



63 let

GORENJSKI ČASNIK OD LETA 1947
PRVI PREDHODNIK TEDNIK GORENJEČ LETA 1900

Gorenjski Glas

TOREK, 9. NOVEMBRA 2010

Leto LXIII, št. 89, cena 1,50 EUR, 19 HRK | ODGOVORNA UREDNICA: MARIJA VOLČJAK | ČASOPIS IZHAJA OB TORKIH IN OB PETKIH | INFO@G-GLAS.SI | WWW.GORENJSKIGLAS.SI

Prenovili stalno čevljarstvo razstavo

V petek so v prostorih Stare šole v Žireh odprli prvi del prenovljene stalne čevljarke razstave, ki zajema čevljarstvo na Žirovskem do 2. svetovne vojne. Drugi del, povezan z zgodovino tovarne Alpina, bo na ogled aprila 2011.

IGOR KAVČIČ
.....
Žiri - Z odprtjem stalne čevljarke razstave so v Muzejskem društvu Žiri, sprva se je imenoval žirovski pododbor Muzejskega društva Škofja Loka, zaznamovali svojo 40-letnico. Lani komaj dobro obnovljena stavba Stare šole je v petek zvečer tako rekoč pokala po šivih. Obiskovalci so v prvem nadstropju, kjer je razstava, napolnili preddverje, vrsta "prvoprstopnikov" v novo odprti muzej pa se je po stopnicah vila skoraj do vhodnih vrat. V društvu so prvo

čevljarstvo pripravili že leta 1973, a so jo v času obnove Stare šole leta 2004 podrli in prek 240 inventariziranih eksponatov v tem času hranili v depojih na podstrešju zdravstvenega doma. Koncept celotne vsebine muzeja so sicer zastavili v Muzejskem društvu, avtorica razstave je mag. Tita Porenta, njen skrbnik bo domačin Rok Klemenčič, oblikovno podobo pa je pripravila arhitektka Beta Poljanšek Koman.
"V prvi del prenovljene stalne razstave smo za zdaj

vključili približno tretjino vsega obstoječega gradiva, zajeli pa smo obdobje od prvih pojavov čevljarstva v Žireh in Poljanski dolini, razmaha in njegove zlate dobe v dvajsetih letih 20. stoletja pa vse do 2. svetovne vojne," je povedala Tita Porenta. Iz dvajsetih let prejšnjega stoletja, zlate dobe za žirovske čevljarje, je na ogled tudi rekonstrukcija ene od takratnih družinskih delavnic, razstavljenih pa je tudi veliko orodja, šivalnih strojev, čevljev iz tistega časa, reklamnih oglasov za čevlje.



Mojstra Franc Kranjc in Anton Gorjup sta ob odprtju prikazala, kako so nekoč ročno izdelovali čevlje, o tem pa je posnet tudi dokumentarni film, ki je tudi na ogled v okviru razstave.

Foto: Polona Mlakar Baldasini

Mersteel po poti Merkurja

Po Merkurju je tudi divizija Mersteel v prisilni poravnavi. Za prisilno upraviteljico je sodišče imenovalo Katarino Benedik.

BOŠTJAN BOGATAJ
.....
Kranj - Tako kot pri Merkurju imajo tudi upniki Mersteela na voljo mesec dni za prijavo svojih terjatev. Teh se je nabralo za 92 milijonov evrov. V dveh letih je Mersteel posloval pod izredno močnim vplivom gospodarske krize (prodaja je upadla tudi za devetdeset odstotkov), od skupnega dolga pa gre večina obveznosti na račun bank.
Mersteelovo vodstvo je insolventnost ugotovilo 15. septembra letos, v vmesnem času pa je kranjskemu okrožnemu sodišču predložilo načrt finančnega prestrukturiranja, ki je pogoj za uvedbo prisilne poravnave.

Ta je bila v petek za matično družbo Mersteel (ne pa tudi hčerinske družbe) potrjena, za prisilno upraviteljico pa je bila imenovana Katarina Benedik. Petčlanski upniški odbor, ki bo skrbel za interese upnikov, sestavljajo Probanka, Acroni, Impol, Perles Merkur Italia in Kovinar.



Po Merkurju se je v nezavidljivem položaju znašel tudi Mersteel. / Foto: Gorazd Kavčič

Iz načrta finančnega prestrukturiranja vodstvo upnikom, ki svojih terjatev nima, jo zavarovanih, predlaga poplačilo v višini 30 odstotkov njihovih terjatev v naslednjih 54 mesecih (v stečaju bi prejeli zgolj 20 odstotkov). Upniki z zavarovanimi terjatvami naj bi bili poplačani v celoti (22 milijonov evrov). Predlog tako predvideva veliko slabše poplačilo nezavarovanih upnikov kot v primeru Merkurja. Ali se bodo upniki odločili za negotovo možnost slabega poplačila terjatev, se bo pokazalo čez mesec ali dva. Mersteel za nov zagon poslovanja potrebuje več kot 15 milijonov evrov, ali s krediti ali z vstopom v lastništvo.

Sodišče Ruparju dokazalo zlorabo položaja

Nekdanjemu tržiškemu županu pogojna kazen, ker si je neupravičeno izplačal 2460 evrov.

MATJAŽ GREGORIČ

Kranj - Na kranjskem okrožnem sodišču se je s pogojno obsodbo končalo sojenje nekdanjemu tržiškemu županu Pavlu Ruparju, ki mu je obtožnica očitala, da se je okoristil na račun občinske blagajne za stroške bivanja tržiške delegacije v pobratnem francoskem mestu Ste Marie Aux Mines julija leta 2003. Rupar je namreč predložil račun tamkajšnjega hotela in si dal izplačati 2460 evrov, čeprav sta stroške bivanja pokrili združenje pobratenih mest in pobratena francoska občina. Na zadnjem nadaljevanju glavne



Pavel Rupar / Foto: Tina Dokl

obravnave, ki se ga Rupar ni udeležil, je sodni senat pod vodstvom sodnice Marjete Dvornik prek videokonferen- ce zaslišal tri priče.

► 8. stran

89 **POLITIKA**

Tudi ženska je lahko župan

V prihodnjem mandatu bo samo deset žensk vodilo slovenske občine. Gorenjski se po tej plati še posebej slabo piše. Že drugi mandat zapored na čelu gorenjskih občin ni nobene ženske, čeprav jih je med kandidati vsako leto več.

KMETIJSTVO

Po viharju še lubadar

Na območju kamniške krajevnene enote zavoda za gozdove so letos odkrili 11.500 kubičnih metrov od lubadarja napadenega drevja. Zgodba z lubadarjem s tem še ni končana, zadovoljni bodo, če ga prihodnje leto ne bo še več kot letos.

ZDRAVJE & LEPOTA

Debelih otrok ne silite v dieto

"Le sprememba življenjskega sloga je lahko uspešna v boju z debelostjo," opozarja Alenka Hafner, dr. med., vodja Oddelka za socialno medicino, analitiko in promocijo zdravja na Zavodu za zdravstveno varstvo Kranj.

NA KONCU

Satanistični simboli na cerkvi

Za zdaj še neznani storilci so oma- deževali cerkev sv. Martina v Stražišču pri Kranju. Stranski vhod cerkve so polili s krvjo, stene pa popisali s satanističnimi simboli. Storilci so točno vedeli, kaj pišejo.

VREME

Danes in jutri, v sredo, bo pretežno oblačno z občasnimi padavinami, v četrtek pa bo delno jasno in povečini suho.

5/9°C

jutri: pretežno oblačno



9 770352 1666018

k

KOMENTAR
DANICA ZAVRL ŽLEBIR



Tudi ženska je lahko župan

Ali je lahko tudi ženska župan, je zadnjič v družinskem pomenku o volitvah vprašala sodelavkina osemletna hči. Prostodušno otrokovo vprašanje ni nič čudnega, kajti žensk je med izvoljenimi na letošnjih lokalnih volitvah znova komaj za vzorec, slabih pet odstotkov. V naslednjem mandatu bo samo deset žensk vodilo slovenske občine. Gorenjski se po tej plati še posebej slabo piše. Že drugi mandat zapored na čelu gorenjskih občin ni nobene ženske, čeprav jih je med kandidati vsako leto več. Mar med kandidatkami, ki so se potegovale za ta položaj, res ni več tako močnih osebnosti, kot sta bili Evgenija Kegl Korošec v Bohinju in Cveta Zalokar Oražem v Domžalah? Ali se volilno telo, čeprav ga polovico sestavljajo ženske, še vedno odloča po tradicionalnih merilih, kjer so za komando določeni moški, za delo pa ženske? Kako se tudi ne bi, če v predvolilnem času niti stranka žensk ne podpre edine ženske kandidatke za županski položaj, pač pa svojo podporo nakloni enemu od moških kandidatov! Je res za delo na čelu občine, ki je pretežno operativno in zahteva predvsem dobre organizacijske

spособnosti, primernejši moški kot ženska? V Beli krajini, kjer so v vseh treh občinah izbrali ženske, se s tem ne bi strinjali. Sicer pa v kriznih časih pogosto močno zaleže ženska roka. Starejši bralci se bodo spomnili Margaret Thatcher ali Milke Planinc, ki sta vodili svoji državi v težkih časih. In najbrž enako uspešno kot države bi ženske lahko vodile tudi občine. Nekaj več uspeha kot županje pa so imele na lokalnih volitvah občinske svetnice. Ženski delež v občinskih svetih je 23-odstoten. Tako stanje strokovnjaki pripisujejo dejstvu, da od leta 2006 veljajo tako imenovane ženske kvote, ki so ob letošnjih volitvah predpisovale najmanj 30-odstotno zastopnost obeh spolov in takšno razporejenost na listah, da so tudi izvoljive. Dokler ženskih kvot še ni bilo, je bilo v občinskih svetih le dobra desetina žensk (denimo na volitvah 1994), sedaj pa se stanje popravlja. Za naslednje volitve se kvota povečuje na štirideset odstotkov, uvaja se izmenično pojavljanje spolov v prvi polovici liste, tako imenovan sistem zadrge. V nekaterih strankah in listah so ta sistem uveljavili že tokrat in tako dobili več svetnic.

Darilo

izžrebanemu naročniku časopisa

Gorenjski Glas

Knjigo prejme RENATA OITZL iz Gozd-Martuljka.

KOTIČEK ZA NAROČNIKE

Prihaja Jakob Ruda

Gorenjski glas bo dvema naročnikoma omogočil, da si v paru brezplačno ogledata novo predstavo Prešernovega gledališča Kranj. Jakob Ruda je Cankarjeva drama, ki je v današnjih razmerah recesije zelo aktualna. Lastnik tovarne, ki finančno propade, se iz finančne stiske poskuša izkupati na etično sporen način ... Predstava bo v soboto, 20. novembra, ob 19.30 v Prešernovem gledališču. Če želite sodelovati v žrebanju za brezplačni vstopnici, odgovorite na vprašanje: Kdaj se je rodil in kdaj je umrl Ivan Cankar? Odgovore s svojimi podatki pošljite najkasneje do ponedeljka, 15. novembra, na naslov: Gorenjski glas, Bleiweisova 4, Kranj ali na: koticek@g-glas.si.

Lado Leskovar Quartet

V nedeljo, 14. novembra, bo ob 18. uri v Železnikih v dvorani na Češnjici nastopil znani glasbenik Lado Leskovar s spremljevalno zasedbo. Njegov "zaščitni znak" so zimzelene melodije in šansonji in na koncertu boste lahko slišali prav to dvojje. Gorenjski glas trem naročnikom omogoča, da si v paru ogledajo koncert. Če se želite potegovati za vstopnici, odgovorite na nagradno vprašanje: Naštejte nekaj najbolj znanih šansonov v izvedbi Lada Leskovarja! Z odgovori (ne pozabite na svoje podatke) boste morali kar malo pohiteti, saj jih sprejemamo le do četrтка, 11. novembra, na zgornja dva naslova.

Znova o "dvoživkah"

Prejšnji teden je v koalicijskih strankah znova potekalo usklajevanje o predlogu, da poslanska in županska funkcija ne bi bili združljivi. Kot kaže, tudi sedmemu poskusu razdružitve teh dveh nalog slabo kaže.

DANICA ZAVRL ŽLEBIR

Ljubljana - Pobuda je prišla iz poslanske skupine Zares, ki ob poslanskem in županskim položajem predvideva tudi popolno nezdržljivost poslanske funkcije s katero koli funkcijo na lokalni ravni, torej tudi s funkcijo občinskega svetnika. Pobud o prepovedi hkratnega opravljanja poslanske in županske funkcije je bilo doslej že šest, prvič v obdobju 1993 do 1995 ob sprejemanju novele zakona o lokalni samoupravi, zadnjič pa lani, ko je koalicijska vložila predlog sprememb zakona o poslancih, ki ni bil uspešen, prav tako nezdržljivost ni bila vključena v zakon o integriteti. Ločitev teh dveh funkcij je tudi del koalicijske pogodbe, potrebo po tem pa vladna stran utemeljuje s tem, da so župani v neenakopravnem položaju: tisti, ki so tudi poslanci, lahko za svojo občino tudi v parlamentu iztržijo kaj več. Poleg tega naj bi šlo za neskladje interesov: poslanska funkcija je zakonodajna, županska izvršilna.



Poslanka Julijana Bizjak Mlakar, ki je na lokalnih volitvah kandidirala za županjo Kamnika in ni bila uspešna, in poslanec Tomaž Tom Mencinger, ki je bil znova izvoljen za župana občine Jesenice. / Foto: Tina Dokl

Da poskus ločitve kljub koalicijski zavezi ne uspe, je v največji meri pripisati vplivu županskega lobija, saj je domala tretjina poslancev "dvoživk". Tudi po zadnjih lokalnih volitvah, ko je več poslancev kandidiralo za županski položaj, se stanje ni veliko spremenilo. Če bi obveljala predlagana novela zakona o poslancih, bi nezdržljivost obveljala z na-

slednjimi parlamentarnimi volitvami leta 2012. "To je ta čas še najmanjši problem v Sloveniji," je ponovni poskus razdružitve poslanke in županske funkcije komentiral **Tomaž Tom Mencinger**, poslanec SD in župan občine Jesenice. "Če se bo treba odločati med obeh, se bom zelo hitro odločil in bom župan. Tako pa v tem ne vidim velikega problema,

večji se mi zdi ta, da je predsednik določene stranke hkrati tudi minister. Biti v županski in poslanski funkciji obenem je za posameznika, ki želi dobro delati v obeh vlogah, naporno, in če ne bi imel ustrezne podpore, bi šlo težko. Za občino pa je takšno stanje seveda prednost." Pred lokalnimi volitvami smo vprašanje o dvojnosti zastavili dvema kandidatoma za župana, ki sta tudi poslanc. "Nisem zagovornik ločitve, sicer pa o tem najbolj verodostojno odločijo volivci," je prepričan poslanec SDS in župan občine Gorenja vas-Poljane **Milan Čadež**. "Župan pestrno delo državnega zbora, prednost naše prisotnosti pa je v tem, da v parlament prinašamo lokalno problematiko." **Milenko Zihertl**, poslanec SDS, ki je kandidiral za župana občine Škofja Loka, pa pravi: "Zelo delaven človek je lahko kos obojemu, seveda nekoliko težje v mestnih kot pa v podeželskih občinah. Menim, da se bodo vloge nekoliko drugače porazdelile, če nam bo uspelo vzpostaviti pokrajine."

LJUBLJANA

Začeli so se roki za referendumska opravila

Dvanajstega decembra bo referendum o zakonu o RTV Slovenija. Državna volilna komisija že daje navodila volilnim komisijam po državi o izvedbi referenduma. Prejšnji teden so začeli teči roki za referendumska opravila, uradna referendumska kampanja pa se začne v petek, 12. novembra. Referenduma o malem delu, za katerega je opozicija predlagala, da bi bil hkrati z referendumom o RTV, da bi si država prihranila velike stroške, pa decembra letos še ne bo. Do tedaj namreč ni mogoče izvesti vseh potrebnih postopkov, ki jih zahteva zakonodaja. **D. Ž.**

LJUBLJANA

Sajovic protestno glasoval proti

Poslanec **Borut Sajovic** (LDS) je na izredni seji državnega zbora glasoval proti odloku o razpisu zakonodajnega referenduma o zakonu o RTV Slovenija. To se ni zgodilo pomotoma, sporočajo iz njegove stranke, pač pa je na ta način izrazil protest nad dogajanjem pri sprejemanju odloka. Po večurni razpravi, kjer so pobudniki referenduma ostali brez argumentov proti zakonu, so ravno oni zapustili sejo, kar je z vidika demokratičnega procesa nesprejemljivo. Zaradi tovrstnih ravnanj manjkajočih poslancev bo zahteval, da se vsem neupravičeno odsotnim poslancem odtegne del plače. **D. Ž.**

Krožna križišča - dobra rešitev

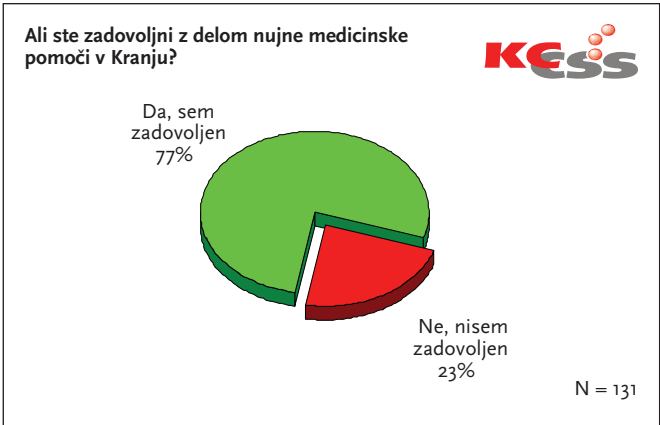
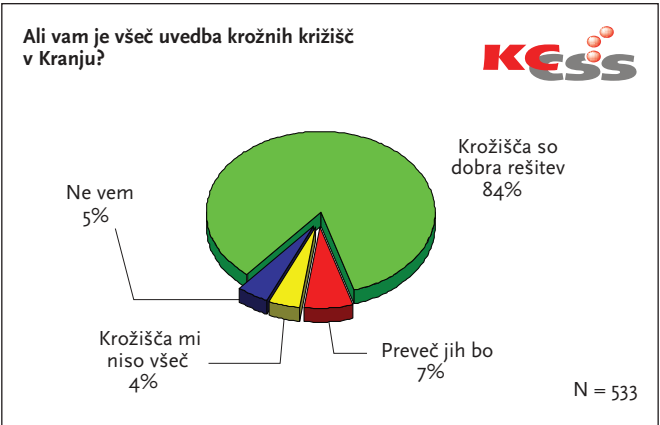
MATEVŽ PINTAR

Kranjčane smo spraševali, ali jim je všeč uvedba krožnih križišč v Kranju. Zanimalo nas je tudi, če so v zadnjem letu kaj potrebovali oz. koristili nujno medicinsko

pomoč v Kranju. Vse tiste, ki so nam odgovorili pritrdilno, smo v nadaljevanju povprašali še po njihovem zadovoljstvu z delom nujne medicinske pomoči. Večini vprašanih (84 odstotkom) se zdijo krožna kri-

žišča v Kranju dobra rešitev, štirim odstotkom niso všeč in sedem odstotkov je prepričanih, da bo krožnih križišč v Kranju preveč. Nujno medicinsko pomoč je v zadnjem letu potrebovala četrtna sodelujočih v anketi, med nji-

mi je bilo 77 odstotkov zadovoljnih z njihovim delom, 23 odstotkov pa z delom nujne medicinske pomoči ni bilo zadovoljnih. Vsem, ki ste si vzeli čas za našo anketo, se lepo zahvaljujemo. V klicnem centru slepih na številki 04/51 16 404 se lahko pozanimate o ugodnostih in darilih, ki čakajo nove naročnike Gorenjskega glasa.



Zemljišče za policijsko postajo

Država in občina sta se po več letih vendarle dogovorili za zamenjavo zemljišča, na katerem stoji radovljiška policijska postaja.

MARJANA AHAČIČ

Radovljica - Konec prejšnjega tedna je vlada potrdila predlog menjalne pogodbe, po kateri bosta občina Radovljica in država zamenjali lastništvo zemljišča, na katerem stoji stavba Policijske postaje Radovljica. "S sprejetjem predloga menjalne pogodbe smo zadovoljni," so odločitev vlade komentirali na Policijski upravi Kranj. "Pogodba bo namreč omogočila ureditev lastniško-pravnih razmerij za stavbo policijske postaje Radovljica, kar bo v prihodnosti omogočilo izvedbo investicijskih vlaganj v objekt. Stavba je bila zgrajena leta 1964 in je potrebna čim prejšnje celovite obnove, saj so delovne razmere za policiste zelo slabe, neustrezni so tudi prostori za stranke. Višina finančnih sredstev, ki bodo potrebna za obnovo, bo znana v prihodnosti, ko bo



Foto: Gorazd Kavčič

Stavba policijske postaje Radovljica je bila zgrajena leta 1964 in je potrebna celovite obnove, saj so delovni pogoji za policiste zelo slabi, neustrezni so tudi prostori za stranke.

izdelan natančen popis del. Čas obnove pa je seveda odvisen od finančnih možnosti proračuna RS," je sporočil tiskovni predstavnik PU Kranj **Leon Keder**. Z menjavo je zadovoljna tudi občina. "Pridobljeno zemljišče je ustrezna zamenjava za zemljišče s stavbo

radovljiške policijske postaje, s katerim občina niti ni mogla gospodariti," je povedala Manca Šetina Miklič, vodja kabineta župana na Občini Radovljica. "Župan in ministrica za notranje zadeve sta se o možnosti zamenjave pogovarjala marca 2009, ko je ministrica obiskala Radovljico.

Dogovarjanje je trajalo leto in pol predvsem zato, ker je bilo treba uskladiti enakovredno menjavo občinske nepremičnine z državno glede na njuno velikost in vrednost. Potrebna je bila tudi medresorska uskladitev z upravljavcem zemljišča v državni lasti."

Lepši dom za stoletnico

V Trziču obnavljajo dom nekdanjega društva Sokol, ki bo ob stoletnici dobil novo fasado. Praznovanje bo decembra.

STOJAN SAJE

Tržič - Člani telovadnega društva Sokol v Trziču, ki je začelo delovati leta 1903, so se kmalu lotili gradnje lastnega doma. Tega ne bi zmogli brez podpore mecenov, med katerimi je bil tudi inženir Karel Pollak. On je podaril društvu zemljišče ob Tržiški Bistrici. Tam so februarja 1910 odprli sokolski dom, kjer so ob orodni telovadbi razvijali kulturne dejavnosti. Športno poslanstvo Sokola nadaljuje Splošno športno društvo Tržič, ki je ob gimnastiki uveljavilo drsanje in hokej, smučanje, sankanje, roket, kegljanje, plavanje in druge športe. Društvo je lastnik letnega kopališča, s Športno unijo

Slovenije pa ureja vrnitev večjega dela lastništva Sokolnice. V slednji stavbi potekajo razne rekreativne dejavnosti in treningi športnega

plezanja. Da bi izboljšali razmere za vadbo, so v preteklosti zamenjali inštalacije, napeljali novo ogrevanje in izdelali opaže v dvorani. Letos



Obnove doma Sokolov se najbolj veseli Zora Konič, ki telovadi od tretjega leta.

so zamenjali okna in vrata, pobarvali ograjo na balkonu v dvorani in obnovili stare športne rekvizite. Ob stoletnici odprtja doma so želeli polepšati tudi zunanost, vendar društvo nima dovolj denarja. Prijavili so se na razpis Olimpijskega komiteja Slovenije in tovarne Helios s predlogom za obnovo fasade. Predsednik društva **Andrej Kavar** je izrazil zadovoljstvo, da so jim dodelili barve za izdelavo nove fasade. Trenutno poteka zidarska obnova zunanjih sten, fasado pa naj bi končali do začetka decembra. Uredili so tudi okolico doma, kjer so podrli opuščeno vratarnico BPT Tržič. Tako bo Sokolnica lepša do praznovanja stoletnice doma, ki bo sredi decembra. Kot je povedala tajnica **Metka Kolevski**, bo slavlje skromno. Društvo čaka še veliko dela v prihodnosti. Obnoviti morajo pod v telovadnici in streho na domu. Sami bodo najeli nekaj posojila, pričakujejo pa tudi pomoč občine in donatorjev.

Na Jesenicah so začeli graditi mestno tržnico

URŠA PETERNEL

Jesenice - Cestno podjetje Kranj, ki je bilo izbrano za izvajalca del, je pred dnevi na Stari Savi na Jesenicah začelo izvajati projekt Celostna obnova urbanega središča Stara Sava. V sklopu projekta bodo zgradili novo mestno tržnico, muzej na prostem, del prečne povezave do Hrenovce ter uredili pešpoti in trge med objekti. To je ta čas največji projekt, ki poteka v jeseniški občini, vreden je kar 4,75 milijona evrov, od tega so pridobili 3,3 milijona evrov nepovratnih sredstev,

preostalo pa bo Občina Jesenice zagotovila v proračunu. Dela naj bi bila zaključena do konca leta 2011, je povedal župan **Tomaž Tom Mencinger**. Prav nova pokrita mestna tržnica bo velika pridobitev za Jesenice, na Občini Jesenice si želijo, da bi postala duša mesta in prostor srečevanja Jeseničank in Jeseničanov. Zanimanja za prevzem koncesije za upravljanje tržnice je veliko, je povedal župan, na Občini Jesenice pa bodo vztrajali, da bodo ponudniki na stojnicah ponujali predvsem domače slovenske izdelke.

Prisegel novi (stari) župan

URŠA PETERNEL

Jesenice - Na konstitutivni seji občinskega sveta so se prejšnji četrtek sestali novo izvoljeni jeseniški občinski svetniki. Med 28 je le pet žensk, trinajst je takšnih, ki so bili v občinskem svetu že v prejšnjem mandatu, njihova povprečna starost je 55 let, najmlajši, hokejist **Miha Rebolj**, ima 33 let, najstarejši, upokojenec **Anton Stražišar**, pa 73. Sicer pa ima enajst mest stranka SD, pet SDS, po tri Desus in Narcisa, dve LDS, po eno mesto pa SDAS, NSi, Zares in SNS. Na seji so, potem ko je predsednica občinske volilne ko-

misije **Martina Hrovat** prebrala uradne izide volitev, tudi formalno potrdili mandate članov občinskega sveta in župana. Novi (stari) župan **Tomaž Tom Mencinger** je prebral uradno prisego ter se na kratko predstavil, predstavili pa so se tudi direktorica občinske uprave in vodje oddelkov. Sledila je kratka predstavitev vseh občinskih svetnikov, pri čemer je večina poudarila željo po sodelovanju in delu v dobro Jesenic. Prav to, delo za dobro občanov in občanov, je izpostavil tudi župan Mencinger. "Želim si, da stopimo skupaj in delamo za dobro Jesenic!" je dejal.

Gorenjski Glas

ODGOVORNA UREDNICA Marija Volčjak
NAMESTNIKA ODGOVORNE UREDNICE Cveto Zaplotnik, Danica Zavrl Žlebir
UREDNIŠTVO NOVINARJI - UREDNIKI: Boštjan Bogataj, Alenka Brun, Igor Kavčič, Suzana P. Kovačič, Urša Peternel, Mateja Rant, Stojan Saje, Vilma Stanovnik, Simon Šubic, Cveto Zaplotnik, Danica Zavrl Žlebir, Štefan Žargi; stalni sodelavci: Marjana Ahačič, Maja Bertonec, Matjaž Gregorič, Ana Hartman, Jože Košnjek, Milena Miklavčič, Miha Naglič, Jasna Paladin, Ana Volčjak
OBlikovna ZASNOVA Jernej Stritar, IllovarStritar d.o.o.
TEHNIČNI UREDNIK Grega Flajnik
FOTOGRAFIJA Tina Dokl, Gorazd Kavčič
LEKTORICA Marjeta Vožljč
VODJA OGlasNEGA TRŽENJA Mateja Žvižaj

GORENJSKI GLAS (ISSN 0352-6666) je registrirana blagovna in storitvena znamka pod št. 9771961 pri Uradu RS za intelektualno lastnino. Ustanovitelj in izdajatelj: Gorenjski glas, d.o.o., Kranj / Direktorica: Marija Volčjak / Naslov: Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj / Tel.: 04/201 42 00, fax: 04/201 42 13, e-pošta: info@g-glas.si; mali oglasi in osmrtnice: tel.: 04/201 42 47 / Delovni čas: ponedeljek, torek, četrtek in petek od 7. do 15. ure, sredo od 7. do 16. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprto. / Gorenjski glas je poltednik, izhaja ob torkih in petkih, v nakladi 19.000 izvodov / Redne priloge: Moja Gorenjska, Letopis Gorenjska (enkrat letno), TV okno in osemnajst lokalnih prilog / Tisk: STYRIA Print Holding GmbH, St. Veit/Glan (Št. Vid na Glini), Avstrija / Naročnina: tel.: 04/201 42 41 / Cena izvoda: 1,50 EUR, letna naročnina: 140,40 EUR; Redni plačniki imajo 10 % popusta, polletni 20% popusta, letni 25 % popusta; v cene je vračunan DDV po stopnji 8,5 %; naročnina se upošteva od tekoče številke časopisa do pisnega preklica, ki velja od začetka naslednjega obračunskega obdobja / Oglasne storitve: po ceniku; oglasno trženje: tel.: 04/ 201 42 48.

KRANJ

Obisk predstavnikov japonske ambasade

V petek so **Strokovno gimnazijo tehniškega centra v Kranju** obiskali predstavniki japonske ambasade - tretja sekretarka veleposlanika Chie Oshima, asistentka veleposlanika Tanja Jakelj, o Japonski pa je predaval Luka Culiberg, asistent na oddelku za japonologijo na Filozofski fakulteti. Japonska ambasada je namreč povabila Strokovno gimnazijo TŠC Kranj k sodelovanju v programu Horizons of the Rising Sun in po besedah ravnateljice SG TŠC Zdenke Varl so se z veseljem odzvali ter se prijavi na razpis programov predavanj o Japonski. **A. B.**



Foto: Tina Dokl

Po viharju še lubadar

Na območju kamniške krajevne enote zavoda za gozdove so letos odkrili 11.500 kubičnih metrov od lubadarja napadenega drevja. "Zgodba z lubadarjem s tem še ni končana, zadovoljni bomo, če ga prihodnje leto ne bo še več kot letos," pravi vodja enote Miha Zabret.

CVETO ZAPLOTNIK

Kamnik - Na območju kamniške krajevne enote zavoda za gozdove morajo lastniki gozdov že običajno vsako leto posekati zaradi lubadarja blizu tri tisoč kubičnih metrov drevja, a letošnja zgodba o trikrat, štirikrat večji količini "lubadark" sega v julij 2008, ko je veter na območju levega brega Kamniške Bistrice v smeri proti Črnicu in deloma v smeri proti Tuhinjski dolini izruval, polomil ali kako drugače poškodoval 148 tisoč kubičnih metrov drevja. Lastniki so večino drevja pospravili že do konca leta 2008, za lani ga je ostalo manj kot desetina, in še to predvsem listavci. Okrog trideset tisoč "kubikov" so ga pospravili strojno, od pet do šest tisoč kubičnih metrov z žičnico, preostalo pa s pomočjo motorne žage in traktorja.



Miha Zabret, vodja krajevne enote Kamnik

"Lani lubadarja skorajda nismo opazili, tudi letošnja pomlad ni napovedovala česa posebnega, julija in avgusta pa se je pojavil v velikem obsegu. Do konca avgusta smo odkrili že okoli deset tisoč kubičnih metrov napadenega drevja, ta količina se je doslej povzpela na 11.500 "kubikov", do konca

leta bo verjetno narasla na dvanajst tisoč kubičnih metrov," je dejal vodja krajevne enote **Miha Zabret** in dodal, da se je lubadar pojavil predvsem v fiziološko oslabelem drevju na robu območja, ki ga je prizadel veter. Lastniki so že pospravili dobre tri četrtnine "lubadark", preostale naj bi do konca leta. Zavod

je za zasebne gozdove doslej izdal 595 odločb in za državne 49, torej skupno 644, kolikor je tudi ugotovljenih žarišč. Večina lastnikov je v roku pospravila napadeno drevje, nekateri so to storili šele potlej, ko jim je zavod zagrozil z izvršbo, v dveh primerih pa bodo grožnjo z izvršbo morali tudi uresničiti.

"Zgodba z lubadarjem letos še ne bo končana, verjetno ga bo prihodnje leto vsaj toliko kot letos, zadovoljni pa bomo, če ga bo manj in če se ne bo razširil še na druga območja. Veliko bo odvisno od vremena," je dejal Miha Zabret in dodal, da so jim ob "ujmi" z lubadarjem letos prizanesle vsaj poplave, ki so prizadele tudi kamniško občino. Na gozdnih cestah in vlakih ni bilo večje škode, nekaj je bilo le na cesti v Motniku.



