

PRILOGA GORENJSKEGA GLASA ZA MESTNO OBČINO KRANJ

KRANJČANKA

Leto: XI - ISSN 1408-7103

Oktober 2009 • Številka 10



 **URARSTVO
MATJAŽ**
reprezentativna družba z o.o.
tel. +04 202 47 44
pri Kranjskem sodišču

center  

Za vas beležimo čas

Gorenjski Glas

THE BEST OF
CECCA

LJUBLJANA
GOSPODARSKO
RAZSTAVIŠČE

SOBOTA
28.
NOVEMBER
2009 ob 21h

Predprodaja vstopnic:
BIG BANG PETROL servisi, KOMPAS,
EVENTIM.SI, VSTOPNICE.COM,
KONCERTI.NET, MOJAVSTOPNICA.COM
VIP VSTOPNICE INFO: 01 420 5000
(indež v VIP loži, welcome drink)

GENERALNI SPONSOR

\$
MILLION
CLUB

Pohitite, zagotovite si
svojo vstopnico!

CINEM LTD., D.O.O., MAISTROV TRG 6, KRANJ

Telo kot ogledalo celostnega (ne)ravnesja

Telo je ogledalo naše duše in res bi bilo škoda, da bi nekaj odvečnih kilogramov ali centimetrov na napačnih mestih grenilo naše življenje ali slabilo naše zdravje.

Če se na telesni ravni ne počutimo dobro, to vpliva tudi na druga področja našega življenja. Ko je notranje ravnovesje porušeno, se zavestno in podzavestno trudimo, da bi ga čim prej znova vzpostavili. Telo, čustva in um so namreč povezani - če je katerikoli izmed teh delov izven ravnovesja, je neuravnotežena celotna oseba. Na našem telesu se to pogosto kaže v odvečnih kilogramih, prisotno pa je tudi nezadovoljstvo z lastno podobo.

V salonu LINEA SNELLA ŠENČUR oblikujemo telo in vzpostavljamo celostno ravnovesje

Salon Linea Snella ni samo salon za hujšanje in oblikovanje telesa, temveč predvsem center za **uravnoveženje, kakovostno in "fit" življenje**. Naše poslanstvo je preoblikovati sanje in želje naših obiskovalk v njihov **realen objektiv**. Z revolucionarno metodo oblikovanja telesa LINEA SNELLA®, znanjem in dolgoletnimi izkušnjami **pripravimo strategijo in vzpostavimo pogoje**, ki vodijo do trajnih rezultatov - **vitke linije in dobrega počutja**. Vsako obiskovalko najprej povabimo na uvodni posvet. Na podlagi pridobljenih podatkov opredelimo **prporočene rezultate** in pri sestavi **celostnega, individualnega programa** upoštevamo tudi njene želje in pričakovanja, ki jih uskladiamo z našim strokovnim mnenjem.

S celostnim in strokovnim pristopom metode LINEA SNELLA® ter z obilico pozitivne energije boste dosegli tudi najvišje cilje!

Po uvodnih posvetovanjih z našo strokovno ekipo - osebno svetovalko, dietetičarko in terapevko, obiskovalka prične z izvajanjem individualno sestavljenega programa po metodi LINEA SNELLA®. Aktivna IR terapija je zmogovita kombinacija aktivnih terapij. Z delovanjem IR svetlobe, kromoterapije ter konstantne temperature 37 stopinj Celzija omogoča izjemne rezultate pri izgubi teže in obsega na kritičnih točkah ženskega telesa (trebuh, boki, zadnjica, stegna). V kombinaciji s termoterapijo, učvrščevanjem tkiva in sproščanjem v ionosavni predstavlja edinstveno metodo dela salonov Linea Snella. Ključni dejavnik na poti do cilja pa je seveda tudi **redno spremljanje in vrednotenje** doseženih rezultatov.

Brezplačen pregled in pisno jamstvo za uspeh

Prvi in ključni korak do skladne postave in dobrega počutja je brezplačen pregled, ki je popolnoma neobvezujoč, zaradi visoke učinkovitosti programov pa dajemo tudi pisno jamstvo za uspeh. Zgovoren je tudi podatek, da je v letu 2008 ob zaključenem programu kar **98,9 odstotka vseh rednih obiskovalk** ne samo doseglo, temveč tudi preseglo zastavljene cilje!

Za naročilo na **brezplačen, popolnoma neobvezujoč posvet** pokličite na 04/27 919 67 ali izpolnite spletni obrazec na <http://www.lineasnella.si/>. Vsem zveštim brakam Kranjčanke ob vpisu v idealni program nudimo 10-odstotni popust.



Linea Snella,
Andreja Širca Čampa s. p.
Poslovna cona A/18
4208 Šenčur
Tel.: 04/27 919 67
Fax: 04/27 919 66
E-pošta: sencur@lineasnella.si



Vse se da, če se hoče!

Novih osemnajst pumovcev je septembra na PUM-u našlo odskočno desko za premagovanje ovir, pred katerimi so se znašli na poti rednega šolanja ali iskanja zaposlitve.

Pumovci smo res zanimiva družina, verjemite. In iz množice naših (tudi zelo nenavadnih) idej se rojevajo delavnice, iz delavnic projekti, iz uspešno zaključenih projektov pa zadovoljstvo in samozavest naših udeležencev, ki so našli prostor, kjer lahko odkrijejo svoje talente in se dokažejo. Preveč je zanimivih trenutkov na PUM-u, da bi vse naštevali. Že pogled skozi vrata mimoidočemu marsikaj pove o dogajanju, saj človek ne more spregledati pisano poslikanih sten, vsaj enkrat na teden iz naše kuhinje omamno diši, kratek sprehod po pumovskih prostorih pa odkrije še veliko več. Izdelane lutke v trenutku oživijo, sešite obleke in ročno izdelani kosi nakita še vedno pričajo o spretnostih naših udeležencev, plakati, slike, risbe in fotografije pa o njihovi ustvarjalnosti.



"Od bobna do ritma, od ritma do glasbe."

Po prostorih odmeva tudi glasba. Ravno kar začenjamo s tečajem kitare in didžejanja, obvladamo pa tudi didgeridoo, tolkala, bobne ... "od bobna do ritma, od ritma do glasbe". In od glasbe do vzdušja, v katerem nam, kot bi mignil, minevajo urice, ki jih s sproščeni pogovori o vseh mogočih temah popestrimo tudi na športnih igriščih in izletih.

Veliko časa namenjamo tudi osebnim stiskam, saj so te pogosto glavni razlog za neuspeh. Z zaupnimi pogovori in delom na krepitvi samozavesti, koncentracije, s postavljanjem realnih ciljev dosegamo rezultate, ki se zdijo na prvi pogled nedosegljivi. Zato se naši udeleženci že uspešno vračajo v redno šolanje, opravljajo sprejemne izpite in načrtujejo nadaljevanje študija na univerzi. Veliko si jih pa prav s pomočjo PUM-a najde delo in pot k finančni neodvisnosti. Vse se da, če se

hoče in to mladi v programu s svojimi rezultati stalno dokazujejo. S tako popotnico pa se lahko uspešno spopadajo tudi s šolo in izzivi, ki jih čakajo v življenju.

Pridruži se nam v prostorih v Stari Loki 31. Pokličeš nas lahko tudi na 031/623 729 ali 04/511 62 90 in se že vnaprej pozanimаш o dogajanju tukaj. O vsem pa ti neposredno izpod prstov udeležencev pove tudi naš blog - najdete ga na naslovu www.pumskofjaloka.blogspot.com. Če si brezplačno, boš dobil dnevno denarno nagrado in povrnjene stroške za prevoz.

Iščemo tudi prostovoljce za pomoč mentorjem PUM. K sodelovanju vabimo vse, ki znate posredovati svoje znanje in izkušnje mladim (instrukcije, vodenje delavnic ...).



Operacijo delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za Šolstvo in Šport. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2009 - 2013, 3. razvojne prioritete: Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja; prednostne usmeritve 3.2.: izboljšanje usposobljenosti posameznika za delo in življenje v družbi temelječi na človeku.

LUDSKA UNIVERZA, ŠKOFJA LOKA, PODLUBNIK T. A. ŠKOFJA LOKA

ŠENGAR
PREPROSTO ČISTO

BRITOF 43

tel.: 04/234 30 50

delovni čas:

pon. - pet.: 7. - 19. ure

sob.: 7. - 12. ure

CESTA STANETA ŽAGARJA 2

(nasproti Policije)

tel.: 04/202 41 60

delovni čas:

pon. - pet.: 9. - 18. ure

sob.: 8. - 12. ure

MEDVODE, BC MERCATOR

tel.: 01/36 11 034

delovni čas:

pon. - pet.: 9. - 18. ure

sob.: 8. - 12. ure

Čistilnica, pralnica in šivalnica Šengar

- oprana in zlikana srajca - 1 €
- hitro in kvalitetno čistimo vse vrste tekstilnih, usnjenih in krznenih izdelkov, preproge, odeje in merino posteljnino
- vse storitve šivalnice (krajšanje, ožanje, menjava zadrg in podlog ...)
- parkirni prostor zagotovljen

Jesenski 20 % popust
ob predložitvi kupona od 13. 10. do 30. 10. 2009

ŠENGAR d.o.o. Britof 43, Kranj



Naslovnica - fotografija **TANIA MENDILLO**
model **Lara**
pričeska **HIŠA LEPOTE SAMO IN TANIA**
make up **TANIA MENDILLO**

Kranjčanka je redna priloga časopisa

Gorenjski Glas

Osrednji gorenjski časopis, ki pokriva širše območje Gorenjske. Časopis z bogato tradicijo, saj neprekinjeno izhaja že od leta 1947, njegovi zametki pa segajo v daljše leto 1900. Je poltednik, ki izhaja ob torkih in petkih, v nakladi 22 tisoč izvodov. Je neodvisen, politično uravnotežen časopis z novicami, predvsem z vseh področij življenja in dela Gorenjcev, pa tudi širše. Pišemo o vsem, kar ljudi zanima, ali kot pravimo: **Gorenjski glas za vas beleži čas. V dobrem in slabem. V veselju in žalosti. Za vas sprašujemo, kaj je novega. Zaradi vas zastavljamo tudi neprijetna vprašanja. Morda vas kdaj kaj naučimo. In seveda poskrbimo za sprostitvev in zabavo. Samo zaradi vas predemo misli. Naglas.**

Časopis, ki izhaja dvakrat tedensko, dopolnjujemo z brezplačnimi prilogami, kot sta npr. Kranjčanka in Ločanka, ter ob koncu leta z letopisom GORENJSKA. Če vas poleg branja Kranjčanke zanimajo tudi novice z vse Gorenjske, vas vabimo k naročilu.

Dobrodošli v družbi naročnikov Gorenjskega glasa.

NAROČAM Gorenjski Glas

Ime in priimek:

Naslov:

KRANJČANKA (ISSN 1408-7103) je mesečna priloga Gorenjskega glasa za Mestno občino Kranj. Prilogo je pripravil Gorenjski glas, d.o.o., Kranj; odgovorna urednica Marija Volčjak, urednica Suzana P. Kovačič. Komercialist: Janez Čimžar - 041/704-857. Priprava za tisk Gorenjski glas, d.o.o., Kranj; Tisk: SET, d.d., Ljubljana, Ljubljana. Uredništvo, naročnine, oglasno trženje: Bleiweisova cesta 4, Kranj, telefon: 04/201-42-00, telefaks: 04/201-42-13. E-pošta: info@g-glas.si; mali oglasi: telefon 04/201-42-47; delovni čas: ponedeljek, torek in četrtek od 8. do 17. ure, sreda od 8. do 18. ure, petek od 8. do 14. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprti; KRANJČANKA je priloga 81. številke Gorenjskega glasa, 13. oktobra 2009, v nakladi 21.400 izvodov jo dobijo vsa gospodinjstva in imetniki poštinih predalov v Mestni občini Kranj brezplačno. Raznos: Pošta Slovenije, PE Kranj. Naslednja Kranjčanka izide v torek, 10. novembra 2009.

Kdor ne osvaja življenja vsak dan, je revež

Pri svojih petinosemdesetih letih Leopold Hribar vsak dan znova dokazuje, da je starost daleč od tistega, kar piše v osebni izkaznici, ampak da so leta odvisna predvsem od tega, kako se človek počuti.



Stran 9



Besne gliste v ritmu swinga

Velik užitek je opazovati Kranjčana Darjo Ovsenik in Nejca Zupana, kako plešeta swing.

Še večji užitek bo, če boste poskusili tudi sami.

Ne glede na leta ...

Stran 36

Fanta, a vaju peljem? Ne, greva kar peš.

Andrej Polajnar in Andrej Roblek sta v dobrih sedmih dneh prehodila 230 kilometrov od Kranja do Peroja. Naredila sta 328571 korakov. Stava? Sploh ne.



Stran 40



Stran 45

Poštevanko spremenila v igro

Učenje poštevance sta Marijanca Cuderman (na sliki) iz osnovne šole Trstenik in njen partner Marko Kern otrokom približala z računalniško igro Mojster poštevance.



PLANETTUŠ FEST >>>>

Planet nori
do polnoči!

1. ROJSTNI DAN
PLANETA TUŠ KRANJ



> **NORO UGODNI
NAKUPI**

>> **PRESENEČENJA IN NAGRADE**
>> **CELODNEVNA ZABAVA V**
>> **NODIJEVEM MESTU IGRAČ**

> **KONCERT SKUPINE KARMA IN E.T.**

Kjer so zvezde doma

Planet Tuš Kranj, sobota 24.10.2009



ENGROTUŠ D.D., CESTA V TRNOVLE 10 A, CELJE





CASA | BLANCA

Levo:
PULOVER
Bombaž

29.95

HLAČE IZ DENIMA
Bombaž 39.95

Desno:
MOTORISTIČNI BLUZON
Usnjenega videza, snemljiv
ovratnik iz umetnega krzna,
pralna mešanica poliestra

69.95

ŠAL 9.95

HLAČE IZ DENIMA
Bombažna mešanica 39.95

www.charles-voegele.si



To sem jaz.

Charles
Vögele
S w i t z e r l a n d



Kdor ne osvaja življenja vsak dan, je revež

Pri svojih petinosemdesetih letih Leopold Hribar vsak dan znova dokazuje, da je starost daleč od tistega, kar piše v osebni izkaznici, ampak da so leta odvisna predvsem od tega, kako se človek počuti.

”Že kot šestletni fantič sem se začel ukvarjati s telesno vzgojo, pridružil sem se telovadnemu društvu Sokol Cerklje ob Krki. To je bilo društvo za temeljito utrditve telesa, naučili so me reda in discipline in mi dali dobro popotnico. Znam gospodarno upravljati s svojo energijo. Izraza športna vzgoja pa se izogibam, ker šport danes bolj spominja na tekmovalnost in na prekomerne telesne napore, v resnici pa mladi ljudje še hoditi ne znajo in ne obvladajo pravilnega dihanja. Šport se je komercializiral in namesto, da bi človeka pomiril in sprostil, ga vznemirja. Poskusite, kako odličen je sprehajalni tek za dušo in telo,” pravi sogovornik in doda, da mu je še najbolj všeč glagol ”iskati”. Iskanje, ki se nikoli v življenju ne konča ...

Kaj dobrega naredite zase vsak dan?

”Vsak dan telovadam od dvajset do trideset minut. Raztegnem celo telo, kar je izrednega pomena. To bi moral delati prav vsak. Vsak dan na svežem zraku prehodim dvesto stopnic, kar je odlična vaja za gibljivost.

Moje izobraževanje na področju telesne vzgoje se je temeljiteje začelo leta 1968. Že tedaj pa sem razumel, kako funkcionira človeško telo. Vse vzorce in navodila, kar se tiče hranjenja, gibanja, notranje pomiritve, sem preizkusil na sebi in morda se vam bo zdelo nenavadno, če rečem, da se pogovarjam s celim telesom. Večkrat me ljudje sprašujejo, kateremu nauku sledim. Ko si enkrat star, moraš imeti pred očmi selekcijo, potem pa dodajaš tisto, kar ustreza tvojim letom, organizmu. Ljudje pa na to pozabljajo. Moje izo-



braževanje na področju telesne vzgoje še vedno traja, v stalnem kontaktu sem s stroko preko knjig in raznih raziskav.”

Dvakrat na teden vodite telovadbo. Kdo so vaši učenci?

”Moji učenci so stari od 64 do 82 let. Dobljamo se že petintrideset let, začeli pa smo na pobudo Zobne poliklinike Kranj in Srednje tekstilne šole Kranj z dogovorom, da bomo telovadili in vzgajali telo in duha. Redki so nehali, se nam je pa pridružilo nekaj novih. Vsak četrtek imamo petdeset minut vadbe, za tem najraje igrajo nogomet, kar pa meni ni najbolj

všeč. Regeneracija organizma se namreč po petdesetem letu upočasni, refleksi niso več tako hitri, pa hitro lahko pride do poškodbe.”

Telesno vzgojo ste tudi poučevali na tekstilni šoli v Kranju.

”Ja, in to trideset let. Med mojimi učenkami je bila na primer Spomenka Hribar, ko sem še učil v nižji gimnaziji v Žireh od jeseni 1952 do jeseni 1954.”

Redno obiskujete savno. Res tako dobro dene?

”Savna mi dobro dene v vseh letnih časih, tudi poleti. Pomaga še posebej ljudem z nizkim krvnim tlakom. Savnanje tlak dviguje in iztisne strupe iz telesa. Enkrat na mesec grem na masažo, še najbolj sem navdušen nad indijsko masažo z oljem in nad običajno športno masažo. Še posebej starejšim pa polagam na srce, naj bodo pozorni tudi do svojih nog, ne samo do urejenosti in zdravja rok in obraza. Si predstavljate, kakšno težo nosijo noge, če imate neurejeno telesno težo? Noge je zares treba ljubkovati.”

Imate še eno prijetno navado. Med tednom vsak dan ob pol enajstih pijete kavo na Pungertu.

”To pa obvezno. Rad grem tja, kjer se prijetno počutim. In zelo rad imam srečanja prijateljev, eno čudovito je druženje s skupino ”mafija”; pred leti smo se spoznali na potovanju po Siciliji in še vedno se dobivamo.”

Pravite, da ljudje preveč premišljujemo o prihodnosti in da bi moral biti današnji dan tisti, ki ga je treba izživeti.

”Če se le da, si ne dovolite, da vas okupirajo grabežljive misli, ob katerih pozabite na svoj obstoj. Kdor ne osvaja življenja vsak dan, je revež.”

Suzana P. Kovačič, foto: Gorazd Kavčič



NAJCENEJŠI TAXI V MESTU

TAXI MONET
051/320-505

URARSTVO
GERINGER
PRODAJA IN SERVIS
POPRAVILA STARINSKIH UR
Župančičeva 2, 4000 Kranj, tel.: 04 233 05 89

Gradimo in koristimo evropski denar



Prvi petek v oktobru smo v prenovljeni Layerjevi hiši v starem Kranju obeležili zaključek gradbenih del. Projekt je bil kar obsežen po denarju, pa tudi po zahtevnosti del. Predvsem pa smo bili veseli, da smo pred zobom časa rešili pomembno kulturno dediščino in po skoraj desetletju in pol od prvih načrtov investicijo izpeljali tako daleč, da potrebuje le še opremo in bo hiša pripravljena, da zaživi kot hiša umetnikov. To je bila tudi priložnost za obisk ministrice za kulturo Majde Širca, ki smo ji predstavili tudi druge projekte ohranjanja stavbne dediščine v občini in nji-

hovo namembnost v prihodnje. Besede pohvale ministrice, ko je dejala, da smo v Kranju lahko vzor drugim lokalnim skupnostim pri vlaganju v kulturne objekte, so nam res dobro dele.

Z Layerjevo hišo se začneta uresničevati zamisel o kulturni četrti. V bližini hitimo tudi z obnovo kompleksa gradu Khislstein in računamo, da bomo z deli zaključili prihodnjo pomlad, zastavljen pa je tudi že projekt obnove treh nekdanjih obrambnih stolpov. Hkrati ne pozabljamo, da je treba v starem mestu posodobiti ulice s komunalno infrastrukturo. Zaključena so dela na Tavčarjevi ulici, h koncu gredo dela na Tomšičevi ulici, v načrtu je nadaljevanje obnove na osrednjem trgu in postopoma ostalih ulic starega mestnega jedra.

Gradi se tudi na širšem območju centra Kranja, kjer smo začeli uresničevati obsežen načrt prenove Slovenskega trga z ulicami, ki se nanj navezujejo. Trenutno stroji brnijo na Stritarjevi in Gregorčičevi ulici. Prav tako se dela nadaljujejo pod starim mestom na Savski cesti.

In tu se samo po sebi pritačne vprašanje, zakaj se je občina prav zdaj lotila natančno teh projektov. Kot vedno so razlog finance.

