

GORENJSKA



Leto: XI - ISSN - 1581-615X

Februar 2010 • Številka 1

Za vas beležimo čas

Gorenjski Glas

lesnina

Do konca marca
v PE Jesenice in Kranj

Izjemna priložnost

GRATIS

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

kuhinje Svea

DODATNI POPUST

-50%

kuhinja MELISA

-20%

kuhinje BRINA, LINA, LEONA,
IRENA, LAURA, TAMARA,
NEŽA in JANJA

-10%

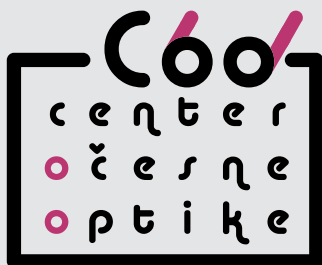
vse ostale kuhinje

SVEA®

v Lesnini se
vedno splača



www.lesnina.si



pregledi in kontrola vida

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



adidas

GIORGIO ARMANI

LA FERRE

Dior

GUCCI

UNITED COLORS OF BENETTON

Ray-Ban

Dior

Blumarine

DOLCE & GABBANA

GUCCI

MISSONI

extē

POLICE



* OKULISTIČNI PREGLEDI VIDA

* IZDELUJEMO ŠPORTNA IN SONČNA OČALA Z DIOPTRIO

* POSEBNE UGODNOSTI ZA UPOKOJENCE

* PONUDBA OČAL NA RECEPT BREZ DOPLAČILA



Novi modeli korekcijskih očal 2010 za vse generacije!



Pogodbeni dobavitelj medicinsko-tehničnih pripomočkov



Nova linija očal že v naši optiki!
Designer: Ted Ligety



C.O.O., d.o.o., Kranjska cesta 24, 4202 Naklo

Center očesne optike.
Center korekcijskih in sončnih očal ter kontaktnih leč.

Vaš center!



Obiščite nas ob krožnem križišču v Naklem

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

DELOVNI ČAS: med tednom 8:30 - 18.30,
sobota 9.00 - 12.00, nedelje in prazniki zaprto

HITEX
Zdravo spanje

HITEX d.o.o., Parizanska 4, Ravne na Koroškem

www.hitex.si

- LATEX LEŽIŠČA • ANATOMSKI VZGLAVNIKI • HITOFLEXI
- KAŠMIR MERINO POSTELJNINA • POSTELJE IZ MASIVNEGA LESA

SEJEMSKI POPUST

Ob nakupu ležišča prejmete pododejo v vrednosti 54,90 €.

Kranj - Planet TUŠ, tel.: 04 / 60 00 124



Naslovnica - foto: Tina Dokl

MOJA GORENJSKA JE PRILOGA ČASOPISA

Gorenjski Glas

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

Časopis dopolnjujemo z brezplačnimi prilogami, kot so Moja Gorenjska, Kranjčanka in Ločanka, ter ob koncu leta z letopisom GORENJSKA - darilom pred božično-novoletnimi prazniki.

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

Dobrodošli v družbi naročnikov Gorenjskega glasa.

MOJA GORENJSKA, ISSN 1581-615X, izhaja kot priloga poltednika Gorenjski glas, v nakladi 80.000 izvodov. Ustanovitelj in izdajatelj: Gorenjski glas, d. o. o., Kranj, Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj. Odgovorna urednica: Marija Volčjak, uredništvo: Gorenjski glas, vodja oglasnega trženja Mateja Žvižaj. Priprava za tisk Gorenjski glas, d. o. o., Kranj. Tisk: Druck Carinthia GmbH & CoKG, St. Veit/Glan (Št. Vid na Glini), Avstrija. Distribucija: Pošta Slovenije, d. o. o., Maribor. Uredništvo, naročnine, oglasno trženje: Bleiweisova cesta 4, Kranj, telefon: 04/201-42-00, telefax: 04/201-42-13. E-pošta: info@g-glas.si, mali oglasi: telefon 04/201-42-47. Delovni čas: ponedeljek, torek in četrtek od 8. do 17. ure, sreda od 8. do 18. ure, petek od 8. do 14. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprto. MOJA GORENJSKA, številka 1, februar 2010 je priloga 16. številke Gorenjskega glasa, ki je izšla 26. februarja 2010.

Moč anonimk

Zazvonil je telefon in kranjski policist mi je povedal, da ima prijavo, ker sem pred štirinajstimi dnevi na Bledu prevozila rdečo luč. Prevozila rdečo luč ...? Saj vendar vedno pridno počakam, da se prižge zelena! To je neslana šala! Toda, na drugi strani telefona je vendar policist! Končno sem zajela sapo in vrnila "udarec": če sem prevozila rdečo luč, zakaj me pa niste kaznovali? Policist je bil prijazen in mirno pojasnjeval, da je prijava anonimna. Prijavil me je torej neznanec. Moja osuplost je bila popolna. In kaj lahko storim? Pokličite policijsko postajo na Bled, policistka, ki je bila takrat dežurna, bo dosegljiva v petek dopoldne.

V naslednjih dneh sem sama pri sebi nešteto krat premlela dogodek na Bledu. Tistega dne sem bila res tam, šla sem na odprtje razstave v hotelu Golf. Odprli so jo ob petih popoldne, zadržala sem se dobro uro. Torej petnajst minut pred šesto uro nisem mogla prevoziti križišča pri Unionu v smeri proti Bledu. Anonimnež torej ni bil natančen, saj se je zmotil že pri uri. Čez križišče Union sem peljala uro prej, bilo je prazno, torej nisem nikogar ogrožala, kakor trdi anonimnež. Zimsko popoldne je bilo zelo temno in spraševala sem se, ali na Bledu nimajo nobene luči, da bi videla, kje se zavije proti Golfu. In seveda vozila zelo počasi. Voznik za mano, v ogromnem terencu, je hitro izgubljal živce. Ko sem pri Lovcu ustavila, ker so nasproti pripeljali trije vozniki, je čisto ponorel, krilil je z rokami in mi kazal ...

Naj sem še tako premlevala anonimno prijavo, vedno znova sem se znašla pri ugotovitvi, da me je verjetno prijavil nestrpni voznik, ki je svojo jezo ohladil tako, da je poklical policijo. Moja registrska številka mu je vendar sijala v obraz.

Ko sem v petek dopoldne poklicala blejsko policijsko postajo, se je najprej oglašil komandir, ki me je prijazno skušal prepričati, da ni nič takega, če sem prevozila rdečo luč, da se je tudi njemu to že zgodilo. Ker nisem nasedla na njegove limanice, me je prevezal k policistki, ki je bila v času anonimne prijave dežurna. Mirno je poslušala mojo zgodbo in mi očitno verjela, saj prijava ni šla naprej. Z anonimnimi prijavami imamo kar veliko dela, je še povedala.

Zgodbo sem seveda pripovedovala naprej. In slišala več podobnih. Najbolj vesela se mi je zdela o rožah, ki jih vaški fantje vsako leto, na krajevni praznik, zamenjajo na oknih hiš, nato zaradi prijave pridejo policisti in vaščane sprašujejo, ali so njihove rože res shodile. Najbolj kruta pripomba znanke, da zdaj ve, kako bo lahko zajeb... svojega bivšega.

Zgodba o anonimni prijavi je stara nekaj mesecev, na misel mi je prišla te dni, ko na spletu berem anonimne pisce, ki so zaradi nevarnih psov tako razburjeni, da ne izbirajo besed. Vse kaže, da moč anonimk postaja vabljava tudi za politike. Zdravo pamet bomo ohranili, če bo anonimke spremljal resen dvom, saj jih ne pišejo samo poštenjaki.

Marija Volčjak

Marijan Lipovšek tudi fotograf

Letošnjega 26. januarja smo se spomnili stoletnice rojstva enega najeminentnejših slovenskih glasbenikov, skladatelja, koncertnega pianista, pedagoga, urednika, direktorja Slovenske filharmonije in dolgoletnega profesorja ter dekana na Akademiji za glasbo v Ljubljani Marijana Lipovška. Planinska javnost pa ga pozna tudi kot alpinista, pisatelja, prevajalca, fotografa in sploh častilca gorskega sveta.

Srečanja na Planini v Lazu

Profesorja Marijana Lipovška sem imel čast spoznati jeseni 1982 kot recenzenta moje prve fotografske knjige *Grintovci ...* Pred tem sem poznal njegove planinske spise in fotografije iz *Planinskih vestnikov* in dveh izdaj knjige *Steze, skale in smučišča* (1962, 1978), tudi kot prevajalca knjig gorske literature (*Kugijevih Pet stoletij Triglava* in *Božanski nasmeh Monte Rose*, *Harrerjevih Beli pajek* in *Sedem let v Tibetu* in še mnoge druge) ... Nato sva se leto za letom srečevala na Planini v Lazu, kjer je preživel poletja, in rekla kakšno o gorah, knjigah in fotografiji, a šele leta potem, ko je na božič 1995 odšel, sem ob gledanju njegovih črno-belih planinskih fotografij postajal bolj radoveden - kar zdelo se mi je, da se nekje v škatlah skriva še veliko izvrstnih fotografij.

Pa je nanoslo, da sem lani poleti v Lazu srečal gospo Mirjano, ki kljub osmim desetletjem še prihaja v pastirski stan in skrbi zanj ter tako ohranja spomin na Lipovškovo bivanje pod Debelim vrhom. Omenila je, da se bomo v letu 2010 spominjali stoletnice Marijanovega rojstva in bi se spodobilo, da bi bilo ob glasbenih dogodkih še kaj planinskega zraven - ni še zaključila stavka, ko sem pristavil svojo radovednost o Lipovškovi fotografski ustvarjalnosti ...

Zdelo se ji je zanimivo in obljubila je, da poizve, če so in kje shranjeni negativni, diapozitivi in fotografije ...

Ni preteklo veliko časa, ko sem na Glasbenem oddelku NUK-a v Ljubljani stal pred škatlami Lipovškove fotografske zapuščine. Predvsem so me zani-

mali črno-beli negativni filmi in originalne fotografije iz Lipovškove predvojne fotografske temnice. Vsak negativ je shranjen v svoji papirnati vrečki, na vogalu so z nalivnim peresom zapisane številke od 1 iz leta 1935 do okrog 3000 iz sredine 60. let. Žal se je nekam



Marijan Lipovšek pred svojim stanom na Planini v Lazu, 1985 (Foto: F. Stele)



Špehovi pod Vel. Rogatcem, 1936

založil zvezek, gotovo je obstajal, kamor je avtor zapisal podatke (letnico, kraj in vsebino) za vsako številko negativa. Tako nas je čakalo še raziskovalno delo in s skupnimi močmi smo odkrili podatke za večino fotografij, levji delež je pri tem opravil Lipovškov sin Matej, za nekaj pojasnil pa sem hvaležen tudi Lipovškoveemu mlajšemu sinu, tudi skladatelju, Boru Turelu.

Prvi koraki v fotografiji

Po diplomu iz klavirja in kompozicije (1932) ter izpopolnjevanju na mojstrski šoli v Pragi je Marijan Lipovšek komaj 23 let star (1933) postal profesor za klavir in teoretične predmete na Visoki šoli državnega konservatorija v Ljubljani, predhodnici leta 1939 ustanovljene Akademije za glasbo. Za gornišтво in fotografijo ga je navdušil njegov profesor klavirja Janko Ravnik, eden vodilnih planinskih fotografov, in predvidevam, da je bila vsaj ena prvih Lipovškovih plač namenjena nakupu fotografske opreme.

Tedaj enkrat je postal lastnik kvalitetne mehovke Ikonte (format filma 6 x 9 cm, objektiv 6,3/105 mm), s katero je naredil prve (oštevilčene) negative oziroma fotografije prijateljev in domačih. Menda pa je uporabljal tudi aparat na plošče (plan film formata 6,5 x 9 cm), v arhivu je nekaj (neoštevilčenih) tovrstnih negativov ... Julija 1936 se je sam

odpravil na večdnevno turo, o njej je pisal v Planinskem vestniku (1937) pod naslovom Po vrhovih Menine do Pece in Olševe. Pisateljsko in fotografsko je bil na romanju čez drn in strn dobro razpoložen in je naredil tudi nekaj odličnih fotografij, izjemna je Raduha iz Podvolovljeka (neg. 118). Od tu naprej planinska fotografija postane vse pomembnejša v Lipovškovem fotografskem izražanju. Avgusta istega leta fotografira vzdušje na nabito polnem stadionu na olimpijskih igrah v Berlinu (neg. 175), prav ta fotografija nas popelje do pomembnega podatka: osemnajst let star je leta 1928 Marijan Lipovšek na olimpijskih igrah v Amsterdamu na klavirju spremljal jugoslovanski telovadni nastop (Jugoslovanska epopeja), Leona Štuklja in tovariše ...

Piktoralisti in nova stvarnost

Na slovenskem fotografskem polju se sredi tridesetih let še ni polegel konflikt med zagovorniki in kritiki piktoralizma. Prvi so bili mnjenja, da mora fotografija slogovno in tematsko čim bolj posnemati slikarstvo, da bi s tem tudi fotografija postala umetnost in bi jo lažje tržili - za to so za blažitev ostrine na sliki uporabljali posebne filtre mehkorisce (soft filter), s papirnimi negativi onemogočali drobne detajle in povečevali zrnatost ter fotografije razvijali s posebnimi tehnikami, plemeni-

timi tiski (bromolje ...), postavljali v zlatem rezu ... Drugi so zagovarjali fotografijo kot samostojno umetniško smer, ki mora slediti možnostim, ki jih ponuja razvoj fotografske tehnike.

Leta 1931 ustanovljeni ljubljanski Fotoklub je združeval tako piktoralistično usmerjene fotografe, ki so zrasli iz predvojnne impresionistične tradicije, kot tudi privrženec naprednejše (s fotografskega medija gledano) nove stvarnosti. Slednji so v svoji modernistični vnemi vse bolj navduševali, zagovarjali so realistične motive, fotografiranje preprostih in vsakdanjih prizorov brez olepševanja, predvsem predmetov od blizu itd. Pogledi in usmeritve obojih so se ustvarjalno zlili v skupini, ki se je zbirala okrog Janka Ravnika (1891-1982), ki je vodil fotografsko sekcijo pri Turistovskem klubu Skala; ti so veliko objavljali v Planinskem vestniku, fotografije kot priloge so bile natisnjene v izredno kvalitetnem bakrotisku. Med temi "Skalaši" v drugi polovici tridesetih let najdemo tudi Marijana Lipovška, poleg planinskih spisov veliko objavlja fotografije.

V uvodniku knjige Slovenska fotografija, ki jo je leta 1935 izdal Fotoklub Ljubljana, Karlo Kocjančič (1901-1970) s pravim olajšanjem ugotavlja "umik s hrupnih bojišč še nedavno prevladujočih gesel popolne nove stvarnosti, fotografskega ekspresionizma in futurizma, v zatišje starejšega - kakor temu pravijo - preizkušenega, romantičnega, impresionističnega gledanja na stvari ...". Še na nekaj ne smemo pozabiti: svetovna gospodarska kriza se je tedaj že dodobra zažrla v vse pore življenja in postala tudi predmet fotografske obdelave - nekateri so bili mnjenja, da je bil njen socialni moment preveč v ospredju na račun izrazito slovenskih liričnih tem, "pravilneje bi bilo torej označiti položaj današnje slovenske fotografije kot povratek k staremu, ki pa se oplaja ter razširja s pogledi in načini sodobnega človeka. Na tej točki si ustvarja slovenska fotografija svojo novo narodno vsebino ...". Eden od glavnih vzrokov za takšno gledanje in skrb za večjo naslonitev umetnosti na domače motive je skrit v ozadju: naraščanje nemškega nacionalizma in slutnja velike vojne ...



Marijan Lipovšek (čisto na desni) pred vojno s svojo tovarišijo na Triglavu

Lipovškov ekspresionizem v fotografiji

V takšnem vzdušju Marijan Lipovšek - fotograf začel svoj kvalitetni vzpon, ko na večer 3. oktobra 1936 v ljubljanski drogeriji Adrija (podatek iz zapiskov v letnem koledarčku) kupi enega najbolj zaželenih aparatov tistega časa, dvookega Rolleicorda (format filma 6 x 6 cm, objektiv 3,5/75mm). Že naslednji dan se odpravi na polhograjsko turo, na Sv. Lovrenca in Črni vrh, da preizkusi novo tehniko. Rolleicord mu omogoča natančno kontrolo ostrine, saj podobno kot pri zrcalno refleksnih aparatih ostrenje poteka skozi objektiv. Ta lastnost aparata fotografu daje možnost, da se poigrava s tako imenovano poetično neostrino kot ozadjem izbranega detajla na slikovnem polju. V tem Lipovšek postane velik mojster in v tem je tudi njegova presežna vrednost na področju fotografije.

Če je na začetku svoje fotografske poti delal predvsem dobro komponirane pejsaže (6 x 9 cm negativ), zdaj od fotografije zahteva in dobi več. Na slikovnem polju se osredotoči na detajl, ki ga "vznemirja", ga izostri in odlepi od ozadja, ki tako postane mehko zbrisana kulisa. Že najde kje kakšno vejo, za večino popotnikov popolnoma nepomembno, ki jo postavi na oder in

tako rekoč po božje časti, vse tisto, v kar strmi množica, pa v trenutku postane v ozadju, zapostavljeno in v komaj rahli zaznavi ... Na primer hruškova veja v zgodnji pomladi z drevesi, kozolcem in oblaki v zabrisanem ozadju (neg. 1095), bohinjski Studor kot kulisa z v ivje okovanim vejam (neg. 877) ali pa Vogar, kjer ga pritegne odblesk ledenih sveč na enem od pastirskih stanov (neg. 1393). Na tej točki Lipovškovo ustvarjanje lahko uvrstimo v ekspresionizem (redkost v zgodnjem obdobju razvoja slovenske fotografije!), kar se da z lahkoto utemeljiti. Pa tudi sicer se v kvadratnem slikovnem polju dobro znajde, nepozabne so stara skrivenčena hruška na polhograjskem polju in Sv. Lovrencem v ozadju (neg. 1618), smučar v južnih strmališ Pršivca (neg. 862) ali pa Sv. Jakob na "notnem črtovju" lesenega kozolca (neg. 890). Vsaj na dveh fotografijah je uporabil tudi filter mehkorisec, zloglasno orodje iz časov piktoralizma (neg. 1096, 1340), čeprav mu ni šlo za kakšno kotiranje s slikarstvom ... Zelo rad fotografira zasneženo pokrajino na smučarskih poteh, posebno v gorah nad Bohinjem. Tehnična značilnost njegovih fotografij, to je opaziti tudi pri nekaterih drugih avtorjih, je mehko razvijanje, kar omogoča bogastvo vmesnih tonov - dela v lastni temnici.

Njegovo fotografsko ustvarjanje oslabita vojna in še bolj prva leta po vojni ... Pred tem veliko koncertira, poučuje klavir in se izpopolnjuje v kompoziciji v Rimu (1939-1940) in Salzburgu (1944). Glasba je seveda Lipovškovo glavno ustvarjalno polje, a veliko razmišlja tudi o fotografiji ...

Razpetost med glasbo, gorami in fotografijo

Tako v Planinskem vestniku leta 1944 zapiše: "Svoj čas smo mnogo razpravljali o vzgojnem vplivu fotografije, o tem, ali je vredno fotografirati ali ne, in o zadoščenju, ki ga daje fotografsko udejstvovanje. Le redki - čast jim! - so umeli dati svojemu fotografskemu delovanju tak pečat, da je njihovo delo vsaj v izboru obstalo in da preko dob, slogov in sprememb estetskih vzorov častno predstavlja naš gorski svet ... Začel sem spoznavati, da fotografija ni tista, ki poteši hrepenenje v naših srcih. Kljub temu sem slikal dalje, nekoliko treznejše ... Vso nešteto doživeto lepoto vsaj kot slutnjo prinašajo in ravno v svoji nedokončanosti, nepopolnosti vzbujajo upanje, da bo njih obrnjena stran - pozitiv - postala vendarle nekaj dobrega, nekaj vernega tisti veličastni resnici, ki se je v trenutku osvetlitve vtisnila vanje. Priznam - še nikoli ni pozitv izpolnil pričakovanja, toda kdaj je nam, ki nam je dano hrepeneče in nemirno srce, izpolnitev dala uteha? Ali ni hrepenenje lepše od cilja?"

Do konca vojne je naredil okrog 1800 negativov formatov 6 x 9 in 6 x 6 cm. Zaradi vsesplošnega pomanjkanja je prodal Rolleicorda, orodje, s katerim je ustvaril najboljše fotografije v življenju, nato se je septembra 1945 znebil še opreme svoje fotografske temnice ... Kljub temu ga fotografija še naprej spremlja in navdušuje, uporablja fotoaparate Super Ikonta formata 6 x 4,5 cm, ter leica-formatne Retino II in Nikkormat, slednjega za fotografiranje diapozitivov, ki v šestdesetih letih postanejo njegova nova fotografska strast ... Predvojne in povojne gorniške in alpinistične dosežke krona 7. avgusta 1961 z vzponom čez znameniti Čopov steber v Triglavski steni ...

V tem času Marijan Lipovšek postane direktor Slovenske filharmonije (1956-



Raduha iz Podvolovljeka, 1936

64), redni profesor (1961-76) in rektor (1968-83) na Akademiji za glasbo ter prejme Prešernovi nagradi (1949 in še za življenjsko delo 1974).

Tudi v alpinizmu je bil predvsem estet, o smislih in nesmislih tekmovalnosti v gorah je pisal v Planinskem vestniku. S steno se je spopadel golorok, tudi težjih smeri se ni ustrašil. V Kamniško-Savinjskih Alpah je preplezal Herletovo v Ojstrici, veliko klasičnih plezarij v Julijcih, v Triglavski steni poleg prej omenjenega Čopovega stebra: Prusik-Szalayev (3. avgusta 1957) in Skalaško (26. julija 1961). Prav-

zaprav je v tej steni začel že komaj šestnajstleten (1. avgusta 1926) v Slovenski smeri, ki jo je s ponovil čez pol stoletja (1976, solo vzpon) in s tem zaključil svoje alpinistične avanture.

Že prej, avgusta 1944, se je povzpел na Watzmann in Hochkoenig.

Sporočilo fotografskih klasikov

Kakšno je sporočilo Lipovškovega fotografskega opusa in fotografije tridesetih let dvajsetega stoletja v dobi digitalne fotografije?



Marijan Lipovšek nad Staro Fužino, 1937 (Foto: dr. France Avčini)

Vsaka stvar ali dejavnost, po mojem mnenju, v fazi razvoja stremlje k konsolidaciji, k utemeljitvi, iz katere potem sublimirajo bolj svobodne (abstraktne) oblike. S stališča zgodovine je to antika, klasični temelj civilizacije, na področju fotografske umetnosti gotovo trideseta leta - misel je zmagala v boju z ovirami in postala nekakšno pravilo, ki se ne sme obiti, ko se stavba gradi naprej proti nebu. Vsak zidak v tej stavbi se mora zavedati temeljev, sicer se zruši v svoji vznesenosti. Ta temeljna pravila so vsebovana v fotografiji tridesetih let. Tudi kvadratni format slikovnega polja, ki je bil tedaj zelo popularen, simbolno predstavlja trdnost. Marijan Lipovšek je bil po mojem mnenju v tistem času izrazit predstavnik "temeljne" fotografije; tehnična kvaliteta, poglobljenost v medij, kompozicija (ki jo je na glasbenem področju še posebej študiral!) in odprtost za nadgradnjo so žlahtne lastnosti njegove fotografske klasike, h kateri bi se morali vračati fotografi digitalne dobe, ko se zdi, da ni več meril in ni več nobenih tehničnih ovir - da celo o vsebini vse bolj odloča tehnika ...

Lipovškovo fotografijo pravzaprav na novo odkrivamo, sam se ni izkazoval za velikega fotografa (tudi selektorji raznih nacionalnih fotografskih razstav so ga spregledali?!), v ospredju je bila glasba ... Ta skromen zapis in kasnejša manjša predstavitev njegove fotografske dejavnosti naj bo spodbuda, da se ga tudi kot fotografa (predvsem kot redkega ekspresionista tistega časa) bolj celovito predstavi - tudi v ta namen je skrbno in kvalitetno shranil svoje negative in diapozitive.

Za konec se mi zdijo najbolj primerne besede, ki jih je Marijan Lipovšek zapisal svojemu učitelju klavirja in fotografije Janku Ravniku v uvodniku knjige *Odsevi in obličja* (1980) in veljajo tudi zanj: "Kot svetle točke sredi temine so ljudje, ki živijo skladno z načeli, ki niso nikjer napisana in ki ne izvirajo iz hlepenja po premoženju, po uveljavljanju, po slavi, po gospodovanju, temveč ki jih piše zavest odgovornosti, ki smo jo dolžni svojemu krogu."

France Stele

Sodomija v dolini šentflorjanski

Ubogi psi, z njimi ravnajo kot z ljudmi! Naši ljudje so se najprej zgražali nad psi, ki so hudo ogrizli mimoidočega Gorenjca, potem pa do smrti še svojega lastnika. Zdaj se zgražajo tudi nad slednjim, ker naj bi jih spolno zlorabljal. Hkrati pa pozabljamo, da je za to sodomistično kuliso vse več "malih ljudi", s katerimi "veliki" ravnajo kot s psi ...



Miha Naglič

Kje so že časi, ko je bilo za rodoljube iz doline šentflorjanske pohujšanje v tem, če sta prišla mednje kak umetnik oziroma razbojnik in njegova ljubica in jih je neskončno vznemirjalo vprašanje, kaj počneta "na skrivaj"? (Hkrati pa ni bilo nič pohujšljivega v tem, da se je županu nekoč primeril nezakonški otrok, ki se mu naposled povrne kot občinski revež.) Da bi se naše rodoljube vznemirilo danes, je treba veliko hujših reči. Šentflorjanske duhove je ob koncu pustnega, še bolj pa v začetku postnega časa razburil sum, da so v neki ljubljanski vili spolno zlorabljali pse. A če je bilo Cankarjevo Pohujšanje v dolini šentflorjanski iz leta 1908 farsa, je afera z bulmastifi v mestu ljubljanskem prava tragedija. Kdo bi se sto let po Cankarjevem Pohujšanju še vznemirjal ob aferah nesposobnih umetnikov in tajkunskih razbojnikov. Za pravo pohujšanje je treba več - sodomskega in ne le navadnega greha!

