

GORENJSKA

Leto: XI - ISSN - 1561-615X

September 2010 • Številka 6



Vabljeni na
»DAN BIOMASE«,

v soboto 9. 10. 2010 ob 11h v Nazarijah

Problematika odpadkov, ki bi jo lahko rešili s pomočjo biomase
Anatomija človeka, ki bi jo lahko rešili s pomočjo biomase
Predstavitelji različnih vrst plemen, ki bi jo lahko rešili s pomočjo biomase
Aktivnosti in razstavljanje s pomočjo biomase na www.biomasa.si

ZAKLJUČEK VELIKE NAGRADNE IGRE –
glavna nagrada kotel na polena
FRÖLING S3 + hranilnik toplote

Za vas beležimo čas

Gorenjski Glas

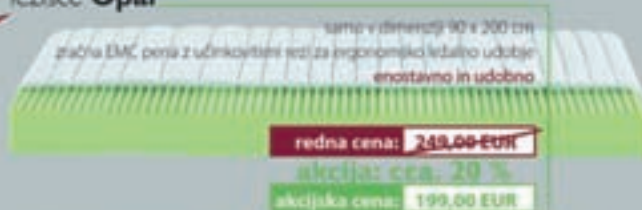
lesnina

Lesnino v mirnem spanec!

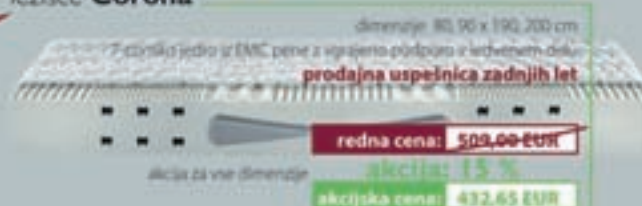
Optimo
Posteljni sistemi

O lastnostih in razlikah med ležišči in postelnimi vložki se posvetujte z Lesninim prodajnim svetovalcem.

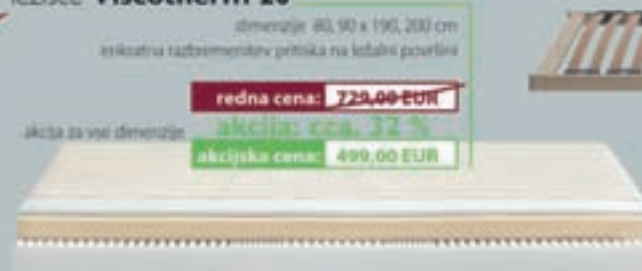
ležišče Opal



ležišče Corona



ležišče Viscotherm 20



ležišče Global Regular



posteljni vložek: Kompakt S

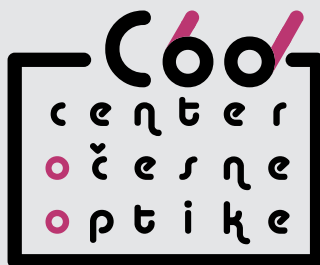


Akcija traja do 30. septembra 2016.

Cene veljajo za ležišča s srednjo trdoto.

PC KRANJ ... Staneta Žagarja 67
Otvorni čas: pon. - pet. 9.00 - 20.00, sobota 9.00 - 18.00
PC JESENICE ... C. železarjev 4B
Otvorni čas: pon. - pet. 9.00 - 20.00, sobota 8.00 - 13.00

Cene v oglašitvi so v evrih in veljajo za gotovinsko plačilo od 19. 8. do 30. 9. 2016 oziroma do razprodaje zalog. DDV je vključen. Objavljeni popusti se preračunajo na redne priporočene prodajne cene artiklov izbranih dobaviteljev. Popusti in cene veljajo za gotovinsko plačilo in se ne seštevajo. Slike so simbolične. Predstavljene cene so priporočene prodajne cene dobaviteljev, ki so veljale pri predajo in bodo veljale po akciji, ter so razvidne iz natisnih cenikov. Za morebitne napake v oglašitvi se opravičujemo. Po trenutno veljavnih prodajnih pogojih Lesnina. Nakup akcijskih artiklov je omejen na količine, običajne za gospodinjstvo uporabo. Avanzirski materiali niso vršeni v ceno izdelkov. Lesnina d.o.o., Črta na Boku 40, Ljubljana.



pregledi in kontrola vida

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



GIORGIO ARMANI



Dior

GUCCI



Dior

Blumarine

DOLCE & GABBANA

GUCCI



EXTĚ



- * OKULISTIČNI PREGLEDI VIDA
- * IZDELUJEMO ŠPORTNA IN SONČNA OČALA Z DIOPTRIJO
- * POSEBNE UGODNOSTI ZA UPOKOJENCE
- * PONUDBA OČAL NA RECEPT BREZ DOPLAČILA



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

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

Kontaktne leče in tekočine

© Johnson & Johnson



BAUSCH & LOMB



Bogata ponudba korekcijskih očal



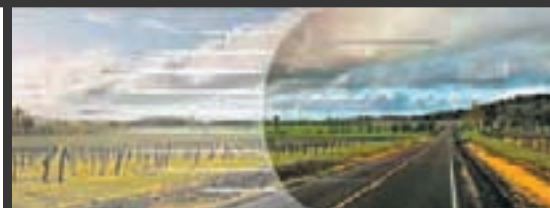
Svetovanje pri nakupu trendovskih očal za vse generacije!
Vabljeni!



SERENGETI®
E Y E W E A R



the world's finest driving sunglasses



Najboljša sončna očala na svetu za varno vožnjo.
Za vas v centru očesne optike.

SERENGETI

V SLOGI JE MOČ!



SLOGA

Kmetijsko gozdarska zadruga, z.o.o.



AKTUALNA PONUDBA

- semena trav
- velika izbira čebulnic
- možen nakup posameznih čebulnic



PREVERJENA KAKOVOST

- čebulček in česen
- vrtno in ročno orodje
- semena, gnojila in zemlja
- darilni program in aranžiranje
- trajnice, lončnice in okrasni lonci



ZA JESENSKA OPRAVILA

- posode za vino
- kadi za zelje in sadje
- PVC posoda in vreče
- mlini in stiskalnice za sadje
- zaboji za krompir, zelenjavo in sadje



NOVO V NAKLEM CVETLIČARNA V KVC SLOGIN VRT NAKLO

Ponudba rezanega cvetja,
ikeban, žalnih vencev,
aranžmajev, darilni program



VSE ZA UREJANJE GROBOV

- velika izbira sveč,
- aranžiranje ikeban
- mačehe, krizanteme
- pesek in zemlja za grobove

EKOLOŠKO VRTNARJENJE

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

KMETIJSKA MEHANIZACIJA

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



KVC Slogin vrt Kranj
Šuceva 27
T: 04 2014 960

KVC Sloga Naklo
Cesta na Okroglo 1/a
T: 04 5951 940

KTC Sloga Šenčur
Kranjska cesta 29
T: 04 2519 772

Odprto: od 7. - 19. ure, sobota od 7. - 13. ure



Komunala Kranj

V Cerkljah, Preddvoru, Šenčurju, Kranju in Naklem je ločevanje odpadkov zelo enostavno

Obstoječe sisteme ločenega zbiranja odpadkov preko ekoloških otokov in zbirnih centrov za ločeno zbiranje odpadkov smo nadgradili. **Gospodinjstva imate lahko doma tri zabojnike: za mešane komunalne odpadke, odpadno embalažo in za biološke odpadke.** Prepričani smo, da bomo na ta način zmanjšali količine odloženih mešanih komunalnih odpadkov in posledično tudi stroške. Odlaganje odpadkov je najdražji način ravnanja z odpadki in tudi najbolj obremenjujoč za okolje.

Pazljivo bomo spremljali, kako sprejemate nove načine zbiranja odpadkov, in poskušali odpraviti pomanjkljivosti, ki se bodo morda čez čas pokazale.

Sedaj je pomembno samo še to, da so odpadki pravilno odloženi. O tem odločate vi! Zato vas prijazno pozivamo, da upoštevate navodila pravilnega ločevanja odpadkov. In ne pozabite, da odpadke ustvarjamo vsi in smo zanje v prvi vrsti odgovorni sami. S pravilnim odlaganjem odpadkov v ločene zabojnike bomo zmanjšali količine odloženih odpadkov na odlagališčih, ki zelo obremenjujejo naše okolje. Ko boste naslednjič stali pred zabojniki, pomislite, ali ste odpadke pravilno in dosledno ločili.

Pomembno je, da v **zabojnik za odpadno embalažo** odložite prazno in stisnjeno plastično, kovinsko, papirno in sestavljeno embalažo. V **zabojnik za biološke odpadke** odložite izključno kuhinjske in vrtno odpadke, brez embalaže. Nikar v zabojnik ne zlivajte tekočin ali vročega pepela. Še posebej pozorni bodite na odpadno jedilno olje, ki sodi med nevarne odpadke, za katere je še pomembneje, da z njimi ravnamo pravilno. Doma odpadno jedilno olje vlijmo v plastenke ali v steklenice oz. v katerokoli drugo primerno embalažo. To začasno hranimo v kleti, garaži in ko se nabere več odpadnega jedilnega olja, ga odpeljemo v zbirni center za ločeno zbiranje odpadkov, kjer ga brezplačno oddamo.

Opadno stekleno embalažo in časopisni papir odložimo v zabojnike na **ekoloških otokih**.

V **zabojnike za mešane komunalne odpadke** sedaj odlagamo res samo še tiste odpadke, ki se ne predelajo.

Ne pozabite, da odpadke še vedno lahko pripeljete v **zbirne centre za ločeno zbiranje odpadkov**. Ti so urejeni v Mestni občini Kranj (Zarica, Tenetiše) ter občinah Šenčur, Cerklje, Naklo in Jezersko. V občini Preddvor zbirnega centra še ni urejenega, a imate občani možnost, da odpadke pripeljete v zbirni center pri zaprtem odlagališču odpadkov Tenetiše.

V mesecu oktobru bo v vseh občinah potekala že tradicionalna akcija zbiranja nevarnih odpadkov iz gospodinjstev. S pomično zbiralnico nevarnih odpadkov bomo obiskali vašo občino in na že znanih zbirnih mestih sprejemali vse vrste nevarnih odpadkov. Brezplačno boste tako lahko oddali baterije, zdravila, odpadno jedilno olje, pesticide, kemikalije, barve, akumulatorje ... O poteku akcije vas bomo pravočasno seznanili. Informacije boste našli tudi na naši spletni strani, po telefonu 28 11 300 ali po e-pošti: info@komunala-kranj.si.

V mesecu oktobru bomo vzpostavili ločeno zbiranje odpadne embalaže in bioloških odpadkov tudi v občini Naklo.

Zabojnike bomo razdeljevali v času od 20. do 30. septembra 2010. Sočasno bomo ukiniteli teden-ski odvoz mešanih komunalnih odpadkov. Zabojnike za mešane odpadke bomo praznili vsak drugi teden. Posledično se bodo zmanjšali stroški odvoza mešanih odpadkov, kar bo vplivalo na nižje zneske na računih za ravnanje z odpadki.

V občinah Cerklje in Preddvor bomo v mesecu oktobru sistem zbiranja odpadne embalaže dopolnili z zbiranjem bioloških odpadkov od vrat do vrat. Če ste se odločili za zbiranje bioloških odpadkov z dodatnim zabojnikom, vam bomo v času od 20. do 30. septembra 2010 na dom pripeljali zabojnik za biološke odpadke. Prvi odvoz bioloških odpadkov v občinah Cerklje in Preddvor bo v torek, 5. oktobra 2010.

Vaš otrok – vaša prihodnost!

Živimo v času hitrih sprememb. Ne vemo kaj bo jutri, kako bi vedeli kaj bo čez 20 let. Še v večji negotovosti smo, ko razmišljamo o prihodnosti naših najdražjih – naših otrok. Žal je in bo skoraj vse povezano z denarjem. Zato varčujte za vašega otroka že danes!

Naložbeno življenjsko zavarovanje za otroke? Razmislite dvakrat.

Vaši otroci ne potrebujejo varčevanja v obliki naložbenih življenjskih zavarovanj, saj del premije, ki pokriva stroške življenjskega zavarovanja ob morebitni smrti otroka ni potreben in smiseln. Otrok namreč ne odgovarja za finančno varnost ostalih članov družine.

Želite vašemu otroku le najboljše?

Vašemu otroku zagotovite primerno nezgodno zavarovanje, ne pozabite pa tudi na optimalno varčevanje, ki omogoča čim višji donos v varčevalnem obdobju.

Varčujte za otroka, ne za zavarovalnice!

Stroški življenjskih naložbenih zavarovanj so namreč nekajkrat višji (tudi do 20 % vplačil!) od stroškov varčevanja direktno v vzajemnih skladih, kar posledično vpliva na končni donos.

Kaj torej izbrati?

Za vaše najdražje sklenite mesečno varčevanje v Krekovih skladih - Naložbeni temelj. Vplačila se izvajajo mesečno preko sistema direktne bremenitve, kar je za vas ugodno in enostavno.

Zakaj Naložbeni temelj?

Bonus za zvestobo

Po 15 letih varčevanja boste nagrajeni v višini štirih mesečnih vplačil in po 25 letih še dodatno v višini štirih mesečnih vplačil.

Dostop do sredstev

Prosti dostop do privarčevanih sredstev v višini največ 50 % trenutno privarčevanih sredstev brez prekinitve varčevalnega načrta.

Začasno prenehanje vplačevanja

V primeru nepredvidljivih situacij (izguba službe ipd.) lahko v varčevalnem obdobju prenehate z vplačevanjem dvakrat za obdobje enega leta.

40 EUR nagrade do konca oktobra!

Poskrbite za finančno varnost vašega otroka že danes in prejmite darilni bon v višini 40 EUR vnovčljiv v vseh enotah Babycentra po vsej Sloveniji. Omogočite vašemu otroku z majhnimi mesečnimi zneski (že od 20 EUR naprej) lažji vstop v svet odraslih.

Mitja Vranetič, Krekova družba d.o.o.

Želite izvedeti več?

Pokličite Krekovo družbo še danes in naročite brezplačni katalog na 080 23 57!



krekoviskladi

Mesečno varčevanje v Krekovih skladih
Naložbeni temelj – najboljše, kar lahko
podarite vašemu otroku že danes!



DARILO
do 31. oktobra:
Vrednostni bon 40 EUR
za Baby Center

Preverite uspešnost Krekovih skladov na
www.krekovi-skladi.si

Pristopite zdaj - pokličite 080 23 57



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 predemo 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 zanima, jo 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: Delo, d. d., Tiskarsko središče. 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, četrtek in petek od 7. do 15. ure, sredo od 7. do 16. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprto. MOJA GORENJSKA, številka 6, september 2010, je priloga 75. številke Gorenjskega glasa, ki je izšla 21. septembra 2010.



Športno društvo Gorenjski glas vabi na

4. Tek Gorenjskega glasa

Finalna tekma Gorenjskega pokala
v rekreativnih tekih in pokala mladih

**Dobimo se v Preddvoru
v nedeljo, 26. septembra, ob 10. uri
pred OŠ Matija Valjavca.**

Dolžina proge za ženske in moške je 11.040 metrov, za otroke in mladince od 550 do 1650 metrov. Prijave sprejemamo na dan tekmovanja od 8.00 do 9.45 v bližini starta.

Vabljeni vsi navijači in ljubitelji Gorenjskega glasa!

Info: Janez Ferlic, 031/561 663 ali janez.ferlic@gmail.com



Mercator

Gorenjski Glas

Marjana Dežnak, upokojena pilotka, ki se je lani z Nizozemskega vrnila na rodno Gorenjsko

Prvi potniki so ušli iz letala

Prvi trije potniki so ji pred 31 leti na leškem letališču pobegnili iz letala, ko so izvedeli, da jih proti Triglavu namerava peljati ženska. Kot prvi poklicni pilotki v Jugoslaviji ji v moškem poklicu pogosto ni bilo lahko, a vztrajnost in gorenjska trma sta jo pripeljali na Nizozemsko za krmilo 'jumbo jeta'. V zraku je preživela štirinajst tisoč ur, lani pa se je pri 52 letih od pilotiranja dokončno poslovila.

Kako se je bilo po desetletjih dela v tujini lani vrniti na rodno Gorenjsko?

"Ni bilo toliko drugače, saj sem že prej pogosto prihajala domov. Ker so na Gorenjskem lepa pokrajina, hribi, mi je bila Holandija izjemno dolgočasna dežela - sama ravnina, nimaš kam iti, mesta so vsa enaka, narava prav tako. Imela sem veliko domotožja, zato sem, ko sem le lahko, prišla domov, pa čeprav samo za tri dni in sem bila zaradi tega še bolj utrujena. V Holandiji sem delala enajst dni, nato sem bila sedem dni prosta."

Za novi dom ste izbrali Spodnjo Besnico. Vas v rodno Škofjo Loko ni vleкло?

"Brat je pred dobrimi desetimi leti tu našel parcelo, na kateri sva potem skupaj zgradila dvojčka, on se je kasneje preselil v Ljubljano. Ja, tudi moje rodno mesto Škofja Loka je bilo v ožjem izboru, prav tako me je vleкло v Kranj, kamor smo se preselili, ko sem imela sedem let. A v Besnici mi je zelo všeč, narava je čudovita, s psičkoma grem lahko za tri ure v gozd. Sovaščane še malo spoznavam, sicer pa je tu tak mir. Videla sem ogromno sveta, in rečem lahko, da se Slovenci ne zavedamo, kaj imamo. Neprecenljivo je, da vidiš kamne v reki, da imamo čist, svež zrak. Malo je takih koticov, s tem se lahko primerjajo Kanada, Nova Zelandija, Avstralija, Švica."

Kako to, da ste se predčasno upokojili?

"Delovni ritem je zadnja leta postajal vse bolj ubijajoč, ker so letalske družbe začele varčevati denar na posadkah. Veliko manj smo bili prosti kot prej, kar pomeni, da so privarčevali na številu zaposlenih, dnevnicah ... Včasih smo bili med leti prosti po več dni, tako da smo se zares lahko spočili,

imeli čas za ogledе mest. Ko sem na primer letela iz Amsterdama v Hongkong in naprej v Sydney, sem bila pet dni prosta, v zadnjih letih pa samo še trinajst, štirinajst ur, kolikor znaša zakonsko določen minimalni počitek. Ne sliši se tako malo, a je treba vedeti, da pred tem nisi normalno spal tri, štiri dni. Včasih se je tako zgodilo, da si prišel nazaj v službo brez pravega spa-



Upokojena pilotka Marjana Dežnak je v zraku preživela štirinajst tisoč ur. / Foto: Tina Dokl

nja. To je bil torej glavni razlog za upokojitve. Če se razmere ne bi tako poslabšale, bi verjetno še letela, tako pa sem hotela teh nekaj let, dokler sem še pri sebi in zdrava, normalno živeti. Od doma sem šla pri osemnajstih letih, v Zagreb v pilotsko šolo, od takrat sem se selila kar 23-krat, tega sem se naveličala in sem se hotela ustaliti."

Gotovo vam marsikdo v času, ko v Sloveniji podaljšujemo delovno dobo, zavida upokojitve pri 52 letih ...

"Ko jim pojasnim, kakšen je naš tempo, da smo bili v službi nepretrgoma po osemnajst, dvajset ur, pogosto celo noč, mi niso več prav zelo nevoščljivi. Vsak dan lahko hodijo v službo, pa se verjetno ne bodo tako nadelali, kot sem se jaz. Pa saj ni težko delati, težko je biti brez spanca. Starejši si, težje je. Če bi delala do konca, bi me samo še v prtljažniku aviona pripeljali domov." (smeh)

Piloti imate beneficirano delovno dobo. Kje prej dočakate upokojitve, v Sloveniji ali na Nizozemskem?

"Če bi ves čas letela v Adrii, bi šla v pokoj pri 49 letih. V Holandiji bi morala delati do 58. leta, jaz sem zaključila prej in bom zdaj nekaj let živela od svojih prihrankov. Pri Adrii letiš samo po Evropi, to je enostavno, sem ter tja ponoči delaš. Pri letenju po vsem svetu je pa ritem, kot omenjeno, ubijajoč, težko so ga zdržali celo mladi kopiloti. Fantom, ki so v to službo prišli direktno iz šole, se že pri 25 letih vidi, da so izmučeni, ne bodo zdržali do 58. leta,

ker je nemogoče 25 let biti brez spanca, sploh pa ne do 60. leta, na kolikor naj bi jim zdaj podaljšali delovno dobo. Sicer pa to ni več tako atraktiven poklic, kot je bil včasih. Po svetu je že težko dobiti fante v šolo, saj je pilot danes dejansko programer, plače so nižje, sveta pa zaradi varčevanja letalskih družb ne vidi nič več."

Vam je bilo kdaj žal, da ste izbrali poklic pilotke?

"Letenje mi ni bilo poklic, letela bi tudi, če mi konec meseca ne bi dali plače. No, nekaj časa že ... (smeh) Res moraš imeti srečo, da dobiš poklic, ki ti je hobi. Prav zaradi tega sem tudi zdržala ta ritem. Precej neprijetno je bilo tudi, da si imel samo za pol leta vnaprej zagotovljeno službo, saj je potrebno vsake pol leta obnavljati licenco za letenje: preverjanje znanja in zdravniški izpit. Ni rečeno, da ga opraviš, sploh praktični izpit na simulatorju, ki traja kar štiri ure brez odmora, vmes pa moraš ves čas reševati situacije, kot so nevihte, odpovedi motorja ..."

Nekaj minusov vašega poklica ste že našli, kateri pa so plusi?

"Spremeni se ti pogled na vse skupaj. Zame je svet majhna krogla, ki jo obletiš v treh, štirih dneh. Vidiš cel svet in kaj hitro ugotoviš, da si lahko vesel, ko vidiš, da moraš imeti res srečo v življenju, da si rojen na pravem koncu te male krogle. Veliko Slovencev tar na, verjamem, da je hudo, a če bi vedeli, kako nam je fino ... Videla sem toliko groze in lepega naenkrat."

Pojdiva na začetek, kako ste sploh začeli leteti?

"Pri nas doma so se vsi bali letenja: pokojna oče in mama, prav tako brat. Vedno sem si želela, da bi se z avionom peljali na počitnice, a to zaradi pomanjkanja denarja - oče je bil učitelj, mama medicinska sestra v Iskri - ni bilo mogoče. V tretjem letniku sem na vratih gimnazije opazila plakat za tečaj jadralnega letenja v Lescah in informativni let z jadralnim letalom. Super, z letalom se grem lahko zastonj peljat, sem najprej pomislila. Oče me ni pustil na tečaj, potem pa je popustil, češ da tako ali tako ne bom naredila izpita. Na prvem letu z jadralnim letalom me je bilo sprva strah, pol ure kasneje pa mi je postalo neznansko všeč, mir, tišina ... Izpit sem naredila in začela jadrati z letalom. Leto kasneje, ko sem se odločala o študiju, sem slučajno videla razpis za pilotsko šolo v Zagrebu. Oče je spet nasprotoval, pred mano ni bilo v tem poklicu nobene ženske, zato je bil prepričan, da tu zame ne bo prihodnosti. Nato je spet popustil, misleč, da ne bom naredila sprejemnih izpitov. Pa se je spet uštel, in tako sem šla v pilotsko šolo. Oče ni bil zadovoljen s tem, odrekel mi je vso finančno pomoč, stanovala sem v sobi brez elektrike, vode ..."

Očitno je bila želja zelo velika, da ste kljub vsemu vztrajali?

"Ko si brez denarja, napol lačen, si enostavno prisiljen hitro končati šolo in poiskati delo. To me je držalo gor, mi dalo dodaten zagon."



Foto: Tina Dokl

Po upokojitvi si je izpolnila dolgoletno željo in si omislila psička.



Kako je bilo v šoli med samimi fanti?

"Res sem bila edina punca na šoli in me niso čisto sprejeli. Precejšnje srečo sem tudi imela, da sem sploh dobila službo, saj so leta 1980 pri Adrii rabili več pilotov, kot se nas je prijavilo. Kasneje so mi povedali, da so imeli poseben sestanek, ali naj zaposlijo prvo kopolotko, a je bilo k sreči tam nekaj pilotov, s katerimi smo skupaj jadrili v Lescah, ki so zastavili dobro besedo zame. Takrat v Evropi ni bilo nobene pilotke, v Egiptu, kamor sem odšla osem let kasneje, pa sploh ne. Po letu in pol sem šla v holandsko letalsko družbo Martin Air, kjer sem bila prav tako edina pilotka. Zadnja leta nas je bilo šest. Po svetu je še vedno zelo malo pilotk, jih je pa sodeč po ženskih glasovih na frekveni zadnja leta nekoliko več."

Ste velikokrat občutili, da ste ženska v moškem poklicu?

"Ja, na začetku sploh. Moški kolegi me nikoli niso jemali enakovredno. V Beogradu sem na primer pri 22 letih na zdravniškem izpitu dosegla samo kriterije za kategorijo B, kar pomeni, da sem bila lahko samo kopolotka. Za kapetanko, kar sem si zelo želela postati, je potrebna kategorija A in na pregle-

du sem imela občutek, da bom dosegla najvišje kriterije, ker ni zdravnik med pregledom ničesar omenil. Na potrdilo pa je na koncu pisalo, da izpolnujem kriterije za kategorijo B, češ da imam težave z očesnim ozadjem. Ponižno sem ga šla vprašat, kako je to mogoče, in še danes se spomnim, kako mi je z roko pokazal proti vratom, rekoč, da je za žensko še kategorija B preveč. Kasneje sem šla še na druge preglede, ki so pokazali, da nimam nobenih težav z vidom, a jih v Beogradu niso hoteli priznati. Moja usoda je bila torej v rokah zdravnika, prepričanega, da ženska ne more pilotirati. Petnajst let kasneje me je podrobno pregledal tudi zdravnik v Holandiji, pa ni odkril nobenih težav z vidom. Dejal mi je celo, naj bom vesela, da tako dobro vidim pri svojih letih. Zdravnik v Beogradu bi mi torej lahko uničil kariero."

In zato ste iz Adrie šli v Egipt. Kako so žensko pilotko sprejeli tam?

"Saj veste, koliko so tam vredne ženske. Takrat sem na lastni koži izkusila, kako je, če nekdo dobesedno gleda skozi tebe. Nemogoče je bilo delati, niso me poslušali. Zaradi tega sem po letu in pol tudi dala odpoved."

Na Nizozemskem ste leteli skoraj dvajset let. Torej so vas tam bolje sprejeli?

"Je, ampak ne povsem. V Holandiji sem naredila izpit za kapetanko in ni bilo fino, kadar sem letela s starejšim kopolotom. Videlo se je, da mu ni prav, vzdušje v pilotski kabini ni bilo tako, kot bi moralo biti. Včasih sem komu rekla, naj se počuti tako kot doma: tam poslušaj ženo, tukaj bo pa mene. In sva se nasmejala, vzdušje pa je bilo takoj boljše. Mi je bilo pa v tridesetih letih pilotiranja večkrat zelo hudo, tega v službi nisem pokazala, doma pa sem se zjokala. Večkrat sem že mislila odnehati, pa sem si rekla: ne, odnehal bom takrat, ko bom sama tako hotela, ne ko bodo to hoteli drugi. Sicer pa je ta poklic zdaj povsem primeren tudi za ženske. Vse je računalniško vodeno, fizične moči ni več treba, tako kot včasih pri starih letalih. Spomnim se, da so na Tajskem in Kitajskem ženske skrivaj prišle do mene in mi rekle, da se jim zdi fino, da sem pilotka."

In kako so pilotko gledali potniki? Je bilo veliko začudenih pogledov?