V tem županskem mandatu se zelo trudimo, da bi v življenje spravili tudi projekte, ki bi na prvi pogled lahko "čakali" na boljše čase, pa vendar je zelo dober razlog, da jih uresničujemo prav sedaj. Zanje je namreč bilo mož-

no kandidirati za sofinanciranje na razpisih za nepovratna evropska sredstva. Tako smo za obnovo Layerjeve hiše, kompleksa gradu Khislstein, prve faze ulic starega mestnega jedra in Slovenskega trga s sosednjimi ulicami pridobili nekaj manj kot 7,5 milijona evrov evropskega denarja, kar predstavlja skoraj polovico vseh sredstev vrednosti naštetih projektov. Prepričani smo, da bomo uspešni še naprej pri prijavi za sofinanciranje druge faze obnove ulic starega mesta (računamo na 2,8 milijona evrov sofinanciranja), na razpisu za pridobitev sredstev za opremo Layerjeve hiše in za začetek dejavnosti v njej (271 tisoč evrov) ter v celoti za projekt treh stolpov, katerega ocenjena vrednost znaša skoraj 2 milijona evrov.

Poleg tega skupaj s še 18 gorenjskimi občinami sodelujemo tudi v projektu Sonaravni razvoj turizma na Gorenjskem, ki ga prav tako delno financira Evropska unija.

Trenutno je center mesta res precej podoben velikemu gradbišču in verjamem, da ljudem, ki tu živijo in delajo, povzroča marsikatero nevšečnost. Vendar se moramo zavedati, da so razmere prehodne in bodo trajale razmeroma kratek čas, nove pridobitve pa bodo koristile vsem - domačinom in obiskovalcem.

Kuj železo, dokler je vroče, je star pregovor, in v Kranju potrjeno kujemo projekte, ki bodo učinkovali daleč v prihodnost.

Župan Damijan Perne

Kranj je gostil najboljše reševalce

V Kranju je potekalo letošnje državno preverjanje usposobljenosti ekip prve pomoči Civilne zaščite in Rdečega križa, na svoj račun pa so prišli tudi domačini, ki so si z zanimanjem ogledali tekmovanje, na katerem je zmagala ekipa Krškega, kranjska ekipa pa je osvojila deveto mesto.



Na različnih delovnih mestih in prikazanih točkah so tekmovalne ekipe prikazale svoje spretnosti pri reševanju. Pred Prešernovim gledališčem so izvedli akcijo reševanja v primeru požara v garderobi. **V. S. / Foto: Gorazd Kavčič**



Na Pungartu so prikazali reševanje v primeru nesreče na zletu tabornikov. Pri tem so sodelovali tudi taborniki in skavti, pokazali pa so tudi svojo opremo in se preizkusili v veščinah in spretnosti. **V. S. / Foto: Gorazd Kavčič**

Mesto dobiva lepšo podobo

Kranj ima v zadnjem času kar nekaj novih pridobitev, med katerimi je obnovljena Layerjeva hiša, nov vrtec Ciciban, nadaljuje se gradnja knjižnice, začela pa so se tudi dela pri projektu ureditve Slovenskega trga z navezujočimi ulicami.

”Ko smo šli danes skozi Kranj, sem ugotovila, da se malokje toliko gradi kot pri vas in vesela sem, da je veliko tega namenjenega kulturi,” je ob čestitkah županu **Damijanu Pernetu** med ogledom prenovljene Layerjeve hiše na Tomšičevi ulici ugotavljala ministrica za kulturo **Majda Širca**, ki je prejšnji teden obiskala Kranj in ki so jo seveda zanimala tudi dela pri obnovi gradu Khislstein. Layerjeva hiša, ki ji sicer še manjka oprema in bo zaživela v prihodnjem letu, je nekaj posebnega v slovenskem prostoru, saj bo v njej stalna muzejska zbirka, v njej bodo potekale umet-

niške in kreativne delavnice s stalnim programom, pripravljeni so ateljeji za gostujoče umetnike, umetniški rezidenčni center s tremi stanovanji za gostujoče umetnike, vrt s forma vivo, prav tako pa bo v hiši manjša muzejska trgovina z umetniškimi izdelki in muzejsko kavarno.

Prav tako pomembna je izgradnja knjižnice v nekdanjem Globusu, ki se vendarle nadaljuje, začela pa so se tudi dela na Stritarjevi in Gregorčičevi ulici, ki pomenijo začetek projekta ureditve Slovenskega trga z navezujočimi ulicami. Projekt, ki je vreden

nekaj več kot 4,6 milijona evrov, bo v celoti zaključen leta 2011.

Že prejšnji mesec pa so zaključili dela v novem vrtcu Ciciban na Likozarjevi ulici, kjer so kranjski malčki dobili nove prostore v treh oddelkih. Na priložnostni slovesnosti ob uradnem odprtju vrtca Ciciban, ki so jo pripravili prejšnji teden, sta predsednik Rotary kluba Kranj **Igor Žula** in **Ivo Čarman**, član kluba, ki je odgovoren za donacijo igrač, razveselila otroke in vzgojiteljice, saj sta jim podarila nove igrače in tekstilne krpe.

Vilma Stanovnik, foto: Gorazd Kavčič



Ministrica za kulturo Majda Širca si je prejšnji teden ogledala Kranj in bila navdušena nad pozornostjo, ki se posveča ureditvi starega mestnega jedra.



Župan Damijan Perne je ministrici Majdi Širca razkazal preurejene prostore Layerjeve hiše, ki so jo poimenovali hišo umetnikov.



V novem vrtcu Ciciban je našlo svoj drugi dom 38 otrok, ki so jim člani Rotary kluba Kranj prejšnji teden podarili nove igrače.



Projekt ureditve Slovenskega trga se je začel na Stritarjevi ulici in se nadaljuje na Gregorčičevi, zato je v tem delu mesta nova prometna ureditev.

V srcu smo še vedno mladi

V Domu upokojencev Kranj so ob mednarodnem dnevu starejših pripravili prijetno srečanje več generacij in predstavili številne domske dejavnosti, med njimi tudi jogo za starejše.

V hiši je odmevala glasba, veselje in tudi otroški smeh.

Prvi oktober je mednarodni dan starejših, s prireditvijo so ta poseben dan obeležili tudi v Domu upokojencev Kranj. V duhu medgeneracijskega sodelovanja so na prireditev povabili otroke in vzgojiteljice iz vrtca Šenčur, ki so jim s plesom, petjem in recitacijo pričarali vzdušje otroške razigranosti. Direktorica Doma upokojencev Kranj **Zvonka Hočevar Šajatovič** je povedala: "Vse več je starejših, leta 2020 se pričakuje, da bo dvajset odstotkov prebivalstva starejših od 65. let. Prav zato je generalna skupščina Združenih narodov leta 1990 prvi oktober razglasila za mednarodni dan starejših. Dejansko pa leta niso več pomembna, pomembno je, da se dobro počutite, da ste naš dom sprejeli za svojega. Že drobna pozornost, kot je prijazen dober dan, nasmeh in lepa beseda, nam polepšajo dan. Osamljenost je danes ena najhujših bo-



Otroci iz vrtca Šenčur so prijetno popestrili prireditev.

lezni, če pa se bomo imeli radi, nam bo vsak dan lepo."

Na prireditvi smo prisluhnili recitacijam stanovalce v Domu upokojencev Kranj Frančiške Fortuna, vse pesmi so njene avtorske; tudi tista, ki pripoveduje o falotu in šmentanemu dekletu. Sodelavec doma Toni Pomber pa je v roke vzel kitaro in zaigral in zapel nekaj znanih skladb Alfija Nipiča, Aleksandra Mežka, ... Kot poseben gost je na prireditev prišel 85-letni Leopold Hribar in občinstvu povedal nekaj o tem, kako pomembna je vsakodnevna telovadba. Pa Leopold Hribar ni samo govoril, ampak je nekaj vaj tudi pokazal.

V Domu upokojencev Kranj živi prostovoljstvo, imajo osemnajst prostovoljk in prostovoljcev, ki enkrat na teden obiskujejo sta-

novalce. Stanovalce so v obliki individualnega družabništva obiskovali tudi učenci iz Osnovne šole Staneta Žagarja Kranj. Prostovoljstvo prispeva k dvigu kakovosti bivanja stanovalcev v domu, je tudi priprava srednje generacije na starost in gre za medgeneracijsko solidarnost, prenos bogatih življenjskih izkušenj in modrosti starejših na mlado in srednjo generacijo ter za povezovanje in ustvarjanje osebnih povezav. Najdlje, že od leta 1998, stanovalce obiskuje **Marija Govednik**, ob tej priložnosti se ji je direktorica doma posebej zahvalila tudi z besedami, da prostovoljstvo zraste v srcu. "Vsakič, ko pridem, gre za prijetno srečanje in druženje. Prostovoljstvo je zame majhen delček solidarnosti do drugih," je povedala Govednikova. Prostovoljci se vključujejo v več dejavnosti (pevski zbor, molitvena skupina, družabne igre, bralna skupina, individualno družabništvo, skupine za samopomoč).

Ob mednarodnem dnevu starejših so v domu pripravili še predstavitev joge za starejše, nastopil je Kranjski oktet. Za obiskovalce so imeli dan odprtih vrat, saj stanovalci zelo radi pokažejo, kaj delajo in ustvarjajo, vodstvo doma pa je ob tej priložnosti predstavilo poleg institucionalnega varstva tudi pomen dnevnega in začasnega varstva, pomoči na domu in oskrbovanih stanovanj, ki bodo zaživele konec jeseni. In kot je povedala socialna delavka **Bojana Petrovič**: "Kljub temu da prvega oktobra praznujemo mednarodni dan starejših, pa smo v srcu še vedno mladi ..."

Suzana P. Kovačič, foto: Tina Dokl



Direktorica Zvonka Hočevar Šajatovič (desno) se je zahvalila Mariji Govednik, ki kot prostovoljka obiskuje stanovalce že enajst let.

Štampiljka
Mirka Vadnova 19
nad trgovino COKLA
Tel.: 04/236-46-55
k-print@k-print.si

tudi na novi lokaciji
Kranj - Primskovo
www.k-print.si
www.puzzle4you.com

štampiljke
vizitke
table
vabila
pokali
darila
graviranje
puzzle
nalepke
tisk na majice
izdelki iz pleksi stekla

28
centa na Belo

Z zavihanimi rokavi novim znanjem naproti

In spet je tu - študijsko leto namreč! Bruci ste ga verjetno malo v strahu, malo v pričakovanjih in polni novega zagona kar težko čakali, nekateri "stari" študentje spet malo manj. Za nekatere je bilo poletje delovno, za druge polno potovanj in novih dogodivščin, najverjetneje pa vas je tudi nekaj, ki ste zadnje tedne sicer zasluženih počitnic preživeli ob študijskem gradivu. Zdaj pa se začena zares - potovanje svojim kariernim ambicijam naproti. Študijsko obdobje je namreč tudi čas, poln novih možnosti in priložnosti za nabiranje delovnih navad in izkušenj, ki pa jih najlažje pridobite z delom preko študentskega servisa. Zavedamo se, da vas je v dandanašnjem času precej takih, ki vam študentsko delo predstavlja edini vir zaslužka, in zato smo tu mi, da vam pomagamo. Sistem iskanja zaposlitve in potem dela preko študentskega servisa je enostaven in pomaga pri lažjem začetku poti v samostojnost, pri ustvarjanju svojega socialnega položaja. Poleg tega pa nudi edinstveno priložnost za nabiranje prepotrebnih izkušenj za vse naslednje zaposlitve. Mogoče pa bo ravno delo, ki ste ga opravljali preko študentskega servisa, tisti podatek v vašem življenjepisu, ki bo prevesil tehtnico v vašo prid pri prvi in vseh naslednjih zaposlitvah.

Ali pa vas bodo v podjetju, ustanovi, kjer delate kot študent/ka kasneje zaposlili, saj so zadovoljni z vašimi delovnimi navadami in načinom dela.

Edini pogoj za nadaljevanje dela preko študentskega servisa je veljavno in originalno (zgolj na vpogled) potrdilo o šolanju, indeks ali nalepka na študentski izkaznici. Po potrebi bomo obnovili osebne podatke in podaljšali napotnice ali pa izstavili nove. Zato vas vabimo, da se čim prej spet srečamo. Obiščite nas v eni izmed naših poslovalnic v vseh študijskih in drugih večjih krajih po Sloveniji. Na Gorenjskem se naši poslovalnici nahajata na Slovenskem trgu 8 v Kranju, in na Kranjski cesti 1 v Radovljici. Ali pa nam potrdilo preprosto pošljite po pošti. Seveda pa smo vam za vse informacije in nasvete - tudi v zvezi s študentsko zakonodajo in dohodnino - na voljo na brezplačnih telefonskih številkah 080 1700 (Kranj) in 080 2700 (Radovljica). Vse novosti pa si lahko preberete tudi na naši spletni poslovalnici www.mservis.si, kjer med drugim lahko najdete delo zase, naročite napotnico, ali pa nam postavite vprašanje.

Vsi, ki še niste naši člani, pa vas vabimo k vpisu. Član v študentskem servisu je lahko vsak, ki je že dopolnil 15 let in ima status di-

jaka, študenta, rednega ali izrednega, vsak, ki hodi na maturitetni tečaj, obiskuje poklicni tečaj ali pa se izobražuje po programih "izobraževanja odraslih". Članstvo je brezplačno in poleg pestre ponudbe del in enostavnega sodelovanja ponuja še številne druge ugodnosti različnih športnih, izobraževalnih in kulturnih ustanov in društev, pa tudi fotokopiranje in vezavo. Ne pozabite, da smo s prvim dnem v oktobru spet odprli kopirnico na FOV v Kranju, kjer prav tako lahko oddate novo, veljavno potrdilo o šolanju.

Če statusa v naslednjem šolskem letu ne boste pridobili in ste že dopolnili 18 let (velja tudi za osebe, ki imate status in boste dopolnili 26 let), morate urediti obvezno zdravstveno zavarovanje, prav tako pa je pametno skleniti dopolnilno zdravstveno zavarovanje pri eni izmed zavarovalnic ("Ni statusa ni panike, pokličite 031/740 222").

Če pa ste obenem iskalci prve, redne zaposlitve, vam priporočamo, da se obrnete na našo kadrovsko agencijo, in na elektronski naslov prijava@mservis.si pošljite vaš življenjepis ter vašo poklicna pričakovanja.

Stopimo skupaj v novo študijsko leto, da spet ne bo tako napeto!

WWW.MSERVIS.SI, BREZPLAČNA TELEFONSKA ŠTEVILKA 080 1700

www.mservis.si

agencija servis
ŠTUDENTSKI SERVIS
KADROVSKA AGENCIJA

POSLOVALNICA KRANJ ((080 1700))
Slovenski trg 8

POSLOVALNICA RADOVLJICA ((080 2700))
Kranjska cesta 1

KJER NAJDEM "DELO ZAME"

info@mservis.si

Sto let izkušenj in mladosti

Slavnostna akademija ob 100-letnici Glasbene šole Kranj, pretekli četrtek v veliki dvorani Kongresnega centra na Brdu, je zvenela, kot gre po sto letih pričakovati: izkušeno in profesionalno. Predvsem pa mlado.

Glasbena šola Kranj že celo leto z različnimi prireditvami, koncerti, razstavami, srečanji Kranjčane opozarja na svoj visok jubilej. Vrhunec praznovanj se je nedvomno zgodil prejšnji četrtek pred polno dvorano Kongresnega centra na Brdu. Govori, dobre želje tistih, ki vedo, kaj pomeni glasbena šola otrokom, staršem,



Vršilec dolžnosti ravnatelja Glasbene šole Tomaž Kukovič je pred orkestrom in zborom prijel tudi za dirigentsko palico.

okolju, v prvi vrsti pa nastopi solistov, komornih skupin, odličnih pevk, so več kot dve uri držali dvorano v dobrem razpoloženju,



Obiskovalci so si bili po koncertu enotni, da pevski zbor in simfonični orkester ne smeta biti le priložnostni sestavi za praznovanje 100-letnice, ampak zvezda stalnica v ponos glasbene šole in mesta Kranja.

ki je tako kot dogajanje na odru vrhunec doseglo v zaključku s tremi skladbami, ki sta jih izvedla za to priložnost ustanovljena Simfonični orkester in zbor Glasbene šole Kranj. Privškova *Pisana preproga* v priredbi Tomaža Završnika in Jenkinsov *Adiemus: Songs of Sanctuary*, ter Vodopivec/Kozinov *Kekec*, ki jih je za oba največja sestava kranjske glasbene šole v njeni zgodovini priredil mladi sklada-

telj Gašper Jereb, sta pokazala, da sto let ni šlo v nič.

Nasprotno, več kot 60 mladih pevskih glasov in prav tako velik ali pa še obsežnejši orkester, sestavljen iz učiteljev in učencev, sta še najbolj počasi razmišljajočemu v spoznanje ponudila, zakaj je dobro že sto let imeti tako dobro in veliko glasbeno šolo. Šolo, ki jo ustvarjajo izvrstni učitelji, nadobudni mladi glasbeniki in starši, ki se tega zavedajo. V

stotih letih se je tega bolj ali manj zavedala tudi širša skupnost, torej mesto Kranj. Ja, kranjska glasbena šola potrebuje nove prostore. In ti bodo prišli, če ne prihodnje leto, pa kmalu. Tako kot bomo v prihodnje vsaj enkrat na leto lahko uživali v simfoničnem orkestru in zboru Glasbene šole Kranj. Preprosto mora biti tako, si je bilo na koncu enotno občinstvo.

Igor Kavčič,

foto: Gorazd Kavčič



Nekdanji ravnatelj, skladatelj Alojz Ajdič je za svoj izjemen prispevek v zgodovini šole prejel častno priznanje.



Skladba Engels Nachtgealtje je s sopransko kljunasto flavto Nike Krmelj resnično zvenel angelsko.

Jesenski kulturni utrinki

V zadnjih letih kranjske ulice z različnimi dogodki in prireditvami tudi kulturno vedno bolj bogatijo ...



Foto: Igor Kavčič

Zadnji septembrski petek smo tako sredi Prešernove ulice lahko spremljali vrsto slikarskih stojal in ob njih likovne ustvarjalce z različnih koncev Slovenije, ki so na svoja platna in papir beležili hiše vzdolž glavne ulice skozi stari Kranj. Ideja poživitev starih mestnih ulic s slikarji, ki ustvarjajo v uličnem vrvežu, je zrasla v podjetju Media Art Igorja Pokorna iz Stražišča. Po treh letih izkušenj v Ljubljani so letos v sodelovanju z Likovnim društvom Kranj poskusno likovni dan pripravili tudi v Kranju. "Poudarek smo dali na risbo in vedute starega Kranja, danes pa na kranjskih ulicah ustvarja sedem avtorjev," je povedal predsednik Likovnega društva Nejš Slapar, ki upa, da bo v prihodnjem letu slikanje na prostem postalo kranjska stalnica.



Foto: Stane Percič

V okviru Dnevoev evropske kulturne dediščine smo si na Glavnem trgu lahko ogledali tudi predstavitev izdelovanja sit iz konjske žime. Velik poznavalec sitarstva Matevž Oman iz Stražišča in sodelavki iz Gorenjskega muzeja mag. Tatjana Dolžan Eržen in Helena Rant so mimoidočim predstavljali nekdanj pomembno gospodarsko panogo sitarstvo, ki je v devetnajstem stoletju v Stražišču doživljalo pravi razcvet. Medtem, ko je Oman pripovedoval anekdote iz sitarskega življenja, je Dolžan Erženova odgovarjala na vprašanja o zgodovini in pomenu sitarstva za Stražišče in Kranj, Rantova pa se je izučila tkanja sit na statve. Prenekateri obiskovalec "sobotne sitarske točke", ki je sam poskusil s tkanjem, je lahko videl, da zgolj spretno roke še niso dovolj.

I. K.

NE POZABITE NA ZDRAVSTVENO VARNOST!

Matjaž Fajfar
direktor PE Kranj

Zdravstvena zavarovalnica Vzajemna želi obvestiti vse tiste, ki bodo izgubili **status študenta ali dijaka**, se prijavili na zavodu za zaposlovanje, **dopolnili 26 let** ali se prvič zaposlili, da bodo tako postali zavezanci za plačevanje doplačil k zdravstvenim storitvam. Obvezno zdravstveno zavarovanje jim namreč po izteku statusa stroškov zdravstvenih storitev ne bo več krilo v celoti, zato jim priporočamo, da si uredijo **dopolnilno zdravstveno zavarovanje**.

