PRILOGA GORENJSKEGA GLASA ZA MESTNO OBČINO KRANJ

KRANJČANKA

Leto: XII - ISSN 1408-7103

Marec 2010 • Številka 3

URARSTVO MATJAŽ
tel.: 04 202 47 44
pri kranjskem sodišču
center SPAR Merkur

Za vas beležimo čas
Gorenjski Glas

KOZMETIČNE STORITVE

- nega obraza in dekolteja
- make up za različne priložnosti
- depilacija in epilacija
- pedikura in manikura
- sprostilna masaža obraza in telesa
- ročna limfna drenaža
- barvanje trepalnic in obrvi
- podaljševanje trepalnic
- zdravljenje s kisikom
- aroma terapija
- refleksna masaža stopal
- body wrapping
- preoblikovanje telesa

Praznovanje v Lepotnem studiu Marti

Laser ELOS IPL z učinkovito tehnologijo prihodnosti omogoča:

- svež mladosten videz;
- trajno ostranjevanje dlak;
- zdravljenje aken;
- pomlajevanje kože;
- odstranjevanje pigmentnih in žilnih nepravilnosti;
- učvrstitev kože - nekirurški lifting

MARCA VAM OB NAKUPU 4 STORITEV NUDIMO 20 % POPUST IN BON V VREDNOSTI 40 EVROV.

LEPOTNI STUDIO MARTI, Marta Kern s. p., Kidričeva 12, Zlato polje, Kranj
http://www.marti.si, marti@marti.si, tel.: 0590 66 55 3, **GSM: 041 66 55 33**
Naročanje: zjutraj od 7.00 do 8.00, zvečer od 21.00 do 22.00

PRIHAJA KRALJICA

LJUBLJANA
13. MAREC
SEKA ALEKSIĆ
GOSPODARSKO RAZSTAVIŠČE
2010 ob 21h

Predprodaja vstopnic:
KRANJ: turistična agencija KOMPAS | BIG BANG | tur. agencija ODISEJ
BIG BANG | PETROL | KOMPAS | WWW.EVENTIM.SI | WWW.VSTOPNICE.COM
KLICNI CENTER: 01 420 5000

AMC STUDIO D.O.O., DUNAJSKA CESTA 158, LJUBLJANA

Motivatorji, animatorji, organizatorji, inštruktorji, psihologi ...

Neverjetno, v koliko vlogah se znajde mentor v programu PUM. Izjemno dinamično delo z mladimi, ki nimajo dokončane šole in niso zaposleni, prinaša veliko zanimivih trenutkov. Seveda je naš največji uspeh, če se udeleženec odloči za nadaljevanje prekinjenega šolanja.

Pumovci iz Škofje Loke in Radovljice skupaj v oddaji Gymnasium na Radiu Slovenija

Mentorsko skupino sestavljamo usposobljeni mentorji različnih izobrazb, od terapevtske do likovne in naravoslovne stroke, spekter znanj pa dopolnjujejo naši skrbno izbrani zunanji sodelavci. Druži nas odprtost do težav mladih in prepričanje, da si vsak zasluži priložnost in podporo na poti izpolnjevanja zastavljenih ciljev. Večina udeležencev potrebuje veliko vloženega časa in energije, inštrukcij in pomoči pri urejanju formalnosti, vendar mentorji ne vržemo puške v koruzo in vztrajamo tudi, ko drugi pomembni ljudje v mladostnikovem življenju (starši, učitelji ...) že obupajo.

Hkrati smo prepričani, da znanje ni nekaj, kar se prenaša iz učiteljeve ali mentorske glave v udeleženčevo. Kvalitetno znanje se ustvarja skozi delo in izkušnje, zato se tudi sami mentorji nenehno učimo ... tudi od naših udeležencev. In ti nas vedno znova presenečajo s svojimi skritimi talenti.

PUM je trenutno svojevrsten kulturni hram, saj se zelo veliko ukvarjamo s poezijo. Poleg deklet za pero poprimejo tudi fantje, ki s svojimi pesmimi resnično navdušujejo. Ker vztrajno odpravljamo dvome o kvaliteti predstavljenih pesmi, udeleženci vedno raje pokažejo svoje izdelke.

Tako bomo vso kreativnost z veseljem pokazali tudi javnosti. Vse vljudno vabimo na "Odprto branje poezije", ki ga v počastitev svetovnega dneva poezije pripravljamo v torek, 23. marca 2010, od 12. do 15. ure v prostorih PUM. To priložnost bomo izkoristili tudi za slavnostni izid naše pesniške zbirke.

Pesmi bodo okrašene s pravimi umetniškimi grafikami, saj imamo v svojih vrstah tudi talentirane likovnike, ki bodo prav tako predstavili svoja dela na samostojni razstavi. In tudi nanjo bomo povabili vse, ki jih zanima, kaj lahko ustvarita dobra volja in zdrava mera samozavesti.

PUM ima odprta vrata za vse, ki se v šoli niso najbolje znašli, zato vabljeni, da se pridružite vsi mladi, željni aktivnega preživljanja prostega časa. Vse informacije o programu lahko dobite na telefonskih številkah 04/511 62 90 in 031/623 729, na Ljudski univerzi Škofja Loka, neusahljivi vir informacij o dogajanju iz prve roke pa je pumovski blog www.pumskofjaloka.blogspot.com.
Če ste brezposelni, boste dobili dnevno denarno nagrado in povrnjene stroške za prevoz.

PUM.Co

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.

LJUDSKA UNIVERZA ŠKOFJA LOKA, PODLUBNIK 1 A, ŠKOFJA LOKA

Zima in pomlad si podajata roke in nas opominjata na postni čas, ko odpremo svoja srca premišljevanju, odrekanju in veselju ob največjem krščanskem prazniku Veliki noči.

velikonočna paketa

knjigarna in papirnica ognjišče

Ognjišče d.o.o., Trg Brolo 11, Koper

Da nam bo postni čas prinesel notranje bogastvo, smo vam pripravili lep izbor knjig na to temo. Ker pa nas na koncu posta čaka praznik, smo vam pripravili lepo izbiro velikonočnih dekoracij, voščilnic, butaric, velikonočnih prtičkov in pirhov.

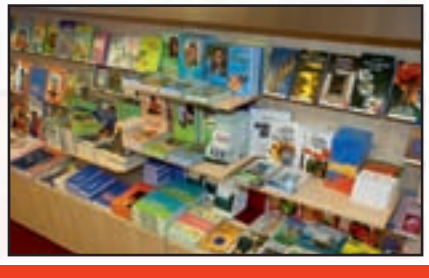
Začenjajo se tudi birme, zato smo pripravili lepa darila za vaše birmance.

Pri nas dobite • knjige in ostale izdaje Ognjišča • knjige drugih priznanih založb • bogat darilni program • vse za darila ob zakramentih • papirniški, pisarniški in hobi program • CD in DVD plošče in VHS kasete **Obiščite nas!**

Kjer boste v miru in v lepem prostoru našli kaj zase, izbrali darila za prijatelje in svoje najdražje. Vabljeni!

ob **Gimnaziji** na **Koroški cesti 19**

ponedeljek – petek **8.00 - 19.00**
sobota **8.00 - 12.00**
nedelja in prazniki **zaprto**



Na naslovnici: Milijana Čelič
Ličenje: Katja Novak
Foto: Tina Dokl

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 daljne 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 sprostitev 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: Delo, d. d., Tiskarsko središče. Uredništvo, naročnine, oglasno trženje: Bleiweisova cesta 4, Kranj, telefon: 04/201-42-00, telefax: 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 zaprto; KRANJČANKA je priloga 19. številke Gorenjskega glasa, 9. marca 2010, v nakladi 21.400 izvodov jo dobijo vsa gospodinjstva in imetniki poštnih predalov v Mestni občini Kranj brezplačno. Raznos: Pošta Slovenije, PE Kranj. Naslednja Kranjčanka izide v torek, 13. aprila 2010.

Vodenje in življenje s srcem

”Sposobnost voditelja je pripraviti ljudi, da sledijo s srcem in so pripravljeni delovati po svojih najboljših močeh. To je nekaj, kar si vodja lahko prisluži s svojim odnosom do zaposlenih,” pravi mag. Peter Babarović, strokovnjak na področju razvoja osebnih potencialov ter uspešnega vodenja. Je tudi mojster in učitelj KI Aikida.

Stran 6

Avto mi bo pomagal živeti

Alma Djikić, 42-letna Kranjčanka s cerebralno paralizo in z neverjetno voljo do življenja, ima le eno željo: nakup avtomobila, ki bo prilagojen njenim potrebam.

Stran 11

Lep pozdrav, saj veš čigav ...

Razglednice so zgovoren dokument časa, saj marsikdaj prikazujejo motive, ki jih je klasična fotografija redko obeležila. V Gorenjskem muzeju bo od sredine marca v Galeriji Prešernove hiše na ogled razstava izbora starih razglednic Gorenjske.

Stran 35

Kranjski športniki niso razočarali

Na olimpijskih igrah v Vancouvru je odlično šesto mesto v slalomu osvojil Triglavan Mitja Valenčič, šesto in sedmo mesto pa skakalca Robert Kranjec in Peter Prevc. Na sliki vidite, kako so Petra Prevca pričakali sošolci kranjske ekonomske gimnazije.

Stran 40

Ona: JAKNA IZ DENIMA bombaž/elastan **39.99** ŠAL **12.99** MAJICA bombaž/poliester **14.99** HLAČE IZ DENIMA bombaž/elastan **39.99**
On: JAKNA IZ DENIMA bombaž **39.99** MAJICA bombaž **9.99** HLAČE IZ DENIMA bombaž **34.99**

Vodenje in življenje s srcem

”Sposobnost voditelja je pripraviti ljudi, da sledijo s srcem in so pripravljeni delovati po svojih najboljših močeh. To je nekaj, kar si vodja lahko prisluži s svojim odnosom do zaposlenih. Tega se ljudem ne da ukazati,” pravi mag. Peter Babarović, strokovnjak na področju razvoja osebnih potencialov ter uspešnega in učinkovitega vodenja. Je tudi mojster in učitelj KI Aikida, japonske veščine poenotenja uma in telesa v gibanju, kot doda: ”Tudi to pripomore k uspešnemu vodenju.”

Društvo KI Aikido Škofja Loka, ki ga vodi mag. Peter Babarović, v Kranju deluje leto dni, v bližnji Škofji Loki pa peto leto. S Ki Aikidom je Babarović, sicer magistriral s področja kakovostnega ravnanja s čustvi zaposlenih v podjetjih, ukvarja dobrih petnajst let. ”Vsa spoznanja KI Aikida izhajajo iz življenja in ne iz boja, zaradi česar predstavlja eno zelo redkih veščin, ki spodbuja lesk v očeh, ki ga ustvarjajo mir in vrednote iskrenost, dobrota in toleranca,” poudari v pogovoru.

Kar zanimiva zgodba, kako ste se sploh začeli ukvarjati s KI Aikidom ...

”Pri svojih dvajsetih letih sem imel veliko prelomnico v življenju. Prej sem se ukvarjal samo z dvigovanjem uteži, po štiri ure vsak dan, šestkrat na teden. Vse je bilo usmerjeno v moč, v mišice. Pri dvajsetih letih sem se vprašal, ali si bom uničil zdravje zgolj na račun rezultatov. Po naključju sem na enem od večernih sprehodov s psom videl plakat, ki je nagovarjal h KI Aikidu, kako torej živeti v harmoniji z okolico, kako uporabiti ves potencial, ki ga imamo, v polni meri. Šel sem na predstavitev in svet se mi je postavil na glavo. Kot body builder sem delal počepe z dvestokilogramskimi utežmi, na predstavitvi pa učitelja KI Aikida Staneta Kirbiša nisem prestavil niti za centimeter, pa je ta stal na eni nogi. Prišel sem do spoznanja, da ni vse samo v fizičnem telesu (mišicah, moči), ampak da je ključno poenotenje uma in telesa. Da človek dejansko lahko živi kakovostno sproščeno življenje in ne življenje v nenehnem boju, lastnem egu in razkazovanju samega sebe. Takrat sem prvič spoznal koncept življenja, ki je lahko drugačen.”

KI Aikido je torej način življenja in ne odmerek treningov?

”Sem nosilec mojstrskega pasu CHU den. Da sem prišel do tega, sem se res moral dokazati s poznavanjem tehnik KI Aikida, čeprav sam izraz ”tehnika” zelo nerad uporabljam. Pri KI Aikidu gre bolj za način prilagajanja. Človek skozi način gibanja izraža samega sebe in že iz tega, kako se človek giblje na treningu, vidim, kako se prilagaja življenju, kako razmišlja; gibi pri nervoznem človeku so bolj energični, obraz ni sproščen, kar pa se skozi treninge začne spreminjati. Vsa spoznanja KI Aikida izhajajo iz življenja in ne iz boja.”

Če poskušate obvladati nasprotnika s silo, pa tudi, če vam je uspelo, ste si ustvarili samo novega sovražnika ...

”Pred nekaj meseci so mi rekli v enem podjetju, da so zaradi krize najeli maserje, ker masaža zmanjšuje stres. Lahko se masirate štiriindvajset ur na dan, vendar če ne živite v skladu z vrednotami (iskrenost, dobrota, toleranca), ki veljajo tudi za poslovni svet, zavestno delate drugim ljudem škodo.”

”Res je. To je dejal ustanovitelj aikida Morihei Ueshiba, ki je razvil veščino umetnosti poenotenja uma in telesa v gibanju. Prišel je na idejo o spremembah veščine, pri čemer tehnika govori o notranji harmoniji, ravnotežju, nenasilju. Z aikidom so nadaljevali njegovi učenci, med katerimi je bil Koichi Tohei še za čas življenja Ueshibe vodja vseh inštruktorjev v Hombu doju v Aikikai zvezi. Tohei je ustanovil šolo Shin Shin Toitsu Aikido in nadaljeval pot svojega učitelja, le s to razliko, da je dajal precej večji poudarek na KI (univerzalna energija) in zato ga smatramo za utemeljitelja KI Aikida, ki je kot tak nastal okrog leta 1974. V Slovenijo je veščina prišla pred približno petindvajsetimi leti. KI Aikido tudi ni tekmovalna veščina, saj ni poraženca in ne zmagovalca.”

”Zelo redko v življenju se zgodi, da te kdo fizično napade. Pogosto se pa zgodi, da te kdo verbalno napade. Nenehen boj v življenju, ki je lahko fizičen, beseden, ... človeka utrudi. Ko si mlajši, zdržiš, ko si starejši, ne zmoreš več.”

KI Aikido v poslovnem svetu

Imate večletne izkušnje s ”coachingi” v podjetjih iz vidika ciljev, menedžmenta in vodenja. Svoje znanje o človeških potencialih ste izpopolnjevali tudi na Univerzi naravnega zdravja (Fit For Life Science Institute) v Kanadi. Bili ste član mednarodne skupine Neways International. Filozofijo KI Aikida in svoje akademsko znanje pa ste razvili v nek povsem svoj koncept ”coachingov”. Za kaj gre?

”Včasih sem na seminarjih, predavanjih v podjetjih vedno izhajal iz vidika ciljev, ker je že po definiciji vsako podjetje na trgu zato, da ustvarja dobiček. Žal pa gre precej ljudi k temu cilju preko vseh meja in dogajalo se je, da so ljudje, ko sem jim prenesel znanje, tega zase želeli izkoristiti le na način, da bi manipulirali z drugimi, in ne iz vidika vrednot. Predaval sem v enem večjem in znanem slovenskem podjetju, ki ima celo certifikat za družbeno odgovorno podjetje, pa nobenih vrednot. Vsi vemo, da denar pri današnjem načinu življenja potrebujemo, vendar pa edini cilj ne more biti samo ”še več” denarja.”

KI Aikido je umetnost, ki je nastala iz borilnih veščin. "Večina ljudi se proti sili bori s silo in če nam želi nekdo skriviti roko, napnemo mišice in se upiramo. Dejansko pa ne vidimo nobene druge poti, roko lahko namreč stegnem v katerokoli drugo smer, ampak samo ne proti sili." / Foto: Tina Dokl

Ampak če bi vam neko podjetje v tem trenutku za nekaj predavanj ponudilo mesečno plačo, mar bi se temu odrekli zato, ker vodjem tega podjetja ni bistveno razvijanje vrednot, ampak imajo pred seboj samo dobiček?

"To je zanimivo vprašanje, ki so ga pred nekaj desetimi leti postavili tudi v Ameriki. Izkazalo se je, da se več kot devetdeset odstotkov zaposlenih sploh ne vpraša, zakaj hodijo v službo. Zanimalo jih je samo to, kako bodo preživeli, in ne tisto, kar je ključno: kaj bi radi v življenju počeli. Dostikrat ljudje pravijo, saj bom. A kdaj? Človek se postara, se upokoji, sanje se razblinijo.

Večina ljudi se boji za svoje pozicije, za svoje stolčke. Slišim večkrat "jaz grem iz tega podjetja ven samo z nogami naprej". Večinoma samo strah in vodenje z vidika pozicije moči. Zakaj? Ker bo sicer prišel nekdo drug. In slej ko prej bo res prišel, lahko da bo tudi sposobnejši. Vendar pa bo človek, ki je našel svoje poslanstvo v življenju, svojo zgodbo uspešno peljal najprej. Pravi vodja je hodil po poti in ta pot se uspešno nadaljuje tudi, ko njega več ni. Prav tako vodja zaposlenega ne bo navdušil za delo, če sam nima leska v očeh.

"Človek začne počasi doumevati, da ni šablona tista, ki da najboljši rezultat, ampak da se mora prilagoditi situaciji. Partner misli, da me ima, pa me nima, pri tem pa ni nobene agresije, ampak mehkoba, sproščenost."

Enkrat me je res nekdo vprašal, kako nekoga, ki razmišlja zgolj iz vidika denarja, prepričam še v razvijanje vrednot v podjetju. Odgovoril sem, da nikogar ne prepričujem, moja naloga pa je, da zadevo na takšen način pokažem in predstavim, da človek to razume. In potem se vsak sam odloči, ali bo šel naprej po tej smeri. Zato tudi nikogar ne prepričujem, da je KI Aikido najboljši."

Trening uma in telesa

KI Aikido je namenjen vsem, tudi otrokom in starejšim.

"Trening KI Aikida omogoča fizični in psihični razvoj celega organizma. Vse mišične skupine se obremenjujejo postopoma, s čimer se v veliki meri izognemo možnosti poškodb, saj je vadba zasnovana na veščini in popolni harmoniji gibanja in ne na fizični moči. Priporočljiv je za vsakogar in je na začetni stopnji tudi enostaven. Za otroke potekajo treningi nekoliko drugače, so bolj igrivi, z veliko več gibanja. Vsak otrok dobi svoje "bojevniško" ime, ker ima tudi vsak kakega vzornika v svojem življenju. Dobro je, da že pri njih začnemo spodbujati pozitivne strani in talente. Šola, žal, vzgaja le povprečneže. Popravljajo se napake, namesto da bi izgrajevali talente in prednosti posameznika. Vsaka oseba je edinstvena in vsakdo ima neko prednost, ali če temu rečemo talent, na nekem področju pred drugimi. Če se stalno popravljajo samo napake, se s prednostmi sploh nihče ne ukvarja. Kaj se zgodi? Otroku, ki je navdušen nad življenjem, lesk v očeh lahko ugasne že v začetku šolanja. Ko sem bil v sedem razredu osnovne šole in so nas testirali, so mi rekli, da sem primeren za triletno kovinarsko šolo po rezultatih testov. Odločil sem se drugače. Končal sem srednjo gradbeno šolo, Fakulteto za gradbeništvo in magistriral na Ekonomski fakulteti. Zato je ključno za vsakega posameznika, da pride do spoznanja in da zase najde smisel ali z drugimi besedami svoje poslanstvo v življenju. Kaj bom počel in ne kako. Ko sem delal magistrsko nalogo, pa sem vendarle prišel do spoznanja, da ne glede na to, ali ima oseba končano osnovno šolo, srednjo šolo, magisterij ali doktorat - da mu pomembnega znanja, kako ravnati s svojimi čustvi in občutki, šola ne da. Šolski sistem je osredotočen v večini samo na delovanje razuma, kar pa predstavlja samo en del izjemnega celostnega človeškega organizma."

In kako poteka vaša ura?

