

# GORENJSKA



Leto: X - ISSN - 1581-615X

Junij 2009 • Številka 4



*Za vas beležimo čas*

**Gorenjski Glas**

# PAKET ZA MLADE

regal **COM 08**  
dimenzije: D/V/G: 305 x 185 x 50 cm,  
barva: črno steklo/bela, lakirano

*italstyle*  
Design & Kakovost  
za vsak željo



€ **579<sup>90</sup>**

**lesnina**

*praznuje*



**Sledite rumeni!**

**LESNINA Kranj**  
Staneta Žagarja 67  
**LESNINA Jesenice**  
Cesta železarjev 4b

posebno udobje sedenja  
povzroča zgornja plast sedišča  
iz spominske oz. memory pene

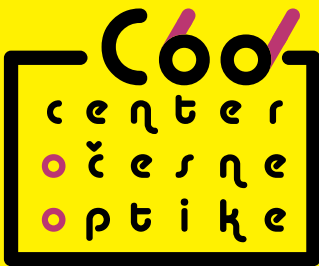
možnost vgraditve  
ležišča



sedežna garnitura  
**DREAM**

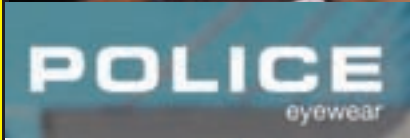
€ **659<sup>90</sup>** že od





pregledi in kontrola vida

C.O.O. d.o.o., KRANJSKA CESTA 24, 4202 NAKLO



**Svetovanje  
pri nakupu  
trendovskih  
očal za vse  
generacije!**

**Vabljeni!**



**atraktivna  
sončna očala 2009**

**WWW.COO.SI**

**Obiščite nas in zadovoljni boste nad našo bogato ponudbo!**



- KOREKCIJSKA OČALA
- SONČNA OČALA
- ŠPORTNA OČALA
- KONTAKTNE LEČE IN  
TEKOČINE ZA LEČE

**brezplačni pregledi vida  
ob nakupu korekcijskih očal**  
**izdelujemo športna in  
sončna očala z dioptrijo**  
**posebne ugodnosti  
za upokoјence**

**ponudba očal na recept  
brez doplačila**



**Obiščite nas ob krožnem  
križišču v Naklem**

Kranjska cesta 24, Naklo,  
tel.: 04/595 13 14, GSM:040/ 87 37 20

**DELOVNI ČAS:** med tednom 9.00 - 18.30,  
sobota 9.00 - 12.00, nedelje in prazniki  
zaprtο



GIORGIO ARMANI



DOLCE & GABBANA

GUCCI

MISSONI

UNITED COLORS  
OF BENETTON

Dior

FLEXMATIC

PE

**Viktorija** Kranj

Pot za krajem 38, 4000 Kranj  
email: flexmatic@t-2.net  
Tel.: 04 2018 333 • Fax: 04 2018 340  
• internet: www.dankuchen-kranj.si  
pon. - pet.: 8.00 - 19.00  
sobota: 8.00 - 13.00

# DODATNI 10% POPUST ZA KUHINJE

## DANKÜCHEN

ŠT. 1 V AVSTRIJI



### NE ZAMUDITE! NE ZAMUDITE! NE ZAMUDITE!



**GRATIS\***

**talni predali**

- 50 %\* za steklene vitrine
- 50 %\* za police in okrasne stranice
- 50 %\* za rolo omarice
- 50 %\* za delovne pulte
- 50 %\* za dvizne omarice 66 cm in 77 cm
- 50 %\* za kotno omarico Le Mans
- 100 %\* talni predali

\* ob nakupu kuhinje z najmanj 7 elementi in delovnim pultom

### DARILO

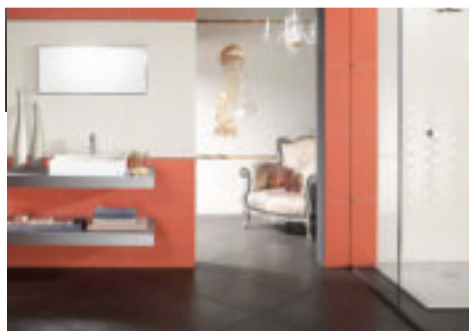
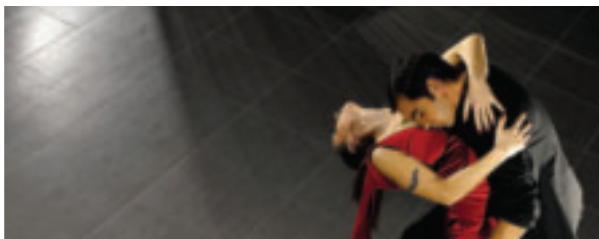
WMF GALA PLUS 5 delni set posode



\*DARILO - 5 delni set posode WMF v vrednosti 438,80 EUR dobite ob nakupu električnih aparatov BOSCH ali SIEMENS nad vrednostjo 2.500 EUR.



# KERAMIČNE PLOŠČICE -20% do 15. 7. 2009!





Naslovnica: Na Košutnikovem grebenu  
Foto: Rožle Bregar

MOJA GORENJSKA JE  
PRILOGA ČASOPISA

Gorenjski Glas

Gorenjski glas je osrednji gorenjski časopis, ki pokriva širše območje Gorenjske. Je časopis z bogato tradicijo, saj neprekinjeno izhaja že od leta 1947, njegovi zametki pa segajo v daljše leto 1900. Kot poltednik izhaja ob torkih in petkih, v nakladi 22 tisoč izvodov. Je neodvisen, politično uravnotežen časopis z novicami, predvsem z vseh področij življenja in dela Gorenjcev, pa tudi širše. Pišemo o vsem, kar ljudi zanima, ali kot pravimo: Gorenjski glas za vas beleži čas. V dobrem in slabem. V veselju in žalosti. Za vas sprašujemo, kaj je novega. Zaradi vas zastavljamo tudi neprijetna vprašanja. Morda vas kdaj naučimo. In seveda poskrbimo za sprostitvev in zabavo. Samo zaradi vas predem misli. Naglas. Časopis dopolnjujemo z brezplačnimi prilogami, kot so Moja Gorenjska, Kranjčanka in Ločanka, ter ob koncu leta z letopisom GORENJSKA - darilom pred božično-novoletnimi prazniki.

Če vas poleg branja Moje Gorenjske zanimajo tudi novice z vse Gorenjske, vas vabimo k naročilu na časopis Gorenjski glas. Kot novemu naročniku vam bomo prve tri mesece časopis prinašali brezplačno (če boste naš naročnik vsaj eno leto) in vas presenetili z darilom ter z drugimi ugodnostmi.

**Dobrodošli v družbi naročnikov Gorenjskega glasa.**

MOJA GORENJSKA, ISSN 1581-615X, izhaja kot priloga poltednika Gorenjski glas, v nakladi 100.000 izvodov. Ustanovitelj in izdajatelj: Gorenjski glas, d. o. o., Kranj, Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj. Odgovorna urednica: Marija Volčjak, uredništvo: Gorenjski glas, vodja oglasnega trženja Mateja Žvižaj. Priprava za tisk Gorenjski glas, d. o. o., Kranj. Tisk: Druck Carinthia GmbH & CoKG, St. Veit/Glan (Št. Vid na Glini), Avstrija. Distribucija: Pošta Slovenije, d. o. o., Maribor. Uredništvo, naročnine, oglasno trženje: Bleiweisova cesta 4, Kranj, telefon: 04/201-42-00, telefax: 04/201-42-13, E-pošta: info@g-glas.si, mali oglasi: telefon 04/201-42-47 - sprejemamo od ponedeljka do četrтка neprekinjeno od 8. do 19. ure, petek od 8. do 16. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprto. MOJA GORENJSKA, številka 4, junij 2009, je priloga 49. številke Gorenjskega glasa, ki je izšla 23. junija 2009.

# Sosed/Nachbar

*Pred kratkim sem bila v Celovcu in na poti čez Ljubelj preišljevala, kako so se razmere spremenile. Včasih so se na strmih ovinkih vile kolone naših avtomobilov, cariniki na meji so bolj ali manj strogo pregledovali prtljažnike. Sedaj na mejni kontroli ni nikogar, cesta je skoraj prazna. Še največ je celovških registracij. Za sosede smo postali zanimivi, prihajajo k našim zobozdravnikom, radi se ustavljajo v naših gostilnah. Za nas so koroške trgovine komaj še zanimive, razen posebnosti, kakršna je denimo Ikea, kjer nakupujejo predvsem mlade družine. V zadnjem letu smo za naše naročnike pripravili izlet na Koroško in Glasovo prejo v Ziljski dolini, obakrat smo slišali ocene, da je Koroška izletniško zelo zanimiva.*

*V nove razmere Gorenjski glas vstopa s čezmejnimi projektom, skupaj s celovškim podjetjem Slomedia, ki izdaja časopis Novice, bomo Gorenjsko in Koroško povezali z dvojezičnim spletnim mestom Sosed/Nachbar. Zaradi promocije spletnega mesta bomo štirikrat na leto pripravili tudi tiskano izdajo.*

*Naš cilj je, da odpravimo meje v glavah, saj so sosedski odnosi še vedno polni preživelih predsodkov in najhitreje jih bomo odpravili, če se bomo bolje poznali. Spletno mesto Sosed/Nachbar bo namenjeno novicam in najavam dogodkov, zlasti kulturnih, ki jih je na Koroškem in Gorenjskem zelo veliko in tudi čezmejnih kulturnih obiskov je vse več. Sosed/Nachbar bo namenjen blogom, forumom, spletnim pogovorom, v načrtu imamo lokalno wikipedijo, ki nam jo boste pomagali soustvarjati. Pričakujemo, da bo privlačno tudi sodelovanje šol pri učenju nemščine in slovenščine, saj dandanes moraš govoriti angleško in jezik sosedov. Poleg kulture, jezika in znanja bodo v središču pozornosti tudi okolje, energije, narava, zdravje. Skratka stvari, ki povezujejo dve pokrajini, dva naroda, slovenska manjšina na Koroškem bo most tega kulturnega in socialnega povezovanja.*

*Projekt Sosed/Nachbar je zato kulturni projekt in spada v Evropsko teritorialno sodelovanje, natančneje v Operativni program Slovenija-Avstrija 2007-2013. To pomeni, da nam je za njegovo uresničitev uspelo pridobiti evropska sredstva in v treh letih bomo na obeh straneh prejeli 730 tisoč evrov, kar pomeni, da pri uresničevanju projekta ne bomo imeli denarnih težav, kar je v teh kriznih časih toliko bolj pomembno. Prav danes v Mariboru slovesno podpisujemo pogodbo, saj ima tam sedež oddelek za upravljanje čezmejnih programov Službe vlade za lokalno samoupravo in regionalno politiko. Iz Evropskega sklada za regionalni razvoj bo skupaj dodeljenih 31,5 milijona evrov.*

*Za Gorenjski glas je projekt Sosed/Nachbar zelo pomemben, ker ima poleg čezmejnih dimenzij pomen tudi za multimedijški razvoj gorenjske časopisne hiše. Snujemo še več razvojnih projektov, saj menimo, da je kriza tudi priložnost, ne samo zataganje pasu. Seveda se z razvojem lahko ukvarjamo, ker smo v dobrih časih nekaj skupaj spravili in nismo vsega zapravili, kakor pravimo na Gorenjskem.*

**Marija Volčjak**

# Še vedno upam, da bo kdaj nasilja manj

Ne mine dan, da ne bi brali ali slišali novice o nasilju. Nekdo umori otroke, drugi sodi sebi, tretji je žrtev nasilnežev na ulici. Težko je obdržati optimizem v tem svetu. Pa vendar - mnogo ljudi še verjame, še dela na tem, da se stvari spreminjajo na bolje. Med njimi je tudi gospa Vlasta Nussdorfer, predsednica Belega obroča, ki je z nami delila svoje razmišljanje.

Poznamo vas kot višjo državno tožilko ter ustanoviteljico in predsednico Belega obroča Slovenije. Ste tudi avtorica petih knjig - Naše deklince z vžigalicami, Naši dečki z ulice, Vrednote na odru življenja, Abeceda življenja in Naši obrazi. Iz vašega dolgoletnega dela je razvidno, da je vaše poslanstvo v pomoči žrtvam kaznivih dejanj ter v ustvarjanju varnega prostora in življenja, tako za otroke kot za odrasle. Čeprav se srečujete z žalostnimi zgodbami, pa ostajate vedra in optimistična oseba in aktivna ustvarjalka boljšega življenja.

Kaj vas torej žene naprej?

"Še vedno upam, da bo kdaj nasilja manj, da nam bo uspelo vsem žrtvam pomagati, da se bodo storilci spolnih zlorab bali odkritja, da bo svet lepši, pravičnejši, da bo na njem manj diskriminacije in revščine ter bolezni."

Ali lahko v tem času, ko se mnoge družine srečujejo s socialnimi tiskami, pričakujemo več nasilja in družinskih nesoglasij? Kako jih preprečiti, saj smo ljudje različno opremljeni za premagovanje stresa?

"Tega me je pravzaprav strah. Socialne stiske, nemiri, več brezposelnosti, vse to so lahko vzroki za povečanje nestrpnosti, več agresije in s tem tudi povečanje števila kaznivih dejanj, zla-

sti nasilja v družini. Ljudje bi morali imeti v kriznih časih možnost pogovora, tudi s strokovnjaki, saj potlačena agresija lahko rodi destruktivnost ali izbruh dogodkov, ki so usmerjeni proti tretjim."

Otroci so ranljivi, odrasli pa vsemo-gočni. Kako lahko prevesimo to neravnovesje v prid otrokom? Kako jih narediti bolj neustrašne, da bodo znali in upali spregovoriti o zlorabah, o nasilju, ki ga doživljajo?

"Otroke je predvsem potrebno ozaveščati. Veliko morajo vedeti o tem, kaj je nasilje, kaj so zlorabe in česa si odrasli ne smejo dovoliti, prav tako pa tudi oni ne. Nimajo le pravic, imajo tudi obveznosti. V prid so jim lahko zagovorniki, ki nastopijo kot njihov glas, v trenutkih, ko pride do kolizije z njihovimi najbližjimi, predvsem starši. Zato teče poseben projekt pri varuhu človekovih pravic. Ta hip je pilotni, vendar se bo razširil na vso Slovenijo. Otroci morajo poznati tudi vse številke in naslove, kamor se lahko obrnejo po pomoč. Na voljo jim morajo biti tudi starejši, zlasti vzgojitelji, učitelji, zdravniki, osebe, s katerimi se lahko srečajo in jim zaupajo tegobe vsakdana."

Če se večina zlorab in nasilja dogaja v družinah, kaj je torej narobe v družinah? Kakšne veščine bi potrebovali

starši, zakonci, otroci? Kakšen pristop v vzgoji priporočate?

"Večina zlorab in nasilja se resnično dogaja v najožjih družinskih okoljih. Tam, kjer bi morali biti otroci najbolj varni, kjer bi jih morali imeti starši in skrbniki najraje, a, ker stene nimajo ušes in oči, se prav tam dogaja marsikaj. Starši bi se morali zavedati, da otroci niso njihova lastnina, da država lahko poseže v njihovo ravnanje, če je zanje neprimerno. Permisivni pristop k vzgoji otrok ni rodil zelenih rezultatov. Otroci morajo imeti omejitve. Poznam preizkus, ki je ugotovil, kako jim to koristi. Skupino otrok so spustili na travnik, ki ni imel nikjer, daleč naokoli, nobene ograje. Otroci so se stisnili na kup in se le redkokdaj oddaljili, pa se hip zatem že vrnili k svojim prijateljem. Nato so isti skupini kasneje, na istem travniku, postavili ograjo, ki se je raztezala daleč naokoli, da so se otroci razkropili po travniku in bilo jih je povsod dosti. Eksperiment je pokazal, da otroci za svojo varnost in dobro počutje nedvomno rabijo "meje"."

Videti je, da je toleranca do nasilja v naši družbi precej visoka. Mar to pomeni, da smo se na nasilje že navadili in nas pretresejo le že umori?

"Sprejeti smo želeli in še vedno želimo ničelno toleranco do nasilja. O tem se govori in piše. A, še vedno manjše nasilje, skrito, tisto, ki nima vidnih rezultatov v ranah in poškodbah, torej zlasti psihično, še ne predstavlja alarma oziroma signala za ukrepanje. Zgrozimo pa se, da teče kri in so ljudje mrtvi. Žal takrat sprašujemo le še po odgovornosti. Kdo bo odstopil, kdo je zatajil, ...?"



Zakaj mislite, da se nasilne zgodbe tako dobro prodajajo? Ljudje si želijo podrobnosti in izvedeti več in še več. Ob kavici berejo zgodbe, ki jih spremljajo zgražanje, sojenje in usmiljenje. Kako bi obrnili takšen pristop v bolj učinkovita dejanja ali razmišljanje?

"Ljudje najpogosteje berejo črno kroniko. Zanimive so kriminalke, kjer teče kri, kjer gre za skrivnostne umore. Pogosto ljudje pozabijo na svoje probleme, ko berejo o tujih. Ko vidijo mrtve, bolne, prestreljene, ..., si mislijo, da je njim še dobro. Sojenja vedno burijo du-

hove, procesi, tisti filmski, pa k ekranom privabljajo gledalce. Poleg krvavih in temačnih zgodb bi bilo za ljudi koristneje, da bi začele prevladovati pozitivne. Da bi se iz prvih nečesa naučili, ljudem v stiski pomagali, sirotam nadomestili starše, bolnim vlili novo upanje, na pogoriščih bi zrasle hiše in brezdomci bi dobili dom in zaposlitev. Kakšna utopija, bi rekli. In vendar se spleča spremeniti razmišljanja v pozitivna. Vse je odvisno tudi od medijev. Če je tisti, ki si veliko upa, heroj, potem bi se mnogi radi videli v njem in ob njem. Če pa ga ljudstvo obsoja, če

dobro zmaga nad zlim, potem se s tem ne gre hvaliti."

Kako bi povečali našo občutljivost na nasilje, ne le, ko se tiče nas, ampak tudi takrat, ko se nasilje dogaja za soslednjimi vrati?

"S tem, da bi ljudem dopovedali, da smo tudi mi lahko že jutri žrtve. Morda ne nekoga, ki živi ob nas in z nami, pač pa neke tretje osebe. Morda uličnega roparja, posiljevalca, ... Kako se bomo počutili, če nihče ne bo reagiral? Prav tako mnogi za zidovi sosednjih stanovanj tiho trpijo, včasih pa celo kličejo na pomoč, a jih nihče ne sliši."

Kaj mislite o registru pedofilov, lahko razložite bralcem, kako je sedaj to urejeno?

"Ne gre za register pedofilov, pač pa nova zakonodaja ureja tako imenovani neizbris iz kazenske evidence. Za vsako kaznivo dejanje se obsodba po določenem času izbriše in obsojeni velja za neobsojenega. Novi Kazenski zakonik, ki je začel veljati 1. novembra 2008, pa je pri kaznivih dejanjih na škodo mladoletnikov, tako za kazniva dejanja zoper kršitev spolne nedotakljivosti, kot tudi zanemarjanje in surovo ravnanje, določil, da se podatki o obsodbah hranijo v posebni evidenci, ki je strogo varovana in tajna, dostop do podatkov je možen le za ustanove in društva, kjer bi se želel zaposliti nekdo, ki je bil kadarkoli obsojen za kaznivo dejanje s tega področja. Gre torej za izjemo, ki varuje naše otroke, ki so zaupani nekemu v vzgojo, varstvo in učenje, pa mi nanje ne moremo vplivati. Država je s tem poskušala zmanjšati možnost spolnih zlorab, zlasti na področju šolstva, vzgojno varstvenih ustanov in društev, kjer se srečujejo odrasle osebe z otroki. Preveliko bi bilo naše zaupanje do nekoč obsojenih storilcev, če bi jih zaposlili na takih delovnih mestih, kjer bi imeli možnost storiti nova dejanja in prehude posledice, če bi do njih prišlo. Seveda ne gre za javno objavljen seznam, pač pa za strogo varovan in dostopen le ožjemu krogu ljudi, pod točno določenimi pogoji."



ljami za pomoč, lahko pride do sprememb."

Se vam zdi, da je možno, da storilci kdaj začutijo bolečino in stisko svojih žrtev? Ali obstaja kakšen program za storilce, ki bi bil uspešen pri njihovi "prevzgoji"?

"Včasih so storilci najhujših kaznivih dejanj pravi psihopati, v njih ni sočutja do žrtev, celo uživajo ob dejanjih. Tudi tu je potrebna njihova pripravljenost na spremembe. Kazenski postopek jih včasih strezni in v izogib nadaljnjim dejanjem in kaznim so se celo pripravljene spremeniti. To je dobro znamenje, saj ne bo novih žrtev, vsaj to. Mnogo je programov tudi za storilce nasilja. Uspešni so, če v program stopijo dovolj zgodaj, včasih pa je za vse to že prepozno."

Kaj menite o duševni neprištevnosti, na katero se marsikdo sklicuje za čas, ko je storil kaznivo dejanje?

"Stopnjo prištevnosti oziroma neprištevnosti ocenjujejo izvedenci psihiatri ob pomoči psihologov. Marsikdo po storjenem dejanju, zlasti zelo hudem, beži v zagovor, ki je v smislu zanikanja dejanja in izgube spomina. Želi se izgovarjati na zaužitju alkohola, mamila, duševno bolezen. Zato so potrebni temeljiti pregledi s strani izvedencev, da ugotovijo, ali je tak zagovor sprejemljiv ali ne. Zgodi se, da je storilec resnično duševno bolan ali celo pod tako močnim učinkom različnih snovi, da se ni zavedal pomena dejanja oziroma se ni mogel obvladovati. To so sicer redki primeri, zagovorov v tej smeri pa je veliko, veliko več. Preveč."

Kje smo v primerjavi z drugimi evropskimi državami po številu in teži kaznivih dejanj? Ali uporablja kakšna država primere dobre prakse, ki bi jih bilo vredno prilagoditi našim razmeram - kar se tiče preventive in obravnave na področju družinskega nasilja?

"Primerjava nasilja na vseh področjih življenja pri nas in v drugih državah je težavna, ker gre le za prijavljena dejanja, vedno pa je vprašanje neodkritih, tako imenovanega sivega polja. Občutek

Kakšen je vaš odnos do ljudi, ki so zagrešili huda kazniva dejanja?

"Strogo profesionalen. Na eni strani imamo storilce in na drugi žrtve. Zmanjšati moramo tako število storilcev, kot tudi žrtev, zgodi pa se, da mnoge žrtve postanejo nekoč v prihodnosti storilci hudih kaznivih dejanj, celo zoper najbližje, lastne starše, brate, sestre. To je precej žalostno. Vsak zakaj ima svoj zato in pri raziskovanju kaznivih dejanj pogosto prihaja do razjasnitve osebnosti storilcev, ki jim pogosto v življenju ni nihče pomagal, prepuščeni so bili cesti, samim sebi. Brezdelje, negativna samopodoba, slaba opremljenost za življenje in še marsikaj, pa so privedli celo do hudih kaznivih dejanj. Truditi se je potrebno, da se ljudje ozavestijo, da se znajo kot žrtve braniti, storilcem pa pomagati takoj, ko storijo prvo kaznivo dejanje,

včasih že kot otroci ali mladoletniki in s tem opozorijo nase. Da bi le stopili na pravo pot."

Ali verjamete, da se pedofili lahko spremenijo? To, kar počnejo, je najbrž v njih shranjeno kot nekaj dopustnega in kako lahko torej dosežemo, da bodo sploh uvideli težo svojih dejanj?

"Težko je spreminjati tiste, ki spolno zlorablajo otroke, zlasti, če gre za prave "pedofile". Le sami se lahko spremenijo. Zato pa morajo biti dovolj kritični. Večina zanika dejanja in celo obsojeni na Dobu trdijo, da so tam povsem nedolžni. Kako jim torej pomagati? Obstajajo terapije, tudi družinske, psihoterapevtske, psihiatrične, vendar mora žal nanje pristati tisti, ki so mu taka dejanja lastna. To je začetek dolge poti. Stopiti mora nanjo. Z veliko mero samokritičnosti do dejanja, z že-

Foto: Tina Dokl



imamo, da je nasilja več, da se dogaja vsak dan, povsod, da ljudje še vedno premalo govorijo. Dobra je recimo praksa na Nizozemskem, kjer se začnejo z nasilnikom ukvarjati takoj, že policija ga napoti v ustrezne programe. Dobra je vsaka praksa, kjer se nasilje preneha čim prej, kjer se nudi pomoč žrtvi, pa tudi storilcu in kjer ni recidivov. Programi mnogih držav so tako usmerjeni v preventivo in šele nato v kurativo. Vse to prinaša tudi naš novi Zakon o preprečevanju nasilja v družini."

Kako je v praksi z rednim spremljanjem tako imenovanih rizičnih skupin prebivalstva? Recimo z obiskovanjem na domu, s preverjanjem vzgojnih metod, zdravstvenega stanja otrok in podobno. Ali so naše strokovne službe za to dovolj usposobljene in tudi med seboj povezane?

"Rizične skupine so nedvomno otroci, ženske in starejši, pa tudi invalidi. Veliko je preventivnih akcij, zlasti s strani nevladnih organizacij, pa tudi vladne nudijo jasno sporočilo, da tolerance do nasilja ne sme biti. Redno spremljanje teh skupin pomeni vse več preventivne dejavnosti, ki je nujna. Predvsem je pomembno, da je preventiva dostopna vsem rizičnim skupinam, da je kontinuirana, da imajo možnost seznanitve z vsemi programi in potjo postopkov. Celovito reševanje nasilnih dejanj pa je še vedno v zgodnjih fazah sodelovanja vseh, ki lahko tako ali drugače pomagajo."

**Kakšna je vloga Belega obroča? Kdo, kdaj in kako se lahko obrne na vas?**

"Beli obroč Slovenije je društvo, ki je nastalo po vzoru drugih evropskih držav. Konkretno po vzoru Weisse ringa iz sosednje Avstrije. Žrtvam pomagamo z različnimi oblikami pomoči; psihosocialno, pravno, finančno, povezujejo se z drugimi nevladnimi in vladnimi organizacijami, sodelujemo pri spremembah zakonodaje, preventivi, sodelovanju z mediji. Imamo svojo spletno stran in novi naslov Beli obroč Slovenije, Cigaletova 7, kamor nam številni ljudje pišejo. Seveda je možna tudi e-pošta. V zadnjem času je zaradi



številne prejete pošte kar težko odgovarjati in pomagati. Lani smo družinam v hudi stiski, v katerih je bilo prisotno nasilje, razdelili več kot 50 tisoč evrov finančne pomoči, od katere pa ni bil niti evro državnih sredstev."

**Kaj lahko vsak izmed nas stori za večjo varnost in zaščito otrok, takoj danes?**

"Otroci so nemočni, težko spregovorijo o nasilju, ki ga doživljajo. Zato je pomembno, da o tem govorimo mi, ki jih poznamo, vidimo, se z njimi pogovarjamo in nasilje nad njimi opazimo. Večji otroci lahko spregovorijo tudi sami, vendar jim je takrat potrebno verjeti, ob njih mora biti nekdo, ki jim bo pomagal. To je lahko tudi zaupna oseba ali zagovornik otrok. Pogosto namreč prihaja do kolizije interesov med njimi in starši, kar ni dobro za

razplet zadeve. Mnogi zaradi tega umolknejo ali spremenijo "resnico"."

**Povejte nam, prosim, nekaj lepega iz vaše zadnje knjige.**

"Napisala sem že pet knjig in iz zadnje, ki je izšla decembra in nosi naslov Naši obrazi, bi sporočila naslednje: Ko se življenje odvija in mi statiramo ali igramo boljše oziroma slabše vloge, se je potrebno zavedati, da vse mine kot blisk, kot strela. Posrka energijo, udari, zaneti požar, povzroči škodo ali pa gre mimo nas brez nje. Še je čas, da naredimo korekcije svojega obnašanja, pustimo boljši pečat, da se nas bodo zanamci radi spominjali in nam ne bodo najlepših misli povedali šele ob grobu. Čuvajmo življenje, imejmo se preprosti radi."

*Damjana Šmid*

# Svoboda dopusta

Zadnje čase je bilo v naši javnosti in zasebnosti večkrat slišati pobudo, da bi morali Slovenci razmisliti, ali bomo - glede na zaostrene politične odnose med državama - še hodili dopustovat na hrvaško morje. Ta pobuda je trikrat zgrešena: ni realna, je neumna in nevarna ...



Miha Naglič

Predvsem je nevarna. Slovenci in Hrvatvati namreč doslej še nikoli niso bili v kakih hudih sporih ali celo v vojni. Sprli sta se v zadnjih letih le politični eliti obeh nacij in šli v tem tako daleč, da zdaj ne moreta nazaj. Hrvaški politiki ta spor tudi rabijo, služi jim za odvrčanje pozornosti domače politične javnosti od njihovih gospodarskih in političnih problemov, zlasti v času pred vsakokratnimi volitvami. Slovenski politiki spornih zadev prej sploh niso zaostrovali; ravnali so še slabše, ko so Hrvatvatom popuščali, češ saj jih bo minilo. Pa jih ni. Ob hrvaškem vstopanju v EU je popuščanja konec, spor se zaostrojuje in izhoda sta samo dva: kompromis (seveda obojestranski) ali še hujši konflikt.

To pa seveda ne pomeni, da bi morali v konfliktu obeh politik množično sodelovati tudi državljani. Če bi zaradi nerešenih političnih vprašanj trgali številne gospodarske vezi med podjetji in državljani, bi bilo to neumno. Če bi se zaradi napetih političnih odnosov kaj neljubega zgodilo našim dopustovalcem ob hrvaških obalah ali hrvaškim v naših gorah in na smučiščih, pa bi bilo nevarno, tako za državljane kot za turizem, ki je v obeh primerih donosna veja gospodarstva. Na ravni osebnih stikov moramo potrpeti do vstopa Hrvaške v EU in v upanju, da se spori kmalu rešijo. Civilna družba ne sme trpeti, če sta državi v sporu.

Na morje bi res lahko hodili kam drugam. V Grčiji in Turčiji je mogoče dopustovati ceneje kot na Hrvaškem. Je pa daleč, za pot z osebnim avtomobilom skoraj predaleč. Istra pa je blizu in odkar je odprta nova avtocesta Zagreb-Split, tja dol kar padeš (od konca maja sta odprti tudi drugi cevi predorov Sveti Rok in Mala Kapela in zastojev na teh odsekih ne bo več). Bližino dopolnjuje moč navad, stara znanstva in dobri medčloveški odnosi, ne nazadnje dejstvo, da ima ob Jadranu marsikateri Slovenec tudi svojo nepremično ali premično posest. Ko bo Hrvaška enkrat v EU, pa bo Jadran tako ali tako spet (tudi) naš!