Mladim, ki jim poteče status študenta, svetujemo **pravočasno**

sklenitev dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja. Če zavarovanja ne sklenejo v enem mesecu od vključitve v sistem obveznega zdravstvenega zavarovanja, bo, skladno z zakonom, zanje veljala trimesečna **čakalna doba**. To pomeni, da bo zavarovanec tri mesece od sklenitve dopolnilnega zavarovanja ob obisku zdravnika še vedno sam kril delež stroškov zdravstvenih storitev, ki bi sicer bili pokriti z dopolnilnim zdravstvenim zavarovanjem. Čakalne dobe ni, če oseba sklene zavarovanje v roku enega meseca od dne, ko postane zavezanec za plačevanje doplačil k zdravstvenim storitvam, običajno je to po prekinjenem ali zaključnem šolanju oziroma s pričetkom redne zaposlitve. Zakon predvideva tudi **poviševanje premije** za tri odstotke za vsako nezavarovano leto. V Vzajemni zato še toliko bolj priporočamo pravočasno sklenitev dopolnilnega zdravstvenega

zavarovanja.

V Vzajemni smo za mlade pripravili poseben paket Vzajemna Mladi.

Paket Vzajemna Mladi lahko sklenete do 31. 12. 2009 v vseh naših **poslovalnicah**, preko klicnega centra na brezplačni telefonski številki **080 20 60**, poiščite obrazce na info točkah Vzajemne in jih pošljite **po pošti**, pri sklenitvi zavarovanja preko **www.vzajemna-mladi.si** pa nudimo najvišji zakonsko dovoljeni 3-odstotni popust.

PE KRANJ, Koroška cesta 1,
tel.: 041 201 03 00

- Kranj, Zlato polje 2,
tel.: 041 201 03 01
- Jesenice, C. Cirila Tavčarja 3/b,
tel.: 041 583 38 30
- Radovljica, Kranjska c. 2,
tel.: 041 533 76 90
- Škofja Loka, Kapucinski trg 8,
tel.: 041 511 25 20

MEGA NAGRADNA IGRA

GLAVNA NAGRADA:
enomesečni najem avtodoma za 6 oseb

Kupone in pravila sodelovanja za MEGA NAGRADNO IGRO lahko najdete v naših poslovalnicah in na www.vzajemna-mladi.si.

Vzajemna, d.v.z., Vošnjakova 2, Ljubljana. Vsa zavarovanja se sklepajo po veljavnih pogojih Vzajemne, d.v.z.

za
vas sije
sonce

Nagrobna sveča

Vita velika

Art: 155781

€ **1,19**
prihranek 40%



Klub Kalia

Postanite član kluba Kalia!

Samo v oktobru boste ob včlanitvi v klub Kalia prejeli **posebno darilo.**



Pestra izbira nagrobnih aranžmajev že od 13,50 € dalje.

Calluna MIX
GARDEN GIRLS
Art: 37552

€ **1,59**
prihranek 15%



€ **4,25**
prihranek 28%

Krizantema premer 20cm
velikost rastline 40 -50cm
Art: 5772

€ **3,39**
prihranek 20%

Okrasni pesek za grobove
debelina 8-12 mm, 25 kg
Art: 86164



Vrana iz slame
velikost 60 cm
Art: 155792

€ **6,39**
prihranek 17%



Posebna ponudba velja v maloprodajnih enotah Kalia po vsej Sloveniji **od 1. 10. do 31. 10. 2009**, oziroma do prodaje zalog. Izdelki so iz naše redne ponudbe. Posamezna prodajalna ima v ponudbi akcijske artikle v obsegu svojega prodajnega programa. Pridržujemo si pravico do sprememb. Nekatere slike so simbolne, dekorativni material ni vključen v ceno. Popusti se ne seštevajo. Za morebitne napake v tisku se opravičujemo. Cene vseh artiklov so v EUR in vključujejo DDV. Semenarna Ljubljana d.d., Dolenjska cesta 242, 1000 Ljubljana, www.kalia.si

VRTNI CENTRI KALIA

Kranj, Zlato polje, Bleiweisova 29
Kranj, Cesta talcev 89

Še zadnja jesenska opravila v vrtu

Letošnja jesen je bogata z gobami. Tudi ti, ki niso strastni gobarji, jih naberejo veliko in se jih veselijo kot lepih rož. Mušnice na sliki so zrastle v družbi zdravih gobanov in to visoko v gozdu proti Golici. Torej Golico spomladi krasijo narcise, jeseni pa gobe - oboje so lep okras narave.

V cvetličnih nasadih cvetijo še zadnje vrtnice, kmalu jih bomo porezali in pripravili za zimo. Gredice, kjer so rasle enoletnice, prekopljemo, pognojimo in spet posadimo tulipane. Mogoče izberemo za novo pomlad novo kombinacijo. Vmes posadimo mačehe enakih barvnih odtenkov, tako bo gredica cvetoča že sedaj pred zimo. Če imate namen še letos posaditi grmovnice, izkopljite sadilne jame prej, da se te dobro prezračijo. Sadike posadimo, ko jim odpade listje.

V korito, kjer smo imeli posajeno balkonsko cvetje, in v korito pred vhodom ali na kakšnem oknu zasadiamo jesenske rože: reso, mačehe, okrasno zelje, ciklame, lončne krizanteme ... Poglejte malo po cvetličarnah, kako so lahko jesenske zasaditve mikavne. Krizanteme lahko posadite tudi v vrtove, kjer se prav sedaj odpirajo cvetovi. Če imate že veliko sadiko, je ne razdelite sedaj po cvetenju, temveč spomladi.



Sedaj presajene in razdeljene sadike bi vam slabo prezimile in spomladi slabo odgnale, zato to delo pustite za pomlad. Odrežite jim stebela, jih pokrijte s suhim listjem in smrekovimi vejami, posebej če imate kakšne bolj žlahtne sorte, ki bi jih radi ohranili še za naslednje leto.

Pred zimo še enkrat pokosimo trato in jo tudi pograbimo, na njej naj ne ostane nobeno listje. Tako bo lepa tudi pozimi in tudi lepše bo preživela zimo. Jeseni posajeno drevnino tudi dobro zalijemo, da se korenine ne izsušijo.

Igor Pavlič

Flora

KRANJ

Za zanimive in barvite jesenske zasaditve uporabljamo trajnice in trave, ki jih popestrimo z različnimi cvetočimi sezonskimi rastlinami, kot so krizanteme in mačehe. Mačehe gojimo kot dvoletnice, za okras v jesenskem in tudi v spomladanskem času. So sezonske cvetlice, ki predstavljajo simbol spominjanja in so odporne proti zimi. Sadimo jih jeseni ali zgodaj spomladi na sončno do polsenčno lego. Viseče mačehe odlikuje nepretrgano cvetenje tudi v slabših rastnih razmerah (krajši dan,...) in so odporne na nizke temperature. Viseče mačehe so vzgojene iz potaknjencev, zrastejo do cca. 30 cm v dolžino in jih uporabljamo za obešanke in korita.

AKCIJSKE CENE:

Mačehe komplet 15 kom. 5,90 €

Pesek za grobove beli 25 kg 5,90 €

Sveča kocka velika 1,48 €

Vrtnarija Bantale

(ob cesti Kranj-Škofja Loka, pred naseljem Zg. Bitnje)

tel.: 04/23 17 260

Flora d.o.o., Zg. Bitnje 133, 4209 Žabnica,

tel.: 04/23 15 440, fax: 04/23 15 441

info@flora.si; www.flora.si

V prihajajočih dneh se bodo mačehe razcvetele v vsej svoji lepoti. V FLORI se ponašajo z najboljšo raznoliko ponudbo navadnih in visečih mačeh



K O V R T I N D O M Z A Ž I V I T A !

Akcija traje od 12. 10. do 1. 11. oz. do razprodaje zalog. Slika je simbolična, dekorativni material ni vključen v ceno. Cena vsebuje DDV.



Komunala Kranj

Akcija zbiranja nevarnih odpadkov iz gospodinjstev

Nevarne odpadke bomo zbirali v času od 19. do 23. oktobra 2009.

BREZPLAČNO boste lahko oddali vse vrste nevarnih odpadkov, kot so odpadna zdravila, kozmetika, čistila, barve, laki, lepila, škropiva, razne kemikalije, spreji, odpadno jedilno in motorno olje, hladilna tekočina, akumulatorji, baterije, ...

- 19. 10. - od 13. - 16. ure, KS Planina - na parkirišču pri Športni dvorani Planina,
- 19. 10. - od 16. - 19. ure, KS Zlato polje - pri trgovini Mercator na Kidričevi cesti,
- 20. 10. - od 10. - 13. ure, KS Bitnje - parkirišče pri Marjanu Hafnarju, Srednje Bitnje 128
- 20. 10. - od 13. - 16. ure, KS Žabnica - na parkirišču ob roketnem igrišču,
- 20. 10. - od 16. - 19. ure, KS Stražišče - Škofjeloška cesta v križišču z Delavsko cesto,
- 21. 10. - od 10. - 13. ure, KS Gorenja Sava - parkirišče pri trgovini AHA na Gorenjesavski cesti
- 21. 10. - od 13. - 16. ure, KS Besnica - na parkirišču pred Pošto,
- 21. 10. - od 16. - 19. ure, KS Mavčiče - na parkirišču nasproti pokopališča Mavčiče,
- 22. 10. - od 10. - 13. ure, KS Primskovo - pred Zadrudnim domom na Jezerski cesti
- 22. 10. - od 13. - 16. ure, KS Čirče - na parkirišču pri nogometnem igrišču,
- 22. 10. - od 16. - 19. ure, KS Britof - na parkirišču ob nogometnem igrišču,
- 23. 10. - od 13. - 16. ure, KS Kokrica - na parkirišču pred Domom krajanov,
- 23. 10. - od 16. - 19. ure, KS Trstenik - Trstenik pri trgovini

Nevarne odpadke lahko oddate tudi v zbirnem centru za ločeno zbiranje odpadkov Zarica, od ponedeljka do petka, med 13. in 20. uro (v zimskem času med 12. in 19. uro) ter vsako soboto med 8. in 13. uro. Prav tako lahko obiščete zbirni center pri zaprtem odlagališču odpadkov Tenetiše, od ponedeljka do sobote, med 7. in 20. uro (v zimskem času med 7. in 18. uro).

Spremembe cene odlaganja odpadkov

Zaradi zaprtja odlagališča Tenetiše so se stroški odlaganja, vključno s prevozom, zelo povečali. **Cene odlaganja na odlagališčih Mala Mežakla in Logatec so bistveno višje od cene odlaganja v Tenetišah.**

Zato je povišanje cene odlaganja odpadkov nujno potrebno. Posledično je Svet Mestne občine Kranj sprejel sklep, da se cene povišajo. Sedaj gospodinjstva plačujete zbiranje in odvoz odpadkov, deponiranje ter okoljsko dajatev za onesnaževanje okolja zaradi odlaganja odpadkov.

Po 1. oktobru 2009 bodo postavke na položnici nekoliko drugačne, in sicer bo ločeno prikazano:

- zbiranje in odvoz odpadkov (osnova za obračun je število oseb v gospodinjstvu),
- odlaganje odpadkov (osnova je velikost zabojnika),
- prevoz na odlagališče (osnova je velikost zabojnika),

- **finančno jamstvo (osnova je velikost zabojnika) ter okoljska dajatev za onesnaževanje okolja zaradi odlaganja odpadkov (osnova je velikost zabojnika).**

Finančno jamstvo za zaprtje odlagališča in izvajanje ukrepov po zaprtju odlagališča je nova postavka, ki jo uvajamo skladno z Uredbo o spremembah in dopolnitvah Uredbe o odlaganju odpadkov na odlagališčih (Uradni list RS, št. 53/2009). Višino finančnega jamstva določi Agencija RS za okolje in je odvisna od dolžine obdobja, v katerem bo odlagališče obratovalo. Z zbranimi sredstvi bodo kriti stroški zapiranja odlagališča in stroški za izvedbo ukrepov varstva okolja po zaprtju za obdobje najmanj 30 let.

Finančno jamstvo nam zaračuna upravljavec odlagališča, kamor odlagamo odpadke. **Cena zbiranja in odvoza odpadkov se ne bo spremenila.**

Svet Mestne občine Kranj je sočasno s povišanjem sprejel tudi sklep o subvencioniranju cen za gospodinjstva, ki se nanašajo na odlaganje odpadkov v višini petdesetih odstotkov za obdobje treh mesecev.

Za lažje razumevanje podajamo primer štiričlanskega gospodinjstva, ki ima 120-litrski zabojnik in odvoz odpadkov enkrat na teden.

Trenutni mesečni izdatek gospodinjstva je 6,26 evra. Po uveljavitvi višjih cen bo znesek 9,89 evra (cena bo veljala za mesece oktober, november in december, ko se bo del cene subvencioniral s strani Mestne občine Kranj).

Končni izračun mesečnega izdatka za ravnanje z odpadki si lahko izračunali tudi sami, in sicer preko aplikacije na spletni strani www.komunala-kranj.si. Spremembe bodo na novembrski položnici.

Spremembe cen oskrbe s pitno vodo ter odvajanja in čiščenja odpadnih vod

S 1. septembrom 2009 so se spremenile cene storitve oskrbe s pitno vodo (skladno z Uredbo o prenehanju veljavnosti Uredbe o oblikovanju cen komunalnih storitev, Pravilnikom o metodologiji za oblikovanje cen storitev obveznih občinskih gospodarskih javnih služb varstva okolja in sklepom Sveta Mestne občine Kranj).

Pri obračunu storitve oskrbe s pitno vodo moramo uvesti novo postavko, tako imenovano omrežnino.

Tako bosta na računih za oskrbo s pitno vodo navedeni dve postavki, in sicer vodarina in omrežnina. Zbrana sredstva vodarine bodo namenjena pokrivanju stroškov izvajanja dejavnosti oskrbe s pitno vodo, medtem ko bodo sredstva omrežnine namenjena izgradnji in obnovi javnega vodovodnega omrežja.

Vodarina se bo obračunala uporabniku glede na porabljeno količino vode (cena se bo izenačila za gospodinjstva in pridobitno dejavnost), omrežnina pa se bo obračunavala glede na zmogljivost priključkov, določenih z močjo vodomera.

Mesečni izdatek za oskrbo s pitno vodo se bo za uporabnika povečal, a ne zaradi dviga cene same vode, pač pa zaradi uvedbe nove postavke. Sama cena porabljene vode (tako imenovana vodarina) se ni podražila, ampak se je celo znižala. Pred spremembo je bila cena vode na kubični meter 0,3281 evra, sedaj je 0,29 evra.

Spremembe bodo tudi pri obračunu storitve odvajanja in čiščenja komunalne vode. Spremenile se bodo cene odvajanja in čiščenja. Istočasno se bosta uvedli postavki omrežnina čiščenje in omrežnina odvajanje, ki se bosta obračunavali glede na zmogljivost priključkov, določenih z močjo vodomera.

Zbrana sredstva omrežnin bodo namensko uporabljena za graditev javnega kanalizacijskega omrežja ter za nadgradnjo Centralne čistilne naprave Kranj, s ciljem zmanjšati obremenjenost okolja, predvsem onesnaževanje podtalnice in vodotokov.

Popis stanja vodomero

Skladno z Odlokom o oskrbi s pitno vodo na območju Mestne občine Kranj stanja vodomero popisujemo enkrat letno. Če želite, da vam obračunamo dejansko porabo vode, nam sporočite stanje vodomera najkasneje do zadnjega dneva v mesecu preko obrazca Prijava stanja vodomera, ki ga najdete na naši spletni strani www.komunala-kranj.si, na elektronski naslov vodomeri@komunala-kranj.si ali na eno od telefonskih števil 04/28 11 341, 28 11 342, 28 11 347.

KOMUNALA KRANJ d.o.o., UL. MIRKA VAZNOVA 1, KRANJ

Čisto je lepo.

V oktobru smo vam v Slogi pripravili pestro paleto izdelkov za ureditev grobov in okolice:

- pesek in zemlja za grobove
- mačehe in krizanteme
- sveče
- nagrobni aranžmaji
- ikebane,...

Ne spreglejte aktualne jesenske ponudbe:

- vrtno orodje
- naravna sredstva za varstvo rastlin
- naravna bioaktivna gnojila
- velika izbira čebulnic
- sadike sadnega drevja, trajnic, grmovnic,...



V SLOGI JE MOČ!



SLOGA

Kmetijsko gozdarska zadruga, z.o.o.

Kmetijsko vrtnarski center KRANJ

Šuceva 27, 4000 Kranj, tel.: 04 20 14 960

Kmetijsko vrtnarski center NAKLO

Cesta na Okroglo 1a, Naklo, tel.: 04 59 51 943

Od ponedeljka do petka od 8. do 19. ure.

V soboto od 8. do 13. ure.

www.sloga.si, info@sloga.si

ODPRTO TUDI V SOBOTO, 31. 10. 2009, DO 13. URE

Manjša pocenitev ogrevanja, plin kmalu po vsej občini

Stanovalci Planine se bodo po novem zaradi dogovora z Domplanom ogrevali nekoliko ceneje, po koncesijski pogodbi pa bo to podjetje do leta 2013 zgradilo plinovodno omrežje po vsej občini. Mestna občina Kranj je danes edino mesto brez plinovodne oskrbe.



Damijan Perne, župan Mestne občine Kranj, in Vera Zevnik, direktorica Domplana

Domplan bo z novo koncesijsko pogodbo za opravljanje javne gospodarske službe dejavnosti operaterja zemeljskega plina zgradil manjkajoče omrežje do leta 2013. "Sedaj je jasno, da bomo občanom zagotovili varno oskrbo s plinom," je ob podpisu pogodbe povedal župan Damijan Perne. S podpisom pogodbe je zadovoljna tudi Vera Zevnik, direktorica Domplana: "Obvezali smo se, da bomo distribuirali plin po vsej občini v prihodnjih 35 letih, stroške za gradnjo in obratovanje pa bomo črpali iz naslova omrežnine. Po drugi strani občina za ta namen ne bo plačevala nič, Domplan jim bo plačeval koncesijsko dajatev."

Do leta 2013 omreženi s plinom

Pokritost s plinom v občini je danes 70-odstotna, od 5650 zgrajenih pa je aktivnih le 3540 priključkov. Lastniki so do sedaj morali za priključitev odšteti 400 evrov, po novem bo ta strošek zajet v ceni komunalnega prispevka, ki ga zaračunava mestna občina. Domplan bo novo plinovodno omrežje gradil skupaj s kanalizacijo in vodovodom (investitor MOK), najprej na Savski cesti, Kokrškem Logu in Britofu (že v gradnji ali tik pred njo). Prihodnje leto se bo gradnja začela v Čirčah, v mestnem jedru Kranja, na Kokrici in Mlaki, leta 2011 v Hrastjah, Bitnjah, na Bregu,

Suhi pri Predosljah, leto kasneje v Žabnici in Šutni, Jami, Prašah in Mavčičah ter na Golniku. Nazadnje bosta leta 2013 na vrsti še začetka gradenj v Podreči in Pešnici.

Cenejše ogrevanje na Planini

Dogovor med Domplanom in civilno iniciativo za cenejše ogrevanje na Planini pa je razveseljiva novica za stanovalce in institucije, ki se ogrevajo prek Toplarne Planina. "Od leta 2007 smo začeli z akcijami za cenejše ogrevanje, prešli smo na plačilo ogrevanja po dejanski porabi, v toplotne postaje so bili vgrajeni merilniki, v 30-tih od 168 vhodov so že namestili tudi delilnike toplote," je dosedanje aktivnosti predstavil Borut Zatlter iz civilne iniciative. Rezultat je za približno sedem odstotkov nižja poraba zemeljskega plina v zadnji kurilni sezoni, kjer so vgradili delilnike toplote, pa je poraba manjša za 10 do 30 odstotkov.

Zastonj menjava kotlov in plačilo elektrike

Za razliko od prejšnje sezone, ko je bila cena zemeljskega plina visoka, pa bo letos drugače. Cena je močno padla, zaradi dogovora pa bodo stanovalci na letni ravni privarčevali dobre štiri odstotke ali 34 evrov na leto manj. Na skupni ravni gre za prihranek v vrednosti 250 tisoč evrov. Ob predstavitvi rezultatov dogovora pa sta zanimivo ponudbo za stanovalce predstavila še Elektro Gorenjska in Holding Slovenske elektrarne. Ta bosta predvidoma še ta mesec stanovalcem Planine ponudila zastonj menjavo kotlov, s katerima bi poleg toplote pridobivala še električno energijo, za nagrado pa stanovalcem vsako leto prvih deset let ponudila oprostitev plačila enomesečnega plačila električne energije. Investicija je vredna skoraj štiri milijone evrov, za stanovalce pa še nekoliko več, saj bi sicer morali sami (kot lastniki toplarne) kupiti nove kotle.

Boštjan Bogataj

salon parketov

KUTIN



BOEN in TILO parketi, pluta, linolej
PVC podi FLOOR DESIGN
Dobava in montaža ZUNANJIH TERAS
Čistila in premazi za parket,
pluto, linolej in TERASE



Kutin d. o. o., Golniška c. 63, Mlaka pri Kranju, gsm: 040/316-816



Klemen Oblak s.p.
031/ 528 609

Izdelava in popravilo
ELEKTROINŠTALACIJ

Novo Vsi antenski sistemi

TOTAL TV že za 15,90 € mesečno



GA

NOVO V KRANJU!

