

JANUAR 2018
LETO XXI / ISSN 1408-7103

PRILOGA GORENJSKEGA GLASA ZA MESTNO OBČINO KRANJ

Kranjčanka

Kranj Prešernovim
nagrajencem

Po semnju še karneval

Trenira prvake

Čakalnica za oni svet



 **URARSTVO
MATJAZ**
tel.: 04 202 47 44
pri krajškem sodišču

Zabavišče Johanca

Britof 24, Kranj, T: 04 20 42 374, www.johanca.si

BOWLING • BILIJARD • NAMIZNI TENIS



50% POPUST na druga očala z enako dioptrijo, za isto osebo

Očesna ambulanta s koncesijo v Kranju obratuje vsak dan od ponedeljka do petka. Izkoristite kratke čakalne vrste in se naročite že danes. Za pregled pri specialistih okulistih se naročite po telefonu 05 907 0250 ali osebno. Obiščite nas, prijazno in strokovno vas bomo postregli.

Velja za očala z enako ali nižjo ceno. Drugi popusti in akcije se ne seštevajo. Ugodnost velja do 28. 2. 2018.

V Art optiki lahko koristite kartico Mercator Pika

S Piko lahko: * plačujete in pridobite bonitetne pike * unovčujete pike za nakup izdelkov * koristite posebej za vas pripravljene akcije

DARILNI BON



OPTIKA

Lep okvir, dobra slika.

IDEJA ZA DARILO



OPTIKA

Lep okvir, dobra slika.

ART OPTIKA, Bleiweisova cesta 14, Kranj, T: 05 907 0250

Četrto leta zastoj – 25 %

Dragi naročniki, v letu 2018 bo izšlo 105 številčk Gorenjskega glasa. Cena ene številke je 1,85 evra, celoletna naročnina brez popusta znaša 194,25 evra.

Ob plačilu letne naročnine vam priznamo kar 25-odstotni popust, kar pomeni prihranek v višini 48,56 evra, za letno naročnino pa boste odšteli le 145,69 evra!

To pa še ni vse: poleg plačila letne naročnine boste v naši avli lahko tudi popili kavico ter izbrali eno od petih daril (na fotografiji).

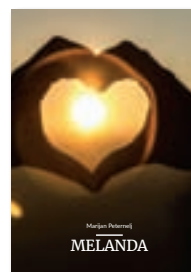
Vabljeni na Gorenjski glas, Bleiweisova cesta 4 v Kranju (poleg lekarne in nebotičnika, nasproti glavne avtobusne postaje) od ponedeljka do petka od 7. do 15. ure, ob sredah do 16. ure. Se vidimo!

Gorenjski Glas

Izberite svoje letošnje darilo



Erika Jesenko:
Recepti za vse letne čase



Marijan Peternelj:
Melanda



kava
Barcaffe
250 g



avtomatski
dežnik



majica

Popust in darilo veljata le za fizične osebe. Daril ne pošiljamo po pošti. Količina daril je omejena.



Na naslovnici: Vesna Slapar
Foto: Tina Dokl



4 I MAMA TUDI V PROSTEM ČASU

Vesna Slapar je dolga leta stalna članica igralskega ansambla Prešernovega gledališča, že tretjo sezono igra v nadaljevanju Dragi sosede, z novim letom pa jo v elitnem nedeljskem televizijskem terminu gledamo v novi seriji Mame.



16 I PREŠERNOVA NAGRADA ZA BODOČEGA ZDRAVNIKA

Kranjčan Domen Sever, študent šestega letnika medicine, je decembra prejel fakultetno Prešernovo nagrado za raziskavo, v kateri sta z mentorjem prof. dr. Blažem Mavčičem kot prva dokazala povezavo med osteoartrazo kolka in asimetrijo sramnih ustnic.



24 I RISANKE ZAŽIVELE NA LEDU

V nabito polni ledni dvorani Zlato polje so se na sedaj že tradicionalni novoletni reviji predstavili tako začetniki kot izurjeni drsalci, vsi skupaj pa so predstavili zanimive točke iz znanih risank.

Kranjčanka
01

je mesečna priloga Gorenjskega glasa

Izdajatelj:
Gorenjski glas, d. o. o., Kranj

Odgovorna urednica:
Marija Volčjak

Urednica:
Ana Šubic

Komercialist:
Janez Čimžar, T: 041/704 857

Oblikovanje in tehnično urejanje:
Matjaž Švab

Priprava za tisk:
Gorenjski glas, d. o. o., Kranj

Tisk:
Delo, d. d., Tiskarsko središče

Raznos:
Pošta Slovenije, PE Kranj

Uredništvo, naročnine, oglasno trženje:
Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj
Telefon: 04/201 42 00
Telefaks: 04/201 42 13
E-pošta: info@g-glas.si
Mali oglasi: telefon 04/201 42 47

Delovni čas:
Ponedeljek, torek, četrtek in petek od 7. do 15. ure, sreda od 7. do 16. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprto

KRANJČANKA je priloga 6. številke Gorenjskega glasa, 19. januarja 2017, izšla je v nakladi 35.000 izvodov, prejela so jo vsa gospodinjstva v mestni občini Kranj, priložena je Gorenjskemu glasu.

K

8 I Študirala bo ples

10 I Na katero šolo?

30 I Nova olimpijska kolekcija

34 I Novi pozivi Eko sklada

40 I Naj avtomobilistična zabava

Mama tudi v prostem

Vesna Slapar je dolga leta stalna članica igralskega ansambla Prešernovega gledališča, že tretjo sezono igra v nadaljevanki *Dragi sosede*, z novim letom pa jo v elitnem nedeljskem televizijskem terminu gledamo v novi seriji *Mame*. Če ste si ogledali katerega od dosedanjih treh delov, boste vedeli, zakaj sem tule napisal, da je njena Tatjana od vraga.

Besedilo: **Igor Kavčič**

Joj, kako nemogoči ste bili gospa Tatjana do svoje svakinje v drugem delu nadaljevanke *Mame*. Kako se Vesna Slapar počuti v vlogi prave sitnobe, ki vam je sicer ne bi pripisal?

»Ne vem, kako to, da so v zadnjih letih ravno mene doletele vloge sitnih žensk. (smeh) Sama se namreč ne dojemam za tako in tudi drugi me vidijo drugačno. Lik Tatjane, ki ga igram v nadaljevanki *Mame*, je nadaljevanje lika, ki smo ga punce v prvi predstavi same postavile, zato ne morem pobegniti pred njim. Sicer se včasih v taki vlogi tudi sama težko gledam, hkrati pa je taka očitno neka moja plat, ki jo imam in jo znam pokazati, če vloga to zahteva.«

Ubogi sin Kajetan iz nadaljevanke. Kakšno mamino imata vaša sinova Jakob in Ožbej, ko gre za red in disciplino v domačih hišah?

»Nedvomno ne tako strogo, kot jo ima Tatjanin sin v nadaljevanki. Kar se tiče gospodinjskih stvari, pospravljanja, reda in natančnosti res nisem preveč zahtevna. Moj poklic mi niti ne dovoljuje takega reda v življenju, kot ga ima ta moj lik v *Mamah*. Seveda pa znam biti tudi stroga, ko gre za stvari, ki se mi zdijo pomembne. Takrat znam tudi dvigniti glas, če je treba. Ampak mislim, da smo doma doslej vedno vse stvari reševali z dogovori in pogovori. Brez velikih kazni. Sicer pa Kajetana v nadaljevanki igra starejši sin Jakob.«



čas



Je bil morebiti pogoj za igranje v nadaljevanki Mame tudi v resničnem življenju imeti izkušnjo starša? Naj se tu navežem na gledališko predstavo z istoimenskim naslovom, iz katere najbrž tudi izhaja ideja za televizijsko nadaljevanko, mar ne?

»Ideja za nadaljevanko res izhaja iz gledališke predstave Mame in njenega nadaljevanja Še vedno mame. Pred leti smo o predstavi razmišljale Vesna Pernarčič, jaz in Tijana Zinajić. Z Vesno sva sošolki, Tijana je bila na akademiji nekoliko za nama, smo pa že dolgo dobre prijateljice. Ko je ideja začela zoreti, smo imele otroke še zelo majhne, stare štiri, pet let in smo se pogovarjale, da bi bilo fino narediti predstavo, v kateri ne bi govorile samo o mnogih lepih stvareh, ki te doletijo, ko postaneš mama, ampak tudi o tem, kaj vse se z materinstvom za žensko neha, kakšne skrbi se pojavijo, česa za nekaj časa ne boš več mogla početi ... Kako bi bilo, ko bi otroke kdaj za kakšen teden "oddal" nekemu v varstvo in spet zadihal svoj zrak, pogovarjale smo se o tem, da ni vse tako krasno in fantastično v materinstvu, kot se prikazuje v raznih ženskih revijah – ko sem rodila, sva se z možem še bolj zblížala in tako naprej ...«

Ampak premiera predstave Mame v SiTi teatru BTC je bila šele jeseni 2014, drugi del Še vedno mame dve leti kasneje ...

»Tokrat smo imele še preveč dela kot resnične mame, zato smo idejo zamrzile za nekaj let, in ko je Tijana rodila svojo najmlajšo hčer, naju je z Vesno poklicala

S prijateljico in somamo v predstavi in nadaljevanki Tijano Zinajić / Foto: Jure Stušek

in rekla – zdaj je čas za akcijo. Povabile smo še eno sošolko Barbaro Medvešček in začele sestavljati zgodbo. Sprva je sodelovala tudi Mojca Fatur, ki zdaj vskoči kot zamenjava, stalna članica pa je postala Ana Urbanc, ki izmed nas edina ni imela izkušnje mame. Prva predstava je nastala na podlagi naših lastnih izkušenj, zgodbic, ki smo si jih pripovedovale in se ob tem smejale, drugi del pa smo dale napisati scenaristki Jeri Ivanc. No, v prvem delu smo ustvarile like povsem različnih mam, z različnimi karierami, željami v življenju, konec koncev z različnimi možmi. Prve Mame so bile osnova, iz katere je izhajala glavna scenaristka televizijske serije Ivana Jurkovič. Ogledala si je našo predstavo in "padla na rit". Tudi sama ima majhne otroke in je v njej takoj videla temo, o kateri je treba govoriti. Naredila je nekaj pilotskih scenarijev in jih pošiljala na razpise. Po nekaj poskusih ji je le uspelo.«

Mame so nastale v koprodukciji TV Slovenija in VPK ...

»Ker je to nadaljevanka TV Slovenija, mora biti primerna za gledalce, stare med pet in 99 let, zato ne smemo preklinjati, predstavljati določenih tem ... Glede na to, da mora biti nadaljevanka gledljiva tako za otroke kot odrasle, je scenaristka opravila veliko delo. Mogoče je serija manj provokativna kot predstava, ampak se še vseeno trudi pokazati pet različnih mam v čim bolj realnih življenjskih situacijah.«

V nadaljevanki ste za razliko od predstave dobile tudi može. Kdo jih je izbiral?

»To je bil izbor režiserja in producentov. Zgodbe posameznih nadaljevanj so pisali trije scenaristi in mislim, da gre za zanimive in simpatične zgodbe z dobrimi dialogi. Z razliko od predstave, kjer igramo same, so producenti in režiser želeli tudi može, s čimer naj bi nadaljevanka dobila dodatno širino.«

Vašemu liku v seriji so namenili še enega Gorenjca, igralca Mestnega gledališča ljubljanskega Uroša Smoleja ...

»Tako je. "Smolca", prav tako sošolca. V Mamah se pojavi še en sošolec – Uroš Fürst. Še malo pa bi bila zraven cela generacija z akademije.« (smeh)

Ali se poleg vašega Jakoba v seriji pojavi še kakšen od otrok igralk?

»Sinova Vesne Pernarčič Filip in Lovro sta v seriji Tijanina otroka, preostali pa so bili izbrani na avdiciji. V nadaljevanki je namesto Ane Urbanc, ki časovno ni mogla uskladiti snemanj z delom v Mariborski drami SNG, kjer igra, mlada igralka Lea Cok, ki zaključuje akademijo in tudi v nadaljevanki nima otrok.«

Je moč prenašati izkušnje iz resničnega življenja v nadaljevanko in na ta način »dopolnjevati« zapisa v scenariju?

»Je. Tudi zato je bilo super delati z režiserjem Slobodanom Maksimovičem. Dopu-

ščal je v osnovno besedilo vplesti stvari, ki so se nam zdele duhovite. Določeni prizorčki so tako nastali tudi z improvizacijo. Ob napisanem v scenariju smo v pojavnost svojega lika lahko dodali tudi kaj tistega, kar izhaja iz naših izkušenj.«

V žanru humoristične serije je besedilo lahkotnejše in od igralca bržkone ne zahteva življenja s posameznim likom štiriindvajset ur na dan, kot je to običajno pri študiju gledaliških vlog?

»Snemanje take nadaljevanke od igralca nedvomno ne zahteva nekega kopanja po sebi, ki bi bolelo in bilo zate čustveno naporno, kar se običajno dogaja pri študiju vlog v gledališču. Od igralca pa bolj kot ne zahteva močno fizično kondicijo in ekstremno zbranost v času snemanja. Takrat morajo tvoji možgani delati sto na uro, da lahko dobro izpelješ tako besedilo kot svojo idejo. Vseskozi moraš biti buden in natančen v hipu, ko se nekaj dogaja.«

Kot neke vrste stand up?

»V vsaki situaciji je predvsem treba čim hitreje in čim bolj odreagirati. To pomeni, da se na snemanje hodi z dobrim znanjem besedila. Mame se snemajo zelo filmsko, torej bolj natančno, kot je to običaj za take serije. Tudi po sedemkrat snemamo isti prizor. Osemnajst delov smo posneli v 31 snemalnih dneh, običajna praksa pa je en del in pol na dan.«

Ste snemali v Ljubljani?

»V studiih VPK in na nekaterih lokacijah v Ljubljani.«

Vi s filmskim možem živite v stari vili ...

»To, kar se je dogajalo v moji hiši, smo posneli v neki stari vili na Postojnski ulici v Ljubljani, blizu živi Vesna Pernarčič. V hiši sicer biva starejša gospa. Ostala stanovanja so bila zgrajena v studiu.«

Kako danes igralci gledate na igranje v tovrstnih nadaljevankah? Včasih imam občutek, da je marsikateremu igralcu, še zlasti vam, ki delate v repertoarnih gledališčih, nerodno povedati, da igra v tej ali oni seriji. Bližje smo ljubljanski Drami SNG, težje gre igralcu z jezika Usodno vino, Ena žlahtna štorija in podobno ...

»Mislim, da so se časi spremenili. Zdaj, ko je produkcija nadaljevank tako velika, je v njih sodelovalo že toliko



igralcev, da je mit o tem, da dober ali pa uspešen gledališki igralec ne sme igrati v nadaljevanke, že padel. Včasih je to veljalo za nekaj, kar se ne dela. Snema se filme, nadaljevanke pa so nekaj, kar ti je lahko tudi pod častjo. Mislim, da takega razmišljanja ni več. So pa seveda igralci, ki tega ne želijo delati, ker gre v prvi vrsti za izpostavljenost, ki je nekateri, kljub temu da igrajo v gledališču, ne želijo. Predvsem pa je tako snemanje zelo trdo delo, in nekdo, ki v gledališču v tistem času dela velike stvari oziroma ima tudi zelo zapolnjen urnik, si igranje v takih serijah tudi časovno težko privoščiti.«

Kakšen je snemalni urnik?

»Serija se snema od pete do devete ure zjutraj, potem greš na vajo v matično gledališče, popoldan si med tretjo in šesto spet v snemalnem studiu, zvečer pa običajno sledi še gledališka predsta-

va. Mame smo že snemali tako, da smo "štukali" z vajami in predstavami. Snema se vse konce tedna. Tisti mesec in pol, skoraj dva, ko smo delali Mame, je bilo naše zasebno življenje bolj ali manj na drugem tiru. Ker je v gledališču v prvi vrsti tvoja služba in opravljaš vse, kar ti je naloženo, vedno snemaš v svojem prostem času. In če takrat delaš, prostega časa pravzaprav ni. Marsikateri igralec si takega tempa ne želi.

Kar se tiče serije Mame, nanjo gledam na drugačen način. To ni isto, kot če bi me povabili v neko nadaljevanke in bi razmišljala, za kakšen scenarij gre – ali bom vzela ali ne. Ko zdaj gledam nazaj, se mi zdi noro, kaj je nastalo od ideje v Tijanini kuhinji do tega, da smo posneli nadaljevanke. Doslej smo odigrali vsaj sto ponovitev prve in petdeset ponovitev druge predstave. Na to sem zelo ponosna.«

Vendarle pa gre tudi za dodatni zaslužek ...

»Seveda igranje v serijah pomeni tudi dodatni zaslužek, čeprav mislim, da gre v prvi vrsti tudi za željo po delanju še nečesa drugega in po spoznavanju drugih ljudi, drugega načina dela, svojih drugih sposobnosti, ki jih odkriješ pri tem delu. Naš poklic in življenje dela še bolj zanimiva.«

»Snemanje take nadaljevanke od igralca zahteva močno fizično kondicijo in ekstremno zbranost v času snemanja. Takrat morajo tvoji možgani delati sto na uro.

Mame niso edina serija, v kateri igrate, jutri (prejšnjo soboto, op. a.) odhajate v Beograd na snemanje tretje sezone humoristične nadaljevanke Dragi sosede. Slovenska nadaljevanke v Beogradu?

»Planet TV je snemanje serije zaupal izkušenemu producentu starejše generacije iz Beograda, ki ve, kaj dela in kako se to dela. Seveda pa je v Beogradu produkcija tudi cenejša, od najema delovne sile do studiev. Dobra kvaliteta za manj denarja.«

Za dlje časa?

»Za dobra dva meseca s prekinitvami, seveda.«

V tem tednu sta v Prešernovem gledališču na sporedu predstavi Teror in Tri ženske, v katerih igrate. Kdo vas menja?

»Nihče me ne menja – pridem nazaj. Moje obveznosti v gledališču ostajajo take, kot so, in jih vse izpolnim. Imam srečo, da v tem času, ko delam v Beogradu, jaz nimam tako veliko predstav.«

Kako v gledališču gledajo na vaše in delovanje vaših kolegov v tovrstnih produkcijah? Na drugi strani gre tudi za širšo promocijo gledališča v javnosti ...

»Na neki način to vsekakor je promocija tudi za gledališče. Ljudje radi gledajo nadaljevanke in mogoče kdo celo pride zato v gledališče, da bi nas videl v živo na odru. Prepričana pa sem, da se vsi v kranjskem gledališču zavedamo, da je to naša služba in da je igranje v njem naša prva stvar. Vse drugo je naš prosti čas. Zato z vodstvom gledališča nimamo nobenih konfliktov, saj se o vsem tem pravočasno pogovorimo in dogovorimo.«

Kot rečeno, letos igrate v dveh predstavah, pa vendar imam še vedno v mislih vašo nepozabno vlogo prizadetega dekleta Beppi iz drame Pri Hlevarjevih iz leta 2014, za katero ste prejeli tudi Severjevo nagrado. Čakate na novo tako vlogo?

»Mislim, da ne gre pričakovati, da boš vsako leto dobil tako močno vlogo, kot je bila Beppi. V drami Pri Hlevarjevih so se sestavile vse zvezde, gre za dobro besedilo, dobre soigralce, dobrega režiserja, zato se je vse dobro izšlo. Seveda si želim močnih in kompleksnih vlog še naprej in mislim, da imam v Prešernovem gledališču dolgoročno gledano veli-

ko možnosti, da do njih pridem, mogoče bistveno več kot marsikje drugje. So tudi predstave, v katerih velikost vloge ali pa sama igra mogoče nista nič posebnega, si pa kot igralec znotraj procesa oblikovanja vloge naredil velik preskok. To mogoče gledalcem ni vidno, zate osebno pa je vloga zelo pomembna.«

Se vam kdaj zgodi, da igrate Mame, v glavi pa je kakšna scena iz Dragih sosedov?

»Niti ne, ker so Dragi sosede zelo specifični, predvsem kar se tiče strukture serije. To so skeči, ki se ne nadaljujejo – nimajo zgodbe. V bistvu samo slediš liku, kakršen je, in veš, da ta odreagira vedno na neki način. Menjajo se le zgodbe, ki jih scenaristi dodajajo liku. Posnamemo skeče, ki nimajo nobene medsebojne povezave. Besedila se učiš sproti iz dneva v dan, ga poveš in takoj za tem tudi pozabiš. Delamo v dveh studiih hkrati in na dan posnamemo 16

»V drami Pri Hlevarjevih so se sestavile vse zvezde, gre za dobro besedilo, dobre soigralce, dobrega režiserja, zato se je vse dobro izšlo. Seveda si želim močnih in kompleksnih vlog še naprej in mislim, da imam v Prešernovem gledališču dolgoročno gledano veliko možnosti, da do njih pridem, mogoče bistveno več kot marsikje drugje.

skečev. To je za eno nadaljevanje.«

Ko »poguglam« o seriji Dragi sosede, med zadetki najdem naslov članka na nekem portalu Igralci nove slovenske serije ločeni od svojih najbližjih. Sliši se prav grozljivo, a dvomim, da je tako hudo. Menda tam živite pod isto streho v najeti vili?

