

KRANJČANKA

Januar 2024
ŠTEVILKA 1

Pogovor:
Janez Rakovec
STRAN 4

Mladi naj raziščejo,
kaj jih res veseli
STRAN 12

Ko smo za štiri leta
postali Francozi
STRAN 24

Hvaležni za pomoč
pri reševanju
STRAN 38



 **URARSTVO
MATJAŽ**
center  
Tel.: 04 202 47 44
pri Kranjskem sodišču

OČALA

PLAČAŠ
1

DOBIŠ
2

Tel.: 04 234 234 2
www.optika-aleksandra.si

Optika Aleksandra
Supernova bivša Qlandia





optikaart *Lep okvir, dobra slika!*
Bleiweisova 14, Kranj



OPTIKA



⋮



⋮



👤



🔖





Na druga korekcijska očala z enako dioptrijo

popust -50%



Očesna ambulanta s koncesijo

Izkoristite kratke čakalne vrste in se naročite že danes. Za pregled pri specialistih okulistih se naročite po telefonu

059 070 250

ali osebno. Obiščite nas, strokovno vas bomo postregli.

V Art optiki lahko koristite kartico

Mercator Pika

S Piko lahko:

- plačujete in pridobite bonitetne pike,
- unovčujete pike za nakup izdelkov,
- koristite posebej za vas pripravljene akcije.









🏠

🔍

+

❤️

👤

ART OPTIKA D.O.O., GORŠKA CESTA 7R, A DOVAŠČINA

ISKRA

ISD

Savska Loka 4, KRANJ

ZAPOSLIMO

Ponujamo ti priložnost za strokovni in osebni razvoj v rastočem podjetju, konkurenčno plačilo, spodbudno delovno okolje in možnost izobraževanj. Od sodelavcev pričakujemo odgovornost, samoiniciativnost in pripravljenost za sodelovanje.

Delovna mesta:

- Tehnolog kakovosti (m/ž)
- Proizvodni tehnolog (m/ž)
- CNC operater (m/ž)
- Vzdrževalec (m/ž)
- Operater v livarni (m/ž)

500+

ZAPOSLENIH

75

LET TRADICIJE

9

KLJUČNIH TEHNOLOGIJ

Skeniraj QR kodo





zaposlitev@iskra-isd.si

www.iskra-isd.com



Ko se v nekaj zapičim, moram to preizkusiti

STRAN 4

Ne bojte se zahtevnosti študija

STRAN 16

Micka tristotič ne, na koncu vendarle Anže

STRAN 30

Ponosni na uspešne športnike

STRAN 34

Bojan že bližje novemu domu

STRAN 42

Mojca in Kaličopko sta se poslovila

STRAN 45

Ne dieta, temveč zdrav življenjski slog

STRAN 48

V knjižnico kmalu tudi po semena

STRAN 55



Anja Poštrak in Barbara Kalan
Foto: Tina Dokl

KRANJČANKA (ISSN 1408-7103) je mesečna priloga Gorenjskega glasa / Izdajatelj: Gorenjski glas, d. o. o., Kranj / Odgovorna urednica: Marija Volčjak / Urednica: Ana Šubic / Komercialist: / Jan Čimžar, T: 041/704 857 / Oblikovanje in tehnično urejanje: Matjaž Švab / Priprava za tisk: Gorenjski glas, d. o. o., Kranj / Tisk: Tiskarsko središče d. o. o. / Raznos: Pošta Slovenije, PE Kranj / Uredništvo, naročnine, oglasno trženje: Nazorjeva ulica 1, 4000 Kranj, telefon: 04/201 42 00, e-pošta: info@g-glas.si / Mali oglasi: telefon 04/201 42 47 / Delovni čas: ponedeljek, torek, četrtek in petek od 8. do 15. ure, sreda od 8. do 16. ure, nedelje in prazniki zaprto. / KRANJČANKA je priloga 7. številke Gorenjskega glasa, 23. januarja 2024, izšla je v nakladi 35.000 izvodov, priložena je Gorenjskemu glasu, prejela so jo vsa gospodinjstva v kranjski občini.



Ko se v nekaj zapičim, n

Tako pravi 24-letni Janez Rakovec, ki na domačiji Pr' Matjaž v Struževem prideluje algo spirulina, prehransko dopolnilo, znano po številnih koristih za zdravje. Tega se je resno lotil kot prvi v Sloveniji. S svojo inovativno idejo se je prebil tudi v šov Štartaj Slovenija in na police velikega trgovca. Vpet je tudi v ostale dejavnosti na kmetiji: predelavo mesa, poljedelstvo in gostinstvo, poleg tega je dejaven pri podeželski mladini.

Ana Šubic

▣ Kaj sploh je spirulina?

Spirulina je modrozelená alga kodraste oblike, vidna pod mikroskopom. Ima kar 70 odstotkov beljakovin ter magnezij, železo in vitamine, ključen pa je fikocianin, barvilo, ki je odličen naravni detoksinant. Iz telesa izpira slabe stvari in ščiti celice pred vnetji, s čimer pomaga pri prebavi, koži, imunski odpornosti.

▣ Na idejo za pridelavo spiruline ste prišli še kot dijak Biotehniškega centra Naklo, ko vam je profesor Borut Lazar približal svet alg. Kako se je zgodba odvijala od tu naprej?

Ta tematika me je zelo pritegnila, saj so mi od nekdaj blizu inovativne ideje in pristopi. Ves čas sem tuhtal, kaj bi še lahko vpeljali pri nas doma, nekaj drugačnega, da ne bi bila samo krompir in koruza. Na pridelavo alg nisem nikoli pomislil, zame je bila to španska vas, a sem se vse bolj izobraževal na tem področju. V Sloveni-

precej razširjenja v Italiji in Franciji, pridelujejo jo tudi v Avstriji in Nemčiji. V Slovenijo se večinoma uvaža iz Kitajske, nekaj pa tudi s Havajev in iz Japonske.

▣ Kje ste dobili potrebna znanja?

Informacije sem iskal na internetu, profesor mi je dal knjige, večkrat sva se tudi dobila in se pogovarjala o postopku pridelave, kje sploh začeti. Tako sem jeseni 2019 pri peči v kurilnici postavil bazen v velikosti dveh kvadratnih metrov, ki sem ga zbil iz lesa, ga obložil s folijo, mešala sem naredil iz starih motorjev za vrtenje piščancev v pečici, pretvornike iz starih koles, zobnikov in verig, ki sem jih pobral po dvorišču, s sosedom električarjem pa sva postavila luči. Čez zimo sem gojil spirulino in se učil, kaj je treba nadzirati, mikroskopirati, kako se žanje ... Kljub različnim izzivom so se pokazali rezultati, zato sva poleti 2020 z bratom na vrtu postavila malo večji bazen, da sem preizkusil gorenjsko podnebje, kako spirulina uspeva brez ogrevanja in umetnih luči, samo pod soncem. Pokazalo se je, da precej

pod blagovno znamko Eko Janez začel prodajati na svoji spletni strani in v manjših trgovinah.

▣ Vaša kmetija je precej tradicionalna. Kako so vaši domači sprejeli idejo o pridelavi spiruline?

Že starša sta napredna in sta precej preoblikovala kmetijo. Nekoč je bila to tipična gorenjska kmetija s kravami molznicami, na polju smo

”

Od nekdaj so mi blizu inovativne ideje in pristopi. Ves čas sem tuhtal, kaj bi še lahko vpeljali pri nas doma, nekaj drugačnega, da ne bi bila samo krompir in koruza. Na pridelavo alg nisem nikoli pomislil, zame je bila to španska vas.

pridelovali krmo za živali, krompir, repo, zelje, korenje ... Starša sta nato odprla manjšo živilsko trgovino, ki jo imamo še danes, oče in brat sta

moram to preizkusiti

ji do takrat ni bilo nikogar, ki bi se na veliko ukvarjal s pridelavo spiruline. Dva ali trije so jo pridelovali, a v laboratorijski velikosti. Pridelava spiruline je še precej neraziskana. Gojiti so jo začeli po letu 1950. Našli so jo v jezeru Čad v Afriki. V Evropi je

dobro, zato sem se gojenja lotil bolj resno. Jeseni 2021 sem ob pomoči domačih, kolegov in sosedov postavil rastlinjake, tako da imam sedaj tri večje bazene za gojenje spiruline in enega manjšega za pripravo kulture. Spomladi 2022 sem spirulino

se začela ukvarjati še s predelavo mesa v suhomesnate izdelke, in ker ni bilo časa za vse, je bilo treba hlev sčasoma opustiti. Starša sta potem tam uredila prostor za pogostitve in prireditve, v stari hiši pa apartmaje. Domačija je razgibana, a so še ved-



Janez Rakovec z izdelki iz spiruline

/ Foto: Tina Dokl

”

Ko sem pri peči začel postavljati prvi bazen, se je staršem in sosedom to zdelo smešno, za spirulino so prvič slišali. Oče je menil, da iz tega ne bo nič, da mečem stran denar za luči in opremo. Tudi mene je vmes kdaj že malo minilo, a sem tak človek, da če se v nekaj zapičim, moram to preizkusiti in se prepričati, sicer bi mi bilo vse življenje žal in bi se spraševal, kaj bi bilo, če bi ...

no vsi objekti v uporabi, sicer v malo drugačni podobi kot pred 30 leti. Starša sta torej precej odprta, moderna in sta precej »dvignila« našo kmetijo.

▣ Kljub temu sta ob vaši ideji verjetno imela pomisleke?

Seveda. Ko sem pri peči začel postavljati prvi bazen, se je staršem in sosedom to zdelo smešno, za spirulino so prvič slišali. Oče je menil, da iz tega ne bo nič, da mečem stran denar za luči in opremo. Tudi mene je vmes kdaj že malo minilo, a sem tak človek, da če se v nekaj zapičim, moram to preizkusiti in se prepričati, sicer bi mi bilo vse življenje žal in bi se spraševal, kaj bi bilo, če bi ... Kljub vsemu sem vztrajal, se učil in sčasoma so tudi ostali spoznali, da mogoče pa vendarle je nekaj na tem. (smeh) Ko sem se odločil, da z bazena na vrtu preidem na večji sistem, so mi bili vsi v veliko oporo. Kar se je dalo, smo naredili sami, da so bili stroški čim manjši. Pomagali so tudi sosedje. V Struževem smo zelo povezani in drug drugemu pogosto priskočimo na pomoč.

▣ V zadnjih mesecih lanskega leta smo vas lahko spremljali v televizijskem šovu Štartaj Slovenija. Zmagali sicer niste, pa vendar: kakšna izkušnja je bila to za vas?

Zelo pozitivna. Zame je bila zmaga že sodelovanje v šovu. S Sparom sem ostal v dobrih odnosih, vesel sem, da je naša spirulina v prahu in hrustljavi različici ostala na njihovih policah. Zelo so bili dostopni in so nam tudi pomagali, če je bilo slučajno treba dodelati kakšno embalažo. Prepoznavnost naše spiruline se je povečala, s prodajo sem zadovoljen, povečan interes pa opazamo tudi na svoji spletni strani in v naši domači trgovini. Sodelujoči v šovu smo se zelo povezali in si pomagali med sabo. Pri kolegicah, ki izdelujejo testenine, sem dobil idejo za mlin za spirulino, ki sem ga iskal res dolgo, sam pa sem naprej podelil svoj stroj za pakiranje.

▣ Danes so vaši izdelki na policah velikega trgovca. Pred petimi leti si verjetno niti vaš profesor ni predstavljal, kako daleč boste prišli?

Nihče si ni predstavljal tega. Profesor mi je veliko pomagal, še danes sodelujeva. On ima tudi podjetje, v katerem razvijajo tehnologije za pridelavo alg. Ravno včeraj je bil pri meni in sva nekaj urejala. Ko že misliš, da imaš vse naštudirano, te še vedno preseneti kakšna banalna stvar, za katero sploh ne veš, da vpliva na pridelavo.

▣ Omenili ste, da je na policah veliko kitajske spiruline. Verjetno ji ni enostavno konkurirati?

Nemogoče. Pridelujejo jo v ogromnih bazenih na odprtih poljih, ki so izpostavljeni dežju, prahu, živalim ... Naša ključna prednost je kakovost, saj spirulino pridelujemo skorajda laboratorijsko, vse je nadzirano: voda, hranila, rastlinjak je pokrit, okoli so protiinsektne mreže. Pri nas je še vedno ogromno ročnega dela in je nemogoče, da bi bila cena enaka kot pri kitajski spirulini.

► **Kje sploh dobite spirulino za pridelavo in kako zahtevna je ta?**

Dobiti jo je mogoče v algnih bankah v tujini, ta, ki jo imam sedaj, pa je od ekološkega pridelovalca iz Italije. Glavna sezona je od marca do oktobra. Toplota in svetloba sta glavna dejavnika za optimalno rast. Idealno je, da ima voda 30 stopinj, sicer pa se rastno območje giba od 15 do 35 stopinj. Biti mora tudi visok pH. Ko je spirulina za požeti, jo s posebnim strojem poberem iz bazena, nikoli vse, približno petino, ostalo pa raste naprej. Ob idealnih pogojih lahko v enem ali dveh dneh spet zraste toliko, da je za požeti. Po žetvi iz spiruline iztisnemo vodo, potem pa gre v »špagetirko« in izdelamo špagete, ki se posušijo v sušilnici. Tako dobimo hrustaljavo spirulino, lahko pa jo zmeljemo. Spirulino pridelujem tudi izven glavne sezone, a je zaradi slabših pogojev rast počasnejša. Ta čas sicer ravno razvijam in testiram avtomatsko pokrivanje bazenov.

► **Kakšne načrte imate za naprej?**

Ponudili smo že nekaj novih produktov, npr. testenine in čokoladne dražeje s spirulino, in verjetno bomo razvili še kakšnega. Delamo na širitvi prodaje po drugih kanalih. V načrtu imam tudi izboljšave v proizvodnji, da se čim bolj avtomatizira. Tega si še posebej želim pri stroju za žetev, da ni treba biti ves čas zraven. Izboljšav se lotevam pozimi, ko je malo več časa, je pa seveda doma ves čas dovolj dela. Vpet sem v mesarijo, gostinsko dejavnost in poljedelstvo. Pridelujemo večinoma koruzo, ki jo prodamo kmetom za krmo, nekaj žita za kolobarjenje ter ječmen in krompir. Najraje se sicer ukvarjam s svojimi algami, a sem vesel, da je na naši kmetiji tako raznoliko delo, saj ne bi mogel dan za dnevom početi isto. V delo smo vpeti vsi, najbolj pa oče Simon in jaz, ki sva na kmetiji zaposlena. V veliko pomoč je tudi mami Helena, ki sicer dela na ministrstvu za obrambo, starejša sestra Karoli-



Janez Rakovec z očetom Simonom / Foto: Tina Dokl

na je sommelierka in je zaposlena v Hiši dobrih vin Koželj v Mostah pri Komendi, brat Jakob je še študent, a je zelo vpet v delo doma, skoraj tako kot jaz in oče, mlajša sestra Anamarija pa je gimnazijka. Dodal bi še, da meni veliko pomaga tudi moja punca Mina.

”

Najraje se ukvarjam s svojimi algami, a sem vesel, da je na naši kmetiji tako raznoliko delo, saj ne bi mogel dan za dnevom početi isto.

► **Mladi se težko odločajo za delo v kmetijstvu. Kaj bi pripomoglo, da bi v večji meri videli svojo prihodnost na tem področju?**

Dejaven sem tudi v Društvu kranjske in tržiške podeželske mladine in sem gorenjski regijski pred-

stavnik pri Zvezi slovenske podeželske mladine. Trudimo se ozaveščati mlade, da ostajajo na kmetijah in v krogu, kjer se jaz sučem, se jih je kar nekaj odločilo prevzeti kmetije in so ob tem še inovativni. Statistike vseeno kažejo opuščanje kmetij. Kmetijstvo je zakonodajno precej nepodprto in po mojem bi se marsikaj dalo rešiti že s tem, da bi v javnih zavodih najprej kupovali slovensko hrano in šele nato uvoženo. S tem bi mladim in tudi ostalim kmetom dali vedeti, da bodo svoje pridelke in izdelke prodali in bi se lažje odločali za delo na kmetijah. Nujno je vzpostaviti bolj spodbudno okolje in tudi poenostaviti birokracijo, ki je preveč ne samo v kmetijstvu, ampak tudi v drugih panogah.

URARSTVO GERINGER
 Prodaja in servis
 popravila starinskih ur
 Župančičeva 2, 4000 Kranj, tel.: 04 233 05 89

Prvi se je letos rodil Leon

Prvi letošnji novorojenček na Gorenjskem se je rodil v Kranju; staršema Petri Zupan in Lovrencu Pokleki s Srednje Bele pri Preddvoru se je 1. januarja malo pred eno uro ponoči rodil deček Leon.

Suzana P. Kovačič

Leon, težek 4078 gramov in dolg 53 centimetrov, se je rodil na prvi dan novega leta ob 00.42 v Bolnišnici za ginekologijo in porodništvo (BGP) Kranj. Kot je povedala njegova presrečna mamica, 23-letna Petra Zupan, je imela rok že 26. decembra, a se je njen prvorojenec odločil, da bo raje še malo počakal, preden pride na svet. Na zadnji dan starega leta so ji sprožili porod, a šele ko je ura odbila pet minut čez polnoč, je šlo čisto zares. Oči Lovrenc je bil navzoč pri porodu, mamica Petra je zelo pohvalila prijaznost sester in babic.

Če so se v BGP Kranj na prvi dan novega leta najprej rodili trije dečki, pa se je kot zadnja na zadnji dan sta-



Mamica Petra s sinčkom Leonom, ki se je rodil v kranjski porodnišnici / Foto: Tina Dokl



VIDA
od leta 1989

**Trgovina z drobno galanterijo
za šivanje in ročna dela**

Cesta Staneta Žagarja 37, Kranj, T: 04 235 28 50
Delovni čas: od 8. do 19. ure, ob sobotah
od 8. do 12. ure

ASTAR EXPORT IMPORT d.o.o., REŠEVA 14, KRANJ

rega leta malo pred pol četrto uro popoldne Evi in Žigu Frassu z Brezovice rodila deklica Savana, 3300 gramov težka in 52 centimetrov dolga. Triletna Etna pa je dobila mlajšo sestrico. »Za drugi porod sem se odločila za kranjsko porodnišnico, ki ima sloves prijaznosti – in ta sloves so upravičili,« je povedala mamica Eva.

»Imamo najlepše delo na svetu,« je iskreno povedala pediaterinja Andreja Gostiša Kornhauser, dr. med., ki je bila del novoletne ekipe zaposlenih na porodnem in porodniškem oddelku. Pomočnica direktorja v BGP Kranj Lea Ahčin, dipl. medicinska sestra, je dodala, da so imeli v letu 2023 v bolnišnici 1205 porodov, od tega sedem parov dvojčkov.

Plaketa tudi Robniku

Peter Robnik med prejemniki plaket državnega sveta za prostovoljsko delo

Ana Šubic

V državnem svetu so decembra podelili plakete najzaslužnejšim posameznikom in organizacijam s področja civilne družbe, ki jih podeljujejo v počastitev mednarodnega dneva prostovoljstva. Predsednik državnega sveta Marko Lotrič je poudaril, da ima prostovoljstvo v Sloveniji dolgo tradicijo, predstavlja pa tudi pomemben socialni korektiv družbe in ima družbeno noto, saj prispeva k povezovanju ljudi v lokalnem okolju.

Plakete državnega sveta za prostovoljsko delo so podelili 15 prejemnikom, med njimi pa je bil tudi Kranjčan Peter Robnik, ki se s prostovoljstvom ukvarja že 25 let. Plaketo je prejel za izjemen prispevek k izboljšanju kakovosti življenja posameznikov in družbenih skupin v okviru prostovoljskega dela na področju zdravja in socialne dejavnosti. Predlagali so ga državni svetniki Daniel Kastelic, Leopold Pogačar in Ivan Meglič ter Društvo paraplegikov Gorenjske. Robnik je kot predsednik dosegel zelo učinkovito delovanje omenjenega društva, ki je decembra prejelo tudi nagrado Mestne občine Kranj (MOK). Širšo družbo, vključno z mladimi, ozavešča o invalidnosti, že 24 let je član upravnega odbora in član različnih komisij Zveze paraplegikov Slovenije, kjer je tudi predsednik skupščine. Na MOK je član sveta invalidov in komisije za enakost spolov. Robnik je kot igralec košarke na invalidskih vozičkih dobro desetletje zastopal barve Slovenije.



Predsednik mandatno-imunitetne komisije državnega sveta Jože Smole, Peter Robnik in Marko Lotrič / Foto: Jan Šuštar



Pridi na Gimnazijo Škofja Loka v program gimnazija ali klasična gimnazija informativni dan

v petek, 16. februarja 2024,
ob 11. in 17. uri

in v soboto, 17. februarja 2024,
ob 9. uri

GIMNAZIJA



ŠKOFJA LOKA

www.gimnazija-skofjaloka.si



KOS KREMŠNITE ZA VSAKOGAR

GIMNAZIJA KRANJ ODPIRA SVOJA VRATA!

petek,
26. januar 2024,
16.30–19.30

**PRIDRUŽITE SE NAM NA ZANIMIVIH
DELAVNICAH IN DRUŽENJU
VSEH GENERACIJ**

Informacije:



Pred vpisom v srednjo šolo

V srednjih šolah in drugih izobraževalnih ustanovah so 16. in 17. februarja predvideni informativni dnevi, na katerih bodo bodoči dijaki lahko dobili več informacij o vpisu.

Mateja Rant

Ministrstvo za vzgojo in izobraževanje je minuli teden objavilo razpis za vpis novincev v srednje šole in dijaške domove za prihodnje šolsko leto. V gorenjski regiji letos osnovno šolo zaključuje 2162 učencev, ki jim bo v gorenjskih srednjih šolah na voljo 2706 razpisanih mest.