Žarišče lubadarja v Suhadolah



Samice lubadarja vrtajo matične rove.

Spremembe pri obdavčitvi subvencij

Vlada predlaga, da bi h katastrskemu dohodku namesto povprečnih zneskov subvencij na hektar prištevali dejansko prejete zneske.

CVETO ZAPLOTNIK

Ljubljana - Vlada je na četrtkovi seji sprejela spremembe zakona o dohodnini in zakona o davčnem postopku in sklenila predlagati državnemu zboru, da ju sprejme po nujnem postopku. Spremembe zakonov najbolj zadevajo obdavčitev dohodkov v kmetijstvu.

Kmetovi dohodki iz kmetijske in gozdarske dejavnosti so bili do leta 2005 obdavčeni le na podlagi katastrskega dohodka, s spremembo zakona o dohodnini so tega leta začeli upoštevati pri davčni osnovi kot del njihovega dohodka tudi dejansko prejete subvencije, pri tem pa so prvo leto v davčno osnovo vključili četrtno sub-

vencij, v letu 2006 polovico, leto kasneje naj bi tri četrtnine in v letu 2008 že celoten prejeti znesek. Z novo spremembo zakona so v letu 2007 h katastrskemu dohodku začeli pripisovati povprečne zneske subvencij na hektar in ne več dejansko prejetih. S tem se je dohodek iz subvencij razporedil na zavezance v enakih zneskih na

Vlada je na četrtkovi seji sprejela tudi predlog zakona o ugotavljanju katastrskega dohodka, po katerem naj bi katastrski dohodek prvič izračunali na novih osnovah najkasneje 30. junija 2012.

hektar površine kmetijskih in gozdnih zemljišč, ne glede na dejansko prejete zneske.

Ker naj bi bil tak sistem nepravilen, vlada zdaj s spremembo zakona o dohodnini predlaga, da bi h katastrskemu dohodku spet pripisovali dejansko prejete obdavčljive subvencije. Spremembo naj bi uveljavili že za leto 2010, a da prehod ne bi bil tako hud, predlaga, da bi za leto 2010, 2011 in 2012 v davčno osnovo vštevali le sedemdeset odstotkov dejansko izplačanih subvencij. Kmetije z več kot pet tisoč evri dohodka iz osnovne kmetijske in gozdarske dejavnosti bodo v letu po tem, ko bodo presegle ta znesek, morale začeti ugotavljati davčno osnovo na podlagi dejanskih prihodkov

V Sindikatu kmetov Slovenije ocenjujejo, da bodo kmetije z uveljavitvijo predlaganih sprememb zakona o dohodnini bistveno bolj obdavčene kot doslej in da se bodo proračunski dohodki od dohodnine iz kmetijske in gozdarske dejavnosti povečali za tretjino.

in odhodkov ali dejanskih prihodkov in normiranih odhodkov. V Sloveniji je po zadnjih podatkih o odmeri dohodnine okrog 6100 takih kmetij, ki naj bi prvič začele ugotavljati dohodek na podlagi vodenja knjigovodstva v letu 2013.

LJUBLJANA

Slovenija bo vrnila 3,8 milijona evrov

Evropska komisija je v petek sklenila, da mora devetnajst članic Evropske unije zaradi neupravičeno porabljenih kmetijskih izdatkov vrniti v evropsko blagajno 578,5 milijona evrov, od tega Slovenija 3,8 milijona evrov. Kot so pojasnili na agenciji za kmetijske trge, so evropski revizorji oktobra 2005 pregledovali izplačilo premij za govedo in drobnico za leti 2004 in 2005. V zaključnem poročilu so predlagali finančni popravek v višini 2,8 milijona evrov, kolikor naj bi znašala izplačila za živali, zaklane pred vstopom Slovenije v EU. Poleg tega so zaradi pomanjkljivosti pri označevanju živali in vodenju evidenc ter zaradi izplačevanja podpor za ovce tudi kmetijam z manj kot desetimi živalmi predlagali še finančni popravek v višini enega milijona evrov. Slovenija bo denar morala vrniti prihodnje leto. **C. Z.**

**Z iQ cenami
ste lahko spretni
ves teden!**

8. – 13. 11. 2010

**VELIKA
NAGRADNA
IGRA**

**Vsak dan
povrnemo nakup do
1.000 EUR!**

Vrnili sta se z medaljo



Slovenska reprezentanca v namiznem tenisu za invalide se je vrnila s svetovnega prvenstva v Južni Koreji, kjer sta Andreja Dolinar in Mateja Pintar osvojili bronasto medaljo. Skupaj s trenerjem Gregorjem Škafarjem sta ponosno pokazali novi odličji v svoji zbirki (na sliki). **M. B.**

Ločani zasluženost premagali Celjane

Škofjeloški rokometaši, ki so letos s svojo igro že nekajkrat navdušili navijače in presenetili nasprotnike, so poskrbeli tudi za največjo senzacijo osmega kroga državnega prvenstva. V domači dvorani na Podnu so namreč gostili Celje Pivovarno Laško in zmagali s 30 : 27 (15 : 16). S kar dvanajstim zadetki se je tudi tokrat izkazal prvi strelec Ločanov **Jure Dolenec**. Ekipa Loke je na lestvici z devetimi točkami na petem mestu, konec tedna pa gostuje v Ribnici. **V. S.**

Visoka poraza Triglava in Šenčurja

V **prvi slovenski nogometni ligi** je bil v soboto odigran 16. krog. Gorenjska predstavnika sta bila polovično uspešna. Domžale so gostovale v Novi Gorici pri HIT-u in se domov vrnile z zmago s 3 : 0, Triglav Gorenjska pa je gostoval v Velenju pri Rudarju in doživel poraz s kar 5 : 0. Domžalčani (32 točk) ostajajo na lestvici na drugem mestu, Triglav Gorenjska je s 17 osvojenimi točkami osma. V **drugi slovenski ligi** pa sta Gorenjska predstavnika v 14. krogu igrala doma. Garmin Šenčur je doživel poraz z Muro 05, ki je zmagala s 3 : 0, Roltek Dob pa je z 2 : 0 premagal Šmartno 1928. Garmin Šenčur je s 16 točkami osmi, Roltek Dob pa s točko manj deveti. V **tretji slovenski nogometni ligi** so odigrali tekme 12. kroga. Kamnik je z Livarjem zmagal s 3 : 0, Kranj je premagal Tolmin z 2 : 0, Kancler Radomlje pa Brda z 1 : 0. Naklo klub zmagovalcev je v Novem mestu s Krko izgubil z 2 : 0. Dekani so bili z 2 : 0 boljši od Save Kranj. Vodijo Radomlje s 27 točkami pred Kranjem, ki ima točko manj, Kamnik je šesti z 21 točkami, Sava Kranj trinajsta s 4 točkami, brez osvojene točke pa je na zadnjem, štirinajstem mestu Naklo klub zmagovalcev. **J. M.**

Konec jesenskega dela v gorenjskih ligah

V soboto je bil odigran 11. krog v **prvi Gorenjski nogometni ligi**, zadnji v jesenskem delu tekmovanja. Visoko je doma s 3 : 4 izgubilo z Velesovim, Britof je z 2 : 2 remiziral s Hrastjem, nogometaši Šobca Lesce so Bohinj premagali s 3 : 0, z enakim rezultatom pa je ekipa Niko Železniki doma izgubila z ekipo Mimovrste Jesenice. Kondor je na domačem igrišču na Godešiču s 3 : 2 premagal Kranjsko Goro, Bitnje Ekspert pa prav tako s 3 : 2 Alpino Žiri. Zmagovalci jesenskega dela so pričakovano nogometaši Mimovrste Jesenice, ki so zbrali 31 točk in imajo pred Visokim že osem točk prednosti. Na tretjem mestu so nogometaši Bitnje Ekspert (19 točk), sledijo pa Velesovo (19), Alpina Žiri (14), Šobec Lesce (13), Kondor (13), Niko Železniki (12), Bohinj (12), Kranjska Gora (11), Britof (10) in Hrastje (8). V **drugi Gorenjski ligi** so jesenski del končali 30. oktobra. Na lestvici vodi Predvor, ki je zbral 20 točk, prav toliko jih ima tudi Bled Hirter, tretji je Thorex DLN (15 točk), sledijo pa Polet (11), Ločan (8), Trboje (5) in FC Podbrezje (5). **M. B.**

TEKMA 13. KROGA 3. SNL - ZAHOD

NK NAKLO : NK PIRAN

SOBOTA, 13. NOVEMBER 2010

OB 14. URI NA NOGOMETNEM

IGRIŠČU V NAKLEM

VSTOPNINE NI!

www.nknaklo.si

Domači uvod že razprodan

Odbojkarji ACH Volleyja bodo novo sezono v elitni Ligi prvakov začeli prihodnji teden na Poljskem.

MAJA BERTONCELJ

Ljubljana - Pred začetkom tekmovanja v elitni odboj-karski Ligi prvakov so se predstavili odbojkarji ACH Volleyja, ki so lani v tem tek-movanju prišli med najbolj-še štiri. Novi glavni trener ekipe, v kateri je kar osem igralcev mlajših od 25 let, je Igor Kolaković, ki je z repre- zentanco Srbije na letoš- njem svetovnem prvenstvu osvojil bronasto medaljo.

"Kako dobro smo pri- pravljene, bodo pokazale tekme lige prvakov. Imamo odlično ekipo, sestavljeno iz velikih profesionalcev in tudi talentov. Dobro dela- mo in imamo visoke cilje," je povedal **Igor Kolaković**. ACH Volley bo tekme v Ligi prvakov začela 17. no- vembra pri poljskih podpr- vakih, igralcih Jastrzebski Wiegla, nadaljevala pa 24. novembra s tekmo proti Budvanski Rivijeri v ljub- ljanskih Stožicah, ki so že razprodane. Poleg poljske in črnogorske ekipe je v predtekmovalni skupini C



Pred novo sezono v odbojkarjski ligi prvakov se je predstavila ekipa ACH Volleyja. Osredotočeni so na tri nasprotnike v predtekmovanju, potem pa bo veliko odvisno tudi od žreba. / Foto: KT

še Olympiacos iz Pireja. Ka- petan Blejcev **Andrej Flajs** se že veseli prve domače tekme in upa na čim glasnejšo pod- poro 12.500 gledalcev, koli- kor jih pričakujejo v Stoži- cah. Kot pravi, največ stavijo prav na Ligo prvakov, in do-

daja: "Druga tekmovanja pa niso nič manj pomembna in do sedaj smo pokazali do- bro pripravljenost." Predsednik upravnega od- bora kluba **Rasto Oderlap** je dejal, da cilji ne morejo biti nižji od lanskih dosežkov:

"Znova želimo na zaključni turnir, zato smo zbrali kako- vostno ekipo in kakovostne- ga trenerja." Obeta se nam zanimiva odbojkarjska sezo- na v elitni evropski ligi, ki se bo s finalnim turnirjem za- ključila aprila.

Prezgodaj slavili

VILMA STANOVNIK

Jesenice , Bled - Minuli ko- nec tedna je bil spet hokejski, precej razlogov za veselje pa so imeli navijači obeh naših ekip v ligi EBEL. Ekipa Acronija Jesenic, ki je v petek gos- tovala v Beljaku, je na tekmi prikazala odlično igro, posledica tega pa je bilo kar pet gol- lov v mreži nasprotnikov in zaslužena zmaga z 1 : 5. Tudi pred domačimi navijači so nedeljsko tekmo proti ekipi Sape Fehervarja jeseniški ho- kejisti začeli spodbudno in po dveh tretjinah vodili s 3 : 1. V zadnjem delu so popustili, prejeli dva gola in sledil je po- daljšek. Ta pa ni trajal dolgo, saj je domač gol zadel **Aleš Kranjc**, ki igra v dresu Madža- rov. "Tekma v Beljaku je bila

odlična, pred reprezentanč- nim odmorom pa smo si že- leli nove zmage tudi doma. Proti madžarski ekipi sicer težko igramo, a imeli smo do- volj priložnosti in dobili pre- poceni zadetke," je povedal trener Acronija Jesenic **Heikki Mälikä**. Jeseničani so tako reprezentančni odmor, ko so se vse tri slovenske iz- brane vrste pred turnirji v tu- jini včeraj zbrale na Bledu, pričakali na šestem mestu lige EBEL, zbrali pa so 19 točk. Vodi KAC s 34 točkami, Tilia Olimpija pa ima po dveh zmagah proti Liwest Linzu konec tedna na osmem me- stu 17 točk. Jeseničani novo tekmo ligo EBEL igrajo 19. novembra v Beljaku, doma pa bodo 21. novembra gostili eki- po Liwest Linza.



V nedeljo je že kazalo, da bo zmaga ostala na Jesenicah, vendar so Madžari izenačili in po podaljšku tudi slavili.

Zastava Blejcem

VILMA STANOVNIK

Karapiru - Minulo nedeljo se je na jezeru Karapiru konča- lo letošnje svetovno prven- stvu v veslanju. Finalne ob- račune si je ogledala množi- ca navijačev, v velikem fina- lu smo Slovenci imeli tokrat le en čoln, za kolajno v enoj- cu se je boril **Luka Špik**. Luka je osvojil šesto mesto, po tekmi pa je povedal: "Na sredini proge me je na ža- lost začelo zmanjkovati, iz- gubil sem sproščeni ritem in brez tega nisem mogel priklopiti, ko so vodilni po- spešili. Sicer šesto mesto med enojci ni slabo, zadnje mesto v A-finalu pa tudi ni zadovoljivo." Poleg Luke Špika smo na prvenstvu imeli še tri naše čolne, na

koncu pa sta dvanajsti me- sti osvojila **Rok Kolander** in **Tomaž Pirih** v dvojcu ter **Matevž Malešič** in **Jure Cvet** v lahkem dvojnem dvojcu, štirinajsto mesto pa sta si priborila **Jan Špik** in **Gašper Fistravec** v dvojnem dvojcu. Čeprav naših vesla- čev tokrat ni bilo na zmago- valnem odru, je bilo ob koncu prvenstva o Sloveniji dosti slišati, saj je predse- dnik organizacijskega odbo- ra za pripravo SP 2011 na Bledu **Janez Benčina** na za- ključni slovesnosti od pred- sednika FISA Denisa Os- walda prevzel zastavo na- slednjega organizatorja sve- tovnega prvenstva. Prven- stvo na Bledu se bo namreč začelo že čez slabih deset mesecev.



Luka Špik je bil na svetovnem prvenstvu letos naš edini finalist.

Zimska liga je prva liga

MIROSLAV BRACO
CVJETIČANIN

V nedeljo se bodo začele zelo zanimive športno rekreativne prireditve. Zbrane so pod imenom Zimska liga, v njenem sklopu bo skozi celo zimo kar petnajst prireditev oziroma tekem. Če vam tekma ni ljuba beseda, potem moram takoj napisati, da ni taka, kot si predstavljate. Tekmovali boste brez startnih števil in ne bo vam treba plačati niti evra startnine. Ali je to potemtaka sploh tekma? Kakšen je užitek tekmovati brez startne številke? Kako naj se poženem s startne črte drugače, kot pa da za plačano startnino skušam dobiti nagrado? Aja, saj tekmujem, da bi zmagal in ne da bi upravičil strošek. Je na obzorju rekreacija, ki se ji reče brezplačna? Končno! In kje drugje boste zastoj tekmovali kot pa na Gorenjskem? Še vedno ne verjamete? Zimska liga je postala Kranjska zimska tekaška liga. Že pred leti je postala med tekači ter ljubitelji gora pravi zimski hit. Vsa leta do zdaj se je odvijala na relaciji Mače-Kališče, letos pa bo prvič izredno zanimiva novost. Ne bomo tekmovali samo: kdo hitro prihodi ali priteče do vrha koč na Kališču, ampak se bomo pomerili še na Joštu, Krvavcu, Mohorju in okoli Brda. To je vsekakor novost, ki je bila med rekreativci deležna največ pohval. Starti bodo vsako nedeljo ob 9. uri na dogovorjenih mestih. Od potoka

nad Mačami do koč na Kališču, ko se bo tekmovalo na Kališče. Od spodnjega parkirišča po cesti do vrha, ko bo tekma na Jošta. Od ovinke nad spodnjo postajo gondole do plaže pri hotelu AS, ko bo tekma na Krvavec. Na Mohorja bo start od spodnjega parkirišča za Jošt in proti Mohorju po cesti in kolovozu. Standardni krog okoli posestva Brdo pa bo bolj za ljubitelje ravninskega teka. Začelo se bo slavnostno na Kališče to nedeljo, 14. novembra. Potem naslednjo nedeljo sledi Jošt, nato Krvavec, Mohor in Brdo. Po prvem krogu pa znova enako zaporedje in tako se bodo do konca februarja zvrstili trije krogi oziroma petnajst tekem. Vse zastoj, brez startnega in ciljnega prostora, na lastno odgovornost, brez števil, vendar z merjenem časa. Nič ni obvezno, torej lahko katerokoli tekmo izpustite, vendar boste potem ob točke, ki bi vam prav prišle ob koncu, ko bo slovesna razglasitev na Kališču seveda.

Zimska liga je primerna za vse, ki radi hodite v hribe ali tečete. Njen tekmovalni duh je zdrav, a ni obvezen, saj gre zaslediti, da so vsa prejšnja leta tekmovali tudi tisti, ki jim čas ni bil pomembnejši od gibanja in druženja. Kališče je začarano in ljudje, ki tako radi hodijo po tistih poteh, so očarani nad njim. Pravijo, da odlična družba, ki se zbira pod njegovim okriljem, ogromno pripomore k zim-



Kranjske zimske tekaške lige se udeležujejo ženske, ...

ski rekreaciji. Preverili smo in se prepričali, da govorice držijo. Tisti, ki jim je mar, da se človek giba in da se družijo v lepem okolju, so v svojem namenu povsem uspeli. Zdaj je samo od vas odvisno, ali se jim boste pri-

družili in z njimi delili prijetne urice, ki vam nikakor ne bodo nikoli škodile. Zimska liga je prva liga, kar se tiče ponudbe za vse ljubitelje športne rekreacije, zato bomo v Glasu spremljali dogodke skozi celo zimo.



... in vrhunski rekreativci. / Avtor fotk: Rok in Klemen Markeš



... mladina ...

GIBAJTE SE Z NAMI
MIROSLAV BRACO CVJETIČANIN



Statika kot politika

Statično kolesarjenje je isto kot politika predsednika vlade, smo se strinjali po našem prvem letošnjem druženju v rekreacijskem centru v Besnici. Borut pravi, da delajo in delajo in delajo, državljani pa ugotavljamo, da ni nič narejenega. Na statičnih kolesih poganjamo in poganjamo pedala celo uro in se ne premaknemo niti za centimeter. Torej smo na istem, le da mi nismo vsak dan na televiziji. Potem smo debatirali, da je verjetno ta vrsta vadbe pisana na kožo prav politikom. Med premikanjem in ne premikanjem je ogromna razlika. Tako velika, da naši politiki ne vidijo na drugi breg. V prepadu vmes pa smo mi, ki se prav tako ne premaknemo, čeprav nam ne prestando ser... po glavi in smo iz dneva v dan zato globlje v dreku. Prijateljica je rekla, da si je omislila sobno kolo. Postavila ga je v dnevno sobo pred televizor in je hotela poganjati pedala v času dnevnika. Že po prvem poizkusu je bila tako jezna, da je svoje treninge prestavila na filme in nič več na dnevnik. Pravi, da si moraš današnje dnevnike gledati v stranišću, sedeč na toaletni školjki in ne na kolesu, kaj šele v fotelju. Pravzaprav sem jo potem povabil na našo statiko v Besnico, kjer ob glasbi in nasmejanih obrazih za kak trenutek pozabimo na tegobe, ki jih raznašajo naši politiki.

Čeprav je naše kolesarsko društvo v soboto s številno udeležbo potrdilo, da kolesa še niso za na zimsko spanje, smo začeli vadbo na sobnih, statičnih kolesih, po domače povedano "spinning". Za mnoge in mene osebo ne je to ena od najboljših vadb, kar si jih kolesar po duši lahko omisli v času, ko je zunaj vreme neprijazno za kolesarjenje. Razdeljeni smo v dve skupini. Prva se dobiva ob sredah in druga ob petkih. Z zapolnitvijo šestnajstih koles, kar jih je na razpolago, že tretje leto nimamo težav, zato z gotovostjo lahko napišem, da se je ta zanimiv način vadbe zelo dobro prijel med bralci Gorenjskega glasa ter prijatelji z naših srednjih kolesarskih druženj.

Statično kolesarjenje je v praksi precej težje, kot se sliši. V

petinštiridesetih minutah se izgubi kar lepo število kalorij in z nas švic teče v potokih. Največ ljudi odvrne prav misel na majhno zatohlo dvoranico, v kateri je več koles, kot jih tja sodi, in na katerih se potijo tako moški kot ženske. Slab zrak, vročina, utesnjenost in seveda preglasna glasba ter prezahteven vaditelj so najpogostejši razlogi, da se ljudje ne udeležujejo takih vadb. Mi, ki imamo s tem malce drugačne izkušnje, smo najprej poskrbeli za udobno dvorano, ki je dovolj velika in dovolj zračna, da se med sabo ne vonjamo kot voljaki v kasarniških sobah. Glasbo si damo na sobno jakost in vaditelji niso tako hudi tirani, kot bi v resnici morali biti, a še vedno toliko, da se lahko reče, da je vadba učinkovita. In vendar: kakorkoli si naredimo, ne moremo mimo tega, da smo na koncu vadbe tako preznojeni in izčrpani, da sta naša prva pomoč natakar in natakarica v šanku eno nadstropje nižje.

Letos teče tretja sezona in v večini smo sami stari znanci. Nekaj je tudi novih obrazov, zato je nam, "tastarim", toliko bolj zanimivo kot njim, ki morajo še čez vse začetne faze presenečenj, ki jih ne pričakujejo pred prvo vadbo. Spining je hudičevo zahtevna vadba in po moje spada med najtežje zvrsti rekreacije. Petinštirideset minut se mogoče sliši kratka časovna doba za rekreiranje, vendar mi morate verjeti, da je večina že po petnajstih minutah prepričana, da ne bo zdržala na kolesu do konca vadbe! In potem sledi še pol ure ... Kolesarji smo fizičnih in psihičnih naporov vajeni, zato skoraj ne bi potrebovali spremljevalne glasbe in dretja vaditelja, a potem to ne bi bilo tako zelo zabavno početje. Verjetno prav v tem opisu kolesarja kot vzdržljivega človeka tišči razlog, da se "statike" ne udeležujejo ljubitelji kake druge rekreacije, čeprav je primerna za prav vsakogar. Za pogajanje pedal je vseeno, ali ste stari, mladi, suhi, debeli ..., le dovolj zagnani morate biti in zagotovo boste uživali.

REGIJSKA
PISARNA
JESENICE
www.olympic.si

Šport ob jezeru
Lakeview sport events
www.sport-bled.si

Foto: Miroslav Braco Cvjetičanin, d.o.o. Miroslav Braco Cvjetičanin

Slabo skrili ukradeni denar

Policisti so stopili na prste tatinski trojci, ki je vlomila v gostinski lokal v Radovljici.

MATJAŽ GREGORIČ

Radovljica - Policisti Policijske postaje Radovljica so v četrtek odvzeli prostost trem osumljencem iz Radovljice in okolice in jim pridržali. Gre za mlajše storilce, stare od 20 do 27 let, ki jim zaradi suma storitve kaznivega dejanja velike tatvine grozi zapor od enega do osmih let.

Trojica je na drugi novembrski dan vlomila v gostinski lokal v Radovljici, od koder so vzeli manjšo blagajno, v kateri je bilo za okoli pet tisočakov dnevnega izkupička. Z zbiranjem obvestil so policisti prišli do informacije o identiteti osumljenih in v četrtek so na podlagi odredb

preiskovalne sodnice na njihovih domovih izvedli hišne preiskave. V preiskavi so policisti osumljencem zasegli preostanek denarja, ki ga še niso zapravili. Prav tako so ugotovili, kam so tatovi odvrgli prazne vrečke, v katerih so bili shranjen denar, blagajniška potrdila in izpiski plačanih računov s kreditnimi karticami.

O ugotovljenih dejstvih in ukrepih je bila obveščena okrožna državna tožilka. Po opravljenem policijskem zaslišanju in zbranih obvestilih so bili vsi trije izpuščeni na prostost, dva od njih sta zaradi premoženjskih deliktov že prišla v navzkriž z zakonom.

KRANJ

Ovadena zaradi prikrivanja

Kriminalisti Sektorja kriminalistične policije Policijske uprave Kranj so na okrožno državno tožilstvo v Kranju podali kazensko ovadbo zoper 43-letnega Medvodčana in 32-letnega Ljubljančana, ki ju sumijo kaznivega dejanja prikrivanja. Konec leta 2007 so neznanci s Savske ceste v Kranju odtujili kombinirano vozilo, takrat dve leti staro lahko gospodarsko vozilo Renault Master Furgon bele barve letnik 2005. V tem času sta osumljenca kupila poškodovano kombinirano vozilo enake znamke, modela in barve. Kupljeno tovarno vozilo je do sedaj še neugotovljeni storilec priredil tako, da je identifikacijske številke poškodovanega kombiniranega vozila namestil na ukradeno kombinirano vozilo. Osumljenca sta ukradeno kombinirano vozilo nato odpeljala na Švedsko, kjer sta ga registrirala. Pri naslednji registraciji oziroma tehničnem pregledu so švedski organi ugotovili, da ima vozilo prirejeno serijsko številko. Prek mednarodnega policijskega sodelovanja med švedskimi varnostnimi organi in slovensko policijo je bilo nato ugotovljeno dejansko stanje. Vozilo so po vseh preverjanjih tudi vrnili lastniku. **M. G.**

Ugriznil, da bi lahko pobegnil

Na kranjskem sodišču so prejšnji teden začeli soditi Vladu Topiću za serijo velikih tatvin, ene v sotorilstvu z Ajdinom Dedićem.

MATJAŽ GREGORIČ

Kranj - Precej dolg je bil seznam kaznivih dejanj vlomov in velikih tatvin, ki jih je na začetku glavne obravnave proti Jeseničanu, 33-letnemu **Vladu Topiću** našteval državni tožilec **Janez Pavlovšnik**. Obtoženec je v letošnjem maju, ko je bil na begu iz zapora, serijsko vlamljal v hiše in stanovanja, od tam pa odnašal različne aparate, denar in druge vredne stvari. Skupaj je povzročil za 13.800 evrov škode, dokler ga na začetku junija pri vladu v hiši na Okroglem niso zalotili policisti.

Topić, ki je od 17. julija v priporu, naj bi eno od kaznivih dejanj velike tatvine zagrešil skupaj z Jeseničanom, 23-letnim **Ajdinom Dedićem**, ki ga na prvi poskus začetka glavne obravnave ni bilo. Tokrat se je opravičil, ker je imel težave v družini, vendar je sodnica **Marjeta Dvornik** kljub temu odredila prisilno privedbo. Oba osumljenca, ki sta brezposelna, naj bi se spravila nad Kranjčana **Sama Kuželja**, ki je tudi sam v priporu zaradi kaznivih dejanj v zvezi s prodajo mamil. Kuželj je v preiskavi trdil, da sta ga Topić in Dedić v predprostoru stanovanjskega bloka, kjer je



Vlada Topića so na kranjsko sodišče pripeljali iz pripora na Dobu. / Foto: Gorazd Kavčič

stanoval, pretepla in mu odvzela denarnico, v kateri naj bi bilo 230 evrov. Tudi pred sodnim senatom je oškodovanec kot priča teatralno ponovil svojo zgodbo, po kateri naj bi se Topić že večkrat oglašil pri njem in ga izsiljeval za denar, ki pa ga Kuželj največkrat ni imel, saj je odvisnik. Tudi tokrat je Topiću povedal, da denarja nima, a je ta vztrajal, naj mu pomaga, ker je prišel iz zapora in ne ve, kako naprej. Po pogovoru naj bi Topić s Kuželjevimi telefonom poklical Dedića, s katerim sta z Jesenic

skupaj prišla v Kranj, vendar slednji ni bil prisoten ves čas, ko pa je prišel, naj bi prav on Kuželju dal "nekaj vzgojnih". Oba obtoženca zanikata, da bi Kuželja tepla po glavi, ampak naj bi se samo prerivala. Izmenično sta mu očitala, da močno pretirava, saj je navajal, da je dobil več hudih udarcev v glavo, da je imel oteklo uho in da se je po dogodku komaj privlekel do stanovanja. Zdravniški list razen nekaj odrgnin po glavi ne izkazuje drugih hujših poškodb, oškodovanec pa tudi ni vedel

točno povedati, kateri od napadalcev mu je izmaknil denarnico in kdo je iz nje vzel denar. Dobro pa se spomni, da je Topića ugriznil v prste, ko je ta z roko segel proti njemu, in ugriz držal toliko časa, da mu je s ključem, ki ga je imel okoli vratu, uspelo odkleniti vrata, ki vodijo do stopnišča.

Ob vseh kaznivih dejanjih je tožilec Topića vprašal, ali je kakšno upanje, da bi spremenil svoj način življenja, in kako gleda na prihodnost, a je v odgovor dobil samo molk.

Sodišče Ruparju dokazalo zlorabo položaja

1. stran

Žena lastnika hotela **Dolores Naud** je v pričanju povedala, da je Ruparju izdala račun za opravljene storitve na njegovo željo in da je bil ta račun enak originalu. V hotelu niso od nekdanjega tržiškega župana zahtevali nobenega plačila in s tem Ruparja, ki je trdil, da je v gotovini plačal 1900 evrov, preostalo pa si je izposodil od Darka Jarca, postavil na laž.

Tudi lastnik hotela **Lois Naud** je zatrdil, da so račun Ruparju izdali na njegovo željo, nista pa bila z ženo po-

polnoma usklajena, kdo točno je izročil račun. Nedvomno pa je lastnik hotela povedal, da je kopija računa polnoma enaka originalu in da od Ruparja niso zahtevali nikakršnega plačila niti niso prejeli nikakršne gotovine. Čeprav je priče zaradi oddajenosti dogodka že precej zapustil spomin, je tudi takratni podžupan občine Ste Marie Aux Mines **Hughes Bellot** prek videokonferenčnega zaslišanja jasno povedal, da so stroške tržiške delegacije plačali Francozi.

Sodišče je tako v celoti sledilo navedbam tožilke, ki je v

zaključni besedi poudarila, da obstaja dovolj pričevanj in listinskih dokazov, ki obremenjujejo Ruparja. Za dokazano zlorabo uradnega položaja je predlagala pogojno zaporno kazen šestih mesecev s preizkusno dobo treh let, v tem času obsojeni ne sme storiti enakega kaznivega dejanja. Poleg tega je sodišče Ruparju naprtilo povračilo neupravičeno izplačanih stroškov iz tržiške občinske blagajne, 2460 evrov z obrestmi mora vrniti v šestih mesecih, sicer se pogojna obsodba lahko spremeni v zaporno. Če bo sodba v takš-

ni obliki tudi pravnomočna, bodo Ruparju naprtili tudi stroške sodnega postopka.

Takoj po razglasitvi, ki je prav tako minila brez Pavla Ruparja, je njegov zagovornik **Franco Rojko** iz odvetniške družbe Matoz napovedal pritožbo, saj ocenjuje, da so bile v dokaznem postopku nepravilnosti.

Ker ima Pavel Rupar v sodnem dosjeju že eno pogojno obsodbo, mu grozi preklic pogojnega prestajanja zaporne kazni, vendar bo o tem sodišče odločalo šele, ko bo pravnomočna tudi ta sodba.



Foto: Gorazd Kavčič

Tržič

Smrt pod kolesi smetarskega tovornjaka

Na križišču Kovorske ceste v Bistrici pri Tržiču se je v petek ob 13.30 pripetila huda prometna nesreča, katere žrtev je bila 79-letna peška. Po podatkih kranjske policijske uprave je peška prečkala vozišče, vanjo pa je trčil 59-letni voznik smetarskega vozila Komunalne Tržič. Kljub hitri medicinski pomoči in prevozu v ljubljanski klinični center je bila peška tako hudo ranjena, da je dve uri po nesreči umrla. Umrla ženska je letošnja šestnajsta žrtev prometnih nesreč na gorenjskih cestah. **M. G.**

Slovenske železnice
Slovenske železnice, d. o. o.
Kolodvorska 11, Ljubljana

VABIJO K NAKUPU NEPREMIČNIN:

1. Zemljišča s parc. št. 562, površine 219 m², 556/3, površine 332 m², 556/2, površine 2235 m2 in 1403/5, površine 147 m², vse vpisane v zemljiški knjigi Okrajnega sodišča na Jesenicah v z.k. vložku št. 963, k.o. Jesenice:

- izhodiščna vrednost predmeta prodaje znaša: 69.000,00 EUR + 2 % davek na promet nepremičnin.