»Produkcija v Beogradu res lepo skrbi za nas. Imamo krasne pogoje za delo, običajno živimo v dveh hišah, saj nas je kar precej ... V vsaki sezoni smo drugje, pomembno pa je, da smo čim bližje studiev. Lani smo imeli hišo z velikim bazenom pa še snemali smo poleti. Moram pa reči, da bi zelo težko šla za toliko časa v neko sredino, če se mi kot ekipa ne bi tako dobro razumeli. Ne glede na to, da si tam sam, brez svojih najbližjih in življenja, ki si ga vaju, lahko rečem, da se imamo super. Smo kot nekakšna komuna. Sicer delamo šest dni v tednu, en dan pa smo prosti, po

naslednjem tednu smo prosti tri dni. Takrat pridem domov. Omogočajo pa tudi, da za nekaj dni naše družine pridejo v Beograd. Lani poleti so me tako obiskali moji trije fantje.«

Kako se brez mame znajdeti dva najstnika, Jakob je v drugem letniku loške gimnazije, Ožbej v osmem razredu osnovne šole?

»Poleti je bilo lažje in manj stresno, ker ni bilo šole, ampak tudi sedaj gre. Pri nama z Urošem je tako, da je tudi on oče v polnem pomenu besede in je enako vpleten v vzgojo in vse, kar sodi zraven, kot jaz. Tako moj odhod vendarle ni tako tragičen. Mogoče se celo malo spočijejo od "mame"« (smeh).

Halo pica?

»Ali pa kakšen burek sem in tja. Ampak to ni pravilo. Sicer Uroš kuha pa tudi Ožbej rad kaj ustvari za štedilnikom. Fantje se kar obrnejo. Je pa res, da hrana in hranjenje pri nas ne predstavljata bistve-

nega dogodka dneva. Pravzaprav mi je v Beogradu fino, ker mi ni treba kuhati, saj sama nisem ena tistih, ki pri tem uživajo.«

Na začetku ste povedali, da Jakob prav tako igra v seriji Mame. Gre za zgodbo o jabolku in drevesu?

»Jakob je že od nekdaj kazal željo po igranju in ga to še vedno zanima, ampak trenutno je njegova večja želja film in vse, kar je okrog njega. Bolj ga zanima filmska režija. Hodi v ljubljanski Kinodvor. Ožbej ni bil nikoli nastopač, je veliko bolj sramežljiv. Je velik ljubitelj živali in narave, zato se bo najbrž ukvarjal s čim v tej smeri. Časa imata oba še dovolj.«

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

Mehanizmi

Iskra Mehanizmi, d. o. o.

Smo podjetje s 60-letnimi izkušnjami na področjih finomehanike, elektromehanike in elektronike, z lastnim razvojem in trženjem zahtevnih sistemov, izdelkov in tehnologij, v celoti usmerjeno v izvoz.

Naše ambiciozne načrte podpirajo standardi kakovosti in proces nenehnih izboljšav, predvsem pa motivirani, sposobni in prizadevni sodelavci. Smo prvo slovensko podjetje, ki je za svoja prizadevanja na področju izobraževanja in razvoja zaposlenih prejelo mednarodni naziv »VLGATELJI V LJUDI«.

Družba šteje 730 sodelavcev.

Ponujamo vam možnost, da skupaj z nami uresničite svoje poklicne ambicije.

K sodelovanju vabimo:

KONTROLOR V PLASTIKARNI (M/Ž)

Pogoji za zasedbo delovnega mesta:

- V. stopnja izobrazbe tehnične smeri,
- znanje angleškega jezika,
- znanja pri merjenju z linijskimi merili, 3D koordinatnim strojem, merilnim mikroskopom, merilnimi trni in ostalimi ročnimi merili
- poznavanje standardov avtomobilske industrije,
- najmanj eno leto delovnih izkušenj na področju kontrole proizvodnje in pri reševanju reklamacij,
- poznavanje in sposobnost branja kontrolne dokumentacije,
- poznavanje kontrolnih tehnik, merilnih metod, znanja iz branja risb, osnov metode za ponovljivost meritev (MSA).

Opis del in nalog:

- izvajanje meritev na koordinatnem merilnem stroju,
- izvajanje meritev s preprostimi/ročnimi merili,
- priprava kosov za meritve,
- sproščanje serij,
- izvajanje končne kontrole,
- pripravljanje merilnih poročil,
- izdelava poročil za statistično ocenjevanje procesov,
- izvajanje obhodne kontrole,
- delo je 3-izmensko.

Nudimo:

- delo na naprednih projektih,
- delo v dinamičnem kolektivu,
- priložnost za osebni in karierni razvoj ter napredovanje.

Osebnostne lastnosti:

- odločnost, natančnost, čut za odgovornost, proaktivnost, fleksibilnost, zanesljivost, sposobnost za timsko delo.

Delovno mesto je prosto na lokaciji v KAMNIKU.

Če imate veliko dobre volje in željo po napredovanju, Vas vabimo, da se nam pridružite.

Če imate veliko dobre volje in željo po napredovanju, Vas vabimo, da se nam pridružite.

Prijavo s kratkim življenjepisom in opisom izkušenj pošljite na naš naslov, najkasneje do 15. 2. 2018:

ISKRA MEHANIZMI, d.o.o.

Lipnica 8, 4245 Kropa, tel.(04) 53 55 109 in (04) 62 03 319

www.iskra-mehanizmi.si

E-mail: kadri@iskra-mehanizmi.si

Študirala bo ples

Nizozemski Veldhoven je januarja gostil svetovno prvenstvo v plesu v vrsti oziroma country line danceu. Udeležile so se ga tri članice kranjske Plesne skupine Linera, med njimi tudi Živa Krajnik, ki se je domov vrnila z nazivom svetovne prvakinja.

Besedilo: **Alenka Brun**

Živa je tekmovala v skupini od osemnajst do trideset let in osvojila prvo mesto. Postala je svetovna prvakinja social classic line dance v kategoriji odrasli. Visoke uvrstitve je bila izjemno vesela, zlata medalja ji je dala tudi zagon za naprej. So pa Slovenci sploh prvič sodelovali na tovrstnem tekmovanju.

Osemnajstletnica obiskuje četrti letnik Gimnazije Kranj. V preteklosti se je ukvarjala z različnimi hobiji: trenirala je odbojko, jahala, igrala violončelo in še danes si za sprostitev privoščijo kaj od naštetega, če ji le čas dopušča. Trenutno se resno ukvarja s plesom in šolanjem psov, sočasno pa se seveda pripravlja na maturo. »Poleg plesa so moja velika ljubezen še psi, s katerimi delam že več kot deset let. Imam dve psi in z njima treniram in tekmujem v različnih disciplinah.«

Med letom Živa kakšen evro zasluži tudi kot inštruktorica agilityja, največkrat pa denar nameni za pse ali ples. Meni, da v svojem življenju nenehno potrebuje dogajanje, čeprav si na vsake toliko časa privoščijo tudi kakšen »odklop« od dejavnosti, se podruži s prijatelji, si privoščijo izlet ali oddih v tujini.

S PLESOM SE JE ŽIVA PRVIČ SREČALA V PETEM RAZREDU.

Približno pol leta je trenirala rock 'n' roll, a je morala treninge zaradi kopice drugih obveznosti opustiti. Že takrat jo je ples močno pritegnil. Pred letom in pol pa je po naključju zasle-



Živa Krajnik v plesu preprosto uživa.

/ Foto: osebni arhiv (Tomaž Petauer)

dila oddaje in tekmovanja v standardnih in latinskoameriških plesih. Navdušena se je odločila, da se tudi sama preizkusi. Poiskala je soplesalca in začela obiskovati tečaj družabnih plesov: samba, rumba, ča-ča-ča, swing, disco fox, valček, two step ... Po dveh mesecih je v ples želela vpeljati tudi mami in babico. Pa so ji predlagali, naj ju seznanji s plesom v vrsti, ker tam ne potrebuješ partnerja in se lahko prilagajaš svojemu tempu. »Te plesne zvrsti prej nisem poznala, zato sem se odločila, da bom poskusila tudi sama.« To, da lahko čisto sam plešeš ča-ča-ča, salso, valček in še kaj je Živa dalo nov pogled na svet plesa: » Lahko se popolnoma sprostiš; plešeš, kot želiš, in preprosto uživaš.« In tako je postala članica kranjske Plesne skupine Linera, kjer so jo, pravi, toplo sprejeli. Predvsem jo je s svojo pozitivno energijo in zagonom navdušila mentorica oziroma trenerka Marjana Petauer.

Živa je pred svetovnim prvenstvom na Nizozemskem z Linero in tudi kot solistka posegala po najvišjih stopničkih, ko pa se je na milanskem tekmovanju kvalificirala na svetovno prvenstvo v Vel-



Foto: osebni arhiv (Tomaz Petauer)

Živa Krajnik se je domov vrnila z zlato medaljo.

dhoven in osvojila naziv svetovne prvakinje, je bil njen trud poplačan. Občutke, ki jih je doživljala, ko so jo razglasili za prvo na svetu v svoji kategoriji, kar težko opiše. »Bila sem hkrati pomirjena in srečna, nekaj takega. Vedela sem, da so vse možnosti odprte in da sem se dobro odrezala, ter se prepustila toku tekmovanja. Ko sem stopila na najvišjo stopničko in poslušala našo himno z medaljo okoli vratu, v ozadju med publiko pa so mami, Marjana in še ostali člani ekipe Linere na ves glas peli, sem se počutila kot doma –

blažena, saj sem dosegla tisto, kar sem si najbolj želela.«

PLES V VRSTI PRI NAS ŠE NI TAKO MOČNO PRILJUBLJEN. Ljudje ob misli nanj najprej pomislijo na kavbojski klobuk, škornje, laso, kantri glasbo in brcanje v tla. A ni čisto tako. »Ples v vrsti se razvija vsako leto sproti in uvaja mnoge novosti v smislu stila, kombinacij in zvrsti, ne samo plesa, ampak tudi glasbe. V njem najdemo tako sambo, funky (hip hop), irske plese, tango ... Prepričana sem, da v njem vsakdo lahko najde nekaj, kar mu bo všeč, ne glede na starost, spol ali predznanje,« razloži Živa in nadaljuje: »Ples je v tem kratkem času postal velik del mojega življenja. Tudi moji načrti glede študija so se spremenili. Tako je, odločila sem se za študij plesa. Kje, bomo še videli. Morda me pot ponese celo v tujino, kdo bi vedel. Preizkusila se bom v različnih zvrsteh plesa, tako v paru kot solo in se na koncu posvetila tistemu, kar mi bo najbolj pisano na kožo. Trenutno so to latinskoameriški ritmi. Seveda pa bom sočasno svojo pot proti vrhu nadaljevala tudi v plesu v vrsti. Nekoč želim postati profesionalka in morda celo sodnica ter ples spoznati še z drugega vidika.« **1**

Svetniška skupina SMC Kranj

Novi vrtec v Bitnjah

Naj bo investicija izključno javna ali v javno-zasebnem partnerstvu?



Mag. Primož Terplan, mestni svetnik SMC

Sestavljen je odlok o novem vrtcu v Bitnjah, ki ga bomo obravnavali na januarski seji mestnega sveta MOK. Medtem ko potreba po vrtcu ni sporna, ostaja

odprto vprašanje financiranja projekta. Na mestnem svetu je torej predlog občinske uprave, naj se vrtec zgradi v kombinaciji s sodelovanjem zasebnega partnerja, a kaj ko hkrati ta ista uprava ugotavlja, da bi v prihodnjem obdobju prihranili več kot 400 tisoč evrov, če bi se projekta lotili z lastnimi sredstvi oz. ugodnim kreditom, ki je občinam na voljo pri SIB Banki.

Razlika v znesku je seveda ocenjena 'čez palec', vendar bode v oči velika razlika, ki bi po logiki morala biti ravno obratna. Seveda v SMC vedno podpiramo sodelovanje, še posebno če tako sodelovanje pripomore k cenejši investiciji, ne moremo se pa strinjati s sodelovanjem, ki mora nekemu tudi koristiti; obenem pa je investicija dražja. Predlog vodje svetniške skupine SMC mag. Primoža Terplana je, da se pregle-

dajo vsi planirani projekti v letu 2018 in se oceni, kateri so prednostni za Kranj. Opraviti je treba javno razpravo, zakaj pride do take razlike v financiranju in kje so dejanske koristi. Ne smemo 'na prvo žogo', kot je v tem primeru, ko je predlagano sprejetje po skrajšanem postopku. Mandat gre k koncu in vsak bi si rad pripenjal medalje za zasluge. A za prvimi prihajajo drugi, dolgove je pa treba plačati ne glede na to. »Mandat se zaključi, finančne obveznosti pa ostajajo in se morajo odplačati; konkretno ta bi se v treh mandatih,« zaključuje Terplan.

Lokalni odbor SMC Kranj z veseljem prisluhne pobudam in željam prebivalcem Kranja. Vse aktivne poziva k sodelovanju. Svoja mnenja in predloge lahko naslovite na: kranj@lo.strankasmc.si

Na katero šolo?

V Kranju bo jutri, 20. januarja, potekal tradicionalni neformalni informativni dan Študenti dijakom, medtem ko bodo informativni dnevi na srednjih šolah in fakultetah 9. in 10. februarja. O čem se je treba pozanimati? Kateri poklici bodo sploh iskani v prihodnjih letih?

Besedilo: **Ana Šubic**

Foto: **Eva Boneš, arhiv KŠK**

Odločitev, na kateri srednji šoli oziroma fakulteti nadaljevati šolanje, sodi med najpomembnejše v življenju. Bodoči dijaki in študenti se bodo v petek in soboto, 9. in 10. februarja, odpravili po dodatne informacije na informativne dneve, Klub študentov Kranj (KŠK) pa bo že jutri, v soboto, 20. januarja, organiziral tradicionalni neformalni informativni dan Študenti dijakom, na katerem študentje delijo informacije o študijskih programih, izmenjavah in študijskem življenju na splošno. Opažajo namreč, da dijakom tretjih in četrtil letnikov pri načrtovanju študijske poti pogosto primanjkuje informacij iz prve roke – od študentov. Neformalni informativni dan bo potekal med 10. in 14. uro na Gimnaziji Franceta Prešerna, dijakom pa bo postregel z informacijami o več kot tridesetih študijskih smereh, ki jih



Z lanskega neformalnega informativnega dneva Študenti dijakom. Klub študentov Kranj ga bo letos priredil že osemnajstič, potekal pa bo jutri, 20. januarja, na Gimnaziji Franceta Prešerna.

večinoma ponujajo fakultete Univerze v Ljubljani, za katere se odloči večji del gorenjskih dijakov. »Dijaki naj se na

neformalni informativni dan pripravijo z goro vprašanj, saj bodo študentje izčrpno in podrobno odgovorili prav na vsako,« svetujejo na KŠK.

KAJ VPRAŠATI NA INFORMATIVNEM DNEVU.

Vodja resorja za izobraževanje na KŠK Matic Tavčar je podelil še nekaj nasvetov, o čem naj se dijaki pozanimajo na informativnih dnevih na fakultetah. »Začetek študentskega življenja zna biti težak, zato priporočam, da se bodoči bruci pozanimajo, ali izbrana fakulteta dodeljuje tutorje, študentske predstavnike, ki so jim na voljo za kakršno koli pomoč. Dobro je tudi vnaprej vedeti, ali imajo predavanja in vaje obvezno udeležbo. Če nimajo, se morajo bruci vseeno držati urnika, drugače jih hitro lahko



Gimnazija
Franceta
Prešerna

Šola za ponosne, samozavestne, uspešne



- Izobraževalni programi:**
- G Gimnazija
- EG Ekonomska gimnazija
- EG-Š Ekonomska gimnazija – športni oddelek

- Izobraževanje na daljavo**
- Izobraževanje za odrasle**
- Fleksibilno izobraževanje**

 www.gfp.si |  Gimnazija Franceta Prešerna
... in še mnogo več!

premamijo pasti lagodnega študentskega življenja. Dogodek Študenti dijakom letos organiziramo že osemnajstič, saj želimo, da se dijaki čim bolj prepričajo, da je izbrani študij pravi zanje. Vseeno se v veliko primerih zgodi, da žal ni, zato je dobro, če se že vnaprej pozanimajo, kakšne so možnosti prehoda na drug program znotraj fakultete pa tudi na druge fakultete. Pomemben del študija je tudi prehrana. Velikokrat med kratkimi odmori ni dovolj časa za primeren obrok ali pa za prehrano nočemo pripraviti malega bogastva. Če vnaprej izveste, kje v bližini fakultete lahko dobro in poceni jeste, boste prihranili veliko časa in denarja. Vsekakor pa priporočam prehranjevanje na študentske bone, saj je to občutno cenejše, včasih pa celo zastoj.

PO NASVET TUDI NA ZAVOD ZA ZAPOSLOVANJE. Mladi, ki ne vedo, kam bi se usmerili, se lahko po pomoč obrnejo tudi na zavod za zaposlovanje, kjer jim nudijo različne oblike testiranja in usmerjenih pogovorov. Pri testiranjih z denimo vprašalnikom Kam in kako?, ki je sicer dostopen tudi na spletni strani zavoda, skušajo ugotoviti interes posameznika ter ga

povezati z njegovimi veščinami in predstavami o določenem poklicu, je pojasnil Uroš Kopavnik, koordinator v Kariernem središču Kranj pri območni službi zavoda za zaposlovanje. »Poklice skušamo tudi predstaviti, tako v besedi kot v sliki, ter poudariti prednosti in slabosti. A prvi in najpomembnejši je pogovor. O prostem času, šoli, ocenah ... Sam se potem zelo rad pogovorim tudi s starši, saj ti najbolj poznajo svoje otroke. Nato pridobljeno iz obeh pogovorov povežemo z rezultati vprašalnika in naredimo načrt za naprej,« je razložil.

Kopavnik svetuje, naj imajo pri izbiri ustrezne šole poklicne želje mladega večjo težo od zaposlitvenih možnosti. Mladi so lahko v poklicu srečni in uspešni samo, če izhajajo iz sebe, iz svojih želja in pričakovanj, poudarja in dodaja, da se morajo vprašati, česa si pravzaprav želijo tako zelo, da so za to pripravljeni tudi nekaj narediti in stopiti izven cone udobja. »Želja brez energetskega 'naboja' ni dovolj. A če imajo oboje, potem je meja res lahko samo, kot se reče, nebo. Starši in mi, torej ožja okolica, pa jih pri tem lahko dejavno podpremo. Tako formiranega in oblikovanega mladega učenca



LUK
LJUDSKA UNIVERZA KRANJ

cilj je blizu



www.luniverza.si

☎ 04 280 48 00

VPIS: februar 2018

**100 EUR
UGODNEJE**
za občane Kranja.*

**Pridobite nova znanja za nove
možnosti in priložnosti v 2018!**

**20 EUR
UGODNEJE**
za vpis v
2. program.*

JEZIKOVNI TEČAJI

DELAVNICE IN TEČAJI ZA STAREJŠE

STROKOVNA USPOSABLJANJA

DELAVNICE IN TEČAJI ZA RAZVOJ KOMPETENC

*Akcije in popusti se NE seštevajo.

PRIHRANITE DODATNIH 20 EUR
s kuponom megamarketa Interspar.

in kasneje sodelavca bodo znali ceniti tako učitelji kot tudi delodajalci,« meni Kopavnik.