Pa naj bo dovolj politike. Dopust je že po svoji naravi kategorija, o kateri bi moral človek odločati čim bolj svobodno. Dopustovati je dopustno, vsaj načelno. Beseda dopust je še v 19. stoletju pomenila dovoljenje. V današnjem pomenu delopusta - zakonsko dopustne in zagotovljene odsotnosti z dela - pa se je uveljavila šele v 20. stoletju. Dopust je tudi sinonim za počitnice, za nov način preživljanja prostega časa. Delimo ga na letnega in zimskega, družine ga povežejo s šolskimi počitnicami. Nekateri ga preživijo delovno in v tem primeru govorimo pač o delovnem dopustu. Posebej delovni so v tem času na kmetih, kjer sovpada s košnjo, žetvijo in drugimi opravili. Mnogim kmetom je dopust še danes nekaj nedopustnega (tudi moralno), po

drugi strani pa so imeli na kmetih že od nekdaj dopust posebne vrste v obliki romanj in delopusta ob številnih zapovedanih praznikih. Dopustovati pomeni pogosto nekam odpotovati. Dokler so bili stroški prevoza in nočitev še visoki, so si to lahko privoščili le redki. Po 2. sv. vojni pa so si dopust drugje lahko vse bolj pogosto privoščili tudi delavci, v posebej za njih zgrajenih počitniških domovih, naselij, avtokampih in - ne nazadnje - v "vikendicalah", zasebnih počitniških hišah, ki jih imajo tudi mnogi "navadni" in ne le bogati Slovenci; veliko jih je tudi ob še nedavno skupnem jugoslovanskem, zdaj pretežno hrvaškem morju ... Pa smo spet tam, kjer smo začeli; morje je osrednji poligon za letni dopust in nam najbližje morje je pač Jadransko.

Kakorkoli že: ko se človek odloča o tem, kako bo preživel svoj osebni dopust, se mora odločiti sam in svobodno. Za to odločitev se res ne spodobi, da bi bila v službi trenutnih interesov politike in delodajalcev. Navsezadnje je to z zakonom določena pravica. Tako bomo tudi letos eni dopustovali doma, drugi ob morju, v gorah ali na potovanju; eni delovno, drugi ležerno; eni domiselno, drugi dolgočasno ... Kakor kdo zna in zmore.

*Miha Naglič*



Skok v poletje  
Foto: Matjaž Švab

# Pomembno je, da so učenci sproščeni in glasbeno dejavni

V sklopu dneva odprtih vrat Glasbene šole Jesenice je potekal pogovor z dr. Bredo Oblak, rojeno Bidovec, profesorico glasbene metodike oz. didaktike. Pogovor z njo je vodila Branka Smole.

**Kako je za nekoga, ki ni več Jeseničan, vračati se na Jesenice? Kako jih doživljate?**

”Na Jesenice sem se vračala, kadar je le nanesla priložnost. V spominih pa se domala vračam vsakodnevno. Vračam se na Javornik, na Blejsko Dobravo, kjer sem preživela prvo zavestno obdobje otroštva. Vračam se v okolico, na Pristavo, Mežaklo, Vintgar pa še naprej proti Bledu in v zgornje vasi Bohinjske doline.”

**Ker mi si vas kar malo lastimo in si domišljamo, da ste malo tudi naši. Smemo?**

”Absolutno. Vedno sem se predstavljala za Gorenjko, kar seveda tudi sem, tako po svojem prepričanju kot tudi po starših.”

**Glasba vas je kmalu osvojila in posvojila. Kdaj je bil tisti prvi stik?**

”Po mamini strani izhajam iz Boštelcove družine, za katero je bilo znano, da je zelo rada prepevala. Gojila je večglasno petje, značilno slovensko homofonijo. Verjetno je prav to okolje pripomoglo, da so se mi zelo zgodaj razvile temeljne glasbene sposobnosti - posluš in da sem usvojila obsežen repertoar pesmi. Ko pa sem se prvič soočila s klavirjem in se smela narahlo dotakniti tipk, mi je ta inštrument tako prišel k srcu, da me kljub prepričevanju, naj pomislim še na kakšen drug in-



Dr. Breda Oblak

štrument, ni bilo mogoče pregovoriti. Kmalu zatem se je našla tudi prva možnost, da sem se ga začela učiti.”

**In to pri starem očetu od fantov iz znanega tria Lorenz?**

”Tako je. Po vojni smo se preselili nazaj na Javornik in ker sem še vedno sanjala o klavirju, so starši vprašali starega gospoda Lorenza, če bi me poučeval. Poprej je bil sicer znan trgovec in mislim, da tudi organist. Po vojni je morda tudi iz eksistenčnih potreb občasno zasebno poučeval klavir in tako

sem tudi jaz začela pri njem. Toda bil je že zelo bolan, na pragu smrti in moja sreča je bila zato kratkotrajna. Le nekaj mesecev sem obiskovala njegove ure. Iz tistega obdobja se spominjam tudi njegove soproge, medtem ko sem njegove znamenite vnuke spoznala kasneje ob študiju in zlasti ob delovanju na ljubljanskih šolah.”

**Kakšne pa so bile te njegove ure? Verjetno malo drugačne od današnjega pouka?**

”Gospod Lorenz se seveda ni ukvarjal z didaktičnimi vprašanji. Spominjam se, da sem se morala že ob najinem prvem srečanju soočiti z zapletenim notnim sistemom. Pričakovala sem klavirsko igro, pred menoj na pokrovu inštrumenta pa je bil list s črnino neznanih pik in znakov. Svoje zadrege seveda nisem upala pokazati, prepričevala sem se, da se bo to znanje prej ali slej nekako preselilo vame. Primere, ki mi jih je zaigral, pa sem intenzivno slušno dojemala, si jih zapomnila in jih nato posnemala ter vadila po posluhu. Kar nekaj časa je trajalo, da sem notno sliko povezala s tipkami. Na splošno gospod Lorenz ni bil popustljiv, zahteval je sprotno znanje, spričo svoje boleznin in utrujenosti pa je zelo težko prenašal kakršne koli zvočne napake.”

**Glasbena šola je na Jesenicah uradno začela delovati leta 1947. Že dve leti pozneje ali pred šestdesetimi leti ste pa začeli to glasbeno šolo obiskovati tudi vi?**

"Moji starši so relativno pozno izvedeli za glasbeno šolo na Jesenicah. Čeprav je bil Javornik blizu, so se tedaj informacije širile počasneje in v ožjem lokalnem okviru. Po drugi strani pa sta starša živela v prepričanju, da je moj klavirski pouk zagotovljen pri gospodu Lorenzu, zatem pa pri učiteljici Berti Rabičevi, ki je po Lorenčevi smrti skušala zapolniti vrzel. Tudi to je bilo zgolj začasno, obenem pa sem tedaj dobila prvi klavir, ki mi je omogočil vadbo doma. Eno in drugo je prispevalo, da je novica o glasbeni šoli končno prišla tudi do nas. Bilo je konec marca ali na začetku aprila, ko je moj oče zaprosil za razgovor pri ravnateljici, prof. Boženi Černivec. Bila je učenka skladateljica L. M. Škerjanca, odlična pianistka, izrazito naklonjena tudi baletu ter čudovita osebnost in avtoriteta. Sprejela naju je zelo prisrčno, vendar takoj na začetku pojasnila, da šolski red predpisuje vpise v septembru, da bom morala do takrat počakati, vendar me bo preizkusila in svetovala glede vadbe. Potem sem ji zaigrala nekaj vaj, na njeno vprašanje, ali znam še kaj drugega, pa sem ji odgovorila, da rada igram tudi različne pesmi. Spodbudila me je k njihovi izvedbi, vmes pa me ustavila in vprašala, kje dobim spremljave. Povedala sem ji, da si jih izmišljam. Tedaj je sledil zame nepozaben trenutek; prof.

Černivčeva je naročila tajnici, ki je istočasno uradovala v njeni učilnici, naj me takoj vpiše v šolo in to celo v njen klavirski razred."

**Igrali ste celo pred njenim profesorjem?**

"Junija istega leta sem opravila letni izpit iz teorije in klavirja, hkrati pa sem imela čast nastopiti tudi pred Lucijanom Marijo Škerjancem, ki je obiskoval glasbene šole po Sloveniji. To je bilo obdobje ekspanzije ustanavljanja glasbenih šol v slovenskem okolju, skoraj vse so nastale tedaj. Prof. Pavel Šivic je bil njihov glavni pobudnik v okviru ministrstva, njegovi kolegi z Akademije za glasbo pa so bili zadovoljeni, da spremljajo njihov razvoj, problematiko in dosežke. Tako je prišel prof. Škerjanc tudi na Jesenice in ob tej priložnosti sem bila izbrana v skupino, ki se mu je predstavila s krajšim nastopom. Igrala sem njegovo skladbo, ob koncu pa me je prijazno potrepil in dejal: "Ti boš pa glasbenica!" Moram reči, da je bil ta majhen stavek za mene odločilnega pomena. Nikoli več se nisem spraševala, kaj naj bom. Čeprav je za otroke značilno, da radi razmišljajo, kaj bi bili in pogosto spreminjajo svoje poklicne želje, sem sama ostala za vselej glasbenica."

**Preroški stavek, pa vendarle je bil že vsajen v vas. In potem ste to glasbeno šolo zapustili. Kje pa je bila takrat glasbena šola?**

"V mojih časih je bila glasbena šola v stavbi jeseniške gimnazije; dodeljeno ji je bilo nekaj razredov na levi, zahodni strani stavbe. Ravnateljica Černivčeva je imela svojo učilnico, ki je bila hkrati tudi pisarna, v prvem levem prostoru pritličja. Predstavljam si, kako bi se danes razveselila vaše nove šole in njenih prostorov. Ob ustanovitvi šole in še vrsto let zatem je na splošno prevladovala stiska tako s prostori, kot opremo pa tudi kadri. V danih razmerah pa je prof. Černivčeva vseeno poskrbela za solidno zasedbo. Klavirski pouk so izvajale nekatere njene kolegice, ki so se vozile iz Ljubljane, poučevali pa so tudi domačini. Izbirnost instrumentov je bila - tako kot tedaj povsod - še majhna. Organizacija je zagotovo zahtevala veliko volje pa tudi improvizacije. Vendar so ju ravnateljica in tedanji učitelji zmogli v taki meri, da se je šola obdržala in zastavila trdne temelje nadaljnega razvoja."

**Pri šestnajstih ste potem to glasbeno šolo zapustili in se vrnili leta 1959, natanko pred petdesetimi leti, kot učiteljica, kot profesorica?**



Dr. Breda Oblak in voditeljica pogovora Branka Smole



**LJUDSKA UNIVERZA KRANJ**  
Center za izobraževanje in kulturo

## ŠTUDIJSKI KROŽKI

brezplačni tečaji, delavnice, krožki  
sofinanciranje MŠŠ

- **BRALNI KROŽEK** - za vse, ki radi berete
- **KREATIVNO PISANJE** - za vse, ki radi pišete
- **JAVNO NASTOPANJE** - načrtujte svoj dober nastop
- **UMETNOSTNA ZGODOVINA** - spoznajmo Kranj  
Ali pa predlagajte vsebino vi!

Pridružite se nam v kreativnih delavnicah in pridobite nova uporabna znanja.

**VABLJENI**

Informacije: ☎ 280 48 00  
[www.luniverza.si](http://www.luniverza.si)



Dr. Breda Oblak in njeni bivši učenci: Marija Mesarič (glasbena pedagoginja in bivša ravnateljica Glasbene šole Jesenice), Melita Jelen (mezzosopranistka), Jaka Jeraša (bivši solist ljubljanske operne hiše).

”Na šoli sem ostala dobra štiri leta, narkar sem se znova znašla v situaciji, da bom izgubila učiteljico klavirja. Prof. Černivčeva je tedaj odšla s svojim soprogom, inženirjem metalurgije, v Skopje. To me je zelo prizadelo, zato sva poiskali rešitev za moje nadaljnje šolanje v Ljubljani. V jeseni sem bila sprejeta v pripravnico Srednje glasbene šole in obenem v internat, ki je bil takrat namenjen dijakom in študentom glasbe. Prof. Šivic je svetoval, da se vzporedno vpišem v redno gimnazijo, kjer sem leta 1955 maturirala. Čeravno je vzporedno šolanje na dveh institucijah terjalo veliko mero organiziranosti in dela, sem se tudi kasneje odločila zanj. Tako kot moji gimnazijski sošolci, sem se tudi sama želela po maturi vpisati v nek visokošolski program. Na priporočilo profesorjev Srednje glasbene šole sem se pripravila za sprejemni izpit na oddelku za zgodovino Akademije za glasbo in bila sprejeta.

Na pomlad leta 1959 - natanko pred petdesetimi leti - sem dobila povabilo Glasbene šole Jesenice, da bi v jeseni prevzela nekaj ur pouka. Veliko sem razmišljala o ponudbi, bližala sem se svojemu dvaindvajsetemu letu starosti, imela sem učiteljsko diplomoSrednje glasbene šole in pred menoj je bilo absolventsko leto na Akademiji. Odšla sem na razgovor k takratnem ravnatelj

telju gospodu Kleču in mu predlagala, da bi honorarno poučevala kakšne razrede nauka o glasbi. Predmet me je postopoma začel izrazito zanimati v pogledu solfeggia, vzgoje notranjih zvočnih predstav in analitične zaznave. Ravnatelj me je pozorno poslušal, vendar pripomnil, da šola potrebuje v prvi vrsti učitelje klavirja. Tako sva se dogovorila, da bom prevzela del klavirskega pouka. V jeseni mi je bilo dodeljeno štirinajst učencev začetnikov, meni na ljubo pa še prvi razred nauka o glasbi. To je pomenilo že skoraj polno zaposlitev. Kmalu zatem sem se srečala še s solopevci, ki so želeli obiskovati nauk o glasbi - solfeggio v posebni skupini, prilagojeni starejšim gojencem. Sprejela sem jih, med njimi pa so se nekateri odločili še za pouk klavirja. Tako sem že kmalu po začetku šolskega leta preseгла predvideno šolsko obveznost in spričo tega 1. novembra nastopila redno delo.

Svojih začetnih razredov in posameznikov se izrazito in z veseljem spominjam vse do danes; z nekaterimi sem tudi kasneje, ko sem že odšla z Jesenic, obdržala stike. Od mlajših učencev so se odločili za glasbeno pot kar trije. Med njimi posebej izstopa Peter Kopač, skladatelj in pianist, sicer pa ravnatelj Glasbene šole Škofja Loka. Srednjo glasbeno šolo je obiskoval tudi

Martin Rostohar, ki je kasneje poučeval glasbeni pouk na osnovni šoli. Cilka Fajfar je odšla na tolminsko učiteljsišče, kjer je spričo njene zavzetosti za glasbo skrbel za njen nadaljnji razvoj znani tamkajšnji učitelj in skladatelj Makso Pirnik. Po končanem šolanju je z diplomoSrednje učiteljice poučevala v Bohinju predvsem glasbo.

Specifičen je bil razred solopevcev, s katerimi sem se srečevala vsak četrtek zvečer. To ni bil zgolj razred, temveč skupina druženja, ki je znala poleg predmeta tudi simpatično razpravljati o svojih glasbenih interesih in načrtih. Spremljala sem razvoj mezzosopranistke Melite Jelen, Jaka Jeraše in Rine Brun (kasneje Oblak), ki sta uspešno pevsko delovala v ljubljanski operi. V stiku sem ostala z Marjanom Jemcem, ravnateljem osnovne šole v Žirovnici, ki se je zavzemal za kakovosten glasbeni pouk in še posebej za zborovsko dejavnost.”

**Ste imeli kakšen vzor pri poučevanju? Omenili ste ČernivčevO, takratno ravnateljico Glasbene šole Jesenice?**

”V prof. Černivčevi, v njeni vztrajnosti, optimizmu, sem prav gotovo imela prvi in močan vzor. V ljubljanskem obdobju je s svojimi umetniškimi in pedagoškimi pogledi vplivala name pianistka - koncertantka Jelka Suhadolnik, v pomen in sistematiko solfeggia me je usmeril prof. Maks Jurca, v zborovsko kulturo prof. Janez Bole, v filozofsko podprto glasbeno zgodovino skladatelj Vilko Ukmar in seveda še drugi. Na vsaki ravni so se pojavljale osebnosti, ob katerih sem se vzorovala in izoblikovala svoj odnos do umetnosti in poučevanja. Manj možnosti je bilo v času mojega glasbenega študija v smeri pedagoškega razvoja. Sicer sem imela možnost spoznati zavzete-ga glasbenega metodika Blaža Potočnika, vendar so njegove ideje v meni dozorele šele tedaj, ko sem se sama neposredno soočila s problematiko splošne glasbene vzgoje. Predvsem pa moram omeniti znamenitega pedagoga, humanista dr. Stanka Gogalo, ki je na začetku mojega učiteljskega delovanja prvi opozoril na moje možnosti v okviru glasbene didaktike.”

Zdi se mi, da imate številne posnemovalce v svojem zanimivem slogu poučevanja?

"Raziskave kažejo, da je posnemanje v učiteljskih krogih pogost pojav. Osebnost sem zadovoljna predvsem zato, ker sem lahko prispevala k oblikovanju velikega števila učiteljev. Nisem si prizadevala, da bi me imitirali, v ospredju je bilo hotele prebuditi potenciale, ki so posamezniku lastni, zanimivi, ki vodijo v doživeto, iskreno komunikacijo ter ustvarjalnost."

Nauk o glasbi je nujno zlo za učence od nekdaj. Vam je bil pa prav nauk o glasbi, teorija po starem, izziv?

"Res mi je bil izziv. Morda je bil prvi povod zanj deficitarno znanje solfeggia ob prehodu na šolanje v Ljubljano. Večina učencev je tedaj obvladovala le note, verbalno posredovane teoretične zakonitosti. Bistvo predmeta pa je glasbeni jezik, ki

ga je treba slišati. Dokler ne pridemo do tega spoznanja, je teorija zahtevna, abstraktna in nepriljubljena. Ko pa ta korak storimo, začnemo v sebi prisluškovati zvočnemu dogajanju, pridemo v fazo analitične glasbene zaznave, ki predmet osmisli in ga naredi zanimivega."

Kako pa ta proces sprožiti v učencih?

"Proces potrebuje veliko mero sistematičnosti in doslednosti. Že na začetku, pri najmlajših gojencih, je treba prebuditi radovednost za zvoke, najbolj naravna pot za to so pesmi in petje. Potem sledijo majhni koraki skozi otroško zvočno igro. Ko postane glasba del igrive komunikacije, ko otrok na temelju asociacij utrjuje vidne in zvočne predstave, začenja postopno dojemati prvine glasbenega jezika. Postopki morajo biti preiščeni in ne prenesejo kampanjskega dela."



Dr. Breda Oblak in ravnateljica Glasbene šole Jesenice Martina Valant



LJUDSKA UNIVERZA KRANJ  
Center za izobraževanje in kulturo

vabi k vpisu v izobraževalne programe za  
šolsko leto 2009/10

## IZREDNI ŠTUDIJ

### ❖ Srednješolski programi

- PREDŠOLSKA VZGOJA (SSI) - **NOVO**
- PREDŠOLSKA VZGOJA - poklicni tečaj - **NOVO**
- Bolničar - negovalec
- Trgovec
- Ekonomski tehnik - PTI

### V sodelovanju s CDI UNIVERZUM LJUBLJANA

- STROJNI TEHNIK - PTI (zaključek šolanja)

### ❖ NPK

- Socialni oskrbovalec

### ❖ OSNOVNA ŠOLA ZA MLADOSTNIKE IN ODRASLE 8., in 9. razred - BREZPLAČNO

Za novo šolsko leto 2009/10 tudi novi  
srednješolski programi, ki vam omogočajo  
pridobiti srednješolsko izobrazbo.

### V sodelovanju z EF Ljubljana in FS Maribor

#### ❖ EKONOMSKA FAKULTETA LJUBLJANA

- VISOKA POSLOVNA ŠOLA - kvaliteta študija - EQUIS
- diplomirani ekonomist

#### ❖ FAKULTETA ZA STROJNIŠTVO MARIBOR

- vpis v 1. letnik - diplomirani inženir strojništva, po merilih za prehode - vpis v 3. letnik
- 6 izpitov + diploma
- diplomirani inženir strojništva

Izobraževalni zavod **HERA** iz Ljubljane bo organiziral na LU Kranj višješolska programa:

- **EKONOMIST** in **POSLOVNI SEKRETAR**

**INFORMATIVNI DAN -  
TOREK, 30. 6., ob 17. uri na LU Kranj**

Informacije: ☎ 280 48 00  
[www.luniverza.si](http://www.luniverza.si)



## Od tod verjetno ti slikovni zapisi glasbenih vsebin?

"Že na začetku svojega poučevanja na Jesenicah sem spoznala, da otroci notnega zapisa ne sprejemajo radi. To me je spomnilo na lastne izkušnje pri začetnih klavirskih urah, ko me je zmedla množica črnih pik in znamenj s svojimi nerazumljivimi parametri - lastnostmi. Tako kot je za dojetje notnega zapisa nujno vsakokratno zvočno izhodišče, so obenem v začetni fazi potrebna tudi otroku razumljiva vizualna izhodišča. V prvem obdobju poučevanja sem si pomagala z različnimi otroškimi nalepkami, ki so pomagale pri orientaciji v tonskem sistemu. Zadolžitve, ki so sledile v Ljubljani, pa so v tem pogledu terjale bolj globok premislek. K temu so me usmerjali - poleg nauka o glasbi - še zlasti eksperimentalni pouk v osnovni šoli in nenačrtane tudi predšolski glasbeni razredi. Pri otrocih sem začela intenzivno opazovati njihovo doživljanje zvočnih lastnosti in jih spodbujala, da so jih ustvarjalno likovno izrazili. Tako so nastajali značilni simboli ne samo v Ljubljani, temveč tudi po drugih slovenskih okoljih, kjer sem gostovala s svojimi učnimi urami. Prevladujoče oblike simbolov sem uporabila v učbenikih tako, da sem jih logično uredila v vizualizirane glasbene vsebine."

## Je bil pouk glasbe (bodisi inštrumentali ali teorije) že od nekdaj ocenjen z ocenami?

"V glasbeni šoli so bili predmeti vselej ocenjevani s petstopenjsko številčno lestvico, tako nekdaj kot danes. Številčno je bila sprva ocenjevana tudi glasbena vzgoja v osnovni šoli. Iz časov, ko sem jo še sama obiskovala, se sicer predmeta ne spominjam posebno dobro, občasno smo kaj zapeli bodisi v razredu ali pevskega zboru. Razlika v ocenjevanju se je čez čas pojavila prav v osnovni šoli z obliko tristopenjske opisne lestvice (zelo uspešno, uspešno, manj uspešno), ki je veljala zgolj za vzgojne predmete in tako tudi glasbo. To je povzročilo med glasbeniki revolt, tudi sama sem tedaj že poučevala. Sporna nova oblika ocenjeva-

nja in slabo premišljena delitev predmetov med vzgojne in izobraževalne, je nekako razvrednotila pomen glasbe v šolskih okvirih. Zato smo si glasbeniki v nadaljnjem razvoju prizadevali za enotnost v ocenjevanju, zavedajoč se, da sta vzgoja in izobraževanje ne- ločljiv proces."

## Ali moraš biti malo idealista, da poučuješ teorijo?

"Jaz ne mislim tako, osebno sem predmet samozavestno izbrala. V njem je prevladoval solfeggio, torej glasbena komunikacija. Če uspe učitelju zvočni potencial skupine otrok spodbuditi, dobi svojstveno glasbilo, ki ga je mogoče učinkovito usmeriti k predvidenemu cilju. Pomembno je, da so učenci sproščeni in glasbeno dejavni, kar sprošča muzikalna doživetja in preko njih znanja."

## Ampak če ni pravega izvajalca tudi z inštrumentom nimaš kaj početi?

"Seveda, izvajanje je v glasbeni vzgoji in izobraževanju primarna dejavnost. Če ni interesa zanj, se učenec pogosto odpove šolanju; to se dogaja tudi na področju inštrumentalnega pouka zlasti tedaj, ko otrok ne želi vaditi. Spominjam se nekaj posebnih, ki so zaradi vadbe opustili inštrument, želeli pa so obiskovati nauk o glasbi. Šola se je znašla pred problemom, kako jih obravnavati, vendar so njihovi prošnji ugodili. To so bili otroci, ki jih je bodisi posebej zanimala matematična logika teoretičnih zakonitosti (v njej so npr. odkrivali pojav neskončnosti), drugi pa so si npr. radi izmišljali - ustvarjali lastne glasbene vsebine."

## Jaz se kar naprej želim vrniti k idealistom. Na Jesenicah je obstajal Klub redkih idealistov. Za kaj je šlo?

"To je bila zanimiva skupina intelektualcev - kulturnikov. Bili so zaposleni na različnih delovnih mestih, v prostem času pa so se družili v okviru Delavske univerze (pri Jelenu in v Kazini) in si interno nadeli ime KRI, kar pomeni Klub redkih idealistov. Njihov idejni vodja je bil takratni ravnatelj

gimnazije, prof. Jože Šifrer, namen družjenja pa je bil pripraviti javno predstavitve razvoja umetnostnih stilskih obdobj. V klubu so sodelovali še prof. Terseglav, zgodovinar in klasični filolog, pesnik Miha Klinar, akademski slikar Jaka Torkar, Dolikovci, inženir Karba, velik ljubitelj glasbe in nesojeni skladatelj. Povabili so me medse in me zadolžili za predavanja s področja glasbe. Znašla sem se pred uganko, kako zagotoviti ustrezne zvočne posnetke, ki so bili tedaj težko dosegljivi in z njimi ponazoriti besedno razlago. Pomoč so mi deloma nudili v glasbenem arhivu Radia Ljubljana, ko pa je sledila predstavitve renesanse, smo prišli na idejo ustanovitve nekakšnega študijskega pevskega zboru. Želela sem, da bi publika v obliki žive izvedbe doživela delo velikana renesančne zborovske glasbe Iacobusa Gallusa. Na splošno so bili stilni večeri s strani Jeseničanov zelo dobro obiskani in z zanimanjem sprejeti."

## In potem ste namesto posnetkov začeli uporabljati zbor?

"Da. Jedro zboru je predstavljal razred solopevcev. Pridružili so se še posamezni učitelji osnovne šole in gimnazije ter za zbor zavzeti pevci iz Žirovnice. Kmalu smo bili sposobni poustvariti motet Ecce, quomodo moritur iustus. Mislim, da smo bili prvi zbor na Gorenjskem, ki je javno predstavil Iacobusa Gallusa, skladatelja slovenskega rodu."

## Je bil to vaš edini zbor?

"Zbor je tudi zatem še nekaj časa deloval. Vključil se je v projekt predstavitve opernih skladb, ki je nastal na pobudo ravnatelja gospoda Kleča in bil pod njegovo taktirko tudi koncertno izvajan. Nedolgo zatem sem na željo mlajših pevcev ustanovila mešani pevski zbor tudi v Žirovnici. Sledile so tedenske vaje v njihovem okolju, končno pa smo se predstavili s celovečernim koncertom zborovskih del slovenskih in drugih skladateljev."

## Gimnazijski pevski zbor iz Kranja bo pel v nedeljo zvečer v oddaji Spet



doma na RTV Slovenija. Pa me zanima, kako vi gledate na popularizacijo glasbe in zborovskega petja?

"Menim, da je prav, če se pevski zbori večkrat predstavijo v medijih, se pravi tudi v oddajah, ki zaradi svoje popularnosti zajemajo širši krog poslušalcev. Na ta način se pogloblja odnos do zborovske glasbe in tudi do zborovske dejavnosti, v katero je vloženo veliko dela, vztrajnosti in entuziazma."

Vas pogosto prosijo za mnenje, da pridete poslušat različne sestave, podajati svoje mnenje in svetovati?

"V obdobju svojega ljubljanskega delovanja sem se od zborov več ali manj oddaljila, seveda pa vse do danes ostajam njihova zvesta občudovalka. Moja mnenja in svetovanja so bila zatem osredotočena predvsem na didaktično tematiko v vertikalni splošnega in glasbenega šolstva."

Ste strogi?

"To bi morali vprašati predvsem moje učence in študente, osebno pa menim, da je moja strogost nekje na sredi. Temeljno vodilo mora biti spoštovanje, kar pomeni, da do učenca, dijak, študenta nismo brezbrizni, vzvišeni, popustljivi ali prestrogi, temveč predvsem objektivni in dostopni. Prav je, da od njih zahtevamo odgovorno delo, v primeru pa, ko nastopijo težave, da jih znamo tudi razumeti, jim svetovati in pomagati."

Ob tej priložnosti je razstavljen tudi vrsta vaših učbenikov, vaših del in veliko ste jih tudi podarili Glasbeni šoli Jesenice.

"Ja, za šolo sem skušala zbrati nekaj svojih objavljenih gradiv. Nastala so spontano, iz potreb glasbenega pouka in na pobudo številnih glasbenih učiteljev. Kontinuiteta teh objav se večinoma začne v osemdesetih letih, že poprej, koncem šestdesetih let pa sva s prof. Janezom Boletom napisala prvi priročnik za učitelje."

Pa seveda tudi številne učbenike za učence?

"Moja gradiva imajo predvsem obliko didaktičnih zbirk, za katere me je navdušila pedagoška konferenca na Bledu. Za sleherni razred obsegajo vselej učbenik za učence, priročnik z napotki za učitelje ter izbor zvočnih primerov iz glasbene literature. Pri korektni in dosledni uporabi lahko uspešno pomagajo pri realizaciji predmeta in glasbenem razvoju učencev."

Počnete te stvari tudi še danes? Počnete tisto, kar vam je všeč?

"Pravzaprav še kaj naredim. Tretje leto sem sicer že v pokoju, delujem pa predvsem na ravni podiplomskega študija. V tem okviru posredujem aktualna poglavja iz glasbene didaktike ter mentorsko usmerjam magistrske naloge in doktorske disertacije."