Kandidati morajo prijavnico za vpis v srednje šole oddati najkasneje do 2. aprila. Kandidati, ki se bodo

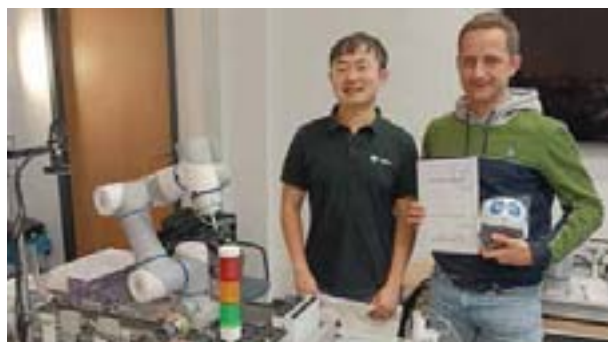
prijavili v izobraževalni program, za katerega je treba predhodno opraviti preizkus nadarjenosti – to so izobraževalni programi tehnik oblikovanja, fotografski tehnik, tehnik zobne protetike ter likovna, glasbena in plesna smer na umetniški gimnaziji –, pa se morajo za opravljanje preizkusa nadarjenosti prijaviti do 4. marca. Ustrezno dokumentacijo za ugotavljanje izpolnjevanja vpisnih pogojev morajo do 4. marca oddati tudi kandidati, ki se bodo prijavljali v športne oddelke gimnazijskih programov. Ministrstvo bo 8. aprila objavilo stanje prijavljenih kandida-

tov glede na regijo, šolo in program. Kandidati imajo potem čas do 23. aprila, da svojo prijavnico prenesejo na drugo šolo ali v drug izobraževalni program. Seznam šol, ki bodo vpis za šolsko leto 2024/2025 omejile, bodo objavili 24. maja. Prvi krog izbirnega postopka bo potekal med 17. in 21. junijem. Kandidati, ki ne bodo sprejeti v prvem krogu izbirnega postopka, bodo prijavnico za drugi krog oddali do 26. junija. Več informacij o vpisu bodo učenci dobili na informativnih dnevih, ki so predvideni v petek, 16. februarja, ob 9. in 15. uri ter soboto, 17. februarja, ob 9. uri.

USPOSABLJANJE O KOLABORATIVNIH ROBOTIH

Od 14. 11. 2023 do 18. 11. 2023 sem se v okviru programa Erasmus+ udeležil petdnevnega usposabljanja za rokovanje s 6-osnimi kolaborativnimi roboti znamke Dobot (<https://www.dobot-robots.com/>). Le-ta je vodilni proizvajalec kolaborativnih robotov na svetovnem nivoju in ima predstavništvo tudi v Sloveniji (<https://www.dobot.si>). Usposabljanje je potekalo v Frankfurtu v Nemčiji, kjer je tudi evropsko zastopstvo omenjene znamke, udeleženci usposabljanja pa smo bili iz Nemčije, Poljske, Češke, Islandije, Turčije in Slovenije.

Usposabljanje se je pričelo z osnovami 6-osnega kolaborativnega robota. Predstavili so nam osnovno zgradbo, značilnosti in temeljne lastnosti programiranja. Na testnih robotih smo izvedli osnovne operacije in programe. Nadaljevali smo z zahtevnejšimi nalogami. Tako smo spoznali robotsko paletiziranje. Naučili so nas, kako postaviti točke in koordinatne sisteme za paletiziranje in na kakšne načine le-to lahko izvedemo. Nadaljevali smo z učenjem komunikacij robota z eksterno periferijo. Programski del usposabljanja smo zaključili z aplikacijo, preko katere robot sledi tekočemu traku, tako da lahko izvaja program na premikajočem se izdelku. Spoznali smo, kako pozicijski dajalnik na traku spreminja robotski uporabniški koordinatni sistem. V nadaljevanju usposabljanja smo dobili izjemno priložnost, da smo pod mentorstvom sodelovali pri razstavljanju robotske roke in robotskega krmilnika. S praktično naravnanim usposabljanjem sem dobil res veliko strokovnega znanja in izkušenj, kar mi bo v veliko pomoč pri pripravi in izvedbi vaj za študente.



Vodja usposabljanja in strokovnjak s področja industrijske robotike pri podjetju Dobot Guang Xian HE ob zaključku podeljuje certifikat predavatelju VSŠ ŠC Kranj Domnu Kepicu



Kidričeva cesta 55, 4000 Kranj
tel: (04) 280 40 00, fax: 280 40 35

Domen Kepic, univ. dipl. inž.

Mladi naj raziščejo, kaj jih res veseli

Na Srednji ekonomski, storitveni in gradbeni šoli Šolskega centra Kranj so minuli četrtek pripravili karierni dan, na katerem so dijake poučili, kako se lotiti iskanja prve zaposlitve, seznanili so jih tudi s pričakovanji delodajalcev.

Mateja Rant

Za dijake zaključnih letnikov so najprej pripravili delavnice, na katerih so se naučili, kako pripraviti dober in učinkovit življenjepis ter kako se uspešno pripraviti na zaposlitveni razgovor, na interaktivni delavnici Moja zelena kariera pa so se posvetili poklicem prihodnosti. V Zaposlitveni kavarni so dijaki dobili priložnost, da se na pogovoru po principu hitrih zmenkov predstavijo delodajalcem. V sklopu kariernega dneva so pripravili še okroglo mizo z naslovom Pričakovanja delodajalcev, na kateri so z gosti spregovorili o razmerah na trgu dela, izzivih pri iskanju prve zaposlitve in kompetencah prihodnosti.

Na okrogli mizi je svetovalka iz kranjskega kariernega središča Zavoda RS za zaposlovanje Metka Medved za uvod postregla s spodbudnim podatkom, da je na Gorenjskem ta čas brezposelnost zgolj 2,3-odstotna, medtem ko je bila še pred desetimi leti desetodstotna. »S stališča iskalcev zaposlitve je to zelo dobro, delodajalci pa zelo težko dobijo kader.« Mladi tako po njenih besedah zelo hitro najdejo zaposlitev. Med tistimi, ki se prijavijo na zavod, se jih kar 63 odstotkov zaposli v pol leta, kar je največji odstotek v celotni Sloveniji. »Če prištejemo še tiste, ki se zaposlijo neposredno pri delodajalcu, brez prijave na zavod, pa je ta odstotek še višji.« Tudi vodja kadrov v podjetju Marmor Hotavlje Klara Baran Babnik je priznala, da zaposlitveni pogovori danes potekajo povsem drugače kot v preteklosti, saj se mladi zavedajo, da ni težko dobiti zaposlitve, zato so deloda-

Jezikovni tečaji



- 14 tujih jezikov
- stopnje od A1 do B2
- individualno ali v skupini
- za odrasle in upokoјence
- brezplačno prvo srečanje



Pričnemo od 12. februarja dalje.



04 51 50 590
www.mekon-loka.si

”

Pomembno je, je dijakom svetovala Klara Baran Babnik, da najdejo delo, ki ga bodo radi opravljali. »V prvi vrsti seveda hodimo v službo zaradi zaslužka, z leti pa postane vse pomembnejše, da se v službi tudi dobro počutimo. Zato zdaj raziskujte, kaj si res želite delati, saj to zagotavlja uspeh tudi na dolgi rok.«

jalci tisti, ki se trudijo kandidate prepričati, da se zaposlijo pri njih. Kljub temu pa je pomembno, je svetovala dijakom, da najdejo delo, ki ga bodo radi opravljali. »V prvi vrsti seveda hodimo v službo zaradi zaslužka, z leti pa postane vse pomembnejše, da se v službi tudi dobro počutimo. Zato zdaj raziskujte, kaj si res želite delati, saj to zagotavlja uspeh tudi na dolgi rok.« To je s svojo dinamično izobraževalno potjo, kot se je izrazil, ugotovil tudi podjetnik in brivec Blaž Vodopivec iz brivnice Underground Barber. Po končani osnovni šoli je namreč šolanje najprej nadaljeval na biotehniški šoli, potem se je prepisal na ekonomsko šolo, na koncu pa je pristal na frizerski šoli, saj je šele takrat, ko se je preskusil v tem

delu, ugotovil, da ga to zares veseli. »Potem napreduješ, si pridobiš izkušnje in stranke. Tako sem se prepričal, da sem resnično na pravi poti.«

Delodajalci danes bolj kot zgolj strokovno znanje iščejo tudi tako imenovane mehke kompetence, je poudarila Metka Medved. »Pomembno se jim zdi, da so zaposleni samostojni, obenem pa znajo sodelovati z drugimi pri timskem delu in so prilagodljivi.« Vse pomembnejše postajajo še digitalne kompetence, obenem pa mladi ne smejo zamenariti pismenosti, je poudarila. »Za vsako dopisovanje, četudi je to recimo zgolj reklamacija, je treba poznati osnovni bonton sporazumevanja.« Klara Baran Babnik je mladim svetovala, naj pri iskanju zaposlitve poslušajo predvsem sami sebe. »Tudi če se najprej narobe odločimo. Učimo se vse življenje, nikoli ni prepozno, da zamenjamo zaposlitev, ki nam ni všeč.« Tudi



Na okrogli mizi so sodelovali (od leve proti desni): Metka Medved, Blaž Vodopivec in Klara Baran Babnik. Ob njih je ravnateljica Srednje ekonomske, storitvene in gradbene šole Nada Šmid. / Foto: Primož Pičulin

Vodopivec jim je svetoval, naj poiščejo tisto, kar jih veseli. Ob opravljanju takega dela, je prepričan, ne

bodo imeli občutka, da se pretirano naprezajo, plačilo pa bo potem nagrada, in ne cilj.

TEHNIŠKA GIMNAZIJA Z ZMAGOVALCEMA IKT NATEČAJA

Strokovna tehniška gimnazija Šolskega centra Kranj ima več kot 20-letno tradicijo uspešnega izobraževanja dijakov – bodočih inženirjev in inženirk na strokovnih področjih elektrotehnike, računalništva in strojništva. Med dijaki so tako številni dobitniki zlatih priznanj na državnih tekmovanjih s področij računalništva, matematike, fizike, geografije ..., pogosto pa se razveselijo tudi zlatih maturantov.

Ena izmed posebnih nalog Strokovne tehniške gimnazije je tudi spodbujanje inovativnosti pri mladih. Dijaki tako lahko razvijajo svoje talente in inovativnost, kot tudi podjetnost in veščine vodenja, timskega dela, sodelovanja, nastopanja in predstavljanja svojih idej ter izdelkov. Dva izmed takih dijakov sta tudi Timotej Karun in Tilen Malič, ki sta v decembru že drugo leto zapored pometla s konkurenco in zmagala na 3. IKT natečaju (na področju multimedije), ki ga vsako leto organizira Fakulteta za ekonomijo in informatiko Univerze v Novem mestu. Timotej in Tilen sta



Timotej in Tilen z mentorico

navdušenca nad tehniko in modernimi tehnologijami, ki se z veseljem udeležujeta različnih tekmovanj in natečajev in sta pri tem tudi zelo uspešna. Njuna mentorica Lina Dečman Molan, sicer tudi sama inženirka računalništva in informatike, ju pri tem spodbuja, predvsem pa je njeno načelo, da je za to, da se nekaj novega naučiš, treba sprejeti izzive in stopiti iz cone udobja.



Kidričeva cesta 55, 4000 Kranj
tel: (04) 280 40 00, fax: 280 40 35

INFORMATIVNI DAN NA GIMNAZIJI KRANJ

petek,
16. februar 2024,

• 9.00-11.00
• 15.00-17.00
*mednarodna
matura, 13.00*

ter sobota,
17. februar 2024,

• 9.00-11.00
*mednarodna
matura, 11.00*

Sledite nam na:



Informacije:



Gimnazija Kranj
Na Gimnaziji svet stoji.



NA SESGŠ DIJAKI PRI POLNENJU MOBILNEGA TELEFONA S KOLESARJENJEM ZADELI TRI MUHE NA EN MAH

Mobilne naprave brez polnilnika so kot ljudje brez zraka. A medtem ko je zrak (za zdaj) še vsepovsod prosto dostopna dobrina, polnilniki ne morejo ponuditi mobilnim napravam »zraka« na vsakem koraku, zato pa ga lahko pri vsakem obratu pedala.

Ste si že kdaj zaželeli, da bi lahko ob kolesarjenju napolnili svojo mobilno napravo? Ta želja je bila med dijaki tako velika, da so si v 2. A oddelku ekonomskega tehnika pri modulu Od ideje do izdelka (OIDI) zastavili izziv, da to željo tudi dejansko uresničijo. Ko so telefoni prazni, jih običajno napolnimo tako, da jih priključimo na električno omrežje ali prenosno baterijo. To je najbolj preprosto in od nas ne zahteva nobenega napora. Dijaki pa so se odločili za drugačen, inovativen način polnjenja mobilnih telefonov. S tem izumom vsem predanim kolesarjem ni več treba napajati mobilnega telefona z uporabo električnega omrežja. Gre za okolju prijazno idejo, saj dijaki s kolesarjenjem naredijo nekaj dobrega za svoje telo in še napolnijo svoje naprave. Pri polnjenju na tak način tudi ni stroškov električne energije. Dijaki so s svojo izvirno idejo



nje telefona s kolesom se izvaja prek dinam. Napajalnik so dijaki priključili na mobilni telefon, s poganjanjem kolesa pa so poskrbeli za napajanje telefona. Hitreje ko poganjamo kolo, hitreje se mobilni telefon napolni. Polnjenje se začne že pri skromnih šestih kilometrih na uro, ko se ustvarja 0,75 vata moči. Pri osmih kilometrih na uro pa je polnilna moč enaka tisti, ki jo je mobilni telefon deležen pri polnjenju iz električnega omrežja. Na ta način se lahko polnijo mobilni telefoni različnih modelov. Kolo je v avli šole dostopno vsem dijakom in prvi odzivi so navdušujoči. Dijaki menijo, da se je treba sicer precej truditi, ampak se na koncu trud poplača.

S kolesarjenjem na liter porabljenega kisika porabimo približno pet kalorij. Intenzivneje ko kolesarimo, več kalorij porabimo. To pa je še ena od prednosti takega načina polnjenja telefona. Mladi se dobro zavedajo, da

je gibanje danes **še kako pomembno**. **Kolesarjenje je brezplačno** in je med mladimi priljubljeno. Poleg tega je zdrava športna dejavnost, ki je primerna za različne stopnje kondicije.

Pri izvedbi ideje dijaki niso imeli nobenih stroškov, zato so obema podjetjema hvaležni za finančno podporo in pomoč pri uresnitvi ideje.

Jana Jemec, mentorica dijakov pri strokovnem modulu OIDI



Priprava kolesa za polnjenje telefona

zadeli kar tri muhe na en mah, saj kolesarijo, polnijo in še prihranijo. Za uresničitev ideje so potrebovali kolo in trenažer, v katerem je kolo vpeto. Kolo in trenažer jim je podarila kolesarska trgovina A2U bikes iz Šenčurja. Ideja se jim je zdela zanimiva, zato so mladim z veseljem priskočili na pomoč. Dinamo in napajalnik je podarilo podjetje Interenergo iz Ljubljane, ki je na SESGŠ Kranj izvedlo tudi sanacijo. Polnje-



ŠOLSKI CENTER
KLANJ
ZA POKLICE
PRIHODNOSTI



SREDNJA EKONOMSKA,
STORITVENA IN
GRADBENA ŠOLA
ŠOLSKI CENTER KLANJ

Ne bojte se zahtevnosti študija

Nina Seifert je samostojna razvojna inženirka v kranjskem Iskraemecu in je bila ena od kandidatk za inženirko leta 2023. Kot pravi, je inženirstvo privlačna karierna pot za mlade in omogoča obilo priložnosti za razvoj.

INFORMATIVNA DNEVA
petek, 16. 2., in sobota, 17. 2. 2024

ZDRAVSTVENA NEGA PROGRAMI STROJNIŠTVA IN MEHATRONIKE PREDŠOLSKA VZGOJA

ZAKAJ JE SREDNJA ŠOLA JESENICE DOBRA IZBIRA?

- 1 Šola z bogato tradicijo.
- 2 Manjša šola s pristnimi medosebnimi odnosi.
- 3 Ponujamo široko strokovno znanje, ki sledi razvoju.
- 4 Spodbujamo pouk na drugačen način v obliki projektnih dni in medpredmetnega povezovanja.
- 5 Diamantni in zlati maturanti.
- 6 Športnikom prijazna šola.
- 7 Dijaki prakso lahko opravljajo v tujini v okviru projekta Erasmus+.
- 8 Tesno sodelovanje s podjetji, z vrtci in zdravstvenimi zavodi.
- 9 V predmetnik zdravstvene nege smo vključili vsebine s področja kozmetike in fizioterapije.

Vabljeni na informativni dan, kjer vas bomo seznanili tudi z načrtovano obnovo šole in poukom v naslednjem šolskem letu.

Aleš Senožetnik

Prejšnji teden se je zaključil izbor za inženirko leta, ki poteka v soorganizaciji revije IRT3000 in družbe Mediade ter sodelujočih partnerjev. Natečaj je del projekta Inženirke in inženirji bomo!, ki mlade z dogodki na gimnazijah in šolskih centrih od leta 2012 navdušuje za inženirstvo, tehniko, naravoslovje in inovativnost.

Namesto tekmovalnosti izbor v ospredje postavlja potencial nominirank, da so kot inženirke zgled in navdih mlajšim, ter promocijo inženirskih poklicev. Med desetimi nominirankami je bila tudi Nina Seifert. Tržičanka, ki sicer zadnja leta živi v Ljubljani, je zaposlena v kranjskem Iskraemecu, kjer je karierno pot začela že kot štipendistka, danes pa v podjetju deluje kot samostojna razvojna inženirka za inovacije in na oddelku tehnologije.

”

Na stereotipe, da je inženirstvo moški poklic, odgovarja, da dobrega inženirja ne definira spol.

Prepričana je, da je inženirstvo privlačna karierna pot za mlade generacije. Pri tem pa bodočim študentom svetuje, naj se ne ustrašijo težavnosti študija. »Kogar tehniške stroke zanimajo, naj se ne boji in poskusi, saj je tako v času študija kot tudi kasneje v karieri veliko možnosti za usmeritev v področje, ki te najbolj pritegne,« nam je v nedavnem pogovoru za Gorenjski glas povedala 27-letnica, ki je magistrirala na ljubljanski Elektrotehniški fakulteti.

Kot pravi, sta dobra popotnica za uspešen študij podlaga v matemati-



Nina Seifert: »Kogar tehniške stroke zanimajo, naj se ne boji in poskusi!« / Foto: Iskraemeco

ki ter vztrajnost, saj je študijske snovi precej in se je treba lotevati sproti. »Sicer pa so študentom na fakulteti na voljo tudi repetitoriji, na katerih lahko utrdijo snov ali razjasnijo dvome, če naletijo na težave.«

Na stereotipe, da je inženirstvo moški poklic, odgovarja, da dobrega inženirja ne definira spol. »Morda ima kdo zadržek do žensk v inženirstvu, a se to z mlajšimi generacijami vse bolj spreminja. Vsekakor pa je v podjetju dobro imeti mentorico in tudi sama poskušam biti vzor mlajšim sodelavkam, ki prihajajo,« pravi.

Inženirsko znanje nam nudi tudi boljši uvid v tehnološke spremembe, ki jih napovedujejo robotizacija in avtomatizacija delovnih procesov ter vse bolj tudi prihod orodij umetne inteligence. A je Nina Seifert optimistična. »Zagotovo se bodo nekatera delovna mesta preoblikovala, verjetno bodo izginila repetitivna dela in se bomo morali vsi skupaj izobraževati in prilagajati spremembam, a na koncu to pomeni večjo produktivnost in tudi višjo dodano vrednost za delavca, s tem pa višjo plačo,« zaključuje sogovornica, ki se v prostem času posveča kvačkanju, igranju ukulele ter skrbi za štiri mačke, rada pogleda kakšno kriminalistično serijo in se druží s prijatelji.

SREDNJA TEHNIŠKA ŠOLA
ŠOLSKI CENTER KRANJ

**ELEKTROTEHNIKA
RAČUNALNIŠTVO
MEHATRONIKA**

**INFORMATIVNI DAN
16. in 17. februar**

Na obisku pri predsednici države

Učenci in učitelji Osnovne šole Orehek so konec decembra obiskali predsednico države Natašo Pirc Musar. »Povabilo na sprejem je res lepo priznanje našemu dosedanjemu delu,« pravi ravnatelj Drago Zalar.

Ana Šubic

Na Osnovni šoli (OŠ) Orehek so se razveselili povabila na sprejem k predsednici države Nataši Pirc Musar. Tako so si na dan samostojnosti in enotnosti (26. december), ko je bil v predsedniški palači v Ljubljani znova dan odprtih vrat, ogledali prostore urada predsednice in se srečali z njo. Spomnimo: Pirc Musarjeva je bila častna pokroviteljica 16. Humanitarnega Čop-

kovega teka, ki so ga na OŠ Orehek izvedli jeseni za otroke s posebnimi potrebami, sicer pa izvajajo tudi projekt Veveriček, katerega glavni cilj je razumevanje in spoštovanje drugačnosti med nami.

»Povabilo na sprejem k predsednici je res lepo priznanje našemu dosedanjemu delu in prizadevanjem, hkrati pa je velika spodbuda za nadaljnje delo na tem področju. Zavedanje, da je treba v družbi sodelovati, si pomagati in imeti empatijo za sočloveka, je eno ključnih sporočil, ki jih želimo na mlade

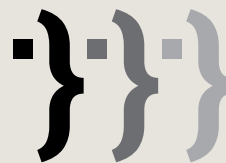
prenašati tudi v prihodnje,« je dejal ravnatelj Drago Zalar. Dodal je, da je predsednica zelo prijetna in iskri-va sogovornica ter da je bil sprejem pri njej zanimiva izkušnja tako za učence kot učitelje. K njej se je z OŠ Orehek odpravilo deset učencev ter ravnatelj, njegova pomočnica Darja Hudobivnik, učiteljica Eva Drinovec, Andreja Ajdovec in Aleš Bašar ter upokojena učiteljica Tatjana Štular, začetnica Čopkovega teka, ki je učence že pred več kot tridesetimi leti popeljala v svet otrok s posebnimi potrebami.

MESTNA *knjižnica* KRANJ

www.mkk.si



Spletni
biografski
leksikon
znanih osebnosti
slovenskih pokrajin
in Slovencev po svetu.



**Obrazi
slovenskih
pokrajin**

www.obrazislovenskihpokrajin.si
osp@mkk.si


Osrednje območne knjižnice



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KULTURO

»Na obisku v predsedniški palači mi je bilo zelo všeč. Predsednica je zelo sproščena in prijazna. Zanimiv mi je bil vidik ženske kot predsednice. Presenetilo me je, ker dela tudi za praznike in konce tedna. Prepričana sem, da je vodstvo države zelo pomembna in odgovorna služba, ki jo zagotovo dobro opravlja.« je po obisku razmišljala devetošolka Nika Burgar. Anja Damjanović, prav tako iz 9. razreda, je srečanje s predsednico zelo težko čakala. »Po prihodu so nas pospremili v svečano sobo, kjer smo poslušali izjemen orkester in pevski zbor. Ko je prišel čas, da spoznamo predsednico, sem dobila malo treme, a sem takoj po prihodu v predsedniško sobo videla, kako prijetna je predsednica. Umetnine, ki si jih je izbrala, so mi bile zelo fascinantne,« je povedala Anja Damjanović.