"Na začetku se dela sklop treh različnih vaj (energijske vaje, vaje za dihanje in zvok). Pri vajah z zvokom na primer začutimo, kako vibracija zmasira vse notranje organe. Naj še bolj ponazorim zvok: kdorkoli na svetu se udari, reče "au". Kdorkoli razmišlja, reče "mmmm". Ko rečemo A, se sprosti napetost v trebuhu, ko rečemo U, se sprosti napetost v zgornjem delu telesa, ko rečemo M, se sprožijo vibracije v glavi. Vse samoglasnike (a, e, i, o, u) in soglasnik m ljudje na nezaveden način pravzaprav uporabljamo vsak dan.

"Šola, žal, vzgaja le povprečneže. Popravljajo se napake, namesto da bi izgrajevali talente in prednosti posameznika. Vsaka oseba je edinstvena in vsakdo ima neko prednost, ali če temu rečemo talent, na nekem področju pred drugimi. Če se stalno popravljajo samo napake, se s prednostmi sploh nihče ne ukvarja. Kaj se zgodi? ... "

Sledi vadba prevalov in padcev, ki je namenjena masaži hrbta. Namen prevalov je tudi povsem življenjski: enkrat padeš, spet vstaneš, pa padeš, vstaneš. Šele potem gremo v vadbo z naključnim partnerjem, kar ima svoj čar. Možgani v organizmu postavijo svojo strukturo in vse, kar je zunaj te strukture, je lahko neprijetna sprememba za posameznika. Zdaj pa se človek znajde v situaciji, ko se ga na primer oklepajo trije, on pa se jim mora izviti, ne da bi izzval agresijo. In ko zamenja partnerja, je spet povsem nova zgodba, čeprav gre za eno in isto "tehniko". Človek začne počasi doumevati, da ni šablona tista, ki da najboljši rezultat, ampak da se mora prilagoditi situaciji. Partner misli, da me ima, pa me nima, pri tem pa ni nobene agresije, ampak mehkoba, sproščenost.

Vse to je tehnika, ki pa še vedno nima leska v očeh. Tehnika samo pomaga, ne da mi pa mirnosti. Mirnost dajo vrednote. Pred nekaj meseci so mi rekli v enem podjetju, da so zaradi krize najeli maserje, ker masaža zmanjšuje stres. Lahko se masirate štiriindvajset ur na dan, vendar če ne živite v skladu z vrednotami (iskrenost, dobrota, toleranca), ki veljajo tudi za poslovni svet, zavestno delate drugim ljudem škodo, ... vam nobena tehnika ne bo pomagala, da v sebi najdete mir!"

Suzana P. Kovačič, foto: Tina Dokl

NAJCENEJŠI TAXI V MESTU
TAXI MONET
051/320-505
Pavla Gričar s.p., Savska Loka 20, Kranj

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

GROZA!!! LANI SO TUKAJ ŠE RASLI ZVONČKI...
LANI SMO TUDI ZA ODVOZ SMETI PLAČEVALI TRIKRAT MANJ...
ALJANA 2010

Kranj ni več usran

Tradicionalna čistilna akcija Očistimo Kranj 2010 bo zadnjo soboto v marcu.

Čistilna akcija, ki jo organizira Zveza tabornikov občine Kranj skupaj s Poslovno skupino Sava in Mestno občino Kranj, bo v soboto, 27. marca, z začetkom ob 9. uri na Glavnem trgu in ob 10. uri pred Šmartinskim domom v Stražišču. Čistili bomo mestna naselja Mestne občine Kranj in kanjon reke Kokre. Organizator vas vabi, da se akcije udeležite v čim večjem številu in s tem pripomorete k čistejšemu okolju, v katerem živite. Če se boste odločili za čiščenje območja, ki obsega vašo krajevno skupnost ali vaše območje delovanja, to sporočite na elektronski naslov klemenmarkelj@yahoo.com do 15. marca. Za zaščitna sredstva, vrečke za smeti in malico bodo poskrbeli taborniki in Poslovna skupina Sava. Namen že tradicionalne čistilne akcije je ozavestiti občane mesta Kranj in prebivalce Gorenjske o preventivni skrbi za čisto okolje, v katerem živimo in delujemo. Načine varovanja okolja se prikaže ne samo odraslim, ampak tudi otrokom. Z izvedbo dogodka in spremljajočimi aktivnostmi organizator prispeva tudi k povečanju utripa in zabave v kranjskem mestnem jedru.

Suzana P. Kovačič

	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009
Št. udeležencev	270	320	530	550	580	650	1400	2000
Št. sodelujočih podjetij, organizacij	6	8	16	18	20	23	30	36
Obseg pobranih odpadkov (m^3)	30	45	80	90	100	240 (Čiščenje rovov!)	200	več kot 200

Čistilna akcija 2009 / Foto: arhiv Gorenjski glas/Tina Dokl

Razpis za neprofitna stanovanja v najem

Letos bo, predvidoma 26. marca v Kranjskem glasu, znova objavljen Javni razpis za dodelitev neprofitnih stanovanj Mestne občine Kranj v najem. Z razpisom bodo določeni splošni pogoji, ki jih bodo morali izpolnjevati prosilci, da so upravičeni do dodelitve neprofitnega stanovanja v najem, kriteriji in merila za ocenjevanje stanovanjskih in socialnih razmer, površinski normativi za dodelitev neprofitnih stanovanj, prednostne kategorije, dodatni pogoji, rok oddaje vloge ... Vloga za prijavo na razpis bo dostopna na spletni strani Mestne občine Kranj in v sprejemni pisarni Mestne občine Kranj, prosilci pa bodo svoje vloge lahko oddali osebno ali po pošti. Objava prednostne liste se pričakuje predvidoma oktobra 2010.

Nazadnje je bil Javni razpis za dodelitev neprofitnih stanovanj Mestne občine Kranj v najem objavljen v mesecu maju 2007, v prilogi Gorenjskega glasa - Kranjčanki. Na razpis je takrat prispelo 282 vlog, 242 prosilcev je izpolnjevalo vse pogoje in merila in so bili uvrščeni na prednostno listo. Na podlagi dokončne prednostne liste je bilo do današnjega dne dodeljenih 52 neprofitnih stanovanj, od tega 22 v novem bloku v Struževem, katerega izgradnja je bila v celoti financirana s strani Mestne občine Kranj. Z uspelimi upravičenci so bile sklenjene najemne pogodbe za nedoločen čas in z neprofitno najemnino. **S. K.**

VSE ZA SPOMLADANSKO DELO NA VRTU

V Kmetijsko vrtnarskem centru Sloga v Kranju in v Naklem vam nudimo vse, kar potrebujete za spomladanska dela na vrtu:

- semena vrtnin in cvetlic, čebulček, semenski česen, šalotka, ...
- spomladanske čebulnice
- semenski krompir (tudi v 3,5 in 10 kg pakiranjih)
- substrati, zemlja, gnojila
- vse za nego in varstvo rastlin
- korita, lonci
- vrtno orodje in pripomočki
- krmna žita in krmila

OBIŠČITE NAS:
SLOGA
Kmetijsko gozdarska zadruga, z.o.o.

KVC Slogin vrt KRANJ
Šuceva 27, tel.: (04) 2014 960
KVC SLOGA NAKLO
Cesta na Okroglo 1/a, tel.: (04) 5951 940
KTC SLOGA ŠENČUR
Kranjska cesta 29, tel.: (04) 2519 772
- akumulatorji, tekočina za stekla ...
- motorne žage, cepilci, ...
- vrtni kultivatorji, kosilnice, ...

Odprto: od 7. - 19. ure, sobota od 7. - 13. ure

KGZ SLOGA KRANJ, Z.O.O., ŠUCEVA ULICA 27, KRANJ

Joj! kam bi del?

To je vprašanje, ki v opozorilo žđi nekje v ozadju, ko se na Gorenjskem že dobro desetletje vedno znova pogovarjamo, kaj bi naredili z gorenjskimi odpadki. Do leta 2007 je bil to izrazit tek v krogu s ponujanjem rešitev (lokacij!), v katere noben gorenjski župan ni zares verjel (še tisti, ki jih je predlagal, ne) ali z "modro" tišino in čakanjem, da se bo problem že nekako rešil, sicer pa bo odločila država. No, država je za nekaj časa res nekaj odločila in pri tem zradirala najbolj optimalno rešitev na nekdanji kranjski deponiji. Medtem smo se v Kranju problema ravnanja z gorenjskimi, ne le kranjskimi odpadki lotili res sistematično, da bi ujeli še zadnjo pošiljko evropskega denarja za ta namen. Ampak v okviru CERA za Gorenjsko so nekateri brezciljni tek še kar nadaljevali v nov krog.

V državnem operativnem načrtu za področje ravnanja z odpadki je opredeljeno, da naj bo mehansko-biološka predelovalnica odpadkov v poslovni coni pri Struževem, odlagališči za ostanke odpadkov pa na Mali Mežakli in v Kovorju. Januarja letos se je, ko je kranjska občina pred tem (v dobri veri, da se ravna po državnih smernicah in da so tudi drugi gorenjski župani vendarle za kompromisno rešitev) pridobila potrebno zemljišče in v precejšnji meri pripravila dokumentacijo za kandidaturo za evropska kohezijska sredstva, pojavil nov predlog, da bi gorenjske odpadke v celoti reševali na Mali Mežakli. In na novo začeli zbirati dovoljenja, pripravljati dokumentacijo, se skušali uvrstiti v državni operativni načrt - skratka nov krog, za katerega pa morda nimamo več dovolj časa, kajti zelo negospodarno bi bilo zamuditi nepovratna sredstva in obesiti celotno breme urejanja sistema ravnanja z odpadki na občane. Prepričan sem, da je kompromis poslovna cona pri Struževem - Mala Mežakla - Kovor dovolj dober in izvedljiv ter je do začetka junija možno pripraviti vlogo za evropska sredstva. K sreči po zadnji seji konzorcija CERO 2. marca 2010 (zaenkrat) enako misli tudi večina gorenjskih županov.

Kakorkoli že, sistemske rešitve so res odgovornost politike, kar pa ne sme vplivati na naša osebna ravnanja. Verjamem, da bomo redoljubnost pri ločenem zbiranju papirja, plastike, kovin in stekla nadgradili z ločevanjem bioloških odpadkov in bomo še naprej dosledni pri skrbnem ravnanju z nevarnimi odpadki.

Prav tako sem prepričan, da se boste, kolikor bo v vaši moči, odzvali na vsakoletno splošno čistilno akcijo v občini, ki bo letos 27. marca. Skrb za okolje bo tudi v prihodnje tema številka ena, še zlasti za politiko, in ne bo prostora za odlašanje ali popravljanje zgrešenih odločitev po načelu Joj! Kam bi del?

Župan Damijan Perne

Avto mi bo pomagal živeti

Alma Djikić, 42-letna Kranjčanka s cerebralno paralizo, in z neverjetno voljo do življenja, ima le eno željo: nakup avtomobila, ki bo prilagojen njenim potrebam.

”Cerebralno paralizo so mi ugotovili ob rojstvu, s petnajstimi leti pa nisem mogla več hoditi,” pripoveduje svojo zgodbo Alma iz Kranja. Zaradi bolezni je priklenjena na invalidski voziček, a je kljub temu izredno samostojna. Stanovanje na Planini je popolnoma prilagojeno njenim potrebam in razen enega detajla je spodobna živeti sama. Alma za številne zdravniške preglede, službo in druge vsakdanje obveznosti potrebuje prevoz. ”Ne morem do konca življenja nadlegovati svojih prijateljev in jih prosjačiti za prevoz, ko pa imajo svoje življenje.” Alma kljub svoji bolezni tudi služi denar. Štiri ure na dan preživi v Sončku (invalidskem podjetju Zveze društev za cerebralno paralizo Slovenije), kjer v ospredje stopijo njene administrativne sposobnosti. Akcije za nakup prilagojenega avtomobila se je lotila izredno pogumno. Poleg že nekaj zbranega denarja Alma ob nesebični pomoči številnih prijateljev v prihodnjih mesecih pripravlja tudi koncert.

”Želim povabiti glasbenike, kot so Predin, Lovšin, Kreslin - take, ki so mi všeč in sodijo skupaj,” nam je predstavila svoj načrt Alma. Denarja trenutno nima zbranega niti polovico, vendar je Alma kljub temu v polnem zagonu. ”Aprila namreč pripravljam dobrodelni koncert, s pomočjo katerega nameravam priti do manjkajočih sredstev. Upam, da bo uspešen, saj trdim, da avto, do katerega, upam, bom prišla s pomočjo ljudi, ki težave razumejo, ni več luksuz, ampak osnovna potreba.” Ko bo dobila avto, ki bo prilagojen njeni invalidnosti, bo na njem opravila še šoferski izpit. Alma najde vedno nove pozitivne strani življenja; začela je namreč trenirati dvoransko balinanje in nad tem je navdušena. Njen moto ”Kar potrebuješ, dobiš z nasmehom” predstavlja žensko, ki ima ogromno voljo do življenja, vendar kljub temu potrebuje pomoč. Na njeni spletni strani www.betmobil.si si lahko preberete vse o njej, njenem življenju in življenjski poti in napotke, kako ji lahko pomagate.

Lani se je širok krog ljudi združil v dobrodelni akciji za nakup prilagojenega avtomobila za Darka Djurića, rejenca v družini Debeljak iz Podbrezij. Sedaj študent na fakulteti za šport avto že ima in opravlja vozniški izpit. V akciji je ostalo nekaj denarja, ki so ga Darko in družina Debeljak sedaj namenili Almi za nakup avtomobila, prepričani, da bi bilo tako prav tudi Darkovim darovalcem. D. Ž.

Kristina Dželilović

Film o fenomenu Bruno Gröning

V Dvorano Krajevne skupnosti Stara Loka - Podlubnik ste v nedeljo, 14. marca, od 14. ure do 19.30 (z dvema odmoroma) vabljeni na ogled dokumentarnega filma ”Fenomen Bruno Gröning - Po sledeh čudodelnega izcelitelja”. Organizator dogodka je Društvo - Krog za duhovno življenjsko pomoč. Srečanje bodo ponovili v nedeljo, 4. aprila, in v nedeljo, 25. aprila, ob istem času. Vstop je prost. Rezervacije sprejemajo do petnajst minut pred začetkom srečanja po telefonu: 040/659 900. Film, ki je zagotovo nenavaden že zaradi svoje dolžine, prikazuje življenje in delovanje tega nenavadnega moža (1906 - 1959), ki se je rodil v Gdansku, po vojni je kot pregnanec emigriral v Zahodno Nemčijo, umrl je v Parizu. Bil je navaden delavec, pozornost javnosti pa je vzbudil zaradi svojih ”čudežnih izcelitev”, zaradi česar je pri uradnih oblasteh prišel v nemilost. Pred dobrimi tridesetimi leti so ustanovili ”Krog prijateljev Bruna Gröninga”, ki danes združuje več kot 60 tisoč somišljenikov po vsem svetu, tudi v Sloveniji. **S. K.**

HUMANITARNI KONCERT

za otroke z downovim sindromom

DRUŠTVO SOŽITJE LJUBLJANA, SAMOVA ULICA 9, LJUBLJANA

Športna dvorana Zlato polje
(Tehniški šolski center Kranj)

Kidričeva 55, Kranj
12. marca 2010 ob 18. uri

NASTOPAJOČI:
- Pihalni orkester Šenčur
- Solisti: Elda Viler, Oto Pestner, Pro Anima Singers s Simfoniki pod vodstvom dirigenta Marka Hribernika
- Plesni klub Zebra
- Otroci z downovim sindromom
- Eva Pirnat

PROGRAM POVEZUJETA: Vanja Umnik in Darko Torkar

Vstopnina 10 EUR

Vstopnice so naprodaj v prostorih Gorenjskega glasa, Zavoda za turizem Kranj, Gostilnici Kresnik Naklo in eno uro pred koncertom. Izkupiček bo namenjen obravnavi otrok. VLJUDNO VABLJENI!

Gorenjski Glas

Nagnjena k zapletanju življenja

V okviru literarnega večera so na Gimnaziji ESIC Kranj pred časom gostili slovensko pisateljico, kolumnistko in igralko Deso Muck.

Literarni večer se na prvi pogled ni začel prav nič obetavno, saj je Desa Muck prišla izredno neraz-položena in dijakom ni namenila niti pogleda, če-prav so jo pozdravili z navdušenim ploskanjem. Led pa je uspelo prebiti dijakom drugega letnika, ki so premierno uprizorili igro Sodobna Romeo in Julija. Desa Muck je priznala, da se je ob njihovi predstavi zelo zabavala. "Imela pa je eno napako - bila je namreč veliko prekratka," jih je pohvalila.

Literarni večer se je potem nadaljeval v zelo spro-ščenem vzdušju in Desa Muck je z dijaki delila misli o svojih knjigah, igralskih izkušnjah in na splošno o svojem življenju. Najprej jim je zaupala, da je nagnje-

Desa Muck

na k temu, da si zapleta življenje. "Najbolje bi bilo, da bi bila vedno doma. Ko stopim iz hiše, se takoj kaj zgodi." V šolo, je nadaljevala, ni hodila prav rada, a ne samo zaradi težav z učenjem. "Nikoli ni-sem prav dobro vedela, zakaj se moram učiti pred-mete, ki me ne zanimajo." Vse to, je dodala, pa je spremljal še strah, da bo konec sveta, če česa ne bo znala. "Vedno sem namreč želela osrečevati druge. Zato je bila šola zame zelo stresen prostor," je pri-znala in dodala, da pa je zdaj ugotovila, da šola ni nič takega in bi takoj zamenjala s hčerami. "Ko se začne boj za preživetje, ni več tako fino. Zato je tre-ba najti nekaj, kar rad delaš." Dijake je zanimala tudi

Uprizoritev igre Sodobna Romeo in Julija

njena izkušnja v oddaji Spet doma. Pojasnila je, da se v oddaji nikoli ni povsem sprostila, saj ima izjemno nizko samopodobo. Obenem, pravi, je na nacionalni televiziji razvila hudo samocenzuro. "Ne smeš govoriti čez cerkev, pa politiko, pa Janšo ... Potem si pa kar tiho," je ironično ponazorila vlogo humorista v oddajah v živo. Zato ima raje gledališče, jim je še zaupala, saj tam lahko znova postane punčka, ki se igra. Čeprav, doda skoraj v isti sapi, je to zelo težko delo.

Precej bolj nerada pa piše, je priznala. "Moje življenje je zelo stresno in se težko toliko umirim, da bi lahko pisala." Večino stvari, pravi, napiše po naročilu. "Pravim, da nimam notranje potrebe po pisanju, ker bi mi sicer manj plačali," je malo v šali malo zares dejala Desa Muck in dodala, da razumljivo popolnoma brez tega ne gre. Kakor ne morejo ljudje ves čas pričakovati od nje, da je ves čas dobre volje. "Najbrž je res, da smo humoristi vsi malo depresivni. Humor pa predstavlja zid, ki ga postaviš med sebe in druge ljudi," je pojasnila. Prostodušno je še priznala, da je še nedolgo nazaj kadila marihuano. "A nikoli nisem bila preveč za 'travo', bolj za alkohol, pa tudi to ne toliko, ker sem imela otroke," je razložila. Kot mamo pa je sama sebe označila za zelo zaščitniško. Idealnih staršev po njenem prepričanju tako ali tako ni. "Če obstaja kakšna taka mama, pa malo poglejte, kaj jemlje," se je ponorčevala. Sama, je še dodala, je povsem povprečna in kdaj "znori" tudi brez razloga, a kot pravi, se zna tudi opravičiti. Na koncu je dijakom še zaupala, da je najraje pisala Kremplina, ker ga ni pisala po naročilu, ampak se ji je zgodba sanjala.

Mateja Rant, foto: Gorazd Kavčič

LUK
Ljudska Univerza Kranj

JEZIKOVNA ŠOLA
Spomladanski vpis - 15. - 26. marec 2010

Prinaša prebivalcem Mestne občine Kranj
PRIJETNO PRESENEČENJE.

Pustite se presenetiti ali
presenečenje podarite ženam ali mamam.
AN - NE - IT - FR - ŠP - RU - SL ...

➨ Vseh stopenj ➨ Individualno ➨ Skupinsko ➨ Dinamično
➨ Učinkovito ➨ Komunikativno ➨ Prijetno ➨ Uporabno

NOVO
Nadstandardni tečaji obnovitvene AN - NE - FR - 40 ur

Z vami in za vas že 50 let - tradicija, izkušnje in inovativnost.

Tel.: 04 280 48 16 **www.luniverza.si**

Znanje je kot zlato, oplemeniti naše življenje.