POKLICI PRIHODNOSTI. Trenutno je na trgu dela največ povpraševanja po tehničnih poklicih od 4. do 7. ravni izobrazbe. Stalno so aktualni tudi poklici v zdravstvu in gostinstvu, kjer prednjačijo kuharji in natakarji. »V prihodnjih letih bodo zagotovo iskani poklici iz dveh panog. Prva je in še bolj bo delo v proizvodnji z

dodano vrednostjo, to pomeni razne strojne, kovinarske in elektro poklice s specialnimi znanji. Ta so na primer zelo dobro razvito znanje računalništva, varjenja na različne načine, obvladovanje posebnih programov in orodij ... Druga panoga pa je delo z ljudmi. Glede na staranje populacije bodo iskani negovalci, spremljevalci, asistenti in drugi strokovnjaki s področja zdravstvene nege in socialne oskrbe,« je napovedal. **■**



Pridi na Gimnazijo Škofja Loka

na informativni dan,

ki bo v petek, 9. februarja, ob 11. in 17. uri
in v soboto, 10. februarja, ob 9. uri

GIMNAZIJA



ŠKOFJA LOKA

www.gimnazija-skofjaloka.si

RAČUNALNIŠKA ŠOLA ZA OSNOVNOŠOLCE

V Mestni knjižnici Kranj še naprej skrbijo za informacijsko opismenjevanje svojih članov. Ta mesec vabijo k vpisu v usposabljanja, ki bodo potekala februarja. Usposabljanja za odrasle so že zasedena, še vedno pa so prosta mesta v računalniški šoli za osnovnošolce, ki jo bodo izpeljali med zimskimi počitnicami. Potekala bo vsak dan med 19. in 23. februarjem, za učence prve triade od 9. ure do 10.30, za učence od 4. do 9. razreda pa med 11. uro in 12.30. Odrasli se bodo v usposabljanja znova lahko vpisali februarja. Prijave bodo sprejemali za 20-urno osnovno usposabljanje Računalnik za osebno rabo, ki se bo začelo 5. marca in bo potekalo ob ponedeljkih, sredah in petkih od 9. ure do 10.30. Prav tako se bo možno vpisati tudi na usposabljanje Načrtovanje poti s spletnimi zemljevidi, ki ga bodo izvajali od 6. marca. Trajalo bo šest ur, potekalo pa bo ob torkih med 17.30 in 19. uro. Po 27. marcu pa bodo v tem času izvajali usposabljanje e-storitve za osebno rabo v dolžini štirih ur. Usposabljanja so za člane knjižnice brezplačna. **A. Š.**

BREZPLAČNE INŠTRUKCIJE

V Medgeneracijskem centru Kranj nudijo osnovnošolcem brezplačne inštrukcije, in sicer iz angleščine ob petkih med 15. uro in 16.30, iz matematike in fizike pa ob ponedeljkih od 14. do 18. ure. Inštrukcije so individualne in trajajo pol ure. Za odrasle prirejajo ob torkih med 10.30 in 11.30 konverzacijske urice v angleščini in nemščini, v ruščini pa ob sredah od 10. do 11. ure. Otroke in mlade, ki jim slovenščina ni materni jezik, vabijo na delavnice Jezikom slovensko in Razumem, znam slovensko, odraslim tujcem pa k vključitvi v slovenski prostor pomagajo s konverzacijskimi delavnicami Slovenija, moja nova država. Za vse aktivnosti so potrebne predhodne prijave na telefonski številki 041 724 134 ali na e-naslovu mck-prijava@univerza.si. **A. Š.**

INFORMATIVNI DAN GIMNAZIJE KRANJ

v petek,
9. februarja 2018,
ob 9. uri ali 15. uri;
mednarodna matura
ob 13.10

v soboto,
10. februarja 2018,
ob 9. uri;
mednarodna matura
ob 12. uri

Vpis

V šolskem letu 2018/2019 bomo vpisali 8 oddelkov, imeli bomo 224 prostih mest. Omejitve vpisa ne pričakujemo. Na šolo se praviloma vpisujejo odlični in prav dobri učenci, nekaj tudi učencev z dobrim učnim uspehom. Večina naših prvošolcev se je vpisala z od 160 do 175 točkami. Za brezskrben vpis na Gimnazijo Kranj je iz ocen v OŠ dobro nabrati vsaj 130 točk.

Program

Gimnazija Kranj izvaja tri veljavne splošno-izobraževalne programe:

- program gimnazija,
- program mednarodna matura,
- program maturitetni tečaj.

Paketi

Dijaki podobnih interesov, hotenj in tudi potreb so v istem oddelku – vzamejo isti paket. Vsi paketi imajo enak predmetnik do konca šolanja. Izjema je jezikovni o ddelek, v katerem dijaki v 3. letniku izberejo tretji tuji jezik. Izvajamo:

- splošni paket,
- naravoslovni,
- jezikovni,
- športni;

Jeziki

Ne glede na izbiro paketa se vsak dijak uči izbran drugi tuji jezik. Na Gimnaziji Kranj je prvi tuji jezik **angleščina**, dijaki pa lahko izberejo še **španščino, nemščino, francoščino, ruščino in kitajščino**. Vse jezike in **latinščino** se lahko učijo tudi fakultativno.

Matura 2017

V spomladanskem roku so k maturi pristopili 203 dijaki. Kar 97,53 odstotka dijakov je spomladni tudi v celoti uspešno opravilo maturo. Uspešni dijaki so v povprečju dosegli 20,7 točke in si tako odprli vrata na večino dobrih fakultet.

19 zlatih maturantov 2017

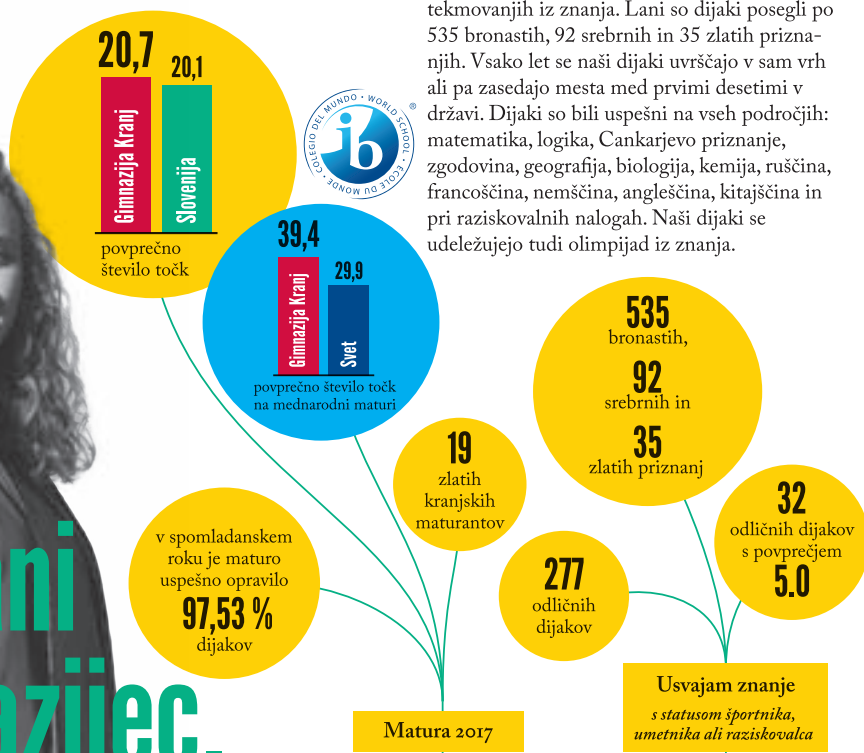
Na Gimnaziji Kranj je v spomladanskem roku maturo z odliko opravilo 7 maturantov na programu gimnazija in 12 maturantov na programu mednarodna matura. V dvajsetih letih, od leta 1995 do 2017, je na Gimnaziji Kranj maturiralo 239 zlatih maturantov.

Učni uspeh

Prehodnost med letniki je na Gimnaziji Kranj med 98 in 99 %, kar pomeni, da v celotni generaciji letnik ponavljata le 2 do 3 dijaki. Lani smo imeli 277 odličnih dijakov, od tega je 32 odličnjakov letnik zaključilo s povprečno oceno 5,0. Večina dijakov je letnik zaključila s prav dobrim učnim uspehom.

Tekmovanja iz znanja

Eden izmed glavnih pokazateljev odličnosti šole je tudi udeležba in predvsem dosežki na tekmovanjih iz znanja. Lani so dijaki posegli po 535 bronastih, 92 srebrnih in 35 zlatih priznanjih. Vsako leto se naši dijaki uvrščajo v sam vrh ali pa zasedajo mesta med prvimi desetimi v državi. Dijaki so bili uspešni na vseh področjih: matematika, logika, Cankarjevo priznanje, zgodovina, geografija, biologija, kemija, ruščina, francoščina, nemščina, angleščina, kitajščina in pri raziskovalnih nalogah. Naši dijaki se udeležujejo tudi olimpijad iz znanja.



Gimnazija Kranj
Razumem. Znam.
Sem z Gimnazije Kranj.

Gimnazija Kranj
Koroška cesta 13, 4000 Kranj
t: +386 (0)4 281 17 10
f: +386 (0)4 201 22 55
e: gimnazija.kranj@guest.arnes.si

Postani Gimnazijec.

**Usvajam znanje
s statusom športnika,
umetnika ali raziskovalca**

**Že od leta 1810.
Sem del uspešne zgodbe.**

**Odločite se za korak v pravo smer
in stopite na odskočno desko za sodoben poklic
IZBERITE**

Š O L S K I  **C E N T E R**

Š K O F J A L O K A



- je sodoben, prijazen center s tradicijo, uspehi in ambicijami
- goji partnerstvo z ožjo in širšo skupnostjo
- se hitro odziva na spremembe tehnologij in potreb na trgu
- dijakom ponuja različne pristope učenja v sodobno opremljenih učilnicah
- neguje vrednote, ki so pomembne za osebno rast vsakega udeleženca
- nudi širok spekter obšolskih dejavnosti

Šolski center je primeren za vse, ki jih zanima **lesarstvo** ali **strojništvo**.

SREDNJA ŠOLA ZA LESARSTVO

SREDNJA ŠOLA ZA STROJNIŠTVO

Obe srednji šoli ponujata programe nižjega, poklicnega, poklicno-tehniškega in srednje strokovnega izobraževanja in usposabljata za različne poklice:

- obdelovalec lesa
- mizar
- tapetnik
- lesarski tehnik
- pomočnik v tehnoloških procesih
- oblikovalec kovin - orodjar
- inštalater strojnih inštalacij
- avtoserviser
- avtokaroserist
- avtoserviserni tehnik
- strojni tehnik



NOVO – VAJENIŠKI SISTEM

V šolskem letu 2018/19 se lahko odločite za vpis v program poklicnega izobraževanja, in sicer za poklice:

- mizar • oblikovalec kovin – orodjar • strojni mehanik



Pogoj za vpis je sklenjena pogodba z delodajalcem; praktično usposabljanje se po vajeniškem sistemu izvaja samo pri delodajalcu in obsega polovico časa izobraževanja; poklicno usposabljanje je denarno nagrajeno.

Dijaški dom omogoča bivanje oddaljenih dijakov.

Višja strokovna šola izvaja višješolska programa za strojništvo in lesarstvo.

Vabimo vas na informativne dneve v petek in soboto, 9. in 10. februarja 2018:

Srednja šola za strojništvo: Podlubnik 1b/petek ob 11. in 15. uri ter sobota ob 9. uri

Srednja šola za lesarstvo: Kidričeva 59 (Trata)/petek ob 9. in 15. uri ter sobota ob 9. uri

Višja strokovna šola: Podlubnik 1b/petek ob 11. uri in 16.30 ter sobota ob 11. uri

Dijaški dom: Podlubnik 1b/ petek od 8. do 17. ure in v soboto od 8. do 13. ure



MEKON LOKA D.O.O.
Podlubnik 253, 4220 Škofja Loka
tel.: 04 51 50 590
info@mekon-loka.si
www.mekon-loka.si

JEZIKOVNI TEČAJI

- Angleščina • Nemščina • Italijanščina
- Španščina • Francoščina • Portugalščina
- Ruščina • Japonščina • Kitajščina
- Poljščina • Hrvaščina • Slovenščina

TEČAJI ZA PROSTI ČAS

Mozaik • Klekljanje • Retorika • Keramika
Slikanje • Fotografija • Poslikava stekla, svile,...

RAČUNALNIŠKI TEČAJI

- Windows • Word • Excel • Power Point

ZA:

učence
dijake
študente
odrasle
upokoјence

KDAJ?

Pričetki od
5. februarja
dalje.
Na voljo je
več kot 150
različnih
terminov.

PONUDBA

Na voljo so začetni
in nadaljevalni
tečajji (od 1. do 7.
stopnje), utrjevanje
šolske snovi,
priprava na maturo,
individualni pouk,
tečajji za zaključene
skupine.

Prešernova nagrada za bodočega zdravnika

Kranjčan Domen Sever, študent šestega letnika medicine, je decembra prejel fakultetno Prešernovo nagrado za raziskavo, v kateri sta z mentorjem prof. dr. Blažem Mavčičem kot prva dokazala povezavo med osteoartrozo kolka in asimetrijo sramnih ustnic. Gre za odkritje novega kliničnega znaka, ki bi ga po besedah mentorja lahko relativno hitro uvedli v klinično prakso.

Besedilo: **Ana Šubic**

Foto: **osebni arhiv Domna Severja**

Domen Sever ne skriva, da mu Prešernova nagrada pomeni zelo veliko. Bržkone že zato, ker v osnovni šoli, kot pravi, ni bil nikdar spoznan za nadarjenega, nekateri učitelji so celo trdili, da iz njega ne bo nič. Kasneje, na kranjski gimnaziji, je počasi »vzcvetel«; pri naravoslovnih predmetih je bil zelo dober, družboslovnih ni maral. Odličnjak v zadnjih dveh letih gimnazije se je nato vpisal na študij medicine v Ljubljani, ki ga je opravljal brez težav, tako da 26-letnega Kranjčana sedaj od diplome loči le še zadnji ustni izpit.

Zadnja študijska leta je zanj začela vse bolj mikavna postajati Prešernova nagrada. »Želel sem opraviti raziskavo, ki bi dala konkretne rezultate, s katero bi odkril nekaj novega.« In mu je uspelo, saj je v raziskavi pod mentorstvom prof. dr. Blaža Mavčiča, specialista ortopedske kirurgije, dokazal povezavo med boleznijo kolka – osteoartrozo in asimetrijo velikih sramnih ustnic, za kar mu je Medicinska fakulteta sredi lanskega decembra podelila Prešernovo nagrado.

PREUČIL VEČ KOT ŠTIRISTO RENTGENSKIH POSNETKOV. Osteoartraza (ljudje jo laično poimenujejo obraba sklepov) je degenerativni proces, ki se odraža tudi v otekanju in zadebelitvi obklesnih mehkih tkiv. Na prstih ali komolcu, denimo, je to lahko hitro



Na podelitvi Prešernovih nagrad: Domen Sever z mentorjem prof. dr. Blažem Mavčičem (levo) in somentorjem dr. Matevžem Gorenškom

vidno, v primeru osteoartraze kolka pa so mehko tkivne spremembe praktično nevidne zaradi pokritosti okolčja z mišicami in maščevjem, je razložil Sever. Tako so v raziskavi predpostavili, da bi lahko prišlo tudi do asimetrije mehkih tkiv v bližini okolčja in spolovila, ki bi bila vidna na sodobnih rentgenskih posnetkih. V raziskavi, katere idejni pobudnik je bil dr. Matevž Gorenšek, je tako preučil 435 rentgenskih slik okolčja pacientk pred vstavitvijo kolčne endoproteze. Izkazalo se je, da so v kar sedemdesetih odstotkih primerov pacientke z osteoartrozo kolka imele na isti strani tudi povečano veliko sramno ustnico. »Ugotovili smo tudi, da večja kot je asimetrija sramnih ustnic, večja je tudi ver-

jetnost za prisotnost osteoartraze kolka. Tu se bo v prihodnosti dalo še marsikaj raziskati,« je prepričan.

KLJUČNA JE BILA VZTRAJNOST. Pri izvedbi raziskave je bila ključna tudi vztrajnost. »Nisem mogel veliko citirati drugih avtorjev, saj literature na to temo skorajda ni. Vsi so nam govorili, da je študija smešna, da ne bo prinesla kakšnih rezultatov,« se Sever spominja začetkov. Tudi sam je, priznava, malce podvomil o uspehu, ne nazadnje se je omenjene raziskave pred njim že lotila neka študentka, a je po pregledu petnajstih rentgenskih posnetkov pacientk obupala. Danes ji je bržkone precej žal ... A Sever se je odločil pregledati sto posnetkov, ki so že nakazovali pove-

zavo osteoartroze kolka in povečane sramne ustnice na isti strani, kar ga je spodbudilo, da raziskavo izpelje do konca. O izsledkih bosta z mentorjem poročala tudi v prispevkih, ki jih pripravljata za Medicinske razglede in mednarodne zdravniške žurnale. »Cilj je tudi, da raziskavo razširimo še z analizo rentgenskih posnetkov pacientk iz lanskega leta, kar pomeni, da bi skupaj pregledali že okoli tisoč posnetkov. Za raziskavo na takšnem vzorcu pa že lahko trdiš, da zares velja,« je dejal.

DO ODKRITIJ S PREPROSTO METODOLOGIJO. »Čeprav so rentgensko slikanje izumili že pred 120 leti, je šele pred nekaj leti uveljavitev digitalnega arhiviranja slik omogočila natančnejše analize mehko tkivnih senc na večjih serijah slik,« je razložil Severjev mentor prof. dr. Blaž Mavčič. Kot pravi, jim je z raziskavo uspelo prvič pokazati, da lahko iz oblike mehkih tkiv okolčja posredno sklepamo na obolelost kolčnega sklepa. »Ugotovljeni znak bi lahko predstavljal enega od diagnostičnih korakov za zgodnje odkrivanje izvora bolečin pri raznovrstnih boleznih kolčnega sklepa. Zaradi široke dostopnosti rentgenskega slikanja in naraščajoče pogostosti bolezni kolka pri starejši populaciji bi ta znak relativno hitro lahko uvedli v klinično prakso,« je pojasnil Mavčič.

Kot rečeno, so na začetku mnogi dvomili o uspešnosti raziskave. Razlog za omalovaževanje takšnih raziskav je, meni Mavčič, tudi v preprostosti metodologije in v prepričanju, da je za dosego pomembnih znanstvenih rezultatov nujno potrebna najnovejša draga tehnologija: »Zgodovina medicine nas uči, da je včasih do pomembnih odkritij prišlo zato, ker se je nekdo odločil uporabiti "stara" tehnologijo na nov način ali za nov namen. Tudi v primeru naše raziskave je razlika med neuspehom in uspehom izhajala iz vztrajnosti.«

POSVETIL SE BO UROLOGIJI. So glede na nova odkritja potihoma že malce pričakovali Prešernovo nagrado? Mavčič pravi, da je bolj od pomena rezultatov, ki naj bi bili posledica mentorjeve ideje, pomemben način, kako je študent raziskovalni problem zastavil, opisal in interpretiral. Sever ga je presenetil že s prvim osnutkom naloge, ki da je bil zelo dobro napisan. »Treba je bilo samo še dodati piko na i s končnimi ugotovitvami,« je dodal Mavčič. Sever je poudaril, da je imel odličnega mentorja, pri katerem je dobil tudi odličen vzorec za prihodnje raziskovalne naloge in znanstvene članke.

Čeprav se je nagrajena naloga nanašala na ortopedijo, pa Sever svojo prihodnost vidi v urologiji. »Tu vidim priložnost, saj je pri nas zelo malo urologov na tisoč prebivalcev v primerjavi z evropskim povprečjem. Na specializacijo iz ortopedije bi čakal več let. Zanima me tudi laparoskopija, ki sem jo spoznaval tudi na študentski izmenjavi na Poljskem. Zelo zanimivo področje se mi zdi sprememba spola, s čimer se ukvarjajo strašno talentirani zdravniki,« nam je zaupal bodoči zdravnik iz Kranja.

POSTATI JE ŽELEL GRADBENI INŽENIR. Včasih si je sicer želel postati gradbeni inženir, ki bo gradil v Dubaju in Hongkongu. »Mogoče mi je kdaj malo žal, imam kolega, ki dela v Nemčiji pri gradnji luksuznih vil. Zanimali so me tudi tuji jeziki, a jih ne bi študiral in potem trideset let razlagal drugim eno in isto snov.« V prostem času se ukvarja s prostovoljstvom in igra klavir – tako kot njegovo dekle, sicer profesionalna pianistka. Glasbeni talent je bržkone podedoval po materi, profesorici kljunaste flavte. **K**



V gozdu se dogajajo neverjetne stvari: drevesa se sporazumevajo med seboj. Ljubeče skrbijo za svoj naraščaj in negujejo stare, betežne sosede. Drevesa imajo občutke, čustva in spomin. Zveni neverjetno? Gozdar Peter Wohlleben je v čudovite zgodbe o neslučenih zmožnostih dreves vključil tudi najnovejša znanstvena spoznanja in lastne izkušnje. To je ljubezensko pismo gozdu.

Knjigo lahko kupite na Gorenjskem glasu, Bleiweisova cesta 4 v Kranju, jo naročite po tel. št.: 04/201 42 41 ali na: narocnine@g-glas.si. Če jo naročite po pošti, se poštnina zaračuna po ceniku Pošte Slovenije.

15⁹⁰
EUR
* poštnina

www.gorenjskiglas.si

Gorenjski Glas

Bachove kapljice

so naravna in energijska pomoč, blagoslov narave, s katero lahko:

- najdemo svoje življenjsko poslanstvo
- imamo v sebi več radosti
- imamo boljše in lepše odnose v partnerstvu, v službi oz. na delovnem mestu, v družini ...
- omilimo stres
- transformiramo strahove v pozitivno stanje
- transformiramo negativna čustvena stanja v pozitivna
- pridemo iz negativne naravnosti v pozitivno naravnost
- odpravljamo izčrpanost in nemir, doteka nova kozmična energija

Ob poglobljenem pogovoru se lahko posamezniku in partnerjema, družini, zaposlenim ipd. svetuje, katere Bachove esence kdo potrebuje. Bachove kapljice delujejo energijsko, ne kemično in nimajo stranskih učinkov. Človek je lahko zelo hitro v pozitivnem stanju in rezultati so lahko tudi trajni.

Več o vsem skupaj spregovorimo tudi v četrtek, 25. 1. 2018, ob 18.30 v Vita centru Naklo.