»Pri predsednici sem spoznal, da ima rada sove, kar mi je bilo zelo zanimivo. Zanimiv mi je bil ogled



Na OŠ Orehek so se z velikim veseljem odzvali vabilu na sprejem pri predsednici države Nataši Pirc Musar. / Foto: Gorazd Kavčič

državljskih nagrad, posebej mi je bil všeč poseben šah. Predsedniška palača je bila zelo lepo okrašena. Ob prihodu v palačo je bila zelo lepa glasba,« je spomine obujal petošolec Žiga Pogačnik. Tudi devetošolca Izaka Piriha je presenetila predse-

dničina obilna zbirka sovic. »Najbolj so mi bila všeč protokolarna darila iz drugih držav. Presenetilo me je tudi to, da si predsednica za v svojo pisarno iz Narodne galerije lahko izposodi katerokoli sliko, ki ni na stalni razstavi.«

PREDSTAVITEV RAZISKOVALNE NALOGE S PODROČJA TRAJNOSTI NA VIŠJI STROKOVNI ŠOLI ŠC KRANJ

Živimo v času hitrih podnebnih sprememb, ki vplivajo na številne vidike našega življenja. Posledice se kažejo v povečanju ekstremnih dogodkov, kot so poplave, suše in neurja. Celotna mednarodna skupnost se zaveda, da je napočil čas za hitre spremembe, zato se krepi zavedanje o nujnih ukrepih za blaženje posledic ali preprečitev škode zaradi podnebnih sprememb. Z evropskimi podnebnimi pravili je bil uzakonjen cilj Evropske unije, da postane podnebno nevtralna do leta 2050. Aktualnost teme in pereča problematika ohranjanja planeta sta pritegnili tudi študentke drugega letnika progra-

ma Ekonomist na Višji strokovni šoli ŠC Kranj, ki so v sodelovanju z družbo Iskraemeco, d. d., Kranj, izdelale raziskovalno nalogo s področja rabe energije in trajnostnega prometa. Raziskovalni tim pod mentorstvom Milene Matić Klanjšček, ki so ga sestavljale študentke Ema Bešter, Ajda Jagodic in Maša Tehovnik, je študentom prvega in drugega letnika programa Ekonomist 14. decembra 2023 predstavil raziskovalno nalogo Analiza električnih vozil v povezavi s trajnostjo in navezava na konkretne podatke podjetja Iskraemeco, merjenje in upravljanje energije, d. d., Kranj. Dogodka sta se udeležili

predstavnica podjetja, ki je zadolžena za trajnostni razvoj, Lara Šarabon Štojs in ravnateljica Višje strokovne šole mag. Lidija Grmek Zupanc. Študentke so na podlagi teoretičnih izhodišč in empirične raziskave v podjetju predstavile rezultate zastavljenega raziskovalnega vprašanja, kako trajnostna bi bila zamenjava dizelskih službenih vozil podjetja Iskraemeco z električnimi vozili. Rezultate raziskave bodo v podjetju Iskraemeco uporabili pri ugotavljanju optimalnega učinka zamenjave obstoječega voznega parka z električnimi vozili.

Milena Matić Klanjšček, univ. dipl. prav., dipl. pol.



Maša Tehovnik, Ajda Jagodic, Ema Bešter (študentke), predavateljica Milena Matić Klanjšček, ga. Lara Šarabon Štojs (Iskraemeco) in ravnateljica VSŠ ŠC Kranj Lidija Grmek Zupanc



Kidričeva cesta 55, 4000 Kranj
tel: (04) 280 40 00, fax: 280 40 35

GIMNAZIJA FRANCETA PREŠERNA – ŠOLA ZA PONOSNE, SAMOZAVESTNE, USPEŠNE MLADE LJUDI

Na GFP se boste tudi v prihodnjem šolskem letu lahko šolali v enem od štirih gimnazijskih programov: splošni gimnaziji, športnem oddelku splošne gimnazije, ekonomski gimnaziji in športnem oddelku ekonomske gimnazije. Vsi programi se zaključijo s splošno matura, ki omogoča vpis na vse univerzitetne, visoke in višje študijske programe.

V najstniških letih redko kdo prepozna, kateri poklic bo zanj v prihodnosti pravi. In ravno v tem je prednost gimnazijskega programa, ki v svoji splošnosti in širini omogoča najširše možnosti izbire poklica v prihodnosti. Ker se na šoli dijaki izobražujejo v štirih gimnazijskih programih, so dejavnosti določenega programa omogočene tudi dijakom drugih programov, kar poveča kakovost izobraževanja.

Tudi v novem šolskem letu pričakujemo, da se bo k nam vpisalo veliko dijakov, ki poleg obveznega šolskega dela radi razvijajo tudi druga močna področja. To ne bodo samo športniki, s katerimi smo uspešen način usklajevanja šolskih in športnih obveznosti razvijali desetletja, ampak tudi glasbeniki, likovniki, podjetniki, raziskovalci ... Nekoč so naše klopi »gulili« današnji nosilci olimpijskih odličij, **Peter Prevc, Primož Roglič, Vesna Fabjan, Žan Košir, Nika**

Križnar, kot tudi drugi izvrstni slovenski športniki in trenerji: **Anže Lanišek, Anamarija Lampič, Domen Prevc, Peter John Stevens, Robert Hrgota** ..., danes pa nas s svojimi izvrstnimi rezultati navdušuje mlada smučarska skakalka **Nika Prevc**, dijakinja 4. letnika in letošnja maturantka. Na mladinskih olimpijskih igrah, ki potekajo v teh dneh v Južni Koreji, bo Slovenijo zastopalo od 29 mladih športnikov kar 15 GFP-jevcev. Ponosni smo na njih.

Ponosni smo tudi na naše dijake likovnike in fotografe, ki so sodelovali pri ustvarjanju prve stalne didaktične zbirke umetniških del na srednji šoli. Stene hodnikov naše gimnazije in galerijo krasijo umetnine dijakov in preko sto del štiridesetih slovenskih slikarjev in fotografov. V zadnjem šolskem letu je zlata maturantka **Paulina Lina Tomažič** ob zaključku uspešnega šolanja izdala ob podpori šole

literarni prvenec, **zbirko kratke proze Minljiva**, ki ga je obogatila z ilustracijami nekdanja dijakinja **Hana Ribič**. Glasbeniki se pogosto vzporedno šolajo, saj poleg gimnazije obiskujejo še konservatorij, in so pri uresničevanju svojih sanj in ciljev zelo uspešni, od tega da so bili zlati maturantje ali pa so po opravljeni maturi že čez tri mesece diplomirali še na konservatoriju v tujini.

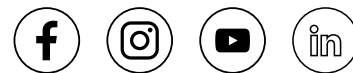
Zadnje šolsko leto smo zaključili s ponosom, saj so dijaki na maturi dosegli zelo lep uspeh, kljub temu da so bili veliko odsotni. Dijaki splošne gimnazije so matura opravili stoodstotno. Odlično znanje na maturi so pokazali tudi maturantje ekonomske gimnazije, njihove ocene so bile nad slovenskim povprečjem strokovnih gimnazij.

Devetošolci obiščite Gimnazijo Franceta Prešerna na **informativnih dnevih, ki bosta v petek, 16. 2. 2024, ob 9. in 15. uri in soboto, 17. 2. 2024, ob 9. uri**. Veselimo se srečanja z vami in upamo, da vam olajšamo odločitev, kje nadaljevati svojo izobraževalno pot.

Na GFP smo na mnogih področjih orali ledino. Sodobni učni pristopi – medpredmetno in timsko poučevanje, učenje učenja, e-izobraževanje, izobraževanje na daljavo, pouk v naravi, učilnice na prostem ..., so že dolgo naš vsakdan. Ponosni smo na naše delo, predvsem pa na naše dijake, ki so uspešni na mnogih življenjskih področjih.

Programi na GFP: 1 Gimnazija, 2-5 Gimnazija - izbirni oddelki, 6 Ekonomska gimnazija, 7-8 Ekonomska gimnazija - izbirni oddelki

INFORMATIVNA DNEVA:
Petek, 16. 2. 2024, ob 9. in 15. uri | Sobota, 17. 2. 2024, ob 9. uri



www.scsl.si

V SREDIŠČU ZNANJA

Srednja šola za strojništvo

tehniška gimnazija **NOVO**

strojni tehnik • oblikovalec kovin-orodjar • strojni mehanik • inštalater
strojnih inštalacij • strojni tehnik PTI • pomočnik v tehnoloških procesih
• avtoserviser • avtokaroserist • avtoservisni tehnik PTI

Srednja šola za lesarstvo

lesarski tehnik • mizar • tapetnik • lesarski tehnik PTI •
obdelovalec lesa

Višja strokovna šola

inženir strojništva • inženir lesarstva

Dijaški dom

INFORMATIVNI DAN
16. IN 17. FEBRUAR 2024





MESTNA OBČINA KRANJ

RAZPIS ZA VPIS OTROK V PRVI RAZRED OSNOVNIH ZA ŠOLSKO LETO 2024/25

Starši oziroma zakoniti zastopniki (v nadaljevanju: starši) morajo po 45. členu ZOsn v prvi razred osnovne šole vpisati otroke, ki bodo v koledarskem letu, v katerem bodo začeli obiskovati šolo, dopolnili starost 6 let (letnik 2018).

OŠ Franceta Prešerna Kranj	OŠ Simona Jenka Kranj	OŠ Janeza Puharja Kranj – Center	OŠ Stražišče Kranj	OŠ Orehek Kranj
Tel: 04 20 10 357	Tel: 04 25 59 702	Tel: 04 62 03 607 (matična šola) Tel: 04 6203 605 (PŠ Primskovo)	Tel: 04 27 00 324	Tel: 04 20 19 500 (matična šola) Tel: 04 25 05 230 (PŠ Mavčiče)
urska.ude@sfpkr.si	alena.sever@osjenka.si o-sjkranj.kr@osjenka.si	urska.mojstrovic@osjpcenter.si (matična šola) andreja.sunkar@osjpcenter.si (PŠ Primskovo)	barbara.perme@guest.arnes.si	vevericek@osorehek.si
27., 28. in 29. 2. 2024 od 12.00 do 18.00 Na matični šoli OŠ Franceta Prešerna, velja tudi za podružnično šolo Kokrica.	Matična šola OŠ Simona Jenka: 12. in 13. 2. 2024 od 8.00 do 9.00 in od 12.00 do 18.00 Podružnična šola Goriče: 6. 2. 2024 od 13.00 do 18.00 Podružnična šola Trstenik: 5. 2. 2024 od 13.00 do 18.00	Matična šola OŠ Janeza Puharja Kranj-Center: 27., 28. in 29. 2. 2024 od 14.00 do 18.00 Podružnična šola Primskovo: 27., 28. in 29. 2. 2024 od 14.00 do 18.00 na sedežu posamezne šole	13. 2. 2024 od 12.00 do 18.00 in 14. 2. 2024 od 12.00 do 18.00 Vsi se vpisujejo v prostorih centralne šole Stražišče Kranj.	Matična šola: 14. 2. 2024 in 15. 2. 2024 od 13.00 do 18.00 Podružnična šola Mavčiče: 14. 2. 2024 od 12.00 do 17.00

Starše prosimo, da k vpisu s seboj pripeljejo svojega otroka ter prinesejo otrokov osebni dokument na vpogled. Razmislite tudi o vključitvi vašega otroka v oddelek podaljšanega bivanja.

Za dodatne informacije se obrnite na svetovalne službe posamezne šole.

ŠOL NA OBMOČJU MESTNE OBČINE KRANJ

Otroka se vpiše v osnovno šolo v šolskem okolišu, kjer otrok stalno ali začasno prebiva.

Vpis na posameznih šolah bo potekal, kot izhaja iz spodnjih tabel:

OŠ Predoslje Kranj	OŠ Staneta Žagarja Kranj	OŠ Jakoba Aljaža Kranj	OŠ Matije Čopa Kranj	OŠ Helene Puhar Kranj
Tel: 04 28 10 415	Tel: 04 28 02 817	Tel: 04 28 01 526	Tel: 04 20 13 666 ali 04 20 13 665	Tel: 04 20 142 90 - tajništvo in 04 20 142 93 - šolska svetovalna služba
sasa.medved2 @guest.arnes.si	neza.zelinka@ osszkr.si	tina.potocnik@ os-jakobaaljaza.si	tamara.gorenc@guest. arnes.si gasparic.mojca@guest. arnes.si	tajnistvo@os-hpuhar.si
13. 2. 2024 od 8.00 do 18.00 in 15. 2. 2024 od 8.00 do 16.00	13. 2. 2024 in 14. 2. 2024 od 12.00 do 18.00, po predhodnem dogovoru tudi v dopoldan- skem času	2. 2. 2024, 5. 2. 2024 in 6. 2. 2024 od 10.00 do 18.00	5. 2. 2024 od 7.30 do 8.30 od 14.00 do 17.00 6. 2. 2024 od 8.00 do 10.00 od 14.00 do 17.00 7. 2. 2024 od 7.30 do 8.30 od 14.00 do 17.00 Starši bodo individualno naročeni na vpis njihovega otroka.	Vpis na OŠ Helene Puhar (Kidričeva 51, Kranj) bo potekal individualno, v dogovoru s starši glede na postopek o usmerjanju. Šolski okoliš OŠ Helene Puhar: Mestna občina Kranj in Občine Cerklje na Gorenjskem, Šenčur, Naklo, Preddvor, Jezersko in Trzič.

Bolj podrobne informacije o šolskem okolišu za posamezno šolo so dostopne na spletni strani Mestne občine Kranj: <https://www.kranj.si/podrocja-mok/izobrazevanje/osnovne-sole/vpis-v-prvi-razred>

Morebitni prepisi v šolo drugega šolskega okoliša so možni zgolj ob soglasju obeh šol.

Ko smo za štiri leta postali Francozi

Da smo bili tudi Gorenjci kratko obdobje v svoji zgodovini Francozi, izvemo na muzejski razstavi z naslovom Bi ga zibal ali zvrnil?, ki sta jo v Stebriščni dvorani pripravili zgodovinarke Gorenjskega muzeja Barbara Kalan in Anja Poštrak.

Igor Kavčič

Lani je minilo 210 let od konca Ilirskih provinc, ki so na področju večjega dela današnje Slovenije trajale le štiri leta. Za ta čas so prebivalci dobili francosko oblast, ki je na različne načine zaznamovala tedanje in prihodnja obdobja v naših krajih. Različne zaznamke iz časa ilirskih provinc sta raziskovali in v razstavo pretvarjali zgodovinarke Gorenjskega muzeja Barbara Kalan in Anja Poštrak.

Muzejska zgodba pa se začne pri gosjem peresu, ki ga sicer hrani Narodni muzej Slovenije. Z njim je Napoleon 14. oktobra leta 1809 v dunajskem Schönbrunnu podpisal mirovno pogodbo, s katero se je

končala štiriletna vojna med Francijo in Avstrijo. Z nekaj potezami peresa je hkrati ustanovil Ilirske province – državo brez enotne zavesti, brez smisla in brez namena, s prestolnico v neznatnem še napol vaškem provincialnem mestecu Ljubljana. »V tej čudni državi, v gredem račku, kot so se ji posmehovali v Parizu, so sicer veljali francoski zakoni, izobešali so francosko zastavo in uporabljali francoski grb, ampak vsi zakoni niso veljali,« pove Barbara Kalan, hkrati pa doda, da je bil sicer Napoleon v živo v Sloveniji le enkrat, namreč leta 1797 v Ljubljani, ko je eno noč prespal v Škofjskem dvorcu.

Avtorici razstave sta hudomušen naslov razstave povezali z dilemo, ali so Ilirske province ljudem in narodu prinesle kaj pozitivnega ali

zgolj drugega vladarja, francoskega namesto avstrijskega. »Ko gre za naslov, sva se zgledovali po upodobitvi na panjski končnici. Zgodba, ki je bila povod za njen nastanek, je znana po celotni Sloveniji, obstaja pa vsaj 24 različic razlag, ki jih poznajo na Gorenjskem, Dolenjskem, Štajerskem in Primorskem,« pojasnjuje Anja Poštrak. »V osnovi kmet, ki ziblje, predstavlja kmečkega človeka,

”

V času Ilirskih provinc so tudi v Kranju ustanovili gimnazijo, a Kranjčanom ta ni bila usojena, saj so jo že po enem letu ukinili.

francoski vojak v zibelki pa Ilirske province. Včasih kmet ziblje Francoza toliko časa, dokler se ta ne naveliča, vstane iz zibke in odide. Spet drugič pa kmet Francoza preprosto zvrne, ker se tuji nadvladi postavi po robu.« Tako gosje pero kot panjska končnica in širši razlagi ob tem sta na voljo na razstavi.

Ko je Napoleon ustanovil Ilirske province, so se Slovencem obetali novi, drugačni časi. Ti so ljudem prinesli marsikaj lepega, hkrati pa tudi nove obveznosti in bremena. Uvedli so sodobno upravo, reformirali pa so tudi šolstvo. V osnovne in nižje srednje šole so kot učni jezik uvedli deželni jezik slovenščino, ustanovili so gimnazije in delno tudi univerzo. Tudi Kranj je za eno leto dobil gimna-



Ob francoski vojaški blagajni oblikovalka razstave in kataloga Tjaša Štempihar ter avtorici razstave Anja Poštrak in Barbara Kalan / Foto: Igor Kavčič

zijo v slovenskem jeziku, a mestu ta ni bila usojena, izvemo na razstavi.

Ustanovili so občine, merije, župani, mèri. Na Gorenjskem jih je bilo kar 31. Izvemo, da so bili župani izključno domačini, v Ilirskih provincah nikoli noben župan ni bil Francoz. Ljudem so se najbolj vtisnili v spomin davki, ki so jim rekli fronki. Govorili so, da je denar »crknil«, saj je »najprej Francoz cesarski denar preklical, če si je kdo kaj pridobil v francoskih časih, pa tudi ni nič veljalo, ker je potem naš avstrijski cesar spet francoski denar preklical«. Na ogled je vojaška blagajna, polna denarja, ki je po odhodu Francozov ostala zakopana nad Zasipom pri Bledu. Znaša je zgodba slikarja Leopolda Layerja, ki je ponarejal francoski denar in zato pristal v zaporu.

»Na razstavah, ki jih z Anjo skupaj pripravljava, ne želiva le naštevati zgodovinskih dejstev, ta lahko poiščemo na internetu. Zgodovinska dejstva so le ogrodje, okrog katerega spleta muzejsko zgodbo, ki jo seveda oplemenitiva z muzejskimi predmeti,« njun uveljavljeni razstavní koncept pojasnjuje Barbara Kalan, Anja Postrak pa dodaja, da se pri raziskovanju vselej orientirata na celotno Gorenjsko, tokrat pa sta pri zgodbi uporabili tudi zapise iz ljudskih spominov na tako imenovane francoske čase.

Razstavo, ob njej pa tudi ličen katalog, je oblikovala Tjaša Štempi-



Naslov Bi ga zibal ali zvrnil? je razstavi dala panjska končnica s kmetom in francoskim vojakom. / Foto: Tina Dokl



Z nekaj potezami s tem gosjim peresom je Napoleon leta 1809 ustanovil Ilirske province (Narodni muzej Slovenije). / Foto: Tina Dokl

har iz studia Okus, predmete k posameznim zgodbam pa sta si avtorici izposodili iz različnih slovenskih

muzejev, nekaj jih je tudi iz zbirk Gorenjskega muzeja. Razstava bo na ogled do konca februarja.

POGREBNIK d.o.o.
z vami v najtežjih trenutkih

poslovna enota:
Šutna 11, 4209 Žabnica

24-URNA DEŽURNA ŠTEVILKA:
041 624 685
CELOTNO OBMOČJE GORENJSKE

www.pogrebni.si



cvetličarna
DALIJA

pri pokopališču v Žabnici

070 443 902

✉ cvetlicarna@pogrebni.si
f Cvetličarna Dalija



**IZKOPI IN
UREJANJE OKOLICE**

031 223 091

• TLAKOVANJE
• UREJANJE VRTOV
• IZKOPI Z MINI BAGROM

Likovni januar v Layerjevi hiši

Januarski termin v galerijskem okrožju Layerjeve hiše prinaša razstave likovnih del treh umetnikov mlajše generacije: Milana Ketiša, Zale Klančnik in Svitlane Ryabishchuk.

Igor Kavčič

V galerijskih prostorih Layerjeve hiše so razstavno leto začeli s tremi precej raznolikimi razstavami. Predstavljajo se trije umetniki mlajše generacije, ki delujejo na različnih področjih likovnega ustvarjanja.

Prvič na Gorenjskem razstavlja Mariborčan Milan Ketiš, ki je magistriral iz slikarstva na ALUO v Ljubljani, s svojimi deli pa se predstavlja tako doma kot v tujini. »Tokrat sem dal prednost delom, ki so abstraktne narave, in sicer dvema serijama. Eno imenujem Trakovi, gre za horizontalne pasove različnih tkanin in nanje nanešenih materialov ter tehnik, vse od ilovice, pastela, barvic in

še kaj bi se našlo. Na drugi strani pa so to dela iz cikla Geometrija iz zemlje, pri katerih gre za uporabo zmesi ilovice in akrila, s pomočjo katerih pridobim debel pastozen nanos na platno, ki je prav tako v tem primeru juta. Uporabljam preproste geometrične vzorce, ki nekako izhajajo iz osnovne geometrije platna, ki jo nekako členim navznoter s pomočjo matematično-geometrijskih likov,« o izboru del iz dveh serij za tokratno razstavo pove avtor Milan Ketiš.

Kot preberemo v zgibanki k razstavi, njegova dela stremijo k abstrakciji in hkrati k mistični meditativnosti. Ketiš pod vprašaj postavlja pojmovanje slike kot iluzije, hkrati pa v svoji geometrični naraciji pogosto ustvarja iluzijo gibanja – linije, prostora, perspektive in globinskega učinka barv. »S postavitvijo sem res

zelo zadovoljen, ker je že sam prostor nekaj posebnega. Poslikava na stenah in sama oblika stare arhitekture se nekako spajata s sodobno abstraktno sliko v nekem medgeneracijskem pogovoru. Skratka, po domače rečeno, moje slike res dobro 'pašejo' v Layerjevo hišo,« je še poudaril gostujoči umetnik.