Na Gimnaziji spet igrajo

Na kranjski Gimnaziji je pod vodstvom mentorice **prof. Barbare Logar** znova začela delovati gledališka skupina in tako dopolnila bogato kulturno dejavnost na tej dvesto let stari ugledni kranjski šoli. Gledališčniki so za svoj krstni nastop izbrali Ionescovo delo Plešasta pevka, ki jo je za sedanje razmere priredil član skupine **Ajdin Huzejrović.** Poleg njega v sproščeni in s humorjem začinjeni igri nastopajo še **Anamarija Štiherl, Jan Košiček, Manca Sternen, Aleks Peternel, Urša Ušeničnik, Neja Šušteršič, Neža Rozman, Meta Požun, Karin Piškur** in **Eva Pirnat.** Za kostumografijo skrbi **Anja Jerkovič,** za retorične vaje **Matej Hribernik,** za fotografije **Urša Bajželj** in **Marko Kuralt** in za oblikovanje plakata **Danko Ostojić.** V tehnični ekipi so **Miha Jež, Marko Kuralt, Luka Rogelj** in **Jan Šmid.** Gimnazijska gledališka skupina je za svoj prvi nastop sredi februarja izbrala dvorano kulturnega doma v Stražišču in bila nagrajena z dolgim aplavzom številnega občinstva. Prvi predstavi so sledile še predstave za posamezne letnike gimnazije. Prvi korak nove gledališke skupine je bil torej uspešen.

Jože Košnjek

Igralci in sodelavci z mentorico Barbaro Logar po prvi predstavi na odru kulturnega doma v Stražišču

Zaplesali s prijatelji

Osnovna šola (OŠ) Helene Puhar Kranj že nekaj let dobro sodeluje z OŠ Matije Čopa Kranj, predvsem je poudarek na kulturni izmenjavi med šolama. Učiteljica **Mateja Žvokelj Kostanjevec** iz OŠ Helene Puhar je povedala: "Februarja je bilo srečanje na naši šoli, nastopili so folkloristi OŠ Matije Čopa. Ob tej priložnosti smo povabili tudi folklorno skupino Društva upokojencev Naklo. Učenci so v ljudskih plesih izjemno uživali, še posebej jim je bilo všeč, ko so se s folkloristi naučili ljudski ples in ga skupaj zaplesali. Vodjo folklorne skupine Andreja Kosiča je razveselil izjemen odziv učencev in njihovo sodelovanje med prireditvijo, gromek aplavz pa je plesalce napolnil z energijo in veseljem, ki so ga začutili v družbi z našimi učenci." **S. K., foto: Tina Dokl**

Bleiweis iz Beksla pred Gorenjski glas

Prejšnji teden so se začela dela na bodočem krožišču Bleiweisove in Koroške ceste, na tako imenovanem Bekslu. Izvajalci del so postavil zaporo Koroške ceste, in sicer na delu od uvoza na parkirišče Policije in Gorenjske banke do uvoza v parkirno hišo na kareju A. Promet po Bleiweisovi zaenkrat poteka nemoteno v obe smeri. Gradnja krožišča bo predvidoma zaključena v juliju, vmes pa se bodo zapore cest še spreminjale. Bleiweisov spomenik, za katerega v krožišču ne bo več prostora, so prestavili (na sliki) v park pred Gorenjskim glasom. Njegova nova lokacija je že vrisana v načrtu krožišča pri policiji. **V. S., foto: M. G.**

Kamin jih je grel celo zimo

Obiskali smo dom družine Sekne v naselju Britof-Voge. ”Zelo veliko smo dali na to, da smo za notranjo opremo poiskali slovenske proizvajalce in dobavitelje,” so poudarili.

Miha Sekne, pomočnik izvršnega direktorja za maloprodajo v podjetju Mercator, se je z družino pred dvema letoma preselil v naselje Britof-Voge. ”V hišo smo se preselili iz stanovanjskega bloka in že ko smo gradili, smo vedeli, da bo pred hišo vrt, pritličje pa bo velik odprt prostor, kar obenem odraža karakter članov naše družine. Tudi sami smo odprti in komunikativni. Zelo veliko smo dali na to, da smo za notranjo opremo poiskali in izbrali slovenske proizvajalce in dobavitelje,” je povedal **Miha Sekne.**

Načrt za hišo je naredil arhitekt Tomaž Oblak. Družina je izbrala moderen stil, a kljub temu prostori delujejo zelo domače, v bivalnih prostorih je tudi veliko rastlin, cvetja. Notranja oprema je preprosta, pohištvo sta zakonca sama izbrala. ”Pritlični prostor je velik, odprt in svetel prostor z velikimi okni, ki povezuje kuhinjo, jedilnico in dnevno sobo. V pritličju sta še manjša kopalnica in manjši kabinet. Spalni prostori so v nadstropju hiše. ”Imamo talno gretje, a je kamin tisti osrednji prostor, ki nas je celo zimo prijetno grel,” je povedal sogovornik, ki se mu je pogled ustavil nad kaminom, na cepin. ”Cepin je darilo družinskega prijatelja, žal pokojnega alpinista Tomaža Humarja.” Nad kaminom je tudi manjši kolovrat, ki je lep spomin na dediščino prednikov **Mateje Sekne.**

Miza v jedilnici je velika, seveda z namenom, kot je poudarila Mateja: ”Ko smo bili še v bloku in ko smo imeli obiske, smo se okrog mize vedno stiskali. Zdaj je dovolj prostora okrog nje tudi za goste.”

V kletnih prostorih so shranjeni športni rekviziti, saj smo bili na obisku pri družini športnikov, ki se navdušuje nad kolesarjenjem, tekom, planinarjenjem ... Prav tako radi potujejo. Iz vsakega potovanja prinesejo spominek, ki ga shranijo v posebno vitrino, na drugi steni pa so uokvirjene družinske fotografije iz potovanj. V dnevni sobi je na steni sisal. ”Sisal je okrasni tepih, narejen iz trsk, bambusa, ki smo ga prinesli iz Kenije, a smo se odločili, da bo v dnevni sobi raje krasil steno kot pa tla,” je razložil Miha Sekne, ki je še posebej ponosen na eno sliko, kot pove: ”Slika Trnje je delo mojega očeta Emila.” Odločitev, katera barva fasade bo pravšnja, je padla v enem dnevu. Izbrali so kombinacijo sive in živo oranžne. Družina Sekne se v novem okolju počuti dobro, pravijo, da je lokacija odlična zaradi bližine Kranja, da so pa zdaj res bolj kot ne sredi gradbišča, ker se vse naokrog njih še gradi. ”Ko smo prodali stanovanje v bloku, smo morali z gradnjo hiše zelo pohiteti, ker je kupec stanovanja čakal na vselitev. Tako smo bili eni prvih prebivalcev novega naselja Britof-Voge.”

Suzana P. Kovačič, foto: Tina Dokl

Od leve: Aljaž, Miha, Anže in Mateja Sekne

Prihranite pri ogrevanju

Pravičnejše plačevanje ogrevanja v stolpnicah in blokih - obvezno od 1. oktobra 2011 dalje

Zakaj meriti porabo toplote?

Ogrevanje stanovanja je ponavadi največji strošek, ki ga plačujemo za svoje stanovanje. Nesprejemljivo je, da ga plačujemo po kvadraturi oziroma neodvisno od svoje porabe. Ljudje imamo namreč različne življenjske navade. Nekdo ima v stanovanju vroče, drugi veliko odpira okna, tretji varčuje. Prav je, da vsak plača svojo porabo.

Po uvedbi plačevanja v skladu s porabo stanovalci zapirajo okna, jih dodatno zatesnijo, znižajo temperaturo v prostoru (za 1 stopinjo Celzija nižja temperatura v prostoru pomeni 6 odstotkov prihranka pri energiji!), priprejo radiatorje ob odhodu na dopust ... Skratka začnejo se obnašati bolj varčno, prenehajo se prepiri med sosedi, medsebojni odnosi se izboljšajo. Samo finančni prihranek stimulira ljudi za varčevanje.

Zato ne preseneča, da plačevanje toplote po kvadraturi ljudje zavračajo kot zastarel in nepravičen način - tako v tujini kot pri nas. Plačevanje ogrevanja v skladu z dejansko porabo je obvezno tudi v Romuniji, Bolgariji, Češki, od 1. oktobra 2011 dalje pa bo tudi pri nas.

Kolikšni so prihranki?

V praksi največkrat dosegamo prihranke toplote od 20-30 odstotkov. Odvisni so od načina ogrevanja, vrste stavbe ipd. Starejše stavbe kot največje potrošnice toplote imajo ponavadi največje prihranke.

Povprečno stanovanje v Sloveniji ima 4-5 radiatorjev. Če predpostavimo, da za ogrevanje porabi 500 EUR/leto, potem lahko računamo s prihranki približno 100 EUR/leto.

Strošek vgradnje delilnika toplote je približno 20 - 40 EUR/radiator, investicija se tako povrne v letu do dveh, kar je daleč hitreje kot pri izolaciji zgradbe, zamenjavi oken ali katerem koli drugem ukrepu.

Kako poteka odčitavanje in obračun?

Odčitavanje ponavadi poteka enkrat na leto, podobno kot pri elektriki, vodi in plinu. Podatki se odčitajo po končani kurilni sezoni in sicer na dva načina:

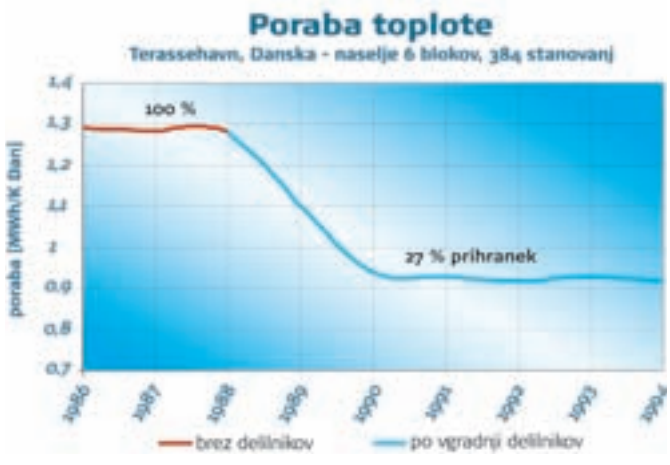
1) z vstopom v stanovanje pri cenejših, elektronskih delilnikih ali
2) na daljavo pri dražjih, radijskih delilnikih

Pri obračunu se upoštevajo fiksni stroški (približno 30 odstotkov: cevi, skupni prostori ipd.), deljivi stroški (približno 60 odstotkov: odčitani iz delilnikov) in redukcije porabe toplote za vremensko izpostavljene lege stanovanj (vogalna stanovanja, pritličje ...). Največkrat se poračun izravna v prvih treh položnicah naslednje kurilne sezone.

Ali so možne goljufije?

Ne. Delilniki so na radiator ponavadi točkovno privarjeni ali privijačeni tako, da jih ni možno sneti. Poleg tega v spominu hranijo točne podatke o porabi toplote za več let nazaj, iz česar lahko razberemo morebitno nenavadno obnašanje. Sodobni delilniki merijo temperaturno razliko od 0,1 stopinje Celzija naprej. Zato so primerni tudi za radiatorje s termostatskimi ventili in za sodobne nizkotemperaturne sisteme. Točnost je zagotovljena, možnost goljufanja izničena.

Dansko podjetje Brunata, z izkušnjami od leta 1917, je neodvisno od distributerja toplote in upravnika. Zagotovite si pravičnejše plačevanje porabljene toplote.



KOVINOTEHNIKA
STROJNO, SPLOŠNO IN STAVBNO KLJUČAVNIČARSTVO
Kovinotehnika Boštjan Jalen s.p., Huje 23, 4000 Kranj
bostjan.jalen@siol.net
GSM: 041/662-684, Tel.: 04/204-77-22
Fax: 04/204-77-20
• kovinske ograje
• nadstreški
• okrogle stopnice
• jeklene konstrukcije
• avtomatska vrata
www.jalen-kovinotehnika.si

PREVC
Saloni pohištva
www.prevc.si
NOVO
VGRADNE OMARE PO MERI
ALP'LUX
VGRADNE OMARE. PROSTOST PROSTORA!
alples
20 % promocijski popust
• Prilagodljivost vsakemu prostoru
• Skladnost z drugimi linijami pohištva Alples
• Poljubna notranja oprema
Popust velja za gotovinsko plačilo do 31. marca 2010.
KRANJ Žabnica, tel.: (04) 502 19 00, e-pošta: info@prevc.si
LJUBLJANA BTC HALA 10, tel.: (01) 541 18 20, e-pošta: prevc@btc-city.si

V DRUŽBI NAJBOLJŠIH

PORAVNAVA d.o.o.

www.poravnava.si

STE SE POŠKODOVALI?
ŽELITE ODŠKODNINO?

PE KRANJ, Maistrov trg 11, 4000 Kranj
Tel.: 04/2382 - 980, gsm: 041/620 - 974, v Adamičevi hiši

Vsem novim strankam plačamo uro parkiranja pred hotelom Creina

Podjetje Poravnava, d.o.o. vam nudi strokovno pomoč v postopku sodne izterjave terjatev ali izvensodne izterjave terjatev.

BREZPLAČNI PORAVNAVAFON

080 13 14

Poravnava d.o.o., Zaloška cesta 69, Ljubljana

Marin

Senčila in Zavese

Izbiro materialov smo povecali na več kot:

-360 vzorcev za plise senčila,
-500 vzorcev za rolete,
-250 vzorcev za alu žaluzije,
-30 vzorcev za lesene žaluzije,
-500 vzorcev za markize,
-600 vzorcev za lamelne zavese,
-3000 vzorcev za zavese,
-2000 vzorcev za panele in gubane zavese.

Delovni čas:
pon - čet:
8:00 - 18:00
pet:
8:00 - 12:00
sobote zaprto

Marin Ines Martinjak s.p.
Ručigajeva cesta 19
4000 Kranj
tel.: 04 2351 341
e-mail: marin@marin.si
web: www.marin.si

Senčila? Zavese? Ali oboje?

Okna so tista, ki povezujejo notranjost naših bivalnih prostorov z zunanjim svetom. Preveč svetlobe, vročina, mraz ali pa le želja po zasebnosti so vzroki, zaradi katerih se odločamo, da steklene površine zastremo s senčili ali zavesami.

Ne le funkcija, intima in dekoracija, vse več zahtev je, ki jih postavljamo pred senčila.

Marsikdaj nam pomagajo pri izboljšanju akustike, izboljšujejo klimo, ščitijo pred elektromagnetnim sevanjem ...

Že nekaj časa so, predvsem v modernejših ambientih, v vodstvu senčila. Razvoj gre naprej, izbire je ogromno. Kako dobro in pametno izbrati?

Za vas je vsekakor zelo pomembno, da ob selitvi v novo stanovanje dobro opazujete prostor, pa tudi zunanjo okolico. Predvsem stvari, ki vas zunaj motijo. Tudi pot sonca, ki je seveda poleti drugačna kot pozimi. Javna razsvetljava ali močna luna sta lahko nad-

logi, ki vam kradeta spanec. Vse to ljudje, ki hišo ali stanovanje le obnavljajo, že vedo iz izkušenj.

Ko se podate v lov za senčili, poiščite pomoč strokovnjaka. Prav zaradi velike ponudbe se boste težko odločili, kaj je za vas najboljše. Oblika oken, način odpiranja, postavitev ogrevanja, predvsem radiatorjev, različni načini montaže ... Vse to je dobro premisliti in premeriti, preden pade odločitev.

Vsekakor je tudi cena tista, ki igra pomembno vlogo pri zbiri. Vsi vemo, kaj je klasični rolo. Takšen platnen, največkrat na vzmet. V blokih jih še najdemo. Sicer služijo svojemu namenu, prav okrasni pa niso. Danes je rolo lahko tudi dekorativen, lahko je popolnoma zatemnilen, tako imenovan black out, lahko je to tween rollo, ki vam spuščen omogoča prost pogled ven, ali pa okno zastrete popolnoma, samo z manjšim zamikom črt, ki so na roloju. Cene so seveda lahko hudo različne, vendar je jasno, da ob res dobrem roloju, pliseju ali žaluzijah verjetno ne bomo več vlagali denarja v druge zavese.

Naj za konec še dodam, da tudi klasičnih zaves še ne bomo kar odpisali. So prostori, še posebej tisti, v katerih prisegamo na domačnost ali pa na razkošje, ki bodo zavese vedno potrebovali. Pa tudi vmesnih rešitev v obliki panel, gubanih rolojev in sodobno oblikovanih zaves je dovolj. Da o ponudbi različnih materialov sploh ne govorim. Torej? Kako se boste odločili?

Ines Martinjak

Danes večina izbere indukcijsko kuhalno ploščo

Ob prenovi kuhinje ni pomembno le, kakšni bodo novi elementi na pogled, družina se mora tudi odločiti za primerne kuhinjske aparate, ti pa naj bodo ergonomsko razporejeni.

Kuhinja je tudi v sodobnih, 'hitrih' časih še vedno eno od zbirališč družine - središče dogajanja. Ponavadi se dan začenja v kuhinji ob prvem prigrizku ali jutranji kavi in kovanju načrtov za prihajajoči dan. Sodobna kuhinja mora biti prijetna za oko, hkrati pa naj bo tudi funkcionalna in v službi vseh, ki jo bodo uporabljali. Danes tudi v kuhinji prevladujejo ravne linije, predvsem pa mora biti vse na dosegu roke.

Zelo pomembna je izbira materialov, ki so lahko zelo različni. Gospodinje bi najraje izbrale ultrapas, saj ga je lahko čistiti, na voljo je v različnih barvah in lesnih dekorjih. Kuhinja je lepa, moderna in nezahtevna za vzdrževanje. Po drugi strani bodo zahtevnejši investitorji, ki so jim všeč naravni materiali, izbrali kuhinjo iz furnirja. Ta se lahko kombinira z barvnim mediapanom ali pa je celotna kuhinja izdelana iz tega materiala. Vzdrževanje takšne kuhinje je zahtevnejše. Vse bolj se uveljavlja tudi pohištvo visokega sijaja, površine so gladke in enostavne, uporablja se tudi steklo in kovina, morda tudi eksotični les. Delovni pulti morajo biti odporni na vodo, udarce, vročino, hkrati pa enostavni za čiščenje. Pulti so lahko granitni ali iz kamna pa tudi iz kerrocka, nerjavečega jekla in betona.

Pri modernih kuhinjah so spodnji elementi ponavadi sestavljeni iz širokih predalov, viseče omarice so bolj za dekoracijo. Takšno kuhinjo dopolnjujejo tehnološko dovršeni aparati, ki so ali vgradni, še večkrat pa družine želijo, da se njihov izbor vidi. Sodobni aparati naj bodo varčni, z majhno porabo energije in za preprosto uporabo, čeprav tudi v kuhinjo vse bolj segajo elektronski pripomočki, ki so skriti v kuhinjske elemente ali pripomočke.

Kakšen hladilnik, pomivalni stroj, pečico ali napo izbrati, je na strani družine oziroma investitorja. Naj ob tem izpostavimo le dilemo izbire običajne električne kuhalne plošče ali in-

Komunala Kranj

Ločeno zbiranje bioloških odpadkov

Biološki odpadki so eni izmed odpadkov, ki se lahko predelajo, ob pogoju, da so ločeno zbrani od drugih mešanih odpadkov. Zato je država z Uredbo o ravnanju z biološko razgradljivimi kuhinjskimi odpadki in zelenim vrtnim odpadom predpisala ločeno zbiranje bioloških odpadkov na izvoru nastanka.

Tako bomo predvidoma v drugi polovici letošnjega leta na območju Mestne občine Kranj vzpostavili sistem ločenega zbiranja bioloških odpadkov. Možnosti ločenega zbiranja bioloških odpadkov je več. Država usmerja občine in izvajalce javnih služb, da spodbujajo občane h kompostiranju in uporabi komposta na lastnem vrtu oziroma da občine omogočijo, da se biološki odpadki zbirajo v ločenih zabojnikih.

Ker želimo tudi v Kranju vzpostaviti učinkovit sistem, s katerim bomo zagotovili, da biološki odpadki ne bodo končali med mešanimi odpadki, bomo predhodno izvedli anketo. S pomočjo ankete želimo pridobiti podatke, koliko občanov želi biološke odpadke ločevati preko dodatnih zabojnikov in koliko jih že kompostira oziroma želi kompostirati na vrtu. Anketo bomo predvidoma izvedli v aprilu oziroma maju. O vsem vas bomo pravočasno obvestili in vas podrobno seznanili z načini ločenega zbiranja odpadkov. Že sedaj pa vas prijazno prosimo za sodelovanje pri anketi. Pomembno je, da z vaše strani pridobimo čim več povratnih informacij, s pomočjo katerih bomo lahko vzpostavili resnično učinkovit sistem ločenega zbiranja bioloških odpadkov.