2. Zemljišče s parc. št. 1481/38, površine 127,00m², vpisano v zemljiški knjigi Okrajnega sodišča v Radovljici v z.k. vložek št. 718, k.o. Bohinjska Bistrica:

- izhodiščna vrednost predmeta prodaje znaša: 13.000,00 EUR + 20% DDV.

Zainteresirani ponudniki so v 8 dneh po objavi vabila dolžni na sedežu Slovenskih železnic, d. o. o., prevzeti navodilo za oblikovanje ponudbe za posamezni predmet prodaje in v skladu s tem navodilom v 15 dneh po objavi vabila predložiti svoje ponudbe. Javno odpiranje ponudb bo opravljeno 15. dan po objavi tega vabila, t. j. dne 24. novembra 2010.

Informacije na tel. št.: (01) 29 14 293 (ga. Maja Nahtigal)



Za zdrave otroške zobe so odgovorni starši

Zobozdravnica Maja Jan Čufer je specialistka otroškega in preventivnega zobozdravstva v Zdravstvenem domu Jesenice.

stran 10



Debelih otrok ne silite v dieto

"Le sprememba življenjskega sloga je lahko uspešna v boju z debelostjo," opozarja Alenka Hafner, dr. med., vodja Oddelka za socialno medicino, analitiko in promocijo zdravja na ZZV Kranj.

stran 11



Stokrat daroval kri in plazmo

Območno združenje Rdečega križa Kranj je podelilo priznanja krvodajalcem in prostovoljcem. Leon Kern je kri in plazmo daroval že stokrat.

stran 12

zdravje & lepota

ZDRAVJE • KAKOVOST BIVANJA • ZDRAVA PREHRANA • NAPREDEK V ZDRAVSTVU • ZDRAVILA • KOZMETIKA • NASVETI ZA DOLGO ŽIVLJENJE

Najsrčnejša babica Andreja Horžen

"Na začetku me je prav vsak porod ganil do solz. Sčasoma sem si le dopovedala, da ne morem samostojno voditi poroda in jokati zraven. Še vedno pa me gane," pravi Andreja Horžen, ki je zaposlena v kranjski porodnišnici.

SUZANA P. KOVAČIČ

Andreja Horžen je najsrčnejša babica po izboru revije Zdravje za leto 2009/2010. Zaposlena je v Bolnišnici za ginekologijo in porodništvo Kranj, kar je njena prva zaposlitev; s pripravništvom vred dela kot babica tri leta. "Še na začetku študija na Visoki babiški šoli sem si predstavljala babico kot patronažno sestro, ki obiskuje mamice na domovih in jim svetuje pri do-

jenju in negi novorojenčka. V drugem letniku, ko sem imela prakso, sem šele spoznala, da je pravo delo babice v porodni sobi. V bistvu me je to še bolj navdušilo," je dodala. Prednost kranjske porodnišnice je, kot je še poudarila najsrčnejša babica, tudi v tem, ker ni (pre)velika: "Mogoč je bolj osebni stik med babico in porodnico in ne gre kot po "tekočem traku". Z ženskami se pogovarjamo, čim več časa z vsako, če se le da; nekatere pridejo po nasvet že kak mesec pred poro-

dom, nekatere teden dni prej ... Včasih kakšna porodnica vpraša, ali lahko izbere babico, ki naj bi bila pri porodu. Odgovorim, da so vse prijazne, da vsaka babica hoče samo dobro mami in otročku. Dejansko je stik med babico in porodnico zelo pomemben, babica jo lahko še celo bolj pomiri kot pa sopro, ki sodeluje pri porodu. Poleg tega porodnica med porodom soprogu hitro kakšno zabrusi, medtem ko imajo večinoma do babice več "rešpekta" (smeh). Moški se sicer v porodni kar dobro držijo, prisotnega je namreč toliko adrenalina, da se kaj več kot bledica na obrazu niti ne pojavi (smeh)." Tudi sama je rodila v kranjski porodnišnici. Sin je danes star štiri leta. "Tedad me praktično še nihče v porodnišnici ni poznal, ker je bilo za menoj le štirinajst dni prakse. Mogoče bi bilo zdaj bolj zanimivo, vsekakor bi se morala ob naslednjem porodu počutiti še bolj varno," je povedala in dodala, da pa porodom doma v tem času ni naklonjena: "To pri nas ni urejeno v sistemu in mislim, da ni najbolj primerno. Ženske se morajo zavedati, da vsak porod ni tako lep in tekoč in da se lahko zakomplicira. Če je v porodnišnici, se zaplet lahko reši pravočasno."



Vanja Čukič in Goran Bambič sta prejšnji terek pričakovala prvorojenca. Z njima je babica Andreja Horžen. I FOTO: TINA DOKL

Andreja Horžen je doma iz Preddvora, omožena pa v Trziču. Zelo rada ima živali, osem let je imela psa. "Pes Ox je bil pasme bernski planšar in je bil del mene; lahko bi rekla, da tudi on predstavlja pomemben košček mojega življenja. V stanovanju v Trziču pa družinici zdaj dela družbo muca," je povedala. Andreja se sprošča s športom, še najraje teče, proste vikende pa preživlja z možem in sinom v okoliških hribih. Kljub temu da dela na tri izmene, da je odsotna od doma tudi ob nedeljah in praznikih, pove: "Od doma grem res težko, ko pa sem v

porodnišnici, je lažje, ker me to delo neizmerno veseli." Razveseli se tudi kakšnega pisemca mami, povratne informacije, drobne za-

hvale ... Sebe ne želi ocenjevati, na splošno pa zaključ, da je babica prijazna, srčna, umirjena in da zna prisluhniti ...

Dobro je vedeti ...

Imela sem odlično učiteljico

"Po podelitvi te krasne nagrade sem se zahvalila staršema, ki sta mi omogočila študij in me podpirala, možu in sinu, da me imata kljub moji odsotnosti tako zelo rada, sodelavcem in še posebej sodelavki Anki Grmič, zaradi katere mi je delo babice še bolj plemenito. Anka je bila kot druga mama, saj me je v začetku moje kariere skrbno vzela pod svoja "krila" in me naučila, da je delo babice nekaj posebnega: to so ure, dnevi in noči izjemne odgovornosti, kljub vsemu pa zapuščamo porodno sobo zadovoljne, da smo v knjigo svojega dela spet vpisale novo življenje. V spominu mi ostaja nekaj njenih napotkov, na primer: Vedno delaj tako, kot si želiš, da bi drugi delali s tabo."

DUŠEVNO ZDRAVJE

Stresne razmere krive duševnih stisk

Dispanzer za mentalno zdravje v kranjskem zdravstvenem domu deluje štiri desetletja. Pogovarjali smo se s predstojnikom dr. Janezom Rojškom.



stran 14

PREOBRAZBA

Več gibanja, manj hrane

V skupni akciji Gorenjskega glasa in športnega centra Prošport, ki smo jo naslovili Preoblikujte svoje telo, smo izbrali Gizelo Zaplotnik in Špelo Tičar.



stran 15

NASVET

Želite postati prostovoljec, prostovoljka Hospica

Ali bi bil pripravljen-a spremljati umirajočega bolnika? Bi lahko več ur tiho presedel ob bolniku, če bi bilo potrebno?



stran 16

AKTUALNO

Za zdrave otroške zobe so odgovorni starši

Zobozdravnica Maja Jan Čufer je specialistka otroškega in preventivnega zobozdravstva v Zdravstvenem domu Jesenice. Skrbi predvsem za zdrave zobe najmlajših, na preventivni pregled jih povabi že pri prvem letu starosti. Da ima pravi pristop, dokazuje dejstvo, da pri njej usta odprejo vsi mali pacienti, tudi "najtrši" primeri ...

URŠA PETERNEL

Kdaj se začne skrb za zdrave zobe otrok? "Že pri mamici v nosečnosti. Pomembno je, da ima mamica popravljene zobe, obenem pa jih v materinski šoli opozorim na pomen higiene otrokovih zob in na pomen zdrave prehrane. Otrok se namreč rodi v družino, v kateri imajo lahko zdravo, lahko bi rekla zobem prijazno, ali pa nezdravo prehrano."

Kdaj torej moramo malčku začeti umivati zobke? "Takoj, ko mu izraste prvi zob, in to z mehko ščetinasto krtačko, ne s kakšno silikonsko. Starši morajo otroku umivati zobe vsaj do šestega leta, do izrasta prvih stalnih kočnikov, potem pa naj mu pri umivanju pomagajo.

Znano je, da je otrok sam sposoben temeljito umiti zobe, ko ima razvito fino motoriko, to pa je takrat, ko zna pisati pisane črke."

Pa iz kvalitete mlečnih zob - marsikateremu otroku ostanejo le še "škrbine" - lahko sklepamo o kvaliteti stalnih zob? "Ne. Kvaliteta mlečnih in stalnih zob nista povezani. Mlečni zobje so zaradi manjše vsebnosti mineralov vselej manj kvalitetni. Je pa res, da v primeru, ko so mlečni zobje propadli, stalni zobje izrastejo v neprijazno okolje, v ustih je več bakterij in zato je stalni zob hitreje prizadet. Zato je treba tudi mlečne zobe popravljati in skrbeti zanje."

Katera od razvad pa je najbolj škodljiva za zobe - dudu, prst, steklenička?

"Steklenička s sladko vsebino! Je najbolj pogosta in tudi najbolj škodljiva razvada. Sladka vsebina povzroča zobno gnilobo, sesanje pa moti normalen razvoj čeljusti. Zato starše pozovem, naj malčka pri enem letu starosti odvadijo stekleničke in dude in ga navadijo jesti čvrsto hrano, kot je kruhova skorja, jabolka ..."

Sladkarije so ena od tistih stvari, ki jih starši otrokom le s težavo odrečemo. Je rešitev "dan sladkarij", ko se otrok lahko le en dan v tednu do sitega naje sladkega? "Sama nisem pristaš takšnih 'dni'. Dejstvo je, da imamo sladkarije vsi radi, a pri tem je treba imeti pametno mero. Naj otrok po glavnem obroku poje vrečko bonbonov, čokolado, potem pa naj si umije zobe ali vsaj usta splakne z vodo.

Za zdrave zobe zadostuje redno umivanje zjutraj in zvečer, po obroku pa naj otrok popije kozarec vode. Če otroku dovolj zgodaj povemo, da so sladkarije samo dobre, ne pa tudi zdrave, bo to sprejel. Poleg tega naj sladkarije ne bodo za podkupovanje. Opažam pa, da je danes večji problem pitje sladkih pijač. Otroci imajo večinoma lepo umite zobe, a zaradi uživanja sladkih pijač prihaja do medzobne gnilobe, ki jo je težko odkriti in potem tudi zdraviti."

Za zdrave otroške zobe smo torej v prvi vrsti odgovorni starši?

"Marsikateri starš reče: jaz imam slabe zobe in zato ima take tudi otrok. A to ne drži! Otroku vedno zrastejo lepi zobje, starši pa morajo poskrbeti, da taki tudi ostanejo. To pa lahko storijo le z natančnim umivanjem - da ne odnehajo ob prvem joku otroka ... Ljudje nimajo lepih zob zaradi zobozdravnikov, ampak zaradi sebe. Zobozdravniki le popravljamo napake ..."



Maja Jan Čufer, dr. dentalne medicine, specialistka otroškega in preventivnega zobozdravstva | FOTO: ANKA BULOVEC

Dobro je vedeti ...

Nekaj osnovnih nasvetov za zdrave zobe:

- zobe je otroku treba začeti umivati takoj, ko mu izraste prvi zob;
- ko je v ustih prvi zob, naj otrok zvečer po umivanju ne pije ničesar več, razen vode (ali materinega mleka)
- umivanje zob naj bo temeljito, starši naj otroku umivajo zobe do šestega leta starosti, do devetega leta pa naj mu pri tem pomagajo.

Nestrokovna uporaba zdravilnih rastlin

Zdravilne rastline so že tisočletja dragocena pomoč pri ohranjanju zdravja in lajšanju zdravstvenih težav. Že od nekdaj nabiramo ali gojimo zdravilne rastline ter iz njih pripravljamo čaje, mazila in druge pripravke. Zdravila rastlinskega izvora izdeluje tudi farmacevtska industrija; na voljo so v lekarnah, specializiranih prodajalnah, vedno pogosteje tudi preko spletnih lekarn. V zadnjih letih ljudje posegajo tudi po številnih drugih zeliščnih izdelkih, predvsem prehranskih dopolnilih, ki jih lahko dobijo tudi preko spletne prodaje ali prodaje "od vrat do vrat". Splošno prepričanje je, da nam vsi ti izdelki zaradi svojega rastlinskega izvora lahko le koristijo in ne morejo povzročiti nobene škode našemu telesu tudi ob dolgotrajnejši uporabi. Vendar se moramo zavedati, da neustrezna izbira in uporaba teh izdelkov lahko prinaša določena tveganja za zdravje. Pomembno je, da je izdelek, ki ga vnašamo v naše telo, preverjene kakovosti. Strogo je nadzorovana le kakovost izdelkov rastlinskega izvora, ki so registrirani kot zdravila in jih dobimo brez recepta v lekarnah ter specializiranih prodajalnah. Nadzor nad kakovostjo prehranskih dopolnil in drugih zeliščnih izdelkov pa je nezadosten. Tako so v več raziskavah trga ugotovili različne pomanjkljivosti teh izdelkov: odsotnost ali zamenjava navedene zdravilne rastline v izdelku, previsoka ali prenizka vsebnost posameznih sestavin, prisotnost oziroma prekomerna vsebnost težkih kovin, pesticidov, insekticidov, aflatoksinov (nevarnih izločkov nekaterih gliv), mikrobiološka oporečnost izdelka, namerno dodane sintezne zdravilne učinkovine za doseg večje učinkovitosti "naravnega" izdelka. Predvsem v spletni prodaji je prisotnih tudi vedno več ponaredkov, ki lahko resno ogrozijo zdravje ljudi. Ljudje pogosto tudi sami nabiramo ali gojimo zdravilne rastline ter iz njih izdelujemo pripravke. Varno in učinkovito samozdravljenje s temi pripravki zahteva ogromno znanja. Zelo dobro moramo poznati zdravilne rastline, da ne pride do zamenjav, ki lahko vodijo tudi v tragične posledice. Dobro znane so zamenjave čemaža s šmarnico. Rastline oziroma njihove zdravilne dele nabiramo ob tistem letnem času in tudi delu dneva, ko je vsebnost učinkovin najvišja. Pomemben je tudi postopek sušenja, saj ob previsoki temperaturi razpadejo učinkovine, občutljive na toploto, ob previsoki vsebnosti vlage pa se lahko razrastejo bakterije in plesni, katerih število naraste tudi ob neustreznih nadaljnjih predelavi in shranjevanju. Da je pripravek res učinkovit, je pomembna izbira ustreznega topila za izdelavo izvlečka. Tako bomo iz cve-

tov ognjiča pripravili oljni izvleček, saj so zdravilne učinkovine topne v oljih, medtem ko z vodnim izvlečkom cvetov ognjiča ne bomo dosegli želenega učinka. Za varno uporabo zdravilnih rastlin veljajo določena opozorila in previdnostni ukrepi, ki so pri zdravljenju rastlinskega izvora navedena v navodilu za uporabo, ob uporabi doma izdelanih in drugih zeliščnih pripravkov pa si moramo te podatke priskrbeti sami iz zanesljivih virov. Pomembno je pravilno odmerjanje; jemanje prevelikih odmerkov z namenom povečanja učinka ima lahko škodljive posledice. Škodljivi učinki se lahko izrazijo šele po daljšem času, zato se izogibajmo dolgotrajni uporabi tistih zdravilnih rastlin, katerih varnost še ni preverjena. Tako lahko mazila z gabezom uporabljamo največ 6 tednov letno, saj gabez vsebuje pirolizidinske alkaloid - spojine, ki prehajajo skozi kožo in ob dolgotrajni uporabi poškodujejo jetra. Ne smemo pozabiti tudi na možnost medsebojnega delovanja zdravilnih rastlin z drugimi sočasno vzetimi zdravili, ki smo jih dobili na recept ali brez recepta, nenazadnje tudi s hrano in alkoholom. Znan je primer šentjanževke, katere učinkovitost pri lajšanju blage do srednje hude depresije je dokazano primerljiva s sintezni zdravili, njena prednost so tudi redki in blagi neželeni učinki, vendar lahko zveča ali zmanjša učinkovitost številnih zdravil, če jih jemljemo sočasno. Pri skupinah ljudi z večjim tveganjem neželenih učinkov, kot so nosečnice in doječe matere, dojenčki in majhni otroci, bolniki s kroničnimi obolenji ter z oslabljenim imunskim sistemom, se odločimo za uporabo zdravilnih rastlin le po posvetu z zdravnikom. Prav tako je pri nekaterih zdravstvenih težavah nujno, da zdravnik izključi možnost morebitnega resnejšega obolenja. Ena od takšnih težav je povečana prostata, ki pogosto spremlja moške v zrelih letih in jo lahko učinkovito lajšamo z zdravili z žagasto palmo, koprivo ali vrbovcem, ob tem pa moramo skrbeti za redne zdravniške preglede. Zdravje je ena naših največjih vrednot, zato se odgovorno odločajmo za samozdravljenje. Ko zbolimo, ne obremenjujmo našega telesa še dodatno z izdelki nepreverjene kakovosti, kljub temu da so predstavljeni kot popolnoma naravni in varni. Svetujemo vam, da se o svojih zdravstvenih težavah posvetujete s farmacevtom v lekarni, ki vam bo pomagal izbrati pravo zdravilo, vam svetoval o drugih ukrepih ali pa vas napotil k zdravniku, če bo na podlagi svojega strokovnega znanja ocenil, da je to potrebno.

Tjaša Prevodnik, mag. farm., spec.



gorenjske lekarne

www.gorenjske-lekarne.si,
info@gorenjske-lekarne.si

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



Galenski laboratorij Gorenjskih lekarn ima dolgoletno tradicijo izdelave zdravil, ki jih imenujemo galenski izdelki. V skladu z zahtevami farmacevtske stroke izdelujemo zdravilne čaje, sirupe z rastlinskimi izvlečki, zeliščne kapljice, mazila ...

POGOVOR

Dobro je vedeti ...

Šolska prehrana

"Slovenija ima dobro urejeno področje šolske prehrane. Vsi otroci in mladostniki so deležni subvencionirane šolske malice, osnovne šole nudijo tudi zajtrke, kosila in popoldanske malice, pripravljene po smernicah zdravega prehranjevanja. S tem šolskim letom so bili iz šol umaknjeni avtomati z nezdravo prehrano."

Vse več sedimo

"Spremenil se je življenjski slog vse populacije, tako tudi precejšen delež otrok in mladostnikov precej časa preživi pred televizijskimi ekrani in računalniki ter dopoldanski večinoma sedeči način življenja nadaljuje tudi popoldne v prostem času. Ob tem jih starši še pogosto vozimo v šolo in na interesne dejavnosti. Mlad človek bi se moral vsak dan gibati vsaj eno uro."

Zbadljivke, vezane na telesno težo

"Otroci in mladostniki s prekomerno telesno težo so pogostejše kot njihovi vrstniki z normalno telesno težo podvrženi zbadljivkam, povezanim s telesno težo. Zbadljivke lahko povzročijo simptome depresije ali nezadovoljstvo s telesom, ki posledično vodi v prenaajedanje ali pa v zatekanje k dietam, v želji, da bi se izognili nadaljnji stigmatizaciji zaradi telesne teže."

Debelih otrok ne silite v dieto

"Le sprememba življenjskega sloga je lahko uspešna v boju z debelostjo," opozarja Alenka Hafner, dr. med., vodja Oddelka za socialno medicino, analitiko in promocijo zdravja na Zavodu za zdravstveno varstvo Kranj.

SUZANA P. KOVAČIČ

Koliko otrok in mladostnikov ima težave s prekomerno telesno težo in debelostjo?

"V zadnjih dvajsetih letih se je stanje bistveno poslabšalo, delež otrok in mladostnikov s prekomerno telesno težo in debelostjo se povečuje. Trenutno imamo v Sloveniji od dva do sedem odstotkov debelih in od petnajst do dvajset odstotkov prekomerno prehranjenih otrok in mladostnikov. Prekomerna prehranjenost je vmesno stanje med normalno telesno težo in debelostjo. Pri odraslih prehranjenost najlažje ocenjujemo z indeksom telesne mase (ITM); to je naša telesna teža, izražena v kilogramih, vlomljeno s telesno višino, izraženo v metrih na kvadrat. Izračun je enostaven, vsak si ga lahko naredi sam. O normalni telesni teži govorimo takrat, ko je ITM med 18,5 in 25, o prekomerni telesni teži govorimo takrat, ko je ITM med 25 in 30, ko ITM preseže 30, pa že govorimo o debelosti. Pri otrocih je to bolj zapleteno, ker nimamo enotne meje za oceno prekomerne prehranjenosti, saj s spremembami telesnih razmerij v času pubertetnega dozorevanja nastopijo tudi spremembe v indeksu telesne mase."

Katere zdravstvene težave, povezane z debelostjo, se lahko pojavijo že pri mladi populaciji? "Pri otrocih se danes na primer srečujemo s sladkorno boleznijo tipa 2, ki je bila včasih izključno problem odrasle populacije. Posledica debelosti pri otrocih in mladostnikih je tudi večje tveganje za razvoj srčno žilnih bolezni in nekaterih vrst raka."

Verjetno je za mladostnika debelost pogosto tudi psihološki problem, ker je zaradi tega praviloma gibalno manj sposoben, vrstniki ga zbadajo ...

"To je velik problem, debelost namreč še vedno predstavlja stigmo. Debeli otroci se pogosto srečujejo tudi z negativnimi psihosocialnimi posledicami. Zaradi predsodkov, ki jih družba goji do debelih ljudi, imajo v življenju, pogosto neupravičeno, slabše možnosti. Pogosto imajo zaradi debelosti negativno samopodobo, so manj samozavestni, lahko tudi osamljeni in depresivni. Debeli in prekomerno prehranjeni imajo dokazano večje težave pri zaposlovanju in vključevanju v normalno socialno življenje."

Pretiravamo s tem, kaj je lepo? "Da, pretirano smo podvrženi sporočilom o tem, kaj naj bi bilo lepo. Poglejte, danes so že otroci skozi igrače podvrženi idealom lepega. Tak ideal je na primer punčka Barbie. Ampak tako postavo, kot jo ima Barbie, lahko na svetu doseže le odstotek žensk. To so nedosegljivi ideali, a mediji in modna industrija nas stalno bombardirajo s temi ideali, izredno suhimi manekenkami in fotomodeli, kar vse vodi v nezadovoljstvo in frustracije. Tudi moški so vedno bolj podvrženi temu trendu; ne gre sicer za željo po nizki telesni teži, ki jo srečujemo pri ženskah, zlasti pri mladostnicah. Pri moških gre za željo po čim bolj mišičastem telesu. Mišičasto moško telo je cenjeno, zaželeno. Ker so otroci in mladostniki vse bolj izpostavljeni tovrstnim medijskim sporočilom in so nanje še bolj občutljivi, bi jim bilo potrebno omogočiti pridobivanje večščin za kritičnost do medijskih sporočil (medijsko pismenost)."

Kako se pravilno lotiti hujšanja? "Naš cilj pri mladostniku nikakor ni hujšanje, naš cilj je zdrav življenjski slog (zdravo prehranjevanje, telesna dejavnost) in posledično normalna telesna teža."

Ampak če mora shujšati, ker je dejansko predebel?



Alenka Hafner, dr. med. / FOTO: TINA DOKL

"V pubertetnem obdobju, ko pride do hitre rasti, se je morda s tem lažje soočiti. Telo v tem obdobju najprej zraste v višino in šele nato sledi popolnitev, pridobivanje telesne teže. Če nam v tem obdobju s spremembo življenjskega sloga uspe doseči, da otrok ne pridobi dodatnih kilogramov, smo uspešno izrabili naravni potek dogodkov. Zagotovo pri mladostniku dieta ni tisto, kar bi postavili na prvo mesto."

To se sliši idealno, ampak nekateri ostanejo debeli kljub hitri rasti v puberteti. Potem so pa morda še starši tisti, ki jih nagovarjajo k hujšanju. "Vzrok za razvoj debelosti je v nesorazmerju med vnosom energije v telo s prehranjevanjem in porabo energije z gibanjem. Seveda nam pogosto problema prekomerne prehranjenosti in debelosti ne uspe rešiti samo s hitro rastjo, pač pa je potrebno spremeniti življenjski slog, pa ne samo otroka, najpogosteje vse družine. Ker je debelost bolezen in jo kot tako mora

mo tudi obravnavati. Staršem svetujemo, da obiščejo otrokovega osebne zdravnika, to je izbranega pediatra ali šolskega zdravnika, in da se z njim posvetujejo. Zdravnik bo presodil in svetoval, kakšno obravnavo otrok potrebuje - ambulantno ali pa morda sodi v institucijo, ki nudi tovrstno pomoč. S to problematiko se ukvarja Center za zdravljenje bolezni otrok Šentvid pri Stični. Pogosto tudi šolski zdravniki ob sistematskih pregledih opozorijo na problem."

Kaj pa v šolah, je dovolj ur športne vzgoje? "Ravno zaradi problema debelosti se dodatna skrb posveča spodbujanju telesne aktivnosti otrok in mladostnikov. Športni pedagogi se trudijo uvesti dodatne ure športne vzgoje, ob tem pa je pomembno, da je telesna vadba organizirana rekreativno, da ni usmerjena zgolj v rezultate in je torej prijetna tudi za tiste otroke in mladostnike, ki gibalno niso najbolj spretni. Z zgodnjo specializacijo športa v

vrhunske rezultate smo v našem prostoru iz organizirane vadbe izgubili mnogo mladih, ki ne uspejo slediti strogi vrhunski usmeritvi. Poleg šolskega prostora pa je pomembno, da telesno aktivnost spodbujamo tudi v krogu družine."

Težave s težo lahko pripeljejo do motenj hranjenja ... "Tudi motnje hranjenja so v Sloveniji v porastu. Poleg že znanih oblik, med katerimi sta zlasti anoreksija in bulimija nervoza, se v zadnjem času tudi pri nas srečujemo tudi s prisilnim prenaajedanjem, pojavljajo pa se še nove oblike motenj hranjenja. Taki sta ortoreksija (pretirano ukvarjanje z zdravo, biološko čisto in neporečno hrano) in bigoreksija (obsedenost s potrebo po mišičastem telesu). Motnje hranjenja so duševne motnje, bolezni in ne le modna muha, kot si ljudje pogosto predstavljajo. Čeprav se na videz pri teh osebah vse vrti okrog hrane, pa ta ni vzrok motenj hranjenja. Vzrok je v slabi samo-

podobi, nezadovoljstvu s samim seboj, nezmožnosti izražati svoja čustva, itd."

Veliko ukrepov za zmanjševanje prekomerne telesne teže ste že omenili. Bi dodali še kakšnega? "Morda sva malo premalo pozornosti namenili zdravi prehrani otroka in mladostnika, še posebej prekomerno prehranjenega ali debelega. V prehrano cele družine, ne samo otroka, je treba vnesti več svežega sadja in zelenjave ter zmanjšati vnos sladkorja in soli (sladki, slani prigrizki), manj naj otrok uživa tudi sladkih brezalkoholnih napitkov. Sladkarij ni potrebno popolnoma prepovedati, ampak naj se njihovo uživanje omeji na praznovanja in posebne dogodke. Uvajamo zamenjave, tako da čokolado nadomestimo na primer z žele bomboni. Poleg tega je pomemben tudi režim prehrane, otrokom ponudimo pet manjših dnevnih obrokov. Obroki hrane naj bodo za mizo in ne pred televizijo in naj bodo redni. Dan naj se začne z zajtrkom!"

KRVODAJALSTVO

Za našo državo ste zlati

Območno združenje Rdečega križa Kranj je podelilo priznanja krvodajalcem in prostovoljcem.

SUZANA P. KOVAČIČ

Območno združenje Rdečega križa (OZ RK) Kranj je v petek organiziralo slovesnost ob podelitvi priznanj krvodajalcem in prostovoljcem v Kulturnem hramu Ignacija Borštnika v Cerkljah. V OZ RK Kranj je povezanih 40 krajevnih organizacij iz MO Kranj ter občin Cerklje, Šenčur, Naklo, Preddvor in Jezersko. Predsednik OZ RK Kranj **Marjan Gantar** je povzel nekaj števil iz njihovega območja delovanja: "Če primerjamo leti 2008 in 2009, je število krvodajalcev naraslo, v prvi polovici letošnjega leta pa je v primerjavi z enakim obdobjem lani nekoliko upadlo. Do 30. junija 2009 je bilo 2709 odvzemov krvi, do 30. junija 2010 pa 2141. Letos smo v prvih šestih mesecih organizirali šestnajst rednih, osem izrednih akcij

in eno terensko krvodajalsko akcijo na Primskem." Gantar je izpostavil nekaj razlogov, zakaj je bilo krvodajalcev manj: "Med krvodajalci je vedno več ljudi v socialni stiski in brezposelnih, pozna se tudi reorganizacija Zavoda za transfuzijsko medicino, premalo je propagande med mladimi." V Sloveniji vsakih pet minut nekdo potrebuje kri, je poudaril predsednik Rdečega križa Slovenije **Franč Košir**, obenem pa opozoril, da država krči denar, ki je potreben tudi za organiziranje krvodajalskih akcij, in vse več je delodajalcev, ki zaposlenemu ne dajo niti prostega popoldneva, kaj šele dneva za udeležbo na krvodajalski akciji. "Žal je tudi v nekaterih državah kri postala blago in ni več pravo zdravilo," je še opozoril Košir in zaključil: "V Sloveniji še gori ogenj solidarnosti in mislim, da ste krvodajalci za našo državo zlati."

Stokrat daroval

Leon Kern, doma s Primskovega pri Kranju, je stokrat daroval kri in plazmo, a kljub tej humani gesti ostaja skromen: "Poznam tudi nekaj takih, ki so kri darovali še večkrat." Krvodajalec je od svojega osemnajstega leta, zgled je dobil v očetu. "Moški kri lahko daruje na tri mesece, ženske na štiri, je pa to odvisno še od drugih dejavnikov. Plazmo lahko daruješ pogosteje. Če je le možno, se udeležujem rednih krvodajalskih akcij, večkrat me tudi pokličejo na izreden odvzem. Ob tej priložnosti bi se zahvalil podjetju Iskratel, kjer sem zaposlen, ker še zmeraj omogočajo krvodajalcem udeležbe na krvodajalskih akcijah. Takih delodajalcev, ki bi imeli posluh za krvodajalce, gorske reševalce, gasilce, je žal vse manj," je poudaril Leon Kern in dodal, da sla-

bosti po odvzemu krvi pa res še ni imel.

"Mislim, da bi se moral vsak človek, ki je v prometu, zavedati, da tvega. Ameriški piloti lovcev pravijo, da je vožnja po cesti bolj nevarna kot pilotiranje lovca. Zelo hitro se lahko naredi, da človek potrebuje kri. Lansko leto sem pokopal mamo, pred smrtjo je morala nekajkrat dobiti transfuzijo in sem si rekel, da bom daroval, dokler bom le lahko. Moram pa "potrkati", saj sam transfuzije še nisem potreboval," je povedal Leon Kern, ki je bil do očetove bolezni pred desetimi leti tudi aktiven prostovoljec pri OZ RK Kranj. In ker smo ljudje vse bolj vitalni, ker se tudi delovna doba podaljšuje, sprašuje, zakaj tudi zgornje starostne meje, ko je še dovoljen odvzem krvi, to je 65 let, ne bi dvignili: "Še upokojenci tečejo maraton in ne vidim razloga, da starostne meje ne bi dvignili."



Plaketo Rdečega križa Slovenije je iz rok Franca Koširja in podpredsednika OZ RK Kranj Janeza Roglja prejel Stane Kalan. | FOTO: TINA DOKL



Leon Kern je prejel priznanje za stokrat darovano kri in plazmo. | FOTO: TINA DOKL

Ste izčrpani? Napolnite se z energijo za zimo!

Vam prihod hladnih dni jemlje energijo? Uprite se izčrpanosti! Skrajni čas je, da okrepite svoje telo ter stopite na pot k odličnemu počutju in fit življenju.

Pripravite se na zimo

Jesen, kljub svojim čudovitim barvam, s seboj pri- nese tudi izčrpanost. Po prekrasnem poletju in počitnicah smo spet razpeti med tisočere obveznosti in začenjamo se zavedati, da bomo znova le s težavo našli čas zase.

Zmerna, vendar redna **telesna aktivnost** bo sprožila večji vnos kisika v telo, **povišala raven energije ter preg- nala kronično utrujenost in izčrpanost**. In kar je najpomembnejše - z redno telesno aktivnostjo bomo končno vzpostavili tudi **zadovoljstvo z lastnim telesom**.