V Galeriji Mahlerca diplomantka ALUO Svitlana Ryabishchuk predstavlja razstavo z naslovom Ali ste vedeli, da vas lahko ubijejo, ko čakate na kruh?, ki je postavljena v kontekst rusko-ukrajinske vojne in govori o vojaškem zločinu, v katerem je umrlo deset ukrajinskih civilistov. Ubiti so bili med čakanjem v vrsti za kruh 16. marca 2022 v mestu Černigiv. Vektorsko spremenjene podobe grafik izhajajo iz virtualne ponazoritve kmetijske obdelave žita in peke kruha iz mobilne igre Township. Igra simbolično ponuja možnost združitve kmetijske dejavnosti in urbanega gradbeništva. Pri grafikah opazujemo naključno nastale vzorce, ki spominjajo na oblike ruševin večjega števila ukrajinskih mest med vojaško invazijo.

Ista umetnica v Mergentalerjevi ulični galeriji predstavlja delo Sirkašun. Delo je odtis toasta, ki posledično spremeni svojo primarno podobo v procesu visokega tiska. Transformacija vizualne vsebine in naključno izoblikovane figuralne podobe govorijo o tisti naravi disleksije, ki je aplicirana v polju vizualnega branja pomenov. Kot preberemo v zapisu k razstavi, v prepletu vizualne disleksije avtorica na tak način pri



Milan Ketiš ob delu iz serije Geometrija iz zemlje / Foto: Maša Pirc



Iz postavitve z naslovom *Ali ste vedeli, da vas lahko ubijejo, ko čakate na kruh?* avtorice Svitlane Ryabishchuk / Foto: Maša Pirc

naročilu klasičnega toplega sendviča (šunka-sir) pomisli na srno in gozd, ki ima vonj po grafičnem asfaltu. Dela Svitlane Ryabishchuk navdih v veliki meri iščejo v ukrajinski narodni kulturi, dediščini, folklori, sovjetski ikonografiji in človeški izkušnji integracije v nov družbeno-kulturni prostor.

V Galeriji Janez Puhar v Stolpu Škrlovec pa se predstavlja interdisciplinarna umetnica Zala Klančnik. Razstava *Intus – eXtra* je bila najprej mišljena kot raziskava virtualnega telesa, nato se je preobrazila v slikarsko postavitev. Slike, narejene v obdobju nekaj let, delujejo bolj kot impresije, koščki časa, čustvenih izlivov ter emocionalnih preskokov. Barvna paleta je razgibana, ponekod skrbno izbrana, drugje naključna. »Oblike, ki nastajajo in se spreminjajo v domišljjske podobe, skrivajo prizore, zamrznjene v času, ki se odpirajo gledalčevemu pogledu ob bližnjem stiku,« je zapisano k razstavi; in še: »Postavitve na ogled ponuja tudi dva videa: Obred, modificiran posnetek predstave plesa butoh, formo japonskega gledališča, ki se loči od bolj tradicionalnih oblik japonskih predstav z uporabo intenzivnih, igrivih ali grotesknih podob za raziskovanje tabu tem, ter Modra, okrogla mi-getajoča se tvorba, ki brbota iz sredice, virtualno sonce, ki se namaka v modrini.

Gal Grobovšek na evropskem prvenstvu v slamovski poeziji

Pravzaprav so rezultati tekmovanja, o katerem gre beseda v tej kratki vesti, danes ob izidu Kranjčanke že znani, a vendarle. V petek, 20. januarja, je v Antwerpnu v Belgiji potekalo evropsko tekmovanje v slamovski poeziji. Slovenske barve je zastopal Kranjčan Gal Grobovšek, ki je lani oktobra zmagal na osmem državnem tekmovanju v slamovski poeziji v Novem mestu. »Slam vrača poezijo publiki oziroma jo vrača na ulice, človeku. S tem pa sporoča, da poezija ni nekaj zategnjenega, nedostopnega. To je nekaj, kar bi morali vsi z veseljem in strastjo spremljati, ker poezija takšna je – strastna,« je prepričan Gal Grobovšek, ki ga poznamo kot pevca in saksofonista skupine Smetnaki. Gre za vsestranskega ustvarjalca, po izobrazbi in poklicu oblikovalca, v prostem času pa pankerja, pesnika in ustanovitelja kranjskega slamovskega kolektiva *Kranska slama*. O Galovem nastopu na jubilejnem desetem evropskem prvenstvu v slamovski poeziji v Antwerpnu in njegovi morebitni uvrstitvi na svetovno prvenstvo, bomo seveda poročali. **I. K.**

DANCE TIME

PETEK
26. 1.

80'S - 00'S

VSTOP PROST

DALMATINSKA

PETEK
2. 2.

FEŠTA

VSTOP PROST

DJ GREGA

PETEK
9. 2.

IN PRIJATELJI

VSTOP PROST!

YU

PETEK
16. 2.

FEŠTA!

VSTOP PROST!

KlubBar
gastropub
UGL D.O.O., SLOVENSKI TRG 7, 4000 KRANJ

Med nami s Carmen manet

Ko se prepleteta glasba in poezija, je Med nami, kot je prav posebnemu zborovskemu koncertu naslov, Ženski pevski zbor Carmen Manet.

Igor Kavčič

Preplet glasbe in poezije bodo to nedeljo, 28. januarja, ob 19.30 na odru Slovenske filharmonije v Ljubljani predstavile članice Ženskega pevskega zbora Carmen manet z dirigentom Primožem Kerštanjem. Zbor bo na enem najpomembnejših slovenskih odrov odstrl vpogled v odnose med pevkami, ob tem pa bo poudaril pomen skupnosti in bližine. »Prav v času, ko divjajo svetovni konflikti, je še toliko bolj pomembno, da se obdamo z ljudmi in stvarmi, ki so nam res pri srcu,« pravijo odlične pevke iz kranjskega zbora in se še kako strinjajo z mislijo 'pojdi za ljudmi, stvarmi, ki jih ljubiš'. Za tokratni koncert so namreč združile moči z mladim poetom Galom Billo, čigar poezijo lahko prebiramo na družbenem omrežju Instagram pod imenom Redkobesedno in v novi knjigi Miljord.

Potem ko so pevke lansko leto namenile predvsem pripravam na tekmovanje v Lucci, kjer so potem osvojile veliko nagrado (grand prix), seveda pa ponovitvam priljubljene glasbenega doživetja Aurora, skupaj so jih pripravile kar 16, so tokrat začutile ponovno željo po klasičnem celovečernem koncertu.

»Morda beseda 'klasično' ni ravno na mestu, saj smo se tudi tokrat potrudile in pripravile nekaj prav posebnega. Na sporedu bo seveda nekaj skladb iz našega železnega repertoarja in jagodni izbor skladb, ki smo jih v zadnjem času izvajale na slovenskih in tujih tekmovanjih,« o programu pojasnjuje Eva Bohinc, glas zbora za



Carmen manet na lanskem nastopu v Radovljici / Foto: Matej Meglič

javnost, ki hkrati v ospredje postavlja dve skladbi, ki jih bodo izvajale premierno. To sta Bumblebee Andersa Edenrotha, ki je skladbo napisal za znano švedsko vokalno skupino The Real Group, s Kerštanjem pa sta se spoznala kot žiranta na Norveškem državnem zborovskem tekmovanju, kjer mu je podaril notni zapis in izrazil željo, če lahko izvedejo zborovsko verzijo. Druga skladba je Winter Sun Dona McDonalda, ki spada med novejše, modernejše zborovske skladbe in je bila v zadnjem letu ena izmed najpogostejše izvajanih skladb na tekmovanjih organizacije Interkultur. Kot rečeno bodo pevke koncert pospremile s poetičnimi zapisi Gala Billa in solističnimi gibalnimi vložki.

»Predstavili bomo mojstrovine, ki so nam prinesle rezultate na tekmovanjih doma in predvsem v tujini. Prvič se bo na koncertu predstavilo tudi kar pet solistk, ki jih zbor s ponosom vpleta medse,« dodaja dirigent Primož Kerštanj. Pevke imajo na Slovensko filharmonijo lepe spo-

mine, saj so tam že nastopale, vendar se bodo tokrat prvič predstavile na samostojnem koncertu.

Pevke so sicer v odlični formi, a kot bi dejal dirigent, bi vedno lahko bile še boljše. »Zasedba se bistveno ne spreminja, a kot se za ženski zbor spodobi, je nekaj pevk tudi na poročniških dopustih. V zadnjih mesecih sta se nam pridružili ena sveža carmenca in carmenca povratnica, ki se nam je po nekaj letih življenja v tujini ponovno pridružila. Številčno nimamo med 30 in 36 pevkami,« o številčnosti zbora pove Eva Bohinc in dodaja, da formo stopnjujejo kot prave športnice: »Pred dnevi smo imele intenzivno nedeljsko vajo, na kateri smo preštudirale tako zborovske kot obzborovske malenkosti. Do koncerta bo vse tako, kot smo si zamislile. V zboru vlada visoka motivacija in odlično vzdušje, kar vzdržujemo z začrtanimi cilji in raznolikim dogajanjem čez celo leto. Koncerta se carmenca že zelo veselimo!« Verjamemo, da tudi njihovi zvesti poslušalci.

V spomin

Nejč Slapar

Slikar (1945–2024)



Umrli je Nejč, je v kratek SMS zapisal eden njegovih številnih prijateljev iz likovnih vrst, s katerim sta bila dogovorjena na prvo ponovoletno sredo, da se vidita in si zaželita vse dobro v novem letu. Kako hitro se v takih trenutkih, ko nekdo zapusti zemeljsko življenje, v mislih slikajo spomini; saj sva se še prejšnji teden pozdravila, Nejč, kako ti kaj gre, ali kaj novega ustvarjaš ... V mislih gledam njegovo Galaksijo, monumentalno delo, ki je v nekdanji državi Jugoslaviji veljalo za največjo risbo. Njen original je razstavljen v Muzeju novejšje zgodovine v Beogradu, v oktobru pa smo v Stolpu Škrlovec lahko občudovali repliko. Nejč je bil vedno sredi dela, pripravljaj je skorajšnji razstavo, v svojem dolgoletnem ustvarjalnem opusu pa je deloval na različnih področjih umetnosti. Bil je vsestranski likovni umetnik, slikar, grafik, a tudi cineast in glasbenik. Seveda je kot uveljavljen likovni ustvarjalec najpomembnejši pečat pustil v likovni umetnosti, v novem tisočletju pa smo ga imeli srečo spremljati tudi kot glasbenika, harmonikarja v skupini Slutnja poletja in nemalokrat na odprtih likovnih razstav.

Od leta 1995 je bil dobro desetletje predsednik Likovnega društva Kranj, pravzaprav pa simbol kranjskih likovnikov. Dogodek ni bil popoln, če na njem ni bilo Slaparja. Žal bo manjkalo na vseh prihodnjih likovnih dogodkih v Kranju, a bo hkrati vedno v mislih vseh, ki smo ga poznali. Nejč, počakaj na nas tam nekje daleč, kjer si zdaj, da nam boš na harmoniko spet zaigral skladbo Samotna, ki je bila samo tvoja, a vedno za vse nas.

Igor Kavčič

Januarska žetev Mike Hočevar

Na literarni čajanki v Layerjevi hiši so v začetku januarja gostili mlado pisateljico Miko Hočevar iz Maribora. Pri založbi Kulturni center Maribor je izšla njena zbirka kratkih zgodb Januarska žetev. Gre za zbirko 18 kratkih zgodb, ki se dogajajo v znanih in manj znanih krajih Slovenije, ena v nekdanji Jugoslaviji. Nekatero zgodbo so dosegle vidnejše uspehe na literarnih natečajih, navdušenje nad njenim literarnim prvencem pa so izrazili tudi nekateri slovenski kulturni ustvarjalci. **I. K.**



Z Miko Hočevar se je pogovarjala Hana Bujanović Kokot.

SOBOTA 27. 1. **TABU** 16€ - PRVIH 50 / 13€ - OD 51. DO 150. / 20€ - OD 151. NAPREJ **ZA DOBRO**

SOBOTA 3. 2. **BATISTA CADILLAC** 16€ - PRVIH 50 / 13€ - OD 51. DO 150. / 20€ - OD 151. NAPREJ **ZA DOBRO**

SREDA 7. 2. **JOŠKE VN PREŠERNOVANJE** PREDPRODAJA 4€ / NA KONCERTU 6€ **ZA DOBRO**

SOBOTA 10. 2. **MITJA ŠINKOVEC PUSTOVANJE** MAŠKARE - 3€ / OSTALI - 6€ **ZA DOBRO**

SOBOTA 17. 2. **ROK "BAND"** 10€ - PRVIH 50 / 13€ - OD 51. DO 150. / 15€ - OD 151. NAPREJ **ZA DOBRO**

KlubBar
gastropub
Ugl. d.o.o., Slovenski trg 7, 4000 Kranj

MESTNA OBČINA KRANJ

Micka tristotič ne, na koncu vendarle Anže

Predstava Županova Micka, ki so jo na oder Prešernovega gledališča prvič postavili pred dvaindvajsetimi leti, je pred dnevi doživela tristoto ponovitev.

Igor Kavčič

Saj jo poznate, županovo Micko, ki ji vaški mladenič Anže »ne dopade«, ker je preveč robot z ženskami, medtem ko meščan Tulpenheim z njimi zna na bolj prefinjen način, pa še tako lepo zna govoriti ... V Prešernovem gledališču so to Linhartovo veseloigro v režiji in priredbi Vita Tauferja na oder prvič postavili aprila 2001. Dramaturške niti je povezovala Marinka Postrak, avtor glasbe je bil Igor Leonardi, svetlobni oblikovalec Pascal Mérat, lektor pa Arko.

Igralska zasedba se je v teh letih le malo spreminjala. V jubilejni predstavi so nastopili Borut Veselko (pred njim Matjaž Tribušon) v vlogi Tulpenheima, Matjaž Višnar (pred njim Gregor Čušin) v vlogi Monkofa, Micka je še vedno izvirna Vesna Pernarčič (v času porodniškega dopusta jo je menjala Vesna Slapar) in štirje, ki so nastopili prav v vseh tristo predstavah: Darja Reichman kot Šternfeldovka, Tine Oman kot Župan, Rok Vihar kot Anže, Pavel Rakovec v vlogi Glažka ter oba godca, Robert Kavčič in Ciril Roblek. Leta 2002 je na 32. Tednu slovenske drame igra prejela veliko nagrado za najboljšo uprizoritev festivala. Duhovita interpretacija Županove Micke je navduševala občinstvo po vsej Sloveniji, v zamejstvu, v



Predstava Županova Micka je brhka mladenka – kot pred dvaindvajsetimi leti / Foto: Maša Pirc

Srbiji in osvojila srca obiskovalcev na festivalih po Južni Ameriki.

»Naša Micka je nekaj zelo posebnega, brhka mladenka, hkrati pa verjetno najstarejša redno in največkrat uprizarjana predstava repertoarnih gledališč za odrasle. Ponosen sem, da smem biti drobcen del njene zgodbe in da je Micka županova, slovenska, kranjska in naša, s tem pa čisto malo tudi moja,« je ob jubileju povedal direktor gledališča Jure Novak.

»To je bila moja prva vloga v tem gledališču, z njo sem se predstavila kranjskemu občinstvu in je že zato zame posebna, hkrati pa jo igram najdlje v svojem gledališkem življenju,« je po predstavi povedala Vesna Pernarčič, odrska Micka, v predstavi njen oče, že upokojeni Tine Oman pa: »Kar nekaj ljudi mi je danes reklo, da predstava še vedno stoji in je taka, kot je bila prva. Le malo dražja je, saj nas je že skoraj polovica ekipe v pokoju.« Drugi igralec z vsemi ponovitvami je še ena igralska legenda Prešernovega gledališča, Pavel Rakovec, odrski Glažek, ki je pred dnevi praznoval 81 let. »Vsaka predstava je kot eno novo rojstvo. Vloga te ponovno oživi, okrog tvoje malo starejše glave spet mnogo stvari mrgoli,« je v pesniškem slogu poudaril Rakovec in nadaljeval: »Če se to še malo posoli, je res krasno. Življenje se tako obnovi in moje celice so spet poskočne.«

Kdo ve, morda pa Županova Micka še ni rekla zadnje. Še na mnoga leta torej.



Ponosni direktor gledališča Jure Novak ob Vesni Pernarčič in Pavlu Rakovcu / Foto: Maša Pirc

Jelija.

nagrada za izjemno igralsko stvaritev
v sezoni 2023/2024
v Prešernovem gledališču Kranj

HARUN IN MORJE ZGODB

Haroun
and the Sea
of Stories

Gorenjski Glas
PREŠERNOVO
GLEDALIŠČE

Vabimo vas, da se nam pridružite tudi v sezoni 2023/2024 in nam s svojimi glasovi pomagate pri izboru izjemne stvaritve igralke ali igralca Prešernovega gledališča Kranj.

Tokrat vas vabimo, da oddate glas za najboljšo igralsko stvaritev v fantastijski pripovedi Salmana Rushdieja *Harun in morje zgodb* v režiji Ivane Djilas.

Med prispelimi glasovnicami bomo izžrebali gledalca/gledalko, ki bo za nagrado prejel/prejela abonma Prešernovega gledališča.

Dobitnico oziroma dobitnika julije pa bomo razglasili na slovesnosti ob začetku sezone 2024/2025.

Veljale bodo le glasovnice, ki bodo v Kranjčanki objavljene ob vsaki premieri od septembra 2023 do junija 2024.



Borut Veselko



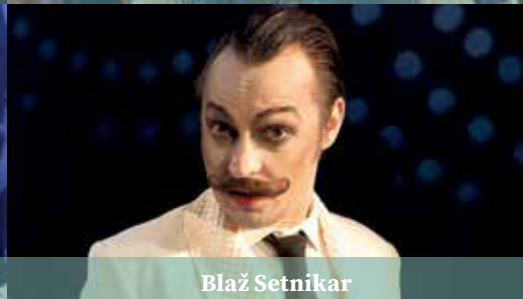
Živa Selan



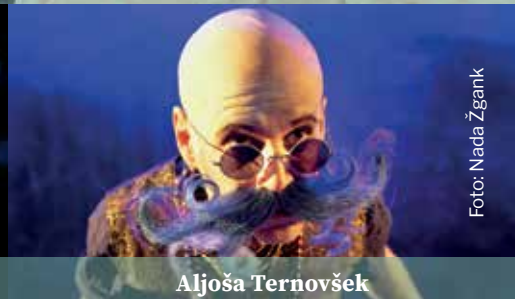
Vesna Pernarčič



Darja Reichman



Blaž Setnikar



Aljoša Ternovšek

Foto: Nada Žgank



Salman Rushdie *HARUN IN MORJE ZGODB*

Glasujem za igralca/igralko: _____

Ime in priimek: _____

Ulica: _____

Pošta in poštna št.: _____

Izpolnjene glasovnice pošljite na naslov Prešernovo gledališče Kranj, Glavni trg 6, 4000 Kranj.

GLASOVNICA

Marijini razgledi, taki za dušo

V Cafe galeriji Pungert svoja likovna dela razstavlja Marija Lokar.

Igor Kavčič

To je prva samostojna razstava njenih likovnih del. »Res je prva, ob številnih skupinskih, ki smo jih doslej imeli tečajniki pri Društvu upokojencev Kranj,« pove avtorica razstavljenih miniaturnih pokrajin, ki nas še do konca januarja odpeljejo, kamorkoli si zaželimo, le nekaj domišljije potrebujemo. Tiste domišljije, ki nam vedno, kadar prijateljujemo z njo, svet dela lepši in predvsem tak, kot si ga tisti trenutek želimo. Marija Lokar si čas v tretjem življenjskem obdobju plemeniti s slikanjem. Tako zase, ne za razstave, se zdi, da hoče reči, ko doda: »Kadar se oglasim na kavo tu na koncu mesta, kar ne morem verjeti, da zunaj na plakatu piše, da tu razstavlja Marija Lokar.«

Marija Lokar se je s slikarstvom začela ukvarjati po upokojitvi, čeprav je želja ukvarjati se z umetnostjo v njej



Marija Lokar na svoji prvi samostojni razstavi / Foto: Igor Kavčič

tlela že v mladosti. »Svoj poklicni vek sem preživela v pisarni, risala pa sem v mladih letih in potem z otroki, nikoli zase. Zdaj imam priložnost za to,« pove Marija, sicer velika ljubiteljica kulture in umetnosti. Pred leti je za rojstni dan dobila bon za tečaj pri slikarju Zmagu Puharju. Kasneje se je pridružila tečajniški skupini pri Društvu upokojencev Kranj, se učila slikanja pri Andreju Piberniku, zdaj pa z njimi sodeluje mentor Miha Perčič.

»V preteklih dveh desetletjih je ustvarila obsežno zbirko del, ki odražajo njeno ljubezen do umetnosti in so po številnih skupinskih razstavah že dolgo klicala k samostojni predstavitvi,« je ob razstavi povedala hči Metka, ki jo vedno znova spodbuja pri ustvarjanju.

Tokrat se predstavlja z več kot štirideset deli manjšega formata. Prevladujejo akvareli, nekaj je akrilov, a tudi trije kolaži. Marija Lokar rada eksperimentira. »Njena dela so igra barv in domišljije; kot taka pogosto nastajajo v ciklih, kjer sledijo različnim temam, in tudi v različnih slikarskih in grafičnih tehnikah. Kompozicijo ter barvne učinke posameznega dela bolj prepušča navdihu kot vnaprej določenemu načrtu. Motive išče v naravi in predmetnem svetu, ki jo obkroža, stvarne podobe pa preoblikuje v ekspresivne abstraktne kompozicije, ki nas vabijo na potovanje v notranje, miselne svetove, od narave k človeku in naprej vanj,« beremo v zapisu k razstavi. In kakšni so Marijini slikarski načrti po tem, ko se je leto začelo res dobro? »Nič konkretnega, seveda pa imam kup idej,« poudari Marija Lokar, ki na svoji ustvarjalni poti zagotovo še ni rekla zadnje.



Prodaja domačih izdelkov ob sobotah v Kranju, na tržnici na Glavnem trgu pri vodnjaku.



**Jasminka Alibašić
tel.: 064 176 102**



Razstavo slik si lahko ogledate v prostorih Turistične agencije Sonček v Kranju.

Film o Sveti noči

Film o znameniti božični pesmi je posnelo besniško kulturno društvo.

Ana Šubic

V Kulturnem društvu Jožeta Paplerja Besnica so božično-novoletne praznike pospremili z novim filmom Najlepša pesem vseh časov, ki si ga lahko ogledate na YouTubeu. Film prikazuje kratek kronološki pregled nastanka in širitev pesmi Sveta noč. »Avtor prvotne glasbe je bil Franz Xaver Gruber in pisec besedila Joseph Mohr. To pesem danes prepevajo ob božičnih praznikih po vsem svetu. Njeno besedilo je prevedeno v več kot 300 jezikov. Prvič je bila izvedena v cerkvi sv. Nikolaja v Oberndorfu po polnočnici leta 1818,« je pojasnila Anica Kordež iz besniškega kulturnega društva.