"Nekateri so me spraševali, zakaj imam jaz drugačno uniformo od drugih stevardes. (smeh) Nekoč sva s kopolotko leteli iz Amsterdama proti Miamiu, pa so se neki potniki pritožili, da bi jih pred letom morali opozoriti, da bosta letalo vodili dve ženski, ker se sicer ne bi peljali. Eno žensko v pilotski kabini bi očitno še potrpežljivo, dveh pa nikakor. In to je se zgodilo pred petnajstimi leti! Zanimiva je tudi zgodba o tem, kako bi morala v Lescah leta 1979 peljati svoje prve potnike. Takrat sem imela dvajset let in sem še hodila v šolo v Zagrebu, imela pa sem že licenco za vožnjo malih letal s potniki. Kolega na leškem letališču me je prosil, naj ga nadomeščam med dopustom, kar mi je bilo super, saj sem želela dobiti čim več izkušenj. Za svoj prvi let bi morala peljati tri mlade fante proti Triglavu. Ko sem vžgala Cessno in smo se počasi zapeljali po stezi, so se začeli začudeno spogledovati med seboj. Ko sem jim povedala, da jih bom jaz peljala proti Triglavu, so hoteli samo še nazaj, kar ušli so iz letala."



V pilotski kabini Boeinga 747, ki ga je najraje pilotirala. / Foto: osebni arhiv



Marjana pred jadralnim letalom v Lescah, kjer se je pred več kot tridesetimi leti zaljubila v letenje.

(smeh) Prav rada bi spet srečala te fan-te, bi jih zdaj povabila na let ..."

S katerim letalom ste najraje leteli?

"Z Boeingom 747 oz. 'jumbo jetom', ker je najlepši, glavo ima kot delfinček, in je tudi največji, prostora je za 500 potnikov. Za primerjavo: 747 tehta 400 ton in ima 175 ton goriva, letalo DC 9, s katerim sem začela leteti, pa je tehtalo 80 ton. Vmes sem letela še z MD 80, Airbusom 310 in Boeingom 767."

Koliko žensk na svetu je sploh pilotiralo 'jumbo jeta'?

"Le redke smo imele to priložnost, trenutno so v Evropi štiri. Pred mano je z njim že letela ena pilotka, leta 1998, ko sem začela jaz, pa sem bila edina ženska na svetu. Moje podjetje se je prav pozanimalo o tem, saj je to potem oglaševalo."

Vas je bilo kdaj strah, da potnikov ne boste pripeljali do cilja?

"Ne, saj si zaradi številnih izpitov in simulatorjev na kritične situacije dovolj pripravljen. Doživela sem sicer ogromno slabega vremena in močne vetrove. Enkrat sem imela odpoved motorja na Boeingu 747, česar se potniki najbolj bojijo, a so še vedno ostali trije motorji, tako da ni bil problem. Če pilot zna lepo odleteti, potniki niti ne smejo vedeti, da je do tega prišlo. No, med večjimi problemi je bil tudi požar

v zadnji kuhinji na MD 80, a smo ga na srečo pogasili. Sicer pa imamo piloti ponavadi delo samo prvo in zadnjo uro, torej ob vzletu in pristanku, vmes je pa enajst ur dolgčasa. Do terorističnih napadov na ameriška dvojčka so potniki še smeli priti v pilotsko kabinu, in so mi nekateri rekli, da nič ne delam, pa sem jim odvrnila, naj bodo veseli, da je tako, da ko bom imela delo, ne bo prijetno ..." (smeh)

Vas je kot potnico na letalu kdaj strah?

"Neprijetno mi je bilo, ko sem se vozila z letalskimi podjetji, za katere sem vedela, da piloti niso vrhunsko izšolani, letala ne najbolje servisirana. V Martin Airu smo imeli črno listo podjetij, s katerimi nismo smeli leteti. Enkrat, spomnim se, da je bilo slabo vreme, mi je pa bilo jasno, kako se v letalu počuti potniki, ki jih je strah, samo da sem jaz vedela, zakaj me je ... (smeh) Sicer pa v avtu pogosteje pomislim, kaj se mi lahko zgodi, kot pa v letalu."

S poklicem pilotke ste se odpovedali tudi družini ...

"Ja, ne moreš biti mama sedem dni, enajst pa ne. Nekateri moški kolegi so imeli družine, a se jim je videlo, da so trpeli, vsak normalen človek bi. Že za očete je težko, za mamu bi bilo pa sploh. So pa sicer v Holandiji pred desetimi leti sprejeli zakon, po katerem morajo delavcu omogočiti, da lahko dela samo 80 odstotkov. Veliko se jih je

odločilo za to, imajo sicer manjšo plačo, a so že ob petkih doma. Pri nekaterih podjetjih gredo delavcem še bolj na roko in pustijo, da sami izberejo, koliko boš delal. V Martin Airu smo imeli kar nekaj stevardes z otroki, ki so lahko delale samo 40, 50 odstotkov, da so bile od doma nepretrgoma največ štiri dni, potem pa deset dni doma ..."

Pa vam je bilo kdaj žal, da ste se odrekli družini?

"Vedno sem imela v načrtu, da bom letela kakih deset let, da vidim, kako je to videti, nato pa bom imela družino, otroke in počela kaj drugega. Pa se ni tako izšlo ... (smeh) Čas mi je tako hitro minil, nimaš letnih časov, za praznike ponavadi delaš. Če tega nimaš rad, ne moreš zdržati. Moj oče je govoril, da moraš biti malo trapast." (smeh)

Ste potem starša kdaj spravili v letalo?

"Očeta mi je uspelo prepričati, mame pa ne. Najprej sem ga hotela peljati z jadralnim letalom, a ni hotel vanj, se je pa nekoč z menoj peljal v Beograd in nazaj."

Kaj pogrešate letenje?

"Ne še. Ko zjutraj na terasi pijem kavo in na nebu vidim letalo, si mislim: uboga reveža, celo noč sta že pokonci, bogve, koliko ur imata še pred sabo. Mislim pa, da me bo počasi spet prišlo letenje z jadralnimi letali."

S čim se ukvarjate zdaj?

"V veliko veselje sta mi psička, vedno sem si jih želela imeti, pa prej to zaradi službe ni bilo mogoče. Rada bi se naučila igrat pianino, kupila sem si ga že, a bom z učnimi urami malo počakala, ker sem začela delati za švedsko letalsko podjetje - enkrat na mesec imam predavanja v zvezi z varnostjo v Beogradu. Sicer pa sem najraje kar doma. Prej sem bila toliko po svetu, zdaj mi je pa včasih problem iti že do Ljubljane."

Ana Hartman

Volitve in ljubezen

Se vam ne zdi, da je med volitvami in zaljubljenostjo velika podobnost? Kdor je zaljubljen, izvoljeni osebi obljublja več, kot ji potem lahko da. Enako je s kandidati za župane: v svoji predvolilni zanesenosti veliko obljublja in v to tudi sami verjamejo ...



Miha Naglič

Da bo res nekaj na tem, potrjuje že izvor glagola voliti. V praslovanščini je imel dvojni pomen. Prvi je: hoteti, rad imeti. In drugi: izražati svojo voljo, izbirati. Tako v bratskih jezikih, ki se danes ločeno imenujeta srbski in hrvaški, včasih pa se je reklo "srbohrvaščina", beseda "voliti" še danes pomeni ljubiti. Ko gredo na volitve ("izbori"), pa izbirajo ("biraju"). Tudi Slovar slovenskega knjižnega jezika, ki je v teh rečeh zakon, ima pri glagolu voliti več pomenov. Pri opredelitvi prvega je tako rekoč birokratski: voliti pomeni "organizirano izražati svojo odločitev o kandidatu". Bog pomagaj, sliši se grozno, a je navsezadnje res. Na dan volitve gremo na volišča, ki so "organizirana" prav za ta namen: da se z glasovanjem odločimo o kandidatih. No, ima pa glagol voliti tudi en starinski pomen - izbirati - denimo v besedni zvezi "dame volijo". Pregovor pa pravi: moški izbira, ženske izbere. Podobno je na volitvah: kandidati se najprej v strankah izbirajo, potem se volivcem v predvolilni kampanji ponujajo in nazadnje ti na volitvah izberejo. Potem pa nastopi obdobje zakona, v katerem gre ljubezen skozi želodec in počasi presahne; do naslednjih volitev, ko se na predvolilni sceni šopirijo novi snubači ...

Volitve so torej zaljubljeni ritual osvajanja in končne izbire. Kandidati dvorijo, sramežljivi volivci se najprej malo izmikajo, radovedno poslušajo, nekatere se s kandidati tudi odkrito spogledu-

jejo, nazadnje na javnem kraju organizirano in tajno oddajo svoj glas. Seštevček teh glasov okrog osme zvečer rodi župana. Župan pa na Slovenskem ni kar tako. Je prvi mož lokalne skupnosti, ki se ji je v starih časih reklo župa. Župa kot županija in ne kot juha, po kateri priplava župan. Župan ima veliko vlogo tudi v slovenski literaturi, zlasti v Cankarjevem Pohujšanju, kjer nastopa kot prvi med rodoljubi doline šentflorjanske. "ŽUPAN je častivreden, debel in rdeč rodoljub; tudi v najnevarnejših trenutkih ne izgubi svoje spoštljivosti; njegova govorica razodeva in vsa njegova zunanost priča, da visoko drži bandero doline šentflorjanske. Kolikor je hinavščine v njem, je popolnoma nedolžna; on verjame, kar govori."

Tale Cankarjeva podoba župana je gotovo pretirana, prirejena potrebam šentflorjanske farse, zlasti ko gre za njegovo zunanost. Čemu ravno "debel in rdeč", ko pa vemo, da so bili že v Cankarjevem času tudi suhi in vsaj nekoliko bledolični župani. Tak je bil navsezadnje tudi župan vseh županov - Gorenjec Ivan Hribar, župan ljubljanskega v letih 1896-1910; v Ljubljani so mu nedavno, ob stoletnici sklepa njegove izjemno tvorne županske dobe postavili lep spomenik. No, po vsej dolini šentflorjanski pa so bili župani tudi gostilničarji in drugi vaški mogočniki, ki so radi dobro jedli in kaj popili in bili temu primerno okrogli in rdečelični. Kaj pa županove karakterne lastnosti?

Kar se teh tiče, se mi zdi, da je Cankarjeva podoba neverjetno aktualna. Zlasti v tistem delu, ko zapiše, da "on verjame, kar govori". To je očitno, ne toliko pri aktualnih županih, še bolj pri županskih kandidatih. Teh je v vsaki občini več, izvoljen bo samo eden. Nekateri od njih imajo velike, drugi manjše možnosti, mnogi prav nobenih. A zdi se, da tudi slednji verjamejo, kar govorijo - da bodo zmagali in nato kot župani izpolnili svoje predvolilne obljube. To se mi zdi pri teh ljudeh prav neverjetno: kako najprej prepričajo same sebe v resničnost tistega, kar govorijo in v obet lastne zmage - čeprav je treznim opazovalcem, poznavalcem in razlagalcem jasno, da nimajo prav nobenih možnosti.

Tako se naša primerjava med volitvami in ljubeznijo spet izkaže kot nadvse ustrezna. Ljubimec in ljubimka, če sta res zaljubljena, vedno verjame, kar govorita. V tem je čar ljubezni in - volitev. Kdor je imel to srečo - biti zaljubljen - naj se kar spomni, v kaj vse je verjel in kaj vse je obljubljal. V tem je čar predvolilnega obdobja. Po volitvah pa bo vse drugače. Upam, da prinesejo tudi kaj novih in dobrih županov.

Miha Naglič



Jure Meglič v akciji
Foto: Tina Dokl

Zgodbe Cvetkóve mame iz Bohinja

Ko sem se lani poslavljal od naše drage mame Ivane tudi s pisano besedo, je zmanjkalo prostora za njene imenitne zgodbe, ki jih poznajo že vsepovsod. Veliko sem jih predstavila tudi zunaj naših meja in precej je že zapisanih. Vse šege in navade, ki so se v tem letu zvrstile v prazničnih in manj prazničnih dneh, so bile prvič brez nje ...

Dolgo nam je bilo dano spremljati njene dragocene pripovedi, žalostne in vesele, pravljичne in resnične. Vanje je znala vtakati vso svojo toplino, velik smisel za humor in mnoge opogumljajoče življenjske misli in nasvete. Skozi zgodbe je znala marsikaj povedati in izpovedati. Marsikaj dandanašnji neznanega in nerazložljivega ... Neizmereno smo ji hvaležni za vse, a človek tudi hvaležnosti ne more izraziti s pravimi besedami, prav tako kakor najglobljih spoznanj in največje bolečine.

Tudi očetove zgodbe so na vso moč imenitne! In tudi te so deloma zapisane in slišali so jih že marsikje. Mama je bila za povrhu še izvrstna imitatorica in pantomimičarka. Kadar je pripovedovala zgodbo, je znala oponašati tudi govorico in geste človeka, o katerem je tekla beseda. Včasih smo se ji tako smejali, da sploh nismo mogli govoriti. Ko je kdo izmed nas hotel kaj med smehom "izdaviti", smo spet planili v huronski smeh. To so bili veseli trenutki v našem otroštvu, ki ni bilo postlano z rožicami kljub našemu "cvetličnemu" priimku, s katerim so bile že tudi večkrat "težave". Stari oče nam je povedal razlagalno "povedko" o njem. Trije bratje - kot v pravljici - so prišli že pred nekaj stoletji s Češkega v Bohinj kopat rudo. Tu so bili že zdavnaj pred Zoisom. Njihov priimek Kvitek so dobesedno prevedli v Cvétek, ki ga Bohinjci izgovarjajo v narečju z

dvema polglasnikoma: *Cv't'k*. Morda so ga hoteli podomačiti, da ne bi zvenel tuje sredi drugih priimkov, ali pa gre za zvočni "spomin" na češki izraz, sicer bi tudi druge priimke izgovarjali narečno. Na primer, če se po domače reče pri *Mvakarju*, je hišni gospodar *Mvakar*, priimek pa vsi izgovarjajo *Mlakar*. Besede cvetek tudi ni v našem narečju; majhnemu cvetu vsi rečejo *rožca* ali *m'čKn cvet*. Zunaj Bohinja - ali vsaj zunaj Gorenjske - pa že nastopijo težave; če jih učiš, kako bi bilo po bohinjsko treba izgovarjati naš priimek. Zato ga je najbolje izgovarjati v knjižnem jeziku: Cvétek, pridevniško obliko pa Cvetkòv in Cvetkóva, kakor ga je lepo z naglasom označil Janez Jalen v naslovu svoje kmečke povesti Cvetkóva Cilka. To obliko radi naglašajo Cvetkova, a tako mi kliče mo tiste, ki se pišejo Cvetko.

Ko mi s spomini prihajajo naproti mamine in očetove zgodbe, premišlujem, koliko hudega sta morala prestati v življenju.

Če pomislim samo na to, kako je ata prišel po vojni domov ves uničen od taborišč in iz partizanov, potem pa se je po velikem požaru l. 1949 začela nova kalvarija. Takrat je pogorel velik del bohinjske Srednje vasi na zelo sumljiv način; na kakršnega je pogorela še marsikatera vas na Slovenskem. O tem bo potrebno še spregovoriti v širši javnosti, saj kljub temu da "lisjak

zabriše svojo sled", "narod" še vedno hrani nekaj dokazov v arhivih, še več pa v ustnem izročilu. Naš ata je garal kot črna živina, da je obnovil veliko hišo in gospodarsko poslopje. Na planini Praprotnica pa so stan in hlev požgali Nemci. Kar je *poutil*, kakor je dejal zasilni obnovi, pa je ogrožala JLA z Rudnega polja. Poleg garanja na kmetiji je ata hodil še v službo in po njej je ponoči tipal skozi Komarčo, da je z nošnjo po planinskih kočah zaslužil kakšen dinar za obnovo požgane domačije. Ko se je zaposlil pri komunalnem podjetju, je vstajal že ob treh ponoči, kadar smo kosili po planinah. Odšel je peš v dolino, nakrmil živino in se s kolesom pripeljal v službo na Boh. Bistrice prej kot drugi. Prvo leto smo živeli pri starem očetu, ker del vasi, kjer je atova rojstna hiša, ni pogorel. Kasneje smo se preselili v majhno hišo na obrobju vasi; tam je ata obnovil streho in vse prebelil, ker je bila hiša jetkova, kakor je večkrat pripomnila mama. V tej hiši se je rodila sestra Slavica. Mama nas je rodila štiri otroke. Prvi otrok in edini sin je umrl že ob rojstvu. Njena največja bolečina, ki je zaznamovala njeno materinsko srce, pa je bila naša najmlajša sestra Nada, saj je vseskozi odvisna od naše pomoči. Njeno stanje se je bistveno poslabšalo po cepljenju proti črnim kozam l. 1972. Mama je kljub svoji starosti in vsem njenim tegobam še po



Mama Ivana in oče Franc s hčerko Minko - Marijo okoli leta 1952

očetovi smrti zmogla še toliko vedrine in moči, da ji je z veliko skrbjo in ljubeznijo nudila toplo in prijazno zavetje. Velikokrat je dejala, da si zaradi nje ne upa umreti. Kar težko jo je bilo gledati, kako je že sama prepotrebna pomoči bedela ob njej in ji pomagala, kjer je le zmogla. Ata je sestri včasih tudi kaj zaigral na orglice. Nanje je znala igrati tudi mama, seveda samo nekaj viž, atu pa je kar dobro šlo. Naučil se je od svojega očeta, ki je z velikimi orglicami igral celo plesalcem na domačih zabavah. Tudi ata je bil velik esteta, znal je lepo peti in risati. Po njem smo

vsa dekleta podedovala risarski talent; v otroštvu nobena stena ni bila varna pred našimi "slikarijami". Sestra Slavica se je tudi poklicno ukvarjala z oblikovanjem in slikanjem, dokler pred nedavnim niso v kamniškem Svitlu zaprli oddelka, kjer so poslikavali znamenite majolike in druge keramične izdelke. Za mojo študijsko odločitev pa so bile najbrž "usodne" čudovite pripovedi mojih staršev in starih staršev, s katerimi so nam poskušali ogreti otroštvo. Z njimi se mi je oblikoval tudi čut za pristno slovensko besedo in še posebej sem se posvetila bohinjskim

govorom ter folklornemu slovstvu. Mama in ata sta oboževala cvetje. Ata je znal narediti čudovit planinski šopek, v katerem ni smela manjkati planika. Ta šopek je bil zelo majhen, ker ni maral ogrožati zaščitene planinskih cvetic. Imel je obliko storža, spodaj pa ga je umetelno prepletel s travami, kot bi delal ročaj od košarice. Podoben ročaj je z raznobarnim protjem spletel pri velikonočni butarici. Še posebej je oboževal murke, ki jim v Srednji vasi rečemo *porčki*. Če se posušijo, še po nekaj letih ne izgubijo svojega opojnega vonja. Tak šopek je nekoč poklonil zdravniku, ki je zavzeto zdravil našo Nado. Bog ve, če se mu je sanjalo, kako daleč in visoko je moral nabirat nekaj drobnih cvetov! Na ta način je hotel izkazati veliko hvaležnost. Njegova požrtvovalnost ni poznala meja. Mama pa je rada izdelovala vence za pokojne sorodnike; včasih so jih delali tudi za vse svete za na grobove. Najraje jih je oblikovala iz belih rož; taki so se ji zdeli najbolj *praz'nkovi* (praznični). Pozimi je v vence vpletala povoščene papirnate rože. Ata ji je moral pripraviti zelenje in v krog zaokroženo šibo ali debelo žico. Ob njeni smrti so cvetele velike marjetice (ivanjščice), ki jih je imela tako zelo rada. Kot praktična Gorenjka je večkrat rekla, da tudi zato, ker toliko časa *gverajo* (zdržijo) v šopku na pokopališču. Občudovala je tudi cvetočo lipo in rada je jedla češnje. Ko smo bile še majhne, nam jih je za šalo obesila za ušesa namesto uhanov. Na planini na Šeh smo imeli češnje drobne, ki so dozorele šele avgusta. Cvetoče lipove vejice smo mami položili v krsto, naši prijatelji iz Števerjana pa so ji na grob prinesli češnjevo vejo z debelimi češnjami hrustavkami. Mama je bila poleg vsega, kot že rečeno, še izvrstna imitatorica in igralka. V mladosti je rada igrala na vaškem odru. Kako živo nam je znala predstaviti vse šege in navade, ki so prihajale na vrsto v krogotoku letnih časov in ob pomembnih prelomnicah v našem življenju! ... Ker bi bile mamine narečne zgodbe težko berljive in manj razumljive, sem jih za potrebe bralcev nekoliko poknjižila:

○ Pavčovem šoštarju (čevljarju)

To je bil šaljiv čevljar, ki je kasneje stanoval pri sorodnici v Srednji vasi. Stalno je prihajal k nam. Nekoč je prišel, ko so pravkar zaklali prašiča in je vprašal: "A ste prašič kvali? Jest bi ga tud, pa mi je v gošo (gozd) ušov." Seveda ga ni imel.

Mati so ga vprašali za sorodnico: "A se bo Johana kaj omoživa?" Je pa le z roko zamahnil in s tem je bilo vse povedano. O sebi pa je rekel: "Vsaka me ni votva (hotela), vsačga (vsakega) ramoša (šeme) pa jest ne."

Mati so mu rekli: "Sej s še pametno povedov." On pa je odvrnil: "Sej mam tkuj (toliko) pamet, da jo še pogubljam." So ga pa mati pobarali: "A ima ta drv pa dovelj z Johano?"

Je pa odgovoril: "Tkuj, da jih še požigava."

O njem je še veliko prigrad, najbolj je bil hud, če so žvižgali za njim. Zato jim je rad tudi kakšno zagodel.

Mama nam je ob raznih prilikah znala razložiti mnoge šege in navade, ki so se jih včasih trdo držali, sicer so bili deležni tudi "družbenih sankcij" s strani župnika ali vaše skupnosti. Taka je njena pripoved o **božji štrafengi** (kazni):

Včasih so imeli to grdo navado, pa zdaj še tudi kakšen, da so komu prisodili, da ga je Bog štrafal.

Ena iz Češnjice je zmerjala svojo mater, ki je že starejša imela otroka. Ga je pa sama drugo leto imela nezakonskega, prav v tem času. Potem je pa mati rekla: "Zdaj te je pa prav očitno Bog štrafal."

V Bohinju v nekem kraju se je pa oča posmehoval enim, ki so piskre klanfali pa dežnike popravljali, ker so imeli takega dekliča, da je imel popačen obraz. Potem pa je imel sam prav tako hčer.

Nekoč sta pa dva pod Studorom na Plesmu okoli znamenja (kapelice) letala, da bi ga prekucnila. Pa ne veš, a sta bila okajena ali sta bila tako žleht, da sta to počenjala. Ne vem, a sta ga prekucnila ali ne? Potlej so pa rekli, da ju je Bog štrafal, da sta oba oslepela. Pa

ne veš, ali je bilo to naključje; ampak božjo podobo, so včasih rekli, moraš pustiti na miru. Včasih so se ljudje prekrizali, ko so šli mimo znamenja, možaki pa so se še odkrili, sneli klobuk.

Eden je pa druge izzival na veliki petek, da je nalašč jedel klobaso pa mahal z njo: "Lejte jo, kako je dobra, vi si je pa ne upate jesti! To ste še neumni!" Pa tako se je norčeval iz tistih, s katerimi je skupaj delal. Potlej so pa ljudje pripovedovali, da ga je Bog tako štrafal, da je hudo zbolel na želodcu, da sploh ni smel več jesti klobas.

Eden je na vso moč preklinjal Marijo v gostilni, da so se še pijanci zgrajali, kako si upa tako govoriti.

Potlej je pa zbolel. Ko še ni tako hudo oslabil, je še vedno preklinjal. Nekoč, ko ga je nekdo pobaral, kako je kaj, mu je odvrnil: "O ti hudič ti!" Ta pa je rekel: "Dokler boš klel, še ni tako hudo."

Ko je drugič šel mimo, je ta spet zunanaj ležal. Mimoidoči ga je spet ogovoril: "No, kako je kaj, a ti gre kaj na bolje?" Se je pa že toliko poslabšal, da je že Marijo začel klicati na pomoč: "O Marija, ti mi pomagaj!"

Nekdo si je tudi vseskozi iz vere norčeval, nazadnje pa je prosil: "Nesite sveče v kapelo!"

Potlej so pa rekli, kako se obrne, pa kako ga je Bog štrafal. Pa bi človek rekel, da je le prišel na pravo pot.

Naša mati so zmeraj govorili, da ne smeš čez božjo pa človeško naravo govoriti, pa nikomur privoščiti ali pa nevoščljiv biti. Da moraš iti svojo pot pošteno naprej. So rekli, da je eden, ki nas bo sodil, da mi nismo zato postavljeni, da bi obsojali. Da bo vsak zase odgovarjal. Če je pa kdo od božje štrafenge govoril, so pa rekli, da Bog ni šoštar, da bi vsak teden sproti plačeval. So pa že tudi rekli: "Ko je Bogú dovolj, pa s palico useka." (Iz knjige M. Cvete: Naš voča so včas zapodval, Lj, 1993)

Pripoved o žalovanju, ki je bilo včasih strogo povezano z oblačilnim videzom, z nošnjo črnine:

Včasih si moral trdo (strogo) žalovati, drugače so takoj rekli, če kdo ni maral nositi črne, da ga bo Bog štrafal, da mu bo en tak umrl, da ga bo še rad žaloval. Če si pa predolgo žaloval, so

pa spet rekli, da lahko drugega prižaluješ, da bo še kdo umrl in boš potlej spet moral nositi črno.

Oča si moral poldrugo leto žalovati, mater pa dve leti, brata pol leta, sestrično tri mesece.

Včasih so verjeli, da če mrlič gleda, še drugega prikliče, da še kdo umrje. Če mu takoj položiš kovan denar na oči, se mu zaprejo; ko omrzne, se mu pa več ne dajo.

Stari ljudje so tudi rekli za koga, ki je umrl, da lahko še koga drugega zatoži na onem svetu, da potlej še po tistega smrt pride; lahko tudi kakšnega od domačih za sabo potegne. Pa za ta mrtvim ne smeš preveč vekati, da ne trpi na onem svetu.

Če se jama posiplje, prav tako pravijo, da bo spet kmalu mrlič. Enkrat je pa eden sosedu jamo kopal, jo je pa le sebi skopal, ker ga je zasulo.

Če se oženiš, pa da je mrlič prav takrat na parah (mrtvaškem odru) v vasi, ni sreče. Ga morata pa nevesta in ženin kropit, pa dve sveči morata nesti tja, da se odkupita, da bi jima ne škodovalo. V Češnjici morata pa denar dati pod tisto šalico (skodelico), ki je za kropljenje. Ženin pa nevesta ne smeta po štapah (stopnicah) v cerkev k poroki; tam je treba iti, kjer te bodo nazadnje nesli.

Če se ženin in nevesta prevrneta, tudi nimata sreče. Dva sta se tu pred Pekovcem z zapravljička prevrnila, pa ni bilo sreče. Je žena kmalu umrla, pa otrok tudi; pa tudi stalno sta se prepirala. (Iz knjige Naš voča ...)

Mamin brat Franc je 19-leten umrl že med 1. svetovno vojno za špansko boleznijo. Ko je še majhen prvič videl dimnikarja, je bil prepričan, da je srečal hudiča:

Včasih so se zelo takole zvečer zgovarjali od hudiča pa coprnic pa take stare vraže. Otroci so pa na ušesa vlekli, potlej jih je bilo pa strah. Pa s parkeljmi so jih tudi strašili, da so se malo bali, če niso ubogali, pa da se niso zvečer predolgo potepali. Naša mati nas niso strašili, samo med otroki si tudi take reči pobral, da si se potlej bal.

Naš Fronc, moj brat, je moral biti še zelo majhen, ko je nekoč le v eno plat (v eni sapi) ves prestrašen do-



Mama in ata ob zlati poroki leta 1997 / Foto: Julijana Cundrič

mov priletel. Pa le to je vpil: "Mat, hudič je v vasi!"

Je pa pred Cnarjam rajfenkerarja (dimnikarja) srečal; kaže (najbrž) da ga ni še nikoli videl. Seveda, rajfenkerar je bil pa ves črn, je pa mislil, da je hudič. Pa še prijazno se mu je smejal, ker je videl, da se ga je ustrašil. Se mu je pa še bolj strašljivo zdelo, ker je bele zobe kazal. (**Hudič je v vas'**; iz knjige Naš voča ...)