SPECIALIZIRANE TRGOVINE ZA
GOSPODINJSKE APARATE IN KUHINJE

* ne velja za kopalniške bloke

Odkupujemo stare aparate

Dostava na dom po celi Sloveniji - 5,99 €*

**ŠTEDILNIK ROYAL 72**

Moč gretja 7,8 kW
Premer dimnika: 12 cm
Priklop dimnika zgoraj, s strani (69 cm od tal)
Primeren za ogrevanje prostorov do 80 m²
Kurišče obloženo s šamotno opeko
Možna uporaba drv ali premoga
Dimenzije v cm (VxŠxG): 85 x 72 x 60
Barve: rjava, bela, krem, rdeča

AKCIJSKA CENA: 399,99 €
REDNA CENA : 469,99 €

**BOSCH WAA24162BY
ODKUP 100 EUR**

Elektronsko upravljanje
Zmogljivost pranja 5,00 kg
Ožemanje 1200 vrt/min
Nastavitev ožemanja
Prilagajanje porabe vode
Energjski razred: A+
Učinkovitost pranja: A
Učinkovitost ožemanja: B
Poraba vode 41 l
Poraba el. energije 0,85 kWh
Glasnost pri pranju: 58 dB (re 1pW)

**AKCIJSKA CENA
Z ODKUPOM: 333,60 €**
REDNA CENA: 433,60 €

**KAMIN HERA**

Moč gretja 7 kW
Premer dimnika: 12 cm
Priklop dimnika zgoraj
Primeren za ogrevanje prostorov do 70 m²
Obložen s šamotno opeko
Možna uporaba drv ali premoga
Dimenzije v cm (VxŠxG): 84 x 40 x 56
Barva: rjava, črna, rdeča, bela, krem

AKCIJSKA CENA: 219,99 EUR
REDNA CENA: 319,99 EUR



KOPALNIŠKI BLOKI DO

-40%

že od 159,99 € dalje



Prvih 50 kupcev dobi kupon za brezplačno kavo na OMV.

Prodajni center Plinstal na Primskovem, ulica Mirka Vadnova 2, Kranj, tel.: 04/201 78 09

GA Kranj, Šumbarova cesta 132, Ljubljana

**SPALNI
STUDIO**

**V OKTOBRU OD
18 - 35 %
POPUSTA!**

BIOS

SPALNI DAVEHO POKHEN



BIOS ALIZE



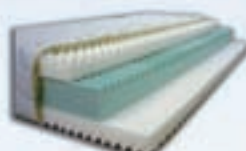
BIOS PRESTIGE



BIOS LATEKS



TOČKOVNO VZMETENJE



PENASTO LEŽIŠČE

www.spalnistudio.si**STUDIO
VGRADNIH OMAR**

BIOS

OD ROBA DO ROBA

gratis dostava
in montaža15% popusta
v oktobru

KRANJ, Britof 292
ob Mercator trgovini
tel.: 04/234-35-40

LESCE, Železniška 5
v TC Lesce ob železniški postaji
tel.: 0590/66-559

KRANJ Planina, L. Hrovata 4B
ob Lekarni na Planini
tel.: 0590/33-760

Soba razdeljena na dva dela

S knjižnim regalom smo ločili dnevno sobo na dva dela, knjižnico in običajni prostor za počitek in spremljanje televizije.

Bralec Janez iz Kranja na novo opremlja dnevno sobo. Iz stare in rustikalno opremljene dnevnice, ki je bila nabita s pohištvom, bi rad uredil moderno in preprosto opremljeno dnevno sobo za dva. V njej naj bo kotiček za branje, knjižne regale za knjige in udoben dvosed za gledanje televizije.

Dnevna soba, ki je prej služila različnim namenom, spanju, druženju, preživljanju prostega časa in delu, bo sedaj v polni meri služila svojemu namenu, počitku in branju. Pred prenovo je bila nabita s pohištvom, zato bo sedaj opremljena minimalno.

Dnevna soba bo razdeljena na dva dela, prvi del bo namenjen bralnemu kotičku, drugi pa gledanju televizije. Bralni kotiček je sestavljen iz dveh knjižnih regalov in udobnega naslonjača. Namesto različnih in številnih omar bo za vrati velik knjižni regal. En regal bo ločeval bralni kotiček od preostalega dela sobe. Med regaloma stoji udoben naslonjač, namenjen počivanju in branju knjig.

Drug del sobe je namenjen počivanju in gledanju televizije. Opremljen je z udobnim dvosedom, taburejem in veliko televizijo. Soba je opremljena moderno in minimalistično. Dve steni sta obarvani belo, preostali dve modro, pohištvo je bele barve. Ker ima prostor le eno okno, ne pozabite na dobro dodatno osvetljenost z lučmi, ki naj bodo nad bralnim kotičkom, nad regali, nad dvosedom, Pohištvo je izbrano v slovenskih in tujih trgovinah. Cena pohištva, ki obsega dva knjižna regala, dvosed, taburej in naslonjač, je 2200 evrov. **Jernej Červek, u.d.i.a.**



Če iščete rešitev za preureditev vašega stanovanja in ste v zadregi, nam opišite in skicirajte vaš problem. Ne pozabite na mere in druge pomembne podatke, dopišite tudi vaše želje. V čim večji meri jih bomo skušali upoštevati. Pisma pričakujemo na naslov: Gorenjski glas, "za Kranjčanko - ARHITEKT", Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj.



kilajska restavracija
»AZIJA«
 Gosposvetska 1
 4000 Kranj
 tel.: 04/202 7261
 Delovni čas:
 vsak dan od 12. do 23. ure



Letni vrt


Kosilo za 4,90 €
 ki vam ga nudijo vsak dan od ponedeljka do petka do 17. ure, razen med prazniki. Za kosilo vam postrežejo kisko-pekočo juho ali solato ter glavno jed. V ponudbi imajo 10 različnih menijev za kosilo.

Pri praznovanju rojstnih in kolektivnih zabavah darilo - presenečanje

Hrana za domov po naročilu na telefonski številki 04/202 72 61. Podjetjem za večja naročila nudijo popust.




www.gorenjski-glas.si



Številke, ki vas odpeljejo na izlet

Od avgusta do novembra bo v Kranjskem glasu, Kranjčanki, Jeseniških in Deželnih novicah na vsakem celostranskem Mercatorjevem oglasu objavljen kuponček s številko. To številko izrežite in jo prilepite na kartonček, ki ga boste našli v Mercatorjevih prodajnih centrih Savski otok, Primskovo, Lesce in Jesenice. Zbrati morate številke od 1 do 4. Ko boste novembra prilepili še zadnjo številko, kartonček oddajte v nabiralnike v omenjenih Mercator centrih. Decembra bomo izžrebali 48 srečnežev, ki bodo januarja 2010 z nami odšli na enodnevni izlet.



Mercator | Gorenjski Glas

www.gorenjski-glas.si

**PROGRAM PRIREDITEV V MESECU OKTOBRU 2009
 ZA MERCATOR CENTER KRANJ SAVSKI OTOK**

Petek, 16. oktobra, ob 17. uri:
 - otroška delavnica **Jesenski gozdiček**

Petek, 30. oktobra, ob 17. uri:
 - otroška delavnica **Srhljive buče**

Petek, 23. oktobra, ob 17. uri:
 - otroška delavnica **Bele krizanteme**

Sobota, 31. oktobra, ob 10. uri:
 - otroška predstava **Krompirjeve počitnice**



Logos include: UNITED COLORS OF BENETTON, PIKAPOLONICA OTROŠKI SVET, INTERSPORT Kjer se šport začne, Gorenjska Banka Banka s poslubom, OBI, SANTANA Coffee Shop, Buf, Café Inn, Champion AUTHENTIC ATHLETIC APPAREL, beti, Müller, La Scarpa, GELIX KNJIGARNA, Labod, Lavarnica Maza Maza, Nefa, FABIANI, EKARNA V SUPERNOVI, Takko FASHION, CLARK KIDS CLARK, LOTERIJA SLOVENIJE, slowatch, MALI, no roots, Relaxx sladko spanje, ZOOTIC Butik za Male Živali, turbo!schuh, MANA, Vabljeni!



**Mercator
Center Kranj Savski otok**



**Mercator
Center Kranj Savski otok**

Stara cesta 25, 4000 Kranj, telefon: 04 20 18 900

2 3

**Mercator
Hipermarket**

Delovni čas od ponedeljka do sobote od 8.00 do 20.00 ure, nedelje od 8.00 do 13.00 ure



Oblačila za vso družino v Mani

Trgovina Mana je na slovenskem trgu prisotna že vrsto let. Ponuja oblačila nižjega cenovnega razreda za vso družino, ki jih odlikujeta dobra kakovost in moden videz. V Mani najdete štiri blagovne znamke, med katerimi sta najbolj poznani blagovni znamki Mana in Yes by Kids. Z blagovno znamko Mana so označena ženska in moška oblačila za različne priložnosti. Namenjena je vsem, ki želijo slediti modnim zapovedim. Otroška oblačila zastopa blagovna znamka Yes by Kids, ki obsega oblačila za otroke od 4. leta dalje. Odlikujejo jo razigrani, udobni modeli, modne in živahne barve ter kakovosten material. Da bi zadostili željam zahtevnejših najstnikov, so lani uvedli dve novi blagovni znamki. Yes for Girls in Yes for Boys sta namenjeni najstnikom od 8. do 16. leta, ki želijo biti v trendu. Še posebej so ponosni na svoje zveste kupce, ki so kot imetniki Mana kartice deležni še prav posebnih ugodnosti. **Od 14. do 31. oktobra** so v trgovini Mana na Savskem otoku v Mercatorjevem centru v Kranju pripravili 25-odstotni popust na volnene plašče in jakne za vso družino. Da bo nakupna odločitev lažja, pa vas čaka tudi akcija vzameš tri, plačaš dva, saj vam v času od 14. do 25. oktobra pri nakupu vsaj treh izdelkov, ki niso v akciji, priznamo popust v višini najcenejšega.



V trgovini Mana zagotovo najde vsakdo nekaj zase. Prepričajte se tudi vi! Mana vas pričakuje.

RUN
FREE NOW!

**Poleti in teči
kjerkoli na svetu**

Ste si kdaj želeli teči ob beneški obali? Ali morda spomladski skozi newyorški Central Park? Ste kdaj sanjali, da bi se udeležili maratona v Panami? Mi vas bomo popeljali tja!

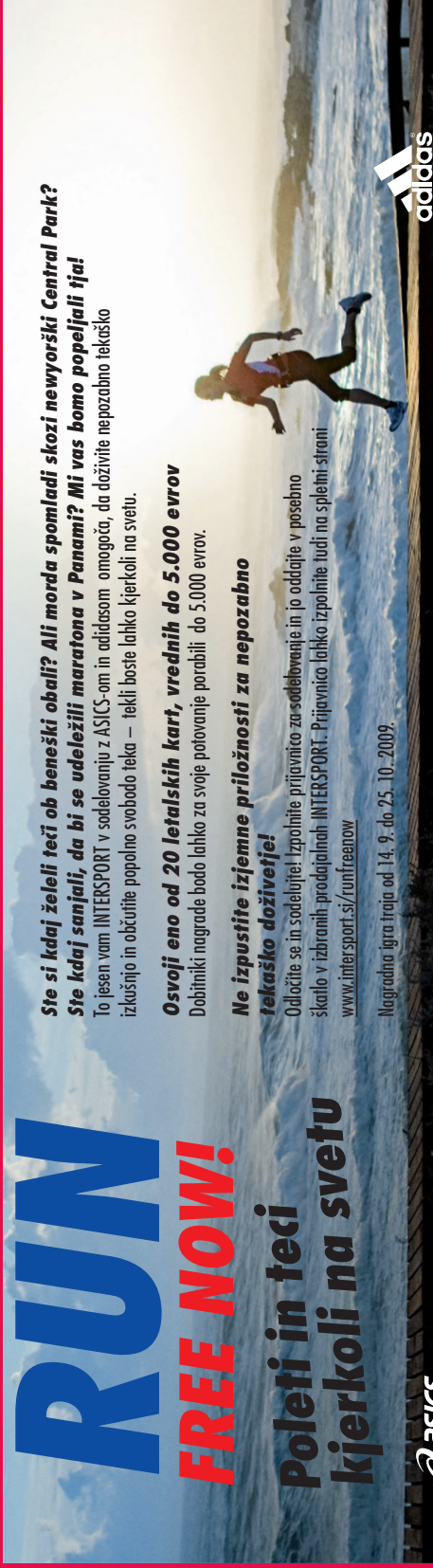
To jesen vam INTERSPORT v sodelovanju z ASICS-om in adidasom omogoča, da doživite nepozabno tekaško izkušnjo in občutite popolno svobodo teka — tekiti boste lahko kjerkoli na svetu.

Osvojite eno od 20 letalskih kart, vrednih do 5.000 evrov
Dobitniki nagrade bodo lahko za svoje potovanje porabili do 5.000 evrov.

Ne izpuscite izjemne priložnosti za nepozabno tekaško doživetje!

Odločite se in sodelujte! Izpolnite prijavnico za sodelovanje in jo oddajte v posebno škatlo v izbranih prodajalnah INTERSPORT. Prijavnico lahko izpolnite tudi na spletni strani www.intersport.si/runfreenow

Nagradna igra traja od 14. 9. do 25. 10. 2009.



INTERSPORT



Najširša ponudba nogavic

Fabiani nogavice je specializirana prodajalna z najširšo ponudbo ženskih, moških in otroških nogavic blagovnih znamk **Sisi, Omsa, Trasparenze, Max Mara, Philippe Matignon Cronert, Fila in Achile** ter lastnih blagovnih znamk **Zvezda, Fabiani in F.** Bombažne nogavice, ki bodo to jesen razveseljevale kupce, so živalskih barv (vijoličasta, roza, zelena, turkizna ...) in različnih vzorcev: od črt, črtic, drobnih vzorcev v strukturi do klasičnih karo vzorcev. Za moške smo pripravili umirjene barvne kombinacije s priljubljenimi drobnimi motivi.

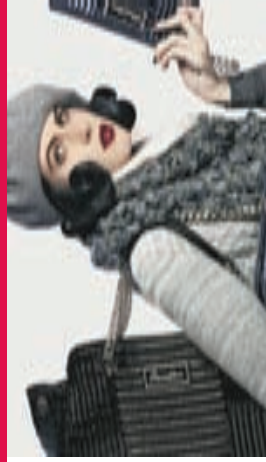
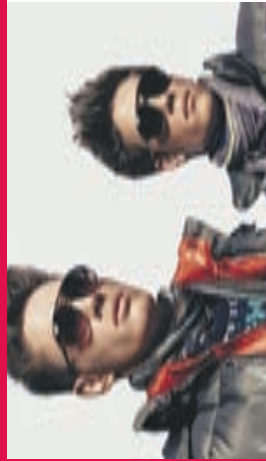
Nylonske nogavice ženski korak napravijo eleganten, izbira je široka, saj so na voljo tako klasične črne in kožne nogavice, ter njihove različice drobnih vzorcev v strukturi pletenja. Barve letošnje jeseni so tudi rjava (in njeni odtenki), vijoličasta, rdeča in umazano roza ter kanček temnejših zelenih odtenkov.

Prav tako s polic vabijo še vedno nepogrešljive capri in leggings nogavice.

Ponudba je na ogled tudi na spletni strani:

www.fabiani-nogavice.si

FABIANI
Nogavice



UNITED COLORS
OF BENETTON.

VEDNO V TRENDU NOVE KOLEKCIJE

KAVITACIJA - POSTAVA, KI SI JO ŽELITE

Najugodnejše na Gorenjskem

V kozmetičnem salonu 5RA vam ponujamo rešitev za izboljšanje telesnega videza, nekirurško liposukcijo - kavitacijo. Natančno odstranjuje maščobne obloge na predelu trebuha, zadnjice, stegen, bokov, kolen in zgornjega dela rok. Rezultati so vidni že po prvi terapiji. Kavitacija omogoča koncentracijo energije globoko v tkivu, pri tem pa žile in mišice ostanejo nepoškodovane. Pri kavitaciji ni dolgotrajnega okrevanja in ni brazgotin ne bolečin, tako pacient ni prikrajšan za svoja vsakodnevna opravila. V salonu se bomo natančno pogovorili o načinu izvajanja, skrbno in strokovno bomo prisluhnili vašim željam in potrebam. Skupaj pa bomo dosegli želene rezultate.



Kozmetični salon

Petra Belančič s.p.
Škofjeloška cesta 8, 4000 Kranj
Telefon: 040/833-094

Delovni čas:
Pon., čet. 15.00-20.00
Tor., sre. 8.00 -16.00
Pet. 14.00 - 20.00
Sobote po dogovoru.

JESEN V HOTELU CERKNO

OD 15. 10. DALJE V HOTELU CERKNO "KOSTANJEVI DNEVI"

v "Kostanjevih dnevih" boste v hotelu Cerčno lahko pokušali različne jedi, ki jih v tem času iz kostanja znajo pričarati v naši kuhinji

23. 10. bomo za vas pripravili "Kostanjev ples", kjer boste lahko zaplesali ob živi glasbi, degustirali kostanjeve jedi in vino iz slovenske Istre

13. 11. bo v hotelu Cerčno "Martinov ples", v kuhinji bomo pripravili Martinove jedi, postregli vam bomo z mladim vinom, prisostvovali pa boste lahko tudi vinskemu žegnu ...

BIOTERAPIJA

po metodi Zdenka Domančiča

Zdravljenje po navedeni metodi se je mednarodno uveljavilo kot izjemno uspešna oblika kurative in preventive zdravstvene pomoči s širokim spektrom delovanja. Metoda je izjemno učinkovita, hkrati pa je popolnoma neškodljiva in nima negativnih stranskih učinkov.

TERMINI: 15.-18. 10. in 12.-15. 11. 2009

URAVNAVAJMO TELO,

da bomo vitki in zdravi z Marijo Merljak

Skupaj z njo boste poskrbeli za svojo postavo. Predstavila vam bo povezanost med debelostjo, slabokrvnostjo, nepravilnim delovanjem ščitnice in še vrsto drugih stvari v povezavi z zdravo prehrano.

TERMINI: 23.-25. 10., 13.-15. 11., 27.-29. 11. in od 11.-13. 12. 2009



HOTEL CERKNO

Hotel Cerčno, d. o. o.***,
Sedejev trg 8,
5282 Cerčno,
tel. 05/37-43-400,
fax 05/37-43-433
www.ski-cerkno.com;
www.hotel-cerkno.si;
info@hotel-cerkno.si



PREDPRODAJA SMUČARSKIH VOZOVNIC ZA SC CERKNO

Smučarski center Cerčno svojim zvestim obiskovalcem tudi letos ponuja možnost nakupa smučarskih vozovnic v predprodaji.

Predprodaja vozovnic bo potekala v dveh delih in sicer od 1. 10. - 31. 10. 2009. in od 1. 11. - 30. 11. 2009

Vse informacije o načinu nakupa, cenah in vozovnicah v predprodaji dobite po tel. 05/37-43-400 ali pa nam pišite na e-naslov: info@hotel-cerkno.si

Ni nam vseeno, kaj pojedete

Tako pravijo v novem dnevnem lokalu Pinjola v Kranju, kjer pripravljajo okusno in zdravo hrano. Njihova posebnost je kruh, ki ga pripravljajo po starih postopkih brez vsakršnih barvil in drugih dodatkov.

Če vam ob vsakodnevnem tempu zmanjkuje časa za kosilo, hitra hrana pa vam ne diši oz. se ji skušate čim bolj izogibati, je pravi odgovor za vas dnevni lokal Pinjola, ki so ga pred tremi tedni odprli na Gregorčičevi ulici v Kranju. Ne gre zgolj za še en lokal v gorenjski prestolnici, pač pa zakonca **Irena** in **Matjaž Božič** z njim želita zapolniti vrzel v kranjski gostinski ponudbi. Slednja je osredotočena predvsem na kosila ali hitro prehrano, zato sta odprla lokal, v katerem lahko ob krajšem postanku za zajtrk, prigrizek ali malico pojedete nekaj zares okusnega in zdravega. Za slogan sta si tako izbrala 'Ni

nam vseeno, kaj pojedete'. Ideja za odprtje tovrstnega lokala se jima je porodila po številnih potovanjih. "Marsikje, denimo v Franciji in Italiji, sva opazila lokale, v katerih si med kratkim postankom pojedel nekaj zdravega in pokramljal z drugimi," se spominja Matjaž Božič in dodaja, da si želi, da bi Pinjola sčasoma postala stičišče za pogovore, za katere nam ob natrpanih vsakdanjih pogosto zmanjkuje časa. Največja posebnost lokala Pinjola je nedvomno kruh, ki ga pečejo sami.