Zmagovita kombinacija aktivnih terapij

V centrih Linea Snella vam bomo z revolucionarno in svetovno uveljavljeno **metodo Linea Snella®** ter pomočjo visoko usposobljenih terapevtk pomagali vzpostaviti motivacijo za zdravo, kakovostno in "fit" življenje.

V središču metode Linea Snella® je uporaba naprave **Thermoslim**, s katero ob **konstantni temperaturi 37**

stopinj Celzija z 20- do 25-minutno vadbo izgubite **3- do 4-krat več maščob** kot pri običajni vadbi. Hkrati z **individualno prilagojeno, vodeno vadbo v Thermoslimu**:

- **odpravite odvečne kilograme,**
- **izboljšate metabolizem in**
- **okrepite imunski sistem;**

Rezultati so zagotovljeni

Zaradi visoke učinkovitosti metode Linea Snella® so izjemni rezultati pri **izgubi odvečne telesne teže in obsega** zagotovljeni, kar vam bomo potrdili tudi s **pisnim jamstvom za uspeh**.

Za naročilo na **brezplačen, popolnoma neobvezujoč posvet** pokličite na 04/27 919 67 ali izpolnite spletni obrazec na <http://www.lineasnella.si/>. Vsem zvestim brakam priloge Lepota in zdravje ob vpisu v idealni program nudimo v novembru **dodaten mesec vibracijske vadbe za učvrstitev mišičnega tonusa**.

Po novo podobo je k nam prišla ga. Helena Slemc

Kaj vas je prepričalo, da ste začeli hujšati v centru Linea Šenčur pri Kranju?

K obisku centra Linea Snella® me je prepričal predvsem vaš oglas v reviji Lepa in zdrava.

Kakšni so bili vaši cilji, ko ste se vpisali v program?

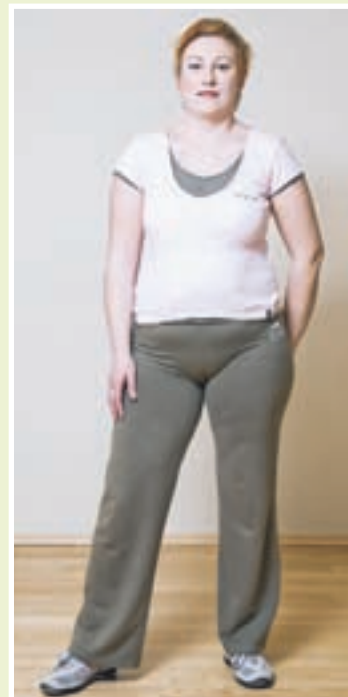
Moji glavni cilji so bili shujšati, oblikovati telo in spremeniti način prehranjevanja.

Katere navade ste morali spremeniti v času izvajanja programa in ali je mogoče živeti tako naprej?

Spremeniti sem morala način prehranjevanja, poleg tega pa sem se začela ukvarjati s športom. Na vprašanje, ali je mogoče živeti tako naprej, lahko odgovorim le, da takšen način življenja človeku enostavno pride v kri.

V kolikem času ste opazili prve rezultate? Koliko vam je uspelo shujšati?

Rezultati so bili opazni že takoj, v prvem tednu. Do danes mi je uspelo izgubiti 15 kilogramov.



Na začetku



Ob koncu programa



Andreja Širca Čampa s. p.,
Poslovna cona A/18, 4208 Šenčur
Tel.: 04/27 919 67, fax: 04/27 919 66

E-pošta: sencur@lineasnella.si

ZDRAVILIŠČA

GREMO V TOPLICE

Vedno več je ljudi, tudi mlajših, ki se odpravijo v toplice. Na kratek vikend ali pa daljši tedenski oddih. Zaradi stresnega načina življenja se ljudje zavedamo pomena zdravja in si vzamemo čas zase, da se sprostimo in nabereemo energije. Jesensko-zimski čas je pravi čas za razvajanje v topli termalni vodi.

Tam, kjer se zelena reka Krka lenobno vije od enega do drugega gradu, kjer se pod vinorodnimi grički in mogočnimi gozdovi skriva zdravilna termalna voda, in kamor so na poletne počitnice prav gotovo radi hodili počitka in sprostivte željni vse od časov avstro-ogrske monarhije pa do danes, tam je eno najbolj priljubljenih in cenjenih središč dobrega počutja in zdravja za vse generacije - **Terme Dolenjske Toplice**.

DOLENJSKE TOPLICE SO PRVIČ OMENJENE V 13. STOLETJU

Kmalu so prišle v 600-letno posest grofov Auerspergov Turjaških, ki so po vzoru nekaterih takratnih srednjeevropskih toplic hoteli tudi Dolenjske Toplice povzdigniti v imenitnejše "gorske in grezne kopeli". V 18. stoletju, ko je bil zgrajen Hotel Vital (danes je star že več kot 230 let) je ugledni ljubljanski zdravnik dr. Anton Kastelic leta 1777 opravil prvo analizo termalne vode in jo objavil na Dunaju. Dolenjske Toplice so od takrat sodile med najbolj ugledna zdravilišča tedanje avstro-ogrske monarhije.

ZANIMIVA LEGENDA O ODKRITJU ZDRAVILNIH UČINKOV TERMALNE VODE



Zdravilne učinke naj bi odkril pes, ki ga je povozil voz in ga je potem lastnik našel ležati v luži, ko si je lajšal bolečine. In za to lužo se je kasneje izkazalo, da je topla termalna voda s temperaturo 36 stopinj Celzija.

PO ZDRAVJE IN SPROSTITEV

V Dolenjske Toplice zahajajo gostje, ki pridejo zdraviti razne zdravstvene težave, npr. revmatična obolenja, bolečine v križu, sklepnih ipd. ter gostje, ki si zaželejo počitka in sprostivte ali razvajanja. Slednjim so namenjeni sprostivni programi, ki vključujejo razvajanje v savnah in pod spretnimi prsti mojstrov masaž. Ravno med temi so najbolj priljubljeni **programi razvajanj v dvoje**. Zaradi hi-



trega tempa in obveznosti doma in v službi si pari redko kdaj vzamejo čas samo zase. V Balnei jim ponujajo več vrst razvajanja, od tistih za nekaj uric, pa do podaljšanega konca tedna. Pari, ki imajo manj časa, se odločijo za kopele v dvoje, recimo Zeusovo ali jasminovo kopel, kjer arome eteričnih olj prebudijo strast in zaspane občutke sreče. Program Samo midva je 3-dnevni program razvajanja, kjer se sproščanje začne s Senzual masažo in refleksoterapijo, sledi razvajanje v peneči masažni kopeli s šampanjcem, zvečer pa romantična večerja v soju sveč in cocktail party. Gostom, ki želijo več, so namenjeni **programi krepitve zdravja**, ki temeljijo na refleksoterapiji, priznani in učinkoviti terapevtski metodi, kjer terapevt s pritiskanjem na posamezne točke stopal ali dlani (prav te točke odražajo stanje posameznih delov telesa) sprosti in uravnovesi njihovo delovanje ter posledično tudi celotno telo.

PROGRAMI KREPITVE ZDRAVJA:

- Vitkost (za zdravo hujšanje in učvrstitev telesa),
- Moč (za pridobivanje telesne moči),
- Miren spanec (za odpravo nespečnosti kot posledice stresa).

UDOBJE IN UGODJE

Terme Dolenjske Toplice so v zadnjem času poznane po **Hotelu Balnea**. Sodoben wellness hotel, zgrajen pred dvema letoma, je v kratkem času postal priljubljen tako med domačimi in tujimi ljubitelji wellnessa. Lani nagrajen s Plečnikovim priznanjem za najboljše dosežke na področju arhitekture, letos pa ga je popotniški vodnik Lonely Planet uvrstil med enega najlepših hotelov v Sloveniji. Gostom so še posebej pri srcu posebne suite, kjer lahko uživajo v dišeči kopeli s pogledom na čudovito okolico ali v hladnejših večerih ob prasketanju ognja v kaminu.



Terme Dolenjske Toplice so bile leta 2009 v akciji Turistične zveze Slovenije razglašene za najbolj urejeno malo zdravilišče.

HOTEL BALNEA KOT UMETNIŠKA GALERIJA

V hotelu in njegovi okolici je moč občudovati dela priznanih slovenskih umetnikov: kiparske skulpture Primoža Puglja (za eno je umetnik Primož Pugelj dobil nagrado župana mesta Ljubljana), fotografije Boruta Peterlina, grafike Zore Stančič ...

Hotel Balnea je z atraktivnim panoramskim hodnikom povezan z Wellness centrom Balnea, ki je bil nagrajen v akciji Naj wellness tako s strani strokovne komisije kot obiskovalcev. **Wellness center Balnea** je resnično priljubljen kraj sprostivte in razvajanja. Tu lahko uživate v termalnih bazenih, zunanjih in notranjih. Umirite in sprostite se lahko v savnah. Posebnost wellnessa je japonska kopel, kjer se sproščate v bazenu s 40 stopinjami Celzija. Po savnah in japonski kopeli prija sproščanje v Zen sobi na vodnih posteljah. Na koncu pa lahko sledi še razvajanje z masažami.



TERME KRKA

dolenjske toplice

Novo leto v Termah Dolenjske Toplice

polpenzion v 1/2 sobi, kopanje v hotelskih bazenih (36° C) in v Wellness centru Balnea (32° C), 1x savne, nočno kopanje (pet., sob.), družabni in rekreacijski program: sprehod z baklami ...

Silvestrovanje (doplačilo): svečana Turjaška silvestrska pojedina v duhu grofov Auerspergov ali popolnoma drugačno silvestrovanje v kopalkah v Wellness centru Balnea.

29. 12. 2010-2. 1. 2011	3 dni	4 dni
Hotel Kristal/Vital****	188,10 EUR	250,80 EUR
Hotel Balnea**** superior	210,90 EUR	281,20 EUR

Popusti: člani Kluba Terme Krka – 10 % popust; otrok do 4. leta v sobi z dvema odraslima – brezplačno; otrok od 4. do 12. leta v sobi z dvema odraslima – 50 % popust.

AKCIJA: 10 % popust v novembru in decembru (do 20. 12. 2010)
2 dni bivanja med tednom že **od 118,80 EUR** na osebo

Tel.: 07 39 19 400, booking.dolenjske@terme-krka.si, **www.terme-dolenjske.si**



Terme Krka, d.o.o., Novo mesto, Ljubljanska cesta 26, Novo mesto

DUŠEVNO ZDRAVJE, NOVICE

Stresne razmere krive za duševne stiske

Dispanzer za mentalno zdravje v kranjskem zdravstvenem domu deluje štiri desetletja. O vsebini diagnostičnega in terapevtskega dela smo se pogovarjali z njegovim predstojnikom dr. Janezom Rojškom.

DANICA ZAVRL ŽLEBIR

Kakšni vzgibi so pred desetletji pripomogli k nastanku dispanzerja?

"Skrb za duševno zdravje ljudi sega že v šestdeseta leta, ko se je ta problematika, povezana s poškodbami in obolenji centralnega živčnega sistema, začela z obravnavo odraslih v ambulantah s honorarnimi sodelavci. Te težave pa se na različne načine kažejo v vseh starostnih obdobjih in obravnavo je terjala celosten pristop, za kakršnega dotedanja organizacija ambulant ni več zadoščala. Formalen okvir za organizacijo dispanzerja za mentalno zdravje je bil dan leta 1970 pod vodstvom nevropsihiatra dr. Milivoja Veličkoviča in klinične psihologinje Mire Šluga. Takrat smo lahko začeli delati bolj timsko in vključili strokovnjake, ki so vsak s svojega vidika pripomogli v diagnostičnem ali terapevtskem pogledu. Vključeni so bili psihiatri, nevrologi, pedopsihiatri, klinični psihologi, logopedi, defektologi ... Take celostne obravnave je bil človek lahko deležen le v nekem centru, zato se je že zelo zgodaj pojavila tendenca, da se take centre odpira v večjih središčih z območij z okoli 200 tisoč ljudi in Kranj je tem

merilom zadoščal. Del dispanzerske dejavnosti pa se je s ciljem približati to delo potrebam ljudi, razvil tudi v zdravstvenih domovih Škofja Loka in Jesenice. Težišče dela je bilo usmerjeno na delo z otroki, kjer je bilo naše izhodišče čim zgodnejše odkrivanje motenj pri rizični skupini otrok, denimo pri cerebralno motorično prizadetih otrocih, kar je zahtevalo kompleksno zdravstveno obravnavo z namenom preprečevanja nadaljnjega negativnega razvoja in pomoči staršem pri delu s temi otroki."

V kolikšni meri pritiski in stres današnjega časa vplivajo na pojavnost bolezni, s katerimi se ukvarjate v dispanzerju?

"Stresne razmere v delovnem okolju, kjer delavci niso zaščiteni in so socialno ekonomsko ogroženi, res sprožajo več reaktivnih motenj. V delovnem okolju je več zahtev po storilnosti, mnogo ljudi, zlasti starejših, pa je vse težje kos tudi tehnološki zahtevnosti dela, kar ljudi spravlja v stisko. Na delovnem mestu je tudi več mobbinga, netolerantnosti do ljudi na delovnih mestih, podvrženih samovolji in samopašnosti predpostavljenih. To močno vpliva na storilnost ljudi, kaže se povečanje psihosomatskih težav, večji pro-

blem je alkoholizem. Ob tem naj omenim tudi patološke črte ljudi na vodilnih mestih, ki pa so v socialnem prostoru zaščitene in se jih pogosto ne prepozna kot oblike duševnih motenj. Tu gre za narcistične duševne motnje, ki so zaradi svojega posega v socialni prostor mimo socialnega sožitja bolj kot za nosilca neprijetne za njegovo okolico."

Kaj pa v teh razmerah opazite pri otrocih?

"Popolna usmerjenost v storilnost dostikrat odvzema igrivost, kreativnost in uživanje v osvajanju novega znanja pri otrocih. Če se otroke sili v nekaj, čemur niso kos, se odzovejo s telesnimi in duševnimi težavami. Po drugi strani pa se otrokom preveč popušča in se jim pušča lažen občutek, da vse zmorejo. Ko vstopijo v življenje, ki od njih zahteva neke rezultate, oni pa jih zaradi pomanjkljivega znanja in delovnih navad ne zmorejo, spet prihaja do zlomov, motenj, stresnih situacij. Na te se otrok odzove s slabimi ocenami, vedenjskimi motnjami, psihosomatskimi težavami, alkoholizmom, narkomanijo. Vse to je odraz neugodnih družbenih razmer, v katerih otroci ne dobijo zdrave osnove, znanja, veščin in samozvesti, potrebni, da bi se znali postaviti na lastne noge."

Po eni strani se je odnos do težav v duševnem zdravju spremenil na bolje: ljudje so jih pripravljeni prepoznati in zase kaj narediti. Po drugi pa je to področje še vedno precej tabuizirano in stigmatizirano. To denimo opazamo pri odnosu in zdravljenju alkoholizma.



Dr. Janez Rojšek | FOTO: GORAZD KAVČIČ

Kako se problematika, ki jo danes obravnavate v dispanzerju, razlikuje od nekdanje?

"Po eni strani se je odnos do težav v duševnem zdravju spremenil na bolje: ljudje so jih pripravljeni prepoznati in zase kaj narediti. Po drugi pa je to področje še vedno precej tabuizirano in stigmatizirano. To denimo opazamo pri odnosu in zdravljenju alkoholizma. Porušil se je namreč sistem zdravljenja s širšo socialno mrežo, ki je bil v preteklosti že vzpostavljen, kar je škoda, iniciativa pa je v večji meri prepuščena civilni družbi. Sicer pa se je v današnjem času povečalo število psihosomatskih obolenj, več je motenj hranjenja, več poškodb po prometnih nesrečah, možganskih

obolenjih in kapeh, težav v organiziranju družinskega življenja in odnosih itd. V zadnjem času se je povečala potreba po obravnavi ljudi po poškodbah in obolenjih centralnega živčnega sistema zlasti v populaciji na vrhuncu ustvarjanja in pridobitne moči (od 40 do 55 let), o čemer smo skozi sledenje desetletni epidemiologiji zapisali tudi v našem zborniku ob 40-letnici. Aktualna je problematika starostnikov, kjer je pomembno zgodnje odkrivanje razvoja demence, s čimer se omogoča vsaj upočasnitev procesa propada centralnega živčnega sistema. Na to je potrebno pripraviti družino in posameznika, hkrati pa je tudi apel na državo, da bi v okviru zavodov ustrezno poskrbela za te ljudi."

Dan sladkornih bolnikov

Ob dnevu sladkornih bolnikov si lahko v enotah Gorenjskih lekarn brezplačno izmerite telesno težo, krvni tlak in glukozo v krvi. Merjenje glukoze v krvi bo potekalo po razporedi: v Lekarni Šenčur danes od 13. do 14.30, jutri v Lekarni Cerklje od 11.30 do 13. ure, v Lekarni Preddvor pa od 13.30 do 15. ure. V četrtek bodo meritve v Lekarni Žiri od 7.30 do 9. ure, v Lekarni Podlubnik od 12. do 13.30, v petek pa v Lekarni Bohinjska Bistrica od 13.30 do 15. ure. Razporedi za vse lekarne so objavljeni na www.gorenjske-lekarne.si. S. K.



FOTO: TINA DOKL

Copatki za novorojenčke

Na sedežu Gorenjskega glasa v Kranju se vsako prvo sredo srečujejo ženske, ki jih veseli pletenje. Njihovi zadnji čudoviti izdelki so copatki za novorojenčke, ki jih bomo v organizaciji Gorenjskega glasa jutri predali kranjski porodnišnici. V darilnih zavitkih, več kot dvesto jih je, so tudi usnjene miške, darilo Kranjskih vrtcev, enote Čirče, ki so jih naredili njihovi otroci in vzgojiteljice. Akcija se nadaljuje, vabljeni tudi ostale v družbo pletilj, ki se imenujejo Glasove Muze Copatarice. S. K.



FOTO: TINA DOKL

Preveč soli škodi

Čezmerno uživanje soli dokazano škoduje zdravju, zato sta ministrstvo za zdravje in Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije začela z nacionalno promocijsko kampanjo za spodbujanje k manjši uporabi soli v prehrani prebivalcev Slovenije. Podatki namreč kažejo, da odrasli prebivalci (za)užijejo za kar 150 odstotkov več soli, kot je zgornja meja za dnevni vnos soli, ki naj še ne bi predstavljal tveganja za zdravje, medtem ko mladostniki to mejo presežejo za 100 odstotkov, otroci pa za 67 odstotkov. S. K.



FOTO: TINA DOKL

PREOBRAZBA

Več gibanja, manj hrane

V skupni akciji Gorenjskega glasa in športnega centra Prošport, ki smo jo naslovili Preoblikujte svoje telo, smo izbrali Gizelo Zaplotnik in Špelo Tičar.

SUZANA P. KOVAČIČ

Gorenjski glas je v sodelovanju s športnim centrom Prošport za naročnike pripravil posebno presenečenje. Iskali smo dva kandidata, žensko in moškega, ki si želita nekaj narediti za svoje telo: izgubiti nekaj kilogramov, maščobne blazine zamenjati za mišično maso ali preprosto preoblikovati svoje telo. Vse to bosta dosegla pod brezplačnim vodstvom osebnega trenerja, ki bo od novembra do marca skrbel za njun urnik vadbe in vse druge aktivnosti, ki jih ponuja Prošport. Poklicali smo vse kandidatke in kandidata (Moniko Po-

lajnar, Vesno Ažman, Gizelo Zaplotnik, Tanjo in Roberta Ravnikarja, Majdo Gortnar, Špelo Tičar, Metko Gnidovec, Stanko Nemec in Violeto Janković), na koncu pa po težki odločitvi izbrali Gizelo in Špelo.

Gizela: "Potrebujem več gibanja in veliko manj hrane."

Gizela Zaplotnik iz Kranja je planerka proizvodnje. Visoka je 171 centimetrov in tehta skoraj sto kilogramov. "Probleme s težo imam že celo življenje. Stara sem 42 let, in če ne bom ukrepala, vem, da se bodo posledice prekomerne teže začele kazati na zdravju. Enkrat na teden igram odbojko, enkrat

na teden hodim na zumbo (plesno rekreacijo), a je to premalo. Polenila sem se, ne morem se več gibati, za tek sem pretežka," je povedala na srečanju na Gorenjskem glasu in dodala: "Prebiral sem dnevnik, ki sem ga pisala pri šestnajstih letih. Že tedaj sem uporabila stavek, ki me še vedno spremlja: "Samo še danes se naž..., jutri pa začnem hujšati." Že se je začela zanimati za osebnega trenerja, a potem ni upala stopiti skozi vrata. Problem je bil tudi finančni. In, kot še doda: "Potrebujem spodbudo, da bi se navadila na nov, spremenjen življenjski slog, zato sem se pripravljena tudi izpostaviti." Verjame, da bodo tudi



Gizela Zaplotnik (levo) in Špela Tičar z osebnim trenerjem Damjanom Frasom, nekdanjim uspešnim smučarskim skakalcem, ki ima kolajno z olimpijskih iger. | FOTO: MATIC ZORMAN

njeni trije najstniški sinovi veseli, ko bi mamici vsaj enkrat uspelo premagati vsiljive kilograme.

Špela Tičar: Obljubim, da bom vztrajala do konca."

Devetindvajsetletna Špela Tičar je doma z Jezerskega in zaključuje magisterij s področja računovodstva. Pri 180 centimetrih ima trenutno 92 kilogramov. "Že celo

življenje me spremljajo odvečni kilogramčki, takole, ko se bližajo kakšni prelomni dogodki (prihodnje leto bom dosegla okroglih trideset), pa se človek malo zamisli, kaj bi lahko spremenil, da bi dosegel še večjo kakovost življenja. Še eden od dodatnih razlogov, zakaj sem se letos podala na "shujševalno pot", je bila tudi poroka sestrične, kjer sem bila priča. Predvsem s

športno aktivnostjo sem shujšala za sedemnajst kilogramov, cilj pa je izgubiti vsaj še dodatnih dvanajst. Stanje se je trenutno malo ustavilo, zato bi mi zelo prav prišla kakšna motivacijska injekcija in dobri napotki." Ob razglasitvi pa je dejala: "Obljubim, da bom vztrajala do konca!" Akcijo in napredek kandidatke boste lahko spremljali vsak mesec v prilogi Zdravje&lepota.



Vse kandidatke smo nagradili, vse imajo pred seboj cilj ... Držimo pesti, da ga bodo dosegle.

Specialistična dermatološka ambulanta na Bledu



oblika se pojavlja na spodnji tretjini obraza, tudi na ustnici ali na hrbtišču rok, lahko pa na področju genitalij, jezika ali ustne sluznice. Včasih nastane iz aktiničnih keratoz, ki jih nekateri že prištevajo med začetna rakasta obolenja. To so drobni okrogli ali ovalni dobro omejeni rdeči madeži, ki jih lahko delno ali v celoti prekrivajo luske. Pogoste so na sencih, na plešastem delu lasišča, čelu, nosu in uhljih. Ker omenjene spremembe v začetku ne povzročajo posebnih težav, jih bolniki pogosto spregledajo oz. zanemarijo. Velja pravilo: prej ko je sprememba odkrita, prej se lahko začne zdravljenje in boljša je prognoza.

Dermatološki standard v razvitih deželah so redni pregledi na eno leto, v nekaterih državah celo na pol leta, pri nas pa smo žal od tega cilja še zelo oddaljeni.



Samoplačniška dermatološka ambulanta v prvem nadstropju Zdravstvenega doma Bled je odprta vsak petek od 15. do 19. ure. Na pregled se lahko naročite na telefonsko številko 031/885-889 vsak dan, razen nedelje in praznikov, med 12. in 15. uro ali po e-pošti na naslov narocanje@pogacnik.net ali osebno v ordinacijskem času.

V trimesečnem obdobju dela specialistične dermatološke ambulante Cutis nostra na Bledu v ZD Bled, Mladinska cesta 1, smo odkrili precej rakastih sprememb na koži, med njimi tudi najbolj nevarni "črni rak" (maligni melanom) in to pri ljudeh, ki so prišli na preventivni pregled kožnih znamenj ali zaradi drugih motečih sprememb na koži. Ker število melanomskih in nemelanomskih rakov kože tako po svetu kakor tudi pri nas raste, bi rad opozoril na te nevarne, a večkrat nespoznane kožne tvorbe. Najpogostejši rak kože pri belcih je t. i. bazaliom (v Sloveniji je na novo odkritih dobrih 2000 primerov na leto). Večinoma ga odkrijemo po 50. letu starosti, vendar se lahko pojavi tudi prej, predvsem pri ljudeh, ki so poklicno ali ljubiteljsko močno izpostavljeni soncu (poljedelci, pomorci, planinci in drugi športni zanesenjaki). Pojavlja se predvsem na koži zgornjih dveh tretjin obraza. Kaže se različno: kot vozliček z drobnimi žilicami ali ranica, ki se ne zaceli, možne pa so tudi druge oblike. Druga vrsta raka, imenovana spinaliom, je sicer nekoliko redkejša, a bolj nevarna, ker je agresivnejša. Pojavlja se ponavadi v nekoliko višji starosti, več pri moških. Ta

Priročnik za vzdrževanje teže
2. del 90-dnevne ločevalne diete
Priročnik predstavlja način prehranjevanja, ki sledi naravnemu ritmu. Jedli boste lahko vse in nikoli ne boste lačni, uredila se vam bo prebava, ne bo več napetosti v trebuhu,...

90-DNEVNA LOČEVALNA DIETA

Redna cena: 12,48 EUR. Akcijska cena: 9 EUR
Ceni knjige prištejemo še poštino.

Knjigo lahko kupite na sedežu Gorenjskega glasa, jo naročite po tel.: 04/201 42 41 ali na: narocnine@g-glas.si.

Gorenjski Glas

Preoblikujte svoje telo

Akcijo spremljajte vsak mesec v prilogi Zdravje&lepota!

Gorenjski Glas
PRO ŠPORT

& Gorenjci in zdravje

"Največ pozornosti posvečam zdravju glasilk. Spim vsaj osem ur na noč, spijem veliko kalcija, izogibam se pijačam z mehurčki, vsako leto grem na kontrolo k foniatrinji. Sicer pa se štirikrat na teden ukvarjam s športom, prehranjujem se čim bolj zdravo, ne kadim, zelo pogosto si razkužujem roke, občasno pa si privoščim tudi obisk savne."

Manca Špik, pevka



FOTO: ARHIV PEVKE

Obnovljena dnevna bolnišnica na hematološkem

Na Kliničnem oddelku (KO) za hematologijo Interne klinike UKC Ljubljana so odprli obnovljene prostore dnevne bolnišnice na Polikliniki. Prof. dr. **Peter Černelč**, dr. med., predstojnik KO za hematologijo, je povedal: "Glede na veliko pomanjkanje prostih bolniških postelj smo se že pred več leti odločili prenesti nekatera zapletena zdravljenja bolezni krvi in krvotvornih organov iz bolniškega oddelka v dnevno bolnišnico. Večletna prizadevanja za ustrezno opremljenost dnevne bolnišnice smo izvedli s finančnimi sredstvi več donatorjev in prispevkom UKC Ljubljana." Na leto obravnavajo na KO za hematologijo v dnevni bolnišnici več kot 1200 bolnikov. Izvajajo različne oblike zdravljenja, od najenostavnejših venepunkcij do zdravljenja s citostatiki, biološkimi in drugimi zdravili. Izobražujejo in nadzirajo bolnike pri samozdravljenju z različnimi zdravili, izvajajo različna večurna testiranja. Zdravljenje lahko poteka tudi več ur, zato so namestili ustrezne ležalnike, opremo za spremljanje življenjskih funkcij, saj so med zdravljenjem možni zapleti in je potrebno bolnike skrbno spremljati. Za ustrezni nadzor zdravljenja bi potrebovali še več medicinskih sester, ki pa jih zaenkrat še niso uspeli dobiti. S. K.



FOTO: TINA DOKL

Dober odziv na Dnevu spirometrije v Kranju

Svetovni dan spirometrije je potekal 14. oktobra, v Sloveniji sta ga organizirala Bolnišnica Golnik in Združenja pulmologov slovenskega zdravniškega društva. V petih slovenskih mestih je zdravstveno osebje izvedlo testiranje delovanja pljuč in kožnih vbodnih testov alergije. Največji odziv je bil v Celju, na drugem mestu obiskanosti je bil merilni center v Kranju pred Mercatorjevim centrom na Savskem otoku, kjer so pomerili 191 preiskovancev in med njimi našli 31 takih, ki imajo okvaro pljuč. Pozitivne kožne teste alergije je imelo 17 preiskovancev. Vodja organizacijskega odbora Dneva spirometrije doc. dr. **Matjaž Fležar**, dr. med., je povedal: "V enem dnevu smo v Sloveniji uspeli opraviti 836 spirometrij in 497 kožnih testov. Našli smo kar 14 odstotkov takih, ki za svojo okvaro pljuč še niso vedeli, in 18 odstotkov takih, ki imajo še neodkrito preobčutljivost na najbolj pogoste alergene. Naša akcija je bila del svetovne akcije za odkrivanje bolezni pljuč, v kateri se je na ta dan opravilo več kot 52 tisoč spirometrij po vsem svetu. Veseli smo, da smo z našo akcijo omogočili vsem tistim, ki imajo okvaro pljuč ali pozitivne teste alergije, da pravočasno poiščejo pomoč oziroma pridejo do zdravnika." S. K.



FOTO: TINA DOKL

Tudi športniki so oktobra izbrali rožnato

Vsodelovanju s Sindikatom športnikov Slovenije, Sindikatom profesionalnih nogometašev Slovenije in Društvom onkoloških bolnikov Slovenije so v mesecu oktobru tudi športniki prispevali k širšemu ozaveščanju javnosti o bolezni raka na dojkah. V kampanji so sodelovala članice rokometnega kluba Krim Mercator in nogometaši klubov v 1. slovenski nogometni ligi. Igralke in igralci so imeli svoje športne copate zavezane z roza vezalkami in med tekmami opozarjali gledalce na tribunah in pred televizijskimi sprejemniki na problematiko, povezano z rakom dojk v svetu in pri nas. Gledalci vseh tekem na tribunah so dobili tudi brošuro, ki jo je izdalo Društvo onkoloških bolnikov Slovenije v času "rožnatega oktobra" z najosnovnejšimi informacijami o raku dojk in pomoči pri zgodnjem odkrivanju bolezni. "Ko smo zdravi, moramo misliti in živeti zdravo in ne obratno! Zavedati se moramo, da bomo raka premagali lažje, če ga bomo odkrili prej, zato je preventiva najboljša obramba proti tej zahrbitni bolezni," je povedal **Jaka Jakopič**, bivši profesionalni igralec nogometa, zdaj aktivni član društva onkoloških bolnikov Slovenije, ki je tudi sam preživel raka. V. S.



Želite postati prostovoljec, prostovoljka Hospica

STANA KREBS PINTAR,
PROSTOVOLJKA,
SLOVENSKO DRUŠTVO
HOSPIC, OBMOČNI ODBOR
GORENJSKA

nasvet



Sem prostovoljka Hospica. Poklicala je žena bolnika, ki sem ga spremljala: "Mož umira, težko diha, hrope in ne zaveda se več. Prosim, pridite, če morete!" "Bom prišla, ta čas pa pokličite svoje otroke."