Kdo ne pozna zgodbe o **trmastem Krucmanovem juncu**, ki sta jo znala naša mama in ata tako imenitno povedati:

Pravijo, da smo Bohinjci trmast. Pa so včasih rekli, da trme ni treba nikomur nikoli iskati na posodo. Pa če si v pravo krej (smer) trmast, je dobro. Če je pa kdo bil le preveč trmast, so mu v Bohinju rekli: "Si trmast kot Krucmanov junc."

Krucmanov junc iz Podjelja je bil tako trmast, da je toliko časa z glavo

v smreko tiščal, da se je smreka posušila, pa še sam je crknil.

Eni pa drugače pripovedujejo. Da je bil en Krucmanov vol tako trmast, da glih preč (kratkotomalo) ni hotel voza pretegniti, kadar ga je trma zgrabila. Včasih so takemu volu vsuli sol v ušesa, da ga je speklo, potlej ga je pa le premaknil. Krucmana je pa zjezilo, mu je pa le zakuril pod vamp. Vol je bil pa tako žleht, da je samo malo potegnil, samo toliko, da je bil ogenj pod vozom. Voz se je pa vžgal, ker je bilo na njem polno sena. (Iz knjige Naš voča ...)

Bohincem je nepopustljiva trma večkrat prišla prav, a tale mamina pripoved nas poučuje tudi o napačno usmerjeni trmi. Ta povedka še danes pomaga ozaveščati vse tiste, ki slepo izpodkopavajo pristne korenine svojega naravnega okolja in s tem lomijo vejo sebi in spoštljivemu sožitju tega sveta. Kako sta se naša mama in ata

znala spoštljivo vesti do narave in koliko svojih utrujenih korakov sta podarila svoji zemlji.

Marija Cvetek

Z vami že 18 let
SVEČARSTVO LAMPE
Vabljeni v našo prodajalno na Sp. Brniku, kjer Vam nudimo velik izbor kakovostnih nagrobnih sveč po zmernih cenah.
Delovni čas: četrtek in petek od 9. do 17. ure sobota od 8. do 13. ure
NOVO! V oktobru delovni čas: ponedeljek - petek od 9. do 17. ure sobota od 8. do 13. ure
Metka Lampe s.p., Sp. Brnik 69, Cerklje tel.: 04 25 22 904

Potovanje po Franciji

Lyon, Trnuljčica z gradu Usse, Nancy in Colmar

Prijateljice smo se poleti odločile, da se odpravimo na pot po Franciji - na ogled Lyona, gradov doline reke Loire in njenih pritokov, ob vračanju pa še Alzacijo. V zadnjih letih sem pripravila številna potovanja po Franciji in tudi tokrat so bile vse priprave na pot zaupane meni. Ob pripravah sem kmalu ugotovila, da bo na tej poti tudi

zame veliko novega. Ste že slišali za Montlucon? Ali pa Culan, Chinon ali Loches? Vse to in še veliko več nas je čakalo v načrtovanih osmih dneh.

Naša družba se je podala na pot v vročem sobotnem julijskem dopoldnevu. Na poti proti Torinu so se nakopičili oblaki, nebo je potemnelo in razbesnela se je nevihta. V dolini Valle di Susa

smo našle v majhni vasici zanimiv hotel, spanje pa je bilo v tej hladni noči pravi balzam!

Zjutraj smo pot nadaljevale skozi tunel pri Frejusu, na drugi strani nas je sprejela Francija. Avtocesta po dolini reke L'Arc se drži reke, na isti način je vzporedno speljana lokalna cesta, ki nas je kmalu premamila, in poslovile



Chambéry



Chambéry - vodnjak slonov



Place Kleber Strass

smo se od avtoceste. Ustavile smo se na kavi že v prvi vasi, Les Marches (trgi). Skozi obok stisnjenih hiš smo zagledale Mestno hišo, mesto pa ima celo grad, vendar z napisom "Dom upokojenecv". Kava, zaradi katere smo se ustavile, pa nas je - v edinem bifeju v mestecu - navdušila!

Krenile smo naprej. Kljub temu da smo bile še daleč od Doline gradov, so se že pokazali manjši, lepo urejeni bivalni gradiči. Pred nekaj leti mi je v Franciji prišla v roke knjižica z opisom 128 gradov Zahodne Francije, ki so jih potomci plemiških družin spremenili v turistične postojanke. Cene bivanja so sprejemljive, nekateri objekti imajo tudi bazene - običajno so ti višje kategorije in tudi nekoliko dražji. Grajski turizem znajo v Franciji uspešno predstavljati - na sejnih, v brošurah, pa tudi na spletu. Francozi so zelo ponosni na svojo deželo in dopust še vedno najraje preživljajo v domovini.

Chambery je mesto, približno 100 kilometrov od Lyona, ki ga je zaznamovala zgodovina savojskih knezov. Zanimiv je grad in muzej savojske družine, prikupno pa je tudi staro mestno jedro, ki na lepo urejenih ulicah in trgih ponuja bogato kulinarčno izbiro. Francozi običajno strežejo kosila le do 14.30. Čeprav sredi turistične sezone, se ne pustijo motiti v svojih običajih - kdor

zamudi, si lahko lakoto poteši s sendvičem ali sadjem iz bližnje trgovine.

Chambery je zaznamoval pustolovski general Benoit de Boigne, ki je dolga leta živel v Indiji in tam zgradil močno vojaško kariero, se vrnil v svoje rodno mesto z velikim bogastvom in ga v oporoki zapustil mestu. Njemu v čast so sredi mesta leta 1838 postavili Fontaine des elephants (vodnjak slonov). Znameniti pa so tudi eni najmogočnejših kompletov cerkvenih zvonov na svetu - 70 jih je skupaj. Škoda, da nismo vedele, da je pritrkavanje teh zvonov mogoče slišati le vsako prvo in tretjo soboto v mesecu, točno ob 1730!

Lyon - glavno mesto regije Rhone-Alpes, katere ime pove vse o umeščenosti - med reko Rhone in Alpe. Lyon je drugo največje francosko mesto - s širšo okolico po podatkih iz leta 2006 šteje 1.750.000 prebivalcev. Mesto, ki leži na polotoku med rekama Rhone in Saone, je pod okriljem Unesca in je polno izrazitih arhitekturnih in zgodovinskih spomenikov. Poleg dveh veličastnih sakralnih stavb, bazilike Notre Dame in katedrale St. Jean (Janez Krstnik), še stavba Opere, temeljito in moderno prenovljena prav v zadnjih letih, pa mestna hiša, pred katero se bohoti fontana s konji in konjeniki ... Sicer pa se Lyon ponaša s Place Bellecour, tretjim največjim trgom v Franciji (62.000

m²). Obisk Lyona je praviloma povezan z obiskom najmanj ene izmed številnih vinotek in (najmanj) kozarcem odličnega vina, zato smo se šele pozno zvečer z metrojem vrnile v hotel.

Tretji dan potovanja smo se odpeljale po avtocesti in se namenoma izognile vinski poti slavnega beaujolaisa. Ko je bila skušnjava za nami, smo se preusmerile na lokalno cesto in se znašle v starem podeželskem mestu, znanim po izdelovanju nožev, Thiers. Trgovine v starem centru mesta so tesno nanizane, prav vse pa ponujajo enake izdelke. Na rezilih so se povsod bleščali napisi "Made in France". Kljub pomislekom smo seveda kupile nekaj ostrih potrebščin.

Po dobri uri vožnje smo prispele v nekdanje najbolj prestižno termalno mesto Vichy, ki se je ob začetku druge svetovne vojne ponašalo s skoraj največ hoteli v Franciji. Mesto s termami iz 16. stoletja, ko so plemiči prisegali na zdravilno moč toplic, je danes en sam velik trgovski center. Sprehod skozi prazen zdraviliški park, kozarec zdravilne vode, ogled spomenika, ki opozarja na dogajanja polpretekle zgodovine, in brez večjega navdušenja smo se odpeljale naprej.

Montlucon ob reki Cher je mesto burbonskih knezov, ki ima danes okoli 40 tisoč prebivalcev in spada na seznam francoskih mest zgodovine in umetnosti (*Ville d'art et d'histoire*). Zgodovinskih in kulturnih objektov ne zmanjka: katedrala, stari del mesta z ozkimi ulicami proti vrhu grička, na katerem stoji grad, tri gledališča, novejši trg z vodometi. V eni izmed številnih restavracij smo si privoščile večerjo. Ponudba je bila tipično francoska: od sestavljenih solat z dodatki mesa ali rib, do školjk, kislega zelja, klobasic, imenovanih po mestu, in zrezkov "a point" (srednje pečen) ali "saignant" (skoraj surov). O izboru vin povsod v Franciji seveda ne gre izgubljati besed. Mogoče je naročiti buteljno vino ali odprto vino, postreženo v vrču - "au pichet". Te vrste odprtega vina vinogradniki prodajo restavracijam in ga zaradi količinskih omejitev ne smejo več stekleničiti. Tako lahko pijete odlično vino že za 14 evrov za liter, cena butelčnih vin pa se običajno začne pri 25 evrih).



Tramvaj Strassbourg

Četrty dan nas je čakala destinacija Chateauroux. Po nekaj kilometrih smo se ustavile tik ob cesti - premamili nas je grad Culan. Stari grad se ponša s seznamom pomembnih obiskovalcev - od markizov in kraljev do pisateljev in politikov moderne dobe, v bližini gradu pa je zanimiva družinska hiša pisateljice Georg Sand, kjer je nekaj časa živel tudi skladatelj Frederic Chopin, danes pa je urejena v muzej.

Chateauroux je zgodovinsko mesto s tremi lepimi cerkvami, med katerimi je največja neogotska katedrala Sv. Andreja, zgrajena sredi 19. stoletja. Chateauroux, sicer tudi rojstno mesto slovitiga francoskega igralca Gerarda Depardieua, se lahko pohvali še z dvema muzejema in gradom Raul. Sicer pa je bilo vzdušje v mestu temučno, tako kot vreme. Tudi ljudje, ki smo jih srečali, so verjetno občutili vpliv vremena - kavo v bistroju je moral vrli možakar skuhati dvakrat, saj je v prvo nalil skisano mleko.

Prav hitro smo nadaljevale - proti mestu Loche. Mogočni srednjeveški grad in trdnjava, cerkev St. Ours in stolp St. Anton označujejo staro mestno jedro, stisnjeno ob reko Indre, in so brez dvoma vredni ogleda. Bogata zgodovina mesta sega vse do rimskih časov. Mesto samo že spada v departma Indre-et-Loire - ki sta tudi imeni rek, ob ka-

terih stojijo mogočni gradovi. Nekaj je zgrajenih tudi ob pritokih in kanalih ene ali druge reke, vendar se vsi štejejo med gradove doline Loire. To velja tudi za mesto oziroma grad Chinon ob reki Vienne. Seveda smo si privoščile hiter ogled, napravile nekaj lepih fotografij ter odhitele naprej, da bi še isti dan "ujele" pravljčni grad Usse. Pravijo, da je grad Usse tisti, ki ga je imel pravljčar Charles Perrault v mislih, ko je pisal zgodbo o Trnuljčici (La Belle au Bois dormant). Pri obhodu gradu se pred obiskovalci odvijajo posamezne scene iz pravljice - z lutkami, oblečenimi v oblačila iz 17. stoletja. Tudi odrasli odkrito pokažemo svoje navdušenje.

Ta večer je bil v programu še "večerni spektakel" v nekaj kilometrov oddaljenemu gradu Azay-le-Rideau. Že nekaj let se v vseh večjih gradovih v dolini reke Loire odvijajo večerne prireditve s prizori iz družabnega grajskega življenja v preteklosti, z vitezi na konjih, kralji, dvornimi damami, čarovniki ... Grad Azay-le Rideau stoji sredi malega ribnika, istoimensko mestece pa se poleg zgodovine ponša z odlično kulinariko. Po večerji smo se odpravile na nočni ogled renesančnega gradu, zgrajenega v začetku 16. stoletja. Gradnji in urejanju tega gradu je botrovala žena zakladnika kralja Franca I, ki je bil umetnosti izredno naklonjen. Sanj-

ska situacija za kreativno žensko dušo: mož zakladnik, kralj ljubitelj umetnosti in dama se je lahko predajala realizaciji svojih idej. Najbolj nas je navdušil razsvetljeni nočni grad v vseh mogočih barvah in vzorcih.

Peti dan našega potovanja je bil namenjen gradu Villandry, ki velja za vzor krajinskim arhitektom in je zaradi svoje okolice zagotovo med najbolj zanimivimi gradovi te doline! Zelišča, zelenjava, trta, pritlične jablane in hruške se prepletajo s cvetjem, tratami in vodnimi potmi ... Sprehod skozi te grajske vrtove nas je prerodil. Okoli Toursa je v obroču 25 kilometrov vsaj sedemnajst omembe vrednih gradov, med seboj so si precej podobni, pa vendar ima prav vsak svojo posebno značilnost. Posebnost gradu Villandry so nebeški vrtovi.

Pot smo nadaljevale proti glavnemu mestu departmaja Indre-et-Loire, Toursu. Center mesta, ki je sicer rojstno mesto Honoreja de Balzaca, leži med rekama Loire in Cher in ponuja lep sprehod ob zgodovinskih stavbah vse do Muzeja lepih umetnosti, kjer na dvorišču ob vhodu raste več kot dvesto let stara ogromna cedra, ki jo je zasadil sam Napoleon. Poleg muzeja stoji na ruševinah galoromanskega starega mesta gotška katedrala Saint Gatien iz 12. stoletja, posvečena prvemu škofu v Toursu. V starem delu mesta pa nas je poleg bazilike St. Martina presenetil živahen boljši trg s ponudbo lokalne hrane in degustacije vin - kot kaže, smo naletele na semanji dan!

Le 25 kilometrov je do kraljevskega gradu Amboise, ki se bohoti nad majhnim istoimenskim mestom in Loiro in kamor smo se (na srečo) lahko povzpele z dvigalom. Kraljevi gradovi - Chateau Royal so bili gradovi, ki so jih kralji zgradili za svoje letne rezidence ali pa le za priložnostno veseljačenje. Z veseljem smo si tudi me ogledale grad, ki prikazuje življenje francoskih kraljev, njihovih žena in ljubic. Grad in okolico zaznamuje tudi Leonardo da Vinci, ki je tam ustvarjal, pokopan pa je v kapeli ob samem gradu. Nedaleč od gradu stoji malo manj znana Pagoda Chanteloup iz 18. stoletja (kjer je nekoč stal tudi grad s tem imenom), je pa privlačna za adrenalinske

navdušence, saj se je na 44 metrov visoko pagodo možno tudi povzpeti.

Za šesti dan potovanja smo načrtovali obisk dveh že dobro znanih gradov. Prvi, Chenonceau, katerega posebnost je, da je kot most zgrajen čez reko Cher. Glavne dvorane, kjer je bilo v preteklosti največ družabnih dogodkov, potekajo po celotni širini reke. Gradnja gradu Chenonceau je časovno sovpadala z gradnjo gradov Amboise in Blois. Vsi trije so namreč veljali za kraljeve gradove in imajo podobno zgodovino, v njih pa so prebivali pripadniki kraljevske družine Valois in Bourbon in pri tem ustvarjali tisti del zgodovine, ki je za ušesa najbolj privlačen in ki ga danes najbolj opredelimo kot rumeni tisk.

Po vseh romantičnih in krutih zgodbah smo nadaljevale do gradu Blois ob reki Loire, ki mu pravijo "grad vseh gradov", ki je v svoji zgodovini "gostil" sedem kraljev in deset kraljic. Grad, na eni strani vzidan v živo skalo, se ponša z največjo dvorano, namenjeno takratnemu "državnemu zboru". Zanimiva je Mestna hiša na vrhu griča, poleg stoji katedrala St. Nicolas, mesto, ki se z imenom omenja že v začetku 5. stoletja, ima še dve lepi cerkvi in 8 muzejev.

Zapustile smo dolino gradov ob Loiri in nadaljevale pot do Orleansa, kjer še živi dinastija vojvodov Orleanskih - družina, ki izvira iz kraljevske dinastije Bourbon. Ogledale smo si veličastno katedralo Saint Croix, Mestno hišo, Hotel Grosloz z najlepšo poročno dvorano v mestu in na koncu še spomenik Jeanne d'Arc - Ivane Orleanske. Ponosno smo se postavile ob kip junakinje, ki je, komaj osemnajstletna, v času znamenite stoletne vojne med Francozi in Angleži, vodila boje za priznanje francoskega kralja in izgon Angležev iz francoskih mest.

Pot v nadaljevanju je bila slikovita, a počasna - kombajni v službi evropske žitne zakladnice so zahtevali svoj prostor. Smeri so na lokalnih cestah zelo slabo označene, na kartah pa nekaterih krajev, ki so zapisani na krajevnih tablah, sploh ni označenih. Ženska intuicija nas ni pustila na cedilu. Naše odločitve o izbiri smeri so bile na srečo vedno prave.



Colmar



Kraljestvo svetlobe - Azay



Grad Montluçon

Pozno popoldne smo se peljale skozi Troyes, mesto v pokrajini Champagne, in si kar ob krožni vožnji skozi mesto ogledale katedralo Sv. Petra in Pavla. Cerkev je doživela od 9. do 17. stoletja vse možne oblike opustošenj: požar zaradi strele, tornado, orkan; vse to je povzročalo gradnjo in obnovo skozi stoletja. Tako ima danes katedrala samo en stolp - stolp Sv. Petra, stolp Sv. Pavla ni bil nikoli zgrajen, ime cerkve pa se je obdržalo.

V Nancyju smo se napotile na večerni obhod trga Stanislas (domačini mu pravijo "Stan"). Čeprav obstaja podatek, da je bilo mesto naseljeno že 800 let pred našim štetjem, je treba priznati, da nobeno obdobje v zgodovini tega mesta ni bilo tako zanimivo, kot obdobje Ludvika XV. z najbolj mogočnim dogodkom - kraljevo poroko z Mario Leszczyńsko, katere oče je bil odstavljeni poljski kralj Stanisław Leszczyński. Poljski kralj je "v zahvalo" za oddano hčer od francoskega kralja dobil darilo - doživljenjsko uporabo pokrajine Lorene z mestom Nancy (in živel je zelo dolgo in mirno!). Prav v tem obdo-

bju je Nancy postal eno najlepše urejenih središč v Evropi, Place Stanislas pa celo velja za najboljši trg na svetu. Obnova mestnega jedra leta 2005, ob 250. letnici nastanka trga, je privabila na otvoritev tri politične velikane: francoskega predsednika Chiraca, nemškega Kanclerja Schroederja in poljskega predsednika Kwasniewskega.

Sedmi dan je za nas pomenil obrat proti domu. Proti Colmarju smo nadaljevale po lokalni cesti in se peljale mimo mesta Saint Marie aux Mines, ki je pobrateno z našim Tržičem. Znano je po razstavah mineralov iz okoliškega pogorja. Skozi tunel smo se pripeljale v Alzacijo in zagledale mogočni Haute Koenigsbourg - visok kraljevski grad iz 12. stoletja, ki je sedaj uradni spomenik francoske kulture. Grad je bil od nekdaj zanimiv kot strateški položaj in kot utrdba in je veličasten.

Spustile smo se v dolino do Colmarja, mesteca, ki mu pravijo tudi "male Benetke". Mesto je v tem času polno cvetja in je nadvse ljubko. Privoščile smo si večerjo z alzaškimi specialiteta-

mi, ki spominjajo na slovenske: zetje, klobase, pice, malo drugačne, ki se imenujejo tukaj "tarte" in so izrednih dimenzij, pile pa smo seveda odlični alzaški traminec. Pozno zvečer smo se odpeljale iz Colmarja proti Strassbourgu, kjer nas je v predmestju čakalo prenočišče.

Naš zadnji potovalni dan se je začel z vožnjo skozi Strassbourg. Ogledale smo si mestno jedro, ki ga obkroža reka Lill, in bile kar malo žalostne zaradi pomanjkanja časa, saj bi vožnja z ladjo še popestrila zadnje trenutke potovanja. Sprehodile smo se po trgu Place Kleber, se umikale moderno oblikovanemu tramvaju, si ogledale katedralo St. Martin in se na koncu zapeljale še do evropskega parlamenta ter se tako častno poslovile od Strassbourga.

Zadovoljne s potovanjem smo v Slovenijo z nekaj postanki prispele zvečer. Vreme na poti nam je bilo naklonjeno, izbrale smo poletje, pa vendar so kraji, ki smo jih videle, lepi od zgodnje pomladi do pozne jeseni!

D. B.



Haut Koenigsbourg



Srednjeveški vojak

Kratek jesenski oddih

Razvajanje vašega telesa je včasih ključnega pomena. Vendar največkrat ravno za lastno razvajanje nimamo časa. Zato si čas zase enostavno moramo vzeti.

Ljudje drvimsko skozi dneve in pozabljamo nase, na svoj notranji mir, zadovoljstvo in počitek. In to počnemo toliko časa, dokler nas telo na to ne začne opozarjati.

Vzemite si čas zase. Odpravite se na kratek jesenski oddih, pa čeprav le na masažo ali v savno. Prihajajo dnevi, ko boste pospravili kolo v garažo, se znova odločili za rekreacijo v studiih, fitnessih, telovadnicah. Nadgradite to še s krajšim razvajanjem. Enkrat na teden, enkrat na mesec, morda podaljšan vikend v kakšnem slovenskem zdravilišču. Če povemo po domače: včasih ni dovolj, da človek da le 'možgane na pašo', včasih si mora tudi kaj privoščiti. In glede na množično ponudbo, se zagotovo med vsem najde prav za vsakega nekaj.

no znanimi dotiki maserjev - vse za to, da vas razvajajo, sproščajo in prebudijo notranjo lepoto, ki jo skrivate v sebi. Kar se potem pozna pri posamezniku tudi navzven. Naj gre za žensko ali moškega.

Masaža sprošča telo v celoti

Blagodejno in sproščujoče vpliva tudi na psiho človeka. Za masažne tehnike, kjer se uporablja olje, velja, da imajo tudi kozmetičen učinek. Če so olja aromatična, imajo tudi točno določen vpliv na telo. Na sklepe, na dihanje, kožo, na primer. Tako skozi različne oblike dotika, masaže, lahko dosežete regeneracijo telesa v večji ali manjši meri.

V ponudbah najdete nekaj prav izvirnih. Čokoladna masaža, recimo. To naj bi bila masaža za vse z neskončno domišljijo in je edinstveno doživetje čokoladnega objema. Čokolada kožo nahrani z olji in kakavovimi maščobami, ki vsebujejo encime, aminokisline, minerale in antioksidante, predvsem pa sprošča hormone zadovoljstva - endorfine in enkefaline. Če pa se, recimo, odločite za čokoladno masažo v



FOTO: ARHIV TERME DOBRNA

dvoje, vam lahko dodatno pripravijo romantično vzdušje ob soju sveč in kozarčku penine. Uveljavlja se tudi medena masaža. Med namreč hrani, vlaži in mehča kožo, pospešuje celjenje ran in spodbuja obnavljanje celic. Medena masaža kožo poživi, jo naredi mehko, čvrsto in svilnato na otip. Priporočajo jo vsem, ki potrebujejo relaksacijo, imajo utrujeno, suho in občutljivo kožo ali so pod stresom. Zelo znana je tajska masaža, ki ima svoj izvor na vzhodu in povezuje znanja iz tradicionalne kitajske in indijske medicine. Nekje v ponudbi najdete tudi marmeladno masažo, pa mediteransko, kjer se uporablja olivno olje, tradicionalno kitajsko masažo za vzpostavljanje ravnovesja v organizmu, dokaj klasično refleksno masažo stopal in dlani, klasično ročno masažo, ki jo imenujemo tudi švedska masaža, saj izvira s švedskega, in številne druge.

Razvajajte 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, polni elana, z velikim nasmehom.



FOTO: ARHIV TERME DOBRNA

Zdravje je energija in odlično počutje

V današnjih dneh vam tako večina slovenskih zdravilišč, večjih in manjših turističnih kompleksov, hotelov, že v osnovi ponuja možnost kopanja, savnanja, kot tudi pester izbor masaž. In ravno tu se najmodernejši aparati za nego telesa in obraza prepletajo in združujejo z zgodovino, že tradicional-



FOTO: ARHIV TERME OLIMIA



Izbor izdelkov vedno večji



Če potrebujete brisačo z napihljivim vzglavnikom, nov jedilni servis ali sidro za vaš čoln, poseben vijak ali lastno banano za na morje, se mimogrede ustavite v šenčurski poslovni coni, v podjetju KAMM.

Osnovna dejavnost podjetja Kamm je veleprodaja vijakov in veznih, pritrdilnih elementov. V programu imajo več kot 45 tisoč različnih artiklov, v zalogi pa več kot 900 ton vijakov in veznih elementov različnih materialov in kvalitete. Njihov novejši program je program navtične opreme, tako da KAMM-ov navtični salon sedaj najdemo tudi na Gorenjskem, v šenčurski

poslovni coni. Z navtično opremo poizkušajo zadovoljiti različne potrebe: od ribičev, ki za popravilo svojega čolna potrebujejo le kakšno objemko, do izkušenih morskih volkov, ki morda potrebujejo za svojo jahto rešilni gumijast čolniček. Pa tudi samograditelji čolnov lahko pri njih najdejo tisto, kar potrebujejo. Izbor artiklov je velik in se neprestano povečuje. Najnovejši



Wellness Orhidelia

Razvajanje v mističnem svetu luksuznih termalnih užtkov.

Wellness Orhidelia je najprestižnejši svet termalnih užtkov, kjer boste med popolnim razvajanjem vašega telesa in duha doživeli prebujenje ljubezni. V bazenih se boste lahko potopili v čudoviti vodni svet in sprostili v objemu vodnih kapljic. V savna centru pa boste ogreli svoje telo in srce.

Ob rezervaciji kateregakoli zelenega paketa v Wellness hotelu Sotelia**** **PODARIMO drugi osebi 50% popust!** Cena že od **184,00 € / 2 x polpenzion** za prvo osebo ter **92 € / 2x polpenzion** za drugo osebo (posebna ponudba velja po osebi v terminu 29.8. – 20.10.2010). *Pohitite, saj je število sob omejeno!*

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

program podjetja pa so poslovna darila iz inoksa in melamina, ki so priljubljena ravno pri ljubiteljih navtičke; ljudje, ki aktivno preživljajo prosti čas v naravi, pa lahko izbirajo med obstojnimi izdelki, kot so to termovke, skodelice, posode za shranjevanje, pristrčnice, vrčki, lončki z dvojno steno iz kvalitetnega nerjavečega jekla. Izbirate lahko med številnimi artikli - če morda česa nimajo v zalogi, je dobavni rok deset dni, v primeru pa, da iščete nekaj, kar je izdelovalec umaknil s programa, pa vam v KAMM-u svetujejo, kako in kaj naprej.

Na slovenskem trgu KAMM obstaja že od leta 1992. Najdemo jih v ljubljanskem BTC-ju in v poslovni coni v Šenčurju, kjer je tudi sedež podjetja. Direktor podjetja Miro Fic se je pač nekega dne odločil, da gre na svoje, idej je imel dovolj - pravi, da mu teh tudi danes še ni zmanjkalo, in od začetka do danes se je KAMM precej razširil in uveljavil. "Začel sem v garaži, z nekaj malega denarja v žepu. Strica v Ameriki namreč nisem imel," smeje

pove Fic, "zato pa sem bil prepričan vase." V jesenskem obdobju v podjetju KAMM ponujajo 10-odstoten popust na komplet melamin posodo iz zaloge. Lotili pa so se akcije, ki traja od 1. septembra do 30. novembra letos, ko vsaka stranka ob večjem ali manjšem nakupu dobi posebno darilo - po dva artikla.

Alenka Brun



Šolsko nezgodno zavarovanje in novosti pri zavarovalni družbi Adriatic Slovenica, d. d.