V Sodomi pa so se godile hude reči. V Genezi (1 Mz 19) beremo, kako je Lot, ki je tedaj živel v tem grešnem mestu, povabil v svojo hišo dva neznanca gospoda (v resnici angela Gospodova), jima ponudil večerjo in prenočišče. A še preden sta legla, so prišli vsi sodomski moški, od dečkov do starcev, in rekli Lotu: "Kje sta moža, ki sta nocoj prišla k tebi? Pripelji ju ven k nam, da ju spoznamo!" To ne bi bilo nič nena-

vadnega, če ne bi v bibličnem žargonu "spoznati" pomenilo mesenega spoznanja. Nenavadno je ravnal Lot, ko jim je namesto gostov v takšno spoznanje ponudil svoji hčeri: "Nikar, bratje moji, ne delajte hudega! Glejte, imam dve hčeri, ki še nista spoznali moža; naj ju pripeljem k vam, da storite z njima, kar boste hoteli. Samo tema možema ne storite ničesar, saj sta prišla v senco moje strehe!" Kdo bi danes ravnal enako: zavaroval svoja gosta, vsiljivcem pa ponudil nedolžni hčeri!

Da ne bo nesporazuma, moramo opredeliti nekatere pojme. **Sodomija** od navedenega dogodka pomeni nagnjenje nekaterih ljudi k "drugičnim", "nenaravnim" spolnim praksam, ki jim nekateri pravijo tudi "izprevržene" in so marsikje še danes z zakonom prepovedane. Prvotni **sodomiti** so hoteli "spoznati" Lotova nočna gosta, danes sodomija označuje predvsem spolno občevanje z živalmi, erotična razmerja med istospolnimi partnerji pa so tudi javno že povsem sprejemljiva in za številne tudi nadvse moderna. V razmerju človeka do živali, ki lahko postane tudi erotično, pa je spet treba razlikovati dve ravni. Če se človek z živaljo tako zbliža, da jo ima rad, govorimo o **zoofiliji**. Če z njo tudi spolno občuje ali jo spolno zlorablja, pa o **zoerastiji**. Razlika naj bi namreč bila, če žival takšno pobudo človeka

sprejema brez trpljenja ali celo z užitkom, ali pa, če je posiljena in pri tem trpi. No, resnici na ljubo, to so le teoretična razlikovanja in če človek s temi rečmi nima osebnih izkušenj, o njih le težko govori. (Takšen je, ne da bi odsotnost tovrstne skušnje posebej obžaloval, tudi primer podpisanega.) Kakorkoli že kdo prakticira te reči in karkoli si o njih misli, je danes v njih potrebno razlikovanje in razumevanje. So spolne prakse, ki so z etičnega vidika sprejemljive, in so takšne, ki niso in jih vrh tega prepoveduje tudi zakon. Naš zakon o zaščiti živali, sprejet leta 1999, spolno zlorabo živali obravnava kot eno od oblik mučenja in le kot prekršek (342. člen): "Kdor surovo ravna z živaljo ali ji po nepotrebnem povzroča trpljenje, se kaznuje z denarno kaznijo ali z zaporom do treh mesecev." Žival sama ga seveda ne more prijaviti in če ni očitidcev in tožnikov, tudi prekrška ni ... Sam Bog ve, koliko jih je v resnici, ljubljanski je le eden in v nebo vpijoč! Hkrati služi kot velika medijska kulisa, ki prikriva, da za njo ne trpijo le psi in druge živali, temveč je za njo vse več "malih ljudi", s katerimi "veliki" ravnajo kot z živino ...

Miha Naglič



Joj, kako sem hud!
Foto: Tina Dokl

Sindrom karoši

O sindromu karoši ter stresu v povezavi z boleznimi smo se pogovarjali s priznanim slovenskim internistom in kardiologom prof. dr. Radovanom Starcem, avtorjem treh uspešnih knjig o stresu in boleznih zaradi stresa.

Slednji trdi, da stresa ne zdravimo, zdravimo samo bolezni, ki jih je stres povzročil. S stresom se moramo soočiti, sprijazniti, ga krotiti, ublažiti in obrniti sebi v prid. Za njegovo nadziranje ni univerzalnega recepta. Pri obvladovanju stresa zelo pomagajo znanje, izkušnje, dobra organizacija časa, pravilno reševanje problemov, intuicija, spretnost presojanja situacije kot tudi urejeno življenje, zlasti redna telesna dejavnost, ustrezna prehrana, počitek in na primer dobra emocionalna ter socialna opora.

Že nekaj časa srečujemo termin sindroma Karoši - kaj pravzaprav pomeni?

”Sindrom pomeni skupek simptomov, ki skupaj označujejo nenormalno stanje, medtem ko je beseda Karoši skovanka japonskega izvora in je sestavljena iz besed karu (čezmerno delo) in smrt (shi). Sindrom Karoši je zelo zanimiv problem storilnosti in materialistično naravnane sodobne družbe. Dokazuje potencialne škodljive učinke stalnega umskega in tudi telesnega prenaprezanja na delovnem mestu na zdravje, številne simptome, bolezni in smrti. Najpogostejši vzroki smrti zaradi sindroma Karoši so srčni infarkt in možganska kap ali tudi samomor.”

Je to splošno sprejet medicinski izraz?

”Sindrom karoši še ni splošno sprejet medicinski izraz. V Mednarodni klasi-

fikaciji bolezni še ni naveden, zato ga uradna medicina še ne priznava. Vendar to še ne pomeni, da tega pojava ni. To dejstvo nekoliko spominja na srčno bolezen, ki jo je ljudska modrost poznala kot umiranje od žalosti, medicinska stroka pa je ni priznavala. Sodobna medicinska znanost jo je razložila šele pred nekaj leti, ko je odkrila, da ljudje v hudi žalosti lahko resno zbolijo ali tudi umrejo od prehodne ohromitve srčne mišice. Bolezen je dobila ime stresna kardiomiopatija Takotsubo. Splošno uveljavljen naziv pa je sindrom zlomljenega srca.”

Kako pogosto se pojavlja sindrom karoši? Kaj so razlogi za njegov pojav? Kako je z njegovo pojavnostjo pri nas?

”Do sedaj naj bi na Japonskem zaradi sindroma karoši umrlo nekaj deset tisoč mladih ljudi. Mnogo jih je tudi obolelo ali poskusilo narediti samomor. Sindrom karoši sedaj mori po Kitajski. Sicer je bil prvi primer opisan leta 1969 pri devetindvajsetletnem Japoncu, ki je umrl zaradi možganske kapi in je bil pred tem zdrav. Japonci iz tradicije, etike, religije, lojalnosti do delodajalca, predanosti delu, tekmovalnosti in drugih vzrokov živijo le za delo. Tudi ob sobotah in nedeljah, če je treba. Še tistih nekaj dni letnega dopusta, ki jim je omogočen, ne izkoristijo. Japonci imajo že register in sprejete zakone za omejevanje čezmerne dela. Za Slovence je znano, da smo marljivi, pridni, vendar bi težko ocenil,

kolikšen odstotek ljudi na leto podleže karošijevemu sindromu, saj, kolikor vem, registra še nimamo.”

Kaj so razlogi za pretiravanje z delom?

”Ljudje pretiravajo z delom iz različnih razlogov, kot na primer zaradi lojalnosti do firme, zaslužka, napredovanja, družbene koristnosti in ugleda, bega v delo in bega od drugih problemov, vzgoje in na primer protestantske (puritanske) delovne etike.”

Je sindrom Karoši povezan samo s pridnostjo in predanostjo delu?

”Ne. Poleg že omenjenih razlogov je treba omeniti deloholizem. Deloholizem je skovanka, ki jo je leta 1960 v pogovoru za interni časopis takratne naftne družbe Esso lansiral psiholog Evans. Evans je govoril o workaholizmu, ker je opazil podobnost med odvisnostjo od dela in odvisnostjo alkoholikov od alkohola. Ustreznejši strokoven medicinski izraz za zasvojenost z delom bi bil ergomania.”

Kako razmišlja deloholik oziroma kaj ga žene v njegovo početje?

”Deloholizem je po literaturi zasvojenost z delom, ki se kaže kot obsesivno kompulzivna motnja, pretirana vdanost delu, nezmožnost nadziranja delovnih navad in pretiranega dela ter razmišljanje, da je produktivnost pomembnejša od uživanja. Deloholizem je



Prof. dr. Radovan Starc

torej neobvladljiva potreba po nenehnem delu. Ni nujno, da deloholik uživa v svojem delu, ampak čuti to kot prisilo."

Kateri so opozorilni znaki, ki bi jih pripisali tovrstni obliki zasvojenosti?

"Med opozorilne znake, da spadate med deloholike, sodijo: beg v delo; navada nadzoruje vas in ne obratno; navada vam "požre" preveč časa; moti družinsko, družbeno in ljubezensko življenje ter uničuje vaše čustveno in telesno zdravje; ni je mogoče opustiti navkljub zdravstvenim težavam; nezmožnost izražanja emocij; perfekcionizem; in na koncu, pojav odtegnitvene reakcije na dopustu (na primer potrtost in drugi simptomi)."

OPTIKA ALEKSANDRA

**OKULISTIČNI
PREGLEDI**

ZA OČALA IN KONTAKTNE LEČE

Qlandia Kranj www.optika.si tel 234 234 2

Kakšen tip osebnosti je temu bolj podvržen oziroma koga deloholizem najpogosteje zadane?

"Deloholizem je tako globalen kot tudi lokalni, slovenski problem. Najdemo ga pri belih in modrih ovratnikih, čeravno je najbolj razširjen pri višje izobraženih in vodstvenih delavcih, predvsem pri vodilnih osebah v firmah. Več kot šestdeset odstotkov direktorjev po svetu je deloholikov. V Sloveniji po anketi Dela (anketa Stik, 2004) dlje od zahtevanega delovnega časa dela 55 odstotkov zaposlenih, s 66 odstotki prevladujejo moški. Delež visoko in višjeizobraženih oseb, ki v službi ostajajo dlje od zahtevanega časa, znaša 63 odstotkov. Kot razloge za ostajanje v službi čez zahtevani čas so Slovenci navedli veliko dela, navado v podjetju, zahtevo nadrejenih, dodaten zaslužek, uživanje pri delu itd. Mnogi ljudje prevzemajo še dodatna dela. Pri tem jih vodi dodaten zaslužek, dodatno izobraževanje, zanimanje za dejavnost in na primer popestritev življenja. Zanimivo je, da če pridne Slovence vprašate, ali so zasvojeni z delom, se jih le četrtnina tega zaveda, medtem ko zasvojenosti z delom ne priznava ali se je ne zaveda okoli tri četrtnine vprašanih!"

Dr. Radovan Starc je predlani napisal prvo knjigo Bolezni zaradi stresa, ki je med bralci vzbudila veliko zanimanja, saj je skoraj pošel že ponatis. Prvi izdaji sta se sedaj pridružili še dve knjigi: Bolezni zaradi stresa I. (od utrujenosti, pešanja spomina, razpoloženskih motenj, glavobola, nespečnosti, razjede dvanajsternika in astme do rakavih obolenj) ter Bolezni zaradi stresa II. (od bolečin v križu, ledvičnih kamnov, neplodnosti in impotence do "človeškega dejavnika", prezgodnjega staranja in obvladovanja stresa). Vse tri knjige so namenjene tako poznavalcem kot širšemu krogu ljudi, njihov glavni namen je opozoriti na celotno dogajanje v telesu, na velik vpliv duha, uma in čustev na telesne spremembe in obratno. In sporočilo? Le dobro in pravilno obveščen človek lahko sam skrbi za svoje zdravje in si lažje izmenja mnenja z zdravnikom. Vse tri knjige so izšle pri Založbi Sirius-AP ob veliki podpori direktorja založbe Petra Antunoviča.

Kako merimo deloholizem?

"Deloholizem najlaže merimo s številom opravljenih ur čez zakonske obveznosti. Tako je neki Japonec, ki je umrl zaradi sindroma karoši, imel tedensko osemdeset nadur. V skrbi za delavce so nekatere japonske firme omejile delo čez zakonske obveznosti na največ trideset ur tedensko ali 360 ur letno. Zaradi smrti zaradi sindroma karoši je namreč na Japonskem vloženih in dobljenih veliko tožb."

Je deloholizem povezan le s plačanim delom?

"Ne. Deloholik je lahko oseba, ki je predana tudi drugim dejavnostim, kot sta na primer šport ali glasba."

Kako se začenja deloholikova pot v propad, saj kot razumem, ne gre zgolj za njegovo enoznačno predanost in marljivost, ampak je ta pojem veliko bolj kompleksen za celotno življenje?

"Deloholizem je širši pojem. Po mnenju psihiatrov je deloholizem zasvojenost z delom, ki pa je drugače od drugih zasvojenosti, kot so na primer alkoholizem, narkomanstvo ali tableto-

manija, družbeno koristen in nagrajevan. Deloholiki so ljudje, ki prihajajo prvi v pisarno in odhajajo zadnji. Zaradi predanosti delu in samo delu nimajo časa niti volje za otroke, družino, prijatelje, sprostitev, zabavo, knjigo ali rekreativne dejavnosti. Zgubijo emocionalno in socialno mrežo in oporo. Na koncu jim ostane le pisarniško življenje in socialna osamitev. Drugega življenja nimajo več. Vse to pripelje do bolezni."

Kako je pretirano delo povezano z boleznijo?

"Prek stresa. Stres na delovnem mestu je škodljiv čustven in telesni odziv na prevelike zahteve na delovnem mestu, ki presega delavčeve sposobnosti, da se z njimi spopade. Pretiravanje z delom, prevelika zagnanost, prenaprežanje, garanje in, če hočete, deloholizem imajo lahko škodljive biološke učinke za zdravje. Prenašajo se prek stresne reakcije, predvsem prek pretirane simpatično-adrenergične vzdraženosti in zvišanega kortizola. Velikemu stresu na delovnem mestu je podvržena najmanj tretjina zaposlenih. Motnje v povezavi s stresom na delovnem mestu so številne: od stalne utrujenosti, glavobolov, nespečnosti, psiholoških motenj (na primer depresija, anksioznost), razpoloženskih motenj, čustvenih napatosti (na primer napetost, nezadovoljstvo), vedenjskih spremenjenosti (na primer napadalnost, poseganje po poživilih, mamilih), kognitivnih motenj (na primer pešanje spomina in koncentracije) pa vse do mišično-skeletnih bolezni (na primer lumbago), poškodb na delovnem mestu, srčno-žilnih bolezni in smrti ali samomorov."

Vas lahko razumemo, da potem predlagate poležavanje?

"Nikakor ne. Zanimivo je, da so s povečano obolevnostjo povezani tudi lenoba in poležavanje. Nekaj podobnega najdemo pri spanju. Ljudje, ki spijo premalo, pogosteje obolevajo predvsem za srčno-žilnimi boleznimi, vendar obolevajo tudi ljudje, ki spijo preveč. Ponavljam, zmernost v vsem je eno od pomembnih življenjskih pravil."

Kaj je pravzaprav stres?

"Stres je verjetno ena najpogosteje uporabljenih besed, čeravno mnogi sploh ne vedo, kaj natančno izraz pomeni. Za nekatere je to obešalnik za vse negativno, kar se jim pripeti čez dan, za druge stres pomeni napetost in živčnost, na primer napet dan, tretji so od stresa samo utrujeni. Obstaja mnogo definicij stresa, od takih laičnih, psiholoških do zapletenih medicinskih definicij. Stres in stresno reakcijo opredeljujem kot zapleteno psihoneuroendokrino in imunsko reakcijo na določen izziv ali nove okoliščine, ki poteka po lastnem videnju izziva in po lastnem borbenem načrtu. Osebnostno videnje problema pomeni, da ni problem izziv, ampak mi, če se nanj odzovemo. Torej, mi smo odločilni dejavnik. Nekateri se v procesu ločevanja in "odklapljanja" veselijo, drugi žalostijo."

Kateri so najpogostejši današnji izzivi za stres?

"Najpogostejši današnji stresni izzivi so emocionalni, mentalni in psihosocialni izzivi, čeravno stresno delujejo tudi na primer hrup, svetloba ali izpostavljenost kemičnim spojinam in na primer boleznim itd."

Nam lahko poenostavljeno predstavite stresno reakcijo?

"Stresni "center" leži v primitivnem delu možganov. Sprožena stresna reakcija se iz možganov bliskovito prenese po celem telesu predvsem po dveh poteh: prek simpatičnih živcev in hormonov adrenalina in noradrenalina ter prek druge magistrale, ki se prične v možganih in konča z izplavljanjem hormona kortizola v skorji nadledvične žleze. Stresna reakcija pripravi organizem za spopad ali beg ali prilagoditev na novo situacijo. Čezmerna simpatično-adrenergična vzdraženost in sproščanje kortizola v kri povzročijo hitrejšo in močnejšo srčne utripe, boljše prekrvitev možganov, sprostitve goriva glukoze in prostih maščobnih kislin. Ko se stresne reakcije pogosto ponavljajo in so intenzivne, lahko povzročijo škodljive biološke posledice na organih."

Kako deluje umsko prenaprežanje in zakaj je škodljivo za zdravje?

"Deluje prek stresa in stresne reakcije. Kardiologi govorimo o srčno-žilnem kontinuumu zaradi simpatično-adrenergične vzdraženosti. S stalno in čezmerno simpatično-adrenergično vzdraženostjo so povezani mnogi dejavniki tveganja za razvoj ateroskleroze, pospešen srčni utrip, zvišan arterijski tlak, angina pektoris, srčni infarkt, možganska kap, zadebeljena stena levega prekata, nevarne motnje srčnega ritma, popuščanje srca ali tudi nenadna srčna smrt. Sedaj razumete, zakaj so srčne bolezni povezane z umskim prenaprežanjem."

Bi lahko trdili, da je zmotno mišljenje, da meditacija pomeni "bežanje" iz realnega sveta, kajti dejansko se vse bolj uveljavlja razmišljanje, da nam meditacija pomaga, da smo bolj pripravljeni na izzive vsakdana?

"O meditaciji imam pozitivno mišljenje, saj pomirja avtonomno živčevje in ima tudi druge pozitivne učinke. Vendar je v življenju tako, da se je s problemi treba soočiti in spopasti. Če bolnik krvavi, je treba narediti vse, da se krvavitev ustavi; če gori, je požar treba pogasiti; če počí cev, je treba vodo najprej zapreti. Nato pa, ko problem obvladate, se lahko na koncu še umirite z meditiranjem. So pa še drugi načini pomiritve, kot na primer hoja, obisk koncerta, dobra knjiga itd. Nekateri problem poplaknejo s kozarčkom alkohola."

Sodobna civilizacija od nas zahteva, da se obnašamo drugače, kot smo biološko programirani. Psihološke posledice stresa - vznemirjenost, razdražljivost in strah - v sodobni družbi niso zaželeni ali so celo sankcionirane. Kakšen je vaš komentar?

"Se strinjam. Ponavadi govorim o biološko-civilizacijski diskrepanci. Stresna reakcija, ki se sproži v našem organizmu, nas po bioloških zakonitostih naredi napadalne, vznemirjene, razdražljive in pripravljene na spopad, medtem ko sodobna družba od nas zahteva predvsem razum, preudar-

nost, mirnost ali na primer premišljenost. Simptomi stresne reakcije v sodobni družbi ne samo, da niso zaželeni, ampak so lahko celo sankcionirani. Povedano drugače, sodobna civilizacija od nas zahteva, da se navkljub stresu obnašamo drugače, kot smo biološko programirani. Evolucija očitno ne more slediti hitrim družbenim spremembam."

Smo posledicam kroničnega stresa lahko kos sami (z uporabo ustreznih priročnikov) ali je potrebna ustrezna strokovna pomoč?

"Odvisno od vsakega posameznika. Mnogim bi strokovna pomoč koristila. V primeru bolezni se je vsekakor treba posvetovati z zdravnikom."

Se sploh lahko izognemo stresu na delovnem mestu?

"Mnogim stresnim situacijam se je mogoče izogniti. Med stresne situacije in izzive, ki se jim ni mogoče izogniti in se nanje vsi odzivajo, čeravno vsak na svoj način, sodijo predpisane delovne obremenitve (visoka intenziteta dela, tempo dela, trajanje dela), delo pod pritiskom kratkih rokov, majhen nadzor nad delom (pristojnosti, odgovornost), spori na delovnem mestu, mobing, nočno delo, neustrezna nagrada za opravljeno delo, velika tekmovalnost znotraj podjetja in s konkurenčnimi podjetji, negotovost delovnega mesta, preteči stečaji itd."

Brigita Mark

 **SOP**

**Bi tudi ti
pokojninsko
varčeval?**

Pokliči **080 19 56** ti bomo vse razložili.
Dodatne informacije na **www.sop.si**.

Krivda in odpuščanje pri Ivanu Cankarju

Konec novembra sedaj že preteklega leta 2009 so Zoisovo nagrado za znanstvene dosežke podelili tudi dr. Ireni Avsenik Nabergoj, slovenistki in umetnostni zgodovinariki, ki je svoje raziskovalno delo usmerila v Ivana Cankarja. Avsenik Nabergojeva sedaj sicer živi v Ljubljani, vendar pa je mladostna leta prežive-la na Jesenicah, natančneje na Koroški Beli.

V utemeljivi Zoisovega priznanja je navedeno, da med vašimi znanstvenimi dosežki izstopata monografiji o Ivanu Cankarju *Ljubezen in krivda Ivana Cankarja* in *Mirror of Reality and dreams*. S čim se še ukvarjate, kaj so še razlogi za nagrado?

”Monografija o Ivanu Cankarju: *Ljubezen in krivda Ivana Cankarja* (Ljubljana: Mladinska knjiga, novembra 2005) obravnava celoten literarni opus Ivana Cankarja pod vidiki razmerja med krivdo in odpuščanjem oziroma spravo, zato knjiga obsega skoraj osemsto strani. Delni angleški prevod z dopolnitvami, ki je leta 2008 izšel pod naslovom *Mirror of Reality and Dreams. Stories and Confessions by Ivan Cankar* (307 str.) pri mednarodni evropski založbi Peter Lang v Frankfurtu, pa je prva znanstvena monografija o Ivanu Cankarju v angleškem jeziku. Predlagatelj za nagrado prof. dr. Danilo Zavrtnik, predsednik Univerze v Novi Gorici, je gotovo upošteval tudi moje drugo delo na pedagoškem in raziskovalnem področju. Na začetku tega leta je pri angleški založbi Cambridge Scholars Publishing izšla moja druga znanstvena monografija v angleškem jeziku z naslovom *Longing, Weakness and Temptation: From Myth to Artistic Creations*. To je prva monografija v angleščini, ki mednarodni strokovni javnosti obširneje predstavlja mesto in

pomen motiva Lepe Vide na Slovenskem in sorodnih motivov v ljudski in umetni literaturi evropskega Sredozemlja. Močno razširjena knjiga s to tematiko je že pripravljena tudi za izid v slovenskem jeziku za leto 2010.”

Obsežna monografija *Ljubezen in krivda Ivana Cankarja* je izšla na podlagi vaše doktorske disertacije. Torej ste se tudi v podiplomskem študiju ukvarjali s Cankarjem. Zakaj ravno ta pisatelj, saj se je kar nekaj raziskovalcev ukvarjalo z njim (Bernik, Zadavec, Kos)?

”Pritegnila me je tematika krivde pri Ivanu Cankarju, za katero sem slutila, da ima pri njem izjemno pomembno mesto. Potem ko sem prebrala vseh trideset knjig njegovega Zbranega dela, ki je izhajalo od leta 1967 pri DZS, sem kmalu ugotovila, da je prav tema krivde navzoča skoraj v vseh, če ne prav v vseh Cankarjevih delih. Po literarni analizi Cankarjevih del se je v resnici pokazalo, da je tematika krivde in odpuščanja pri Cankarju osrednja, morda bolj kakor pri kateremkoli drugem slovenskem in evropskem klasiku. Ta tematika pa je bistvenega pomena za človekovo osebno in družbeno življenje. Hitro sem ugotovila tudi, da tako kompleksne problematike ni mogoče ustrezno interpretirati ob samo delni obravnavi njegovega opusa. Osnovno metodološko vodilo je

bil, da tematiko krivde, kazni, ljubezni, odpuščanja in sprave analiziram s posebno pozornostjo na literarne vrste, slog in vzporednice znotraj Cankarjevega opusa in z nekaterimi drugimi deli iz slovenske in svetovne književnosti (Shakespeare, Dostojevski, Maeterlinck idr.). Seveda sem upoštevala prejšnje študije o Cankarju, veliko del drugih evropskih klasikov, ki se dotikajo te tematike in jih je Cankar poznal, toda v ospredju je bil vselej Ivan Cankar in odkrivanje njegove lastne izpovedne moči.”

Raziskovali ste odnos Cankarja do matere (kar je v slovenski književnosti že stereotipiziran odnos), poleg tega pa tudi odnos Cankarja do drugih žensk. Vemo, da je do matere čutil krivdo, ker se ni razvijal v skladu z njenimi pričakovanji, kakšen pa je bil do žensk, ki so kasneje prihajale v njegovo življenje?

”V Cankarjevih delih najdemo različne podobe žensk. Nekatere so podobne pisateljevi materi, so skromne, tihe, mile, požrtvovalne, odmaknjene od družbe, potopljene v svojo samoto. Pogosto živijo ob šibkih možeh, ki izgubijo delo in iščejo tolažbo v alkoholu, bežijo od doma in žene, pred katero čutijo krivdo, ker je ne morejo preživljati (Tujci, Novo življenje idr.). Pogost je tudi motiv naivnih, zaupljivih



Dr. Irena Avsenik Nabergoj

deklet, ki zaupajo ljubljenu moškemu, a ta jih zapusti, same pa odtlej vse življenje zaman čakajo na njegovo vrnitev (prim. črtico V čakalnici idr.). Zlasti v času, ko Cankar živi na Dunaju (1899-1909), dobi tema ljubezni v njegovih delih tudi močnejšo čutno razsežnost, s tem pa postane bolj zapletena in pogosto usodna, tragična. Zaradi zavisti in ljubosumja smo priče tudi smrti, moške osebe čutnost včasih tako zasvoji, da se kljub zavesti krivde in nezvestobe ne morejo upirati zapeljivosti prostitutke. V romanu Hiša Marije Pomočnice Cankar slika

spolno nemoralo, kot je na primer nadlegovanje trinajstletne deklice, obojestranska nezvestoba žene in moža ... Štirinajst bolnih deklic je v družinskem okolju nezavarovanih; zloraba intimnosti jih tako usodno zaznamuje, da čutijo odpor ne samo do telesnosti, temveč tudi do življenja v svetu, ki je onečaščen, umazan, ter hrepenijo po drugačnem, čistejšem svetu, o katerem sanjajo, da je v nebesih.