Branka Smole, Nina Jamar

Foto: Sašo Valjavec



shopping  
senza  
confini

Villach

# ATRIO

## 25. junija odprto Pridite v Beljak!

- \_ ATRIO, največji koroški nakupovalni center
- \_ ATRIO je čisto blizu: od Jesenic, samo nekaj minut vožnje za mejo, po avtocesti A2, smer Italija, izvoz „Villach-Warmbad“
- \_ 83 trgovin, kavarn, restavracij – odprto do 20.01
- \_ Interspar Hyper-Markt, Hervis-Sport, H&M za ženske/moške/otroke, Humanic – največja koroška trgovina z obutvijo, Kastner & Öhler – največja koroška modna trgovina, Cosmos-elektronika, Baby Walz – največja koroška trgovina za dojenčke ...
- \_ Lep dan za vso družino na avstrijskem Koroškem

www.atrrio.at

# Tudi današnja znanost je bila včasih alternativa

Pavla Zupančič, po rodu Kranjčanka z dekliškim priimkom Koritnik, je zelo izobražena ženska. Kot doktorica veterinarske medicine se tako rekoč že celo svojo delovno dobo ukvarja s področjem farmakologije in toksikologije, več let je vodila oddelek za farmakologijo in mikrobiologijo v Službi za predklinične raziskave v novomeški Krki.

Kdo bi ji torej prisodil, da se je ob svojem raziskovalnem delu izobraževala tudi na področju komplementarne medicine in tudi tu dosegla vrsto diplom. "Sem refleksoterapevtka s pridobljenim certifikatom NPK (nacionalne poklicne kvalifikacije) in magistra medicinskih znanosti. Zadnjih petnajst let sem obiskovala in opravila številne izobraževalne programe z različnih področij t. i. nekonvencionalne medicine - poleg že omenjene refleksoterapije še metamorfno tehniko, reiki, pransko zdravljenje, integralno energetsko zdravljenje, radiesteziijo, nehipnotično regresijo ..." Treba je dodati, da redno prakticira jogo, da obiskuje vaje čí gonga, da je hodila k tajčiju, pa še bi lahko naštevati.



Pavla Zupančič

**Alternativa in uradno priznana znanost se ponavadi izključujeta, Vi pa očitno uspešno dopolnjujete ti dve področji?**

"Tudi v "pravi znanosti" je najprej ideja, ki seže preko običajnega, potrjenega, trenutno sprejemljivega ... Za razvoj je treba seči tudi v neznano, sicer obtičimo na mestu. To velja tako za znanost, kot za mejna področja. Tudi to, kar danes znanost priznava, je bilo nekoč alternativa, področje mejnih znanosti, celo fantazija. Človek išče odgovor na določeno vprašanje ali sta-

nje in če ga dobi, je zadovoljen in pomirjen. In če se posamezna rešitev vedno znova potrdi kot prava, ima to svojo veljavo, ki je ne moremo zanikati, ne glede na to, ali je določen odgovor v sferi priznane ali mejne, torej ne priznane znanosti. Veljajo rezultati."

**Od kod zanimanje za mejne vede?**

"Že kot otrok sem spraševala, kaj pomeni smrt in zakaj sem sploh tukaj. Dolgo sem se bala smrti, saj se nekako ne bi hotela ločiti od mojega telesa, od fizičnega doživljanja sveta, za katerega

pa sem verjetno že takrat slutila, da to ni edini nivo bivanja. Ta vprašanja so me vodila v iskanja odgovorov, ki sem jih postopno sestavljala v novo pojmovanje in doživljanje življenja in smrti. To so sicer obče človeška vprašanja, toda mene so zelo intenzivno "obsedala" že zelo zgodaj. Sicer pa sem res že kot otrok spremljala v časopisih in revijah članke dr. Sterleta, pa dr. Gaveza, ki sta odpirala nova obzorja. Takrat je moja generacija prebiralala ljubezenske romane, mene pa so zanimala nova obzorja, možnosti, ki so skrite v človeku, v psihi in v naravi ..."

**S filozofskimi vprašanji ste verjetno izstopali iz svojega okolja, ki, kot pravite, ni bilo na visoki intelektualni ravni?**

"Ne morem reči, da sem izstopala, bila sem povprečna učenka, prvi letnik gimnazije sem celo ponavljala. Zato me je oče hotel zaposliti v tovarni IBI, kjer sem med počitnicami delala, saj je bilo pri nas doma z denarjem precej na tesno. Ta očetova ideja me je strelnila! Takrat sem doumela, da se moram potruditi za svojo izobrazbo, ki je edini porok za odhod iz življenja, iz kakršnega sem hotela pobegniti. Omenjena vprašanja so "mučila" le mene samo, z njimi sem se ukvarjala sama, intimno, saj ni bilo nikogar, s komer bi jih delila."

Kako ste izbrali veterino - verjetno ste imeli od malega radi živali?

"Pravzaprav sem študij izbrala naključno. Najprej sem kolebala med medicino ali sociologijo. Ko sem delala sprejemne izpite na medicini, sem v Kranju srečala znanca, ki je študiral veterino in ves navdušen je namignil, da če sem "pogrnila", bi iz veterine prihodnje leto lahko prestopila na medicino. Spet sta bili pred menoj dve možnosti, tokrat sociologija ali veterina. Stala sem na križišču pri Figovcu in ker se nisem znala odločiti, sem vrgla kovanec - levo sociologija, desno veterina. In kovanec me je usmeril na veterino. Tako sem pristala na fakulteti, za katero prej skoraj da nisem vedela. In tam sem z veseljem študirala; medicina je bila kar pozabljena. Že med študijem sem že delala v Leku in sicer na področju farmakologije. Raziskovalno-razvojno delo v farmakologiji in toksikologiji mi je bilo očitno usojeno."

Ljubezen vas je pripeljala v Novo mesto, hribov pa vendarle niste pozabili?

"Spomini na otroštvo in na mladost so - kljub vsemu - lepi. Ko pridem v Ljubljano in se v daljavi zasvetijo gore, mi srce še vedno zaigra. Veliko smo hodili po hribih, v gimnaziji sem hodila tudi k judu, na kar imam tudi lepe spomine ... V Kranju se občasno vračam, saj obiskujem sestri in brata, ki so ostali doma."

Ponavadi se ljudje obrnejo v duhovnost in k mejnim znanostim ob kakšnem večjem osebnem pretresu - je bilo tudi pri vas tako?

"Poleg že omenjenega strahu pred smrtjo, ki je lasten vsakemu človeku, je bilo v določenem obdobju tudi moje osebno življenje na posebni preizkušnji in takrat seveda človek išče odgovore in izhode. Tako sem se začela intenzivneje izobraževati na področju t. i. mejnih znanosti. V veliko pomoč mi je bilo dejstvo, da sem kmalu, potem ko sem dobila prvo reiki iniciacijo, pomagala mami od moje prijateljice. Ker se je dejansko počutila boljše, sem se s

tem tudi jaz počutila super in nadaljevala s še večjim veseljem."

Za konec morda še kakšna izkušnja - z masažo stopala. Odkrijete in omilite marsikatero fizično težavo, kaj pa čustvene ali psihične, ki so včasih še težje?

"Masaža stopala je pomembna, saj se dotikamo vseh notranjih organov. Pod prsti zaznam marsikatero težavo in z vztrajnostjo se jo da tudi omiliti oz. odpraviti - ne glede na to, ali gre za vnetje dlesni ali za težave v mehurju, na primer. Z masažo stopal lahko odstranimo tudi marsikatero psihosomatsko blokado. Z regresoterapijo pa posežemo še mnogo globlje, v prejšnja življenja, in tam dobimo marsikateri odgovor tudi na čustvene in duševne stiske v sedanjem življenju. Včasih doživljajo pri regresiji ljudje cele drame, kriminalke ali pa romance ... v njih pa so odgovori na večino njihovih aktualnih vprašanj."

Lidija Jež



## FERLACH/BOROVlje



Narava s svoje najlepše strani  
**SOTESKA ČEPA TSCHIPPASCHLUCHT**  
Odperta od maja do oktobra



Romantična soteska Čepa Tschippaschlucht je resničen naravni biser. Med številnimi lepotami je najbolj zanimiv Čaukov slap Tschaukofall. Od slapa vodi pot skozi skalna vrata Felsentor do doline Ljubelja v Slovenji Plajberg ali v dolino Bodental.

AVTOBUSNI PREVOZ V SOTESKO ČEPA TSCHIPPASCHLUCHT:  
Z vseh končnih točk vozijo posebni brezplačni avtobusi Tschippaschlucht-Bus na izhodiščni parkirni prostor.

NAJBLIŽJA POT DO SOTESKE:  
Iz Slovenije prek mejnega prehoda Ljubelj. Velik parkirni prostor je pribl. 500 m pred avstrijskim Podljubljem »Unterloibl«.  
Po 15 minutah hoje ste v soteski.

ODPRTO:  
Vsak dan od začetka maja (odvisno od vremena) do 26. oktobra.  
Ogled traja 2 do 4 ure.  
INFORMACIJE:  
Tourismusinfo Schloss Ferlach  
tel. 0043/4227/4920 ali  
Tschippaschlucht Ferlach 0043/4227/3304



Puškarški in lovski muzej  
**SCHLOSS FERLACH**  
Odpert vse leto



Info: +43-4227-4920 / [www.ferlach.at](http://www.ferlach.at)

# Od Prevoj do Trojan

Občina Lukovica je od skrajnih točk oddaljena 20 kilometrov, razprostira se na 7500 kvadratnih kilometrov in ima 5200 prebivalcev. Dolino bogatijo številne turistične znamenitosti in zgodbe o rokovnjačih.

Črni graben, kakor se imenuje dolina, po kateri se razteza občina Lukovica, so nekaj zaznamovali rokovnjači in junija letos mineva dvesto let od znane rokovnjaškega napada, ki se je zgodil na Trojanah. Bogato naravno in kulturno zgodovino občine danes predstavljajo številna društva in Tanja Šubelj, ki upravlja z domačijo Rus v Šentvidu.

Prav v Šentvidu lahko začnemo nekajurno potepanje po znamenitostih Črnega grabna, ki povezuje Ljubljansko kotlino s Štajersko in predstavlja obrobje Gorenjske. V 18. stoletju so tu

postavili cerkev sv. Vida, kjer stoji krstni kamen, ki so ga Lukovčani dobili v zahvalo za gradnjo bohinske železnice, a zgodovina teh krajev je še precej starejša, saj je tod mimo vodila stara rimska cesta, ki se je na Prevojah odcepila proti Dolenjski in Ljubljani. "Tudi vas Imovica v svojem imenu nosi rimske ostaline, saj je bila tod opazovalnica na križišče teh dveh cest. Tu blizu je stal kmečki dvorec, imenovan breška hiša, ki je plačeval davke samostanu Velesovo. Po nekaterih podatkih sega v 12. stoletje, še danes pa hrani nekatere stare kmečke skrinje

in druge predmete," je povedal župan **Matej Kotnik**, doma prav v Imovici, ki odlično pozna zgodovino svoje občine. Mimo Kosez, kjer se je rodil slovenski pesnik Jovan Vesel Koseski, nas stara cesta med Moravčami in Lukovico pripelje do cerkve sv. Vida v Praprečah. "V tej cerkvi so izvedli prvo protestantsko mašo na slovenskem ozemlju. Tu so tudi snemali film o Primožu Trubarju, ena od posebnosti cerkve pa je tudi zelo nagnjen pod, saj je bila prilagojena terenu," je eno najpomembnejših gotških cerkva na Slovenskem, ki je bila v zad-



Črni graben je posejan s številnimi cerkvami.



Cerkev sv. Vida krasijo renesančne freske in stari grafiti, ki so jih zapustili verniki.



Mimo Golčaja vodi evropska pešpot.

njih letih temeljito obnovljena, opisal **Evgen Ličen**, lokalni turistični vodnik. Mimo Gradiškega jezera, priljubljene rekreacijske točke domačinov, nas pot po regionalni cesti vodi mimo stare mitnice in pošte, Gradiškega in Kompoljskega gradu do Blagovice, od koder vodi pot na Golčaj s cerkvijo sv. Neže in partizanskim znamenjem ter naprej na Limbarsko goro, koder vodi tudi evropska pešpot E6.

Pred Trojanami, ki so najbolj znane po slastnih krofih, bo kmalu stal tri metre visok lesen obelisk, ki ga bodo postavili v spomin na 200. obletnico rokovnjaškega napada, v katerem je bilo ubitih šest francoskih časnikov. Območje je znano tudi po številnih arheoloških najdbah iz rimskih časov in dokazu, da se je tu ustavil tudi Mark Avrelij. Na trojanskem prelazu, ki meji s Štajersko, nas pot nazaj mimo Blagovice, ki jo krasi povsem nova šola, vodi v Krašnjo, kjer si lahko ogledamo etnografsko zbirko, spominsko sobo Frana Maslja Podlimbarskega in maketo Budnarjeve muzejske hiše.

Občina Lukovica je znana tudi po naselju Brdo, ker je že nekaj let sedež Čebelarske zveze Slovenije, in gradu, ki ga je imel v lasti in je v njem živel pisatelj Janko Kersnik. Ogleda vredni pa so tudi sama Lukovica s prenovljenim osrednjim trgom, Rokovnjaški gozdček, Pšajnovica s pogledom na Tuhinjsko dolino, številne ekološke in turistične kmetije in stare furmanske gostilne ter druge zanimivosti.



Cerkev sv. Neže na Golčaju so v 12. stoletju postavili graščaki z Limbarske gore.



Na orgle v golčajski cerkvi je zaigral tudi župan Matej Kotnik.

# Počitnice po vaših željah



- ✓ **NAJBOLJ ATRAKTIVNE LOKACIJE NA SLOVENSKI OBALI**
- ✓ **ZUNANJI IN NOTRANJI BAZENI**
- ✓ **ZABAVA, SPROSTITEV, ŠPORT IN REKREACIJA**
- ✓ **UGODNE CENE IN POPUSTI ZA OTROKE**
- ✓ **BLIŽINA, DOMAČNOST IN KAKOVOST STORITEV**



## 7-dnevne počitnice v resortih in hotelih Bernardin Group

### St. Bernardin Resort

tel. 05 695 00 00  
www.bernardin.si



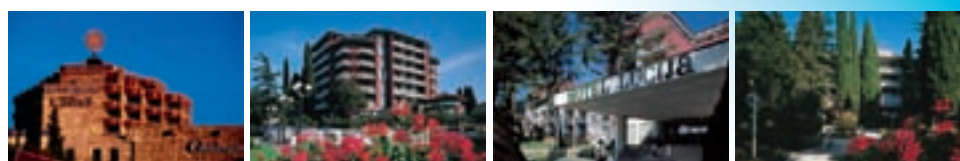
**7 dni / polpenzion**

do 4. 7. 09      4. 7. – 1. 8. 09  
29. 8. – 26. 9. 09      1. 8. – 29. 8. 09

GRAND HOTEL BERNARDIN	★★★★★	546 €	595 €	700 €
HOTEL HISTRION	★★★★	420 €	476 €	560 €
HOTEL VILE PARK	★★★	322 €	364 €	420 €

### Metropol Resort

tel. 05 690 70 00  
www.metropol-resort.com



**7 dni / polpenzion**

21. 6. – 13. 8. 09      14. 8. – 21. 8. 09  
22. 8. – 19. 9. 09

GRAND HOTEL METROPOL	★★★★★	542, <sup>50</sup> €	896 €
HOTEL ROŽA	★★★★	405, <sup>30</sup> €	658 €
HOTEL LUCIJA	★★★	406 €	525 €
HOTEL BARBARA	★★★	364 €	518 €

### San Simon Resort

tel. 05 660 31 00  
www.sansimon.si



**7 dni / polpenzion**

do 11. 7. 09      11. 7. – 22. 8. 09      12. 9. – 10. 10. 09  
22. 8. – 12. 9. 09

HOTEL HALIAETUM / HOTEL MIRTA	★★★★	385 €	448 €	350 €
DEPANDANSE SAN SIMON	★★★	329 €	392 €	294 €

### Salinera Resort

tel. 05 676 25 02  
www.salinera.si



HOTEL SALINERA  
★★★★  
**7 dni / polpenzion**

do 27. 6. 09      27. 6. – 31. 7. 09      31. 7. – 22. 8. 09  
22. 8. – 12. 9. 09

287 €      387 €      406 €

### Hotel Piran

tel. 05 676 25 02  
www.hoteli-piran.si



HOTEL PIRAN  
★★★  
**7 dni / nočitev z zajtrkom**

do 2. 7. 09      2. 7. – 30. 7. 09      30. 7. – 22. 8. 09  
22. 8. – 12. 9. 09

293 €      303 €      356 €

# Poletno doživetje udobja, aktivnosti in občutka svobode

Ogrejte svoje telo in srce v svetu savn in sprostite duha v objemu vodnih kapljic. Dovolite soncu in morju, da se dotakneta vaše kože, čeprav s sončenjem ne pretiravajte. Naj vas rahel vetrč na plaži ali ob bazenu ne prevara, ker ravno takrat vas sončni žarki lahko preveč pobožajo. Doživite občutja novih dimenzij zabave, ko se boste po velikem toboganu spuščali v bazen in zraven kričali od užitka.

Wellness postaja del poletnih dni, pohodništvo ostaja priljubljeno med ljudmi, ki združujejo prijetnost udobja z aktivnostjo, kolesarjenje pa pohodništvu - glede na zmožnosti (urejene) ponudbe nekega kraja, tesno sledi. V določenih predelih Slovenije - naj gre za bližino morja ali goric, že prevzema prvo mesto med športnimi oziroma rekreativnimi aktivnostmi. Še vedno ostaja priljubljeno igranje tenisa in golfa, obisk fitnes studia, na obali pa opazamo, da ljudje veliko rolajo, ljubitelji morskih užitkov seveda izkoristijo prednosti in bližino morja.

## Pestra ponudba dodatnih aktivnosti

Ponudbe so različne, bližina obale in blago podnebje privabljata tako ljudi željne boljšega zdravja, sprostitev, kot tudi le počitnikarje, ki združijo dopust z obiskom savne, plavanjem v morju in poležavanjem na plaži. Tudi večina naših prepoznavnejših obalnih hotelov stremi tako k letnemu kot zimskemu turizmu in s svojimi bazeni, wellnessi in drugimi ponodbami ter programi privablja vse več navdušencev. Nastanjeni ste lahko v hotelu, kompleksu, ki je del zdravilišča, lahko v zasebnih sobah, apartmajih, a koristite večino (če ne vseh) storitev - tako kot bi bili hotelski gost.

Poleg redne hotelske in zdraviliške ponudbe hoteli ob slovenski obali, kot v notranjosti naše dežele, precej pozornosti namenjajo še dodatni ponudbi, doplačila zanjo pa niti niso pretirana. Vsak gost se odloča sam, če mu ponujeni ogledi ustrezajo; morda si bo na morju izposodil manjše plovilo, igral odbojko na mivki, se odločil za piknik, organizirano rekreacijo, jahanje, potapljanje, kolesarjenje, vožnjo s kočijo, jadrnico, katamaranom, igral golf, tenis, minigolf, si izbral panoramski polet ali pa bo izbrane dneve v poletnih mesecih preživel v senci hotelskega lobbyja, bara ob bazenu, na plaži ob morju, pod senčnikom, ob hladni pijači in s knjigo v roki, se le sprehodil po mirnih sprehajalnih poteh.

## V poletje vstopite fit in v dobri formi

Kljub temu da smo v poletje že zakoračili, je še vedno aktualna ponudba, kjer vas vabijo, da naredite nekaj zase - za svoje telo, psihično in fizično počutje. Nikoli ni prepozno, da v poletje vstopite fit in v dobri formi. Prepustite se lahko spretnim rokam izšolanih maserjev, ki vas popeljejo do popolne sprostitve ali pa obiščite svet savn, ki ni več popularen le ob zimskem času. Zadnje čase so zelo moderni tudi le-

potni programi, kjer si gospe lahko privoščijo shuševalni, anticelulitni, vikend beauty in enodnevni, gospodje pa sprostitevni, shuševalni in razstrupljevalni program. Program osebje izbira individualno, glede na razmerje maščob in tekočin v telesu, upošteva pa tudi zdravstvene indikacije in želje posameznika.

Odločate se lahko med različnimi korpelimi, pilingi, med raznovrstnimi programi, v katerih se prepletata pridih vzhodne in zahodne tradicije ter znanosti, se odločite recimo za mediteranski pridih Slovenske obale, ki ga lahko najdete med številnimi negovalnimi programi za telo, kjer se uporabljajo zdravilna zelišča, eterična olja in različne masažne tehnike z dotikom Mediterana ali Azije, ali pa se enostavno odločite le za obloge telesa, manikuro, pedikuro, morda depilacijo.

Že v osnovni ponudbi pa največkrat najdemo že vsem znano jutranjo gimnastiko, vaje v vodi, vodno aerobiko z glasbo, pa tudi zahtevnejše športne programe, ki so namenjeni profesionalnim športnikom in njihovi sprostitvi. Večina hotelov s svojimi wellness centri ima tudi strokovno usposobljeno osebje, ki vam svetuje pri izbiri različnih neg in storitev, jih po vaših željah ustrezno prilagodi vašemu telesu in vas pouči, kako nadaljevati doma.





Prisluhnite svoji duši in telesu, umaknite se iz vsakdanjega vrveža, prepustite se edinstvenemu razvajanju ter polni sprostitvi.

## Sončite se po pameti

Glede na vročino in močno sonce, ki nam ga v poletnih mesecih obljublajo vremenoslovci, je pomembna tudi dobra pripravljenost na sončne žarke, da vas v kopalkah ob bazenu ali morju ne opečejo. Med številnimi nasveti so osnovna: senca, veliko tekočine in morda še tretji: ne bi bilo slabo, da preden odidete na dopust ali oddih oziroma na plažo, obiščete tudi solarij, saj s tem kožo pripravite na nadaljnje sončenje. Vendar si s tem ni treba posebej beliti glave, saj v večini hotelske ponudbe poleg kozmetičnih in frizerskih storitev najdete tudi solarij.

## Zaljubljeni in majhni hotelski sladkorčki

Tisti, ki želijo svoj dragoceni čas in trenutke sproščanja preživeti skupaj, lahko v dvoje uživajo v negovalnih programih razvajanja in ugodju, mimogrede pa jim v intimnem vzdušju postrežejo še s šampanjcem, jagodami ali osvežilnim napitkom. Posebnost novih ponudb je tudi že izbranemu programu in paketu dodana kakšna malenkost, kot dnevno sveže sadje v sobi ali sladka presenečenja v barih.

## Vesel otroški smeh na toboganu ter zadovoljni starši

Slovenska zdravilišča pa niso znana samo po svojih termah, temveč tudi po poletnih aqua oziroma vodnih parkih, kjer se za vsakega najde nekaj. Na tipičnega predstavnika tovrstnih parkov, tobogan, naletimo tudi na plažah ob morju.

Danes so vodni parki prava poletna vodna zabavišča, ki vabijo s svojimi bazeni in objekti. Tako lahko najdemo prijeten valovalni bazen, pa razne tematsko zabavne objekte v bazenih, steze za spuste hitrosti in divjimi zavoji, tobogani vseh vrst in oblik pa so že stari znanci bazenov. Predvsem se v vodnih parkih najbolj zabavajo otroci. Če se starejši bolje znajdejo v olimpijskih zunanjih bazenih, naravnih bazenih, rekreacijskih in tistih s termalno vodo, se otroci, najstniki in mladi po srcu z veseljem spuščajo po toboganih ter se veselijo nočnega kopanja.

Hotelska ponudba vse bolj stremi k temu, da je gost kralj, saj se le zadovoljni gosti radi vračajo, niso pa pozabili tudi na družine. V večini primerov je poskrbljeno za otroški zabavni program, pestro animacijo in bogato gostinsko ponudbo, mini disco, družinski živ žav, medtem ko odrasli morda bolj uživajo v uri vodne aerobike.

Tudi nekatere slovenske plaže so poskrbele za animacijo otrok, kjer animatorji otroke kratkočasijo z igrkami v poletnih tako imenovanih otroških klubih. Družine z otroki se počutijo najbolj prijetno na plaži s položnim dostopom do morja in naravno senco bližnjega gozdička. Otrokom pa ni dolgčas, saj se recimo lahko igrajo v peskovniku in skačejo na trampolinu ali se vedno znova spuščajo po velikem vodnem toboganu.

## Posebni popusti, paketne ponudbe in darilni bon

Ne spreglejte izbranih terminov za posebne popuste in paketne poudbe, večina hotelov in zdravilišč pa tudi že kar preko spletne strani ponuja nakup darilnih bonov, s katerim boste vedno prijetno presenetili. Izbirate lahko med številnimi storitvami bivanja v različnih hotelih, postopki za sprostitev telesa in duha ali pa z bonom poljubne vrednosti odločitev v celoti prepustite prejemniku darilnega bona, saj se tako sam odloči, kaj mu je ljubše: bližina morja ali pa udobje term v notranjosti Slovenije.

## Poletje v objemu zelenih gozdov (7. junija do 29. avgusta)

**5-dnevni paket** s polpenzionom že od **210 EUR na osebo**

**7-dnevni paket** s polpenzionom že od **294 EUR na osebo**



- neomejeno kopanje v vseh bazenih, tudi v vodnem parku Zora
- en otrok do 14. leta in vsi otroci do 6. leta v sobi z dvema odraslima osebama nočitev in zajtrk brezplačno
- **upokojenci 10% popusta**

- **še vedno:**

**Bioterapija po metodi Zdenka Domančiča**

**Privoščite si osvežitev  
v razkošju zdravilnih termalnih vrečev!**



Tel.: 03/896 31 00 ali 06  
E-pošta: info@t-topolsica.si  
http://www.terme-topolsica.si

# Genialna rešitev

Z genialno rešitvijo sem se spoznal, medtem ko sem pri štiridesetih stopinjah Celzija postavljaj družinski šotor skupaj s pregreto so-progo, hčerko, ki je koncertirala z najostrejšim jokom, in sinom, ki se mu je mudilo v morje. Spretnost ne spada med mojih prvih pet lastnosti, zato me volja do dopusta že skoraj mine, ko prikimam, da gremo na šotorjenje. Ne bom opisoval kompletnega sestavljanja šotora, ki je bil prodajni hit pred tridesetimi leti, in trdote terena, v katerega je bilo treba zabiti kline. Ob strahotnem obupu, da je šel dopust po zlu, sem se usedel v borovo senco in gledal proti morju. Po nekaj trenutkih mi je še ta pogled zaparkiral enoprostorec, oborožen s podobno družino in čudno trugo na strehi. Kljub zakritju pogleda na odprto morje me je sililo v



zmagoslavni smeh, češ jaz zabijem še en klin in sem vseljen, tebe pa čaka še juhuhu dela, preden boš samo to trugo na strehi spraznil.

In potem se je zgodilo.

Človek je imel šotor na strehi avtomobila! Oba otroka skupaj z ženo sta odvihrala z rokavčki, obroči, blazinami, revijami na plažo, on pa je šotor postavil še prej kot jaz izpraznim prtljažnik

avta. Vse, kar je naredil, je bilo, da je z neko ročico dvignil trugo na strehi, ki se je spremenila v šotor! Potem je pristavil še elegantno lestev in se podal za družino na plažo. Z odprtimi usti sem jih tudi dočakal, ko so se vrnili s plaže in je možakar v manj kot petih minutah postavil še nadstrešek oz. baldahin, da jim ne bi bilo treba iskati sence. To je bilo pa že preveč. Pristopil sem k novim sosedom in lepo prosil za ogled te genialne rešitve. Možakar mi je hitel razlagat znano zgodbo o nerodnosti šotorov in praktičnosti tega, za kar sem se zanimal. Enostavnost me je fascinirala. Potem sem zvedel, da ga zložiš, pospraviš z enako lahkoto in da je lahko celo moker, ko ga pospraviš, da je spanje udobno kot v vsakem šotoru, prostora je čisto dovolj za dva odrasla in dva mala otroka, da avta nič ne poškoduješ, da ni nujno imeti džipa ali eno-

prostorca, je dovolj vsak avto, da ostane veliko več prostora v avtu za ostalo prtljago, da je enostavno praktičen, ga lahko odpreš in zapreš, kadar se ti ljubi, kar pomeni, da je idealen za tiste, ki se na izlete odpravljajo ob vikendih in ne zgolj samo enkrat na sezono za dva ali tri tedne. Ob pričevanju lastnika in lastni ugotovitvi sem prišel do sklepa, da ni slabe točke, zakaj bi ga ne imel. Tudi cena me ni pretirano iztirila od želje po nakupu. Otroka sta reagirala skoraj z aplavdiranjem, ženo je edino skrbelo guncanje v primeru, da sva sama pod streho na strehi, vendar sem jo prepričal tudi o mojem bolj statičnem izkazovanju ljubezni. Za skeniranje šotora na strehi avtomobila sem imel deset dni časa in kot hudobni pikolovec čakal na slabost sosedove dobrine. Pa moram priznati, da me je zmotilo samo to, da takega šotora nimam jaz.

**AVTOŠOTORI ZA VSE AVTOMOBILE**

**COLUMBUS VARIANTS**

**AUTOHOME**

**www.autohome.si**  
IVA D.O.O., SAVLJE 89, LJUBLJANA, TEL: 01 589 74 50

# V Kopru vas pričakuje Hotel Bio

Včasih za prijetno vzdušje, miren spanec in dobro hrano ni treba ravno do Portoroža. Ustavite se v Kopru in obiščite Hotel Bio, ki stoji le kilometer in pol od središča mesta Koper, a vseeno v mirni okolici, kar zagotavlja gostom miren spanec. Družina Vodišek je tista, ki bo poskrbela, da se boste v njihov hotel radi vračali.



Ker ljudje vedno bolj cenimo domačnost in prijaznost, je Hotel Bio z restavracijo, ki ima večletno tradicijo in edinstveno ponudbo, dobra odločitev. Toplo družinsko vzdušje, ki se prenaša iz roda v rod, vas bo v hotelu spremljalo na vsakem koraku.

## Namestitev in skrb za gosta

Letos so v hotelu uredili tudi **internet** kotiček, saj se zavedajo pomembnosti svetovnega spleta. Gostom hotela oziroma restavracije je na voljo 24-urna brezplačna povezava v medmrežje, urejeno pa imajo tudi wireless povezavo, tako da je možna uporaba lastnega računalnika v sobah ali kjerkoli drugje v hotelu.

Hotelska namestitev zajema široko ponudbo bogato opremljenih sob: **tri enoposteljne, 21 dvoposteljnih in pet troposteljnih**.