O tem in drugi naravni pomoči si lahko preberete tudi na www.naravna-pomoc.si, 070 997 506



CELOSTNA OBRAVNAVA ČLOVEKA
KLAVDIJA MARKOVIČ
Naravna in energijska pomoč

Lavreati v Kranju

Tudi letos bodo Kranj obiskali aktualni Prešernovi nagrajenci.

Besedila: **Igor Kavčič**

Zadnje desetletje že tradicionalni Shod muz na kranjskem Parnasi bo tudi ob letošnjem kulturnem prazniku v Kranju privabil aktualne Prešernove nagrajence. Letos bosta to prejemnika Prešernove nagrade pesnik, dramatik, prevajalec in publicist Boris A. Novak in baletni solist, koreograf in režiser Janez Mejač ter prejemniki nagrad Prešernovega sklada akademski snemalec Marko Brdar, igralec Matej Puc, dramatičarka in performerka Simona Semenič, koreografinja in baletna solistka Valentina Turcu, fotograf Boris Gaberščik in intermedijska umetnica Maja Smrekar.

Nagrajenci se bodo po srečanju na Brdu nekaj po četrti uri popoldan v družbi ministra za kulturo Antona Peršaka in predstavnikov kranjske kulture sprehodili skozi stari Kranj, si prej ogledali Mestno knjižnico, obiskali Prešernovo hišo in se potem pomudili na Glavnem trgu v Galeriji Prešernovih nagrajencev. Kot je povedal vodja galerije prof. Marko Arnež, si bodo nagrajenci lahko ogledali njihovo razstavo portretov, ki jih z nagrajenci že tradicionalno vsako leto pripravlja fotograf Tone Stojko, tokrat pa bosta goste z branjem poezije pozdravila tudi pesnika, lanski Prešernov nagrajenec Miroslav Košuta in leta 1982 nagrajenec Prešernovega sklada Marko Kravos.

Da bosta pesmi brala oba primorska pesnika ni naključje, saj bo v Galeriji Prešernovih nagrajencev od 1. februarja naprej na ogled tudi likovna razstava Samotni brin sredi morja rase, na kateri bodo razstavljena dela primorskih umetnikov iz



Utrinek z lanskoletnega sprehoda po Galeriji Prešernovih nagrajencev: Marko Arnež in Tomaž Štefe v družbi pisateljice Mojce Kumerdej / Foto: Primož Pičulin

zamejskih javnih in zasebnih zbirk. Med drugim bodo na ogled dela Avgusta Černigoja, Lojzeta Spacala, Klavdija Palčiča, Franka Vecchieta, Vena Pilon, Zorana Mušiča ...).

Obisk letošnjih lavreatov v Kranju se bo zaključil v Prešernovem gledališču, kjer bo v okviru vsako leto dobro obiskanega dogodka Shod muz na kranjskem Parnasi, potekal pogovor z njimi. Tudi letos ga bo ubrala iskriva moderatorka Patricija Maličev. **K**

16.02 BAZEN
21:00 KRAJN



eventim.si



Čakalnica za oni svet

V komediji Čakalnica navdušujeta Janez Hočevar - Rifle in Lado Bizovičar.

Besedilo: **Igor Kavčič**

Komedijska asa Janez Hočevar - Rifle in Lado Bizovičar bosta danes zvečer v SiTi Teatru v BTC premierno uprizorila komedijo Čakalnica. V prednovoletnem času smo si predstavo že ogledali v razprodani dvorani Kulturnega hrama Ignacija Borštnika, kjer bosta ponovno na sporedu v četrtek, 25. januarja, naslednji dan, 26. januarja, pa bosta s komedijo gostovala v dvorani na Češnjici v Železnikih. Namesto treh predvidenih predpremier sta jih v decembru odigrala kar petnajst. Razprodane dvorane so bržkone najboljša napoved, da gre za predstavo, ki je ne gre zamuditi. Nova komedija, ki sta

Zakaj v predstavi gre? Rifle in Lado se znajdetta na koncu tunela, v čakalnici za odhod v onstranstvo. Motorist Rifle, povožen od Bizovičarja, ki je prehiter v električni limuzini znamke Tesla. V Čakalnici čas ni več dimenzija, ni novinarjev in medijev, družbenih omrežij, telefonov in televizije – sta samo čakajoča »potencialna mrliča«. Da jima ne bi bilo dolgčas, moža debatirata o marsičem in pri tem nehote razgaljata svoji osebnosti. Lado se odlično znajde v besedilu, ki je napisano njemu na kožo, saj ne manjka obešenjaškega humorja, ki ga ta povezuje z aktualnostmi in okoljem, v katerem igra. Za generacijo starejši Rifle se mu nikakor ne pusti. Duhovitosti, tudi tistih, ko so kletvice prepovedane in slišimo »kunc te gleda«, v predstavi ne manjka. **K**



Janez in Lado ga lomita v čakalnici. / Foto: arhiv SiTi Teatra BTC

jo na podlagi besedila Nejca Gazvode režirala Dejan Batočanin in Uroš Fürst, je pisana na kožo legendi slovenskega igralsva Janezu Hočevarju - Rifleu in Ladu Bizovičarju, mladeniču, ki se več kot uspešno trudi v različnih medijskih in igralskih pojavnih oblikah. Čakalnica je zagotovo dober mehčalec človeškega vsakdanjika v teh ne preveč rožnatih časih.



KRICE KRACE VABIJO:

KRICE KRACE PETKOVE PRIREDITVE

Krice Krace, petek ob 17.30 uri, vstopnina 4 eur

- 19.1. BONTON ZA MALE LUMPE, Gledališče Bičikleta
- 26.1. METULJČEK IN METULJČICA, Gledališče Labirint
- 2.2. KRALJESTVO POVODNEGA MOŽA, Teater za vse
- 9.2. KUŽEK IN MUCA, Lutkovno gledališče Tri

EKO POD ZELENO SMREKO - delavnica

Krice krace, sobota od 11.00 do 12.30 ure - vstop prost

STOLPOVE PRIPOVEDOVALNICE

Otroški stolp Pungert, sobota ob 17. uri, vstop prost

- 20.1. ZGODBA O TREH BRATIH, Marko Završnik
- 27.1. PRAVLJICA IZ STARE SKRINJE, Aja Stelan
- 3.2. ZGODBA O DOLGOLASI VRBI, Jadranka Završnik
- 10.2. HRČKOVA HRUŠKA, Mojca Pavlič Drnovšek

SOBOTNE MATINEJE

Prešernovo gledališče, sobota ob 10. uri, vstopnina 4 eur

- 20.1. BILO JE NEKOČ V AFRIKI, LG Koruzno zrno in Tina Sovič
- 27.1. TRNULJČICA, Mestno gledališče Ptuj
- 3.2. DŽUMBUS, Peter Kus
- 10.2. ŽOGICA MAROGICA, Kranjski komedijanti

www.kricekrace.com, Facebook **KRICE KRACE**
Zveza ustvarjalnih društev Kranj, Tomšičeva 14

Ducat predstav na Tednu slovenske drame

Znan je program letošnjega, osemindesetega Tedna slovenske drame, ki bo odprl svoja vrata 27. marca, na svetovni dan gledališča.

Besedilo **Igor Kavčič**

Slovenski ustvarjalci so na letošnji Teden slovenske drame prijavili 37 predstav. Selektorica Tea Rogelj, ugledna zgodovinarica gledališča in velika poznavalka evropskih odrov, si je poleg prijavljenih ogledala še 25 produkcij, torej skupno 62. Med prijavljenimi 37 predstavami je šest uprizoritev amaterskih gledaliških skupin, ob njih pa še sedem projektov zunajinstitucionalnih skupin. Štiri od prijavljenih uprizoritev so namenjene otrokom oziroma mladini.

»Dobra polovica predstav, ki sem si jih ogledala, temelji na klasični dramski formi (leta 2016 je bilo takšnih le dobra tretjina). Povprečje slednjih letos nedvomno dviguje SNG Drama Ljubljana, ki je slovesno sezono ob 150. obletnici ustanovitve Dramatičnega društva zaznamovala z repertoarjem, v celoti sestavljenim iz slovenskih dramskih besedil,« je na predstavitvi svojega izbora povedala Rogljeva; da med slovenskimi institucionalnimi gledališči po številu uprizoritev slovenskih dramskih del v letu 2017 izstopajo še Prešernovo gledališče Kranj, Mestno gledališče ljubljansko in Slovensko mladinsko gledališče. Podobno kot lani je tudi kot poglobitna kriterija pri izboru razumela kompleksnost in dovršenost uprizoritev.

V tekmovalni program je tako vključila šest uprizoritev: Človek, ki je gledal svet (avtorji besedil so ustvarjalci predstave), režiser Žiga Divjak, Slovensko mladinsko



V izboru tekmovalnega programa selektorice Tee Rogelj je tudi predstava Stenica v koprodukciji Prešernovega gledališča Kranj in Mestnega gledališča Ptuj. / Foto: Nada Žgank

sko gledališče, Avtorski projekt Stenica, režiser Jernej Lorenci, Prešernovo gledališče Kranj in Mestno gledališče Ptuj, Gregor Strniša: Ljudožerci, režiser Ivica Buljan, Drama SNG Maribor, Ivan Cankar: Hlapci, režiser Janez Pipan, SNG Drama Ljubljana, Dušan Jovanović: Zid, jezero, režiser Miloš Lolić, SNG Drama Ljubljana in Saša Pavček: Pod snegom, režiserka Barbara Zemljič, Mini teater Ljubljana.

V spremljevalnem programu, ki je prav tako pester in zanimiv, bomo videli pet predstav: Rok Vilčnik - rokgre: Ljudski demokratični cirkus Sakešvili, režiser Luka Martin Škof, SNG Drama Ljubljana, Slavoj Žižek: Trojno življenje Antigone, etično-politična vaja, režiser Mat-

jaž Berger, Anton Podbevšek teater Novo mesto, Simona Hamer: Razglednice ali Strah je od znotraj votel, od zunaj pa ga nič ni, režiserka Ajda Valcl, SNG Drama Ljubljana, Pia Brezavčček, Barbara Krajnc Avdić, Saška Rakef: Idealna, režiserka Saška Rakef, producent ŠKUC gledališče, koproducent Mesto žensk, Slovenska popevka, gledališki koncert po besedilih Gregorja Strniše, režiser Matjaž Pograjc, Slovensko mladinsko gledališče in CUDV Draga. Na letošnjem festivalu bo v dodatnem programu na ogled še predstava avtoric Zale Dobovšek, Nine Šorak, Tina Grabnarja in Asje Kahrimanović Babnik: Nekje drugje, režiser Tin Grabnar, Lutkovno gledališče Ljubljana. **K**

Julija.

Nagrada za izjemno igralsko stvaritev v sezoni 2017/2018 v Prešernovem gledališču Kranj



Gorenjski Glas

Tudi v letošnji sezoni vas vabimo, da s svojimi predlogi sodelujete pri izboru izjemne igralske stvaritve Prešernovega gledališča Kranj v sezoni 2017/2018. Veljale bodo le originalne glasovnice, ki bodo v *Kranjčanki* objavljene po vsaki premieri od septembra 2017 do junija 2018. Dobitnika julije bomo razglasili na slovesnosti ob začetku sezone 2018/2019.

Tri ženske

Vinko Möderndorfer

PONOVITEV:
PETEK 19. januar

»Nekoč so na nekem posestvu nekaj vrst stran od železnice živele tri ženske, posedale, popivale, govorile in si želele v Moskvo. Danes v nekem baru nekega nakupovalnega centra na obrobju mesta posedajo, govorijo in pijejo alkohol tri ženske. No v drami Vinka Möderndorferja ni čisto tako, saj le dve zreli ženski, igrata ju Darja Reichman in Vesna Jevnikar, pijeta alkohol in pred gledalci razgaljata vse pote in praznine svojih življenj. Tretja, v uprizoritvi Vesne Slapar pa ju opazuje, nekaj malega doda in v določenem trenutku izpove svojo največjo travmo.«

– Petra Tanko, Radio Slovenija 1



Vesna Jevnikar

Darja Reichman

Vesna Slapar

Glasovnica

Julija.

Glasujem za
igralca/-ko: _____

Ime in
priimek _____

Ulica _____

Poštna številka _____

Pošta _____

Glasovnice pošljite na: Prešernovo gledališče Kranj, Glavni trg 6, 4000 Kranj s pripisom ZA JULIJO.«



Prešernov smeni

8

FEBRUAR

Čas za
romantiko
19. stoletja



Odprti kulturni hrami / Moda in kulinarika 19. stoletja Prešernovi recitali
Festival lajnarjev / Kranjski Parnas in Prešenovi nagrajenci / Sejem obrti / Vlado Kreslin

PREŠERNI

KARNEVAL

SOBOTA

10

FEBRUAR

Dan
veselih
ust

11.00 Otroško pustovanje / Glavni trg

14.00 Mednarodna in otroška pustna povorka

Maistrov trg - Prešernovo gledališče

PRIJAVITE SE! Pustne skupine z najmanj 5 člani in otroci posamezniki v spremstvu staršev ali kot skupine najkasneje do 8.2.2018.

21.00 Večerno pustovanje v Klubarju



Po semnju še karneval

Le dva dneva po tradicionalnem Prešernovem semnju bodo Kranj na pustno soboto, 10. februarja, preplavile maškare.

Besedilo: **Ana Šubic**, foto: **Primož Pičulin**

Prihodnji mesec bosta dogajanje v Kranju zaznamovala dva večja dogodka. Na slovenski kulturni praznik, 8. februar, bo tradicionalni Prešernov smenj tudi letos oživiljal spomin na 19. stoletje in čas našega največjega poeta. Na ulicah Kranja bo potekal sejem domače in umetnostne obrti z več kot sto razstavljalci, obeta pa se tudi pester program s folklornimi skupinami, pevskimi zbori, recitacijami, na katerih bodo lahko sodelovali tudi obiskovalci. »Prešernov smenj, ki ga bomo uradno odprli ob 11. uri, bo potekal med 10. in 18. uro. Tudi letos ga bomo sklenili s Shodom muz na kranjskem Parnasi – srečanjem s Prešernovimi nagrajenci v Prešernovem gledališču,« je pojasnila Petra Žibert z Zavoda za turizem in kulturo Kranj (ZTKK). Posebej je omenila tudi koncert Vlada Kreslina, ki po 16. uri na Glavnem trgu ne bo samo pel, pač pa tudi bral svojo poezijo.

Obeta se tudi nekaj novosti. Tako se bo lani uvedenemu prepoznavnemu znaku smenja cilindru iz kartona pridružil še ženski klobuk iz 19. stoletja, ki bo naprodaj pred Kranjsko hišo na Glavnem trgu. V kavarni Khislstein se bodo obiskovalci lahko oblekli v oblačila iz 19. stoletja, otroci pa bodo po nekaj letih ponovno lahko jahali ponije.

Le dva dneva kasneje, 10. februarja, pa bo pustna sobota, ki jo v Kranju že tradicionalno zaznamujejo s Prešernim karnevalom. »Letos bo prvič potekala otroška pustna povorka v sodelovanju s šolami in vrtci, vabimo pa tudi otroke v spremstvu staršev in



Z lanskega Prešernega karnevala v Kranju

otroške skupine, da se prijavijo in se nam pridružijo. Prav tako pa letos ponovno vabimo pustne skupine z najmanj petimi člani, med katerimi bomo tudi letos izbrali najboljšo skupino in jo razglasili po povorki na Glavnem trgu,« je napovedal Srečko Štagar z ZTKK. Program se bo začel ob 11. uri z otroškimi pustovanjem na Glavnem trgu, ob 14. uri pa bo sledila otroška pustna povorka skupaj z mednarodno povorko, ki bo krenila z Mastrovega trga do Prešernovega gledališča. Poleg kurentov pričakujejo tudi druge etnografske pustne skupine. V popoldanskih urah se bodo maškare vseh starosti lahko zabavale v diskoteki na prostem na Glavnem trgu, večerno pustovanje pa bo gostil Klubar. **K**

Gramatex d. o. o.

Trgovina z metrskim blagom
Zgoša 20 pri Begunjah
Odprto vsak dan od 9. do 19. ure
sobota do 18. ure, T: 04/5334 134
www.gramatex.com
f Gramatex



S tem kupončkom **30% popust**
NA BLAGO ZA MAŠKARE

Še več iz naše ponudbe
si lahko ogledate na www.gramatex.si,
gramatex.com in na **f** Gramatex.

Risanke zaživele na ledu

V nabit polni ledni dvorani Zlato polje so se na sedaj že tradicionalni novoletni reviji predstavili tako začetniki kot izurjeni drsalci, vsi skupaj pa so predstavili zanimive točke iz znanih risank.

Besedilo: **Vilma Stanovnik**

Foto: **Tina Dokl**

Številni ljubitelji umetnostnega drsanja, zlasti pa starši, stari starši in prijatelji kranjskih drsalcev, so tudi ob koncu minulega leta težko pričakovali tradicionalno drsalno revijo v kranjski ledni dvorani. Tako so bile tudi letos tribune polne do zadnjega kotička, vsi pa so željno pričakovali novo pred-

stavo, ki so jo letos na Drsalnem klubu Kranj poimenovali Risanke na ledu.

Razgibane in zanimive točke za drsalno revijo sta sestavili trenerki Tina Odžič in Sarah Robert Sifaoui. Čudovite kostume je kreirala in s pomočjo šivilje Brigite Pičman sešila Mojca Zadnikar. Za frizure je poskrbela Maja Zrim s pomočnicami, za ličenje Mojca Zadnikar.

Nastopilo je kar triintrideset otrok iz kranjskega drsalnega kluba, ki so se predstavili v točkah na glasbo iz risank Levji kralj

(Jera Ziherl, Nia Zadnikar, Stela Urbanc, Meta Ankele, Ula Kemperle, Izabela Čadež, Marija Čadež, Tara Kolmančič, Eva Pavlišič, Neja Kolar, Katja Mišič, Ami Knaflič), Svet igrač (Manca Rogelj, Julija Zupan, Maša Ankele, Sara Jurgele, Lana Traven, Manca Rožanc), Troli (Ula Zadnikar, Nika Sajovic, Sara Urbanc, Lana Stavanja Zelnik), Zootropolis (Nia Zadnikar, Stela Urbanc, Meta Ankele, Ula Kemperle), Tarzan (Alja Rančigaj, Alja Resman, Jerca Oman, Jera Ziherl, Iza Prusnik,

GG | IZLET // torek, 30. januarja 2018

KOPALNI IZLET V ZREČE

Vabimo vas, da se nam pridružite na kopalnem izletu v Terme Zreče. Najprej se bomo sprehodili skozi Slovenske Konjice, nato pa s pomočjo lokalne vodičke spoznavali kraje zgornje Dravinske doline. Peljali se bomo tudi na Zlati grič, od koder je lep razgled. V Termah Zreče nam bodo strokovnjaki predavali o zdravem načinu življenja in o tem, kako pomembno je, da smo čim dlje aktivni in se gibamo na svežem zraku. Po okusnem kosilu bo sledilo triurno kopanje v termalnih vrelih bazenov in odhod domov.

Prav lepo vabljeni!

Odhod avtobusa:

ob 7.00 z AP Radovljica, ob 7.25 z AP Creina,
ob 7.45 z AP Mercator Primskovo, ob 8.10 z AP Škofja Loka

Cena izleta je 32 EUR.

Cena vključuje: prevoz, lokalno vodenje, kosilo, strokovno predavanje, 3-urno kopanje v Termah Zreče in DDV.

Za rezervacijo čim prej pokličite na tel. št.: 04/201 42 41, se oglasite osebno na Bleiweisovi c. 4 v Kranju ali pišite na: narocnine@g-glas.si.

Za odjave, ki prispejo kasneje od petka, 26. januarja 2018, do 10. ure, zaračunamo potne stroške.





Manca Rogelj, Julija Zupan), Vaiana, Rio, Avtomobili (Alja Rančigaj, Alja Resman, Jerca Oman, Jera Zihlerl, Iza Prusnik), Mala morska deklica Ariela (skladbe Jump in the line, Part of your world in Under the sea (Ema Mežnaršič, Rebeka Zaveljcina, Neža Jagodic, Ajda Jagodic, Žak Vidic, Taja Vidic, Zala Rakovec, Manca Dolžan, Mark Grilc in vsi že naštetih).

S tremi plesnimi točkami so se predstavili gostujoči drsalci Drsalno-kotalkarskega kluba Stanko Bloudek iz Ljubljane. Dunajski valček je vključeval dvaindvajset drsalcev, plesalca na ledu Živa in Janez Bonač sta se zavrtela v ritmičnih rumbe in čačaja, Naja Ferkov in Zala Prestor pa sta zaplesali na Sway. Ob koncu revije so vsi nastopajoči še enkrat prišli na led in oddrsali častni krog, na drsalkah in s sanmi jih je obiskal še Dedek mrz in nastopajočim razdelil darilca, za katera vsako leto s pomočjo donatorjev poskrbi Maja Zrim.

