



Poletje, morje, nepozabni spomini



Vsebinsko poročilo

33. obnovitvena rehabilitacija otrok in mladostnikov

Zdravilišče RKS Debeli rtič, 2. 8. - 12. 8. 2026

Slovensko društvo za celiakijo (SDC) je tudi v 2026 organiziralo nepozabno obnovitveno rehabilitacijo otrok in mladostnikov na morju, polno izobraževalnih vsebin, kuharskih delavnic, veliko športnih in ustvarjalnih aktivnosti ter druženja.

Letošnje, že 33. obnovitvene rehabilitacije otrok in mladostnikov (v nadaljevanju: rehabilitacija), se je udeležilo kar 120 otrok in mladostnikov, v starosti 6 do 18 let, iz celotne Slovenije, za katere je skrbelo 20 vzgojiteljev in spremljevalcev.

Med 2. in 12. 8. 2026 je Zdravilišče RKS Debeli rtič, paviljon Rakovica, v katerem so bili nastanjeni otroki in mladostniki s celiakijo, postal varen brezglutenski raj. Otrokom smo omogočili deset dni brezskrbnega poletnega uživanja na morju, z bogatim programom, pri čemer je bilo v celoti poskrbljeno za strogo brezglutensko dieto. Upošteevane so bile tudi druge diete. Za več otrok in mladostnikov je to bila edina možnost brezskrbnega letovanja na morju, ki je sicer ne bi imeli.

V SDC smo ponosni na prav vsako [aktivnost](#) društva, a rehabilitacija velja za našo največjo aktivnost. To aktivnost izvajamo že več kot trideset let, vedno v krajih ob morju in smo tako letovanje na morju doslej omogočili več kot **3300** otrokom in mladostnikom s celiakijo. Prepričani smo, da so ravno kraji ob morju,

Izobražujemo. Združujemo. Pomagamo. Od 1988.

Slovensko društvo za celiakijo (SDC) je ponosen član: AOECS, ZOPS, NFHOS, CNVOS.

Programi in delovanje sofinancirajo: FIHO, Ministrstvo za zdravje, Ministrstvo za javno upravo, lokalne skupnosti.

SDC ne predstavlja stališč sofinancerjev.

zaradi odličnih klimatskih razmer, najbolj primerni za izboljšanje in krepitev zdravja otrok in mladostnikov.

Priprave na rehabilitacijo potekajo skozi vso leto in že 12. 10. 2025 smo napovedali termin rehabilitacije v 2026:

- <https://sdc.si/napovednik-na-debelem-rticu-bomo-ponovno-od-2-do-12-avgusta-2026/>

14. 4. 2026 smo objavili informacijo o začetku intenzivnih priprav na rehabilitacijo:

- <https://sdc.si/na-debelem-rticu-bomo-od-2-do-12-avgusta-2026/>

2. 5. 2026 (natanko 3 mesece pred rehabilitacijo) smo najavili video napovednik, da prijave na rehabilitacijo odpiramo na srečanju ob mednarodnem dnevu celiakije (16. 5. 2026):

- <https://sdc.si/33-obnovitvena-rehabilitacija-otrok-in-mladostnikov-prijave-odpiramo/>

17. 5. 2026 so bile prijave odprte tudi na društvenih spletnih kanalih:

- <https://sdc.si/33-obnovitvena-rehabilitacija-otrok-in-mladostnikov-prijave-so-odprte-vabljeni/>

24. 5. 2026 smo objavili video napovednik, da so prijave na rehabilitacijo odprte:

- <https://sdc.si/video-33-obnovitvena-rehabilitacija-otrok-in-mladostnikov-prijave-so-odprte/>

1. 6. 2026 je bil objavljen še prijazen opomnik za prijavo na rehabilitacijo:

- <https://sdc.si/prijazen-opomnik-video-33-obnovitvena-rehabilitacija-otrok-in-mladostnikov-prijave-so-odprte/>

Vse objave so bile objavljene na spletni strani društva in na društvenih kanalih na družbenih omrežjih:

- Facebook
- X
- Threads
- Instagram
- LinkedIn

ter v 3 društvenih Viber skupinah.

