

Osebam s kolostomo	80 % TO
Osebam z ileostomo	80 % TO
Osebam z urostomo*	70 - 90 % TO

Ocena za telesno okvaro se lahko uveljavlja šest mesecev po operaciji oziroma ko je zdravljenje končano. Postopek prične izbrani osebni zdravnik.

* ZPIZ Slovenije je 5. 5. 2005 spremenil oceno telesne okvare. Vsi, ki imajo urostomo in odstranjen sečni mehur imajo priznano oceno TO 90 %. V primeru, da je ocenjena TO nižja lahko zahtevate ponovno ocenitev TO na ZPIZ Slovenije.

druženje

IZMENJAVA IZKUŠENJ IN PREDSTAVITEV PRIPOMOČKOV ZA NEGO STOME PROIZVAJALCA COLOPLAST

17. november 2016

V četrtek, 17. 11. 2016, smo se ob 11.30 uri zbrali v gostišču Kum v Zagorju. Dobro razpoloženi smo že na terasi gostišča poklepetali ob kavi, nato je sledil program – pomoč svojcem po operaciji in predstavitev novosti proizvajalca pripomočkov Coloplast.

V dvorani nas je pričakala predstavnica Coloplasta gospa Simona Truhačev, dipl. viš. med. ses., ET. Predstavila nam je različne pripomočke za nego stome in pokazala, kako se z njimi ravna. Ponudila nam je vzorce stomalnih vrečk in še nekaj vzorcev drugih pripomočkov za nego stome. Udeleženci so imeli veliko vprašanj in gospa Simona je na vsa prijazno odgovorila.

Po predstavitvi smo čas namenili izmenjavi izkušenj oseb s stomo. Pogovarjali pa smo se tudi z novo operiranimi osebami, njihovimi partnerji in svojci. V pogovorih je sodelovala medicinska sestra iz Oddelka za kirurgijo Splošne bolnišnice Trbovlje, gospa Zdenka Rajovic, ki je odgovarjala na bolj zahtevna in strokovna vprašanja.

Nekaj besed smo namenili tudi dobavi in dostopnosti pripomočkov in ugotovili, da je na našem trgu zaenkrat dobra ponudba različnih proizvajalcev kvalitetnih pripomočkov za oskrbo stome. Prav kvalitetni pripomočki so razlog, da imamo osebe s stomo manj težav s hudimi vnetji peristomalne kože.

Lepo je deliti izkušnje in izvedeti kaj novega, še lepše pa je zavedanje, da s svojimi težavami nisi sam in da ne bo minilo dolgo, ko se bomo spet srečali na katerem izmed dogodkov našega društva.



obletnica

PRAZNOVANJE 25 LET SEKCIJE ILCO LJUBLJANA IN 20 LET INVALIDSKEGA DRUŠTVA ILCO LJUBLJANA

Od 7. do 11. septembra 2016

Praznovanja dveh tako pomembnih obletnic nismo mogli prepustiti naključju, zato smo se s pravo slovesne prireditve pričeli ukvarjati že letošnjega maja. Avgusta pa je naš organizacijski odbor, sestavljen iz devetih članov, delal vsak dan po osem in več ur, tik pred prireditvijo, 09. septembra, pa tudi med vikendi. Ker gre za res posebno priložnost, smo se odločili, da pripravimo več dogodkov, ki smo jih zaključili s slovesno prireditvijo in piknikom.

Najprej smo pripravili mednarodno srečanje oseb s stomo, na katerega smo povabili predstavnike ILCO Bosne – Republika Srbska, ILCO Srbije, ILCO Hrvaške in ILCO Makedonije. Na povabilo so se odzvali skoraj vsi, razen članov ILCO Makedonija. Tako je naš predsednik Zoran Terglav 7. septembra sprejel predsednika ILCO Bosne – Republike Srbske gospoda Dragana Trivuna in še dva njihova člana, predsednico ILCO Srbije gospo Snežano Milojević Cmiljanić in tri njihove člane ter predsednika ILCO

Hrvaške gospoda Ognjana Peleša, ki je na srečanje prišel s še petimi člani. Nastanili so se v hostlu Ana, zvečer pa je sledil uradni spoznavni večer z večerjo v restavraciji Allegria.

Naslednji dan smo se ob 8.00 uri dobili na sedežu Invalidskega društva ILCO Ljubljana na Parmovi 53, kjer smo se ob zajtrku pogovarjali o oskrbi stome, pripomočkih, ki so na voljo osebam s stomo, organizirnosti oseb s stomo in si izmenjali izkušnje z rehabilitacijskimi programi v posameznih državah.

Delovanje, šolanje in organizacijo ET sester (enterostomalnih sester) v Sloveniji je predstavila gospa Renata Batas, dipl. m. s. ET, predsednica sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji. Na podlagi izmenjave naših izkušenj smo ugotovili, da se o stomi in osebah s stomo v javnosti premalo ve in govori. Skrbi nas, ker po zelo zahtevni operaciji za osebe s stomo in njihove svojce ni nobene strokovne psihične podpore, ki bi jo nudile zdravstvene organizacije, stroške pa bi kril ZZSZ. Tu odigramo pomembno vlogo prav društva, ki tako pomoč nudimo prostovoljno s pomočjo oseb s stomo – prostovoljcev, ki so posebej usposobljeni za svetovanje osebam s stomo in njihovim svojcem. Naše društvo pa s svojimi dejavnostmi skrbi za kakovosten povratak v normalno in aktivno življenje ter vas informira o vaših pravicah, pripomočkih in vseh dejavnostih,



ki so povezane z osebami s stomo. Ugotovili smo tudi, da je, kljub temu, da ILCO društva skrbijo tudi za informiranje o pravilni uporabi pripomočkov za oskrbo stome in novostih na področju proizvodnje pripomočkov, pomoč proizvajalcev, zastopnikov in uvoznikov našim društvom skromna. Želimo si še bolj raznovrstne ponudbe pripomočkov, predvsem pa, da bi najnovejši pripomočki hitreje prišli na naše tržišče.