»Naš klub brez pomoči staršev, ki so poleg naštetega še krasili dvorano in poskrbeli za spremljevalne efekte, ne bi deloval. Prostovoljna dejavnost za skupno dobro, ki danes nikakor ni samoumevna, še vedno ostaja gonilo našega kluba. Drsanje je čudovit šport, ki poleg tehnično zahtevnih elementov vključuje tudi gibanje po ritmičnih glasbah. Veliko vaje je potrebne, da je drsenje po ledu videti lahko in brez napora, kar je bilo videti tudi na reviji, kjer so nastopali tako začetniki kot izurjeni drsalci. A vsi nastopajoči so uživali v programu in upam, da so gledalci tudi,« je ob koncu povedala predsednica Drsalnega kluba Kranj Mojca Brezar, ki je bila vesela tudi obiska Manje Vovk, vodje Urada za družbene zadeve Mestne občine Kranj, ki je nagovorila zbrane na reviji. »Mestni občini Kranj smo še posebej hvaležni, saj našemu in hokejskemu klubu ustvarja pogoje za trening na ledu. Upamo, da bo tako tudi v prihodnje,« je še dodala Mojca Brezar. **K**



CENTER ZDRAVJA IN HARMONIJE

Nace Gartner, dipl. fizioterapevt,
vodja fizioterapije v Althea centru



PREVENTIVA IN SAMOPOMOČ

Najpomembnejši del preventive je pravilno doziranje obremenitve: kdaj, kaj, koliko. To nalogo lahko zaupamo strokovnjakom, še bolje je, če sami poznamo in poslušamo svoje telo. Najvarneje je trenirati sam. Ko treniramo z nekom, ki je bolj pripravljen ali v skupini, je možnost, da se preobremenimo, večja.

Kako nadzirati stanje našega gibalnega sistema?

Občutki med vadbo in po njej:

Z redno vadbo se naučimo, kakšni naj bi bili normalni občutki med določeno aktivnostjo in po njej. Takoj, ko nekaj čutimo drugače (nelagodje, bolečina, prehitro utrujanje določenega dela telesa), je to znak, da se v telesu nekaj dogaja in je potreben počitek, sprememba aktivnosti. Lahko se ustavimo, raztegnemo težaven predel in z manjšo intenzivnostjo poskusimo nadaljevati in bo težava izzvenela. Po vadbi damo temu predelu nekaj več pozornosti: raztegi, masaža (ročna, valjički, žogice ...), gretje ali hlajenje, kreme.

Raztezanje kot pregled in terapija:

Redno raztezanje glavnih mišičnih skupin ni dobro le za ohranjanje dolžine mišic. Če smo pri tem pozorni, bomo opazili, kdaj je pri določenem raztegu nekaj drugače kot običajno. Nekaj, česar med aktivnostjo nismo občutili, pri raztegu pa: manjši obseg giba, zategnjena mišica, boleča mišica, bolečina v sklepu? Te občutke primerjamo z občutki pri enakem raztegu na nasprotni strani. Tako dobimo podatek, da se nekaj dogaja, še preden pride do simptomov med gibanjem in do poškodbe.

Poskusimo z nekaj raztegi (30–40 sekund, pavza 15 sekund, 5–10-krat), opazujemo, če se stanje izboljšuje. Če se slabša z vsakim raztegom, seveda prenehamo. Prav tako moramo pri raztegu čutiti le rahlo bolečino v smislu raztega, z prevelikim raztezanjem bomo naredili več škode kot koristi.

Pred naslednjo aktivnostjo (npr. naslednji dan) ponovno naredimo isti razteg, da preverimo, kakšno je stanje. Če ni bolje, je smiselna prekinitvev aktivnosti, dokler se stanje ne izboljša, nato ponovno naredimo trening in na koncu preverimo, ali se je težava vrnila.



althea®

OLIMPIJSKI REFERENČNI
ŠPORTNOMEDICINSKI CENTER

Železniška ulica 5, 4248 Lesce, tel: +386 4 531 69 75, gsm: +386 40 81 85 85
e-pošta: info@althea.si, spletna stran: www.althea.si
FB: https://www.facebook.com/AltheaCenterZdravja/

Trenira prvake

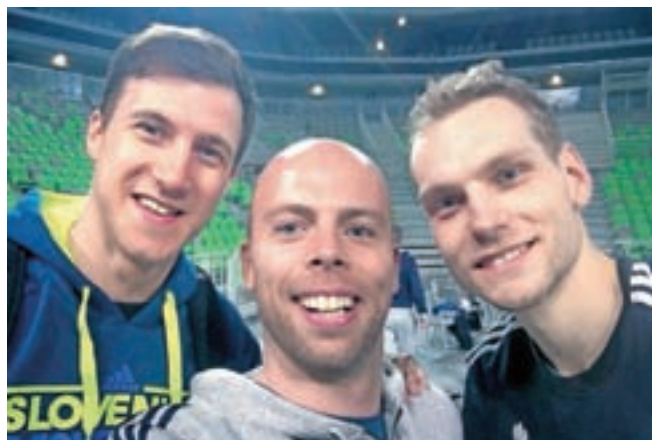
Kranjčan Miro Majkić pomaga pri kondicijski pripravi slovenske zlate košarkarske reprezentance.

Besedilo: **Aleš Senožetnik,**
foto: **osebni arhiv Mira Majkića**

Miro Majkić je vse življenje povezan s športom, v zadnjem času pa se vse bolj uveljavlja kot kondicijski trener. Od septembra namreč v Velesovem pri Cerkljah vodi športni center Mfit Studio, kjer pod njegovim vodstvom trenirajo tudi številni vrhunski športniki. Poleg tega, da skrbi za dobro fizično pripravo velesovskih nogometašev, redno sodeluje tudi s košarkarji Košarkarskega kluba Šenčur, ki uspešno nastopajo v prvi slovenski ligi, obiskujejo pa ga tudi drugi odlični športniki, denimo tekač Rok Puhar, trikratni zmagovalc Ljubljanskega polmaratona.

Ena največjih Mirovih ljubezni pa je košarka. »Vse življenje sem vpet v košarko tako kot trener mlajših selekcij kot tudi kondicijski trener,« pojasnjuje dvaintridesetletnik, ki je pred kratkim dosegel še en mejnik v svoji karieri kondicijskega trenerja. Lani je namreč začel sodelovati s kondicijskim trenerjem slovenske košarkarske reprezentance, ki je septembra z zlato medaljo na evropskem prvenstvu v Carigradu povzročila pravo košarkarsko evforijo.

Majkić se je z reprezentanti že srečal na pripravah ob prvih kvalifikacijskih tekmah za svetovno prvenstvo, ki bo prihodnje leto na Kitajskem. Kot pravi, je prvo srečanje reprezentantov po septembrskem uspehu minilo v prijetnem druženju in ob obujanju spominov, zato je še toliko bolj vesel, da lahko tudi sam



Miro Majkić (v sredini) v družbi z reprezentantoma Blažem Mahkovicem in Jakom Blažičem

pomaga košarkarjem k novim zmagam. »Večino naših junakov sem poznal že od prej, saj sem z nekaterimi že sodeloval kot kondicijski trener v mlajših selekcijah reprezentančne vrste. Predvsem je bilo lepo videti aktualne evropske prvake, ki so po uspehu v Carigradu upravičeno samozavestni,« pravi Miro, ki je znanje nabiral tudi na ljubljanski Fakulteti za šport. S svojim znanjem in izkušnjami iz profesionalnega športa pa je Majkić na voljo tudi vsem ostalim rekreativnim športnikom, ki bi radi pod strokovnim vodstvom izboljšali svojo fizično pripravo. **K**



JELAR MED ODKRITJI SEZONE

Smučarski skakalec Žiga Jelar je pozitivno presenečenje letošnje zime. Dvajsetletnik iz Spodnje Besnice je član mlade A-representance, v zadnjem obdobju pa redno nastopa na tekmah svetovnega pokala. Na novoletni turneji, ki je bila zanj prva, se je na vseh štirih tekmah uvrstil v finale, bil pa je tudi član ekipe za svetovno prvenstvo v poletih v Oberstdorfu. Naredil je velik korak naprej, ki ga je nakazovala že lanska sezona, v kateri je skakalec SK Triglav osvojil dve zlati medalji na mladinskem svetovnem prvenstvu, zmagal v skupnem seštevku Alpskega pokala, na finalu svetovnega pokala v Planici pa ni imel poleta pod dvesto metrov. M. B., foto: P. K.

organizator
Lions klub  Škofja Loka
**DOBRODELNI
KONCERT
POMAGAJMO
SKUPAJ**



OMAR NABER



MANCA ŠPIČ

**OB SPREMLJAVI
ORKESTRA
SLOVENSKE VOJSKE
VODITELJ
BOŠTJAN ROMIH**



KVATROPIRCI

Športna dvorana
TRATA ŠKOFJA LOKA
petek, 2. februar 2018,
ob 19. uri

Nakup vstopnic:

ŠKOFJA LOKA:

TIC Turizem Škofja Loka in
Turistično društvo Škofja Loka

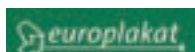
KRANJ: Gorenjski Glas

Eventim: prodajna mesta

Vstopnina: 15 €

Medijski pokrovitelji:

Gorenjski Glas





V Lescah nasproti železniške postaje najdemo LABirnt by Eksperiment, kjer kreativni Gašper Aljančič z Mlake, Besničan Jaka Jazbec in uvoženi Kranjčan, sicer pa Štajerec, Matej Martel Režek največ časa posvetijo »eksperimentiranju« s kavo, vas pa lahko presenetijo tudi s kakšnim zanimivim sadnim mojito. A. B. / Foto: A. B.



Z odštevanjem je obiskovalce Kranjske Gore na silvestrovanju na prostem v prvi januar popeljala Nina Valant, Kranjčanka, ki jo redno lahko srečujete v Lačnem Kekcu, lokalu oziroma okrepčevalnici, ki jo vodi. Nina namreč že kar nekaj let tudi živi v Kranjski Gori. A. B. / Foto: A. B.



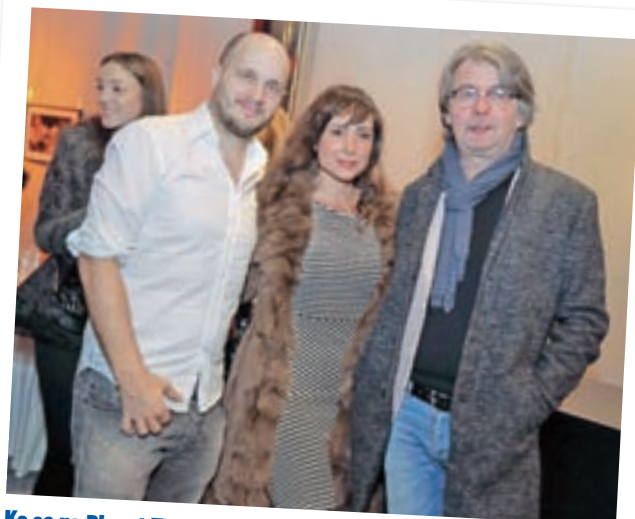
Na Jezerskem so se že peto leto zapored 31. decembra najpogumnejši odločili za novoletni skok v Planšarsko jezero. Voda je imela dve stopinji, ozračje pa minus sedem stopinj Celzija. Med obiskovalci in pogumnimi plavalci smo srečali tudi Kranjčane in ljubiteljico ter ambasadorico body tehnike Barbaro Tavčar (skrajno desno), ki je (po naključju) sprejela tokratni plavalni izziv. Na fotografiji v družbi Davorina, Polone in mladih plavalcev Lenarta in Elze. A. B. / Foto: Tina Dokl



Blaž Jenkole (levo) je član priljubljene skupine Raubarji, ki 26. januarja napoveduje koncert ob izidu prve zgoščenke, gostila pa jih bo športna dvorana v Poljanah. Na fotografiji Blaž z Juretom Sušnikom, partnerjem pevke Anite Kadenšek iz ansambla Veseli svatje. A. B. / Foto: A. B.

Na eni od pogostitev

smo tokrat v gostinski vlogi srečali nasmejano Dani Jurgec. Soproj Zdenko ni bil prisoten, ga pa lahko zato srečate v Gitadeli v Stražišču; Dani pa v kranjski knjižnici. A. B. / Foto: Tina Dokl



Ko so na Planet TV pripravili premiero Senc nad Balkanom, smo ob ogledu prvega dela serije med povabljenimi srečali tudi režiserja Mitjo Okorna. Na fotografiji je v družbi igralko Tine Gorenjak in Magnifica, ki je za serijo prispeval glasbo. A. B. / Foto: Tina Dokl

Kantri skupina Mali oglasi s simpatično pevko Simono Benko je na tokratni nastop v kranjskem Beer pubu povabila posebno gostjo Lynn Marie Rink, priznano ameriško kantri glasbenico slovenskih korenin. V njuni družbi pa sta tudi prijatelja, in sicer harmonikarica kanadska Slovenka Kathy Zamej Vogt in glasbenik Eddie Rodick iz Ohia, prav tako naših korenin – v Sloveniji mu je sedaj celo uspelo najti svoje prednike. Z občinstvom so delili pozitivno energijo in obljubili, da se na Gorenjsko kmalu spet vrnejo.
S. L. / Foto: arhiv skupine



Sandi Murovec ali kar Muri, kot ga večina kliče, je imel zadnji mesec v lanskem letu kar pester. Vsaj dva dogodka sta bila širše odmevna, 28. decembra pa je praznoval še rojstni dan. Nekaj dni pred tem so prvič medijem predstavili novo domačo kolekcijo za zimske olimpijske igre, ki so praktično pred vrati, in uradne kreacije so bile Sandijevo delo; seveda pa brez klasične božične zabave Božična štala tudi ni šlo. Tokrat je bila Murijeva »štala« že dvajsetič.
A. B. / Foto: A. B.



Glavna ulica v Kranju je v zadnjih dneh starega leta gostila živi kip Franceta Prešerna, ki ga je uprizarjal Bojan Bešter. Sicer Bojana v vlogi uličnega Prešerna Kranjčani dobro poznajo, a tokrat je bil deležen precejšnje pozornosti, saj v božičnem in novoletnem času mesto obiše več ljudi kot običajno. A. B. / Foto: Tina Dokl

TRGOVINA KOCAR



Delavska cesta 1a (pri rondoju),
Stražišče pri Kranju

T: 051 63 60 80

f Trgovina KOCAR

e-pošta: trgovina,kocar@gmail.com

Trgovina z izdelki za darila iz domače obrti, ročnih del, naravne kozmetike, izdelki za energijo, na policah pa imamo še bogatejšo ponudbo in še večjo izbiro.

Vse več je izdelkov iz lesne galanterije, lončarskih in keramičnih izdelkov, najdemo tudi konopljina prehranska dopolnila in kreme, Krpanovo kavo in čokolado, darilno žganje itd ...

Od 1. 2. 2018 do 15. 2. 2018
5% Valentinov popust
na vsa že zavita darila.

Pri nakupu sivkine kozmetike Renčelj iz Krasa, naravne kozmetike Smaragdna ter energijske slike s poudarkom na ljubezni in čustvih pa kar 10% Valentinov popust.



Vabljeni!

Nova olimpijska kolekcija

V slovenski prestolnici so predstavili olimpijsko kolekcijo Pjongčang 2018 – oblačila za uradne slovesnosti, treninge, ogrevanje, prosti čas in tudi medijske obveznosti. Za uradno olimpijsko kolekcijo slovenske odprave na februarske zimske olimpijske igre je ponovno poskrbel Kranjčan Sandi Murovec - Muri.

Tekst in foto: **Alenka Brun**

Ko so v ljubljanskem Grand hotelu Union predstavili olimpijsko kolekcijo Pjongčang 2018, nas je do 23. zimskih olimpijskih iger očil dober mesec. Uradni del, namenjen športnikom in spremljevalcem, je obli-

koval Kranjčan Sandi Murovec - Muri, izdelali pa so jo v podjetju Peak. Kolekcijo sestavljajo različni sklopi, lepo pa jo zaokrožijo prepoznavna zelena barva in še nekateri detajli, ki funkcionalno kolekcijo naredijo izjemno trendovsko. To je Sandijeva že peta kolekcija oziroma tovrstna tretja zimska. »Kolekcija ima tri sklope: nacionalni komplet,

ogrevalni oziroma aktivni sklop in pa sklop namenjen prostemu času.« Od začetnih kolekcij do tokratne so nekaj oblačilnih kosov zamenjali; videli, kako je z njihovo uporabnostjo in nosljivostjo, kaj pogrešajo, česa je preveč. Podrobneje pa smo na predstavitvenem dogodku spoznali letošnjo zvezdo aktivnih oblačil za prosti čas: prešito puhov-

Nova dimenzija svetlobe laserska nega kože

UPORABNI NASVETI št. 4

Kako z laserskimi tretmaji izboljšujemo izgled kože in kako nam analiza kože pri tem pomaga?

Za pomlajevanje kože na obrazu, vratu in dekolteju uporabljamo izbrane valovne dolžine IPL svetlobe, ki najbolj spodbujajo nastanek novih kolagenskih in elastinskih vlaken ter obnovo celic. Rezultat je gladka, enakomerna in sijoča koža. S tretmaji nege aknaste kože in odpravljanja pigmentacije dosegamo estetsko izboljšanje kvalitete kože za bolj zdravo kožo in enakomerno polt. Za doseganje in ohranjanje vidnih rezultatov priporočamo uporabo profesionalnih kozmetičnih izdelkov Nomasvello, pri katerih vam bo naše strokovno osebje z veseljem svetovalo. Če niste prepričani, s kakšno kožo imate opravka, se obrnite na nas. S pomočjo Woodove lučke bomo zanesljivo ugotovili, kakšen tip kože imate na določenih delih obraza, in vam svetovali izbiro ustreznega tretmaja ter uporabo izdelkov, primernih za vas.

Kdaj je najboljši čas za laserske tretmaje?

Medtem ko z Nomasvello tehnologijo lahko brez daljšega izogibanja soncu izvajamo tretmaje trajne depilacije, pa to ne velja za tretmaje za boljši izgled kože. Za tretma pomlajevanja, nego aknaste kože in odpravljanje pigmentacije se je potrebno izogniti soncu vsaj 15 dni pred in po, saj koža ne sme biti porjavela. Najboljši čas je tako obdobje od jeseni do pomladi, oziroma do prvih daljših sončnih dni. Po parih obiskih bo vaša koža vidno pomlajena, brez nadležnih aken in brazgotin od letih ter s svetlejšo poltjo brez temnih pigmentnih madežev.

V naslednji številki si lahko preberete, zakaj je pomembno čiščenje kože in kako vpliva na rezultate ter kakšne linije Nomasvello profesionalne kozmetike so na razpolago...

**Nomasvello Kranj • Jelenčeva 1, 4000 Kranj • Tel: 070 785 350
kranj@nomasvello.si • www.nomasvello.si • www.brezdlak.si**



ko – v temno modri barvi za fante in zeleni različici za dekleta. Puhovka je tudi del kompleta, namenjenega prosti prodaji.

»Gre za nosljivo tanko puhovko, ki se po obliki in trendu lahko kombinira z vsakim oblačilom. Pa naj bodo to ogrevalne hlače ali kavbojke, če se zvečer odpravljamo ven. Je uporabna tako za prosti čas, kot za srečanje z mediji, recimo. V ta del, ki ni toliko uraden, sem vklopil temno modro barvo, a ker sem želel, da vseeno ne bi vse zašlo v pretemne odtenke, sem se potem odločil, da bo ženska zelene barve.«

V kolekciji najdemo kar dve zeleni barvi in tri modre. Zelena barva je tista, ki se "pelje naprej", pravi Murovec. Zelena nas je postavila na zemljevid prav v kombinacijah z barvami, ki jih je olimpijski komite dal tudi v svoj znak, grb. Razmerja barv pa se spreminjajo, odvisno od kolekcije. »Slovenski športnik je prvenstveno prepoznaven po zeleni barvi. Torej: v tem delu, ko športnik nastopa kot športnik in ga vsi čakamo, da bo nastopil, je ogromno zelene. Bolj proti drugi strani, proti prostemu času zelena pada. Ko se začnejo oblačila za prosti čas, se začne tudi malce večji kontrast s temno modro.«

Zanimalo nas je, ali je oblikovanje kolekcije iz leta v leto težje, a Murovec pravi, da zanj osebno ne. Prej lažje. »Točno že veš, kaj športniki potrebujejo.« Kolekciji dajo dodatno kredibilnost tudi dobri rezultati. »Ko z eno osvojiš osem medalj, potem postane lažje.« Pa tudi komentarjev ni več toliko, še smeje pripomni Murovec. **K**



NOVO V KRANJU

Medina Nails

GELIRANJE IN PODALJŠEVANJE NOHTOV
Savska cesta 2, 4000 Kranj / T: 040 243 224

Naj bodo nohti kratki ali dolgi, vedno morajo biti urejeni. Urejene roke so del osebne podobe. Zlasti v poslovnem svetu nam bonton narekuje, naj nikar ne pozabimo na negovane roke in urejene nohte. Naše prednosti so predvsem individualen pristop, prijaznost, hitrost, strokovnost in cenovna konkurenčnost.