Bolnika s pljučnim rakom so odpustili v domačo oskrbo, ker mu v bolnišnici niso mogli več nuditi zdravljenja, potreboval je samo nego, paliativno (blažilno) oskrbo ter človeka, ki bi se mu posvetil. Tako smo ga obiskovale patronažna sestra, negovalka in prostovoljka. Njegovo ženo je medicinsko osebje že prej pripravilo na

težke zadnje ure, česar se je zelo bala. Ta dan se mojega prihoda še ni zavedal. Oči je imel rahlo priprte, na dotik se ni odzival, hropel je. Stopila sem k njemu, mu povedala svoje ime, ga prišla za roko in mu obrisala čelo. Hropenje se je stopnjevalo, zato sem vso trepetajočo gospo napotila v kuhinjo, da bi pričakala svoje otroke in morda tudi vnuke. Še prej pa je pripravila svečo in blagoslovljeno vodo. Povedala sem ji, da jo bom poklicala, ko bodo prišli zadnji trenutki. Zadovoljna je odšla. Sedela sem ob bolniku in premišljevala. Ali mu je kdo

povedal, da bo njegova žena zmogla sama poskrbeti zase? Ali se zaveda, da so otroci odrasli, da so že nekaj časa neodvisni? Roko sem mu položila na mrzlo čelo in mu tiho in mirno začela to pripovedovati. Povedala sem mu tudi, da je v življenju veliko dosegel, veliko dobrega naredil, vzgojil štiri otroke, ki si uspešno utirajo pot v življenje. Precej časa sem tiho sedela ob njem, ko je v kuhinji nastopil nemir. Vedela sem, da je eden od otrok z družino. Tedaj se je bolnik nenadoma dvignil v postelji in hotel nekaj povedati. Poklicala sem njegovo ženo in

obiskovalce. Bolnik se je nasmehnil, pogledal vse, ki smo stali okrog njega, se zopet ulegel, začel počasneje dihati, gledal je nekam v daljavo in v nekaj minutah za vedno odšel. Medtem pa sem prižgala svečo, ki mu je kazala pot slehernika. Vdova se je čudila, da je bil bolnik vseskozi tako miren, brez strahu in panike, ki jo je v bolnišnici neprestano kazal. Kaj ste naredili z njim? Nič. Dobil je tisto, kar je želel - ljubezen sočloveka: vašo in vaših otrok in mojo, ki sem mu jo dala s svojo prisotnostjo in časom, razumevanjem njegove situacije, upoštevala sem

njegove želje brez pričakovanja povračila. Pa ti, kako bi ravnal v gornjem primeru? Ali bi sploh bil pripravljen spremljati umirajočega bolnika? Bi lahko več ur tiho presedel ob bolniku, če bi bilo potrebno? Si čustveno in socialno dovolj trden? Kaj je tisto, kar bi te pritegnilo v Hospic? Premisli! In če misliš, da bi to zmogel ali zmogla, pokliči na Hospic, kjer ti bomo dali odgovore na vprašanja, ki se ti porajajo. Povabili te bomo na štirideseturno usposabljanje, ki ga organiziramo. Kontaktna številka je 051/416 421.

KULINARIČNA DOŽIVETJA

Čokoladne pregrehe za sladokusce

BESEDILO_ALENKA BRUN, FOTOGRAFIJE_TINA DOKL

ČOKOLADA JE ENA NAJSLAJŠIH RAZVAD, KI JI ŽE STOLETJA PRIPISUJEJO ŠTEVILNE VERJETNE IN NEVERJETNE LASTNOSTI. TOKRAT JE RAZVNEMALA ČUTE NA 4. KUJARJEVEM KULINARIČNEM VEČERU.

Gourmet restavracija Promenada na Bledu je pripravila četrti kuharjev kulinarčni večer **Čokoladne pregrehe z Luciferjem**. Kuharske umetnine je ustvarjal priznani kuharski mojster **Andrej Kuhar**, da pa je harmonija hrane in čokolade izzvenela popolno, pa so poskrbela vina Kobaj in Štekar. Gratinirane garnele na riževih rezancih, mangov chutney in bela čokoladna omaka so bili uvertura v sladki večer, kjer smo v

štirih hodih okušali jedi, ki so jih dopolnjevale prefinjene čokoladne kombinacije v detajlu - največkrat kot omaka. Sledil je konfiran file mlade pegatke na poru s kremno čokoladno omako. Predzadnja jed je na zanimiv način združila čokolado s srno: srnin hrbet na omaki Aramon grozdja s temno čokolado, glaziran kostanj s tartufi in pire peteršiljevega korena. Prelivanje barv in okusov pa je na koncu dopolnila še sladica, ki so jo poimenovali

Sacher tortica z limoninim timijanom (na fotografiji). Vino 4 aši pa je sladki pregrehi dodalo še piko na i. V Promenadi se že pripravljajo na nov kulinarčni večer, ki bo 26. novembra, tema bo 'zlata jesen', v goste pa so povabili tudi Jureta Bricmana, oblikovalca vrhunskega porcelana, ki bo predstavil posebno novost - kozarce za rdeče vino iz porcelana, ostalo pa pravijo, naj ostane presenečenje.



info 10. JUBILEJNI PRAZNIK KAKIJA V STRUNJANU

HRANA BOGOV

Kaki, eksotični sadež, čigar izvor je Kitajska, je prišel v Evropo okoli leta 1870, v slovensko Primorje pa v letih pred prvo svetovno vojno. Njegovo prehransko in zdravilno vrednost so cenili že od nekdaj, o čemer priča tudi pomen njegovega botaničnega imena Diospyros - hrana bogov. Tridnevna kulinarčno-zabavna prireditev v počastitev zlatega sadeža bo potekala na parkirišču pred Krkinim obmorskim centrom Talaso Strunjan - **od 12. do 14. novembra 2010**. Vsak dan med 10. in 17. uro bo odprta tudi tržnica kakijev in ostalih strunjskih dobrot, še posebej pa vas vabijo na petkov koncert (ob 21. uri) Oliverja Dragojevića. **A. B.**



Foto: arhiv organizatorja



KRALJEVI MIGNON

Kraljevi mignon
04/281 77 77
Slaščičarnica 04/281 77 78
Jaka Platiše 17 041/717 266
Kranj 4000
torte@kraljevi-mignon.si
www.kraljevi-mignon.si

Torto si izberi ta pravo,

imamo jih za vsako postavo!

Dalija, avto, klobuk, pianist, ... vse to oblikujemo iz čokolade, s tem potešimo vam sladke razvade.

Prisrčno vabljeni v našo prenovljeno slaščičarnico
KRALJEVI MIGNON na Planini (poleg restavracije Mona Lisa).

Bližajo se prazniki in za vas bomo pekli slastne čokoladne torte, dišeče piškote, mignone, potice in še in še slastnih dobrot.

Dobrodošli tudi na našem facebook profilu in se potegujte za sladkarje v nagradnih igrah.





Višnjevik, rojstni kraj rebule!
www.valtersirk.com



Vinska pravljica



01_ PRI SNOVANJU TERANOVEGA PRELIVA JE SODELOVAL TUDI EVGEN BENEDIK IZ KNAP PRI ŠKOFJI LOKI.



02_ TERANOVO PRAVLJICO JE MOŽNO UPORABITI KOT SESTAVINO ALI PRELIV VSEH VRST SLAŠČIC, PODA PA SE TUDI K MESNIM PEČENKAM.

Teranova pravljica

BESEDILO_ANA HARMAN, FOTOGRAFIJA_TINA DOKL, ARHIV EVGENA BENEDIKA

S PRELIVOM TERANOVA PRAVLJICA SO ŠTUDENTJE BIOTEHNIŠKE FAKULTETE NA TEKMOVANJU INOVATIVNOSTI V ŽIVILSTVU V PARIZU OSVOJILI ČETRTO MESTO.

Na tekmovanju inovativnosti v živilstvu, ki je oktobra potekalo v Parizu v sklopu mednarodnega živilskega sejma SIAL, so se med najboljšimi ekipami mladih iz deset držav odlično odrezali tudi študentje živilske tehnologije na Biotehniški fakulteti v Ljubljani. S teranovim prelivom, poimenovanim Teranova pravljica, so osvojili četrto mesto. "Tretje mesto smo zgrešili za las, a smo bili kljub temu zelo zadovoljni," je povedal Evgen Benedik iz Knap pri Škofji Loki, edini Gorenjec v šestčlanski slovenski ekipi. Vstopnico za tekmovanje v Franciji so si prislužili s prvim mestom na nacionalnem tekmovanju Trophelia, ki ga je junija

priredila Gospodarska zbornica Slovenije. V Parizu je zmagala nemška ekipa z nizkokalorično čokoladno torto, pripravljeno v treh minutah. Ekipe so se sicer morale potruditi, da je bil njihov produkt čim bolj inovativen in okusen, da ne vpliva negativno na posameznikovo zdravje, da je embalaža okoljevarstveno ustrezna in da ga je možno dobro unovčiti na tržišču. Glavno vodilo slovenskih študentov pri snovanju produkta je bilo, da potrošniku ponudijo nov produkt in da so njegove glavne sestavine slovenskega porekla. "Za pripravo teranovega preliva potrebujemo teranovo vino z geografsko zaščitnim poreklom, ki mu po

pravljичni recepturi vmešamo rjavi sladkor, limeto, meliso, cimet in gostilo. Preliv ohrani 2-3 odstotke alkohola," je pojasnil Benedik. Teranovo pravljico je možno uporabiti kot sestavino ali preliv vseh vrst slaščic. "Odličen je na sladoledu, rezini torte, kot premaz na pecivu ali piškotih, tudi kot dodatek različnim koktajlom ... Zelo dobro se poda tudi k mesnim pečenkam, česar Slovenci nismo najbolj vajeni, čeprav imajo marsikje, denimo v Skandinaviji, to navado," je razložil. Študentje si želijo, da bi Teranova pravljica prišla na tržišče. "Z nekaterimi živilskimi podjetji se že dogovarjamo o tem, vendar

pa je pri izdelkih z vsebnostjo alkohola zakonodaja zelo stroga," je še povedal Benedik, ki je pred kratkim tudi diplomiral in je kot mladi raziskovalec zaposlen na Pediatrični kliniki v Ljubljani. Ob tem je še poudaril velik pomen inovativnosti v kriznih časih, ki se ga v mnogih podjetjih ne zavedajo: "Podjetja varčujejo ravno na tem področju, čeprav je to povsem zgrešeno, saj te na dolgi rok lahko rešuje samo inovativnost, brez nje nisi konkurenčen." Da to marsikomu ni kaj dosti mar, so občutili tudi ob iskanju sponzorjev za udeležbo na tekmovanju inovativnosti v živilstvu, saj so jim mnoga podjetja odrekla pomoč.



Klet Bistrica, d. o. o.
Vinarska ul. 3
2310 Slovenska Bistrica
www.klet-bistrica.com



Darja Bovha,
direktorica in enologinja



Hudomušno ime za dobro vino

V Kleti Bistrica spretno dopolnjujemo klasično, tradicionalno pridelavo vin s svežimi znanji zorenja vin. Do ljubitelja vin tako pridejo vrhunska, pristna in zdrava vina s posebnim karakterjem, takšna vina, kot so jih nekdaj pili naši predniki.

Vinska klet Bistrica na Vinarski ulici je sorazmerno majhno podjetje, ki se je z vinogradništvom začelo ukvarjati leta 1996, čeprav na mestu, kjer je sedež podjetja, že stoletja stoji vinska klet. V njej vam ponujajo več načinov spoznavanja z njihovimi vini. Poskrbijo tako za tiste, ki se želijo le na kratko pomuditi v kleti, kot tudi za tiste, ki si želijo prave vinske in kulinarične izkušnje. Za najbolj zahtevne vinske sladokusce pa poskrbi direktorica in enologinja kleti Bistrica Darja Bovha. Je vrhunska strokovnjakinja na področju vin in evropski red vitezov vina ji je pred leti podelil trajni naziv vinska dama.

Klet Bistrica je ena najlepših obokanih vinskih klet v Sloveniji. Stara je skoraj tristo, najstarejši sod, ki ga še vedno uporabljajo, pa ima 150 let. V Kleti Bistrica vse vrhunsko vino zori izključno v velikih hrastovih sodih, kar je v sodobnem vinarstvu že prava redkost, pravi Darja Bovha in doda: "Predvsem pri belih vinih. Pri rdečih vinih vinarji še vztrajajo, pri belih pa toliko manj, saj je z belimi vini delo v hrastovih sodih težje."

Veliko pozornosti v kleti namenjajo naravi prijaznemu načinu pridelave vin. Klasično in tradicionalno pridelavo nadgrajujejo s svežimi znanji zorenja vin, rezultat pa so številne nagrade, ki so jih prejela njihova vina.

In kako je hudomušni ritoznojčan dobil ime? Vino najdemo tudi v Kleti Bistrica. Po vasi Ritoznoj, ki leži v bližini Slovenske Bistrice. Bovha pove: "Ime vina je res hudomušno. Takšne so tudi razlage o nastanku imena. Veliko je navihanih zgodb in takšnih in drugačnih legend. Najbližje resnici je prav gotovo dejstvo, da je imel v

nekem obdobju v teh krajih svoje vinograde grof Ritter von Snoj. In domačini so to enostavno poenostavili v Ritoznoj. Tako se je rodilo ime vasi in vinorodne lege, ki je izjemna, ter daje čudovita vina in navsezadnje ime najbolj hudomušnega vina na svetu, ritoznojčana."



Oglas



Razvajanje v Termah Topolšica



Wellness center Zala



Savne



APP naselje Ocepkov gaj



Hotel Vesna



Fitness

NOVOSTI V TERMAH TOPOLŠICA

V Termah Topolšica gostje že lahko uživajo v novem apartmajskem naselju Ocepkov gaj, zgrajenem sredi prelepega mirnega okolja. Šestnajst enot za 2-4 osebe in enajst enot za 4-6 oseb je zgrajenih s človeku in okolju prijaznimi materiali.

V neposredni bližini hotela Vesna je v teh dneh dobil dokončno podobo in vsebino tudi nov Wellness center lepote in dobrega počutja. Tu boste našli medico wellness, VIP-wellness, fitness, whirlpoole, masaže, savne, čajnico, restavracijo ... Sodoben center zdravja in lepote bo vsekakor oaza miru, sprostitve in užitkov, ki jih v današnjem času potrebujemo vsi. Med raznovrstnimi programi, ki jih bo nudil, bo zagotovo vsakdo našel nekaj zase.

Poleg velikega števila stalnih gostov, ki so redni koristniki naših wellness storitev, nas obišče tudi veliko gostov, ki k nam prihajajo samo na dnevna razvajanja in v veliko veselje nam je, da jim bomo lahko ponudili razvajanje z veliko začetnico.

IZJEMNO UGODNO V NOVEMBRU V HOTELU VESNA

s tem oglasom samo

38 EUR

polpenzion na osebo na dan
za upokoјence samo **34,20 EUR**

NOVO

- wellnes center Zala
- apartmajsko naselje Ocepkov gaj



Terme Topolšica

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





KUHARSKI RECEPTI

ZA VAS IZBIRA DANICA DOLENC

Tedenski jedilnik

Nedelja - Kosilo: goveja juha z jetrnimi vlivanci, pečena nadevana gos, pečen krompir v kosih (ali mlinci), dušeno rdeče zelje, mešana solata, trdi flancati; **Večerja:** "matevž" s koščki kranjske klobase, kislo zelje s česnom in z bučnim oljem.

Ponedeljek - Kosilo: juha iz korenja in ovsenih kosmičev, popečeno goveje meso iz nedeljske juhe, za omako zmešani gorčica in kisla smetana, endivija s krompirjem v solati; **Večerja:** ajdovi žganci z ocvirki, mleko.

Torek - Kosilo: gobova juha, ocvrta piščančja bedra po dunajsko, sveže zelje s krompirjem v solati, mandarine; **Večerja:** telečja rižota, rdeča pesa v solati.

Sreda - Kosilo: svinjska pečenka, dušeno kislo zelje, ocvrte rezine kruhovih cmokov, radič s fižolom; **Večerja:** palačinke z mletimi lešniki in medom, sadni čaj.

Četrtek - Kosilo: puranji golaž, polenta s sirom, endivija s korenčkom v solati, ocvirkovka; **Večerja:** ocvrta jajca na popčenem poru ali blitvi, zrnat kruh, bela kava.

Petek - Kosilo: fižolova juha z rezanci, ajdovi štruklji s skuto, kompot iz suhega sadja; **Večerja:** kuhane postrvi z vinom, majoneza s kislo smetano, francoska štruca.

Sobota - Kosilo: segedin golaž, pire krompir, jabolčna pita; **Večerja:** topli kruhki, francoska solata, mošt.

Pečena nadevana gos

Potrebuje: 1 očiščeno, uležano gos, sol, majaron, pol žličke stolčene kumine, 10 dag masti; *Nadev:* 1 do 2 žemljici, ocvrta čebula s peteršiljem, malo majarona, 2 z 3 žlice smetane, 1 do 2 jajci.

Uležano gos (če je stara, jo pustimo dan ali dva ležati na hladnem) podrgnemo s soljo, majaronom in kumino zunaj in znotraj ter napolnimo z nadevom. Nadevamo prsi, vrat in golšo, golšo na koncu zapremo z zobotrebcom ali zašijemo ter pečemo v pečici uro in pol do dve uri in pol. Odvisno od velikosti in starosti. Pogosto jo polivamo z mastjo in juho. Ko se zmeha, jo polijemo samo z mastjo ali maslom. Razrezano položimo na ogret krožnik, iz kozice odlijemo mast, h gošči pa prilijemo nekaj žlic juhe, prevremo in s to tekočino prelijemo meso.

Nadev: žemljico narežemo na drobne kocke, polijemo z mastjo, ocvrto čebulo in peteršiljem, dodamo še strt majaron, stepeni jajci, prilijemo smetano ali mleko, osolimo in dobro premešamo.

Matevž

Zmešamo približno enaki količini kuhanega fižola z vodo vred in kuhanega olupljenega in zrezanega krompirja. Vse skupaj dobro zmečkamo, zabelimo s prepraženo čebulo in z maščobo, na kateri smo jo pražili, ter solimo. Zraven se odlično poda dušeno kislo zelje z ocvirki in pečenica, pečenka ali kranjska klobasa. Pa seveda dobro vino.

Pomoč pri slabokrvnosti

Slabokrvnosti se lahko po robu postavimo tudi s kozarcem rdečega vina na dan, vendar le v primeru, da ga dobro prenašamo. V nasprotnem primeru nam ostane še vrsta drugih učinkovitih pomagala, ki nam jih ponuja narava.

PAVLA KLINER

Slabokrvnost se najpogosteje pojavlja kot posledica pomanjkanja železa. Slednje je ponavadi prehranska težava, večja verjetnost nastanka pa se razvije tudi pri ženskah, zaradi obilnih menstruacij, pri nosečnicah in doječih materah. Kadar je anemija že razvita, je potrebno zdravniško zdravljenje z ustreznimi zdravili. V pomoč pri premagovanju slabokrvnosti so prehranska dopolnila, kot so železo in drugi minerali in vitamini. Seveda pa je modro uživati tudi veliko živil, v katerih se nahaja železo, kot so goveje meso, jetra, posušeno sadje, sardele, jedilna čokolada, polnozrnata žita ...

Rožmarin in pelin

Pri slabokrvnosti ljudsko zdravilstvo s pridom uporablja vsa krepčilna zelišča, vse grenčine ter zelišča, ki spodbujajo tek in obnavljajo moči. Takšna so denimo rožmarin (*Rosmarinus officinalis*), timijan (*Thymus vulgaris*), žajbelj (*Salvia officinalis*), vrtnica (*Rosa centifolia*), janež (*Pimpinella anisum*), sabljasti triplat (*Trigonella foenum graecum*), glog (*Crataegus oxyacantha*), breza (*Betula pendula*), korenje (*Daucus carota*), hren (*Armoracia rusticana*), islandski lišaj (*Cetraria islandica*), kolmež (*Acorus calamus*), kopriva (*Urtica dioica*), kordabenedikta (*Cnicus benedictus*), ognjič (*Calendula officinalis*), veliki oman (*Inula helenium*), regrat (*Taraxacum officinale*), oreh (*Juglans regia*), tavžentroža (*Centaurea minus*), rman (*Achillea millefolium*), šentjanževka (*Hypericum perforatum*) in pelin (*Artemisia absinthium*). Kdor bi se rad izvil iz objema slabokrvnosti, naj poskusi z rožmarinovim poparkom - tri ščepce zelišča naj popari s skodelico vrele vode, pusti stati deset minut, precedi in pije po dve do tri skodelice čaja na dan.

Polnokrvne čajne mešanice

Za zdravo kri je pater Simon Ašič priporočal čajno mešanico iz tavžentrože, janeža in mete (*Mentha piperita*). Za povečanje števila rdečih krvničk ali eritrocitov naj bi pili čajno mešanico iz bezga (*Sambucus nigra*), koprive, pirnice (*Agropyrum repens*) in rmana. Pijem trikrat na dan po eno skodelico tega poparka pred obroki. Dodamo mu še žličko medu. Zalegla naj bi tudi čajna mešanica iz tavžentrože, rmana, ognjiča in šentjanževke. Kri pa naj bi si izboljšali tudi tako, da večkrat na dan pijemo v toplem mleku raztopljeno žličko medu.

Čudodelni "roženburc"

Domala čudežni napitek proti slabokrvnosti po ljud-



Rožmarin ni le za spomin, pač pa izboljša tudi kri.

skem izročilu pripravljamo iz rožnega korena (*Rhodiola rosea*), ki mu ponekod po domače rečejo rožeburc. Pripravimo ga lahko po več recepturah, meni najbolj poznana je sledeča: vzamemo liter rdečega vina, tri vrhe rožmarina, pet do osem dekagramov rozin, pest sladkorja ter najvažnejše - pet do sedem centimetrov korenine rožnega korena. Vse skupaj denemo v litrsko steklenico in za štiriindvajset ur zakopljemo v zemljo. Receptura sicer navaja, da zraven damo tudi en žebelj - prav ste slišali - žebelj in ne žajbelj, kot me je nekoč pri pripravi teksta za knjigo popravil lektor. Deset centimetrov dolg žebelj damo zraven prej omenjenih sestavin, obrnjen pa

mora biti z glavo navzdol. Uporaba žeblja je na lastno odgovornost. Kdor bi želel nabrati rožni koren, se mora jeseni podati visoko v slovenske Alpe, kjer raste ta rastlina mesnatih suličastih listov z ostrimi zobci.

Kozarček rujnega na dan

Zoper slabokrvnost, zlasti zaradi pomanjkanja železa, danes nekateri zdravniki v okvirih uradne medicine priporočajo celo vino, seveda v zmernih količinah - kozarček ali dva na dan. To priporočilo je mišljeno le kot dodatek vsakdanji prehrani. Najbolj učinkoviti v boju zoper omenjeno tegobo naj bi bili metliška črnina, kraški teran, refošk in merlot.

S čolnom od Mavčič do Kranja

5 KAKO JE NASTALO TRBOJSKO JEZERO

JOŽE BOHINC



V dobri uri je mogoče z malo hitrejšim čolnom priveslati od Mavčič pa do Kranja. In prav zanimiva ter prijetna je vožnja. Sam sem to razdaljo preveslal že velikokrat in moram priznati, da je to res čudovito doživetje.

Poglejmo, kaj vse je mogoče videti in doživeti na takem "popotovanju od Mavčič do Kranja" ali od elektrarniških zapornic do izliva Save v jezero ob ustju Save in Kokre.

Elektrarni se s čolnom ni mogoče približati, ker že nekaj deset metrov pred vodno zaporo posebno opozorilo to prepoveduje. Dobro urejena in tlakovana brežina je na desni strani jezera pod Mavčičami, kar omogoča lahek dostop na kopno ali s kopnega na jezero. Tam je tudi nekaj

privezanih čolnov prav pred stanovanjskimi hišami v neposredni bližini jezera. Medtem pa je na nasprotni strani pod vasjo Moše vsak dostop do jezerske gladine nemogoč, ker vas čepi visoko nad skalnatimi brežinami in prepadi. Seveda je po suhem mogoč prehod z enega na drugi breg po mostu nad zapornicami.

Od tod nas pelje čolnič proti Trbojam ter Prašam na drugi strani jezera. Desni breg od Mavčič do Praš se vzpenja dokaj visoko nad gladino, medtem se levi proti Trbojam čedalje bolj spušča in doseže najnižji nivo pred Mlinarjevo domačijo pod vasjo. Prav blizu obale stoji stanovanjska hiša z gospodarskim poslopjem, s prostiranimi travniki in njivami,

ki se razprostirajo v nizkih terasah prav od jezera pa do Podbrega in naprej do Čadeža. Sem in tja po jezeru nas spremljajo jate vodnih rac, preletavajo nas posamični galebi in druge ptice, pogosto pa se zadržujejo na tem delu tudi labodi.

Privezov za čolne niti na eni ali drugi strani ni veliko - še največ jih je pred ribiško postojanko v Prašah, pred ribiškim gostiščem na Bregu in pri Mlinarju na Prebačevem. Potem pa do Kranja ni videti nobenega čolna več, ker se jezero zožuje v sotesko in dostopi do jezera večino ma niso možni.

Tako naravne razmere in človekova dobra volja, ter druge okoliščine omogočajo razvoj razvedrilnega turiz-



Glavna zapora pred izlivom jezerske vode v turbine

ma, kot je čolnarjenje, jadranje in ribolov ter šport na obalah. To se hitreje razvija zlasti v velikem delu jezerske kotanje med Mavčičami, Prašami, Trbojami, Žerjavko in Jamo, koder se razprostirajo največje površine, ki še omogočajo dostop do jezera.

Druga, dokaj manjša kotanja, med Prebačevim in Bregom je prav tako ugodna za vodne ter športne aktivnosti na suhem, ker ima podobne naravne pogoje za razvoj.

Kako se bo vse skupaj odvijalo v prihodnje, bo pokazal čas.

Martinovanje z Ozarčani

"Moštek, ali si pripravljen na sprejem novega imena vince?" so v skladu s šegami in navadami novo vino blagoslovili Kranjski furmani.

SUZANA P. KOVAČIČ

Kranj - Akademska folklor-na skupina (AFS) Ozara je v soboto organizirala martinovanje z martinovo večerjo in poskočnimi zvoki ansambla Štima v Domu krajanov na Primskovem. Martinovo je praznik, ki sega daleč v čas pred Kristusom, čeprav ima videz cerkvenega. V jesenskih slavih in pojedinah so se naši poganski predniki zahvaljevali bogovom za dobro letino, hkrati pa naslavljali priprošnje za ponovitev obilja v prihodnjem letu. Zaradi splošne priljubljenosti Cerkev med pokristjanjevanjem praznika ni odpravila, ampak ga je zaznamovala z znanim in med ljudmi čaščenim svetnikom, svetim Martinom, krščanskim škofom, rojenim v začetku četrtega stoletja na današnjem Madžarskem. Martinovo, uradno ga praznujemo enajstega novembra, je pravzaprav zahvalni dan, v tem času so pridelki pod streho, živina se je vrnila s paše in mošt je dozorel v vino.



Foto: Tina Dokl

Na številnih prireditvah danes uprizarjajo šaljivi krst vina, ki ga opravi našemljeni škof Martin. Obred so na Primskovem pripravili Kranjski furmani. / Foto: Tina Dokl

Na številnih prireditvah danes uprizarjajo šaljivi krst vina, ki ga opravi našemljeni škof Martin. Obred so na Primskovem pripravili Kranjski furmani, pevci starih ljudskih pesmi, ki delujejo v okviru AFS Ozara. V škofa se je preoblekel umetniški vodja Ozarčanov Brane Šmid, ki je odigral še eno vlogo, oficirja

avstro-ogrske vojske, in povedal: "Med starimi običaji je tudi arest. Če plačate tri evre, zaprem kogarkoli. Iz aresta ga spustim proti plačilu dveh evrov. Pravijo, da je včasih moža dala za preti kar soproga, ki je hotela zaplesati z drugim." V arestu, strogo varovanem koticu v Domu krajanov, se je na sobotnem martino-

vanju kar trlo tako moških kot žensk, ki pa so se tako zabavali, da sploh niso hoteli ven. Nekateri so torej "sedeli", še mnogo več se jih je vrtelo po plesišču. Dobro razpoloženi pa so vsi skupaj nazdravili novemu vinu in zapeli Kol'kor kaplic, tol'ko let bog nam daj na svet živet!

Pogled v lončarsko tradicijo

V Ljubnem so oživili spomin na bogato lončarsko tradicijo, ki je izumrla že pred sto leti.

MARJANA AHAČIČ

Ljubno - V soboto so se kra-jani Ljubnega po dolgem času spet pobliže srečali s svojo bogato lončarsko tradi-cijo. V dvorani športnega društva so namreč člani Štu-dijskega krožka Gorenjska lončevina, ki poteka v orga-nizaciji Gorenjskega muze-ja, predstavili rezultate svoje-ga dela.

V študijskem krožku so sodelovali tako poklicni kot ljubiteljski ustvarjalci v kera-miki, ki jih je vodila kustosi-nja etnologinja **Tatjana Dol-žan Eržen**, soavtorica razsta-ve Glina, roka, ogenj. Men-torica jim je najprej omogo-čila ogled izdelkov lončarjev iz dveh tradicionalnih go-renjskih lončarskih središč v Ljubnem in Komendi, ki jih hranijo v Gorenjskem mu-zeju. "Poseben cilj je bil obisk Lončarjevega muzeja v Podborštu pri Komendi. Član krožka Urban Magušar nam je predstavil sedanje svetovne trende v oblikova-nju keramike. V lončarskem ateljeju v Slovenskem etno-



Domačini so v soboto v dvorano športnega društva prinesli svoje kose znamenite ljubenske lončevine; strokovnjaki so jo ocenili in popisali, sokrajani pa so si jo lahko ogledali na priložnostni razstavi.

grafskem muzeju je bil čas praktičnih prikazov: upoko-jeni lončar komendske za-druge Lojze Ravnikar, član krožka, je pokazal oblikova-nje komendskih posod na lončarskem vretenu, Irena Radej, nekdanja zaposlena v

kamniškem podjetju Eti Svit, pa je predstavila princi-pe ročnega poslikavanja kamniške keramike," je po-vedala Jelena Justin iz Go-renjskega muzeja.

Svoje delo so v soboto predstavili v Ljubnem, kjer

lončarjev že skoraj sto let ni več, spomin nanje pa je še živ. Ob tej priložnosti so pri-pravili tudi lončarsko delav-nico za otroke ter povabili domačine, da v oceno in na razstavo prinesejo staro lon-čevino, ki jo hranijo doma.

BISTRICA PRI TRŽIČU

Zvesti krvodajalstvu



Območno združenje Rdečega križa Tržič je pripravilo minuli četrtek in petek v gasilskem domu Bistrica drugo krvodajal-sko akcijo letos. Kot je povedal tajnik **Ivo Mlinarič**, so bili zadovoljni že s spomladansko udeležbo. Jeseni je bil obisk krvodajalcev še boljši. Prvi dan se je akcije udeležilo 87 pros-tovoljcev, drugi dan pa so s 175 udeleženci dosegli rekord. Med vsemi krvodajalci so jih zavrnil le petnajst. Veseli so bili zlasti novih krvodajalcev. O zvestobi posameznikov priča podatek, da je neka Tržičanka darovala kri že več kot devetdesetkrat. Od letos spet krvodajalske akcije v občini Tržič izvaja Zavod za transfuzijo krvi iz Ljubljane. **S. S.**

ŠENČUR

Zadnja gobarska razstava



Foto: Gorazd Kavčič

Gobarsko društvo Kranj, ki letos praznuje 40-letnico delo-vanja, je prejšnji teden v Osnovni šoli Šenčur pripravilo zad-njo letošnjo gobarsko razstavo. Na njej so šenčurskim otrokom predstavili okoli 205 užitnih in strupenih gob, ki so jih še našli v gorenjskih gozdovih. "V šenčurski šoli smo razstavo pripravili že lani, in ker je bil odziv otrok zelo dober, smo jo letos ponovili," je povedal predsednik gobarskega društva **Avgust Plemenitaš. S. Š.**

TRŽIČ

Praznovanje AMD Tržič

Navdušenje za motorje in avtomobile ima med prebivalci Tr-žiča dolgo tradicijo. Spomladi 1947 je nastala avto-moto gru-pa pri AMD Kranj. Tri leta pozneje, 30. junija 1950, so ustano-vili samostojno Avto-moto društvo Tržič. Njegovi člani so bili aktivni na mnogih področjih. Prek petdeset inštruktorjev je usposobilo več kot 8400 voznikov motornih vozil. Številen park avtov in motorjev je omogočal tudi razvoj tekmovanj. Najbolj znane so bile dirke na Ljubelju. Tekmovali so v moto-krosu, motoskingingu, rallyjih, speedwayu in ocenjevalnih vož-njah. Sodelovali so tudi na paradah in raznih drugih priredit-vah. Kot je povedal **Lado Srečnik**, je obsežna dejavnost druš-tva opisana v zborniku Z dirko na dirko. Za 60-letnico so pri-pravili tudi razstavo fotografij o delu društva v Kulturnem cen-tru Tržič. Tam bo 12. novembra ob 18. uri slovesna prireditev, med katero bodo podelili priznanja AMZS in AMD Tržič. **S. S.**

MENGEŠ

Nov asfalt na cesti Mengeš-Koseze

Lokalna cesta iz Mengša do sosednje vodiške občine, ki je voznikom zaradi velikih udornih jam in neurejenih bankin povzročala nemalo preglavic, je dobila novo asfaltno pre-vleko. Kot je sporočil župan, so pripravljala dela za potreb-no sanacijo stekla že poleti. "Cestišče smo v odseku od mostu čez staro strugo Pšate v dolžini enega kilometra na posameznih kritičnih mestih globinsko sanirali in delno razširili. Pred dnevi pa smo položili še asfalt in cestišče v tej fazi izravnali. Odsek bo treba v prihodnjih letih preplastiti še s finim asfaltom," je povedal župan **Franc Jerič** in dodal, da na občini načrtujejo tudi čim prejšnjo sanacijo preostalega dela cestišča, predvsem od mostu čez razbremenilnik, za kar imajo že pripravljeno vso potrebno dokumentacijo. **J. P.**

HALO - HALO GORENJSKI GLAS
telefon: 04 201 42 00

Naročilo za objavo sprejemamo po telefonu 04/201-42-00, faksu 04/201-42-13 ali osebno na Bleiweisovi cesti 4, v Kranju oz. po pošti - do ponedeljka in četrтка do 11.00 ure! Cena oglasov in ponudb v rubriki: Izredno ugodna.