V več delih, v katerih Cankar govori o ljubezni, odkrijemo tudi avtobiografske prvine. Čeprav le na podlagi literarnih del, ki so pogosto vzeta iz živ-

ljenja drugih ljudi in iz domišljije, ne moremo jasno presojati Cankarjevega lastnega odnosa do žensk, pa se v nekaterih delih jasno kažejo vzporednice s Cankarjevim življenjem, kot ga razkrivajo med drugim številna njegova ohranjena pisma. Del knjige podrobneje obravnava tista dela, v katerih jasno razločimo nekatere izpovedne prvine samega pisatelja v odnosu do različnih žensk. Na splošno se zdi, da se Cankar ni mogel trajno navezati na nobeno žensko, da pa jo je ves čas potreboval kot ustvarjalni navdih, pozneje tudi kot življenjsko oporo."

Cankarjevo krivdo pa povezuje tudi z Biblijo. Kako?

"V Svetem pismu je tematika krivde kar presenetljivo prevladujoča, vendar Biblija v nasprotju z drugimi literarnimi in filozofskimi deli antike krivde ne obravnava v determinističnem ali fatalističnem smislu, temveč izrazito teleološko, to je v odnosu do človekovega cilja, ki je doseči popolnost v posnemanju Božje popolnosti. Krivda pomeni človekovo največjo nesrečo, ki kliče po spoznanju zmote in po odločitvi za pozitivno ravnanje. Krivda je tudi vir človekovega trpljenja, zato že po svoji naravi pomeni tudi kazen. Trpljenje pa človeka prečiščuje in ga samo po sebi sili k iskanju rešitve. Ena izmed pojavnih oblik trpljenja je glas vesti, ki človeka neusmiljeno muči in preganja. Kako zelo vsi ti vidiki ustrezajo naši naravi, je prepričljivo pokazal prav Ivan Cankar v svojih delih.

Že Janko Kos je ugotovil, da je Cankar prvi med slovenskimi pisatelji v svojih delih poudaril vest in jo v nekaterih delih postavil v samo središče. Spomnimo se samo na črtico Skodelica kave. V njej Cankar pravi, da je srce še strožji sodnik kot cerkvene zapovedi, krivdo zazna še močnejše kot Sveto pismo. Cankar je zelo dobro poznal Sveto pismo, v svoja dela je večkrat vključeval biblijski slog, pa tudi nekatere biblične motive, še posebej iz Nove zaveze. Njegovo doživljanje krivde in odpuščanja je močno zaznamovalo krščanstvo, saj je odraščal v globoko verni družini, kar se sam spominja v avtobiografskem ciklu Moje življenje."

Pa če se ozreva še na drugo knjigo, *Mirror of Reality and Dreams*. Zakaj angleški naslov?

"Knjiga v angleškem jeziku je nastala zato, da bi največjega slovenskega pisatelja Ivana Cankarja bolj spoznali tudi v tujini. Do zdaj namreč še ni bilo nobene znanstvene monografije o njem v angleškem jeziku. Z vključevanjem slovenskih avtorjev v mednarodni okvir želim strokovno javnost na tujem seznaniti s slovenskimi klasiki, z namenom, da jih vključijo v program svojih predavanj na univerzah in jih upoštevajo v svojem znanstvenoraziskovalnem delu. O samem naslovu, ki se v slovenščini v celoti glasi *Ogledalo resničnosti in sanj: Zgodbe in izpovedi Ivana Cankarja*, pa sem kar dolgo premišljala, preden sem ga našla. Knjiga v angleščini je osredotočena predvsem na socialne vidike Cankarjeve literature, ki razkrivajo pisateljevo neverjetno sposobnost, da prodorno prikaže nasprotje med resničnostjo človeške krivice in trdosrčnosti

ter hrepenenjem po preseganju tega; med resničnostjo nepopolnega sveta, katerega ogledalo nam Cankar ves čas kaže s svojimi deli, in hrepenenjem po popolnem svetu, ki ga le za trenutke zaslutimo ali doživimo v sanjah. Cankarjeva dela so zrcalo resničnega življenja. To velja, ne glede na večno debato, ali so njegova dela fikcija, biografija ali avtobiografija. Literaturo Ivana Cankarja sem že večkrat predstavljala na kongresih v ZDA, lani pa tudi študentom slavistike na Karlovi Univerzi v Pragi in na Univerzi v Vidmu; imam zelo lepe spomine na odziv slušateljev."

Mirror of Reality and Dreams - ogledalo realnosti in sanj ... že sam naslov nas popelje v svet nezavednega (od koder sanje izvirajo) in psihoanalize. Lahko v tej monografiji pričakujemo drugačen pristop k Cankarju, bolj lacanovski?

"Ne, v knjigi nisem iskala v smeri kompleksnega sveta nezavednega v navezavi na psihoanalizo, četudi sem

v prvi knjigi poudarila tudi tak možen pristop k analizi krivde pri Ivanu Cankarju. Kot literarni zgodovinariki mi je šlo predvsem za razkrivanje zgodb, kot jih je pisalo njegovo življenje: takšnih, ki jih je doživljal in občutil sam, pa tudi drugih - o ljudeh, s katerimi je občutil trpljenje, ko so se jim zgodile krivice, ki so izgubili delo, ko so jih prizadele bolezni, osamljenost, občutek nepotrebности, izločenost iz družbe ... Prek obravnave z vidikov greha, krivde, kazni in odpuščenja se je razkrilo, da te zgodbe vsebujejo pretresljivo veliko resničnosti. Ob branju začutimo utrip pisatelja, ki mu je uspelo začutiti in tudi odkritosrčno zapisati vso resnico človeka, ki se znajde v krivdi, bolečini, trdosrčnosti, manipulaciji. A prav tako je Cankar zaznal tudi "čiste duše", ki se zdijo kot angelska bitja na tem pogosto umazanem svetu. Te čiste duše so na primer blaga osamljena starka v hiralnici, ki vdano ljubi svojo hčer, četudi jo ta komaj kdaj pride obiskat; umirajoče deklice v bolnišnici Hiša Marije Pomočnice, ki le še od daleč spremljajo usode svo-



V mrzlih dneh se nič ne prileže bolj kot crkljanje pod toplo, pisano odejo.

Ogrejte srce vaši najdražji ali najdražjemu s toplo in mehko odejo po akcijski ceni: **25 evrov** + poština

Odeja je iz mešanice bombaža in akrila, v velikosti 150x200 cm.

Prevzem odeje priporočamo na Gorenjskem glasu, Bleiweisova cesta 4 v Kranju (nasproti glavne avtobusne postaje). Na vašo željo vam jo pošljemo tudi po pošti.

Gorenjski Glas | Za vas beležimo čas



54 receptov za sladice iz vseh držav EU.

Redna cena: 25 EUR. Akcijska cena: **13 EUR**
Ceni knjige prištejemo še poštino.

Naročila sprejemamo na: 04/201 42 41, narocnine@g-glas.si ali na Gorenjskem glasu, Bleiweisova 4, Kranj, vsak dan v času uradnih ur.

Gorenjski Glas

jih staršev, ki so ji tako prizadeli, ali pa ostareli oče, ki vse življenje hrepeni po vrnitvi svojega "izgubljenega sina", četudi ljudje o njem govorijo, da je postal tat."

Kaj pa danes, se Vam zdi, da zanimanje za Cankarja pada, raste? Kaj ljudi privlači pri njem?

"Doživljamo zavračanje in sprejemanje, odvisno od temeljne usmerjenosti, izobrazbe in senzibilnosti ljudi. Prav je, da je Ivan Cankar dobil priznanje največjega slovenskega pisatelja in da imamo Cankarjev dom v Ljubljani, v njegovem rojstnem kraju in še kje. Četudi ga že mnogi njegovi sodobniki niso razumeli tako, kot je razumel svoja dela sam, pa so vedno obstajali ljudje, ki so začutili njegovo človeško in umetniško veličino. Po mojem prepričanju je Srečko Kosovel Cankarjevo umetnost dobro ocenil, ko je v njej prepoznal njeno izjemno etično in preroditveno moč in zapisal: "Cankarjeva umetnost je tako velika in tako močna, da je zmožna popolnoma preobraziti človeka. V Cankarjevi umetnosti se človek lahko prerodi in prenovi, in če je dovolj močan, postane sposoben, da pretrpi in žrtvuje vse za to, da zagovarja resnico, da se bojuje za Pravičo." Osebnostno mislim, da bo Cankar ostal neizčrpen vir navdiha tudi prihodnjim generacijam, ker je klasik v izbiri najbolj aktualnih tem in mojster v literarnem slogu."

Kaj pa zasebno? S čim se še ukvarjate?

"Večinoma se posvečam sinovoma Davidu in Juriju, to mi največ pomeni. V prostem času se ukvarjam s solopetjem, petjem v zborih ter občasnim koncertnim in solističnim nastopanjem, vsak dan poslušam glasbo ... V veliko veselje mi je tudi likovna umetnost, slikanje, vedno rajši pa posvečam prosti čas tudi pripravi okusnih jedi in slaščic; to me sprosti in razveseli. V zadnjem času obiskujem tudi nogometne tekme, ker Jurij trenira pri Interblocku. Na splošno imam zelo rada življenje in ljudi."

Nekaj let nazaj ste monografijo Ljubezen in krivda Ivana Cankarja predstavili tudi v domači vasi, na Koroški Beli. Kdaj Vas lahko spet pričakujemo v naših krajih s kakim literarnovednim predavanjem?

"Na domačo vas Koroško Belo me vežejo zelo lepi spomini. Med vsemi predavanji po različnih slovenskih krajih je predavanje v domači vasi v meni pustilo še posebej topli vtis. Prišli so moji domači, pa prijatelji, s katerimi smo dolga leta skupaj gojili ljubezen do različnih vrst umetnosti, prišli so ljudje, ki so me spremljali od malega. Do vseh čutim globoko hvaležnost; bilo je res zelo lepo. Moram pa povedati, da je Cankar tako močan pisatelj, da se me prav na vsakem predavanju znova dotakne; upam, da se je s svojo besedo dotaknil še koga izmed navzočih. Verjamem, da mi bo življenje samo po sebi odpiralo pot do ljudi, ki si želijo srečanja s sporočilom naših pisateljev."

Monika Sušanj

Splača se biti naročnik Gorenjskega glasa



Z naročnino prihranite 10, 20 ali celo 25 odstotkov! Čaka vas tudi darilo in kup drugih ugodnosti.

Pridružite se naši veliki družini naročnikov in skupaj bomo potovali, tekli, kolesarili, se udeleževali zanimivih predavanj, kupovali cenejše knjige ... Veseli vas bomo!

POKLIČITE 04/201 42 41 ALI PIŠITE: NAROCNINE@G-GLAS.SI

Gorenjski Glas

Za vas beležimo čas



LUK
LJUĐSKA UNIVERZA KRANJ

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

Prinaša prebivalcem Mestne občine Kranj
PRIJETNO PRESENEČENJE.

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



- Vseh stopenj ➤ Individualno ➤ Skupinsko ➤ Dinamično
- Učinkovito ➤ Komunikativno ➤ Prijetno ➤ Uporabno

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

Tel.: 04 280 48 16

www.luniverza.si

Znanje je kot zlato, oplemeniti naše življenje.

Spomini, voda in kulturna krajina

Resnično smo lahko veseli, da živimo v alpskem svetu, kjer je trenutno dovolj vode, dežja in snega ter sonca.

Vsak posameznik ima seveda svoje želje in potrebe, kdaj bi kaj imel in koliko. Ne dvomim, da človeška nečimrnost ne bo dosegla še te skrajnosti, da si bomo vreme sami urejali, a to je še nekaj let pred nami. Želim si le, da tega ne bomo preveč izkoriščali. Bolj kot jadikovati nad vremenom in vremenskimi nevšečnostmi je smiselno trezno preudarno reševati trenutne vzroke in posledice. Pri upravljanju sistema vodotokov ni tako enostavno ločevati vzroka in posledice, obe zadevi pogosto nastopata hkrati.

Voda je živa stvar (dinamična) in je ne moremo ustaviti ali ji naročiti, naj malo počaka, da uredimo zadeve, in naj potem spet steče naprej. Stojeeče vode se navadno tudi usmradijo in postanejo mlakuže ali pa prijetno okolje za živali in rastline. Odvisno, kako gledamo na zadeve. Mlakuže so kvaliteta v smislu bogatenja naravne raznovrstnosti, ob njih se zarašča nizko rastle, tam so dvoživke, male živali, srnjad, ribe, žuželke itd. Z vidika oblikovanja naravne in kulturne krajine je tak ekosistem koristen in dobrodošel. Morda je le občasno moteč za ljudi in domače živali, ko se v taki vodi naplo-di preveč komarjev.

Kaj se zgodi s temi območji, ko voda ne doteka več? Recimo, če se tok potoka spremeni. Kaj ostane na tem mestu? Verjetno nič pametnega. Struga in luknja se sčasoma izpraznita, se bolj in bolj zaraščata in iz leta v leto sta manj opazna elementa v reliefu. Življenje gre naprej in krajina se spreminja po

svojih utečenih poteh. Med ljudmi se sčasoma zabriše spomin, da je tam kaj bilo. V najboljšem primeru ostane ledinsko ime. Mnogo sprememb v prostoru je udejanjenih z našo pomočjo (gradnja objektov, melioracije zemljišč, razvod nove infrastrukture, preoblikovanje reliefa). Načelno so vsi ti posegi opravljeni v okviru veljavnega, dovoljenega in potrebnega za razvoj ali dvig življenjske ravni. A lepo počasi, najprej k prvemu delu zgodbe.

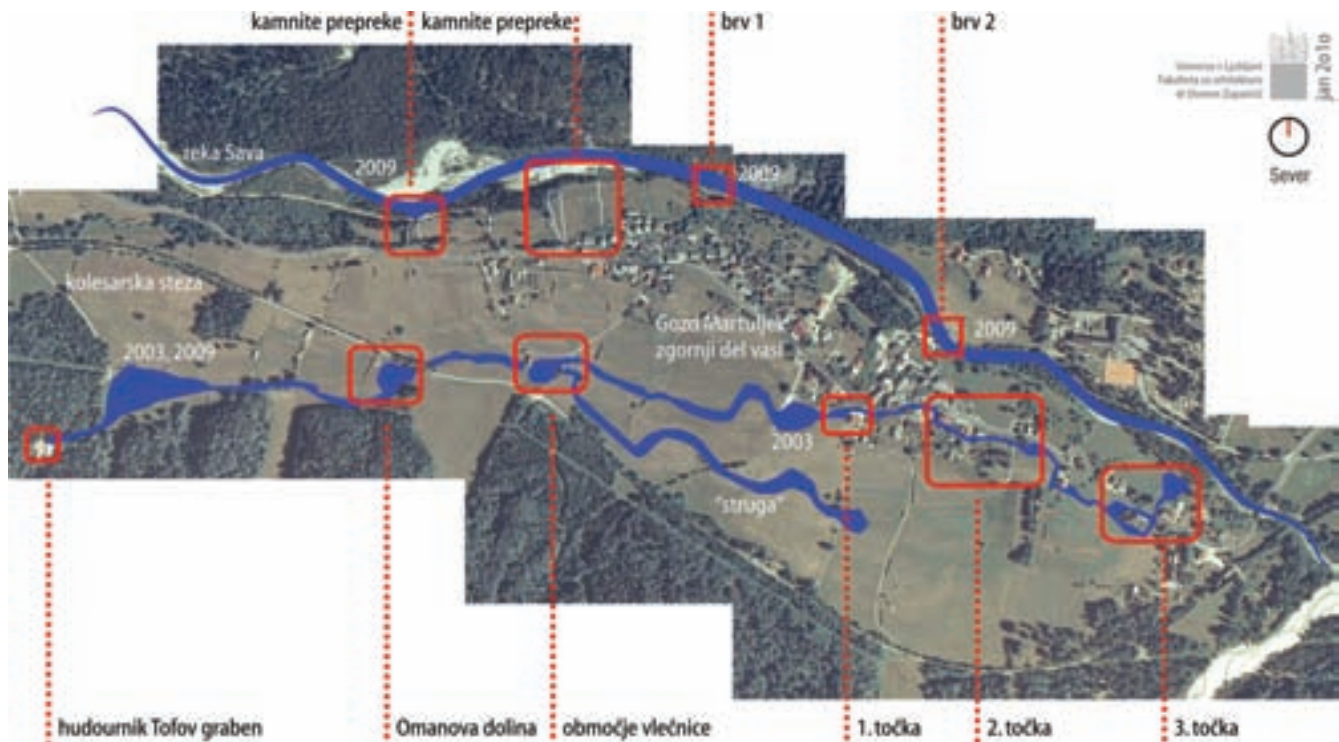
Zgodba o spremembi smeri toka hudsonika se je verjetno dogodila na jugozahodnem delu vasi Gozd Martuljek. K takemu razmišljanju me je napeljalo opazovanje gibanja površinskih tokov talečega se snega in občasne poplave na tem območju. Še najlažje je to opazovati ob morbidnih deževnih zimskih dnevih, ko je zemlja na poljih že zamrznjena in vode tečejo po površju. Torej tik preden začne snežiti. Takrat je dovolj le tiho poslušanje dežnih kapljic na membrani dežnika in motrenje travnikov med vasjo in kolesarsko stezo.

Torej stojim, gledam in neprijetno me zebe v prste na roki. Vseeno so taki dnevi lahko zanimivi. Zdi se, da so hiše v vasi zapuščene, tu pa tam se vije dim iz dimnikov. Avtomobili brzijo po cesti. Ko se dodobra premrazim, se vrnem v hišo na dobro kavo, in ko si ogrejem prezeble prste, se sprehodim še po svetovnem spletu. Na spletu si ogledujem letalske posnetke sveta in Slovenije. Pregledovanje teh fotografij je vedno zanimivo, saj pričajo o

pridnosti ljudi, in vedno sem presenečen, kaj vse lahko spoznam ob teh posnetkih.

Nekateri posnetki so me še posebno presenetili, saj očitno pričajo o preteklem naravnem dogodku. Tu imam v mislih letalske posnetke naše vasi. Letalo je za Geodetsko upravo RS (GURS) te posnetke opravilo julija 2006. Zunaj je zima, na spletu pa pole-tje! Če si natančno ogledam zračne posnetke južnega dela vasi, torej od glavne ceste Kranjska Gora-Mojstrana do kolesarske steze, je jasno opazna sled stoječe vode na poljih. Ob tem se dobro opazi "suha struga" na polju od vlečnice do sredine polja. Poleg suhe struge na polju je opazna še ena sled t. i. občasnega poplavnega območja, ki poteka od vlečnice do roba vasi, ta sled je ozka in nedvoumno predstavlja sled tekoče vode. Suha struga je dobro opazna s kolesarske steze, vidna je poleti in tudi pozimi. Obe sledi od vlečnice do gasilskega doma imata isto izvorno točko: stoječo vodo ob vznožju vlečnice. Posnetki so nastali tri leta po poplavi leta 2003 in tri leta pred povodnijo v decembru 2009.

Pri vlečnici je nameščena cev pod dovožno potjo, tako je pretok vode speljan v omenjeno suho strugo in voda se po naravni poti umiri in v dolžini polja postopno ponikne. S tem posegom je zgornja trasa vode (na sliki sem jo označil z letnico 2003) ukinjena. Težava z zgornjo traso je, da nima robnih omejitev, zato se voda lahko razliva na širšem območju in privede do poplav



Območje zgornjega dela vasi Gozd Martuljek s shemo poplav v letih 2003 in 2009. Na karti so označene točke, ki so neposredno povezane z delovanjem rek in drugih vodotokov. Vir kartografskih podatkov: Spletna stran Geopedia in GURS, <http://www.geopedia.si> <januar, 2010>.

v centru vasi (tako leta 2003). Torej ena cev premera 50 cm rešuje kar nekaj hiš v vasi, kar je dobro. Dobro, dokler za cev nekdo skrbi in jo dvakrat na leto očisti (jeseni in spomladi). Poleg neljubih dogodkov v vasi so posledice opazne na poljih, kjer se zadržuje voda. Na teh območjih se površine pozneje odtalijo in posledično pozneje zatravijo. Ne vem, kaj pomeni taka stoječa voda za sestavo prsti oz. kako to vpliva na kvaliteto krme. O tem bi znali povedati strokovnjaki za zemljine, geografi in drugi.

Spomin o gibanju površinskih voda v naselju je zbledel oz. do sedaj še nisem mogel govoriti z nikomer, ki bi pomnil, da bi voda kdaj v preteklosti tekla po tej strugi. Ostaja samo nepotrjena domneva, da je pred mnogimi leti (morda pred dvesto leti) tam tekel hudournik iz Tofovega grabna. Z analizo kart in ogle-dom fotografij poplav iz leta 2003 sem na karto vrisal traso gibanja površinskih voda za zgornji del vasi. Trasa na polju niti ni tako zanimiva, bolj je zanimiv njen zaključek (točka 3). Tam se

voda zbere in prečka glavno cesto, da prispe do Save. Trenutno se na tej lokaciji gradi, vprašanje je: ali imajo te lokacije zadovoljivo premišljeno rešitev zaradi ogroženosti pred vdorom površinskih voda? Glede na lastne izkušnje pri pripravi projektne dokumentacije, lahko potrdim, da mnogo podatkov o lokaciji ni konkretno in jasno dostopnih, tudi službe, pristojne za skrb za te podatke, nimajo vseh v evidenci (občinski oddelki za prostor, zavodi, agencije). Načrtovanje z uporabo računalnikov in spletnih baz podatkov je postalo celovitejše in bolj premišljeno, a še vedno nepopolno. Zelo verjetno je, da v veljavnih prostorskih dokumentih ali napisanih priporočilih za načrtovanje ni jasno opredeljena verjetnost ogroženosti pred poplavami. Saj je logično! Tak pojav je redek in izjemen, a vendar mogoč. Pa sem pri spominu in celovitosti naših posegov v prostor ter zadostnem upravljanju s prostorom na nekem območju. To je še dodaten vzgib, da sem predstavil poplavni tok iz leta 2003. Morda bo ta shema koristila vsem, ki živijo na tem območju.

Soroden primer je lansko decembrsko deževje v naših koncih. Sava je močno narasla in si kar divje krojila strugo. V okljuku malo nad vasjo je deroča reka močno poškodovala zaraščen rečni breg in del trase kanalizacije. Na srečo kanalizacijska cev ni utrpela poškodb. Še dobro! Ne bom se poglobljajl v iskanje odgovornosti za nastalo škodo, to znajo drugi mnogo bolje. Rad bi poudaril nekaj drugega, kar me je osupnilo in spet spomnilo, da je ves svet pred našimi očmi, samo če ga želimo videti. In kaj sem videl? Videl sem kup kamenja. Ta kup ni bil navaden rečni nanos, kamenje je bilo zloženo in obraslo s travnatno rušo. Pri rečnem nanosu ima kamenje v fughah drobni material, a tu so bili prodniki nagrmađeni v linije. Počasi so se mi spomini vračali, saj sem se še kot fantič po teh "travnatih hrbtih" sprehajal. Danes, z nekaj malega izkušenj o kamnitih konstrukcijah, sem spoznal, da je ta kup kamenja praktično valobran pred reko. To je delo človeških rok.



Podroben pregled poljskih prečnih prepek iz prodnikov.

Vir kartografskih podatkov: Spletna stran Geopedia in GURS, <http://www.geopedia.si> <januar, 2010>.

Na drugi sliki sem označil prepreke na ravnici med severnim robom vasi in reko Savo. Prepreke so obrasle s travno rušo, mestoma na njih rastejo nizko grmičevje in posamezna drevesa (smreke, leske itd.). Tako zaraščенost imenujemo mejica. Mejica v kombinaciji s kamnitim robom predstavlja odlično obrambo pred nenadnimi poplavami. Zvezne prečne prepreke onemogočajo razpršeno poplavljanje vode in tako varujejo polje (posevke, lastnino in reliefno strukturo). Po poplavih na poljih ostajajo ostanki mulja in drugi večji ostanki. Vsi ti ostanki slabijo rodovitnost prsti in fizično ovirajo obdelavo - predstavljajo

nepotrebno dodatno delo na polju. Prepreke niso nastale same po sebi. Naredil jih je umni kmetovalec, ki se je zavedal odvisnosti od dobre ali slabe letine. Na vreme ni mogel vplivati, lahko je vplival na tok divje reke ob večjih količinah padavin in predvidel možnost poplav. Naj se sliši še tako absurdno, vendar je ta naš kmetovalec znal živeti s poplavami. Razumel je reko. Prečne prepreke morajo biti enovite, prekinitve so kot luknje v jezu in niso koristne.