Vse sobe so udobno opremljene s klimo, s telefonom, mini barom (polnjenje po želji), TV sprejemnikom s kabelsko TV, v kopalnici je sušilec za lase. Morda je posebnost hotela ta, da so pri njih **dobrodošli tudi vaši ljubljenci**.

## Odlična mediteranska kuhinja

Restavracija Vodišek je znana po odlični **mediteranski kuhinji**.

Poleg ribjih specialitet pa v hotelu lahko preizkusite tudi **mesne, vegetarijanske in pristne domače jedi**. Ob kozarcu do-

brga vina lahko uživate v prijetnem ambientu, obdanim z zelenjem.

**Restavracija sprejme skupno do 230 oseb, zunanja terasa še dodatnih sto.**

Idealna je za organizacijo večjih poslovnih in družabnih srečanj, poslovnih kosil, jubilejnih praznovanj, poročnega slavlja z glasbo v živo ali romantične večerje v dvoje.

Glede na njihove dolgoletne izkušnje z **organizacijo porok** vam danes lahko ponudijo kompletno organizacijo družabnega dogodka, aranžmaja in ureditve prostora. Hotel je namreč opremljen s prireditvenim prostorom, primernim za poročne zabave z večjim številom vabljenih - tudi do 150 svatov. Mladoporočencema nudijo brezplačno noč v apartmaju, prevoz s kočijo in po želji tudi glasbo v živo. V restavraciji pa ob vašem posebnem dnevu lahko izbirate med kar tremi poročnimi meniji in različnimi, slastnimi, predlaganimi jedmi.

## Sprostitev, rekreacija in zabava

V Hotelu Bio poleti organizirajo **ribje piknike na barki in izlete z barko** ob obali. Gostje hotela imajo organiziran prevoz do urejene koprške plaže, ki ima položen dostop do morja in igrišče za otroke.

Piknike in druge prireditve na prostem, kar še posebej veseli otroke, organizirajo predvsem v naravnem okolju podeželja, na hribu Sv. Tomaža, s čudovitim razgledom na koprski zaliv. V kolikor pri nas spite imate še boks za konja zastonj.

Pa tudi sam Koper nudi obilico možnosti za sprostitev, rekreacijo in zabavo v vseh letnih časih. Poleg rekreacijske je za manjše doplačilo bogata tudi njihova **dodatna ponudba**: od ogleda Kopra do organiziranega odhoda v največji trgovski center Furlanije-Juljske krajine Torri d'Europa v Trstu, različnih rezervacij obiskov bližnjega wellness centra, petkovih izletov na Kras (ogled Hrastovlja z znanimi freskami, vožnja do škocjanskih jam, nato postanek pri čebelarju, vožnja do Sežane in ogled Pršutarne in degustacija vin ob prigrizku, sledi vožnja do Štanjela in ogled tipične kraške vasi, sledi odhod v Lipico in povratek v hotel), jadrnanja z lesenimi jadrnicami, potapljanja z inštruktorjem, izleta v Benetke s katamaranom do ogleda neraziskanih kraških jam v spremstvu speleologov. Ogled največje slovenske vinske kleti VinaKoper ter pokušino vrhunskega vina, idealna za večje skupine. Za manjše skupine ogled lokalnih vinskih kleti, Ekološka Kmetija Plahuta in ogled oljarne z degustacijo.



HOTEL BIO\*\*\* d.o.o.  
Vanganelška cesta 2, 6000 Koper  
Tel.: 00386 5 625 88 84  
Fax: 00386 5 625 88 85  
E-mail: info@hotel-bio.si

# Zgornjesavska dolina bogatejša za prenovljeni Špik

Najbolj ga bodo veseli tisti, ki sta jim blizu narava in zdrav način življenja. "Končni cilj je v Martuljku zgraditi prvi slovenski alpski resort, ki bo izkoriščal naravne danosti, tradicijo in celovitost ponudbe," poudarja direktor podjetja Hit Alpinea Aleš Topolšek.

**Pred slabim mesecem ste odprli popolnoma prenovljeni hotel Špik v Gozdu Martuljku in tako močno razširili turistično ponudbo v občini Kranjska Gora.**

"Trnuljčico, ki je tako dolgo spala, smo končno obudili. Podrli smo hotel iz leta 1937 in obnovili hotel iz leta 1987 ter po slabem letu trdega dela v začetku junija v Gozdu Martuljku odprli popolnoma nov hotelski kompleks. Obnovili smo restavracijo, recepcijo in kongresne dvorane, na novo postavili otroško igralnico in vinoteko ter kompleksu dogradili popolnoma nov hotel z 58 sobami kategorije štirih zvezdic. V njem je tudi sodoben svet vode s sprostitvenim in plavalnim bazenom, v katerem je ljubiteljem rekreativnega plavanja na voljo še protitek, pa otroški bazen in privlačen svet savn z zeliščno, finsko in turško savno ter ledenico, ohlajevalnim in sprostitvenim bazenom. Koncept ponudbe novega Špika dopolnjuje tudi do potankosti zamišljen alpski wellness: gre za poseben produkt sproščanja ob učinkih petih elementov: vode, lesa, ognja, zemlje in kovine. Dopolnjujemo ga z aktivnostmi, kot so pilates, joga, dihalne vaje in terapija z gongi, ter zaokrožujemo s centrom lepote, ki je namenjen sprostitvi ter negovanju telesa in obraza. Preparati, ki jih pri tem uporabljamo, so narejeni iz zdravnih zelišč alpskega sveta."

**Popolnoma nova je tudi zunanja podoba kompleksa, postavljenega v idilično okolje Julijcev.**

"Tako je. Zunaj sta še dve igrišči za odbojko, dve otroški igrišči in

igrišče za badminton. Gostje bodo imeli možnost izposoje koles, organizirali bomo alpsko gorniško šolo in gorniške izlete, kar pomeni, da bo prodaja naših storitev temeljila na čudoviti okolici, v kateri je Špik."

**Investicija je vredna 13 milijonov evrov, od tega je 2,5 milijona evrov nepovratnih evropskih sredstev, obnovo kompleksa pa boste jeseni nadaljevali.**

"Verjamemo, da pospešujemo razvoj turizma v občini, saj smo dodatno zaposlili 22 ljudi, intenzivno pa pripravljamo izvedbo druge faze obnove kompleksa Špik, v kateri bomo zgradili apartmajsko naselje in v njegovem okviru uredili še prostor za avtodome, trgovino in kmečko tržnico. Območje bi namreč radi celovito uredili in v navezavi z bogatimi produkti, ki jih ponuja Špik, zagotovili celoletni turizem. Želimo vključevati in stimulirati podjetništvo v kraju z vključevanjem domače gorniške službe, ter ponudbo proizvodov in kulinarike."

**Katere goste pričakujete v Špiku?**

"Predvsem aktivne goste, ki sta jim blizu narava in zdrav način življenja. Uredili smo možnost za družinske počitnice in dovolj seminarskih prostorov; slednji so posebej primerni za specifične vsebine, povezane z zdravim načinom življenja, tako da bodo pri nas na svoj račun prišli predvsem tisti, ki so ljubitelji neokrnjene narave, miru in aktivnega preživljanja prostega časa. Končni cilj je zgraditi prvi slovenski alpski resort, to je zaokroženo turistično območje v alpskem svetu, ki bo izkoriščalo



Aleš Topolšek, direktor podjetja Hit Alpinea

naravne danosti, tradicijo in celovitost ponudbe."

**Kakšen program pripravljate za svoje goste to poletje?**

"Aktivnosti se vsako leto začnejo z odprtjem sezone konec junija; letos je bil ob tradicionalnem odprtju sezone prvi večji športni dogodek Hit evropsko prvenstvo v spustu z gorskimi kolesi, že v začetku prihodnjega meseca, med 9. in 11. julijem, pa pripravljamo največjo letošnjo novost: festival kulinarike in vina z bogatim spremljevalnim programom. V sklopu dogodka tako pripravljamo "slow food" večerje z vrhunskimi kuharji, kot so Ana Roš iz Hiše Franko, Eric Rauscher iz domače HIT Alpinee ter Janez Bratovž iz ljubljanske restavracije JB. V okviru prireditve bomo med drugim organizirali tekmovanje v pripravi praženega krompirja, jedi iz kaše ter "slovenskega vege kotlička", v sodelovanju z društvom Fara iz Sp. Idrije pa bomo pripravili največji štrukelj. V bogatem spremljevalnem programu bo med drugim nastopil

svetovni prvak v igranju na diatonično harmoniko Denis Novato. Sezono bomo nadaljevali z julijskimi prireditvami ob ruski kapelici, v okviru katerih v Kranjski Gori pripravljamo predstavo ruskih Kozakov, na športnem področju pa s Kranjskogorsko desetko, dnevi športa in zabave s finalom državnega prvenstva v odbojki na mivki. Program prireditev zaključujemo z Jurišem na Vršič in državnim prvenstvom v spustu z gorskimi kolesi. Poletno dogajanje v Kranjski Gori od srede do nedelje lepo dopolnjujejo pestre vrhunske kulturne prireditve na trgu pred cerkvijo: folklor ob sredah, narodnozabavna glasba ob četrtkih, koncerti popularne glasbe ob petkih, predstave in koncerti ob sobotah ter fotoprezentacije ob nedeljah."

**Od kod to poletje pričakujete največ gostov?**

"Kot kaže, bo največ Italijanov in Angležev, velik obisk Belgijcev se nam obeta, na krajši odih pa bodo prihajali tudi domači, slovenski gostje."

I FEEL  
SLOVENIA



## Kranjskogorski festival kulinarike in vina ob zvokih harmonike

9. – 11. julij 2009



»Kranjska je sanjska,  
kulinarika božanska«

Vabljeni ste vsi,  
ki želite čutiti Slovenijo  
in vam kulinarika  
pomeni posel,  
strast ter ljubezen.



- Tekmovanja v pripravi praženega krompirja, jedi na žlico
- Slow food z znanimi kuharji: Eric Rauscher, Janez Bratovž in Ana Roš
- Otroške kulinarične delavnice
- Priprava največjega štruklja
- Tekmovanje v igranju na diatonično harmoniko s svetovnim prvakom Denisom Novatom
- Glasbene skupine : The 80th band, Gino Band, Atomik Hramonik



HIT ALPINEA, Družba za turizem, d.d.  
Borovška cesta 99, SI-4280 Kranjska Gora,  
Slovenija

Informacije in rezervacije: 04 588 44 77

info@hitholidays-kg.si

www.hitholidays-kg.si

MODRA ŠTEVILKA  
080 88 30

hit holidays  
Kranjska Gora



# Poletno doživetje

Že od nekdaj veljajo Terme Olimia za odlično počitniško točko vedoželjnih, avanturističnih in kulinarčnih turistov, ki radi pogledajo tudi čez rob bazena in sebi privoščijo najbolj zanimive počitnice.

**Govori se ...** O prestižnosti Wellnessa Orhidelia, ki je nov svet termalnih užitkov, kjer boste med popolnim razvajanjem vašega telesa in duha doživeli prebujenje ljubezni. Ogrejte svoje telo in srce ter sprostite duha v svetu savn, v čudovitem vodnem svetu pa vas bo sprostil objem vodnih kapljic.

**Kopa se ...** Ob visokih temperaturah se lahko kopate v Termalnem parku Aqualuna, ki je z velikim številom vodnih atrakcij, tobogani, drčami in drugimi atrakcijami ter pestrim animacijskim programom zanimiv za vse generacije. Aqua Jungle pa je posebno doživetje za najmlajše goste.

**Potepa se ...** Na odkrivanje kraja in tradicije se lahko odpravite peš ali s kolesom po urejenih peš ter kolesarskih poteh. Okoliške kraje lahko obiščete tudi s cestnim vlakom. Svoj dan pa lahko zapolnite tudi s tenisom, odbojko na mivki, golfom ter drugimi igrami v Športnem parku Gaj.

V času poletja in visokih temperatur smo pripravili zanimive **poletne ponudbe**, ki jih ne smete zamuditi! Če imate **otroka, ki je mlajši od 12 let** (skupaj z dvema odraslima oseba v sobi) in boste pri nas uživali vsaj štiri dni in tri noči, **bivanja zanj NE boste plačali**. Kako se vam to zdi? In cene že od 166,50 evra/trikrat polpenzion v Hotelu Breza ter 254 evrov/trikrat polpenzion v Wellness hotelu Sotelia. Za še večje vodne užitke in veselje smo pripravili najboljšo ponudbo za celotno družino tudi v Termalnem parku Aqualuna: **2 odrasla + 1, 2, 3 otroci + hrana + osvežilna pijača + plavanje + nori tobogani + sonce + zabava ... že od 40 evrov dalje**. To poletje boste lahko ob nakupu vstopnice za Termalni park Aqualuna **izbrali svoj popust** in se tako predajali vodnim užitkom tudi do 99-odstotkov ceneje. Pri blagajni izvečete kupon, zadenete svoj popust od 5 do 99 odstotkov, ki ga boste lahko izkoristili pri vašem naslednjem obisku.

V Termah Olimia boste uživali vsi, mamica in očka, babica in dedek, teta in stric ... Kaj pa vaši otroci? Niti za hip vas ne bodo pogrešali. Kričali bodo od vznichenosti in občutka svobode, ko se bodo že 52-ič spustili po številnih toboganih.

## Pozdrav poletju

**Ob rezervaciji kateregakoli 2-dnevnega paketa (zelenega, rdečega, zlatega ter modrega) v Wellness hotelu Sotelia\*\*\*\* vam PODARIMO 1 noč in 1 vstop v Wellness Orhidelio ter bon za 15 € za wellness storitve!**

Wellness hotel Sotelia \*\*\*\* že od  
**184,00 € / 3x polpenzion dalje.**

Ponudba velja po osebi v terminu od 1.6.2009 do 12.7.2009 in vključuje: 3 x polpenzion, kopanje, namestitev v klimatizirani sobi z balkonom, sveže sadje v sobi, kopalni plašč, gratis dostop do interneta, vstop v savna svet ter **1x vstop v Wellness Orhidelia – nov svet termalnih užitkov, kjer se boste v bazenih potopili v čudoviti vodni svet in se sprostili, ogreli telo in srce v savna centru.**

**DRUŽINSKI BONUS:**  
**Brezplačno bivanje za enega otroka starega do 12 let,** skupaj z dvema odraslima oseba (min. bivanje 3 noči).



# VROČA AKCIJA

od 24. 6. do 23. 7. 2009



## Hotel Lipa\*\*\* 49 € na noč

Cena velja na osebo v dvoposteljni sobi s polpenzionom pri bivanju najmanj 3 noči.  
Turistična taksa ni vključena v ceno. Vsi dodatni popusti so izključeni.

**Otroški popusti: en otrok do 12. leta in otroci do dopolnjenega 5. leta v sobi z dvema odraslima osebama imajo bivanje in polpenzion BREZPLAČNO.**

I FEEL  
SLOVENIA

Informacije: telefon: 02/577 44 00, 577 41 00, e-pošta: info@terme-lendava.si




**DRUŽINSKI PENZION**  
**TRIPIČ**

Triglavska cesta 13, 4264 Bohinjska Bistrica, Slovenija  
Tel., fax: +386 (0)4 572 12 82, pension.tripic@bohinj.si, www.bohinj.si/tripic

- odprto vse dni v tednu
- 2 restavraciji za do 150 oseb
- pokrita terasa za do 90 oseb
- dnevni meniji, pice, vegetarijanske jedi, domača bohinjska kuhinja
- prodaja ribolovnih dovolilnic za Savo Bohinjko in Bohinjsko jezero



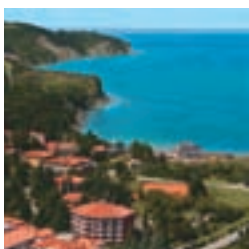
# Simonovi počitniški paketi 2009

**OTROCI  
DO 8 LET  
GRATIS**

art&e

5. ali 7. dnevni počitniški paketi s polpenzionom	06.06. - 11.07. 22.08. - 12.09.		11.07. - 22.08.	
	5 dni	7 dni	5 dni	7 dni
<b>HOTEL HALIAETUM MIRTA ****</b>	275,00	385,00	320,00	448,00
<b>DEPANDANSE *** Koral, Perla, Palma, Sirena</b>	235,00	329,00	280,00	392,00
<b>DEPANDANSE PARK ***</b>	200,00	280,00	240,00	336,00
Doplačilo za ALL INCLUSIVE (po osebi na dan)	22,00		24,00	

Vse cene so v EUR po osebi v dvoposteljni sobi. Možnost 1 ali 2 dodatnih ležišč v sobi. Turistična taksa ni vključena. **Otroci v sobi z 2 odraslima: do 8 leta 100% popust (z vsemi storitvami), od 8 do 14 leta 50% popust, ALL INCLUSIVE** vključuje polni penzion, popoldanski prigrizek, med 10.00 in 22.00 uro točene brezalkoholne pijače, kava, odprta vina, točeno pivo, ležalniki na plaži, uporaba minigolfa, uporaba vodnega tobogana, 10% popusta na vse wellness storitve v Wellness & Spa centru Mirta.



**San Simon Resort**  
Morova ulica 6a, 6310 Izola - Slovenija  
Tel. +386 5 660 31 00  
Faks +386 5 641 84 02  
simonov.zaliv@sansimon.si  
[www.sansimon.si](http://www.sansimon.si)

BERNARDIN GROUP, RESORTS & HOTELS  
Hoteli Bernardin d.d., Obala 2, 6320 Portorož

**TERME  
ROGAŠKA**

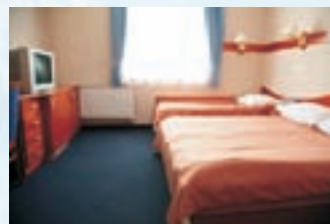
## »ALL INCLUSIVE v Hotelu Slovenija«

**Program velja**

**od 14 .03. - 07. 08. 2009 in od 22. 08. do 09. 11. 2009**

**Cena: 50 € / noč**

ob minimalnem bivanju 3 noči



**Informacije in rezervacije: 03 811 5000 ali e- mail: [marketing@terme-rogaska.si](mailto:marketing@terme-rogaska.si)**

Hoteli in Kurortni Rogaska d.o.o. - Duplekna cesta 107, Ljubljana



# Po energijo in zdravje v Preddvor

V hotelu Bor so pred mesecem dni odprli center BioSinhron terapije, kjer pomagajo vsem, ki želijo izboljšati svoje zdravje in počutje. To so prvi zametki zdravstvenega turizma.

**Preddvor** - V hotelu ob jezeru Črnava v Preddvoru dopolnjujejo sliko turistične ponudbe, kakršno so zastavili pred dvema letoma, ko je hotelski kompleks prevzel sedanji lastnik Andrej Breznik. "Grad Hrib smo obnovili, grajska restavracija deluje in zadovoljni gostje se radi vračajo. Med njimi so tudi veleposlaniki, ki so februarja obiskali Preddvor in se navdušili nad njegovo lepoto. Tudi poročna dvorana spet živi, urejene so luksuzne sobe za mladoporočence, urejamo pa tudi "pravljico sobo", ki bo pod geslom "Omina graščina" sprejemala otroke naših gostov, ki sem prihajajo na terapije," pripoveduje **Andrej Breznik** o novostih hotela in gradu ob jezeru Črnava.

Zadnja novost pa je Center BioSinhron terapije, ki deluje pod geslom Osvežite svojo energijo. Prostore zanj so v enem od nadstropij hotela Bor odprli pred mesecem dni in obiskuje ga vsak dan več gostov. "V Preddvoru želimo razvijati zdravstveni turizem in naš center predstavlja zanj že prve zametke," dodaja Andrej Breznik. "BioSinhron terapija temelji na magnetnem polju in združuje spoznanja uradne medicine in izkušnje ob uporabi BioSinhron pripomočkov. Magnetna resonanca je osnova BioSinhron terapije, ki mimo vegetativnega živčnega sistema deluje neposredno na delovanje vsake celice. Ta metoda je navdušila svetovne medicinske strokovnjake, ki se ukvarjajo z zdravljenjem na osnovi izvornih matičnih celic. V kratkem pričakujemo, da se nam bo v centru pridružil zdravnik, svetovno uveljavljeni strokovnjak s tega področja, ki je delal na svetovno priznanem inštitutu na Japonskem. Ta metoda zdravljenja bo res pomenila revolucionarni premik, ki lahko Preddvor postavi na po-



membno mesto ne le v slovenskem prostoru in ga občutno premakne naprej. V okviru naših načrtov za prihodnjih nekaj let je tudi klinika v Preddvoru, kjer bodo delovali strokovnjaki različnih specializacij, vsi pa se bodo lahko opirali na terapijo na osnovi matičnih celic. Načrte pripravljamo in imajo prvo prioriteto, verjamem, da bo v roku dveh let realizirana, saj objekt že stoji in zaprosili bomo le za nadomestno gradnjo. V Centru BioSinhron terapije v Hotelu Bor v Preddvoru ta čas dela fizioterapevt, do jeseni pa bomo odprli tudi ordinacijo, kjer bo delal zdravnik uradne medicine z dodatnimi znanji s področja celularne medicine, v centru bo tudi laboratorij, zdravljenje pa dopolnjujemo tudi z našimi izdelki, kompatibilnimi z neinvazivnimi metodami zdravljenja z izvornimi celicami. V prihodnje funkcija centra ne bo omejena le na Preddvor. Že sedaj obstaja zanimanje zanj v turističnih krajih v Sloveniji in na tujem. Tja bi v prihodnje širili dejavnost centra, Preddvor pa bi ostal izobraževalni center."

Zdravje je najpomembnejša vrednota, postaja pa tudi produkt, primeren za trženje, kar želijo izkoristiti tudi v Preddvoru. Fizioterapevt **Gašper Drobnič** nam prijazno razkaže center bio sinhronne terapije, kjer pacienta najprej pregledajo in ugotovijo njegove težave. Sledi terapija v energijski komori, nato masaža na mehanski masažni mizi in klasična ročna masaža v magnetnem polju, za konec gre obiskovalec še v masažno kad Magnopool. Ves proces, ki temelji na znanju klasične fizioterapije in izkušnjah z napravami BioSinhron, na izviren način omogoča sinhrono delovanje več fizioloških dejavnikov hkrati. Obiskovalci, ki se odločijo za dnevno ali večdnevno terapijo, pa so deležni tudi učenja nordijske hoje.



# Varna in trajna kritina METRAPAN!

PODJETJE MELTAL, D. O. O., PONUJA V OKVIRU PRODAJNEGA PROGRAMA METRAPAN STREŠNE KRITINE, FASADNE PLOŠČE TER PREDELNE STENE IZ POCINKANE BARVANE PLOČEVINE Z IZOLACIJO ALI BREZ, KI URESNIČUJEJO REŠITVE VEČINE SODOBNIH ARHITEKTURNIH ZASNOV.

## **PREDNOSTI METRAPAN KRITIN:**

**Dolga življenjska doba** - pocinkana barvana pločevina ima 50 in večletno življenjsko dobo.

**Protipotresna varnost** - plošče so lahke in samonosilne, zato bistveno manj obremenjujejo ostrežje in celoten objekt. Primerne so za objekte, kjer obstoječa konstrukcija ne prenaša velike obremenitve.

**Odpornost proti vremenskim vplivom** - plošče zanesljivo varujejo objekt pred točo, dežjem, snegom, vetrom, soncem.

**Izvrstna toplotna in dobra zvočna izolacija** - različne vrste izolacij (kot so poliuretan, stiropor ali mineralna volna) preprečujejo nastajanje kondenza, zagotavljajo objektu toplotno stabilnost, majhne toplotne izgube v zimskem času in preprečevanje pregrevanja v poletnem času.

**Hitra in enostavna montaža** - zamenjava strehe ne zahteva posega v obstoječe ostrežje, saj strešna pod-

konstrukcija lahko ostane enaka kot pri prvotni kritini, kar pa bistveno zmanjša stroške. Gradnja bo tako potekala hitro in kakovostno.

**Vsestranska uporabnost** - strešne plošče so primerne za pokrivanje tako individualnih kot industrijskih objektov z nakloni od 6 stopinj naprej. Pri pokrivanju z nakloni pod 6 stopinj je potrebno dodatno tesniti preklope posameznih plošč.

**Pestra ponudba** - plošče so na voljo v obliki trapeza ter obliki klasičnega strešnika. Izbirate lahko med različnimi vrstami in debelinami izolacije ter barvami, ki se lepo vklopijo v okolje.

## **FASADNE PLOŠČE**

Fasadni paneli skrajšajo čas gradnje objektov, omogočajo visoko stopnjo prilagodljivosti ter zagotavljajo odlične oblikovne učinke. Odlikuje jih pester izbor barv ter oblik profilov. Fasadne panele je možno vgrajevati vertikalno ali horizontalno ter omogočajo vidno ali skrito vijačenje.



## **Kupon za brezplačen METRAPAN katalog**

- Prosim za brezplačen katalog ter aktualni cenik
- Prosim za brezplačen obisk krovca ter izdelavo ponudbe

Ime in priimek: \_\_\_\_\_

Naslov: \_\_\_\_\_

Pošta: \_\_\_\_\_ Tel.št. \_\_\_\_\_

**Kupon pošljite na:** Meltal, d. o. o., Gosposvetska c. 84, 2000 Maribor



Če imate kakšno vprašanje, nas lahko dobite na:

Tel.: 02/78 80 170, 01/53 03 406

E-pošta: info@meltal.si, www.meltal.si; www.metrapan.si

Meltal, d. o. o., Gosposvetska cesta 84, 2000 Maribor

# V obnovo, ko streha ni več funkcionalna

V preteklosti so graditelji in investitorji poznali zgolj nekaj vrst kritin, zato se ni bilo težko odločiti za pravo - glede na dobavne roke, ceno ali obliko strehe. Danes je med ponudniki in tipi kritin težko najti optimalno, saj skoraj vse (kakovostne) ponujajo vsaj 30 in več let garancije, naloga investitorja pa je, da izbere pravo kritino in ostrešje glede na podnebje in tip objekta.

Streha je kapa ali zaključni konstrukcijski sklop vsake zgradbe, ki ščiti pred zunanjimi vremenskimi vplivi (padavine, veter in temperaturna nihanja), zagotavlja mora vsakršno izolacijo, zelo pomemben je tudi estetski videz, ki je podrejen tudi trenutnim modnim muham investitorjev. Ob ogledu eno- ali dvostanovanjskih hiš na Gorenjskem lahko vidimo, da se je pred več kot dvajsetimi leti večinoma gradilo enostavne strehe (dvokapnice), s poplavo različnih kritin v 90-tih letih prejšnjega stoletja je nastopila moda frčad, v zadnjih letih pa je vse bolj prisotna ekologija poskrbela za vrnitev v enostavne, vendar zraketesne oblike 'pete' fasade - strehe s strešnimi okni. Estetski videz strehe je zaradi izpostavljenosti velikega pomena, pomembno vlogo pa igra poleg oblike še njena velikost, vrsta in barva kritine ter način pokrivanja in prezračevalni sistem. Za zagotavljanje skladnosti omenjenih elementov in dosego čim večje estetskosti pa glavno vlogo odigra domišljeno in kakovostno načrtovanje strehe.

Oblike strehe so ponavadi določene že v občinskih prostorskih planih, na njih pa vpliva več dejavnikov, še najbolj geografsko območje. Na to območje so namreč vezani vremenski pogoji in vplivi, ki v veliki meri dolo-



čajo obliko in naklon strehe. Glede na lokacijo in vremenske vplive ter naklon strehe pa je določena tudi primerna izbira strešne kritine. V hribovitih predelih so strehe navadno str-

mejše, kar omogoča, da padavine, predvsem voda, s strehe hitro odtečejo, kar preprečuje zamakanje in poškodovanje strešne konstrukcije. Na Primorskem so strehe položnejše, saj je



padavin manj, obremenitev pa predstavlja predvsem veter, zaradi česar mora biti kritina težja, ponekod jo dodatno obtežijo tudi s kamni.

## Pravilna izbira kritine

Strehe glede na nagib ločimo na tri glavne vrste: ravne strehe, ki jih poznamo predvsem na večstanovanjskih objektih in drugih večjih objektih, kot so šole, tovarne, športni objekti ... Njihov naklon znaša do 5 stopinj. Druge so položne ali blago naklonjene strehe do naklona 30 stopinj in jih največkrat uporabljamo (pri nas) za enostavne objekte, v zadnjih letih pa zaradi vse večje kakovosti kritin tudi na drugih objektih. Na Gorenjskem pa so najbolj običajne in tradicionalne strme strehe z naklonom nad 30 stopinjami. Te strehe delimo tudi na ravne, eno-, dvo-, štirikapne in šotoraste strehe ter mansardne strehe.

Pri izbiri strešne kritine mora investitor upoštevati predvsem tri dejavnike: arhitekturo objekta, podnebne razmere in ekonomičnost. Pri podnebnih

**Gradite hišo ali pa je vaša stara streha potrebna obnove?**

**Mi smo pravi naslov za vas.**

*Naše podjetje se je z dolgoletno tradicijo izpopolnilo in utrdilo na področju gradnje ostrešij. Izvajamo vse, od enostavnih ostrešij in nadstreškov do najzahtevnejših arhitekturno razgibanih objektov. Naši strokovnjaki vam svetujejo vgradnjo materialov, ki so najprimernejši za vašo streho. Spremljamo ponudbo novih materialov, se izobražujemo, tako da bo vaša streha narejena strokovno, kvalitetno in z najprimernejšimi materiali. Izvajalske ekipe so v svojem delu dobro podkovane, zato bo streha narejena hitro in kvalitetno.*

Zastopamo proizvajalce strešnih kritin

**BRAMAC**

**CREATON**

**TONDACH**

strešna okna

**VELUX**

in ostale proizvajalce

**KRANTES**

**KRANTES d. o. o.,**  
Bukovica 17 b, 1217 Vodice  
Telefon/Fax: 01/83 23 845  
GSM: 041/617-503

**OBENAUF**Ljubljana | Dunajska c. 421  
01/561 32 39 | 031 891 321

# Strehe in fasade za zahtevne kupce



## Špic šablona

*modro črna*

Vlaknocementne strešne plošče so narejene iz naravnih, okolju prijaznih materialov.

Špic šablone nemškega podjetja Eternit AG so gladke, visokokvalitetne strešne plošče s površinsko zaščito.

Idealne so za sanacijo starih gorenjskih streh in novogradnje, zaradi prilagajanja okolju.

## Gorenjski špičak

*obstoječe stanje / betonski strešnik*

Betonski špičak je prva kritina na gorenjskem, ki je nadomestila prekrivanje streh s slamo in škodli.