Po posvetu nas je ob 12. uri v Mestni hiši sprejel župan Mestne občine Ljubljana gospod Zoran Jančič, ki nas je toplo sprejel in si je, kljub številnim obveznostim, vzel nekaj časa za klepet z nami. Nato nas je sprejel turistični vodnik, ki nam je razkazal staro mestno jedro Ljubljane. Gostje so bili nad našim mestom zelo navdušeni in se niso mogli načuditi vsem spremembam, ki ga je mesto doživelo v zadnjih nekaj letih. Obveznosti tega dne smo sklenili s kosilom. Popoldne so gostje preživeli po lastni izbiri, naslednji dan pa so se nam pridružili na slavnostni prireditvi. Za člane ILCO Ljubljana dneva še ni bilo konec. Nekateri so v Ribiškem domu Barje že od jutra koordinirali pripravo prizorišča za slovesno prireditev in piknik, ki ji je sledil. Postavili so šotor, »jurčka« za točenje pijače in prenosne WC-je. Postavili so mize, ki so jih slavnostno pogrnili, prinesli klopi, obesili zastave in plakate, označili so

parkirišče in pot do prizorišča, napeljali elektriko ter preverili, kako deluje ozvočenje. Trdo smo delali do 22-ih, nekaj opravkov pa nam je ostalo še za naslednji dan.

DAN »D«: OSREDNJA SLOVESNOST IN PIKNIK

V petek, ob 8-ih zjutraj smo opravili še zaključne priprave na prireditev in piknik: okrasili smo oder, na mize smo postavili pijačo in piškote, pripravili smo pijačo dobrodošlice, še enkrat smo preverili ozvočenje, nastopajoči: Studenček – pevci in godci ljudskih pesmi, Oto Vrhovnik – saksofonist s pomočnico Ireno, Stane Vidmar, Omar Naber, pa so opravili tonsko vajo.

V zraku je bilo čutiti napeto pričakovanje in ura še ni bila 10, ko so že pričeli prihajati prvi gostje, ob 11. uri in 11 minut pa so zadonele slavnostne fanfare, ki so napovedale začetek slovesnosti.

Na oder je prišel gospod Roman Končar, ki je pripravil scenarij in povezoval prireditev. Po čudovitem uvodu je prisotne nagovoril predsednik Invalidskega društva ILCO Ljubljana gospod Zoran Teržlav, ki je pozdravil vse goste in v skrčeni obliki povzel zgodovino delovanja društva, predstavil programe in uspehe društva. Predvsem pa se je zahvalili vsem, ki so delali v društvu, ali so kakorkoli prispevali, da je prej sekcija in potem društvo petindvajset let iz-



vajalo številne aktivnosti. Seveda se bomo trudili, da bo naše društvo s svojim delovanjem lajšalo življenje oseb s stomo in njihovih svojcev vsaj še petindvajset let.

Po glasbenih točkah je spregovoril predsednik ILCO zveze Slovenije gospod Ivan Mrevlje, za njim pa še predsedniki povabljenih ILCO društev iz tujine.

Pridni kuharji so začeli svoje dobrrote z žara peči že med prireditvijo, saj so morali postreči kar 218 gostov. Prijetne vonjave so nam zbudile skomine, a na hrano ni bilo treba čakati dolgo, saj so naši prostovoljni natakariji hitro vse postregli.

Na pikniku, ki je sledil slovesnosti, nas je zabaval Duo Karošec, ki je poskrbel, da smo plesali in se zabavali do poznih večernih ur.

Praznovanja pa seveda ni brez torte, ki so jo naredili v slaščičarni našega člana. Bila je tako dobra, da je je takoj zmanjkalo.

Povabljeni gostje so odšli okoli osmih zvečer. Ostali smo člani organizacijskega odbora in tisti, ki so nam pomagali pri organizaciji in izvedbi praznovanja. Čeprav smo bili utrujeni, smo bili s svojim delom zelo zadovoljni, saj so nam gostje povedali, da jim je bilo na prireditvi zelo všeč. Vseeno nismo

predolgo proslavljali, saj nas je naslednji dan čakalo še pospravljanje prizorišča.

V soboto so se nam ob 13-ih pridružili gostje iz tujine, za katere smo pripravili plovbo po Ljubljani. Eno uro kasneje smo že sedeli na ladji Barjanki, vodnik Janez pa nam je razkazal Ljubljano še iz druge perspektive in gostje so bili navdušeni.

Sledilo je kosilo, na katerem smo se pogovarjali o bodočih načrtih za sodelovanje na skupnih projektih in druženjih. Ker se je bližal čas odhoda, je predsednik našega društva gospod Zoran Terglav goste pospremil do hostla in se od njih poslovil.

Naj se na tem mestu zahvalimo vsem nastopajočim na prireditvi in kapitanu ladje Barjanke gospodu Vojku Bašiču, ki so se odrekli honorarju. Zahvaljujemo se tudi vsem donatorjem, ki so nam omogočili, da smo lahko izpeljali za nas zelo pomemben dogodek.

Zahvala pa gre tudi našemu predsedniku gospodu Zoranu Terglavu, ki se je ob vseh ostalih obveznostih v zvezi z društvom, pogumno lotil organizacije naše proslave, piknika in skrbi za tuje goste ter nase prevzel večino obveznosti in odgovornosti.



zahvale

Cvetka Švajger

Spoštovani!

9. septembra 2016 je bil prelep dan! Sijalo je sonce, zbranih je bilo veliko ljudi dobre volje in bilo nam je lepo. Ne morem vam opisati prelepih občutkov, ki sem jih bila deležna v vaši družbi, v družbi nastopajočih, prostovoljcev, gostov predvsem pa vaših članov. Že ob samem prihodu so me sprejeli ljudje z nasmehom in tako je bilo ves čas mojega druženja z VAMI! Kot je dejal fantastični povezovalac programa Roman: »Jaz se enostavno počutim tako lepo!«. In tako lepo sem se počutila tudi jaz, čeprav vas ne poznam! Sem bila le ena od navzočih, niti ne povabljenih, saj sem samo nadomeščala! Vesela sem, da sem lahko!

