



Slovensko društvo za celiakijo
Ljubljanska ulica 5, 2000 Maribor
drustvo@sdcs.si
www.sdc.si
041 420 149

Maribor, 17.8.2025

Deset nepozabnih dni brez skrbi

116 otrok in mladostnikov s celiakijo uživalo v brezglutenskem raju na Debelem rtiču



Slovensko društvo za celiakijo (SDC) že 32. leto zapored pripravilo nepozabno obnovitveno rehabilitacijo otrok in mladostnikov na morju, polno izobraževalnih vsebin, kuharskih delavnic, veliko športnih in ustvarjalnih aktivnosti ter druženja. **Letošnje obnovitvene rehabilitacije se je udeležilo kar 116 otrok in mladostnikov v starosti 5 do 18 let iz celotne Slovenije.**

Med 3. in 13. avgustom 2025 je Debeli rtič postal varen dom in brezglutenski raj za 116 otrok in mladostnikov iz vse Slovenije. Slovensko društvo za celiakijo (SDC) je že 32. leto zapored organiziralo obnovitveno rehabilitacijo, ki otrokom in mladostnikom s celiakijo omogoča deset dni brezskrbnega uživanja na morju z bogatim programom v družbi sovrstnikov, pri čemer je v celoti poskrbljeno za strogo brezglutensko dieto.

Program obnovitvene rehabilitacije je bil izjemno pester. Izvedli smo:

- **izobraževalne aktivnosti:**

- **delavnica branja deklaracij** (teoretični in praktični del ter kviz). Delavnico je vodila Nataša Forstner Holešek, univ. dipl. inž. živil. tehnologije, podpredsednica Slovenskega društva za celiakijo (SDC), predsednica komisije SDC za certificiranje izdelkov, vodja projekta Licenciranje gostinskih in nastanitvenih obratov pri SDC in delegatka SDC pri AOECs.
- **kuharske delavnice**
 - 4 delavnice delavice burgerjev (delavnico je vodila naša članica in aktualna [štrudlmojstrca Ivica Milat](#). Otroci so sami pripravili bombetke, meso in omake ter na koncu seveda zmazali vsak svoj slastni brezglutenski burger. Za lažjo predstavo, pripravili smo kar 220 slastnih brezglutenskih burgerjev,
 - 6 delavnic priprave slaščic (otroci so pripravljali različna peciva, biskvite, mafine in pudinge),
 - 2 delavnici priprave brezglutenskega kruha in pekovskih izdelkov (otroci so pripravili različne vrste kruha in različnih pekovskih izdelkov),
 - 4 delavnice priprave brezglutenskih pudingov (okus čokolade, vanilije in jagode).
- **športne aktivnosti:**
 - o vsakodnevna jutranja telovadba in sprehod
 - o plavanje s plavalnim krožkom pod vodstvom naših izjemnih plavalcev (Lovro, Teo, Starc, Črt, Žiga),
 - vodne aktivnosti v morju in na bazenu,
 - nogomet (v sodelovanju z NZS - treninge je vodil inštruktor trenerjev NZS Tomi Bronič),
 - odbojka na mivki,
 - košarka,
 - tekaški krožek,
 - kajakaštvo (vožnja s kajaki do zadnjega svetilnika v slovenskem morju),
 - joga,
 - šahovski krožek,
- **ustvarjalne delavnice:**
 - poslikava nogavic,
 - izdelava nakita,
 - umetniške delavnice (slikanje in barvanje skrinjic, »Kaj čutim?«, čustva skozi risanje),
- **kulturne in družabne vsebine:**
 - večer talentov,
 - pokaži kaj znaš,

- gledališki nastopi,
- plesne zabave,
- kino večer – ogled animiranega filma,
- snemanje predstavitvenih video posnetkov naših skupin in skupinski ogled izdelkov,
- besedni kviz,
- napiši svojo pravljico ter jo zaigraj
- **nepozaben izlet z ladjo** po slovenski obali z daljšim postankom za kopanje v Izoli, odličnim morskim brezglutenskim kosilom ter zabavo na ladji,
- **program Starejši berejo mlajšim,**
- **aktivnosti za krepitev samopodobe**
 - pismo sebi v prihodnost,
 - delavnica manifestacije,
 - antistresna delavnica,
- **usposabljanje za samostojno pot v brezglutenski svet** in seveda
- **druženje.**