Za uspešno izvedbo sanacije strehe predlagamo uporabo strešnikov "špic šablona" Eternit AG ali pa Creaton Domino.



## Domino

*škrlinasto siva engoba*

Premočrtni gladki strešnik – uspešna kombinacija oblike in funkcije.

Jasne linije popolnoma ravnega glinenega steznika Domino predstavljajo prednost za sodobno oblikovanje našega časa.

Ljubljana | Maribor | Celje | [info@obenauf.si](mailto:info@obenauf.si) | [www.obenauf.si](http://www.obenauf.si) | [www.obenaufarhitektura.si](http://www.obenaufarhitektura.si)

## Sanacija starih gorenjskih streh s strešnimi ploščami špic šablone Eternit AG ali pa z opečno kritino Creaton Domino

Betonski špičak je prva kritina na Gorenjskem, ki je nadomestila prekrivanje streh s slamo in škodli.

Stari špičak je karakteristična gorenjska kritina, ki je skozi leta kljuboval ostremu mrazu, močnem vetru in vročem poletnem soncu. Še vedno najdemo objekte, pokrite s starimi betonskimi špičkami, na katerih se poznajo leta in so potrebni zamenjave. Predstavili vam bomo vlaknocementno špic šablono Eternit AG, ki je izdelana za sanacije starih gorenjskih streh in Creaton Domino škrlin engoba (barva škrlilavca), s katerimi dosežemo vizualni učinek strehe, prekrivane z macesnovimi škodli. Stopničasta kritja z glinenim strešnikom Creaton Domino zanesljivo ščitijo pred vdorom umazanije in vode.

Vlaknocementne špic šablone nem-

škega proizvajalca Eternit AG so visokokvalitetne gladke strešne plošče s površinsko zaščito z rahlim sijajem. Materiali, iz katerih so plošče narejene, so naravni in okolju prijazni. Strešne plošče-špic šablone s svojimi karakteristikami prepričajo tudi zahtevnejše kupce: odlično tesnijo, so negorljive, trdne in odporne na udarce in različne vremenske vplive. V okolju z večjo količino padavin in zelo pogostim vetrom so strehe, prekrivane s strešnimi ploščami – špic šablonomi Eternit AG, varne pred vdori vetra, dežja in snega.

Za sanacije streh, pokritih s starimi špičkami, priporočamo nemške strešne plošče – špic šablono Eternit AG, kot tudi

za novogradnje zaradi lažjega prilagajanja okolju.

Gladke strešne plošče - špic šablone Eternit AG velikosti 40 x 40 so izredno lahke in dobavljive v sledečih barvah: modro črni, temno rjavi, klasično rdeči in svetlo sivi.



Zgodovinska Nacetova hiša v Puštalju je prekrita s gorenjskim špičakom.

razmerah je bistveno pri izbiri kritine upoštevati silo vetra in obtežbo snega, kar je predvsem pri prvem v zadnjih letih zaradi vse hujših neurij zelo težko. Lastnosti strešnih kritin so (glede na uporabo različnih materialov) v kombinaciji z okoljskimi vplivi na streho eden najpomembnejših dejavnikov za njihovo izbiro. Kakovostna kritina bi morala več desetletij zdržati tudi težje podnebne razmere, štiti pred vsemi vremenskimi pojavi, kot so toča, nalivi, močnejši sunki vetra, velike snežne obremenitve, ... Hkrati naj bi bila lahka, saj to omogoča izdelavo lažje in s tem cenejše konstrukcije ostrejša. Kot smo že omenili, mora biti estetska, brez zahtevnega vzdrževanja, z enostavno montažo in okolju prijazna.

Danes so nekateri objekti še vedno prekriti z azbestnimi ploščami, kar je zdravju in okolju škodljivo in so zato (nekdanje salonitke) z zakonom prepovedane. Nenazadnje pa mora biti kritina tudi cenovno ugodna oziroma mora vsak investitor sam poiskati ustrezno razmerje med ceno in kako-



## Ognjevarni premazi

Za lesene in kovinske konstrukcije



proizvajalec Tikra d.o.o. Obrtniška ulica 2, 1353 Borovnica  
Gsm: 041 640 286, Fax: 01 7546 999, e-mail: [tikra@siol.net](mailto:tikra@siol.net)

vostjo glede na zgoraj opisane lastnosti.

Zgoraj smo že zapisali, da življenjska doba strehe ni neskončna. Po potrebi jo je potrebno vzdrževati ves čas, proizvajalci kvalitetnih kritin pa zagotavljajo jamstvo vsaj za 30 in celo 50 let. Kakorkoli, življenjska doba vsekakor naredi svoje, včasih pa je treba streho menjati tudi zaradi hujših vremenskih pojavov (toča, vihar, neurje), o čemer se v zadnjih letih v Sloveniji vse prevečkrat lahko prepričamo na lastni koži. Ob zamakanju strehe ali preperelosti kritine se bo lastnik objekta težko sam odločil, zato se je najbolje posvetovati s strokovnjakom. Tudi izbira strešne kritine je za nepoznavalca lahko prava mora, saj poznamo opečne strešnike (žgana glina), betonske strešnike, skodle, deske, slamo, trstiko iz rastlinskih materialov, strešna lepenka (oziroma bitumenski izdelki), strešno pločevino iz različnih materialov (črna, pocinkana, cinkova, bakrena, svinčena), armirano steklo ali steklene prizme, ...

## Obnova strehe ob dotrajanosti

Za obnovo strehe napoči čas, ko ta zaradi dotrajanosti ni več funkcionalna ali ob sanaciji celotnega objekta ali ob spremembi namembnosti podstrešnega prostora v stanovanjski prostor. Pri obnovi strehe moramo preveriti stanje strešne konstrukcije in morebitne napake ali škodljivce, ki se lahko pojavijo v lesenih elementih strešne konstrukcije, odpraviti. Če so sanacije potrebni tudi drugi elementi strehe, je dobro razmisliti o tem, da se del lotimo sočasno z obnovo strehe oziroma menjavo strešne kritine. V primeru, da investitor obnavlja relativno staro streho, ki je bila zgrajena 20-30 let nazaj, je primerena celotna predelava strehe, saj so tako gradbeni materiali kot načini izdelave ostrejša danes bistveno naprednejši.

Za redna vzdrževalna dela na strehi, med katera štejemo tudi zamenjavo strešne kritine, ne potrebujemo posebnih dovoljenj niti lokacijske informacije. Za vzdrževalna dela se po Zakonu

o graditvi objektov štejejo redna in investicijska vzdrževalna dela, torej dela, s katerimi se ohranja objekt v dobrem stanju in omogoča njegova uporaba. Redna vzdrževalna dela so torej manjša popravila na objektu ali znotraj objekta. Investicijska vzdrževalna dela pa so popravila in izboljšave, ki sledijo napredku tehnike. Pogoji, ki ga morajo dela izpolnjevati, da gre zgolj za vzdrževalna dela, je tudi, da se z njimi ne spreminjajo konstrukcija, zmogljivost, velikost in namembnost objekta.

Izjema je objekt, ki je varovan v skladu s predpisi o kulturni dediščini ali za dela na zunanji strani (torej tudi strehi) objekta, ki meji na javno površino. Zanje je potrebno pred začetkom kakršnihkoli del na strehi pridobiti lokacijsko informacijo. Lokacijska informacija je potrebna tudi v primeru, da gre za dela v zvezi s spremembo rabe, torej dela, ki predstavljajo spremembo namembnosti objekta, če se zaradi njih ne spremenita velikost in zunanji videz objekta ali povečajo vplivi objekta na okolico.

# Jeklene kritine Maslen

DODATNI  
POPUST  
7%

Vreme ne prizanaša niti našim domovom. Da pa bi nevihte preživel mirno in brez skrbi za vaše premoženje, dajte na streho jeklene kritine MASLEN. Kritine so v treh oblikah in sicer v obliki klasičnega strešnika, to sta GAPA in SKRIDPLECH, ter v obliki trapeza. To so kritine za garaže, industrijske objekte, nadstrešnice ... Zraven vam nudimo ves kleparski material, kot so vetrne obrobe, žlote, žlebove, ... Kritine so narejene iz 0,5 mm debele ALU-pocinkane pločevine v barvah po RAL lestvici. Prednost kritine MASLEN je v enakomerni debelini pločevine čez celotno širino kritine. Kritine imajo CE certifikat in

10-letno garancijo. To uvršča naše kritine med najugodnejše kritine v Sloveniji.

Seveda ponujamo tudi storitve pokrivanja streh z našimi kritinami. Postopek je preprost. Pokličite 02/60-40-380 in dogovorili se bomo za termin. Na dogovorjen termin se bo pri vas ogledal pooblaščen krovec, naredil izmero, na osnovi katere bomo naredili izračun, ki ga ne boste mogli zavrniti. Zakaj ne? Ker bo najugodnejši. Najugodnejši glede cene in kvalitete. Da pa bo odločitev lažja, pa vam lahko ponudimo tudi ugoden potrošniški kredit. Naše kritine pokrivajo že ogromno hiš zadovoljnih strank.

Model GAPA **6,90 €** + ddv



Model TRAPEZ **6,90 €** + ddv



Model SKRIDPLECH **6,90 €** + ddv



**NATNIŽJE CENE KOVINSKIH KRITIN V SLOVENIJI**

**Olika, d. o. o., Slivniška 26, 2312 Orehova vas  
telefon: 02/60 40 380**



V vseh preostalih primerih je pred začetkom del potrebno pridobiti gradbeno dovoljenje za izvedbo del. Gradbeno dovoljenje je tako potrebno pri gradnji novega objekta, nadomestni gradnji, prenovi objekta ali odstranitvi objekta. Gradbeno dovoljenje je potrebno pridobiti tudi ob spremembi namembnosti objekta, ki pomeni spremembo rabe objekta, pri čemer se povečajo vplivi objekta na okolico, medtem ko zunanji videz objekta ostaja nespremenjen.

## Ureditev podstrešnega stanovanja

Streho, s tem mislimo tako na ostrešje kot strešnike, je primerno obnoviti tudi ob urejanju starih podstrešij v bivalno mansardo. Ob tem investitorji ne smejo pozabiti na zadostno osvetljenost prostorov, saj večina podstrešij nima vgrajenih oken. Investitorji so zato pred izbiro, ali bodo izbrali strešno okno ali frčado.

Strešna okna so narejena iz kaljenega stekla, ki je kos tudi toči in drugim udarcem. Strešno okno dovaja v prostor 30 do 70 odstotkov več svetlobe kot frčada z enako stekleno površino. Njegova prednost je tudi cena, saj je lahko tudi trikrat cenejše kot frčada. Ker je vgrajeno v ravnino strehe, je tudi zaščita pred hrupom iz okolice dobra, le poleti je treba poskrbeti za senčenje, pri čemer so lahko v pomoč tako zunanja kot notranja senčila, ki tudi pozimi nudijo dodatno toplotno zaščito. Napredna tehnologija je pri strešnih oknih že zelo domača, saj si lahko lastnik omisli tudi avtomatska senčila, ki zasenčijo prostor tudi, ko ga ni doma in s tem prepreči pregrevanje prostora v poletnih mesecih ali pa vgradi senzor za dež, ki avtomatično zapre okno.

Prav zamakanje pri strešnih oknih skrbi največ investitorjev. Strokovnjaki pravijo, da lahko zamaka vsaka nestrokovno opravljena storitev, zato morajo biti monterji pozorni na stike ob oknih, pogost pojav pa je kondenz, do katerega pride zaradi večjih razlik



**KLJUČAVNIČARSTVO  
JANEZ VREČEK s.p.**

**ZG. BRNIK 143, 4207 CERKLJE,**  
tel.: **04/25-26-650**, GSM: **041/734-018**,  
[www.vreckek-peci.com](http://www.vreckek-peci.com)

---

**NA PEČI PET LET GARANCIJE**

**PEČ NA TRDA GORIVA**



**PEČ NA OLJE  
IN PLIN**



**BOJLERJI**



**PEČI  
NA  
LESNO  
BIOMASO**



**kombinacija drva - peleti**

---

**BOJLERJI IZ NERJAVEČE PLOČEVINE**



v okoliških temperaturah. Nekateri rešujejo to z namestitvijo radiatorjev pod okni. Ustrezna rešitev je tudi namestitev kanala pod oknom za preusmeritev kondenza, ki priteče po foliji. Primerna višina vgradnje strešnega okna je največ 110 cm od tal, da lahko stanovalec tudi sede uživa v razgledu. Kadar je zid višji (torej nad 1,2 metra), pa bo pogled skozi okno omejen z vsakim oknom. Vgradnja frčade je tako smotrna le, kadar jo potrebujemo, da bi povečali stojno površino v prostoru. Za frčado potrebuje investitor gradbeno dovoljenje, saj posega v nosilno konstrukcijo in videz hiše, v tem primeru v nosilno konstrukcijo strehe. To je še posebej pomembno pri starejših meščanskih hišah, ki so pod spomeniškim varstvom, ki ne dovoljuje vgradnje frčad določenih oblik. Sicer so frčade lahko poljubnih oblik: trikotne, trapezne, polkrožne. Najlepši videz bo investitor dosegel, kadar bo frčada pokrita z enako kritino kot preostali del strehe. To vedno ni možno, saj so nakloni pri frčadah drugačni kot pri strehi. Takrat fr-

čado pokrijejo s pločevino, največkrat bakrom. Tako kot pri strešnih oknih, pa moramo biti tudi tu pozorni na to, da bodo spoji med preostalo streho in novo frčado dobro spojeni.

### Ali strelovod privlači strelo?

Odgovor je nikalen, saj strelovodi ne privlačijo strele, temveč jo le odvedejo po poti, kot jo je začrtal uporabnik objekta, in ne po poti, ki bi si jo izbrala strela. Strelovodni vodniki danes niso nujno več pravokotne oblike oziroma valjanci, temveč so lahko tudi okrogli, kar pomeni, da so ob enakem preseku na videz precej manjši. To pripomore k temu, da je strelovod danes skorajda neopazen in tako ne kvari arhitekture objekta.

Strelovod je sestavljen iz treh sklopov: lovilnega sistema (vodniki, ki jih napnejo po slemenu in robovih strehe, sestavljeni iz kovinskega voda - žice ali kovinske palice); odvodni del (ki streli omogoči najhitrejšo pot s strehe v tla; za material se uporablja baker,

aluminij ali železo, obvezno morajo biti kratki, brez ovir in na 10 do 25 metrov); zadnji sklop je ozemljitev strelovodne instalacije (ta spada med najpomembnejše elemente, saj mora strela v zemljo, ta pa mora biti odporen proti rjavenju). Kovinske strehe naj ne bi potrebovale lovilnega sistema, saj zaradi svoje sestave sama streha tvori lovilni sistem. Vseeno pa jo moramo povezati z odvodnim in ozemljitvenim delom, ki bo vodil strelo v zemljo.

Boštjan Bogataj,

foto: Gorazd Kavčič in Tina Dokl

*Obrtno-podjetniška zbornica Slovenije ima zbirko priporočenih cen obrtniških del v gradbeništvu in urejanju okolice. Podatki o priporočenih cenah so lahko odlični pripomoček pri ocenjevanju, koliko bodo znašali stroški za posamezna dela. Cene so le informativnega značaja in izvajalce ne zavezujejo (primer: <http://www.ozs.si/prispevek.asp?IDp=1206>).*

## KLEPARSTVO IN KROVSTVO MARKIČ

Franc Markič s. p., Partizanska 14, Kranj  
Tel./fax: 04/201 1844, gsm: 041/649-875

**Smo pooblaščen  
krovec za kritine  
TRIMO, TEGOLA,  
BRAMAC.**



# CREA tim

**STREHA ZA VEČ GENERACIJ**

OPEČNA STREŠNA KRITINA VRHUNSKE KVALITETE s



**GARANCIJO**

1m<sup>2</sup> že od **8,06€** z ddv dalje

posebej primerno za zamenjavo salonitnih kritin

Informacije na tel. **03 710 09 50** in **031 637 213**

**www.creatim.si**



*Odprite svoje okno v svet!*

**SIMER**  
okna in vrata

Simer d.o.o., Ipavčeva 22,  
3000 Celje,  
PE Ljubljana, Železna cesta 20,  
1000 Ljubljana,  
PE Koper, Ferarška 17,  
6000 Koper

MODRA STEVILKA  
((080 10 27)) [www.simer.si](http://www.simer.si)



# ALPE *Kot jih vidijo ptice*

»ALPE - kot jih vidijo ptice« je **mednarodni projekt**, s katerim predstavljamo celotno verigo Alp, kot izjemen in enkratni geološki, geografski, biotski, kulturni ter gospodarski prostor. Projekt pokriva celotne Alpe in zajema države: **Monako, Francijo, Italijo, Švico, Liechtenstein, Nemčijo, Avstrijo** in **Slovenijo**.



**ŽE IZŠLA!**

## MONOGRAFIJA

- Format: 27 x 37 cm
- Št. strani: 512
- **Matevž Lenarčič** je v treh letih posnel 100 000 novih fotografij Alp iz zraka
- Besedilo so napisali Janez Bizjak in 15 vrhunskih strokovnjakov
- Monografija je izšla v slovenskem in angleškem jeziku in si jo lahko ogledate v našem uredništvu.

[www.panalp.net](http://www.panalp.net)

Redna cena knjige: **49,90 EUR**

Cena za naročnike Gorenjskega Glasa (-10 %): **44,91 EUR** + poštšina

Pokličite: **04/201 42 41** (vsak dan od 8. do 19. ure, v petek do 16. ure)  
Pišite: [narocnine@g-glas.si](mailto:narocnine@g-glas.si) ali na Gorenjski glas, Bleiweisova cesta 4, Kranj.

PANALP

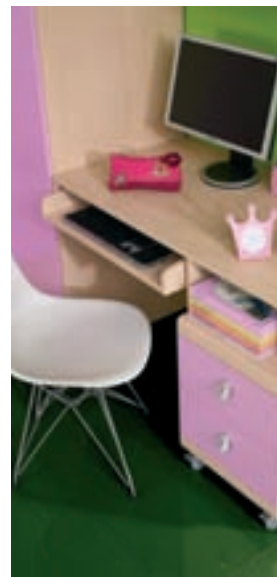


Under the Patronage  
of UNESCO

Gorenjski Glas

## ČAS JE, DA OSVEŽITE VAŠ DOM Z NOVOSTMI

Poiščite jih v salonu Nova Oprema v Mengšu!



**alples**  
pohištvena znamka



**SALON POHIŠTVA**  
*nova*  
**OPREMA**

Gorenjska c. 24 • 1234 Mengeš  
tel.: 01 72 96 270

[www.alples.si](http://www.alples.si)

# Vse za toploto vašega doma

Za toploto vašega doma poskrbi podjetje FLAMME - dimniki in kamini iz Škofje Loke. Podjetje je zastopnik za znano nemško podjetje Hark, vodilnega proizvajalca kaminov in kaminskih peči, in nemškega podjetja Jeremias, proizvajalca dimniških sistemov. Kaminske peči so opremljene z litoželeznim kuriščem (primernim za kurjenje drv, briketov in premoga), eksternim dovodom zraka, avtomatiko, ki deluje popolnoma mehansko. Ta je res velika prednost, saj vam peč sama odpira in zapira loputo za dovod zraka v kurišče in s tem uravnava moč ognja. Kaminske peči imajo različne obloge, ki dobro akumulirajo in oddajajo toploto še več ur po končanem kurjenju. Pri izbiri kamina vam strokovno svetujejo, kajti zelo pomembno je, da izberete ustrezen kamin in za kamin že prej ustrezno pripravite prostor. Izbirate lahko med res veliko paleto različnih modelov: marmorni kamini, kamini iz naravnega kamna, ločeni kamini, kamini iz kamna lojevca,...

V podjetju FLAMME stranke dobijo vse na enem mestu. Poleg kamina ali peči si lahko izberejo razne dodatke, kot so pribor za čiščenje, košare za drva, dimne cevi in dimnike iz nerjaveče pločevine (dimnike za

sanacijo ter prostostoječe dimnike). Nudijo vam tudi montažo celotnega prodajnega programa. Vse izdelke si lahko pogledate v njihovem novem razstavnem salonu na

Grencu 2 v Škofji Loki (ob glavni cesti Šk. Loka-Kranj) ali obiščete njihovo spletno trgovino [www.shop.hark.si](http://www.shop.hark.si). Prepričajte se o kakovosti izdelkov ter povprašajte za nasvet.

	<b>FLAMME</b>		
	<b>dimniki, kamini, kaminske peči, kaminski vložki ...</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ prodaja in montaža nerjavečih dimnikov</li> <li>■ prodaja in montaža kaminskih peči in kaminov</li> </ul>		
	Grenc 2, Škofja Loka tel.: 059 927 677 gsm: 031/789 088 e-pošta: <a href="mailto:info@hark.si">info@hark.si</a> <a href="http://www.hark.si">www.hark.si</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ zastopanje znanih proizvajalcev, kot so <b>HARK, JEREMIAS, SES</b></li> <li>■ svetovanje na področju dimnikov in kaminov</li> </ul>	
		<b>Veselimo se vašega obiska!</b> Salon odprt vsak dan od 9. - 12. in 16. - 18. ure, sobota od 9. - 12. ure	

Flamme - Riharsič I.d., Poročnikova 11, 4220 Škofja Loka



## Žimnice, katere sanjate podnevi!

*Vodna postelja, kot jo poznate je preteklost; spoznajte prihodnost HIDRA žimnica na kateri plavaš!*



10 let  
2 let



**SUPER UDOBNO  
MEHKO**



ZAROKA PROTI PARAZITAM  
ANTIBAKTERIJSKO



ORTOPEDSKO  
LEŽENJE

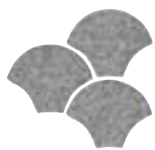


MODRA ŠTEVILKA

**080 14 99**

**LJUBLJANA** • Peričeva 21 – Bežigranski dvor, 1000 Ljubljana, Tel.: 01 280 67 90 • Prušnikova 95 (bivša poslovna stavba GALANT), 1000 Ljubljana, Tel.: 01 513 37 40 **ZAPUŽE** • Zapuže 10b, 4275 Begunje na Gorenjskem (bivša tovarna SUKNO), Tel.: 04 532 57 75 **KRANJ** • Cesta talcev 67 (Poslovni center LISJAK, I. nadstropje), 4000 Kranj, Tel.: 04 231 67 61

[www.postelja.com](http://www.postelja.com)



## CEMENTNI IZDELKI JUHANT d.o.o.

T: 01/83 43 085, F: 01/83 43 080

W: [www.juhant.com](http://www.juhant.com), E: [info@juhant.com](mailto:info@juhant.com)

W: [www.tlakovci.si](http://www.tlakovci.si)

Za dobro počutje je ureditev okolice hiše ravno tako pomembna kot notranja ureditev vašega doma.

Pomembna je primerna izbira, predvsem pa praktičnost. V podjetju JUHANT se že dobrih 45 let ukvarjamo s proizvodnjo kakovostnih beton-  
skih izdelkov. V proizvodnem programu imamo vse, kar potrebujete za vaše dvorišče. Najbolj smo ponosni na tlakovce, kjer je na voljo široka izbira modelov in barvnih kombinacij. Posebej naj izpostavimo tlakovca, ki sta letos prvič prisotna na

slovenskem tržišču, to sta KAMEN KRAS in KAMEN ŠKRILJ.

Prednost tlakovanih površin je v njihovem enostavnem vzdrževanju, če pa kasneje pride do kakšnih poškodb, je posamezne dele možno zlahka zamenjati z novimi.

Pred dokončno izbiro se je priporočljivo posvetovati s strokovnjakom. V podjetju JUHANT vam bomo z veseljem pomagali, saj imamo bogate izkušnje s tlakovanjem dovoznih poti, dvorišč, pločnikov, stez, mestnih trgov, parkirišč ...

ODKRITE VAŠE OSEBNE ŽELJE IN JIH URESNIČITE Z NAŠO POMOČJO! DVORIŠČE JE OBRAZ VAŠEGA DOMA



KAMEN ŠKRILJ



KAMEN KRAS

3/15/25 let  
Garancije

## Sistemi za uporabo deževnice Biološke čistilne naprave



Bodite pametni in prihranite do 50 % pitne vode. Uporabite brezplačno deževnico.



Biološke čistilne naprave  
od 2 - 200 PE (prebivalcev)

Greznice zbiralne, dvoprekatne, troprekatne. Možnost kasnejše predelave v čistilno napravo.

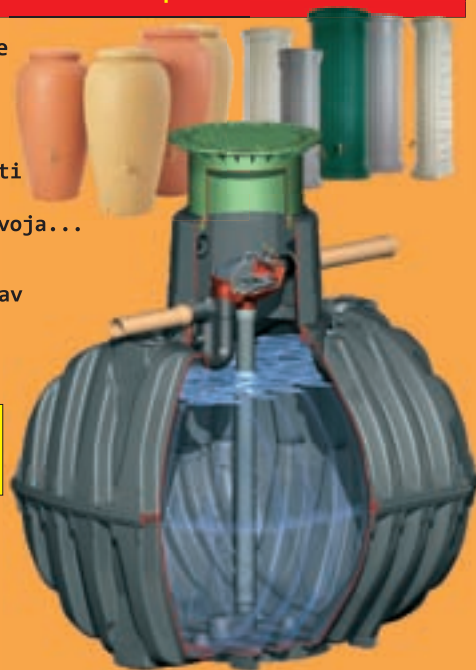
ARMEX ARMATURE D.O.O. IVANČNA GORICA, LJUBLJANSKA C. 2A  
TEL. 01/78 69 270, 01/78 69 260 ali 051 / 652 - 192  
E-mail: [info.armex@siol.net](mailto:info.armex@siol.net) [www.cistilnenaprave-dezevnica.si](http://www.cistilnenaprave-dezevnica.si)

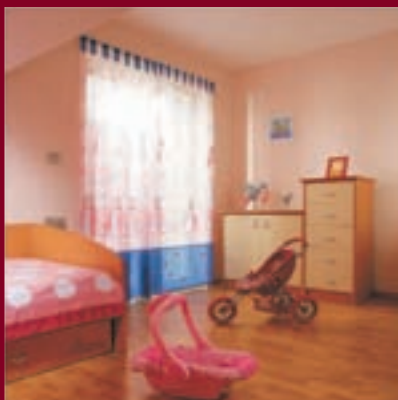
Posode za vodo - nadzemne  
in podzemne izvedbe

- rezervoarji
- filtri za deževnico
- plavajoči sesalni kompleti
- črpališča
- digitalni pokazatelji nivoja...

- Ponikalni sistemi za :
- izpust iz čistilnih naprav
  - greznic
  - odvodnjavanje parkirišč
  - odvodnjavanje s streh...

Naročite brezplačen  
katalog





**Za brezplačno  
svetovanje in izmero na domu  
pokličite 051 607 457**

Sveže poletne barve, številni dodatki za zavesе, dekorativne blazine in svetovalci, ki znajo poiskati rešitve za vsako okno in vsak dom vas vabijo v prodajalne Velana. Obiščite nas in poskrbite za poletno svežino v vašem domu.

**KRANJ - Trgovski center DOLNOV, telefon: 04 234 33 80**

Prodajalne: **Ljubljana:** Šmartinska 52 - 01 360 31 28, **Ljubljana:** BTC City (hala A) - Šmartinska 152 - 01 541 23 58, **Kranj:** Trgovski center Dolnov - Šuceva 23 - 04 234 33 80, **Postojna:** MC Postojna - Tržaška cesta 59 - 05 721 23 60, **Maribor:** Mlinska 26 - 02 250 27 43, **Maribor Studenci:** Planet Tuš - Na Poljanah 18 - 02 420 21 40, **Celje:** Planet Tuš - Mariborska 128 - 03 425 13 90, **Murska Sobota:** BTC - Nemčavci 1d - 02 531 19 09, **Dravograd:** PC Sonček - Podklanc 31 - 02 872 36 50, **Brežice:** Nakupovalni center Intermarket - Tovarniška 10 - 07 499 30 13

[www.velana.si](http://www.velana.si)

**DOBRO POČUTJE JE POGOJ ZA VAŠE ZDRAVJE**

# Klimatska naprava

*- naložba v vaše počutje -*



## IDEJA

Napredne klimatske naprave današnjega časa nam omogočajo razvajanje vse leto, so izredno varčne in zelo tihe.

Na trgu je veliko izdelkov različne kakovosti in cenovnega razreda, naprave se med seboj razlikujejo po izvedbi, funkcijah, dimenziji, izkoristku in drugem, prav zato ni mogoče izbrati primerne klimatske naprave iz prospekta.

Površina, prostornina, postavitev glede na smeri neba, steklene površine v prostoru, namen prostora, navzoče elektronske naprave, število ljudi v prostoru in drugo so dejavniki, ki vplivajo na pravilno izbiro, dimenzioniranje in postavitev klimatske naprave.

Klimatska naprava mora delovati vsaj 10 let in pomeni naložbo, s katero si želimo izboljšati naše počutje, privarčevati energijo in podobno. Svetujemo vam, da pred nakupom poiščete pravega strokovnjaka s področja klimatizacije. Z njim se dogovorite za obisk na svojem domu, da si bo lahko predstavljal prostor, ki ga želite poleti ohladiti, v prehodnih mesecih pa ogreti.

Na podlagi svojih izkušenj in ogleda bo določil ustrezno lokacijo notranje in zunanje naprave ter predvidel pot za instalacijsko povezavo med njima. Seveda bo tudi predlagal primerno klimatsko napravo oz. več naprav različnih proizvajalcev ter izdelal idejni projekt ter ponudbo za dobavo in izpeljavo montaže. Tako boste natančno izvedeli, katera klimatska naprava je primerna za vaš prostor, kje bo locirana in koliko bo stala.

Potrebna pogoja za dobro delovanje, predvsem pa za dobro počutje in zadovoljstvo, sta pravilna izbira in dimenzioniranje klimatske naprave.

## UPORABA

Pravilna uporaba klimatske naprave za hlajenje je zelo pomembna za vaše počutje in zdravje.

Zato naj bo stalno vključena, nastavljena temperatura naj ne bo nižja od zunanje temperature za več kot šest stopinj Celzija, ob daljši odsotnosti nastavite časovnik tako, da se bo vključila pol ure pred vašim prihodom, zunanja vrata naj bodo zaprta, tudi okna in po možnosti zasenčena.

Tako bo poskrbljeno, da bo vaša naprava tudi najbolj varčno delovala.