Zato naj vam in vsem pridnim prostovoljcem globoko iz srca čestitam k vrhunski prireditvi, hvala vam za prelepo druženje, predvsem pa hvala vam, da sem bila lahko del vas.

Naj vas še naprej spremljata sreča, srčnost, predvsem pa dobra volja in uspeh pri delovanju društva! Ljudje vas enostavno potrebujejo, vi pa njih! Ali kot je dejal eden od povabljenih: »Želim, da ne pridejo novi, le ti stari naj ostanejo še dolgo med nami!«. In to vam želim tudi jaz!

SREČNO!

Rems

Zoran, ob praznovanju ILCO društva Ljubljana v petek, 9. 9. 2016, nimam besed. Rečem lahko samo ČESTITAM vsem, ki ste delali na tem projektu. Enakega mnenja so tudi drugi udeleženci praznovanja stomistov, Slovenci in tudi gosti iz tujine!

Milorad

Poštovani Zorane,

ne mogu se oteti dojm, a da se odmah ne zahvalim ispred ILCO društva Varaždin i ispred nas članova I. Kovačić, S. Vuk, M. Vasilić na vrhunskoj i profesionalnoj organizaciji svečanog domijenka za 20-tu obljetnicu vašeg postojanja ILCO društva Ljubljana.

Bili smo vrhunski ugošćeni, počašćeni i sa srcem dobrodošli u Vašem gradu

Bilo nam je više nego super!

Od srca Vam želimo puno zdravlja, sreće i uspjeha u vašem radu i postojanju vašeg društva!

Srdačno tebe Zorane i Renatu naravno i cijelo vaše društvo pozdravljamo do viđenja u Varaždinu.



rekreacija

POHOD OB REKI KRKI IN PO NOVEM MESTU V ORGANIZACIJI ZVEZE ILCO SLOVENIJE

27. avgust 2016

V soboto, 27. avgusta 2016, smo imeli v okviru posebnega socialnega programa na državni ravni organiziran enodnevni pohod ob reki Krki, po okolici in po Novem mestu. Pohoda se je udeležilo 187 pohodnikov iz vseh šestih ILCO društev povezanih v Zvezo ILCO Slovenije. Avtobusi so nas pripeljali do zbornega mesta, kjer so nas pričakali gostitelji, člani ILCO Novega mesta, in nam ponudili šilce žganega za zdravje ter nekaj piškotov za želodček. Po dobrodošlici nas je pozdravila turistična vodnica Darja Zamida, ki nam je povedala marsikaj o zgodovini in drugih znamenitostih Novega mesta, potem pa smo se odpravili na pohod.

Pot nas je vodila ob reki Krki, kjer smo uživali v njeni lepoti in sončnih žarkih. Nadaljevali smo ob robu mesta do in skozi Kettejev dvostranski obcestni drevored divjih kostanjev, ki je eno najbolj slikovitih novomeških sprehajališč,

saj je dolg kar kilometer in pol. Drevored, ki ga sestavlja 370 dreves, poteka čez prazgodovinsko naselbino Marof in povezuje mesto s sosanko Bršljin. Njegov nastanek sega v čas po letu 1900, ko je bila z izgradnjo današnje Ljubljanske ceste opuščena historična cesta čez Marof. Večji del kostanjev je bil zaradi neprimernega vzdrževanja in starosti v slabem stanju, zato se je leta 1992 začela celovita obnova drevoreda. Drevored je, kot eden najbolj značilnih mestnih drevoredov v Sloveniji, zavarovan kot spomenik oblikovane narave.

Na poti je turistična vodnica Darja podajala informacije o znamenitostih in nam povedala tudi nekaj zanimivih anekdot. Ko smo se spustili v mestno jedro, smo izvedeli še veliko dejstev o samem starem jedru Novega mesta.

Pohod smo zaključili ob reki Krki in prišli do avtobusov. Odpeljali smo se na Kostanjevico na Krki, v gostilno Žolnir, kjer nas je pričakalo kosilo in živa glasba. Druženje je bilo še posebej veselo in ganljivo obenem, saj sta prav na ta dan dva člana iz ILCO Gorenjska praznovala 50. obletnico poroke. Seveda smo jima priredili ponovno poroko, na kateri sta obnovila svoje poročne zaobljube, mi pa smo potočili nekaj solz.

Pozno popoldne smo se s prijetnimi vtisi in rahlo utrujeni odpravili vsak proti svojemu domu.



VAJE PILATESA, AKTIVNO PLAVANJE V ZDRAVILIŠČU LAŠKO IN VODEN OGLED STEKLARNE HRASTNIK

26. oktober 2016

Čeprav nam je letošnje leto podarilo lepo jesen, smo si vseeno privoščili malce razvajanja v topli termalni vodi, zato smo se tokrat iz Parmove ulice v Ljubljani odpravili proti Zasavju. Seveda ni šlo brez postanka na Trojanah, kjer smo ob kavici uživali tudi ob podarjenih trojanskih krofih.

V Zasavju so nas že nestrpno čakali naši zasavski člani. Tokrat poti nismo takoj nadaljevali proti Thermani Laško, saj je sledil ogled Steklarne Hrastnik. V steklarni nas je sprejela gospa Rosanda Kladnik, ki nam je, ko smo si oblekli halje, razkazala proizvodnjo, nam razložila, katera izdelke proizvajajo ter nam povedala tudi nekaj o zgodovini podjetja. Zelo nas je navdušil podatek, da kar večji odstotek vseh proizvodov izvozijo v tujino, še bolj pa smo bili veseli kozarčkov z logotipom »ILCO Ljubljana 20 let«, ki

jih je za nas naročil predsednik našega društva, gospod Zoran Terglav.