Videoposnetke, fotografije, scenarij in režijo filma Najlepša pesem vseh časov je pripravil Janez Fabijan.



Sopranistka Andreja Nika Fabijan in kitaristka Klara Paulič

»Glasbeno priredbo Gruberjeve Svete noči za dvozborje in instrumentalno zasedbo je v letu 2002 napisal skladatelj Matevž Fabijan. To priredbo je izvedel Mešani pevski zbor sv. Tilna Besnica, instrumentalna priredba je delo Filipa Oslaja. Vseh šest kitic pesmi sta v originalni, prvotni melodiji in s poslovenjenim izvornim besedilom izvedli sopranistka Andreja Nika Fabijan in kitaristka Klara Paulič v cerkvi Janeza Krstnika v Sp. Besnici,« je razložila Anica Kordež. Za avdio snemanje in obdelavo zvoka je poskrbel tonski mojster Robi Obed. Vezno besedilo sta pripravila Fabijan in Kordeževa, ki ga je v videu skupaj s Stanetom Pernarjem tudi brala. Za montažo filma je poskrbel Matej Žerjal.

VELIKI DOBRODELNI KONCERT LIONS KLUBA ŠKOFJA LOKA

BIG BAND BLED DIRIGENT PRIMOŽ GRAŠIČ

UROŠ PERIČ **ALENKA GODEC** **OTO PESTNER**

Vstopnina 15 €

Nakup vstopnic:
EVENTIM: prodajna mesta
TIC ŠKOFJA LOKA, Cankarjev trg
GORENJSKI GLAS, Kranj

sobota, 27. januar 2024, ob 19. uri
Športna dvorana TRATA
ŠKOFJA LOKA

Generalni pokrovitelj  

Brezplačna objava

LIONS KLUB ŠKOFJA LOKA, POLJANSKA CESTA 7, GORENJA VAS

Ponosni na uspešne športnike

Ob koncu minulega leta je župan Matjaž Rakovec podelil priznanja športnikom, ki so se še posebno izkazali in ponesli ime Kranja po Sloveniji in svetu.

Vilma Stanovnik

Foto: Gorazd Kavčič

VKranju je postala tradicija, da se ob koncu leta s priznanji zahvalijo kranjskim športnicam, športnikom, ekipam in športnim delavcem. Dobitnike priznanj je izbrala Komisija za nagrade Zavoda za šport, na prireditvenem odru na Glavnem trgu pa so se na posebni prireditvi najprej zvrstili prejemniki športnih znakov. Te je prejelo 60 posameznikov in dve ekipi – Teniški klub Triglav Kranj in Akademski vaterpolski klub Triglav Kranj. Tovrstno priznanje namreč pripada športnicam, športnikom in ekipam, ki so v mladinski in članski konkurenci osvajali naslove državnih prvakov ali osvojili vidnejši mednarodni rezultat.

Male športne plakete si je v minulem letu zaslužilo 24 športnikov, ki so prav tako napolnili prireditveni oder. Male športne plakete so si za-



Male športne plakete si je v minulem letu zaslužilo kar 24 športnic in športnikov.

gotovili tekmovalke in tekmovalci v mladinski in kadetski kategoriji za rezultat, ki ustreza kriterijem za pridobitev statusa športnika perspektivnega razreda.

»Danes na lepem dogodku tu, v središču mesta, pozdravljamo športnike, ki so letos ponesli ime Kranja tako po Sloveniji kot po svetu in s svojimi dosežki pokazali, da

je šport v Kranju doma. Nekateri od vas ste dosegli cilje, nekateri ste jih presegli, nekateri s svojimi dosežki niste najbolj zadovoljni. Toda to je pač šport in prav je, da si za novo leto postavite nove cilje, in verjamem, da jih boste presegli,« je zbrane športnike in njihove navijače pozdravil kranjski župan Matjaž Rakovec ter se zavrnil v leto, ki bo za mnoge najboljše športnike nekaj posebnega. »Novo leto bo olimpijsko leto in vsem tistim, ki ste se že uvrstili na olimpijske igre v Parizu ali še tekmujete za to, da boste tam nastopili, želim leto brez poškodb. Prav tako vsem skupaj želim, da ste v svojih poskusih uspešni, in se vam zahvaljujem za ves trud, ki nam v mestu športa, v Kranju, veliko pomeni,« je še dodal župan Rakovec.

Na koncu so podelili še velike plakete, od tega trinajst plaket za športni dosežek, ki ustreza kriterijem za pridobitev statusa mednarodnega razreda ali več, in šest plaket za športne delavce za dolgoletno delovanje v športu.



Velike športne plakete so si za dolgoletno delo zaslužili tudi kranjski športni delavci.



Med športniki si je z odličnimi rezultati veliko plaketo zaslužili tudi alpski smučar Miha Hrobat.

Med športniki so si z rezultati velike športne plakete zaslužili: Miha Hrobat (Alpski smučarski klub Triglav Kranj), Lučka Rakovec (plezalni klub FA), Nika in Domen Prevc ter Žiga Jelar (Smučarski klub Triglav), Blaž Potočnik (Športno društvo Črni panter), Anja Mandeljc, Anamarija Lampič, Polona Klemenčič in Alex Cisar (vsi Tekaški smučarski klub Triglav Kranj) ter Rebeka Abramovič, Gala Kramžar in Lara Kozina Bubnič (vse Ženski košarkarski klub Triglav).

Za kar 40 let delovanja v športu si je veliko plaketo zaslužil Franc Podbregar, za tri desetletja delovanja v športu je veliko plaketo dobil Miloš Kern, za 25 let delo-

”

Novo leto bo olimpijsko leto in vsem tistim, ki ste se že uvrstili na olimpijske igre v Parizu ali še tekmujete za to, da boste tam nastopili, želim leto brez poškodb. Prav tako vsem skupaj želim, da ste v svojih poskusih uspešni, in se vam zahvaljujem za ves trud, ki nam v mestu športa, v Kranju, veliko pomeni. (Matjaž Rakovec)

vanja v športu pa Tomaž Dežman in Tomaž Kunstelj. Za dvajset let dela v športu je bil z veliko plaketo nagrajen Božidar Prevc (vsi Smučarski klub Triglav).

Športna nagrada Kranja za življenjsko delo ni bila podeljena, saj zanjo ni prispela nobena vloga.

Sicer pa je Mestna občina Kranj letos v šport vložila nekaj manj kot 4,5 milijona evrov. Poleg tega je realizirala še projekte, povezane s športno infrastrukturo, ki so jih predlagali občani v okviru participativnega proračuna, kar bo nadaljevala tudi v tem letu.



FITPRO

KLUB ZA DUŠO IN TELO pod vodstvom Katje Zupan



ZAČETEK 2. SEMESTRA VADB
ponedeljek, 29. januarja 2024

PRIJAVE NA klub@fitpro.si , več info: www.fitpro.si

ZA OBLIKOVANJE IN KREPITEV TELESA, HUJŠANJE:

- **MFT-HIIT (funkcionalni in intervalni treningi)**, ob torkih ob 19.30 v plesni dvorani **Gimnazije F. Prešeren** in četrtek ob 19.00 v **Artutripu, IBI center**
- **WTS LIFT 1,2 & POWER X & CARDIO X (vadb s prostimi uteži in lastno težo)**, ob ponedeljkih ob 19.30 in sredo ob 19.00, v **PGD Primskovo**

ZA NAŠE TELO, UM, SRCE IN DUŠO:

- **NOVO!** Kombinirana vadbena DELAVNICA, kjer se učimo, izvajamo različne **ENERGIJSKE IN DIHALNE TEHNIKE, ENERGIJSKI »ČAKRA« PLES & JOGALATES & MEDITACIJA** pod vodstvom **Katje Zupan**, ob sredo ob 20.00 (75 min.) v **PGD Primskovo**
- **RAZTEZANJE & SPROŠČANJE**, ob ponedeljkih ob 18.30, v **PGD Primskovo**
- **NIRVANA JOGA & DIHALNE VAJE**, ob torkih ob 20.15, v **PGD Primskovo**, ter ob petkih ob 7.00 (spletno-Zoom), več na www.nirvana.fitness

SPECIALIZIRANI VADBENI PROGRAMI:

- **FIT SENIOR 60-80+**, ob ponedeljkih in sredo ob 9.00, v **PGD Primskovo**
- **ZDRAVA HRBTENICA, PRAVILNA DRŽA IN GIBANJE, MOČAN TRUP** ob ponedeljkih ob 17.30 v **PGD Primskovo**, torkih ob 18.30 in četrtek ob 17.30, v plesni dvorani **Gimnazije F. Prešerna**
- **Enkrat mesečno – 9. 2. od 19.00 do 21.00 – vabljeni na ZVOČNO GONG KOPEL & VODENE DIHALNE VAJE** za umiritev uma in čiščenje telesa v **PGD Primskovo**.
- **NOVO! TRE delavnice**, vaje za sproščanje napetosti, stresa in travme – **14. 2. od 17.00 do 19.00**; več na www.traumaprevention.com

KUPON ZA 1 TEDEN BREZPLAČNE VADBE



Ime in priimek:

E-pošta: Tel:

Datum pričetka vadbe:

Info in prijave: **Fitpro klub, klub@fitpro.si, 041 790 248**

Pokal Kranja zbral številne kegljače

Na mednarodnem tekmovanju za Pokal Kranja je nastopilo več kot sto štirideset kegljačic in kegljačev. Zmagala sta Žiga Požar in Marija Ahačič Premrl.

Vilma Stanovnik

Decemбра je potekalo že 33. tekmovanje za Pokal Kranja. V moški konkurenci je največji pokal osvojil Žiga Požar (KK Proteus). V finalu je s kar 652 podrtimi keglji postavil odličen rezultat, ki se je izkazal kot previsoka ovira za vse ostale igralce. Še najbolj se mu



S 33. mednarodnega turnirja za Pokal Kranja / Foto: Gorazd Kavčič

je v zadnji seriji finalistov približal branilec naslova Alen Kujundžič (KK Zaprešič), ki je s 650 podrtimi keglji na koncu zasedel drugo mesto. Napeto je bilo tudi v boju za tretje mesto, do katerega je z odličnim zaključkom prišel Danijel Lavrič (KK Zabok). Med domačimi kegljači se je najvišje, na četrto mesto, uvrstil Aleš Blaž, za njim pa so se do osmega mesta zvrstili še Jure Eržen, Davor Sobočan, Franci Velišček in Matej Lepej (vsi Triglav Kranj).

Med rekreativci je zmagal Tomaž Tonin (Gobar) pred Borutom Sajovicem (Tržič) in Viktorjem Sajevcem (Triglav Kranj).



Moška kegljaška ekipa Triglava se pripravlja na nov izziv. Žreb lige prvakov jim je v četrtfinalu namenil nemškega podprvaka Raindorf. Prva tekma bo 27. januarja v Nemčiji, povratna pa 17. februarja v Kranju.

Med ženskami je zmagala Marija Ahačič Premrl, ki je bila najboljša že v kvalifikacijah, v finalu pa je le še potrdila odlično formo in še drugič preseгла 600 podrtih kegljev. Druga je bila Monika Blagovič (KK Taborska jama), tretja pa Brigitte Strelec (Ograjca Ljubljana). Med rekreativkami je zmagala Frančiška Stare Novak (Kranj) pred Slavko Šink in Silvo Fleischman (obe DU Naklo).

ŽN

Obvestilo o odprtju odvetniške pisarne Žiga Novak

Obveščam vas, da sem v Kranju, na Koroški cesti 2, v stavbi Stare pošte, v 3. nadstropju odprl odvetniško pisarno.

Nudim vam pravno svetovanje in zastopanje s področij pogodbenega, odškodninskega, dednega, stvarnega, delovnega, upravnega, gospodarskega, potrošniškega in prekrškovnega prava ter prava intelektualne lastnine.

Dosegljiv sem od ponedeljka do petka na telefonski številki 031 325 545 ali elektronskem naslovu ziga@op-novak.si. Več informacij lahko dobite tudi na spletni strani www.op-novak.si.



NAJ VAŠ PRAVNI PROBLEM POSTANE MOJA SKRBE.

ŽN
ODVETNIK

Izčrpana, a optimistična

Kranjska športna plezalka Lučka Rakovec je konec lanskega leta prestala operacijo ščitnice.

Klara Mrak

Nekdanja evropska prvakinja v težavnostnem plezanju Lučka Rakovec je pred tedni razkrila, da se spoprijema z zdravstvenimi težavami. »Novembra sem izvedela, da zaradi raka na ščitnici potrebujem operacijo, ki sem jo na srečo dobro prestala, poleg tega se zadnje tri mesece spopadam z virusno okužbo želodca. Izčrpanost je blaga beseda za opis mojega počutja, a v letu 2024 gre lahko samo na bolje, kajne?« je o svojem počutju zapisala Rakovčeva.

Lučka Rakovec je leta 2019 v Edinburgu na Škotskem postala evropska prvakinja v težavnostnem plezanju in bila istega leta tudi vse do zadnjega v igri za uvrstitev na olimpijske igre v Tokiu, a je v internem slovenskem obračunu (na voljo je bila samo še ena slovenska kvota) na kvalifikacijski tekmi v Toulousu zmagala Mia Krampl. Rakovčeva, ki trenira v plezalnem klubu FA v Kranju pod okriljem trenerja Anžeta Štremflja, je leta 2019 na tekmi svetovnega pokala v Kranju osvojila tretje mesto. V lanski sezoni je bil njen najboljši rezultat deseto mesto v težavnosti na tekmi svetovnega pokala na Kitajskem.



Lučka Rakovec z očetom Matjažem Rakovcem na letošnji podelitvi priznanj kranjskim športnikom / Foto: Gorazd Kavčič

OFFICE SHOES

SUPERNOVA QLANDIA KRANJ



POPUSTI

OFFICESHOES.SI

Hvaležni vsem, ki so pomagali pri reševanju

Med peterico, ki je bila zaradi visokega vodostaja 55 ur ujeta v Križni jami, so bili tudi trije Kranjčani: partnerja Ajda in Tomaž ter Ajdina hči Ana.

Maša Likosar

Skupina se je na komercialni ogled Križne jame odpravila prvo januarsko soboto zjutraj. Ko so se vračali s Kristalne gore proti vodnemu predelu, so opazili, da se je vodostaj nenavadno hitro dvignil. »Ob vstopu v jamo razmere niso bile vprašljive niti niso nakazovale kakršnih koli zapletov. Zgodil se je edinstven primer, ko je voda narasla bistveno prej kot običajno, ko se steče z enodnevnim zamikom. Nesreča zato nikakor ni posledica človeškega dejavnika, temveč nam je narava znova dokazala, da je nepredvidljiva,« je zatrdil Tomaž. Poudaril je, da so jamskemu vodniku Gašperju Modicu, ki je tudi predsednik Društva ljubiteljev Križne jame, popolnoma zaupali. Njihov izhod iz jame je bil predviden okoli 15. ure, a ker jih do tedaj ni bilo, se je dežurni iz društva spustil v jamo in ugotovil, da je voda narasla. Sprožil je reševalno akcijo, ki je potekala vse do ponedeljkovega popoldneva. Jamski potapljači so se do njih prebili že v prvi noči, drugič v nedeljo zvečer, ob tretjem prihodu je stekla evakuacija.

Izkušnjo čakanja je vsak doživel na svoj način. Bili pa so si enotni v veri, da se bodo prej ali slej rešili. »Bilo je le vprašanje časa. Dopusčali smo tudi možnost, da bomo ujeti več dni,« je dejal Tomaž, ki mu je bila izkušnja najmanj naporna. »Ker sem bil nekoč jamar, sem vedel, kaj lahko pričakujem. Zavedal sem se, da bo voda sčasoma upadla in nam odprla izhod na površje oziroma da bodo reševalne službe, ki so pri nas zelo



Ana, Ajda in Tomaž so z nami delili izkušnjo čakanja v Križni jami. / Foto: Tina Dokl

učinkovite in dobro organizirane, storile vse, kar je v njihovi moči, da nam pomagajo. In res so.«

Razmere v jami niso bile preproste in vsakdanje. »Bili smo odrezani od sveta. Pet ljudi na omejenem prostoru. Spali smo malo, naveličani sedenja na neudobnih tleh smo se občasno sprehodili in malo potelovadili. Osebnostno higieno smo morali zanemariti, znajti smo se morali tudi glede osnovnih potreb, kot je izločanje. Ni bilo preprosto, pa vendar smo imeli srečo, da smo bili skupaj ljudje, ki nismo delali panike ali dramtizirali,« je povedala Ajda in nadaljevala: »Navsezadnje nismo bili izpostavljeni neposredni nevarnosti, nismo bili poškodovani ali pretirano prestrašeni. Ponudila se nam je priložnost, da se поблиže spoznamo z jamskima vodnikoma in da nekaj časa preživimo v miru in tišini.«

Za najmlajšo Ano pa je bil dogodek izredno travmatičen. »Res je, da smo vsi na neki način dobro prenesli nezgodo. V tistih trenutkih smo tudi

vsi mislili le na najboljše, ob tem pa se nismo vprašali, kaj zares čutimo. Meni je bilo grozno,« se je spominjala Ana. Kot je dejala, se je počutila utesnjeno, bila je brez apetita. »Stres mi je povzročal bolečine v trebuhu. Nismo vedeli, koliko časa bomo ujeti v jami. Obstali smo v negotovosti, jaz pa sem si želela le iti domov.«

Kot so povedali, je pri njihovem reševanju sodelovalo skoraj sto ljudi. »Zahvaljujoč njihovi predanosti, srčnosti in strokovnosti smo spet ugledali dnevno svetlobo. Večina teh ljudi to delo opravlja prostovoljno, zato smo res vsakemu posebej neizmerno hvaležni,« je zahvalo izrazila Ajda. Ob tem je opomnila, da se nesreče lahko zgodijo kjer koli. »Zato naj vas naša prigoda ne odvrne od obiska jam, saj so resnično posebne in vredne ogleda, le dobro se moramo pripraviti in ustrezno opremiti. Zavedati pa se moramo, da ima narava neizmerno moč, predvsem je vse bolj nepredvidljiva,« je še dodala.

JOGA – VADBA ZA TELO IN DUŠO

Joga v vsakdanjem življenju je osemstopenjski sistem. Gre za prilagojene programe joge za starejše, otroke, hrbtenico, sklepe in kot pomoč pri sladkorni bolezni, visokem krvnem tlaku in težavah s srcem. Če se želite razgibati in sprostiti, je to lahko vadba za vas!

Osnovno pravilo v jogi je nenasilje oziroma ljubezen v najširšem smislu – in to se začne z nenasiljem nad lastnim telesom. Vadeči se morajo najprej naučiti, kako sploh začutiti svoje telo in kje so v njem napetosti ter kako jih sprostiti. Vsak gib ali položaj izvedemo le do meje ugodja. Pri vadbi želimo mišice sprostiti, raztegniti in tudi okrepiti. Nekaj napora je zato občasno potrebnega, ne smemo pa pretiravati. S pripravljalnimi in lažjimi vajami telo postopno pripravimo na težje vaje.

Zelo pomemben del joge je pravilno dihanje. Vadimo v lastnem ritmu dihanja. Za vsako vajo se ve, kaj naredimo pri vdihu in kaj pri izdihu. Na začetku se učimo občutiti in ozavestiti popoln vdih in izdih. Pravilnega dihanja se učimo tudi z vadbo pranajame.



Pomembna je tudi vadba meditacije. Na začetnih stopnjah **gre pravzaprav za vadbo koncentracije**. Učimo se umiriti misli in čustva, kar je tudi eden od načinov premagovanja stresa in učenja sprostitve. Dandanes smo veliko preveč obremenjeni z vsemi mogočimi vtisi in težko ločimo, kaj je pomembno in vredno naše pozornosti, kaj pa je samo balast, ki nas brez potrebe obremenjuje. Se kdaj zalotite, da delate eno stvar, z mislimi pa ste čisto drugje?

Izberite vadbo, ki upošteva vaše potrebe, spoštuje vaše omejitve in po kateri se boste počutili sproščene in osvežene. Takrat boste tudi vztrajali pri vadbi in s tem naredili nekaj dobrega za svoje telo in psiho, predvsem pa za izboljšanje kakovosti življenja.



Avtor sistema
Vishwaguru Paramhans
Maheshwarananda

JOGA

v vsakdanjem življenju
pomaga

Društvo JOGA V VSAKDANJEM ŽIVLJENJU Kranj vabi k vpisu na vadbo joge



- Joga od 1. do 8. stopnje
- Joga za zdravo hrbtenico
- Joga za zrela leta
- Joga proti stresu
- Joga za sladkorne bolnike

LOKACIJA: Kranj, Maistrov trg 11, 2. nadstropje



www.jvvz.org/kranj

kranj@jvvz.org

☎ 041 891 832

☎ 041 632 156

Po prazničnem decembru že nove prireditve

Slovo od starega leta je v Kranju znova zaznamoval Prešerni december. Bližata se Prešernov smenj in Krančkov karneval s pustnim rajanjem.

Ana Šubic

Praznično dogajanje v Kranju je bilo v zadnjem mesecu lanskega leta znova v znamenju Prešernega decembra, ki ga prireja Zavod za turizem in kulturo Kranj (ZTKK). Vse od prižiga prazničnih luči v začetku decembra so se v mestu vrstili glasbeni in drugi dogodki. Dogajanje so soustvarjali tako glasbeniki iz Kranja in okolice kot tudi znana glasbena imena, ki so pritegnila ogromno obiskovalcev. Še posebno odmevni so bili koncerti v zadnjih dneh lanskega leta. Najbolj obiskan je bil Županov koncert, na katerem so tokrat gostili Petra Graša, po obisku pa nista prav dosti zaostajala niti Žur Radia Kranj, na



Koncerti v zadnjih dneh lanskega leta so dodobra napolnili mesto. Takole je bilo na Županovem koncertu. / Foto: Primož Pičulin



Otroci so se razveselili dveh dobrih mož – dedka Mraza in Miklavža. / Foto: Primož Pičulin

katerem sta za dobro glasbo poskrbela Kikifly in Luka Basi s skupino, ter koncert zasedbe HELP! A Beatles Tribute. Obisk silvestrovanja s skupino Miran Rudan InDesign je žal okrnilo deževno vreme. »Obiskovalci so kljub temu prišli na silvestrovanje. Vzdušje je bilo lepo,« je povedala Petra Žibert z ZTKK.