Zakaj ločeno zbiranje bioloških odpadkov?

Na odlagališča odpadkov je prepovedano odlagati biološko razgradljive odpadke, zato moramo preprečiti mešanje teh odpadkov z drugimi nekoristnimi odpadki, ki se odlagajo.

S pravilnim ravnanjem z biološkimi odpadki pripomoremo k zmanjšanju toplogrednih plinov. Pri kompostiranju kot stranski produkt nastane ogljikov dioksid, ki ima kar enaindvajsetkrat manjši učinek tople grede kot metan, ki nastane pri nepravilnem ravnanju oziroma odlaganju bioloških odpadkov na odlagališča.

Če biološke odpadke kompostiramo doma na vrtu, pomeni, da sami pridelamo naravno gnojilo, izboljšujemo kakovost tal in zemlje na vrtu, nahranimo drevesa, grmovje, travo in sobne rastline. Predvsem pa na okolju prijazen način poskrbimo za svoje odpadke in zmanjšamo količino odpadkov, ki jih odlagamo v svoje zabojnike za odpadke.

Če pa biološke odpadke odložimo ločeno v namenske zabojnike, pomeni, da se zbrani odpadki odpeljejo predelovalcem, ki jih snovno in energetsko izrabijo.

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

Čisto je lepo.

dukcijske kuhalne plošče (plin je, razen v primerih, kjer lahko stanovalci uporabljajo mestni plin, že skoraj pozabljen, saj se nikomur več ne ljubi prevažati plinskih jeklenk). Takole pravi eden od uporabnikov, ki se je na koncu odločil za indukcijo: "Najprej sem poskusil kuhati na steklokeramični plošči - plošča je bila obupno počasna. Segrevala se je tako počasi, da smo kmalu ugotovili, da je popolnoma enaka običajnim (starim) ploščam, le videz je nekoliko lepši. Zato smo se odločili za indukcijo."

Menil je, da bo indukcija vsaj lepša od plina, zagotovo pa nekoliko počasnejša. Skupaj z ženo sta tako kupila indukcijsko ploščo: "Od takrat dalje je kuhanje postalo en velik stres! Še nikoli nisem uspel dohajati kuhanja, vedno sem le čakal. Sedaj pa obratno, še preden dojamem, je meso za obrnit ali zalit ali pa že vre." Kuhanje je postalo eno samo hitenje, česar pa ne jemlje za slabo, nasprotno, je fasciniran nad hitrostjo segrevanja indukcijske plošče.

Na to se je uporabnik indukcijske plošče do danes najbrž že navadil, zato pa morebitne nove privržence takšnih plošč opozarja - na posodo. Posoda mora imeti feromagnetno dno (Gorenje vam tri takšne posode ob nakupu indukcijske plošče podari). Katera posoda je prava, je najlažje preveriti z magnetom, v praksi pa to pomeni, da je potrebno zamenjati aluminijasto posodo, tudi kakšna nerjavna ne bo več uporabna. Tudi nekaj posod, na katere se bo magnet prijel, niso primerne. To so posode z debelim dnom, ki morajo biti prirejene za indukcijo, sicer se toplota ne bo odvajala v lonec, ampak ostala zunaj in močno žarela!

Poglejmo še v jedilnico. V manjših stanovanjih so jedilni kotički ponavadi opremljeni z zložljivimi ali zasučnimi mizami, v večjih stanovanjih in hišah pa je ponavadi dovolj prostora za razkošnejšo jedilnico. Ta je lahko povsem ločena od kuhinje ali pa predstavlja vezni prostor med kuhinjo in dnevnim prostorom. V takšnem primeru strokovnjaki za ločevanje jedilnice od dnevne sobe priporočajo drsna vrata. Najbolj primerna je okrogla miza, pri premeru 90-100 centimerov za mizo lahko sedijo štiri osebe, pri 120 centimetrih od pet do šest ter pri premeru 130 centimetrov od šest do osem oseb. Idealna lega jedilnice je proti zahodu z izhodom na teraso.

Pred nakupom pohištva dobro premislite, katero obliko in velikost naj ima vaša jedilna miza. To ni le vprašanje okusa, temveč tudi vprašanje razpoložljivega prostora in uporabnosti. Okrogle mize so udobne, saj ljudi silijo v medsebojno komunikaciranje. Slaba stran tovrstnih miz je, da potrebujejo veliko prostora. Kvadratne oblike so priporočljive le za manjše število ljudi, pravokotne pa zahtevajo najmanj prostora. Ponujajo jih v različnih dolžinah in širinah. Izbira stolov je prav tako zelo pomembna, določimo pa jo lahko le s preizkušanjem.

Boštjan Bogataj

AKCIJA 2– in 3–slojnih parketov vrhunskega proizvajalca BOEN:
jesen, hrast, doussie, bukev in oreh
10% popusta na vse PVC pode FLOOR DESIGN

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

SENČILA
ASTERIKS
www.asteriks.net

Peter Rozman s.p.
Senično 7, 4294 Križe, Slovenija
Tel.: +386 (0)4 59 55 170
Tel./fax: +386 (0)4 59 55 177
GSM: +386 (0)41 733 709
e-mail: sencila_asteriks@siol.net

Tende - markize • žaluzije (zunanje in notranje) • rolete • panelne zavese
roloji • plise zavese • komarniki • screen roloji • rolo garažna vrata • izdelovanje • svetovanje • montaža in servis

Prenova kuhinje in dnevne sobe

Bralka Suzana preureja bivalni del stanovanja. Želi prenoviti kuhinjo z jedilnico in dnevno sobo, ki bo nudila zadosti prostora za petčlansko družino. V dnevni sobi želi večjo sedežno garnituro, ki je lahko v več delih, in omaro za televizor. Prostora naj bosta svetla in zračna. Želi si svetlih in toplih barv, pohištvo naj bo večinoma v lesnih barvah, zanima jo tudi, kako postaviti svetila.

Pri prenovi starejšega stanovanja vam predlagam, da ga prenovite temeljito, da bo uporabno in udobno, kot je bilo ob prvi vselitvi. Prenova naj poleg novega pohištva obsega še obnovo tlakov, inštalacij, zamenjavo cevi v kuhinji ter sanacijo sten. Bodite pozorni na vlago, razpoke v stenah in podobne nevšečnosti, ki jih je potrebno sanirati takoj.

V kuhinji so kuhinjski elementi postavljeni v obliki črke L. Na začetku je ob dimniku postavljena visoka omara z vgradnim hladilnikom, sledi pomivalno korito s pomivalnim strojem. Na drugi stranici je štedilnik, niz pa se zaključi z visoko omaro. Pod oknom je jedilni kot zamenjala velika kvadratna miza, ki nudi udobje za osem ljudi.

Dnevna soba je opremljena samo s sedežno garnituro in nizko omaro. Sedežna garnitura naj bo sestavljena iz več kosov, ki jih lahko poljubno sestavljate. Večji sestavljen del je postavljen v kot dnevne sobe, drugi del stoji pod oknom. Na nasprotni steni od vhoda stoji nizka omara, nad njo je prostor za televizor.

Pri postavitvi luči v kuhinji vam svetujem, da jih montirate nad kuhinjskim pultom, eno ali več, ter eno veliko visečo luč nad jedilno mizo. V dnevni sobi vam svetujem eno ali tri manjše viseče luči nad mizo oziroma kotno sedežno garnituro ter več samostoječih luči, ki jih lahko poljubno postavljate po prostoru. Od barv vam svetujem, da jih kombinirate v sklopu barve lesa za pohištvo. Za dnevno sobo predlagam temno rumeno barvo, za kuhinjo svetlo rumeno.

Pohištvo je izbrano v slovenskih in tujih trgovinah. V ceno je zajeta jedilna miza s šestimi stoli, kotna sedežna garnitura in omara za televizijo. Skupna vrednost znaša 3600 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.

Kmalu cenejše ogrevanje

Novo podjetje Soenergetika bo vložilo pet milijonov evrov v soproizvodnjo toplote in elektrike. Pridobili bodo predvsem stanovalci Planine.

Kranj - Prejšnji mesec so Elektro Gorenjska, Holding slovenskih elektrarn, Domplan in Petrol podpisale akt o ustanovitvi novega podjetja Soenergetika, ki bo lastnikom 4.300 stanovanj v soseski Planina z novo kotlovnico omogočilo cenejše ogrevanje. Novo podjetje, ki bo soproizvajalo toploto in elektriko v kotlovnici Planina, bo stanovalcem v enajstih letih prihranilo kar 3,5 milijona evrov. Podjetje bo v nove kotle vložilo pet milijonov evrov, investicija pa bo zaključena v osemnajstih mesecih.

Kranj je danes edino večje slovensko mesto, ki za potrebe daljinskega ogrevanja nima sočasne proizvodnje toplotne in električne energije, čeprav imajo stanovalci zaradi tega velike koristi, predvsem cenejše ogrevanje. Soproizvodnja toplotne in električne energije v soseski Planina predvideva postavitev dveh plinskih motorjev moči en in tri megavatne električne moči. Prvi motor bo pokrival potrebe po topli sanitarni vodi, drugi pa bo obratoval med ogrevalno sezono. Oba motorja skupaj bosta proizvedla 20,3 gigavatne ure električne energije in skoraj 22 gigavatne ure toplote.

S soproizvodnjo bodo stanovalci soseske Planina v Kranju okolju prihranili 20.600 ton izpustov CO2 na leto v primerjavi s tehnološko zastarelo kotlovnico, novost pa bodo občutili tudi v denarnicah. V prihodnje jim ne bo treba vlagati v obnovo kotlov, nižja pa bo tudi vsota na položnici za ogrevanje - povprečno za 65 evrov na leto oziroma glede na velikost stanovanja po 1,17 evra na kvadratni meter. Znesek se bo vsako leto usklajeval z letno stopnjo inflacije. **Boštjan Bogataj**

WWW.GORENJSKIGLAS.SI

Svet talnih oblog

Simfonija bivanja

Ustvarite svojo simfonijo iz izdelkov svetovno znanih proizvajalcev:

:: gotovi parketi
:: laminati, pluta
:: PVC talne obloge
:: tekstilne talne obloge
:: iglane talne obloge
:: homogene talne obloge
:: ročno izdelane orientalske preproge
:: strojno izdelane preproge različnih kakovosti
:: tekači in predpražniki
:: tapete
:: lepila in premazi Thomsit

Po želji naročite naš orkester, ki vam nudi:

:: strokovno svetovanje
:: vgradnjo vseh vrst talnih oblog

Nova ponudba!

Razstavno prodajni salon Kemoplast
v poslovno trgovskem centru Cubis
Poslovna cona A 2, 4208 Šenčur

t: 04/ 595 11 80

www.kemoplast.si

KEMO PLAST

Vrtni raj

VRTNI RAJ NA PLANINI V KRANJU
nasproti kranjskega pokopališča

Iz našega programa
- sveže rezano cvetje, sobne rastline
- izdelava šopkov in dostava
- bogat nagrobni program
- sveče, vaze, elektronske sveče, vosek, ...
- žalni program - ikebane, venci, žalni zavitki sveč, ...
- darilni program, aranžiranje daril
- semena zelenjave in cvetlic, okrasnih trav
- tekoča, mineralna in organska gnojila
- semenski krompir
- zemlje in humusi v različnih pakiranjih
- okolju in čebelam prijazna sredstva za zaščito rastlin pred boleznimi in škodljivci

Storitve
- urejanje poslovnih prostorov
- presajanje in ureditev že obstoječih nasadov z lončnicami, suhe dekoracije in aranžiranje
- urejanje in zasaditev vrtov
- urejanje in zasajanje grobov - zamenjava peska, zemlje, zasaditev, ...
- zasajanje korit, posod z balkonskim cvetjem

ODDELEK S SVEŽO ZELENJAVO IN SADJEM
poudarek na ponudbi pridelano v Sloveniji

VSAK TEDEN POSEBNO UGODNE AKCIJSKE CENE, KI SO OZNAČENE KOT RAJSKE CENE TEDNA

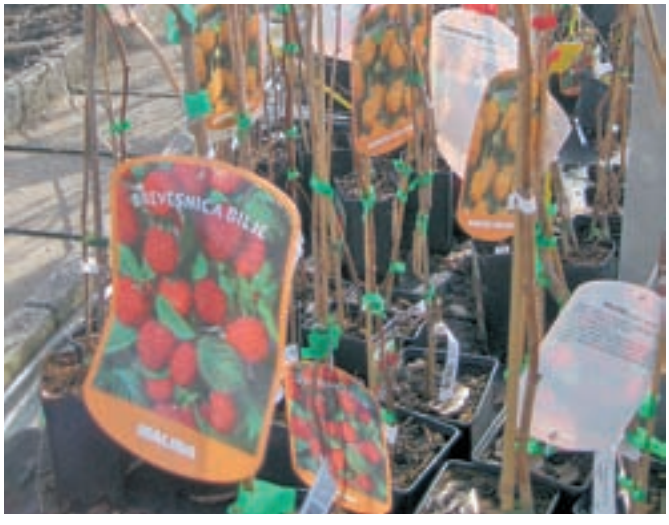
OBIŠČITE NAS IN PREVERITE RAJSKE CENE TEDNA ALI PA NAS POKLIČITE 04/2359124

VRTNI RAJ D.O.O. NA PLANINI V KRANJU
NASPROTI KRANJSKEGA POKOPALIŠČA
CESTA TALCEV 89, KRANJ

Prva spomladanska opravila

Čas je za sajenje sadik sadnega drevja. In čas je tudi, da razmislite, kakšno drobno pozornost boste namenili mamicam za materinski dan.

”Sadike sadnega drevja posadimo, še preden se ulistajo, zato je mesec marec najprimernejši čas za to opravilo,” svetujejo zaposleni iz cvetličarne in vrtnarije Vrtni raj v Kranju. Med sadikami boste našli maline, ribez, kosmulje, ameriške borovnice in še vrsto drugih. Če ne veste, ali je izbira sadike prava, svetovalca vprašajte za nasvet o sorti, podlagi, legi in tudi nadaljnjem vzdrževanju. K nakupu sadike strankam svetujejo tudi vrsto gnojila, zemlje, koristne so tudi mreže proti voluharju. Tudi jagodičevje se lahko sadi že ta mesec. Marec je primeren še za prvo urejanje grobov, za sajenje prvih sadik solate in za prve cvetoče spomladanske grmovnice.



Svet živih barv se je že prikradel v naše kraje, del narave - živo rumene narcise, pisane trobentice - se bohoti v majhnih cvetličnih lončkih in prinaša pomlad v stanovanje. Petindvajsetega marca praznujemo materinski dan, za to priložnost v cvetličarni in vrtnariji Vrtni raj svetujejo, da je lahko dovolj že drobna pozornost, kot je lepo aranžiran cvet. Za konec pa še en droben namig: okrasne trave je treba nujno prezračiti in pognojiti.

Knjige lahko kupite na Gorenjskem glasu, Bleiweisova cesta 4 v Kranju, jih naročite po telefonu: 04/201 42 41 ali na: narocnine@g-glas.si.

Novo!

Moj prvi vrt je osnovni priročnik, ki bo vrtnarskim začetnikom pomagal oblikovati čudovit vrt.
Zeliščni vrt je osnovni priročnik za gojenje zelišč ter oblikovanje, zasajanje, posodabljanje in urejanje zeliščnega vrta.
Vrtni škodljivci in bolezni je osnovni priročnik za prepoznavanje in zatiranje škodljivcev in bolezni na vrtnih rastlinah.
80 strani, mehka vezava
Redna cena enega priročnika je **9 EUR.**
Akcijska cena posameznega priročnika je **8 EUR**. Cena dveh priročnikov je **15 EUR**, za nakup vseh treh pa boste odšteli **21 EUR + poštnina**.

Gorenjski Glas

www.gorenjskiglas.si

Mercator Center Kranj Savski otok

v NC Supernova, Stara cesta 25, Kranj / **t:** 04 20 18 900
odpiralni časi: od ponedeljka do petka: od 8. do 20. ure, sobote: od 8. do 20. ure, nedelje in prazniki: od 8. do 13. ure

Petek, 5. marec, ob 17. uri
To sem jaz, tvoj sonček
otroška delavnica

Sobota, 6. marec, ob 17. uri
Zabava za dan žena
zakuhano vino, sadna bovla, glasbeni trio in otroška delavnica izdelovanje rožic za mamice

Petek, 12. marec, ob 17. uri
Šatuljica za skrivnosti
otroška delavnica

Petek, 19. marec, ob 17. uri
Droben cvetlični aranžma
otroška delavnica

Ko čas dozori, čebulica v zemlji vzklije soncu naproti. In je tulipan, cela greda jih je, a vsak je drugačen. Na delavnici jih bomo naredili za cel šopek.

Sobota, 20. marec, ob 10. uri
Naš Mercator Center praznuje rojstni dan!
Praznovanje 6. rojstnega dne bodo popestrili zvoki ansambla Nagelj, nagradna igra, promocije, degustacije ...

Dvojne pike
vsem kupcem, ki boste na dan praznovanja opravili nakup s kartico Mercator Pika v Mercator Centru Kranj Savski otok bomo podarili dvakrat toliko pik, kot bi jih sicer prejeli glede na vrednost nakupa.

Petek, 26. marec, ob 17. uri
Velikonočni zajček / otroška delavnica

Sobota, 27. marec, ob 10. uri
Pomladni žarki / otroška prireditev

Mesec marec nas s pomočjo toplega pomladnega sončka in njegovih nežnih žarkov vabi na sprehode med pomladne cvetlice. Ker se v mesecu marcu poslovi zima in se čisto zares prične pomlad, bomo o sončku in pomladi tudi zapeli. Pesmice bomo prepevali, izdelali čudovite sončke, ki jih bomo odnesli domov.

Ansambel Nagelj

Ansambel pod tem imenom deluje že vse od leta 1987. V letu 1988 je ansambel že izdal svojo prvo kaseto »Vračam se z gora«, sledile pa so še številne kasete in CD plošče. Skupina, ki uspešno deluje že 22 let, je že večkrat zamenjala svoje člane. Letos je dolgoletnega člana Bojana Urbanijo je zamenjal Bojan Groznik. V ansamblu Nagelj igrajo in pojejo še Klavdija Kenk, Stanko Kregar, Branko Jagodic in Marjan Spruk. Takoj so začeli ustvarjati nove skladbe, veselijo pa se tudi številnih nastopov doma in v tujini. Ansambel je med drugim znan po vrhunskem jodlanju. Njihovi odrski nastopi so vedno domiselni in kakovostni, zato jim bomo ob praznovanju rojstnega dne našega Mercator Centra z veseljem prisluhnili.

Poslovni sistem Mercator d. d. Dunajska cesta 107, Ljubljana

Mercator Center Kranj Savski otok

Mercator Hipermarket

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

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

UNITED COLORS OF BENETTON.

SANTANA Coffee Shop

INTERSPORT®

20 % popusta na blagovno zanmko

McKINLEY NEXT DOOR TO NATURE

Popust velja na izdelke po rednih cenah v zalogi prodajalne Intersport Kranj - Savski Otok.

OBI je več!

OBI genialno

OBI Kranj
Stara cesta 25
SI-4000 Kranj
Tel.: 04 281 24 15, Fax: 04 420 10 50
Vrtni center
odprto:
pon. - sob. od 8:00 - do 20:00
nedelja od 8:00 - do 13:00

Premalo denaja v žepu? To ni problem!
BANK KREDIT
DO 300.000,00 SIT
DO MAX.24 MESECEV

VABLJENI V EKSPOZITURO SAVSKI OTOK

Gorenjska Banka

Banka s poslubom

www.gbkr.si

Stara cesta 25b, tel.: 236-30-49

La Scarpa

20 % popust
Od 19. do 20. marca

Delovni čas: La Scarpa Kranj NC Supernova
Od ponedeljka do petka 08.00 - 20.00, sobota 08.00 - 19.00

Müller

Müller osrečuje

PARFUMERIJA
DROGERIJA
MULTIMEDIJA
PAPIRNICA
IGRAČE

MUELLER DROGERIJA KRANJ

PON - SOB: 8.30 - 20.00, NEDELJA: ZAPRTO Tel: 04/2818-900

10% popusta pri obisku 20. 3. 2010

SMALI

Salon Mali, Stara cesta 25 (center Supernova) Kranj, tel.: 04/202 48 62
Salon Mali, Blaževa 3, Škofja Loka, tel.: 04/51 20 049

FABIANI NOGAVICE

Z dolgimi koraki v jesen - nogavice Fabiani!

www.fabiani-nogavice.si.

slowatch

V rozkošju časa

www.slowatch.si

no rools

Blagovne znamke svetovnih hip-hop zvezd

LEKARNA V SUPERNOVI

Odpiralni čas lekarne:
pon. - pet: 8.00 - 19.00
sob: 8.00 - 13.00

NUXE

ČUDEŽNA MOČ NARAVE ZA LEPOTO VAŠE KOŽE

Toplo vabljeni na predstavitev kozmetične znamke NUXE PARIS, V soboto, 20. 3. 2010., med 9. in 14. uro.

www.slowatch.si

Blagovne znamke
svetovnih hip-hop zvezd

Odpiralni čas lekarne:
pon. - pet: 8.00 - 19.00
sob: 8.00 - 13.00

Toplo vabljeni na predstavitev kozmetične
znamke NUXE PARIS,
V soboto, 20. 3. 2010., med 9. in 14. uro.