Polni vtisov smo nadaljevali pot. V hotelu Thermana park Laško nas je pričakala gospa Danica Pinter, inštruktorica pilatesa z mednarodno priznano licenco MK Studios, London, ki je vodila vadbo pilatesa. Vaje je prilagodila posebej za osebe s stomo. Moramo priznati, da smo se v uri vadbe kar izmučili, precej pa tudi naučili. Zdaj moramo poskrbeti samo za to, da bomo vaje pridno delali tudi doma.

Po pilatesu smo se sprehodili do hotela Zdravilišče Laško, kjer smo si privoščili kosilo in malce počitka.

Potem pa smo šli na bazen, v katerem smo tri ure plavali, se knajpali in uživali v prijetni termalni vodi. Nekaj članov je odšlo na toplo v savno, kjer so pregnali prehlad. Kdor se ni želel ali se ni smel kopati, si je privoščil sprehod po parkih okoli zdravilišča ali pa se je odpravil na ogled Laškega.

Tako je minil naš dan, čeprav je bil rahlo deževen, nam je bilo lepo. Prijetno utrujeni od vaj in vode, smo se dobili na avtobusu in se odpeljal proti Ljubljani.



aktivnosti

ČISTILNA AKCIJA »ZA ČISTO LJUBLJANO« IN PREDAVANJE O LOČEVANJU ODPADKOV

24. september 2016

Spomini na našo 20. obletnico so nas še prijetno greli, a smo se v soboto, 24. septembra, vseeno spet srečali. Tokrat smo se zbrali na čistilni akciji Turističnega društva Ljubljana. Letos smo se srečali že 10. zapovrstjo – še ena obletnica, ki obeležuje prijetno in koristno druženje, na katerem so se stkale močne prijateljske vezi.

Ob 9. uri smo se srečali pod Prulskim mostom in se odpravili najprej na kavico, kjer smo poslušali predavanje o ločevanju odpadkov. Razdelilil smo si majice, rokavice in vrečke za smeti in se v meglenem jutru odpravili na obrežje Ljubljane. Med pobiranjem smeti od Špice, ob Grubarjevem prekopu do Kodeljevega se je že pokazalo sonce, kot da bi nas hotelo pohvaliti, ker smo s svojim delom pomagali k lepšemu okolju.

Tudi letos smo z veseljem ugotavljali, da je smeti manj kot včasih, a žal to še ne pomeni, da so naše vreče ostale prazne. Zbrane odpadke smo odvrgli v za to pripravljene smetiščne zabojnike. Ob povratku pa je sledila skupinska fotografija in okrepčitev v lokalu Bueno bar.

Po Poljanski in Roški ulici smo se ob 12.30 uri vrnili k Turističnemu društvu Ljubljana, pod Prulski most, kjer nas je pričakala malica. Za dobro voljo je s kitaro in pesmijo poskrbel Bogdan Smrke, ki je v ples ponesel nekaj zagrelih plesalcev. Zapeli pa smo mu tudi mi, saj je imel pred kratkim rojstni dan.

Malo smo še poklepetali, nato pa smo se odpravili vsak svojim dogodivščinam naproti.



ZNAMENITOSTI V ŽUŽEMBERKU IN MARTINOVANJE

9. november 2016

Čeprav so nebo prekrivali temačni oblaki, se nam je zdelo, da bomo doživeli še en odličen dan. Ravno, ko smo odhajali iz Ljubljane proti Beli krajini, se je izza oblakov pokazalo sonce in nam narisalo nasmehe na obraze.

V Žužemberku smo si privoščili prvi postanek. Pričakala nas je nasmejana in tudi malce razigrana, turistična vodnica gospa Milka Jernejčič, ki nas je s svojo dobro voljo čisto osvojila, da smo zavzeto prisluhnili vsaki njeni besedi. Skupaj smo se odpeljali do cerkve Sv. Mohorja in Fortunata. Ker cerkev stoji na hribu, smo se naužili fantastičnega razgleda po Suhi krajini, navdušila pa nas je tudi notranjost cerkve. Malo pred našim obiskom je bila zahvalna nedelja, zato so verniki prinesli darove iz svojih vrtov in polj ter z njimi okrasili cerkev. Česa takega še nismo videli.

Iz cerkve nas je pot vodila do slapov – Lehnjakovih pragov na reki Krki. Izvedeli smo kar precej

zanimivosti o reki, ki je bila ob našem obisku visoka zaradi padavin v preteklih dneh.

Potem smo se odpeljali proti gradu, ki je ena izmed najslikovitejših in tipičnih srednjeveških trdnjav na Slovenskem. Grad naj bi dal postaviti Viljem I., mož sv. Eme, na kar kaže letnica 1000 vklesana na vhodnem portalu gradu. Turistična vodnica gospa Milka nam je, poleg zgodovinskih dejstev, povedala tudi marsikatero anekdoto o življenju na žužemberškem gradu, ki je ogled še dodatno popestrila. Danes je grad pomembno prizorišče kulturnih in drugih prireditev, ki jih že od leta 1997 organizira Turistično društvo Suha krajina. Grad tudi obnavljajo, za kar sta zaslužna predsednik Turističnega društva Vlado Kostevc in župan občine Franc Škufca.

Po postanku v Suhi krajini smo pot nadaljevali proti Beli krajini. V Semiču v Gostišču Pezdirc so nas že čakali člani ansambla Hit. Okrepčali smo se s kosilom, nato pa se je začelo rajanje in veselje. Ker je bilo Martinovo smo imeli tudi krst vina: mošt smo prekrstili v vino in potem je to še lažje steklo po naših grlih. Rajanju je sledila še večerja, po njej pa odhod domov.



članipišejo

MOJA STOMA

Milka Petrovič

Včasih se v življenju zgodi prelomnica, ko smo na hudi preizkušnji. To nas po navadi zbudi iz rutine vsakdana, prekine naše ustaljene korake in nas prisili, da se ustavimo, zadihamo in se vprašamo: »Kaj zdaj?«. V takih trenutkih se zaveš samega sebe, zmeden si, v življenje se prikrade velika bolečina. Začneš se spraševati: »Kaj sem počela narobe? Zakaj? Kaj sledi?«. Bila sem zdrava, brez težav, posebej kar zadeva urogenitalni trakt.