"Pripravljamo ga po starih, dolgotrajnih postopkih, brez vsakršnih dodatkov, barvil in emulgatorjev. Glavne sestavine so moka, voda, kvas, olivno olje, sol in po potrebi začimbe," je pojasnila Irena Božič. V njihovi ponudbi je raznovrstni kruh (bel, črn, graham, rožmarinov, čebulni ..., sčasoma pa nameravajo uvesti tudi pirin kruh in kruh iz ekoloških žit), različne štručke, dnevno sveži sendviči, pite, pogače, dnevne juhe, solate, 'čebate', tudi v izvedbi z olivami, in 'fokačo' z rožmarinom, žajbljem, artičokami, mocarelo ... Sladkosnede bodo lahko izbirali med veliko vrstami drobnega peciva, sladkimi rogljički ...

Vsa hrana je izjemno okusna in zdrava. "Pri nas nimamo friteze ali mikrovalovne pečice, zelenjava je kuhana ali pečena na žaru, cvrtja ne poznamo," je zatrdila Irena Božič. Kot je dodala, določene jedi pripravljajo tudi po Montignacovi metodi, ki deluje na principu jem - torej hujšam. Zakonca Božič želita gostom ponuditi prigrizke oz. malice, ki te za razliko od obilnih in nezdravih obrokov, po katerih imaš pred očmi le še kavč, napolnijo z energijo za nadaljnje delo v službi ali drugje. Vso hrano je možno odnesti tudi s seboj, v Pinjoli pa razmišljajo tudi o uvedbi razvoza.

Ob zdravem prigrizku se seveda prikaže tudi zdrava pijača. Ob klasični ponudbi pijač je največ zanimanja za sveže iztisnjen pomaranč-

ni sok in limonado, izjemno mamljiv pa je tudi vonj Caffè Diemme, italijanske kave višjega cenovnega razreda.

In če je v Pinjoli dopoldne čas za zdrav prigrizek, pa popoldne prija kozarec dobrega ohlajenega vina. Izbirati je možno med vini priznanega vinarja Colje; od polnih rdečih vin, kot je cabernet sauvignon, do svežih belih vin, kot sta sauvignon in malvazija, za osvežitev pa vedno prija peneče vino carmi ... Sčasoma nameravajo ponudbo vin in vinsko kulturo obogatiti.

Naj kot zanimivost dodamo, da teraso Pinjole krasijo keramična skulptura, ki na zelo izviren način prikazuje kruh in tako pritegne tudi poglede številnih mimoidočih. Gre za delo priznanega danskega umetnika Jörgena Hansena, ki je nastalo na letošnji mednarodni koloniji umetniške keramike V-ogljje.

.....

Dnevni lokal Pinjola lahko obiščete od ponedeljka do petka od 7. do 20. ure, ob sobotah pa med 8. in 13. uro. Vabljeni!

.....



Okrepčevalnica Pinjola

Gregorčičeva ulica 10

4000 Kranj

Tel: 04/20 20 020



Radina pita iz muškatne buče

Rada Lotrič na domačem vrtu prideluje vrsto dobrot, v tem času se bohotijo buče, od afriške, muškatne do čajote.

Miza v domači uti Rade Lotrič iz Zgornje Besnice je bila na topel jesenski dan bogato obložena z domačimi dobrotami. Melisin sok, borovničev liker, neškropljena jabolka, pita iz muškatne buče ... Vse je pridelano in narejeno doma. Radin vrt meri desetkrat devet metrov, v njem pa goji veliko vrst sadja in zelenjave, nazadnje smo občudovali zdrave rdeče paprike, jajčevce, rumene maline, dišavnice in belo koruzo, ki se je vzpenjala čez tri metre visoko In številne vrste buč, na primer čajota, ki po obliki spominja na "zelenjavno hruško" in izhaja iz Srednje Amerike. "Ko je čajota še mlada, jo uporabljamo namesto kumar, staro pa vkuham v enolončnico ali pa jo skupaj s krompirjem pripravim kot pire," pove gospodinja. Za kivi bučo, ki ji pravijo tudi afriška kumara, ni težko ugotoviti, da se jo mlado uporabi namesto kumar, zrelo pa Rada pripravi za žele. Na vrtu ima tudi bučo golico oziroma oljno bučo. Podolgovato bučo pa Rada posuši, zdrobi, opere v mlačni vodi, takšna pa je pripravljena za masažo v vodni kopeli.



Rada Lotrič pred domačim vrtom



Afriška buča

Rada Lotrič v zavetju doma počne še marsikaj drugega, rada gobari in suši rože, iz katerih naredi lične ikebane. Spomladi in poleti je hiša obdana z rožami, ki jih sama prezimi. "Ljubezen do zemlje mi je ostala iz otroških dni. Veliko semen prinesem iz rodne Srbije, po drugi strani pa mi zelo uspevajo tudi gorenjski nageljni (smeh ...)," zaključuje sogovornica.



Kivani

Suzana P. Kovačič / Foto: Tina Dokl

Pica nto

PIZZE SOLATE KRUHKI KALAMARI

TEL.: 04 236 88 55

Nova!

OKUSNA VELIKA
DRUŽINSKA PIZZA



Preizkusite zdaj

11.90

že od

Intr. d.o.o., Sevnica 1, 4000 Kranj

DELOVNI ČAS PON-ČET 10.00-22.30 PET-SOB 10.00-23.00 NED-PRAZ 11.00-22.00

Recept za pito iz muškatne buče

30 dag moke
 10 - 15 dag masla ali margarine
 10 dag sladkorja (lahko tudi manj)
 1 - 2 jajci
 3 žlice belega vina
 2 žlici vode
 1 pecilni prašek
 ščepec soli

Testo razvaljamo. Segrejemo pečico. V pekač položimo testo, nanj damo naribano bučo. Iz ostankov testa naredimo še mrežo. Pečemo na 200 stopinj Celzija trideset minut (oziroma odvisno od pečice). Ko je pita pečena, lahko po njej potresemo sladkor v prahu oziroma vanilin sladkor. Nekateri potresejo še malce cimeta, a je treba paziti, da okus cimeta ne prevlada.





Vonj po domu

Iz Žitovih Grajskih pekarn prihaja nova, dišeča novost - Hribovc beli, rustikalni kilogramski hlebec z omamno sredico, polnega okusa in bogate teksture, ki bo razveselil ljubitelje kakovostnega belega kruha. Prepoznali ga boste po zapečeni skorji grobo rustikalnega videza, prav takšnega, kakršnega je imel domač kruh v izročilu naših babic. Poleg njegovega polnega okusa je poseben čar Hribovca v njegovi trajnosti. Zaradi posebnega postopka in skrbno izbranih sestavin Hribovc ohrani svežino in aromo več dni. Prava izbira za gurmane, ki cenijo bel kruh polnega okusa.

Ljubiteljem pekovskega peciva, ki znajo ceniti drugačnost, pa je odslej na voljo tudi sočna in dišeča Hribovska bombeta. Osemdesetgramska bombeta je edinstven izdelek med pekovskim pecivom. Odlikuje jo znatno gostejša sredica polnega okusa ter rustikalna skorja, po kateri jo boste brez težav prepoznali.

Že poznani Hribovc ter nova Hribovc beli in Hribovska bombeta tvorijo družino pekarskih izdelkov, izdelanih po posebnem receptu iz skrbno izbranih sestavin in po posebnem tehnološkem postopku, zaradi česar jih odlikujejo okus, aroma in trajnost, kakršne je imel kruh naših babic.



GRAJSKE
PEKARNE

Vonj po domu

Grajski izbranci

Dobra družba za vašo mizo.

V družbi odličnih kruhov dobre jedi še bolj teknejo. Zato so kruhi Grajskih pekarn, ki so prejeli največ nagrad za kakovost, idealni spremljevalci vaših jedi. Poskusite jih tudi vi in se prepričajte!

Srečkov črni kruh+

Hribovc

Jelenov kruh

Zlati hlebec

Martinov kruh

Stoletni kruh



www.zito.si

Centimetri so se topili

V prostorih Gorenjskega glasu v Kranju smo imeli zanimivo srečanje z Ano Soldat, Tatjano Justin in Mojco Primožič, ki so shujšale pod nadzorom po metodi Hypoxi.

Akcijo smo spremljali v Gorenjskem glasu v prilogi Zdravje & lepota. Dekleta so prijetno presenetila, tri mesece so se dosledno držale navodil, pridno obiskovale Hypoxi studio v Šenčurju in bile za velikodušno volje za zgled vsem, ki so bili z njimi v stiku. Vsaka je izgubila kar nekaj precej centimetrov obsega okrog pasu, trebuha, bokov, zadnjice ... **Tatjana Justin** je povedala, da je v teh nekaj mesecih dobila neko novo energijo, več samozavesti in kot je še dodala: "V življenju sem se ubadala s številnimi dietami, pa prav nobena ni pomagala." **Mojca Primožič** je imela slabe prehranjevalne navade, brez problema je pojedla celo kračo za večerjo. Takole je povzela svojo izkušnjo: "V teh nekaj mesecih so mi le dopovedali, da se je vredno bolj zdravo prehranjevati. Nikoli prej nisem telovadila, v Hypoxi studiu pa sem začela vaditi na stepperju in pol ure je kar hitro minilo. Še pred nekaj meseci sem imela tudi velike težave z migrenami, zdaj pa so pošle." **Ana Soldat** je navdušena nad tem, kako hitro in brez nekega posebnega napora so se topili kilogrami.

"Kandidatke so vztrajale, lepo so sodelovale. Hujšanje naj bo v prvi vrsti zaradi zdravstvenih razlogov, šele na drugem mestu je estetika, ki pa je ravno tako ne gre zanemariti, saj vpliva na človekovo samozavest. Vsaka dieta na dolgi rok redi. Naš



Od leve: Sandra Pretnar, Tatjana Justin, Ana Soldat, Mojca Primožič in koordinatorka akcije Katarina Podnar

cilj je, da tisti, ki prihajajo k nam, spremenijo življenjski slog in se začnejo več gibati in zdravo prehranjevati. Gibanje bi moralo postati nekaj tako vsakdanjega, kot je na primer umivanje zob. Metoda Hypoxi spodbuja izgubljanje maščobe na tistih mestih, kjer se ta najraje nalaga. Pas, boki, zadnjica in stegna so mesta, kjer s pomočjo

limfne drenaže in komor hypoxi lahko pričakujemo zmanjševanje centimetrov. V enem mesecu naj bi ob upoštevanju vseh navodil imeli konfekcijsko številko manj," je pojasnila **Sandra Pretnar**, ki je gostila Ano, Tatjano in Mojco v Hypoxi studiu v Šenčurju.

Suzana P. Kovačič / Foto: Tina Dokl

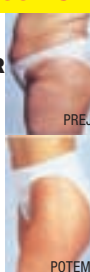
AKCIJA! AKCIJA!

V mesecu oktobru vam ob paketu hujšanja podarimo še teden dni GRATIS!

NOVO - MASAŽA CELEGA TELES 50 MIN - 19,99 EUR

BODY WRAPPING - hujšanje:
posamezni obisk 50 EUR, v paketu samo 24 EUR

- **ODVEČNIH KILOGRAMOV SE BOSTE REŠILI HITRO IN BREZ NAPORA!!!**
- **s konfekcijske številke 46 na številko 40 samo v 3 tednih**



Pomladimo se v Kozmetičnem studiu

Hrast Ksenija s.p., Ul. Rudija Papeža 5, Kranj,
tel.: 04/23 52 570

SUPER UGODNO!! • BODY WRAPPING 24 EUR • SOLARIJ do 20 min. 6 EUR • POMLAJEVALNA NEGA OBRAZA 35 EUR • NEGA MLADE KOŽE 19,90 EUR

TADEJA BRANKOVIČ
ŠPORT

Ob predložitvi tega oglasa Vam pripada

popust v višini 30 %

na pohodniška oblačila MELLO'S in pohodniške čevlje INOV-8.

mello's

inov

Cesta Talcev 53 B, Kranj, T: 031 375 140,
www.tadejabrankovic.si, e-pošta: tadeja.brankovic@siol.net

GG

mali oglasi

04/201 42 47, e-pošta: malioglas@g-glas.si
www.gorenjskiglas.si

Dvajset let trgovine Gringo

Trgovina **Gringo** je preživela različna obdobja in letos je zabeležila dvajseto obletnico obstoja. Bila je med prvimi - če ne kar prva, ki je v Kranju s svojo ponudbo, modnim in kakovostnim pristopom, s pestro izbiro jeansa znanih blagovnih znamk (poznana predvsem po Big Staru) privabljala tako mlajšo kot starejšo generacijo. Še danes v Gringu lahko izbirate med ženskimi in moškimi jeans in casual oblačili oziroma oblačili za prosti čas, najdete pa tudi kakšen modni dodatek.

Začeli so na Tavčarjevi ulici, potem je z leti središče Kranja doživelo spremembe in so se selili, tako da jih sedaj lahko najdete na Bleiweisovi cesti 10, nasproti glavne avtobusne postaje v Kranju. Z novo lokacijo so zadovoljni, za svoje stranke imajo urejeno tudi parkirišče.

Lastnik trgovine Borut Janc rad pove, da je s prihodom velikih firm, verig in centrov v Slovenijo, obstoj malih trgovin z oblačili postal pravi boj za preživetje: "Danes imeti manjšo trgovino z oblačili, kot je butik, kjer se prodajalke še vedno ukvarjajo s stranko in svetujejo, ji pomagajo pri izboru tako in drugače, ni enostavno."

V Gringu dajo veliko na kakovost ponujenih izdelkov, kvantiteta je pri njih bolj butična. Delajo v smeri, da pri njih stranke najdejo oblačila, ki se ne ponavljajo v drugih trgovinah, sledijo trendom, sploh za ženske pa je v današnjem času značilno, da se njihov stil mode, oblačenja, spreminja - dobesedno, mesečno. Tako trenutno bazirajo na ženski liniji nemške blagovne znamke Madonna in moški holandski liniji No Excess. Madonna je svetovno priznana in razšir-

jena blagovna znamka, kar pomeni, da si za kakovost lahko privoščijo tudi nižje cene, medtem ko No Excess predstavlja malo višji cenovni razred. "Sploh Madonno so ženske zelo sprejele, jo pohvalijo in se tudi vračajo v trgovino," dodaja lastnik.

Gringo je ena redkih trgovin z oblačili, ki je obstala na kranjskem in okoliškem trgu toliko časa. Dvajset let ni malo, kakovost so obdržali, naklonjeni so novostim, prisluhnejo strankam, za zveste kupce pa radi poskrbijo še dodatno.

Ko smo Boruta Janca povprašali še, ali bi se še enkrat odločil za tovrsten posel, nam je odgovoril, da s poslovne plati verjetno ne, ker trenutno čas tovrstnim trgovinam ni namenjen, zaslužki so minimalni; drugače pa vedno, saj to, kar počne, dela z veseljem in se bo trudil še naprej.

**Trgovina
Gringo**
modno-moderna
Bleiweisova 10
Tel.: 04/236-45-69

NO EXCESS

MADONNA

BIG STAR

CARS

RG

Obiščite polno založeno trgovino!



modni KOTIČEK



Tania Mendillo

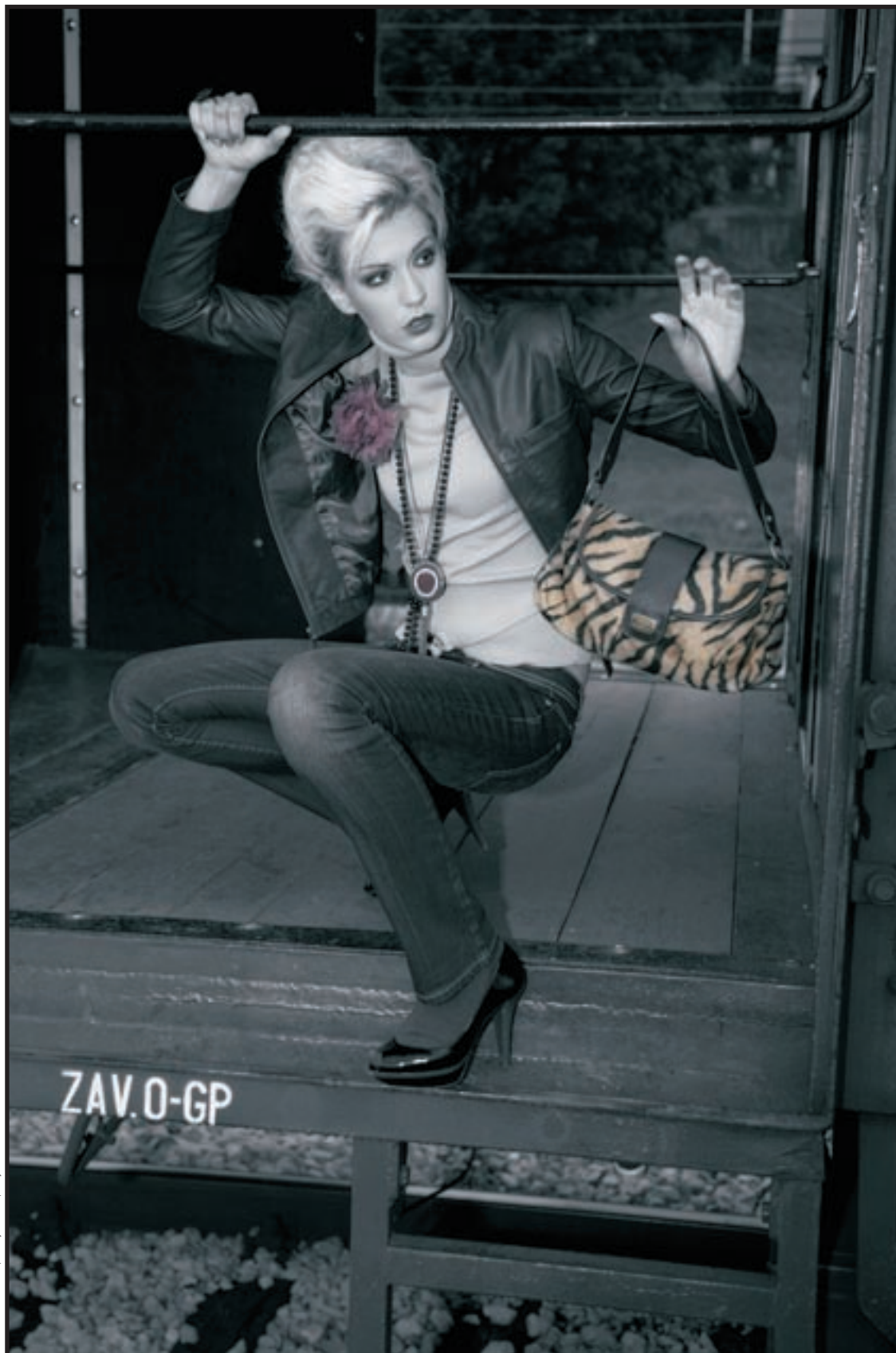
*Styling, ličenje
in fotografije*

Tania Mendillo

Pričeske

Samo, Hiša lepote

Samo in Tania



©emur International d.o.o., Tadejova ulica 6, Kranj

Oblačila in torbice

URKO

Nakit **MATIJA'S**

Nogavice **FABIANI**



Glamur International d.o.o., Tavorčeva ulica 6, Kranj

Olačila in torbice **URKO**
 Nakit **MATIJA'S**
 Nogavice **FABIANI**

Tigi Rockaholic
 suhi šampon

Tigi Rockaholic
 gel v
 razpršilu



Tigi Manipulator
 gel krema za modeliranje

Razpis za 42-urni *tečaj ličenja za vizažiste*

Tečaj je namenjen vsem, ki vas zanima kreativno delo vizažista, ne glede na starost ali izkušnje. Prvi tečaj bo potekal v mesecu novembru.

Vodila ga bo priznana **vizažistka Tania Mendillo**.

Program bo potekal v treh delih (3 vikende po 12 ur) ter zaključni del z izpitom.

Prvi del: teorija ličenja in praktični prikaz na modelu 12 ur

Drugi del: prvo ličenje modelov s pomočjo in vodstvom mentorice - 12 ur

Tretji del: ličenje za različne naročnike, poslovni del dela vizažista, kako tržiti, izdelava predstavitvenega 'booka' - 6 ur

Izbira svoje teme kot vizažist in izvedba - 12 ur.

Cena tečaja 290 EUR

Možni so tudi **individualni tečaji** za vizažiste, **cena 450 EUR**

Informacije in **prijave do 20. oktobra na: glamslams@siol.net ali 041/912 825**



Individualni tečaj ličenja

je časovno popolnoma prilagodljiv vam in je namenjen vsem, ki se želite naučiti izdelati lasten make up oziroma na enostaven način z ličenjem priti do urejenega videza. Prednost individualnega tečaja je v tem, da se vodja tečaja Tania Mendillo popolnoma posveti le vam, vašim potrebam in vas nauči ličenja, ki ustreza vaši koži in polti, obliki obraza, barvi oči in las ter priložnosti, za katero želite biti urejene.