O rehabilitaciji so bili člani obveščeni tudi v pismih članstvu, ki jih prejema vsak mesec po elektronski pošti.

Prostih mest je bilo 120 in vsa mesta so se hitro zapolnila. Izpostavljamo, da za več otrok kot 120, v paviljonu Rakovica ni prostora, pri čemer mesta v paviljonu zasede tudi **20 vzgojiteljev in spremljevalcev**.

Ker je izvedba rehabilitacije za 120 otrok velika odgovornost, je bil v SDC opravljen tudi skrben izbor vzgojiteljev in spremljevalnega osebja.

10. 1. 2026 je bil objavljen razpis za vodjo rehabilitacije:

- <https://sdc.si/razpis-vodja-obnovitvene-rehabilitacije-otrok-in-mladostnikov-sdc-na-debelem-rticu-2-8-12-8-2026/>

Izvršni odbor SDC je imenoval vodjo ter načrtal nadaljnje postopke:

- izvedena so bila 3 usposabljanja vzgojiteljev in spremljevalnega osebja

- 21. 4. 2026:

<https://sdc.si/33-obnovitvena-rehabilitacija-otrok-in-mladostnikov-prvo-letosnje-usposabljanje-prostovoljcev/>

- 4. 5. 2026:

<https://sdc.si/33-obnovitvena-rehabilitacija-otrok-in-mladostnikov-drugo-letosnje-usposabljanje-prostovoljcev/>

- 11. 5. 2026:

<https://sdc.si/33-obnovitvena-rehabilitacija-otrok-in-mladostnikov-tretje-letosnje-usposabljanje-prostovoljcev/>

- ter zaključni sestanek 26.7.2026:

<https://sdc.si/vse-je-pripravljeno-za-33-obnovitveno-rehabilitacijo-otrok-in-mladostnikov/>

Vzgojitelji in spremljevalno osebje imajo znanje o celiakiji, bodisi, da so sami bolniki s celiakijo, bodisi ima celiakijo njihov bližnji družinski član. Izkazati so morali zanesljivost, resnost, odgovornost, pri čemer smo v SDC zagotovili različne profile, tako da so bili med nami pedagogi, socialna delavka, športni in inkluzivni pedagog, zdravstveni tehnik, študenti medicine, zdravstvene nege ter pedagoških poklicev - številni imajo tudi opravljeno HACCP usposabljanje o varnosti živil.

Program obnovitvene rehabilitacije je bil tudi letos zelo pester.

Izvedli smo:

– izobraževalne aktivnosti:

- **Šola celiakije**
 - 2x predavanje pediatrije in dolgoletne članice društva, Alenke Koren, dr. med., ki je pripravila predavanje za mlajše otroke s kvizom ter individualne posvete ter predavanje za starejše otroke z ustnim testom ter individualne posvete;
 - delavnica branja deklaracij za mlajše otroke, ki so skozi praktične primere spoznavali, na kaj morajo biti pozorni pri izbiri živil in kako preveriti, ali je izdelek primeren za brezglutensko dieto;
 - starejšim otrokom je bil v okviru pogovorov predstavljen potek podeljevanja AOECs znaka prečrtan žitni klas, ki ga za brezglutenske izdelke, ki so proizvedeni v Republiki Sloveniji podeljuje SDC;
- **kuharske delavnice za vse udeležence rehabilitacije:**
 - 3 delavnice z dolgoletno članico društva in priznano izvajalko kuharskih delavnic, Ivico Milat (otroci so pripravili štručke, omako, hrenovke ter raffaello kroglice z Linolado (delavnice so bile izvedene v treh skupinah, in sicer ob 9. uri, ob 12:30 in ob 16. uri);
- **kuharske delavnice v manjših skupinah za udeležence rehabilitacije;**
 - 12 delavnic priprave slaščic (otroci so pripravljali različna peciva, biskvite in mafine),
 - 4 delavnice priprave brezglutenskega kruha in pekovskih izdelkov (otroci so pripravili različne vrste kruha in različnih pekovskih izdelkov),
 - 20 delavnic priprave brezglutenskih pudingov (okus čokolade, vanilije in jagode),
 - 16 delavnic peke palačink;