JANEZ ROZMAN S.P. - ROZMAN BUS, LANCOVO 91, 4240 RADOVLJICA, TEL.: 04 53 15 249, FAX: 04 53 04 230

MADŽARSKE TOPLICE: 28. 11. - 21. 11. 27. 11 - 30. 11., 16. 12. - 19. 12. ; BERNARDIN: 22. 11. - 25. 11.; TOPOLŠICA 29. 11.; TRST 26. 11.; PALMANOVA IN TOVARNA ČOKOLADE: 2. 12. MARTINOVANJE - BIZELJSKO: 13. 11.; SILVESTROVANJE BANJA VRUČICA: 30. 12. - 2. 1.; BIOTERME: 15. 11.; BANJA VRUČICA: 2. 12. - 5. 12., 2. 12. - 9. 12.

OBVESTILA O DOGODKIH OBJAVLJAMO V RUBRIKI GLASOV
KAŽIPOT BREZPLAČNO SAMO ENKRAT.

PRIREDITVE

Za otroke v knjižnicah

Bohinjska Bistrica - Ustvarjalna delavnica Jesenska sončnica bo v knjižnici jutri, v sredo, 10. novembra, ob 17. uri.

Radovljica - Igrano predstavo Zrcalce si otroci v knjižnici lahko ogledajo v četrtek, 11. novembra, ob 17. uri.

Kranj - Jutri, v sredo, 10. novembra, bo ob 17.30 pravljíčna ura v pionirskem oddelku, kjer bodo otroci lahko spoznali rusko pravljico Zakaj živi jazbec v jazbini.

Šenčur - V četrtek, 11. novembra, ob 17.30 bo pravljíčna ura v Krajevni knjižnici Šenčur.

Jesenice - Jutri, v sredo, 10. novembra, bo ustvarjalna delavnica ob 17. uri, v četrtek, 11. novembra, bo ura pravljíc ob 17. uri, v petek, 12. novembra, bo Brihtina pravljíčna deželà ob 10. uri.

Slovenski Javornik - Danes, v torek, 9. novembra, bo ustvarjalna delavnica ob 16. uri.

Hrušica - V četrtek, 11. novembra, bo ura pravljíc ob 17. uri.

Pogovor s Tadejem Golobom

Kranj - V časopisni čitalnici Študijskega oddelka Osrednje knjižnice Kranj bo jutri, v sredo, 10. novembra, ob 19.30 pogovor s Tadejem Golobom, letošnjim dobitnikom nagrade Kresnik, dolgoletnim novinarjem, urednikom, kolumnistom, entuziastičnim alpinistom in edinstvenim človekom, resnobnežem in šaljivcem hkrati. V pogovoru bo predstavil nastanek nagrajenega romana Svinjske nogice.

Najlepše doma

Naklo - Turistično društvo Naklo organizira prireditev sodelitvijo priznanj za najlepše urejene domove z bogatim kulturno zabavnim spremljevalnim programom, ki bo v četrtek, 11. novembra, ob 19. uri v Domu Janeza Filipiča v Naklem.

Glasbena večera pri Avseniku

Begunje - Ta teden bosta pri Avseniku v Begunjah dva kakovostna glasbena in zabavna večera. V petek, 12. novembra,

ob 20. uri bo glasbeni in pevski večer, posvečen rojstnemu dnevu Vilka Ovsenika. V soboto, 13. novembra, ob 20. uri pa se bo začelo martinovanje z ansamblom Veseli Begunjčani.

Davorin Jenko skozi čas

Cerklje na Gorenjskem - Ob 175-letnici rojstva slovenskega skladatelja in dirigenta Davorina Jenka, rojenega v Dvorjah pri Cerkljah, in 150. obletnici njegove skladbe Naprej zastave slave ter 125-obletnici prevoda slovenskega besedila Naprej zastave slave v angleščino bo danes, v torek, 9. novembra, na njegov rojstni dan ob 17. uri organiziral Unesco klub Cerklje v Petrovčevi domačiji v sklopu kulturnega dne Osnovne šole Davorina Jenka prireditve Davorin Jenko skozi čas. S kulturnim programom sodelujejo učenci cerkljanske osnovne šole.

IZLETI

Po Vertovčevih poteh

Kranj - Planinsko društvo Iskra Kranj vabi v nedeljo, 21. novembra, na tradicionalni pohod po Vertovčevih poteh. Prijave in dodatne informacije: Niko Ugriča, tel. 041/734 049; pisarna društva na Laborah ob sredah od 17. do 18. ure.

Na Kočevsko in v Kostel

Tržič - Turistično društvo Tržič organizira v soboto, 27. novembra, enodnevni izlet z zanimivim programom na Kočevsko in v Kostel v dolino reke Kolpe. Prijave sprejemajo najkasneje do ponedeljka, 15. novembra, oziroma do zapolnitve prostih mest. Za več informacij o izletu pokličite v pisarno TD Tržič na telefonsko številko 04/59 24 730 ali preprosto pišite na e-naslov: tdtzic@siol.net.

Letovanje v Izoli

Žabnica - Društvo upokojencev Žabnica vabi na dopustovanje v hotelu Delfin v Izoli in sicer od srede, 1., do srede, 8. decembra. Prijave in vplačila sprejema Mara Pečnik po telefonu številka 2311-932 do sobote, 13. novembra.

Kranj - Društvo upokojencev Kranj vabi od srede, 1., do srede, 8. decembra, na letovanje v hotel Delfin v Izoli. Prijave sprejemata najkasneje do 15. novembra Pokrajinska zveze Društev upokojencev Gorenjske in Društvo upokojencev Kranj, tel.: 04/236 18 70, v ponedeljek in sredo od 8. do 12. ure, Janez Šolar, gsm: 041/764 239 in Franci Šmajd, gsm: 041/744 703.

Po Koroškem

Gozd Martuljek - Planinsko društvo Gozd Martuljk vabi na izlet v soboto, 13. novembra. Po avstrijski strani se boste zapeljali do Mežice, sledi ogled rudnika svinca in cinka, nato sprehod po Slovenj Gradcu, ogled Sokličevega muzeja ter pokušina novega vina. Prijave do četrтка, 11. novembra, po tel. Oti: 041/363 730, Renata: 031/532 963.

V neznano

Kranj - Planinci kranjskih upokojencev vabijo v četrtek, 18. novembra, na izlet v neznano. Hoje bo za 4 ure, pot je

večinoma zložna in nezahtevna, primerna tudi za pohodnike, ki se lahko pripeljejo do višje ležečega izhodišča poti. Prijave z vplačili sprejemajo v društveni pisarni do ponedeljka, 15. novembra.

PREDAVANJA

Prehrana za zdravje

Radovljica - Katera hrana je zdrava. Kako priti do nje in kako jo v vsakdanji naglici pripraviti, boste lahko izvedeli na predavanju Marjane Žmavc, ki bo v radovljiški knjižnici danes, v torek, 9. novembra, ob 19.30.

Opusteli rudniki na Slovenskem

Škofja Loka - Rotary klub Škofja Loka organizira v četrtek, 11. novembra, predavanje z naslovom Opusteli rudniki na Slovenskem. Predavanje bo ob 19. uri v gostišču Kašča. Predaval bo g. Davorin Preisinger, dolgoletni jamar in zbiralec mineralov ter dober poznavalec fosilov in njihovih najdišč.

OBVESTILA

Bralni krožek

Kranj - Danes, v torek, 9. novembra, ob 17. uri bo bralni krožek za starejše v Pionirskem oddelku kranjske knjižnice, v četrtek, 11. novembra, bo ob 9.30 bralni krožek za starejše v Domu upokojencev Kranj.

Raznolike priložnosti ogrevanja na lesno biomaso

Hrastje pri Kranju - Center za trajnostni razvoj podeželja Kranj v četrtek, 11. novembra, ob 16. uri vabi na praktično predstavitev Raznolike priložnosti, ki jih nudi ureditev, oskrba ter uporaba lokalnega mikrosistema ogrevanja na lesno biomaso. Predstavitev bo potekala v Vrtnarstvu Kadivec v Hrastju, kjer so tak mikrosistem uredili pred nekaj leti. Udeležba je brezplačna, za več informacij in prijavo pa pokličite na 04/257 88 28, info@ctrp-kranj.si ali 040/733 344.

KONCERTI

Koncert v Sokolskem domu

Škofja Loka - Škofjeloški oktet in Prosvetno društvo Škofja Loka Sotočje vabita na koncert, ki bo v petek, 12. novembra, ob 19. uri v Kristalni dvorani Sokolskega doma.

RAZSTAVE

Slike Braneta Šifererja in Vinka Bogataja

Jesenice - V Razstavnem salonu Dolik bodo v petek, 12. novembra, ob 18. uri odprli razstavo likovnih del slikarjev Braneta Šifererja in Vinka Bogataja.

PREDSTAVE

Sašo Hribar Show

Ljubljana - Na oder SiTiTEATRA BTC prihaja Sašo Hribar Show - T'ko mal' muske pa t'ko mal'! Premiera bo v četrtek, 11. novembra, ob 20. uri.



Radio Triglav[®]

Radio Triglav Jesenice, d.o.o., Trg Toneta Cufarja 4, Jesenice

Gorenjska 96 MHz

RADIO ZA RADOVEDNE

GG mali oglasi

E-POŠTA: malioglasig@g-glas.si, TELEFON: 04 201 42 47

www.gorenjskiglas.si



LOTO

Rezultati 89. kroga - 7. novembra 2010

8, 16, 22, 27, 35, 36, 38 in 25

Lotko: **5 1 4 0 4 5**

Loto PLUS:

6, 16, 27, 29, 31, 35, 38 in 23

Sklad 90. kroga za Sedmico: **440.000 EUR**

Sklad 90. kroga za Lotka: **130.000 EUR**

Sklad 90. kroga za PLUS: **50.000 EUR**



MojeDelo.com
Izberi prihodnost

MOJE DELO, spletni marketing, d.o.o., Litostrojska c. 44c,
1000 Ljubljana, Slovenija, T: 01 51 35 700
VEČ INFORMACIJ IN ZAPOSILTIVENIH OGLASOV (300 - 500)
NA: www.mojedelo.com, info@mojedelo.com

Voznik kategorije C in E v mednarodnem transportu m/ž (Gorenjska, zahodna Evropa)
Medse vabimo voznika kategorije C in E z vsaj dveletnimi izkušnjami v mednarodnem transportu. Pogoji: NPK, taho kartica, koda 95, obvezno slovensko državljanstvo! Dobro in redno plačilo ter odlični delovni pogoji. Štempihar Transport s. p., Poslovna cona A12, 4208 Šenčur, prijave zbiramo do 26. 11. 2010. Več na www.mojedelo.com.

Koordinator računovodstva m/ž (Brnik)
Koordinator računovodstva skrbi za vodenje glavne knjige in analitičnih evidenc, knjiženje poslovnih dogodkov, pripravo obračuna DDV, izdelavo zaključnih in periodičnih obračunov družbe ter drugih računovodskih poročil za potrebe poročanja; izvajanje računovodskega kontrolinga - usklajevanje analitičnih evidenc z glavno knjigo ... UPS Adria (S) Ekspres d. o. o., Zgornji Brnik 130A, 4210 Brnik-Aerodrom, prijave zbiramo do 24. 11. 2010. Več na www.mojedelo.com.

Kuhar v Termah Snovik m/ž (Terme Snovik - Kamnik)
Medse vabimo dobrega kuharja m/ž. Odgovorni boste za pripravo penzionskih jedi in jedi po naročilu. Pričakujemo izobrazbo gostinski tehnik ali kuhar, pozitiven odnos do zdrave prehrane, vsaj 3 leta izkušenj pri samostojni pripravi jedi, zaželeno osnovno znanje tujega jezika (angleščina ali nemščina). Nudimo vam stimulativno plačilo z vsemi pripadajočimi dodatki ter prijazno delovno okolje. Terme Snovik - Kamnik, d. o. o., Molkova pot 5, 1240 Kamnik, prijave zbiramo do 19. 11. 2010. Več na www.mojedelo.com.

Kozmetik-pediker-maser m/ž (Snovik - Kamnik)
V svoj kolektiv vabimo novega sodelavca za delovno mesto Kozmetik-pediker-maser m/ž. Iščemo osebo z vsaj V. st. izobrazbe kozmetične smeri, ki je komunikativna in jo komunikacija z gosti veseli, ki ima vsaj dveletne izkušnje enakega delovnega mesta, ki je pripravljena na nadaljnje usposabljanje ... Nudimo urejeno delovno okolje v eko-termah. Terme Snovik - Kamnik, d. o. o., Molkova pot 5, 1240 Kamnik, prijave zbiramo do 18. 11. 2010. Več na www.mojedelo.com.

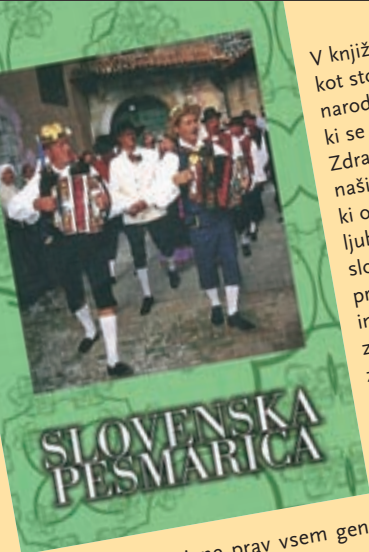
Kuhar (m/ž) (Kranjska Gora)
Kot vodilno podjetje na področju turizma in hotelirstva v občini Kranjska Gora, vas vabimo, da se pridružite našemu kolektivu na delovnem mestu KUHAR (m/ž). Našim gostom želimo ponuditi le najboljše, zato iščemo odgovorne, urejene in zanesljive sodelavce, ki imajo veselje do dela v kuhinji in stremijo po novih dosežkih s področja kulinarike. Hit Alpinea, d. d., Borovška cesta 99, 4280 Kranjska Gora, prijave zbiramo do 04. 12. 2010. Več na www.mojedelo.com.

Kuharski pomočnik m/ž v Kranju (Kranj)
Vaše naloge bodo sodelovanje pri pripravi obrokov, čiščenje delovne površine in delovnih sredstev, delitev hrane, oskrbovanje delilne linije. Sodexo, d. o. o., Železna cesta 16, 1000 Ljubljana, prijave zbiramo do 04. 12. 2010. Več na www.mojedelo.com.

Izkušen računovodja m/ž (Škofja Loka)
Zaželeno so izkušnje iz revizijskega dela ter poznavanje in razumevanje delovanja podjetja v mednarodnem koncernsko organiziranem okolju. Idealen kandidat je visoko motiviran, samoiniciativen, natančen in samostojen in sposoben sprejemati odločitve ter ustrezne odgovornosti, ki izhajajo iz delovnega mesta. Kandidat mora poznati slovenske in mednarodne računovodske standarde, davčno zakonodajo in druge predpise s področja računovodstva. Kandidat mora imeti znanja iz uporabe podpornih računovodskih programov, poznavanje SAP je prednost. Poleg znanja slovenščine se od kandidata pričakuje aktivno znanje angleščine, zaželeno pa je tudi znanje nemščine ter odlično znanje Excella. Kandidat mora ustrezno visokošolsko oziroma univerzitetno izobrazbo ter vsaj 5 let delovnih izkušenj na podobnih delih. Knauf Insulation, d. o. o., Trata 32, 4220 Škofja Loka, prijave zbiramo do 15. 11. 2010. Več na www.mojedelo.com.

Terenski komercialist - za posamezne regije m/ž (Dolenjska, Gorenjska, Goriška, Notranjsko-kraška, Obalna, Osrednjeslovenska, Posavje)
Od novega člana našega tima pričakujemo: najmanj srednješolsko izobrazbo ekonomske ali druge ustrezne smeri, vsaj eno leto delovnih izkušenj na področju trženja, prepričljivo komuniciranje in odlične pogajalske sposobnosti, prodornost, dinamičnost, samoiniciativnost, sposobnost samostojnega dela in odločanja, veselje do terenskega dela in dela z ljudmi ... Slovenska knjiga, d. o. o., PC Pirs, Stegne 3, 1000 Ljubljana, prijave zbiramo do 24. 11. 2010. Več na www.mojedelo.com.

Komercialist / zastopnik na terenu za območje Slovenija m/ž (več delovnih mest) (Gorenjska, Koroška, Primorska, Štajerska, Osrednje-slovenska)
Izbrani kandidat bo opravljal delo - trženje in promocija portala www.rabim.info (terenski obiski podjetji, obrtnikov, s.p.). Rabim.Info, d. o. o., Golo Brdo 154B, 1215 Medvode, prijave zbiramo do 02. 12. 2010. Več na www.mojedelo.com.



V knjižici je izbor več kot sto slovenskih ljudskih, narodnih in ponarodelih pesmi, ki se zaključijo s Prešernovo Zdravljico. V njej je dediščina naših dedkov in babic, prednikov, ki opevajo težko življenje, ljubezen, žalost, slovo in prelepo slovensko deželo. V krogu vaših prijateljev, sopotnikov, planincev in drugih boste lahko zapeli in drugih boste lahko zapeli znane pesmi, kot so: Adijo, pa zdrava ostani, Franček stara kljuka, Kje so tiste stezice, Kol` kor kapljic tol` ko let, Od Ribn` ce do Rakitn` ce in še številne druge.

Pesmi so namenjene prav vsem generacijam, saj predstavljajo pomemben del slovenske zgodovine.

Mehka vezava, 10 x 15 cm, 156 strani
Redna cena: 5,90 EUR
Če knjižico kupite ali naročite na Gorenjskem glasu, je cena le **4,90 EUR** + pošttnina.

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

Gorenjski Glas



96 strani, broširano, 23,5 x 17 cm
Redna cena: **12 EUR**

Če knjigo kupite ali naročite na Gorenjskem glasu, je cena le **10 EUR** + pošttnina.

Krave nam nenehno nekaj sporočajo: o svojem zdravstvenem stanju, počutju, prehrani in prireji. Izziv za rejca je, da si zna te znake pravilno razložiti in jih uporabljati v dobro sebi in kravam. Avtor nas navaja k opazovanju živali na različnih mestih: na pašniku, v hlevu, v molzišču, med hranjenjem in prebavljanjem. Poseben prostor namenja telicam in presušanim kravam, pojatvi, anatomiji krave in čutilom. Prav vsaka beseda pa temelji na praksi.

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

Gorenjski Glas



Mišek Tip, prazniki bodo kmalu tu! V pričakovanju Božička se moraš naučiti prijaznosti in radodarnosti. Sicer z darili ne bo nič ...

Knjiga je polna barvnih ilustracij, napisana z malimi tiskanimi črkami. Trda vezava, 28 strani. Odlična ideja za darilo! Cena: **9,90 EUR** + pošttnina

Knjigo lahko kupite na sedežu Gorenjskega glasa, naročite po tel.: 04/201 42 41 ali na: narocnine@g-glas.si.

Gorenjski Glas

Mali oglasi
tel.: 201 42 47
fax: 201 42 13
e-mail: malioglas@g-glas.si

Male oglase sprejemamo: **za objavo v petek - v sredo do 14.00 in za objavo v torek do petka do 14.00!** Delovni čas: **ponedeljek, torek, četrtek, petek neprekinjeno od 7. do 15. ure, sreda od 7. do 16., sobote, nedelje in prazniki zaprt.**

NEPREMIČNINE
STANOVANJA
PRODAM
DVOSOBNO stanovanje, Jesenice, Ti-tova ul., 56 m2, obnovljeno, urejena ZK, 67.000 EUR, ☎ 041/375-318
10006125

ODDAM
ENOSOBNO stanovanje, potrebno manjše obnove, v okolici Kranja, ☎ 031/816-334
10006152

KERN d.o.o.
NEPREMIČNINE
Maistrov trg 12, 4000 Kranj
Tel. 04/202 13 53, 202 25 66
GSM 051/320 700, Email: info@k3-kern.si

NAJAMEM
ENOSOBNO stanovanje v Trziču - Ravne, ☎ 040/614-206
10006124

HIŠE
NAJAMEM
NAJAMEMO hišo v Kranju ali okolici, za daljši čas, ☎ 030/336-712
10006101

POSESTI
PRODAM
11.000 m2 obdelovalne zemlje, Bitnje - železnica, ☎ 04/23-12-292
10006123

ZAIZDLJIVO parcelo, Sv. Duh - Šk. Loka - 740 m2, vsi priključki, ravna, sončna, 220 EUR/m2, ☎ 041/378-803
10006137

FESST, d. o. o., nepremičninska družba, Koroška c 2, Kranj, Telefon: 236 73 73 Fax: 236 73 70 E-pošta: info@fesst.si Internet: www.fesst.si

MOTORNA VOZILA
AVTOMOBILI

PRODAM
NISSAN Primera, l. 2003, 75.000 km, ☎ 041/546-593
10006118

JUR-TAN nepremičnine
JUR-TAN, nepremičnine, d. o. o. PE Cankarjeva ulica 03 (staro-mestno jedro), 4000 Kranj, tel.: 04/236-92-14, mobi: 041/451-857 e-pošta: info@jur-tan.si

HOTEMAŽE - NOVOGRADNJA, na robu naselja prodamo v III. podaljšani gr. fazi stanovanjki trojček s pričetkom gradnje l. 2008, vsaka enota obsega neto površine 225 m2, zemljišča od 284 m2 do 399 m2, vsi priključki, prevzem možen takoj. CENA: od 191.000 EUR.
ŠKOFJA LOKA - ZA KAMNITNIKOM, GORAJTE, prodamo komunalno urejeni zazidljivi zemljišči v izmeri 400 m2 ali 402 m2, namenjeni gradnji stanovanjskega objekta, prevzem možen takoj. CENA: 205 EUR/m2.
KRANJ-BLIŽINA LETNEGA KOPALIŠČA, trisobno, 67,96 m2, adaptirano l. 2003, visoko pr./3, ck-plin, vsi priključki, brez balkona, prevzem po dogovoru. CENA: 107.000 EUR.
Na različnih lokacijah nujno kupimo več različnih nepremičnin za nam že znane kupce. Več informacij in ostalo ponudbo dobite na www.jur-tan.si

www.jur-tan.si

PEUGEOT 106, 1.1, letnik 1998, 81.000 km, lepo ohranjen, 2. lastnik, cena po dogovoru, ☎ 041/599-645
10006157

AVTODELI IN OPREMA
PRODAM

OHRANJENE zimske gume, kovinska platišča, Sava Eskimo 3 - 175/65, ☎ 040/529-655, po 17. uri
10006128

TEHNIKA

PRODAM

VIDEOREKORDER Goldstar, 40 EUR, ☎ 041/857-640
10006120

GRADBENI MATERIAL

KURIVO

PRODAM

DRVA - metrska ali razžagana, možna dostava, ☎ 041/718-019
10005987

BUKOVA drva, cena 55 EUR, mešana drva, cena 40 EUR, možnost razreza in dostave, ☎ 040/338-719
10005988

LESNE brikete za kurjavo, ☎ 040/887-425, 040/389-574
10006115

SUHA, razžagana drva, bukova za 60 EUR, mešana za 40 EUR/m3, ☎ 041/784-055
10006117

MEDICINSKI PRIPOMOČKI

OČALA na recept, okulistični pregledi, kontaktne leče, popusti za upokoјence in člane sindikata. Optika Aleksandra, Qlandia Kranj, C. 1. maja 77, 04/234-234-2, www.optika.si
10005993

ŽIVALI IN RASTLINE

PRODAM

SADNE SADIKE, večletne, po ugodni ceni, od 8. do 18. ure, ☎ 01/36-43-195, 041/558-448, 041/841-843
10006113

PODARIM

ČRNO muco in tigrastega mačka, stara 6 mesecev, ☎ 051/369-869
10006060

KMETIJSTVO
KMETIJSKI STROJI

PRODAM

CEPILEC za drva na sveder, rotacijsko kosilnico Sip 165 in star lesen pajkl, ☎ 031/390-634
10006135

CIRKULAR na elektronski pogon ter gozdarski traktor Zetor Cristal 8045, ☎ 040/212-819
10006133

LAHEK gumi voz - ugodno ter suha drva, ☎ 041/248-533
10006131

SEKULAR za žaganje drv s koritom in mizo, ☎ 04/20-46-578, 031/812-210
10006051

KUPIM

STOJALO oz. stiskalnico za izdelavo butar, ☎ 041/723-812
10006138

TRAKTOR Zetor, Ursus ali Ferguson ter kiper prikolico in obračalnik, ☎ 041/678-130
10006114

PRIDELKI

PRODAM

DOMAČA jabolka, voščenska, kosmač, in ostala, Strahinj 10/a, Naklo, ☎ 04/25-72-279, 041/659-975
10006148

JABOLKA, jabolčni sok izpod Stola, Sadjarstvo Pr` Jernejc, Hraše 34, Lesce, ☎ 040/186-158
10006132

KRMNI krompir, ☎ 041/347-258
10006130

OREHE, vloženo rdečo peso in vložene gobe, ☎ 031/202-631
10006129

PIRINO moko, ☎ 041/704-388
10006144

VEČJO količino suhe koruze - zrnje, ☎ 040/384-187
10006126

VZREJNE ŽIVALI

PRODAM

BIKA, pasme cik, teža 380 kg, cena po dogovoru, ☎ 041/857-106
10006146

BIKCA in teličko ter suha drva, ☎ 051/884-923
10006127

BIKCA križanca (čb x belgijsko plavi) in črno-belega bikca, starega 10 dni, ☎ 041/691-243
10006154

ČB BIKCA, starega 10 dni, ☎ 041/418-616
10006151

ČB TELIČKO, staro 10 dni, Olševke 40, ☎ 031/255-194
10006119

DOMAČE zajce, ☎ 01/83-41-981
10006149

JAGNJETA za zakol ali nadaljnjo rejo, ☎ 041/910-234
10006134

KRAVO simentalco, pašno, brejo 3 mesece, po tretjem teletu, ☎ 031/717-570
10006158

PAŠNO telico simentalco, v osmem mesecu brejosti, ☎ 051/204-264
10006121

PLEMENSKEGA kozla burske pasme, ☎ 041/530-790
10006141

TEDEN dni stare bikce simentalce in čb. Cena ugodna za vse tri, ☎ 041/515-867
10006150

KUPIM

BIKCA simentalca, starega 10 dni, ☎ 041/271-294
10006139

BIKCA, mesni tip, starega teden dni, ☎ 041/873-541
10006143

KRAVO simentalco, dojiljo, visoko brejo, ☎ 031/309-731
10006156

OSTALO

PRODAM

HLEVSKI gnoj, star eno leto, ☎ 040/726-705
10006116

HLEVSKI gnoj, kvaliteten, star, listna nastelja, za vrtničkarje, dostavim, ☎ 04/23-26-426, 040/845-860
10006122

KVALITETNA omela za pometanje peči, negorljive, Žnidar, ☎ 01/83-23-107, 041/297-301
10006145

ŽIČNE kletke za zajce, cena 10 EUR ter komat za konja, ☎ 04/51-81-086, 041/214-500
10006140

PODARIM

RŽENO slamo za pletenje, ☎ 04/51-01-674
10006142

ZAPOSLITVE (m/ž)

NUDIM

DELO GOSPODINJI, za delo v kuhinji - priprava zajtrkov in skrb za red in čistočo v garni hotelu. Pogoj: urejena, čista, vestna in odgovorna. Prošnje s kratkim življenjepisom pošljite na: Eticon, d.o.o., Grajska ul. 41, Bled
10006031

Novo na Gorenjskem!
Pisarniški stoli za
vašo zdravo hrbtenico
in boljše počutje.

10 % popust od 9. - 14. 11.

Komercialistka: Karmen Ažman s.p.
Tel.: 040/557-601
karmen.azman@spinalis.org



GOSTILNA v Kranju zaposli kuharja-ico (možna priučitev), kuhinjsko pomočnico ter dekle ali fanta za pomoč v strežbi, Gostilna Pr` Matičku, Jezerska cesta 41, Kranj, ☎ 04/23-43-360
10006155

ŠTUDENTKO za delo v strežbi, v poldanskem času, v Marocco baru na Kokrici iščemo. Križman & A, d.o.o., Mengeška c. 53/a, Trzin, ☎ 031/618-760
10006104

ZAPOSILIMO prodajalko za prodajo kruha in pekovskih izdelkov. Pekarna Zevnik, d.o.o., Ljubljanska c. 36/a, Kranj, ☎ 031/506-691
10006111

IŠČEM

DELO - nega in pomoč na domu, na območju Škofje Loke in Železnikov, ☎ 041/952-836
10006136

ASTERIKS SENČILA, Rozman Peter, s. p., Senično 7, Križe, ☎ 59-55-170, 041/733-709; žalužije, roloji, rolete, lamelne zavese, plise zavese, komarniki, markize, www.asteriks.net
10005989

ADAPTACIJE, vsa gradbena dela, notranje omete, fasade, adaptacije, tlakovanje dvorišča, ograje, kamnite škarpe in dimnike, kvalitetno, hitro in poceni. SGP Beni, d. o. o., Struzevo 7, Kranj, ☎ 041/561-838
10005395

ADAPTACIJE, notranji ometi, vse vrste fasad, škarpe ter tlakovanje dvorišč, kvalitetno, hitro in poceni. Arhaj, d.o.o., Zg. Bela 24, Predvdor, ☎ 041/241-149
10005732

ČIŠČENJE objektov, lokalov in na domu. Anica Lucin s.p., Smlednik 62, ☎ 030/685-081
10006153

FLORIJANI, d. o. o., C. na Brdo 41, Kranj izvaja vsa gradbena dela od temeljev do strehe, adaptacije, omete, omete fasad, kamnite škarpe, tlakovanje dvorišč, ☎ 041/557-871
10005991

NA VRTU, prekopavanje, sajenje dreves in podobno. Opravljam pa tudi manjša hišniška dela. Anton Bohinec s.p., C. na Hudo 46, Trzič, ☎ 041/782-866
10006017

IŠČEM

OSEBO za pospravljanje hiše - enkrat tedensko ali na 14 dni v Škofji Loki, ☎ 041/721-553
10006038

ZASEBNI STIKI

PODJETNIK potrebuje prijazno dekle za skupno delo in življenje, ☎ 031/860-668
10005307

ŽENITNA posredovalnica za vse osamljene z dobrimi nameni od vsepovsod, ☎ 031/505-495
10005306

RAZNO

PRODAM

ROČNO, lepo izdelane božične jaslice - hlevčke, ☎ 041/202-089
10006147

ZAHVALA

Bolečino se da skriti, tudi solza ni težko zatajiti - le mame ne more nihče vrniti.

V petek, 29. oktobra 2010, smo se poslovili od naše drage mami, mame, sestre in tete

VERE STREL
iz Poljan

Ob boleči izgubi se zahvaljujemo vsem, ki ste se ji še zadnjič poklonili v slovo in jo pospremili k njenemu zadnjemu počitku. Posebej hvala župniku Jožetu Stržaju, pogrebcm in pevcem. Hvala vsem, ki boste čuvali njen spomin.

Žalujoči: vsi njeni

ANKETA

Menjali našitke,
značke, odlikovanja

SUZANA P. KOVAČIČ

Prostovoljno gasilsko društvo Kranj-Primskovo je v soboto prvič na Gorenjskem organiziralo srečanje gasilskih zbirateljev v avli Mestne občine Kranj. Povedali so, kaj najraje zbirajo.

Foto: Tina Dokl



Primož Štraus:

"Veliko potujem in ker sem prostovoljni gasilec, na potovanjih obiščem tudi gasilske enote in domov največkrat prinesem našitke. Najdražji me je stal deset evrov."



Mirko Fekonja:

"Zbiram vse, kar je povezano z gasilstvom, medalje, odlikovanja, značke ... Hranim tudi prvo serijo šaljivih gasilskih razglednic, založil jo je Herman Zupan iz Ljubljane."



Gregor Fekonja:

"Tako kot oče sem tudi jaz zbiratelj, najraje pa zbiram znamke. Sem pionir pri Prostovoljnem gasilskem društvu Miklavž pri Ormožu."



Peter Habe:

"Na srečanje sem prinesel tudi fotografijo iz Kranja, na kateri je straža Prostovoljnega gasilnega in reševalnega društva na Savskem mostu z datumom 18. avgusta do 2. novembra 1914."



Damir Trinajstić:

"Prihajam iz Opatije, že več let sodelujem na zbirateljskih srečanjih v Sloveniji. Sem poklicni gasilec na Reki in v glavnem zbiram gasilske našitke."