Ali danes razumemo reko? Sicer smotrna rešitev umestitve kanalizacijske trase ob reki ima nekaj pomanjkljivo-

sti: nekdo ni opravil domače naloge in ni uredil rečnega brega tako, da bi preprečil tovrstne poškodbe. Poplave niso presenečenje, so pričakovane in so koristne - včasih odnesejo tisto nesnago, ki se nabere ob njenem robu. Lahko pa znova odkrijejo tisto, na kar smo pozabili ali pa česar sploh še ne poznamo. Dovolite mi tale primer o poplavih. V Egiptu je bil Nil pomembna reka zaradi kralja in zaradi kmetovanja. Kmetje so s poplavami dobivali rodovito blato za kmetovanje. Kralj, faraon pa je ob Nilu dal zgraditi kraljevske vodnjake, a ne za vodo! Ne! Vodnjaki so bili merilniki za odmero dohodnine: višje kot je bila voda v vod-

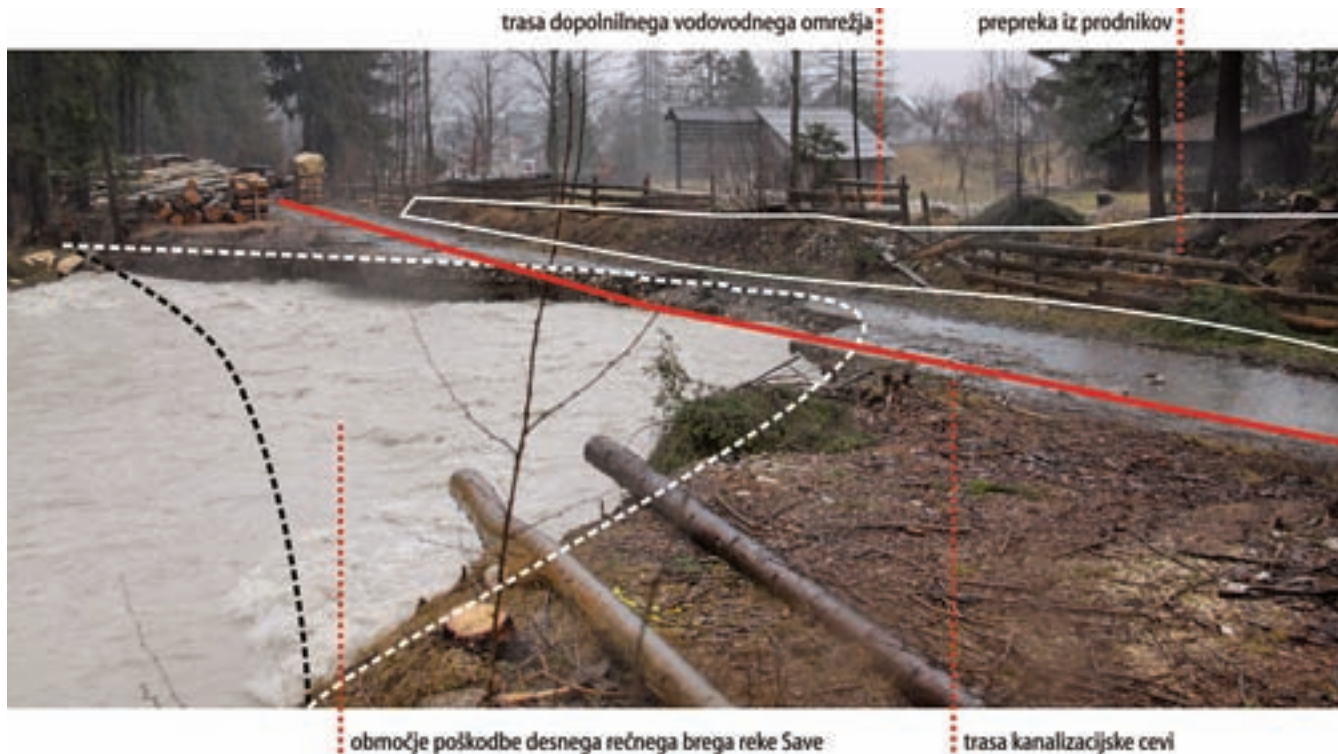
DARILO NAROČNIKOM V LETU 2010

Cena časopisa in naročnine v letu 2010 ostajajo nespremenjeni!

Vsi, ki boste letno naročnino prišli poravnat k nam, lahko izbirate med tremi darili. Na Gorenjskem glasu, Bleiweisova cesta 4 v Kranju vas bomo pričakovali ob ponedeljkih, torkih in četrtek od 8. do 17. ure, ob sredo od 8. do 18. ure in ob petkih od 8. do 14. ure.

Gorenjski Glas





Poškodbe desnega rečnega brega, december 2009. Savska "šikana". Foto: Domen Zupančič

njaku, višji so bili davki - saj je Nil poplavlil večje površine polj in odložil več rodovitnega blata. Ti vodnjaki so se ohranili skozi različne oblastne sisteme (Kopti in Rimljani), saj je pobiranje davkov dobro znano vsem vladarjem. Davki so esperanto za vse, ki nam vladajo. Pri nas poplave niso koristne, saj Sava teče po kamenju in pesku, tudi način kmetovanja ni vezan na poljedelstvo. Davki pa ostajajo enaki.

Na dodatni sliki bolj konkretno prikazujem stanje rečnega okluka, tu sem označil še novo traso dopolnilnega vodovodnega omrežja. Pri tem bi rad opozoril, da je trasa na poplavnem območju in seka obstoječe kamnite prečne prepreke, o katerih pišem. **Predlagam, da bi izvajalci po zaključku del na trasi vse prepreke restavriral v prvotno stanje in jih povezali - načelo enovitosti prepreke.** Te prepreke niso le kupi kamnena, so več: **to so ostanki naše kulturne dediščine** in jasen prikaz **umnega gospodarjenja s prostorom.** Pomembno je, da jih poznamo in razumemo. Verjetno so nastale postopoma, s čiščenjem njiv in polj na parce-

lah. Ni naključje, da so te prepreke označevale tudi parcelne meje. Sedaj so koristen element v kulturni krajini, predstavljajo posebnost, znanje in skrb, ki je bila v preteklosti namenjena obdelovalnim površinam. Podobne primere o pozabljenih podatkih in objektih v prostorih poznajo tudi drugod po svetu. Z odkrivanjem, raziskovanjem, dokumentiranjem in predstavitvami teh primerov se pozabljeno znanje vrača med ljudi in postopoma v prostorsko dokumentacijo. Ne zgolj v prostorsko dokumentacijo, v zavedanje nas samih, da je to del naše identitete. Morda še ta zanimivost: vojaški zemljevid Slovenskih pokrajin iz leta 1763 ima ob potokih vrisane tudi mejice, ki so določale organizacijo ter delovanje vojaških taborov.

Namen tega kratkega sestavka je, da bi opozoril, da je reševanje posledic nujno povezano s poznavanjem in povezovanjem vzrokov iz zgodovinskih in drugih virov. Splet je pač digitalni spomin družbe, a ni zadosten! Enako je z arhivi, katastri in drugimi podatki. S kombinacijo spomina posa-

meznikov postanejo posamezne zadeve jasnejše, razumljive in uporabne za danes in jutri! Storimo to za našo kulturo sami, zato nas ljudje iz drugih regij obiskujejo. Sneg je po vsem svetu enako mrzel, voda je na vsem svetu enako mokra, a ljudje s kulturo smo tisti, ki oblikujemo posamezne kraje v posebne, vredne našega življenja in dela.

Dr. Domen Zupančič

 **SOP**

**Prostovoljno
pokojninsko
zavarovanje**

z 8,29 % donosa v letu 2009

Dodatne informacije na www.sop.si.

Pomembni sta ugodna cena in kakovostna storitev

Vencelj Preddvor, d. o. o., ki se ukvarja z računovodskimi in finančnimi storitvami ter davčnim in poslovnim svetovanjem, deluje dvajset let. Uspešni so zaradi ugodne cene, širine ponudbe in kakovosti storitev.

Preddvor - Za vse skupine dejavnosti imajo pridobljene dodatne licence ustreznih institucij, z znanjem in izkušnjami jamčijo svojim strankam kakovostno delo. Strank je sedaj že nekaj več kot sto, in sicer z različnih področij, od zavodov in političnih strank do s.p-jev in d.o.o.-jev, pa tudi društev, ki so v finančno-računovodskem smislu zelo specifični. Voditi društvo tako, da je vse prav, je težje kot d.o.o., razmišlja **Pavla Zadnikar Vencelj**, družbenica in prokuristka v podjetju Vencelj Preddvor.

V podjetju danes stotnijo klientov obvladuje sedem zaposlenih. Kako pa je bilo pred dvajsetimi leti? "Začela sem sama, spočetka z vodenjem finančnih poslov za trgovino, ki jo je tedaj imel mož, kasneje so se začele pridruževati še druge stranke, pretežno naši znanci," se začetkov računovodskega servisa spominja Zadnikarjeva, ki je tedaj ob tem hodila še v službo. V dveh desetletjih, ko pomni vzpone in padce, so v veliki konkurenci računovodskih servisov uspeli preživeti in se razvijati zaradi ugodnih cen, širine svoje ponudbe in tudi kakovosti storitev. Stranke privabi sprejemljiva cena, ostane pa zaradi zadovoljstva s storitvami. V podjetju Vencelj skrbijo za "butični pristop", posvetijo se vsaki stranki in se prilagajajo njenim posebnostim. Čeprav jih je več kot sto, stranke za njih niso številke, pač pa želijo v največji meri ustreči njihovim pričakovanjem. Tako denimo podjetjem pomagajo že pri ustanovitvi in jim poiščejo najbolj ugodno organizacijsko obliko. Naučijo jih osnov računovodstva in davkov, da vedo, na kaj morajo biti pozorni pri poslovanju. Vodijo jim poslovne knjige, sestavljajo davčne obračune ... Ponudba storitev je zelo široka. "Nikoli ne rečemo, da nečesa ne znamo narediti. Kadar pa vendarle

ne znamo, za stranko poiščemo podizvajalca. Sicer pa znanje nenehno pridobivamo in osvežujemo," pravi sogovornica, ki je le v zadnjem desetletju pridobila več licenc, ki potrjujejo verodostojnost podjetja. Ima licenci Preizkušena računovodja in Preizkušena davčnica s Slovenskega inštituta za revizijo, na Ministrstvu za finance je pridobila licenco Državna notranja revizorka, na Zbornici davčnih svetovalcev pa licenco Davčna svetovalka. Za vztrajne ljudi na tem svetu ni ovir, je prepričana sobesednica. V podjetju Vencelj skrbijo tudi za nenehno izobraževanje drugih zaposlenih. Skrbijo pa tudi za to, da stranke dobijo kar najboljše informacije. Vsakovrstnih podatkov je danes že toliko, da so se pred devetimi leti odločili, da bodo za stranke izdajali interna obvestila, elektronski informator po imenu Vencelj - info, s katerim sebi in strankam omogočajo lažje obveščanje o novostih, pomembnih za obe strani.

V dveh desetletjih, kolikor je na tržišču Vencelj Preddvor, d. o. o., se je v zakonodaji, ki zadeva njihovo delo, veliko spremenilo. "Spremembe so stalnica in ni še bilo leta, ko bi brez njih zakoračili iz starega v novo leto.

Politika nenehno skrbi za zadostno dozo adrenalina. Spremembam uspešno sledimo, tudi po zaslugi našega elektronskega informatorja z njimi tekoče seznanjamo naše stranke, sicer bi morali vsaki posebej razlagati, kaj je novega. Bil pa bi nujno, da bi zakonodajalec v pripravo sprememb vključil tudi praktike in upošteval nekaj zdrave kmečke logike," dodaja Zadnikarjeva.

Kot pomembno referenco svojega podjetja pa omenja dejstvo, da uživajo veliko zaupanje nekaterih poslovnih bank. Ker v bankah natanko vedo, da so njihove stranke vredne zaupanja, slednje tudi v zelo hitrem času pridejo do zaprosenih kreditov. In še ena posebnost pri sodelovanju s strankami: namesto obdarovanja ob novem letu zadnjih pet let podjetje Vencelj prireja vsakoletno srečanje z izobraževanjem. Najprej stranke prisluhnejo predavanjem s področja računovodstva, davkov in raznih spremljevalnih dejavnosti, nato pa se še neformalno družijo. Ob zadnjem srečanju so imeli denimo priložnost spoznati poklicno gasilsko enoto iz Kranja, kar kaže, da ne širijo le finančno-davčno-poslovnih obzorij, pač pa tudi siceršnja.



Zaposlene v podjetju Vencelj Preddvor, d. o. o.

Z naravo do zdravja

Razvijajte svoje telo. Prebudite ljubezen, nahranite otroka v sebi, poiščite košček sebe, ki ga že nekaj časa pogrešate. Umirite svoj jaz in se vrnite nazaj v realni svet spočiti in polni elana.

Slovenska naravna zdravilišča v zadnjih letih posvečajo vedno večjo pozornost programom ohranjanja in krepitev zdravja. Poudarjajo zdrav način življenja, usmerjenost v turistično ponudbo pa kaže tudi uporaba izrazov, kot so 'terme', 'spa' oziroma 'wellness center'. Številne novosti v ponudbi odražajo njihovo dinamičnost in odprtost za prilagajanje spremembam v turističnem povpraševanju.

Med naravnimi zdravilišči, ki nastopajo pod blagovno znamko Slovenskih naravnih zdravilišč (SNZ), najdemo tudi **Terme Topolšica** ter **Terme Olimia**, ki so zrasle v pokrajini ob reki Sotli v kraju Podčetrtek, ki združuje dediščino prejšnjih stoletij in neokrnjenost naravnih lepot.

Prebujanje ljubezni

Spoštljiva skrb za lastno telo, sproščanje za krepitev psihičnega ravnovesja, upoštevanje načel zdravega življenja, zavedanje lastnih moči za ohranjanje vitalnosti - vse to je zajeto v besedi wellness. V Termah Olimia je wellness način življenja. Še pred odprtjem novega Wellnessa Orhidelia so v termah vedeli, da bo to nekaj, kar bo njihove terme le še nadgradilo. Povečali so vodne površine za dodatnih dva tisoč kvadratnih metrov, medtem ko celotna površina Orhidelie, ki vključuje bazenske in obbazenske površine, savne, počivališča in masažne prostore z vsemi pripadajočimi vsebinami znaša deset tisoč kvadratnih metrov. Wellness Orhidelia je nov svet termalnih užitkov, kjer boste med popolnim razvijanjem vašega telesa in duha doživeli prebujenje ljubezni. Je edinstvena zgodba, ki simbolizira misterioznost črne orhideje, magičnost ljubezni in neprecenljivo ženstvenost.

Gre za wellness, ki ga morate videti in doživeti, da bi razumeli, o čem pripoveduje tekst.



SPA & GOLF RESORT SVETI MARTIN

SPOMLADANSKI PAKET UGODNIH CEN

Spa Golfer Hotel 4* od 2. aprila 2010

Prebudite se iz zimskega sna in vstopite v spomladansko barvitost ugodnih cen v Spa & Golf Resortu Sveti Martin!

CENE PADAJO!

	spanje z zajtrkom na osebo na dan	polpenzion na osebo na dan	polni penzion na osebo na dan
Soba 1/2 "Standard"	65,35 EUR	77,70 EUR	90,00 EUR
Soba 1/2 "Executive"	73,15 EUR	85,45 EUR	97,80 EUR
Suite	99,20 EUR	111,50 EUR	123,80 EUR

Enkratna destinacija za sprostitev, wellness, šport in aktivni počitek, kongresni in "team building" turizem ob vrhunskih gurmanskih doživetjih in čudoviti naravi.

HRVATSKA
Medimurje
DOBRODOŠLI!

Toplice Sveti Martin d.d.
Grkaveščak b.b. 40313
Sveti Martin na Muri
tel: +385 40 371 111
fax: +385 40 315 926
www.spa-golf.com.hr
info@spa-golf.com.hr



First minute Poletje 2010

Rezervirajte svoj poletni oddih že sedaj! In tako prihranite denar in pridobite ugodnosti!

JAMSTVO najugodnejše cene in DRUŽINSKI PRIHRANEK do 280,00 € za rezervacije do 28.02.2010 ali **DRUŽINSKI PRIHRANEK do 170,00 €** za rezervacije do 18. 4. 2010

PRVI OTROK GRATIS in DRUGI OTROK do 50% popusta (do 12 let, v sobi skupaj z 2 odraslima osebama)

Dodatne ugodnosti: 20% POPUST na določene storitve Centra zdravja Olimia in Centra Spa&Beauty ali Spa Armonia, **NEOMEJENA UPORABA** koles v Športnem parku Gaj

Terme Olimia d.o.o., Zdraviliška cesta 24, SI – 3254 Podčetrtek
T 03 829 78 36, info@terme-olimia.com, www.terme-olimia.com

Prvinskost naravnega okolja

Terme Topolšica ležijo pod visokimi gorskimi vrhovi, obdane z zelenimi gozdovi, le deset kilometrov stran od Velenja. Blagodejne učinke zdravnih vrelcev so ljudje v Topolšici poznali že v 16. stoletju. Za javno uporabo so toplice odprli leta 1838, vendar je bil termalni izvir urejen šele šest desetletij kasneje.

Slikovita narava, blago srednjegorsko podnebje, žvrgolenje ptic, nežen šepet dreves in žuborenje potoka predstavljajo idealno okolje za zdravljenje dihal, lažjih oblik kroničnih bolezni srca in ožilja ter premagovanje stresa. Celovito podobo ponudbe še dodatno zaokroži prvinska privlačnost naravnega okolja in zdravnih učinki termalne vode.

Napredek v objemu zelenih gozdov

Lani so se pri njih začeli kazati sadovi večletnega dela na dveh velikih investicijah. Zraven hotela je že zrasel Wellness center, ki bo dokončno podobo in vsebino dobil do sredine letošnjega leta. Na 4.700 kv. metrih v štirih etažah bodo ponudbo razširili s prostori za masaže, savnami, fitnesom, whirlpools, medico wellnessom, VIP savnami, savnami za invalide, kozmetičnimi storitvami, prostorom za seminarje, čajnico in restavracijo. Sprostitutveni center bo s hodnikom povezan z obstoječima hoteloma in bo imel v kletni etaži parkirno hišo. Druga investicija, ki bo zaživela marca, pa je apartmajsko naselje Ocepek. Sredi prelepega mirnega okolja, v objemu zelenih gozdov, so postavili 19 hišic - enajst samostojnih enot in osem dvojnih, s katerimi pridobivajo 98 novih ležišč. Oprema bo ustrezala kategorizaciji štirih zvezdic, vse pa je zgrajeno s človeku in okolju prijaznimi materiali. Apartmaji bodo razširili ponudbo na področje, ki ga do sedaj še niso pokrivali.

Do Sv. Martina na Muri ni daleč

Med slovenska zdravilišča pa ne spada turistični resort na Muri, **Spa & Golf Resort Sveti Martin**, ki je edinstvena tovrstna destinacija na Hrvaškem, a jo zelo dobro poznamo tudi Slovenci.

Termalna voda v toplicah Sv. Martin ima dolgo in bogato zgodovino, svojo ponudbo pa dopolnijo z zanimivimi programi in vikend paketi, izleti v okolico, ogledi vinskih kleti, obiskom kmečkega turizma.

Priljubljeno topliško apartmajsko naselje Regina je dopolnilo odprtje novih turističnih objektov, kjer zagotovo najbolj izstopa novi štirizvezdični hotel Spa Golfer, ki s svojo ponudbo pričakuje najzahtevnejše goste.

Spa & Golf Resort Sveti Martin na Muri trenutno predstavlja eno večjih turističnih investicij v zadnjih časih v teh krajih. Ima 320 sob, se zelo dobro ujema z okolico, naravo in smislom wellness počitnic. Odprli pa so še športno dvorano oziroma rekreacijski center ter golfsko igrišče z devetimi luknjami, ki je eno tistih v Evropi, kjer je upoštevano ohranjanje narave, na njem pa lahko igrate golf vse leto.



POMLADNI ODDIH V TERMAH ZDRAVJA

5-dnevni paket
s polpenzionom že od 190 EUR na osebo

10 % popusta
za upokojece

*Podarite si
nepozabna doživetja!*



Terme Topolšica

Rezervacije, informacije:

☎ (03) 896 31 06 ali 00

✉ info@t-topolsica.si

🌐 www.terme-topolsica.si



PRIHAJA KRALJICA

LJUBLJANA
13. MAREC

SEKA ALEKSIĆ

GOSPODARSKO RAZSTAVIŠČE
2010 ob 21h

Predprodaja vstopnic:

KRANJ: turistična agencija KOMPAS | BIG BANG | tur. agencija ODISEJ

BIG BANG | PETROL | KOMPAS | WWW.EVENTIM.SI | WWW.VSTOPNICE.COM

KLICNI CENTER: 01 420 5000

Barve pričarajo prijeten dom

Prijeten dom, v katerem se bomo dobro počutili, lahko ustvarijo samo lepo pobarvane stene, okna, polkna, ograje, fasade in še veliko drugega.

Barve imajo pri opremljanju bivalnih prostorov pomembno vlogo, saj lahko z njimi popravimo prostorske pomanjkljivosti, osvežimo prostor, poudarimo občutek lahkotnosti in podobno. Odnos do barv je odvisen od vsakega posameznika, od značaja človeka, starosti, spola, razpoloženja, občutljivosti na modo in podobno. Vsak ima svoj spekter priljubljenih barv, te pa izražajo njegovo osebnost in vplivajo na počutje. Doživljanje barv je odvisno od vsakega posameznika in njegove nagnjenosti do posameznih barv in intenzivnosti svetlobe (pravo barvo vidi-

mo le bo svetli, naravni svetlobi, ob obarvani svetlobi pa je lahko popolnoma drugačna - barve zjutraj doživljamo drugače kot zvečer).

Za ustvarjanje prijetnega vzdušja v določenem prostoru poskrbijo tudi barve. Recept je preprost: najprej izberemo glavno barvo, ki jo nato kombiniramo s podobnimi odtenki iz iste družine barv, na koncu pa vse skupaj kombiniramo še s kontrastnimi barvami. Te bodo poživile glavne odtenke. Najprej izberemo glavno barvo, s katero bomo pobarvali stene. Največ vzdušja bo namreč pričarala prav bar-

va sten. Svetel odtenek je priporočljiv za vse tiste, ki želijo imeti optično večji prostor in obratno, temnejši bo odtenek sten, manjši bo prostor (na videz, seveda).

Naslednji korak je izbira odtenkov za kombiniranje. Ti morajo biti podobni osnovni (glavni) barvi največjih površin - sten, saj bi sicer celoten prostor deloval neusklajeno in kot nekakšen tujek. To ne pomeni, da osnovno barvo, na primer belo, ponavljamo tudi drugje, pač pa so si barve podobne. Za piko na i dodamo še kontraste osnovni barvi, saj bodo dale prostore



Mizarstvo Lespo
Pohištvo po meri

KUHINJE • VGRADNE OMARE
• NOTRANJA VRATA • LOKALI
• OTROŠKE SOBE • PISARNE

Pokorn Janez, s. p., Brode 13, 4220 Škofja Loka
telefon: 041/341 290



**STROJNI
TLAKI - ESTRIHI**

hitro, kvalitetno in ugodno



031/689 832

Boštjan

dodaten čar in napetost. Barve, ki jih uporabljamo pri gradnji, delimo na dve podskupini. V prvi barve delimo glede na osnovo izdelave, kjer poznamo barve na vodni osnovi in sintetični osnovi (nitro, oljne barve). V drugi podskupini pa jih delimo glede na namen uporabe na temeljne, osnovne barve ter zaključne barve oziroma lake. Glede na uporabo jih delimo še na barve za les, kovino (lahko tudi univerzalne) in zidne barve. Z novimi tehnologijami izdelave barv in lakov so oboje enake po kvaliteti, razlika je le v ceni, saj so sintetične nekoliko cenejše (vir slonep.net).

Osnovne barve so zares zgolj osnovne, saj je njihov namen zgolj lepljenje zaključne barve in predmeta barvanja. So porozne barve in same po sebi niso dovolj velika zaščita za predmete. Zelo pomembno pri barvanju je, da dosledno upoštevamo navodila, ki so navedena na embalaži. Najbolj pomembno je, da predmet, ki ga želimo pobarvati, ustrezno pripravimo na barvanje (osušimo, obrusimo, razmastimo). Če je potrebno barvati s temeljno barvo, obvezno pobarvajte predmet najprej s to barvo. Nadalje je treba upoštevati časovne intervale nanašanja nanosov. Barva se mora dobro osušiti, preden nanesemo nov nanos. V nasprotnem primeru bo barva pokala. Nanosi morajo biti tanki, drugače se bo barva razlivala po površini.

Izravnalne mase so izdelki, s katerimi predmet, ki je že pobarvan, zgladimo. Poznamo raznorazne kite (fine, grobe, s steklenimi vlakni,...), fugirne mase (masa za fugiranje ploščic - dobavljiva v veliko odtenkih), mase za glajenje zidov. Ob nanosu teh mas je potrebno paziti na debelino nanosa, kajti prevelika debelina lahko povzroči pokanje. Ko je predmet zglajen (čist in obrušen), nanašamo poljubne barve.

Vse to za nas postori slikopleskar, eden nepogrešljivih obrtnikov. Res je, da se mnogi ljudje sami lotijo pleskanja, vendar se takoj vidi, kdaj je opravil delo strokovnjak in kdaj amater. Pri pleskanju je namreč pomembna tudi priprava podlage za barvanje in sama tehnika barvanja. Slikopleskar med šolanjem med drugim osvoji veliko strokovnih znanj.



Pozorni moramo biti tudi na vlago. Prekomerna vlaga v prostorih in razvoju plesni na notranjih površinah vpliva na trajnost gradbenih elementov in notranje opreme. Zato povečuje obratovalne in vzdrževalne stroške. Zaradi vsega tega vrednost stanovanja ali hiše kaj hitro pade. Vzroke za prekomerno vlago in posledično razvoj plesni je težko določiti. Vsekakor pa gre za kombinacijo nepravilne gradnje, nepravilnega prezračevanja in ogrevanja. Vlaga nastane zaradi aktivnosti v prostoru, kot je dihanje, znojenje, umivanje, kuhanje, sušenje perila in podobno ter hkrati nezadostnega prezračevanja.

Vlaga nastane tudi zaradi gradbeno fizikalnih nepravilnosti, poškodb ali konstrukcijskih sklopov zgradbe, kot so poškodovane inštalacije, poškodovana fasada ali zamakanje strehe ali pa zato, ker se vlaga v materialih pri novogradnji ni izsušila in so se stanovalci prehitro vselili. Kadar opazimo vlago v obodnih zidovih, moramo vedeti, da to zmanjšuje trdnostne lastnosti zidu in same zgradbe, vlažni zidovi zmrzujejo, zato opeka začne razpadati. Vlaga povzroča luščenje ometa, laka, tapet, v vlažnem ometu povzroča razvoj plesni, poškoduje notranjo opremo. Toplotna izolacija izgubi precejšen del svoje vrednosti.

Boštjan Bogataj

PRIZNAN SLOVENSKI PROIZVAJALEC PVC STAVBNEGA POHIŠTVA

Dural

kakovost, udobje in zadovoljstvo...

**10
LET
garancije**



Po ugodnih cenah vam nudimo okna, vhodna vrata in notranja vrata priznanih slovenskih proizvajalcev. Montaža in demontaža je vključena v ponudbo.

Vabimo vas, da nas obiščete v novo odprtem salonu nad trgovino

KOROTAN

Struževo 20, 4000 Kranj in se prepričate o naši ponudbi.



ZASTOPNIK ZA GORENJSKO

DOM3

Dom3 d.o.o.
Moše 30, 1216 Smednik

PRODAJNO RAZSTAVNI SALON STAVBNEGA POHIŠTVA

okna, vhodna vrata, notranja vrata...

Struževo 20, 4000 KRANJ



DODATNE INFORMACIJE: GSM: 031/73 87 86, www.dom3.si
E-mail: dolinar.igor@gmail.com, igor.dolinar@dom3.si

Osvežimo stanovanje

S prihodom toplejših, pomladnih dni, je čas, da osvežimo tudi stanovanje. Največkrat se začne s spomladanskim čiščenjem stanovanja in takrat je pravi trenutek za zamenjavo pohištva ali mogoče samo zaves in manjših dodatkov. Zaves so ogledalo hiše, zato je pri izbiri le-teh potrebno dobro premisliti, kakšne želimo.