“Vsako leto se znova potrdi, da to ni le letovanje – je izkušnja, ki otrokom in mladostnikom krepí samozavest in občutek varnosti. Tukaj lahko v družbi sovrstnikov uživajo brez strahu in brez vsakršnih ovir, saj jim zagotovimo 100 % varno brezglutensko okolje s tremi glavnimi obroki (zajtrk, kosilo, večerja) ter dopoldansko in popoldansko malico in povečerko” je poudarila **Maja Piskernik**, vodja obnove rehabilitacije otrok in mladostnikov pri SDC.

Tudi starši so neizmerno hvaležni, da v SDC otrokom omogočimo to izkušnjo: *“Ko vemo, da je naš otrok v varnih rokah in med sovrstniki, ki delijo enako izkušnjo (tj. celiakijo) ter neizmerno uživa, je tudi nam toplo pri srcu,”* je povedala mama 9-letne udeleženke.

Za 100 % varno brezglutensko prehrano je v kuhinji poskrbela **Špela Turšič**, dietna kuharica na Pediatrični kliniki UKC Ljubljana, z ekipo.

Slovensko društvo za celiakijo (SDC) poskrbi tudi za medicinsko ekipo v času letovanja, ki jo vodi **Vedrana Majstorovič**, diplomirana medicinska sestra in naša dolgoletna članica, zaposlena v ZD Izola – Center za krepitev zdravja.

Za otroke in mladostnike je skrbelo **16 vzgojiteljev** in **5 spremljevalcev**, prav vsi z znanjem o celiakiji ter izkušnjami s pripravo brezglutenske prehrane ter opravljenim HACCP usposabljanjem o higieni živil.

V SDC smo tudi letos udeležencem rehabilitacije zagotovili organiziran prevoz (trije avtobusi in 2 spremljevalni vozili) na relaciji Maribor - Debeli rtič (3.8.2025) z vstopnimi postajami (Tepanje, Celje, Ljubljana, Lom, Ravbarkomanda, Studenec, Ravne) ter na relaciji Debeli rtič – Maribor (13.8.2025) z izstopnimi postajami (Ravne, Studenec, Ravbarkomanda, Lom, Ljubljana, Celje, Tepanje).

Hvala vsem donatorjem, ki so podprli letošnjo rehabilitacijo ter tako omogočili otrokom in mladostnikom - bolnikom s celiakijo, ki sicer te možnosti ne bi imeli, nepozabne počitnice na morju.

Vabljeni k prebiranju poročil o dnevnem dogajanju ter k ogledu obsežnih foto in video galerij 32. obnovitvene rehabilitacije otrok in mladostnikov na Debelem rtiču:

<https://sdc.si/dnevno-dogajanje-obnovitvena-rehabilitacija-otrok-in-mladostnikov-debelirtic-2025/>

*

Slovensko društvo za celiakijo (v nadaljevanju: SDC) je humanitarna organizacija, ki deluje v javnem interesu na področju zdravja in zdravstvenega varstva bolnikov s celiakijo na območju celotne Republike Slovenije že od 1988. SDC je že od leta 1990 tudi član Evropskega združenja društev za celiakijo (AOECS – Association of European Coeliac Societies), član Zveze organizacij pacientov Slovenije (ZOPS) in član Centra za informiranje, sodelovanje in razvoj nevladnih organizacij (CNVOS). SDC trenutno šteje skoraj 2500 članov in je tako eno večjih in najaktivnejših društev na področju zdravstvenega varstva v Republiki Sloveniji – vabljeni k spremljanju naših [aktivnosti](#).

Celiakija je doživljenjska kronična sistemska avtoimuna bolezen in je posledica preobčutljivosti na gluten, ki doleti približno 2% prebivalstva, pri čemer je edino zdravilo stroga doživljenjska brezglutenska dieta – brez izjem, brez bližnjic in brez prekrškov ter velja za medicinsko indicirano dieto.