LOTERIJA SLOVENIJE

Neža

Trgovina s čudovitim perilom ter
lepimi kopalkami in pižamami

20. 3. 2010
darilo ob nakupu

CENTER SUPER NOVA

Café Inn

Felix KNJIGARNA

www.felix.si

10% popust na vse knjige založbe Učila
Pri nakupu treh Žepnih knjig vam najcenejšo podarimo (3 za 2)

Takko FASHION

Lepo vabljeni v naše trgovine, kjer boste
v pestri ponudbi zagotovo našli kaj zase.
Naš obratovalni čas je od pon.- sob.: 9 - 20

Champion
AUTHENTIC ATHLETIC APPAREL

ZA ŠPORTNIKE VSEH GENERACIJ!

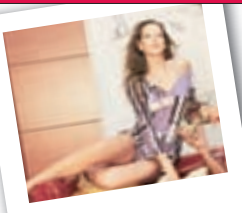
MANA

chocolate

Buf

PIZZERIJA IN ŠPAGETERIJA
Telefon: 04/236-01-79

Delovni čas: vse dni v letu od 9.00 do 22.00, petek in sobota do 24.00 ure.



Modna
kolekcija

20. 3. 2010
ob naukupu
presenečenje

beti

www.beti.si

Kavarnica
Muca Maca

Ob dobri kavici še animacija
za vaše najmlajše.

ZA SREČNE OTROŠKE DNI PRODAJALNA

PIKAPOLONICA®
OTROŠKI SVET

Vabljeni

Labod

Obratovalni čas: od 9. - 20. ure, ob sobotah od 9. -19. ure,
ob nedeljah in praznikih zaprto. Telefon. 04/20-19-600

PS MERCATOR d. d., Dunajska c. 107, Ljubljana

Specialitete Kranjske gostilnice in picerije

Foto: Tina Dokl

Foto: Tina Dokl

Foto: Tina Dokl

Gobova juha

Potrebujemo: eno čebulo, 1 kg blanširanih jurčkov, začimbe: sol, poper, vegeta, lovor, majaron, sladka smetana.

Čebulo prepražimo zlato rumeno, nato dodamo gobe in še malo popražimo. Zalijemo, dodamo začimbe in še nekaj časa kuhamo. Na koncu dodamo sladko smetano. Juho lahko malo zgostimo s podmetom.

Sirovi štruklji

Za nadev potrebujemo: 400 g skute, 0,1 l sladke smetane, 1 jajce.

Vse sestavine zmešamo in pripravimo testo.

Za testo potrebujemo: 1 kg bele moke, 1 jajce, olje po občutku, sol.

Testo zvaljamo in razvlečemo na primerno debelino, namažemo z nadevom in zavijemo. Štrukelj nato zavijemo v prozorno folijo, primerno za hrano, in skuhamo. Štruklje lahko ponudimo kot prilogo, samostojno jed, ali kot sladico.

File postrvi z mandeljni

Potrebujemo: file postrvi, olivno olje, mandeljne, sladko smetano, začimbe.

File postrvi popečemo na olivnem olju po obeh straneh, dodamo na lističe narezane mandlje in prelijemo s sladko smetano in začinimo. Pokuhamo, da se omaka zgosti, in poljubno serviramo z mladim krompirčkom ali blitvo in kuhanim krompirjem. Zraven postrežemo s tržaško omako.

Široki rezanci z gamberi

Potrebujemo: široke rezance, olivno olje, por, gambere, sol, beli poper, česen, belo vino, sladko smetano, koper.

Na olivnem olju prepražimo por in gambere, malo osolimo, dodamo žličko sesekljanega česna, beli poper in zalijemo z belim vinom in sladko smetano. Vse skupaj zmešamo s kuhanimi rezanci in serviramo na ovalni krožnik ter posujemo s svežim koprom.

Pa dober tek vam želijo kuharji iz Kranjske gostilnice in picerije!

Kranjska gostilnica in picerija

Na Planini 1, ujet med stanovanjskimi bloki stoji poslovni objekt, v katerem se nahaja **Kranjska gostilnica in picerija.** Sredi lanskega leta smo Gostilnico in picerijo prevzeli v upravljanje družinsko podjetje Logar (Hotemaže) in Christian Fistrič, ki imamo na področju gostinjstva že veliko izkušenj.

V Kranjsko gostilnico in picerijo želimo vnesti novosti, z namenom, da ustrežemo našim gostom. Zato za vas vsak dan pripravljamo več vrst sveže pripravljenih malic, kosil, pic in jedi z našega jedilnega lista.

Odprto vsak dan od 8. do 22. ure

Pripravimo lahko kar nekaj stvari, za katere smo prepričani, da vam bodo všeč. Pripravljamo tudi krače, ki jih postrežemo na poseben način.

Sprejemamo tudi zaključene družbe, za katere imamo pripravljenih nekaj ponudb po ugodnih cenah, lahko pa meni sestavimo po vaših željah.

Da se boste lažje odločili za obisk naše Gostilnice in picerije, smo za vas pripravili super ponudbo. To je pica štirje letni časi za samo 2,9 evra (premer 33 cm), če naročite tri, vam jih tudi pripeljemo (do 4 km).

Še ena dobra ponudba. Če pridete v Kranjsko gostilnico in picerijo, ob naročilu katere koli pice dobite eno pico štirje letni časi **brezplačno.** Ta ponudba velja vsak dan po 13. uri v restavraciji.

Našo tedensko ponudbo si lahko ogledate na:
www.kranjskagostilnica.si

Kranjska KG gostilnica in picerija

MANA
18,99 ženska jakna
14,99 ženski brezrokavnik ali ženske 3/4 hlače
4,99 ženski šal
8,99 ženska majica
www.mana.eu
-70% popust na oblačila preteklih sezon
od 26. 2. do razprodaje zalog oz. do 31. 3. 2010
IDRIJA, Lapajnetova 2 | JESENICE, C. Maršala Tita 18a | KAMNIK, Medvedova 2 | KRANJ, C. Staneta Žagarja 71, Stara cesta 25 | RADOVLJICA, Kranjska c. 4 | ŠKOFJA LOKA, Mestni trg 39 | TRŽIČ, Balos 1 | ŽIRI, Trg svobode 1
in še 70 trgovin po vsej Sloveniji

Oblečena Ema

Kot vsako leto se je tudi letošnja Ema prepletala z modo. Po mnenju nekaterih slovenskih modnih oblikovalcev, še vedno premalo. Nuši Derenda je obleko skreirala **Urša Drofenik.** Brigita Šuler in Manca Špik sta se sicer obe pojavili v modri barvi, a od blizu vseeno v zelo različnih oblekah. Manci je obleko naredil **Peter Thaler,** za katerega bi lahko že rekli, da je njen 'uradni' oblikovalec. **Maja Ferme** je oblekla Martino Šraj, **Nina Šušnjara** pa je letos izstopala s kristalčki. Eno izmed njenih kreacij je nosila tudi (nesojena zmagovalka) Nina Pušlar, ki je imela 'legice' dobesedno posute s ogledalci in pridihom kristalov swarovski. Kot gostujoča je s svojim nastopom precej prahu dvignila Rebeka Dremelj, saj je bil njen nastop zelo kostumografski. Obleka je bila delo **Mira Mišljena.** Ponavadi sta kreirala za Regino, tokrat pa je tandem **Plošinjak - Maj Potočnik** skreiral obleko za Gordano, ki je nastopila v spremljajočem programu Eme z lanskimi zmagovalci, kvartetom Quartissimo. **Alenka Brun, foto: AB, Zaklop**

Nuša Derenda

Nina Pušlar (leva)

Brigita Šuler

Manca Špik

Rebeka Dremelj

Erik in Maj ter Gordana

- **nova kolekcija sončnih očal 2010** (Carrera, Ray Ban, Gucci, MaxMara, Diesel, Exte, Sisley, Max&Co, HugoBoss)
- **očesna ambulanta s koncesijo** brez čakalnih vrst (3x tedensko)
- za zavarovance velika izbira okvirjev za očala brez doplačila (tudi modnih in retro)
- **NOVOST:** kontaktne leče Safilens s hialuronsko kislino in največjo prepustnostjo kisika
- ob nakupu korekcijskih očal vam nudimo **brezplačen pregled za kontaktne leče** + par testnih lečk

Naročite se po telefonu št.: 059/07 02 50 ali 059/07 02 52 ali na: optikaart@gmail.com.

ideja za darilo

Obiščite nas, ne bo vam žal!

Art OPTIKA

ART OPTIKA D.O.O., GORIŠKA CESTA 78, AJDOVŠČINA

Frizerski salon Vanja

LiteRAM naravna in trajna obnova vaših las

Virtualni frizer

CLIP-IN podaljški las

Negovane roke so zrcalo naše podobe

Za vse storitve je potrebno predhodno **NAROČILO**

Delavni čas:
ponedeljek, sreda in petek od 13. do 19. ure
torek in četrtek od 8. do 13. ure

Škerk H. Vanja s.p., Bleiweisova 45 , 4000 Kranj
t: 04 23 63 770, m: 051 366 432
e: frizerstvo.vanja@gmail.com, s: www.frizerskisalon.eu

NAJ FEN NE UNIČUJE VEČ TVOJIH LAS

Sušilnik za lase je lahko hkrati prijatelj in sovražnik vaših las. Kako, zakaj?
Če boste svoje lase sušili preveč "agresivno", boste kot rezultat na svoji glavi kaj hitro opazili uničene konice in krepaste lase brez sijaja. Tega pa si nobena urejena ženska ne želi, kajne? Pa pojdimo lepo po vrsti.
Sušenje: Preden začnete svoje dragoceno naglavno okrasje sušiti, potegnite nekajkrat skoznje z glavnikom s širokimi zobci. Da bi odpravili 95 odstotkov vlage, sušite lase samo dve do tri minute na najnižji stopnji sušilnika. Valoviti, kodrasti in poškodovani lasje morajo biti pred končnim sušenjem vlažni. S sponko pripnite širši pramen las na vrh glave, če pa se lahko pobahate z zelo gostimi lasmi, pod ta pramen pripnite še enega. Potem začnite s sušenjem spodnjih plasti las, kar boste najbolje izvedli z večjo okroglo krtačo. Pazite, da smer toplega zraka usmerite navzdol preko krtače in navijajte konice las proti glavi. S tem dosežete, da bodo vaši lasje svetleči. Te gibe ponavljajte postopoma, pramen za pramenom, ki ste ga pritrdili na temenu. Rezultat bo bujna svetleča pričeska.

moda
ZA MATURANTKE

HIŠA LEPOTE SAMO IN TANIA

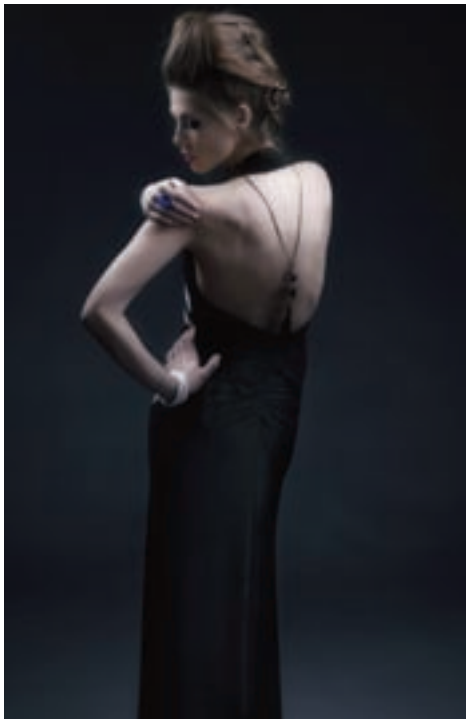
Mladinska ulica 2, Kranj,
tel.: **04/236 44 70**, www.glamslam.si

Fotografije
Tania Mendillo

Pričeske in make up
Hiša lepote
Samo in Tania

Obleka:
modni salon ŠPICA
Nakit:
ATELJE TANJA DRINOVEC
www.beadhabit.si

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



Obleka: **modni salon ŠPICA**
Nakit: **SIX**

Stilistka, vizažistka in fotografinja ***Tania Mendillo*** *je tokrat pripravila nekaj modnih stylingov za maturantke. Pričeske in make up so bile narejene v Hiši lepote Samo in Tania, kjer bodo tudi letos poskrbeli za modni videz maturantk. Več modnih pričesk in stylingov si lahko ogledate na* ***www.glamslam.si*** *ali* ***www.tania-mendillo.com.***

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

Obleki: **modni salon ŠPICA**

Nakit in torbica:
ATELJE TANJA DRINOVEC
www.beadhabit.si

Obleka: **modni salon ŠPICA**
Nakit: **SIX**

Ob dnevu žena vas vizašistka Tania Mendillo vabi v Hišo lepote na brezplačno ličenje, ki bo potekalo v petek, 12. marca, med 10. in 15. uro. Poleg svetovanja boste imeli priložnost preizkusiti in kupiti kozmetiko

MAC

Naročanje na 041/912 825

Hujšanje po porodu

Čeprav bi današnje mlade mamice med nosečnostjo najraje ostale fizično nespremenjene, je povsem normalno in nič narobe z dejstvom, da se med nosečnostjo telo spremeni, saj naravno dela zaloge za čas po nosečnosti, čas dojenja. Številnim je že znano, da je dojenje najboljša shujševalna metoda po porodu, pa vendar je za nekatere vseeno težko pridobiti svojo predporodno težo in postavo.

Hujšanje po porodu in med dojenjem je možno in povsem neproblematično, če se ga boste lotevali brez drastičnih in nezdravih shujševalnih diet. Raziskave so pokazale, da ženske, ki se želijo znebiti odvečnih kilogramov še v času, ko dojijo, to lahko varno storijo z odpovedovanjem močno sladkanim pijačam, prigrizkom, sladkarijam in poobedku, priporočena pa je tudi hitra hoja 45 minut na dan štiri dni na teden. Za čvrstost telesa in odpravo odvečne maščobe na problematičnih predelih, kot so trebuh, stegna in zadnjica, pa si lahko pomagate s kozmetičnimi terapijami, kot so LPG lipomasaža, body wrapping z limfno drenažo, twin system, slim-up in razstrupljevalne terapije v grelni blazini. V kozmetičnem salonu Studio Sonce smo Mojco Zadnikar povprašali, kako se lotevajo shujševalnega programa s terapijami pri mladih morda še doječih materah.

Katere terapije svetujete in izvajate za pomoč pri poporodnem hujšanju?

"Za mano sta dva poroda, zato govorim tudi iz lastnih izkušenj. Nekako si mamice predstavljamo, da bo po porodu trebušček kar takoj izginil, izgubile bomo tistih nekaj odvečnih kilogramov in postava bo spet taka kot pred nosečnostjo. Pa vendar ni tako. Lokalno nakopičena maščoba (največkrat okoli trebuha), celulit, ohlapna koža, pa tudi zastoj vode so realnost, s katero se spopade skoraj vsaka mamica. Mislim, da je najpomembneje, da ob tem ne zaspimo in začnemo sami na sebi delati čim prej, saj konec koncev to ni dobro le za postavo, ampak tudi splošno psihofizično počutje.

Največ naredimo z zdravo prehrano, zadostno količino tekočine in gibanjem, seveda pa so v pomoč tudi terapije, kot so LPG lipomasaža, twin system, slim-up, terapije v grelni blazini in body wrapping z limfno drenažo, pri katerem pa ob dojenju uporabljamo le dovoljena eterična olja. Pri nas se s stranko najprej pogovorimo, ocenimo stopnjo in vrsto celulita ter maščobnih oblog, nato pa ji glede na njene težave naredimo program terapij, ki so večinoma kombinacija že prej omenjenih terapij. Terapije lahko začnemo izvajati že šest tednov po porodu, tudi dojenje ni ovira, vendar pa je najbolje počakati nekaj mesecev, rezultati so najboljši tedaj, ko ima stranka že dva zaporedna redna ciklusa (na 28 do 35 dni)."

Kaj nam lahko poveste o LPG lipomasaži, ki naj bi delala čudeže na vseh tistih predelih telesa, ki so za ženske, sploh po porodu, najbolj problematični?

"Lipomasaža je edina terapija, ki zelo natančno deluje na lokalizirano mastno tkivo, odporno na dieto in telovadbo. Tudi sama sem po porodu izgubila nakopičeno maščobo okoli pasu prav z rednimi terapijami lipomasaže. Izvajamo jo z napravo LPG Keymodule 2. Terapija se začne z določanjem področij z nakopičeno maščobo, celulitom in ohlapno kožo, nato na LPG oblačilu, ki ga stranka nosi ves čas terapije, označimo smeri gibanja. Neodvisno motorizirani valji v Keymodulu nam omogočajo izbiro stimulacije, ki bo najbolj ustrezala posamezni stranki. Roll-up za preoblikovanje telesa in odpravljanje celulita, roll-out za čvrstost kože in roll-in za odpravljanje nakopičene trdovratne maščobe. Z uporabo različnih gibov in tehnik aktiviramo adipocite in s tem spodbudimo lipolizo, stimuliramo fibroblaste in s tem povečamo čvrstost kože, odpravljamo nakopičene maščobe in pospešujemo izmenjavo tekočin."

Posebno poglavje je dieta, kaj svetujete mladim mamicam, ki dojijo?

"Seveda je pravilna prehrana zelo pomembna. Tudi sama sem se ob dojenju temu veliko posvečala. Nikakor ni priporočljiva kakršna koli stroga dieta, saj je najpomembnejše počutje mamice in otroka, seveda pa tudi druga skrajnost (jem za dva) ni dobra. Priporočljiva je zdrava, redna in raznovrstna prehrana, torej najmanj pet obrokov na dan, dovolj tekočine, brez sladkorja, bele moke in čim manj maščobami. Ob taki prehrani in zanjo najprimernejših terapijah bo mamica ob večji porabi kalorij zaradi dojenja izgubljala težo, hkrati pa ne bo imela težav z dojenjem." **Tania Mendillo**

Glamur International d.o.o., Tavčarjeva ulica 6, Kranj
TAG TRADE, d.o.o., Hotemaže 56, Predvor

STUDIO SONCE
Likozarjeva ul. 28, Kranj, tel.: 04/235 44 00
e-pošta: sonce@studiosonce.com

Vitka, oblikovana in brez celulita

Ko dieta in telovadba ne učinkujeta več!!!

Imate celulit, vas mučijo trdovratne maščobe na točno določenih delih telesa, ohlapna koža?
Se zdravo prehranjujete, ste aktivni, pa težave še vedno ostajajo?
Za vas imamo rešitev!

Skrivnost se skriva v LPG LIPOMASSAGE!!!!!

Gre za znanstveno potrjen in popolnoma varen postopek z najsodobnejšo tehnologijo, ki v kombinaciji zdrave uravnotežene prehrane in gibanja zagotavlja 100-odstotni uspeh.
Edinstvena tehnika aparata **LPG lipo M6** deluje po principu mehaničnih stimulacij kože, **s pomočjo zelo sofisticirane glave in dveh motoriziranih valjev.**
Ker sta valja neodvisna drug od drugega, omogočata gibanje v različne smeri. Na ta način s pomočjo prilagojenega vakuuma ustvarimo različno gibanje kože, kar pa posledično v njej sproži temu prilagojene reakcije. Zato LPG lipomasaža za razliko od kavitacije, ne le razbije maščobne celice na problematičnih delih, ampak jih tudi odplakne iz telesa - razstrupi telo.
Metoda, o kateri govorimo, deluje na štiri najtrdovratnejše probleme - lokalizirano maščobo, celulit (tudi fibrozni), ohlapno kožo in zadrževanje vode.
Oblikuje postavo, odpravi celulit, napne ohlapno kožo, drenira
Število obiskov in program terapije sestavimo individualno, glede na potrebe vsakega posameznika.