Prešernov smenj

Na ZTKK se zdaj že pospešeno pripravljajo na dogajanje ob 8. februarju. Prešernov smenj, ki obudi spomin na našega največjega pesnika Franceta Prešerna, je ena najbolj prepoznavnih prireditev ob slovenskem kulturnem prazniku. Vsako leto 8. februarja po ulicah Kranja zaživi Prešernov duh. Kot je napovedala Žibertova, bo odprtje Prešer-

novega smenja ob 11. uri pred Prešernovim gledališčem, nakar bo sledil program z recitatorji in pevskeimi zbori. Na Glavnem trgu bodo nastopale folklorne skupine, ob 16. uri pa bo tam možno prisluhniti Slovenskemu oktetu. Obeta se tudi sejem domače in umetnostne obrti, na katerem bo sodelovalo več kot sto razstavljalcev, festival lajnarjev, vrata bodo odprli kulturni hrami, na Pungertu bo možno jahati ponije, prav tako se bo možno s kočijo odpeljati izpred knjižnice do gledališča ... Program Prešernovega smenja bo trajal predvidoma do 17. ure, sklenili pa ga bodo s Shodom muz na kranjskem Parnasi, torej v družbi Prešernovih nagrajencev v Prešernovem gledališču.

Dogajanje ob kulturnem prazniku bo sicer potekalo že prej – med 1. in 8. februarjem z nizom doživetij kulture pod naslovom Vsak dan prešernovo. ZTKK pripravlja zanimiva vodenja in ogleda kranjskih znamenitosti z ugodnostmi, s svojimi vsebinami in zanimivostmi pa bodo sodelovale tudi kranjske hiše kulture.

Krančkov karneval

Nekaj dni kasneje, 10. februarja, bo pustna sobota, ki v Kranju prinaša Krančkov karneval. Pustno rajanje za male in velike maškare bo potekalo po 10. uri. Letos bo zabavno-glasbeni program potekal na dveh osrednjih odrih – na Glavnem trgu in pred Prešernovim gledališčem. Obeta se pustna zabava s čarovnikom Gregom, Dejanom Dogaja, harmonikarskim orkestrom glasbene šole Bučar in DJ-em, je še napovedala Petra Žibert.



Na silvestrovo, ki ga je žal spremljalo slabo vreme, je Kranjčane zabavala zasedba Miran Rudan InDesign. / Foto: Primož Pičulin



Županov koncert je gostil Petra Graša. / Foto: Primož Pičulin

Dobrodelni tudi nogometaši



Na dobrodelnem nogometnem turnirju je slavila ekipa Perla. Pokal ji je predala vodja kabineta kranjskega župana Katja Štruc.

Včeraj, 22. januarja, se je iztekla dobrodelna akcija V Kranju dobro v srcu mislimo, s katero že tradicionalno pomagajo ranljivim občanom. V sklopu akcije, ki jo vodi Zavod za turizem in kulturo Kranj v sodelovanju z Mestno občino Kranj, Društvom prijateljev mladine Kranj in Zvezo prijateljev mladine Slovenije, so od začetka decembra vabili k darovanju finančne pomoči, sredstva pa so zbirali tudi z dogodki. Z dobrodelnim kuhanjem in bazarjem so zbrali blizu tisoč evrov, na turnirju v malem nogometu Kranj Winter Cup 2023 v Športni dvorani Planina pa 1168 evrov. **A. Š.**



Nastopili so tudi kranjski tamburaši s pevcema Saro Žagar in Lenartom Sušnikom. / Foto: Tina Dokl



Sekretarka društva Auris Zlata Crljenko, Bojan Jovanovič in Janez Štros / Foto: Tina Dokl

Bojan že bližje novemu domu

Sredstva za nov dom Bojana Jovanoviča iz Stražišča so zbirali tudi na dobrodelnem koncertu.

Ana Šubic

Potem ko je gluhonememu Bojanu Jovanoviču iz Stražišča vodna ujma lani uničila že tako skromno hišo, so v Aurisu, Medobčinskem društvu gluhih in naglušnih za Gorenjsko Kranj, sprožili akcijo, s katero nameravajo zagotoviti novo streho nad glavo. Do konca decembra so zbrali 24 tisoč evrov, dodatnih 2560 pa je prinesel še nedavni dobrodelni koncert v avli Mestne občine Kranj (MOK). V okviru projekta kranjskega dobrodelnika Janeza Štrosa Tudi ti si angel so moči združili Rotary club Kranj, Lions klub Kranj, Fundacija Vincenca Drakslerja, MOK in Auris. Kot je pojasnil Štros, so izkupičku koncerta dodali še 4000 evrov, ki so jih z rotarijci

in lionisti ter fundacijo zbrali novembra na Vinski poti v rovih, tako da je zadnja donacija preseгла 6500 evrov. Skupaj so tako zbrali že več kot 30 tisoč evrov.

Na koncertu so nastopili Tamburaški orkester Folklornega društva Kranj s pevcema Saro Žagar in Lenartom Sušnikom ter citrarka Tanja Zajc Zupan s pevko Evo Kovačič. Koncert je bil v celoti tolmačen v slovenski znakovni jezik, tako da so lahko v njem uživali tudi gluhi, vključno z Bojanom Jovanovičem. »Res sem vesel, da smo tukaj. Vsem skupaj najlepša hvala,« je Bojan nagovoril navzoče. Močno upa, da bo naslednjo zimo že občutil toplino novega doma. Kot je pojasnil predsednik Aurisa Boris Horvat, je končni cilj akcije, da Bojanu poleg obstoječe hiše še letos postavijo panelno hiško. »Veseli bi bili še kakšne donacije, tudi v materialu,« je dejal Horvat.

Tretji dobrodelni Šišatlon

V kranjski brivnici Underground Barber so konec decembra že tretje leto zapored priredili dobrodelni Šišatlon, na katerem so kar 24 ur neprekinjeno urejali moške brade in pričeske. Kot je pojasnil lastnik brivnice Blaž Vodopivec, so na tokratnem Šišatlonu ekipo še dodatno okrepili; striglo je osem brivcev (po štirje na izmeno), vsi pa so delali po 12 ur. V 24 urah so postrigli in pobrili okoli 110 strank, zbran izkupiček pa je znašal 3700 evrov. Tako kot lani so ga v celoti ga namenili društvu Junaki 3. nadstropja, torej za otroke, ki se borijo z rakom. **A. Š.**



S Šišatlonom so pomagali društvu Junaki 3. nadstropja. / Foto: Primož Pičulin


KRAJN

PREŠER
NOVO

VSAK DAN PREŠERNOVO

1. - 8. 2024

PREŠERNOV SMENJ
MESTNO JEDRO KRANJA

PREŠERNOVI
RECITALI

FESTIVAL
LAJNARJEV

VOŽNJE
S KOČIJO

8. februar

SHOD MUZ NA
KRANJSKEM
PARNASI

POTOVANJE
V 19. STOLETJE.

PREŠERNA
KUHNA

SEJEM
DOMAČE IN
UMETNOSTNE
OBRTI

KONCERT
SLOVENSKEGA
OKTETA

Dobrodelni koncert na Trsteniku

Trsteniški Rdeči križ je del prihodka namenil družini, ki ji je požar uničil dom.

Jože Košnjek

Trsteničani in okoličani so tudi med lanskimi božičnimi in novoletnimi prazniki na 19. dobrodelnem koncertu do zadnjega sedeža napolnili telovadnico podružnične osnovne šole. To je bila najlepša nagrada organizatorjem Krajevnomu odboru Rdečega križa, gasilcem in drugim organizacijam, prizadevnim posameznikom, glasbenikom in pevcem, ki so nastopili na koncertu, in seveda sponzorjem. Trsteničani so v goste povabili Tamburaški orkester Folklornega društva Kranj, ansamble Zeme, Tik Tak, Glas in Svizci ter domačo pevsko skupino Kostanarji. Program je povezoval Nejc Drobnič iz Ribnice. Dohodek od koncerta bodo porabili za delovanje krajevne organizacije Rdečega križa, del pa so ga namenili za pomoč družini, ki ji je ogenj uničil dom. Letos je pred Trsteničani nova naloga: organizacija 20. jubilejnega koncerta.



Nastopila je tudi pevsko skupina Kostanarji. / Foto: Tina Dokl

Tradicionalna obdaritev Tudi za naše otroke

Nika Toporiš

Kranjska enota Centra za socialno delo je ob koncu decembra poskrbela, da so bili prazniki nekoliko lepši tudi za tiste otroke, ki so se znašli v stiski. Pripravili so namreč že tradicionalno obdarovanje Tudi za naše otroke in obdarili skupno 245 otrok in mladostnikov, ki živijo doma in katerih starši iz različnih razlogov ne zmorejo v zadostni meri poskrbeti zanje, ter tiste, ki ne živijo doma in so nameščeni bodisi v vzgojne zavode, stanovanjske skupine, zavode za usposabljanje in rejniške družine bodisi so vključeni v rehabilitacijo ali živijo pri skrbnikih. Otroke ter mladostnike, ki prihajajo iz mestne občine Kranj ter občin Cerklje na Gorenjskem, Jezersko, Naklo, Preddvor in Šenčur, je najprej zabavala Pika Noga-vička, skupaj pa so nato priklicali Dedka Mraza. »Želimo se dotakniti vseh družin, ki se spopadajo z izzivi bodisi zaradi revščine bodisi zaradi disfunkcionalnosti. Glavni



Dedek Mraz je razveselil številne otroke in mladostnike, vsi pa so nestrno pričakovali obdarovanje. / Foto: Tina Dokl

namen današnjega dogodka pa je ustvariti spomine, ki bodo ostali večno,« je ob tem dejala pomočnica direktorice Simona Rihter.

Mojca in Kaličopko sta se poslovila

V Prešernovem gledališču je v decembru potekala zadnja predstava Mojce in Kaličopka. Preden je za vedno zaprl vrata svoje hišice, je Kaličopko otroke še zadnjič pričakal v deželi Baja Baja, kjer so skupaj pričarali zimo.

Nika Toporiš

Kaličopko je otroke zabaval kar trideset let. Kranjčan Bojan Pretnar se je Mojci in Kaličopku sicer pridružil nekoliko kasneje, saj je bil priljubljeni ptiček sprva še majhen, vseeno pa je za njim dolga, 24-letna pot. Kot je pojasnil, ga je vedno nadvse veselilo, da lahko nekaj da otrokom, pa čeprav iz Kaličopkove hišice njihovega veselja ni zares videl. »Mogoče sem bil v Kaličopkovi hišici resda malo prikrajšan za vse to veselje publike, ampak sva skozi vsa ta leta razveselila ogromno otrok, prečesala Slovenijo po dolgem in počez in doživela veliko lepega,« je dejal Pretnar. Tudi Mojco Pavlič Drnovšek iz Medvod je vloga Mojce zelo navdihnila. »Lik mi je dal zares veliko optimizma, veselja in svežih izzivov. Karkoli smo počeli, karkoli se je dogajalo v deželi Baja Baja, lahko prenesem v trenutni svet,« je dejala igralka. Mojca in Bojan sta otroke navduševala povsod



Mojca Pavlič Drnovšek in Bojan Pretnar / Foto: Tina Dokl

po Sloveniji, nekaj nastopov pa sta imela tudi v Avstriji in Italiji. Skozi vsa leta so se predstave spreminjale, nekaj pa jim je ostalo skupno – interaktivnost. Smisel njunih predstav je bil namreč vedno povabiti otroke,

da skupaj prepevajo, čarajo, plešejo, in tudi zadnja, Zima je prima, ni bila nič drugačna. Veselje v kranjskem gledališču pa je bilo še toliko večje, saj je otroke presenetil tudi Dedek Mraz.

NOVO LETO, NOVI OKUSI!

OBIŠČITE NAS IN POIZKUSITE
NAŠE NOVE JEDI, KI SMO JIH USTVARILI ZA VAS!



BAZEN
BAR & BBQ



STARA CESTA 25A, 4000 KRANJ

SE VIDIMO NA BAZENU!

Čivkarije.



V prostorih Gorenjskega glasa sta se oglasili Mira Grošelj in Mimi Rozman, obe članici Turističnega društva Kokrica. Ko nas takole po novem letu obiščeta, vedno prineseta s seboj polno vrečko domačih dobrot, ki jih pospremita z dobrimi željami za prihajajoče leto. Mi pa se njunega domačega in okusnega »crkljanja« iskreno razveselimo. A. B. / Foto: Alenka Brun



Ansambel Svizci je klasičen kvintet, katerega člani prihajajo iz različnih krajev Gorenjske, baritonist Boštjan Vidic pa je iz Podblice. Fotografija je nastala na Bledu, ko so Svizci sodelovali na prireditvi Veselo po domače. A. B. / Foto: Alenka Brun



Če ste v zadnjih mesecih lanskega leta na točno določen dan zavili v znani kranjski Oplov avtomobilski salon, ste lahko doživeli pravi folklorni nastop. Obiskala ga je namreč Akademsko folklorna skupina Ozara Kranj (na fotografiji). Dobre volje ni manjkalo. A. B. / Foto: Tina Dokl



Ob koncu preteklega leta so člani legendarnega besniškega ansambla Šum praznovali 30-letnico delovanja. V dvorani, kjer so imeli svoje prve nastope, so zaigrali priljubljene skladbe tistega časa. Pri organizaciji so jim pomagali člani KD Jožeta Paplerja. Ob dobri glasbi smo lahko slišali cel kup zanimivih zgodb o dogajanju med nastopi na odru ter pod in za njim. G. F. / Foto: Grega Flajnik



Kadar smo med ponudniki na gorenjskih prireditvah srečali tudi predstavnike vinske kleti Klet Brda, nas je izza stojnice običajno pozdravil moški obraz, že nekaj časa pa tam srečujemo Kranjčanko Majo Aljančič. A. B. / Foto: Alenka Brun



Na Jezerskem so najpogumnejši na zadnji dan starega leta tradicionalno zaplavali v Planšarskem jezeru. Med njimi je bil tudi Kranjčan Andrej Roblek, ki se je odločil, da se v vodo poda z dodatno opremo: Božičkovo kapo in sončnimi očali, je pa kar hitro ugotovil, da bo brez natikačev šlo lažje. A. B. / Foto: Tina Dokl



Učenka in profesorja zapišemo k fotografiji. K svojima profesorjema, priznanima umetnostnima zgodovinarjema dr. Milčku Komelju in dr. Jožefu Muhoviču, se je na razstavi v Galeriji Prešernovih nagrajencev postavila njuna učenka, umetnostna zgodovinarica Kranjčanka Petra Vencelj. S svojim odličnim poznavanjem likovne umetnosti v besedilih plemeniti številne razstave likovnih ustvarjalcev v Kranju in širše po Sloveniji. I. K. / Foto: Igor Kavčič



Da jabolko ne pade daleč od drevesa, dokazuje mladi Martin Samelis, sin znane kranjske plavalke Alenke Kejžar, ki se je plavalno upokojila pred dvajsetimi leti. Martin je bil s slovensko vaterpolsko reprezentanco do 15 let julija lani na evropskem prvenstvu v Podgorici, mi pa smo mamo in sina ujeli na lanski prireditvi Športnik leta v Cankarjevem domu. K. M. / Foto: Tina Dokl



Tokrat smo v restavraciji Projekt Burger srečali oba zakonca Antolin, Žiga in Teo. Navadno takšne in drugačne burgerje streže Žiga, so pa dnevi, ko se v lokalu oglasi tudi Tea, saj mu priskoči na pomoč pri drugih stvareh. Projekt Burger je zaživel leta 2015, vendar na drugi lokaciji, danes pa domuje v ličnih prostorih na Primskovem. A. B. / Foto: Alenka Brun

Ne dieta, temveč zdrav življenjski slog

Dietetičarka Neja Doles iz Centra za krepitev zdravja v Zdravstvenem domu Kranj o tem, zakaj diete na dolgi rok ne prinašajo zelenih rezultatov in kako se učinkovito lotiti izgube odvečnih kilogramov

Ana Šubic

Ob vstopu v novo leto si marsikdo zada, da bo izgubil telesno težo. Stroge diete pri tem na dolgi rok niso učinkovite, temveč je treba spremeniti celoten življenjski slog, je na nedavnem predavanju v Mestni knjižnici Kranj poudarila dietetičarka Neja Doles iz Centra za krepitev zdravja Kranj. Poleg uravnotežene prehrane, ki je ključna za dolgoročni uspeh, je nujno poskrbeti še za redno telesno aktivnost, urejen spanec in manj stresa. »Vse to se prepleta. Ni samo ena komponenta tista, ki nas bo pripeljala do zelenega cilja.«

Zakaj diete niso učinkovite

Dieta deluje, dokler se je držimo. »Sprva je posameznik poln motivacije, izgubi nekaj telesne mase, a običajno pride tudi do upada motivacije, pomanjkanja energije in stresa. Dieta pogosto narekuje izločanje določenih ži-

vil, kar ni v redu. Pri uravnoteženi prehrani ničesar ne izločamo, ampak se naučimo količinsko prilagajati obroke in v trgovini izbrati ustrežnejša živila. Po koncu diete zavore popustijo, dogaja se, da pride do prenajedanja ali pa se posameznik vrne na stare prehranske vzorce in izgubljene kilograme pridobi nazaj. Ne gre za to, da ni bil dovolj vztrajen, temveč da dieta ni bila ustrezna zanj. Ena dieta ne more ustrezati vsem,« je opozorila in dodala, da je treba prehrano prilagoditi posameznikovim energijskim potrebam in njegovim željam. Nekdo je bolj aktiven, drugi manj, pri prilagajanju energijskega vnosa je treba upoštevati tudi, ali ima sedečo službo ali fizično delo ...

Kako uravnotežiti prehrano

Kot je pojasnila Neja Doles, je pri izgubi odvečnih kilogramov zelo pomemben zadosten vnos beljakovin, saj so nasitne in se ne bo tako hitro pojavila želja po prigrizkih. Beljakovine najdemo v pustem mesu, mlečnih izdelkih, jajcih, stročnicah, ribah ... Pomemben del prehrane so tudi ogljikovi hidrati (pekovski izdelki, riž, ajda, proso, kuskus, krompir, sladke jedi in pijače, sadje ...) in maščobe, a že majhna količina vsebuje ogromno energijske vrednosti, je opozorila predavateljica. »Kokosovo olje je pred leti veljalo za eno boljših maščob za kuhanje, a so raziskave pokazale, da vsebuje veliko nasičenih maščobnih kislin, ki jih želimo v prehrani omejiti. Boljše so nenasičene maščobne kisline, ki jih dobimo v olivnem olju, avokadu, oreščkih, kar pa ne pomeni, da lahko to jemo v izobilju. Marsikdo, ki želi shujšati, poje veliko oreščkov, a ima sto gramov oreščkov do šeststo kalorij, tako kot en obrok.«

Pri izbiri živil z ustrezno hranilno sestavo nam je lahko v pomoč tudi aplikacija Veš, kaj ješ, pri kateri s telefonom odčitamo kodo na embalaži in pridemo do podatkov o vsebnosti maščob, soli in sladkorja. obroki morajo biti redni, pomembna pa je zmernost oz. da prilagodimo in uravnotežimo porcijo. Polovico krožnika naj bi zavzemala sadje ali zelenjava, po eno četrtino pa beljakovine in ogljikovi hidrati, pri čemer velja izbirati tudi polnozrnat izdelke. »Vse lahko jemo normalo, je pa treba količinsko prilagajati živila in zagotoviti telesu



Dietetičarka Neja Doles iz Centra za krepitev zdravja Kranj / Foto: Tina Dokl

tudi beljakovine, ker so te pogosto v primanjkljaju,« je svetovala dietetičarka.

Pri spreminjanju prehrane je nujen individualni pristop. »Treba se je poglobiti vase ali se pogovoriti s prehranskim svetovalcem, da ugotovimo, kje so naše šibke točke in kako jih odpraviti – npr. zmanjšati količino zaužite maščobe ali povečati vnos sadja in zelenjave.«

O prehranskih mitih

Predavateljica je ovrгла tudi nekaj prehranskih mitov, denimo, da so prehranska dopolnila nujno potrebna. »Najprej je treba urediti prehrano, pogledati krvno sliko in se šele nato odločiti, ali jih res potrebujemo, da pokrijemo dnevne potrebe po nekem vitaminu ali mineralu.«

Nekateri so pozorni, da po 18. uri ne jedo več. »To ni pomembno. Kos kruha ima isto energijsko vrednost pred 18. uro in po njej. Da se ne redimo, je treba upoštevati celodnevni energijski vnos,« je pojasnila Neja Doles in svetovala, da naj bo večerni obrok uravnotežen.

Poudarila je, da nobeno živilo samo po sebi ne redi – tudi ogljikovi hidrati ne. »Je pa res, da če se nekdo prehranjuje samo z belim kruhom, mu priporočamo tudi polnozrnatga,

saj vsebuje več prehranskih vlaknin in tako zagotavlja daljšo sitost. Belega kruha bomo pojedli več, posledično pa tudi več prilog, kot so salame in siri, torej maščob, ki so energijsko najbolj bogate. Kruh sam po sebi ne bo redil.«

Zmoten je tudi mit, da lahko jemo le sadje in zelenjavo. »Čeprav sta pomembni komponenti prehrane in vsebujeta veliko vitaminov in mi-

”

Poleg uravnotežene prehrane, ki je ključna za dolgoročni uspeh, je nujno poskrbeti še za redno telesno aktivnost, urejen spanec in manj stresa.

neralov, pa nimata veliko ogljikovih hidratov, beljakovin in maščob. Če hočemo telesu zagotoviti energijo za normalen delovni dan, bodo solate in sadje krepko premalo. Telo bo na neki točko za energijo porabljal mišično maso in mu bomo s tem delali škodo.« Prav tako ne drži, da je treba sadje jesti zjutraj na tešče. »Jemo ga lahko, kadar nam ustreza. Če nam povzroča napihjenost, se mu zvečer raje izognimo.«

Sladkarijam se ni treba popolnoma odreči. »Treba jih je le količinsko omejiti, čez dan pa poskrbeti za uravnotežene obroke.«

Spreminjanje navad je dolgotrajno

Spreminjanje navad, vezanih na prehrano, gibanje, spanec in zmanjšanje stresa, je po besedah Neje Doles maraton in ne sprint. Gre za dolgotrajen proces, v kratkem času ni pravih rezultatov. Svetuje, da navede spreminjamo postopno – eno za drugo oz. največ dve naenkrat. »Če se bomo lotili vseh hkrati, ne bomo uspešni, ker si bomo na glavo nakopali preveč stvari in bo preveč stresno za telo.«

Motivacija ne bo dovolj, potrebna je disciplina. »Motivacija pride in gre. Tisti, ki se bo zanašal nanjo, ne bo prišel daleč. Tisti, ki je discipliniran, pa bo tudi po dolgem dnevu šel na sprehod, čeprav nima motivacije.«

Predavanje je Neja Doles sklenila z mislijo, naj se ne sprašujemo, kako lahko čim hitreje shujšamo, temveč kako lahko shujšamo, da bo proces čim manj stresen. Prav tako ne razmišljajmo, kaj izločiti iz prehrane, da bo diete hitro konec, temveč kako izgubiti kilograme in ob tem še vedno uživati v svojih najljubših jedeh.