Cena tečaja 70 EUR trajanje 2 uri

Prijave na 041/912 825

Supermodel tudi pri nas

Živimo v dobi realističnih šovov. Teme so različne. Tokrat prihaja na male ekrane modna preizkušnja, med katero bomo po vzoru šova Tayre Banks dobili slovensko lepoticco.

Izbor za prestižni naslov **Supermodel Slovenije** za Ford Supermodel sveta 2009 v sodelovanju s svetovno priznano agencijo Ford Models prireja slovenska agencija Model Group. Tekmovanje že vrsto let poteka na najkakovostnejši ravni in finalistkam ponuja odlično izhodišče za začetek mednarodne kariere v modni industriji. Ford Supermodel Of The World je največje tekmovanje v iskanju novega Supermodela sveta. Leta 1980 ga je zasnovala slavna Eileen Ford, ki je iskala novi ženski supermodel v več kot petdesetih državah po vsem svetu. Edinstvena modna preizkušnja bo na programu Kanala A ob sobotah, ob 18.40. Pet oddaj, začnajo pa se v soboto.

Gledalci bodo spremljali številne modne izzive, pred katere bo postavljenih deset finalistk letošnjega izbora. Dekleta se bodo morala izkazati tako na modni brvi, kot pri modnem fotografiranju, postavljene pa bodo tudi pred druge preizkušnje, kjer se zelo hitro vidi, ali ustrezajo visokim standardom svetovne modne industrije. Samo ena pa bo osvojila laskavi naslov Supermodel Slovenije in se bo tako udeležila svetovnega izbora v



Za naziv Supermodel Slovenije se bo v petih sobotnih modnih večerih potegovalo deset srečnic, ki se jim je uspelo prebiti v finale. / Foto: Kanal A (Miro Majcen)

vročem Sao Paulu v Braziliji, kjer se bo z drugimi dekleti potegovala za glavno nagrado: pogodbo za delo modela v agenciji Ford Models v vrednosti 250 tisoč dolarjev.

O zmagovalki slovenskega izbora se bo vedno pogovarjala štiričlanska žirija, v vseh od-

dajah pa bosta o tem, katera dekleta imajo več možnosti za zmago, odločali direktorica modne agencije Model Group **Maja Raspopovič** in **Tina Fabjan**, vodja umetnikov ličenja Max Factor. Skozi oddaje pa se jima bosta pač pridružila še dva člana žirije. **Alenka Brun**

NA OBISKU:

IRF - Neboleče nad celulit, obrazne gube in povešeno kožo

NOVO NA GORENJSKEM!

Obiskali smo Studio Cavité v Radovljici, kjer so nam predstavili novo nekirurško metodo za pomlajevanje.

Razložili so nam, da je inovativna radiofrekvenčna terapija (IRF) zasnovana na edinstveni kapacitivni (CP) tehnologiji. CP tehnologija* omogoča ciljno segrevanje tkiva v usnjici in podkožju,



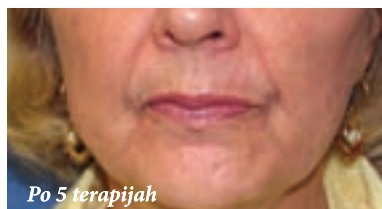
Pred terapijo

kar povzroči premreženje kolagena in aktivira fibroblaste. Končni učinek tega procesa je skrčenje kolagena in povečanje napetosti tkiva, sčasoma pa se začne tvoriti tudi nov kolagen.

Kot pojasnjuje Ženja Petrič, vodja salona v Radovljici, ljudje v procesu staranja vsako leto izgubimo približno 1% kolagena, kar se odraža na zmanjšani prožnosti kože.

IRF tako s svojim mehanizmom delovanja bistveno izboljšuje stanje povešene kože (obraz, roke, prsi, trebuh, boki ...), gladi gube, pomaga pri odpravi strij in izničuje videz pomarančne kože na nogah in zadnjici ...

“Ko sem se po terapiji pogledala v ogledalo, sem opazila takojšen rezultat. Koža je bila bolj napeta, manjše gubice so se dejansko zgladile,” je bila navdušena 53 letna Sonja, ki ni bila odločena za kirurški poseg.



Po 5 terapijah

IRF daje odlične rezultate in ne zahteva okrevanja ter je tako odlična alternativa agresivnim laserskim in

kirurškim posegom. Za vidno izboljšanje stanja priporočajo 3 - 5 terapevtskih posegov, z medsebojnimi presledki 3 do 7 dni.



Besne gliste v ritmu swinga

Velik užitek je opazovati Kranjčana Darjo Ovsenik in Nejca Zupana, kako plešeta swing. Še večji užitek bo, če boste poskusili tudi sami. Ne glede na leta ...

Pred nekaj leti ste postali ambasadorji swinga v Sloveniji. Kdo vas je navdušil?

Nejc: "Nekaj posameznikov se nas je navduševalo nad staro glasbo in starimi filmi, za swing pa nas je pred sedmimi leti ogrel Američan s slovenskimi koreninami Sajles Šinkovec. Začeli smo trenirati v Ljubljani, tega smo se lotili zelo resno in se izobraževali tudi na delavnicah v tujini. Nekateri so nehali aktivno plesati zaradi študija, jaz pa sem se swingu še bolj posvetil, ustanovil sem skupino Besne gliste s ciljem, da bi postali ambasadorji swinga pri nas in čez mejo in da bi ples ohranil nivo, kot si ga zasluži. Veliko je že moderne glasbe, ki pa se ne more primerjati z originalnim swingom. Zato še vedno iščemo stare plošče, stare posnetke."

Darja: "Swing je v prvi vrsti glasba, nato družina plesov (lindy hop, balboa ...) iz časov pred drugo svetovno vojno. Razširil se je v ZDA, kjer so ga "ustvarili" priseljenci; je mešanica afriškega giba in evropskega principa plesanja v dvoje. Glasba (izhaja iz džez) je pisana za zabavo, za ples. Vlije ti toliko pozitivne energije, da ne moreš biti ne slabe volje, ne resen. Glasba je napisana v šaljivem tonu."

Od kod ime Besne gliste?

Nejc: "Moja nona Džina, ki prihaja iz hrvaške Istre, me je vedno spraševala, zakaj ne morem biti nikoli pri miru in da sem tak, kot bi imel besne gliste."

Darja, kdaj ste se pridružili skupini?

Darja: "Bolj po naključju sem enkrat "zašla" na swing večer v Ljubljani. Spoznala sem nekaj plesalcev, med njimi tudi Nejca, ki me je povabil v skupino, čeprav sem bila začetnica. To je bilo pred štirimi leti."

Nejc: "Še danes rad povabim v našo središčno ljudi, ki imajo željo po gibu, po znanju. Trenutno nas je deset v skupini. Pred kratkim smo ustanovili zavod Studio Dansa v Ljubljani, v katerem želimo združiti ljudi z enakimi nazori, kar se tiče učenja plesa oziroma giba na sploh."

Darja: "Zelo hitro sem ugotovila, da je swing pravi zame. Res je v njem veliko dinamike, ki te potegne in ki je v drugih plesih nisem dobila, še posebej dober občutek je, če plešeš na glasbo v živo."

Družabnost je tista, ki povezuje plesalce swinga. Če nasmejše soplesalko, si zmagal. Kakšen je pristop k učenju tega plesa?

Nejc: "Učenje ni klasično, da se torej učiš korak za korakom. Plesalci se srečamo in družimo na plesišču, lahko plešeš z nekom, ki ga še ne poznaš. Lahko tudi improviziraš. Je novost pri nas, ki pa je dobro sprejeta."



Plesalca pravita, da swing vlije toliko pozitivne energije, da ne moreš biti ne slabe volje, ne resen.

Darja: "Predvsem je to ples za vse generacije."

Nejc: "V Ljubljani imamo damo, ki ima dvainšestdeset let, in ji pravimo kraljica Irena. Odlična je."

Darja: "Ambasador swinga Američan Frankie Manning je umrl letos v petindevdesetem letu starosti, učil pa je do konca svojega življenja. Bil je tako pomemben v plesu, kot je bil Armstrong v džezu. Z Nejcem sva ime-la srečo, da sva ga osebno spoznala."

Nejc Zupan se trenutno ukvarja s kriketom, igra v slovenski ligi in tudi uči kriket, sicer pa študira krajinsko arhitekturo. Nekoč je imel Kranjčanom znano ska-skupino Gromska, igral je vaterpolo, bil aktiven v gledališki igri ter igranju trobente.

Darja Ovsenik študira slovenistiko in geografijo, piše diplomu na temo jezika na avstrijskem Koroškem, več kot petnajst let je bila aktivna pri skavtih, veliko je plesala, se priučila družabnih plesov in plesa učila otroke ter odrasle, letos je začela učiti tudi v Celovcu, rada pa tudi organizira dobrodelne prireditve. "Moj mož je hodil k nama na tečaj, danes pa je član druge swing skupine Meule. Kar je zanimivo, prej nikoli ni dal kaj dosti na ples."

Veliko nastopate. Kje se lahko srečamo v bližnji prihodnosti?

Darja: "Plesne večere že tretje leto organiziramo enkrat na mesec, trenutno se zbiramo v Mitnici v Kranju. Kar precejšnja množica ljudi se zbere tam po deveti uri zvečer in pleše. Naše naslednje srečanje bo 23. oktobra. Ples je treba potegniti iz velikih dvoran in ga dati v vsakdanji družabni okoliš!"

Nejc: "Organiziramo tudi tečaje, ki potekajo v manjših skupinah, po največ deset parov. V Kranju bova imela z Darjo začetni tečaj swinga (lindy hop), ki bo preko Kluba študentov Kranj potekal v Mladinskem kulturnem centru. Vse, ki jih o tem zanima kaj več, me lahko pokličejo na številko 040/42 33 28. Organizirali bomo tudi tečaj balboe. Gorenjce smo kar zagreli, med našimi tečajniki je bil tudi aktualni župan Damijan Perne."

Darja: "Kot skupina pa nastopamo povsod, kamor nas povabijo. Občinstvo poskušamo animirati, ga spraviti na noge, da niso samo pasivni opazovalci."

Kaj pa kakšen skok s swingom v tujino, je že bil?

Nejc: "Imel sem srečo, da sem dobil priložnost, da sem nastopal v tujini."

Darja: "Nejc je preveč skromen. Moral bi povedati, da so zelo navdušeni nad njegovim stilom učenja in nad njegovim pristopom do plesa."

Suzana P. Kovačič, foto: Tina Dokl

Razmišljanja o življenju

Takšen je naslov šeste knjige izpod peresa "državne tožilke s čarobno palico" Vlaste Nussdorfer.

Vlasta Nussdorfer je bila pred dnevi gostja v knjigarni Mladinska knjiga v Kranju, kjer je občinstvu predstavila svojo življenjsko pot, humanitarno delo in knjigo Razmišljanja o življenju. Poleg te knjige jih je doslej napisala še pet (Naše deklice z vžigalicami, Naši dečki z ulice, Vrednote na odru življenja, Naši obrazi, Abeceda življenja), pri vseh pa se je odpravila honorarju v korist dobrodelnosti. Honorar od zadnje knjige bo namenila Društvu Beli obroč, Mladinska knjiga kot založnik pa bo po en evro od vsakega prodanega izvoda namenila za pomoč dvema zlorabljenima dekletoma, starima komaj petnajst let.

Kot je povedala Nussdorferjeva na predstavitvi zadnje knjige, že odkar pomni, zelo rada piše. V različnih medijih objavlja kolumne in tudi Razmišljanja o življenju so nastala na podlagi kolumn. "Dotaknila sem se različnih tem, ne samo o življenju, ampak tudi o naši zemlji, ki umira. Pišem o zasvojenosti z Internetom, o vodenju in voditeljih, o diskriminaciji, o invalidih ...," je avtorica nanizala nekaj tem, ob tem pa dodala: "Želim si, da bi prav vsi župani imeli toliko po-

sluha, da bi postavili igrala tudi za invalide otroke."

"Nikjer delo z mladimi ni tako cenjeno, kot bi moralo biti. Vsakemu se zdi, da zna ravnati z mladim človekom, a po toliko letih dela na področju mladoletne kriminalitete, spolnega in družinskega nasilja lahko rečem, da je delo z mladimi izjemno odgovorno in da bi morali z njimi delati samo največji strokovnjaki," je povedala Vlasta Nussdorfer, generalna sekretarka društva Beli obroč in višja državna tožilka na Vrhovnem državnem tožilstvu Republike, ki na dan dobi najmanj deset pisem ljudi, ki so se znašli v stiski.

Srečanje z Vlasto Nussdorfer so gostitelj poimenovali kar v srečanje s tožilko s čarobno palico. Kot je še povedala, zna biti zanimiv posvet na temo Kje si, oče: "Problematika je pereča; nekateri očete ne morejo do svojih otrok, nekateri otroci nečejo videti svojih očetov, pa je vprašanje, zakaj ... Nasploh je krivično do otroka, da ga starša ob ločitvi sprajujeta, pri kom bi bil rad ... Tudi o tem pišem v knjigi Razmišljanja o življenju."

Suzana P. Kovačič, foto: Tina Dokl



NA OBISKU:

Kavitacija - najučinkovitejši neinvaziven način preoblikovanja telesa brez odvečnega napora

Kaj storiti, ko ugotovimo, da so nam oblačila kljub zdravemu načinu življenja in prehranjevanja postala premajhna?

Kavitacija – nekirurška liposukcija velja trenutno za najučinkovitejšo metodo neinvazivne odprave maščobnih oblog na svetu. S pomočjo najsodobnejše ultrazvočne tehnologije se maščobne celice v podkožju razgradijo in po naravni poti odplavijo iz telesa. Hitro, sproščujoče in neboleče.



Kavitacija učinkovito opravi z maščobnimi oblogami na večno problematičnih predelih telesa, kot so: pas, boki, trebuh, zadnjica, stegna, kolena in nadlahti.

»Kot so mi obljubili v salonu, so bili rezultati vidni že po prvem posegu, po štirih obiskih v salonu pa nosim za celo konfekcijsko številko manjša oblačila,« je nad svojo osebno izkušnjo s kavitacijo navdušena Ana, ena izmed številnih zadovoljnih obiskovalk Studia Cavité v Radovljici.



Studio Cavité je bil prvi, predvsem pa je še danes edini salon, specializiran za kavitacijo na Gorenjskem. Do konca domišljen, strokovno podprt splet postopkov v okviru terapije pod vodstvom izkušenih in prijaznih terapevtk, je zagotovilo, da boste salon zapustili lažji in bolj samozavestni.

Trajni rezultati so merljivi in hitro vidni, za optimalen rezultat pa so v povprečju potrebne približno dve do tri terapije na izbranem predelu telesa.



Plavanja vendarle ni zasovražil

Potem ko je Andrej Pirc končal tekmovalno plavalno kariero, kar pet let ni skočil v bazen, sedaj pa uspešno nastopa kot veteran in v društvu Aktivček uči tudi pravilne tehnike plavanja.

Kranjčan Andrej Pirc je večino svoje mladosti preživel v bazenu in okoli njega, saj je bil kar štirinajst let aktiven plavalec, večkratni državni prvak v mlajših kategorijah in občasno tudi reprezentant. "Sem iz plavalne družine in tako ni čudno, da sem začel trenirati že pri šestih letih. Pri dvajsetih nisem imel več pravega motiva, resno sem se lotil študija na Fakulteti za šport in nato tudi diplomiral na temo košarke. Enostavno so me zanimali drugi športi, v bazen pa praktično nisem šel pet let, saj sem bil vode enostavno naveličan. Leta 2005 pa me je spet zagrabilo in odločil sem se, da se udeležim evropskega prvenstva v plavanju za veterane v Stockholmu. Tam sem osvojil tretje in četrto mesto in začel sem se pripravljati na svetovno prvenstvo. Nastopil sem v San Franciscu in osvojil dve tretji mesti. Nato sem vse poletje delal v plavalni šoli v San Diegu in znova nastopil na evropskem prvenstvu pri nas v Kranju," o vrnitvi med plavalce pravi Andrej, ki se je v zadnjih dveh letih veliko posvečal tudi družini in sinu, v novi sezoni pa se bo spet pripravljaj

na svetovno prvenstvo leta 2010 v Göteborgu na Švedskem.

Andrej, ki zelo rad dela z otroki, je kot profesor zaposlen v podaljšanem bivanju v OŠ Simona Jenka, precej pa dela tudi v društvu Aktivček, čigar predsednik je. "Društvo smo ustanovili pred tremi leti, saj smo želeli popestriti športno ponudbo v Kranju. Ukvarjamo se predvsem s plavanjem in aikidom. Pri plavanju, ki ob ponedeljskih in sredah poteka v olimpijskem bazenu, dajemo prednost učenja pravilnih tehnik plavanja in je namenjeno odraslim, aikido pa je borilna večšina, ki je namenjena tako otrokom kot odraslim. Ob torkih in petkih imamo treninge na OŠ Simona Jenka. Pri plavanju mi pomaga predvsem mami Branka, pri aikidu pa Žiga Savnik in Matjaž Dobravc," pravi Andrej, ki bo vesel tudi vprašanj na spletni strani info@aktivcek.com ali po telefonu 040/435 183. "Drugo leto v začetku junija bo v Kranju tudi odprto veteransko državno prvenstvo v plavanju, ki ga pripravlja naše društvo, že sedaj pa vabimo vse, ki so kdaj plavali ali jih plavanje veseli, da se nam pridružijo," še dodaja Andrej.

Vilma Stanovnik, foto: Gorazd Kavčič



Andrej Pirc znova z veseljem skoči v bazen in tekmuje med veterani.

Tri odličja za kranjske judoistke

Sredi septembra je v Celju potekal tradicionalni mladinski turnir za pokal Iva Reya. Na njem so uspešno nastopile tudi tekmovalke Judo kluba Triglav Kranj. Domov so prinesle dve srebrni in eno bronasto medaljo. Srebrnih sta se veselili Neja Šimenc za drugo mesto v kategoriji do 57 kg in Anka Pogačnik za drugo mesto v kategoriji do 78 kilogramov. Maja Povšnar je osvojila bron za tretje mesto v kategoriji do 57 kilogramov. **V. S.**



Maja Povšnar, Anka Pogačnik in Neja Šimenc (z leve proti desni)

Prva zmaga za hokejistke Triglava

Hokejistke Triglava, ki so se ob zaključku lanske sezone veselile naslova prvakinja razširjene avstrijske lige DEBL, imajo letos očitno težje delo kot lani. Tako na gostovanju kot nato doma so jih premagale hokejistke ekipe Young Birds iz Kitzbühla, prvo točko pa so nato osvojile v boju z ekipo Celja. Na Dunaj so s 4:3 premagale moštvo Vienna Flyers. Triglavanke se bodo ta konec tedna znova predstavile v domači dvorani v Kranju, kjer bodo gostile ekipo Celja. **V. S.**



Hokejistke Triglava so morale priznati premoč ekipe Young Birds / Foto: Tina Dokl

Ljubitelji teka tekmovali na Brdu

Roman Kejžar je postal zanesljivi zmagovalec 1. teka okoli Brda, ki ga je prejšnjo nedeljo pripravil Atletski klub Triglav.

Več kot tristo tekačev in tekačic se je prejšnjo nedeljo zbralo na prvem teku okoli Brda. Prireditev, ki naj bi v prihodnje postala tradicionalna, drugo leto pa naj bi organizirali tudi pol maraton, je privabila tudi veliko otrok. Organizatorji iz Atletskega kluba Triglav so zanje pripravili še posebej zanimiv program, saj so tako oni kot straši lahko spoznali, kako poteka atletska šola, najbolj navdušeni, ki jih je bilo čez petdeset, pa so se nato pomerili tudi na otroškem teku. Zmagovalci so bili vsi, ki so pritekli v cilj 300-metrške proge na hipodromu, najhitrejša med dekletki pa je bila Kranjčanka **Tajda Škraba**: "Treniram pri atletskem klubu in rada tečem. Tek tu na Brdu mi

je bil všeč in še bom prišla."

Zmagovalec na 10-kilometrski progi je bil naš najboljši maratonec **Roman Kejžar** iz Železnikov. "Proga tukaj na Brdu je makadamska in ni tako hitra. Je pa lepa in ravna, zato je za rekreativni tek zelo primerna. Rezultat okoli 31 minut na taki podlagi je odličan in z njim sem zadovoljen. Trenutno se pripravljam za ljubljanski maraton in današnji tek je bil dobra popestritev v pripravah na 42-kilometrski tek," je v cilju povedal Roman Kejžar. Na drugo mesto se je uvrstil Hovtaveljčan Tone Kosmač, tretji pa je v cilj prišel **Peter Letnar**.