- **športne aktivnosti:**
 - jutranja telovadba;
 - jutranji tek (4 x),
 - jutranji sprehod (4 x),
 - nadaljevalni plavalni tečaj in tečaj tehnike plavanja,
 - vodne aktivnosti v morju in na bazenu,
 - nogomet (v sodelovanju z NZS - treninge je vodil inštruktor trenerjev NZS, Tomi Kostric),
 - odbojka na mivki,
 - kajakaštvo (vožnja s kajaki do edinega svetilnika v slovenskem morju),
 - delavnica predstavitve borilnih veščin MMA
 - šahovski krožek,
 - športna rotacija s slacklinom in drugimi povezovalnimi igrami,
 - nogometni turnir v lastni organizaciji;
- **ustvarjalne delavnice:**
 - poslikava šilt kap,
 - poslikava kozarcev,
 - izdelava nakita,
 - delavnice z likalnimi kroglicami Hama,
 - umetniške delavnice (slikanje in barvanje skrinjic, »Kaj čutim?«, čustva skozi risanje, izdelki iz lesa, priprava kostumov za večerne animacije in za "krst vzgojiteljev"),
 - ustvarjalna delavnica z Anjo Martinuč za mlajše otroke na temo Fraktalna risba, na kateri so nastali številni čudoviti in prav posebni izdelki;
 - barvanje lastne pobarvanke z motivom rehabilitacije: "Poletje, morje, nepozabni spomini - Najboljša ekipa";
- **kulturne in družabne vsebine:**
 - večer talentov,
 - pokaži kaj znaš,
 - plesna zabava,
 - havaji večer,
 - kino večer – ogled animiranega filma Duša (Soul),
 - kino na prostem v lastni organizaciji - ogled filma Tartinijev ključ,
 - besedni kviz,
 - nepozaben izlet z ogledom Škocjanskih jam,
 - pred spanjem program "Starejši berejo pravljice mlajšim",
 - aktivnosti za krepitev samopodobe,
 - delavnica meditacije v naravi,
 - tekmovanje v pospravljanju sob in razglasitev najbolj "pridne skupine",
 - ročni nogomet,
 - delavnica za starejše otroke: Samozavest in pozitivni samogovor ter usposabljanje za samostojno pot v brezglutenski svet, ki jo je vodila Anja Martinuč (pogovor je tekkel o tem, kako razmišljamo o sebi, kaj govorimo o sebi, kako vse to vpliva na naše življenje in na našo samopodobo ter odnose z okolico),
 - druženje in sklepanje novih prijateljstev.

Vsako leto znova dobimo potrditev, da naša obnovitvena rehabilitacija ni le letovanje, temveč veliko več – je dragocena izkušnja, ki otrokom in mladostnikom krepi samozavest, samostojnost in predvsem občutek varnosti. V družbi sovrstnikov, ki živijo z enako diagnozo, lahko brezskrbno uživajo, se družijo

in ustvarjajo nova prijateljstva, brez strahu pred nenamerno izpostavljenostjo glutenu. Na rehabilitaciji je namreč zagotovljeno **100 % varno brezglutensko okolje s šestimi obroki na dan** (zajtrk, kosilo in večerja, dopoldanska in popoldanska malica ter povečerek).