LPG lipomassage ... je revolucija hujšanja in oblikovanja postave tako za ženske kot moške. Je 100-odstotno učinkovita, varna, neboleča in zelo prijetna pot do idealne postave brez kirurških posegov.
Vabljeni v salon SPA NATURA v Kranju, kjer vam bomo usposobljeni terapevti na LPG lipo M6 aparaturi pomagali do postave, ki ste si jo vedno želeli.

Energy pulse IPL - ko nas dlake ne skrbijo več

Zdaj je pravi čas za trajno odstranjevanje dlak z IPL tehnologijo.
Kaj je depilacija z ipl tehnologijo?
To je metoda, ki z močjo svetlobe postopoma trajno odstrani dlake na telesu. Kožno barvilo (melanin) absorbira svetlobo in jo usmeri v koren dlake. Ta se pod vplivom toplote trajno uniči.
Postopek je za razliko od laserskega enostaven, neboleč in zelo varen. Program terapije pa je individualno prilagojen, kar zagotavlja popolne rezultate.

Neža Mrgole, Spa Natura Kranj

SPA NATURA
SVET LEPOTE IN DOBREGA POČUTJA

IZJEMNA CENA ZA PAKETE

POMLADNA AKCIJA
v kozmetičnem salonu
SPA NATURA KRANJ

REDNA PONUDBA:
- izdelava geliranih nohtov po naravni metodi ALESSANDRO
- masaže
- permanentno podaljševanje trepalnic
- nega obraza in telesa - MATIS, PAYOT, RVB
- depilacija
- make-up
- individualni programi in svetovanje
- velika izbira proizvodov za nego doma
- DARILNI BONI

LPG preoblikovanje telesa
- paket 28 obiskov ~~1400€~~ - 980€
+ brezplačno TRIKO
+ DARILO anticelulitna krema MATIS

IPL trajno odstranjevanje dlačic
- bikini 10 obiskov ~~945€~~ - 790€
- pazduha 10 obiskov ~~590€~~ - 490€

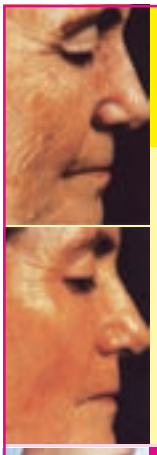
Akcija traja do konca 30.aprila, 2010
Možnost plačila na obroke s kartico DINERS.

www.spanatura.si

SPA NATURA Kranj
Ljubljanska cesta 34/C
TEL: 04/ 287 22 33

DELOVNI ČAS:
PON-PET:
8.00 - 20.00

BIS d.o.o., Kranj, Ljubljanska cesta 34 c, Kranj



OBRAZNI LIFTING
V 30 MINUTAH DO VIDNO ZMANJŠANIH GUBIC!!!
NOVO!

Povzroča izjemno hitro obnavljanje celic in kopičenje kolagena za **300 %!** **39 EUR**

PRIPOROČAMO: suhi koži, ki ji primanjkuje vlage, zreli koži, koži z gubicami, viseči koži, popokanih kapilarah in **vidnih učinkih pri širokih porah!**
AKCIJA!

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, GSM: 031/334 525, www.kozmetika-ksenija.si

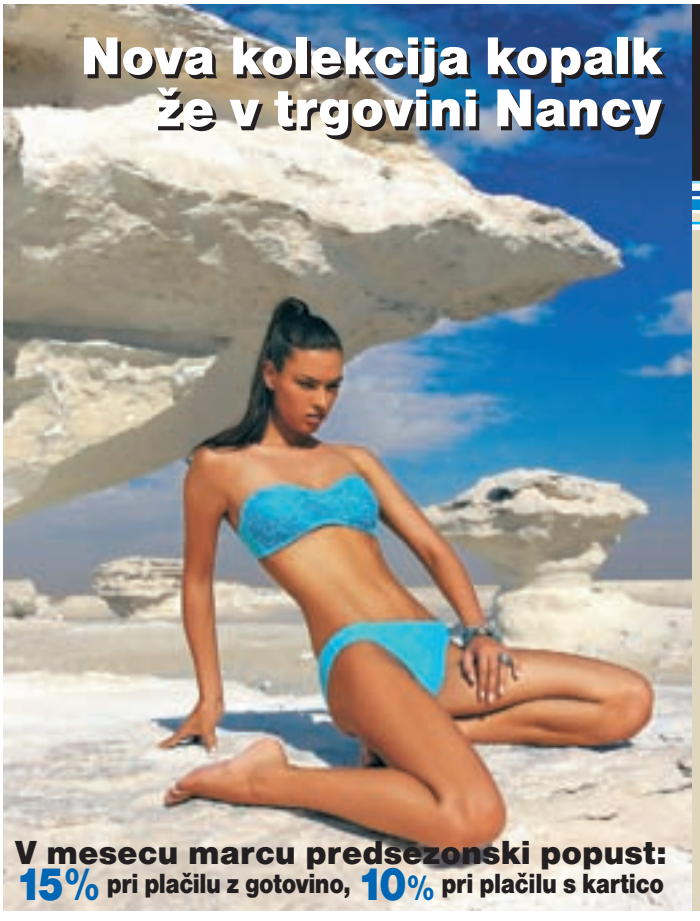
SUPER UGODNO!! • BODY WRAPPING **24 EUR** • SOLARIJ do 20 min. **6 EUR** • POMLAJEVALNA NEGA OBRAZA **35 EUR** • NEGA MLADE KOŽE **19,90 EUR**

MASAŽA CELEGA TELESA - 50 MIN - 19.99 EUR

Cindy ima rada čeveljce

Zadnje čase si vse več svetovno znanih imen v sodelovanju s popularnimi modnimi hišami zamisli svojo kolekcijo. Eni sodelujejo le pri promocijski kampanji, obstajajo pa tudi taki, ki kolekcijo oblikujejo sami. Znana blagovna znamka čevljev, ki je tudi v Sloveniji precej osvojila določen tip kupca, sedaj že drugič sodeluje s **Cindy Crawford,** ameriškim supermodelom. Stilska ikona s smislom za modo, ki je v vsaki življenjski situaciji videti dobro, že več kot dve desetletji predstavlja vzornico za milijone žensk. Zdaj navdihuje nove smernice tudi v obutveni modi. Štirideset modelov za kolekcijo 5th Avenue pomlad/poletje 2010 je Američanka izbrala sama. Vanjo sodijo balerinke, salonarji z debelejšim podplatom iz finega napa usnja in mehkega velurja, modni sandali v svetli rjavi barvi, poletni roza barvi, barvi slive, rdeči in klasični črni barvi. Modni detajli, kot so zaponke, kovice, široki in ozki paski, modele naredijo zanimive in privlačne. Cindyjini najbolj priljubljeni so modeli salonarjev z odprtimi prsti in paski na visokih petah. Na eni strani enostavni in elegantni v črni barvi, na drugi pa barvni modeli z modnimi dekoracijami in zaponkami - v barvi petroleja, konjaka ali sivi barvi. Kolekcijo zaokrožajo modeli gležnarjev.

Alenka Brun, foto: arhiv Deichman (Mark Abrahams)



nancy BEACHWEAR

Trgovina Nancy
Nancy Aljančič s.p.,
Cvetlična ulica 3, Naklo
Delovni čas:
pon. - pet: 9.00 - 19.00,
sobota: 8.00 - 13.00
www.nancy.si

otroški, ženski in moški
frizerski salon Iris

DELOVNI ČAS:
pon. - čet.: 7.00 - 14.00 ure
tor.- sre.: 12.00 - 19.00 ure
pet.: 8.00 - 11.00 in 14.00 - 17.00 ure
sob.: 7.00 - 11.00 ure

Moško striženje (brez pranja, dodatki) 6 - 7 €
Otroško striženje 4 €
Žensko striženje (brez pranja, dodatki) 13-15 €
odvisno od zahtevnosti pričeske.

PREDHODNA NAROČILA NA:
041/526 754
Frizerski salon je za vrtcem Janina (hiša Radikovič). Vabljeni!

IRIS MERVOL s.p., Kebetova ulica 8, Kranj

Lep pozdrav, saj veš, čigav ...

Razglednice so zgovoren dokument časa, saj marsikdaj prikazujejo motive, ki jih je klasična fotografija redko obeležila. V Gorenjskem muzeju bo od sredine marca pa vse tja do 12. aprila v Galeriji Prešernove hiše na ogled razstava izbora starih razglednic Gorenjske.

V dobi globalizacije in napredka, ki poteka skoraj s svetlobno hitrostjo, ko ljudem zmanjkuje časa za sočloveka, je tako prijeten in topel trenutek, ko vidiš, da se je nekdo spomnil nate; trenutek, ko odpreš nabiralnik in te v njem čaka razglednica iz daljnih krajev. Nekdo se je na dopustu, na potovanju, spomnil nate. Tisto, kar je danes povsem običajno, je pošiljanje kratkih sporočil z mobilnimi telefoni. Le kaj bo ostalo našim zanamcev? Le kaj ta sporočila govorijo o času, ki ga živimo?

A včasih je bilo drugače. Nekdaj so ljudje želeli svojim domačim in prijateljem povedati, katero mesto so obiskali, na vrhu katere gore so stali itd. Razglednice so zgovoren dokument časa, saj marsikdaj prikazujejo motive, ki jih je klasična fotografija redko obeležila. V Gorenjskem muzeju bo od sredine marca, pa vse tja do 12. aprila v Galeriji Prešernove hiše na ogled razstava izbora starih razglednic Gorenjske. Ob tem bo izšla tudi lična in slikovno neverjetno bogata knjiga, kjer je v strokovnih člankih obdelana celotna zbirka. Strokovne članke so prispevali Judita Šega, mag. Zora Torkar, Tone Konobelj, Ida Gnilšak, Majda Žontar ter sodelavci Gorenjskega muzeja mag. Marjana Žibert, ki je tudi avtorica razstave, mag. Monika Rogelj, Helena Rant ter Jelena Justin.

Najstarejše razglednice Gorenjske segajo v devetdeseta leta 19. stoletja, ko so se začele uveljavljati tudi na celotnem slovenskem ozemlju. Predhodnica razglednice je bila korespondenčna karta, ki jo prvič srečamo leta 1869 na Dunaju; leta 1871 pa se v slovenskih deželah pojavijo dvojezične, uveljavi se izraz dopisnica. Na njeno prvo stran so napisali naslov, na zadnjo sporočilo. Besedilo so neredko dopolnjevali z ilustracijo. Slikovni del se je večal in kmalu je zasedel celotno hrbtno stran dopisnice, ki je tako postala sprednja stran razglednice. Leta 1904 so hrbtno stran razdelili na dva dela - prvi je bil namenjen naslovu z znamko, drugi sporočilu, ki ga je pošiljatelj napisal na razglednico.

Zbirka starih razglednic, ki jo hranimo v Gorenjskem muzeju, šteje več kot 3200 razglednic. Najstarejša med njimi je bila odposlana junija 1897. To je večmotivna razglednica Kranja, ki prikazuje bisere gorenjske prestolnice: mestno veduto, Glavni trg, kanjon Kokre in železni most čez Kokro. Zbirka dokumentira celoten gorenjski prostor, po številu pa izstopajo razglednice Kranja z okolico, Bleda, Bohinja in planinske razglednice. Ostala gorenjska mesta, Škofja Loka, Kamnik, Tržič, Radovljica in Jesenice, so na razglednicah predstavljena s panoramami in različnimi pogledi, ki poudarjajo veduto mesta. Zanimivo je, da so na motivih tudi detajli, ki so sicer morda lahko popolnoma neznani. Ravno tako se pri planinskih razglednicah pojavijo detajlni motivi, ki le poudarjeno pokažejo pestrost in divjost gorskega sveta. Za vpogled v življenje nekoč so neprecenljive razglednice, kjer si lahko ogledamo oblačila tedanjega časa, prevozna sredstva itd. Nekdanji travniki okoli mest so se počasi zazidavali, gradile so se ceste, industrijski objekti. Pregled le-teh na razglednicah nam daje slutiti o položaju delavstva in razvoju ter pomenu industrije v času, ko je prevzemala vodilno gospodarsko vlogo na Gorenjskem.

Razglednice z gorenjskimi motivi so izdajali tuji in domači založniki, številni pa so bili lokalni fotografi, ki so dokumentirali svojo okolico. Na Škofjeloškem sta bila to Avgust Blaznik in Oton Sadar, ki sta po prvi svetovni vojni fotografirala tudi v Kranju. Za Kranj in okolico je značilno, da so razglednice izdajali predvsem trgovci. Kamnik in okolico je v fotografski objektiv ujel Franc Aparnik, Tržič in okoliške kraje pa Janko Nadišar. Radovljiški fotograf Alojz Vengar je zapustil posnetke mesta, okolice, Bleda ter Bohinja. Prve blejske in planinske fotografije je posnel Benedikt Lergetporer, v istem času pa je fotografiral še Fran Pavlin z Jesenic, ki je poleg turističnih krajev na razglednicah predstavljal Jesenice in Gornjesavsko dolino. Do konca prve svetovne vojne so razglednice izdajala številna tuja založniška podjetja iz Münchna, Dresdna, Dunaja, Bamberga, Leipziga in Trsta.

Razstava, ki si jo boste od sredine marca dalje lahko ogledali v Prešernovi hiši, je barvit pogled v preteklost, v tisti nekoč, ko ljudje še niso tako hiteli; v tisti čas, ko je bil na mestu, kjer danes stoji stanovanjsko naselje Planina, še travnik, na katerem se je paslo govedo; pogled v čas naših dedkov in babic.

Jelena Justin

Stavba kranjske Gimnazije je bila slovesno odprta leta 1897. / Zbirka Gorenjskega muzeja

Narodni dom s parkom Zvezda / Zbirka Gorenjskega muzeja

Vrvež na ulici v Kokrškem predmestju, tam, kjer je danes Globus. / Zbirka Gorenjskega muzeja

Vabljeni na ogled rastave
del slikarke in oblikovalke **Dreje Novak**

Razstava bo v avli Gorenjskega glasa
na ogled **do 18. marca 2010**

Vljudno vabljeni!

Gorenjski Glas

Beštrovi sanjski svetovi

V Galeriji Kranjske hiše svoja najnovejša likovna dela razstavlja akademski slikar France Bešter.

V galeriji Kranjske hiše marca gostuje eden bolj prepoznavnih domačih slikarjev France Bešter. Tokrat se predstavlja s štirinajstimi slikami v tehniki akril na platnu, na ogled pa je postavil predvsem dela, ki jih je ustvaril v zadnjih dveh letih. "Ko sem izbiral dela za razstavo v Kranjski hiši, sem se držal dveh načel. V prvi vrsti sem želel predstaviti slike, ki jih doslej, z izjemo ene ali dveh, še nisem razstavil. Publiki torej v prvi vrsti hočem pokazati svoje najnovejše slike. Kot drugo, pa me je pri izboru vodil tudi galerijski prostor. Glede na to, da gre za podolgovat hodnik, so slike obešene na eni strani. Ker jih zelo težko gledamo z večje razdalje, sem se omejil predvsem na manjši format," je povedal **France Bešter.** Značilno za Beštra je, da njegove slike največkrat tudi niso uokvirjene, saj avtor s pridom uporablja tretjo dimenzijo, lahko bi namreč rekli, da tudi "globina platna" sodi v sliko samo. Njegove slike se namreč s "prve strani" nadaljujejo v rob ...

Že več kot dvajset let se posveča predvsem nadrealističnemu likovnemu izrazu. Kot je povedala likovna kritičarka Petra Vencelj, je Bešter eden redkih slovenskih slikarjev sedanjega časa. Bešter izhaja iz tradicije slovenskih in predvsem evropskih nadrealistov, od našega Staneta Kregarja do Štefana Planinca, njegovega profesorja na akademiji za likovno umetnost, pri katerem je Bešter črpal prve vzgibe za svoj likovni slog. Zgleduje pa se tudi po največjih imenih nadrealizma, kot so Dali, Magritte in drugi ... "Beštrova ustvarjalna moč se napaja pri vodnjaku nezavednega, v skrivnostnih sanjskih svetovih," je na najlepši način označila njegova slikarska prizadevanja.

"Sicer je moj motivni svet vsakokrat drugačen in zelo raznolik, prav tako je pestra barvna paleta, ki jo razbiramo s slik, vseskozi pa se držim enotnega koncepta, ki je zapisan nadrealizmu." Gobe, tube s slikarskimi barvami, kremne rezine, knjige ..., so sicer njegovi pogosti motivi, a jih avtor vselej zna postaviti v nov kontekst. Naj bo to velika biblijska jablana, ob kateri stojita kipa Adama in Eve, ki sta za kačo, ki drsi po drevesnem deblu, povsem nezainteresirana, saj sta okusila že skoraj vsa jabolka s te jablane, ali pa barve, ki v nadrealistični maniri brezteţnosti tečejo s slike navzgor proti stropu. Študijski atelje Bešter spremeni v parlament. Na sredino sobe postavi zlati ženski akt kot simbol oblasti, okrog nje pa ne rišejo študenti slikarstva, ampak se za besedo potegujejo goli parlamentarci. Razstava slik, ki je tudi prodajna, je hkrati tudi napoved za novo razstavo del Franceta Beštra, katere odprtje bo v četrtek, 11. marca, v Mali galeriji. Tam bo poleg slik razstavil tudi ilustracije, ki jih je pripravil za tri knjige pravljic, ki so izšle pred nedavnim, predstavil pa bo tudi pet malih plastik.

Igor Kavčič

Adam in Eva imata ob drevesu spoznanja lahko tudi povsem drugačno vlogo, kot smo je vajeni.

Gardelini v Scapinovih zvijačah

Premiera bo v petek, 26. marca, ob 20. uri v Kulturnem domu na Kokrici.

Gledališko društvo Gardelin s Kokrice marca pripravlja novo premiero, že peto v zgolj dveh letih, kolikor ta oder mladih igralcev deluje. Gardelinovci so se tokrat lotili gledališke klasike, na oder so namreč postavili duhovito Molierovo komedijo *Scapinove zvijače*, ki jo bodo premierno predstavili v petek, 26. marca, ob 20. uri v domačem Kulturnem domu na Kokrici. Komedijo je režiral Jaka Šuštar, v njej pa bodo poleg Jake zaigrali še Luka Škerjanec, Lovro Finžgar, Anže Cunk, Jan Udovč, Tanja Čadež, Tajda Jovanovič, Nasja Starman, Erik Tekavec, Monika Rihar in Anže Ambrožič. Ekipa že izkušenih ljubiteljskih igralcev, okrepljena z nadobudnimi igralskimi začetniki, vas pričakuje. **I. K.**

Napoved za marec: Štiridesetica

Za uvod jubilejnega 40. tedna slovenske drame nas čaka domača premiera Cankarjevih Hlapcev. Tako kot na prvem tednu pred štiridesetimi leti.

Jubilejni 40. teden slovenske drame prinaša osemnajst uprizoritev, večinoma gre za dramske novitete, ki si jih bomo lahko ogledali v treh programskih sklopih, tekmovalnem, spremljevalnem in mednarodnem. Tekmovalni program je tokrat izbral novi selektor **Marko Sosič,** ki si je v preteklem letu ogledal 37 predstav. Kot je ugotovil selektor, se število postavitev slovenskih tekstov v repertoarjih slovenskih gledališč v zadnjih petnajstih letih ni bistveno spremenilo, kar kaže na enakomerno zastopanost slovenskih besedil tako v poklicnih gledališčih kot v drugih gledaliških hišah. Letošnje izbrane predstave se odražajo predvsem kot izrazita avtorska režijska branja, hkrati povezana z estetsko inovativnostjo ali izrazito učinkovito priredbo oziroma dramatizacijo. V končni selekciji so prevladale povečini novitete.

