

**Programe in delovanje ZDSSS sofinancira FIHO, stališča organizacije ne izražajo stališč FIHO.**

Številka: 936 - PC/2021

Datum: 2. november 2021

Spoštovani,

vabimo vas na **SREČANJE SLABOVIDNIH**, ki bo potekalo v Domu oddiha ZDSSS v Izoli, med 26. novembrom in 28. novembrom 2021. Predviden program je priložen temu vabilu.

Udeleženci s seboj prinesite udobna oblačila in športno obutev, primerno letnemu času in vremenski napovedi.

Prispevek uporabnika znaša 10 EUR za vsak dan srečanja. Vse tiste, ki se nam zaradi različnih razlogov ne morete pridružiti že v petek zjutraj, vabimo, da se nam pridružite v petek popoldne oz. zvečer, vendar vas prosimo, da nam to ob prijavi sporočite. Prav tako vas prosimo, da nam ob prijavi sporočite morebitne potrebe glede prevoza. V kolikor bo mogoče, bomo ob dodatnem prispevku uporabnika poskušali organizirati prevoz v Izolo.

**Za vse udeležence in izvajalce velja PCT pogoj (preboleli, cepljeni, testirani),** pri čemer samotestiranja ne moremo upoštevati. V kolikor se bo epidemiološka situacija poslabšala, srečanja ne bomo izvedli, o čemer boste pravočasno obveščeni.

Prijave sprejemamo do **petka, 19. novembra 2021** na elektronski naslov: [polona.car@zveza-slepih.si](mailto:polona.car@zveza-slepih.si) ali po telefonu 01 4700 218, kjer smo dosegljivi tudi za dodatna vprašanja oz. informacije (Polona). Srečanje bo izvedeno ob zadostnem številu prijav, vsaj 15 udeležencev.

Veselimo se srečanja z vami!

Z lepimi pozdravi,

Pripravila: Polona Car

Štefan Kušar                                                                     Matej Žnuderl

Tajnik ZDSSS                                                       Predsednik ZDSSS

**PREDVIDEN PROGRAM SREČANJA**

**PETEK 26. 11. 2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **URA** | **AKTIVNOST** |
| **8.30 – 9.30** | Prihod udeležencev |
| **10.00 – 12.00** | Prehranski miti in hrana za izboljšanje vida: predavanje |
| **12.30 – 14.00** | Odmor za kosilo |
| **14.30 – 16.30** | Predstavitev celovite rehabilitacije slepih in slabovidnih CRSS – UKC Ljubljana - Očesna klinika: predstavitev, pogovor |
| **18.30 – 19.30** | Večerja |
| **20.00 – 21.30** | Družaben večer |

**SOBOTA 27. 11. 2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **URA** | **AKTIVNOST** |
| **7.00 – 7.30** | Razgibajmo se |
| **7.30 – 8.30** | Zajtrk |
| **9.00 – 11.00** | Predstavitev tehničnih pripomočkov, nekaterih mobilnih aplikacij in praktični nasveti glede prilagoditev za slabovidne |
| **11.00 – 11.30** | Odmor |
| **11.30 – 12.30** | Tržnica – izmenjava znanja in izkušenj |
| **12.30 – 14.00** | Odmor za kosilo |
| **14.30 – 17.30** | Orientacija in mobilnost za slabovidne: kratko predavanje in orientacijski sprehod po Izoli |
| **18.30 – 19.30** | Večerja |
| **20.00 – 21.30** | Družaben večer |

**NEDELJA, 28. 11. 2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **URA** | **AKTIVNOST** |
| **7.00 – 7.30** | Razgibajmo se |
| **7.30 – 8.30** | Zajtrk |
| **9.00 – 10.30** | Izboljšamo svojo držo: vaje |
| **10.30 – 11.00** | Odmor |
| **11.00 – 12.00** | Sproščanje: vaje za sprostitev telesa in oči |
| **12.00 - 12.30** | Evalvacija in zaključek srečanja |
| **12.30 – 13.30** | Kosilo |

Pridružujemo si pravico do spremembe programa.