Kako dragocena je ta izkušnja, so nam potrdili tudi starši. Navajamo nekaj odzivov:

- »Ko vemo, da je naš otrok v varnih rokah, obkrožen s sovrstniki, ki imajo enako izkušnjo s celiakijo, in hkrati vidimo, kako neizmerno uživa, je tudi naše srce mirno in polno hvaležnosti«;
- »Zahvalila bi se vsem sodelujočim na rehabilitaciji. Naš otrok je bil prvič z vami in se je imel več kot odlično. Prišel je domov poln vtisov, novih prijateljev in spominov ... HVALA!«;
- »Hvala za organizacijo obnovitvene rehabilitacije in ves vložen trud, da so lahko naši otroci brezskrbno uživali, izkusili nova doživetja ter ustvarili lepe spomine«.

Na letošnji rehabilitaciji sta bila tudi:

- **Urška Krivec**, ki je s svojo predanostjo, znanjem in skrbnostjo bdela nad pripravo okusnih in raznolikih obrokov ter poskrbela za 100 % varno brezglutensko prehrano. Vsak obrok je bil pripravljen z veliko strokovnosti, skrbnosti in odgovornosti, saj je varna brezglutenska prehrana temelj brezskrbnega bivanja; in
- inkluzivni športni pedagog **Rok Prusnik**, ki je poskrbel za bogat športni program. S športom, gibanjem in dobro voljo je ustvaril nepozabne trenutke ter spodbudil samozavest, povezanost in veselje do gibanja.

Ob zaključku rehabilitacije so vsi udeleženci rehabilitacije prejeli darilno vrečko, z brezglutenskimi izdelki ter promocijskim materialom naših donatorjev ter promocijskim in izobraževalnim materialom SDC.

V SDC smo tudi letos udeležencem rehabilitacije zagotovili organiziran prevoz (3 avtobusi in 2 spremljevalni vozili) na relaciji Maribor - Debeli rtič (2. 8. 2026), z vstopnimi postajami (Tepanje, Celje, Ljubljana, Lom, Ravbarkomanda, Studenec, Ravne) ter na relaciji Debeli rtič – Maribor (12. 8. 2026) z izstopnimi postajami (Ravne, Studenec, Ravbarkomanda, Lom, Ljubljana, Celje, Tepanje).

Hvala tudi vsem donatorjem, ki so podprli rehabilitacijo ter tako omogočili otrokom in mladostnikom - bolnikom s celiakijo, nepozabne počitnice na morju.

Vabljeni k prebiranju dnevnega dogajanja ter k ogledu obsežnih foto in video galerij 33. rehabilitacije:

<https://sdc.si/33-obnovitvena-rehabilitacija-otrok-in-mladostnikov-debeli-rtic-2026-dnevno-dogajanje/>

V SDC izvajamo natančno evalvacijo rehabilitacije, vse v želji, da bo 34. rehabilitacija, ki bo potekala v Zdravilišču RKS Debeli rtič med 1. 8. in 11. 8. 2027, še boljša.

Kratek povzetek rehabilitacije: 120 otrok in mladostnikov | 10 dni | ∞ nepozabnih spominov.

*

SDC je humanitarna organizacija, ki deluje v javnem interesu na področju zdravstvenega varstva bolnikov s celiakijo na območju celotne Republike Slovenije že od 1988.

SDC je, kot edino društvo iz Slovenije, že od leta 1990 tudi član Evropskega združenja društev za celiakijo (AOECS – Association of European Coeliac Societies).

SDC je član Zveze organizacij pacientov Slovenije (ZOPS), Nacionalnega foruma humanitarnih organizacij Slovenije (NFHOS) in član Centra za informiranje, sodelovanje in razvoj nevladnih organizacij (CNVOS).

SDC na dan 15. 8. 2026 štel 2517 članov in je tako eno večjih in najaktivnejših društev na področju zdravstvenega varstva v Republiki Sloveniji – vabljeni k spremljanju naših aktivnosti: <https://sdc.si/news/>.

*

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.

*

Programe in delovanje sofinancirajo: FIHO, Ministrstvo za zdravje, Ministrstvo za notranje zadeve in javno upravo, lokalne skupnosti.
SDC ne predstavlja stališč sofinancerjev.

*

Zahvala donatorjem: <https://sdc.si/zahvala-donatorjem-debeli-rtic-2026/>.