V začetku leta 2008 je bolezen prišla kot strela z jasnega, brez opozorila, saj prej nisem imela težav, nisem se slabo počutila in nič me ni bolelo. V mojem urinu se je pojavila kri. Po treh dneh, se je v meni prebudil alarm – UKREPAJ! Reši se!

Ob potrditvi diagnoze, da gre za resno in smrtno bolezen, se človek zave svoje ranljivosti in minljivosti. Taka diagnoza te lahko popolnoma ohromi, ali pa ti, ravno nasprotno, da zagon za boj za lastno življenje.

Ko prideš v bolnišnico se prepustiš, brezmejno zaupaš, da boš spet ti, ko se zbudiš. A sprememba na telesu te postavi na začetek. Po glavi ti ponovno odmeva vprašanje: »Kaj zdaj?«.

Prične se obdobje opazovanja in spraševanja: »Kaj lahko oblečem? Kaj lahko jem? Kaj sploh lahko počnem?«. Mojega mehurja, ki je bil tako samoumeven v mojem telesu, ni več. Namesto njega je STOMA. In ta stoma je sčasoma postala MOJA STOMA. Postala je del mojega telesa, ker je narejena iz delov mojega telesa in ima isto funkcijo, kot jo je imel moj mehur, ki ga ni več.

A še vedno sem tu, stopam po tem prelepem svetu, sicer mogoče malce bolj previdno, pa vseeno. Moja stoma me je pripeljala v Invalidsko društvo ILCO Ljubljana, do družčine meni enakih, takih, ki imajo svoje stome. Vsa vprašanja, vsi dvomi in nelagodje so zaradi medsebojnih pogovorov, predavanj in izkušenj počasi minili. Hvaležna sem moji stomi, da me je pripeljala v društvo, kjer se napajam z dobro energijo, kjer najdem smisel vsakdana med ljudmi, ki jim druženje pomeni zelo veliko. S stomo sem povsod: na potovanjih, na potepanjih, na morju, v bazenu, na veselih praznovanjih in tudi na kakšnem hribčku.

In tako me je MOJA STOMA pripeljala, pa čisto nič ne pretiravam, v novo veliko družino, s katero si uspemo izpolniti veliko želja, za katere prej nismo imeli časa ali pa si ga nismo hoteli vzeti.

IZLET V ŽUŽEMBERK IN MARTINOVANJE V SEMIČU

Lidija Markoja

V sredo, 9. 11. 2016, smo se z društvom ILCO iz sive Ljubljane odpravili na izlet. Obiskali smo Žužemberk, ki je razpet med kočevskimi gozdovi, vinogradi in žuborečimi slapovi reke Krke.

Ko smo z avtoceste zavili proti Suhi krajini, nas je že grelo toplo jesensko sonce, skozi okno avtobusa pa so nas pozdravljali dolenski griči in zlato obarvani gozdovi. V Žužemberku nas je sprejela simpatična domačinka Milka in nas popeljala po naravnih in kulturnih znamenitostih kraja.

Na razglednem griču nad Žužemberkom stoji mogočna dvostolpna cerkev Sv. Mohorja in Fortunata. Požgana je bila v 2. svetovni vojni, po osamosvojitvi pa je bila obnovljena po arhivskih fotografijah. Ima dva oltarja, križev pot in 35-registrske baročne orgle.

Z avtobusom smo se spustili do mostu čez Krko in si ogledali edinstvene lehnjakove pragove na Krki, ki je bila nekoč bogata z znamenitimi krškimi raki, zdaj pa številni športni ribiči lovijo klene, platnice, postrvi in tudi sulce.

»Nad zeleno reko pečina. In na pečini grad. Vsepovsod na njem zgodovina, rast, razcvet in propad.« Tone Pavček, Žužemberk

Grad Žužemberk je slikovita trdnjava, ki se mogočno dviga nad reko Krko. Nad vhodom je bila vklesana letnica 1000, zato predvidevajo, da ga je dal postaviti Viljem I. Skozi stoletja je prehajal v last različnih posestnikov, od goriškega grofa Alberta II., Habsburžanov, Celjskih grofov, do Turjačana in znamenitih Auerspergov. Z gradom so povezane mnoge legende in tragične zgodbe.

Stalno naseljen je bil do leta 1893, nato pa je začel propadati. Februarja leta 1945 so mu zavezniška letala zadala zadnji udarec. Vendar so za znameniti grad le prišli svetlejši časi. Leta 1996 se je začela obnova, ki še vedno poteka. V poletnih mesecih na grajskem dvorišču, v nekdanji vinski kleti in na trgu pred gradom potekajo Poletne grajske prireditve, koncerti, srednjeveški dan in delavnice za otroke.

Obogateni z novimi znanji smo pot nadaljevali po partizanski magistrali v Belo krajino. Dobrodošlico s slastno pogačo so nam pripravili v gostišču Pezdirc v Semiču. V prijetnem in sproščnem vzdušju se je martinovanje ob dobri hrani, mlademu vinu in poskočni glasbi ansambla Hit nadaljevalo pozno v noč.

Vsem organizatorjem iz društva ILCO se zahvaljujem za še eno lepo doživetje.

V TERMAH LAŠKO

Renata Laznik

Kljub slabemu vremenu, smo vedeli, da bomo spet preživeli krasen dan v najboljši družbi, ki nam veliko pomeni. To je družba nas stomistov oziroma oseb s stomo. Tokrat smo se odpravili proti Laškem. Seveda z nekaterimi obveznimi postanki, kot je tisti na Trojanah, kjer so nam podarili slastne krofe, sami pa smo si privoščili še kavico. V Zagorju smo pobrali še ostale prijatelje in se spraševali, če bo na poti do Laškega še kak postanek. In je seveda bil.