Kot vsako leto so tudi letos v zavarovalni družbi Adriatic Slovenica poskrbeli za posebno ponudbo nezgodnih zavarovanj za predšolske otroke, učence in dijake ter študente. Nekaj novosti in nasvetov nam je predstavil g. Franci Strniša, direktor Adriatic Slovenice, d. d., poslovna enota Kranj.



Franci Strniša, direktor Adriatic Slovenice, d. d., poslovna enota Kranj

1. Komu so vaša nezgodna zavarovanja namenjena?

"Naša ponudba je posebej oblikovana za različne starostne skupine otrok. Pri Adriatic Slovenici nezgodnemu zavarovanju posveča-

mo zelo veliko skrb. Otroci so naše največje bogastvo, zato je prav, da tako starši, kakor mi, zanje najboljše poskrbimo, tudi v primeru nepričakovanih dogodkov. Zavarovanja so prilagojena po starosti. Imamo predšolsko ponudbo, ponudbo za učence in dijake ter posebno ponudbo za študente."

2. Kako je z zavarovanjem otrok, ki so zagrizeni športniki in trenirajo, zato pa so bolj izpostavljeni poškodbam?

"Pri nas so zavarovani otroci kjerkoli in kadarkoli, 24 ur na dan, tudi med počitnicami, na treningu, tekmovalstvu ... Tudi če se otrok poškoduje na nogometni tekmi, je v celoti upravičen do zavarovalnine. Za otroke, ki so člani društev in klubov in hodijo na trening ali tekmovalstva v tujino, pa smo posebej pripravili ponudbo, ki zajema nezgodno zavarovanje in zdravstveno zavarovanje z asistenco v tujini."

3. Kaj pa višina premije, kje lahko zavarovanje sklenemo?

"Vsekakor želim poudariti, da morajo biti starši pri izbiri zavarovanja predvsem pozorni na višino zavarovalnih vsot in obseg zavarovanj."

valnih kritij in nikakor samo na višino premije. Zavarovanje lahko sklenete na vseh naših prodajnih mestih, to je pri zastopnikih na terenu, v naših pisarnah, pooblaščenih agencijah, seveda pa tudi preko interneta in preko naših informativnih zloženok, ki so jih dobili v šolah. Otroci, ki bodo imeli zavarovanje sklenjeno do 31. oktobra 2010, bodo prejeli tudi plišasto igračo, našega Slončka AS-ka. Naj omenim tudi ugodnost za starše s tremi ali več otroci, ki imajo pri nas ob sklenitvi zavarovanja za vsakega otroka 30-odstotni popust.

Za več informacij se lahko obrnete na našo poslovno enoto in pri naših pooblaščenih, sam pa vam v imenu Zavarovalne družbe Adriatic Slovenica želim čim bolj uspešno in varno šolsko leto!"

www.adriatic-slovenica.si

PE Kranj, Kidričeva cesta 2, 4000 Kranj
T: 04/28 170 00, F: 04/28 170 10

AdriaticSlovenica **AS**
Zavarovalna družba d.d. • Članica Skupine KD Group



KAMM d.o.o.

navtika - vijaki - poslovna darila

AKCIJA - Vi kupite, mi podarimo,
ki bo potekala od 1.9. do 30.11.2010



Ob enkratnem nakupu nad
25,00 EUR
vam podarimo:
osvežilec zraka sidro ali smrekica

Ob enkratnem nakupu nad
60,00 EUR
vam podarimo:
odpirak ali pepelnik



Ob enkratnem nakupu nad
90,00 EUR
vam podarimo:
nastavek za nalivanje
ali kapo



Ob enkratnem
nakupu nad
120,00 EUR
vam podarimo:
obesek za ključke ali prsčnico



Ob enkratnem
nakupu nad
180,00 EUR
vam podarimo:
žlico za obuvanje
ali vrček za pivo



Ob enkratnem nakupu nad
240,00 EUR
vam podarimo:
košaro za kruh ali termo vrček



Ob enkratnem nakupu nad
360,00 EUR
vam podarimo:
lonček z dvojno steno 0.2 l, 4 delni set
s podstavkom ali potovalni set,
termovko 1 l + 2 lončka



Ob enkratnem
nakupu nad
500,00 EUR
vam podarimo:
inox sodček za vino 5 l

Akcija traja od 1. 9. 2010 do 30. 11. 2010
in velja za naši maloprodajni trgovini
v Šenčurju in Ljubljani.
Nakupi se med seboj ne seštevajo!

www.kamm.si



Dopolnilno
je zakon.

**NAJNIŽJA
PREMIJA**
dopolnilnega
zdravstvenega
zavarovanja

**NI STATUSA?
PANIKE!**

Zdravja ne prepuščaj naključju - skleni
paket Vzajemna Mladi. **Se spleča!**

Če skleneš paket Vzajemna Mladi, prejmeš:

- dopolnilno zdravstveno zavarovanje Vzajemna Zdravje,
- darilni bon za 4 mesečne premije ob sklenitvi zdravstvenega zavarovanja Vzajemna Tujina MULTITRIP,
- torbico Vzajemna in
- ugodnosti za zavarovance Vzajemne.

Paket Vzajemna Mladi lahko skleneš do 31. 12. 2010. Več o darilih in zavarovanju v vseh poslovalnicah Vzajemne, na www.vzajemna.si ali na brezplačni telefonski številki 080 20 60.

VZAJEMNA

Jaz zate, ti zame.

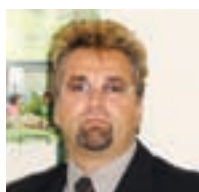
www.vzajemna.si ☎ 080 20 60

PE KRANJ
Koroška cesta 1
tel.: 04/ 201 03 00

- Kranj, Zlato polje 2
- Jesenice, C. Cirila Tavčarja 3/b
- Radovljica, Kranjska c. 2
- Škofja Loka, Kapucinski trg 8

oglasno sporočilo

NE POZABITE NA ZDRAVSTVENO VARNOST!



Matjaž Fajfar
direktor PE Kranj

Zdravstvena zavarovalnica Vzajemna želi obvestiti vse tiste, ki bodo izgubili status študenta ali dijaka, se prijavili na zavodu za zaposlovanje, dopolnili 26 let ali se prvič zaposlili, da bodo tako postali zavezanci za plačevanje doplačil k zdravstvenim storitvam. Obvezno zdravstveno zavarovanje jim namreč po izteku statusa stroškov zdravstvenih storitev ne bo več krilo v celoti, zato jim priporočamo, da si uredijo **dopolnilno zdravstveno zavarovanje**.

Mladim, ki jim poteče status študenta, svetujemo **pravočasno sklenitev** dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja. Če zavarovanja ne sklenejo v enem mesecu od vključitve

v sistem obveznega zdravstvenega zavarovanja, bo, skladno z zakonom, zanje veljala trimesečna **čakalna doba**. To pomeni, da bo zavarovanelec tri mesece od sklenitve dopolnilnega zavarovanja ob obisku zdravnika še vedno sam kriil delež stroškov zdravstvenih storitev, ki bi sicer bili

» Zdravje je neprecenljiva vrednota nas vseh, zato ga varujmo in skrbimo zanj. «

pokriti z dopolnilnim zdravstvenim zavarovanjem. Čakalne dobe ni, če oseba sklene zavarovanje v roku enega meseca od dne, ko postane zavezanec za plačevanje doplačil k zdravstvenim storitvam, običajno je to po prekinjenem ali zaključenem šolanju oziroma s pričetkom redne zaposlitve. Zakon predvideva tudi **poviševanje premije** za tri odstotke za vsako nezavarovano leto. V Vzajemni zato še toliko bolj priporočamo pravočasno sklenitev dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja.

V Vzajemni smo za mlade pripravili poseben paket Vzajemna Mladi.

Paket Vzajemna Mladi lahko sklenete do 31. 12. 2010 v vseh naših **poslovalnicah**, preko klicnega centra na brezplačni telefonski številki **080 20 60**, poiščite obrazce na info točkah Vzajemne in jih pošljite **po pošti**, pri sklenitvi zavarovanja preko **www.vzajemna.si** pa nudimo najvišji zakonsko dovoljeni 3-odstotni popust.

Kako do zavarovanja?

— za več informacij se oglasite na:

PE KRANJ, Koroška cesta 1,
tel.: 04/ 201 03 00

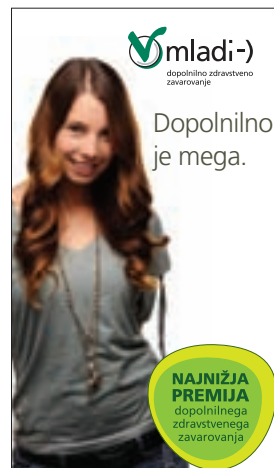
• Kranj, Zlato polje 2,
tel.: 04/ 201 03 01

• Jesenice, C. Cirila Tavčarja 3/b,
tel.: 04/ 583 38 30

• Radovljica, Kranjska c. 2,
tel.: 04/ 533 76 90

• Škofja Loka, Kapucinski trg 8,
tel.: 04/ 511 25 20

— na www.vzajemna-mladi.si
— na brezplačni telefonski številki
080 20 60.



mladi-)
dopolnilno zdravstveno
zavarovanje

Dopolnilno
je mega.

**NAJNIŽJA
PREMIJA**
dopolnilnega
zdravstvenega
zavarovanja

Zdravja ne prepuščaj
naključju - skleni
paket Vzajemna
Mladi.
Se spleča!

**NI STATUSA?
PANIKE!**

VZAJEMNA
Jaz zate, ti zame.

Vzajemna, d.v.z., Vošnjakova 2, Ljubljana. Vsa zavarovanja se sklepajo po veljavnih pogojih Vzajemne, d.v.z.

**A2U Bikes****WWW.A2U.SI****T100 SILVER LIFE 26"**

Žensko mestno kolo s 26 colskimi obročki in na 1 prestavo je še eno kolo, ki ga boste vzljubili že po prvi vožnji. Kolo je lahko vodljivo in je opremljeno z zelo kvalitetno opremo, ki ne potrebuje pogostih obiskov serviserja. Enoprestavnik je nad vse praktično kolo. Popolna zaščita ter oprema na kolesu vam bo nudila nadvse imenitno vožnjo.

BARVA: MODRA / ROZA

VELIKOST: 26"

Okvir	Jeklo Monotube
Vitice	Jeklo
Zavore	V-brake Aluminij
Obroči	Torpedo
Sedež	Torpedo Comfort

180 €
109 €
Vitalna cena upokojenci

**T461 FREEDOM 26"**

SHIMANO TX51 7V REVO RS35

Žensko mestno kolo z 26 colskimi obročki, nadvse udobnim sedežem, dvema zelo uporabnima prtljažnikoma in 7 prestavami. Kolo na katerem ne boste prav nič pogrešali. Odlični izbor še posebej za tiste, ki vam kolo ni samo prevozno temveč tudi transportno sredstvo. BARVA: MODRA-BELA, BELA-ROZA, RJAVA-BEŽ, RJAVA-ČRNA

VELIKOST: 26"

Okvir	Aluminij 6061
Vitice	Jeklo
Menjalnik	Shimano TX51 7V
Prestavne ročice	Shimano RS 35 7V
Zavore	V-brake Aluminij
Obroči	Torpedo
Sedež	Torpedo Comfort

260 €
169 €
Vitalna cena upokojenci

**T120 SILVER LIFE 26"**

Žensko mestno kolo s 26 colskimi obročki in 6 prestavami je še eno kolo, ki ga boste vzljubili že po prvi vožnji. Kolo je lahko vodljivo in je opremljeno z zelo kvalitetno Shimano opremo. Ravno pravi izbor številnih prestav in popolna zaščita ter oprema na kolesu vam bo nudila nadvse imenitno vožnjo. BARVA: BEŽ-ČRNA, MODRA-ČRNA, ROZA-BELA

VELIKOST: 26"

Okvir	Jeklo Monotube
Vitice	Jeklo
Menjalnik	Shimano TX31
Prestavne ročice	Shimano RS 35 6V
Zavore	V-brake Aluminij
Obroči	Torpedo
Sedež	Torpedo Comfort

210 €
129 €
Vitalna cena upokojenci



Vse cene so v EUR s pripadajočim DDV.
Slike so simbolične. količine so omejene,
ponudba velja do razprodaje zalog.

A2U BIKES ŠENČUR

T: 031 670 424

A2U BIKES TACEN

T: 031 670 323

A2U BIKES BREZOVICA

T: 041 733 900



A2U D.O.O. - POSLOVNA CONA A 53, ŠENČUR

Sava**Sava Medical in storitve**

Podjetje za usposabljanje in
zaposlovanje invalidov, d.o.o.

Vse informacije:

Marjeta Gašpirc

Letovanje

Škofjeloška c. 6, 4502 Kranj

Tel.: 04 206 53 19

e-naslov: marjeta.gaspirc@sava.si

Poslovna skupina Sava

Sprostitev, letovanje in dopusti so nujne sestavine
našega življenja. Pred nami so lepi jesenski dnevi.

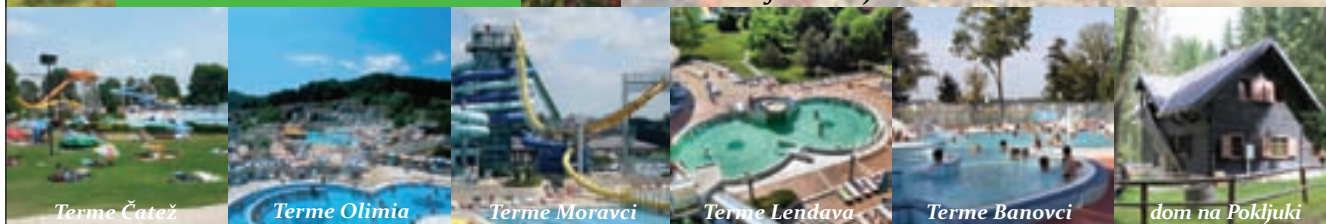
**ŠE IMATE MOŽNOST, DA UGODNO LETUJETE
V NAŠIH APARTMAJIH:**

- Termah Čatež
- Termah Olimia
- Termah Moravci
- Termah Lendava
- Termah Banovci

Ponudba velja tudi za počitniški dom na Pokljuki,
kjer lepe dneve lahko izkoristite za sprehode v okolici
in bližnjih hribih.

Izkoristite priložnost!

Pokličite nas in z veseljem vam bomo posredovali
dodatne informacije.



SAVA MEDICAL D.O.O., ŠKOFJELOKA C. 6, KRANJ

V osrčju Slovenskih goric ležijo Bioterme Mala Nedelja

V osrčju Prlekije, v občini Ljutomer, v Mali Nedelji, ki leži med Ptujem in Ljutomerom, je termalno kopališče Bioterme, z novim hotelom s štirimi zvezdicami, ki so ga odprli junija letos.

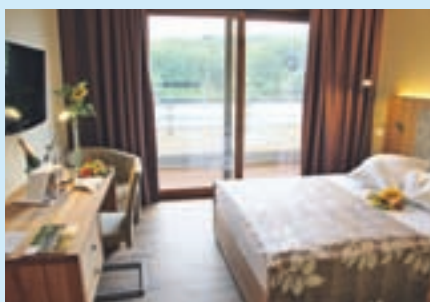
Hotel s svojo usmerjenostjo k sonaravnemu bivanju ob kakovostnih storitvah, presega obstoječo ponudbo in postavlja nov standard na področju zelenega turizma. Zraven prenočitvenih kapacitet ponuja kakovostno in okolju prijazno ponudbo hotelskih, gostinskih, wellness, medicinskih in poslovnih storitev.

Programi, usmeritve in ponudba so najtesneje povezani z elementi zdravega načina življenja in zdrave prehrane. Ponudba sloni na izkoriščanju naravnih potencialov - termalne vode, ugodne klime ter naravnih danostih prijetnega domačega okolja.

Pester in kakovosten program je primeren za vse goste, ki iščejo sprostitev, ohranjajo zdrav način življenja, krepijo telo in duha v neposrednem stiku z naravo. Termalni park Bioterme z vodnim parkom (pet notranjih in devet zunanjih bazenov) obsega 2000 kvadratnih metrov vodnih površin. Zdravilna termalna voda, ki prihaja iz globine 2273 metrov, je prijetne toplote, pitna in čista, blagodejno pa vpliva na prebavila, sečila, ginekološka obolenja, revmatska obolenja, okončine, sklepe, temperatura vode v bazenih se giblje med 27 in 38 stopinj Celzija.

V termalnem parku je tudi svet savn z notranjo in zunanjo finsko, turško, infra in zeliščno savno, fitnes, masažni salon, solarij in samopostrežna restavracija z bogato izbiro jedi in pijač. Termalni park in hotel sta povezana s hodnikom, tako da je možen prehod v kopalnih plaščih.

Če prihajate z Gorenjskega, se v Bioterme lahko pripeljete po novi avtocesti 'Pomurka' v smeri proti Murski Soboti, kjer sledite izvozu Sveti Jurij ob Ščavnici. Od izvoza je do Bioterm le še deset kilometrov. Pot je označena z usmerjevalnimi tablami.



AKTUALNA PONUDBA

**Jesensko-zimski
oddih v Biotermah
Mala Nedelja**

že od 43 EUR

(cena velja na osebo/dan;
pri sedemdnevem bivanju
za seniorje)

**Več na spletni strani
www.bioterme.si**



BIOTERME Mala Nedelja

Moravci v Slovenskih goricah 34 b

9243 Mala Nedelja

Slovenija

T: 00386 2 565 20 00 (Hotel)

T: 00386 2 585 17 30 (Termalni park)

F: 00386 2 585 17 81

E-pošta:

hotel@bioterme.si; info@bioterme.si

www.bioterme.si



... stopite v objem pridiha narave in se razvajajte v zelenih prostorih novega hotela Bioterme ...

Združite rekreacijo in oddih z dobrim bogračem



Gostilna in pizzerija Picasso
Banovci 1, 9241 Veržej
TEL.: 02/588 90 23
GSM: 041/741 203
www.picasso-turizem.si

BEMADA STORITVENO PODJETJE, D.O.O., BANOVCI 11, VERŽEJ



Gostilna in pizzerija Picasso je v Banovcih, dvesto metrov stran od **termalne-ga kopališča Banovci**. Pravzaprav je ni težko najti: zapeljete na avtocesto, se držite smeri Murska Sobota, gledate odcep Vučja vas in potem je pomemben še odcep Banovci.

Posebnost gostilne in pizzerije Picasso je tudi apartmajska hišica z dvema apartmajema, kjer lahko na poročno noč prespita mladoporočenca. Ker pa okolica ponuja možnost različne rekreacije, kolesarjenja, kopanje v Mali Nedelji ali Banovcih, se lahko prav vsak odloči za dopust pri njih, in si sam, po svojih željah, oblikuje proste ure in čas, ki ga bo preživel pri njih. Apartmajska hišica je bila zgrajena že



Ponudba za posameznike: Bivanje v apartmajih Bruno in Ana: nočitev za dve osebi je 40 evrov - s kosilom ali večerjo 50 evrov, s kopanjem v termah Mala Nedelja ali Banovcih s kosilom ali večerjo (200 m stran) pa 65 evrov.



Ponudba kosilo za nad 20 oseb: Kosilo (bograč, gibanica) s harmonikarjem in dobrodošlico v obliki postržjače ter kopanje v termah Mala Nedelja ali Banovci za 13 evrov.

pred časom, o njej pa kroži zgodba, ki pripoveduje o prepovedani ljubezni. V šestdesetih letih prejšnjega stoletja naj bi namreč Avstrijec Bruno zgradil to hišo, da se je dobival s Slovenko Ano. Po njiju se danes obnovljena apartmaja tudi imenujeta, notranjost so uredili po stilu iz njunih časov, prostor pa je oblikovan po feng shui.



Kulinarična ponudba Picassa je pestra. Pizze izdelujejo iz domače črne moke in jih pečejo v krušni peči. Na izbiro je več kot dvajset vrst pizz. Od pizze picasso, banovske, navadne, prleške do kmečke. Bograč in gibanica sta stalna spremljevalca njihove kulinarične ponudbe. Lahko vam postrežejo tudi z jedmi z žara, bogat je solatni bife, dnevno pripravljajo kosila, izbor prilog (zelenjava, jurčki ...) pa je tudi pester.

Imajo tudi **prostor za zaključene družbe**, velike do petdeset ljudi. Skupine so še posebej dobrodošle, saj je to lahko dobra ponudba za upokoјence, za šole in agencije. V dogovoru z njimi lahko v Picassu organizirajo tudi raftanje po Muri, obisk Babičinega mлина, čebelarkega muzeja ali kleti, kjer lahko vino degustirajo in ga po ugodni ceni tudi kupijo.

Tajska in kitajska masaža v Kranju

Kitajska masaža

Kitajski maser Hongxim Wu je že januarja letos zaprl svoj masažni salon v hotelu Krim na Bledu. Zdaj dela samo na Kokrici pri Kranju. Darilni boni, prodani na Bledu, še vedno veljajo. Gospod Wu vljudno vabi svoje stranke na obisk na Kokrico. Prepustite se njegovim čudežnim rokam, če vas boli glava, vrat, rame, hrbet, križ, noga, gleženj. To vam lahko zatrdijo številne njegove stranke, ki jim je učinkovito odpravil raznovrstne zdravstvene težave.



Tajska masaža

- Tradicionalna tajska masaža celega telesa
- Tradicionalna masaža s toplimi zelišči
- Tajska masaža z izbranimi eteričnimi olji
- Tajska masaža stopal
- Tajska masaža za ženske po porodu
- Tajska masaža z olji in toplimi zelišči za razstrupljanje telesa

WU masaža
tajska – kitajska

**PRENOČIŠČE DEŽMAN,
KOKRICA PRI KRANJU**

Tel.: 04/204 51 31, 04/204 51 42,
gsm: 040/352 388

Delovni čas: od ponedeljka do
sobote od 14.00 - 21.00

Privoščite si sprostitev in podarite zdravje svojim najbližjim!



RAK imunske terapije

Diagnoza rak ni enosmerna ulica, kjer nas na koncu čaka smrt. Chron in collitis sta ozdravljivi bolezni.

Diagnoza rak, ena izmed zelo pogostih in najtežjih zahrbtnih bolezni današnjega časa, je vsekakor šok za človeka, vendar ni enosmerna ulica, na koncu katere ga čaka smrt, ampak vmesno stanje v dinamičnem obrambnem procesu med celicami tumorja, ki se izmuznejo imunski obrambi, in tistimi, ki jih imunski sistem uniči. Zato je imunski sistem prvi in najbolj pomemben člen, ki je odločilen, ali se bo neka bolezen sploh pojavila in kako bo potekala.

NAJNOVEJŠE METODE

Zato smo na našem inštitutu s pomočjo tujih ustanov in znanstvenikov razvili naravno dopolnilno metodo, ki spada med edinstvene in najbolj učinkovite naravne dopolnilne metode, ki potrjujejo velike univerzitetne študije, še posebej na Japonskem in v Ameriki.

Kombinacija imunskega programa s terapijo 24-karatnega zlata - ultrazvočna - Nano Mist tehnologija prinese takojšnje in trajne rezultate. Zato je dandanes zlato vse pomembnejše v sodobni medicini in pri najtežjih obolenjih, kot so rak, aids, vse oblike artritis, collitis, cronova bolezen.

Že leta 1890 je nemški bakteriolog Robert Koch za svoje odkritje prejel Nobelovo nagrado. Zelo je pomembno, da vsako zdravljenje raka - tako kot na klinikah v tujini, vsebuje imunološki del. Naše imunske terapije so naravne dopolnilne metode - lahko kot samostojne ali kot metode skupaj s konvencionalno, ortodoksno medicino.

RAZISKAVE POTRJUJEJO, DA:

- izboljšajo imunski sistem na najvišjo raven,
- čistijo organizem najtežjih strupov,
- izboljšajo krvno sliko,
- krepijo telesno odpornost na različne virusne in bakterijske okužbe,
- v kombinaciji s kemoterapijo in obsevanjem zmanjšajo ali eliminirajo negativne učinke terapij,
- in kar je najpomembnejše - VPLIVAJO NA RAKASTE CELICE, KI ODMIRAJO V SKLADU Z DELOVANJEM IMUNSKIH MEHANIZMOV. TAKO SE BOLEZEN V MNOGIH PRIMERIH USTAVI, PRIDE DO ZMANJŠANJA ALI PA CELO DO IZGINOTJA TUMORJEV.

NAVAJAMO ENEGA IZMED NAŠTETIH PRIMEROV:

RAK NA PLJUČIH

Gospodu Stavku, staremu 56 let, so pred tremi meseci diagnosticirali mikrocelularni karcinom levega pljučnega krila z napredovanjem bolezni na bronhije in desno stran, prav tako pa tudi številne metastaze na jetrih. Onkologi mu niso dali veliko upanja za ozdravitev in so ga poslali domov. Njegova žena, ki je zdravnica in dela v bolnišnici, je bila nad tako odločitvijo kolegov zelo ogorčena, saj ni pričakovala takšnega odgovora. V bolnišnici, kjer dela, je dobila našo številko, saj je sama spoznala paciente, ki so ozdraveli z našimi imunskimi terapijami. Poklicala nas je in takoj smo naredili celotni imunski program in terapije. Odšli so tudi v Aviano na kliniko po drugo mnenje in tudi pokazali naš program. Zdravniki so mu dejali, naj nadaljuje z imuno terapijami. Po mesecu in pol naših terapij je gospod Slavko odšel na kontrolo. Pokazalo se je, da metastaze na jetrih niso več vidne in tudi na pljučih je prišlo do zmanjšanja, neke pa celo do izginotja tumorjev. Gospod se tudi izredno dobro počuti, zdravniki pa ne morejo verjeti, da je v tako dobrem stanju, saj bi po njihovem mnenju moral kmalu umreti.

Pomoč in svetovanje:

**Inštitut za zdravje in lepoto, d. o. o.,
Rogaška Slatina
Tel.: 03/5804 317
Mob.: 041/319 243**

Kmalu brošura, nato obvestilo

Geodetska uprava RS bo v teh dneh lastnikom nepremičnin začela pošiljati obvestila o izračunu vrednosti njihovih nepremičnin. Lastnike pozivajo, da prispele izračune skrbno pregledajo in sporočijo morebitne napake ali njihove ugovore na izračunano vrednost nepremičnine. Ta izračun bo vplival na višino davka na nepremičnine!

V prihodnjih dneh bodo tako vsi lastniki nepremičnin prejeli obvestila, s katerimi jih bo Geodetska uprava RS oziroma Ministrstvo za okolje in prostor obvestilo, za koliko so ocenili njihovo nepremičnino. Geodeti so združili podatke, ki jih o zemljiščih, stavbah in delih stavb vodijo v geodetskih evidencah, podatke, ki so jih pridobili s popisom nepremičnin, in podatke, ki jih vodijo o zemljiščih občine in državnih organi. Pet let že spremljajo tudi podatke o prometu z nepremičninami. Na podlagi švedskih izkušenj ter ob upoštevanju dobrih praks drugih držav in na podlagi zbranih podatkov pa so razvili sistem množičnega vrednotenja nepremičnin. Vsi ti podatki GURS-u omogočajo, da so za vsako nepremičnino v državi izračunali vrednost, ki bi jo najverjetneje dosegla na trgu.

"Vsem lastnikom bomo poslali oceno vrednosti njihove nepremičnine, seveda pa je možno, da se z njo ne bo strinjal in bo lahko podal pripombe glede na našo postavitev v pravo vrednostno cono in vrednostno raven," pojasnjuje Aleš Seliškar, direktor GURS-a. Obravnava pripomb ne bo individualna, ampak bo morale svoje nestrinjanje z vrednostjo izraziti večje število lastnikov. Geodeti pričakujejo, da ne bodo spreminjali vrednosti le posameznih nepremičnin (če bo to sploh potrebno), ampak bodo spreminjali meje vrednostnih con.