Kadar je treba prostor na hitro ohladiti, je bolje, da se za ta čas umaknete iz njega.

Da bo počutje kar najboljšje, je treba prostor s pomočjo časovnika prej ohladiti, ko pa v prostoru smo, naj naprava le vzdržuje temperaturo.

Pomembno je tudi, da usmerjevalnik izpiha hladnega

zraka usmerimo tako, da ne piha v smeri kjer se zadržujemo.

Klimatske naprave novega časa so predvidene tudi za ogrevanje. Za gretje se obrne smer delovanja klimatske naprave, zato notranja enota greje, zunanja pa hladi. Takšen način ogrevanja je priporočljiv in ekonomičen predvsem v prehodnih obdobjih (zgodaj spomladi in jeseni).

## VZDRŽEVANJE – LETNI SERVISI

Za brezhibno in ekonomično delovanje je treba klimatske naprave vseh vrst in proizvajalcev enkrat na leto strokovno pregledati.

Pri letnem pregledu se prečistijo vsi filtri, dezinficirata

se prostor za izločanje kondenza, in uparjalnik, pregledata se tesnost hladilnega kroga in količina polnjenja hladiva.

Ker je vzdrževanje prav tako pomembno kot dimenzioniranje in izbiranje klimatske naprave, se že ob nakupu dogovorite s strokovnjakom za REDNI letni pregled in vzdrževanje. Letni pregled je nujno narediti pred sezono, in sicer v marcu oz. najpozneje aprila. Sami pa lahko poskrbimo ter enkrat na mesec očistimo in speremo filter.



- SVETOVANJE
- IDEJNI PROJEKT
- PRODAJA
- MONTAŽA
- ZAGON
- SERVIS



Tržaška 333, 1000 Ljubljana, tel.: 01/200 70 00,  
01/200 70 02, www.etis.si, e-pošta: hladilstvo@etis.si

# Kruh kot zdravilo



**Nizko glikemični GI kruh** ima nizek glikemični indeks, ki znaša 38. To je bilo doseženo z izborom žita, moke in semen, ki se v človeškem organizmu počasneje presnavljajo, kar ima za posledico počasnejše prehajanje glukoze v kri. Kruh je tudi bogat z vlakninami, saj jih v 100 gramih vsebuje kar 10,2 grama. Topne vlaknine so pomembne pri izločanju holesterola iz telesa, saj se le-ta nanje veže med presnovo v organizmu.

Uživanje kruha priporočamo širokemu krogu potrošnikov, tako zdravim, ki želijo ohraniti zdravje in normalizirati oz. ohraniti telesno težo, športnikom, da lahko opravljajo vrhunske obremenitve, kot tudi bolnikom s povečanim holesterolom v krvi ter bolnikom z metaboličnim sindromom in sladkornim bolnikom.

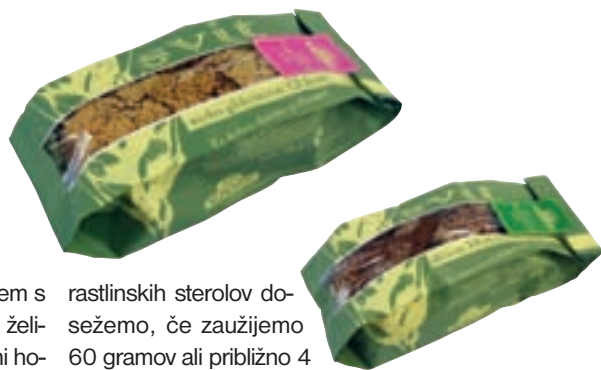
V ponudbi je 500-gramski kruh iz modela, njegova značilnost je posip s koruznim zdrobom. Nizko glikemični GI kruh je pakiran v vrečke, ki preprečujejo izsuševanje kruha, tako je trajnost kruha pet dni po peki.



**Aktivni holeste kruh** je namenjen ljudem s povišanim nivojem holesterola v krvi, ki želijo na naraven način znižati LDL in skupni holesterol. Kruh vsebuje rastlinske sterole, ki dokazano znižujejo resorpcijo holesterola v tankem črevesju, s čimer se holesterol izloči iz organizma. Za učinkovito znižanje nivoja holesterola mora biti dnevni vnos rastlinskih sterolov vsaj en gram. Pri dnevnem vnosu dveh gramov rastlinskih sterolov se je v kliničnih študijah v nekaj tednih nivo holesterola znižal do 15 odstotkov. Ta dnevni vnos

rastlinskih sterolov dosežemo, če zaužijemo 60 gramov ali približno 4 rezine Aktivnega holeste kruha na dan.

Zaradi lažjega rezanja in odmerjanja je Aktivni holeste kruh v ponudbi kot 500-gramski kruh iz modela, ki se od ostalih razlikuje po posipu iz rženega drobljenca in posebnem rezu v obliki mreže. Tudi ta kruh je pakiran v vrečke in ima petdnevni rok uporabe.



## sviit kruhi zdravega življenja

- ZA ZDRAVO PREBAVO** sežite po zlata vredni **pirini JABLAN štruci** z vlakninami iz starodavne žitarice in jabolkami, z bogatim okusom pirinih jedrc in sončničnih semen. **Zlato priznanje GIZ sekcije pekarstva 2009!**
- ZA MANJ SOLI V PREHRANI** uživajte v kruhu polnega okusa, a z občutno manjšo vsebnostjo škodljivega natrija. Manj soli pomeni manj tveganja za zdravje! **Pirin NE'SOL hlebec** je na ocenjevanju GIZ sekcije pekarstva dosegel **čisto petico! Zlato, seveda.**
- ZA RES DOBRO DIETNO** brez nepotrebnega odrekanja izberite **nizko GLIKEMIČNI kruh** z inovativno GLYX dietno recepturo. Z glikemičnim indeksom samo 38 zagotavlja občutek sitosti brez hitrega nihanja sladkorja v krvi. **Popolna novost med kruhi!**
- ZA MANJ HOLESTEROLA V KRVI** lahko zdaj dokazano poskrbite z uživanjem **aktivnega HOLESTE kruha!** S 4 rezinami na dan aktivno znižujete raven škodljivega holesterola. Vsaka rezina vsebuje 0,5 g sestavine Keimling activ. **Srce vam bo hvaležno!**



MLINOTEST d.o.o., Tvarniška cesta 14, 5270 Ptuj, Slovenija, www.mlinotest.si

## ...od temeljev do strehe in obnovo vašega doma...



**KRITINE**  
opečni strešniki  
betonski strešniki  
valovitke...

**SUHA MONTAŽA**  
suhomontažni sistem Knauf  
izolacije  
strešna okna...

**FASADE**  
izolacije  
fasadni ometi  
fasadne barve...

**KERAMIKA**  
keramične ploščice  
lepila za ploščice  
fugirne mase  
kopalniška oprema...

**VRTNI PROGRAM**  
tlakovci  
robniki  
betonske pohodne plošče  
kamini  
zalivalni sistem Gardena...

**ŽE**  
**20 let**  
z vami!

### PRODAJNA MESTA:

**PC Žabnica:**  
trgovina: 04 2319 200,  
keramika: 04 2319 208,  
fax: 04 2319 206,  
e-mail: info@domtrade.si

**PC Lesce:**  
trgovina: 04 5302 230,  
keramika: 04 5302 238,  
fax: 04 5302 231,  
e-mail: info.lesce@domtrade.si

[www.domtrade.si](http://www.domtrade.si)





## Vam elektrika spravlja lase pokonci?



Z desetimi preprostimi koraki lahko učinkovito zmanjšate porabo električne energije in prihranite! Paket Porabim, kar rabim pa vam prinaša še dodatne ugodnosti.

Za več informacij kliknite na [www.porabimkarrabim.si](http://www.porabimkarrabim.si).

RE:ENERGIJA



elektro  
gorenjska

# Nepremičninski agenti imajo svoje delo zavarovano

Cene nepremičnin so, če gre verjeti statistiki, v zadnjih mesecih nekoliko padle. Investitorji v novogradnje cen ne želijo spuščati, vendar ponujajo akcije. Zakaj potrebujemo nepremičninskega agenta?

Poročilo o povprečnih cenah nepremičnin Geodetske uprave RS za prve tri letošnje mesece pravi, da so evidentirane cene stanovanj v primerjavi s prejšnjim kvartalom (jesen 2008) padle za šest odstotkov, v primerjavi z enakim lanskim obdobjem za devet odstotkov. Povprečna cena stanovanja na Gorenjskem naj bi tako iz prejšnjih 1.808 evrov za kvadratni meter padla na 1.708 evrov na kvadratni meter. Tudi cene eno- ali dvostanovanjskih hiš so padle, vendar so še vedno krepko nad cenami iz enakega obdobja lani (1. kvartal 2008 162 tisoč evrov, 4. kvartal 2008 204 tisoč evrov in 1. kvartal 2009 198 tisoč evrov). Podobno velja za vrednost garaž v Kranju, saj je bila njihova (evidentirana!) cena lani 6.557 evrov, lani poleti se je cena povzpela

na 8.715 evrov, v prvih treh mesecih tega leta pa so kupci zanjo odšteli 7.417 evrov.

Zanimivi so tudi podatki Geodetske uprave RS za stanje ponudbe na trgu novogradenj. Geodeti ugotavljajo, da gospodarska kriza vse bolj vpliva na prodajo novogradenj; kupci so zadržani, posledica je manjše povpraševanje. Po drugi strani se ponudba zaradi zmanjšane prodaje povečuje. Rezultat tega (delovanje trga) bi morale biti nižje cene, a večina ponudnikov vztraja pri nastavljenih cenah, nižajo le redki. Nadalje so v Geodetski upravi opazili, da se veliko nepremičnin oglašuje že dlje časa, tudi leto ali več, kar kaže, da se je prodaja nepremičnin upočasnila, ponekod celo ustavila. Zato je tudi manj investorjev z novimi projekti, ki bi lahko vplivali na spremembe na trgu novogradenj. Lahko se celo zgodi, da bodo kupci v prihodnje kupovali nova stanovanja in hiše, ki po letniku gradnje ne bodo več sodile med novogradnje!

Cene novogradenj kažejo na to, da ne bodo padale. Pa vendar se investitorji poslužujejo različnih načinov, kako bi prodajo pospešili. Oglašujejo popuste, spremembe plačilnih pogojev, razne akcije. Vse to bi lahko šteli tudi kot nižanje cen, po drugi strani pa se bodo investitorji morali v prihodnje sprijazniti tudi z dejstvom, da na trg prihaja številno šibkejša generacija morebitnih kupcev in bo boj za njih še trši. Tako Geodetska uprava RS v poročilu

za prve tri letošnje mesece, ali bodo cene novogradenj zares padle, pa bomo videli kmalu.

## Zakaj pri nakupu, prodaji ali oddaji k nepremičninskemu agentu?

Nepremičninski agenti, s katerimi smo govorili ta mesec, so nam povedali, da stanje realiziranih transakcij od začetka leta niha iz tedna v teden, nekoliko boljše je le v zadnjih tednih. Ogledov nepremičnin, tudi novogradenj, je veliko, kupci pa, ali čakajo na padec cen ali ne pridobijo kredita pri bankah ali pa se zaradi gospodarske krize bojijo za službo. Opaznejših padcev cen novogradenj niso opazili, nekoliko so se znižale le cene starejših nepremičnin, pa vendar le pri prodajalcih, ki so morali svoje stanovanje ali hišo hitro prodati (ker jih morda čaka novogradnja). Velikih padcev cen v prihodnjih mesecih ne pričakujejo.

Stanje na trgu so z raziskavo lepo obdelali v Geodetski upravi RS, zato smo tokrat nekaj nepremičninskih agentov oziroma podjetij vprašali, kakšna je vloga nepremičninskega agenta pri posredovanju nepremičnine. Povod je bil televizijski prispevek pred časom na eni od slovenskih televizijskih postaj, ki preprosto povedano posreduje tako zgodbo: Neka velika tovarna je imela lastna stanovanja, hiše ali zemljišča, ki so jih takratni stanovalci po



**KRANJ - Zg. Bitnje**, funkcionalno zasnovana samostojna hiša v 2 etažah, površ. 195 m<sup>2</sup> na zemljišču 417 m<sup>2</sup> v III. gradbeni fazi, v mansardi že deloma vgrajena okna. L. izg. 2009. Po dogovoru in doplačilu je možna izdelava do V. gr. faze. Cena: 158.000 EUR. Info: AJP, d.o.o. Kranj, Koroška c.2, 04/20 28 223, 031/330 040, info@ajp.si, www.ajp.si. Kupec ne plača provizije. Nudimo pomoč pri ureditvi financiranja.

osamosvojitvi odkupili po t. i. Jazbinškovem zakonu. Kasneje se je lastnik tudi tovarna, novi lastnik je s hipoteko obremenil tudi nepremičnino, ki so bile formalno še vedno v lasti podjetja (tovarne), čeprav so imeli pravi lastniki vse overjene pogodbe, le zemljiška knjiga je izpisovala drugačno stanje.

"Takšni lastniki so več desetletij živeli v dobri veri, da je vse urejeno, pa vendar ni tako," pravi Grega Košir iz podjetja Gekko projekt in nadaljuje: "Gre za napako lastnika in ne goljufijo novega lastnika podjetja." Novi lastnik se je zanašal na izpise iz zemljiške knjige, torej na pravo, enako tudi banke, ki sedaj od 'pravih' lastnikov terjajo njihove nepremičnine. "Razumem kupce, saj gre za njihov denar in so nepremičnino kupili že pred leti. Pa vendar na tem mestu vstopimo nepremičninski agenti. Marsikomu pa se še vedno žal zdi, da je naša provizija, ki je zakonsko predpisana, previsoka," pravi Košir.

"Trdim, da nam kupci in prodajalci zapajo, saj jim zagotavljamo varnost. Po

zakonu moramo imeti vse nepremičninske agencije zavarovano poslovno odgovornost," pravi Jani Nadižar iz Domplana ter dodaja, da do sedaj (tako kot drugi sogovorniki) zavarovanja iz naslova odgovornosti zaradi napak ni bilo treba nikoli uveljavljati. Nepremičninski agenti kupca vedno opozorijo, da določena nepremičnina ni primerna za nakup oziroma je treba prej urediti dokumente. Tako bi, na primer, storili v zgoraj opisanem primeru in morda na ta način tudi opozorili prave lastnike.

"Po zakonu smo dolžni preveriti dejansko stanje nepremičnine, hkrati seznanimo kupca in prodajalca s tržnimi razmerami, sodelujemo pri celotnih pogajanjih in speljemo postopek," o vlogi nepremičninskega agenta pravi Andreja Kern Egart iz podjetja K3 nepremičnine. Za provizijo, ki jo dobi, agenti odgovarjajo za posel. "V primeru, da bi šlo kaj narobe po naši krivdi, bo zavarovalnica povrnila stroške," pravi Kern Egartova in nadaljuje:

"Kupca in prodajalca moramo sezna-

nititi tudi z vsemi možnimi pastmi." Udeleženci se v nepremičninskih poslih ponavadi znajdejo le enkrat ali dvakrat v življenju, nepremičninski agenti vsakodnevno.

Najvišja stopnja provizije, ki znaša štiri odstotke, je zakonsko predpisana in se največkrat deli na dva odstotka na kupca in dva odstotka na prodajalca, za ta denar pa morajo nepremičninska podjetja zadostiti vrsto zakonsko določenim pogojem: od licence in zavarovanja vseh poslov, imeti morajo tudi primerne prostore in podobno. "Nikoli ne moremo reči, da nečesa nismo vedeli. Na prvem mestu je varnost, vse pogodbe za nas pripravljajo odvetniki," pravi Košir. Provizija je in ni velika, se strinja Nadižar: "Kadar bi šlo lahko kaj narobe, provizija niti ni velika. Pa tudi v trenutno težkih časih, ko prodamo bolj malo, stroški z ogledi, oglaševanjem in nudenjem informacij pa ostajajo, takšna provizija ni visoka."

Boštjan Bogataj, foto: Tina Dokl



V Mošnjah pri Podvinu prodamo več trisobnih stanovanj v izmeri od 76,18 do 121,83 m<sup>2</sup>, po ceni od 135.846,40 do 151.441,94 EUR (DDV je že vključen!). Vsakemu stanovanju pripadajo tudi kletna shramba in 2 parkirni mesti v garaži. Vseljivo predvidoma septembra 2009.

V Zadnji vasi pri Begunjah za 125.000,00 EUR prodamo čudovito, zazidljivo parcelo v velikosti 1057 m<sup>2</sup>.

V neposredni bližini termalnega kopališča Terme 3000 v Moravskih Toplicah, v prvem nadstropju poslovno stanovanjskega objekta prodamo nov turistični apartma v izmeri 50,20 m<sup>2</sup>. Cena je 99.000 EUR (DDV je že vključen!)



Hišca d.o.o., Gorenjska c. 16, 4240 Radovljica  
M: 041/46 89 89, T: 0590 59998  
E-pošta: info@nepremicnine-hisca.si  
Ostala ponudba: www.nepremicnine-hisca.si



**DaBoStan** nepremičnine d.o.o.

Staretova 25, 1000 Ljubljana,  
tel.: 040/862 780, 040/808 610, 01/283 91 52

*Odlikuje nas profesionalnost, skrbnost, varnost in poštenost.  
Nepremičninski posredniki z veljavno licenco MOP.*

#### Gostišče



Šenčur pri Kranju, I. 1995, 800 m<sup>2</sup> na parceli 1690 m<sup>2</sup>, štiri zvezdice, velik vrt, konferenčna soba, savna, jacuzzi, vinoteka, veliko parkirnišče, v odličnem stanju, z vso opremo. Cena: pribl. 1.050.000,00 EUR



Novogradnja - Radovljica - 3 km izven - Zg. Mitnica 1B. 300 m<sup>2</sup> bruto stan. površine na parc.1800 m<sup>2</sup>. Nadst. grajena, del. oprem. hiša na idlični lokaciji. Možna menjava za vašo nepremičnino. Cena: pribl. 397.000,00 EUR



Samo. hiša - novogradnja - Medvode - 1 km izven - Vaše. Zgr. do 5. gr. faze. 193,75 m<sup>2</sup> bruto stan. površine na parc. 447 m<sup>2</sup>. V bližini vsa infrastruktura, šola, vrtec, LPP,... Menjamo za vašo nepremičnino. Cena: pribl. 285.000,00 EUR



App. center Kr. Gore - novogradnja - oca 86 m<sup>2</sup> + zidana klet + skupni prostori + dve lastniški parkirnišči. Nadst. grajeni in popolnoma opremljeni apartmaji. Od smučišča le 5 minut sprehoda. Cena: pribl. 3.000,00 EUR/m<sup>2</sup> + ddv

[www.dabostan.si](http://www.dabostan.si)



# BORŠTNIKOV VOGAL: VEČSTANOVANJSKI OBJEKT S SODOBNO KULTURO BIVANJA

Sedem stanovanjskih enot v centru Cerkelj na Gorenjskem:

- V ceno stanovanja je vključen tudi osnovni paket notranje opreme: kuhinja Salvarani, jedilna miza in stoli Presotto, svetilo nad jedilno mizo de Majo, Esedra ali Linea Light ter garderobna omara Presotto
- V kleti objekta je garažni prostor za vse stanovalce
- Ugodna kreditna ponudba za financiranje nakupa stanovanja



LARA DOŠEN, TRŽENJE NEPREMIČNINSKIH PROJEKTOV / T: 01/513 5671 / M: 031/668 562 /  
E: [lara@petstar.si](mailto:lara@petstar.si)

MELITA FAKIN PARISH, VODJA PROJEKTA / T: 01/513 5663 / M: 051/671 762 /  
E: [melitafp@petstar.si](mailto:melitafp@petstar.si)



Cesta na Laze 12 / 1000 Ljubljana / [www.petstar.si](http://www.petstar.si)

# PRI TOČI SE NE ZANAŠAJTE NA SREČO.

PRETOČI

www.triglav.si

POŠLJITE SMS  
TOČA NA  
3131

**TOČA  
ALARM**

IZOGNITE SE TOČI Z NOVO BREZPLAČNO STORITVIJO  
**TOČA ALARM**. POŠLJITE SMS TOČA NA 3131 IN  
OB NEVARNOSTI TOČE BOSTE PREJELI OPOZORILNI SMS.

**PAMETNO JE IMETI DOBRO ZAVAROVAN AVTO.**



**triglav**

SPLOŠNI POGOJI SO OBJAVLJENI NA AVTO.TRIGLAV.SI. POSLANI SMS PO CENIKU VAŠEGA OPERATERJA. S SODELOVANJEM POSTANETE ČLAN BREZPLAČNE STORITVE TOČA ALARM, ODJAVA TOČA STOP NA 3131. ORGANIZATOR STORITVE: ZAVAROVALNICA TRIGLAV, D.D., IZVAJALEC STORITVE: SEDEM D.O.O. STORITEV JE BREZPLAČNA ZA ZAVAROVANCE ZAVAROVALNICE TRIGLAV, D.D., KI IMAJO SKLENJENO AVTOMOBILSKO ZAVAROVANJE.

produkcija  
**STUDIO REH**



# Rekreatur

EKIPNO KOLESARJENJE PO SLOVENIJI  
BOHINJ - NOVA GORICA - POSTOJNA - KRANJ, 27. - 30. AVGUST 2009

[www.rekreatur.si](http://www.rekreatur.si)

**Gorenjski Glas**











SREBRNI SEJALEC 2008  
Slovenska turistična organizacija

Studio Oreh Kranj  
REKREATUR -  
EKIPNO KOLESARJENJE PO SLOVENIJI





## V vodniku je opisanih 76 vzponov: nezahtevnih, zahtevnih in zelo zahtevnih.



**Jelena Justin**  
**Pozdravljene gore**

**Cena 20 evrov,  
za naročnike 15 evrov  
+ poština**

**Naročanje: po telefonu št. 04/201-42-41  
ali po el. pošti: narocnine@g-glas.si**

**Gorenjski Glas**

www.gorenjski-glas.si

## Vse za šolo naroči, v ustvarjalne počitnice skoči



poslovni sistem Mercator d.d., Dunajska 107, 1000 Ljubljana

## Živite s Piko

Ponudba velja od 4. 5. do 30. 6. 2009

Za res brezskrbne počitnice poskrbite še pred koncem leta. Imetniki kartice Mercator Pika lahko v **knjigarnah in papirnicah DZS** v maju in juniju **izkoristite ugodnosti pri nakupu učbenikov, delovnih zvezkov in šolskih potrebščin:**

**5 %** popusta na učbenike in delovne zvezke,  
**20 %** popusta na šolske potrebščine\*,  
možnost plačila na obroke brez obresti  
(polog + 5 obrokov).

\*Popust ne velja za že znižane artikle in artikle, ki so že v akciji.  
Popusti se ne seštevajo.

Največje ugodnosti  
s kartico  
Mercator Pika

ABC DZS DZS



**Mercator Pika**  
Zbirajte lepe trenutke

# Nakupujmo na okolju prijazen način

Želite spoznati, kako lahko "na papir" napisane politike za okolju prijazen razvoj konkretno prispevajo k večji kakovosti življenja in zdravje v vaši družini? Potem se z vso družino pridružite izobraževalno-promocijski akciji Spoznavamo in uživamo v trajnostni potrošnji naše družine'.

## Kako bo vse skupaj potekalo

V okviru projekta Od papirja trajnostnih politik do košarice trajnostne družine', ki ga sofinancira Urad RS za komuniciranje, bodo zainteresirane družine na "lastni koži" spoznavale, zakaj

in kako biti "trajnostna družina". Med prijavljenimi družinami bomo izbrali po eno za vsako od treh izbranih področij:

### Nakupovanje:

Na okolju prijazen način se boste odpravili nakupovat sezonsko hrano k

lokalnim proizvajalcem, kjer boste ob tem izvedeli, kako k okusnosti hrane pripomoreta tradicija in sonaravno kmetovanje. S kulinarčnim mojstrom boste iz kupljenega pripravili tipično in prehransko bogato družinsko kosilo, odpadke pa na koncu tudi okolju prijazno pospravili.

## Brez napora nad odvečne centimetre

"Sem ena izmed mnogih žensk, ki se nenehno trudi zmanjšati kilograme in izboljšati videz. V času sodobne tehnike nas sicer kar preplavljajo različni pripomočki in preparati za zmanjšanje telesne teže, a sama kljub veliki izbiri še nisem odkrila, kako brez velikega napora izgubiti centimetre tam, kjer najbolj motijo. Dokler nisem odkrila kavitacije - odprave maščobnih blazinic brez bolečin in pretiranega napora," je povedala Ana, ena od prvih strank novega salona CAVITÉ v Radovljici.

Kavitacija je metoda, ki s pomočjo najsodobnejše ultrazvočne tehnologije omogoča

koncentracijo energije na točno določeni globini v tkivu, kar zagotavlja selektivno razbitje maščobnih celic v podkožju. Površina kože, žile, živci in mišice pri tem ostanejo nedotaknjeni. Maščoba iz razbitih maščobnih celic se razlije v medcelično tekočino, od tam pa se po povsem naravni poti izloči iz telesa.

"Kot so mi obljubili v salonu, so bili rezultati vidni že po prvem posegu, po štirih obiskih v salonu pa nosim za celo konfekcijsko številko manjša oblačila. Če ob terapiji pazite še na prehrano in potrebno gibanje, je uspeh stoočtostno zagotovljen," je navdušena Ana.

Salon CAVITÉ v Radovljici je prvi na Gorenjskem, kjer so začeli kavitacijo. Na terapijo, ki je idealna rešitev za vse, ki želite izboljšati svoj videz, a se nočete ali ne morete odločiti za kirurški poseg, se vam tako ni več potrebno odpraviti v prestolnico.

Vodja salona Ženja Petrič priporoča vsaj dva obiska in obljublja sodobno, strokovno in temeljito ter obenem sproščujočo izkušnjo vsem, ki si še pred poletjem želite hitro, varno in učinkovito preoblikovati telo.



Pred tretmajem



Po štirih tretmajih



NAROČILA: 041 / 309 805

PE CAVITÉ STUDIO, ALJAŽ GOSTINČAR S.P.  
GORENJSKA CESTA 39, RADOVLJICA

### Potovanje:

Družinski izlet, ki je okolju prijazen, je lahko tudi najbolj zanimiv in poln dogodivščin. Vse, kar si želite doživeti na potovanju, boste našli že "za domačim vogalom", v vaši regiji. Ob tem boste spoznali, da ima lahko vsaka odločitev na potovanju pomen za ohranjanje naravne in kulturne dediščine Gorenjske.

### Raba energije:

Učinkovita raba obnovljivih virov energije "se splača" in prispeva k večjemu ugodju bivanja. Svoje vsakodnevne izkušnje vam bodo predstavili posamezniki in družine, ki so se za tako "družinsko energetiko" odločili že pred leti. Za

vaše nove ideje pa vam bo na voljo strokovnjak, s katerim boste skupaj naredili načrt učinkovitejše porabe energije v vaši družini.

Družinske izkušnje iz naštetih dogodkov bodo v člankih mesečno predstavljene bralcem oziroma drugim gorenjskim družinam, da jih lahko tako ali drugače vzamejo za svoje. Aktivnosti bodo potekale julija, avgusta in septembra. Celotni stroški pa bodo kriti s strani organizatorja, Centra za trajnostni razvoj podeželja Kranj.

### Kako prijavite vašo družino k sodelovanju

Kratek opis svoje družine s trenutnimi potrošniškimi navadami s področja nakupovanja in priprave hrane, potovanj in porabe energije pošljite do torka, 30. junija, na naslov Center za trajnostni razvoj podeželja Kranj, Strahinji 99A, 4202 Naklo ali e-naslov: info@ctrp-kranj.si. Izbrane družine bodo objavljene v eni prvih julijskih številčk Gorenjskega glasa.

In če menite, da ste še daleč od trajnostne družinske potrošnje, se nikar ne ustrašite. V tem primeru vam bo sodelovanje še bolj zanimivo in polno novih koristnih znanj.

### Trajnostni razvoj ... kaj je že to

Človekovo poseganje v okolje je v zadnjih desetletjih preraslo do te mere, da je presešlo obnovljive in samočistilne sposobnosti okolja in s tem porušilo njegovo ravnovesje na kopnem, v vodah in zraku. Danes nas o napačnem ravnanju vsakodnevno opozarja narava sama, s številnimi poplavami, požari, vročinskimi vali, neurji in drugimi katastrofami, ki so posledica podnebnih sprememb.

Zmanjšanja izpustov in manjše porabe neobnovljivih naravnih virov (energija, voda, obdelovalna zemlja ...) pa ni brez korenito drugačne pridelave hrane in surovin, proizvodnje in potrošnje, t. i. trajnostnega razvoja. Pri takem razvoju se poskuša v okviru omejitev zagotoviti kakovostno in varno življenje sedanje in prihajajočih generacij. Tak razvoj pomeni proizvodnjo in promet, ki okolja ne obremenjujeta pretirano in učinkovito uporabljata energijo. Prav tako pomeni sonaravno pridelano hrano, brez pretirane uporabe kemikalij in dolgih onesnažujočih kilometrov poti do kupca.

Trajnostno je tako načrtovanje gradenj, ki kmetijske zemlje ne pozidava brez razloga in uporablja lokalne arhitekturne vzorce ter naravne materiale. Namesto izključnega uvažanja izdelkov se v gospodarstvu podpira obstoj kvalitetne lokalne proizvodnje, množična proizvodnja in potrošnja pa ne gresta na račun "brisanja" kulturnih posebnosti manjših narodov.

Vaše družinske odločitve za potrošnjo, ki je na videz le majhen korak k trajnostnemu razvoju, lahko zelo otipljivo vplivajo na večjo kakovost življenja vse vaše družine.

Staša Gams, Uroš Brankovič - CTRP Kranj

## ZA LEP VRT IN RODOVITNO POLJE

### EKOLOŠKO VRTNARJENJE

- naravna bioaktivna gnojila
- gnojila iz rastlinskih izvlečkov
- naravna sredstva za varstvo rastlin brez čakalne dobe

- sadike, semena in gnojila
- ugodno: SEME TRAV
- substrati, zemlja za sajenje in presajanje

### OKENSKÉ IN BALKONSKÉ RASTLINE

- lončnice, okrasni lonci, korita
- vrtno in ročno orodje, kosilnice
- zalivalni program

### SREDSTVA ZA VARSTVO RASTLIN in SVETOVANJE

### KMETIJSKA MEHANIZACIJA

- traktorji, balirke, prikolice, ...
- folija za ovijanje bal, mreže, vrvica, ...
- olja, maziva, ...