Satanistični simboli na cerkvi

Za zdaj še neznani storilci so omadeževali cerkev sv. Martina v Stražišču pri Kranju. Stranski vhod cerkve so polili s krvjo, stene pa popisali s satanističnimi simboli.

SUZANA P. KOVAČIČ

Kranj - Prejšnjo nedeljo zjutraj, na enaintridesetega oktobra, je župniku Bojanu Likarju iz župnije sv. Martina v Stražišču več kot vzelo sapo. "Malo čez sedmo zjutraj je mežnar Janez Kuralt prišel po ključ, da bo odprl vrata cerkve, kot to stori vsako jutro. Najprej me je vprašal, če je z mano vse v redu. 'Ja, Janez, kaj pa je,' sem se začudil. Povedal je, da je okrog hiše vse krvavo. Zdrznil sem se nad tem, kar sem potem videl," je povedal župnik.

S krvjo sta bila popackana vogal župnišča in stranski vhod v cerkev. "Na tleh, pragu in na vratih je bilo ogromno krvi, domnevam, da živalske, ki je pronicala skozi špranjo tudi v notranjost cerkve, za vrata. Več kot polovica dolžine cerkve je bila porisana z navzdol obrnjenim križem in zvezdo, obkroženo s krogom, kar sta satanistična simbola, ter z popisana z grafiti, kot so Pozdravljen Satan, Pekel je poln, zato sem se vrnil, Kristjane levom," je pojasnil župnik in dodal, da so storilci točno vedeli, kaj pišejo; vzeto po zgodovinskih virih so pogani kristjanom očitati, da so oni krivi vseh javnih nesreč in ljudskih nadlog in vpili: Kristja-

ne levom! Kri na tleh se bo sprala, grafite na cerkvi bo odstranil čistilni servis, strah bo pa ostal. "Steno ob glavnem vhodu so pred mesecem dni neznanci že popisali z grafiti, a ne v takem obsegu. Do zdaj parka v okolici cerkve (nekdanje pokopališče) nismo zaklepali, od zdaj naprej ga bomo, ker je treba poskrbeti za varnost. Ljudje me sprašujejo, ali upam tukaj še živeti?!"

S Policijske uprave Kranj so sporočili, da še iščejo storilca kaznivega dejanja in da bodo o ugotovitvah obvestili pristojno državno tožilstvo.

Kri na tleh se bo sprala, grafite na cerkvi bo odstranil čistilni servis, strah bo pa ostal.



vremenska napoved

Napoved za Gorenjsko

Danes in jutri, v sredo, bo pretežno oblačno z občasnimi padavinami, v četrtek pa bo delno jasno in povečini suho.

Agencija RS za okolje, Urad za meteorologijo

TOREK



7/8°C

SREDA

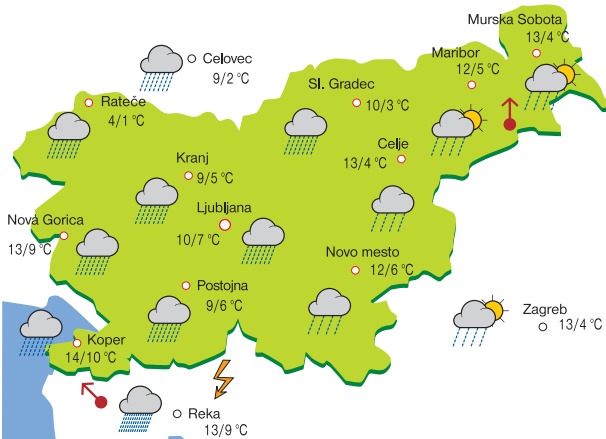


5/9°C

ČETRTEK



4/11°C



RADOVLJICA

Odpuščeni nadrejene obtožuje mobinga

Vodja radovljiskega občinskega inšpektorata Marijan Ješe je pred mesecem dni dobil izredno odpoved delovnega razmerja. Ješe je prepričan, da gre le za zadnje dejanje dlje časa trajajočega mobinga, in opozarja, da je bila odločba, ki jo je prejel, nepopolna in brez osnovnih podatkov, ki jih mora imeti tak dokument: brez navedbe datuma, zadev in pravnega poduka, pa tudi vročena naj mu ne bi bila pravilno. Zato je vložil obsežno prijavo na komisijo za pritožbe pri ministertvu za javno upravo - kot je povedal, gre za 28 strani dolg dokument s stotimi stranmi prilog. Poleg tega je na inšpektorat za notranje zadeve, inšpektorat za javno upravo in inšpektorat za delo vložil prijave zaradi mobinga na delovnem mestu, ki ga obtožuje župana Janka S. Stuška, direktorja občinske uprave Borisa Marčetiča ter vodjo oddelka za splošne zadeve Nano Jauk. Na občini Radovljica zadeve, ker je postopek v teku in ne vedo, kdaj bo končan, niso želeli komentirati, Ješe pa je že vse od vročitve odpovedi 8. oktobra na bolniškem dopustu. **M. A.**

RADOVLJICA

Čebelarji in otroci so sadili gorski javor

V petek so radovljiški čebelarji ob pomoči otrok pred vsemi vrtci in osnovnimi šolami v občini sadili medoviti gorski javor. Gre za akcijo Čebelarske zveze Slovenije, v okviru katere naj bi vsak slovenski čebelar posadil eno sadiko. Radovljiški čebelarji so se odločili, da nekaj sadik skupaj z otroki posadijo tudi v parke pred šolami in vrtci. "Če hočemo ljudi učiti odnosa do čebel in narave, je treba začeti že v najzgodnejših letih. Otroci so za te teme najbolj dojemljivi," je povedal Miha Rozman iz Čebelarskega društva Radovljica. **M. A.**



Foto: Gorazd Kavčič

Sadike gorskega javorja so sadili tudi na OŠ A. T. Linhartarja.

POI VA POŠTALNO

RADIO KRANJ
97.3 MHz

GORENJSKI MEČASRČEK

www.radio-kranj.si

RADIO KRANJ d.o.o.
Stritarjeva ul. 6, KRANJ

TELEFON:
(04) 281-2220 REDAKCIJA
(04) 281-2221 TRŽIŠTE
(04) 2022-222 PROGRAM
(051) 303-505 PROGRAM GSI

FAX:
(04) 281-2225 REDAKCIJA
(04) 281-2229 TRŽIŠTE

E-pošta:
radiokranj@radio-kranj.si



razvedrilo

GG

PRILOGA GORENJSKEGA GLASA



Dobrodelna tombola. Več na strani 26. Foto: Tina Dokl



GLASBENI ODER

REDEN UDELEŽENEC KVIZOV

V jutrišnjem finalu radijskega kviza za najbolj razgledane poznavalce Evrope se bo za zmago boril tudi Kranjčan Andrej Gazvoda, ki je sodeloval že v številnih kvizih.

26



KULTURA

RAZTREŠČENO, PONOVO SESTAVLJENO

"On je eden najboljših, trenutno pa najboljši risar med slovenski slikarji," je kustos Boštjan Soklič suvereno začel predstavitev slikarja Milana Eriča.

27



LJUDJE

VSE ZA DRUŽINO

Jesenska zabava domžalskih študentov in dobrodelni koncert v Šenčurju za izgradnjo družinskega centra. / Foto: Tina Dokl

32

TOREK_09. 11. 2010

GLASOV ODER

S tombolo pomagali poplavljenim družinam

Župnije Selške doline so minulo nedeljo priredile že osemnajsto dobrodelno tombolo, ki je napolnila športno dvorano v Železnikih. Skoraj sedemsto obiskovalcev se je potegovalo za 1050 dobitkov, glavna nagrada je bila Alplesova garderobna omara. S prodanimi tombolskimi karticami in prispevki donatorjev so za v nedavnih poplavih prizadete družine v župniji Struge v občini Dobrepolje zbrali okoli pet tisoč evrov.



Otroci so bili dobitkov zelo veseli. / Foto: Tina Dokl

"Letošnja tombola je bila ena bolj uspešnih doslej. K dobri udeležbi sta verjetno pripomogla tudi slabo vreme in dejstvo, da pomagamo prizadetim v poplavih. Mnogi domačini so bili namreč pred tremi leti ob katastrofalnih poplavih v Selški dolini deležni velike pomoči in so zdaj želeli pomagati družinam, ki so se znašle v podobni stiski," je dejala **Irma Mediževc**, organizatorka tombole, ki ji je pri organizaciji pomagala številna skupina, večinoma mladih.

Dveinpolurno prireditve so z nastopi obogatili otroški pevski zbor in oratorijski bend iz župnije Železniki, mladinski bend iz župnije Selca ter klovn Jaka s programom za otroke. "Vesela sem, da tombola iz leta v leto bolj povezuje domačine, željne druženja in dobrotelnosti. Navadili so se, da je prireditve vedno v začetku novembra in jo že kar težko čakajo," je še dodala Irma Mediževc.

REDEN UDELEŽENEC KVIZOV

V jutrišnjem finalu radijskega kviza za najbolj razgledane poznavalce Evrope se bo za zmago boril tudi Kranjčan Andrej Gazvoda, ki je sodeloval že v mnogih kvizih.



Ana Hartman

V finalu radijskega kviza za najbolj razgledane poznavalce Evrope Miss! *Evro kviz*, ki bo na sporedu jutri ob 17. uri na Valu 202, se bosta pomerila **Simon Telban** z Vrhnike in **Andrej Gazvoda** iz Kranja, sicer stari znanec številnih kvizov. Zmagovalec bo nagrajen s 14-dnevnim potovanjem po Evropi za dve osebi v skupni vrednosti 2500 evrov, drugouvrščen pa se bo lahko tolažil s počitnicami za dve osebi v vrednosti 1200 evrov. Na kviz se je prijavilo 98 kandidatov, s kvalifikacijskim testom pa se je v uvodni del tekmovanja uvrstilo dvajset moških in deset žensk.

Idejni oče kviza **Damjan Zorc** je za finalno oddajo pripravil vprašanja na temo biotske raznovrstnosti Evrope. "Tema je zanimiva, do oddaje bom poskušal kaj prebrati o tem. Kot vselej pa pričaku-



Foto: arhiv RTV Slovenija

Andrej Gazvoda (desno) z voditeljem Alešem Smrekarjem

jem zanimiva vprašanja," pove 35-letni Andrej Gazvoda in doda, da se mu je do finala uspelo prebiti s kombinacijskim testom pa se je v uvodni del tekmovanja uvrstilo dvajset moških in deset žensk. Ker se zelo rad potepa naokrog, mu je bila tema turizma najbližja. In od kod mu vse to znanje o Evropi? "Od majhnih nog zelo rad berem, in to vse po vrsti. Z očetom sem že kot prvošolec

proučeval zemljevide in geografske podatke, reševala sva križanke, gledal sem kvize. Ne mine dan, da ne bi prebral časopisa in preveril zadnjih informacij na teletekstu in spletu. Žal je vedno premalo časa, da bi prebral vse, kar me zanima, kaj šele, da bi si vse to zapomnil. Nekaj pa vendarle ostane, kot kaže ..., " je odvrnil finalist iz Kranja, ki ima diplomu iz sociologije, dela pa v službi za izobraževanje v Mercatorju.

Zmage in potovanja po Evropi bi bil zelo vesel, čeprav jo je v dobršni meri že prepotoval. "Kljub temu mi še vedno ostaja kar nekaj skritih kotičkov. Vleče me na vse konce, zadnja potovanja so bila povezana s trekingi, zato bi šel najraje v Švico, na Korziko, Islandijo ..."

Gazvoda sicer zelo rad sodeluje v kvizih, kjer preizkusi svojo splošno razgledanost. Videli smo ga že v kvizih Lepo je biti milijonar, Pop kvizu, Lingu, Lovu na počitnice, Najšibkejšem členu ... "Tekmujem le v kvizih, kjer se meri znanje. Odpiranje škatel, vrtenje koles in resničnostni šovi me ne zanimajo," je dodal.

Jutrišnjo finalno oddajo *Miss! Evro kviza* bosta vodila **Anja Hlača Ferjancič** in **Aleš Smrekar**. Voditelj iz Gorenjske priznava, da so se na začetku skupaj s tekmovalci kar malo lovili, a je iz tedna v teden ekipa postajala bolj uigrana, tekmovalci pa bolj razigrani, kar je za radijski eter zelo pomembno.

RAZPET MED IGRO IN PLESOM

Žigan Krajncan ne stopa po glasbeni poti svojih staršev, ampak se je podal v plesne in igralske vode. Igra tudi v novem mladinskem filmu *Gremo mi po svoje*.



Ana Hartman

Za Žigana Krajncana so mnogi mislili, da bo življenje povsem zapisal glasbi, tako kot starejši brat Kristijan ter starša Romana in Lojze, a ga bolj vleče v igralske in plesne vode. Kot igralec in pevec je nase prvič opozoril pred tremi leti v odmevnem muzikalu *Moje pesmi, moje sanje*, ta čas skupaj z Urošem Smolejem, Sabino Kogovšek Zrnec, Vesno Slapar, Danielom Malalanom in drugimi 'zažiga' v glasbeni komediji *Do nazga*, zadnje dni pa ga lahko vidite tudi na velikih platnih kinematografih v vlogi tabornika Emila v mladinskem filmu *Gremo mi po svoje*.

"Emil je malce hudoben in včasih tudi upravičeno dela probleme glavnemu junaku Aleksu, saj je ta preveč nagajiv in ne spoštuje taborniških pravil," o svojem liku



Foto: Tina Dokl

Žigan Krajncan ima na snemanje filma *Gremo mi po svoje*, ki je potekalo lani poleti v Bovcu, zelo lepe spomine.

pove Žigan in doda, da se ni bilo težko živeti vanj, čeprav sta si karakterno precej različna. "Ne, v zasebnem življenju nisem hudoben kot Emil," pristavi v smehu. Vloga si je priboril na avdiciji, ki se je udeležilo kar osemsto otrok. "Petdeset so jih izbrali za statiste, zelo pa sem vesel, da se mi je uspelo prebiti v

skupino desetih bolj izpostavljenih tabornikov," pove Žigan. Snemanja so lani poleti potekala v Bovcu, trajala pa so kar štirideset snemalnih dni. "Spali smo v hotelu, ker pa smo ob koncih tedna hodili domov, se je snemanje razvleklo čez cele počitnice. Vendar so bile te počitnice najlepše za mnoge izmed

nas," se spominja. In kako se je leto po snemanju videti na velikem platnu? "Malo čudno. Bil sem manjši, poleg tega pa sem se v tem času marsikaj naučil in bi verjetno kakšno stvar odigral drugače, bolje. Se mi pa film zdi zelo dober," odvrne.

Njegov igralski vzornik je **Jurij Zrnec**, ki je v vlogi starešine tudi glavna zvezda taborniškega filma. Priljubljen vsestranski igralec je največ igral prav z Žiganom, saj je ta v filmu njegov zaveznik. Mladi igralec je Zrneca očitno navdušil, saj ta pravi, da je Žigan odigral svojo vlogo zelo dobro.

Žigan ima poleg igranja in petja še eno veliko ljubezen: ples. Je namreč navdušen plesalec electric boogieja, hip hopa in sodobnega plesa. Slednjega si je izbral tudi kot usmeritev na umetniški gimnaziji, ki jo je začel obiskovati septembra. Njegova velika želja je, da bi šel v London študirat muzikal.



Društvo Sožitje Kranj vabi na VELIKI DOBRODELNI KONCERT OHRANIMO NASMEH

Nastopajo:

Revijski orkester kranjske gimnazije
Zborček Od A do Z

Pevoči:

Tanja Žagar
Rok Ferengja
Alenka Godec
Ivo Mojzer
Teo Saffron
Štiški kvartet
Maja Jakovljevič

Folklorna skupina Društva Sožitje Kranj
Folklorna skupina Osnovne šole Matije Čopa Kranj
Otroška skupina razvojnega vrtca Mojca Kranj

Plesalci:

Eva Pirnat
Luka Perne

Državna mladinska prvaka v latinsko ameriških plesih
Lara Vrtovec in Miha Žerjav

Harmonikar: Matic Tičar

Cena vstopnice: 10 €

Vstopnice so na voljo v prostorih Gorenjskega glasa.

Ekonomska gimnazija Kranj, Zlato polje
18. november 2010, ob 18. uri

Gorenjski Glas



KULTURA

RAZTREŠČENO IN PO DELIH SPET SESTAVLJENO

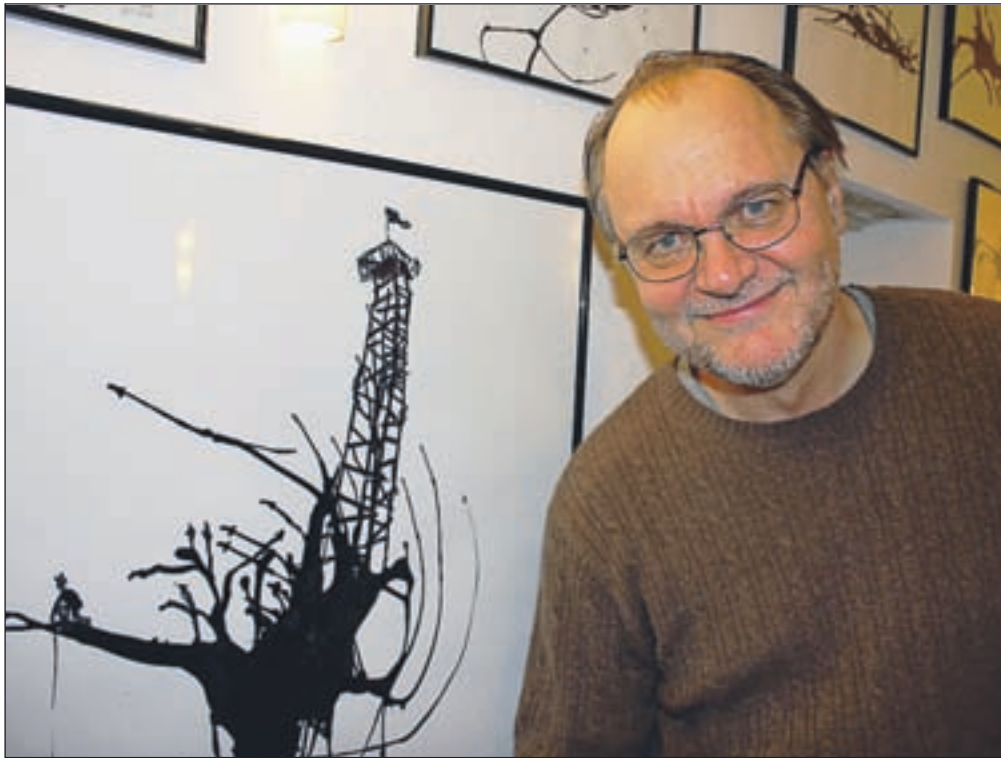
"On je eden najboljših, trenutno pa najboljši risar med slovenski slikarji," je kustos Boštjan Soklič suvereno začel predstavitev slikarja Milana Eriča, čigar dela so od četrтка na ogled v Galeriji Ivana Groharja in na Škofjeloškem gradu.



Igor Kavčič

Škofja Loka gosti enega najbolj zanimivih in originalnih likovnih ustvarjalcev v Sloveniji, čigar ime povezujemo z risbo, ilustracijo, animiranim filmom in profesuro na ljubljanski Akademiji za likovno umetnost. Animirani film *Socializacija bika*, ki sta ga ustvarila skupaj z dolgoletnim prijateljem Zvonkom Čohom, je nedvomno znan tudi širšemu slovenskemu občinstvu, zanj pa sta avtorja dobila tudi nagrado Prešernovega sklada. "Milan Erič je v slovenskem likovnem prostoru pomemben zaradi več razlogov: prvič, ker ob poplavi novih popularnih medijev vztraja pri staroveški tehniki risbe, drugič v modernem času dokazuje, da tehnika, ki bazira na manualnem stiku umetnika s papirjem oziroma z materijo, še ni preživeta, in tretjič, Erič s tem po Smrekarju, Birolli, Pavlovcu, Vavpotiču, Planincu ... nadaljuje niz dolge slovenske tradicije ukvarjanja z risbo," Eričevo drugačnost in njegovo nesporno risarsko kvaliteto potrjuje kustos Loškega muzeja Boštjan Soklič.

"Z risanjem in slikanjem se spet intenzivneje ukvarjam zadnjih deset let, saj sem se prej v veliki meri posvečal predvsem animiranemu filmu. Tokrat sem se s predstavljenimi deli prilagodil razstavnemu prostoru. Načeloma so to predvsem dela večjih formatov, velike



Milan Erič v klasično pojmovanje risbe vnaša novo dimenzijo dinamike, ki je sicer značilna za filme. / Foto: Igor Kavčič

štirimetrske slike, sestavljene iz več manjših slik, in so tudi na tej razstavi nekatere predstavljene zgolj v fragmentih. V zadnjem času sem naredil tudi nekaj malih formatov, ki jih je mogoče postaviti kamorkoli," razlaga Milan Erič. Na vprašanje, na kakšen način izdeluje manjše formate, gre namreč za zelo inovativne risbe s tušem, pa je odgovoril: "Na povsem običajen papir zlijem malo črnega tuša, da nastanejo nekatere packe. To naredim v seriji okrog dvajsetih kosov, potem počakam, da se zadeva malenkost posuši, pogledam, kakšen motiv je moč izvesti iz te packe, in potem s tušem in čopičem zadevo dopolnim,

da se prizor zjasni in postane prepoznaven." Tako lahko vidimo nedeljsko ribičijo, otroke na gugalnici, jezdece apokalipse, Eifflov stolp v Parizu ...

V Škofji Loki razstavlja prvič in tako obsežna razstava, večji formati so na ogled na Škofjeloškem gradu, manjši pa v Galeriji Ivana Groharja, so zanj vzgib, da še bolj pogosto prosti čas preživi v ateljeju in se ob profesuri na akademiji in vsem drugim obveznostim, ki jih še ima, intenzivneje posveti tudi lastnim umetniškim izzivom. "Razstave zame pomenijo, da lahko vzamem neko distanco do tega, kar počnem, lahko vidimo pomanjkljivosti in hkrati ob tem dobim nove ideje,

hkrati pa lahko preverjam tudi odziv ljudi, ki si ogledajo moja dela. Seveda je vse to tudi motivacija za naprej."

Glede na to, da Erič v tako velikem obsegu ne razstavlja pogosto in da gre vsekakor za "posebneža" v sodobni slovenski likovni umetnosti, katerega dela so nedvomno prava paša za oči in ključ za vrata v svet domišljije, bi bil pravi greh zamuditi njegovo razstavo v Škofji Loki. Ali kot je zanj dejal Soklič: "Milan Erič se ni dal nobenemu likovnemu toku. Gre za neodvisnega ustvarjalca, ki se ne obremenjuje s sodobnimi likovnimi trendi. On namreč je trend in kvaliteta obenem." Drži. V vsaki točki do sto.

Komu se smejimo? Čefurjem!

Tako so prepričani trije odlični stand up komiki, ki jim je pred nedavnim uspelo dodobra nasmejati občinstvo polne dvorane kamniškega kulturnega doma. Vid Valič in Ivan Šarič sta imeni, ki med ljubitelji vse bolj priljubljene stand up komedije že predstavljata garancijo za smeh in dobro voljo, če pa se jima pridruži še vzhajajoča stand up zvezda Mirzo Tvrčković, je uspeh Super stand up showa, kakor so uvodno predstavo nove gledališke sezone v Domu kulture Kamnik poimenovali organizatorji, zagotavljen. Kamniški oder so Vid Valič, zvezda oddaje Slovenija ima talent in izkušeni stand up komik, njegov najboljši prijatelj in eden najboljših komikov sosednje Hrvaške ter nekdanji prvi obraz MTV Adrie Ivan Šarič, ter eden bolj perspektivnih stand up komikov iz Ljubljane Mirzo Tvrčković zasedli še pred začetkom StendAp sezone v Ljubljani, kar je bilo razvidno tudi iz kakovostnega humora željnega občinstva, ki se je v Kamniku nabralo iz bližnje in dalje okolice. Za uro praktično neprekinjenega smeha so komiki poskrbeli predvsem s šalami na svoj račun, na račun slovensko-hrvaških odnosov in v šalah nepogrešljivih čefurjev, ki se jim Slovenci, kot kaže, še vedno najslajše smejimo. J. P.



Vid Valič, Mirza Tvrčković in Ivan Šarič - mojstri odra in kakovostnega humora



Muzejski knjižni sejem

V Narodnem muzeju Slovenije v Ljubljani bo od 9. do 11. novembra 2010 potekal 2. muzejski knjižni sejem. Na njem se bo 38 slovenskih muzejev in galerij predstavilo s knjižno produkcijo zadnjih treh let, med njimi tudi Gorenjski muzej. Sejem bo 9. novembra ob 12. uri odprla ministrica za kulturo gospa Majda Širca. Vljudno vabljeni!

GORENJSKI MUZEJ





FILM, KINO

LAŽJI
SUDOKU

		4	6				2	9	
					9				
			7	8	1	6	3		
3		2					8		6
6				7		8			9
9		5					7		4
		8	9	2	4	1			
		9		7					
	3	1					9	7	

Rešitev:

2	4	6	9	9	1	6	2	9	7
9	9	6	7	1	6	2	9	7	4
9	5	1	7	2	6	9	9	7	4
6	2	5	9	8	7	1	6	9	7
9	1	8	9	7	5	2	4	6	9
9	7	9	1	8	2	6	9	7	4
7	9	6	9	7	2	5	1	6	9
1	6	2	4	9	5	9	7	9	7

TEŽJI
SUDOKU

1							7	
	8		9				2	
	9			3		5		
						1	6	7
7			5		2			4
9	3	1						
		6		5			4	
	1						9	
	2							3

Rešitev:

9	8	4	9	1	6	2	5	9
9	9	8	9	2	7	2	1	9
1	9	9	6	9	9	2	9	8
2	5	8	4	9	7	1	6	9
9	9	9	1	5	9	9	7	4
4	9	1	6	9	2	1	6	9
8	1	5	1	6	2	1	6	9
9	2	9	1	7	6	9	9	5
6	4	9	5	9	9	7	1	9

Navodilo za reševanje: v kvadrate vpišite števila od 1 do 9 tako, da se ne bo nobeno število ponovilo ne v vrstici ne v koloni ne v enem izmed odebeljenih devetih kvadratov.

Sestavila: Petra F.

GREMO MI PO SVOJE

V slovenskih kinematografih si lahko ogledamo nov slovenski film, mladinsko komedijo z naslovom Gremo mi po svoje režiserja Miha Hočevarja.



Foto: arhiv distributerja

 Samo Lesjak

Film s svojo pozitivno energijo polni dvorane in skrbi za odlično razpoloženje. Filmsko premiero spremlja tudi ekipa ustvarjalcev na čelu z glavnim igralcem **Jurijem Zrnecem** ter režiserjem **Mihom Hočevarjem**, ki sta vedno deležna gromkega aplavza publike. Nasploh navdušuje Zrnek, ki upravičeno velja za enega najboljših komikov v Sloveniji, kar dokazuje tudi v tem filmu. Navdušenje pa ne pojenja niti, ko mlada igralka in pevka **Nika Manevski** v živo zapoje pesem iz filma. O samem snemanju pa pravi: "Spoznaš ogromno novih ljudi, izraziš to, kar si, pridobiš si mnogo izkušenj in

okrepiš samozavest. To je bila zame le še ena super-megafantastična izkušnja več v življenju."

Film so snemali v Bovcu, na Pokljuki, Kaninu, Mangartu ter Zelenici, tako da je poskrbljeno za čudovite posnetke neokrnjene alpske narave.

Kratka vsebina filma: Aleks (Tadej Koren Šmid) s taborniškimi prijatelji tabori ob Soči. Starešina preresno jemlje taborništvo in vzgojo otrok in s tem povzroča številne komične zaplete. To, da se fantje bolj kot za taborniški red in veščine zanimajo za sosednji, športno-umetniški tabor, kjer so večinoma prav luštne punce, discipline ne spodbuja. Mnogi zabavni in čustveni zapleti med zanimivimi otroškimi in odraslimi liki

se odvijajo na osupljivo lepih lokacijah triglavskega narodnega parka in stkejo himno naravi, čisti otroški duši, zdravi pameti, ljubezni, humorju in optimističnemu pogledu na življenje.

Kot pravi režiser, sicer tudi avtor filmov Jebiga ter Na planincah: "Naša ideja ni bila narediti samo še en mladinski film, ampak ustvariti huronsko in napeto komedijo na privlačnih lokacijah z odlično produkcijsko kondicijo, ki bo lahko kar se le da dolgo kljubovala času in združevala otroke in starejše več generacij. Vsem razumljiva tekoča zgodba z mnogimi zanimivimi in novimi obrazy, ki nevsiljivo, med avanturo in humorjem pove še kaj več o življenju, tekmovanju, ljubezni in naravi, ne bo pritegnila samo

mladine, ampak tudi malo starejše."

Film je na pred kratkim končanem Festivalu slovenskega filma v Portorožu prejel nagrado občinstva, Jurij Zrnek pa je prejel nagrado vesna za najboljšo moško vlogo. Hočevar je film pripravljaval več let, pomagali pa so mu direktor fotografije Simon Tanšek, skladatelj Mitja Vrhovnik Smrekar, montažerji Andrija Zafranovič, Olga Toni in Jurij Moškon, oblikovalec zvoka Julij Zornik, producent filma Danijel Hočevar in številni drugi.

Film bodo predvajali po številnih krajih v Sloveniji, posebne projekcije pa bodo namenjene tudi Zvezi tabornikov Slovenije. Film so taborniki namreč že vzeli za svojega.

KINO SPORED

KOLOSEJ DE LUXE, KRANJ (CENTER)

Torek, 9. 11.
16.15, 18.20, 20.30 GREMO MI PO SVOJE
19.00 SPET TI
16.40, 21.15 REZERVNA POLICISTA
16.00 JAZ BARABA 3D
18.00 PIRAN/PIRANO
20.00, 21.50 ŽAGA VII 3D
(Ne priporočajo mlajšim od 16 let!)

Sreda, 10. 11.
16.15, 18.20, 20.30 GREMO MI PO SVOJE
19.00 SPET TI
16.40, 21.15 REZERVNA POLICISTA
16.00 JAZ BARABA 3D
18.00 PIRAN/PIRANO
20.00, 21.50 ŽAGA VII 3D
(Ne priporočajo mlajšim od 16 let!)

Četrtek, 11. 11.
16.15, 18.20, 20.30 GREMO MI PO SVOJE
19.10 REZERVNA POLICISTA
17.00, 21.30 LJUBEZEN NA DALJAVO
16.00 JAZ BARABA 3D
19.50 ZBLAZNELI
18.00, 21.50 ŽAGA VII 3D
(Ne priporočajo mlajšim od 16 let!)"

Petek, 12. 11.
16.15, 18.20, 20.30, 22.40 GREMO MI PO SVOJE
19.10 REZERVNA POLICISTA

17.00, 21.30, 23.40 LJUBEZEN NA DALJAVO
16.00 JAZ BARABA 3D
19.50 ZBLAZNELI
18.00, 21.50, 23.50 ŽAGA VII 3D
(Ne priporočajo mlajšim od 16 let!)

Sobota, 13. 11.
14.10, 16.15, 18.20, 20.30, 22.40 GREMO MI PO SVOJE
14.40, 19.10 REZERVNA POLICISTA
17.00, 21.30, 23.40 LJUBEZEN NA DALJAVO
14.00, 16.00 JAZ BARABA 3D
19.50 ZBLAZNELI
18.00, 21.50 ŽAGA VII 3D
(Ne priporočajo mlajšim od 16 let!)

Nedelja, 14. 11.
14.10, 16.15, 18.20, 20.30 GREMO MI PO SVOJE
14.40, 19.10 REZERVNA POLICISTA
17.00, 21.30 LJUBEZEN NA DALJAVO
14.00, 16.00 JAZ BARABA 3D
19.50 ZBLAZNELI
18.00, 21.50 ŽAGA VII 3D
(Ne priporočajo mlajšim od 16 let!)

Ponedeljek, 15. 11.
16.15, 18.20, 20.30 GREMO MI PO SVOJE
19.10 REZERVNA POLICISTA
17.00, 21.30 LJUBEZEN NA DALJAVO
16.00 JAZ BARABA 3D
19.50 ZBLAZNELI
18.00, 21.50 ŽAGA VII 3D
(Ne priporočajo mlajšim od 16 let!)