Izbira zaves je velika, za kakšne se bomo odločili, je odvisno od prostora do prostora in od naših želja.

Panelne zaves: so prosto padajoči paneli oziroma trakovi različnih širin, ki so obešeni drug poleg drugega in se lahko tudi delno prekrivajo. Obešeni so na posebni karnisi, ki je večtira, da se lahko paneli prosto pomikajo levo in desno. Pri panelnih zavesah je zelo pomembna izbira pravega blaga oziroma tkanine, saj je ta bistvena za končni učinek zaves. Najbolj primerno je kompaktno blago, ki lepo ravno pade, k čemur pripomore tudi obtežilna palica, ki je všita v spodnji rob zaves, in drži linijo, ko zaveso pomikamo po karnisi.

Panelne zaves so najbolj primerne za razne panoramske stene, balkonska vrata, večja okna, lahko pa služijo tudi kot pregrada prostora, saj zaradi minimalistične oblike optično povečajo prostor. Prednost panelnih zaves je tudi ta, da so enostavne za nameščanje, saj so na karniso pritrjene le z ježnimi trakovi in ko želimo zaveso sneti, to storimo z enim potegom brez truda.

Gubani rolo je zavesa s posebnim mehanizmom, ki omogoča dviganje in spuščanje zaves na željeno višino. Tako si lahko sami nastavimo višino, ki nam v danem trenutku najbolj ustreza. Gubani rolo je na karniso pritrjen z ježkom, v spodnjem delu pa je nameščen obtežitveni profil. Ta vrsta zaves je primerna za vse bivalne prostore, naj bo to otroška soba, spalnica ali kuhinja.

Blago za gubani rolo mora biti mehko, lahko upogljivo, da se ob gubanju oziroma ob dviganju roloja oblikujejo enakomerne gube, tudi vzdrževanje je enostavno, saj zaveso skupaj z vrvicami operemo v pralnem stroju, nato jo samo z ježkom pritrdimo nazaj na karniso.

Klasične zaves so velikokrat nagubane zaves. Koliko gub ima zavesa, je odvisno od gostote tkanine ter od tega, koliko želimo, da so zaves prosojne oziroma zatemnitvene.

Zaves so na karniso pritrjene z drsniki ali izvedba s prišitimi zankami, ki jih namestimo na palico.

Klasične zaves so lahko samostojne, ali v kombinaciji z dekorativnimi, pač odvisno od prostora in od naših želja. Izbira zaves zna biti včasih zelo zahtevna, zato je dobrodošel nasvet strokovnjaka, ki nam glede na prostor svetuje, kakšno vrsto zaves imeti, iz kakšnega materiala ter po potrebi prostor, kjer bodo zaves, tudi izmeri.

Barve in materiali nam sedaj omogočajo, da zaves barvno popolnoma uskladimo z drugim pohištvom v prostoru, npr. okrasne blazinice ali sedežniki se izdelajo iz istega vzorca, kot je v zavesah. Tako ustvarimo res popoln prostor. Prihajajoči pomladni dnevi so pravi čas, da v stanovanje prinesemo nov val svežine in prav zaves so tiste, ki lahko ustvarijo neverjetno drugačen prostor.

Irena Žakelj

Pohištvo Žakelj, d. o. o.

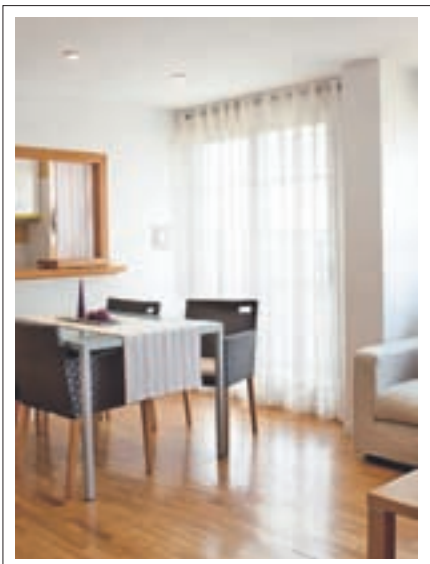
 ŽAKELJ®



PANELNE ZAVESE: primerne za panoramske stene, balkonska vrata, večja okna, služijo pa lahko tudi kot pregrada prostora.



GUBANI ROLLO: ta vrsta zaves je primerna tako za klasična kot moderno opremljena stanovanja. Gubani rolo je primeren za vse dimenzije oken, lahko pa se kombinira s panelnimi ali gubanimi zavesami.



KLASIČNE ZAVESE: primerne so za tradicionalno in klasična opremljena stanovanja, hotelske sobe, restavracije.



Osvežimo stanovanje z novimi zavesami

 ŽAKELJ®

- ✓ izdelava po naročilu
- ✓ panelne, gubani roloji, klasične zaves
- ✓ svetovanje
- ✓ izmera na domu

-10%
velikonočni popust

SALON Ljubljana BTC
Dvorana 10, 1000 Ljubljana
T: 01/547 75 20

SALON ŽIRI
Loška c. 1, 4226 Žiri
T: 04/517 05 55

SALON LESCE
Alpska c. 62, 4248 Lesce
T: 04/535 35 48

www.zakelj.si

Pohištvo Žakelj d.o.o. | Goropeke 1 | 4226 Žiri | www.zakelj.si | Popust velja v mesecu marcu.



izdelujemo
pomeri
oblazinjeno pohištvo in ležišča

CREDO-FM d.o.o., Bratislavska 9, Ljubljana (TUŠ v BTC-ju)
GSM: 070 866 954

Smo podjetje z 20-letno tradicijo, ki je specializirano v izdelovanju oblazinjenega pohištva (sedežne garniture, postelje, latex ležišča, vzmetnice, letveni podi (latoflex), nadložki, vzglavniki, pretapiciranje in obnova oblazinjenega pohištva). Z lastno proizvodnjo so vsi izdelki narejeni v Sloveniji. Prednost naših izdelkov je, da so vsi narejeni ročno, po meri in željah kupca. Naši izdelki se ponašajo predvsem s skrbno izbranimi materiali, ki omogočajo dolgo in kakovostno uporabo in udobje. Iz primernih materialov izdelujemo tudi ležišča za plovila, avtodome in prikolice. V našem podjetju vam nudimo tudi razrez in prodajo poliuretanske pene, lateksa in veliko izbiro dekorativnega blaga. Novost v našem podjetju pa je zaščitna prevleka proti sevanju.



www.credo-fm.si

Za vas ustvarjamo ANGELSKÉ AMBIENTE.

Združujemo ekipo strokovnjakov z dolgoletnimi izkušnjami na področju bivanja, zato bomo skupaj z vami ustvarili prijetne prostore vašega bivanja, kamor se boste vedno z veseljem vračali. Naše delo zajema svetovanje glede oblikovanja in razvrstitve notranje opreme, določanje barvnih kombinacij, izbor materialov, pomoč pri nakupu in nadzor pri izvedbi.

Svetovanje
Idejni projekti
Notranja oprema po naročilu
Talne obloge
Dekoracije in svetila
Zavesa in senčila

Nudimo vam različen obseg storitev, od enostavnih nasvetov do izdelave projektov, od idejnega projekta do finalne izvedbe.

Prisluhnemo vašim željam in potrebam!

- od ideje do izvedbe
- prisluhnemo vašim željam in potrebam, skupaj izberemo materiale, barve, vzorce
- izberemo izvajalce, nadzorujemo izvedbo
- piko na i pa naredimo s pravimi dekoracijami, senčili in zavesami iz lastne proizvodnje



ANGELSKI AMBIENTI d.o.o., Pot pod hribom 9, Domžale

tel.: 059 022241, GSM: 031 618 773, www.angelskiambienti.com

Quake Alarm™

EARTHQUAKE DETECTOR

Edini potresni senzor, ki zazna potresne valove, podprto s strani ARTI, the American Rescue Team International

ZA: HIŠE, STANOVANJA, PISARNE, ŠOLE

Ko so pomembne sekunde, bodite informirani in pripravljeni s "Potresnim detektorjem".

- Zagotavlja zgodnje opozarjanje, z zaznavanjem predpotresnih valov in s tem prepreči, da bi vas rušilni sunek presenetil in s tem ogrozil vas in bližnje.
- Popolnoma nastavljava občutljivost
- Avtomatsko se resetira in ugasne, ko potres preneha.
- Preprosta namestitvev na nosilno steno zgradbe. Ne potrebuješ izvijačev, žeblicev in drugih pripomočkov
- Za delovanje potrebuje 9-voltno baterijo
- Glasen-razločevalni alarm, ki te prebudi
- Meri popotresne valove
- Ohranja mirnost in toplino v vašem okolju, saj veste, da vas potresni senzor v vsakem trenutku informira
- Ima zmogost zaznave potresa, ki se je zgodil na desetine kilometrov stran od vas
- Edini alarm, ki vam da dragocene sekunde, da se prestavite na varnejšo lokacijo

- in s tem rešite vas in bližnje
- Patentiran okrogli nihalni zaznavni sistem

Quake Alarm(tm) je narejen, da zaznava/opozarja aktivno delovanje "P" valov (stiskalni valovi) potresa, ti valovi potujejo veliko hitreje kot uničevalni "S" valovi (shear valovi). Quake Alarm(tm) rešuje dragocene sekunde, preden pride uničevalni val/sunek do vas. Je sposoben zaznave velikih, majhnih in zmernih potresov, ki se zgodijo stotine kilometrov stran od vaše trenutne lokacije. Ena najpomembnejša prednost Quake Alarm(tm) je, da te ponoči prebudi in s tem opozori, da se je v bližini zgodil potres in to vam omogoča hitro evakuacijo na varnejšo lokacijo. Neorientiranost, poznana kot vrtoglavost, lahko povzroči, da ljudje postanejo med potresom zmedeni in s tem instinktivno otrpnejo za nekaj sekund - Quake Alarm(tm) to prepreči in vam omogoča, da ste tudi v primeru hudega potresa



15 cm višine x 7 cm širine x 2,5 cm globine

popolnoma mirni, orientirani v času, kraju in prostoru. Zvok, ki ga oddaja Quake Alarm(tm), tudi igra pomembno vlogo, saj vam z jakostjo zvoka, ki ga oddaja, pove, kako močan je potresni sunek. Glasnejši, ko je zvok, močnejši je potresni sunek. Zvok je lahko tudi kdaj zavajajoč, saj se v primeru, da močno zaloputnete z vrati ali če potuje mimo vaše hiše velik tovornjak, Quake Alarm(tm) oglasi, samo v primeru, če je občutljivost nihala nastavljena na zelo občutljivo, to lahko preprečite z nastavljenim vrtalom na sredini naprave. Quake Alarm(tm) preprečuje zmedo, ohranja dragocene sekunde in vnese mir v vaše okolje.

PLAZOVI

Vaš "Potresni detektor" je tudi koristen instrument pri zaznavanju plazov. Pogosto se plazovi sprožijo ob rahlem premikanju zemlje, ki je posledica deževnih obdobj. Ljudje sami težko zaznajo to počasno premikanje, še posebej če se to dogaja ponoči. Če je vaš dom postavljen na območju plazov, vam lahko "Potresni detektor" omogoči še dovolj časa za evakuacijo.



RMB Protekt, Cesta v Gorice 16 a, Ljubljana
GSM: 031/252 313
e-naslov: info@rmb-protekt.eu www.rmb-protekt.eu

MOŽNOST MONTAŽE IN SVETOVANJA
Elektroinstalacije Pavel Bohinc s.p.,
Tomazičeva 42, Ljubljana, tel.: 01/ 283 88 30



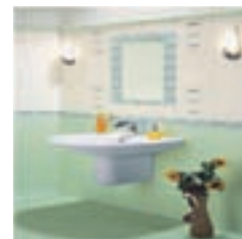
dolnov

SALON KOPALNIC DOLNOV D.O.O.
Šuceva 23, Kranj
tel.: 04/201 30 14

Keramične ploščice

Serija SAMBA (Lasselsberger)

Stenska ploščica 25x33



WARKA070 WARKA071 WARKA072 WARKA074 WARKA073



Stenska ploščica 25x33	Akcijski popusti
Cena z DDV	17,10 EUR /m ² - 25%
Akcijska cena z DDV	12,82 EUR /m²

Talna ploščica 33,3x33,3x0,9



GAT3B151 GAT35114 GAT3B115 GAT3B116 GAT3B117



Talna ploščica 33,3x33,3	Akcijski popusti
Cena z DDV	20,78 EUR /m ² - 25%
Akcijska cena z DDV	15,59 EUR/m²

Bordure in dekorji



WILKA001 WILKA002



WLAK4001 WLAK4002



WLAGE015 WLAGE016



Dekor 25x33	popust
Cena z DDV	13,85 EUR /kos - 25%
Akcijska cena z DDV	10,39 EUR/kos

Bordura 7,8x33	popust
Cena z DDV	6,89 EUR /kos - 25%
Akcijska cena z DDV	5,16 EUR /kos

Bordura 5,2x25	popust
Cena z DDV	4,14 EUR /kos - 25%
Akcijska cena z DDV	3,11 EUR /kos

Kopalniška oprema: Laufen, Appollo, Eleven, Grohe

APPOLLO AT-938



DIM. 153X153X60,
CENA: 990,00 EUR

VODNA IN ZRAČNA MASAŽA
PRHA
SENZOR VIŠINE VODE
OBLOGA
NAPRAVA ZA ČIŠČENJE VODE
VZGLAVNIKA

APPOLLO AT-969B S TELEVIZIJO



slika je simbolična

SIVA, 150X150X73,
CENA: 1.766,40 EUR

VODNA MASAŽA
SENZOR VIŠINE VODE
HI-FI
TELEVIZIJA
PODVODNA LUČ
ARMATURA
VZGLAVNIKA
JEKLENO PODNOŽJE

VERSAILLES

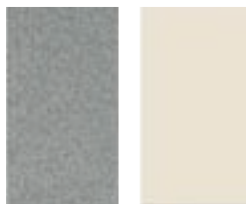


cena: 8,70 EUR /m² (cena z DDV)

Poliran gres

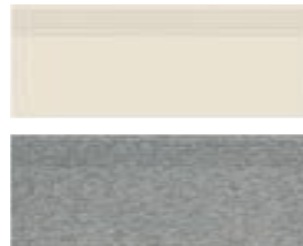


Poliran gres 30x60x1



2-HQ36214 2-HQ36223

Polirana gres stopnica 120x30x1,2



2-HQ126314 2-HQ126223

Gres 30X60	EUR /m ²
Cena z DDV	24,00 EUR /m ²

Stopnica 120X30	EUR /kos
Cena z DDV	39,90 EUR /kos

Keramika svetovno znanih proizvajalcev

iz Španije,
Italije, Češke,
Poljske,
Madžarske ...
po naročilu
(kratek
dobavni rok).

Serija GRESTEQ



Gres 29,7x29,7x7,2 (SUPER AKCIJSKA CENA!)



ANTRACYT DESERTO TERRA

Gres 29,7X29,7	EUR/m ²
Cena z DDV (AKCIJA)	7,50 EUR /m ²

Stopnica - gres 29,7x29,7x7,2

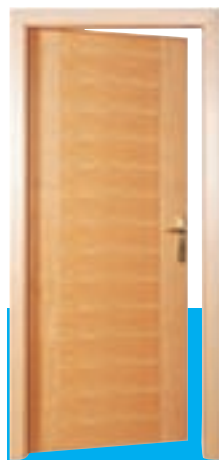


ANTRACYT DESERTO TERRA

Stopnica 29,7X29,7	EUR /kos
Cena z DDV (AKCIJA)	1,00 EUR /kos

Pohištvo za vaš dom po meri

Kuhinje Nobilia, sedežne garniture, dnevne sobe, jedilnice, dnevni regali



Novo v našem salonu!
Vrata Lesna, Slovenj Gradec

 **lesna**
SLOVENSKA POKROVITELJA
LESNA TIP Otiški Vrh d.d.
Prijazni do narave in okolja



AKCIJA
V MESECU MARCU:
kupljena vrata brezplačno
vgradimo.

SALON POHIŠTVA DOLNOV D.O.O.
Šuceva 23, Kranj
tel.: 04/201 30 25, 041/620 833



**20 %
popust**

med 1.3. in 14.3.2010

Popusti se ne seštevajo in se obračunajo pri blagajni.

fotografija: Aleksander Lillik

KRANJ - Trgovski center DOLNOV

Celoten servis na enem mestu: SVETOVANJE, IZMERA, ŠIVANJE IN MONTAŽA
BREZPLAČNO SVETOVANJE - informacije in naročanje: 051 607 457 | izmere@velana.si | www.velana.si



www.postelja.com

Obiščite salone spalnih sistemov

LJUBLJANA

• Peričeva 21 –
Bežigranski dvor,
1000 Ljubljana,
Tel.: 01 280 67 90

• Prušnikova 95 (bivša
poslovna stavba
GALANT, poleg NLB)
1000 Ljubljana,
Tel.: 01 513 37 40

ZAPUŽE

• Zapuže 10b,
4275 Begunje
na Gorenjskem
(bivša tovarna SUKNO),
Tel.: 04 532 57 75

KRANJ

• Cesta talcev 67
(Poslovni center
LISJAK, I. nadstropje),
4000 Kranj,
Tel.: 04 231 67 61

DOMŽALE

• Ljubljanska ulica 81,
1230 Domžale,
Tel.: 01 722 00 28



ALI SLABO SPITE?!

VAS ZJUTRAJ BOLI HRBTENICA?!

Žimnice, ki jih sanjate podnevi!

Največja izbira na enem mestu.

Ključ do prave izbire optimalnega ležišča.

Dovolite nam, da Vam pomagamo pri izbiri z nekaj napotki

1. **Opisi ležišč različnih proizvajalcev so običajno popolnoma enaki; 100% latex, žepkasto vzmetenje, hladno pihana / valjana pena, spominska pena ipd.**

Problem takih opisov je, da enak opis lahko pomeni različne materiale in lastnosti ležišč. Ko tako primerjamo med ležišči, ki so si po opisu zelo podobna, se ne zavedamo, da lahko primerjamo med ležiščem, ki nam bo odpravilo težave in ležiščem, ki nam jih lahko povzroči.

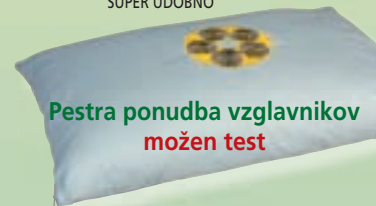
2. **Cena ležišča ni zagotovilo za dobro spanje.** Obstajajo materiali, ki so cenovno v samem vrhu, pa vendar niso primerni za vsakogar – nakup ležišča brez kvalitetnega svetovanja se lahko spremeni v nočno moro. Znamo vas tudi presenetiti z izbiro pravega ležišča po nižji ceni kot ste pričakovali. No, včasih pa je treba tudi malce doplačati. V vsakem primeru je to dolgoročna investicija v vaše zdravje in dobro počutje.

3. **Strokovni nasvet.** Vsako ležišče ima svoje lastnosti tako, da moramo biti pri izbiri pozorni na te specifikke. Izbira ležišča je tako kot zdravniški recept, ki nas pozdravi oz. nam odpravi težave. Lahko bi še malce nadaljevali v tej smeri, vendar pa naš namen ni povzročiti vam glavobola ali odvrniti vas od nakupa, ker je izbira pravega ležišča težka. Želimo vas le opozoriti, da bo nakup pravičen ob strokovni pomoči.

SLOVENSKO POSTELJO predstavljajo vrhunska ležišča in svetovalci, katerim ni vseeno za Vas in Vaše zdravo spanje. Zaupajte nam vaše želje in potrebe, da skupaj izberemo ležišče na katerem boste spoznali svet brez bolečin in neprespanih noči.

Raznolikost naše ponudbe, naša strokovnost in tradicija so ključ do prave izbire optimalnega ležišča.

Lateks kokos žimnica, ki je primerna za hrbtnične bolnike. Žimnica se lahko prepogiba.



SEJEMSKJE UGODNOSTI
DODATNIH **-7%**
od 22.2. do 12.3.

Vodna postelja, kot jo poznate je preteklost.

Spoznajte prihodnost –

HIDRA žimnica na kateri lebdiš!



Jezerjan – tradicija s sodobnimi izboljšavami.

Kdor pomni spanje na ležišču, kot so jih nekoč uporabljali, ga gotovo pogreša. Presenečeni boste nad udobjem in okrepčilnim spancam na ležišču iz tradicionalnih materialov z izboljšavami.



Naj nas ogreva sonce ali zemlja

Kakšno ogrevanje izbrati? Z izkoriščanjem sonca, zraka ali zemlje, kjer je začetna investicija visoka, ali plinske in oljne ogrevalne sisteme (ne pozabimo tudi ogrevanja z lesom), ki so praviloma cenejši.

Letošnja dolga in s snežnimi padavinami obilna zima nas je znova opomnila, da v alpskem prostoru za preživetje še vedno potrebujemo dober ogrevalni sistem. Kako ogrevati? Danes so najbolj uporabljene ogrevalni sistemi na trda goriva, olje, zemeljski plin, utekočinjeni naftni plin, lesna biomasa in izkoriščanje naravnih virov (sončni kolektorji, geosonda, zemlja, voda, zrak).

Še nekaj desetletij nazaj je bilo kurjenje premoga in ogrevanje z drvmi zelo razširjeno, danes premoga skoraj ne poznamo več, les kot naravni vir ogrevanja pa z novimi sistemi znova pridobiva na vrednosti. Še vedno pa velja, da se investitorji, predvsem zaradi njihovih finančnih zmožnosti ob zaključku gradnje, odločajo za ogrevanje na plin ali olje. Sodobni ljudje smo namreč postali razvajeni: v trgovino

gremo le tja, kjer je možnost neposrednega parkiranja, za ogrevanje pa si izberemo sistem, ki ga ni potrebno nenehno nadzorovati - kot je bilo pri premogu in lesu.

Ogrevalni sistemi na olje in plin so zaradi relativno ugodne cene (in enostavne uporabe) najbolj razširjeni na Gorenjskem. Vsi drugi tipi ogrevanja, tako na lesno biomaso kot sončni kolektorji, geosonde in podobno, so precej

TOPLOTNE ČRPALKE

PTS, d.o.o.,
Golniška c. 68 a, 4000 Kranj
Tel.: 04 204 72 00, 041 669 742
E-mail: pts@siol.net



BLUESTAR AirPower

BLUESTAR AirPower od: 666,90 EUR + DDV

SOLARNI SISTEMI



SPLIT SOLARNI SISTEMI SET
od: 1.499,90 EUR + DDV



BLUESTAR SunPower

KOMPAKTNI SOLARNI SISTEM
od: 833,90 € + DDV



dražji in včasih neprimerni za vse objekte, predvsem starejše. Cene kotlov za ogrevanje so zelo različne. Medtem ko za plinske in oljne kotle odštejemo do 3.000 evrov, se cene toplotnih črpalk pri 3.000 evrih šele začenejo. Vsak investitor se mora sam v okviru svojih zmožnosti in glede na vrstovrsto zgradbe odločiti in poiskati sistem, ki si ga lahko privoščiti - torej tako cenovno kot projektno.

Najcenejši ogrevalni sistem je ogrevalni sistem na elektriko oziroma električne radiatorje, vendar se računi za elektriko v mrzlih dneh vsaj podvojijo. Ob odločanju za ogrevalni sistem je prav, da se investitorji pozanimajo tudi o možnosti pridobitve subvencije za gradnjo sistemov, ki izkoriščajo naravne vire energije, kot so toplotne črpalke, solarni sistemi ali kotli na lesno biomaso. Slednji so sicer kar draga investicija (8.000 evrov), vendar so ti sistemi predvsem za podeželje in lastnike gozdov zelo primerni, saj imajo ob lastni pripravi energenta ogrevanje praktično zastoj (če ne upoštevamo začetne investicije).

Zakaj bi torej izbrali toplotno črpalko? Dodatnih stroškov po začetni investiciji (razen rednega vzdrževanja) praktično ni več. Ni več trepetanja, ali bo Rusija zaprla plinsko pipo Ukrajini in s tem povišala cene plina, ni več bojazni, da bo država z vse višjimi trošarini dražila kurilno olje. Tehnika za ohranitev narave in zmanjšanje stroškov ogrevanja, hkrati pa tudi neodvisen sistem od z rudninami bogatih držav, je že pripravljena. Toplotne črpalke je potrebno le še uporabiti. S sistemom ogrevanja, ki vključuje toplotno črpalko, investitor pridobi nizke stroške ogrevanja in obratovanja ter zelo nizke emisije škodljivih snovi. Slednje je skoraj enako nič in je v smislu varovanja okolja zagotovo dobra naložba. Z modernimi toplotnimi črpalkami je mogoče učinkovito ogrevati, pripravljati toplo vodo, prezračevati in hladiti,

zato te nudijo optimalno udobje bivanja in vnaprej znane stroške ogrevanja. Sodobne toplotne črpalke so zasnovane tako, da ogrevajo z optimalnim razmerjem med potrebno pogonsko energijo in brezplačno toploto okolice. Sistem ogrevanja s toplotno črpalko je sestavljen iz treh komponent: vira toplote (na primer zemlja), generatorja toplote (toplotna črpalka) in porazdelitve toplote (radiatorji). Toplotne črpalke delujejo najbolj ekonomično, kadar je razlika med vstopno temperaturo vira toplote in temperaturo ogrevalnega tokokroga čim manjša. Zato sta talno ali stensko ogrevanje in tudi radiatorji z nizkimi temperaturami idealni partnerji toplotnih črpalk.