Tako se bo med 20. marcem in 1. aprilom na odru Prešernovega gledališča in letos tudi v Kulturnem domu v Predosljah zvrstil zelo raznolik spekter uprizoritev, ki so jih ustvarili tako v repertoarnih gledališčih od Kopra in Nove Gorice, preko treh največjih ljubljanskih gledališč do Celja. Tudi letos je kar nekaj uprizoritev nastalo v koprodukcijah posameznih gledališč in kulturnih zavodov. V slabih dveh tednih bomo priča reminiscencam na našo polpreteklost (*Pot v Jajce*), današnjim pogledom na znamenite Slovence (*Eda-Zgodba bratov Rusijan*), številne predstave bodo skozi optiko medčloveških odnosov nastavljale ogledalo današnji družbi (*Lep dan za umret, Neskončni šteti dnevi, Art export*), v festivalski ponudbi pa ne bodo manjkale tudi slovenske klasike, kot so na primer Cankarjevi *Hlapci* in Strnišev *Samorog*. Z deli naših avtorjev bodo gostovala gledališča iz Avstrije, Velike Britanije in Črne gore ... Okrogle mize pa bodo bržkone zadostile predvsem strokovni javnosti. Med uspešnicami zadnjih let sta tudi monokomediji *Čefurji Raus*, po istoimenskem romanu Gorana Vojnovića in *Passion de Presheren* neutrudnega Andreja Rozmana - Roze.

Kranj in Kranjčane zagotovo čaka še en bogat festivalski teden oziroma dva, ki ga bodo ljubitelji gledališča vsekakor znali izkoristiti, tako kot že vseh štirideset let doslej. Le kaj je namreč lepšega. Namesto da bi mi potovali za najboljšimi predstavami po Sloveniji, nam jih pripeljejo tako rekoč pred domači naslanjač, na domači oder. **Igor Kavčič**

Foto: Mare Mutić

V tekmovalnem programu bomo videli tudi predstavo domačega gledališča Lep dan za umret, v kateri z odlično igro navdušujeta Vesna Jevnikar in Vesna Pernarčič Žunič.

40. TEDEN SLOVENSKE DRAME

20. MARCA DO 1. APRILA 2010

Sobota, 20. marca
ob 20. uri Slovesno ODPRTJE 40. tedna slovenske drame
v nadaljevanju Ivan Cankar (Blaise Pascal, Etienne de la Boetie, G. W. F. Hegel, Louis Althusser) **HLAPCI** / Komentirana izdaja
(Anton Podbevšek Teater Novo mesto in Prešernovo gledališče Kranj)

Nedelja, 21. marca
ob 20. uri Svetlana Makarovič, **KRIZANTEMA NA KLAVIRJU**
Slovensko mladinsko gledališče

Ponedeljek, 22. marca,
ob 18. uri v Kulturnem domu Predoslje Dušan Jovanović, Janez Janša, **SPOMENIK G** (Maska Ljubljana in Mestno gledališče ljubljansko)
ob 20. uri Evald Flisar, **STRIC IZ AMERIKE**
(Theater im Keller (Gledališče v kleti), Gradec, Avstrija)

Torek, 23. marca,
ob 18. uri Saša Pavček, **ARIJA**
Arts World Productions - Tristan Bates Theatre, London, Velika Britanija
ob 20. uri Saša Pavček, **ARIJA**
Hercegnovsko pozorište (Hercegnovsko gledališče), Črna gora

Sreda, 24. marca,
ob 18. uri v Kulturnem domu Predoslje ČEFURJI RAUS!
(Dejmo stisnit teater, Gledališče Glej, Zavod No History)
ob 20. uri Andrej E. Skubic, **NESKONČNI ŠTETI DNEVI** SNG Nova Gorica

Četrtek, 25. marca,
ob 18. uri v Kulturnem domu Predoslje Peter Rezman, **SKOK IZ KOŽE** Gledališče Glej, KD Integrali in Mestno gledališče ljubljansko
ob 20. uri Dušan Jovanović, **ZNAMKE, NAKAR ŠE EMILIJA**
Gledališče Koper / Teatro Capodistria

Petek, 26. marca
ob 16. uri Mednarodna okrogla miza:
Nacionalna dramatika v času globalizacije: mit ali realnost?
v sodelovanju z Mednarodnim forumom dramatikov ITI (IPF ITI)

Sobota, 27. marca,
ob 20. uri Vinko Möderndorfer, **LEP DAN ZA UMRET**
(Prešernovo gledališče Kranj)

Nedelja, 28. marca
ob 20. uri Neda Rusjan Bric, **EDA - ZGODBA BRATOV RUSJAN**
Slovensko mladinsko gledališče in SNG Nova Gorica

Ponedeljek, 29. marca
od 10. do 16. ure DAN NOMINIRANCEV pogovori o besedilih, nominiranih za Grumovo nagrado v sodelovanju s PreGlejem

Torek, 30. marca
ob 20. uri Žanina Mirčevska, **ART EXPORT**
(Slovensko stalno gledališče Trst / Teatro Stabile Sloveno)

Sreda, 31. marca,
ob 19.30 v SLG Celje Gregor Strniša, **SAMOROG**
(Slovensko ljudsko gledališče Celje)
ob 20. uri Kim Komljanec, **SLOVENSKE KOBILE**
(Zavod ZOFKA in KUD France Prešeren)

Četrtek, 1. aprila,
ob 19.30 v SNG Drama Ljubljana
Sebastijan Horvat, Andreja Kopač, Eva Nina Lampič **POT V JAJCE**
(SNG Drama Ljubljana in SNG Nova Gorica)
ob 20. uri Andrej Rozman Roza **PASSION DE PRESHEREN** (Rozinteater)

Petek, 2. aprila,
ob 14. uri OKROGLA MIZA: **GRUMOVI NAGRAJENCI OD ZAČETKOV DO DANES** v sodelovanju z Društvom kritikov in teatrologov Slovenije
ob 20. uri SKLEPNA SLOVESNOST, podelitev nagrade Slavka Gruma, Šeligove nagrade in nagrade občinstva

Dodatne informacije: www.pgk.si
Vstopnice bodo na voljo od 6. marca 2010 dalje.

Živahen mesec v Ostržku

Obrnili smo nov list na koledarju v marec, februarja pa se vsaj v vrtcu Ostržek na Golniku spominjajo kot meseca, bogatega z dogodki.

”Kulturni mesec lahko vsakdo doživlja po svoje. To je obdobje, ko se spomnimo ljudi, ki so v naše okolje doprinesli marsikaj pomembnega in dobrega. V tem mesecu se poskušamo spomniti tudi na nekoliko pozabljeno ljudsko izročilo, predvsem pa želimo že našim malčkom približati pomen kulture za naš narod. Prav s tem namenom smo v enoti Ostržek strokovne delavke poskrbele za zares bogat in zanimiv kulturni program, ki je bil namenjen prav vsem otrokom, tudi tistim najmlajšim, ki delajo šele prve korake. Veliko dejavnosti smo organizirale same. Prvi teden smo namenile spoznavanju našega največjega pesnika in v ta namen smo same pripravile recital otroških pesmi in lutkovno predstavo. Nekaj pozornosti smo namenile tudi ljudskim plesom, vsak dan v tednu dni se je predstavila po ena skupina s svojim nastopom. Otroci so ob tem dokazali, da so že pravi mojstri tako v igranju, petju, kot tudi plesu,” je povedala vzgojiteljica **Damijana Bogataj.**

Obiskale so jih Britofške frajle in kot pravijo otroci in vzgojiteljice, je bilo zelo veselo.

Pozornost so namenili tudi pustu, veliko februarskih dopoldnevov pa so jim popestrili gostje, ki so se vabilu z veseljem odzvali. ”Na obisku smo imeli kar nekaj glasbenikov, ki so že več let naši dobri prijatelji. Spet so nas obiskali šolarji: harmonikar Jaka, pianistka Lana in flavtistka Pavla. Razveselil nas je tudi naš ded Dušan, ki se vsako leto odzove našemu vabilu in nam zaigra na svojo violino. Seveda pa to ni kar tako, saj ded Dušan prinese tudi pravo manjšo violino in tako se otroci lahko preizkusijo v svojih glasbenih sposobnostih. Resnično nekaj posebnega za otroke in vse ostale pa je bil zadnji obisk. To so bile Britofške frajle, sicer gospe v zrelih letih, ki igrajo na posebne inštrumente: frajtonarico, gudalo in perivnik. S svojo dobro voljo in pozitivno energijo so med otroki povzročile pravo revolucijo. Prepevali smo številne narodne pesmi, nekaj otrok se je tudi zavrtelo ob melodiji polke ali valčka. Tako smo na zelo vesel in poskočen način sklenili z našim vsebinsko bogatim mesecem februarjem. Našim malčkom smo na ta način želele obogatiti njihova tako mlada in nežna življenja in mislim, da je bil namen resnično dosežen,” je še povzela sogovornica.

S. K., foto: arhiv vrtca Ostržek

S punčkami iz cunj pomagajo revnim otrokom

V vrtcu v Osnovni šoli Jakoba Aljaža so se že drugo leto zapored pridružili projektu Izdelaj punčko in reši otroka, s katerim Unicef zbira denar za cepljenje otrok proti šestim nalezljivim boleznim (davici, ošpicam, oslovskemu kašlju, otroški paralizi, tuberkulozi in tetanusu) v nerazvitih predelih sveta. ”Letos v projektu prvič sodelujeta obe vrtčevski skupini. Otroci so v vrtec ponosno prinašali punčke iz cunj, ki so jih izdelale roke mamic, babic in tet. Projekt spodbuja medgeneracijsko sodelovanje, ki mu v vrtcu namenjamo vse večji pomen,” je povedala koordinatorica projekta in vodja vrtca **Alenka Kalan.** Ob zaključku projekta (20. maj) bodo vseh 22 punčk predali Unicefu, kjer bodo na voljo posvojiteljem, do takrat pa bosta dve punčki (v vsaki skupini po ena) potovali od otroka do otroka in z njegovo družino preživeli nekaj časa. Dogodivščine starši in otroci napišejo in narišejo v njen dnevnik. ”Otroci se veselijo dni, ko lahko vzamejo punčko domov, polni so pričakovanj, ko prebiramo dnevnik doživetij ...,” je pojasnila Kalanova. Punčke so dobile tudi osebno izkaznico in dopisnico, ki jo lahko kupec pošlje izdelovalki, na ta način pa otroci dobijo povratno informacijo o posvojitelju. ”Ta projekt nedvomno pomembno bogati otroke, približa jim pozitivne vrednote, spodbuja solidarnost, učenje odgovornosti do drugega, domišljijo, komunikativnost in ustvarjalnost. Poleg humanitarnosti ponuja odlične možnosti za sodelovanje med vrtcem in družino,” je še poudarila Kalanova. **A. H.**

Primož smuči še ni postavil v kot

Naš najboljši skakalec vseh časov Primož Peterka se po ponesrečeni sezoni še ni odločil, da bi prenehal s tekmovalno kariero, morda pa bo dokončna odločitev padla že konec tega poletja.

Zadnje tedne je kranjska skakalnica v nordijskem centru gostila vrsto prireditev, od tekem celinskega pokala, alpskega pokala, na koncu pa so se najboljši slovenski skakalci pomerili še na domačem posamičnem in ekipnem državnem prvenstvu. Na njem je prepričljivo slavil trenutno naš najboljši skakalec, domačin **Robert Kranjec,** ki si je pokal zaslužil tako za posamično kot ekipno zmago, pri kateri so mu pomagali še **Matej Dobovšek, Peter Prevc** in **Rok Urbanc.**

Brez pokala je tokrat ostal njegov klubski prijatelj **Primož Peterka,** ki je bil na posamični tekmi osemindvajseti, skakal pa je za drugo ekipo Triglava, ki je osvojila šesto mesto. "S svojimi skoki nisem zadovoljen, vendar več enostavno nisem mogel pričakovati, saj sem podobno skakal tudi na zadnjih treningih. Tudi sicer sezona ni bila po mojih željah, saj sem čez poletje kar dobro treniral in pridobival kondicijo, nato pa smo v pripravi na zimo, zaradi pomanjkanja snega, zelo malo skakali. Posledica tega je bila, da sem prve januarske tekme pričakal skoraj brez skakalnega treninga, nato pa sem nastopil le na nekaj tekmah, največ na pokalu Cockta," je po domačem državnem prvenstvu povedal Primož, ki pa je zanikal govorice, da naj bi se po tej zimi dokončno poslovil od tekmovanj.

Primož Peterka, kljub ponesrečeni sezoni, še uživa v smučarskih skokih, vedno več pa se ukvarja tudi z mladimi skakalci.

"Odločil sem se, da bom počakal, kako se bo začelo novo poletje. Če mi bo šlo dobro, bom s pripravami na zimo nadaljeval, sicer pa bom res začel razmišljati o zaključku kariere. Morda bo odločilna domača tekma celinskega pokala, morda kaj drugega," pravi Primož, ki v zadnji sezoni pomaga tudi pri vzgoji mladih klubskih tekmovalcev.

"Res sem včasih rekel, da ne želim biti trener, sedaj seveda razmišljam drugače in tudi trenersko delo se mi zdi izziv. Rad imam otroke, zelo so luštni in uživam pri delu z njimi. V klubu sem zato najprej začel pri delu z najmlajšimi, kako pa se bo nadaljevalo, pa trenutno še težko napovem," pravi Primož Peterka, ki uživa tudi pri vzgoji svojega sina in dveh mlajših hčera.

Vilma Stanovnik, foto: Gorazd Kavčič

Vse zmage v Avstrijo

V Sloveniji so 13. in 14. februarja na tekmah celinskega pokala tekmovali smučarski skakalci in nordijski kombinatorci. Organizator skakalnega dela, ki je potekal v Kranju, je bil SK Triglav, tekaškega v Preski pri Medvodah pa ŠD ŠRC Preska. Dva dni, štiri tekme in štiri zmage v Avstrijo.

Med skakalci je bil junak Kranja Avstrijec David Unterberger, vodeči v skupnem seštevku celinskega pokala, ki je bil najboljši tako v soboto kot tudi v nedeljo. Izmed Slovencev sta se med šesterico, ki je bila deležna pozornosti in nagrad na razglasitvi, v soboto uvrstila Jaka Hvala kot četrti in Robert Hrgota kot peti, v nedeljo pa je bil peti še Jurij Tepeš. Ker je celinski pokal v Kranju potekal ravno v času olimpijskih iger, so prišli tudi nekateri znani skakalci, ki se jim ni uspelo uvrstiti v ekipo za največje tekmovanje letos. Prvo ime je bil Norvežan **Roar Ljökelsöy,** ki bo po koncu letošnje sezone končal skakalno kariero. Na skakalnici pod Šmarjetno goro je skakal prvič, osvojil pa šesto in tretje mesto. Kot je dejal, se z največjih tekem želi posloviti v naši Planici in upa, da se bo uvrstil v ekipo za svetovno prvenstvo v poletih. Tudi pri nordijskih kombinatorcih so bili najboljši Avstrijci. V soboto je zmagal Lukas Klapfer, v nedeljo pa Tomaz Druml. Slovenci niso bili v ospredju. Točke so osvojili trije, dvakrat Marjan Jelenko (19. in 16.) in po enkrat Jože Kamenik (24.) ter Matic Plaznik, član SK Triglav, ki je bil na drugi tekmi 28. **Maja Bertoncelj**

Jože Javornik, predsednik SK Triglav, je podelil nagrade najboljšim na tekmah celinskega pokala v smučarskih skokih v Kranju.

Kranjski športniki niso razočarali

Na olimpijskih igrah v Vancouvru je odlično šesto mesto v slalomu osvojil Triglavan Mitja Valenčič, šesto in sedmo mesto pa skakalca Robert Kranjec in Peter Prevc.

Naši športniki so se vrnili z olimpijskih iger, ki so se prejšnjo nedeljo končale z veliko zaključno slovesnostjo. Čast, da na njej nosi slovensko zastavo, je doletela našega odličnega smučarja, člana ASK Triglava **Mitja Valenčiča,** ki se je s šestim mestom izkazal na olimpijski slalomski tekmi. "Kljub lepemu rezultatu ostaja grenak priokus. Po prvi vožnji sem čutil, da sem sposoben več, kot je končno šesto mesto. Ne me narobe razumeti, ko pogledam nazaj, je to vseeno vrhunski rezultat, ampak želje so bile večje. Sploh prva vožnja mi je uspela tako, kot sem si želel. Tista napaka v zgornjem delu druge vožnje mi je vzela hitrost po ravnini in pravi ritem, ki mi ga ni uspelo več ujeti do cilja. Ostalo je zgodovina ...," je v svoj olimpijski dnevnik na spletni strani ASK Triglava dan po tekmi zapisal Mitja, ki ga te dni čaka še nastop na finalu svetovnega pokala v Garmisch-Partenkirchnu.

Petra Prevca so navdušeno pričakali tudi sošolci kranjske ekonomske gimnazije, pred odhodom na nove tekme pa se je Peter skupaj z njimi posladkal s torto.

Prav tako zadnje besede v letošnjem svetovnem pokalu in predvsem na svetovnem prvenstvu v poletih v Planici še ni rekel Triglavov skakalec **Robi Kranjec,** ki je s šestim mestom poskrbel za najboljšo uvrstitev naših smučarjev skakalcev na srednji skakalnici, bil pa je tudi deveti na veliki skakalnici. Le malo je za njim zaostal njegov klubski prijatelj Peter Prevc, ki je bil na manjši skakalnici sedmi, na večji pa šestnajsti.

Olimpijske nastope sta solidno opravili tudi tekačici TSK Merkurja **Vesna Fabjan** in **Barbara Jezeršek,** pa tudi mlada mamica, biatlonka **Tadeja Brankovič Likozar.** Zadovoljen s prvo olimpijsko izkušnjo se je domov vrnil tudi skeletonec **Anže Šetina,** ki pa ima višje cilje čez štiri leta, ko bodo olimpijske igre v Sočiju.

Vilma Stanovnik,
foto: Tina Dokl

Boj za medaljo jim daje moči

Danes se začenjajo zaključni boji za državnega prvaka v domačem državnem prvenstvu, ekipa kranjskega Triglava pa v boju za kolajno še ni obupala.

Ljubitelji hokeja so te dni že nestrpni, saj se pred aprilskim svetovnim hokejskim prvenstvom skupine A v Ljubljani v prihodnjih tednih obetajo zaključni obračuni državnega prvenstva. V njih bo letos sodelovala tudi ekipa kranjskega Triglava, ki si je po rednem delu razširjene slovenske hokejske lige priborila prvo mesto na lestvici, v nadaljevanju pa so nato Kranjčani osvojili četrto mesto.

”Po prvem mestu v rednem delu prvenstva smo se nato v četrtfinalu pomerili z ekipo Slavije in jo brez težav dvakrat premagali. Naši naslednji nasprotniki v polfinalu so bili hokejisti beograjskega Partizana, ki so se močno okrepili in tako sta bili obe tekmi na zelo visoki ravni. Žal so bili v zaključkih bolj zbrani hokejisti Beograda, ki so nas premagali in ostal nam je boj za tretje mesto. Očitno pa sta nam poraza v polfinalu vzela nekaj volje in moči in tako nas je premagala še ekipa Jesenice mladi. Naša pomanjkljivost na zadnjih tekmah je bila zlasti neučinkovitost in to bo treba pred nadaljevanjem odpraviti,” je povedal trener kranjskih hokejistov **Gorazd Drinovec,** ki se bo s svojimi fanti proti ekipi Jesenice mladi znova boril danes ob 18. uri v domači dvorani Zlato polje.

”V končnici smo skupaj z ekipama Acroni Jesenic in Jesenice mladi in naš cilj je, da se uvrstimo v nadaljevanje tekmovanja in v boj za kolajne. Za to moramo osvojiti prvo ali drugo mesto. Vemo, da je profesionalno moštvo Acronija odlična ekipa in zmage bi bilo težko pričakovati. Na vsak način pa se bomo borili in se jim skušali postaviti po robu,” je pred nadaljevanjem tekmovanja še povedal Gorazd Drinovec.

Hokejisti Acroni Jesenic so bili po porazu proti Partizanu razočarani, sedaj pa jih čaka boj za finale državnega prvenstva.

Vilma Stanovnik,
foto: Tina Dokl

Več dinamike in izboljšana oprema

Pri Toyoti so osvežili model Auris, ki prihaja na ceste z veliko manjših sprememb.

Japonska Toyota, ki že nekaj časa rešuje množično napako na stopalkah za plin, ki so jo zaznali na skoraj osmih milijonih vozil, je za letošnjo pomlad pripravila tudi vrsto novosti, med drugim osveženi model Auris.

Petvratni kombilimuzini so namenili nekaj manjših kozmetičnih potez, ki poudarjajo Toyotine oblikovne smernice. Zaradi spremembe je avtomobil celo poltretji centimeter daljši, sicer pa je mogoče opaziti rahlo preoblikovana odbijača, masko hladilnika, žaromete in zadnje luči ter nekaj drugih podrobnosti. Prav tako so se notranji arhitekti lotili posodobitve armaturne plošče, kjer so opazni kakovostnejši materiali, radijski sprejemnik pa ima odslej vgrajen tudi sistem za brezžično komunikacijo s telefonom.