Medina Nails

Delovni čas: od ponedeljka do petka 9.–20., sobota 9.–15., nedelja zaprto oz. po dogovoru / 040 243 224

MEDICINSKA PEDIKURA

Andreja Jenko Dremelj



NAŠA STOPALA

Noge so zelo pomembne v našem vsakdanjiku, saj nosijo celotno težo in so vsakodnevno obremenjene. Največjo obremenitev nosijo stopala, zato je nujno, da zanje ustrezno poskrbimo. Predvsem morajo negi stopal posvečati več pozornosti ljudje, ki večji del dneva preživijo stoje, so prisiljeni nositi neprimerno obutev, športniki, rekreativci, ljudje s prekomerno telesno težo in starostniki. Ne smemo pa izpustiti najbolj rizične skupine, to so diabetiki, ki imajo zaradi povišanega sladkorja v krvi mnogo težav s stopali, nekatere so lahko celo usodne. Pri njih je skrb toliko večja.

Medicinska pedikura se ukvarja s težavami, ki se pojavijo na stopalih. Te težave – deformacije – so lahko podedovane, prirojene ali pa nastanejo čez čas (razne poškodbe, zdravstvene težave, obrabe in drugo). Najbolj pogoste težave, s katerimi se srečujemo, so glivice na stopalih, med prsti in na nohtih. Nohti posledično spremenijo videz in obliko, lahko se močno zadebelijo in s tem pritiskajo na nohtno posteljico, kar v velikih primerih pripelje do razjede, ki nastane pod nohtom. Glivični nohti lahko povzročijo tudi vraščenost nohta, ki je le eden od mnogih vzrokov za nastanek teh težav. Vzroki za nastanek vraščenega nohta pa so velikokrat posledično zaradi napačnega striženja nohtov, pri ženskah visoke pete, v mnogih primerih pa je to podedovano. Zelo pogosto se za medicinsko pedikuro odločijo ljudje, ki imajo bolečine v stopalih in s tem težave pri hoji. Zelo pogosto se zaradi spremembe stopal na podplatih pojavijo otiščanci in kurja očesa, kar predstavlja veliko oviro pri hoji. Sanacija le-teh omogoča človeku lažjo, nebolečo stopanje po celem stopalu, kar prepreči pojav novih deformacij. V mnogih primerih se je zaradi pravočasnega obiska pri pedikerju preprečil zaplet, ki bi nastal na stopalih, in tako kirurški poseg ni bil potreben.

Z medicinsko pedikuro se ukvarjam že vrsto let. Prve korake sem naredila v domu starejših občanov v Trzinu in Mengšu, kjer sem pridobila bogate izkušnje z obravnavanjem različnih bolezni in deformacij stopal. Leta 2012 sem začela opravljati pedikersko delo na diabetološkem oddelku v Zdravstvenem domu v Kranju v sklopu sodelovanja z Univerzitetno kliniko Golnik, s katero uspešno sodelujemo.



Medicinska pedikura
Kranj

Andreja Jenko s.p.

Zdravstveni dom Kranj - diabetični center

Gospodsvetska 10

tel.: 041 350 319

spletno naročanje: www.medicinska-pedikura.com

Ne bojte se hrane

»S hrano lahko tudi hujšaš, samo prava mora biti,« pravi znana dietetičarka Katja Simić.

Besedilo: **Ana Šubic**, foto: **Gorazd Kavčič**

Sprehransko strokovnjakinjo, ki je pripravljala tudi jedilnike tekmovalcem šova The Biggest Loser Slovenija, smo se pogovarjali ob nedavnem predavanju v Mestni knjižnici Kranj.

Katere so najpogostejše napake tistih, ki se želijo prehranjevati bolj zdravo in shujšati?

»Glavna napaka je, da se tega lotijo brez načrta. Samo želja žal ni dovolj, saj so prehranjevalne navade globoko zakoreninjene v nas, ne nazadnje jemo od majhnega, in to večkrat na dan.«

Kako si pripravimo prehranski načrt?

»Potrebujemo tabelo z dvema stolpcema, v levega si zapišeš obveznosti, v desnega pa prehrano, ki naj bo pred obveznostmi. Če imaš na primer v načrtu uro teka, ne moreš prej pojesti kosmičev z mlekom, da bo v želodcu poskakovala tekočina, lahko pa si jih pripraviš s čvrstim jogurtom ali pa poješ kos kruha s skuto na primer. Tudi kava pred izpiti ali sestanki ni priporočljiva, saj gre za diuretik in se lahko zgodi, da te bo tiščalo na stranišče. Poiskati skušamo ustrezno hrano, prilagojeno obveznostim, da ne bo negativnih učinkov na počutje, te bo pa napolnila z energijo. Najbolj praktična je tedenska priprava prehranskega načrta, saj je treba temu prilagoditi tudi nakupe. Če doma ne boš imel sestavin, se tudi prehranskega načrta ne boš mogel držati.«

Kako hitro naj v jedilnike uvajamo spremembe?

»Postopoma, nikakor ne priporočam, da si čez noč na glavo obrnete cel jedilnik, ker boste zmedeni. Sama sem imela operacijo žolčnih kamnov, po kateri sem morala naenkrat povsem spremeniti prehrano. Bilo je grozno. Me je pa ta izkušnja pripeljala tudi do študija dietetike. Priporočam, da si vsak teden prilagodite en obrok, za nekatere je najlažje začeti z zajtrkom. Na jedilnik lahko en dan uvrstimo kosmiče, drugič namaz, naslednjič jajca ...«

Predavanje ste začeli z vprašanjem občinstvu, koliko časa na dan so pripravljene nameniti spremembi prehranjevalnih navad. Je to velik problem?

»Ja, številni se ne zavedajo, da bo to terjalo kar nekaj časa. Ko imaš jedilnik, je treba iti v trgovino, znati izbrati sestavine in jih potem tudi ustrezno pripraviti, skuhati. Moja mami, na primer, si je želela sprememb, a ni bila zanje pripravljena nameniti nič časa. Zato sem ji svetovala, naj prilagodi kosila, ki jih je v menzi, kar ji ne bo vzelo nič časa. Vse, kar je morala storiti, je bilo, da je spremenila



Katja Simić

naročila ter namesto krompirja in mesa izbrala kakšno drugo jed. To lahko tisti, ki se prehranjujejo zunaj, uvedejo takoj jutri. Izberejo naj riž, ribe ali pa kakšno drugo jed, ki je doma ni na jedilniku.«

Eden glavnih razlogov za debelost je verjetno prav pomanjkanje časa?

»Včasih mi kdo reče, da nima časa tako zdravo jesti. A če uspe meni, ki imam res natrpan urnik, lahko tudi drugim. Poleg tega, da se ukvarjam z dietetiko, sem tudi plesna učiteljica, redno izvajam tudi svoje treninge, v zadnjih mesecih sem sodelovala še v televizijskem šovu ... Tudi danes je za menoj veliko obveznosti, pa sem vseeno dobro izpeljala tudi tole

večerno predavanje. Pa ne zato, ker sem super človek, ampak zato, ker sem jedla – že šestkrat. S seboj imam še štiri mandarine, doma pa me čaka prebranec. Ker imam vse predvideno v prehranskem načrtu, me na poti domov ne bo premamila kakšna hitra prehrana.«

Znano je, da je prehrana pri hujšanju veliko bolj pomembna od rekreacije ...

»Oboje je pomembno, vendar lahko z ustrežno prehrano tudi izgubljaš kilograme brez hudih treningov, medtem ko naporni treningi z neustrezno prehrano nimajo učinka. Z rekreacijo boš dosegel, da bo telo bolj mišičasto in bo bolj učinkovito trošilo energijo. Že s tega vidika je zelo pomembna, ampak rekreiramo se običajno nekajkrat na teden, jemo pa vsak dan. Morda zato nekatere raziskave hrani dajejo večji pomen. Opažam pa, da se marsikdo boji hrane. Tudi v Biggest Loserju so me 'hecali', da je moj rek: ne se bati jesti. S hrano lahko tudi hujšaš, mora pa biti prava. Tisti, ki si želi shujšati, mora pojesti vsaj štiri ali pet majhnih obrokov na dan. In to za naprej. Tudi avto potrebuje vnaprej gorivo, če hoče prevoziti neko razdaljo. Hrana je naše gorivo in nahraniti se za nazaj je nemogoče. Če boš vedel, da boš čez tri ure spet jedel, se ne boš preveč najedel. Kos kruha s skuto in paradižnik se ne sliši tako malo, če veš, da boš čez tri ure spet lahko pojedel jogurt in oreščke, v naslednjem obroku pa juho, solato in glavno jed. Če je le možno, naj bodo obroki na tri ure. Jestti je možno prav vse, tudi kruh ni na prepovedani listi, najbolj pomembna je količina. Kruha naj bo za dlan, testenin in riža pa v velikosti teniške žogice.« **K**

Zima je čas prehladov

KAKO OKREPITI IMUNSKI SISTEM?

Skrozi evolucijo je človeško telo razvilo izjemen imunski sistem, ki nas ohranja zdrave. Gre za kompleksen in mojstrsko načrtovan sistem obrambe, ki deluje, kadar ima vse potrebne pogoje.

Prirojen in pridobljen imunski sistem

Imunski sistem sestavljajo imunske celice, ki se v krvi imenujejo bele krvne celice. Prirojen imunski sistem reagira takoj ob stiku s tujkom. Na mestu vdora se sproži vnetje, kar zaznamo kot oteklino. Pridobljen imunski sistem pa reagira bolj počasi, pridobimo in razvijamo ga skozi celo življenje. Sestavljajo ga limfociti T in B, ki prepoznajo tujke. Njegova posebnost je spomin, ki v naslednjem stiku z istim vsiljivcem le tega prepozna in sproži hiter odpor protiteles.

Zakaj pogosto zbolimo prav pozimi?

Utrujenost, prehladi in gripe so najbolj pogosta obolenja prav v zimskem času, predvsem ob naglih ohladih. Sprememba temperature, veter in vlaga povzročijo, da organizem to spremembo prepozna kot stres. Zato v telesu nastane velika količina prostih radikalov, ki zavirajo imunski sistem, in ta se ne more več ustrezno braniti pred vdorom virusov.

Bela jelka krepi imunski sistem

Imunski sistem deluje optimalno, če ima na voljo potrebne snovi za svoje delovanje. Slovenski znanstveniki so v patentiranem izvlečku vej bele jelke – Belinal® odkrili izredno velike koncentracije specifičnih polifenolov – »rastlinskih vitaminov«. Dokazali so, da znotraj celice delujejo veliko močnejše antioksidativno kot vitamina C, E in resveratrol. Delujejo protivnetno in imajo ugoden vpliv na ravnovesje pridobljenega imunskega sistema. Kot kažejo raziskave, skriva slovenska jelka v vejah prave zaklade zdravja.

Kakšna je razlika med prehladom in gripo ter kako ukrepati, ko zbolimo

Prehlad povzročajo številni virusi, ki se prenašajo z neposrednim stikom. Je lažje vnetje zgornjih dihalnih poti, traja do sedem dni, največkrat pa ga prebolimo kar »na nogah«. Gripo povzročajo virus influence A, B ali C in je akutna virusna bolezen dihal, ki traja do dveh tednov. Značilni simptomi gripe so povišana telesna temperatura, bolečine v mišicah, izčrpanost ter kašelj. Ko zbolite, posežite po pripravkih, ki dokazano krepijo imunski sistem in blažijo simptome – tak je denimo ameriški slamič. Pomagajte si z naravnimi vitamini in antioksidanti, počivajte, dovolj pijte, pri povišani temperaturi in bolečini pa posežite po ustreznih zdravilih iz vaše lekarne.

Strokovna sodelavka Jasminka Gerzić, Bela štacunca Kranj:

V zimskih dneh sta kupljena zelenjava in sadje zaradi hitre rasti in dolgotrajnega transporta močno osiromašena vitaminov, mineralov in polifenolov. Zato je priporočljivo hrani dodajati prehranska dopolnila, če je le možno naravnega izvora. Obiščite nas v najbližji Beli štacunci, kjer vam bomo svetovali pri izbiri najprimernejšega dopolnila za vaše potrebe.

TOSAMA
Bela štacunca

Belinal®



Belinal® immuno pričnite uživati:

- takoj ob prvih znakih prehlada ali gripe;
- ko ste že prehlajeni;
- ob vseh hujših obolenjih zgornjih dihalnih poti.

KUPON ZA 25% POPUST

S tem kuponom vam v Tosamini Beli štacunci Kranj podarimo 25 % popusta na izbran izdelek ob enkratnem nakupu nad 20 evrov. Kuponi, boni, popusti in akcije se ne seštevajo. Kupon ne velja v spletni trgovini, na zaklenjene cene, darilne bone in izdelke na medicinsko naročilnico, ki jo predpiše zdravnik. Kupon je za enkratni nakup in velja do 15. 2. 2018.

KR

Novi pozivi Eko sklada

V zadnjih mesecih so odprli nove pozive, s katerimi spodbujajo naložbe v rabo obnovljivih virov energije in večjo energijsko učinkovitost stavb ter električna vozila.

Besedilo: **Ana Šubic**

Kot pravi Matjaž Eržen, energetskega svetovalec mreže Ensvet v Kranju, je ta čas najbolj aktualen oktobra objavljen javni poziv za nepovratne finančne spodbude za nove naložbe rabe obnovljivih virov energije in večje energetske učinkovitosti stanovanjskih stavb. »Občani najbolj sprašujejo po njem, namenjen je pretežno lastnikom individualnih hiš. V grobem je sicer podoben, kot je bil prejšnji, je pa na novo dodana spodbuda za kondenzacijski kotel na zemeljski plin za centralno ogrevanje starejše stanovanjske stavbe. Pri tem mora občina še sprejeti občinski akt, ki bo določal prednostni način ogrevanja za posamezna območja občine, kar naj bi se zgodilo v kratkem.«

Finančne spodbude je možno prejeti tudi za vgradnjo solarne grevalne sistema, kurilne naprave na lesno biomaso, toplotne črpalke za centralno ogrevanje pa tudi priključitev starejše eno- ali dvostanovanjske stavbe na sistem daljinskega ogrevanja. Prav tako subvencionirajo vgradnjo energetske učinkovitih lesenih oken v starejši stanovanjski stavbi, toplotno izolacijo fasade starejše eno- ali dvostanovanjske stavbe, vgradnjo prezračevanja z vračanjem toplote odpadnega zraka v stanovanjski stavbi, gradnjo ali nakup skoraj ničenergijske nove hiše, celovito obnovo starejše stavbe in nakup stanovanja v novi ali obnovljeni skoraj ničenergijski večstanovanjski stavbi.

ZA KURILNO NAPRAVO IN TOPLOTNO ČRPALKO DO PET TISOČ EVROV. »Nekatere ukrepe po novem finančno še

bolj spodbujajo, najbolj pa so obogatili spodbudo za sodobno kurilno napravo za centralno ogrevanje na lesno biomaso in za toplotno črpalke. S pozivom tudi bolj nagradujejo prenove kot pa novogradnje, še izdatnejšo spodbudo pa imajo v devetih občinah, tudi kranjski, ki so zaradi prekomerne onesnaženosti zunanjega zraka s prašnimi delci uvrščene v razred največje obremenjenosti in imajo sprejet Odlok o načrtu za kakovost zraka. Kranjčani tako lahko za vgradnjo kurilne naprave na lesno biomaso dobijo do pet tisoč evrov oz. največ 60 odstotkov priznanih stroškov naložbe, enak znesek oz. do 50 odstotkov pa za toplotno črpalke, odvisno od njene vrste oz. njenega vira energije okolja.« je razložil. Tudi pri tem pozivu velja, da občan za izvedbo najmanj treh posameznih ukrepov lahko prejme zanje višji delež spodbude (30 namesto

-  **snežne freze**
-  **motorne žage**
-  **ročno orodje**
-  **zaščitna oprema**
-  **prenosni vitli**




**Smo pooblaščen serviser
znamk Husqvarna in Makita.**




Inter gozd, trgovina in servis, d.o.o.
Cesta Staneta Žagarja 53, Kranj
www.intergozd.si; 04 234 17 70

20 odstotkov), a ker je zamenjava zastarelih kurilnih naprav z novimi učinkovitimi generatorji toplote že tudi kot posamični ukrep sofinancirana do 60-odstotno, to v praksi za te ukrepe ni več pomembno.

NOV POZIV ZA SOCIALNO ŠIBKE OBČANE. Objavili so tudi nov poziv za socialno šibke občane, ki lahko dobijo nepovratna sredstva za zamenjavo starih kurilnih naprav na trdna goriva z novimi na lesno biomaso, in sicer na območju občin s slabšo kakovostjo zraka, tudi Kranja. Višina nepovratne spodbude lahko znaša tudi do sto odstotkov stroškov naložbe oz. največ osem tisoč evrov. Po novem so do nje upravičeni ne več le (so)lastniki stavb, ki so prejemniki denarne socialne pomoči, pač pa zadostuje tudi, da prejemajo varstveni dodatek ali pa so najemniki stanovanj oz. stavb v lasti občine ter obenem prejemniki denarne socialne pomoči.

Eržen je opozoril še na nov poziv za finančne spodbude občanom za električna vozila, na katerem je možno dobiti do 7.500 evrov oz. 50 odstotkov stroškov, odvisno od kategorije vozila. Še vedno sta odprta tudi poziva za nepovratne spodbude za skupne naložbe večje energijske učinkovitosti starejših večstanovanjskih stavb ter prenovo skupnih kotlovnih v večstanovanjskih stavbah. Občani lahko pridobijo tudi sredstva za samooskrbo z električno energijo individualnih hiš. Na voljo so jim tudi ugodni krediti za okoljske naložbe.

Skrb, da bo nepovratnih finančnih spodbud zmanjkalo, je po besedah Eržena odveč: »Ko je denar porabljen, Eko sklad običajno takoj objavi poziv z novimi sredstvi. Bi pa potencialnim vlagateljem svetoval, naj si pravočasno pogledajo zadnji oz. aktualni javni poziv in se mu prilagodijo. Informacije o tem so



Posredništvo, investicije, svetovanje


- ▲ gotovinski odkup nepremičnin
- ▲ posredovanje pri prodaji in oddaji nepremičnin

www.nepremicnina.si gsm 040 463 000

KUPIMO 1, 2 ali 3-sobno stanovanje v Kranju ali okolici. Veseli bomo vaše ponudbe.

Nepremičnina posredovanje d.o.o., Škofjeloška cesta 20, 4000 Kranj

na voljo na spletni strani Eko sklada <https://www.ekosklad.si/> ali na telefonski številki 01/241 48 20 vsak ponedeljek, sredo ali petek med 13. uro in 14.30.«

PO NASVET TUDI V ENERGETSKO PISARNO. Opozoril je še na različna pravila glede oddaje vlog in izvedbe ukrepov pri posameznih pozivih. Medtem ko občani za električna vozila vlogo oddajo po nakupu, morajo za naložbe v rabo obnovljivih virov energije in večjo energijsko učinkovitost stavb to storiti še pred izvedbo ukrepov. Socialno šibki občani pa morajo za začetkom del pri zamenjavi kurilnih naprav počakati celo na izdajo odločbe. Dodatne informacije lahko dobite tudi v Energetsko svetovalni pisarni v Kranju (Slovenski trg 1, prostori občine) ob sredah od 15.30 do 17. ure. Potrebne so prijave na telefonski številki 04/237 31 21. 

TRGOVINA
ZA TOPLE ZIMSKE DNI

KAMIN



SAVAL

Sanacije dimnikov z nerjavečimi cevmi
Povrtavanje in montaža, Diamantno vrtnje
G 041 229 246

EKSKLUZIVNI UVOZNIK ZA KAMINSKE PEČI PROIZVAJALCA HASE

Kamini na polena izdelani v Nemčiji z večkrat nagrajenim inovativnim dizajnom in odličnimi rezultati testiranj.

MOŽEN NAKUP NA OBROKE

Na zalogi dimne cevi za priklon kaminov, podložna stekla in dimniška vrata.



www.dimniki-kamini.si

- Kamini na polena in pelete
- Kamini za centralno ogrevanje (etažno)
- Kaminski vložki
- Pribor za kamine
- Dimne cevi in priključki
- Podložne steklene plošče
- Štedilniki na trda goriva
- Sanacija dimnikov
- Diamantno vrtnje
- Ogljed in svetovanje

Specializirani smo za prodajo in montažo kaminskih peči, kaminskih vložkov in za vsa dela v zvezi z sanacijami in novogradnjo dimnikov.

V našem prodajno razstavnem salonu ponujamo na ogled kar 65 kaminskih peči priznanih proizvajalcev.

NUDIMO VAM:

- Vstavev nerjavečih tuljav in povrtavanje
- Podiranje dotrajanih dimnikov
- Zidava novih dimnikov
- Montaža nerjavečih kap dimnikov
- Menjava dimniških vrat
- Montaža troslojnih nerjavečih (fasadnih) dimnikov
- Postavitev šamotnih dimnikov
- Ureditev dostopa do dimnikov na strehi
- Kondenzacijski odvodniki
- Sanacije z koaksialnimi dimovodi
- Prezračevanje kotlovnice
- Izračun presekov in vsa ostala dela, ki so potrebna, da bo vaš dimnik varen in funkcionalen

hase    **PALAZZETTI** 

DOSTAVA V STANOVANJE, PRIKLOP NA DIMNIK!