PLANET TUŠ, KRANJ

Torek, 9. 11.
15.00, 17.10, 19.20, 21.30 GREMO MI PO SVOJE
19.20, 21.20 HUDIČ
16.35 JAZ, BARABA 3D (sinhronizirano)
16.25, 18.45, 21.05 REZERVNA POLICISTA
18.20 SOCIALNO OMREŽJE
16.00, 20.50 SPET TI
16.40, 18.50, 21.00 ŽAGA VII 3D

Sreda, 10. 11.
15.00, 17.10, 19.20, 21.30 GREMO MI PO SVOJE
19.20, 21.20 HUDIČ
16.35 JAZ, BARABA 3D (sinhronizirano)
16.25, 18.45, 21.05 REZERVNA POLICISTA
18.20 SOCIALNO OMREŽJE
16.00, 20.50 SPET TI
16.40, 18.50, 21.00 ŽAGA VII 3D

KINO SORA, ŠKOFJA LOKA

Četrtek, 11. 11.
20.00 CHARLIE

Petek, 12. 11.
20.00 BELKA (filmsko gledališče)

Sobota, 13. 11.
18.00 CHARLIE
20.00 BELKA

KINO RADOVLJICA, LINHARTOVA DVORANA

Četrtek, 11. 11.
18.00 GREMO MI PO SVOJE

Petek, 12. 11.
20.00 JEJ, MOLI, LJUBI

Sobota, 13. 11.
16.00 MI GREMO PO SVOJE
18.00, 20.30 JEJ, MOLI, LJUBI

Nedelja, 14. 11.
16.00, 18.00 MI GREMO PO SVOJE
20.00 JEJ, MOLI, LJUBI

KINO ŽELEZAR, JESENICE

Torek, 9. 11.
18.00 UBIL SEM SVOJO MAMO filmsko gledališče

Petek, 12. 11.
18.00 CHARLIE

Sobota, 13. 11.
18.00 CHARLIE

Organizatorji filmskih predstav si pridružujejo pravico do spremembe programa.

GG mali oglasi

E-POŠTA: malioglas@g-glas.si, TELEFON: 04 201 42 47

www.gorenjskiglas.si

kino de luxe
s 3D doživetjem



www.kolosej.si

KOLOSEJ
De Luxe

sanjski lounge bar
s teraso

VREME IN POČUTJE

BARVE ZA BOLJŠE POČUTJE

Jesen in zima prinašata veliko sivine, turobnega razpoloženja. Počutje lahko izboljšamo tudi z barvami, ki prijetno poživijo, morda z detajlom oranžne ali rdeče.

Suzana P. Kovačič

Jesen in pozimi se radi ovijemo v varno črno in sivo barvo. Zakaj ne bi v to puščobo dodali malce živahne barve, ki bi dvignila razpoloženje v teh dneh. Prav poživlajoč je lahko detajl, denimo oranžen šal okrog vratu, rumen okrasni lonček za lončnico v stanovanju, zelen okvir za fotografijo, iz katere se smehljajo družinski člani ... "Barve nam sporočajo, katera čustva želimo spodbuditi. Če gledamo morje, če se ozremo v nebo, nas modri odtenki pomirjajo in spodbujajo zbranost. Zelena nas spomladi, ko vse raste in cveti, sprošča in nam daje energijo. Vijolična je skrivnostna, domišljajska, simbolizira iznajdljivost. Podobno učinkujejo na nas barve na naših oblačilih, v stanovanju, seveda pa je odvisno od posameznika, katera barva mu je najljubša," pravi arhitekt **Jernej Červek**, ki ga bralci poznajo po navsveh v prilogah Kranjčanka in Ločanka.

Kdor ljubi barvo, ljubi tudi njene lastnosti; kakršno barvo kdo nosi, takšen značaj pač razodeva. Lahko bi rekli: "Povej mi, kakšno barvo imaš rad, in povem ti, kakšen si." (prof. dr. Anton Trstenjak)

Rdeča velja za čustveno najbolj intenzivno barvo. Je barva strasti, vitalnosti, prodornosti, odločnosti, a če ste nagnjeni k hitri jezi, razdražljivosti, se je raje izogibajte. Interpretacija barv se torej od posameznika



Foto: Tina Dokl

Jernej Červek: "Veliko ljudi rado zahaja v gozd, ob toplih jesenskih odtenkih se sprostijo. Če bi bolj razumeli, kaj nam hoče narava povedati, bi lahko te iste občutke prenesli v dom."

do posameznika razlikuje, kljub temu pa je možno čustvene odzive na posamezne barve strniti v splošno veljavne vzorce. Rumena je barva optimizma, oranžna pa, kot pravi sogovornik: "Je vesela, prijetna barva, ki

gozd, ob toplih jesenskih odtenkih se sprostijo. Če bi bolj razumeli, kaj nam hoče narava povedati, bi lahko te iste občutke prenesli v dom." Rjava barva je, tako kot zelena, najpogostejša barva v naravi. Je barva zemlje, pomeni varnost, zaščito, stabilnost. "Če stojiš na zemlji, si varen," ponazori Jernej Červek.

"Rumena in oranžna se dodajata v kuhinji, rumena na primer ublaži energičnost ognja. Če v spalnico želite vnesti pridih erotičnosti, uporabite rdečo, vendar z rdečo ne pretiravajte. V dnevni sobi, ki je ponavadi večji prostor, lahko uporabite oranžno," svetuje sogovornik. Barve imajo tudi povsem fiziološke učinke,

znan je vpliv oranžne barve na prebavo, zato jo pogosto uporabljajo pri opremi kuhinj in jedilnih prostorov. Rdeča na primer naj bi pomagala predvsem pri premagovanju utrujenosti in depresije, strahu in melanholičnosti.

S kombiniranjem barv pa lahko tudi zgrešimo, še opozori Červek: "Uporabite barvni krog. Sosednje barve v krogu se lepo dopolnjujejo, tiste, ki si v krogu stojijo nasproti, pa ne. Lepo se dopolnjujeta na primer modra in rumena v kopalnici."

Otroci bodo kmalu začeli nagovarjati babico Zimo, naj jim pošlje veliko snega. Veliko bele barve, ki je nevtralna, pomeni čistost in prinaša nekaj novega.

tedenska vremenska napoved

setveni koledar				obremenitev	vzhod	zahod
9.	tor.	Teodor	list do 10. ure, plod od 11. ure	■ ■ ■ ■ ■	6.53	16.37
10.	sre.	Andrej	plod	■ ■ ■ ■ ■	6.55	16.36
11.	čet.	Martin	plod	■ ■ ■ ■ ■	6.56	16.35
12.	pet.	Emil	korenina	■ ■ ■ ■ ■	6.58	16.34
13.	sob.	Stanislav	korenina, ob 18. uri ☾	■ ■ ■ ■ ■	6.59	16.33
14.	ned.	Nikolaj	cvet	■ ■ ■ ■ ■	7.01	16.31
15.	pon.	Polde	cvet	■ ■ ■ ■ ■	7.02	16.30

desetdnevna napoved

torek 9. 11. 7/10°C	sreda 10. 11. 6/9°C	četrtek 11. 11. 7/10°C	petek 12. 11. 5/9°C	sobota 13. 11. 0/6°C	nedelja 14. 11. -2/7°C	ponedeljek 15. 11. -1/9°C	torek 16. 11. -2/10°C	sreda 17. 11. 1/9°C	četrtek 18. 11. 3/10°C
---------------------------	---------------------------	------------------------------	---------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	-----------------------------	---------------------------	------------------------------

Priročnik **Permakulturni vrt** razkriva, kako narediti načrt za vrt, ki bo lahko dostopen in bo zahteval čim manj dela, kako si prihraniti nepotrebna opravila - celo prekopavanje in pletje, kako odganjati škodljivce in boleзни brez uporabe kemičnih sredstev in še veliko več.

Celo najmanjšo zaplato zemlje lahko spremenite v krasen in rodovitn vrt, če delate v sožitju z naravo.

Mehka vezava, 264 strani
Redna cena: 19,90 evra. Če knjigo kupite ali naročite na Gorenjskem glasu, je cena le: **17,90 EUR** + poštšina

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

Gorenjski Glas

VREMENSKE ZANIMIVOSTI

Biovremenski podatki

Vremenski vpliv bo na začetku tedna obremenilen. Občutljivi ljudje bodo imeli z vremenom povezane težave. Proti koncu tedna bo vremenska obremenitev postopoma slabela. Z vremenom povezane težave bodo vse redkejše, spanje bo nekoliko moteno zgolj pri vremensko zelo občutljivih ljudeh.

Napoved za gorski svet

V gorah bo oblačno in megleno s padavinami. Meja sneženja se bo na severozahodu države spustila do nadmorske višine okoli 800 m. Pihal bo zmeren do močan jugozahodni veter. Temperatura na 1500 m bo okoli 1, na 2500 m pa -4 stopinje Celzija.

Vremenske zanimivosti

10. november 1979 - Izjemen vremenski obrat v večjem delu Slovenije. Zjutraj je deževalo do okoli 2000 m nad morjem, nato je sledila hitra in zelo močna ohladitev, meja sneženja se je popoldne marsikje spustila do nižin. Zlasti v hribovitem svetu je do naslednjega jutra močno snežilo, ponekod je padlo okoli meter snega. Nenavadno velika je bila tudi 48-urna višina padavin: v Lepeni v Posočju je padlo kar 365 mm, v Plužni pri Bovcu 287 mm, v Ukancu v Bohinju pa 279 mm padavin.

Okoljske novice

V zadnjih dneh dva potresna sunka: Agencija Republike Slovenije za okolje ter Urad za seizmologijo in geologijo sporočata, da so seizmografi državne mreže potresnih opazovalnic v zadnjih dneh zabeležili dva potresna sunka. V četrtek, 4. novembra 2010, so okoli 17. ure zaznali potresni sunek z magnitudo 2,8 na območju Kamnika in Stahovice. V soboto, 6. novembra 2010, pa so okoli 23. ure potresni sunek z magnitudo 2,5 začutili prebivalci Litije in Šmartnega pri Litiji.

PREGOVOR

11. november - sv. Martin, škof

Sonce na Martina, pred durmi huda zima.



Likovni natečaj: narišite jesen

Dragi, otroci!

Vabimo vas k sodelovanju na našem likovnem natečaju na temo **Jesen**. Vaše likovne izdelke sprejemamo še do ponedeljka na naslovu Gorenjski glas, Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj, s pripisom Likovni natečaj. Ne pozabite pripisati vaših podatkov (ime, priimek, starost in naslov). V torek bomo objavili najboljše likovno delo po našem izboru ter ga nagradili s kartonko Narišimo tropske živali in flomastri, dve likovni deli pa bomo nagradili še s knjižno nagrado.



Kartonko Narišimo tropske živali tokrat prejmeta osemletna **Ema Balkovec** iz Šenčurja in leto starejša **Maruša Triler** s Police pri Naklem. Sestrični sta v izdelavo plakata na temo jeseni vložili kar štiri ure: najprej sta v gozdu nabrali drevesne liste, risanja in barvanja pa sta se lotili s suhimi barvicami. S knjižno nagrado bomo nagradili četrtošolko **Laro Markelj** iz Gorenje vasi in osemletnega **Miho Fendeta** iz Kranja.



Sestrični Ema Balkovec in Maruša Triler sta v izdelavo plakata vložili štiri ure. / Foto: Tina Dokl

OTROŠKA PERESA

Naša šola

V naši šoli je fino, a ne tako, kot če greš v kino.

Veliko se učimo in bolj malo molčimo.

Petošolci glavni, četrtošolci slavni, tretješolci bistri, drujčki pa koristni.

Prvošolčki, prvošolčki, z glavo le zmajujejo, a ti naši prvošolčki sploh ne obupujejo.

Najraje imamo telovadbo, radi imamo tudi glasbo. Pri pouku govorimo, rišemo in nareke pišemo.

V naši šoli je prav krasno, včasih tudi malo špasno.

Tina Nastran
5. razred, PŠ Dražgoše

Basen - Dva črva

Tam v zemlji sta živela dva črviča, kar debela.

Našla jabolko sta gnilo, a nekaj ju je razjezilo.

Prvi drugemu to reče: "Pazi kača!" in brž steče.

Prvi drugemu se smeje, v jabolku že peške šteje.

Nauk: "Ne bodi naiven."

Nik Murgelj Pajič, 7. a,
OŠ Žirovnica

Otroške spise in pesmi lahko pošljete tudi na: ana.hartman@g-glas.si

GG naročnine

E-POŠTA: narocnine@g-glas.si
TELEFON: 04 201 42 41

MLADI Z ZNANJEM V GORE

V Šenčurju so prvič gostili regijsko tekmovanje Mladina in gore. Med 24 ekipami so največ točk zbrali mladi iz Trzina.

Stojan Saje

Mladinski odsek Planinskega društva Kranj je že leta 1967 pripravil prvo tekmovanje v poznavanju planinstva. To je bila osnova za poznejše tekmovanje Mladina in gore, ki ga dvaindvajset let vodi Mladinska komisija pri Planinski zvezi Slovenije. Eno od treh regijskih tekmovanj je letos prvič gostila Osnovna šola Šenčur, kjer se je 6. novembra zbralo 24 ekip z Gorenjskega in Dolenjskega ter iz Bele krajine. Hkrati je v Šenčurju potekal tudi posvet mentorjev planinskih krožkov v šolah s širšega območja Slovenije.

Udeležence tekmovanja so sprejeli s kulturnim programom, med katerim so si ogledali diapozitive s planinskih izletov in taborov mladi-

ne iz PD Kranj ter spominski film o Tomažu Humarju. Prisluhnili so pevskeму zboru OŠ Šenčur in besedam gostiteljev. Zbrane sta pozdravila ravnateljica **Majda Vehovec** in predsednik PD Kranj **Franc Ekar**. Predsednik MK PZS **Uroš Kuzman** jih je seznanil s tekmovanjem. Pisali so test s 30 vprašanji o zgodovini planinstva, planinski organizaciji, gorski pokrajini in varstvu narave, opremi planinca, gibanju in nevarnostih v gorah, prehrani, prvi pomoči, gorski reševalni službi, vremenoslovju in še čem, kar morajo vedeti gorniki. Večina udeležencev je pokazala solidno znanje. Enajst ekip, med njimi šest gorenjskih, se je uvrstilo na državno tekmovanje, ki bo januarja v Gorici pri Slivnici. Zmago in največ točk z regijskih tekmovanj je dosegla ekipa Zabavno je biti zelen iz Trzina. **Julija Klavžar**, **Sara**



Planinke iz Trzina z mentorjem; največ točk na vseh treh regijskih tekmovanjih

Krašovec, **Saša Javorac**, **Špela Marolt** in mentor **Boštjan Kralj** so bili veseli uspeha, ki ni naključen. Špela in Sara sta bili lani v ekipi, ki je bila druga v državi. Letos so se pripravljali mesec dni, nekaj znanja pa bodo še dodali. Približno so, da radi tekmujejo; še raje hodijo v gore, zlasti na

tabore.

Šola v Šenčurju se je izkazala z organizacijo prireditve, med katero so goste peljali na ogled Kranja in rovov pod mestom. Kot je dejal **Primož Černilec**, je pri tem pomagalo sedemnajst učiteljev, tehnično osebje in vodstvo šole.

Otroke navdušujejo za znanost

Osnovna šola Preska se je s tem šolskim letom vključila v Comeniusov projekt *Elementi naravoslovja: vzpodbujanje učenja po Evropi*, v katerem sodelujejo še šole iz Romunije, Italije, Francije, Slovaške, Škotske in Španije. "Glavni namen projekta je otroke navdušiti za naravoslovje in znanost, saj tovrstnih strokovnjakov v Evropi primanjkuje," je pojasnila **Tatjana Gulič**, vodja projekta na OŠ Preska, kjer so minuli teden gostili šestnajst tujih učiteljev in devet učencev.

Na prvem projektnem srečanju so predstavniki partnerskih šol uskladili letošnje aktivnosti. "Dvoletni projekt bo potekal na štirih področjih: svetloba, voda, snov in zvok. V tem šolskem letu bomo izvajali predvsem poskuse v

zvezi z vodo in svetlobo ter aktivnosti na šolskih vrtovih, s katerimi želimo spodbujati vrtnarstvo in zdravo produkcijo hrane," je napovedala Guličeva. Projekt je namenjen vsem učencem, poleg tega pa naj bi si učitelji izmenjevali izkušnje o zanimivih pristopih pri poučevanju naravoslovja.

Učenci iz Preske so za goste iz tujine pripravili predstavitev vseh sodelujočih držav, na kulinarični delavnici je dišalo po ajdovi kaši s skuto in jabolki, flancatih in gorenjski prati, predstavili so jim tudi slovenski jezik in plese, na naravoslovni delavnici pa so prikazali poskus, pri katerem so iz tablet iz sode in sladkorja v prahu ob gorenju zrastle 'kače'. Tuji učitelji in učenci so spoznali tudi pouk na OŠ Preska in njenih podružnicah v Sori in Topolu, obiskali pa so še Cerkniško jezero in Idrijski rudnik živega srebra. **A. H.**

GG | IZLET



ČETRTEK, 11. NOVEMBRA 2010

Slovenske Konjice in martinovanje na Ptuju

Na martinovanje se ne smemo odpraviti preveč zgodaj, ampak bomo raje ostali malo dlje! Zato gremo na pot z avtobusne postaje v Radovljici ob 8.30, izpred Creine ob 8.50, na avtobusni postaji na Primskovem pred Mercator centrom pa se dobimo ob 9. uri. Čez približno uro in pol bomo prispeli v Slovenske Konjice, kjer si bomo med uro trajajočem sprehodom ogledali staro mestno jedro. Nato nas bo že priganjalo Martinovo kosilo, ki nas bo čakalo v gostišču Zlati grič, kjer brez pečene race in mlincev ne bo šlo. Po kosilu nas bo pot vodila še do najstarejšega slovenskega mesta, Ptuja. Obvezen ogled mesta bomo zaključili v termalnem kopališču Term Ptuj, kjer si bomo privoščili popoldanski kopalni oddih. Po kopanju se bo prilegla malica, nato pa se bomo priključili tradicionalnemu martinovanju na prostem, na Mestnem trgu. Po šegavem krstu mošta se bomo vsaj do 21. ure zabavali z ansamblom Vesele Štajerke. Prihod v Kranj načrtujemo okoli 23. ure, v Radovljico pol ure kasneje.

CENA IZLETA JE 35 EUR.

V ceno je vključeno: prevoz, kosilo, kopanje, malica, ogledi mest z lokalnim vodičem, zavarovanje.

Za rezervacijo čim prej pokličite po: **04/201 42 41 ali pišite na: narocnine@g-glas.si**.

Organizator izleta je TA Odisej. S seboj vzemite: udobno obutev, kopalke, brisačo in veliko dobre volje. Se vidimo!



Gorenjski Glas

89.8 91.1 96.3

Gorenjski prijatelj

Radio Sora d.o.o.,
Kapucinski trg 4, 4220 Škofja Loka,
tel.: 04/506 50 50, fax: 04/506 50 60,
e-mail: info@radio-sora.si



AVTOMOBILIZEM

DRUGAČNOST JE ZAGOTOVLJENA

Test: Toyota Urban Cruiser 1.4 D-4D 4WD Limited



Matjaž Gregorič

Svet se spreminja in mi z njim. Znano in že skoraj malo oguljeno. Spremenjenim običajem, vse hitrejšemu življenjskemu ritmu, podnebnim spremembam in drugim čudesom sveta se prilagaja tudi filozofija strategov, ki določajo, kakšni avtomobili so ali naj bi bili vseč posameznim skupinam. Pri japonski Toyoti so prišli do spoznanja, da je treba ustreči skoraj vsaki želji, zato je njihova modelna paleta razsežna in raznolika. V njej je že nekaj časa Urban Cruiser, avtomobil za moderne čase in modno orientirane ljudi.

Njegova zunanost je oglat kot pri čistokrvnih teren- cih, a Urban Cruiser niti približno ne spada v to kategorijo, še med manjše športne terence ga je zaradi štirikolesnega pogona mogoče stlačiti le pogojno. Na manj kot štirih metrih dolžine je Toyotinim krojačem pločevine uspelo narediti kompakten in dokaj prostoren avtomobil, ki naj bi se gibal predvsem v bližini urbanih središč, a bi hkrati zmoget tudi kakšno srednjo razdaljo. In če je zraven še štirikolesni pogon, se je z njim mogoče brez strahu zapoditi še na kakšno slabšo makadamsko pot ali v nekaj centimetrov snega. Skratka moderno in še uporabno.

Oblikovalci, ki so bili zadolženi za notranjo arhitek-



turo, so se trudili manj kot oni, ki so skrbeli za zunanost. Zasnova armaturne plošče je namreč skoraj pretirano preprosta, osrednji merilnik, ki združuje kazalca za hitrost in motorne vrtljaje, je nekoliko slabše pregleden, boljšo oceno si zasluži- jo stikala za klimatsko napravo na sredinski konzoli, najbolj pa bode v oči precej cenena plastika. Prostornost je za avtomobil teh mer več kot le povprečna, tudi potniki

na zadnjih sedežih so deležni solidnega udobja, medtem ko prtljažnik ne nudi dovolj prostora za vso družinsko kramo.

Toda vse to se hitro pozabi po zagonu motorja. Majhen štirivaljni turbodizel je kljub na papirju skromnim zmogljivostim precej živahen, ubogljiv in varčen. Šeststopenjski menjalnik z ugodno razporejenimi razmerji skrbi, da se motor pretirano ne upeha, res pa

je tudi, da izjemnih športnih dosežkov od tega pogonskega stroja ni mogoče pričakovati.

Zato pa si voznik lahko privošči nekaj več veselja pri vožnji na mokri ali zasneženi cesti. Štirikolesni pogon dobro opravlja svoje poslanstvo, majhno oviro lahko predstavlja le skromna oddaljenost karoserije od tal. Kardar je vozna podlaga zahtevnejša, si voznik lahko pomaga s pritiskom na gumb za zaklepanje polovičnega prenosa navora na sprednjo in zadnjo os. Ampak, ker Urban Cruiser nima nikakršnih resnih terenskih ambicij, je ta dodatek morda tudi nekoliko odveč.

Modnemu in uporabnemu avtomobilu bi bilo med sicer skromno zasedbo podobnih štirikolesnikov nekoliko lažje, če pri Toyoti ne bi pretiravali s ceno.

Za kakšen resnejši tržni nastop bi namreč morala biti občutno nižja.

TEHNIČNI PODATKI

Mere:	d. 3,930, š. 1,725, v. 1,525 m, medosje 2,640 m
Prostornina prtljažnika:	314/388 l
Teža (prazno v./ dovoljena):	1240/1700 kg
Vrsta motorja:	štirivaljni, turbodizelski
Gibna prostornina:	1364 ccm
Največja moč pri v/min:	66 kW/90 KM pri 3800
Največji navor pri v/min:	205 pri 1800-2800
Najvišja hitrost:	175 km/h
Pospešek 0-100 km/h:	12,5 s
Poraba goriva po EU norm.:	5,8/ 4,4/ 4,9 l/100 km
Emisija CO ₂ g/km:	130 (Euro IV)
Maloprodajna cena:	22.800 EUR
Uvoznik:	Toyota Adria, Ljubljana

POŽIVITEV IN VRNITEV

Subaru z okrepljeno Imprezo XV in športno limuzinsko WRX STI



Matjaž Gregorič

Japonski Subaru razširja paleto različic modela Impreza. Impreza VX je oblikovno nekoliko bolj dodelana izvedba znanega avtomobila, ki so mu oblikovalci nadeli plastične obrobe blatnikov in pragov ter dodali vzdolžne strešne nosilce za prtljažnik. Drugih sprememb ni, na voljo pa sta oba 2,0-litrski bokserski motorja, bencinski in turbodizelski štirivaljni (z enako zmogljivostjo 110 kilovatov/150 KM), oba seveda ženeta vsa štiri kolesa.

Druga Subarujeva novost je športno nastrojena Impreza WRX STI, ki je bila doslej



na voljo le v podobi petvratne kombilimuzine, zdaj pa, ker so tako hoteli številni Subarujevi privrženci, prihaja še štirivratna limuzinska, z velikim stabilizatorjem na prtljažnem pokrovu. Ta pregovorno športni avtomobil poganja

samo 2,5-litrski bencinski bokserski štirivaljni (221 kW/300 KM). Impreza XV je naprodaj za najmanj 24.090 evrov, 54.390 evrov pa pri uvozniku Interservice iz Ljubljane hočejo za Imprezo WRX STI.

BMW: Bavarska avtomobilska kovačnica se pripravlja na proizvodnjo prvega super športnega avtomobila s hibridnim pogonom. Nastal naj bi na osnovi predstavljenega koncepta Vision Efficient Dynamics, do hitrosti 100 kilometrov na uro naj bi pospešil v 4,8 sekunde in pri tem v ozračje spustil le 99 gramov ogljikovega dioksida na kilometer. Proizvodnja se bo začela leta 2013.

VOLKSWAGEN: Konec prihodnjega leta se bo na cestah pojavil novi najmanjši model te nemške avtomobilske znamke. Novi Volkswagen Up bo prva trivratni štirisedežnik, ki ga bo poganjala nova generacija trivaljnih bencinskih in turbodizelskih motorjev. Malčka bodo izdelovali v Volkswagenovi tovarni v Bratislavi, začetna cena pa naj bi bila okoli 10.000 evrov. M. G.



KIA SPEKTAKEL

Najboljše financiranje do 84 mesecev. **Odpelji danes** - prvi obrok plačaj čez 6 mesecev, tudi **brez pologa!** - paket osnovno in kasko zavarovanje za 1 EUR*



LAST MINUTE PONUDBA

cee'd ML 2010
Samo še nekaj vozil
že od **9.850 EUR**



LAST MINUTE PONUDBA

Venga ML 2010
Samo še nekaj vozil
že od **11.190 EUR**



NOVI 2011 Sportage
Že v salonih KIA



KIA - Največ za Vaš denar!

www.kia.si

KMAG d.d., Leskoškova 2, Ljubljana, 01/58-43-333

MEDVODE: ČREŠNIK 01/361-22-50

KRANJ: NASMEH 08/20-51-046

BLED: AMBROŽIČ 04/574-17-84

*Velja za modele cee'd in Venga ob koriščenju Summit Kia Credit & Leasing financiranja. Pogoji garancije so na voljo na www.kia.si/akcija oz. pri zast. Kia. Komb. poraba goriva in emisija za cee'd je 4,3 - 7,7 l/100km, 113 - 184 g/km CO₂, za Vengo je 4,7 - 6,7 l/100km, 124 - 155g/km CO₂, za novi Sportage je 5,5 - 7,9 l/100km, 147 - 187 g/km CO₂. Slike so simbolne.

DRUŽABNA KRONIKA

VSE ZA DRUŽINO

Jesenska zabava domžalskih študentov in dobrodelni koncert v Šenčurju za gradnjo družinskega centra.

J. Paladin, A. Brun

Tako kot se za jesenske dni spodobi, so tudi domžalski študentje pred svojim klubom že drugo leto zapored organizirali tradicionalno zabavo **KostanjVinoGlasba**, kjer ni manjkalo slastnega pečenega kostanja, kuhanega vina in glasbenih ritmov. Za fotografiranje nerazpoložena domžalska mladina, ki se je v zabavnem vzdušju v okolici železniške postaje zadrževala pozno v sobotni večer, je za pečen kostanj stala v vrsti, pa čeprav so ga spekli kar sto kilogramov.

Neprofitna organizacija **iskreni.net** pa je v petek v Športni dvorani v Šenčurju

pripravila **dobrodelni koncert**, s pomočjo katerega želijo prispevati sredstva za gradnjo družinskega centra. Vrednost objekta, ki naj bi bil v Repnjah zgrajen do začetka leta 2012, znaša štiri milijone evrov. V centru bodo sodobni in prijazni prostori za izvedbo najrazličnejših programov, družine naj bi se počutile sprejete, v centru želijo pomagati družini, da ta zaživi v vseh svojih potencialih. Poseben poudarek bo namenjen pravi na zakon, nosečnosti in porodu ter vzgoji v prvih letih življenja - v teh obdobjih družine potrebujejo še posebno pozornost. Družini želijo ponuditi celostno strokovno podporo. V centru boste tako našli vrhunsko strokovno ekipo babic, ginekologov, sveto-

valk za dojenje, družinskih terapevtov, psihiatrov, svetovalcev za prehrano, duhovnih spremljevalcev. Računajo tudi, da ko bo Družinski center iskreni.net zgrajen, bo v njem lahko zaživel babiški center. Poleg seminarskih prostorov, svetovalnic in porodnega centra bodo v Družinskem centru Repnje na voljo tudi prijetne sobe za namestitve, še posebej prilagojene za družine. Center bo imel otroške igralnice in zunanja igrišča, restavracija bo ponujala zdravo prehrano, prostori pa omogočali tudi razvedrilo in sprostitev.

Dve tretjini sredstev za gradnjo družinskega centra imajo v Zavodu iskreni.net že zagotovljenih, preostalo tretjino pa bodo skušali zbrati z do-

nacijami in različnimi dobrodelnimi projekti. Eden takih pa je bil tudi petkov koncert v Šenčurju, na katerem smo prisluhnili odličnemu glasbenemu programu (večina nastopajočih je bila iz škofjeloškega konca), ki je pripomogel k temu, da je bila šenčurska dvorana polna. Najprej je nastopila **družina Triler**, potem **Maja Triler** solo, **Trio Quartet**, ki nosi ime Trio, v njem pa pojejo štirje fantje, vokalna skupina **Grudnove šmikle**, skupina sester **Trobce Žagar**, ki jo sestavljajo Sonja, Andreja, Petra in Tamara, igraralec **Gregor Čušin** je vmes poskrbel za smeh med obiskovalci, program pa sta povezovala voditelja **Saša Pivk Avsec** in **Jure Sešek**. Za piko na i pa so nastopili še **Eroika**.



KostanjVinoGlasba je tudi letos pred Študentski klub Domžale privabila veliko zabave željne mladine. Poleg kuhanega vina je bila najdaljša vrsta pred pečenim kostanjem.



Da je v zaodru vse teklo tako, kot je treba, sta poskrbeli Škofjeločanki Katja Kristl in Polona Rejc. / Foto: Tina Dokl



Trio Quartet / Foto: Tina Dokl



Direktor Zavoda iskreni.net Igor Vovk in predstavnica ter glavna odgovorna za organizacijo dobrodelnega koncerta Polona Sokol pa nasmejani Gregor Čušin / Foto: Tina Dokl



Maja Triler je nastopila sama, pridružila pa se je tudi v nastopu svoje družine (Janez, Danica, Nina in Jan).



Del sester: Trobčeve pevke Sonja, Andreja in Petra

VRTIMO GLOBUS

Podeljene evropske nagrade MTV



V nedeljo so v Madridu podelili evropske glasbene nagrade hiše MTV. Slavili so Severnoameričani, saj sta nagrade dobili Lady Gaga (24) za najboljšo pop izvajalko ter Katy Perry (26) za najboljši video (*California Gurls*), pri moških pa je v močni konkurenci slavil 16-letni Kanadčan Justin Bieber. Posebno nagrado je ob 25-letnici ustvarjanja prejel ameriški pevec **Jon Bon Jovi** (48), ki se je tudi zahvalil občinstvu za dolgoletno podporo. V živo so nastopili tudi Rihanna, Kings of Leon, Shakira in Kid Rock.

Umrla igralka Jill Clayburgh



V 66. letu starosti se je poslovila znana hollywoodska ter broadwayska igralka **Jill Clayburgh**. Znana je bila predvsem po upodobitvah močnih, neodvisnih žensk, polnih energije, ki so se upirale opresivnemu patriarhalnemu svetu. Skupaj z igralkami Jane Fonda, Anne Bancroft in Shirley MacLaine je tvorila novo, samozavestno generacijo igralk sedemdesetih. Za vlogo v filmu *Neporočena ženska* (1978) je prejela nominacijo za oskarja.

Nevarna bolezen Lily Allen



Angleško pop pevko **Lily Allen** (25) so morali zaradi slabega počutja nujno hospitalizirati, nakar so raziskave pokazale, da ima zelo nevarno krvno bolezen, ki zahteva takojšno terapijo. Krvna okužba naj bi bila tudi eden izmed možnih vzrokov za njen že drugi spontani splav v zadnjih nekaj letih. Lily je trenutno čustveno in fizično povsem na tleh, dobra novica pa je, da se ji zdravstveno stanje izboljšuje.

Blokirali kitajskega umetnika



Enega najpomembnejših kitajskih umetnikov zadnjih dvajsetih let **Ai Weiwei** (53), ki je konstruiral tudi pekinški olimpijski stadion Ptičje gnezdo, so kitajske oblasti zaprle v njegovo hišo v Pekingu in mu s tem preprečile odhod v Šanghaj, kjer mu birokratski državni aparat želi porušiti dragocen umetniški studio. Weiwei je namreč znan kot velik borec za človekove pravice, trenutno pa v Londonu razstavlja na stotisoče ročno izdelanih sončnic, simbolov upora proti diktaturi.



Dragana Prača je tridesetletna Kranjčanka, ki smo jo srečali na Razigrani mladosti, folklorni manifestaciji, ki se je v Kranju odvijala v okviru že 6. Srbskih dnevov kulture. / Foto: Tina Dokl