"Zelo pomemben del obveščanja pa je tudi preveritev podatkov, ki jih imamo o posamezni nepremičnini oziroma lastniku te nepremičnine. Do vzpostavitve registra za številne nepremičnine sploh nismo imeli podatkov, sedaj pa jih bomo lahko uporabljali tudi drugje. Tako Statistični urad ne bo več opravljal klasičnega popisa nepremičnin, saj bomo imeli mi zbrane vse podatke na enem mestu," pravi Seliškar. Čeprav je brošura Obveščanje lastnikov nepremičnin o poskusnem izračunu vrednosti nepremičnin obsežna (36 strani), pa mora lastnik temeljito pregledati zgolj nekaj strani, vse drugo so pojasnila, zato je strah neupravičen, pravi direktor. Za seznanitev z obveščanjem in množičnim vrednotenjem bodo morali lastniki prebrati približno šest strani (od četrte do desete) sicer gosto tiskane brošure, v katerem so pojasnila o obveščanju in poskusnem izračunu vrednosti nepremičnin. Nadaljevanje brošure bodo lastniki potrebovali, ko bodo prejeli obvestilo o poskusnem izračunu vrednosti nepremičnin.

Obvestilo bodo prejele vse fizične in pravne osebe, ki so vpisane v register nepremičnin kot lastnik ali solastniki in imajo popoln naslov. Če je nepremičnina v lasti petih solastnikov, bo vsak od njih za isto nepremičnino prejel svoje obvestilo. Obvestilo bodo prejele tudi mladoletne osebe. Ne bodo ga pa prejeli lastniki, za katere na GURS-



u ne poznajo naslova, neobstoječ ali nepopoln, lahko pa je neznan tudi lastnik. Edini lastniki, ki ne bodo prejeli obvestila, so tisti, ki so v lasti države, občine ali so nepremičnine javno dobro. GURS bo poslal 1,1 milijona obvestil, natančnega začetka razpošiljanja pa prejšnji teden še niso poznali. Na raznos bi lahko vplivala tudi morebitna stavka javnih uslužbencev. Zagotovo pa drži, da bo najprej na vrsti brošura, potem pa še obvestilo.

"Težave imamo z nepremičninami, ki v zemljiški knjigi še niso urejene, saj sprememb lastništva ne poznamo. Menimo, da bi morale biti v interesu

bivšega lastnika, da sporoči spremembo, saj najbrž ne bo želel plačevati davka na nepremičnine za njegovo nekdanjo nepremičnino," pravi direktor Seliškar. Če lastnik nepremičnine ni prejel obvestila, mora obiskati geodetsko pisarno. S seboj mora imeti osebni dokument ali matično številko za pravne osebe, po možnosti pa tudi dokazilo, da je lastnik nepremičnine (kupoprodajno pogodbo, sklep o dedovanju). Obvestilo sicer vsebuje: podatke o lastništvu, vrednost nepremičnine in nabor podatkov o nepremičnini/nepremičninah.

Brošura je v pomoč lastnikom za kontrolo morebitnih napak ali sprememb lastništva:

- vsebuje splošna pojasnila, kaj je vrednotenje in kako so ga na GURS izvedli
- vsebuje napotke lastnikom nepremičnin o tem, kako urediti podatke in posredovati pripombe
- najboljšeje je opis podatkov iz evidence GURS

- vključena so navodila in obrazci za spremembe, ki jih lahko lastniki uporabijo ali pa tudi ne (vsi ti obrazci so/bodo tudi na internetni strani)

Lastnik nepremičnine naj bi po prejemu obvestila preveril:

- ali je pravi naslovnik
- ali so vključeni pravi podatki o naslovniku, lastniku
- ali so vključene vse nepremičnine, katerih lastnik je
- preveril lastništvo - vsak solastnik dobi svoje obvestilo
- preveri, ali podatki odražajo dejansko stanje
- oceni, ali se strinja z vrednostjo nepremičnine (če meni, da ni pravilna, bo podal pripombo prek obrazcev iz brošure ali spleta)

Čeprav z brošuro in obvestilom GURS predvsem obvešča (in ozavešča) lastnike nepremičnin, pa lahko ti posredujejo svoje pripombe na vrednost

nepremičnin. Rok je dolg, a ne neskončen - 53 dni od takrat, ko bodo z GURS-a poslali večino obvestil. Priстойni poudarjajo, da naj lastniki čim hitreje posredujejo pripombe, saj bodo tako že čez dva dni prejeli nova obvestila. Celotna vrednost projekta množičnega vrednotenja nepremičnin je državo doslej stala 4,75 milijona evrov, popis nepremičnin pa še 10,92 milijona evrov. Aleš Seliškar izpostavlja, da imajo ogromne stroške s poštnino, na očitane zamude pa odgovarja: "Zamuda je nastala zgolj zaradi kapljicatega dotoka denarja. Le milijon evrov je bilo namenskih, vse ostalo smo pridobili iz rezerv proračuna. Sicer pa zamujamo približno leto od prvotnega načrta." Mnogi lastniki bi radi videli, da bi zamudili še kako leto, saj bi se tako odložilo tudi plačevanje davka na nepremičnine. Tega sicer, vsaj zaenkrat, državni zbor še ni potrdil.

Boštjan Bogataj

V Kamniku gradijo oskrbovana stanovanja

Vabimo vas, da nas obiščete v Cankarjevem domu na Festivalu za 3. življenjsko obdobje med 29. septembrom 2010 in 1. oktobrom 2010, kjer bomo predstavili celoten projekt. Vstopnine ni.

Podjetje Dolenjgrad, d. o. o., je sredi marca 2010 začelo graditi I. fazo projekta Oskrbovanih stanovanj v Kamniku. Končana bodo marca prihodnje leto, lastniki pa se bodo lahko vselili maja 2011.

Mirno okolje za starostnike - Objekte gradijo v zelo mirnem delu Kamnika,

tik zraven Doma starejših občanov Kamnik in blizu starega mestnega jedra. Objekti bodo energetsko varčni, veliko bo zelenih površin za počitek, rekreacijo in sprehode stanovalcev. Prav tako bodo vsa parkirna mesta v parkirni hiši, kar je vsekakor najvišja možna raven kakovosti bivanja.

Dodatne ugodnosti za kupce - Dolenjgrad njihovim kupcem nudi pomoč pri prodaji njihove stare nepremičnine brez provizije. Zagotavljajo 24-urno odzivnost na SOS tipko s pooblaščenno inštitucijo in možnost vseh storitev Doma starejših občanov Kamnik.

OSKRBOVANA STANOVANJA V KAMNIKU | Želimo vam zagotoviti varno in mirno starost.



DOLENJGRAD
Gradbeno podjetje, d. o. o.
Pod Hruševco 30, 1360 Vrhnika

Telefon: (01) 750 72 00
Fax: (01) 750 72 10

E-pošta: tajništvo@dolenjgrad.si
Internet: www.dolenjgrad.si



- Stanovanja so skrbno načrtovana in prilagojena starejši populaciji.
- Dodatno udobje prispeva tudi 24-urna nujna pomoč, prek klicnega centra pa tudi socialna in zdravstvena oskrba.
- Vsako stanovanje ima balkon ali atrij in parkirno mesto v podzemni garaži.
- Pri načrtovanju nismo mislili le na vaše udobje, temveč tudi na kakovostno ter okolju prijazno gradnjo. Več kot 30 odstotkov energije se pridobi iz obnovljivih virov.
- Lokacija je umaknjena iz mestnega vrveža, a je hkrati le 5 minut hoje do centra mesta Kamnika.
- Parkirno mesto 10.000 EUR z DDV
- Lokacija v neposredni bližini Doma starejših občanov Kamnik.

tip stanovanja	površine stanovanja	kupnina v EUR z DDV
Garsonjera	od 29,87 m ² naprej	od 60.205,00 naprej
Enosobno	od 47,97 m ² naprej	od 90.084,22 naprej
Dvosobno	od 56,52 m ² naprej	od 103.398,61 naprej

JUR-TAN, nepremičnine, d. o. o.,
P.E. Cankarjeva ulica 3, Kranj
tel.: 04/236-92-14, fax: 04/236-92-15
e-pošta: info@jur-tan.si, www.jur-tan.si



ŠKOFJA LOKA - GORAJTE ZA KAMNITNIKOM, na lepi in sončni lokaciji prodamo zazidljivi zemljišči velikosti 400 m² in 402 m², komunalno opremljeni (voda, elektrika, telefon, plin, biološka čistilna naprava). Parceli sta v sklopu OPPN-ja "Za Kamnitnikom". Prevzem možen takoj. CENA: 205 EUR/m². Več na: http://nepremicnine.jur-tan.si/novogradnje.html?ng_nep=&projekt=419

MEDVODE - SVETJE, na odlični lokaciji prodamo na ključ izdelanega dvojčka z vgrajenimi materiali višjega cenovnega razreda in komplet urejeno



okolico. Začetek gradnje l. 2009. Zemljišči v izmeri 253 m² in 308 m². Objekt ima 196 m² (neto) stanovanjske površine v 3. etažah (P+N+M) z galerijo. V hiši bo vgrajen kamin, talno gretje, narejene in razpeljane inštalacije za centralni sesalec, alarmni sistem z video nadzorom, klimatska naprava ter PVC okna. Na objektu je telefonski in kabelski priključek, mestni zemeljski plin, fekalna in meteorna voda pa je izpeljana - priključena na javno kanalizacijo. Kupec ima ob nakupu nepremičnine v ceno vključenega arhitekta za notranjo opremo. Prevzem po dogovoru. CENA: od 309.000 EUR. Več na: <http://nepremicnine.jur-tan.si/novogradnje.html>



HOTEMAŽE - NA ROBU NASELJA, v neposredni bližini travnikov ter reke Kokre, v sončnem in zelenem okolju, prodamo novozgrajenega trojčka z začetkom gradnje l. 2008. Enote so podkletene, bivalno pritličje + mansarda, neto površine 225 m², balkon + terasa, enote imajo pripadajoče zemljišče od 323 m² do 448 m².

Enote bodo zgrajene do tretje podaljšane gr. faze (voda, elektrika, tel.), okna PVC Arccont prehodnosti k=0.7, fasada ima 14 cm izolacijo, urejena okolica), strešna kritina Bramac. Prevzem po dogovoru. CENA: od 190.000 EUR. Več na: www.jur-tan.si

KRANJ-BLIŽINA LETNEGA KOPALIŠČA, na odlični lokaciji, prodamo trisobno stanovanje, 67,96 m², visoko pritličje/4, delno obnovljeno l. 2003, CK-plin, brez balkona, vsi priključki, prevzem po dogovoru. CENA: 109.000,00 EUR.

ŠENČUR - OPC, prodamo zelo lepe pisarniške prostore, zgrajene do III. podaljšane faze z izdelanimi tlaki (estrihi), zgrajene leta 2003, v izmeri 162,31 m², prostori so v najvišji etaži v 3. nadstropju/3, izredno svetli, saj so s treh strani obdani z velikimi okni. Prostori so zelo primerni za arhitekte, projektante, notarje, odvetnike in podobne storitve. Iz pisarne je možen izhod na veliko teraso, ki obkroža pisarniške prostore iz treh strani. Prevzem možen takoj. CENA: 1.500 EUR/m²

BLED - BLIŽINA JEZERA, na dobri lokaciji in v bližini jezera prodamo 797 m² veliko zazidljivo zemljišče, vsi priključki v neposredni bližini, v fazi pridobivanja gradbenega dovoljenja za stanovanjski objekt z dvema apartmajema. Vredno ogleda in nakupa. Bodite korak naprej na poti do novega doma, prodamo. Cena: 237.000,00 EUR

Pozor, zaradi večjega povpraševanja kupcev po nepremičninah vzamemo v posredovanje več nepremičnin na različnih lokacijah (zemljišča, hiše, stanovanja, novogradnje itd.)

VEČ PONUDBE DOBITE NA NAŠI SPLETNI STRANI WWW.JUR-TAN.SI

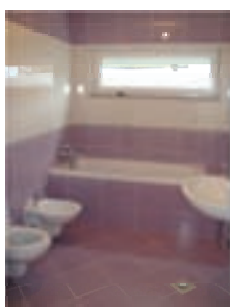
TINKARA, večstanovanjski objekt z lastno garažno hišo

Levstikova 6, Zlato polje v Kranju

Varna naložba - lastno stanovanje – PRODAMO



**NADSTANDARDNA NOVA STANOVANJA, EDINSTVENA
LOKACIJA, ZASEBNOST,
MIR, ZELENJE, BLIŽINA CENTRA IN LASTNA PARKIRNA MESTA!**

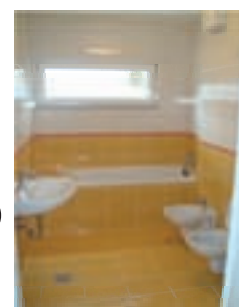


ENOSOBNO VP – 41,96m², 94. 293,75€ (P-S5)

ENOSOBNO Z ATRIJEM – 72,71m², 133.870,00€ (P-S6)

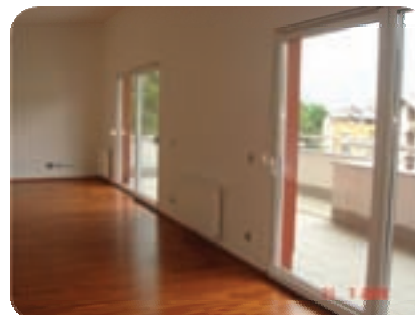
GARSONJERA Z ATRIJEM – 59,30m², 112.682,50€ (P-S2)

GARSONJERA – 48,00m², 99.933,75€ (N3-S2)



MANSARDA S TERASAMA – 227,73m², 374.400,00€ (M-S1)

vse cene so z DDV





dolnov

SALON KOPALNIC DOLNOV D.O.O.

Šuceva 23, Kranj

tel.: 04/201 30 14

7 DNI ZA PRENOVO VAŠE KOPALNICE

ZA VSA DELA PRI PRENOVI POSKRIBIMO MI, VAŠE DELO JE SAMO IZBIRA KERAMIKE IN OPREME.

Ponujamo vam celovito rešitev za vašo kopalnico. Ni pomembno, ali kopalnico obnavljate ali opremljate prvič. Za nasvet nas obiščite in ponudili vam bomo ogled in svetovanje ter računalniški izris kopalnice v 3D grafiki.



Velika razprodaja ploščic
in kopalniške opreme iz stare zaloge
in opuščenih programov.
Masažne kadi že od 990,00 EUR

Ob nakupu
nad **2.000 EUR**
na oddelku kopalniške opreme
ali na oddelku pohištva
podarimo fotelj Ball.



Pojem kvalitete!

LAUFEN



- Celotna prenova kopalnice • Prijaznost • Svetovanje • Konkurenčne cene
- Dolgoletne izkušnje • Fleksibilnost • Gotovinski popusti

SALON POHIŠTVA DOLNOV D.O.O.

Šuceva 23, Kranj

tel.: 04/201 30 25, 041/620 833

www.dolnov.si



7% gotovinskega popusta
na vrata in podboje Lesna

Vratno krilo Lesna

folija dekor

bukev, hrast, češnja, beli ostri rob

brez kljuke in ščita, desno ali levo odpiranje
dim.: 75x200 cm

Redna cena: 56,88 EUR

-7 % gotovinskega popusta

52,90 EUR

NR` DIMO PO MERI

Cene in popusti veljajo do 20. 10. 2010



VGRADNE OMARE - BREZPLAČNA DOSTAVA IN MONTAŽA

KUHINJE - BREZPLAČNA DOSTAVA IN MONTAŽA

GOTOVINSKI POPUST

20%

OB NAKUPU KUHINJ,
VGRADNIH OMAR, DNEVNIH
REGALOV,
SEDEŽNIH GARNITUR
(velja do 20. 10. 2010)

ATRIUM

nobilia

BREZPLAČEN RAČUNALNIŠKI IZKRIS

Notranja vrata Lesna Tip, slovenski proizvajalec
• vrhunska kvaliteta • ugodne cene
BREZPLAČNA IZMERA NA DOMU

lesna
SLOVENSKI PROIZVAJALEC
LESNA TIP Otiški Vrh d.d.
Prijazni do narave in okolja

Nas pooblaščen montier
vrat in pohištva



Mišo s.p.

DOLNOV NEPREMIČNINE, 2. nadstropje TC DOLNOV

- posredovanje pri prodaji /oddaji vaše nepremičnine
- pomoč pri iskanju primerne nepremičnine za vas
- pomoč pri financiranju
- urejanje zemljiškoknjižnih zadev in svetovanje
- oddaja poslovnih prostorov
- velika izbira novogradenj

TRGOVINE V TC DOLNOV

Eurospin, Frizerski salon Silva, Mik Celje, Lovec,
Velana, Les 3, KDO Studio, Zuja, Eko invest, Euroton,
Milan, Saga, Šiviljska popravilnica Nitka, Sandex

DOLNOV NEPREMIČNINE

Šuceva 23, Kranj

tel.: 04/201 30 33, 041/638 418

Urejen dom za prijetno bivanje

Za optimalno bivalno klimo in dober svetlobni učinek je pomembna pravilna razvrstitev bivalnih prostorov. Na južni strani naj bodo velika okna, ki bodo lahko sprejela veliko sončne energije, na severni pa bo prostor za garažo, hodnik, tudi kuhinjo.



V A R

Matjaž Hartman s.p.,
Hafnerjevo nas. 91, 4220 Škofja Loka
tel.: 04 513 88 30 ali 031 775 401

**PRODAJA, MONTAŽA IN
VZDRŽEVANJE:**

- garažnih
- vhodnih
- stranskih
- protipožarnih
- kletnih vrat

POOBlašČEN
PRODAJALEC

**HORMANN
JUBILEJNA
GARAŽNA VRATA,**

M-vodoravni motiv,
woodgrain, RAL 9016,
vklj. motorni pogon,
montaža in 8,5% DDV

že od **875 €**

Med zdrave hiše bi lahko šli domove, v katerih vlada čist in svež zrak, v katerih je poskrbljeno za dobro počutje. Prav slednje večina ljudi postavlja na prvo mesto svojih želja, povezanih z domom. Dobro počutje prav gotovo omogočajo naravni materiali, tako pri gradnji hiše ali stanovanja kot tudi pri izbiri notranje opreme. Kot element prihodnosti se pri strokovnjakih za opremljanje v prihodnosti pojavlja voda. Ta je del narave in deluje pomirjačo, že misel na potoček ali zven morskih valov pomirja. Razen tega pa voda še odlično odbija svetlobo.

Zadnja leta v ospredje poleg ohranjanja narave stopajo tudi obratovalni stroški. Ti se (razen same gradnje) uveljavljajo s pasivno in nizkoenergijsko hišo. Sprva so se nizkoenergijske gradnje lotili le najbolj ekološko ter energetsko varčno usmerjeni pionirji, ki so nemalokrat naleteli na skepe



in opazke opazovalcev. Znanje so nabirali v tujini ter gradili brez dobljenih nepovratnih sredstev. Na potrebe in povpraševanje investorjev pa se je slovenski trg hitro odzval s kvalitetno ponudbo nizkoenergijskih polizdelkov, izdelkov ter storitev. Sledil je prvi razpis za spodbujanje nizkoenergijske gradnje in obnove (Eko sklad), ki je dodatno spodbudil tiste, ki so že razmišljali, da s takšnim načinom gradijo, poleg objektov, tudi kvalitetno prihodnost.

Evropska direktiva o energetske učinkovitosti stavb predvideva, da bodo do leta 2018 vse grajene javne stavbe zelo dobre nizkoenergijske stavbe (skoraj nič energijske), do leta 2020 pa bodo (naj bi bile) takšne vse zgrajene stavbe. Trenutno torej še lahko izbiramo med različnimi načini gradnje, čez nekaj let pa bo nizkoenergijska gradnja edina izbira.

Presneta vlaga! Kako se je znebiti?

Pa vendarle ne gre le za novogradnje. Prekomerna vlaga v prostorih in razvoj 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, stroški so visoki, čas je za investicijo! A najprej o vzrokih, posledicah in odpravi vlage. 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 zaradi gradbeno fizikalnih nepravilnosti, poškodb ali konstrukcijskih sklopov zgradbe, kot so poškodovane inštalacije, poškodovana fasada, zamakanje strehe, ali pa zato, ker se vlaga v materialih pri novogradnji ni izsušila in so se stanovanjci prehitro vselili. Vlaga povzroča luščenje ometa, laka, tapet, v vlažnem ometu povzroča razvoj plesni, poškoduje notranjo opremo. Toplotna izolacija izgubi precejšen del svoje vrednosti. Snovi za nastanek plesni je v našem bivalnem okolju na pretek.

**KLUČAVNIČARSTVO
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

Plesen se hrani z ometom, disperzij-skimi barvami, lesom, tekstilom, prahom in podobno. Najhitreje se razvije v toplotnem območju med 9 in 40 stopinj Celzija, ustreza ji kislo okolje. Glavni vzrok za nastanek plesni je prekomerna vlažnost v prostoru. Žal tudi tu velja, da jo je lahko dobiti in težje izkoreniniti, saj lahko določene vrste plesni preživijo v zelo izsušenem stanju in čakajoč na ugodnejše razmere.

Razvoj plesni lahko zmanjšamo predvsem z odpravo vzrokov navlaženja konstrukcijskih sklopov. Vsi drugi posegi nimajo dolgoročnejšega učinka, še posebej, če se je lotimo zgolj površinsko. Omet je potrebno odstraniti v celoti, lesne dele pa zamenjati. Plesen preprečujemo s preprečevanjem vlage. Dve muhi na en mah najlažje ubijemo s prezračevanjem prostorov. Bivalne prostore je zato potrebno ogrevati in prezračevati. Spodnja meja ugodja je pri približno 30 odstotkih relativne vlažnosti, pri temperaturi zraka 20 stopinj Celzija je območje ugodja med 45 in 60 odstotki relativne vlažnosti. S prezračevanjem preprečimo, da bi relativna vlažnost notranje-



Protim Ržišnik Perc

ARHITEKTI IN INŽENIRJI

Strokovna in hitra izvedba geodetskih storitev

- svetovanje in pomoč lastnikom po prejemu obvestila o vrednosti nepremičnin
- geodetski načrti in zakoličbe
- evidentiranje stavbe, parcelacije, ureditve, komasacije, izravnave in obnove meja
- pravne podlage za vpis v zemljiško knjigo (pogodbena komasacija, etažna lastnina)
- vpis v kataster stavb in register nepremičnin (REN)
- vpis v kataster gospodarske javne infrastrukture (ZK GJI)
- tehnična poročila o geodetskih meritvah in opazovanjih

Naše storitve so vam na voljo tudi na spletni strani www.protim.si/geodezija/

Preprosto izpolnite obrazec za povpraševanje ali naročilo naših storitev, pišete pa nam lahko tudi na elektronski naslov geodezija@r-p.si ali nas pokličete na telefonski številki (04) 279 18 00 ali 051 649 747.

Protim Ržišnik Perc
ARHITEKTI IN INŽENIRJI

| Poslovna cona A2, 4208 Šenčur | www.protim.si | svetovalno in projektantsko podjetje arhitektov in inženirjev |

ga zraka preseгла kritično mejo, s tem pa odstranimo nevarnost kondenzacije vodne pare.

Nizkoenergijsko stavbno pohištvo

Po izkoreninjenju vlage je čas za obnovo obleke objekta. S toplotno izolacijo. Na površinah, kjer se stikata topel in mrzel zrak, lahko nastane korozija, ki je posledica kondenzacijske vlage. Zgradbe, ki so pravilno izolirane in zaščitene pred vlago, omogočajo velike prihranke energije in s tem tudi denarja. Prednosti dobre toplotne izolacije so manjše izgube in s tem manjši stroški, večje bivalno udobje, daljša življenjska doba objekta in preprečevanje nastajanja plesni. Vgradnja toplotne izolacije ne zaustavi prehoda toplote, ga pa upočasni.

Poznamo veliko različnih materialov, ki se razlikujejo po obliki, kemijski sestavi in drugih lastnostih. Za toplotno in zvočno izolacijo uporabljamo naravne in umetne toplotnoizolacij-



ske materiale, najbolje pa je, da v obeh primerih uporabimo istega. Danes pogosteje uporabljamo umetne materiale (penjeno steklo, mineralna volna, polisteren, ...), uveljavljajo pa se tudi naravni izolacijski materiali (pluta, lan, bombaž, lesna vlakna, ...). Najpogosteje se za izolacijo še vedno uporabljajo plošče iz stiropora, mineralne in steklene volne ter plošče iz poliuretana. Našteti materiali so po izolacijskih sposobnostih zelo podobni, razlikujejo pa se po postopkih vgradnje in vplivu na naše bivalno okolje. Za vgrajevanje na ravne površine so najbolj primerne izolacijske plošče, na nepravilnih površinah pa se obliki najbolj prilagodijo materiali v svitkih. Ob odločitvi o materialu in debelini izolacije se mora investitor najprej posvetovati s strokovnjakom, saj z napačno izbiro lahko povzročimo več škode kot koristi.

GG mali oglasi

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

www.gorenjskiglas.si

Odlična toplotna
izolacija – skrito bistvo
dobre fasade.

FRAGMAT

www.fragmat.si



+

=

**do 8 cm
GRATIS**

Baumit vam ob nakupu fasadnega sistema **Baumit open plus nano** (12 cm) podari **do 8 cm** dodatne izolacije.

Akcija traja od 25. 8. - 31. 10. 2010.

Več o akciji na www.baumit.si



do 8 cm GRATIS



Manjše izgube toplote dosežemo tudi s kvalitetnimi okni. Tokrat zastavljeni cilj je nizkoenergijski objekt, zato vgrajujemo tudi takšne izdelke in materiale. Potrebno je ogromno znanja, da izdelki resnično zadostijo vsem tehničnim zahtevam, predvsem pa, da so pravilno vgrajeni in kot taki svojo predvideno funkcijo tudi v celoti izpolnjujejo. Na tržišču je že nekaj proizvajalcev, ki svojim kupcem nudijo bogato izbiro nizkoenergijskih ter pasivnih oken, ki se med seboj razlikujejo tako po tehničnih karakteristikah, obliki, načinu vgradnje, ... Ob oknih ne smemo pozabiti tudi na drugo stavbno pohištvo primerne kakovosti in primernih karakteristik, saj kvalitetna izolacija in kvalitetna okna niso dovolj, če imamo vrata, skozi katera piha kot burja na morju.

Obnova strehe in fasade za manjše stroške

Osrednja naloga dobrih nizkoenergijskih materialov je zaščita objekta pred toplotnimi izgubami energije. S kakovostno izolacijo zunanjih zidov se toplotne izgube objekta in s tem raba goriva za ogrevanje močno znižata. Debelejša ko je izolacija, manjši bodo stroški ogrevanja, izboljšalo se bo tudi bivalno ugodje (pasivne in nizkoenergijske hiše imajo več kot 30 centimetrov debelo izolacijo). Vrsta in debelina izolacije se sicer izbira glede na podnebne in klimatske razmere. Zaradi vedno ostrejših predpisov, predvsem pa zaradi dviga zavesti o varčevanju z energijo, naj bi bila debelina izolacije, ki jo vgrajujemo, vsaj 12 centimetrov. S takšno izolacijo in opeko se toplotne izgube, v primerjavi z enakim načinom gradnje brez izolacije, zmanjšajo kar za petkrat. Ne glede na izbrani material je zaradi energijskih prihrankov in prijetnosti bivanja smiselno vgraditi izolacijo debeline vsaj osem do dvanajst centimetrov.