PEČARSTVO: ZIDANI KAMINI, LONČENE PEČI, KRUŠNE PEČI, 3D IZRIS



SAVAL, ALEŠ AVSENEK D.O.O., Kranjska cesta 2, 4240 Radovljica (ZA GORENJSKO BANKO v Radovljici)
G 040 364 636, T 04 53 000 40, F 04 53 000 41, www.dimniki-kamini.si, info@dimniki-kamini.si
Delovni čas: od 9.00 do 18.00, sobota: od 9.00 do 12.00, nedelja in prazniki zaprto

Drva so še vedno na prvem mestu

Po najnovjših rezultatih raziskave energetske učinkovitosti Slovenije REUS 2017 se v Sloveniji največ gospodinjstev še vedno ogreva na drva.

Besedilo: **Miroslav Cvjetičanin**

Ravno ko smo bili že skoraj prepričani, da drva niso več vodilni vir ogrevanja slovenskih gospodinjstev, je prišel čisto svež podatek, ki sporoča, da so še vedno trdno na prvem mestu. Presenetljivo, če pomislimo, kakšno »moč« imajo zadnjih nekaj

let zagovorniki »čistejšega« ogrevanja. Delež tistih, ki se ogrevajo na drva, se je v zadnjih dveh letih zmanjšal za več kot deset odstotkov, a to še ni dovolj za drugo mesto. Raziskava in podatki kažejo, da za skoraj četrtino vseh slovenskih gospodinjstev (23 odstotkov) predstavlja jo drva glavni vir ogrevanja. Na drugem mestu z 19 odstotki je kurilno olje, sledi mu daljinsko ogrevanje s 16 odstotki. V

raziskavi se pojavijo še zemeljski plin z devetimi odstotki, toplotne črpalke s šestimi in električna energija s petimi odstotki. Z drugimi viri energije se ogreva 9,6 odstotka gospodinjstev.

Zelo dobra novica je tudi podatek, da se je za okoli sedem odstotkov povečala uporaba toplotnih črpalk, skoraj enako se je povečal delež sevalnih panelov. Resnica je tudi, da velika večina novogradenj





Večji nakup, višji popust!

V mesecu januarju ob nakupu:
1 izdelka -20% popust
2 izdelkov -25% popust
3 ali več izdelkov -30% popust
*velja ob nakupu z gotovino
*popusti ne veljajo za lesene dele

VOLNENA ODEJA + VZGLAVNIK




222€
99€

BEGUNJE, Zapuže 10b, (tovarna Sukno) ☎ 04 532 57 75

KRANJ, Koroška cesta 2, (Stara pošta) ☎ 04 231 67 61

☎ 080 14 99

🌐 postelja.com

vgrajuje ravno toplotne črpalke. Sicer gre za dokaj novo, manj kot desetletno prakso, a zdaj že lahko rečemo, da se je ta način ogrevanja dokončno uveljavil. Seveda so tudi nasprotniki, vendar nismo prepričani, da lahko ogrozijo naraščajoči trend. Pomanjkljivost ali slaba lastnost toplotnih črpalk je povsem presenetljiva ugotovitev, da sosede moti hrup, ki ga oddajajo vse leto. In če vemo, da zunanjo enoto toplotne črpalke vedno namestimo dlje od sebe, kar pomeni bližje sosedu, je ta ugotovitev čisto na mestu. K upadu uporabe drv kot primarnega sredstva za ogrevanje je pripomogel odlok o onesnaženosti zraka v mestnih občinah, ki spodbuja ukrepe za zmanjšanje emisij v zraku. Del gospodinjstev je kotle na trda goriva zamenjal zaradi subvencij in kreditov Eko sklada, namenjenih za rabo obnovljivih virov energije in sodobnejša ogrevala. Anketa med uporabniki je še pokazala, da med lokalnimi načini ogrevanja prednjačijo kamini in električni radiatorji. In še presenečenje, ki ga je pokazala anketa: od dobrih tisoč anketiranih gospodinjstev jih dobra desetina sploh ne pozna vira ogrevanja v svojem gospodinjstvu. 



Trstenik 15, 4204 Golnik

Na peči **5** let
garancije



Peč na trda goriva

Bojlerji, hranilniki tople ogrevalne vode



Peč na lesno biomaso kombinacija drva - peleti





Peč na tekoča goriva

Možna subvencija

Bojlerji iz nerjaveče kovine

Zg. Brnik 143, 4207 Cerklje
tel.: 04/25-26-650, GSM: 041/734-018
www.vrecek-peci.com

GG | POČITNICE // od 28. januarja do 2. februarja 2018

ODDIH v Termah Dobrna

Šest dni (pet nočitev in polpenzionov) bomo bivali v udobnih sobah hotela Park s štirimi zvezdicami.

Program vključuje:

- ♥ neomejeno kopanje v bazenih z zdravilno termalno vodo,
- ♥ vsakodnevno vodno aerobiko,
- ♥ jutranjo gimnastiko pod strokovnim vodstvom fizioterapevta,
- ♥ 2-krat vstop v deželo savn,
- ♥ vodne igre v bazenu hotela Vita
- ♥ prikaz pravilne uporabe palic za nordijsko hojo
- ♥ prevoz z Gorenjske in nazaj
- ♥ v petek, zadnji dan, bomo organizirali večerjo v vinski kleti z degustacijo treh vzorcev vina (zamenjava za penzijsko večerjo).

www.glas.si



Cena počitnic je 186 EUR.

Plačilo je možno v dveh obrokih.

Informacije in prijave:

- 04/201 42 41
- narocnine@g-glas.si
- ali osebno Gorenjskem glasu na Bleiweisovi cesti 4 v Kranju.

Doplačila na osebo na dan:

turistična taksa:	1,27 EUR
enoposteljna soba:	13,00 EUR
doplačilo za polni penzion:	6,90 EUR

Gorenjski Glas



Hiška na drevesu

Za nasvet nas je tokrat zaprosila mama štiriletnega sinčka, ki bo v novi hiši dobil svojo sobo.

Besedilo: **Ines Košec, u.d.i.a.**

Ker je hiša pol vkopana, sta v sobi dve okni na višini 180 cm, višina prostora pa je nadstandardna in meri 320 cm. Zaradi posebnosti prostora sta starša v skrbeh, saj ne vesta, kako bi opremila sobo, v kateri bi se malček počutil dobro.

Pri oblikovanju otroške sobe je dobro upoštevati, da bo oprema ustrezala večletni uporabi. Soba ima več koticikov, ki so namenjeni različnim dejavnostim: za igro, učenje, prosti čas in počitek. Zaradi višine in omejene naravne svet-

lobe je bila logična izbira izdelava podesta, osrednji tematski element pa tvori lestev v obliki drevesnega debla. Tako smo dobili hiško na drevesu, kjer se lahko otrok igra in prebira knjige. Del podesta je izdelan v lesu, del pa kot viseča mreža. Zaradi omejenega pogleda skozi okna sta dve steni oblečeni v fototapeto z naravnim motivom, za optično razširitev prostora in prijetnejše bivanje. Osnovni nivo je opremljen klasično: z delovno mizo, predalnikom, garderobno omaro in posteljo. Za tak prostor je primerna indirektna osvetlitev s stenskimi in namiznimi lučmi, predlagam pa tudi vgradne luči pod podestom. **K**

Če iščete rešitev za preureditev stanovanja, nam opišite in skicirajte svoj problem. Ne pozabite na mere in druge podatke, dopišite tudi svoje želje.

Pisma pričakujemo na naslov: Gorenjski glas, "ARHITEKT", Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj.





Komunala Kranj

Uredite prejemanje in/ali plačevanje računov: preko e-pošte, e-računa ali direktne obremenitve računa

Prejemanje računov

Namesto klasičnega računa v papirni obliki se lahko odločite za prejemanje **računa preko elektronske pošte**. Prijavite se preko e-naslova info@komunala-kranj.si. V sporočilu navedete: ime in priimek, šifro kupca, naselje, hišno številko in e-naslov, kamor želite prejemati račune.

Če želite, se lahko odločite za **e-račun za komunalne storitve v elektronski banki**. V svoji e-bančni aplikaciji izberite prijavo na e-račun Komunale Kranj. Pri prijavi navedite sklic zadnje položnice.

Plačevanje računov

Pri plačevanju računa za komunalne storitve Komunale Kranj lahko izberete možnost **direktne obremenitve** vašega plačilnega računa oz. trajnik. Če želite skleniti novo soglasje za

izvajanje direktnih obremenitev ali spremeniti obstoječe, to uredite osebno na sedežu Komunale Kranj ali izpolnite obrazec, ki ga najdete na spletni strani Komunale Kranj. Soglasje za direktno obremenitev lahko podpiše zgolj plačnik storitve in pri tem predloži veljavni osebni dokument ter bančno kartico. O znesku direktne obremenitve ste mesečno obveščeni z računom. Izberete lahko klasični račun v papirni obliki ali račun po elektronski pošti.

E-račun in račun po elektronski pošti enakovredno nadomeščata račun v papirni obliki. Pomenita pa do okolja prijaznejše poslovanje in enostavnejše rokovanje za uporabnika. Več informacij lahko dobite na 04 28 11 300 ali na brezplačni telefonski številki 080 35 55, lahko pa vprašanje pošljete tudi v pisni obliki na info@komunala-kranj.si ali na naslov Komunala Kranj, d. o. o., Mirka Vadnova 1, 4000 Kranj.



NAJ AVTOMOBILISTIČNA ZABAVA

Navdušenci inteligentnega štirikolesnega pogona BMW xDrive že nestrpnost pričakujejo že šesto zimsko Deželo BMW xDrive. Letos bodo dogajanje in testne vožnje poleg v Kranjski Gori ponovno potekale tudi na Štajerskem koncu, tokrat na Pohorju. Letošnji zimski užitek v vožnji, ki bo potekal v februarju ob koncih tedna, se bo začel na Pohorju, in sicer od 3. do 4. februarja. V seriji svojevrstnih aktivnosti bo BMW xDrive pogon dokazal, da lahko kljubuje tudi najzahtevnejšim pogojem; adrenalinski izkušnji na zasneženem poligonu BMW xDrive in pričaranju dodatne idile vožnje v snegu. Po odprtju zimske sezone BMW xDrive pa se bodo snežne dogodivščine že šestič nadaljevale v Kranjski Gori, in sicer ob koncih tedna: 10. in 11. februar, 17. in 18. februar ter 24. in 25. februar. Termini voženj za obe lokaciji so še prosti, prijave pa potekajo preko spletnega obrazca na spletni strani. Dežela BMW xDrive udeležencem ponuja možnost, da se usedejo za krmilo najrazličnejših modelov vozil BMW z xDrive pogonom in na terensko zahtevnejši površini preizkusijo inteligentni sistem štirikolesnega pogona BMW xDrive. Poleg ostalih vrhunskih modelov BMW, opremljenih z xDrive pogonom, pa bo letos posebno pozornost pritegnil nov član družine X: BMW X3, ki je zapeljal v prodajne salone v letošnjem letu. Pester program Dežele BMW xDrive pa začini še snežna plaža BMW, ki bo mimoidočim v Kranjski Gori ponujala: vozno izkušnjo ob smučišču, zabavni program xDrive z vrsto nagradnih iger, zimska kulinarčna razvajanja z izkušenimi kuharskimi mojstri, pogovor z BMW ambasadorji, test najnovejših odraslih in otroških smučí Elan, sankško tekmovanje za najmlajše in druge otroške animacije ter zabavo v ritmičnih glasbe. **M. B. C.**

KAJ POČETI V AVTONOMNEM AVTU?

Iz podjetja Goodyear Dunlop Sava Tires sporočajo rezultate zelo zanimive ankete. Razvoj avtonomnih vozil nam bo v prihodnosti omogočil, da se bomo usedli v avto, vnesli cilj, se zleknili v sedež in se sprostili vse do konca vožnje. V luči tega je Goodyear spodbudil Slovence, da že danes razmišljajo o mobilnosti prihodnosti in v sklopu digitalne raziskave, izvedene s pomočjo klepetalnega robota Goodyja (angleško »chatbot«), prišel do zanimivih izsledkov. Slovenci bi čas, ki bi nam ga prihranila avtonomna vozila, porabili predvsem za aktivnosti v digitalnem svetu. Rezultati raziskave namreč kažejo, da bi velika večina (60 odstotkov) anketiranih ta čas namenila brskanju po spletnih straneh ter prebiranju in objavljanju vsebin na družbenih omrežjih. Temu z velikim zaostankom sledi pogovor z ostalimi potniki (15 odstotkov) in spanje oz. počitek (11 odstotkov). Približno dva odstotka Slovencev pa bi izbrala eno od naslednjih aktivnosti: pošiljanje e-pošte, telefoniranje oz. pisanje SMS-sporočil, branje ter ogled filmov ali video posnetkov. Pri tem pa tudi ni večjih odstopanj pri moških in ženskah, razen pri tem, da bi predstavnice nežnejšega spola nekoliko več brale, predstavniki močnejšega spola pa v večji meri gledali video vsebine. V preostali Evropi je malce drugače, namreč največ časa, ki bi ga pridobili na račun samovoznih avtomobilov, bi porabili za telefoniranje oz. pisanje SMS sporočil (42%). **M. B. C.**

»ŽELITE UGODNEJŠI SERVIS VAŠEGA VOZILA? **IMAMO REŠITEV!**«



CAR FIX vam nudi ugodne pakete servisnih storitev, ki so zelo preprosti in transparentni, zato točno veste, kaj dobite za svoj denar. Ker je cenovno tako dostopen, je prava odločitev tudi za vzdrževanje starejših vozil.

CAR FIX LJUBLJANA-MOSTE
Kajuhova ul. 32a, Ljubljana

CAR FIX LJUBLJANA-VIČ
Tbilisijska ul. 49, Ljubljana

CAR FIX REMONT KRANJ-LABORE
Ljubljanska c. 22, Kranj

080 14 88
www.carfix.si

Spoznajte CAR FIX in unovčite bon pri opravljenem servisu vašega vozila.

CAR FIX BON
5 €

Veljavnost bona je do 28.2.2018. Bona ni mogoče zamenjati za gotovino in se upošteva kot popust, ob predhodni predložitvi, pri opravljenem servisu vozila v eni izmed enot CAR FIX. Boni se med seboj ne seštevajo in se lahko uveljavlja le en bon pri enem servisnem računu za servisno storitev vozila.

PODPRIMO SLOVENSKO RENAULT CLIO »I FEEL SLOVENIA«

I FEEL
SLOVENIA

Kdaj ste se nazadnje počutili tako kot Renault Clio – neskončno zapeljivo?

Z njim, ob njem in v njem boste doživeli namreč točno to! Poleg tega imate sedaj izvrstno priložnost, da vsi skupaj dokažemo, da nam je SLOVENSKO pomembno. Omejena serija modela Renault Clio 'I FEEL SLOVENIA' se namreč izdeluje izključno v Sloveniji, v tovarni Revoz v Novem mestu. Ne more in ne sme nam biti vseeno za naše gospodarstvo in naše zaposlene.

Poleg tega smo v mesecu januarju za vas pripravili odlične pogoje nakupa omenjenega modela, Clia 'I FEEL SLOVENIA'. Ob nakupu namreč prejmete še:

- 5 let podaljšanega jamstva,
- 5 let brezplačnega rednega servisiranja vozila,
- 1 leto brezplačnega obveznega in kasko zavarovanja,
- 4 zimske pnevmatike,

medtem ko ima vozilo že v osnovni opremi vse, kar potrebujejo 'veliki': avtomatsko klimatsko napravo, senzor za dež, volan in prestavno ročico v usnju, električni pomik stekel in zunanjih ogledal (ta so tudi ogrevana), LED stropne luči, multimedijski sistem Media Nav z zaslonom na dotik (funkcije MP3, AUX, Bluetooth, USB, DAB), navigacijski sistem Navteq in kartografijo Adriatic, potovalni računalnik, tempomat, parkirne senzorje spredaj in zadaj s kamero ter še in še.

Vabljeni na testno vožnjo, kjer boste vse prednosti lahko preizkusili še v praksi. Pokličite nas in si rezervirajte svoj termin še danes!

041 308 956 (Andrej) ali 041 740 878 (Boštjan)



Renault CLIO
Neskončno zapeljiv

5 ČISTA*
SKA

- 5 let podaljšanega jamstva
- 5 let brezplačnega rednega servisa
- 1 leto brezplačnega obveznega in kasko zavarovanja
- Paket zimskih pnevmatik**

OMEJENA SERIJA I FEEL SLOVENIA

RENAULT
Passion for life

REMONT

Vaš trgovec v Kranju
AVTOHIŠA REAL, d. o. o., PE Remont Kranj
Ljubljanska cesta 22, Kranj, 04 2015 223

*Velja ob nakupu preko Renault Financiranja in vključuje 5 let podaljšanega jamstva, 5 let brezplačnega rednega servisa ter obvezno in osnovno kasko zavarovanje za prvo leto. 5 let jamstva obsega 2 leti tovarniške garancije in podaljšano jamstvo za 3., 4., in 5. leto ali 100.000 km, karkoli se zgodi prej. Brezplačni redni servis velja 5 let ali 100.000 km, karkoli se zgodi prej. **Renault Financiranje ni pogoj za pridobitev paketa zimskih pnevmatik. Več informacij o ponudbi, nakupu in pogojih nakupa je na voljo na renault.si.
Poraba pri mešanem ciklu 3,3 – 5,6 l/100 km. Emisije CO₂ 85 - 127 g/km. Emisijska stopnja: EURO 6b. Emisija NOx: 0,0158 – 0,08 g/km. Emisija trdnih delcev: 0,00002 – 0,00105 g/km. Število delcev (x10¹¹): 0,01 – 23,22. Oglikovik dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanje zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanje zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov. Slika je simbolna. Renault Nissan Slovenija, d.o.o., Dunajska 22, 1511 Ljubljana.
Renault priporoča  renault.si

ZOOM-ZOOM

Z brezobrestnim financiranjem
že od 73 € na mesec.



MAZDA 3



Povprečna poraba goriva: 3,9 - 5,8 l/100 km. Emisije CO₂: 104 - 135 g/km. Uradna vrednost emisijske stopnje: EURO 6b. Specifične emisije NO_x: 0,0081 - 0,0605 g/km. Vrednost specifične emisije trdnih delcev pri dizelskih motorjih: 0,00035 - 0,00169 g/km. Število delcev pri dizelskih motorjih: 1,64E10 - 2,77E10 /km. Ogljikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov. Slika je simbolna.

AVTO MOČNIK d.o.o., Kranj

Jezerska cesta 135, 4000 Kranj · T: 04 281 77 17 · www.avtomocnik.si



PREDEN IZBERETE ENEGA, RAČUNAJTE NA TRI.



FIAT TIPO
ŽE ZA **10.990 EUR**



FIAT TIPO STATION WAGON
ŽE ZA **11.990 EUR**



FIAT TIPO SEDAN
ŽE ZA **11.990 EUR**

NOVA PALETA VOZIL TIPO. POTREBUJETE LE TRENUTEK, DA BOSTE PREPOZNALI VSESTRANSKOST, KI JO PRIČAKUJETE OD SVOJEGA VOZILA. TRIJE RAZLIČNI MODELI Z IZJEMNO PROSTORNO NOTRANJOSTJO, S SODOBNIMI TEHNOLOGIJAMI, Z UDOBJEM, VARNOSTJO IN IZJEMNO CENO TER S STORITVIJO FIAT 5 PLUS ZA 5 BREZSKRBNIH LET.

FIAT TIPO. TAKO MALO JE TREBA, DA DOBITE VELIKO.

AVTO MOČNIK, Jezerska cesta 135, Kranj, telefon (04) 281 77 20



Povprečna poraba goriva: 8,4 - 3,4 l/100 km. Emisije CO₂: 146 - 89 g/km. Uradna vrednost emisijske stopnje: Euro 6. Specifične emisije NO_x: 0,666 - 0,01538 g/km. Vrednost specifične emisije trdnih delcev pri dizelskih motorjih: 0,00076 - 0,00006 g/km. Ogljikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov. Cene veljajo za vse različice modela Tipo z motorjem 1.4 70 kW (95 KM) Pop in že vključujejo veljavni popust. Slike so simbolične. Podrobnejše informacije in pogoji storitve Fiat 5 Plus so na voljo na www.fiat.si.


Kaj storiti, če je računalnik počasen?

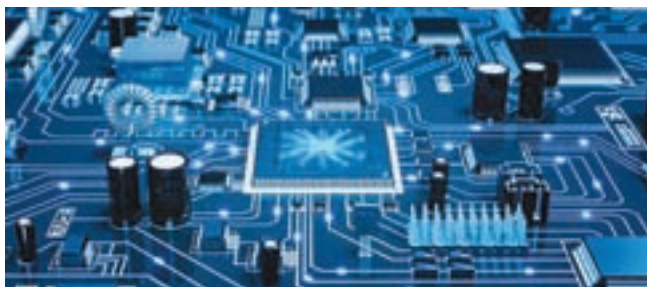
Mogoče pa zamenjava le še ni tako nujna?