Tokrat smo se ustavili v steklarni Hrastnik, kjer smo si ogledali proizvodnjo stekla. Videli smo, kako nastajajo steklenice, kozarci in drugi stekleni izdelki. Z velikim občudovanjem smo spremljali delo steklarjev, ki delajo v zelo zahtevnih pogojih, a se to prav nič ne vidi na njihovih izdelkih, saj jih izdelujejo z veliko odgovornostjo. Zato smo bili še toliko bolj veseli kozarcev z logotipom našega društva in napisom »ILCO Ljubljana 20 let«. Presenečenje je spet pripravil naš neumoren predsednik Zoran, ki vedno zelo lepo poskrbi za nas. Hvala, Zoran!

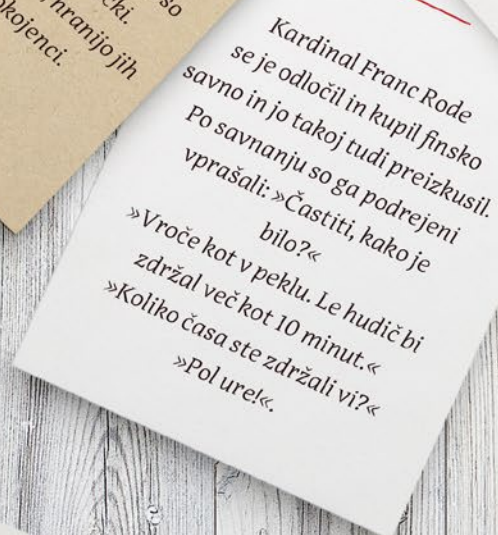
Iz Hrastnika smo se odpeljali v Laško, kjer nas je že čakala fizioterapevtka za pilates. Malce prestrašeno smo se spraševali, kaj je to, a smo na koncu ugotovili, da le ni tako hudo, kot se sliši. Vaje smo delali vsak po svojih zmognosti in se tako lepo razgibali in tudi malce utrudili. Zato smo si seveda zaslužili kosilo, po njem pa smo si privoščili tri urno kopanje v prijetni zdraviliški vodi. Kadar je človeku lepo, čas hitreje teče in vse lepo prehitro mine.

A v društvu ILCO vedno najdemo razlog za nova doživetja ter srečanja s člani. Kaj vse bomo doživeli v naslednjih mesecih?





Mladi pari v Sloveniji so
res pravi golobčki.
Živijo v hiškah, hranijo jih
pa upokojenci.



Kardinal Franc Rode
se je odločil in kupil finsko
savno in jo takoj tudi preizkusil.
Po savnanju so ga podrejeni
vprašali: »Častiti, kako je
bilo?«
»Vroče kot v peklu. Le hudič bi
zdržal več kot 10 minut.«
»Koliko časa ste zdržali vi?«
»Pol ure!«



»Koliko ljudi dela v
vašem ministrstvu?«
»Četrtna.«

Dragan Mihelčič



Sreča in zdravje
sta bisera dva,
naj ti v življenju
sledita oba.



Sreča

Je sreča na svetu, živi med ljudmi,
le iskati jo je treba z odprtimi očmi.
Ne pride vsak dan, a ko pride je veselo,
takrat nič ni nemogoče in láhko je vsako delo.
Tisti trenutek, tisti dan pozabljene so skrbi,
v zraku je svoboda, prisotne ni laži.
Le lepi pogledi, iskre oči,
solza sreče na licu spregovori.
Sreča pride, ko neizmerno si vesel,
ali pa dobiš, kar si si močno želel.
Naj vsakega doleti srečen dan,
naj bo z lepimi trenutki obdan.
Bilo bi lepo, če vsak dan se nekaj lepega bi zgodilo,
ampak potem nas ne bi tako ganilo!

Tjaša Zajc

KONTAKTI INVALIDSKIH DRUŠTEV ILCO V SLOVENIJI

ILCO LJUBLJANA,
Parmova 53, 1000 Ljubljana, 01 436 21 90

ILCO GORENJSKA,
Gorenja vas – Reteče 61/a, 4220 Škofja Loka, 040 582 992

ILCO za KOROŠKO,
Gospodsvetska cesta 3, 2380 Slovenj Gradac, 041 583 588

ILCO MARIBOR,
Trubarjeva 15, 2000 Maribor, 08 205 64 62

ILCO NOVA GORICA,
Draga 19a, 5294 Dornberk, 041 504 501

ILCO NOVO MESTO,
Rozmanova 10, 8000 Novo mesto, 041 229 074



Ilco Ljubljana

ČLANI

pristopna izjava



Ime

Priimek

.....

Datum rojstva

Ulica | naselje

.....

Pošta, poštna številka

Telefon

Mobitel

E-mail

Zaposlen/a v

Poklic

Ustrezno obkrožite:

1. zaposlen/a
2. upokojen/a
3. nezaposlen/a
4. drugo/opiši

Živim (ustrezno obkrožite):

1. s partnerjem
2. pri otrocih
3. sam
4. drugo/opiši

Moj socialni položaj je:

1. zelo dober
2. dober
3. slab
4. komaj se preživljam



KLUB SVOJCEV

pristopna izjava



Ime

Priimek

.....

Datum rojstva

Ulica | naselje

.....

Pošta, poštna številka

Telefon

Mobitel

E-mail

Poklic

Ustrezno obkrožite:

1. zaposlen/a
2. upokojen/a
3. nezaposlen/a
4. drugo/opiši

Bi se hoteli pridružiti skupini prostovoljcev za pomoč svojcem na novo operiranih?

Ustrezno obkrožite:

DA NE

S to pristopno izjavo se obvezujem, da bom spoštoval/a Pravila ILCO društva Ljubljana in se po njih tudi ravnal/a. Tajnost podatkov zajamčena.

Datum

Podpis

Leto operativnega posega:

Imate priznano telesno okvaro:

- NE
- ŠE V TEKU
- DA (ustrezno obkrožite):
70 % 80 % 90 % 100 %

Številka odločbe invalidske komisije o telesni okvari:

.....
ali potrdilo zdravnika o trajni stomi:
.....