Ne pozabimo niti na streho. Ta je kapa ali zaključni konstrukcijski sklop vsake zgradbe, ki ščiti pred zunanjimi vremenskimi vplivi (padavine, veter in temperaturna nihanja). Zagotavljati mora vsakršno izolacijo, zelo pomemben je tudi estetski videz, ki je podre-

Vabljeni na
»DAN BIOMASE«,
 v soboto 9. 10. 2010 ob 11h v Nazarijah

Predstavitev izdelkov za tople točke z močjo 1000 W
 Asamblaj S47E, toplotni izmenjevalnik, hrana-pijava
 Predstavitev kotel na polena, tople točke in polena FRÖLING
 Aktivna obvestila, spremljajte na www.biomasa.si

ZAKLJUČEK VELIKE NAGRADNE IGRE –
 glavna nagrada kotel na polena
FRÖLING S3 + hranilnik toplote

Kotel na polena
S4
Avtomatski vžig

- nastavitev zamika vžiga
- še večje udobje
- prilagajanje uporabnikom

Ustvarjen je razpis Eko sklopa za neposredno prodajo

041 383 383
 03 838 40 86
biomasa@siol.net
www.biomasa.si

BIOMASA

jen tudi trenutnim modnim muham investorjev. Ob ogledu eno- ali dvestanovanjskih hiš na Gorenjskem lahko vidimo, da se je pred več kot dvajsetimi leti večinoma gradilo enostavne strehe (dvokapnice), s poplavo različnih kritin v 90. letih prejšnjega stoletja je nastopila moda frčad, v zadnjih letih pa je vse bolj prisotna ekologija poskrbela za vrnitev v enostavne, vendar zrakotesne oblike 'pete' fasade - strehe s strešnimi okni.

Estetski videz strehe je zaradi izpostavljenosti velikega pomena, pomembno vlogo pa igra poleg oblike še njena velikost, vrsta in barva kritine ter način pokrivanja in prezračevalni sistem. Za zagotavljanje skladnosti omenjenih elementov in doseg čim večje estetskosti pa glavno vlogo odig-

ra domišljeno in kakovostno načrtovanje strehe. Oblike strehe so ponavadi določene že v občinskih prostorskih planih, na njih pa vpliva več dejavnikov, še najbolj geografsko območje. Na to območje so namreč vezani vremenski pogoji in vplivi, ki v veliki meri določajo obliko in naklon strehe.

Pocenimo ogrevanje

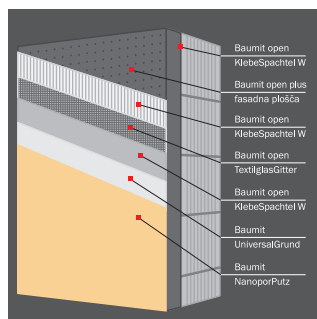
Naj ob tem omenimo še izbiro 'pravega' ogrevalnega sistema. Pri pasivnih objektih ga ne bomo potrebovali, drugje pa. Poleg klasičnih (les, olje, plin) se v zadnjih letih uveljavlja ogrevanje s solarno tehniko in toplotne črpalke. Tokrat bomo nekaj besed namenili slednjim, saj so v nekaterih evropskih državah že dobro uveljavljene kot del

varčnega sistema za ogrevanja. In to ne le v toplejših območjih, ampak tudi v 'mrzlih' deželah, tudi v Skandinaviji. Toplotna črpalka deluje kot toplotni stroj, ki jemlje energijo iz vode, zemlje ali zraka, jo s pomočjo elektrike (kompresorja) dvigne na višji temperaturni nivo in jo odda v prostor. Izkušnje lastnikov toplotnih črpalk (katerihkoli) kažejo, da se je sicer visoka investicija kaj kmalu vrnila in prinaša lastnikom tudi ugodje bivanja. Ponavadi so nam povedali, da dokler bo elektrika tako poceni, bo tudi toplotna črpalka rentabilna. Kljub vsemu pa dodajajo, da bo izredno mrzlih večerih včasih tudi zakurijo v kaminu ali poženejo starejšo peč na olje.

Boštjan Bogataj, foto: Gorazd Kavčič, Tina Dokl

Inovativen in edinstven toplotnoizolacijski fasadni sistem open plus nano

V Baumitu vam ponujamo najsoodnejše materiale in sisteme za gradnjo okolju prijaznih in za bivanje prijetnih hiš. Pod sloganom "oblačimo hiše" se trudimo uresničiti dolgoročni cilj: zmanjšati porabo energije in znižati stroške ogrevanja, hkrati pa zagotoviti dolgo življenjsko dobo fasade. Tokrat vam predstavljamo plod dvajsetletnih raziskav in izkušenj na področju fasadnih tehnologij, združenih v fasadnem sistemu Baunit open plus nano. Sinergija kvalitetne paropropustne izolacije, optimalne tehnologije pritrdjevanja ter inovativnega zaključnega sloja zagotavlja fasadi trajnost in svežino.



Baunit open plus je paropropusten fasadni sistem, ki zagotavlja kar 20 odstotkov boljšo izolativnost kot običajni toplotnoizolacijski sistemi. Zmanjšajo se stroški ogrevanja in poraba energije. Homogenost omogočajo ostale komponente sistema, ki so prilagojene paropropustnosti izolacijskih plošč.

Fasada je poleg toplotno izolativne zaščite tudi nosilka zunanjega videza stavbe. Izpostavljenost ekstremnim vplivom okolja se sčasoma pokaže v poškodbah in zbledelosti barve.

Baunit NanoporPutz je omet, razvit na spoznanjih nanotehnologije. Je zaključni sloj, ki združuje najboljše lastnosti silikatnih ometov in nano delcev, s čimer zagotavlja dolgotrajno zaščito fasade pred škodljivimi vplivi okolja, omogoča samočiščenje fasade ter preprečuje razvoj alg in plesni. Na voljo je v vseh barvnih tonih po Baunit barvni karti "c.o.m.e." ter v različnih strukturah.



CHIC.

NAJBOLJŠE ZA VAŠ DOM IN POSLOVNI PROSTOR

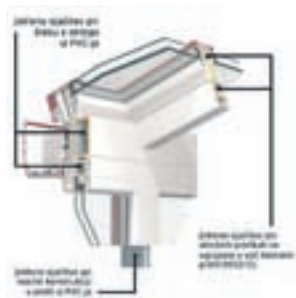
your lifestyle

ZDRUŽUJEMO
KAKOVOST,
VRHUNSKI DIZAJN
IN DOVRŠENOST
NARAVNIH
MATERIALOV.
OBČUTITE TOPLINO
LESA NAŠEGA
IZBORA STILSKIH
PARKETOV.

SALON CHIC | KOROŠKA CESTA 53 D | KRANJ

WWW.CIGLIC.COM

PA&CO D.O.O. – FINSTRAL VAŠ STROKOVNJAK ZA ZIMSKA VRTOVE



**Strokovnjak
za zimske vrtove:**

**Gregor Pačnik
041/504-657**



Zimske vrtove so začeli razvijati in projektirati arhitekti za stavbe v zimskih krajih, kjer je več snega, da bi obiskovalcem hotelov in kavarn pričarali stik z zimsko idilo. Steklena streha s steklenimi obodi se je razvila v steklenjak in tako se je začelo. Seveda so bili steklenjaki razviti za severne predele, kjer ni dosti vročine in sonca, z veliko snega, tako so dobili ime zimski vrti.

Prvi zimski vrtovi so bili v celoti iz aluminijaste konstrukcije ter slabših stekel, kar je pomenilo tudi slabo izolativnost. Ker pa se je vedno več ljudi odločalo za nakup zimskih vrtov, sta se v podjetju FINSTRAL tehnologija in stremenje k izboljšanju samega produkta razvijala tudi v tej smeri.

Aluminijaste profile je zamenjal PVC profil, ki je zasnovan tako, da je jedro zaradi same statike in nosilnosti iz pocinkanega železa oblečeno v plastični ovoj. PVC ovoj oz. profil pa zagotavlja odlične izolativne sposobnosti. Pri nas Vam nudimo še dodatno možnost obloge iz aluminija preko PVC profila, na zunanji strani, kar zagotavlja še trajnejšo obstojnost pred vremenskimi vplivi in hkrati večji izbor barv po RAL lestvici.

Pozornost pri nakupu zimskega vrta

Veliko kupcev se pred nakupom premalo posvetuje s strokovnjaki iz gradbenega področja: arhitekti, projek-tanti. Velikokrat hočemo varčevati in se odločimo za poceni nakup, kar pa je pri zimskem vrtu lahko usodno.

Zagotoviti si moramo, da lahko dodatni prostor, ki ga bomo z zimskim vrtom pridobili, uporabljamo skozi vse leto. To si zagotovimo z odličnim PVC profilom, ki nam zagotavlja dobro izolativnost, na južnih straneh termopan steklo, senčenje, kot je morda tenda. Na strešne površine vgradimo varnostna kaljena stekla in morda celo dodatno zaščitno steklo proti UV žarkom in sončnemu sevanju. Pozorni pa moramo biti tudi na odpiralne površine, ki nam zagotavljajo zračenje zimskega vrta.

Pri poceni in majhni investiciji moramo pričakovati večje toplotne izgube, kondenz in vlago v prostoru. Največje razočaranje pa so dodatni stroški in neuporaben prostor.

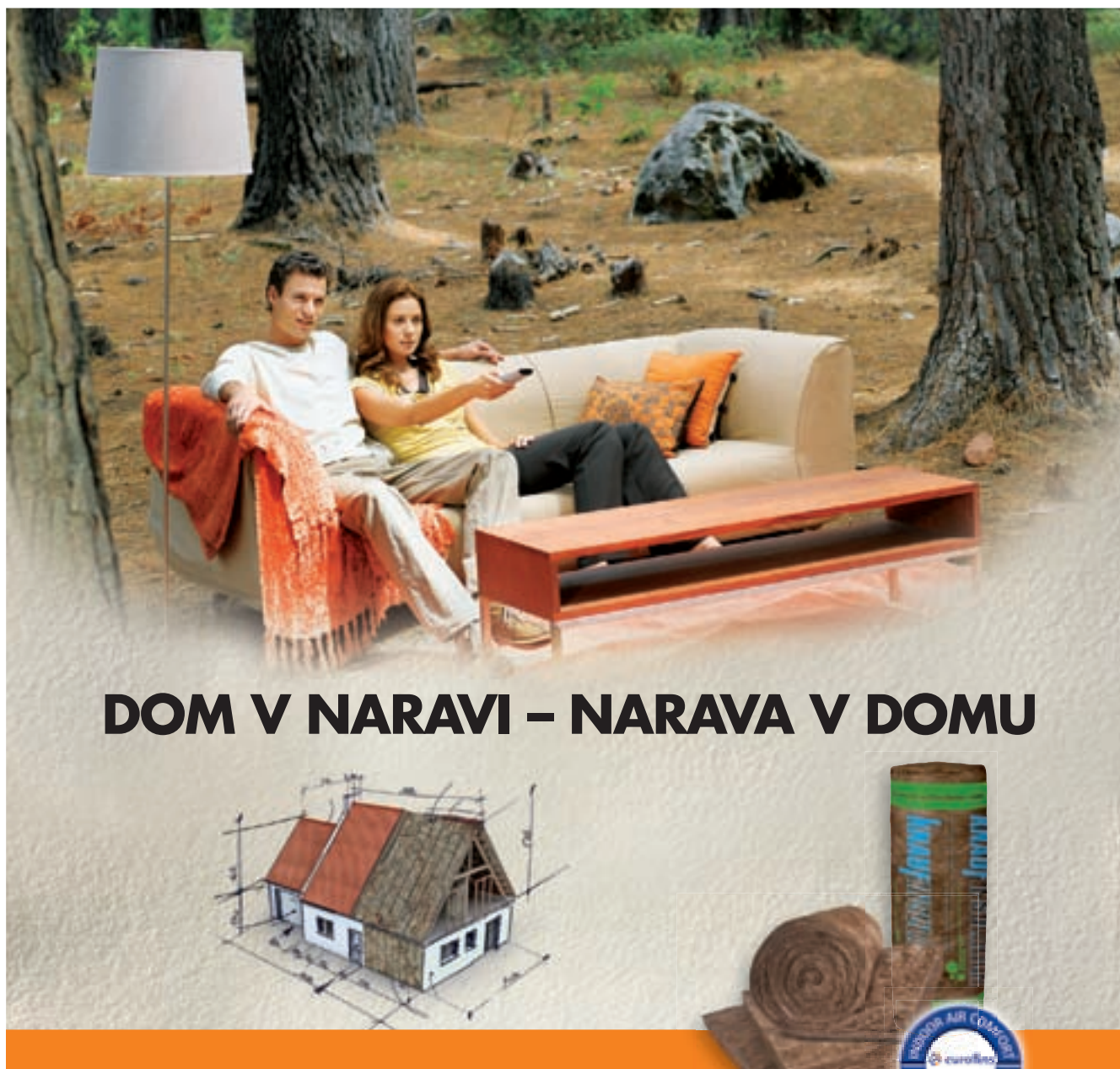
Zakaj v nakup zimskega vrta

Morda si želite na temnem podstrešju izdelati spalnico ali klubsko sobico?

Pričakujete še enega otroka, ali pa sta otroka že prevelika in potrebujete dodatno sobo?

Zakaj selitev v večje stanovanje, ko pa imate v obstoječem veliko neizkoriščeno teraso.

Z zimskim vrtom vsekakor pridobite lep, svetel, dodaten bivalni prostor. Ob pravilno izbranem in izdelanem zimskem vrtu vam ne bo nikoli prevroče ne prehladno in končno boste imeli svoj zeleni kotiček za sproščanje.



DOM V NARAVI – NARAVA V DOMU

IZOLIRAJTE, PRIHRANITE IN IZBOLJŠAJTE POGOJE BIVANJA

Izolacija konstrukcij s stekleno volno Knauf Insulation:

- **izboljšuje kakovost zraka v prostoru**
- zmanjšuje porabo energije
- izboljšuje požarno varnost objekta
- ne vsebuje fenol formaldehidnih veziv
- je prijetna za rokovanje

KNAUF INSULATION
varčujemo z energijo, zdaj!

**10% AKCIJSKO
ZNIŽANJE CEN**
za izdelek UNIFIT 035
od 20.9.2010 do 12.11.2010

PRIPOROČAMO ZA IZOLACIJO

podstrešij	predelnih sten	skeletnih konstrukcij
------------	-------------------	--------------------------

Knauf Insulation, d.o.o., Škofja Loka

svetovanje@knaufinsulation.com

telefon 04/ 5114 105

www.knaufinsulation.si

with **ECOSE**
TECHNOLOGY



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



Za male in velike mojstre.

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



PRODAJNA MESTA:

PC Žabnica:

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

PC Lesce:

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

www.domtrade.si

Nudimo vam paket ugodnosti ob nakupu toplotne črpalke

1

toplotna črpalka za ogrevanje sanitarne vode



AquaMAX 300 litrov

Pomembne prednosti:

- Velika količina tople vode in **velik prihranek pri ogrevanju**
- Doseganje visoke temperature sanitarne vode **nad 60°C**
- Pridobivanje toplote iz zraka **z možnostjo hlajenja prostorov**
- Možnost priklopa **na obstoječo centralno ogrevanje**

Cena z vgradnjo
€ 1.729 z DDV

Subvencija Reenergija

€ 322

Brezobrestno plačilo

na 12 obrokov

Subvencija Ekosklada

€ 250

Električna energija

po znižani ceni

2

toplotna črpalka za ogrevanje prostorov



Thermia 6-16kW

Pomembne prednosti:

- Varčen in zanesljiv vir toplote **skozi celo leto**
- Energijska neodvisnost in **do 70% prihranek stroškov ogrevanja**
- Pridobivanje toplote iz **zraka, zemlje ali podtalne vode**
- Možnost priklopa **na talno in radiatorsko ogrevanje**

Garancija
5 let

Subvencija Reenergija

do € 760

Ugoden kredit

do 5 let

Subvencija Ekosklada

do € 2.000

Električna energija

po znižani ceni

• Za več informacij o ponudbi smo vam na voljo:

elektro
gorenjska

Elektro Gorenjska d.d.

Telefon: 080 22 04

E-pošta: reenergija@elektro-gorenjska.si

Internet: www.reenergija.si



Atlas Trading d.o.o.

Telefon: 080 20 65

E-pošta: info@atlas-trading.si

Internet: www.atlas-trading.si

žimnice, o katerih sanjate podnevi



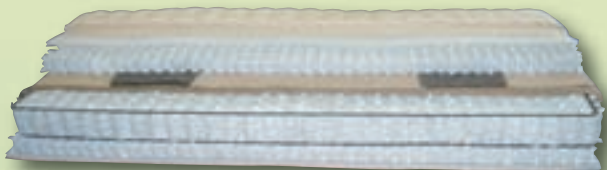
ALI SLABO SPITE?!

VAS ZJUTRAJ BOLI HRBTENICA?!

**LASTNA PROIZVODNJA
Z VEČ KOT 150 LETNO TRADICIJO!**



Patentiran, nežen dotik na vsak košček telesa, pravilna opora in povečano udobje, dodatna masaža za sproščujoč in blagodejen učinek na psihofizično stanje, idealna mikroklima, naravno!



Največja možna vsebnost naravnega kavčuka za večjo prilagodljivost in zračnost kot jo dobite sicer v lateksovih ležiščih; povečana elastičnost je identična spominski peni. 100% naravno!

LEŽIŠČE POMEMBNO VPLIVA NA ZDRAVJE!

Med spanjem se telo psihofizično regenerira in krepi imunski sistem. Ker tretjino življenja prespimo, je pravilna izbira ležišča zelo pomembna. Pomanjkanje kvalitetnega spanja namreč vpliva na porast tveganja k visokemu krvnemu tlaku, nevarnosti srčnih bolezni, ... poslabšanje zdravstvenega stanja. Zato skrbno izberite svoje ležišče, ki mora telesu omogočati čim bolj ergonomsko lego in vsebuje certificirane ter pravilno obdelane materiale, ki niso škodljivi zdravju.

NOVO!
SPOMINSKI LATEKS

NAJDRAŽJE LEŽIŠČE NI NUJNO NAJBOLJŠE!

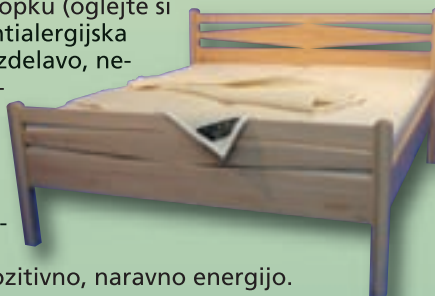
Najdražji materiali niso primerni za vsakogar, zato se nakup ležišča brez kvalitetnega strokovnega svetovanja lahko spremeni v pravo nočno moro. Ležišča različnih ponudnikov so si po opisu zelo podobna; 100% latex, hladno pihana, spominska pena, TFK žepkasto, klasično vzmetenje, ... tako da se lahko hitro zgodi, da namesto ležišča, ki nam bo odpravilo težave, kupimo ležišče, ki nam jih lahko povzroči.

ZAKAJ JE SLOVENSKA POSTELJA NAJBOLJŠA IZBIRA?

Vsak človek je edinstven ter ima svoje potrebe in želje, zato je pri pravilni izbiri ležišča individualno svetovanje ključnega pomena. Najprej vam bomo prisluhnili, nato pa strokovno svetovali pri izbiri ležišča, posteljnega okvira, letvenega dna, odej in vzglavnikov.

NAŠA BOGATA PONUDBA, Z NAJVEČJO IZBIRO LEŽIŠČ IN ZAGARANTIRANIMI NAJNIŽJIMI CENAMI ZA ENAKO KVALITETO, VSEBUJE ŠE NEKAJ VEČ: 100% bio naravna ležišča, ekskluzivna masažna ležišča, ki so nastala v sodelovanju z medicinsko stroko, ležišča iz stoodstotne naravne volne, obdelane po bio postopku (oglejte si film na naši spletni strani: www.postelja.com), antialergijska ležišča, ležišča iz spominskega lateksa, unikatno izdelavo, nestandardne dimenzije, servisiranje tudi po desetletnem obdobju garancije, ...

NAŠA LEŽIŠČA NISO SAMO KVALITATIVNO CERTIFICIRANA, AMPAK TUDI NAGRAJENA! Ker se zavedamo, da iveri izdelki pogosto vsebujejo zdravju škodljive snovi, so Slovenske postelje izdelane iz 100% masivnega, skrbno obdelanega naravnega lesa, izključno slovenskega porekla in s pozitivno, naravno energijo.



**PRIDITE PO NASVET IN SKUPAJ BOMO PRAVILNO IZBRALI:
IZKORISTITE SEJEMSKJE UGODNOSTI DO 30. 9. 2010!**

Obiščite naše salone spalnih sistemov z največjo izbiro in strokovnim svetovanjem!

BEGUNJE

Zapuže 10 B
(Bivša tovarna Sukno)
Tel.: (04) 532 57 75

KRANJ

Cesta talcev 67
(PC Lisjak, 1. nadstropje)
Tel.: (04) 231 67 61

DOMŽALE

Ljubljanska cesta 81
Tel.: (01) 722 00 28

IJUBLJANA BEŽIGRAD

Peričeva ulica 21
(Bežigrajski dvor)
Tel.: (01) 280 67 90
Pokličite za parking!

IJUBLJANA ŠENTVID

Prušnikova 95
(Bivši Galant - v stavbi NLB Banke)
Tel.: (01) 513 37 40

MODRA ŠTEVILKA

080 14 99

www.postelja.com

Trgodom No. 1, d.o.o.
Zapuže 10 B
4275 Begunje na Gorenjskem

Strešne kritine METRAPAN

Metrapan kritine so kovinske strehe v obliki trapeza in klasičnega strešnika z dolgo življenjsko dobo. Na voljo so z *izolacijo* (poliuretan, mineralna volna, stiropor), *s filcem ali brez izolacije*. Primerne so za pokrivanje individualnih kot industrijskih objektov, za novogradnje kot prenove starih ostrešij.

Prednosti METRAPAN kritin:

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

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

- **Hitra in enostavna montaža** - plošče potekajo od **slemena do žleba v enem kosu**. Zamenjava strehe ne zahteva posega v obstoječe ostrešje, saj strešna podkonstrukcija lahko ostane enaka kot pri prvotni kritini, kar pa bistveno

zmanjša stroške. Gradnja bo tako potekala hitro in kakovostno.

- **Teža in protipotresna varnost** - plošče so **lahke in samonosilne** in so odlična zamenjava s klasičnim betonskim ali glinenim strešnikom, saj s 30 mm izolacije kvadratni meter plošče tehta le 6,5 kg in zato **ne obremenuje ostrešja in celotnega objekta**.

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

- **Široka uporabnost** - strešne plošče so primerne za pokrivanje tako individualnih kot industrijskih objektov z nakloni od 6 stopinj naprej. Pri pokrivanju z nakloni pod 6 do 10 stopinj se priporoča dodatno tesnjenje preklopov posameznih plošč.



Kovinska kritina z izolacijo ali brez



Lep videz pločevinaste kritine v obliki strešnika



Od slemena do žleba v enem kosu



Hitra in enostavna montaža

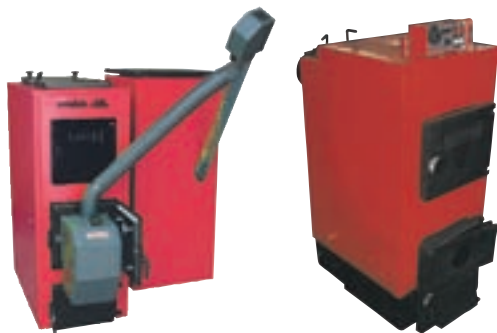


Prodaja: Meltal, d. o. o, Gosposvetska cesta 84, Maribor
Tel.: 02/788 01 70, 01/530 34 08
E-pošta: info@meltal.si, www.metrapan.si



Mirka Vadnova 22, 4000 Kranj,
tel.: 04/204 14 79
GSM: 040/831 441
e-pošta: vrecek@vrecek-agro.si

KOMBINIRANE PEČI ZA CENTRALNO OGREVANJE NA TRDA GORIVA IN OLJE



- zelo visok izkoristek • majhne dimenzije
- izdelava po naročilu • prodaja kombiniranih bojlerjev
- možnost ogrevanja na lesne sekance in pelete
- 40-letna tradicija (začetki izdelovanja peči v Britofu pri Kranju)

www.vrecek-agro.si



ŽUMER

Štefetovala ulica 16,
4208 Šenčur
www.zumer.si

Avtomatski odzračnik



Naročila:
040/75-34-75

ŽUMER, d. o. o.
Štefetovala ulica 16
SI-4208 Šenčur, Slovenija, EU
T: 04/25-11-128
F: 04/25-17-180

e-pošta:
zumerkovinostrugarstvo@siol.net
www.zumer.si

Vsi poznate problem, ko pri radiatorju preverite, kako greje, ugotovite, da je spodaj lepo topel, ko se z roko pomikate vse višje po radiatorju, je le-ta vse bolj proti vrhu hladnejši. To je problem odzračevanja, saj za ogrevanje tega zraka v radiatorjih porabite veliko več energije kot za segrevanje vode v njem.

Z avtomatskim odzračnikom prihranite tudi 20 % energije za ogrevanje.

Avtomatsko odzračevanje skozi celoten čas.

Prednosti:

- Zanesljivost in dolga življenjska doba.
- Vsestransko uporaben pri vodnih sistemih.
- Enostavna montaža.
- Popolnoma avtomatsko odzračevanje radiatorjev oz. sistemov.
- Ni potrebno izprazniti tekočine celotnega sistema.
- Ni več ropota vode po ceveh.

Projekt V. O. D. A.

V Biotehniškem centru Naklo zaključujemo dveletni projekt V. O. D. A. - Varujem, Ohranjam, Darujem, Aktivno, v katerem smo se povezali s petimi osnovnimi šolami: OŠ Davorin Jenko, OŠ Naklo, OŠ Orehek, OŠ Simon Jenko, OŠ Šenčur ter dvema vrtcema: Marijin vrtec Cerklje in vrtec Škratek Svit Vodice. Projekt je potekal s finančno podporo Ministrstva za šolstvo in šport ter Evropskega socialnega sklada.

V okviru projekta so dijaki BC Naklo skupaj z mentorici B. Božnar in M. Vovk postavili Vodno učno pot Strahinjin in model rastlinske čistilne naprave, ki bosta obogatila izobraževanje dijakov na Biotehniškem centru Naklo. Ob zaključku projekta bodo na ogled tudi izbrane fotografije dijakov z naslovom Voda, kje si? ter zbornik strokovnih prispevkov vseh udeleženiš šol in vrtcev.



VABIMO VAS
na zaključno konferenco
projekta Evropskega socialnega sklada in Ministrstva
za šolstvo in šport

V.O.D.A. - varujem, darujem, ohranjam, aktivno,
ki bo potekala v četrtek, 30. septembra 2010, ob 13. uri
v jedilnici Biotehniškega centra Naklo

s skupnim kulturnim programom in
odprtjem fotografske razstave
dijakov Biotehniškega centra Naklo: Voda, kje si?



MINISTRSTVO ZA ŠOLSTVO IN ŠPORT



KONZORCIJ
V.O.D.A



Naložba v vašo prihodnost
OPERACIJO DELNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA
Evropski socialni sklad

3/15/25 let
Garancije

Biološke čistilne naprave Sistemi za uporabo deževnice



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

Biološke čistilne naprave
od 2 - 1000 PE (prebivalcev)

Posode za deževnico - nadzemne
in podzemne izvedbe

Greznice (zbiralne, dvo prekatne
in troprekatne)



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

Naročite brezplačen katalog

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



**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**



**CEMENTNI IZDELKI
JUHANT d.o.o.**

T: 01/83 43 085, **F:** 01/83 43 080
W: www.juhant.com, **E:** info@juhant.com
W: www.tlakovci.si

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

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

slovenskem tržišču, to sta KAMEN KRAS in KAMEN ŠKRILJ.