Ob tem je nekaj sprememb tudi tam, kjer se jih ne vidi. Konstruktorji so poskrbeli za nadgradnjo krmilnega sistema in novo uglasitev podvozja, varnost pa zagotavlja nov Boschev elektronski sistem stabilnosti. Motorna paleta ostaja bolj ali manj nespremenjena, pogonski stroji so le nekoliko posodobljeni, s čimer so postali tudi varčnejši in okoljsko manj obremenjujoči, vsi izpolnjujejo okoljski standard Euro 5. K boljšemu izkoristku pripomore tudi sistem za samodejno zaustavitev in vnovični zagon, voznikov pripomoček pa je prikazovalnik izbrane prestave.

Že spomladi bo Auris na voljo v nekoliko športnejši preobleki z oznako S-Pack, ki se ponaša s 17-palčnimi aluminijastimi platišči in zračnim stabilizatorjem na prtljažnih vratih in zatemnjenimi stekli žarometov. V drugi polovici leta bo Toyota postavila na ceste še hibridno izvedbo Aurisa.

Matjaž Gregorič

TOYOTA

Novi Prius.
Prihodnost zdaj.

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 CO_2 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.

EURO NCAP www.euroncap.com TEST 2009

Toyota Adria d.o.o., Brnčičeva 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

PRI NAS POSLUŠANO
RADIO KRANJ 97,3 MHz
GORENJSKI MEGASRČEK

RADIO KRANJ d.o.o.
Stritarjeva ul. 6, KRANJ
TELEFON:
(04) 281-2220 REDAKCIJA
(04) 281-2221 TAJNIŠTVO
(04) 2022-222 PROGRAM
(051) 303-505 PROGRAM GSM
FAX:
(04) 281-2225 REDAKCIJA
(04) 281-2229 TAJNIŠTVO
E-pošta:
radiokranj@radio-kranj.si

www.radio-kranj.si

Dan /Ura	Prireditev	Lokacija
10. 3. ob 17.30	Pravljična ura za otroke od 4. leta dalje	**Pionirski oddelek v Delavskem domu,** Slovenski trg 4
11. 3. ob 19.00	Srečanje z letošnjima nagrajencema Prešernovega sklada Majo Delak in Miklavžem Komeljem	**Mestna hiša,** Glavni trg 4
12. 3. ob 16.30	GREGORJEVO NA GLAVNEM TRGU Izdelovanje ladijc, ki jih bomo spustili po Kokri.	**Glavni trg**
12., 19., 26. 3. ob 17.30	Delavnica Študijski krožek o naravni kozmetiki; Barba Štambergar Zupan (delavnica traja 12 zaporednih petkov, zaželene predhodne prijave)	**Kranjska hiša,** Glavni trg 2
13.3. ob 8.00	Marčevski sejem	**Glavni trg, pri vodnjaku**
13., 20., 27. 3. ob 10.00	Sobotni Bazaart	**Sejmišče 2**
13. 3. ob 10.00	Poštarska pravljica; Lutkovno gledališče Ljubljana; 3,50 EUR	**Prešernovo gledališče,** Glavni trg 6
15. 3. ob 9.15 in 17.15	Igrarije: igralne urice za predšolske otroke; vstop prost	**Rajarija,** Cankarjeva 3
15., 22., 29. 3. ob 18.00	Tečaj meditacije Odkrijte svojega duha; 5 EUR	**Kranjska hiša,** Glavni trg 2
15. 3. ob 18.30	Koncert GM ODER, kitarski duo Simon Krajnčan Fojkar in Aljoša Vrščaj	**Glasbena šola,** Trubarjev trg 3
16. 3. ob 17.30	Pravljična ura za otroke od 4. leta dalje	**Pionirski oddelek v Delavskem domu,** Slovenski trg 4
17. 3. ob 19.30	Predavanje: Južna Amerika; Marko Jenšterle	**Splošni oddelek v Delavskem domu,** Slovenski trg 5
17. 3. ob 20.00	Pojemo z Metko Štok	**Gostišče Arvaj,** Kajuhova ulica 2
18. 3. ob 18.00	Odprtje likovne razstave akademskega slikarja Gustava Januša; odprto do 12. aprila	**Mestna hiša,** Glavni trg 4
	Odprtje razstave dobitnika nagrade Prešernovega sklada Štefana Planinca; odprto do 30. april	**Galerija Prešernovih nagrajencev,** Glavni trg 18
18. 3. ob 10.00	Spominska slovesnost	**Šorlijev mlin**
19. 3. ob 14.00	Ogled Vodovodnega stolpa	**Vodovodni stolp**
19. 3. ob 20.30	R'n R' butik: Orleki	**Kulturni dom Predoslje,** Predoslje 34
20. 3. ob 10.00, 11.00, 12.00, 13.00	Otvoritev simulacije letalskega napada in predstavitev rekonstruiranega zaklonišča iz leta 1944.	**Rovi pod starim Kranjem**
20. 3. ob 8.00	Zimsko-spomladanski sejem	**Glavni trg, pri vodnjaku**
20. 3. ob 10.00	Okrog sveta; Lutkovno gledališče Nebo; 3,50 EUR	**Prešernovo gledališče,** Glavni trg 6
20. 3. ob 20.30	R'n R' butik: Hiša	**Kulturni zavod Creinativa,** Sejmišče 2
20. 3. ob 21.00	Glasbeni tematski večer: Hipijada 221.00	**Rock bar Down** Gregorčičeva 6
	Družabni plesni večeri za odrasle	**Plesna šola Urška,** Slovenski trg 7
	Šaban Šaulič	**Million Club,** Koroška cesta 5
	Klubar žur; DJ Tomy	**Klubar,** Slovenski trg 7
20. 3.– 2.4	40. TEDEN SLOVENSKE DRAME	**Prešernovo gledališče**
24. 3. ob 18.00	Odprtje fotografske razstave Združenja slovenskih katoliških skavtinj in skavtov Kranj z naslovom Pot kranjskih odpadkov; odprto do 5. aprila	**Kranjska hiša,** Glavni trg 2
27. 3. ob 8.00	Sejem domače in umetnostne obrti	**Glavni trg, pri vodnjaku**
27. 3. ob 9.00 in 10.00	OČISTIMO KRANJ 2010 Kranj ni več usran	**Glavni trg Šmartinski dom v Stražišču**
27. 3. ob 10.00	Muca Copatarica; Prešernovo gledališče Kranj; 3,50 EUR	**Prešernovo gledališče,** Glavni trg 6
27. 3. ob 21.00	Plesni večer reggaeton vs. Salsa latino party; DJ Xtremo	**Galerija Dali,** Stritarjeva 5
27. 3. ob 21.00	Klubar žur, koncert Adija Smolarja	**Klubar,** Slovenski trg 7
27. 3. ob 21.00	Dara Bubamara	**Million Club,** Koroška cesta 5
29. 3. ob 9.15 in 17.15	Igrarije: igralne urice za predšolske otroke; vstop prost	**Rajarija,** Cankarjeva 3

Več na spletni strani: **www.tourism-kranj.si**

Sedemnajstega marca slavi Patrick

Simpatična Kranjčanka Brina Leber je v pogovoru razkrila marsikatero, do sedaj še neznano informacijo o vedno bolj popularnem irskem plesu in največjem prihajajočem nacionalnem prazniku, ki ga glasni Irci ob enormnih količinah Guinnessa slavijo po vsem svetu.

Zgoraj omenjeni praznik 'St. Patrick's day' (17. marca) ima seveda svojo zgodovino. Bilo je okoli leta 400, ko so Patricka, sicer rojenega v Britaniji, ugrabili in zasužnjili na Irskem. Po šestih letih mu je uspelo pobegniti nazaj v domovino, zanimati se je začel za krščanstvo in tako kot duhovnik in kasneje misijonar odšel nazaj na Irsko in jo skoraj v celoti pokristjanil. Je svetnik, zaveznik, Ircem daje neko moč, upanje, in prav nič ni čudno, da je Patrick na Irskem najpogostejše ime. Zgodbo nam je v prijetnem klepetu zaupala **Brina Leber,** študentka tretjega letnika španščine in teologije, ki se že peto leto ukvarja z irskimi plesi. Navdihnil jo je, kakopak, Riverdance. "U2-ji so tako ali tako zakon, vedno pa me je zanimala tudi irska glasba, ki sem je veliko preigrala v glasbeni šoli, zato se je vse nekako 'poklapalo'," nam je zaupala Brina, ki je vešča igranja flavte in keltske harfe, ki je poleg znamenitega temnega piva in svetnika Patricka prepoznavni znak Irske. Usoda je hotela, da je nekega dne na bazarju

Brina Leber

v prestolnici spoznala pravo, glasno Irko Joan McIntyre, ki jo je ljubezen do Borisa, bivšega igralca ragbija, pripeljala v Slovenijo. Pred petimi leti je ustanovila Šolo irskega plesa, pri kateri poučuje tudi Brina, saj je povpraševanja vedno več. Šola je do nedavnega delovala tudi v Kranju, v Galeriji Dali pa so v sodelovanju z glasbeno skupino Beer Belly večkrat pripravili odmevne irske večere. Da bi se prepričali na lastne oči, vabljeni na brezplačno predstavo Šole irskega plesa 17. marca v klub Exen v Šiško, kjer bo Guinness seveda tekel v potokih, za plesalce pa lahko navijate in jih spodbujate tudi preko portala Slovenija ima talent, predstavili pa se bodo zagotovo tudi na Tednu mladih maja letos. Za konec morda le še štorija o tem, zakaj pri irskih plesih migajo le noge, telo in roke, tesno ob telesu in stisnjene v pest, pa so strogo vzravnani. Irci so za razliko od Angležev precej bolj glasen in razgrajajoč narod. Ko so vsak s svojo 'kruglo' v roki srkali zlato tekočino, Irci enostavno niso mogli biti pri miru. Pod mizo sta se začela dogajati nemir in prepletanje nog, kar je kmalu preraslo v irski ples, nam morda najbolj poznan Fairy Reel.

Monika Kern

Umirjene zabave

Marec bo koncertno bogat, na pepelnično sredo so se prilegli slaniki, Brendi je na glasbeni sceni preživel že četrtino stoletja, Ema 2010 pa je minila v festivalskem vzdušju: mirno in brez škandalov.

Svetlana Seka Aleksić in njen fant Veljko Piljikić sta se pred kratkim mudila v Sloveniji. Seka je koncertirala februarja na Ptuju, 13. marca (ob 21. uri) pa jo pričakujemo na ljubljanskem Gospodarskem razstavišču, after party pa je napovedan v kranjskem Milion Clubu.

Hrvaški pevec Jasmin Stavros je znova združil moči s Kranjčanom Sandijem Murovcem - Murijem, ki ga včasih zanese s smučarskih prog še med glasbenike. Z Jasminom je že posnel duet za pesem Znam, da je šarala (Vem, da je varala), tokrat pa sta se lotila večne teme: ženske.

Brendi je petindvajset let glasbenega ustvarjanja začinil s simpatičnim koncertom v grosupeljskem kraljestvu zabave, ki je bil le na prvi pogled nostalgičen. Ljudje pod odrom so prepevali znane skladbe in se prešerno zabavali.

Iz Stuttgarta se je Davor Družinec (JZG Brdo Hotel Kokra) vrnil z zlato medaljo, na 85. Tradicionalni Slanikovi pojedini v ljubljanskem Unionu pa je tudi sam občudoval razstavljene mize svojih kuharskih kolegov.

Kranjčan in kuharski navdušenec Bine Volčič je pripeljal na Slanikovo pojedino svojo Katarino. Na pepelnično sredo je bila tradicionalna razstava in pojedina kulinaričnih mojstrovin dobro obiskana. Celo babice so pripeljale svoje vnuke.

Ema letos s kakšnim posebnim škandalom ni postregla. Še zabava po finalnem delu tekmovanja ni doživela nobenih vragolij. Srečali smo tudi Kranjčana Matjaža Bogataja (na sredini), člana lanskih zmagovalcev Quartissimo.

Alenka Brun, foto: Tina Dokl, AB

Sestavila: Tanja - 040 514 975

OVEN 21. marca – 21. aprila

Vedno manj znate uživati v drobnih, lepih trenutkih. Vedno se sreča ne vidi, a to ne pomeni, da ne obstaja. Ne marate skrivnosti niti neprijetnega občutka, da se z vami nekdo poigrava. Kaj je prav in kaj ne, tega še najmodrejši ne vedo. Poti je več in vsaka je prava. Nehali si boste zatiskati oči pred resnico.

BIK 22. aprila – 20. maja

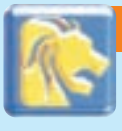
Na delovnem mestu se vam kmalu ponudi priložnost, ki vam lahko zelo spremeni marsikaj, česar še zdaleč ne pričakujete. Voljo in pomoč sprejmite od prijateljev, ki vam vedno nesebično stojijo ob strani. V ljubezni boste končno zacveteli in ob partnerju našli vse tisto, kar ste do sedaj v življenju pogrešali.

DVOJČKA 21. maja – 21. junija

Težave boste reševali z dobro voljo. S takšnimi in drugačnimi izzivi se boste spoprijeli brez omahovanja. V krogu prijateljev in sorodnikov se raje ugriznite v jezik, saj vedno ni dobro, da rečete tisto, kar mislite. Ker imate najraje ustaljen ritem, vas bodo neki dogodki v ljubezni spravili iz tira. Hitite počasi.

RAK 22. junija – 22. julija

Na vidiku imate zelo dobro priložnost za naknadni zaslužek. Sami pri sebi se boste morali izjasniti, česa si pravzaprav želite in do kod segajo vaši cilji. Dopust, ki vam sledi na koncu meseca, bo veliko bolj prijetnejši, kot ste sprva mislili. Z ljubljeno osebo se pogovoru ne boste mogli izogniti in prav je tako.



LEV 23. julija – 23. avgusta

V sebi boste prebudili misel, ki vas bo žalostila, in šele na koncu meseca boste sprevideli, da potrebujete pogovor. Ujeli boste vsako priložnost in obeta se vam niz prijetnih dogodkov. S tem se vam tudi začnejo končno uresničevati stare želje. Pričakujte pozitiven preobrat na področju financ.

DEVICA 24. avgusta – 23. septembra

Na poslovnem področju boste imeli močno voljo in še bolj kot sicer se boste posvetili delu in drugim ambicijam. Uresničevati boste začeli stare želje, hkrati s tem pa boste tudi duhovno rasli. Ljubezni in samega dogajanja okoli nje ne boste prepustili naključjem. Vsak korak bo skrbno načrtovan.

TEHTNICA 24. septembra – 23. oktobra

Nikoli ni prepozno, da se človek zaveda samega sebe. Iskali boste vse izhode in se uspešno izognili vsem sporom, ki vam bodo v tem mesecu prišli na pot. Čustveno boste preobremenjeni in prijetno zmedeni. Vse to, česar do sedaj niste bili navajeni, se vam bo dogajalo. Čakajo vas lepa presenečenja.

ŠKORPIJON 24. oktobra – 22. novembra

Opravičila vam bodo šla težko z jezika, a težke situacije boste lahko reševali le na ta način. Ne pozabite na majhne pozornosti, ki vašim bližnjim veliko pomenijo, vas pa ne bodo veliko obremenile, ne finančno in ne kako drugače. Spremembe v vašem življenju so nujno potrebne in tega se boste začeli zavedati.

STRELEC 23. novembra – 21. decembra

Prizadevanja in razna vlaganja, ki ste jih imeli pri delu, se vam bodo končno obrestovala. V ljubezenskem odnosu ste veliko gradili in kmalu se bodo pokazali lepi rezultati. Večkrat se pustite presenetiti, saj nam je lahko jutrišnji dan največje darilo življenja. V domačem okolju boste veliko urejali.

KOZOROG 22. decembra – 20. januarja

Dogodki vas bodo začeli prehitevati in komaj boste kos sprotnemu dogajanju. Na splošno bi se lahko večkrat obračali k svoji notranji intuiciji in jo seveda tudi upoštevali. Razočarali in hkrati prizadeli vas bodo ljudje, za katere bi si to najmanj mislili. Kar nekaj časa boste potrebovali, da boste prišli k sebi.

VODNAR 21. januarja – 19. februarja

Veliko truda boste vložili v neki projekt in boste na koncu uspešni in zadovoljni. O vaših uspehih nikar preveč ne govorite okrog, saj manj ljudi to ve, bolje bo za vas. Težave v ljubezni boste odpravili, naporom, ki pa so s tem povezani, se ne boste mogli izogniti. Pozitivno razmišljanje vam lahko veliko reši.

RIBI 20. februarja – 20. marca

Malce krize se vam obeta pri denarju, a ker se boste znali soočiti z nastalo situacijo, ne bo prišlo do večjih izgub. V ljubezni se vam obeta lepa in prijetna avantura, za naprej pa bo pokazal čas. Pri neki osebni pomembni odločitvi vam bo pomagal pogovor z nekom, ki le od daleč spremlja tok dogajanja, zato ima tudi drugačen pogled.

Iz energijske bilance zgradbe izhaja, da so prav okna tista, skozi katera pri dobro izolirani fasadi in strehi uhaja največ toplote. Sodobna varčna okna morajo torej imeti dobro toplotno prehodnost (U=1,3 W/m2K in manj) in dobro tudi zvočno izolacijo (Rw=32dB in več). Zelo pomembno je, da ima okno ustrezen atest in da je kakovostno vgrajeno.

Okna in vrata SIBAU, ki so narejena v lastni proizvodnji v Kranju, te dobre lastnosti imajo. Narejena so iz PVC profilov Trocal, ki slovijo po **trdnosti,** pomembnem **sredinskem tesnilu** in **preverjeni že več desetletni uporabi.** Dobri profili v kombinaciji z okovjem **Winkhaus, izkušenimi delavci in dovršeno tehnologijo** pomenijo garancijo za dobro narejeno okno.

Še v mesecu **marcu 2010** se je podjetje Sibau, d. o. o., odločilo, da v smeri ekologije ponudi svojim kupcem **za vsako zamenjano okno do 60,00 evrov.**
Za izračun vrednosti starih oken in novih oken, za brezplačen ogled, svetovanje in meritve na objektu jih pokličite po telefonu na številko 04/515-38-78, na mobilni telefon 031/707-484 ali pišite na e-pošto: sibau.tatjana@gmail.com.

Dela, ki jih opravijo na montaži, so kompletna: demontaža in odvoz starih oken, montaža novih izdelkov, finalno zaključevanje oken (letvice, kit, mavčne plošče, ...), osnovno čiščenje. V ponudbi imajo tudi vse vrste rolet, žaluzij, polic pa tudi notranjih vrat.

Okna in vrata Sibau

Akcija
Zamenjava oken:

»STARO ZA NOVO«
za vsako staro okno nudimo 60,00 EUR

Akciji trajata do 31. 3. 2010.

Informacije:
sibau.tatjana@gmail.com

Okna in vrata SIBAU so izdelana iz vrhunskih nemških profilov TROCAL in s kakovostnim okovjem WINKHAUS activPilot. Vsa okna in vrata SIBAU so izdelana v lastni proizvodnji podjetja Sibau d.o.o., izdelke pa si lahko ogledate v njihovem razstavnem salonu v Formah 12 pri Žabnici.

Akcija
Novogradnje:

10 % sejemski popust
+ količinski popusti

Velika prednost podjetja SIBAU, d.o.o. je tudi **kratek dobavni rok: 3 tedne.**

Nudijo tudi široko izbiro različnih modelov in barv lesenih notranjih vrat avstrijske blagovne znamke Solido.

SIBAU Okna in vrata

SIBAU Okna in vrata d.o.o.
Forme 12, 4209 Žabnica
www.sibau-okna.si

Tel.: 04 515 38 78
GSM: 031 707 484
GSM: 031 768 225

lesnina

Do konca marca
v PE Jesenice in Kranj

Izjemna priložnost

GRATIS
predal v podnožju (višine 15 cm) in
delovni pult - KD laminat (globine 60 cm)

kuhinje Svea

DODATNI POPUST

-50%
kuhinja MELISA

-20%
kuhinje BRINA, LINA, LEONA,
IRENA, LAURA, TAMARA,
NEŽA in JANJA

-10%
vse ostale kuhinje

SVEA®

v Lesnini se vedno splača

www.lesnina.si