ILC(o) Ljubljana *20 let*
INVALIDSKO DRUŠTVO ILCO LJUBLJANA

Vrsta stome (obkrožite):

1. kolostoma
2. ileostoma
3. urostoma

Vzrok (obkrožite):

1. rak
2. Mb. Crohn
3. Ulcerozni kolitis
4. poškodba
5. drugo

S to pristopno izjavo se obvezujem, da bom spoštoval/a Pravi-
la ILCO društva Ljubljana in se po njih tudi ravnal/a.
Tajnost podatkov zajamčena.

Datum

Podpis

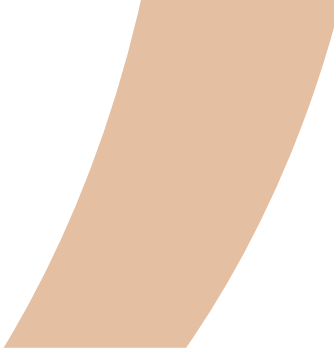
----- ✂

izpolnjeno/i izjavo/i pošljite na naslov:

Invalidsko društvo ILCO Ljubljana
Parmova 53
1000 Ljubljana
Slovenija

Dodatne informacije:
tel/fax +386 (0)1 436 21 90
drustvo@ilco-lj.org
www.ilco-si.org

ILC(o) Ljubljana *20 let*
INVALIDSKO DRUŠTVO ILCO LJUBLJANA



PROSTOVOLJSTVO

Če želite imeti **razgovor s prostovoljcem**

– **stomistom** v bolnišnici ali na domu,
pred ali po operaciji, se dogovorite z
medicinsko sestro ali enterostomalno
sestro na oddelku, ali pokličite vodji
naših prostovoljcev:

041 800 210 (Renata), **031 848 481**

(Zoran) in se dogovorite za termin.

Pogovore za novo operirane osebe s
stomo in njihove svojce opravljamo tudi
vsak **drugi in četrty ponedeljek** v mesecu
od **10.00 do 12.00** in od **15.00 do 17.00**
ure, na sedežu Invalidskega društva
ILCO Ljubljana, Parmova 53 Ljubljana
(4. nadstropje).





3 dnevi vodnih užitkov v objemu
laških termalnih vrelov

Koda rezervacije:
ILCO



ODDIH ZA SENIORJE MED TEDNOM

2x polpenzion v hotelu
Zdravilišče laško****
samo 98 € na osebo

(ponudba velja za bivanje med tednom (nedelja-petek),
do 28. 12. 2017)

UGODNOST ZA ČLANE DRUŠTVA

polpenzion že od **40,98 €**
na dan na osebo

(navedena cena velja za namestitve v hotelu Zdravilišče
Laško, pri bivanju 5 dni)

(1. 1.-17. 2. 2017)



Zaživite z nami!



Vsm
VALENCIA
Stoma-Medical d.o.o.

Valencia Stoma-Medical d.o.o.
 Gregorčičeva 9, 1000 Ljubljana
 Tel.: (01) 251 49 59
 Fax: (01) 251 24 90
 www.vsm.si

medicinski pripomočki
ortopedski pripomočki
terapevtski pripomočki
pripomočki za nego stome
pomožna zdravila
pripomočki za diabetike
antiastmatični program
antialergijski program
medicinski aparati
sanitarni pripomočki
otroški program
kozmetika in higiena

PROLOCO MEDICO

Življenje v gibanju.

**Specializirana prodajalna
 z medicinsko tehničnimi
 pripomočki**

Trgovina:

Hrvatski trg 1, 1000 Ljubljana
 tel.: (01) 439 83 00

email: trgovina@proloco-medico.si

Delovni čas poslovalnice:

od ponedeljka do petka: 9.00 - 18.00
 ob sobotah: 9.00 - 13.00

Uprava:

Trubarjeva 93, 1000 Ljubljana
 tel.: (01) 439 83 03



**Širok izbor medicinskih
 pripomočkov
 v skladu z zahtevami
 in priporočili**

ZZS
 Zavod za zdravstveno
 zavarovanje Slovenije
 www.zzs.si



**Pogodbeni dobavitelj
 medicinsko-tehničnih
 pripomočkov**

Živeti polno življenje

Popolna oskrba oseb s stomo pri podjetju NEGA

V okviru podjetja NEGA d.o.o. deluje
služba medicinskih sester za zdravstveno
nego stome.



ARTUM, Ljubljana.

Sestavljajo jo medicinske sestre, ki so dodatno strokovno usposobljene za delo z osebami s stomo in imajo večletne izkušnje. **Na vašo željo vas obiščejo na domu.** Njihova naloga je, da so vam in vašim svojcem v fizično in psihično podporo, vas učijo samonegovanja, informirajo in pomagajo pri izbiri ustreznega pripomočka. **Tak pripomoček vam lahko tudi dostavijo na dom.** Obiske pri vas medicinska sestra za nego stome prilagodi glede na vaše potrebe in so **brezplačni.**

Služba deluje po vsej Sloveniji.

nega

svetovanje | oskrba | zdravstvena nega

Klara Dižovnik

GSM 041 382 862

diplomirana medicinska sestra
enterostomalna terapevtka

Karmen Jazbinšek

GSM 041 677 730

diplomirana medicinska sestra

Tanja Križan

GSM 051 399 830

diplomirana medicinska sestra

Alenka Petek

GSM 041 382 861

diplomirana medicinska sestra
enterostomalna terapevtka

Ustvarjeno za brezskrben dan

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

Celovita paleta, zasnovana v sodelovanju s stomisti

Enodelne (**Flexima**) in dvodelne (**Flexima Key**) medicinske pripomočke za oskrbo kolostome, ileostome in urostome podjetja B.Braun odlikujejo visoka **kakovost, zanesljivost, diskretnost in udobje.**

Za popolno nego stome vam nudimo tudi:

- pasto za izravnavo neravnih površin kože (Superfiller)
- sredstvo za zgoščevanje vsebine vrečke (Ileo gel+)
- sredstvo za nevtralizacijo neprijetnega vonja izločka (DeOdour)
- sprej za zaščito in nego kože (Askina Barrier Film Sprej)
- sprej za lažje odstranjevanje kožnih podlog (Askina Remover Sprej)

Za dodatne informacije in testiranje pripomočkov pokličite brezplačno telefonsko številko 080 87 86 ali obiščite www.stoma.si



PROBIRO



040628874

Nudimo:

- Nove in rabljene fotokopirne stroje, tiskalnice, faxe...
- Novo in rabljeno računalniško opremo
- Ugoden servis računalniške in biro opreme
- Prodaja tonerjev, kartuš in pisarniškega papirja
- Servis na domu ali v vaši pisarni

PE Fotokopirnica Poljanska (Poljanska cesta 22, Ljubljana)

- Barvno in ČB tiskanje in kopiranje do A3 formata
- Skeniranje
- Vezave
- Plastificiranje

tel.: 082057846 email: fotokopirnica@probiro.si

ProBiro, Robert Pergar s.p.

Laze pri Borovnici 20a

1353 Borovnica

info@probiro.si

ID za DDV: SI87933721

*Pisarniški A4 papir
samo
3,15 € z DDV*

*Barvno tiskanje
samo
0.10€ z DDV*

medIHša

trgovina in svetovanje

ARTUM, Ljubljana.

V naših trgovinah imamo
**široko ponudbo
medicinsko tehničnih
pripomočkov, ki se izdajajo
na podlagi naročilnice:**

- pripomočki za **nego in oskrbo stome**
- pripomočki za **oskrbo sladkornih bolnikov**
- obvezilni material za oskrbo vseh vrst **ran in opeklin**
- pripomočki za oskrbo **žená po operaciji dojke** (prsne proteze, lasulje, nedrčki)
- pripomočki za **oskrbo inkontinence**
- križne in kilne pasove, ortoze, bergle,
- sanitarni program, ...

Medicinske pripomočke vam lahko na vašo željo brezplačno dostavimo na dom.

medIHša
LJUBLJANA 1

Gregorčičeva ulica 9
1000 Ljubljana

t: 01 421 26 84
ljubljana@medihisa.si

medIHša
LJUBLJANA 2

Kržičeva 7
1000 Ljubljana

t: 01 230 81 30
ljubljana2@medihisa.si

medIHša
MARIBOR

Pobreška 8
2000 Maribor

t: 02 300 26 50
maribor@medihisa.si

medIHša
BELTINCI

Panonska ulica 3a
9231 Beltinci

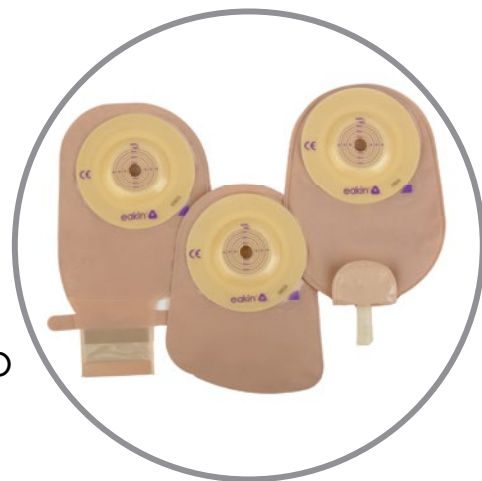
t: 02 542 24 66
beltinci@medihisa.si

Imate težave s puščanjem ali z vneto kožo?

Eakin ima pravo rešitev za vas.

EAKIN VREČKE ZA STOMO

- ✓ Izvrstna zaščita pred puščanjem pri vseh stomah, tudi pri vgreznjenih.
- ✓ Mehak izbočen (konveksni) del je izredno udoben in s tem preprečuje vnetje kože.



EAKIN OBROČKI

- ✓ Preverjeno najboljša zaščita za učinkovito tesnenje, tudi pri najbolj zahtevnih stomah.
- ✓ Preprosto se gnete in oblikuje, tako da se prilega vsem oblikam in velikostim stome.



EAKIN PASTA

- ✓ **Brezalkoholna pasta - ne peče** pri uporabi.
- ✓ Absorbira vlago in s tem varuje kožo ter preprečuje puščanje.



Naročilo brezplačnih vzorcev na:

eakin® ™



Ulica Gradnikove brigade 11,
1000 Ljubljana
Tel: 01 / 511 36 00
www.medistar.si
info@medistar.si

SMS DONACIJA

Pošljite **SMS** sporočilo s ključno besedo **STOMA5** na številko **1919** in prispevali boste **5 EUR** za zbiranje sredstev za izvedbo socialnih in rehabilitacijskih programov oseb s stomo in njihove svojce v društvu.

Prispevajo lahko uporabniki mobilnih storitev Telekoma Slovenije, Izi mobila, Si.mobila, T-2 in Telemacha.

Pogoji in navodila za sodelovanje pri storitvi SMS-donacija so objavljeni na spletni strani **www.ilco-si.org**.

Člani Invalidskega društva ILCO Ljubljana se vam iskreno zahvaljujemo za vašo donacijo



Ljubljana

(o)
ILCO
20
let

DONACIJA

Vsi, ki bi hoteli **donirati** za delovanje društva in izvedbo socialnih in rehabilitacijskih programov, ki jih v društvu izvajamo, lahko svojo donacijo nakažete na naš

TRR: 0222 2001 9146 108.

Dobrodošel je vsak evro.

Pravne osebe, ki bi želele postati naš donator, nam lahko pišete na

drustvo@ilco-lj.org in poslali vam bomo donacijsko pogodbo.

Invalidsko društvo ILCO Ljubljana,
Parmova 53, 1000 Ljubljana, 01 436 21 90,
drustvo@ilco-lj.org, www.ilco-si.org
Uradne ure: vsak pon. 09.00 – 12.00,
Telefonska dosegljivost:
pon.– pet. 09.00 – 14.00