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

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



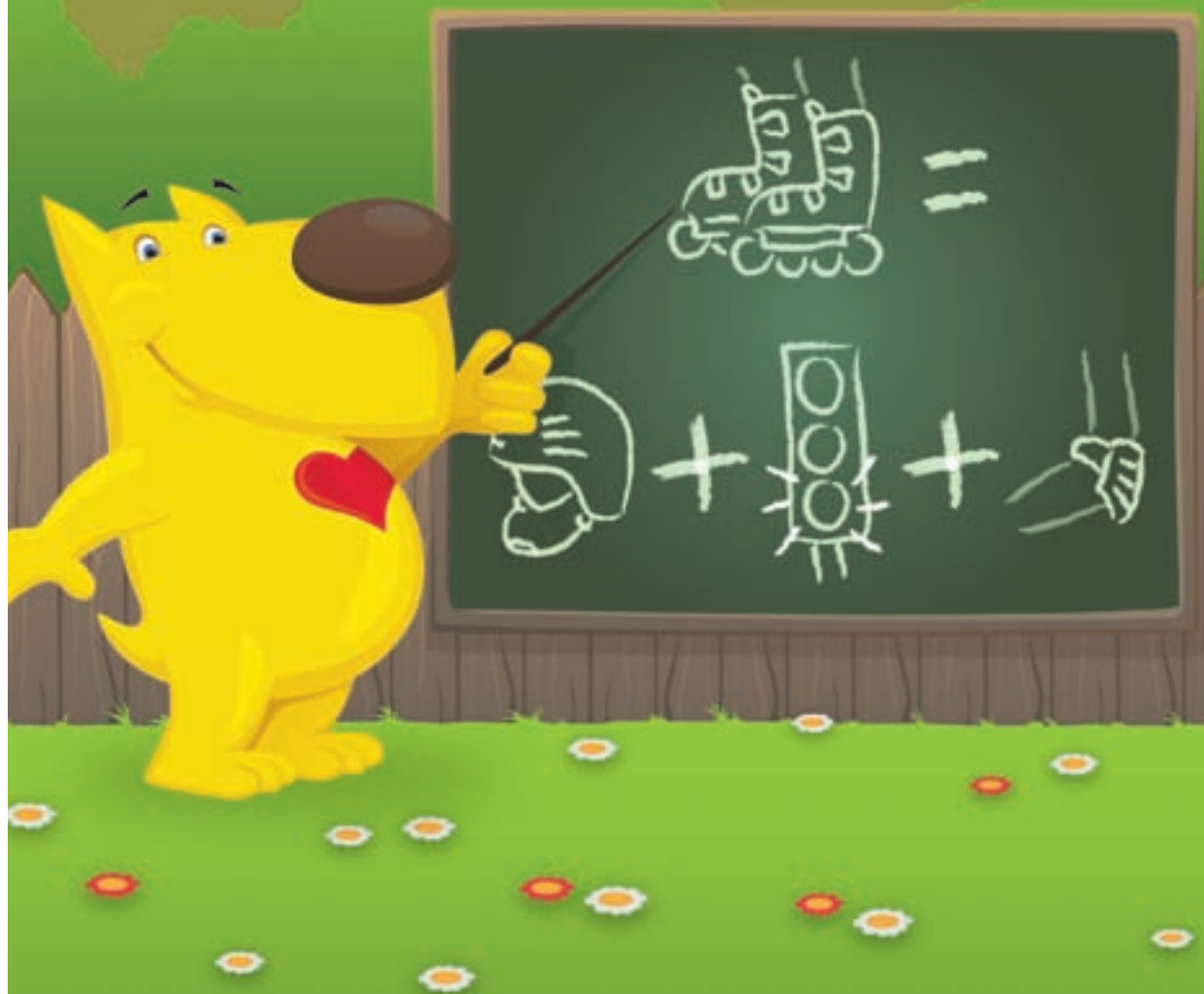
KAMEN ŠKRILJ



KAMEN KRAS

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

NEZGODNO ZAVAROVANJE OTROK ZA ŠOLSKO LETO 2010/11



www.triglav.si

Začnite šolsko leto 2010/11 z odlično potezo. Poiščite brošuro s pristopno izjavo v vrtcu oziroma šoli, pri našem zastopniku ali v naših poslovalnicah. Ali pa zavarovanje enostavno sklenite prek spletne strani www.triglav.si/skleni.

NAJ BO VARNOST NA PRVEM MESTU



ZAVAROVALNICA TRIGLAV, d. d.

MODRA ŠTEVILKA
● 080 555 555

Prvi center za preventivo in zdravljenje urinske inkontinence

Imate težave z nehotenim uhajanjem urina? Se srečujete s problemi, kot so uhajanje vode ob smejanju, kihanju, kašljanju ali dvigu bremena? Vas pestijo težave v pomenu prepogostih občutkov potrebe po uriniranju oziroma potrebe po urgentnem uriniranju ob poslušanju tekoče vode ali ob delu z mrzlo vodo?

Vedite, da niste edini. Skoraj 40 odstotkov žensk v Sloveniji trpi za opisanimi težavami, od tega kar 33 odstotkov žensk mlajših od 40 let ter kar 50 odstotkov žensk starejših od 60 let. Pogostnost urinske inkontinence vedno bolj narašča tudi v času nosečnosti. Urinska inkontinenca je pogosta in neprijetna nadloga, ki se pojavlja v vseh starostnih obdobjih in pri obeh spolih, vendar je kar dvakrat pogostejša pri ženskah kot pri moških. Neverjetno, vendar kar 76 odstotkov ljudi urinsko inkontinenco sprejme kot normalno stanje povezano s staranjem, vendar ni tako. Urinska inkontinenca je večinoma ozdravljivo stanje, ki terja ustrezen strokovni pristop in ustrezno kombinacijo specializiranih strokovnih obravnav.

V Termah Dobrna so, v povezavi s strokovnjaki UKC Ljubljana in Zdravstvene fakultete, prvi v Sloveniji organizirali strokovno usposabljanje, v katerem so fizioterapevte usposobili za izvajanje strokovno izpopolnjene in uspešno zaokrožene celostne rehabilitacije zdravljenja urinske inkontinence. Odprli so prvi Center za preventivo in zdravljenje urinske inkontinence. Po najnovejših metodah pomagajo uspešno lajšati in premagovati to težavo sodobnega časa.

Možnost uspešnega zdravljenja v Termah Dobrna

Pri preprečevanju in/ali zdravljenju urinske inkontinence se v zadnjem času vse bolj uveljavlja vloga fizioterapije in priporočilo, da naj bodo fizioterapevtske metode pri terapiji vedno prva izbira. Obstaja več načinov zdravljenja tovrstnih težav, vendar niso vsi enako primerni ter enako učinkoviti pri vseh bolnicah. Vedeti pa moramo, da kasneje, ko začnemo z zdravljenjem, daljša in napornejša je rehabilitacija.

Zaupajte nam

Strokovni izsledki vse bolj poudarjajo, da ljudje še vedno dajemo premalo pomena mišicam medeničnega dna. Žal je stanje ozaveščenosti v Sloveniji na tem področju, kot tudi na področju urinske inkontinence, še vedno zanemarljivo, čeprav se s to težavo sooča mnogo ljudi, a jo velikokrat sprejmejo kot normalno stanje, povezano s staranjem.

Ne počnite tega tudi Vi!

V Termah Dobrna so na voljo pacientkam z opisanimi težavami. Vsem bodo prisluhnili in strokovno ter po najnovejših metodah pomagali pozdraviti ali vsaj olajšati to nadlogo.

Več na www.terme-dobrna.si ali po telefonu 03/78 08 147 (med 7. in 14. uro)



Oddih v najstarejšem slovenskem termalnem zdravilišču

KRATEK JESENSKI ODDIH, že od **81 €** na osebo (2 x polpenzion)

LEPO JE BITI UPOKOJENEC, že od **175 €** na osebo (5 x polpenzion)

Ste brez avtomobila? Vam dolga vožnja povzroča stres? Ste oddaljeni od javnega prevoza? Vendar kljub temu želite na oddih? V Termah Dobrna vam ponujamo rešitev: **BREZPLAČEN PREVOZ OD DOMA IN NAZAJ**.

Več informacij vam bodo podali naši prijazni svetovalci za nastanitev na številki 03 78 08 110.



Terme Dobrna
Navdihujemo življenje



e: info@terme-dobrna.si
t: 03 78 08 110

www.terme-dobrna.si

Eterična olja

Eterična olja so zmesi velikega števila lahko hlapljivih, biološko aktivnih kemičnih spojin. Nastajajo v rastlinah kot končni produkt presnove. Najdemo jih v različnih delih rastlin: cvetovih, listih, plodovih, semenih, koreninah, skorji ... Eterična olja so močno hlapna ter imajo izrazit, značilen vonj in tudi okus. V vodi so netopna in večinoma lažja od vode, zato plavajo na površini. Odtod so tudi dobila ime "olje", čeprav nimajo nič skupnega z maščobnimi olji. Nekatera eterična olja so vnetljiva, zato je pri njihovi uporabi potrebna posebna previdnost. Shranjujemo jih v dobro zaprtih, temnih steklenicah.

Pri uporabi eteričnih olj je potrebno upoštevati številna tveganja in previdnostne ukrepe

Nerazredčena eterična olja niso primerna za uživanje. Nerazredčenih eteričnih olj ne nanašamo neposredno na kožo ali sluznico. Pri nekaterih posameznikih lahko eterična olja povzročijo preobčutljivostne reakcije, zato svetujemo, da pred prvo uporabo opravite test za ugotavljanje preobčutljivosti. Za nekatera eterična olja je znano, da lahko povzročijo preobčutljivost kože na sonce, zato svetujemo, da se po uporabi eteričnih olj te osebe ne izpostavljate soncu najmanj 12 ur po nanosu eteričnega olja na izpostavljene predele kože. Posebna previdnost pri uporabi eteričnih olj je potrebna pri nosečnicah, doječih materah, otrocih, osebah z oslabljenim imunskim sistemom ter pri kroničnih bolnikih. Uporabo vročih kopeli z dodatkom eteričnih olj odsvetujemo bolnikom s poškodbami kože, akutnimi kožnimi obolenji, vročinskimi ali infekcijskimi stanji, srčnimi obolenji in zvišanim krvnim tlakom. Uporabo pomanjkljivo označenih eteričnih olj odsvetujemo.



Eterična olja imajo številne zdravilne učinke, zato jih pogosto najdemo kot sestavine zdravil - inhalacij, mazil, raztopin, kapljic, sirupov ...

- Delujejo antiseptično in s tem preprečujejo razmnoževanje mikroorganizmov (npr. eterično olje materine dušice, čajevca ...).
- Blažijo krče gladkih mišic, predvsem v prebavilih (npr. eterično olje prave kamilice, poprove mete ...).
- Izboljšajo prekrvitev kože in tako omilijo bolečine v sklepih in mišicah (npr. eterično olje bora, smreke ...).
- Olajšajo izkašljevanje pri prehladnih obolenjih (eterično olje komarčka, janeža, vrtnega timijana, materine dušice, bora, smreke ...).

Poleg farmacevtske industrije sta pomembna porabnika eteričnih olj tudi prehranska in kozmetična industrija. Danes je aktualna tudi uporaba eteričnih olj v aromaterapiji.

V Galenskem laboratoriju Gorenjskih lekarn vgrajujemo eterična olja v galenske izdelke (npr. mazilo proti nahodu in prehladu, mazilo za lajšanje bolečin v mišicah in sklepih, kapljice za inhalacijo, gel za lajšanje tenzijskega glavobola ...) **in kozmetične izdelke** (npr. olje za masažo). **Na voljo so tudi posamezna eterična olja, eterično olje bora, smreke, brina, čajevca, evkalipta ter sivke. Eterična olja, ki jih uporabljamo, so farmacevtske kakovosti**, kar pomeni, da izpolnjujejo stroge zahteve glede videza, vonja, okusa, fizikalno kemijskih in drugih lastnosti ter so ustrezno označena.

Mag. Nina Pisk, mag. farm.



gorenjske lekarnice

www.gorenjske-lekarnice.si
info@gorenjske-lekarnice.si

LEKARNIŠKE ENOTE:

Bled Zlatorog,
Bohinjska Bistrica,
Cerklje, Gorenja vas,
Jesenice, Kranj, Kranjska
Gora, Kropa, Lesce,

Planina, Planina II,
Podlubnik, Preddivor,
Primskovo, Radovljica,
Stražišče, Šenčur, Škofja
Loka, Tržič, Železniki,
Žiri, Žirovnica

FARMAKOAIDINFORMATIVNA SLUŽBA

GALENSKI LABORATORIJ

KONTROLNO ANALIZNI
LABORATORIJ



Največ zdravil za bolezni srca in ožilja

Raziskava Starostniki in zdravila je pokazala, da slovenski starostniki pri svojih zdravilih zelo dobro poznajo namen uporabe, odmerke zdravil in način uporabe. Najslabše poznajo neželene učinke zdravil ter medsebojna delovanja z drugimi zdravili. O tej temi smo se pogovarjali z mag. Nino Pisk, mag. farm., predsednico Sekcije farmacevtov javnih lekarn.

Letošnja osrednja tema ob dnevu slovenskih lekarn 26. septembra bo Starostniki in zdravila. Koliko zdravil v povprečju jemljejo starostniki sočasno?

"Z leti se povečuje število sočasnih bolezni, kar privede tudi do sočasne uporabe več zdravil. Tako se starejšim osebam v javnih lekarnah izda na recept več zdravil, kakor drugim starostnim skupinam. Največja poraba zdravil je pri prebivalcih nad 80. letom starosti. Daleč največ zdravil starejša populacija porabi za bolezni srca in ožilja. Analize porabe zdravil v Sloveniji pri osebah, starejših od 65 let, kažejo, da se je v zadnjih letih zelo povečalo število zdravil na bolnika. V letu 2009 je bilo 53.904 starejšim od 65 let sočasno predpisanih osem ali več zdravil; 2062 osebam pa celo petnajst in več zdravil hkrati."

Pri Slovenskem farmacevtskem društvu in s pomočjo lekarniških farmacevtov v javnih lekarnah ste naredili raziskavo na to temo. Kako dobro starostniki poznajo svoja zdravila?

"Na podlagi zbranih podatkov v raziskavi, kjer je bilo vključenih 395 oseb oziroma skupaj 2107 zdravil, ki jih ti bolniki uporabljajo, ugotavljamo, da slovenski starostniki pri svojih zdravilih zelo dobro poznajo namen uporabe, odmerke zdravil in način uporabe, nekoliko manj čas zdravljenja z zdravili in imena njihovih zdravil ter vpliv hrane in pijače na zdravilo. Najslabše poznajo neželene učinke zdravil ter medsebojna delovanja z drugimi zdravili. V raziskavo smo se vključili tudi farmacevti iz Gorenjskih lekarn."

Katerih nasvetov si starostniki želijo še več v lekarnah?

"Na vprašanje, kaj želijo, da jim v javnih lekarnah še posebej svetujemo glede uporabe njihovih zdravil, so anketiranci najpogostejše navedli svetovanje o neželenih učinkih zdravil (44,3 odstotka) in medsebojnem delovanju z drugimi zdravili in izdelki (40,3 odstotka)."

Katere so najpogostejše napake pri jemanju zdravil, na katere bi še posebej opozorili?



Mag. Nina Pisk, mag. farm

"Pogoste napake starejših pri uporabi zdravil vodijo v številne težave. Starostniki pogosto sami spreminjajo odmerke, se sami odločajo o primernosti uporabe zdravil, opustijo zdravljenje zaradi boljšega počutja, neredno uporabljajo zdravila pri kroničnih boleznih, zdravil sploh ne uporabljajo, podvajajo terapijo, bolniki si med seboj izmenjujejo in posojajo zdravila ... Pomembno je, da bolniki prevzamejo aktivno vlogo v procesu zdravljenja z zdravili, tudi s tem, da svoja zdravila dobro poznajo ter upoštevajo navodila zdravnika in farmacevta glede uporabe zdravil."

Recimo, da starostnik poleg zdravil uporablja še druga zdravila brez recepta ali pa prehranska dopolnila. Kaj svetujete v tem primeru?

"Z raziskavo smo ugotovili, da kar dve tretjini slovenskih starostnikov poleg zdravil, ki jih dobijo na recept, uporablja še druge izdelke za ohranjanje in varovanje zdravja. To navado imajo nekoliko pogostejše ženske. Pomembno je, da se pred vsako uporabo zdravila brez recepta ali prehranskega dopolnila natančno preveri možno medsebojno delovanje oziroma vpliv na zdravila, predpisana na recept. Pri nastopu zdravstvene težave je potrebno vedno najprej preveriti, ali gre za resnejše obolenje, ki zahteva posvet z zdravnikom,

ali je primerno samozdravljenje oziroma uporaba zdravila brez recepta. Prehranska dopolnila naj se uporablja le takrat, ko je to smiselno, drugače pa naj se uživa zdravo in raznovrstno hrano."

Kakšna je vloga farmacevta?

"Lekarniški farmacevti lahko veliko pripomoremo h kakovosti življenja pri starejših. Izvajamo aktivnosti za preprečevanje in obvladovanje bolezni, svetujemo za pravilno, varno in učinkovito zdravljenje, svetujemo za zdrav življenjski slog. Pogosto pri zdravljenju z zdravili, zmanjševanju tveganja za nastanek problemov, povezanih z zdravili, ali pri reševanju le-teh sodelujemo z zdravniki, pa tudi s sorodniki."



dr. Li Furu

推拿

Tradicionalna kitajska medicina

- Tuina masaža
- Akupunktura

DARILNI BONI

www.lifuru.net

Najbolj pogoste težave, ki jih uspešno odpravi dr. Li Furu

Težave s hrbtenico, revma, vnetje sklepov, migrena, glavobol, išias, vnetje živcev, motnje prebavnega trakta, nespečnost, depresija, nervoza, športne poškodbe.

LJUBLJANA
Ptujška ulica 19
torek, četrtek:
10⁰⁰ - 18⁰⁰

KRANJ
Cesta 1. maja 51
ponedeljek, sredo, petek:
10⁰⁰ - 18⁰⁰

Informacije: tel: 04/2331 881, gsm: 031/851 001

Ali je koristen pripomoček tudi seznam zdravil?

"Za lažje in uspešnejše zdravljenje z zdravili naj ima starostnik pripravljen svoj seznam zdravil - Osebo kartico zdravil. Vsebuje pomembne informacije za zdravnika, farmacevta v lekarni in tudi ob morebitnem obisku nujne medicinske pomoči ali bolnišnice. Na seznam naj se navede vsa zdravila, izdana na recept, ter druge izdelke, ki jih bolnik uporablja: vsa zdravila, izdana brez recepta, prehranska dopolnila, druge izdelke rastlinskega izvora (npr. zdravilne čaje). Obrazci in navodila za izdelavo so dosegljivi v lekarnah ali na spletnih straneh lekarn, kjer vam lahko tudi pomagamo izdelati ta seznam. Zanimivo je, da imajo slovenski starostniki, ne glede na starost in spol, razmeroma pogosto izdelan seznam zdravil, vendar nanj v večji meri navedejo le zdravila, izdana na recept."

Ali je dobro, da še nekdo v družini ve, katera zdravila starostnik uporablja?

"K varni, pravilni in učinkoviti uporabi zdravil pri starostnikih lahko veliko pripomorejo tudi svojci, ki pomagajo pri razumevanju navodil ter jemanju zdravil. V lekarni se dobijo tudi razdelilniki za zdravila, ki omogočajo pripravo za celoten dan ali teden naprej. Ob letošnjem Dnevu slovenskih lekarn bodo v lekarnah Gorenjskih lekarn na voljo brezplačno. V vseh lekarnah pa bodo na voljo tudi knjižice, kjer je na voljo še več nasvetov o pravilni in varni uporabi zdravil pri starostnikih." Suzana P. Kovačič / Foto: Tina Dohl



kje boste na počitnicah, ko bo to prikupno

darilce

zapuščeno?

Pobudnik in donator akcije za Zavetišče za zapuščene živali Ljubljana je Gorenjska banka.

www.srecljubljencki.org

Gorenjska Banka

Akcijo podpira tudi: **Gorenjski Glas**



OBRAZNI LIFTING

V 30 MINUTAH DO VIDNO ZMANJŠANIH GUBIC!!!

NOVO!

Povzroča izjemno hitro obnavljanje celic in kopičenje kolagena za **300 %!** ~~80 EUR~~ **39 EUR**

AKCIJA!

PRIPOROČAMO: suhi koži, ki ji primanjkuje vlage, zreli koži, koži z gubicami, viseči koži, popokanih kapilarah in **vidnih učinkih pri širokih porah!**

Svetujemo tudi ustrezno kremo proti gubicam in pigmentnim madežem.



BODY WRAPPING - hujšanje:

posamezni obisk 50 EUR, v paketu samo 24 EUR

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

Pomladimo se v Kozmetičnem studiu

Hrast Ksenija s.p., Ul. Rudija Papeža 5, Kranj,
tel.: 04/23 52 570, GSM: 031/334 525, www.kozmetika-ksenija.si

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

MASAŽA CELEGA TELESA - 50 MIN - 19.99 EUR

Grozdje in sir v kulinariki

Preden hrana pripotuje do naših brbončic, jo najprej "okusimo" z očmi. Mojstri kulinarike dobro vedo, kako zelo pomembna je barva in usklajenost hrane, ki jo ponudijo na krožniku. Odlično se kombinirata sir in grozdje; grozdja je v tem času na pretek, pa še domače je lahko. "Sir in grozdje se medsebojno dopolnjujeta ne le po obliki in barvi, temveč tudi po okusu in aromi v harmonično celoto. Okrogle grozdne jagode se na krožniku lepo ujamejo s trikotnimi ali kvadratnimi koščki sira. Barva različnih sirov variira od nežno smetanaste do intenzivnih odtenkov oranžno rume barve. Barva sira je načeloma odvisna od trajanja zorenja sira. Siri, ki zorijo daljši čas, so temnejši in imajo tudi bolj izrazito aromo. K mladim sirom dodamo rdeče grozdje, k zrelim pa belo grozdje. Barvne kombinacije so namreč tiste, ki naredijo jed privlačno," pravi prof. **Tatjana Šubic**, dipl. inž. živilske tehnologije, iz Biotehniškega centra Naklo.

Poleti lahki siri, pozimi zorjeni

Tudi siri so v kulinariki povezani z letnimi časi. "Poleti jemo bolj lahke sire, kot so mocarela, mladi sir, skuta, sirni namazi, pozimi bolj teknejo zorjeni siri, kot so gauda, trapist, emental, zbrinc, h katerim postrežemo belo grozdje," svetuje sogovornica. K sladkastim vrstam sira teknejo tudi fige in jabolka, okus kozjega sira se čudovito dopolnjuje z okusom hruške. "Odlična, bolj zimska kombinacija je emental, z orehi ali mandlji. Bolj lahka varianta za prigrizek je rezina paradižnika, mocarela in na vrhu listič bazilike. Bazilika se nasploh poda k mladim vrstam sira. Spominjam se tudi, ko so nam še v osnovni šoli za malico dajali polbel kruh (še bolje bi bil ržen), namazan s skuto, na kateri so bile grozdne



Prof. Tatjana Šubic, dipl. inž. živilske tehnologije, iz Biotehniškega centra Naklo

jagode. Zelo okusno," se spominja Tatjana Šubic. In še en namig: na kreker daste košček gorgonzole ali camemberta (mehek sir, lepo mazav), nanjo pa rdečo grozdno jagodo. Barvno bo še bolj usklajeno, če boste dodali še kakšno zelišče, na primer okrasni peteršilj, baziliko ali pehtran.

Grozdje in sir se ujemata po sestavi

Ne gre le za formo, grozdje in sir se tudi po sestavi dobro ujemata. "Sir vsebuje beljakovine in maščobo, kar se uskladi s kislinami, ki jih vsebuje grozdje. Grozdje (pa tudi jabolko) velikokrat uporabljamo pri senzoričnih analizah za nevtralizacijo okusa ravno zaradi kisline. Tako pri degustacijah različnih vrst sira med posameznimi koščki pojemo grozdek (ali rezino jabolka), da nevtraliziramo okus," je raz-

ložila Šubičeva in dodala, da mlečna maščoba v siri ni problematična, če je človek zdrav (nima diete) in zdravo živi. "Maščoba je nosilec vonja in okusa pri vsaki hrani," je še poudarila. Poleg tega se klasični siri, ki so praviloma tudi dražji, še vedno delajo po starih naravnih postopkih, aditivov praktično ni. "Siri, ki so intenzivno oranžne barve, imajo dodan beta karoten, kot je meni znano, pa slovenske mlekarne tudi tega načeloma ne dodajajo," doda sogovornica.

Grozdne kroglice v siru

Sir (na primer brie ali gorgonzola) zmečkamo z vilicami, dodamo malo paprike in smetane, da dobimo kremasto zmes. Grozdno jagodo obložimo z zmesjo in povaljamo v zdrobljene pistacije, mandlje ali pa v zelišča, da dobimo polnejši okus.

Siri s plemenito plesnijo

Med kulinaričnimi užitkarji so priljubljeni tudi siri s plemenito plesnijo, predvsem med Francozi, ki imajo v navadi več jedi pri posameznem obroku, na koncu pa si privoščijo košček sira s plemenito plesnijo, kot so na primer gorgonzola, brie, camembert. Plemenite plesni selekcionirajo in namnožujejo v laboratorijih. Lahko se dodajajo že pri izdelavi sira, v zorilnicah preko razprševanja ali pa jih injicirajo v notranjost sira. Pri ugodnih zorilnih pogojih plesen preraste površino oziroma se razraste v notranjosti. Pri tem se oblikuje značilna mehka struktura, okus, vonj in aroma sira. Nekateri siri imajo te lastnosti nežno izražene, druge bolj intenzivno. Te vrste sirov se odlično dopolnjujejo s sadjem.

Ne ponudite ga iz hladilnika

Zelo pomembno je, da sir režete na deski, ki nima vonja. "Še najbolje je, če imate eno desko samo za rezanje sira. Tudi noži, ki jih uporabljamo, se glede na vrsto sira razlikujejo. Za mehke vrste sira in sire s plemenito plesnijo je najbolje, da postavite kar cel sirček na servirno ploščo, zraven priložite primeren nož, da si lahko vsak sam odreže ali namaže želeno količino. Da sir razvije primeren vonj in okus, ga vsaj uro ali dve, preden ga ponudite, imej-



Sir in grozdje se dopolnjujeta ne le po obliki in barvi, temveč tudi po okusu in aromi v harmonično celoto.

Topel prigrizek z grozdom in sirom

Polnomastni sir zmečkamo z vilicami, dodamo malo paprike in smetane, da dobimo kremasto zmes, ki ji dodamo jajce in moko. Grozdno jagodo obložimo z zmesjo, povaljamo še v drobtinah in ocvremo.

Ocvrt sir z grozdno omako

Camembert je odličen kot ocvrti sir. Zraven ponudimo grozno omako: grozdje pokuhamo, spasisamo, odstranimo peške in kožico in zgostimo s škrobom. Odlična je kombinacija rdečega grozdja in zlato rumenega ocvrtega sira. Grozdne omake so okusne tudi pri skutni piti.

te na sobni temperaturi. Sir, ki ga vzamete iz hladilnika in takoj začnete jesti, ni nikoli tako okusen kot tisti, ki smo ga primerno temperirali. Enako velja tudi za grozdje. Ko pa zraven po-

nudite še primeren kruh, je obrok popoln," smo še izvedeli od profesorice iz Biotehniškega centra Naklo.

Suzana P. Kovačič,

foto: Matic Zorman



Iz Bohinjske sirarne sporočajo, da nadaljujejo z izdelavo bohinjskih dobrot in tako dopolnjujejo ponudbo odličnega bohinjskega sira z geografsko zaščitenim sirom mohant. To je mehki sir pikantnega okusa, izdelan je iz surovega bohinjskega mleka po več stoletij starem izročilu. Mohant odlikuje prepoznaven okus, zaradi posebnosti izdelave pa mu pripisujejo tudi ugodnejši vpliv na počutje in telo. Mohant lahko poiščete že v nekaterih trgovinah Mercatorja. Ta, res poseben sir enostavno morate pokusiti. Iz Bohinjske sirarne vam želijo dober tek.

Bohinjska sirarna d.o.o.
Srednja vas v Bohinju 114
4267 Srednja vas v Bohinju



Dijakinji Biotehniškega centra Naklo Ajda Lotrič in Katja Černe. Da sir razvije primeren vonj in okus, ga vsaj uro ali dve, preden ga ponudite, imejte na sobni temperaturi.