## SLOGA

Kmetijsko vrtnarski center KRAJ  
Tel.: (04) 2014 960

Kmetijsko vrtnarski center NAKLO  
Tel.: (04) 5951 940

Kmetijsko tehnični center ŠENČUR  
Tel.: (04) 2519 772

Od ponedeljka do petka od 7. - 19. ure,  
sobota od 7. - 15. ure (KTC Šenčur do 13. ure)



za  
vas sije  
sonce



**Okrasni keramični  
lonc Lilac**  
premer 15 cm  
Art: 116729

€ **2,99**  
prihranek 29%

**Klub Kalia**

prihranek

**39%**

cena s popustom samo  
za imetnike kartice Kalia

**3,29**



**Gnojilo za  
paradižnik  
Valentin**  
1 l  
Art: 43562

redna cena

€ **5,40**

redna cena

€ **0,54**

**Enoletnice**  
Tagetes  
cena za 1 kos



Velika izbira vrtnih sedežnih  
garnitur po ugodnih cenah v  
vrtnih centrih Kalia.



**Vrtnica mix**  
v loncu 3l  
Art: 38471

€ **8,09**  
prihranek 18%

**Izrežite kupon!**

Obiščite vrtni center ali prodajalno Kalia, izberite artikel, ki bi ga želeli kupiti **10 % ceneje**. S pomočjo prodajalca napišite naziv in šifro artikla v spodnji okvirček in popust je vaš.

**Kupon za 10% popust**

Šifra artikla

Naziv artikla

Kupon je unovčljiv do 30. 6. 2009

Popust ne velja za sredstva za varstvo rastlin, mineralna gnojila v embalažah po 25 in 50 kg, krmne poljščine v večjih embalažah in za akcijske artikle iz Ponudbe meseca. Popusti se ne seštevajo.

[www.kalia.si](http://www.kalia.si)

za vas sije sonce

Posebna ponudba velja v maloprodajnih enotah Kalia po vsej Sloveniji **od 1. do 30. junija 2009**, oziroma do prodaje zalog. Izdelki so iz naše redne ponudbe. Posamezna prodajalna ima v ponudbi akcijske artikle v obsegu svojega prodajnega programa. Pridržujemo si pravico do sprememb. Nekatere slike so simbolne, dekorativni material ni vključen v ceno. Popusti se ne seštevajo. Za morebitne napake v tisku se opravičujemo in vas prosimo, da nas o njih obvestite na tel. št. 01/475 93 51. Cene vseh artiklov so v EUR in vključujejo DDV.



**VRTNI CENTRI  
KALIA**

**VRTNI CENTRI KALIA**

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

Semenarna Ljubljana, d.d., Dolejska cesta 242 Ljubljana  
[www.kalia.si](http://www.kalia.si)



## Popenjavke

Med lesnatimi rastlinami so popenjavke pomembne kot oblikovalke vrta. Popenjajo se na različne načine: s stebli okoli opore, s sesalnimi koreninicami, z bodicami, z viticami, ipd. Ozelenijo puste zidove in s svojim cvetjem polepšajo vhod v hišo ali zakrijejo staro vrtno steno. Lahko se ovijejo tudi okoli dreves. Tako lahko gojimo srobotne, glicinije, vrtnico, bršljan, plazečo trdolesko, jasmينوvo trobljlo itd. Večina popenjavk ima skromne rastne zahteve. Sroboti in bršljan ljubijo apnena tla. Lahka suha tla so primerna za divje trte. V polsenci dobro uspevajo kiviji, sroboti, bršljan, kovačnik in plazeča hortenzija. Če želimo imeti bogato cvetočo popenjavko, lahko izberemo med različnimi vrstami popenjavah vrtnic.

Za sajenje popenjavk pripravimo ustrezno jamo, globine 40×40 cm, vsaj 70 cm proč od stene, da okoli njih kroži svež zrak. Sadiko posadimo poševno proti opori. Po sajenju jo še 10 cm na debelo prekrijemo s kakovostno prstjo.

Med popenjavke spadajo tudi nekatere sadne rastline: vrtno robide in tayberry, s katerimi lahko prekrijemo marsikatero pušto in dovolj osončeno steno. Tudi vinska trta in kivi lahko v vrtu prekrita senčnico, obenem pa nam nudita tudi okusen pridelek. Vinske trte, ki se vzpenja po brajdi, tudi ni treba škropiti, saj zato izberemo manj zahtevne sorte vinske trte. Med dobro rodnimi in okusnimi sortami grozdja so Julijski muškat, Aurora, Kardinal, Perlon, Muškat hamburg, Regina.

*Ljuba Erjavec,  
univ. dipl. inž. agr. - BC Naklo*

# Naredimo si pisan solatni krožnik

Solata in njene sorodnice so vrtnine številka ena na slovenskem okolišu. Na splošno velja, da ob upoštevanju glavnih pravil, pridelava solate, endivije in radiča ni zahtevna. Premalokrat pa se vprašamo, kako je bila solata pridelana. Je res tako zdrava? Solato so že v starem veku uporabljali kot zelo zdravilno vrtnino. Učinkovine, ki so v solati, uravnajo pH krvi in kri očistijo. V solati je veliko vlaknin, ki olajšajo iztrebljanje blata. V ta namen jo je dobro jesti predvsem pred glavnim obrokom kot predjed. Tako bodo grenke snovi in citronska kislina pospešile prebavo in pri neješčnosti vzbudile tek. Solata pomirja kašelj, astmo, živce in krče. Večje količine kalija in malo natrija iz solate pospešijo izločanje vode. Solati dajejo prijeten okus organske kisline. Vsebuje veliko klorofila, še posebej, če je gojena na prostem.

Glede hranil ni zahtevna oz. tla ne smejo biti pregnojena, ker s tem preprečimo možnost za boleznin in škodljivce. Presežek dušika povzroči kopičenje nitratov v solati, ki pa se v telesu pretvorijo v nitrite, za katere pa vemo, da lahko poslabšajo prenos kisika v krvi. Količina nitratov v solati se večja s krajšanjem dneva. Tako velja, da solato nabiramo, ko je sončno in svetlo. Pri sajenju na stalno mesto mora imeti zemlja temperaturo do 10 stopinj Celzija, spomladi jo lahko pokrijemo s kopreno in s tem zagotovimo hitrejši pridelek. Tla med rastno dobo večkrat prerahljamo. Zbita tla pospešujejo razvoj koreninskih uši, strun in ličink hroščev pokalic. Poleg rahljanja pomaga, če zakopljemo prerezan kaleč krompir ali jabolko. Ogljikov

dioksid, ki se pri tem sprošča, pritegne strune, da se zavrtajo vanj. Strune grizljajo korenine in taka rastlina propade. Listne uši rastline ne uničijo, je pa priporočljivo, da tako rastlino temeljito speremo z vodo. Med nujnimi opravili na vrtu je tudi redčenje sadik, da omogočimo kroženje zraka, s čimer zmanjšamo nevarnost širjenja glivičnih bolezni, predvsem solatne plesni. Glivične bolezni so povezane s klimatskimi razmerami (vlaga, toplota). Solate ne smemo nikoli polivati po listih, zalivamo zvečer, da v vročini ne povzročimo ožigov listov. Zelo velikokrat se na solati pojavi solatna plesen, ki jo prepoznamo po beli prevleki na spodnji strani listov. Preprečimo z redčenjem, preventivna uporaba pripravka iz mleka in kamilic, ob napadu pa škropimo s pripravkom iz čebule, česna in žajblja.

Na šolskem posestvu smo imeli letos v poskusu različne sorte solat iz ekološke semenarske hiše Rein Saat iz Avstrije. Sorte se med seboj razlikujejo glede na namen (za trg in za vrtičkarje), po barvah (rdeče in zelene, rumenkaste, pisane), glavnote, rozetaste in za obiranje - obrtovanje. Med sortami pa seveda najdemo tudi mehkolistne (Ovation, Atraktion) in krhkolistne (Merveille de verano, Grazer Krauthauptel).

Za vrtičkarje so zelo primerne sorte za obiranje, ker jih obrtujemo lahko celo poletje (Picarde, Lollo rossa, Lollo Bionda in Catalogna). Za na vrt priporočam vsaj tri različne sorte, saj si s tem lahko pripravimo zelo zanimiv solatni obrok.

*Sonja Jerič Štefe, dipl. inž. agr. - BC Naklo*



# Naravni rastlinski pripravki namesto kemičnih sredstev za varstvo rastlin

V sadovnjaku in zelenjavnem vrtu se pojavljajo številne bolezni in škodljivci. S kemičnimi sredstvi za varstvo rastlin jih sicer lahko uspešno zatiramo, vendar če se le da, kemična sredstva nadomestimo z drugimi načini varstva, ki so prijaznejši do okolja in bolj zdravi za človeka. Tako lahko naseljujemo koristne organizme in pripravljamo naravne pripravke iz rastlin, ki na škodljive organizme delujejo odvrtačno in povečujejo odpornost rastlin.

V rastlinskem svetu najdemo kar precej takšnih rastlin: koprivo, navadni gabez, praprotnik, bezeg, kamilice, kapucinke, česen, zelje, hren, korenje, vratič, rabarbaro, njivsko preslico, rman, paradižnik, pelin in čebulo.

Iz paradižnika lahko pripravimo številne okusne jedi, paradižnikove liste pa lahko uporabimo kot odvrtačalo proti zeljni oz. kapusovi muhi, deluje pa tudi kot gnojilo. Iz 100 g paradižnikovih listov pripravimo izvleček v hladni vodi, liste prelijemo z dvema litroma hladne vode in pustimo stati dve uri. Nato precedimo in ga razredčimo z vodo v

razmerju 1:1. Z njim poleti škropimo kapusnice. Za odvrtačanje uši in različnih gosenic ter proti rji na ribezu lahko uporabimo pelin. Poleti ga uporabljamo proti listnim ušem in jabolčnemu zavijaču, jeseni proti pršici na robidi. Vzamemo 300 g svežih ali 30 g posušenih listov, jih prelijemo z vodo in skuhamo čaj. V spomladanskem času škropimo z nerazredčenim pripravkom, poleti razredčimo z vodo v razmerju 1:3 in za jesenska škropljenja v razmerju 1:2. Lahko pa jih namočimo v vodi in pripravek uporabimo kot gnojilo.

Proti korenjevi muhi škropimo mlado korenje s pripravkom iz česna. Na splošno povečuje odpornost rastlin na glivične bolezni, zelo ugodno deluje na paradižnik in jagode; lahko ga uporabimo tudi za gnojenje v razmerju 1:10. 500 g česnovih strokov ali mešanico česna s čebulo prelijemo z 1 l vode, premešamo in pustimo zoreti 5 dni in tako je pripravljen za uporabo.

Marija Urankar,  
univ. dipl. inž. agr. - BC Naklo



Pelin



Česen



**Vabljeni na razstavo cvetličarjev in vrtnarjev.**  
Odprtje razstave bo 23. junija 2009 ob 13. uri s kulturnim programom.  
Čas razstave: torek od 13.30 do 18. ure in sreda od 9. do 18. ure.

#### DELOVNI ČAS TRGOVINE:

ponedeljek: 9.00 - 13.00; torek: 13.00 - 19.00; sreda: 9.00 - 13.00  
četrtek: 9.00 - 13.00; petek: 9.00 - 19.00; sobota: 9.00 - 13.00

Telefon: 04/277 21 26, 041/499 935.

Več informacij najdete na naši spletni strani: [www.bc-naklo.si](http://www.bc-naklo.si)

## Vrtnica, dama poletja

Malo se ozrimo naokrog in opazili bomo, da je junij mesec barvitih dehtečih vrtnic. Te cvetoče dame imajo za seboj bogato preteklost. Gojiti so jih začeli že pred 8000 leti v Egiptu. Uporabljali so jih kot kadila za obredne namene, saj so s pomočjo dima iz vrtnic vzpostavili stik z bogovi. Od tod tudi izvira izraz za parfum, saj latinsko *per fumum* pomeni "skozi dim". Torej skozi različna zgodovinska obdobja si je vrtnica utrdila svoje mesto v naših vrtovih. Iz bogatih socvetij vrtnic lahko ustvarimo zelo opazne mikavne aranžmaje. Za vrtnice, ki imajo velika socvetja in ukrivljena stebila, lahko uporabimo višje posode in ustvarimo rožnate slapove, drugič pa jih lahko enostavno kratko odrežemo in vejico ali dve damo v zanimivo skodelico.

Ste že slišali rek *Tako je lep, da bi ga kar pojedel?* No, pri vrtnicah to kar drži. Če se odločimo, da bomo vrtnice uporabili v kulinariki, moramo cvetne liste nabrati zgodaj zjutraj, preden sončni žarki pobežejo žlahtni vonj. Najbolj dišeči so komaj odprti cvetovi. Naj poudarim, da vrtnice ne smejo biti škropljene.

Torej, če želimo za zajtrk postreči z marmelado iz vrtnic, moramo osmukati kar izdatno število cvetov. Recept za rožno marmelado po Messeguejevo se glasi: dišečim cvetnim listom dodajte enako količino sladkorja in malo vode in jih kuhajte dve do tri ure na nizkem ognju. Ob koncu dodajte še sok ene limone. V primeru, da nismo večji takih kuharskih podvigov, pa enostavno namažemo kos kruha z maslom in ga posujemo s svežimi cvetnimi vrtničnimi listi. Naj vam tekne!

Mag. Sabina Šegula - BC Naklo



# Ne sončite se nadišavljeni

Ljudje, ki naj bi se dosledno izogibali soncu, so rdečelasi, osebe svetle polti, pegasti, osebe s številnimi pigmentnimi znamenji ter tisti, ki so alergični na sonce.

Koža je ovoj, ki obdaja telo, in ima zelo pomembno zaščitno vlogo. Ker je ozonska plast resno poškodovana, je pretirano izpostavljanje sončnim žarkom lahko zelo nevarno. V nekih normalnih okvirih ima sonce tudi pozitivne vplive na naše zdravje, saj omogoča sintezo vitamina D, krepi obrambno sposobnost proti infekcijskim boleznim, ugodno vpliva na krvni obtok ter na splošno dobro počutje. Tik pred vročim poletjem smo v pogovoru s **Tamaro Heraković**, dr. med., spec. dermatovenerologije, iz Splošne bolnišnice Jesenice govorili predvsem o veliki previdnosti pri izpostavljanju sončnim žarkom.

## **Kaj moramo narediti, še preden se izpostavimo sončnim žarkom?**

"Pred sončenjem je priporočljivo uživati živila, ki vsebujejo večje količine beta-karotena, kot so na primer korenje, melone, marelice in buče. Uživati moramo večje količine negaziranih pijač, kot so voda in nesladkani čaji, tako pred sončenjem kot med sončenjem.

Kožo je treba počasi navajati na sonce. Uporaba preparata z visokim zaščitnim faktorjem je obvezna. Izbrati moramo zaščito, ki ustreza našemu fototipu kože, še posebej moramo biti pozorni na dvojno zaščito, kar pomeni, da je na kremi napisano UVA+UVB. Zavedati se moramo dejstva, da je koža izpostavljena vplivu sonca tudi, če gremo v službo, na sprehod, če smo na vrtu, torej med vsakodnevnimi

opravili. Prav je, če se namažemo približno trideset minut pred izpostavljanjem soncu. Krema je treba namazati enakomerno ter v dovolj debeli plasti. Posebej zaščitimo dele, kjer je koža zelo tanka, kot so na primer ustnice, veke, ušesa, nosni greben, ličnice, ramena, dekolte. Če se kopamo, se namažemo vedno, ko pridemo iz vode, priporočljiva so tudi vodoodporna zaščitna sredstva. Če ne plavamo, se namažemo na vsaki dve do tri ure. En nanos ne štiti ves dan! Prav tako je pomembno, da se po sončenju namažemo z vlažilno, hranilno kremo ali na primer z mlekom s pantenolom.

Če nam ostane krema od lani, preverimo, kakšna je. Neuporabna ima spremenjen vonj in je zrnata. Po določenih podatkih naj bi bila uporabna približno dve leti, vendar je najbolje, da jo zavržemo in uporabljamo novo.

Ljudje, ki naj bi se dosledno izogibali soncu, so rdečelasi, osebe svetle polti, pegasti, osebe s številnimi pigmentnimi znamenji ter tisti, ki so alergični na sonce. Pri njih se na koži, ki je bila izpostavljena soncu, pojavi rdečkast, srbeč izpuščaj."

## **Kaj menite o uporabi solarijev?**

"Solarij ni varna zaščita, celo nasprotno. Zlasti ga odsvetujemo mlajšim od 18 let. Trideset minut v solariju je enakovredno celodnevnom sončenju. Luči oddajajo trikrat več UVA žarkov kot sonce in manj UVB žarkov, zato je tveganje za pojav raka povečano."

## **Kakšen je učinek samoporjavitvenih krem?**

"Krema za samoporjavitvev je varen nadomestek, saj obarva le zgornjo plast kože, barva traja približno pet do šest dni in se nato odlušči z odmrliimi celicami. Pred nanašanjem se priporoča piling kože, ki podaljša trajanje barve za kakšen dan. Tako kožo je vseeno priporočljivo namazati z zaščitnimi kremami. Seveda se moramo zavedati možnosti, da lahko pride do preobčutljivostne reakcije na preparat, zato je treba narediti preizkus in namazati majhno količino kreme na manjše, skrito področje kože, pokriti z obližem in kontrolirati reakcijo čez dva dni."

## **Kakšno zaščitno kremo kupiti, kaj nam pove zaščitni faktor?**

"SPF (Sun protecting factor) ali ZF (zaščitni faktor) je približna vrednost, ki pove, kolikokrat dlje smo lahko izpostavljeni soncu, kot če bi bili nezaščiteni. Na primer UVA 15 za petnajstkrat poveča sposobnost samozaščite pred žarki UVA. A to ni dovolj, če se namažemo samo enkrat! Ločimo preparate z nizko zaščito (SPF 6-10), srednjo zaščito (SPF 15-25), visoko zaščito (SPF 30-50) ter z zelo visoko zaščito (SPF 50+).

Še posebej moramo biti pozorni, kadar izbiramo izdelke za otroško kožo. Na splošno naj bi ti vsebovali čim manj dišav in konzervansov, saj se na ta način zmanjša možnost preobčutljivostne reakcije.

Če pa vas že opeče, si kožo hladite z jogurtom, hladilnimi mazili, vlažilnimi kremami. Počivajte v temnejšem prostoru in pijte dovolj tekočine. Zdravniško pomoč poiščite v primeru, če bruhate, se slabo počutite in imate povišano temperaturo."

**V kombinaciji s sončnimi žarki lahko hude preobčutljivosti na koži povzročajo tudi nekatera zdravila. Kaj svetujete?**

"Pri uporabi zdravil je treba biti previden. Prav bi bilo, če bi se osebe, ki jemljejo zdravila, o morebitnih tveganjih posvetovali z zdravnikom ali farmaceutom, preden se odločijo za sončenje."

**Pretirana izpostavljenost soncu ima svoje zgodnje in pozne posledice. Katere?**

"Zgodnje posledice so rdečina kože, opekline in toksični dermatitis, ki nastane pod vplivom sončenja na mokri travi. Iz trave se sproščajo snovi, ki v kombinaciji z UV žarki povzročijo



Tamara Heraković,  
dr. med., spec. dermatovenerologije

toksično reakcijo kože. Podobno delujejo tudi dišave, zato se nikoli ne sončimo nadišavljeni.

Posledice pretiranega sončenja se lahko pokažejo šele čez leta. Nepravilna izpostavljenost povzroči nastanek gubic, izsuši kožo ter prispeva k prezgodnjemu staranju kože in povečuje tveganje za nastanek kožnega raka. Približno 90 odstotkov karcinomov nastane zaradi škodljivega delovanja sončnih žarkov. Škodljivi vplivi UV žarkov se kopičijo v kožnih celicah. Celice seštevajo povzročeno škodo, ki je lahko velika, tudi če nismo opečeni. Posledice lahko postanejo vidne šele čez desetletja in tedaj škode, žal, ni mogoče popraviti. Najbolj nevaren je maligni melanom. Število ljudi, ki zbolijo za malignim melanomom, se vsakih deset let približno podvoji.

Dojenčkov, mlajših od šest mesecev, in majhnih otrok ne izpostavljajte neposrednim sončnim žarkom. Izpostavljenost soncu v otroških in mladostniških letih je najpomembnejši dejavnik tveganja za nastanek

# VENERA SHOP

**NAJVEČJA EROTIČNA TRGOVINA  
VAM PREDSTAVLJA  
PRVI EROTIČNI DISKONT V SLOVENIJI**



**OBIŠČITE NAS NA ŠUCEVI 25 V KRANJU,  
V POSLOVNI HIŠI RONA NA PRIMSKOVEM,  
ALI PA NAS POKLIČITE NA TELEFON 04/ 281 32 20  
TER SI ZAGOTOVITE BREZPLAČEN KATALOG!**

**DELOVNI ČAS:  
OD PONEDELJKA DO PETKA  
OD 7.00 DO 17.00**

**[www.venera-shop.si](http://www.venera-shop.si)**

**VSTOPITE V SVET EROTIKE IN POPESTRITE VAŠE INTIMNE TRENUTKE!**

malignega melanoma. Polovico UV žarkov prejmemo že pred 20. letom starosti. Če pa se sončnim žarkom ne morete izogniti, otroka zaščitite s preparatom, ki ima ZF vsaj 15, a ne več kot 30 (zaradi možnosti fototoksičnih reakcij in

alergij). Primerni so anorganski UV filtri (titanov dioskid in/ali cinkov oksid). Kreme naj bodo vodoodporne.

**In če se že, kdaj se sploh sončiti?**

”Najboljše je, če ne hodimo na sonce med 10. in 16. uro oziroma takrat, ko je naša senca krajša od telesa. Zgodnje jutranje sonce, takoj po sončnem vzhodu s temperaturami pod 18 stopinj Celzija, je še posebej zdravilno.

Zelo priporočamo uporabo zaščitnih sončnih očal, ki imajo široke oziroma velike okvirje ter ustrezna stekla in če je možno, pokrivala za glavo. Oblačila naj bodo ohlapna, z dolgimi rokavi in hlačnicami, najboljše v beli barvi.”

*Suzana P. Kovačič*



**NOVO - MASAŽA CELEGA TELESA 50 MIN - 19,99 EUR**

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

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

PREJ

POTEM

**Kozmetični studio KŠENJIA**

Pomladimo se v Kozmetičnem studiu  
Hrast Ksenija s.p., Ul. Rudija Papeža 5, Kranj,  
tel.: 04/23 52 570

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

**Hidrasal**  
prehransko dopolnilo

**rehidracijska sol z glukozo in minerali**

Napitek, pripravljen iz praška, je namenjen nadomeščanju mineralov in tekočine, ki jih zaradi povečanega znojenja izgubimo pri športu in drugih telesnih dejavnostih.

HIDRASAL ne vsebuje konzervansov, arom in barvil.

**Gorenjske lekarne**  
www.gorenjske-lekarne.si  
Galenski laboratorij, Blavensova 8, Kranj, tel. 04 20 16 159

**SONČENJE**  
Galenski laboratorij Gorenjskih lekarn

zaščita kože pred soncem

KREMA S KAKAVOVIM MASLOM ZF 1

KREMA S KAKAVOVIM MASLOM ZF 21

nega kože po sončenju

ŠENTJANŽEVO OLJE

KAKAVOVO MASLO

KOZMETIČNE IZDELKE IZDELUJEMO PO PRILAGAJENIM LEKARNIŠKIM RECEPTOM.  
VSEBUJEJO VARNIŠKE IZBRANE SUKAVINE PRISTOJNE KARBONATE.  
Galenski laboratorij, Blavensova 8, Kranj, tel. 04 20 16 159  
www.gorenjske-lekarne.si

# Poznamo razlike med zdravili in prehranskimi dopolnili?

Prehranska dopolnila po svoji obliki in zunanji ovojnini (tablete, šumeče tablete, kapsule, zrnca, raztopina, praški, suspenzija ... v škatlicah, stekleničkah) ter načinu uporabe lahko spominjajo na zdravila, vendar pa se tako po definiciji kot tudi po namenu uporabe bistveno razlikujejo od zdravil. Kaj je zdravilo in kaj prehransko dopolnilo, kakšne so glavne razlike med zdravilom in prehranskim dopolnilom - na vsa ta vprašanja pa vam bom poizkusila odgovoriti v tem prispevku.

## Razlike v sestavi in delovanju ter nadzoru

**Zdravilo** je po Zakonu o zdravilih vsaka snov ali kombinacija snovi, ki je namenjena zdravljenju, preprečevanju ali ugotavljanju bolezni pri ljudeh in živalih. Zdravilo je lahko v prometu šele takrat, ko proizvajalec zanj od pristojnega državnega organa (agencije za zdravila) pridobi **dovoljenje za promet** (pogovorno temu pravimo registracija), ki je zagotovilo za kakovost, varnost in učinkovitost zdravila ter kasnejši nadzor nad zdravilom. Zdravila so izdelana v skladu z dobro proizvodno prakso, ki je pod ustreznim inšpekcijskim nadzorom.

**Prehranska dopolnila** obravnava zakonodaja o živilih, saj so ti izdelki živila, katerih osnovni namen je dopolnjevanje običajno prehrano. So koncentrirani viri snovi s hranilnim ali fiziološkim učinkom. Najpogosteje vsebujejo vitamine in minerale, lahko pa tudi aminokislino, rastline in rastlinske izvlečke, ter druge snovi s hranilnim ali fiziološkim učinkom, pod pogojem, da je njihova varnost v prehrani ljudi znanstveno utemeljena. Niso nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano, njihov namen je dopolnjevanje običajno prehrano in ne zdraviti, preprečevati ali ozdraviti bolezni, kot to velja za zdravila. Uporabljali naj bi jih ljudje, ki nimajo redne, kvalitetne in raznovrstne prehrane ali imajo povečane potrebe po določenih snoveh, ki jih v zadostni količini težko zagotovijo s hrano. Tako EU kot slovenska zakonodaja ne predpisujeta predhodnega preverjanja dejanske sestave prehranskega dopolnila in skladnosti z živilsko zakonodajo. Kadar se na primer prehransko dopolnilo prvič daje v promet v Republiki Sloveniji, mora proizvajalec ali uvoznik o tem obvestiti Ministrstvo za zdravje. Glavni namen je vodenje evidence prehranskih dopolnil, ki so v prometu v Sloveniji.

## Razlike v označevanju izdelkov in vrstah informacij na izdelku

**Zdravila** imajo na obojnini in v navodilu za uporabo verodostojne informacije o področju uporabe, učinkovitosti, opozorilih, previdnostnih ukrepih, kontraindikacijah, medsebojnem delovanju (interakcijah) in neželenih učinkih. Te informacije se z namenom pravilne in varne uporabe zdravila tudi stalno preverjajo in po potrebi dopolnjujejo. To velja tudi za registrirana zdravila rastlinskega izvora.

**Prehranska dopolnila** morajo biti označena z navedbama: "prehransko dopolnilo" in "prehranska dopolnila niso nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano". Pri označevanju, predstavljanju in oglaševanju se jim ne sme pripisovati lastnosti preprečevanja, zdravljenja ali ozdravljenja bolezni pri ljudeh.



Polona Peternej, mag. farm.

## Razlike v mestu izdajanja

Zdravila na recept in določena zdravila brez recepta se zaradi zagotavljanja varne in pravilne uporabe lahko izdajajo le v lekarnah, medtem ko se lahko nekatera zdravila brez recepta izdajajo tudi v specializiranih prodajalnah, kjer je zaposlen farmacevtski tehnik. V lekarnah so na voljo tudi prehranska dopolnila, ki pa jih lahko kupimo tudi v specializiranih trgovinah, trgovinah s športno prehrano, živilskih trgovinah ter preko prodaje na svetovnem spletu, žal nekatera tudi preko prodaje "od vrat do vrat".

Med zdravili in prehranskimi dopolnili je torej kar nekaj bistvenih razlik, vendar je tako kot pri uporabi zdravil tudi pri uporabi prehranskega dopolnila zelo pomembno, da uporabnik pridobi dovolj informacij za pravilno in varno uporabo izdelka ter izdelek tudi pravilno uporablja. V lekarni vam bomo s poznavanjem sestavin prehranskega dopolnila in njegovega delovanja pomagali pri ustrezni izbiri, vam mogoče svetovali uporabo drugega izdelka, predvsem tistih, ki so priglašena kot zdravila naravnega izvora, ali prepoznali težavo, zaradi katere vas bomo napotili k zdravniku.

Polona Peternej, mag. farm., Lekarna Radovljica

Trenutno imamo v Evropi in tudi v Sloveniji zelo veliko število prehranskih dopolnil. Poleg spremenjenega načina življenja in prehranjevanja je na to situacijo v veliki meri vplivalo stanje v ZDA, kjer so leta 1994 med prehranske izdelke vključili tudi izdelke naravnega oz. rastlinskega izvora ter vitaminske in mineralne izdelke. Lekarniški farmacevti ugotavljamo, da žal nekateri proizvajalci prehransko dopolnilo velikokrat predstavljajo "več kot le prehransko dopolnilo" in mu tako z navajanjem področij uporabe posredno pripisujejo zdravilne lastnosti ali pa zavajajo uporabnika z navajanjem nedokazanih učinkov. Opažamo, da deklaracije na izdelku pogosteje ustrezajo lastnostim prehranskega dopolnila kot pa informiranje potencialnih kupcev v medijih ali v informativnem gradivu, saj je le-to velikokrat zavajajoče in predstavljeno samo s pozitivne plati. Ob nedovoljenem predstavljanju izdelkov z zdravilnimi učinki obstaja namreč posredna nevarnost za zdravje zaradi možnega nepravilnega prepoznavanja bolezni in nepravočasnega pravičnega zdravljenja. Prav zato smo se v Gorenjskih lekarnah odločili, da v skrbi za varnost uporabnikov ter pravilno uporabo prehranskih dopolnil ponudimo v naših lekarnah le tista prehranska dopolnila, za katera menimo, da ustrezajo namenu uporabe in zakonodajnim predpisom.

Mag. Nina Pisk, mag. farm.