Vilma Stanovnik



Na 10-kilometrski tek okoli Brda se je podalo več kot tristo tekačev in tekačic.



Več kot petdeset otrok je tekmovalo na 300-metrski progi na hipodromu.

Zlata medalja Blažki Poklič

Na dvodnevem odprtem prvenstvu Hrvaške v karateju, ki je potekalo na Reki, je nastopilo 1.072 tekmovalcev iz Francije, Nemčije, Italije, Madžarske, Srbije, Slovenije, Slovaške, Bosne in Hercegovine, Belgije, Avstrije in Izraela in seveda Hrvaške. Tekmovanja se je udeležilo tudi sedem tekmovalcev Karate kluba Kranj. Rok Trost, Andraž Kejžar in Janez Perhavec so nastopili za slovensko člansko reprezentanco, njihov nastop pa se je neuspešno končal že v prvem krogu. V kadetskimi kategorijah so za reprezentanco nastopili: Blažka Poklič, Anja Godnič ter David Čevriz in Nuša Cvjetičanin. Prijetno je presenetila Blažka Poklič, ki je med mlajšimi kadetinjami do 50 kilogramov v petih borbah premagala vse nasprotnice in osvojila prvo mesto. Prvo borbo je zmagala s 4:3, drugo s 3:0, tretjo prav tako s 3:0, v polfinalu je kar s 4:0 odpravila Mio Šarić (Hrvaška) in v finalu z 2:0 Martino Nagy (Madžarska). To je najboljši mednarodni uspeh Blažke, saj ga je dosegla v izredno močni konkurenci. Od preostalih je eno zmago zabeležil le David Čevriz med kadeti do 57 kilogramov. **V. S.**



Blažka Poklič s pokali in medaljami.

Fanta, a vaju peljem?

Ne, greva kar peš.

Andrej Polajnar in Andrej Roblek sta v dobrih sedmih dneh prehodila 230 kilometrov od Kranja do Peroja. Naredila sta 328.571 korakov. Stava? Sploh ne.

Takole dogodivščino začetna opisovata kranjska poklicna gasilca **Andrej Polajnar** in **Andrej Roblek**, ki sta iz Kranja krenila 18. septembra: "Na pot sva šla v petek zjutraj po nočni službi. Nahrbtnika sta bila nekam težka, a sva šele pri prvem postanku v pekarni, ko sva kupovala zajtrk, ugotovila, da s seboj nosiva vsak po več ventilov od CO2 aparatu. Vsak pa tehta približno pol kilograma. To so nama ušpičili sodelavci (smeh)." Na dan sta prehodila približno štirideset kilometrov, vstajala sta ob pol osmi zjutraj, dan sta zaključila, ko se je delal mrak. Pot ju je vodila iz Kranja čez Sorško polje, skozi Škofjo Loko, čez Polhograjske Dolomite, Polhov Gradec, Logatec, Postojno, Razdrto, Senožeče, Divačo, Kozino, Črni Kal, Kubed, Gračišče, mejni prehod Sočerga, mimo Istrskih Toplic, skozi Motovun, Višnjan, Žbandaj, Lovreč, mimo Limskega kanala do Bal. "Zadnjo noč sva prespala v kampu Kolone, to je bila prva noč, ko sva se pošteno umila in prva nočitev, ki sva jo morala plačati," povesta Andreja.

"Dobro sva premislila, kaj sva bova doma zložila v nahrbtnik. Kolega, ki je prehodil že več ki-

lometrov kot midva, nama je svetoval, naj bo teža nahrbtnika največ deset odstotkov lastne telesne teže. Na dan sva imela med šest in sedem ur učinkovite hoje, kljub dobri obutvi se tudi žuljem nisva izognila. Kakšne posebne krize nisva imela, morda le drugi dan, ko sva prehodila nekaj več kilometrov kot sicer, jedla sva pa bolj malo. Prvo noč sva spala v Zaklancu, to je kilometer pred Horjulom. Šla sva mimo neke hiše, gospodar je ravno zunaj brusil stole, pa naju je vprašal, ali sva kaj žejna. Dal nama je tudi prenočišče. Drugo noč sva spala pri poklicnih gasilcih v Postojni, tretjo noč v Danah pri Divači na turistični kmetiji, kjer sva po večerji razgrnila šotor kar na njihovem vrtu. Naslednjo noč sva spala v lovskem domu pred mejo, spanje nama je uredil poklicni kolega iz Kopra, ki je tudi lovec. Peto noč sva prespala v Motovunu na terasi gostilne, v kateri sva večerjala, šesto noč malce pred Porečem, prav tako na terasi gostilne, zadnjo noč pa v kampu. Veliko gostoljubja sva doživela na poti, pa tudi kakšno pikro, spraševali so naju na primer, ali je z nama vse v redu, ali imava preveč časa, kaj se nama je v življenju tako zamerilo. En



Končno na cilju

gospod nama je pa rekel, da sva dobra, ker bi šel on še v hlev z avtom, če bi bilo to mogoče," sta strnila nekaj utrinkov s poti.

Večinoma sta hodila ob cesti, kar je zaradi gostega prometa na čase spominjalo na adrenalinsko dogodivščino. Kot sta povedala, sta pogosto ravno zaradi bližine ceste hodila drug za drugim, v tišini: "Okolja nisva poznala dovolj dobro, da bi ubirala bližnjice; izognila sva se le Vrhniki po stari tankovski cesti, za bližnjico od Črnega Kala do križišča Koper-Buzet pa nama je povedal en domačin. Ogledevala sva si okolico, za kar je bilo časa več kot dovolj, ker je korak počasen.

Najbolj so bile mučne dolge ravnine, na primer naprej od Istrskih Toplic je deset kilometrov, pa tako rekoč nobenega ovinka."

Motiv za dobrih sedem dni hoje ni bila stava. "Nisva šla tekmoval, zato tudi nisva hitela. Pomembno nama je bilo, da prehodiva to pot, vmes pa kar se da uživava. Oba se tudi sicer ukvarjava z različnimi športi, pa tudi služba od naju zahteva dobro fizično pripravljenost. Do Peroja sem enkrat že kolesaril, pa sem rekel, bom šel enkrat še peš. V tem kraju, ki leži približno deset kilometrov pred Pulo, imajo moji starši vikend," je povedal Andrej Roblek, ki se mu je večkrat na



Prvi počitek takoj čez mejo



Pogled na Črni kal



Motovun je na Andreja naredil največji vtis.

poti zgodilo, da je kaj pozabil: "In sem zato naredil še nekaj več kilometrov kot Polajnar (smeh). Enkrat sem se moral vrniti nekaj kilometrov nazaj po nogavice, ki sem jih sušil na klopici, spet drugič sem na bencinski črpalki, ko sva kupovala čokoladke, pozabil mobitel."

Nekaj sto metrov poti ju je en dan spremljal mucek, potem pa je pobegnil, ker se je ustrašil prometa. Domačin na Motovunu jima je obljubljal tartufe, a je ostalo le pri besedah. Na roko-

metnem igrišču pri Balah sta videla poligon za t. i. gasilsko disciplino (ideja za tak poligon je prišla ravno od kranjskih poklicnih gasilcev). "To je bil res tak domač občutek," sta dodala fanta. Pri Postojni jima je nek voznik ponudil prevoz in nikakor ni mogel razumeti, da gresta raje peš. Kar se financ tiče, sta skupaj zapravila med petdeset in šestdeset evrov na dan za hrano in pijačo. Z digitalnim aparatom sta posnela mnogo fotografij in kar je zanimivo, Andrej Roblek je bil



Eden od mnogo takšnih pogledov

največkrat slikan ob tovornjakih, ki so njegovo posebno veselje. "Na cilju sva bila nagrajena z rebri in torto, z obiskom domačih in sodelavcev, ki so imeli v tistem času potapljaški tabor v Premanturi. Rad bi se zahvalil moji družini, predvsem ženi Eleni, za vso podporo," je povedal Andrej Polajnar in na vprašanje, če bosta še kdaj ponovila avanturo, odgovoril: "Nikoli ne reci nikoli ... morda na kakšni drugi relaciji."

Suzana P. Kovačič



Ko se prebudiš v šotoru, polnem gosjega perja

V Prošportu tudi savne

V Prošportu v Stražišču se obiskovalcem trudijo ponuditi čimveč. Fitnessu, ki je popolnoma obnovljen, aerobiki in uricam za otroke so dodali še wellness ponudbo: pedikuro, manikuro, depilacijo, masaže, solarij, modno ličenje in savne.

V Prošportu lahko obiščete tri vrste savn:

- ◆ Finsko savno, ki predstavlja tradicionalno obliko potenja;
- ◆ Aromatično savno, ki deluje na enakem principu kot navadna finska, razlika pa je v tem, da je zrak odišavljen z različnimi aromatičnimi dišavami;
- ◆ Infra savno, ki zmanjšuje utrujenost, sprosti um in telo ter odpravlja stres.

V prostoru se nahaja tudi dovolj velik pretočni masažni bazen s toplo vodo.



PROŠPORT center, Stražišče pri Kranju, Jernejeva 12, 4000 Kranj | 04/231 02 40 | www.prosport.si

Do uspehov s prizadevnim treningom

Drsalni klub Kranj deluje četrto leto in ima v svojih vrstah 60 članov.

Drsalni klub Kranj deluje od leta 2006 in združuje umetnostne drsalce ter ljubitelje umetnostnega drsanja. V svojih vrstah ima 60 članov, ki redno ali občasno drsajo, nekateri zgolj za zabavo, dvanajst pa je registriranih drsalcev pri Zvezi drsalnih športov Slovenije. Stari so od šest do šestnajst let, tekmujejo pa v kategorijah mladink, starejših dečkov in deklic. Udeležujejo se državnih in mednarodnih tekmovanj, od katerih so najbolj znana tekmovanja Evropski kriterij s petimi tekmami na leto,

kjer se srečujejo tekmovalci iz srednje in jugovzhodne Evrope. Na teh tekmovanjih so tekmovalci že dosegali vidne rezultate, med drugim sta bila v letu 2007 Krištof Brezar in Klara Jagodic državna prvaka v kategorijah dečkov in deklic do 11 let, Nika Jagodic pa je zmagala na Pokalu Slovenije v kategoriji deklic do devet let. Krištof Brezar je bil državni prvak v kategoriji dečkov do trinajst let tudi lani.

Pot do teh uspehov seveda vodi preko rednih treningov. Drsalci od leta 2007 dalje trenirajo v



Umetnostni drsalci so predvsem v mlajših kategorijah že dosegli vidne uspehe.

kranjski ledni dvorani pod vodstvom usposobljenih trenerjev. Luka Klasinc in Darja Škrj tako skrbita za izkušenejšje tekmovalce, z mlajšimi skupinami pa delajo Tjaša Möderndorfer, Anja Dimič Andlovic in Anja Miklič. Pri zagotavljanju nepogrešljivega ledu jim pomaga Mestna občina Kranj, sicer pa delovanje kluba omogočajo predvsem starši tekmovalcev in drsalni navdušenci s članarino in prostovoljnimi delom. Ker imajo v Kranju zagotovljene le tri ure ledu na teden, kar je za redni trening precej premalo, gostujejo v Ljubljani v Hali Tivoli in Hali Zalog. Po besedah predsednice kluba Mojce Schlamberger Brezar s tem zagotovijo drsalcem sedem dni treninga v tednu. Poleti, ko ledu v Sloveniji ni, pa organizirajo priprave v drsalnih centrih v tujini. V letu 2007 so bili tako v Oberstdorfu, kjer je nad drsalci bedel tudi trener Badri Kurashvili, poleti 2008 pa v Pragi. Avgusta letos pa so bili kranjski tekmovalci tudi na pripravah v Ljubljani, ki jih je organizirala Zveza drsalnih športov Slovenije s pomočjo ISU in kjer so jih trenirali svetovno priznani trenerji Juri Bureiko, Shanetta Folle in Badri Kurashvili.

V Drsalnem klubu Kranj niso usmerjeni le v tekmovalne uspehe, ampak veliko pozornosti posvečajo tudi rekreativni plati delovanja, ki nenazadnje odkriva

morebitne talente. V letih 2007 in 2008, ko se je v Kranju odprla možnost treninga v ledni dvorani, so tako organizirali več začetnih in nadaljevalnih tečajev drsanja ter skupaj z Agencijo Lucky Luka Luke Klasinca izvedli program Zlati sonček za kranjske vrtnice, v katerih so v letu 2007 zajeli 360, v letu 2008 pa več kot 450 otrok. Ta program otrokom približa drsanje in jim omogoča, da pridobijo osnove gibanja na ledu, kar lahko nadgrajujejo v drsalnem ali hojskem klubu.

Za malce bolj sproščene nastope tekmovalci sodelujejo tudi na novoletni in pustni drsalni reviji, ki ju vsako leto ekipa Lucky Luka pripravi v Ljubljani, gostuje pa tudi na premičnih drsalniščih v Sloveniji. Treninge drsalcev je mogoče spremljati vsak torek med 16. in 17. in soboto med 9. in 10. uro v ledni dvorani v Kranju. Tekmovalni cilji so, da bi tudi v letošnji sezoni imeli v klubu vsaj enega državnega prvaka in da bi v Kranju lahko organizirali Pokal Slovenije 2010, ki bo 7. in 8. marca 2010. Poleg tekmovalnih ciljev pa bi radi v svoje vrste povabili čim več nadebudnih mladih ljubiteljev umetnostnega drsanja.

Oktobra se bo začel začetni tečaj - termin bo ob sobotah med 8.45 in 9.45 v ledni dvorani Kranj. Zaželeno je, da se prej prijavite na drsanje.kranj@gmail.si.

Marko Krautberger

Novi Prius.
Prihodnost zdaj.



TOYOTA



Pravi hibrid za popolno zadovoljstvo.

Sem original - prvi pravi hibrid na tem planetu, z več kot 1 milijon ponosnih lastnikov. Napredni hibridni sistem izbere najprimernejši pogon (elektrika, bencin ali kombinacija obeh). Odločite se lahko za vožnjo le na električni pogon brez porabe goriva in emisij. **Sem popolna inovacija** - najnaprednejši in izjemno učinkovit avto z več notranjega prostora kot kadarkoli prej. **Sem rezultat naprednega razmišljanja** - z neprekosljivim izpustom 89 g/km CO₂ in porabo 3,9 l/100km pri kombinirani vožnji v svojem razredu. Z drugimi besedami: **Sem novi Prius. Prihodnost zdaj.** Za izkušnjo popolnega zadovoljstva vas vabimo v najbližje salone Toyota.



Toyota d.o.o., Brničeva 51, 1000 Ljubljana.



www.toyota.si/prius

AC LOVŠE

Jarška cesta 11,
Domžale
(01) 729 9000

Cesta Staneta
Žagarja 65b, Kranj
(04) 280 9000

Today
Tomorrow
Toyota

KRANJ - KOLEDAR PRIREDITEV OKTOBER 2009

TIC Kranj, Koroška cesta 29, Kranj
tel: 236 30 30, fax: 236 30 31, e-pošta: td.kranj@siol.net
ODPRTO VSAK DAN OD 8.00 DO 19.00
SOBOTE, NEDELJE, PRAZNIKI ZAPRTO



PRIREDITVE, SEJMI

TURISTIČNO DRUŠTVO KRANJ

15. 10. ob 10. uri v Mestni hiši (Baročna dvorana): Zaključna slovesnost in podelitev priznanj in pohval za NAJ PROČELJE 2009 in NAJ IZLOŽBO 2009

Glavni trg pri vodnjaku:

17. 10. DAN PODEŽELJA IN PRIDELKOV S KMETIJ

24. 10. DAN KOSTANJA

31. 10. DAN BUČ

Vsako soboto od 8. do 13. ure sobotni sejmi.

ZAVOD ZA TURIZEM KRANJ, www.tourism-kranj.si, Glavni trg 2, tel. 04/238 04 50, 04/238 04 51

Kranjski rovi: ogledi

zborno mesto pred Kranjsko hišo, dodatne informacije na tel. št. 04/2380-450

Ekološka tržnica na Glavnem trgu ob vodnjaku, vsak četrtek od 17. do 19. ure

14.10. ob 18.00 Napoleonova vojska v Kranju

Ob 200-letnici ustanovitve Ilirskih provinc

RAZSTAVE

GORENJSKI MUZEJ KRANJ

tel. 04/201 39 54, 041/767 363

MESTNA HIŠA, Glavni trg 4

odpiralni čas: torek - nedelja od 10. do 18. ure, ponedeljek ZAPRTO

Stalna etnološka razstava Ljudska umetnost na Gorenjskem

Stalna arheološka razstava Železna nit

Stalna razstava del Lojzeta Dolinarja

Likovna razstava Risba in slika v prostoru Alpe - Jadran; odprto do 2. novembra. Vstopnina: 2,3 evra. Vodenji ogledi po predhodnem dogovoru.

PREŠERNOVA HIŠA, Prešernova 7

odpiralni čas: torek - nedelja od 10. do 18. ure, ponedeljek ZAPRTO

Stalna razstava Dr. France Prešeren - življenje in delo Likovna razstava Risba in slika v prostoru Alpe - Jadran; odprto do 2. novembra. Vstopnina: 2,3 evra. Vodenji ogledi po predhodnem dogovoru.

MALA GALERIJA, Glavni trg 4

tel. 04/202 10 21, 040/578 877

Likovna razstava Risba in slika v prostoru Alpe - Jadran; odprto do 2. novembra.

Galerija Prešernovih nagrajencev in nagrajencev Prešernovega sklada, Glavni trg 18, tel. 031/479 678 odpiralni čas: torek - nedelja od 10. do 17. ure, ob sobotah od 10. do 13. ure, ob nedeljah, ponedeljkih in praznikih ZAPRTO

Stalna zbirka Prešernovih nagrajencev in nagrajencev Prešernovega sklada.

Razstava akademskega slikarja, nagrajenca Prešernovega sklada in dobitnika Prešernove nagrade za življenjsko delo Marjana Pogačnika; odprto do srede novembra.

Galerija Dali, Stritarjeva 5, 4000 Kranj

Razstava otroških ilustracij avtorice Marjane Šegula - Miš; odprto do 15. oktobra

DRUGE PRIREDITVE

REKREATIVNO DRUŠTVO ROKOVNJAČI

Nova vas 12, 4201 Zg. Besnica, tel. 04/250 61 47 e-pošta: rokovnjaci@besnica.net www.besnica.net

18. 10. ob 11. uri: KOSTANJEV PIKNIK V BESNICI

KLUB ŠTUDENTOV KRANJ

Gregorčičeva 6, tel. 04/236 06 30, e-pošta: info@ksk.si, www.klubar.si

Mladinski kulturni center

Tomšičeva 21, 4000 Kranj

19. 10. ob 20. uri: Filmski večer: Morvern Callar

Klubar, Slovenski trg 7, 4000 Kranj

18. 10. ob 19.30: Potopisni večer - Vietnam in Kambođa

Irish pub, Cesta Staneta Žagarja 16, 4000 Kranj

29. 10. ob 19. uri: koncert skupine Beer Belly

31. 10. ob 19. uri: koncert skupine Kose

Gostišče Arvaj, Kajuhova 2, 4000 Kranj

21. 10. ob 20. uri: Pojemo z Metko Štok

Galerija Dali, Stritarjeva 5, 4000 Kranj

31. 10. ob 21. uri: Noč čarovnic s skupino JoškeV'n

Mestna občina Kranj, Slovenski trg 1, 4000 Kranj

24. 10. ob 19. uri: koncert Kranjskega okteta

Uspešno leto za galerijo Kranjske hiše

V Kranjski hiši v starem mestnem jedru Kranja leto in pol deluje Galerija, v kateri gostijo predvsem likovna in fotografska dela umetnikov, ki se želijo predstaviti kranjskemu občinstvu. "Letos smo organizirali pet samostojnih razstav in šest skupinskih razstav, na katerih se je predstavilo več kot trideset razstavljalcev, skupaj si je razstave ogledalo okrog 1500 obiskovalcev," je povedal **Lado Kraljič** iz Zavoda za turizem Kranj, ki upravlja s Kranjsko hišo. Ker je zanimanja za razstavljanje veliko, so izvolili Galerijski Svet z namenom, da bodo člani Sveta skrbeli za kakovostno izbiro razstav in predstavitev umetnikov. Ravno sedaj Galerijski Svet pripravlja razpis za razstavne termine za leto 2010, ki bo 15. oktobra objavljen na spletni strani Kranjske hiše. **S. K.**



Prejšnjo sredo so odprli razstavo fotografij Metke Vergnion z naslovom Mimoidoči. Razstava bo odprta do tretjega novembra. / Foto: Gorazd Kavčič

Lutke vagice



Za izdelavo potrebujete valovito lepenko, dolžine približno pol metra. Za trup odrežete tri centimetre širok trak, ga pomažete z lesnim lepilom in na začetek traku prilepite dve krajši vrvice (dolžine dvajset centimetrov) in eno daljšo vrstico (dolžine petdeset centimetrov).