Plačilo letne naročnine se zares splača!

Pri plačilu **letne naročnine** prihranite **25 odstotkov**, to pomeni, da časopis kar tri mesece prejmete brezplačno! Izognete se še mesečnemu plačilu položnic (in provizije) in prejmete darilo s praktičnimi izdelki.

Letna naročnina za fizične osebe za leto 2024 s popustom znaša 208,57 evra, prihranek pa kar 69,53 evra!

Spremembo načina plačevanja nam čim prej sporočite na tel. št. 04/201 42 41 ali 04/201 42 00 vsak delavnik od 8. do 15. ure ali po e-pošti na narocnine@g-glas.si.

Pridružite se naši pozitivno naravnani družini naročnikov, veseli vas bomo!

Gorenjski Glas
www.gorenjskiglas.si

EN KRAT PLAČATE, STOPETKRAT PREJMETE!

Pomoč lokalnim skupnostim je del kulture podjetja

Zaposleni podjetja Goodyear Slovenija so v letu 2023 ponovno združili moči in v okviru projekta družbene odgovornosti **Boljša prihodnost, Navdihujoča kultura** priskočili na pomoč številnim lokalnim organizacijam. Več kot 120 zaposlenih je v sodelovanju z lokalnimi skupnostmi izvedlo 15 prostovoljskih akcij.

V podjetju Goodyear Slovenija verjamejo, da sta sodelovanje in pomoč ključna gradnika lepše prihodnosti, zato so že petič izvedli projekt **Boljša prihodnost, Navdihujoča kultura**. V sklopu projekta so ponovno združili moči z različnimi organizacijami, skozi številna leta izvajanja omenjenega projekta pa prostovoljstvo zasidrali v kulturo podjetja. Vsakoletni prostovoljski projekti krepijo prijateljske vezi med zaposlenimi znotraj podjetja kot tudi z lokalnimi skupnostmi.

Goodyearovci za mlade in najmlajše

Vsako leto veliko prostovoljskih projektov poteka v sodelovanju z različnimi šolami in vrtci. Goodyearovi prostovoljci so se v preteklih mesecih tako povezali z **Osnovno šolo Jakoba Aljaža Kranj** in **vrtcem Mlinček v Naklem** ter tam postavili visoke grede, da bi se otroci iz prve roke lahko učili o vzgoji rastlin. Obiskali so tudi **vrtec Gorje**, kjer so pomagali urediti igrišče, na določenih delih položili nove plošče in prebarvali kovinska igrala. Za brezskrbnejšo igro otrok so poskrbeli tudi v **Osnovni šoli Pirniče** in na tamkajšnjem igrišču uredili novo varnejšo betonsko pot ter podlago za namestitve mize in klopi. **Telesno vzgojnemu društvu Partizan Duplje** so pomagali urediti gozdno postojanko pri Krivi jelki v Udin borštu. Z željo, da bi otroci **vrtca Kokrica** svoje dejavnosti in igro čim pogosteje lahko izvajali na prostem, so Goodyearovci na igrišču namestili vrtni umivalnik, postavili klopi



Prostovoljski projekti krepijo prijateljske vezi tako med zaposlenimi znotraj podjetja kot tudi z lokalnimi skupnostmi.

ter uredili peskovnik. Prepleskali so tudi stene prostorov **Družinskega in mladinskega centra Cerklje** in jih opremili s pozitivnimi mislimi.



Prostovoljci so se povezali tudi s številnimi vrtci in osnovnimi šolami.

Prostovoljske ekipe pomagale raznolikim organizacijam

Goodyearovci so pomagali tudi številnim drugim organizacijam. Tako so na pomoč priskočili pri izvedbi osnovnošolskega turnirja **Košarkarskega kluba Triglav Kranj** ter mednarodnega tekmovanja SLO12RUN v organizaciji **Atletskega Kluba Ultramaraton Slovenije**. Taborniškemu **Rodu zelenega Jošta** so pomagali pri postavitvi ograje in kozolca pri taborniškem domu Puščava na Joštu.



Družbeno odgovorni projekt **Boljša prihodnost, Navdihujoča kultura** v Goodyearu izvajajo že vrsto let.



V prostovoljskih akcijah je sodelovalo več kot 120 Goodyearovcev.

Z mislijo na zeleno prihodnost je ekipa prostovoljcev v sodelovanju z **Agrarno skupnostjo Tegošče** pripravila pašnike na poletno sezono, v sodelovanju s **Kulturno-umetniškim društvom Predoslje** pa so napeljali vodovod do gledališča na prostem. Goodyearova ekipa se je ponovno povezala tudi z **Društvom za pomoč osebam z motnjo v duševnem razvoju Barka**. Ker so jim poplave uničile del hiše, so izvedli sanacijo kletnih prostorov ter na novo uredili zunanji vodovod.



Goodyearovi prostovoljci so podprli 15 lokalnih organizacij.

Goodyearovi prostovoljci so letos obiskali tudi dve društvi, katerih vodilo je skrb za živali. **Društvu za zaščito živali Kranj** so prostovoljci pomagali pri izvedbi zbiralne akcije papirja, v **Centru za konje s posebnimi potrebami Alisa v Cerkljah** pa so prebarvali ograde za konje.

Podpirajo tudi prostovoljne reševalne službe

Obenem v Goodyearu že vrsto let izvajajo tudi program donacij pnevmatik prostovoljnimi reševalnim službam, ki so jim tudi v letu 2023 podarili kakovostne pnevmatike v skupni vrednosti več kot 77.000 evrov. Podprli so tudi prizadete v avgustovskih poplavih. Z družbeno odgovornimi aktivnostmi se v Goodyearu trudijo prispevati svoj delež k ustvarjanju skupne boljše prihodnosti.

EKIPA, KI VAS PRIPELJE NA CILJ.

Si želite biti del enega izmed največjih proizvajalcev pnevmatik na svetu?

Tu je vaša priložnost. Pridružite se nam in se razvijajte skupaj z nami.

RAZPOLOŽLJIVA DELOVNA MESTA (M/Ž)

- Operater v proizvodnji
- Tehnik vzdrževanja
- Viličarist v proizvodnji

Več o pogojih dela si lahko preberete na naši spletni strani [goodyear-slovenija.si/o-nas/zaposlitev](https://www.goodyear-slovenija.si/o-nas/zaposlitev).

Vaše prijave skupaj z življenjepisom ali morebitna vprašanja pošljite na zaposlitev@goodyear.com.

GOODYEAR

Okoljsko ozaveščen zeleni vplivnež

Družba Iskraemeco in partnerji so v kranjski Kovačnici predstavili inovativni okoljski projekt Zeleni pingvin, ki s pomočjo naprednih digitalnih tehnologij otroke spodbuja k večji okoljski pismenosti in posledično k zmanjšanju ogljičnega odtisa.

Maša Likosar

Projekt predstavlja inovativno interaktivno digitalno platformo, ki s pomočjo simpatičnega spletnega vplivneža – zelenega pingvina – motivira uporabnike k spremembi njihovih navad in jih poučuje o načinih za zmanjševanje emisij z uporabo manj virov. Namen projekta, ki bo trajal do aprila letos, je tako usmerjen v zmanjševanje emisij ogljika, varovanje okolja in zniževanje stroškov za posameznike ter skupnosti. »Ker poraba energije iz leta v leto enormno narašča in ker vemo, kaj to pomeni za ogljični odtis, želimo ponujati trajnostne rešitve. Tako smo prišli tudi na idejo Zelenega pingvina,« je



Zelenega pingvina so predstavili: Mojca Volf, Marija Fabčič, Gregor Cerar in Tomaž Lanišek.

/ Foto: Tina Dokl

na novinarski konferenci pojasnila vodja projekta Mojca Volf iz družbe Iskraemeco, ki projekt izvaja skupaj z mestnima občinama Kranj in Lju-

bljana ter z društvoma, ki v Sloveniji in na Norveškem izvajata mednarodni program Ekošole.

Platformo in aplikacijo so oktobra in novembra lani testirali učitelji in učenci sedmih pilotnih osnovnih šol, in sicer treh v Kranju (osnovne šole Predoslje, Staneta Žagarja Kranj in Franceta Prešerna Kranj), treh v Ljubljani ter ene na Norveškem. Kot je povedala Volfova, so otroci zelenega vplivneža dobro sprejeli. Aplikacija jim ponuja izobraževane vsebine na področju podnebnih sprememb, ogljičnega odtisa in porabe virov. Na voljo je tudi zeleni dnevnik, v katerem lahko tedensko preverjajo, katere aktivnosti so že bolj trajnostno zasnovali in kaj lahko še storijo. V pomoč jim je izmenjevalnica idej, ki jih lahko delijo tako učenci kot učitelji. Poleg tega se znotraj aplikacije mesečno na podlagi porabe elektrike, energije za ogrevanje in količine

PRIPRAVE NA VRTNO SEZONO!
2024

Dobrodošli v
Slogin vrt

- ✔ **Velika izbira semen**
- ✔ **Zemlja za sadike**
- ✔ **Pripomočki za sajenje**
- ✔ **Lončki, rastlinjaki**

POSEBNE %
UGODNOSTI



SLOGA
Kmetijsko gozdarska zadruga s.p.

V SLOGI SE VSE DOBI!

KVG SLOGA KRANJ, Šuceva 27, 4000 Kranj

☎ 04 20 14 960

www.slogina-trgovina.si

proizvedenih bioloških odpadkov izračunava tudi okoljski odtis šole.

Gregor Cerar, nacionalni koordinator projekta Ekošola, in Marija Fabčič, vodja Oddelka za predšolsko vzgojo in izobraževanje Mestne občine Ljubljana, sta poudarila, da v projektu sodelujoči učenci bolje razumejo okoljske izzive in so tudi učinkovitejši pri iskanju rešitev zanje. Prvi rezultati kažejo, da platforma, ki jo bodo spomladi ponudili še ostalim šolam, dosega zastavljene cilje. Z nadgradnjo in novimi funkcionalnostmi pa ima prostor za nadaljnji razvoj.

Tomaž Lanišek, vodja Urada za razvoj in pametno skupnost na Mestni občini Kranj, je projekt Zeleni pingvin umestil v širši kontekst aktivnosti in načrtov mestne občine pri prehodu v ogljično nevtravno in pametno mesto. Dejal je, da so jim vsakršne digitalne rešitve v pomoč pri doseganju zastavljenih ciljev. V imenu gostitelja je navzoče pozdravil kranjski podžupan Janez Černe, ki je predstavil aktivnosti na področju zelenega prehoda, ki segajo na različna področja, od prometa, prometne in pristočasne infrastrukture do turizma.

Zeleni pingvin povezuje predvsem šole, lahko pa se uporablja tudi za povezovanje druge javne infrastrukture. Da pa se okoljska vzgoja začne ravno z otroki in se širi na odrasle, njen končni cilj pa je angažirana skupnost, ki bistveno prispeva k izboljšanju kakovosti življenja in spodbuja vedenjske spremembe, so bili enotni vsi sodelujoči.

GORENJSKI GLAS V VSAK DOM NA GORENJSKEM

14 dni brezplačnega časopisa

Akcija 14 dni brezplačnega časopisa je namenjena vsem, ki Gorenjskega glasa še ne poznate ali ga kupujete v prosti prodaji. Podatke za dostavo pošljite na narocnine@g-glas.si ali pokličite 051/682 217. Po preteku 14-dnevnega obdobja vam časopisa ne bomo več pošiljali, vas bomo pa poklicali, povprašali za mnenje in predstavili pogoje za naročino.

Pridružite se naši veliki družini naročnikov, ne bo vam žal!

V akciji ne morejo sodelovati obstoječi naročniki in tisti, ki živijo na istem naslovu kot naročnik. Prav tako ne morejo sodelovati tisti, ki so obdobje brezplačne naročnine v zadnjem letu že izkoristili.

Gorenjski Glas
www.gorenjskiglas.si

Gorenjski glas je najbolj bran regionalni časopis v Sloveniji.

Klub Mr.Pet

PORABI BONUSE

DO KONCA JANUARJA!

Bonusi, pridobljeni v letu 2023, potečejo
31. 1. 2024, zato jih čimprej porabi!

V vseh poslovalnicah Mr.Pet in na spletu.



Ptice so kazalniki sprememb v okolju

Razstavo Glasniki si lahko v kranjski knjižnici ogledate še do konca januarja.

Ana Šubic

Z razstavo Glasniki, ki poteka v Mestni knjižnici Kranj (MKK), Društvo za opazovanje in proučevanje ptic Slovenije (Dopps) poudarja, da so ptice pomembni glasniki naravnega sveta. Omogočajo nam vpogled v to, kako podnebne spremembe ogrožajo vrste, življenjska okolja in ljudi po svetu. Razstava, ki jo je uredila predsednica Doppsa Tanja Šumrada, je rezultat globalne sinteze izsledkov stotin znanstvenih raziskav, ki izkazuje, da podnebne spremembe že zdaj ogrožajo ekosisteme, tveganja pa se bodo z nadaljnjim segrevanjem še stopnjevala.

»Z razstavo je zbranih nekaj primerov posledic podnebnih sprememb z vsega sveta in rešitev zanje, fokus pa je seveda na pticah, njihovih življenjskih prostorih in tudi ljudeh,« je pojasnil varstveni ornitolog v Do-



Razstava prikazuje, kaj nam ptice pripovedujejo o grožnji podnebnih sprememb.

ppsu Tilen Basle. Razstava prikazuje konkretne primere ptic z vsega sveta – od eksotičnega tukana, čeladarja, pingvinov do jastreba, kukavice in štoklje – ter vpliv podnebnih sprememb nanje, dotakne pa se tudi

projektov ohranjanja in degradacije narave. Vplivi na ptice se odražajo v premikih območij razširjenosti proti zemeljskim polom in večjim nadmorskim višinam, motnjah v odnosih s plenilci, tekmeči in plemom, neskladjih med obdobji selitve, gnezdenja in razpoložljivosti hrane ter zmanjševanju številčnosti. »Še posebno me skrbi za gorske ptice, ki se z vse toplejšim podnebjem pri nas in milejšimi zimami umikajo v višje predele gora. S tem se hkrati manjša njihov življenjski prostor, umikati pa se ne bodo mogle v nedogled. Primer takih vrst pri nas sta belka in planinski vrabec,« je dejal Basle.

Razstava poudarja, da nam ptice pomagajo razumeti učinke podnebnih sprememb in nam pošiljajo sporočila, naj zmanjšamo emisije, pomagamo vrstam in ekosistemom pri prilagajanju, vlagamo v rešitve, ki temeljijo na varstvu narave, in ukrepamo zdaj.

Akcija opazovanja ptic

Društvo za opazovanje in proučevanje ptic Slovenije (Dopps) tudi letos vabi k opazovanju ptic, ki se pozimi pojavljajo v naši okolici. Tradicionalna akcija Ptice okoli nas poteka prav ta teden, končali pa jo bodo v nedeljo, 28. januarja. Cilj akcije je ljudi spodbujati k boljšemu zavedanju narave in spremljati, kaj se dogaja s pticami v naseljih. Sodeluje lahko prav vsak. Enkrat v času akcije si izbere pol ure ter opazuje in beleži vrste in število opaženih ptic. Za pomoč pri prepoznavanju vrst so na Doppsu pripravili letak s fotografijami ptic, sicer pa je več informacij o akciji na spletni strani ptice.si pod zavihkom Ptice okoli nas. Ptice lahko opazujete skozi okno, ob krmilnici ali pa se odpravite na sprehod okrog doma, šole ali vrtca ... Sodelujoči naj svoja opažanja do konca februarja sporočijo prek spletnega obrazca, ki je na omenjeni spletni strani, ali pa izpolnjen letak pošljejo po pošti na naslov društva. V lanskii akciji je 1484 opazovalcev skupaj opazilo več kot 15 tisoč ptic, ki so pripadale 72 vrstam. Najštevilnejši so bili domači vrabci, sive vrane in velike sinice. **A. Š.**

V knjižnico kmalu tudi po semena

V Mestni knjižnici Kranj bodo v začetku marca odprli knjižnico semen. Občane že vabijo k darovanju semen z njihovih vrtov.

Ana Šubic

Mestna knjižnica Kranj (MKK) s svojimi šestimi krajevnimi knjižnicami se z letošnjim letom vključuje v mrežo 16 splošnih knjižnic po Sloveniji, ki v svojih prostorih omogočajo izmenjavo doma pridelanih semen. Gre za knjižnico semen, katere cilj je ozaveščanje o ohranjanju avtohtonih vrst rastlin in biodiverzitete ter hkrati opozarjanje na pomen samooskrbe in sonaravnega vrtnarjenja. Temelji na brezplačni izmenjavi semen, namenjena pa je vsem, ki doma pridelujejo vrtnine in se zavedajo pomena zdravih domačih semen. Nosilka projekta je Goriška knjižnica Franceta Bevka. V MKK bodo knjižnico semen odprli 6. marca. »Deluje kot vsaka druga knjižnica, le da si v njej ne izposojate knjig, temveč domača semena, iz katerih vzgojite rastline, in nato pridelate nova. Del teh semen nato vrnete v knjižnico,« je razložila Petra Puhar iz MKK.

Ker je osnovno pravilo knjižnice semen izmenjava doma pridelanih sort, za prvo vzpostavitev zaloge semen vabijo občane k prispevkom z domačih vrtov. »Prinesete lahko doma vzgojena semena enoletnih rastlin, zelenjave in začimb, pa tudi sadja ali okrasnih rastlin,« je povabila Puharjeva. Prvo obdobje zbiranja semen traja do začetka marca. »Zelo bomo veseli vsakega daru. Paziti je treba le, da ste semena vzgojili sami in da poznate osnovne podatke o rastlini. Embalaža za zdaj ni pomembna, lahko so to poljubne vrečke, ovojnice, škatlice idr. Nanje napišite, kaj vsebujejo.«

Če se bojite, da nimate dovolj znanja za pridelavo semen, ima knjižnica v svoji zbirki veliko gradiva, v katerem lahko poiščete osnovne informacije za vzgojo rastlin in pridobivanje semen. Organizatorji knjižnice semen bomo za sodelujoče izvedli tudi izobraževalne delavnice in predavanja. Zeleni kotichek, ki bo namenjen knjižnici semen in drugim naravovarstvenim akcijam, bodo sicer umestili v drugo nadstropje knjižnice Globus. Knjižnica semen bo aktivna v sezoni vrtnarjenja – od začetka februarja do konca oktobra.



Naslovnica brošure, ki bo namenjena sodelujočim v knjižnici semen



Pop rock glasbena kriminalka izpod peresa Andreja Šifrerja vas popelje v bleščeči svet zakulisja, ki ga ponuja slava in vam predstavi temne strani, ki so navadnim smrtnikom neznane. Zgodba vas pospremi v podzemlje dogodkov, za katere glasbena srenja noče, da jih poznate.

Mehka vezava, 288 strani

18⁹⁰ EUR
* poština

Knjigo lahko kupite na Gorenjskem glasu, Nazorjeva ulica 1 v Kranju, jo naročite po tel. št.: 04/201 42 41 ali na narocnine@g-glas.si.

Če želite, da vam jo pošljemo po pošti, se poština zaračuna po ceniku Pošte Slovenije.

Gorenjski Glas
www.gorenjskiglas.si

Kreativna cvetličarna

V njej sobivata eksotičnost in domačnost.

Ana Šubic

Vodilna ideja – Med cvetjem so preproste vse reči – je tista, ki je v prostorih ob vstopu v mesto (nekdanji kino Storžič, nasproti parkirišča Stara Sava) zaobjela celotno zgodbo odprtja cvetličarne Lunaria, katere ime simbolizira iskrenost. Po njej slovijo Prekmurci, pravi lastnica, gorenjska Prekmurka, cvetličarka Janja Zver. Po otroštvu na kmetiji, študiju na univerzi in dvajsetletnem delu in izobraževanjih na področju cvetličarskih trendov je te dni odprla vrata svoje sanjske kreativne cvetličarne. Z njo ustvarja zeleno oazo, botanični vrt v malem, kjer ob rastlinah, ki zavzemajo vsak kotiček prenovljenega prostora, vnaša v ta del mesta eksotiko s pridihom divje narave v kombinaciji z urbanim glamur-



Cvetličarno Lunaria je v središču Kranja odprla cvetličarka Janja Zver. / Foto: Tina Dokl

jem unikatne keramike ter svežino rezanega cvetja in trajnost posušenega. »Moja vizija je, da eksotične rastline, kot so epifitske zračne orhideje, sobivajo z avtohtonim rastjem. Pri tem stremim k temu, da svoje znanje predajam ljubiteljem cvetja na način, da postanejo suvereni pri vzgoji rastlin in zadovoljni z njo ter da s ponosom podarjajo cvetje sebi in bližnjim, s čimer si na preprost, a iskren način izrazijo naklonjenost.«



NOVO

Knjiga »Še enkrat, prosim!« je namenjena glasbenim učiteljem, učencem in staršem. Jasmina Pogačnik, izvrstna učiteljica klavirja na Glasbeni šoli Kranj, jo je napisala srčno, duhovito in navihano, zato vam knjigo tople priporočamo.

Ob obhajanju petdesetletnice poučevanja klavirja se spodobi, da kaj zapišem!



148 STRANI, TRDA VEZAVA

21

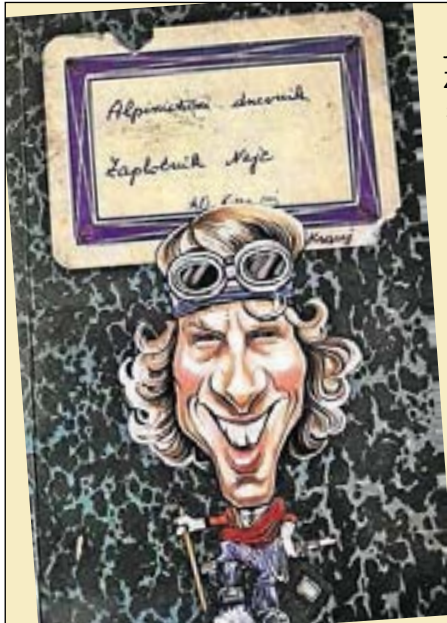
EUR

* Poština

Knjigo lahko kupite na Gorenjskem glasu, Nazorjeva ulica 1 v Kranju, jo naročite po tel. št.: 04/201 42 41 ali na narocnine@g-glas.si.