- Lekarniške enote: Bled Zlatorog, Bohinjska Bistrica, Cerklje, Gorenja vas, Jesenice, Kranj, Kranjska Gora, Kropa, Lesce, Planina, Planina II, Podlubnik, Preddvor, Primskovo, Radovljica, Stražišče, Šenčur, Škofja Loka, Tržič, Železniki, Žiri, Žirovnica
- Farmakoinformativna služba • Galenski laboratorij • Kontrolno analizni laboratorij

# Volkswagnov novinec bo Amarok

Letošnjo jesen bodo v Južni Ameriki predstavili prvi poltovornjak enega velikih evropskih proizvajalcev vozil.

Pri Volkswagnovih gospodarskih vozilih so sporočili, da se bo njihov novi odprti dostavnik, ki ga bodo predstavili jeseni, imenoval Amarok. Ime Amarok izvira iz jezika Inuitov, ki živijo v severni Kanadi in na Grenlandiji, in pomeni volk. Ime poleg tega pomeni "ljubi kamen" v romanskih jezikih, ki jih govorijo na največjih trgih v Braziliji in Argentini, kjer je veliko povpraševanja po poltovornjakih kot rekreacijskih in gospodarskih vozilih. Tam naj bi se prodaja Amaroka začela prihodnjo pomlad, v Evropi pa poleti. Model Amarok bodo izdelovali v Argentini, v Volkswagnovi tovarni Pacheco v bližini Buenos Airesa.

Amarok bo prvi tovrstni odprti dostavnik kakšnega evropskega proizvajalca. Njegovi tekmeči v razredu prihajajo zlasti iz Azije. Šesti model izpod okrilja znamke Volkswagen Gospodarska vozila, ki sledi modelom Caddy, Transporter oziroma Multivan in Crafter ter modeloma Saveiro



in T2, ki sta naprodaj izključno v Južni Ameriki, je pomembna komponenta Volkswagnove strategije rasti. Amarok je bil zasnovan povsem na novo. Predstavili ga bodo kot poltovornjak z dvojno kabino in štirikolesnim pogonom. Kasneje bo na voljo tudi različica z enojno kabino. Poltovornjak ne bo opremljen samo z najsodobnejšo, robustno tehniko, temveč tudi z učinkovitimi motorji in aktualnimi Volkswagnovimi slogovnimi elementi. Za prvi vtis je poskrbelo konceptno vozilo, ki so ga predstavili na mednarodnem avtomobilskem salonu.

*Matjaž Gregorič*



**Prispevamo k Vašem poslu!**  
**Posebna ponudba za vozila iz zaloge!**

Za podrobnejše informacije se obrnite na Vaše najbližjega trgovca s gospodarskimi vozili Volkswagen.



**Avtohiša Vrtač, d.o.o. Kranj**

Delavska cesta 4, 4000 KRANJ  
tel.: 04 27 00 200, faks: 04 27 00 222  
[www.avtohisavrtac.si](http://www.avtohisavrtac.si)



**Novo doživetje terena.**

Audi A4 allroad quattro.  
Preverite zakaj.

**AVTOHIŠA VRTAČ, d.o.o. KRANJ**  
Delavska cesta 4, 4000 Kranj  
telefon: 04 270 02 11, telefaks: 04 270 02 22  
[www.avtohisavrtac.si](http://www.avtohisavrtac.si)

Poraba goriva (l/100 km): kombinirana vožnja:  
od 6,2 do 8,1. Emisije CO<sub>2</sub> (g/km): kombinirana  
vožnja: od 164 do 189.

AVTOHIŠA VRTAČ, d.o.o. KRANJ, Delavska cesta 4, 4000 Kranj



www.novipolo.si



## Novi Polo. Priložnost za pravo odločitev.

V novem Polu vgrajeni novi TSI in Common-Rail-TDI motorji se odlikujejo z odličnim navorom, tihim delovanjem, izjemno varčno porabo goriva ter nizkimi emisijami. Novi Polo postavlja nove standarde v svojem razredu. Nenazadnje tudi z bogato serijsko komfortno in varnostno opremo. Obiščite naš salon in preizkusite novi Polo!

**Novi Polo je lahko vaš že za 10.340 €.**  
**Naročite ga do 31.8.09 in podarili vam bomo tečaj varne vožnje.**

**Serijska oprema:**  
ESP + asist. za speljevanje na klancu +  
ABS + 2 željni zračni blazini +  
2 komb. stranski zračni blazini +  
klimatska naprava + radio CD/MP3 +  
električni pomik sprednjih stekel ...

Kombinirana poraba goriva: 4,2 – 5,9 l/100 km.  
Emisije CO<sub>2</sub>: 109 – 139 g/km.



**Avtohiša Vrtač, d.o.o. Kranj**  
Delavska cesta 4, 4000 KRANJ  
tel.: 04 27 00 200, faks: 04 27 00 222  
[www.avtohisavrtac.si](http://www.avtohisavrtac.si)

**GG**

*naročnine*  
04/201 42 41, e-pošta: [narocnine@g-glas.si](mailto:narocnine@g-glas.si)  
[www.gorenjskiglas.si](http://www.gorenjskiglas.si)

**- poraba + prihranek**

**Pandaplus 1.2 8v City**  
že za **102 EUR na mesec**  
z bogato opremo  
poraba goriva: 5,6 l/100 km  
emisije CO<sub>2</sub>: 133 g/km  
Cena: od 8.190 EUR

**Grande Puntoplus 1.2 8v Active**  
že za **108 eur na mesec**  
z bogato opremo  
poraba goriva: 5,9 l/100 km  
emisije CO<sub>2</sub>: 139 g/km  
Cena: od 8.730 EUR

**MANJ JE GENIALNO**

**Bravoplus 1.4 Starjet 16v Dynamic**  
že za **148 eur na mesec**  
z bogato opremo  
poraba goriva: 6,7 l/100 km  
emisije CO<sub>2</sub>: 156 g/km  
Cena: od 11.990 EUR

**AVTO MOČNIK**  
Jezerska cesta 135, 4000 Kranj  
telefon: (04) 281 77 20

MANJ JE VEČ. MANJ JE BOLJE. MANJ JE GENIALNO.  
prodajalci.fiat.si

Ponudba velja do preklica.

**UGODNA PONUDBA NISSAN!**

**Micra s klimo**  
že za **107,00 EUR**  
na mesec!

**Note s klimo**  
že za **149,00 EUR**  
na mesec!

**500,00 EUR**  
popusta na vozila  
Nissan Quashqai  
iz zaloge!

**Quashqai**  
že za **228,00 EUR**  
na mesec!

**NISSAN**

**5 LET GARANCIE**  
NAZIVNA VREDNOST

Vabljeni v naš avtosalon Nissan.

**AVTO MOČNIK d.o.o., Britof 162, KRANJ**  
04 281 77 11  
[www.avtomocnik.si](http://www.avtomocnik.si)

Ponudba velja do razprodaje zaloge!

**ALPSKI LETALSKI CENTER LESCE**

**ALC**

**ALPSKI LETALSKI CENTER LESCE**  
javni gospodarski zavod / AIRPORT  
4248 Lesce, Begunjska 10, SLOVENIJA  
tel.: + 386 4 53 20 100  
fax: + 386 4 53 20 105  
info@alc-lesce.si, www.alc-lesce.si

- PANORAMSKI POLETI
- ŠPORTNO LETENJE IN JADRANJE
- PADALSTVO
- MODELARSTVO
- CAMPING

**Prijetno okolje z obilico adrenalina in odlično kulinariko!**




## Nova moč za oba največja

Citroën bo v svoja modela C5 in C6 začel vgrajevati nov šestvaljni turbodizelski motor.

Francoski Citroën bo začel v svoja dva največja modela vgrajevati nov močnejši šestvaljni turbodizelski motor. Gibna prostornina zdaj dosega 3 litre in je bila ob optimizaciji deležna različnih posegov; med drugim ima nov sistem neposrednega vbrizgavanja po skupnem vodu in zgorevalne komore nove generacije in sistem dveh turbokompresorjev z variabilno geometrijo. Motor zdaj razvije moč 177 kilovatov (ali 240 KM), kar je 18 odstotkov več, in doseže največji navor 450 Nm pri 1600 vrtljajih v minuti. Še vedno je povezan s šeststopenjskim avtomatskim menjalnikom, poraba pri kombinirani vožnji pri obeh vozilih znaša samo 7 litra na 100 kilometrov, emisija plina CO<sub>2</sub> pa je 195 gramov na kilometer, kar je od 12 do 15 odstotkov manj.

*Matjaž Gregorič*

**4 PLUS**



**NOVA SEAT ALTEA XL. IZ DOBRE DRUŽINE.**

4 PLUS! Podaljšano 4-letno jamstvo.

**Avtohiša Vrtač d. o. o. Kranj**, PE Priliskovo, Račigajeva cesta 10a, 4000 Kranj,  
Tel.: 04/23 44 899, Fax: 04/23 44 890, E-mail: vrtač.seat@siol.net



RAVNO PRAVI ČAS ...  
**CITROËNOVA FINANČNA POMOČ!**

www.citroen.si



<b>CITROËN C3</b> popust do <b>4.300 €</b> maloprodajni 5.985 € Citroënova finančna pomoč: 1.000 €	<b>CITROËN C4 PICASSO</b> popust <b>3.600 €</b> maloprodajni 7.200 € Citroënova finančna pomoč: 1.000 €	<b>CITROËN C4</b> za za <b>10.640 €*</b> maloprodajni 11.640 € Citroënova finančna pomoč: 1.000 €	<b>CITROËN BERLINGO</b> za za <b>10.610 €*</b> maloprodajni 11.610 € Citroënova finančna pomoč: 1.000 €	<b>CITROËN XSARA PICASSO</b> popust <b>6.600 €</b> maloprodajni 13.200 € Citroënova finančna pomoč: 1.000 €
--	---	---	---	---

**CITROËN priporoča TOTAL.**

\*Cena s cenika za nov Citroën s 1.6l 16V z 48 ugodnostmi rednim popustom in pomladnim bonusom. \*\*Cena s cenika za Berlingo X1 6 15V z 48 ugodnostmi rednim popustom in pomladnim bonusom. Delni letni pogodbeni garancijski, Citroën Kredit & Leasing. Ugodna ponudba velja do 30. junija 2009 za vozila, ki bodo izdelana pri proizvajalcih proizvajalcih Citroënovih vozil v Sloveniji. Iščite najugodnejšo ceno. Pridrži garancijski model, kombinirana poraba od 4,2 do 8,2 l/100 km. Emisija CO<sub>2</sub> od 110 do 227 g/km. Slike so simboli.

Ste pripravljeni na nov zalet? Zdaj je čas pravih priložnosti, zato vam pri Citroënu ponujamo prav posebno ponudbo. Poleg neverjetno ugodnih rednih popustov vam v juniju ob nakupu osebnega avtomobila Citroën nudimo še **Citroënovo finančno pomoč v višini 1.000 €**. Izkoristite izjemno priložnost in se v novem Citroënu zapeljite poletju nasproti.

CREATIVE TECHNOLOGIE



AVTOHIŠA KRANJ D.O.O., LJUBLJANSKA C. 22, 4000 KRANJ, 04 201 59 50

# Elektrika na parkiriščih

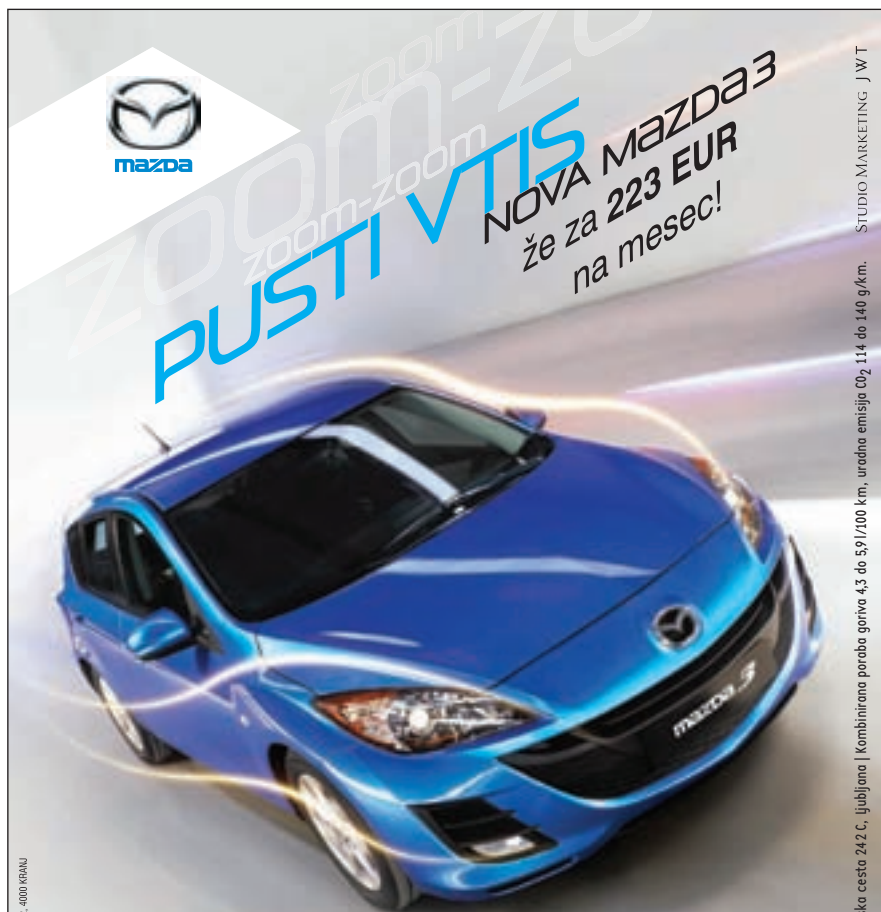
V nekaterih državah že imajo javne polnilne postaje za električne avtomobile.

Kljub temu da se množična uporaba električnih avtomobilov zdi še precej oddaljena, v nekaterih državah že pripravljajo infrastrukturo, ki omogoča polnjenje akumulatorjev z električno energijo na javnih mestih. Britansko

podjetje Elektromotive je leta 2006 poskusno postavilo prve napajalne postaje za električne avtomobile, zdaj jih deluje že 160, v kratkem jih bo samo v Londonu na voljo več kot sto. Napajalne postaje z imenom Elektrobay omogočajo

priključitev vseh standardnih električnih avtomobilov in motociklov, ki so že v uporabi, z njihovo električno energijo pa se lahko oskrbijo tudi priključljiva hibridna vozila. V 140 metra visokih aluminijastih stolpičih je na voljo trifazni električni tok z napetostjo 240 voltov in 13 amperov, za ostale evropske države bo razvit sistem z 230 volti in 16 amperi. Trenutno imajo napajalne postaje tripolne vtičnice, proizvajalec pa razvija tudi nove s petimi poli, ki naj bi v bližnji prihodnosti postale standardizirane za vsa električna vozila. Uporaba Elektrobaya je zelo enostavna, od uporabnika ne zahteva posebnega znanja. Potem ko modra lučka na vrhu napajalne postaje ponazarja, da ta deluje, je treba približati svoj osebni elektronski ključ tipalu in nato se odprejo vratca, kjer je vtičnica. Potem ko je priključni kabel nameščen v vtičnico na avtomobilu, ga je treba priključiti še na napajalno postajo in zapreti vratca. Napajanje se začne, kar oznani zelena lučka na vrhu. Po končanem polnjenju mora uporabnik ponovno približati svoj elektronski ključ, vratca se odprejo in sledi še odstranjevanje kabla in zapiranje. Polnjenje je omejeno na tri ure, koliko časa ima uporabnik še na voljo, je izpisano na majhnem zaslonu, ki je podoben parkometru. Obračunavanje polnjenja poteka na osnovi identifikacije elektronskih ključev, ki jih imajo registrirani uporabniki.

*Matjaž Gregorič*



**PUSTI V TIS**  
**NOVA MAZDA3**  
**že za 223 EUR**  
**na mesec!**

**MAZDA**

STUDIO MARKETING J.W.T.

AVTO MOČNIK d.o.o. Kranj, BRIF 162-4000 KRANJ

MMS, d.o.o., Dolenjska cesta 242 C, Ljubljana | Kombinirano poraba goriva 4,3 do 5,9 l/100 km, uradno emisije CO<sub>2</sub> 114 do 140 g/km.

Zapeljite se iz povprečja in dajte duška svoji individualnosti! Nova Mazda3 vam zagotavlja popolno doživetje športne vožnje, odlično aktivno in pasivno varnost in napredne tehnološke rešitve, s katerimi boste izstopali tudi pri varovanju okolja.

**PE AVTO MOČNIK**  
**Jezerska c. 135, KRANJ**  
**04 281 77 17**

[www.avtomocnik.si](http://www.avtomocnik.si)



# Iz domišljjskega v pravi svet

Češka Škoda prihaja na avtomobilski trg s prvim športnim terencem Yetijem.

Češka avtomobilska tovarna Škoda v svojo modelno družino uvaja še peti avtomobil. Ime mu je Yeti, tako kot skrivnostnemu snežnemu človeku, ki ga je menda srečal tudi sloviti alpinist Reinhold Messner, prihaja pa v družino športnih terencev. Yeti svojo terensko naravnost nakazuje že s svojo čokato zunanostjo, kjer ob 4,22-metra dolgi zunanosti izstopa predvsem njegova širina. Dinamično oblikovani avtomobil sicer združuje lastnosti različnih kategorij, ki so povezane v celoto z nezmotljivim Škodinim "obrazom", prostorno notranostjo, zadostnim prtljažnim prostorom in nenazadnje z inovativnim pogonskim sklopom. Voznikovo delovno mesto je urejeno v slogu germanskega redoljubja, zadnji sedeži so vzdolžno pomični in zložljivi, mogoče jih je tudi vzeti ven in zraven je še kup domislic, ki lajšajo potovanje.

Yetiju je matični koncern namenil sodobne pogonske stroje, začenši z novim 1,2-litrskim bencinskim štirivaljnikom, ki s pomočjo turbinskega puhala razvije 77 kW/105 KM. Drugi bencinski je 1,8-litrski prav tako turbinsko podprt motor s 118 kW/160 KM, ki je na voljo le s štirikolesnim pogo-



nom, sledijo pa trije 2,0- litrski turbodizli, prvi z 81 kW/110 KM z dvo- ali štirikolesnim pogonom, ostala dva s 103 kW/140 KM in 125 kW/170 KM pa le z vsemi gnanimi kolesi. Štirikolesni pogon je izdatno podprt z elektronikom, podvozje je naravnano tako, da uspešno kljubuje brezpotjem in nudi limuzinsko udobje na asfaltu. Na slovenski trg pride septembra ali v začetku oktobra za obljubljeni ceno pod 17 tisočaki, za 21 tisočakov pa tudi s štirikolesnim pogonom.

Matjaž Gregorič

SIMPLY CLEVER

ŠKODA AUTO

Fabia Happy  
z bogato opremo za samo  
**8.888 €**

Po testni vožnji vam podarimo  
DVD z risankami.

[www.pravljicnaponudba.si](http://www.pravljicnaponudba.si)

Avtohiša Vrtač, Delavska 4, Kranj, tel.: 04 2a70 02 35

Avtohiša Vrtač, d.o.o. Kranj. Delavska cesta 4, 4100 Kranj. Vse cene vključujejo DDV. Podatki so informativni. Podatki se lahko spremenijo brez obvestila. Podatki so informativni. Podatki se lahko spremenijo brez obvestila.

## Vrtoglavi popusti za vozila iz zaloge

**Peugeot 4007 Premium  
2.2 HDI 156 KM**  
vsa oprema + kovinska barva  
**26.990 €**

**Peugeot 407 SW 2.0 HDI**  
park. senzorji, kovinska barva  
**21.440 €**

**Peugeot 207 style  
1.4 3V**  
• radio  
• klima  
**od 9,990 €**

**Peugeot Partner Tepee  
Premium 1.6 HDI**  
• dvojna drsna vrata  
• klima  
• radio MP3  
**13.662 €**

Financiranje do 7 let brez pologa!  
Popust za zavarovanje vozila 50%!

AVTO PARTNER d.o.o. - Cesta železarjev 27, 4270 Jesenice - tel.: 04 583 66 60

PEUGEOT

**Oven** 21. marca - 21. aprila

*Ljubezen:* V ljubezni se že nekaj časa počutite osamljeno in izgubljeno, nikar ne čakajte preveč, ampak sami naredite korak naprej.

*Finance:* V dnevih, ki prihajajo, bodite pazljivi, da ne zapravite več denarja, kot je v vaši možnosti.

*Nasvet:* Vprašali se boste, le od kod mi toliko energije. Ljubezen je tista, dajanje in sprejemanje.

**Lev** 23. julija - 23. avgusta

*Ljubezen:* Ko boste že ravno porabili vse svoje čare in hoteli odnehati, boste dobili potrditev in želje bodo začele končno postajati resničnost. Vse je ob svojem času.

*Finance:* Vso energijo boste usmerili v poslovne investicije in s tem seveda tudi uspeli. Pojavijo se tekmeci, a jim boste kos.

*Nasvet:* V vsej tej naglici in hitrem tempu ne pozabite na svojo bližnjo okolico, ki hrepeni po vaši bližini.

**Strelec** 23. nov. - 21. dec.

*Ljubezen:* Vse bolj boste občutili potrebo po ljubezni. Pa naj bo to le nežni pogled ali pa pogovor v dvoje, lahko tudi brez besed. Nikar ne pozabite na dano obljubo.

*Finance:* Polni boste energije in pripravljene storiti vse, da dosežete svoj cilj. Kar vam z lahkoto uspe, le če ne boste preveč komplicirali.

*Nasvet:* Ravno v majhnih stvareh se skrivajo najbolj dragoceni zakladi. Poiščite jih, ni težko, le čas si je potrebno vzeti.

**Bik** 22. aprila - 20. maja

*Ljubezen:* Nekdo vas ima rad in ste mu zelo pri srcu. Nikar se ne ustrašite, ko se vam to razkrije.

*Finance:* Dosegli boste veliko več, kot bi si sploh upali pomisliti. Uspeh je zagotovljen.

*Nasvet:* Vsake oči imajo svoj pogled in zato drugače vidijo dogajanja. Napake imamo vsi, moramo se jih naučiti sprejemati.

**Devica** 24. avg. - 23. sept.

*Ljubezen:* Hrepneli boste po ljubezni in spet sem in tja naredili kakšno napako, ki pa se ji ne boste mogli izogniti. Obeta se vam zelo velika osebna sreča.

*Finance:* Situacija, v kateri se boste znašli, bo pozitivna za vas, le reševala se ne bo tako hitro, kot si boste zamislili. Bodite strpni.

*Nasvet:* Zavest, da poti nazaj več ni, vam bo pomagala narediti korak naprej, vse do cilja. Vse je mogoče, le želja naj bo tista prava.

**Kozorog** 22. dec. - 20. janu.

*Ljubezen:* V ljubezni boste doživeli bistvene spremembe. Pred vami so nova spoznanja in novi izzivi. Občutki, ki temu sledijo, bodo nepozabni in neverjetno lepi.

*Finance:* Pri pomembni odločitvi vam bo pomagal pogovor z nekom, ki le od daleč spremlja tok dogajanja. Upoštevajte nasvet.

*Nasvet:* Ob branju dobre knjige boste našli svoj mir. Dopusta ne smete predolgo odlašati in iskati nepomembnih izgovorov.

**Dvojčka** 21. maja - 21. junija

*Ljubezen:* Na osebnem področju vas čaka razveseljav dohodek in videli boste, da ste se obremenjevali po nepotrebnem. Darilo vas bo močno presenetilo.

*Finance:* Svoje sreče raje ne razglašajte preveč naokrog. Lahko se najde kdo, ki vam hoče podreti cilje.

*Nasvet:* Usodo boste končno vzeli v svoje roke. Dovolj vam bo, da vedno pobirate ostanke. Vzeli si boste glavno nagrado.

**Tehtnica** 24. sept. - 23. okt.

*Ljubezen:* Spoznali boste kar nekaj novih ljudi in v enega izmed njih boste usmerili vso svojo pozornost, kar vam ne bo žal, saj se kmalu pokažejo rezultati.

*Finance:* Obremenjevali se boste z denarnimi zadevami, na koncu pa spoznali, da vaše finančno stanje niti ni tako slabo.

*Nasvet:* Le vi sami ste tisti, ki veste, kaj hočete in kaj je tisto, kar vas v življenju resnično osrečuje. Poskrbite za to.

**Vodnar** 21. jan. - 19. feb.

*Ljubezen:* V pričakovanju telefonskega klica se vam bo izpolnila želja, poteze, ki sledijo, naj bodo odločne in preudarne, saj gre za vašo ljubezen v prihodnosti.

*Finance:* V tem mesecu se vam obeta finančni vzpon in napredek. Vse to bo plod vaših preteklih ambicij, kar je že zadnji čas.

*Nasvet:* Vsi ljudje se skozi življenje spreminjamo, naučimo se odpuščati in sprejemati ljudi, kakršni pač so, ne pozabite tega.

**Rak** 22. junija - 22. julija

*Ljubezen:* Nekdo, ki vas je v preteklosti že izigral, si bo želel nazaj navezati stike. Vse bo odvisno od vas, a bodite pazljivi.

*Finance:* Bodite pozorni na poslovne dokumente, ne spreglejte niti malenkosti, saj je lahko ravno v drobnem tisku opozorilo, ki vas opozarja.

*Nasvet:* Odločali se boste po svoji presoji in s tem marsikoga razočarali. Pomembno je samo, da ne sebe.

**Škorpion** 24. okt. - 22. nov.

*Ljubezen:* Zaradi dobre novice, ki jo boste v kratkem prejeli, boste z lahkoto ustvarili in dosegli svoj cilj, ki ga imate.

*Finance:* Tudi tokrat si boste zastavili visoke cilje. Ustvarjalni navdih bo čez mejo, kar pa se tiče navdušenja, ni besed, ki bi to lahko opisale.

*Nasvet:* Učimo se sprosti, če pa se tudi naučimo, je odvisno od marsičesa. Pogum velja, zato samo naprej.

**Ribi** 20. februarja - 20. marca

*Ljubezen:* V ljubezni boste zavneteli in ob partnerju našli vse tisto, kar ste doslej v življenju pogrešali. Izkoristite vsak trenutek z ljubljen osebno.

*Finance:* V službi se vam kmalu ponudi priložnost, ki vam lahko zelo spremeni marsikaj. Veseli boste denarja in hitro postali dobre volje.

*Nasvet:* Na splošno bi se lahko večkrat obračali k svoji notranji intuiciji in jo seveda tudi upoštevali.



Pri tej dieti nikoli niste lačni in lahko jeste vse! Po ločevalnih obrokih niste utrujeni, ampak polni energije, uredi se vam prebava, napetosti v trebuhu ... Prehranjevanje po ločevalni dieti pa prinaša zdravje.

Redna cena: 12,44 EUR  
Akcijna cena:

**9 EUR!**

Ceni knjige pristoje tudi poštnino.

Naročila sprejemamo na: 04/201 42 41, narocnine@g-glas.si ali na Gorenjskem glasu, Bleiweisova 4, Kranj, vsak dan od 8. do 19. ure, petek do 16. ure.

**Gorenjski Glas**



**Avtorica Alenka Kodele predstavlja več kot 40 izjemnih tort. Med njimi torta za diabetike, majhne otroke, torta za dva, torta brez glutena, poročno torta, torta brez jajc ...**

Vse fotografije so delo fotografskega mojstra Cveta Sonca.

Trda vezava, 112 strani

Cena: **19 EUR**

Naročnikom

Gorenjskega glasu

priznamo popust!

Ceni knjige pristoje tudi poštnino.

Naročila sprejemamo na: 04/201 42 41, narocnine@g-glas.si ali na Gorenjskem glasu, Bleiweisova 4, Kranj, vsak dan od 8. do 19. ure, petek do 16. ure.

**Gorenjski Glas**



## Novo darilo za naše nove naročnike!

**Prvih 50 novih naročnikov prejme bon v vrednosti 20 EUR, ki ga boste lahko izkoristili v Pizzeriji Origano v Škofji Loki ali v Gostilni in pizzeriji Jelen v Šentvidu pri Ljubljani.**

Poleg darila boste Gorenjski glas prve tri mesece prejeli brezplačno, nezgodno boste zavarovani, enkrat na mesec boste lahko brezplačno objavili mali oglas, pa še od **10-** do **25-odstotni popust** vam bomo priznali! Izkoristite priložnost in se okrepčajte v eni od odličnih restavracij.

Poleg dobre hrane vam bo od zdaj naprej družbo vsak torek in petek delal tudi Gorenjski glas. Cena mesečne naročnine s popustom znaša od 9,72 do 12,15 EUR, odvisno od števila izvodov.

Naročite se lahko na tri načine: telefon: 04/201 42 41, e-pošta: narocnine@g-glas.si, ali na [www.gorenjskiglas.si/narocilnice/](http://www.gorenjskiglas.si/narocilnice/)

**Gorenjski Glas**

Za vas beležimo čas

★ ★ ★ ★ ★  
**EUROTON**  
 KAKOVOSTNI AVTODELI

Možnost  
 nakupa na  
 24 obrokov!\*

**990,00 €**



**Specifikacija motorja:**

vrsta	4 taktni
valj	1
vrtna in gib	39 mm x 41,4 mm
prostornina valja	49 cm <sup>3</sup>
največja nazivna moč motorja	3,15 kw / 8500 min-1
največji navor	3,88 Nm / 6500 min-1
način zagona	električni / nožni zagon
način hlajenja	prisilni zračno hlajeni
mazenje	tlačno mazenje

## Skuterji **BAOTIAN** po akcijski ceni!

\* Kredit na 24 obrokov vam odobrimo na podlagi pologa (99,00 EUR), stroškov odobritve kredita (8,91 EUR) in stroškov zavarovanja kredita (38,39 EUR). Kredit je obračunan na podlagi obrestne mere (7,50 %) in efektivne obrestne mere (12,71 %). Mesečna obveznost kredita znaša 40,09 EUR.

★ PE Ljubljana: Tel: 01 200 26 70 ★ PE Ljubljana: Tel: 01 530 30 00 ★ PE Kranj: Tel: 04 234 48 65

[www.euroton.si](http://www.euroton.si)



danes hočejo na morje,  
jutri bodo zahtevali  
računalnik, potem ...



## potrošniški krediti

Ponujamo vam izjemne potrošniške kredite z nadvse ugodno obrestno mero. Komitentom lahko kredit odobrimo tudi brez zavarovanja, vsem pa podarimo še dvomesečni brezplačni najem sefa.

**Kredit** komitentom odobrimo tudi **brez zavarovanja**.

[www.gbkr.si](http://www.gbkr.si)

Gorenjska  Banka