V povit trak z olfa nožem (otroci zaradi varnosti za pomoč prosite odrasle!) naredimo tri zareze (v obliki Mercedesovega znaka). V zareze zatakamo vrvice za noge in za glavo.



Za glavo odrežemo ožji trak dolžine približno trideset centimetrov, ga pomažemo z lepilom in nazadnje naredimo zarezo "gor in dol", v katero povežemo vrstico iz trupa.



Odrežemo še enako dolge trakove za nogice, jih pomažemo z lepilom, damo na trakce, ki visijo iz trupa in jih zvijemo. Poljubno izrežemo še ušesa, smrček in oči. Končni izdelek privežemo na leseno palčko in lutka že zaživi ...

Foto: Gorazd Kavčič

Eko pod zeleno smreko

Poučne in zabavne delavnice za otroke potekajo vsako soboto dopoldne. Osrednja tema meseca oktobra je raziskovanje dreves in lesa.

Na poučnih in zabavnih delavnicah Eko pod zeleno smreko mentorji iz Zveze ustvarjalnih društev Kranj otrokom skozi igro predstavijo pestrost lesnatih rastlinskih vrst v kanjonu Kokre. Delavnice so brezplačne, namenjene otrokom od četrtega leta dalje, potekajo pa vsako soboto z zborom ob 11. uri na Glavnem trgu v starem mestnem jedru. "Na delavnici se bomo to soboto pogovarjali o gozdu. Opazovali bomo in se učili, kako se grmi in drevesa med seboj razlikujejo, kakšno je listje, lubje ... Pa ne bomo opazovali samo z očmi, ampak bomo tudi s prsti poskušali otipati razliko. Pogovarjali se bomo o tem, zakaj vse so drevesa pomembna v našem okolju, kako visoko lahko zrastejo, kakšno starost lahko doživijo. Da bo tudi zabavno in ne samo poučno, se bomo zabavali z igro Čigav list je to, čigavo lubje je to. Za zaključek srečanja si bomo ogledali še kranjskega posebnega - drevo mamutovec," je **Nataša Herlec** iz Krice krac napovedala srečanje, ki bo v soboto, 17. oktobra. V soboto, 24. oktobra, pa bo mizarska delavnica, kjer boste otroci slišali mnogo o obdelavi lesa nekoč in danes, o ločevanju obdelanega lesa po barvah, letnicah in naredili uporaben izdelek.



Posebnost ob Gimnaziji Kranj - drevo mamutovec

Foto: Gorazd Kavčič

Prva projektna delavnica za odrasle: Oblikovanje koledarja

Začetek v sredo, 14. oktobra, v Krice kracah na Glavnem trgu. Spoznali boste osnove likovne teorije (likovne zakonitosti: kompozicija, perspektiva, barve, ...); osnove digitalne fotografije; osnove photoshopa; kako poiskati in ujeti v objektiv primeren motiv; kako razložiti zgodbo, ki jo predstavlja fotografija; kako preoblikovati fotografijo; kako prepoznati kvalitetno oblikovanje; kako ločiti med fotografijo in oblikovano fotografijo. Končni rezultat bo koledar, ki ga bo vsak od udeležencev dobil v količini po predhodnem dogovoru, in pa razstava fotografij v Krice kracah, ki jih bodo udeleženci izdelali na delavnici. Tečajniki naj bi s seboj prinesli digitalni fotoaparater (priporočljivo, a neobvezno). Več informacij in prijave sprejemajo po telefonu 040/230 567.

Program sobotnih matinej ob 10. uri v Prešernovem gledališču Kranj:

- 17. oktober: **JAKA IN SRAKA**, Gledališče Unikat
- 24. oktober: **JAJCE**, Lutkovno gledališče Ljubljana
- 7. november: **ŠVIGOLIN**, Teater Lampa
- 14. november: **MOTOVILČICA**, Gledališče iz desnega žepka
- 21. november: **VOLK IN KOZLIČKA**, Lutkovno gledališče Maribor

Program petkovih prireditev ob 17.30 na Glavnem trgu v Kranju v Krice kracah:

- 16. oktober: **BOANA**, LG Tri
- 23. oktober: **O ŽABICI IN SONČKU**, LG Zapik
- 30. oktober: **OSTRŽEK**, LG Nebo
- 6. november: **KUŽEK IN MUCA**, Lutkarnica Koper
- 13. november: **ŠIVILJA IN ŠKARJICE**, Teater za vse

ZVEZA USTVARJALNIH DRUŠTEV, GLAVNI TRG 22, KRANJ

Poštevanko spremenila v igro

Učenje poštevank sta Marijanca Cuderman iz osnovne šole Trstenik in njen partner Marko Kern otrokom približala z računalniško igro Mojster poštevank.

Z omenjeno računalniško igro sta Marijanca Cuderman in Marko Kern sodelovala tudi na natečaju Ustvarjalni učitelj leta in zanjo prejela posebno priznanje v kategoriji prvo triletje. Igra Mojster poštevank je pomoč učencem pri urjenju poštevank v 3. razredu, pri čemer sta združila tako učenje kot zabavo, pri tem pa uporabila sredstvo, ki je danes otrokom zelo blizu - računalnik.

Kaj vas je spodbudilo, da ste se prijaviли na natečaj?

”Na natečaj me je že nekaj let nazaj opozorila kolegica, ki je to igro uporabljala v razredu. Zdelo se ji je zelo dobra, zato mi je rekla, naj se prijavim.”

To igrico ste torej razvili že nekaj let nazaj?

”Ta igrica je bila narejena že za mojo prvo generacijo otrok, ko sem začela učiti v prvem triletju. Nekaj let je potem trajalo, da sem zbrala pogum in poslala prijavo na natečaj.”

Kako to, da ste tako dolgo zbirali pogum?

”Vedela sem, da je igrica uspešna, da jo imajo otroci radi in jih pritegne, ampak nekako nisem tip, ki bi znal promovirati samega sebe. Šele zdaj, ko sem dobila razpis za natečaj tudi na osebni naslov, pa sem si rekla: no, pa poskusimo.”

Omenili ste, da so otroci igrico dobro sprejeli. Kako je zasnovana?

”V tretjem razredu je pri matematiki zelo pomemben cilj, da otroci osvojijo poštevanko do avtomatizma. Do tega pa je treba priti z vajo, kar je za otroke zelo težko in enolično. Po drugi strani pa otroke zelo pritegne računalnik. Ta povezava je bila zato kot na dlani. Zato sem prišla na idejo, da bi urjenje poštevank spremenili v igro.”

Kako vam je to uspelo?

”Igrica je zasnovana tako, da si sledi deset računov od lažjega proti težjemu. Če se otrok zmoti, se igra prekine, če jih vseh deset reši pravilno, pa se mu meri čas. Otroci se potem uvrstijo na lestvico in tekmujejo tudi med sabo. Vse je podprto z zabavnimi komentarji. Za otroke je to zelo stimulatívno, zato jih pritegne in jim je všeč. Tega ne čutijo kot prisilo, ampak bolj kot zabavo - vadijo na zabaven način.”

Sliši se skoraj nemogoče, da ste matematiko spremenili v zabavo. Je otroke sicer težko navdušiti za matematiko?

”Na razredni stopnji imajo otroci matematiko kar radi, ker je precej dela s konkretnim materialom, stvari se delajo postopoma. Zato je kar nekaj takih, ki rečejo, da je matemati-

ka njihov najljubši predmet. Poleg športne vzgoje, seveda.”

Igrico ste razvili skupaj s partnerjem Markom Kernom ...

”Včasih mu potarnam o svojih težavah v šoli in skupaj sva prišla na to idejo. Ker je bolj všeč programiranju, je igrico tudi programiral. Ob koncu leta tisti, ki dosežejo čas pod tridesetimi sekundami, in to je večina učencev, dobijo diplomo Mojster poštevank, kar jim predstavlja še dodatno motivacijo. Najprej namreč otrok tekmuje sam s sabo in je vesel, ko vidi napredek, potem so hudi ‘boji’ z drugimi, na koncu pa se jim gre še za diplomu.”

Za igrico ste na natečaju Ustvarjalni učitelj leta prejeli posebno priznanje. Verjetno je dober občutek, ko tudi drugi opazijo vaše delo?

”Bila sem vesela, čeprav nisem imela kakšnih večjih pričakovanj. Igrico sem zasnovala, ker sem iskala način, kako motivirati otroke. Vesel si, ko vidiš, da otroci nekaj znajo, da si jih nekaj naučil. Iščeš načine, kako otrokom približati neko stvar, da jo bodo radi delali. In že to je veliko zadoščenje, ko vidim, da otrokom pomaga, da se z veseljem učijo in na koncu tudi naučijo poštevanko.”

Torej v otrocih ni težko vzpodbuditi radovednosti, ustvarjalnosti?

”Poznam predvsem prvo triado, zato težko govorim, kaj se dogaja na predmetni stopnji. V prvi triadi so že učni načrti tako naravnani, zlasti pri naravoslovju, da si otrokom prisiljen pripraviti stvari tako, da jih sami raziskujejo, da so zanimive. Kar se tega tiče, se po moje v šoli dobro dela in se spodbuja otroka, če ga kaj zanima. Spodbujamo jih tudi, da sprašujejo, sami iščejo informacije ...”

So otroci dovolj dojemljivi za to?

”Ne vsi. Nekateri otroci so izrazito radovedni, stalno sprašujejo, vse jih zanima in so tudi zelo dobri opazovalci. Znajo stvari povezovati in razmišljati o njih, postavljajo pametna, smiselna vprašanja. Pri nekaterih pa imaš res občutek, da jih nič ne zanima. Kako spodbuditi te, pa je res problem, ki predstavlja trd oreh, ki ga poskuša razdreti vsak učitelj. Včasih najdeš način, včasih tudi ne.”

Ali še vedno velja, da je motič vsak, ki štrli iz povprečja - navzgor ali navzdol?

”Za učitelja je gotovo, če bi tako gledal, najbolj enostavno, če bi bili v razredu vsi enako sposobni. Ne bi bila potrebna nikakršna diferenciacija, za vse bi pripravili enake naloge, enako razlago ... A tako delo bi bilo po mojem zelo dolgočasno in enolično. Mislim, da mora delo predstavljati tudi določen



Marijanca Cuderman

izziv, da znaš opaziti, kateri učenci rabijo dodatno pomoč, in tistim, ki so nadpovprečni, ponuditi tudi kakšno dodatno stvar. Obenem moraš znati otrokom stvari predstaviti na različne načine, saj imajo otroci različne načine učenja in dožemanja. To bogati naš poklic, če ne bi bili vsi roboti.”

Je v naših šolah še vedno veliko učenja na pamet in kopičenja faktografskih podatkov?

”Spet lahko govorim zgolj za prvo triado, kjer pa je tega zelo malo. Po moje smo celo premalo delali na tem, saj se je v 4. razredu že treba več učiti, več je podatkov. Učenci se potem ne znajdejo, ne znajo se samostojno učiti. Vsaj v 3. razredu bi bilo zato tega učenja mogoče lahko malce več - ne sicer učenja na pamet, ampak da bi otroci vsaj znali poiskati bistvene podatke.”

Mnogi starši opozarjajo tudi na problem delovnih zvezkov, ki naj bi bili zgolj potuha otrokom. Kakšno je vaše mnenje o delovnih zvezkih?

”Sama si delo brez delovnih zvezkov težko predstavljam. Naloge so zasnovane domiselno in raznoliko, zato otroka pritegnejo. V bistvu učitelju zelo olajšajo delo, sicer bi moral sam sestavljati učne liste. Pisali so jih strokovnjaki in so zato profesionalno narejeni. Vem, da se starši pritožujejo, da delovni zvezki niso rešeni. A vsaj zase lahko rečem, da smo vedno vse rešili. Zato so delovni zvezki dobrodošel pripomoček.”

Mateja Rant

Muzika tu in muzika tam

Kranj je septembra doživel pravo klubomanijo, The Tide smo ujeli med snemanjem drugega videospota, Jana in Irena sta imeli upokojski žur, kranjski gimnazijci pa uspešno navdušujejo.



Kranj (bivša Manana) je konec septembra gostil nastop mlade skupine Success (Tajda Jovanovič - vokal, Aljaž Bernik - klaviature, Nejc Ušlakar - kitara, Nace Jordan - bas kitara, Miha Petrovič - bobni) iz kranjske Gimnazije. Petčlanski bend preigrava pop-rock glasbo, avtorsko in priredbe.



Kranjska skupina The Tide je pred kratkim predstavila skladbo Snow in spot zanj, mi pa smo jih že ujeli pri snemanju novega videospota za Kings of the Hill, ki pa bo v javnost prišel drugo leto - takrat načrtujejo tudi album. Spot je znova režiral Miha Knific.



Jesenska klubomanija je v Kranju postregla z dvema novima kluboma: najprej Manilo clubom (nahaja se v Mega Centru), potem pa še Million Clubom (pod hotelom Creina). Na fotografiji je šef Milliona, Edis Bečić s hostesami.



Septembra smo na eni turističnih kmetij nazdravili svežima upokojskama Gorenjskega glasa, damama iz komerciale in malih oglasov, Jani Belovič in Ireni Kajzer. Zabave in smeha ni manjkalo, podobno je bilo s hrano in pijačo.

Alenka Brun / Foto: Tina Dokl, Gorazd Kavčič, Million Club (Žiga Intihar), AB.

Prireditve v Planetu Tuš v Kranju

Dežela zdravja v Planetu Tuš

Svetovanje o zdravi prehrani bo v petek, 16. oktobra, in soboto, 17. oktobra. Potekalo bo merjenje indeksa telesne mase ter vsa druga svetovanja glede zdravega načina življenja. Poseben poudarek bo na estetiki, preprečevanju potenja, preprečevanju smrcanja, programih hujšanja ... V soboto, 17. oktobra, od 10. do 14. ure boste izvedeli več o desetih zmotah o osteoporozi. Brezplačna predavanja bodo v kino dvorani 5, v avli pa bodo hkrati potekale predstavitve izdelkov, načinov priprave hrane in literature. Zagotovljeno je tudi brezplačno varstvo za otroke v otroškem koticu Oslarija.

V petek, 23. oktobra, in v soboto, 24. oktobra, bodo za vaša vprašanja na voljo zdravnici s področja ThetaHealinga, akupresurne masaže, homeopatije, SU JOK terapije, obvladovanja stresa, učinkovitejšega učenja, kristaloterapije ...

Prvi rojstni dan Planeta Tuš Kranj

V soboto, 24. oktobra, bo ves Planet Tuš Kranj odprt do polnoči. Od jutra do večera bodo potekale zabavne vsebine za otroke, najstnike in odrasle. To bo tudi Dan najugodnejših nakupov! Nodijevo mesto igrač bo za otroke od 10. do 20. ure.

Otroške prireditve

Zabavna glasbena delavnica v Oslariji bo v petek, 16. oktobra, od 17. do 19. ure. V času jesenskih počitnic od 26. do 30. oktobra boste otroci vsak dan med 10. in 13. uro ustvarjali, plesali, peli v otroškem koticu Oslarija.

Napoleonova vojska v Kranju

Ob 200-letnici ustanovitve Ilirskih provinc bo v sredo, 14. oktobra, ob 18. uri pred Kranjsko hišo in v rovih pod starim Kranjem prireditev Napoleonova vojska v Kranju. Organizator dogodka je Zavod za turizem Kranj.

**OVEN 21. marca – 21. aprila**

Prihajate v obdobje, ko ne boste vedeli, kaj hočete. Objem vas bo prej obremenil, kot pa sprostil. Če boste sledili svojemu notranjemu glasu, vam bo tudi uspelo, ne glede na to, koliko denarja boste za to potrebovali. Vse preveč ste odvisni od dobre volje drugih, oziroma prehitro padete pod vpliv, kar vam ne prinese nič dobrega.

**TEHTNICA 24. septembra – 23. oktobra**

Čustveno boste preobremenjeni in bodite previdni, da se zaradi zmedenosti ne odločite napačno. Delali boste v to smer in se brezmejno trudili. Če uspeha ne bo takoj, ne bodite razočarani. Vse ni belo in vse ni črno. Je rožnato pisano, vsekakor pa ne črno-belo. Spoznanje vas pripelje do ciljev.

**BIK 22. aprila – 20. maja**

Ko boste odkrili, kaj je tisto, kar si zares želite, boste to znali tudi dati osebi, ki jo imate vse bolj radi. Vznemirilo vas bo neko srečanje, ki bo imelo veliko posledic za vaše nadaljnje poslovanje. Končni rezultat je lahko popolnoma drugačen, kot si zamislite, a to ne pomeni, da je z vami kaj narobe.

**ŠKORPIJON 24. oktobra – 22. novembra**

Šesti čut vas še nikoli doslej ni pustil na cedilu in tudi tokrat vas ne bo. Vzemite si le čas in prisluhnite glasu znotraj sebe. Pred vami se bodo kmalu odprle poslovne ponudbe, ki jih boste sprejeli z navdušenjem in zavihali rokave. Namesto da toliko premišljujete, raje preidite k dejanjem.

**DVOJČKA 21. maja – 21. junija**

Usodo boste vzeli v svoje roke in nič več se ne boste prepuščali zgolj naključjem in čakali, da se kaj zgodi samo od sebe. Finančne zagate se vam bodo reševale proti pričakovanju. Kadar gledate nazaj, se ne smete spomniti samo slabih stvari, tudi dobre so.

**STRELEC 23. novembra – 21. decembra**

Pred vami je veliko lepih trenutkov v dvoje, saj se vam odpira partnerstvo, kakršnega še niste imeli. Zgodilo se bo nepričakovano. Za uresničitev svojih želja boste tokrat vložili veliko več truda kot ponavadi. Večkrat bi lahko na zunaj pokazali svoja čustva, saj se o vas zelo motijo tisti, ki mislijo, da ste nedostopni.

**RAK 22. junija – 22. julija**

Bolj boste morali vlagati v ljubezenski odnos, nasprotno pričakujte težave, ki jih boste težko uredili tako, da bo za vse prav. Stari dolgovi in obveznosti, povezane z denarjem, boste v tem mesecu končno poravnali. Bodite previdni v svetovanju. Ker se obirate, velikokrat ostanete praznih rok.

**KOZOROG 22. decembra – 20. januarja**

Strah vas je takih in drugačnih razpletov, zato velikokrat ne naredite tistega, kar si želite. Stori-li boste korak naprej. Končno si boste lahko izpolnili kar veliko željo, ki je povezana z denarjem. Vse prehitro ste z vsem zadovoljni, zato se ljudje okoli vas nikoli ne potrudijo.

**LEV 23. julija – 23. avgusta**

Glede svojih čustev si boste zatiskali oči, a slej ko prej se boste morali soočiti z resnico, ki ni nujno, da je za vas negativna. Kupček prihrankov vam res počasi raste, a iz malega zraste veliko. Do takrat pa vam ostajajo želje, ki bodo kmalu uresničljive. Če bi se ljubezni toliko posvečali, bi bili srečen človek.

**VODNAR 21. januarja – 19. februarja**

Želeli si boste avanture, a ker si boste le želeli, naredili pa ničesar, ne morete pričakovati posebnih sprememb. Ko boste že skoraj obupali in ne boste našli izhoda iz nastale situacije, se vam v zadnjem trenutku pokaže rešitev. Prevečkrat se zapirate sami vase, s tem pa niste dovolj pozorni na zunanji svet, ki pa tudi obstaja.

**DEVICA 24. avgusta – 23. septembra**

Včasih se naveličate biti do vseh prijazni in ustrezljivi. Pred vami je zelo pozitivno obdobje, če boste le hoteli, boste dobro zaslužili in povrnili stare dolgove. Namesto da toliko premišljujete, raje preidite k dejanjem, ki bodo zalegla bolj, kot si lahko sploh mislite.

**RIBI 20. februarja – 20. marca**

Začeli boste posvečati več pozornosti in prostega časa svojim najbližjim. Kar se tiče denarja, si boste kar opomogli, a še vedno ne boste imeli občutka varnosti, ki vam zelo veliko pomeni. Velikokrat se obremenjujete zaradi malenkosti. Resda je to v vaši naravi, a vseeno ste lahko na to bolj pozorni.

MANA

www.mana.eu



-25%

popust na
volnene
plašče

in jakne za vso družino

od 14.10. do razprodaje zalog oz. do 31.10.2009

IDRIJA, Lapajnetova 2 | JESENICE, C. Maršala Tita 47, C. Maršala Tita 4 | KRANJ, C. Staneta Žagarja 71
KAMNIK, Medvedova 2, Ljubljanska 3d | ŠKOFJA LOKA, Mestni trg 39 | TRŽIČ, Balos 1 | ŽIRI, Trg svobode 1
RADOVLJICA, Cankarjeva 80, Kranjska c. 4 in še 78 trgovin po vsej Sloveniji