Ali je takšen sistem primeren za Gorenjsko, kjer poznamo tudi ostre zime z več kot 10 stopinjami Celzija pod ničlo? Toplotna črpalka toploto nizke temperature (na primer pet stopinj Celzija) dviguje na višji, udoben temperaturni nivo (35 stopinj Celzija), kar deluje tudi pri negativnih temperaturah. Delovanje toplotne črpalke je preprosto. V zaprtem tokokrogu se konstantno uparja, stiska in utekočinja okolju prijazno hladilno sredstvo. Pritisk, ki se zaradi takšnega procesa stalno viša, privede do povišanja temperature hladilnega sredstva. Na ta način





**KLJUČAVNIČARSTVO
JANEZ VREČEK s.p.**

**Na peči 5 let
garancije**



Peč na trda goriva



**Bojlerji, hranilniki
tople ogrevalne vode**



**Peč na lesno
biomaso
kombinacija
drva - peleti**



**Peč
na tekoča
goriva**

**Bojlerji iz nerjaveče
kovine**

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

nastajajo visoke, za ogrevanje primerne temperature. Poznamo tri načine za oskrbovanje toplotnih črpalk s toplotno energijo - s toploto sonca, ki je akumulirana v zraku, v zemlji ali v podtalnici. Povedano drugače, proizvedena toplota se iz zraka, zemlje (preko slanice) ali vode preko toplotne črpalke in izmenjevalca toplote prenaša na ogrevalni sistem (kot smo prej omenili talno ali stensko gretje, radiatorji). Ogrevalni medij je ponavadi voda, zato govorimo o toplotnih črpalkah zrak voda, zemlja voda ali voda voda. Vsak od njih vsebuje dovolj toplote za krožni proces ogrevanja.

Prednosti toplotnih črpalk je mogoče izrabiti tako pri novogradnjah kot starejših objektih. Pri novogradnjah je velikokrat lažje, saj bo investitor lažje upošteval nasvet strokovnjaka in namesto radiatorjev namestil talno ali stensko ogrevanje, za starejše objekte, kjer je bilo ogrevanje urejeno drugače, pa so na voljo tudi nekoliko modificirane toplotne črpalke. Te zagotavljajo

visoke temperature na dotoku, rezultat tega pa so visoke temperature ogrevalne vode. Povedano drugače, z zamenjavo ogrevalnega sistema ni potrebno menjati celotnega centralnega ogrevanja, radiatorji lahko ostanejo, stroški adaptacije pa so manjši.

Toplotna črpalka bo zadovoljila vse potrebe po udobni toploti v prostoru in topli vodi, zato lastnik ne potrebuje nobenega dodatnega vira ali kotla za ogrevanje. Proizvajalci celo trdijo, da po namestitvi črpalke lastniku ni treba skrbeti za nič. Stroškov vzdrževanja ni, ni potrebno naročati energije ali je dopolnjevati v rezervoarju. Objekt ne potrebuje ne rezervoarja ne dimnika ne prostora za skladiščenje energentov. Toplotna črpalka poleg ogrevanja zmore tudi hlajenje v vročih dneh. Tudi to je enostavno in stroškovno ugodno. Nizke temperature v zemlji se uporabljajo za hlajenje prostorov poleti, toplotna črpalka pa ostane pri tem celo izklopljena! Obratujejo le obtočne črpalke za ogrevanje in ob-



točne črpalke za pretakanje medija (slanice), vse skupaj pa porabi zelo malo elektrike. Preko površinskega ogrevanja (talno ali stensko) je mogoče temperaturo v prostoru znižati (na primer) s 26 na 23 stopinj Celzija.

Boštjan Bogataj



PRAVI NASLOV ZA NAKUP GOSPODINJSKIH APARATOV

PRODAJNI CENTRI ETIS:

LJUBLJANA - VIČ, Tržaška 333; Tel.: (01) 200 70 10
DOMŽALE - VELE, Mestni trg 1; Tel.: (01) 721 99 11
KRANJ - LABORE, Ljubljanska 30; Tel.: (04) 235 50 50
KOPER, Staničev trg 1; Tel.: (05) 627 63 79



BOSCH
SMV 50M00EU



599,90

~~709,90~~



SIEMENS
MS 7000I

69,90

~~112,00~~

Set I

BOSCH
art. 90I385



499,00

~~649,00~~



BOSCH
art. 90I877



499,00

~~649,00~~

Navedene cene veljajo le ob nakupu seta!

Ponudba velja do 31. 3. 2010 oz. do razprodaje zalog.

Prihranite pri ogrevanju

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

Zakaj meriti porabo toplote?

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

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

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

Kolikšni so prihranki?

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

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

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

Kako poteka odčitavanje in obračun?

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

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

Pri obračunu se upoštevajo fiksni stroški (približno 30 odstotkov: cevi, skupni prostori ipd.), deljivi stroški (približno 60 odstotkov: odčitani iz delilnikov) in redukcije porabe toplote za vremensko izpostavljene lege stanovanj (vogalna



stanovanja, pritličje ...). Največkrat se poračun izravna v prvih treh položnicah naslednje kurilne sezone.

Ali so možne goljufije?

Ne. Delilniki so na radiator ponavadi točkovno privarjeni ali privijačeni tako, da jih ni možno sneti. Poleg tega v spominu hranijo točne podatke o porabi toplote za več let nazaj, iz česar lahko razberemo morebitno nenavadno obnašanje. Sodo-

bni delilniki merijo temperaturno razliko od 0,1 stopinje Celzija naprej. Zato so primerni tudi za radiatorje s termostatskimi ventili in za sodobne nizkotemperaturne sisteme. Točnost je zagotovljena, možnost goljufanja izničena.

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

Prihranite pri ogrevanju!



15% do 35%

- za večstanovanjske objekte
- stroškovni delilniki toplote na vsakem radiatorju
- cena 20-40 EUR / radiator
- merjenje in obračunavanje porabljenih toplote

Ker plačate le, kolikor porabite!

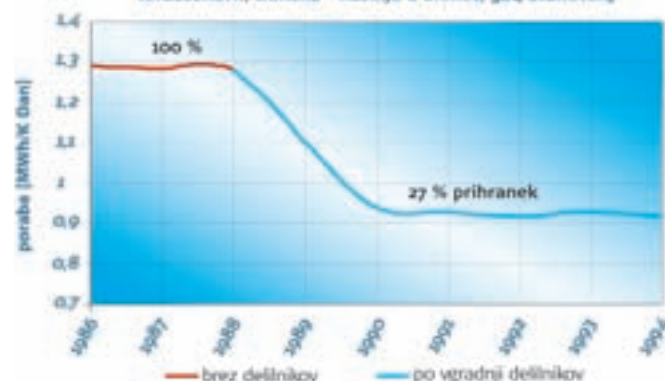
Brunata

brunata@brunata.si

Tel: 01 / 565 77 90

Poraba toplote

Terassehavn, Danska - naselje 6 blokov, 384 stanovanj



Toplozračne in kombinirane lončene peči

Načrtovanje načina in sistema ogrevanja nas velikokrat postavi pred dilemo: kakšen način in kakšno ogrevalno napravo izbrati, da bo izpolnila naša pričakovanja glede ogrevalne sposobnosti, uporabnosti in na ta način pomembno prispevala k zmanjšanju stroškov ogrevanja prostorov. Pogostokrat se odločimo prehitro, ne da bi podrobneje poznali lastnosti kurilne naprave ali peči, za katero smo se odločili. Najbrž ni dvoma o odločitvi o osnovnem ogrevanju. To je ponavadi centralna napeljava z radiatorji ali talnim razvodom z uporabo kotlov na kurilno olje ali zemeljski plin, sončnih celic, toplotnih črpalk ... Značilnost teh sistemov je, da praviloma za svoje delovanje nujno potrebujejo električno energijo. Seveda, potrebujemo tudi možnost ogrevanja neodvisno od električne energije. Prepričanje, da želimo zgraditi peč ali kamin na trda goriva (drva) samo zaradi tega, da nam pričara malo romantike ob gledanju ognja, pri tem pa niso pomembne ogrevalne in akumulacijske sposobnosti peči, je zgrešeno. Pravilna in preudarna izbira peči na drva je zelo pomembna z vidika izkoristkov in znižanja ogrevalnih stroškov. Če se bomo odločili za gradnjo peči zaradi znižanja ogrevalnih stroškov, pri tem pa se ne bomo odrekli ugodju, lahko privarčujemo tudi do 50 odstotkov ali celo več kurilnega olja, zemeljskega plina ...

Nedvomno je klasična lončena peč kot vir dodatnega ogrevanja najbolj primeren za stalno ogrevanje, kar pomeni, da jo vzdržujemo toplo ves čas kurilne sezone. Zaradi svoje velike akumulacijske sposobnosti porabi izredno malo drv, je pa skorajda neuporabna v prehodnih obdobjih, ko želimo samo zvečer malo segreti prostore, saj potrebujemo približno 1,5 do 2,0 uri, da peč segrejemo, da bi lahko oddajala toploto.

Če želimo večjo uporabnost tudi v prehodnih obdobjih (jesen, pomlad), se je smiselno odločiti za eno od naslednjih izvedb:

1. Toplozračno peč

2. Kombinirano lončeno peč

Poglejmo, kakšne so značilnosti obeh vrst peči, predvsem z vidika uporabnosti v času ogrevalne sezone, akumulacijske sposobnosti in kako so praviloma sestavljene.

Toplozračne peči so praviloma sestavljene iz kaminskega kurišča (vložka), obloge iz pečnic ali drugega mineralnega materiala s sposobnostjo akumulacije toplote ter sistemov (kanalov) regulacijskih zračnikov za ogrevanje prostora ali sosednih prostorov. Obloga ne sme biti iz plinobetona, betona, kamna, saj so to materiali, ki ne akumulirajo toplote. Pri teh pečeh se ne uporablja ventilatorjev za prisilno kroženje zraka.



Značilnosti toplozračnih peči so naslednje:

- prostor ogrevajo z naravnim kroženjem zraka (naravni vzgon)
- prostor začnejo segrevati že po 15 do 20 minutah po začetku kurjenja
- imajo možnost segrevati več sosednih prostorov (ustrezna regulacija zračnikov)
- ko se izravna temperatura zraka v prostoru, se akumulira toplota v oblogi (zaprti zračniki)
- po prenehanju kurjenja, obloga oddaja toploto še približno 3 do 4 ure, odvisno od stopnje segretosti

V toplozračnih pečeh se uporabljajo kurišča s steklenimi vrati, ki se lahko odpirajo na stran ali pa dvizžno. Z uporabo

kurišč, ki imajo vgrajeno šamotno oblogo, sicer povečamo akumulacijsko sposobnost celotne peči, vendar podaljšamo čas, potreben za začetek oddajanja toplote.



Kombinirane lončene peči so peči, ki so zgrajene v kombiniranem sistemu med klasičnimi lončenimi in toplozračnimi pečmi. Prostor segrevajo kombinirano in sicer toplozračno (naraven vzgon zraka) in sevanjem lončenega dela peči. Sestavljene so iz toplozračnega in klasičnega dela. Toplozračni del vsebuje: kaminsko kurišče, oblogo iz pečnic ali iz mineralnega materiala s sposobnostjo akumulacije toplote in sistem zračnih regulatorjev. Klasični del vsebuje sistem šamotnih dimovodnih kanalov in oblogo iz pečnic, lončenih zidakov ali drugih mineralnih materialov s sposobnostjo akumulacije toplote. Oblikovanje klasičnega dela je možno v obliki razgibanega dodatka ali ogrevane klopi s ali brez ogrevanega naslona. Značilnosti kombinirane lončene peči so naslednje:

- možnost uporabe samo toplozračnega dela (v prehodnih obdobjih) ali v odvisnosti od vremenskih razmer
- možnost uporabe toplozračnega in klasičnega dela, akumulacija toplote v oblogi toplozračnega dela in v klasičnem delu peči
- začetek ogrevanja prostora že po 15 do 20 minutah
- možnost ogrevanja več sosednih prostorov (ustrezna regulacija z zračniki)

- po prenehanju kurjenja obloga toplozračnega dela oddaja toploto še približno 3 do 4 ure, obloga klasičnega dela pa približno 6 do 10 ur, odvisno od stopnje pregretosti.

Enako kot v toplozračnih pečeh se v kombiniranih uporabljajo kaminska kurišča s steklenimi vrati in odpiranjem navzgor ali pa na stran v prostor. V klasični del peči, zlasti če je izveden v obliki ogrevane klopi, cevi centralne kurjave in grelni kabel, ki nam omogoča, da imamo klop, sedišče toplo tudi takrat, kadar nismo pripravljene kuriti peči.

Pogostokrat se postavlja vprašanje, ali je možno v te peči vgraditi toplovodna kaminska kurišča za centralno kurjavo? Odgovor je seveda, da je možno, vendar je v tem primeru obvezna vgradnja zalogovnika tople vode in sistem mora imeti možnost izpraznitve, če bi prišlo do prekomernega gretja. Mnenja smo, da je premišljena izvedba in primerna lokacija kombinirane ali toplozračne peči v hiši ali stanovanju bolj ekonomična in varčna kot pa kombinacije s centralno kurjavo, pri katerih so nujni tehnični kompromisi med oba sistema.

Kombinirana in toplozračna peč imata skupno kaminsko kurišče. Na slovenskem trgu zasledimo kar pestro ponudbo kurišč, vendar bi kazalo opozoriti, da pred nakupom preverimo, ali so ta kurišča opremljena s potrebnimi potrdili o skladnosti s SIST EN 13229, CE informacijo in ali ima vsa potrebna navodila za vgradnjo, uporabo in vzdrževanje.

Obe vrsti peči omogočata praktično neomejeno število oblikovnih kombinacij, seveda ob upoštevanju tehničnih predpisov in pravil pečarske stroke.



Pred odločanjem o nakupu ali izgradnji se posvetujte s strokovnjaki pečarske stroke, saj vam bodo svetovali in predlagali najboljšo rešitev z ozirom na vaša pričakovanja.



/// PEČI - keramika

Proizvodnja keramičnih pečnic d.o.o.

Podbevškova 18, 8000 Novo mesto, tel.: 07/3935 750 n.c., 3935 760 prodaja,
3935 761 prodaja, fax: 07/3935 768, www.peci.keramika.si
e-pošta: peci-prod@siol.net



Proizvajamo,
svetujemo, projektiramo
in montiramo vse
vrste lončenih peči
in kaminov, gotovih
prenosnih peči,
štedilnikov, pizza peči,
toplozračnih peči in
kaminov, krušnih peči,...

UGODNI PLAČILNI POGOJI

- gotovinski popust
- ugodni krediti od 1 do 3 leta
- čeki, obroki
- trajniki NLB



Poskrbimo tudi za popravila in vzdrževanje peči.

**Smo pooblaščen prodajalec, montažer
in serviser kurišč:**







REVOLUCIJA V SVETU IZOLACIJ!

Nova generacija mineralnih izolacij

Podjetje Knauf Insulation je pred kratkim trgu predstavilo najnovejši tehnološki dosežek s področja izolacij – **ново stekleno mineralno volno Knauf Insulation**.

Po posebni inovativni tehnologiji, patentirani pod imenom ECOSE[®] Technology, so dosedanja vezivna sredstva zamenjali s hitroobnovljivimi naravnimi materiali ter tako dobili **tehnološko naprednejše proizvode** z lastnostmi, ki so si jih uporabniki že od nekdaj želeli. **Izdelek tudi ne vsebuje več fenol-formaldehidnih veziv.**

Novi proizvod ne po izgledu, ne po otipu ne spominja več na dosedanje mineralne izolacijske materiale, kljub temu, da so ohranjene vse njegove toplotno-izolacijske, akustične, protipožarne ter mehanske lastnosti.



**PREIZKUSITE JO
IN OBCŪTITE
UGODJE DOTIKA**

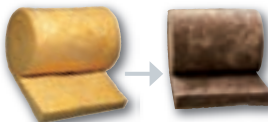


»Fantje ...
preizkusil sem jo.
Res je prijetna!«

with **ECOSE**[®]
**Mineralna izolacija
izdelana z vezivom
na bio osnovi**

Bistvene razlike med dosedanjim in novo stekleno volno

Tradicionalno rumeno barvo je narava obarvala rjavo!



Je prijetnejša za rokovanje

Je mehka, ne draži kože, se ne praši in je nevtralnega vonja.

Material je naravnejši

S pomočjo posebne inovativne tehnologije, patentirane pod imenom ECOSE[®] Technology, smo pridobili tehnološko naprednejše in za okolje bolj sprejemljive proizvode. Ti ne vsebujejo več fenol-formaldehidnih veziv.

Ima izboljšane in certificirane lastnosti

Ohranili oz. izboljšali smo vse dosedanje lastnosti steklene volne.

Izboljšuje kakovost zraka v prostorih

Boljši delovni pogoji tekem vgradnje in izboljšana mikroklima v prostorih.

Pakiranje

Nove proizvode boste našli v prozorni foliji.

Uporaba v gradbeništvu

Izolacija poševnih streh in stropov



Izolacija predelnih sten



Izolacija prezračevanih fasad

Za konkretne primere uporabe pokličite našo tehnično informativno službo na tel: **04/ 5114 105** ali pišite na naslov: **svetovanje@knaufinsulation.com**, kjer vam bomo svetovali glede izbire materiala in izvedbe.

KNAUF INSULATION, d.o.o., Škofja Loka
www.knaufinsulation.si

6 razlogov, zakaj izbrati naravno mineralno izolacijo Knauf Insulation:

- izbrali boste tehnološko in okoljsko naprednejše proizvode,
- toplotno, zvočno in protipožarno izolacijske lastnosti materiala ustrezajo najstrožjim zahtevam,
- volna je mehka in prijetna za rokovanje,
- stisljivost materiala zmanjšuje stroške transporta in skladiščenja,
- za isti denar dobite bistveno boljše lastnosti izolacije, ki prispeva k trajnostni gradnji,
- prihranili boste energijo ter prispevali k varovanju okolja.

**NAJVEČJA
PONUDBA
na Gorenjskem!**



DOM
trade

gradbeni materiali - salon keramike

Dom trade d.o.o., Žabnica
Žabnica 68, 4209 Žabnica

topdom
skupina

Za male in velike mojstre.

...gradbena sezona je pred vrati...



PRODAJNA MESTA:

PC Žabnica:

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

PC Lesce:

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

www.domtrade.si

Karakteristike energetsko učinkovitih oken

V podjetju M SORA ostajajo zvesti tradiciji izdelave lesenih oken. Dolgoletne izkušnje in vlaganje v lasten razvoj jih ohranjajo v samem vrhu izdelovalcev stavbnega pohištva.

Država se je lani odločila, da bo stimulirala vgradnjo nizkoenergijskih oken in je s subvencijami za zamenjavo stavbnega pohištva lepo nagradila ozaveščene kupce. Tudi letos se - poleg sedaj že stalnih razpisov za subvencioniranje in kreditiranje nizkoenergijske in pasivne gradnje, obeta v aprilu razpis za subvencioniranje zamenjave stavbnega pohištva. Skrb za okolje ter zmanjševanje izpustov CO₂ z uporabo naravnih materialov bo z novim razpisom še dodatno nagrajena. Predvideva se namreč, da bodo subvencije za lesena okna višje od subvencij za plastična in aluminijasta okna.

Katere so tiste komponente okna, ki bistveno vplivajo na toplotne karakteristike oken?

Leseni del okna

Toplotno najšibkejši del okna predstavlja leseni del okna. Zadoščanje pasivnim kriterijem zahteva izboljšanje toplotne prehodnosti okvirja. Izolativnost se lahko izboljša z razširitvijo lesenega dela oziroma z vgrajevanjem izolacije v osnovni lep-ljenec. Na trgu se je lani pojavila rešitev izdelave oken iz lep-ljencev z zračnimi režami. Slabost slednjih je, da zračne reže v vogalnih spojih, zaradi slabitve vezi, ne smejo biti prisotne. Četrta možnost je dodajanje izolacije na osnovno okno. V M SORI je bil do nedavnega dodaten profil sestavljen iz reciklažnega PVC profila, polnjenega s celulozo, oziroma iz polistirenskih izolativnih materialov (stiropor, neopor). Zadnji izdelek **M SORA PASIV IZO** združuje zadnji dve možnosti izboljšanja profila: na osnovno konstrukcijo je dodan lesen okvir z zračnimi žepi.

Stekla

Za pasivne hiše konkretnih zahtev za steklo ni, so pa posredno podane z zahtevo toplotne prehodnosti U_w pod $0,8W/m^2K$. Če hočemo zadostiti tej zahtevi, moramo v okna vgrajevati stekla U_g pod $0,8W/m^2K$. Najbolj pogosto uporabljena stekla so troslojna stekla, z dvema low-e nanosoma ter polnjena s plinom argonom ali kriptonom, U_g vrednosti pa se gibljejo od $0,4-0,8W/m^2K$. Zelo pomemben podatek pri izbiri stekla je tudi prehod sončne energije (g), na podlagi katerega se računajo dobitki sončne energije v zimskem času. Pri dvoslojni zasteklitvi je prehod sončne energije večji kot pri trislojni zasteklitvi.

Stik steklo-les

Stik steklo-les predstavlja območje toplotnih izgub in naša naloga je, da so te izgube čim manjše. Dolga leta je prevladoval aluminijast distančnik, ki pa ga v zadnjih letih uspešno zamenjuje topli distančnik (TGI). Aluminij je namreč zelo dober prevodnik in toplotne izgube pri steklu, ki ima vgrajen alu-distančnik, so velike.



Stik okno-konstrukcija

Vgradnja okna v konstrukcijo je odločilno dejanje, ki lahko kvaliteto okna bistveno poslabša, lahko pa z njo okno šele dobro zaživi. Toplotne izgube na stiku okno-stena so minimalne, če se izolacija osnovne konstrukcije nadaljuje v izolacijo okna.

Energetsko učinkovita okna v M SORI

V M Sori se lahko pohvalijo s širokim spektrom oken, primernih za nizkoenergijske objekte. Okno **NATURA** in **UDOBJE** s troslojnim steklom dosegata vrednosti U_w pod $1,0W/m^2K$. Slednji je trenutno tudi najbolje prodajan artikel v podjetju. Tehnološko in estetsko bolj zanimiv tip okna je okno **M SORA PASIV**, katerega največja posebnost je, da je z zunanje strani vidna samo steklena površina, izredne toplotne lastnosti pa dosega s prekrivanjem okvirja s fasadno izolacijo. Tipi oken **POLAR E**, **JAPAN**, **POLAR**, **PASIV IZO** vsi izpolnjujejo pasivne kriterije (U_w pod $0,8W/m^2K$), slednji trije so v lanskem letu pridobili tudi certifikat inštituta Passivhaus. Dodatno lahko postavimo okno **PASIV IZO**, s posebno inovativno izolacijsko oblogo, izdelano iz lesa z zračnimi režami. Tovrsten način izolacije oken so v M SORI uspešno patentirali v Sloveniji, Avstriji, Nemčiji ter na Hrvaškem.

Pri razvoju novih detajlov imajo v mislih predvsem izdelavo kakovostnih, izjemno toplotno izolativnih oken, z uporabo čim večjega deleža ekološko razgradljivih in naravnih materialov. Več kot petnajst različnih tipov oken zadovolji še tako različne okuse. Zahtevne tehnične rešitve jim predstavljajo nove izzive in željam strank vedno z veseljem prisluhnejo.

Ob tej priliki vas vabijo, da si ogledate njihovo ponudbo na sejmu Dom, ki bo od 2. do 7. marca 2010 na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani (hala A2), oziroma obiščete njihovo spletno stran: www.m-sora.si.

LJUBEZEN NA PRVI IN STO TISOČ PRVI POGLED.

produkcija: KABINET01, fotografije: Dragan Artigler

M Sora d.d., Tlg svobode 2, 4226 Žiri



Lesena okna so bila od nekdaj odlična izbira. Les diha, varčuje z energijo, prostoru daje plemenit videz in nas v trajanju lahko celo nadživi. Vsako okno M SORA gre skozi zapleten in skrbno nadzorovan proces sestavljanja, ki vam zagotavlja, da bo vaše okno vir prijetnega in zdravega bivanja, vaš prostor bo z njim pridobil na optimalni osvetljenosti in energetski učinkovitosti.

M SORA OBLJUBE:

- vaše okno bo plemenit izdelek
- vaše okno bo najbolj naravno
- vaše okno bo tehnološko dovršeno
- v vašem oknu ne bo skritih slabosti



		NATURA	NATURA 3	UDOBJE	UDOBJE 3	UDOBJE +	VIZIJA	PASIV	PASIV XPS	PASIV IZO	POLAR E	POLAR	
toplotna izolacija okna Uw (W/m ² K)	dvosloj. steklo	Ug=1,0	— / —	— / —	1,27	— / —	— / —	— / —	— / —	— / —	— / —	— / —	
		Ug=0,7	— / —	— / —	1,1	— / —	1,1 (ž,alu)	— / —	— / —	— / —	— / —	— / —	
	troslojno steklo	Ug=0,6	— / —	— / —	1,0	— / —	— / —	— / —	0,88	0,79	0,77	0,75	0,75
		Ug=0,5	— / —	— / —	0,92	— / —	0,86 — 0,93 (ž,tgr)	— / —	0,80	0,72	0,69	0,70	0,69

PRODAJNI SALON LJUBLJANA

Letališka cesta 32b, Ljubljana
01 54 41 310
salon@m-sora.si

PRODAJNI SALON ŽIRI

Industrijska 13, Žiri
04 50 50 230
prodaja@m-sora.si

Za več informacij obiščite www.m-sora.si, prodajni salon M Sore ali pokličite na telefonsko številko **04 50 50 230**.

M SORA

Okno je več kot pogled

Namesto greznic biološke čistilne naprave

Biološke čistilne naprave so nadome-
stek greznic in iz njih lahko spuščamo
očiščeno vodo nazaj v okolje. "Nove
greznice morajo biti zaprt sistem, to
pa pomeni velike stroške praznjenja,
pojasnjuje Zdravko Skubic iz Ivančne
Gorice, direktor podjetja Armex Ar-
matore. To podjetje prodaja male bio-
loške čistilne naprave in ponuja dva
tipa: Wirbell in SRB. "Te biološke či-
stilne naprave so različno velike oz.
zmogljive in segajo od samo dveh
uporabnikov - torej za manjšo stano-
vanjsko hišo, pa vse do priključka 220
enot, to pa je že cela vas."

V napravi gre za popolno biološko
razgradnjo, pospešeno z dodatnim vpi-
hovanjem zraka. Do 99 odstotkov

očiščena voda je z dodatno opremo za
dezinficiranje uporabna za zalivanje
itd.

Vzdrževanje bioloških čistilnih naprav
je enostavno - enkrat na leto je treba
izprazniti zbiralni prekat in jo servisi-
rati. Stroški obratovanja (električna
energija, praznjenje in servis) so na let-
ni ravni na družino okoli 250 evrov.

Biološka čistilna naprava se vgradi v
zemljo blizu stanovanjske hiše, povoz-
na izvedba pa omogoča celo vkop pod
dovozno pot. Povprečna cena naprave
je 3.500 evrov, življenjska doba rezer-
voarja pa je od 50 let.

Biološke naprave so prava rešitev za
območja, kjer ni ustrezne komunalne
ureditve. Tam se za to rešitev odloča-

jo tako rekoč vsi lastniki novih objek-
tov, vse več pa je zanimanja tudi pri
lastnikih starejših stavb.