Računalnik se dolgo zaganja, programi se počasi odpirajo, ventilator je glasen, na zaslonu peščena ura... Joj, pa ne že spet! Običajen uporabnik pomisli, da bo potrebno menjati računalnik ali vsaj ponovno naložiti sistem, vendar pa pred tem lahko preizkusite še nekaj nasvetov za pospešitev računalnika.

Najprej preglejte nameščene programe in odstranite tiste, ki jih ne potrebujete. Pri tem pazite, da ne odstranite programov, ki so za delovanje nujni! Preverite tudi, če imate na diskih dovolj prostora. Poln disk krepko upočasni celoten sistem, zato je v tem primeru smiselno preseliti vašo zbirko filmov in fotografij na zunanji medij. Izpraznite lahko tudi koš in pobrišetečasne datoteke (odprite Moj računalnik, desni klik na disk, izberite Lastnosti in Čiščenje diska).

Računalnik preverite z antivirusnim programom in odstranite neželene programe. Poglejte tudi, kaj računalnik naloži ob zagonu in onemogočite programe, ki jih ne rabite (Upravitelj opravil, zavihek Zagon, desni klik na program). Tako boste pospešili zagon in sprostili nekaj sistemskih sredstev. Če to ne pomaga dovolj, je čas za bolj temeljito prenovo. Razmislite o nadgradnji sistema z bliskovito hitrim SSD diskom. To se bo pri hitrosti sistema tudi najbolj poznalo. Stari disk uporabite za shrambo, lahko ga vgradite tudi v zunanje ohišje in ga uporabite kot zunanji disk. Če je računalnik počasen, kadar imate odprtih več programov, preverite in nadgradite še sistemski pomnilnik RAM. Pri tem je pomembno, da izberete pravi pomnilnik (DDR3 ali DDR4, hitrost v MHz...), ki ga vaš računalnik podpira. Vgradnja komponent je tudi priložnost za čiščenje računalnika; zaprašeni ventilatorji in debela plast prahu lahko povzročijo pregrevanje, zaradi česar računalnik samodejno upočasni delovanje.

Če se zraven odločite še za ponovno namestitev sistema, boste morda odložili zamenjavo računalnika še za nekaj mesecev ali celo let! 





MELOM

**TRGOVINA IN SERVIS
RAČUNALNIŠKE OPREME**

POČASEN RAČUNALNIK? IMAMO REŠITEV!

PODALJUJEMO
AKCIJO!

**SSD 120GB +
VGRADNJA +
NAMESTITEV
SISTEMA**

99⁹⁰€

TRŽIČ & KRANJ



Cene vključujejo DDV. Akcija traja do 15. 2. 2018. Slike so simbolične. Za napake se opravičujemo!










Melom d. o. o.
PE Kranj - Savski otok
Stara cesta 25b, 4000 Kranj

kranj@melom.si
04 592 49 00
f melom.si

Preveri na spletni trgovini melom.si/trgovina/!

MELOM D.O.O. BALOS I. TRŽIČ

ZA NEGO KOŽE V PREDELU VEN IN PRI OTEKLIH NOGAH



**Krema vinska trta
in divji kostanj**
deluje globinsko
300 ml e • 10,80 €



**Gel divji kostanj
in vinska trta**
deluje površinsko
300 ml e • 8,70 €

Cena kompleta:
19,50 €



Ob nakupu kreme in gela
vam podarimo
Gel za utrjene noge
(300 ml)!

DARILO
v vrednosti
9,90 €!

**OSVEŽI IN SPROŠČA
UTRJENE NOGE**

Nagrade:

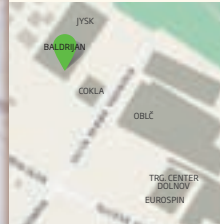
1. Bon v vrednosti 30,00 €
2. Bon v vrednosti 20,00 €
- 3.-5. Bon v vrednosti 10,00 €

Nagrade ni mogoče zamenjati za gotovino.
Prezem nagrad je mogoč na sedežu podjetja
Baldrijan d.o.o. v delovnem času.

**Z VAMI ŽE
OD LETA 2007!**



**Zeliščne kreme in geli
Prehranska dopolnila
Magnetni nakit**



BALDRIJAN d.o.o., Ul. Mirka Vadnova 19
4000 Kranj (ob GA trgovini)

Delovni čas:

pon., tor., čet., pet.: 9:00-15:00
sreda: 9:00-18:00

brezplačna tel. št.: **080 35 42**
tel. št.: **04 204 30 76**

Spletna trgovina:
www.baldrijan.si

poštnina 3,60 €

SESTAVIL: F. KALAN	PRIPRAVA ZA ZAPE- NANJE	TROJANE V RIMSKEM OBDOBJU	NAŠA REKA	NATANČEN PISMEŃ IZDELEK	NOČNI LOKAL	NEZNANEC	LATINSKI PREVOD BIBLIJE	IGRALNICA	GORENJSKI GLAS	NAŠ REŽISER (JOŽE)	REKA V TURČLIJI, ARAS	VLADAR BANOVINE	GRŠKO- RIMSKI STARI VEK	VRSTA ŽITA	VELELNIK	PRISTOJ- BINA
PRIVATNIK	3								VIŠINA STAVBE GLEDE NA OKOLICO	11						
ITAL. NOGOMET- NI KLUB					14				DOGOVOR, SPORAZUM				21			6
GOZDNI DELAVEC		17				OSEBA Z AZILOM		1							PETRA KERČMAR	
						JAMAR KREGAR									IZUMITELJ TESLA	
AVSTRIJSKI KANCLER (JULIUS)				13	KLJISTIR, ODVAJALO							PEVKA ERBUS	18			
					RIMAČ							ČASOVNO OBDOBJE				
GORAZD NASTRAN			PISATELJICA FALLACI PRIP. ZA OBDELAVO LANU						20	DRVARSKO ORODJE						5
										ZNAK ZA MNOŽENJE						
PISA- TELJICA LINDGREN						4	RIMSKI BOG SMRTI				PRITOK SAVINJE					REKA V RUSIJI
							NAŠ GLAS- BENIK (ADI)				IVAN NERAT					
GABARIT LINON RAAB RAMOS	GRADBENI KAMEN	ŠP. NOGO- METAŠ (SERGIO) SLONOV NOS						VISOKA DRUŽBA	MODEL VO- ZILA KIA				PEVEC PESTNER	10		
									BELJENO PLATNO				OSCAR GARCIA			
ČEVLJAR- SKA NIT	16		8			ČUSTVENO PRIZADET TIP OSEBE					9					
						ŠIVANKA										
DIVJA MAČKA				VRSTA GRANITA				15			ALOJI PODOBNA RASTLINA					7
				JAMIE OLIVER												
NAŠ PEŠNIK (JOŽE)				19	FIRMA V NAZARJAH											
					ZORAN FURMAN											
BELA ŽLAHTNA KOVINA		12														
SLIKAR MAVEC				PRIPADNIK FARE				2								

Rešitve križanke (geslo, sestavljeno iz črk z oštevilčenih polj in vpisano v kupon iz križanke) pošljite do srede, 7. februarja 2018, na Gorenjski glas, Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj. Rešitve lahko oddate tudi v nabiralnik Gorenjskega glasa pred poslovno stavbo na Bleiweisovi cesti 4.

Skupino ISKRA ISD, d. o. o., odlikuje 70-letna tradicija s področja predelave kovin, plastičnih mas, litja aluminija ter galvanske zaščite. Delujemo na področju avtomobilske industrije, energetike in bele tehnike. Skupina šteje 600 sodelavcev in jo sestavlja pet družb. Ponujamo vam možnost, da skupaj z nami uresničite svoje poklicne ambicije.

Družbi ISKRA ISD STRUGARSTVO, d. o. o., in ISKRA ISD LIVARNA, d. o. o., k sodelovanju vabita kandidate za delovno mesto:

STRUGAR (m/ž)

Pogoji za zasedbo delovnega mesta:

- IV. stopnja izobrazbe strojne smeri,
- znanja s področja strugarstva.

Opis del in nalog:

- pripravljanje strojev in naprav za zagon,
- posluževanje in nadzor nad delovanjem obdelovalnih strojev,
- osnovno in preventivno vzdrževanje delovnih sredstev,
- sodelovanje pri montaži orodij in priprav,
- opravljanje internega transporta.

Osebnostne lastnosti:

- natančnost, dober vid, ročne spretnosti, samoiniciativnost.

Nudimo:

- zaposlitev za nedoločen čas s 3-mesečnim poskusnim delom,
- priložnost za osebni in strokovni razvoj,
- delo v čistem, urejenem in prijetnem kolektivu,
- stimulativni dohodek.

VODJA IZMENE V PROIZVODNJI (m/ž)

Pogoji za zasedbo delovnega mesta:

- V. stopnja izobrazbe strojne smeri,
- znanja s področja strugarstva,
- poznavanje standardov avtomobilske industrije,
- vsaj 2 leti ustreznih delovnih izkušenj,
- znanja iz vodenja zaposlenih.

Opis del in nalog:

- načrtovanje, organiziranje, usklajevanje in kontroliranje dela,
- skrb za nemoten proces dela,
- uvajanje novih postopkov dela,
- vodenje in razporejanje dela ter usklajevanje potreb po delavcih,
- skrb za razvoj in usposabljanje zaposlenih.

Osebnostne lastnosti:

- organizacijske sposobnosti, vodstvene sposobnosti, natančnost, komunikativnost, samoiniciativnost, zanesljivost.

Nudimo:

- zaposlitev za nedoločen čas s 3-mesečnim poskusnim delom,
- priložnost za osebni in strokovni razvoj,
- delo v čistem, urejenem in prijetnem kolektivu,
- stimulativni dohodek.

VZDRŽEVALEC STROJEV (m/ž)

Pogoji za zasedbo delovnega mesta:

- IV. ali V. stopnja izobrazbe strojne ali druge ustrezne smeri,
- vsaj 1 leto delovnih izkušenj iz vzdrževanja strojev in naprav.

Opis del in nalog:

- vzdrževanje in popravilo strojev in naprav,
- vzdrževanje inštalacij na strojih in napravah,
- osnovno in preventivno vzdrževanje delovnih sredstev,
- skrb za nemoteno delovanje strojev in električnih naprav.

Osebnostne lastnosti:

- natančnost, samostojnost, zanesljivost, timsko delo, pravočasnost.

Nudimo:

- zaposlitev za nedoločen čas s 3-mesečnim poskusnim delom,
- priložnost za osebni in strokovni razvoj,
- delo v čistem, urejenem in prijetnem kolektivu,
- stimulativni dohodek.

Delo bo potekalo v dveh izmenah.

KONTROLOR - TEHNIK (m/ž)

Pogoji za zasedbo delovnega mesta:

- V. stopnja izobrazbe strojne smeri,
- aktivno znanje angleškega jezika,
- poznavanje standardov avtomobilske industrije,
- poznavanje postopkov obdelave kovinskih materialov,
- izkušnje z uporabo 3D koordinatnega merilnega stroja.

Opis del in nalog:

- preverjanje dokumentacijskih skladnosti,
- izvajanje vhodne, medfazne in končne kontrole,
- sodelovanje pri reševanju reklamacij,
- sodelovanje pri izdelavi kontrolnih planov,
- ukrepanje v primeru ugotovljenih odstopanj.

Osebnostne lastnosti:

- ročne spretnosti, natančnost, dober vid, organizacijske sposobnosti, samoiniciativnost.

Nudimo:

- zaposlitev za nedoločen čas s 3-mesečnim poskusnim delom,
- priložnost za osebni in strokovni razvoj,
- delo v čistem, urejenem in prijetnem kolektivu,
- stimulativni dohodek.

PROIZVODNI DELAVEC - MANJ ZAHTEVNA DELA (m/ž)

Pogoji za zasedbo delovnega mesta:

- osnovnošolska izobrazba,
- izkušnje z delom v proizvodnji.

Opis del in nalog:

- delo na stroju za obdelavo kovin,
- opravljanje manj zahtevnih proizvodnih del,
- opravljanje internega transporta,
- urejanje delovnega okolja.

Osebnostne lastnosti:

- ročne spretnosti, natančnost, zanesljivost.

Nudimo:

- možnost napredovanja,
- delo v čistem, urejenem in prijetnem kolektivu,
- stimulativni dohodek.

Delo bo potekalo v IV izmenah.

Če imate veliko dobre volje in željo po napredovanju, vas vabimo, da se nam pridružite.

Prijavo z življenjepisom pošljite na elektronski naslov: barbara.benedicic@iskra-isd.si, najkasneje do 31. 1. 2018.

Več o podjetju si lahko preberete na spletni strani <http://www.iskra-isd.si>.

**OVEN**

21. marca–21. aprila

Velikokrat se zadnje čase sprašujete, kam vas vodi pot in ali ste naredili vse, čisto vse, kar ste lahko. Ne smete pozabiti, da je pot vedno samo naprej in kamorkoli že pridete, so vas vsi veseli. Vse gre prav. Srečna dneva bosta 23. in 24. 1. Misel meseca: Samo kdor ljubi, lahko vsako jutro vzdihne: svet je moj!

**LEV**

23. julija–23. avgusta

Kmalu se vam bo razvrstil niz dobrih dogodkov. Vedno ni dobro razmišljati z glavo, včasih je pametno poslušati tudi srce. Kar se tiče vašega izobraževanja, je skrajni čas, da zavihate rokave. Srečna dneva bosta 24. in 28. 1. Misel meseca: Za spoznanje, da v življenju malo potrebujemo, moramo veliko žrtvovati.

**STRELEC**

23. novembra–21. decembra

Vso pozornost boste posvetili sebi. Seveda boste deležni raznih očitkov, kar pa vam ne bo mar, saj boste vi že poznali resnico. Vedno moramo sebe imeti najraje. Razveselijo vas novice o denarju. Srečna dneva bosta 19. in 28. 1. Misel meseca: Gram ljubezni ali nekaj gramov prijateljstva odtehta vse bogastvo sveta.

**BIK**

22. aprila–20. maja

Poslovna pot do uspeha je tokrat odprta. Obrodili se bodo sadovi trdega dela in vsak napor iz preteklosti se vam bo obrestoval. Pokazale se bodo vse vaše dobre lastnosti, ki so bile do sedaj skrite tudi vam samim. Srečna dneva bosta 20. in 27. 1. Misel meseca: Vsi imamo sanje. Kdor z njimi samo sanja, vse življenje spi.

**DEVICA**

24. avgusta–23. septembra

V kratkem boste imeli nepričakovane izdatke. Situacija vas bo res nekoliko vrgla iz tira, a ne za dolgo, saj boste kljub vsemu dobro uredili. Kar se tiče ljubezenskih zadev, ne prehitujte dogodkov. Srečna dneva bosta 29. in 31. 1. Misel meseca: Ne sprašujmo nikogar za pot k ljubezni. Naredimo prvi korak.

**KOZOROG**

22. decembra–20. januarja

Finančna varnost vam pomeni ključ do neodvisnosti. Storili boste vse, kar je v vaši moči, da boste poravnali stare račune in začeli na novo graditi vzpon. V ljubezni vas čaka nekaj lepega. Srečna dneva bosta 27. in 29. 1. Misel meseca: Razočaranje naj ne bo konec upanja, naj bo še večja moč za ponovno upanje.

**DVOJČKA**

21. maja–21. junija

Pred vami se odpira novo obdobje, sprejeli boste odločitve z upanjem na najboljše. Nova pot, ki je pred vami, vam bo vlila pozitivne energije in ne bo ovire, ki je ne bi mogli preskočiti. Srečna dneva bosta 20. in 21. 1. Misel meseca: Sreča je čudna stvar; za nekaterimi teče kot pes, pred drugimi beži kot lisica.

**TEHTNICA**

24. septembra–23. oktobra

Težave, ki so se vam nabrale, niso stalne. V naslednjih dneh se vam vse po vrsti izboljša. Že nekaj časa niste nič storili zase. Prav nič vam ne bi škodovalo, če bi se kdaj pa kdaj postavili na prvo mesto. Srečna dneva bosta 20. in 26. 1. Misel meseca: Ni skrivnost, kako uspeti; upati si in biti srečen, to je skrivnost.

**VODNAR**

21. januarja–19. februarja

Že kar nekaj časa je bila vaša pot do uspeha posuta s samimi ovirami in nič se ni reševalo. Čeprav ste se še tako trudili, je vse ostalo na mrtvi točki. Sedaj je končno pred vami pozitivna prelomnica. Srečna dneva bosta 1. in 6. 2. Misel meseca: Moti se, kdor čaka svojo življenjsko priložnost, priložnost je življenje zdaj.

**RAK**

22. junija–22. julija

Napake iz preteklosti bodo opozarjale. Energije bo dovolj, zato se bodo našle prave rešitve. Bo zanimivo obdobje. V domačem okolju se izogibajte situacijam, za katere dobro veste, da jim niste kos. Srečna dneva bosta 19. in 30. 1. Misel meseca: Dovolj je, da se samo nasmehnemo – in že se v nas odprejo vrata.

**ŠKORPIJON**

24. oktobra–22. novembra

Stojite na pragu velikih sprememb. Na področju službe se vam obeta napredovanje in v ljubezni, v katero skoraj, da ne verjamete več, vas čaka lepo presenečenje. Za trenutek vas bo ohromil strah, a ne za dolgo. Srečna dneva bosta 25. in 31. 1. Misel meseca: Kdor preveč misli na preteklost, je brez prihodnosti.

**RIBI**

20. februarja–20. marca

Do sedaj nikoli niste imeli možnosti, da bi spoznali, kaj je tisto, kar vam sproži, da delate napake. Priložnost vam bo odprla oči in dobili boste drug pogled na marsikaj, kar ste si v preteklosti razlagali. Srečna dneva bosta 2. in 9. 2. Misel meseca: Živeti brez ovir, brez omejitev in se prepustiti toku življenja.

Uredite vaš dom z nami

VSE NA ENEM MESTU - LES 3 PLUS

Zakaj? Mi uredimo vse!

- Ker vam bomo svetovali, uredili 3D izris kopalnice, kuhinje, dnevne sobe, predsobe, spalnice,...
- Izbrali bomo materiale - parket, laminat, vinil, ploščice,.. materiale za pohištvo - iveral, masiva, mediapan,...
- organizirali ekipo mojstrov, ki bo dela izvedla - parketar, mizar, električar, vodovodar, slikopleskar, keramičar,...
- Vam kupljeno blago dostavili in vgradili.
Se vidimo!



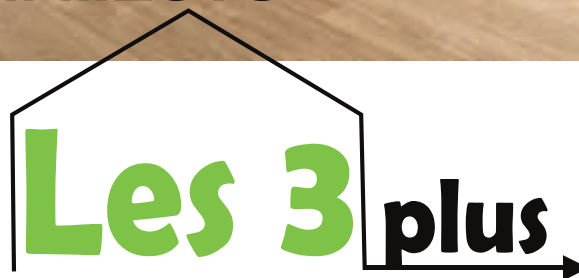
**SVETOVANJE, IZRIS IN PRENOVA VAŠEGA DOMA
VSE NA ENEM MESTU**

Les 3 plus d.o.o.

Jelenčeva 1, Kranj - IBI CENTER

T: 040 418 251, 04 204 27 14

E: les3plus@gmail.com



www.les3plus.si www.masivni-podi.si www.razrezipomeri.si

Slike so simbolične. Pridržujemo si pravico do spremembe tehničnih podatkov in cen, ki bi bili zaradi morebitnih tiskarskih ali drugih napak na tej strani napačno navedeni.

KAKO PRATI PRI ALERGIJAH?

ETIS 

*Kaj bi bilo
idealno za vas?*

*Ko imajo naši otroci – ali mi sami – težave
s kožnimi boleznimi, alergijami ali suho
kožo, lahko pranje perila veliko pripomore
k lažšanju težav. Ali pa jih poveča.*



Jure NOVAK,
specialist za belo tehniko

ETIS: DOO, Ljubljana, Tržaška cesta 58, Ljubljana



Ljudje v težavah največkrat pomislijo, da je zanje le najsodobnejši pralni stroj dovolj dober. Pa to niti v sanjah ne drži. Kaj je rešitev? In kje jo najti?

ETIS je že 25 let najboljši prijatelj zahtevnih v svetu bele tehnike in kuhinj. Ne prodajamo škatel. Pomagamo izbrati opremo, ki bo idealna za vaš način dela in vaše želje. Vso opremo tudi servisiramo, zato bolje kot drugi vemo, kaj deluje in kako trajno je.

***Se želite pogovoriti z nekom,
ki se spozna in ni le prebral prospekta?
Pridite v ETIS. Tu razumemo zahtevne.***

OGLASITE SE ŠE DANES:

ETIS KRANJ, Labore/Ljubljanska c. 30 | www.etis.si