Če želite, da vam jo pošljemo po pošti, se poština zaračuna po ceniku Pošte Slovenije.

Gorenjski Glas
www.gorenjskiglas.si



Jernej – Nejc Zaplotnik je že v srednji šoli začel pisati Alpinistični dnevnik, v katerem boste občutili njegovo neizmerno ljubezen do narave. Poln je hudomušnih prigod, citatov znanih alpinistov, še neobjavljenih fotografij in ilustracij Jožeta Trobca.

Jernej – Nejc Zaplotnik, slovenski alpinist, 15. april 1952, Kranj, † 24. april 1983, Himalaja.

19⁹⁰

EUR

* Poština

Knjigo lahko kupite na Gorenjskem glasu, Nazorjeva ulica 1 v Kranju, jo naročite po tel. št.: 04/201 42 41 ali na narocnine@g-glas.si.

Če želite, da vam jo pošljemo po pošti, se poština zaračuna po ceniku Pošte Slovenije.

Gorenjski Glas
www.gorenjskiglas.si

Sanjska marelica

Osnovna tema barve leta je nostalgija.

Ana Šubic

V družbi Jub so za barvo leta 2024 izbrali barvo marelice, imenovano Sanjska marelica. Kot so sporočili, je osnovna tema te barve nostalgija, ki jo čustveno doživljamo s prijetnimi in melanholičnimi spomini na preteklost, pomešanimi z občutki topline, ljubezni, zadovoljstva in hrepenenja. »Marelična barva, nekdanje izjemno priljubljena tako v modni industriji kot v notranjem oblikovanju, nam za leto 2024 že ponuja poetično in sugestivno inspiracijo za oblikovanje ambientov. Vse to ob domiselni in koristni uporabi kakovostnih materialov in opreme, zlasti pohištva, stenskih oblog in dekorativnih elementov. Prefinjene odtenke bomo opazili tudi na pročeljih hiš ali izbranih elementih na fasadah,« so prepričani v Jubu.



V družbi Jub so za barvo leta 2024 izbrali barvo marelice.

Poudarili so tudi, da marelična barva slikovito označuje nekaj lepega in nežnega ter odraža željo po vračanju k preprostejšim časom, ko je bilo življenje bolj umirjeno. V prostor prinaša osvežujoč pridih in lahko oživi tudi najbolj preproste bivalne prostore. Pri oblikovanju prostorov ima ključen pomen tudi barva pohištva, saj vpliva na celoten videz in vzdušje prostora. »Ob tem je potreben skrben premislek o kombinacijah barv, da se bodo harmonično ujemale ter intimno in s toplino dopolnjevale z barvno shemo celotnega prostora, odtenkih na stenah, tleh, stropih in drugih elementih. Odločite se za kombinacijo, ki ustvarja privlačno atmosfero, ravnotežje, vizualno udobje in skladnost z oblikovalskim konceptom celotnega prostora,« so svetovali v Jubu.

MOJE NOVOLETNE ZAOBLJUBE

- Prenovi kopalnico
- prebeli stbe
- varčuj z elektriko

TOP

AKCIJA

SAMO V MERKURJU

VEČ NA
merkur.si/novoletne-zaobljube

MERKUR

MERKUR Kranj Primskovo
Cesta Staneta Žagarja 67
4000 Kranj

Za uresničitev novoletnih zaobljub glede urejanja doma, renovacij in gradbenih del je MERKUR pravi naslov! Preverite našo bogato ponudbo stenskih in talnih oblog, izdelkov za termo in hidroizolacije, elektroinstalacije in vodovod, barv in premazov, gradbenih izdelkov in lesa, sanitarne keramike oziroma prav tistega, kar potrebujete za to, da se lotite dela. Izkoristite pa še posebne januarske akcije in možnost plačila na obroke brez obresti.

Kaj moti voznikovo pozornost

Včeraj, 22. januarja, se je končala enotedenska nacionalna preventivna akcija Osredotoči se na cesto za zmanjšanje uporabe telefona med vožnjo in drugih ravnanj, ki vplivajo na pozornost voznika. Zakaj se je Agencija za varnost prometa odločila za prvo tovrstno akcijo doslej?

Ana Šubic

V Agenciji za varnost prometa (AVP) opozarjajo, da na voznikovo sposobnost osredotočenosti med vožnjo poleg aktivne uporabe mobilnega telefona vpliva vrsta dejavnikov, kot so prehitra vožnja, različna čustvena stanja, utrujenost in obvladovanje stresa. »Med moteče dejavnike vštevamo tudi nastavljanje različnih sistemov v vozilu, kot

so radio, klimatska naprava in multi-medija pa tudi prehranjevanje, kajenje in ličenje. Pomemben dejavnik je predhodno uživanje alkohola, drog, drugih psihoaktivnih snovi, še posebej v kombinaciji z zdravili,« je pojasnila direktorica AVP Simona Felser.

AVP je ta mesec izvedla spletno anketo, v kateri je sodelovalo 1850 oseb, z njo pa so želeli pridobiti uvide o osebnih prepričanjih in navadah ter motnjah, ki lahko pomembno vplivajo na sposobnost osredotočanja voznikov na vožnjo.

Anketa je po besedah Felserjeve pokazala, da je pozornost voznikov na vožnjo prepogosto manjša, kot bi morala biti. Kar četrtnina voznikov tako priznava, da med vožnjo niso vselej pozorni na druge udeležence v prometu, da ne spremljajo prometne signalizacije in ne spoštujejo pravil. Več kot 40 odstotkov pa jih priznava, da med vožnjo kadijo, se ličijo, prehranjujejo ali izvajajo druga opravila. Le tretjina voznikov med vožnjo vedno obvladuje svoja čustva, ki tudi lahko vplivajo na po-










**Na zalogi več kot 250 preverjenih
rabljenih vozil z jamstvom!**



ODLIČNA PONUDBA MALO RABLJENIH VOZIL starosti do 1 leta!



AH VRTAČ – najboljša izbira tudi za servis starejših vozil, ob servisiranju pri nas nudimo **delna kritja stroškov ob okvarah** tudi do 10 let. Lepo vabljeni!

Avtohiša Vrtač d.o.o.
CENTER RABLJENIH VOZIL
Delavska cesta 4, 4000 Kranj
Tel.: +386 4 27 00 243
Email: info@vrtac.si
Spletna stran: www.avtohisavrtac.si


časnejši reakcijski čas, slabše predvidevanje ter večjo verjetnost za bolj tvegane odločitve in agresivno vožnjo.

Anketa je tudi pokazala, da le polovica voznikov vedno prepozna lastno utrujenost in posledično tudi ustrezno ukrepa. Treba je opozoriti,

”

Četrtnina anketiranih voznikov priznava, da med vožnjo niso vselej pozorni na druge udeležence v prometu, da ne spremljajo prometne signalizacije in ne spoštujejo pravil. Več kot 40 odstotkov pa jih priznava, da med vožnjo kadijo, se ličijo, prehranjujejo ali izvajajo druga opravila.

Bubnič sistemi



- izdelava in programiranje avtomobilskih ključev
- servis protivlomnih vrat
- pametne ključavnice
- cilindrični vložki na lastniško kartico
- intervencijsko odklepanje vrat



Dražen Bubnič s.p., Grinotoška ulica 45, Kranj

Dražen Bubnič, s. p., Kontakt: 070 858 088
 bubnicsistemi@gmail.com, www.bubnic-sistemi.com

da utrujenost voznika prispeva k od 15 do 20 odstotkom prometnih nesreč z najtežjimi posledicami.

Skoraj 90 odstotkov voznikov se zaveda, da vožnja pod vplivom alkohola vpliva na sposobnost osredotočenosti, a se jih le polovica odpove vožnji po zaužitju alkohola, čeprav minimalnih količin. Na AVP ob tem opozarjajo, da že prvi popit kozarec alkoholne pijače vpliva na zmožnost presoje in reakcijski čas voznika. Varne meje pitja alkohola ni, poudarjajo.

Kar 40 odstotkov anketiranih tudi priznava, da med vožnjo uporabljajo mobilni telefon brez prostoročnega sistema. Kot opozarjajo na AVP, je prostoročno telefoniranje med vožnjo sicer dovoljeno, vendar pa tudi to zmanjšuje voznikovo pozornost in ga zaradi zapoznelih reakcij postavlja v podobno tveganje, kot da bi del poti prevozil z zaprtimi očmi.

Slovenski policisti so lani ugotovili 24.797 opisanih prepovedanih ravnanj voznikov, leto pred tem pa 25.700.

 **HONDA**

Japonska odličnost
po vaši meri.



Novi


CR-V

Novi

ZR-V

CIVIC

HR-V

- Japonska zanesljivost
- Vrhunska opremljenost
- Financiranje po vaših željah
- Hibridna tehnologija  **HEV**
- Honda SENSING varnostni sistemi

Več informacij o ponudbi na www.honda.si Kombinirana poraba goriva 0,8-6,7l/100km. Emisije CO2 kombinirano 18-151/km. Emisijski razred A-E. Emisijska stopnja Euro 6d final. (WLTP meritve) Ogljikov dioksid (CO2) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM10 in PM2,5 ter dušikovih oksidov.

Avtotohiša Žibert | Britof 173, 4000 Kranj | 04 23 43 100 | www.honda-zibert.com

www.gorenjskiglas.si


Her nec
VLEČNE KLJUKE

Kvalitetna in hitra montaža

BRiNK

www.her nec.si
info@her nec.si
Tel: 01 362 10 11

Her nec, d. o. o.
Spodnje Pirniče 53c
1211 Ljubljana Šmartno

V kranjskem Goodyearu tudi dvajsetpalčne pnevmatike

V kranjskem podjetju Goodyear Slovenija so decembra lani začeli tudi proizvodnjo 20-palčnih pnevmatik. Proizvodnjo večjih in zahtevnejših pnevmatik, po katerih povprašujejo predvsem kupci luksuznih avtomobilov in tudi električnih ter športnih terenskih vozil, jim omogočajo novi napredni stroji, ki so jih namestili v sklopu razširitvenega projekta. V lanskem letu so namreč dokončali gradnjo dveh dodatnih stavb v skupni površini 5400 kvadratnih metrov, s čimer so skupne prostore povečali za četrtnino. »Dosežek je za našo tovarno dobra odskočna deska za uvajanje tudi drugih vrhunskih pnevmatik še večjih dimenzij,« je povedal Anže Kalan, vodja razvojne skupine podjetja Goodyear v Sloveniji. Delo z novimi stroji je zmanjšalo tudi intenzivnost fizičnega dela, povečala pa se je potrebna stopnja tehničnih znanj, ki jo zaposleni potrebujejo za upravljanje naprednih tehnologij. Zato so v podjetju vselej tudi v iskanju novih delavcev, predvsem operaterjev z višjo stopnjo tehničnih znanj in strokovnih delavcev s srednjo in visoko izobrazbo.



PEUGEOT
NOVI 2008
SAMOZAVESTNA PRIVLAČNOST

ZA **18.990 €**
FIKSNA OBRETNOSTNA MERA
BON ZA ZIMSKE PNEVMATIKE

5 LET JAMSTVA **MOJ PEUGEOT**

PEUGEOT Priporočila TotalEnergies Poraba v kombiniranem načinu vožnje po WLTP ciklu: od 4,8 do 6,5 l/100 km. Izpuh CO₂: od 119 do 147 g/km. Emisijska stopnja: EURO 6. Vrednost specifične emisije dušikovih oksidov NOx: od 0,0181 do 0,0531 g/km. Emisije trdnih delcev: od 0,00029 do 0,00090 g/km. Število delcev: od 0,09 do 1,46. Ogljikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov.

Primer informativnega izračuna finančnega leasinga Peugeot Financiranje za vozilo Peugeot 2008 (Active 1.2 PureTech 100 STT €6.4, siva Sellenium barva) maloprodajna cena z DDV z vključenim Peugeot Financiranje bonusom (v ceni je obračunanih 1.000 EUR popusta v primeru financiranja Peugeot – MODRI BONUS, pod pogojem vsaj 24 mesečne dobe financiranja) je 18.990 EUR; mesečno odplačevanje; mesečni obrok je 194 EUR pri pologu v višini 30 %, ročnosti 96 mesecev; višina pologa je pri akciji omejena od 10 % do 50 %, doba financiranja je vezana na ročnost od 24 mesecev do 60 (pravne osebe) ali do 96 (fizične osebe) mesecev; DDV je obračunan v obrokih; EOM na dan 7. 9. 2023 znaša 9,21 %; fiksna obrestna mera 8,1 %; financirana vrednost 13.293 EUR; skupni znesek za plačilo 23.932 EUR; stranka v primeru Peugeot Financiranja prejme tudi avtomobilsko kasko zavarovanje za 1 EUR za prvo leto. Za podrobnosti o ponudbi se obrnite na vašega prodajalca vozil Peugeot.

peugeot.si

AVTOHIŠA KAVČIČ d.o.o., Milje 45, 4212 Visoko, tel. 04 275 93 00

RESNIČNA DOŽIVETJA ČAKAJO



**NOVI JEEP AVENGER V BENCINSKI RAZLIČICI ZA 22.990 EUR
IN Z BONOM* ZA NAKUP ZIMSKIH PNEVMATIK.**



Povprečna poraba goriva: 5,6 l/100 km. Emisije CO₂: 126 g/km. Uradna vrednost emisijske stopnje: Euro 6.4. Specifične emisije NOx: 0,0309 g/km. Poraba električne energije (Wh/100 km) pri kombinirani vožnji: 159-154; izpusti CO₂ pri kombinirani vožnji (g/km): 0. Brez izpustov CO₂ med vožnjo. Ogljikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov.

* Vrednostni bon za zimske pnevmatike v znesku 600 EUR (z vključenim DDV) velja le za nakup zimskih pnevmatik pri pooblaščenem prodajalcu z vozili Jeep. Veljavnost bona ni vezana na financiranje. Več o bonu si lahko preberete na spletni strani jeep.si. Za podrobnejše informacije se obrnite na pooblaščenega prodajalca vozil Jeep. Podatki so bili pravilni v času priprave oglasa. Pridržujemo si pravico do sprememb. Slike lahko prikazujejo opremo, ki ni na voljo serijsko in je dostopna z doplačilom. Freedom is electric: elektrificirana svoboda.

www.jeep.si

Avto Močnik

Jezerska cesta 135, Kranj, jeep@avtomocnik.si

MAZDA CX-30

Že od 211 EUR

Mazda CX-30 G122 PRIME-LINE

Reprezentativni primer izračuna za novo osebno vozilo Mazda CX-30 G122 PRIME-LINE: vrsta financiranja: finančni leasing * predračunska vrednost predmeta financiranja: 26.610,00 EUR * lastna udeležba (polog): 7.983,00 EUR * znesek financiranja: 18.627,00 EUR * število obrokov: 72 * mesečni obrok: 210,49 EUR * stroški odobritve: 266,10 EUR * preostanek vrednosti: 7.983,00 EUR. Skupni znesek za plačilo brez lastne udeležbe: 23.138,28 EUR * letna fiksna obrestna mera: 5,5 % * efektivna obrestna mera: 5,6211 % na dan 21. 09. 2023*



Kombinirana poraba goriva WLTP: 5,6 – 6,9 l/100 km. Emisije CO₂: 134 – 156 g/km. Uradna vrednost emisijske stopnje: 6d-ISC-FCM. Specifične emisije NOx: 0,009 – 0,0494 g/km. Ogljikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM10 in PM2,5 ter dušikovih oksidov.

DRIVE TOGETHER

AVTO MOČNIK d.o.o.
JEZERSKA CESTA 135 / 4000 KRANJ
tel.: 04 281 77 17



**OVEN**

21. marec–21. april

Ljubezen: Imejte na vrhici svoj temperament, če si želite biti deležni pozitivne energije veselja. Finance: Nenavaden začetek meseca se obeta na poslovnem področju, konec meseca pa boste vsi ovni deležni finančnega priliva. Zdravje: Vaše zdravje bo odlično, toda vseeno ne pozabite na ukrepe za njegovo ohranitev.

**LEV**

23. julij–23. avgust

Ljubezen: Vezani levčki boste tako na ljubezenskem kot na prijateljskem področju utrjevali obstoječe zveze. Pozor, štorke lahko letajo naokoli! Finance: Garanje, garanje in še enkrat garanje, ampak konec meseca bo lepo v vaši denarnici. Zdravje: Malce ste pretiravali z raznimi dobrotami, zato le previdno glede prebave.

**STRELEC**

23. november–21. december

Ljubezen: Več časa bo treba vložiti v partnerski odnos, pa ne dovolite trmi oziroma egu, da bi vam narekovala vaša dejanja in predvsem besede. Finance: Finance bodo odlične in temu primerno boste menili, da lahko tudi trošite. Dajte si duška tokrat. Zdravje: Vse bo v redu, čeprav bo razpoloženje nihalo.

**BIK**

22. april–20. maj

Ljubezen: V začetku meseca ne bo šlo čisto tekoče, zato pa bo konec toliko slajši. Finance: Polni boste poslovnih idej in kar sanjali boste o načinih in poteh, kako jih uresničiti. Seveda vam v celoti uspe. Zdravje: Viroze znajo priti na nenapovedan obisk, vendar bo druga polovica meseca že bolj pozitivna.

**DEVICA**

24. avgust–23. september

Ljubezen: Za vas to ne bo najboljši ljubezenski mesec, zato previdno z dejanji in besedami. Finance: Veseli december je bil na finančnem področju preveč vesel, zato ne zapravljajte ta mesec in na splošno. Zdravje: V začetku januarja kakšne manjše težave, stresi, ves mesec bodite zelo previdni za volanom.

**KOZOROG**

22. december–20. januar

Ljubezen: Tisto, kar boste pokvarili v odnosih na začetku meseca, boste popravljali še v drugi polovici in krepko delali na tem. Finance: Dobro vam bo šlo, saj ste bili decembra kar pridni, vseeno pa pričakujte kakšen nepredviden strošek. Zdravje: Kakšen pregled vam ne bi škodil, panika pa vsekakor ni potrebna.

**DVOJČKA**

21. maj–21. junij

Ljubezen: V komuniciranju s partnerjem in družino si pripravite več potrepljivosti in razumevanja. Finance: Finančno stanje ne bo preveč pozitivno; poslovno bodite zelo pazljivi, da vas ne ogoljufajo. Zdravje: Čisti tobogan bo tole vaše zdravje – danes odlično, naslednji dan pa zanič.

**TEHTNICA**

24. september–23. oktober

Ljubezen: Gori doli vas bo premetavalo ta mesec v partnerskem odnosu, imejte to v mislih in »ne spuščajte ega s povodca«, delajte na zblizevanju. Finance: Pod precejšnjim stresom boste, saj boste imeli več nepredvidenih stroškov. Zdravje: Nespečnost vas bo večkrat obiskala, pomagajte si z razbremenitvijo.

**VODNAR**

21. januar–19. februar

Ljubezen: Neizmerno uživajte v začetku meseca, proti koncu pa malce bolj previdno v splošnem pomenu. Finance: Denarne zadeve bodo ta mesec za vas čisto povprečne, zato zapravljajte manj. Zdravje: V drugi polovici boste imeli težave z nespečnostjo, morebiti s kakšnim glavobolom, povezanim z očmi.

**RAK**

22. junij–22. julij

Ljubezen: Začetek meseca bo kot v pravljici, proti koncu pa popazite na ego. Ni nujno, da mora biti vaša beseda zadnja. Finance: Veliko priložnosti vam bo prišlo naproti, zato je le pogumno dalje. Zdravje: Tudi vam bo zdravje odlično služilo, toda to ne pomeni, da lahko spite na preteklih lovrikah.

**ŠKORPIJON**

24. oktober–22. november

Ljubezen: Odlična priložnost za poglobitev in okrepitev vašega partnerskega odnosa, vse se bo odražalo tudi v intimi. Finance: Zelo zadovoljni boste s prilivi v denarnici, saj so vam energije naklonjene. Zdravje: Viroze, prehladi in podobno bodo na pohodu, zato bo pa kasneje toliko bolj napolnjeno z energijo.

**RIBI**

20. februar–20. marec

Ljubezen: Tokrat se boste morali krepko truditi za harmonijo tako pri partnerju kot pri družini. Ni vse v darilih, besede so tiste, ki lahko božajo. Finance: Previdno z denarjem, ne vlagajte nikamor brez temeljitega pregleda oziroma svetovanja. Zdravje: Zdravje bo povprečno, ne pozabite na gibanje in zdravo prehrano.

Poskenirajte QR kodo z vašo napravo



POSEBNA PONUDBA
- 23%

Vinil klik BE3090 0,3 mm
1212,4 mm x 177,35 mm x 5 mm
Redna cena: € 38,90/m²
Akcijska cena: € 29,95/m²



Vinil klik BP2049 0,3 mm
1212,4 mm x 177,35 mm x 5 mm
Redna cena: € 38,90/m²
Akcijska cena: € 29,95/m²



POSEBNA PONUDBA
- 20%

Laminat Kaindl 37526
1383x193x8 mm
Redna cena: € 15,90/m²
Akcijska cena: € 12,72/m²

Laminat Kaindl 37195
1383x193x8 mm
Redna cena: € 15,90/m²
Akcijska cena: € 12,72/m²

Laminat Kaindl K4420
1383x193x8 mm
Redna cena: € 16,90/m²
Akcijska cena: € 13,52/m²

Jelenčeva 1, Kranj - IBI center

T.: 040 418 251 ali 04 204 27 14

www.les3plus.si | www.razrezipomeri.si



Popusti se ne seštevajo. Akcijska ponudba velja do določene in označene materiale od prodaje oziroma do 31.01.2024. Slike so simbolične. Pridržujemo si pravico do spremembe tehničnih podatkov in cen, ki bi bili zaradi morebitnih tiskarskih napak na tej strani napačno navedeni. Cene so z 22% ddv-jem.

ALPINA

SMUČARSKÉ
ČELADE & OČALA



ziener

EST. 1946

SMUČARSKA
OBLAČILA & ROKAVICE

ROCES®

OTROŠKI NASTAVLJIVI
SMUČARSKI ČEVLJI & DRŠALKE



www.asa.si

ASA NAKLO d.o.o. · 04 277 08 00 · info@asa.si