3/15/25 let
Garancije

Sistemi za uporabo deževnice Biološke čistilne naprave



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



Biološke čistilne naprave
od 2 - 200 PE (prebivalcev)

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

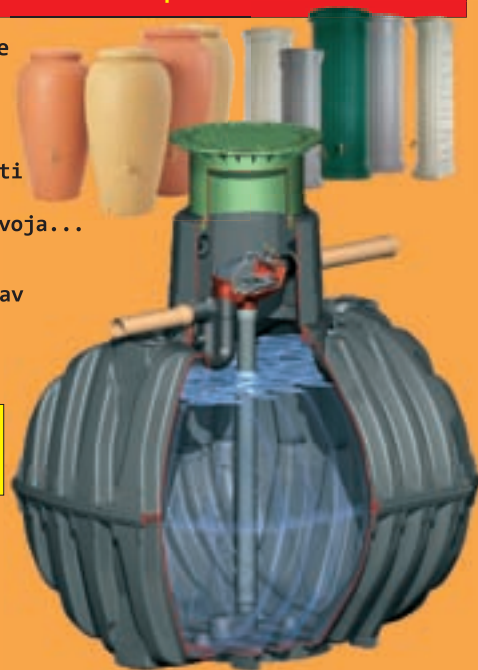
ARMEX ARMATURE D.O.O. IVANČNA GORICA, LJUBLJANSKA C. 2A
TEL. 01/78 69 270, 01/78 69 260 ali 051 / 652 - 192
E-mail: info.armex@siol.net www.cistilnenaprave-dezevnica.si

Posode za vodo - nadzemne
in podzemne izvedbe

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

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

Naročite brezplačen
katalog



STANOVANJSKI KREDIT

Nova KBM d.d., Ulica Vite Kraigherje 4, 2505 Maribor, februar 2010

NAJUGODNEJŠA
PONUDBA!

1,9%
+
6 mes EURIBOR

ŽE VESTE KAKO BO ZVENEL ZVONEC VAŠEGA NOVEGA DOMA?

Za obstoječe in nove komitente smo pripravili izjemno ponudbo stanovanjskih kreditov s **pribitkom samo 1,9%.***

* Velja za stanovanjske kredite nad 20.000 EUR in do 25 let, zavarovane s hipoteko ali prvovrstnim zavarovanjem, ob sklenitvi življenjskega zavarovanja kreditojemalca, dolgoročnega varčevanja ali prostovoljnega dodatnega pokojninskega zavarovanja. Akcija velja do 31. 3. 2010 oziroma do porabe kvote. **Podrobnejši pogoji na www.nkbm.si/kredit**



Nova KBM

Tisoč zgodb, ena banka.

080 17 50 | www.nkbm.si

Kdaj in kam po kredit?

Kljub gospodarski in nepremičninski krizi so prve želje mladih ostale enake - najprej nakup avta, kasneje nepremičnine.

Že dolgo velja rek 'najprej štalca, potem pa kravca'. Slovenci, z njimi pa tudi Gorenjci, smo, za razliko od večine drugih prebivalcev Evrope, naravnani na lastništvo nepremičnine in tako bo očitno ostalo tudi v času krize in po njej (Stanovanjski sklad RS bo sicer neprodana stanovanja v Kranju in na Jesenicah ponudil najemnikom). Večina si nakupa nepremičnine ne predstavlja brez kredita, zato nas je zanimalo, kaj mora potencialni kupec vedeti, ko se odpravi v banko.

Najprej mora poznati svoje realne zmožnosti in se osredotočiti na višino investicije kot celote ter kakšen del investicije lahko pokrije z lastnimi sredstvi. Danes so vrednosti nepremičnin relativno visoke, še posebej, če jih primerjamo z obdobjem pred petimi leti in dlje. Takrat je kupec trisobnega stanovanja privarčeval 20 tisoč evrov in od banke najel še 40 tisoč evrov kredita. Z lastnimi sredstvi je pokrival tretjino investicije, znesek kredita pa ob relativno nizki anuiteti odplačal relativno hitro, največkrat v desetih letih, pri tem pa kakovost življenja največkrat ni bila ogrožena.

Tudi danes ni bistveno lažje privarčevati enake višine lastne udeležbe, hkrati pa ta ne predstavlja tretjine investicije, ampak bistveno manj. Banke so se prilagodile in financirajo tudi višji odstotek celotne investicije, pa vendar ... Ko si mora kupec izposoditi še enkrat višji znesek (80.000 evrov), nastopi bistvena razlika. Pri najetju kredita za isto obdobje bo plačal natančno dvakrat višji mesečni obrok kot pri najetju 40 tisoč evrov, če bi želel imeti enak obrok (kot pri 40 tisoč evrih), pa se doba odplačevanja več kot podvoji. Bančniki v takšnih primerih svetujejo treznost.

(Potencialni) kupci si morajo postaviti vprašanje, kakšne so njihove dejanske potrebe in ali najetje relativno visokega kredita to upraviči, saj vse to za sabo potegne v povprečju bistveno daljše dobe financiranja. Danes banke odobrijo veliko več kreditov na daljše dobe (od dvajset let naprej), kar je v zelo kratkem času postalo zelo običajno. Kupec se mora zavedati dolgoročnega tveganja, saj je vsako najetje kredita tveganje, še posebej na daljša obdobja. Tu pride v poštev tudi razmis-



lek o tem, ali sta zaposlitev, ki jo trenutno opravlja, in morebitni porok zanesljiva, prav tako višina in stalnost prihodkov iz tega naslova. Za najetje kredita lahko potencialni kupec zaradi prenizke višine lastnega vložka banki v zavarovanje ponudi tudi dodatno nepremičnino. Banke namreč vedno pričakujejo zavarovanje za posojeni denar, že dolgo so uveljavljene oblike poroštva in zavarovanja preko zavarovalnic za nižje zneske in dobe, v zadnjih letih pa se največkrat uporabljajo hipoteke.

Obrestna mera ni edini kriterij, na podlagi katerega se določa ugodnost financiranja, čeprav še vedno bistvena. Lahko je spremenljiva ali fiksna (odvisno od ponudbe posamezne banke), vezana na evro ali druge svetovne valute. Medtem ko fiksne obrestne mere zagotavljajo nespremenjeno anuiteto skozi celotno obdobje financiranja (razen, če ni s pogodbo določeno drugače), kar marsikomu omogoča mirnejši spanec, je potrebno upoštevati, da so taki krediti praviloma dražji od tistih s spremenljivo obrestno mero, saj banke v obrestne mere že vračunajo predvideno višino tveganja glede spreminjanja obrestnih mer v prihodnje (ponavadi se taki krediti ne ponujajo za daljša obdobja).

Izračun mesečnega obroka (v evrih) stanovanjskega kredita za komitent v višini 50.000 evrov z dobo odplačevanja 10 let oziroma 120 mesecev v nekaterih bankah v Sloveniji (vir: spletna strani bank 22. februarja 2010)

Banka	obrok	stroški (brez zavarovanja)
Abanka	497,46	170
Gorenjska banka	484,42	245,70
SKB	498,19	260
Banka Koper	491,49	300
UniCredit Bank	486	250
NLB	507,89	175,26
Raiffeisen bank	505	334

To pomeni, da so krediti, vezani na spremenljive obrestne mere, običajno cenejši, gledano skozi celotno dobo financiranja (seveda pa to ni pravilo), je pa res, da mora biti kupec že vnaprej pripravljen na nihanja višine anuitete (kdor kredit najema danes, bo imel čez čas višjo anuiteto, ker so vrednosti referenčnih obrestnih mer danes najnižje v zadnjih 10-15 letih). Pomembni kriteriji za izbiro kredita so tudi višina stroškov odobritve, morebitni stroški vodenja kreditnega računa, ki jih zaračunavajo nekatere banke, prilagodljivost banke glede obravnavanja posameznega primera ob najetu kredita, pa tudi prilagodljivost banke v primeru nastanka neljube situacije (začasna nezmožnost odplačevanja), stroški poslovanja z osebnim računom in drugimi računi pri isti banki ter nenazadnje tudi boniteta banke, dobro ime, tradicija in splošna naravnost.

Po nastopu gospodarske krize so se nekoliko povišale obrestne marže bank (pribitki na Euribor ali Libor), vendar so krediti kljub temu relativno ugodni. Na splošno velja, da se v ban-

ki mnogo lažje pogajajo kupci z boljšo boniteto (bolje situirani, izobraženi, redno zaposleni) in višjim vložkom lastnih sredstev. In kdaj v banko? Ko kupec nepremičnine jasno ve, kolikšen znesek potrebuje, pridobi več ponudb različnih bank in se začne pogajati v banki, kjer bi kredit rad najel (kjer

je že stranka ali je slišal, da je dobra, varna). Kupec naj izpostavi slabosti predstavljene ponudbe in hkrati predstavi prednosti konkurence. Končni rezultat pa je seveda odvisen od posameznika in njegovih pogajalskih spretnosti.

Boštjan Bogataj

KOMENDA – ZALOG

NASELJE PETIH DVOJČKOV

SAMO ŠE 4 ENOTE!

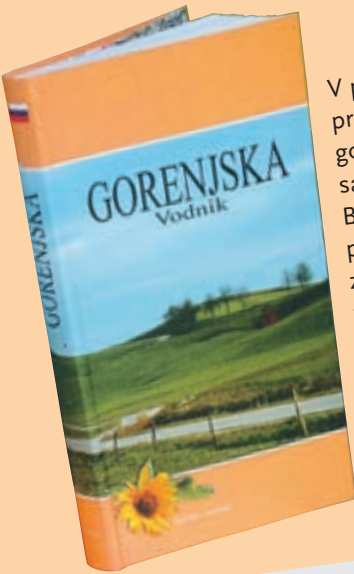


110 m2 bruto, P+M, velik atrij, klasična gradnja, okna MIK Celje, toplotna črpalka, čistilna naprava, kuhinja SVEA

SUPER CENA za SUPER LOKACIJO!

že od 169.000 EUR + 8,5 % ddv NA KLJUČ!

ZOJA IN LARA, d. o. o., Stegne 7, Ljubljana
GSM: 041/399 851



V priročniku so predstavljene vse gorenjske občine v samostojnih poglavjih. Besedila in fotografije podrobno predstavijo zgodovino krajev, znamenitosti in druge zanimivosti. Vodnik je izšel v sedmih jezikih (angleški, nemški, italijanski, francoski, španski in ruski).

Trda vezava, 312 strani, 2000 fotografij, 50 zemljevidov
Redna cena: 19,90 EUR
Cena za naročnike: 17 EUR + poština

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

Gorenjski Glas



Nov, že tretjič prenovljeni vodnik po vseh slovenskih pokrajinah. Predstavljene so naravne lepote in vse, kar Sloveniji daje značaj in prepoznavnost. Na voljo v slovenskem, angleškem, nemškem, italijanskem, francoskem, španskem in ruskem jeziku.

176 strani, mehka vezava
Redna cena: 9,90 EUR
Akcijska cena: 8 EUR + poština

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

Gorenjski Glas

Kako ugodno do prenove ali nakupa doma?

Stanje na slovenskem nepremičninskem trgu je zaenkrat v pričakovanju. Cene nepremičnin padajo, vseeno pa ostaja vprašanje, ali se raje odločiti za prenovo in osvežitev starega doma ali pa si privoščiti nov dom.

Na Gorenjskem ceneje

Geodetska uprava RS je pred kratkim predstavila četrtno poročilo o gibanju cen stanovanj, v katerem ugotavljajo, da so se stanovanja v zadnjem četrtnem letu 2009 v povprečju podražila za 3 odstotke. Na Gorenjskem pa ni bilo tako. **Cena** rabljenih stanovanj v zadnjem četrtnem letu 2009 je bila namreč na Gorenjskem v povprečju za skoraj **8 odstotkov nižja** kot v enakem četrtnem letu 2008. Podobno se je godilo v gorenjski prestolnici Kranju, kjer je cena stanovanj v enakem obdobju **padla za skoraj 7 odstotkov**. Tako je povprečna cena kvadratnega metra stanovanja na Gorenjskem konec leta 2009 znašala 1.672 evrov, v Kranju pa 1.732 evrov.

Nižje cene + najugodnejša ponudba Nove KBM = Priložnost za nakup ali prenovo

Nižje cene stanovanj marsikoga prepričajo v nakup, drugi se vseeno odločijo za prenovo starega doma, oboji pa potrebujejo dobro finančno ponudbo. **Nova KBM do 31. marca 2010** nudi za obstoječe in nove komitente **najugodnejšo ponudbo stanovanjskih kreditov s pribitkom 1,9 odstotka + 6-mesečni Euribor** za kredite nad 20 tisoč evrov in z ročnostjo do 25 let, zavarovane s hipoteko ali prvovrstnim zavarovanjem, ob sklenitvi življenjskega zavarovanja pri Zavarovalnici Marobor, rentnega varčevanja za minimalno 5 let ali čas trajanja kredita, stanovanjskega varčevalnega računa za 3, 5 ali 10 let ali prostovoljnega dodatnega pokojninskega zavarovanja pri Moji naložbi. Kredit je **100-odstotno izplačan v gotovini**, odplačuje ga lahko več družinskih članov hkrati, pri tem pa je strošek odobritve enkratni. Podrobnejši pogoji najema kreditov so opisani na www.nkbm.si/kredit.

Možnosti za ustvarjanje novega ali prenovljenega doma je veliko. Z najugodnejšim stanovanjskim kreditom Nove KBM pa je ta zagotovo lažje dosegljiv.

Varčevalci v **Nacionalni stanovanjski varčevalni shemi iz let 2002 in 2003** so deležni še dodatnih ugodnosti, saj stanovanjski kredit lahko najamejo **brez stroškov odobritve, fiksni pribitek** na Euribor je **nižji od redne ponudbe**, kredit tudi do 12 mesecev odplačujejo s fiksno obrestno mero, odplačujejo pa ga lahko sami ali skupaj s kreditno sposobnimi družinskimi člani.

Vsi, ki se odločajo za okolju prijazno gradnjo ali obnovo, pa lahko najamejo **Stanovanjski kredit za ekološke naložbe**, kjer je poraba namenska in se nakazilo izvede na TRR izvajalca storitve, kreditjemalec pa lahko dobi dodatnih 20 odstotkov gotovine.

Dobrodošli tudi novi komitenti

Vsi, ki še niso komitenti Nove KBM in bi želeli najeti ugoden stanovanjski kredit, lahko postanejo komitenti ter so tako deležni še dodatnih ugodnosti. Zanje je banka pripravila Paket dobrodošlice, ki med drugim vključuje brezplačno:

- odprtje in enoletno vodenje osebnega računa,
- izdajo plačilne kartice Activa Maestro,
- enoletno članarino za plačilno kartico z odloženim plačilom Activa, Activa MasterCard ali Activa Visa,
- pristop k elektronskemu bančništvu Bank@Net in telefonskemu bančništvu TeleBanka.

Novim komitentom banka odobri stanovanjski kredit ob predložitvi pregleda poslovanja za zadnjih pet mesecev s komitentove prejšnje banke in po prejemu prvega rednega priliva na novi račun v Novi KBM.

Nova KBM v osrednji Sloveniji in na Gorenjskem

Stranke lahko Novo KBM v osrednji Sloveniji in na Gorenjskem najdejo v Kranju, Žireh in v Ljubljani:

- sodobno poslovalnico v Kranju najdejo na Koroški cesti 2
- prenovljeno poslovalnico v Žireh na Loški cesti 15
- sodobno poslovalnico v Ljubljani pa na Tivolski 48.

Poiščite nas v poslovalnicah, na www.nkbm.si/kredit ali nas pokličite na 080 17 50.

ZA LAŽJO ODLOČITEV NEKAJ INFORMATIVNIH IZRAČUNOV:

Znesek	20.000 EUR	80.000
Število obrokov	300	300
Obrestna mera	6-mesečni EURIBOR + 1,9 %	6-mesečni EURIBOR + 1,9 %
Stroški odobritve	275 EUR	
Oblika zavarovanja	zastava nepremičnine	
Stroški zavarovanja	dejanski stroški zastave nepremičnine pri notarju	
EOM	3,04 %	2,95 %
Mesečni obrok	93,55 EUR	374,19 EUR
Način odplačevanja	trajni nalog	trajni nalog

Pri izračunu je bila uporabljena obrestna mera 2,875 odstotka, izračunana na osnovi referenčne obrestne mere 6-mesečni EURIBOR v višini 0,975 odstotka in marže v višini 1,90 odstotka. Izračun je narejen na dan 22. februarja 2010.

Varna naložba - lastno stanovanje PRODAMO ali ODDAMO

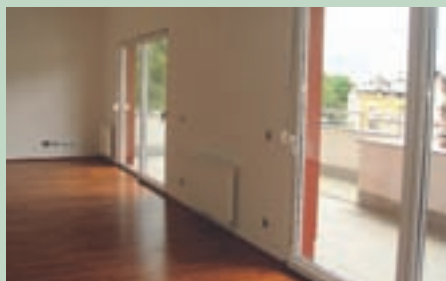
Nadstandardna nova stanovanja, enkratna lokacija, zasebnost, mir, zelenje, bližina centra in lastna parkirna mesta

TINKARA, večstanovanjski objekt z lastno garažno hišo, ZLATO POLJE V KRANJU



- Enosobno, VP, 41,96 m², 94.293,75 EUR (P-S5), najem 400 EUR /mes
- Garsonjera z atrijem, 59,30 m², 112.682,50 EUR (P-S2), najem 400 EUR/mes
- Garsonjera, 48,00 m², 99.933,75 EUR (N3-S2), najem 400 EUR/mes
- Mansarda s terasama, 227,73 m², 374.400,00 EUR (M-S1), najem 1.200 EUR/mes

Vse cene so z DDV in ne vključujejo parkirnega mesta.



Informacije: 031/394 254, Aleksandra Jerkič, e-pošta: alex.jerkic@siol.net

Metoda duhovnika Kneippa

Sebastian Kneipp je znan predvsem po vodni terapiji. V tej terapiji uporablja toplotne dražljaje in dražljaje z mrazom.



Sebastian Kneipp se je rodil leta 1821 na Bavarskem. Bil je duhovnik, ljudi je zdravil z vodo. Ko je tudi sam čudežno ozdravel z zdravilno močjo vode in premagal pljučno tuberkulozo, nad katero so zdravniki dvignili roke, je začel razvijati izčrpno zdravilno metodo. Ta temelji na terapiji z redom, na zdravljenju z dieto in prehrano in na zdravljenju z zdravilnimi rastlinami in gibanjem.

Terapija z redom

Duhovnik Kneipp z redom ni mislil na urejeno in pospravljeno stanovanje,

temveč na notranji red in mir vsakega posameznika. Če nered v življenju ves čas spremlja človeka, to spodkopava njegovo zdravje. Če stres in jeza trajata dolgo časa, se dejansko lahko zaradi tega razvije rana na želodcu. Samo pozitivne misli ne morejo pozdraviti bolezni, toda težka bolezen ne pride čez noč, nastaja postopoma. K njej pripomorejo tudi negativne misli, medtem ko jo pozitivne lahko zadržijo. Duhovnik Kneipp je trdil, da je pomembno, da so naše misli pozitivne in da se čim večkrat na dan nasmehujemo. Moč pozitivnega mišljenja lahko olajša vsakdanjik.

Zdravljenje z dieto in prehrano

Kneipp priporoča zmerno uživanje hrane. Požrešnost po njegovem ne spada v urejeno življenje. Pravila, ki naj bi vodila do smiselnega prehranjevanja, morajo biti preprosta. Nihče ne bo dolgo zdržal ob nenehnem štetju kalorij ali izračunavanju vrednosti hranilnih snovi v živilih. Kneipp je imel povsem preprosto metodo. Vsak dan je treba pojesti pet majhnih porcij, velike porcije so obremenilne za telo, daljši presledki med obroki pa povzročajo večjo lakoto. Jesti je treba čim manj



maščob, te so nosilec okusa, kar pa pomeni, da so mastne jedi žal bolj okusne. Živila je treba skrbno obdelati, ne uničujemo vitaminov in mineralov v sadju in zelenjavi. Nobenih prepovedi, če seveda te niso nujne in zdravniško določene. Na splošno naj bi jedli vse, kar naj bi preprečilo frustracije in požrešnost. Paziti moramo na uravnoteženo mešano prehrano. Nobeno živilo samo ne pokrije dnevne potrebe po hranilnih snoveh. Meso moramo jesti v zmernih količinah, Kneipp je prednost dajal rastlinskim proizvodom.

 **SOP**

**Nič ne čakaj,
pokliči 080 19 56!**

Pridemo tudi na dom.

Dodatne informacije na www.sop.si.

29. mednarodna konferenca o razvoju organizacijskih znanosti

ČLOVEK IN ORGANIZACIJA

24. - 26. marec 2010, Portorož, Slovenija

29. mednarodna konferenca o razvoju organizacijskih znanosti je eden redkih dogodkov v Sloveniji in v srednje-evropskem prostoru, ki povezuje gospodarstvenike z raziskovalci in akademiki ter oblikovalce gospodarske politike z najvišjimi predstavniki države. Konferenca skozi tridnevno dogajanje sproža dialog in zagotavlja odziv ciljne javnosti.

Izberi znanje ... izberi prihodnost



Univerza v Mariboru

Fakulteta za organizacijske vede

Dodatne informacije:

www.fov.uni-mb.si/konferenca

Center za izobraževanje in svetovanje Univerze v Mariboru

Fakultete za organizacijske vede

Kidričeva cesta 55/a, 4000 Kranj

Telefon: 04/2374 345, e-pošta: cis@fov.uni-mb.si

Gibalna terapija

Že konec 19. stoletja je Kneipp ugotovil, da tehnika in razvoj človeka gibalno polenita. Mišice in sklepi, ki jih komaj kaj uporabljamo, zakrniijo in izgubijo svojo funkcionalnost. Posledica pa so razna obolenja. Kneipp je menil, da je najboljša telovadba zmerno hitra hoja, plavanje in vodna gimnastika. Poseben poudarek pa je dajal jutranji vadbi, to je poimenoval prebujanje telesa iz mirovanja v delo.

Zdravljenje z zdravilnimi rastlinami

Kneipp je uporabljal rastline, da je z njimi pomagal bolnikom. Te so bile v primerjavi z drugimi zdravili cenejše in zato dostopne tudi revnim. Z domačo lekarno smo proti mnogim vsakodnevnim težavam dobro opremljeni na naravni podlagi in brez neželenih učinkov.

Vodna terapija

Sebastian Kneipp je znan predvsem po vodni terapiji. V tej terapiji uporablja toplotne dražljaje in dražljaje z mrazom. Od tega ima korist imunski sistem, srčno-žilni sistem in celotna konstrukcija. Preden pa sami izvajamo Kneippovo metodo doma, se moramo o njej obvezno dovolj podučiti in se pred njeno izvedbo posvetovati z zdravnikom. *Petra Logar, Tina Dokl*

Če morda še česa niste vedeli o nas ...

Gorenjske lekarne smo javni lekarniški zavod, naše osnovno poslanstvo pa je opravljanje javne službe, ki zajema preskrbo gorenjskega prebivalstva z zdravili. Poleg prebivalstva Gorenjske z zdravili oskrbujemo tudi nekatere zdravstvene in druge organizacije. Preskrba z zdravili obsega izdajanje zdravil na recept in brez recepta s svetovanjem o pravilni, racionalni in varni uporabi zdravil ter izdelovanje magistralnih zdravil.

Poleg te osnovne dejavnosti izvajamo še:

- preskrbo s pomožnimi zdravilnimi sredstvi, medicinsko tehničnimi pripomočki, sredstvi za nego in drugimi sredstvi za zdravljenje, za varovanje zdravja ter s predmeti splošne rabe za ohranjanje dobrega počutja;
- izdelovanje zdravil in pomožnih zdravilnih sredstev ter preverjanje njihove kakovosti;
- mentorsko dejavnost;
- farmakoinformativno dejavnost;
- svetovanje pri predpisovanju in uporabi zdravil ostalim zdravstvenim delavcem;
- zdravstveno-vzgojno in zdravstveno prosvetljalno dejavnost.

Za nemoteno preskrbo prebivalstva Zavod organizira **dežurno službo**. Po zakonu moramo farmacevti v dežurni lekarni izdajati zdravila na recepte, predpisane istega dne ali na recepte, ki so označeni kot nujni.

Za vse uporabnike, ki potrebujejo nasvet ali jih zanima kaj s področja uporabe zdravil, smo na naši spletni strani pripravili rubriko "Farmacevtov nasvet", ki je dobro obiskana, saj je to najhitrejša pot do želene informacije.

V Gorenjskih lekarnah je zaposlenih 154 delavcev, od tega je 84 magistrov farmacije, dva sta inženirja farmacije, 50 je farmacevtskih tehnikov, 18 zaposlenih sodi v nefarmaceutski kader. V Gorenjskih lekarnah pa lahko opravljajo pripravništvo tudi farmacevtski tehniki in magistri farmacije.

Vizija nas, zaposlenih, ostaja nespremenjena, konkurenčno prednost na trgu bomo ohranjali z znanjem, ki ga bomo ves čas nadgrajevali, z odgovornim svetovanjem, z lastnimi izdelki, z razvijanjem čim boljših odnosov s poslovnimi partnerji in z zadovoljnimi zaposlenimi.

Romana Rakovec, mag. farm.

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



goodcenter
Kjer vas Era celostno oskrbi.

ERA GOOD d.o.o.
Prešernova 10
3320 Velenje

GOODCENE DOBRE CENE

GOODCENE
NAJNIŽJE CENE



2,81
EUR
z DDV: 3,05
EUR

Sir Edamer
cena za kg

GOODCENE
NAJNIŽJE CENE



0,61
EUR
z DDV: 0,73
EUR

0,61
EUR
z DDV: 0,73
EUR

Pivo Zlatorog
Pivovarna Laško stk. 0,5 l

Pivo Union
Pivovarna Union stk. 0,5 l

GOODCENE
NAJNIŽJE CENE



0,61
EUR
z DDV: 0,73
EUR

1,78
EUR
z DDV: 2,14
EUR

Pivo Budweiser
stk. 0,5 l

Vino Cviček Žaren
stk. 1 l



8,40
EUR
z DDV: 9,11
EUR

Olje rastlinsko
Good 10 l

GOODCENE
NAJNIŽJE CENE



0,63
EUR
z DDV: 0,68
EUR

Sladkor Good
PVC 1 kg

GOODCENE
NAJNIŽJE CENE



0,48
EUR
z DDV: 0,52
EUR

0,27
EUR
z DDV: 0,29
EUR

Mleko Madeta 3,5%
1 l

Moka gladka T500
Good 1 kg

Good cene veljajo samo ob pogoju
takojšnjega gotovinskega plačila in lastnega
prevzema blaga v Goodcentrih.
Good cena je končna fiksna cena
in na njo ni mogoče uveljavljati nobenega
drugega popusta, bonitete in drugih
ugodnosti.

PE Goodcenter Šenčur
Poslovna cona A 20, 4208 Šenčur
pon. - pet. od 7.00 do 17.00, sobota od 8.00 do 12.00

PE Goodcenter Murska Sobota
Nemčavci 64, 9000 Murska Sobota

PE Goodcenter Ajdovščina
Goriška cesta 68, 5270 Ajdovščina

PE Goodcenter Celje
Lava 2, 3000 Celje

Ministrstvo za zdravje opozarja: prekomerno
pitje alkohola lahko škoduje zdravju!

www.goodcenter.si



ERA
Ostrečujemo. Povezujemo.
Razvijamo. Smo.



Spomladanske čebulice nekoliko drugače

Ker že težko čakamo na pomlad in toplo sonce, si naše želje lahko v koščku uredimo kar v stanovanju. Pri izbiri moramo biti pazljivi, saj imajo nekatere čebulice močan vonj, ki v majhnih zaprtih prostorih lahko povzročajo glavobole. V to skupino rastlin spada hijacinta in narcisa, ki je tudi strupena.

Ob upoštevanju teh omejitev lahko s pomočjo cvetočih čebulic oblikujemo prav zanimive aranžmaje. Lončke, v katerih rastejo čebulice, damo v okrasne lončke, dodamo različne dekorativne dodatke tako, da ne ovirajo rasti čebulic. V namiznih aranžmajih lahko kombiniramo cvetoče čebulnice z okrasnimi zelenimi rastlinami.

V stanovanjih imamo zelo pogosto amarilis oz. vitezovo zvezdo. Ta rastlina ima veliko čebulo, katere ena tretjina gleda iz substrata. Zelo pomembno pri oskrbi je, da je ne zalivamo po čebuli, ampak v substrat. Amarilis ima visoko steblo, na katerem se oblikujejo veliki trobentasti cvetovi. Včasih ta rastlina potrebuje dodatno oporo, saj se votlo steblo pod težo cvetov lahko zlomi. Tudi iz vitezove zvezde lahko naredimo zanimive namizne dekoracije. Včasih je dovolj, da pokončno linijo stebela prekinemo z zanimivo vejo. S takim dodatkom ustvarimo novo dimenzijo in rastlina postane bolj zanimiva.

Mag. Sabina Šegula, BC Naklo

Rdeči ožig narcis in listna sušica perunike

Kmalu zatem, ko sneg skopni, iz zemlje pokukajo narcise. Včasih so vršički listov rdeče rjavi in zlepljeni. Ne samo na listih, tudi na cvetnih popkih in samih čebulicah lahko opazimo rdeče podolgovate lise, katere povzročajo iznakaženja in razpoke. Pri močnem napadu lahko rastlina propade. Takšne bolezenske simptome povzroča gliva s slovenskim imenom rdeči ožig narcis (*Stagonospora curtisii*). Gliva poleg narcis napada tudi amarilis in zvončke. Bolezen se prenaša s čebulicami. Trosi, s katerimi se gliva širi, potrebujejo za svoj razvoj temperaturo od 22 do 25 °C in visoko zračno vlago. V takšnih razmerah se gliva še hitreje širi. Bolezen zatiramo z namakanjem čebulic v topli vodi (za dve uri in pol jih potopimo v vodo, ogreto na 43 do 44 °C). Močno okužene čebulice uničimo in jih ne sadimo. Med rastjo narcis odstranimo obolele liste in rastline prvič škropimo, ko so visoke okoli 10 cm, in nato še med cvetenjem ter po njem. Med rastjo uničimo močno okužene rastline in čebulice.

Na narcisah se pojavlja tudi listna sušica perunike (*Heterosporium gracile* oz. *Mycosphaerella macrospora*). Na listih perunik, gladiol, frezij, maslenic in narcis se pojavijo večje ali manjše lise nepravilnih oblik, ki so na začetku rumene barve, kasneje

postanejo sivorjave in obrobljene s temnejšim robom. Pri močnejšem napadu listi odmrejo. Deževno vreme in vlažen zrak pospešujeta razvoj bolezni. Pa tudi pomanjkanje fosforja in kalcija vpliva na izrazitost napada v odvisnosti od vrste in sorte napadene rastline. Skrbimo tudi za ustrezno in pravočasno gnojenje s fosforjem in kalcijem, podlaga za ustrezno gnojenje naj bo kemična analiza tal.

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



Okužena čebulica amarilisa



Okuženi listi z listno sušico perunik



Rdeči ožig narcis na amarilisu

Pričarajmo pomlad v naše domove

V prebujanje narave nas spomladi popeljejo različne zgodaj cvetoče čebulnice, ki jih opazimo vsepovsod, ob cestah, na travnikih, v parkih ali skrbno urejenih domačih vrtovih. Po pomladi pa lahko v naših domovih zadiši že v turobnih zimskih dneh z zasaditvijo pisanih čebulnic, kot so različni žafrani, dišeče hijacinte, veliki in mali zvončki, modre hrušice, raznobarni tulipani, velikocvetne in drobnocvetne narcise ter pritlikave perunike. S sajenjem začnemo že v decembru, ko je primeren čas za siljenje. Čebulice sadimo v zemljo za potaknjence, lahko v posebno navlažena vlakna za čebulice, posamezno ali v skupini, vendar ob tem pazimo, da se čebulice med seboj ne dotikajo, rastni vršički gledajo ven iz zemlje. Pomembno je, da lončke s posajenimi čebulicami postavimo v hladen prostor s temperaturam od 0 do 5 oC, lahko v kleti ali na balkone in terase, ter jih zatamnimo. V kletih si s temnejem pomagamo z omarami, na prostem pa



Kombinacija narcis in hijacint

jih lahko prekrijemo s črnimi folijami in jih zalijemo. Po slabih dveh mesecih, ko so poganjki veliki od 3 do 5 cm in ko rastline pričnejo nakazovati barve, jih postavimo v svetlejši, nekoliko toplejši prostor ter jih postopoma prilagajamo višjim temperaturam in močnejši svetlobi. Kadar rastlin ne temnimo ali je prostor premalo hladen, nam bodo odgnali le listi, lahko nekaj cvetov, ki bodo deformirani. Čebulice črpajo hrano iz podzemnih delov, zato ni nujno, da jih posadimo v substrat, zacvetele bodo tudi v vodi, kamor segajo le korenine. V vrtnih centrih lahko kupimo že preparirane čebulice, namenjene zgodnjemu siljenju. Uporaba čebulic po siljenju ni priporočljiva, saj je zaloga hranil v njih zelo majhna. Čebulice lahko sadimo v okrasne košare skupaj s spomladi cvetočimi rastlinami, kot zastirko uporabimo mah in lubje.

Nataša Kristanc, univ. dipl. inž., BC Naklo



Siljena hijacinta v lončku

Čebulnice in gomoljnice v vrtu

Čebulnice in gomoljnice si v vrtu zaslužijo zaradi svoje izredne privlačnosti posebno pozornost. Velikokrat nam zapolnjujejo praznine v vrtu in mu s tem dajejo poseben poudarek, saj so zaradi svojega načina rasti in mirovanja v zimskem času posebna skupina rastlin, ki so v naših vrtovih premalo razširjene.

Z njimi lahko zapolnimo prostor pod drevesom, pod grmovjem, v gredi ali nasadu ob stopnišču in vhodu, ob skupinah grmovnic, v trati, skalnjaku ali pa jih sadimo v cvetlična korita. Sadimo jih že jeseni, in sicer najprej jesenski podlesek, zvončke, sledijo anemone, tulipani, hijacinte, lilije, in sicer po priporočilu, ki je označeno na embalaži. Ko odcvetijo in se začno listi sušiti, jih ne smemo porezati, saj s tem oslabimo čebulice za prihodnje leto. Liste odstranimo postopoma šele takrat, ko popolnoma odmrejo. Tulipane in narcise sadimo tudi med vrtnice, saj prej zacvetijo in nasad lepo dopolnjujejo. Skupine čebulnic naj bodo razporejene čim bolj naravno. Pritlikave vetrnice ali anemone so lepe modre, bele in rožnate barve. Med modrimi čebulicami je tudi angleška hijacinta, ki dobro uspeva v polsenci. Velika je tudi izbira narcis. Te se razlikujejo po obliki cvetov, velikosti in barvi. Nekaj posebnega med čebulnicami je cesarski tulipan, a ima neprijeten vonj, ki pa odganja voluharja. Zato mu radi pridružno druge čebulnice, saj tako preprečimo, da bi postale hrana voluharju.

Ljuba Erjavec, univ. dipl. inž., BC Naklo



PRIDOBITE SREDNJEŠOLSKO IZOBRAZBO s področja: živilstva, naravovarstva, kmetijstva, hortikulture, gospodinjstva in biotehniške gimnazije

**PRIDOBITE VIŠJEŠOLSKO IZOBRAZBO s področja:
KMETIJSTVA: inženir/ -ka kmetijstva in krajine
NARAVOVARSTVA: inženir/ -ka naravovarstva - NOVO!!!**

Telefon: 04/277 21 26, 041/499 935. Več informacij najdete na naši spletni strani: www.bc-naklo.si

DELOVNI ČAS TRGOVINE: ponedeljek: zaprto; torek: 13.00 - 18.00; sreda, četrtek, petek: 9.00 - 13.00

Prihaja samozavestni Audi A1

Audi za letošnje poletje napoveduje novega malčka v razredu kompaktnih vozil. Po nekaj letih odsotnosti, ko so si polomili zobe z aluminijastim A2, prihaja na ceste mladostno razigrani in samozavestni A1, ki se bo kosal z uveljavljenimi tekmeci. Pri Audiju so prepričani, da bo novinec najbolj športen avtomobil v svojem razredu, kar naj bi izkazoval tako z zunanostjo kot s tehniko. Pogonu je namenjena nova serija štirivaljnih motorjev, dva sta bencinska in dva dizelska, vsem pri delu pomagajo turbinski polnilniki. Razpon moči sega od 63 kW (86 KM) do 90 kW (122 KM). Vsi motorji imajo zmanjšano gibno prostornino, ki jo nadomeščata turbinski polnilnik in direktno vbrizga-



vanje goriva. Med novostmi v tem razredu je sedemstopenjski samodejni menjalnik z dvojno sklopko S tronic. Armaturna plošča spominja na letalsko krilo, štiri okro-

gle prezračevalne šobe pa na turbine reaktivca. Kot se spodobi, bo A1 oborožen tudi s sodobnimi komunikacijskimi sistemi. Morebitne kupce naj bi zanimali di-

zajn, glasba, moda in šport, med njimi bo najverjetneje veliko žensk. Na slovenski trg bo predvidoma zapeljal v letošnjem septembru 2010. *Matjaž Gregorič*



Avtohiša Vrtač, d.o.o. Kranj

Delavska cesta 4
4000 Kranj
tel.: 04 27 00 200, faks: 04 27 00 222
www.avtohisavrtac.si



Vaš trgovec z vozili:

Avtohiša Vrtač, d.o.o. Kranj
PE Primskovo, Ručigajeva cesta 10a, 4000 Kranj,
tel.: 04 23 44 899, faks: 04 23 44 890
www.avtohisavrtac.si



autobenemotom SEAT

Športni zadek Seata Ibize ST

Ibiza ST je tretji model Seatovega najbolj množičnega avtomobila. Kompaktni kombi ima ob mladostnem in športnem življenjskem slogu izrazito družinsko noto. Z dolžino 4,23 metra kombilimuzinski različici Ibiza prekaša za 18 centimetrov, kar se najbolje odraža v prtljažniku z osnovnimi 430 litri, ki se lahko še izdatno povečajo z deljivostjo zadnje sedežne klopi.

Za Ibizo ST so na voljo trije bencinski motorji in trije motorji TDI z vbrizgavanjem goriva preko skupnega voda. Štirje motorji od šestih so opremljeni z direktnim vbrizgavanjem goriva in turbopolnilnikom. Njihov razpon moči sega od 51 do 77 kW (od 70 do 105 KM). Z vidika učinkovitosti izstopata še zlasti motorja 1.2 TDI in 1.2 TSI.

Dodatno zagotovilo za živahne vozne lastnosti in dinamiko je natančno in varno podvozje. Skupaj z dobro opremo treh paketov ter ponudbo tehnološko napredne dodatne opreme (na voljo je na primer menjalnik z dvojno sklopko) Ibiza ST prihaja na trg kot konkurent v segmentu malih kombijev. Letošnje poletje prihaja tudi na slovenske ceste.

Matjaž Gregorič

Malček že kaže zobe

Pri Citroënu so pripravili športno izvedbo novega DS3 in mu nadeli oznako Racing.

Citroën se je vpisal v zgodovino avtomobilskega športa z osvojenimi petimi naslovi svetovnega prvaka v rallyju WRC v kategoriji konstruktorji in šestimi naslovi v kategoriji voznik in sovoznik, ki sta jih zbrala Sebastien Loeb in Daniel Elena. Zdaj se športna avantura nadaljuje z avtomobilom DS3 Racing. Inženirji ekipe Citroën Racing so ga preoblikovali v skladu s podobo, ki pritiče oddelku za tekmovanja. Zasnova izžareva izredno tekmovalne lastnosti z vgradnjo elementov iz kar-

bona in posebne dodatne opreme, ki izhaja s področja avtomobilističnih tekmovalanj. Ekipa Citroën Racing je poskrbela za nastavitve 1,6-litrskega motorja, ki razvije okroglih 200 konjskih moči. Podvozje in preme so bile predmet izredno natančne obdelave. Inženirji so se odločili, da veliko pozornosti namenijo intenzivnim občutkom in nenehnemu dialogu, ki poteka med voznikom in cesto. Posebno skrbna obdelava je bila (tako kot zunanosti) namenjena tudi potniškemu prostoru.



Karbon je našel svoj prostor na osrednjem čelnem delu armaturne plošče, na okrasnem elementu volanskega obroča, na naslonih za roke na vratih in na nosilcih ščitnika instrumentne plošče. Oranžna barva strehe se v obliki širokih in elegantnih

trakov pojavi tudi na letvi armaturne plošče, na ročaju prestavne ročice ter na spodnjem delu okrasnega elementa prestavne ročice. Na tisoč primerkov omejena bo v prodaji v drugi polovici leta.

Matjaž Gregorič

Slike je avtomobilski.



Izpopolnjena oblika in vrhunska tehnologija, štirje novi motorji TDI CR in menjalnik z dvojno sklopko ter z vbrizgavanjem preko skupnega voda zmanjšujejo porabo goriva za 1,9 l,...

Vse to je novi Transporter!



Gospodarska vozila

Poraba goriva pri kombinirani vožnji: 7,2 - 11,2 l/100 km. Emisije CO₂: 193 - 341 g/km.

Avtohiša Vrtač, d.o.o. Kranj
Delavska cesta 4, 4000 KRANJ
tel.: 04 27 00 200, faks: 04 27 00 222
www.avtohisavrtac.si

SAMO
FEBRUARJA 2010



www.citroen.si

NAJDOSTOPNEJŠA TEHNOLOGIJA DOSLEJ

VISOKA TEHNOLOGIJA PO DOSTOPNIH CENAH ZA POT KAMORKOLI

CITROËN C3

že za
8.990€

Varčen zapeljivec za vaša
dnevna praktična opravila.

CITROËN BERLINGO

že za
10.990€

500€ dodatnega popusta v
primeru financiranja Citroën*

Prilučno praktičen, praktično
privlačen, navdušuje v vseh pogledih.

CITROËN XSARA PICASSO

že za
11.990€

500€ dodatnega popusta v
primeru financiranja Citroën*

Brezčrna dinamčnost in eleganca,
prostorna in prilagodljiva notranjost.



CITROËN pripravilo TOTAL

Citroën že od nekdaj gradi prihodnost mobilnosti. Z inovativnostjo pooseblja drugačnost in diznost ter s tem ponuja popolno združitev strasti in razuma. Stalna uporaba najsoodnejših tehnologij in tehnoloških dognanj se zrcali v prav vsakem Citroënovem modelu.

CREATIVE TECHNOLOGIE



Štiri leti pogodbene garancije. Citroën Kredit & Leasing. Ugledna partnerja velja do 28. februarja 2010 v motoristiki podaljšanje za vozila iz zaloge za finančne prihodnosti pri posredniških prodajalcih. Poraba goriva predstavljenih modelov: kombinirana vožnja od 4,2 do 8,9 l/100 km. Emisije CO₂: od 110 do 224 g/km. Slike so simbolične. Citroënovih vozil v Sloveniji, ki sodelujejo v akciji. *Več o pogojih financiranja na www.citroen.si.

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

PROSTOST PROSTORA!

Priznajte: vedno sanjate malo večje. Izvolite! Uresničite svoje želje z novimi vgradnimi omarami z drsnimi vrati. Po meri. Skladno z linijami pohištva Alples.

ALP'LUX
VGRADNE OMARE.



alples

pohištvena znamka



Več o ponudbi na spletni strani www.alples.si

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

Ljubezen: V ljubezni boste željni izzivov, za uresničitev pa še niste pripravljeni. Brez strahu, vse bo še ob pravem času. Novice vas bodo presenetile.

Finance: Na delovnem mestu boste precej trmoglavi in ne boste dopuščali nobenega drugega mnenja. Tokrat bo ta odločitev pravilna.

Nasvet: Zaradi prezaposlenosti s samim seboj ne smete pozabiti na prijatelje in obljube, ki ste jih izrekli.

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

Ljubezen: Na čustvenem področju se vam približuje ljubezen in veliko romantičnih trenutkov v dvoje.

Pozabili boste na vse strahove in se predali čustvom.

Finance: Na neki dogodek boste preveč enostransko reagirali, kar vam lahko prinese negativne posledice pri sodelavcih.

Nasvet: Postavili se boste po robu svojemu črnogledemu razmišljanju in na dogajanje okoli sebe začeli gledati iz svetleše plati.

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

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

Finance: Če hočete biti še naprej uspešni in nadaljevati po ravni poti, je edini način, da poravnate stare račune.

Nasvet: Tveganje je včasih neizbežno, kar boste spoznali na čustvenem področju. Zadnji čas je, da se premaknete z mrtve točke.

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

Ljubezen: Za preteklostjo boste prenehali žalovati in se boste pričeli veseliti prihodnosti, ki je pred vami. Zaupajte svoji intuiciji!

Finance: Pred vami bodo novi poslovni izzivi in le od vas bo odvisno, če jih boste sprejeli in seveda pokazali zanimanje.

Nasvet: Potrebni ste določenih potrditev, saj ste polni dvomov, ki vam zamglijo pogled.

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

Ljubezen: Na splošno so pred vami spremembe, ki so več kot dobrodošle, zato jih boste sprejeli odprtih rok. Nekdo se bo spomnil na vas z darilom.

Finance: Situacija vas bo res nekoliko vrgla iz tira, a ne za dolgo, saj boste kljub vsemu potegnili dobre rešitve.

Nasvet: Pogovor s prijateljem vas bo opogumil in naredili boste korak naprej, zato sprejmite pomoč.

**Kozorog** 22. dec. - 20. jan.

Ljubezen: Na vidiku imate odprte težave, ki pa se jim lahko izognete. Vprašanje oziroma dilema bo le v vaši trmi in v kakšni meri boste pripravljeni sprejeti posledice.

Finance: Znova boste morali dokazovati svoje sposobnosti. Ker se zavedate, da je vsaka stvar ob svojem času, se ne boste pustili zmešati.

Nasvet: Poglobiti se bo treba v bistvo in vsako stvar reševati posebej, korak za korakom.

**Dvojčka** 21. maja - 21. junija

Ljubezen: Zvezde so vam naklonjene. Ne oklevajte, sedaj je vaš čas! Mirno se prepustite toku življenja, saj nad vami ne preži nikarkršna nevarnost.

Finance: Za uresničitev svojih načrtov in ambicij boste pripravljeni vložiti veliko truda, kar se vam bo tudi obrestovalo.

Nasvet: Prišel je čas, ko boste prisluhnili notranjemu glasu in šli nasproti starim, skritim željam.

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

Ljubezen: Izpolnila se vam bo dolgo pričakovana želja. Kar ne boste mogli verjeti, ko se vam bodo začela odpirati vrata, ki so bila do sedaj za vas zaprta.

Finance: Odpirajo se vam še dodatne možnosti za poslovni uspeh, ki vam v zadnjem času vse več pomeni. Čaka vas večji nakup.

Nasvet: V tem obdobju bi bilo dobro, da bi si vzeli čas in si po dolgem času vzeli oddih za krajše počitnice.

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

Ljubezen: V celem mesecu boste skušali čim več storiti zase, tako na duhovni ravni kot tudi drugače. Čaka vas presenečenje s strani srčne osebe.

Finance: Ne delajte si nepotrebnih in neutemeljenih skrbi, saj se bo vse uredilo vam v prid. Zadnji čas je, da pozabite na stare zamere.

Nasvet: Upočasnite tempo in nikar ne prehitujte. Želja, ki jo imate, se vam bo izpolnila čisto ob pravem času.

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

Ljubezen: Obremenjenost, ki vas ogroža z vseh strani, vam črpa življenjsko energijo, ki je nujno potrebna za obstoj. Naredite hitro kaj za to.

Finance: Zvedeli boste stvari, o katerih se vam ni niti sanjalo, in uspeh imate zagotovljen. Nikar ne čakajte predolgo!

Nasvet: Včasih je določena pričakovanja bolje prepustiti usodi in času, čeprav težko.

**Škorpion** 24. okt. - 22. nov.

Ljubezen: Že nekaj časa ste v pričakovanju sporočila in nikakor ga ne morete dočakati. Ravno ko bodo dvomi preseгли vrh, pridejo dobre novice.

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

Nasvet: Ob nasvetu prijatelja boste najprej užaljeni, a kasneje mu boste hvaležni.

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

Ljubezen: Občutek dobre volje vam bo zelo dobro del in postorili boste veliko stvari, ki so se vam še pred nedavnim zdele nerešljive.

Finance: V tem obdobju bo za vas najbolj pomemben denar in vse, kar je povezano z njim. Skušali boste izpeljati stare zadeve, kar vam bo tudi uspelo.

Nasvet: Uživate z zavestjo, da je življenje prekratko, da bi se obremenjevali z nepomembnimi zadevami.

KDOR VOZI S TELEFONOM V ROKI IN PISE SIVI SPUKOČILA, JE SAMO NA POL PRI VOZINJI.

DAN VARNE VOŽNJE Z
ZAVAROVALNICO TRIGLAV V AMZS
CENTRU VARNE VOŽNJE VRANSKO

ZA MLADE
VOZNIKE SAMO
33 EUR

NAMESTO TELEFONA RAJE VZEMITE V SVOJE ROKE VARNOST IN SE ZAPELJITE NA DAN VARNE VOŽNJE Z ZAVAROVALNICO TRIGLAV. SEZNANILI SE BOSTE S KORISTNIMI INFORMACIJAMI O PROMETU IN PRIDOBILI ZNANJA, KI SO POTREBNA ZA OBVLADOVANJE VOZILA V RAZLIČNIH SITUACIJAH. PRIDRUŽITE SE NAM NA DNEVU VARNE VOŽNJE IN DODAJTE SVOJ DELEŽ K VEČJI VARNOSTI V PROMETU! Z UDELEŽBO NA DNEVU VARNE VOŽNJE BOSTE OPROŠČENI DOPLAČILA ZA MLADEGA VOZNIKA PRI AVTOMOBILSKIH ZAVAROVANJIH ZAVAROVALNICE TRIGLAV. **POGOJI UDELEŽBE IN PRIJAVA NA WWW.VOZIM.SE.**

PAMETNO JE VOZITI VARNO.



 **triglav**

PONUDBA VELJA ZA MLADE VOZNIKE - ZAVAROVANCE ALI UPORABNIKE VOZIL, ZAVAROVANIH PRI ZAVAROVALNICI TRIGLAV, ZA KATERE JE BILA PLAČANA DODATNA PREMIJA PRI AVTOMOBILSKIH ZAVAROVANJIH.

ČAS JE ZA DIGITALNO!

SiOL TV
najzabavnejša
digitalna TV!

2
meseca
brezplačno
preizkušanje*

Slovenija bo konec leta 2010 preklopila iz analognega oddajanja televizijskega programa na digitalno. Zato je zdaj pravi čas, da se odločite za prehod na digitalno zabavo! **SiOL TV je najzabavnejša digitalna televizija** z najboljšim izborom programov, dobro založeno videoteko s filmskimi hiti ter bogatim naborom dodatnih vsebin. Dobite jo **brez stroškov priključitve!**

SiOL TV v programskem paketu Mega vsebuje:

- več kot **100 izbranih mega programov** za vso družino,
- **videoteko** z več kot 1.100 vsebinami in **SiOL TV HITI** – najnovejšimi filmskimi uspešnicami,
- velik izbor **filmov, risank, serij in koncertov**, kadar si jih zaželite, brez dodatnega plačila,
- odlične **igre**, ki jih igrate kar z daljincem.

Za spremljanje SiOL TV potrebujete **opremo** – **TV komunikator**, ki ga dobite za samo 1 EUR.**

* Za 2-mesečno brezplačno preizkušanje SiOL TV je pogoj uporaba ali naročilo storitve SiOL internet.
** Ob vezavi 24 mesecev. Možen je tudi nakup na obroke, brez vezave.

Pokličite
080 8000
še danes!

www.siol.net 080 8000



Vesolje veselja

hvala, res je
prvo leto
brezplačno!

sem ti
rekel



foto: www.istockphoto.com

bančni paket za novonastala podjetja

Vsem, ki začenjate samostojno poslovno pot, v Gorenjski banki znamo stopiti naproti. Leto dni od odprtja poslovnega računa vam namreč zagotavljamo cel niz brezplačnih storitev - od vodenja poslovnega računa, uporabe e-banke Link, domačega plačilnega prometa prek e-banke, do poslovne kartice, ki jo dobite brez prve letne članarine.

V dodatno spodbudo pa si eno ali dve ugodnosti izberete tudi sami.

Izkoristite **ugodnosti paketa za novonastala podjetja** in zaupajte banki, ki spodbuja vaše **prve poslovne korake.**

www.gbkr.si/paket

Gorenjska  Banka