Pekarna

PEČJAK

Mehiški burek



Porov burek



Trgovine Pekarne Pečjak

KRANJ

Stritarjeva 9, Kranj

MEDVODE

Gorenjska c. 13, Medvode

ŠENČUR

Obrtna cona A12, Šenčur

NOVO



Nova mehiška restavracija v Tuš centru Resman Naklo. Vljudno vabljeni na jedi iz mehiške kuhinje. V mirnem ambientu ob zvokih mehiške glasbe boste lahko uživali v predjedeh, kot so tacosi, taquitosi, cuadradosi. Privoščite si lahko tudi različne juhe in glavne jedi: odličen roastbeef, pikantna svinjska rebra, fajite z različnimi nadevi, burritos, chimichangas, quesada. Tudi izbor pizz imamo, pa različne solate in izvrstne sladice. Lepo vabljeni.

ODPRTO VSAK DAN OD 13. - 22. URE
NEDELJA OD 13. - 20. URE



GORENJSKI GLAS	PRIKAZEN	REZALEC	KRILATI DEČEK	PONUDBA SPONZORJA KRIŽANKE	SPECIJALIST ZA UŠESNE BOLEZNI	TANJA NOVAK	ME S
NAŠA TENIŠKA IGRALKA (KATARINA)							
PERNATE ŽIVALI, PERJAD		24		3			
AZORSKO OTOČJE					32	OBLIKA KRUHA	15
						GOVORNIK	
DESTILAT PREMOGA	16					31	JUŽ C DA SK POT
ALEŠ ČEH			ODISEJEVA DOMOVINA NAŠ PRAVNIK (MAKSO)				
BANAT FARO KOLIMA MLÁČEVO ŠTERA	VZKLIK VESELJA V BOGO-SLUŽJU, HOZANA	NEKDANJE DELO OBRTNIKA OBSEŽEN SPIS			17		
AVTORSKO PLAČILO	13						
CELOTNO ŽIVLJE-NJSKO DELO UMETNIKA					TEŽA OVOJNINE		
					SPODRS		
ELEMENT SEDENJA		12		NAŠA PEVKA (TINKARA) OBL. IME-NA TEJA			25
ARETIRANA OSEBA					5		
ZAPIS PO PRIPOVE-DOVANJU						OSEBA, KI USMERJA LADJSKO POT	
KNJIGA ZEMLJE-VIDOV			1			LETOVIŠČE V ŠVICI	



Nagrade:

1. nagrada: večerja za dve osebi
2. nagrada: večerja za eno osebo
3. nagrada: mehiška pizza

Tri nagrade prispeva Gorenjski glas.

Rešitve križanke (nagradno geslo, sestavljeno iz črk z oštevilčenih polj in vpisano v kupon iz križanke) pošljite na dopisnicah do petka, 1. oktobra 2010, na Gorenjski glas, Bleiweisova cesta 4, 4001 Kranj. Dopisnice lahko oddate tudi v nabiralnik Gorenjskega glasa pred poslovno stavbo.

NAJVAŽNIAK	MESTO V SRBIJI	INDIGO	BARVA IGRALNIH KART	GORENJSKI GLAS	RAČJI SAMEC	BABICA	ANTONIO BANDERAS	NASELJE PRI PRE-DOSLJAH	PRITISK	DEL VOJVODINE	FILOZOF-SKA BIT	EMIL TAHIROVIČ	MESTO NA PORTUGALSKEM	SESTAVIL: F. KALAN	Z MESOM POLNJENE TESTENINE	FOSIL	JELKA, HOJA
		10		PONUDBA SPONZORJA KRIŽANKE						4				SKUPINA MRČESA			29
				ZDRAVSTVENA USTANOVA			27							SKAND. MOŠKO IME		18	
				ZVIJAČA										OBLIKA IMENA TILLEN			
LIKA UHA	15						PRAVLJIČAR ANDERSEN	20				TEKMEC		21			
ORNIK							PEVEC PLESTENJAK					PLAVALNI SLOG					
	JUŽNOAM. GRM					KOŠARKAR LAKOVIČ	23				REKA V SIBIRIJI						
	DALJŠA SKUPINA POTUJOČIH					ŽIVALSKA ZANKA					MODEL VOZILA HYUNDAI						
			MOZOLJAVOST					AMERIŠKA POP LEGENDA (MICHAEL)	KRAJ PRI POREČU				IGRALEC VOIGHT	2			POMLADNI MESEC
			KRAJ PRI GROSUPLJU						ANGELINA JOLIE				MAJHNI ČLOVEŠKI ZAJEDAVCI				
		MANGAN		22	PEVKA RUPEL			9		GRŠKA ČRKA			19	LEPILO			11
					KORNER					DAVID OJSTRAH				ENAKI ČRKI			
		RIBIŠKA VRVICA	28				MESTO V VIPAVSKI DOLINI										
		PADAR					IZBRANA DRUŽBA										
				STAR IZRAZ ZA OČETA			30		VEČJA MORSKA RIBA			8			ANDREJ JEMEC		
	25			MEHKA RUDNINA, LOJEVEC		26			PRAVLJIČNO ŠTEVILO	1	2	3	4	5	6	7	8
			7	ZA POLTON ZVIŠAN C						9	10	11	12	13	14	15	16
					IGRA S KARTAMI				6								
					GALIJI												
BA, KI ERJA USKO OT				14						17	18	19	20	21	22	23	24
VIŠE VICI						AMERIŠKA KUKAVICA				25	26	27	28	29	30	31	32



Rastlina bogastva

Po dopustu se je izpraznila marsikatera denarnica. Pa pogledjmo, kako si lahko izboljšamo blaginjo v prihodnosti. Da bi si olajšali življenje, ljudje že od nekdaj izkoriščajo naravne sile in energijo Zemlje. Tako je z vzhoda prišla do nas veda Feng shui, ki temelji na osnovnem elementu Či - energiji oz. elektromagnetnem valovanju. Poleg nemotenega pretoka energije je pomembna tudi stran neba. Torej, če postavimo na vzhodno ali jugovzhodno okno **tolstolistnico** (*Crassula ovata*), bo blagodejno vplivala na pretok **či**. Tolstolistnica namreč zaradi svojih zaobljenih tolstih listov spominja na kovance. Ponekod rastlino imenujejo tudi "drevo denarja".

Feng shui njene okrogle liste povezuje s kovinsko čí, ki pa se spet navezuje na kovance, torej na denar. Za močnejši učinek rastline izberemo kovinski okrasni lonček ali pa lonček z motivom denarja. Hkrati z znanjem zakonitosti in delovanja Feng shuia pa se moramo zavedati, da le zdrava in pravilno oskrbovana rastlina služi svojemu namenu. Paziti moramo, da odstranjujemo ovenele liste in prah.

Oskrba te rastline je dokaj preprosta. Ker izvira iz suhih predelov Južne Afrike, je potrebno, da se med zalivanji substrat presuši. Za boljše razrast odščipnemo vršičke poganjkov. Predvsem pa je potrebno, da ima dovolj svetlobe.

Če želimo imeti več rastlin, lahko naredimo potaknjence, ki se brez problemov zakoreninijo v vsakem letnem času. 5-10 cm dolg del stebela z listi potaknemo v vlažen substrat in počakamo, da se ukorenini. Torej, poskrbimo za popestritev vzhodnega okna, če pa hkrati z lepo dekoracijo vplivamo na blagostanje, pa je še toliko boljše.

mag. Sabina Šegula

Pelinolistna ambrozija (*Ambrosia artemisiifolia*)

Pri pridelovanju kulturnih rastlin povzročajo škodo številni škodljivi organizmi; tako glive, bakterije, virusi, žuželke in druge skupine škodljivcev. Vsak vrtnar pa ve, da večino časa in energije namenimo zatiranju plevelov. Pleveli gojenim rastlinam odvzemajo vodo, hrano, toploto, svetlobo, nekateri se lahko celo z njimi skrižajo, so strupeni za živino, povzročajo težave pri spravilu in otežujejo obdelavo zemlje. Nekatere rastline pa so nevarne tudi za človeka. Mednje sodi pelinolistna ambrozija (*Ambrosia artemisiifolia*), enoletna rastlina iz družine Asteraceae, po slovensko nebinovke ali radičevke. Je tujerodna rastlina in je na seznamu invazivnih rastlin ali neofitov. V Sloveniji in tudi drugod po Evropi se pojavlja v večjem številu in predstavlja zaradi inhalacijskih alergij, ki jih povzroča pri ljudeh, eno izmed najpomembnejših vrst, ki jih moramo zatirati. Na kmetijskih zemljiščih in v vrtovih rastlino lahko uspešno zatiramo s pletvijo, obdelovanjem zemlje in kemično, posebno težavo pa predstavljajo nekmetijska zemljišča, kot so smetišča, brežine avtocest, železnic in vodotokov, ki se zapleveljajo. Zato je Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano na podlagi Zakona o zdravstvenem varstvu rastlin izdalo Odredbo o ukrepih za zatiranje škodljivih rastlin iz rodu *Ambrosia* (Uradni list Republike Slovenije, št. 63/2010 z dne 3. avgusta 2010). Ta odredba določa ukrepe za preprečevanje širjenja in načine zatiranja pelinolistne ambrozije in drugih invazivnih vrst iz rodu *Ambrosia* (to so še poleg pelinolistne trikpa, obmorska in trajna ambrozija), pa tudi posebno nadzorovano območje škodljivih vrst, stroške in obveznosti imetnikov zemljišč, kjer se pojavljajo te vrste. Po tej odredbi je posebno nadzorovano območje celotno ozemlje Slovenije. Imetniki zemljišč so dolžni opazovati in odstranjevati škodljive vrste tako, da preprečujejo nadaljnjo rast, razmnoževanje rastlin in njihovo širjenje. Če tega sami ne storijo, se odstranitev izvede na njihove stroške.

Pelinolistna ambrozija izvira iz severne Amerike, v Evropo je verjetno prišla z žitom. Razširila se je že v južni Evropi, Balkanu, Avstriji in južni Nemčiji. Razmnožuje se s semenom in jeseni odmrje po prvi slani. V rodovitnih in dovolj vlažnih tleh lahko zraste do višine dveh metrov; v revnih in suhih tleh je bistveno nižja (10 cm visoka). Prepoznavna je predvsem po svojih listih, ki so dvakrat pernato deljeni. Zgradba lista je podobna listom navadnega pelina, s katerim jo lahko zamenjamo. Značilna zanj so moška socvetja, ki se razvijajo na vrhu poganjkov, v katerih so drobni koškasti cvetovi. Ženski cvetovi so enostavni, sedeči, najdemo jih na osnovi moških socvetij ali v zalistju zgornjih listov. V času cvetenja so cvetovi

obarvani rumeno zaradi peloda. Cveti od julija do oktobra. Seme kali šele v začetku junija, rastline se najbujneje razvijajo v zgodnjem poletju in najmočnejše cvetijo avgusta. Ena rastlina razvije od 3000 do 4000 semen, ki zelo dolgo ohranijo kalivost, tudi do 40 let.

Najhujši alergen je cvetni prah pelinolistne ambrozije. Več kot šest pelodnih zrn na kubični meter povzroči pri občutljivih osebah alergijske reakcije. Nezdravljene alergije povzročijo močno alergijsko reakcijo oči in v manjšem obsegu lahko vodijo do razvoja astme. Dolgotrajno obdobje cvetenja od julija do oktobra pomeni dodatno obremenitev alergično občutljivih ljudi. Intenzivnost alergije povečuje tudi stik z rastlinami, kot so zlata rozga, sončnica, kamilica, arnika in marjete. Domnevajo, da mleko koz, ki so bile krmljene s pelinolistno ambrozijo, vsebujejo snovi, ki delujejo antialergijsko.

Najbolj učinkovit ukrep pred ambrozijo je njeno odstranjevanje, pletev in košnja. Pri pletvi se priporoča uporaba rokavic, v času cvetenja tudi zaščitnih mask, da ne pride do draženja kože in dihal. Za učinkovitost zatiranja s košnjo je potrebno kositi čimbolj nizko in večkrat med rastno sezono; na tri do štiri tedne, da rastline ne oblikujejo novih cvetnih poganjkov.

Marija Urankar, univ. dipl. inž.

(Foto: M. Urankar)

BC Naklo



Gost "posevek" pelinolistne ambrozije z značilno deljenimi listi



Značilna moška socvetja pelinolistne ambrozije

Zimski vrt ali zimsko okno

Jesen je čas, ko pospravimo zadnje pridelke z vrta, vrt pripravimo na počitek, nekatere rastline pripravimo na prezimovanje, nekatere pa pripravimo tako, da nam služijo tudi v zimskem času. Endivija potrebuje beljenje. Štirinajst dni pred pobiranjem jo belimo tako, da ji odvzamemo svetlobo. Pokrijemo jo s krožniki ali s folijo, da svetloba ne pride v rozeto. Take rozete so svetlo zelene barve, vsebujejo manj grenčin (so bolj blagega okusa) in so mehkejšje. Z odvzemom svetlobe belimo tudi belušno zeleno in por, le da rastline zasipavamo z zemljo. Radič pobereмо s koreninami in ga pripravimo na siljenje. Koreninski peteršilj, korenje in rdečo peso odkoplremo in shranimo v vlažni prsti (v topli gredi ali v zabojčkih v kleti) ter postopoma uporabljamo. Zelo kvalitetni so tudi mladi peteršiljevi listi. Za sveže zelene liste v zimskem času gojimo rastline v zimskih vrtovih, na okenskih policah stanovanja ali pa v ogrevanih rastlinjakih. V rastlinjaku naj bo



Presajene sadike motovilca



Za okenske police so zelišča v lončkih zelo primerna.

‘toplo’ in svetlo. ‘Toplo’ pomeni, da je temperatura okrog 5 stopinj Celzija. Višja temperatura bi zelo povečala stroške pridelave.

Pozimi je svetloba omejitveni dejavnik, zato rastline potrebujejo dodatno osvetljevanje. Ker je okus pridelkov, ki rastejo ob manjši osvetlitvi, veliko slabši, dodajamo umetno svetlobo. Okus sicer še vedno ni tak kot v primeru dozorevanja rastlin ob naravni svetlobi in toploti, vendar pa precej izboljšamo rast rastlin. Navadne žarnice za osvetljevanje rastlin niso najbolj primerne, žarnice, ki dajejo UV svetlobo, pa so zelo drage, zato so priporočljive neonske žarnice, ki so cenejše. Dodatno osvetljujemo v jutranjih in večernih urah zato, da je dnevna osvetlitev rastlin vsaj 8 do 10 ur. Rastline, primerne za zimsko gojenje v rastlinjaku ob ne preveč visokih temperaturah, so: korenje, peteršilj, solata, motovilec, špinača, rukola in zelišča.

Korenje in peteršilj posejemo zgodaj jeseni. Pridelek bo za uporabo primeren že okrog velike noči. Podobno je tudi s solato. Uporabimo seme zimskih sort solate. Rukolo sejemo neposredno na tla, za motovilec in špinačo pa prej vzgojimo sadike, kar pa ni nujno. Solato, motovilec, špinačo in rukolo pobiramo sproti. Za pobiranje pa so primerne že po nekaj tednih. Zelišča jeseni posadimo v rastlinjak. Preko zime jih režemo in sveža uporabljamo. Lahko jih posadimo v lončke in gojimo kot lončnice v stanovanju. Ker imajo zelišča rada sončna mesta, jih postavimo na mesto, kamor ves dan ali nekaj ur na dan neposredno sije sonce. Primerno je še polsenčno mesto, ki je približno do 1,5 m za južnim, vzhodnim ali zahodnim oknom, ali takoj za zaveso. Na takem mestu lahko gojimo tudi rukolo ali krešo, ki ju redno in sproti režemo. V lončke ne presajamo starih zelišč. Pripravimo mlade rastline iz vršnih potaknjencev, koreninskih odrezkov ali mlade sejane rastline.

*Nataša Šink univ. dipl. inž., BC Naklo,
foto: Nataša Šink*



Cvetličarji!

Mednarodno izobraževanje za pridobitev certifikata evropski florist I. stopnje

Tečaj izdelovanja "hlevčka" za jaslice
v sodelovanju s strokovnjaki iz Avstrije (2. 10. in 16. 10. 2010)

Vse informacije na spletnih straneh BC Naklo in 04/27 72 120 ali 041/499 934



Umetniško striženje drevnin

Čeprav so v modi naravni vrtovi, nekateri ljubiteljski vrtnarji na svojem hišnem vrtu ne morejo pogrešiti umetniško oblikovane rastline. V geometrijske ali umetniške like strižene drevnine vzbujajo največ pozornosti, kadar so oblikovane v zelo prepoznavne oblike. Za umetniško striženje so primerne predvsem tiste rastline, ki poganjajo kratke poganjke oz. rastejo počasi, tako da jim lahko obliko ohranjamo z enim ali dvema obrezovanjema na leto. Če na primer v kroglo oblikovan pušpan obrezujemo vsake štiri tedne, bodo pri vsakem obrezovanju še vidna rezna mesta, zato nam rastline ne bo treba vsakič znova oblikovati v kroglo. V prvih dveh do treh letih je treba take rastline vsako leto do štirikrat obrezati, da se od sredine navzven gosto razrastejo.

Pri striženju drevnin v bolj zapletene oblike pa si pomagamo z različnimi šablonami, ki so izdelane iz žice. Šablone so primerne za striženje v piramide, spirale, stožce in ostale zahtevnejše like npr. živali. Čim pogostejše obrezujemo take rastline, tem boljše bomo zadeli pravo obliko. Med najbolj razširjenimi rastlinami za umetniško striženje so poleg pušpana še kalina, kleki, nekatere vrste rožmarina, pa ciprese, japonski češmin, tisa in zeleni kovačnik.

*Ljuba Erjavec, univ. dipl. inž.,
BC Naklo, foto: Sabina Šegula*

Po meri kreativne mladosti

Novi Audi A1 na novo meša karte med prestižnimi malčki.



Audi
Prednost je v tehniki

A1

Edino, kar je na njem retro, je 100 let prednosti v tehniki.

Audi A1. Naslednji veliki Audi.

Poraba goriva (l/100 km): kombinirana vožnja 3,9–5,3.
Emisije CO₂ (g/km): kombinirana vožnja 103–122. Slika je simbolna.

AVTOHIŠA VRTAČ, d.o.o. KRANJ
Delavska cesta 4, 4000 Kranj
telefon: 04 270 02 11, telefaks: 04 270 02 22
www.avtohisavrtac.si

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



Nemški Audi tik pred koncem letošnjega poletja odpira novo poglavje v svoji modelni knjigi. Po nekaj letih odsotnosti, ko so si polomili zobe z aluminijastim A2, namreč prihaja na ceste mladostno razigrani in samozavestni A1, ki se bo kosal z nekaterimi že uveljavljenimi tekmeci med prestižnimi malčki. Novinec se v tej družini želi izkazovati tako z govorico oblike kot s preverjeno in kajpak časom primerno napredno tehniko. Ker obleka naredi človeka, zunanja oblika pa avtomobil, so se Audijevi karoserijski krojači potrudili in na dolžini 3,95 metra oblikovali dinamično karoserijo, ki jo spredaj krasi značilna hišna masna hladilnika, sledijo pa ji boki z ravno zapognjenim robom, ki se konča s prtljažnimi vrati. V notranjosti ni večjih presenečenj, na armaturni plošči so redoljubno razmeščeni pregledni merilniki in stikala, štiri okrogle prezračevalne šobe in drugi dodatki. Kot se spodobi, je A1 oborožen

tudi s sodobnimi komunikacijskimi sistemi, tiste, ki se bodo z njim vozili, pa naj bi zanimali dizajn, glasba, moda in šport. Po pričakovanjih bo za volanom sedelo tudi veliko žensk. Prostornost je v okviru pričakovanih, enako velja za 270-litrski prtljažnik. Pogonu je namenjena nova serija štirivaljnih motorjev, dva sta bencinska in dva dizelska, vsem pri delu pomagajo turbinski polnilniki. Osnovni bencinski motor je 1,2-litrski z močjo od 63 kilovatov (86 KM), 1,4-litrski, ki je hkrati tudi najmočnejši, iztisne iz sebe 90 kilovatov (122 KM). Močnejši od obeh turbodizelskih strojev razvije 77 kilovatov (105 KM), njegov šibkejši sorodnik s 66 kilovati (90 KM) je v prihodnosti. Med novostmi v tem razredu je sedemstopenjski samodejni menjalnik z dvojno sklopko. Cene se začenejo pri 16.500 evrih.

Matjaž Gregorič

SIMPLY CLEVER



NOVIM DOGODIVŠČINAM NAPROTI

Škoda

Škoda Yeti Family z bogato opremo za samo 16.666 €

Avtohiša Vrtač, d.o.o. Kranj, Delavska c. 4. tel.: 04 27 00 235

Fotografija je simbolna. Povprečna poraba goriva in emisija CO₂: 6,8 l/100 km, 159 g/km.

Več kot le običajno

Citroën bo zapolnil prestižno linijo modelov z novim DS4.

Francoski Citroën bo po nedavno predstavljenem prestižnem malčku DS3 kmalu nadaljeval z dopolnitvijo svoje serije, ki naj bi bila namenjena predvsem zahtevnejšim kupcem. Novinec v Citroënovih vrstah bo prvič predstavljen na avtomobilskem salonu v Parizu. Z njim želi francoska avtomobilska znamka obuditi čustva in vnovič dokazati kreativno tehnologijo znamke Citroën.

Avtomobil z nenavadno kombinacijo različnih slogov skuša spremeniti ustaljene norme, ki veljajo za različne avtomobilске razrede. Nova oblika karoserije združuje dinamičnost in ekskluzivnost s kompaktnostjo in vsestransko uporabnostjo, z dolžino 4,27 metra DS4 spada v spodnji srednji razred. Izziv predstavlja zlasti namestitvev treh udobnih zadnjih sedežev, ki so dostopni prek skritih in stilsko popolnoma usklajenih vrat, pa tudi obsežen prtljažnik in številna odlagalna mesta.

Voznikovo delovno okolje je narejeno po meri, v kombinaciji s panoramskim vetrobranskim steklom, ki ponuja dober pogled na okolje, v katerem se premika. Notranjost po-

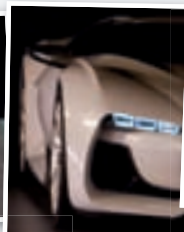
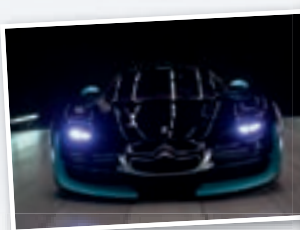


leg razgibane armaturne plošče zaznamujejo tudi sedeži, odeti v anilinsko usnje.

Kateri pogonski stroji se bodo vrteli pod motornim pokrovom novinca, pri Citroënu še niso razkrili, ve pa se, da bo DS4 prišel na ceste nekoliko kasneje kot novi C4, ki je napovedan za pomlad. *Matjaž Gregorič*

www.citroen.si

NIKOLI NAM NE ZMANJKA NAVDIHA ZA INOVATIVNE PONUDBE



CITROËN C3 PICASSO MUZIQ
Exclusive VTi 95

13.990 €

- connecting box: audio sistem z MP3-predvajalnikom, sistemom za prostorsko telefoniranje bluetooth, USB-boxom in funkcijo streaming audio
- panoramska steklena streha in bela barva
- z mobilnim telefonom HTC Wildfire in enoletno naročnino na Si.mobilov paket in uporabo storitve MUZIQ z neomejenim dostopom do več kot 2,6 milijona melodij

CITROËN partnerja TOTAL Si.mobil



CITROËN C4 PICASSO MUZIQ
Dynamique HDi 110 FAP

18.990 €

- connecting box: audio sistem z MP3-predvajalnikom, sistemom za prostorsko telefoniranje bluetooth, USB-boxom in funkcijo streaming audio
- panoramska steklena streha in bela barva
- z mobilnim telefonom HTC Legend in enoletno naročnino na Si.mobilov paket in uporabo storitve MUZIQ z neomejenim dostopom do več kot 2,6 milijona melodij

CITROËN MUZIQ

Inovativen razvoj nima cene, ima pa vrednost! CITROËN vam v sodelovanju s Si.mobilom predstavlja inovativno serijo osmih vozil CITROËN MUZIQ z vključenim mobilnim telefonom HTC, enoletno brezplačno naročnino na Si.mobilov paket in uporabo storitve MUZIQ z neomejenim dostopom do več kot 2,6 milijona MP3 melodij.

Poleg navedenih vozil CITROËN C3 Picasso MUZIQ in CITROËN C4 Picasso MUZIQ, so na voljo še CITROËN C3 MUZIQ, CITROËN Berlingo MUZIQ, CITROËN C4 MUZIQ, CITROËN Grand C4 Picasso MUZIQ ter CITROËN C5 MUZIQ in CITROËN C5 Tourer MUZIQ. Več na www.citroen.si.

CRÉATIVE TECHNOLOGIE



Devet leti pogodbenega garancije. Citroën Kredit & Leasing. Ugodna ponudba velja do 30. septembra 2010 za omejeno količino vozil oziroma do razprodaje zalog za fizične osebe pri pooblaščenih prodajalcih Citroënovih vozil v Sloveniji, ki sodelujejo v akciji. Redni popust je vključen v ceno. Za podrobnosti o natančni ponudbi se obrnite na svojega prodajalca vozil Citroën. Ugodnosti brezplačne naročnine in storitve MUZIQ lahko izkoristijo novi ali obstoječi naročniki Si.mobila. Vsi kupci avtomobila prejmejo kupon, s katerim unovčijo ugodnost na prodajnem mestu Si.mobila. Ugodnost sestavlja brezplačen telefon glede na model avtomobila in eno leto 100 % popust na mesečno naročnino, za kupce do 31. leta starosti na paketu CRTQ MUZIQ, za kupce nad in vključno 31. letom pa na paketu trizAME in opcijo MUZIQ unlimited. Vozava ni pogoj za prejem ugodnosti. Več informacij na www.simobil.si. Poraba goriva predstavljenih modelov: kombinirana voznja od 5,7 do 5,8 l/100 km. Emissioni CO2: od 134 do 149 g/km. Slike so simbolične.

AVTOHIŠA KRANJ d.o.o., LJUBLJANSKA CESTA 22, 4000 KRANJ, TELEFON: 04 201 59 50

Nov jubilej najuspešnejšega Volkswagnovega avtomobila

www.volkswagen.si



Prostor za vse, kar prinese življenje. Novi Touran.

Novi Touran z do 7 sedeži* in prostornim prtljažnikom ponuja dovolj prostora za skoraj vsa presenečenja v življenju. Prostor pa ni edina odlika novega Tourana. Z bogato serijsko in opcijsko opremo je dobro poskrbljeno tudi za varnost in udobje. Novi Touran je zdaj na voljo z novimi varčnejšimi in okolju prijaznimi motorji TDI in TSI.

Z novim Touranom boste zagotovo pripravljeni na vsa presenečenja, ki jih prinese življenje.

Novi Touran že od 17.791 EUR.

Obiščite naš prodajni salon z vozili

Volkswagen in se prepričajte na lastne oči.

Kombinirana poraba goriva: 4,6–6,8 l/100 km. Emisije CO₂: 121–159 g/km. *Z opcijsko 3. sedežno vrsto. JAMSTVO 4Plus velja za vsa nova vozila znamke Volkswagen od 1. 9. 2010 dalje. Slika je simbolna.



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

Najbolje prodajani Volkswagnov model že 35 let številka ena v Nemčiji.

S proizvodne linije v nemškem Wolfsburgu je zapeljal 15-milijonti Golf. Jubilejni avtomobil je bil Golf GTI tornado rdeče barve. Volkswagnov najuspešnejši model je svoj zmagoviti pohod v Wolfsburg začel pred 36 leti. Do danes je bilo izdelanih že več kot 27 milijonov vozil.

Dr. Siegfried Fiebig, vodja tovarne v Wolfsburgu, je ob tej posebni priložnosti dejal: "Pri nobenem drugem modelu geslo "das Auto" ne zadane bistva tako kot prav pri Golfu. Njegovo ime se je uveljavilo kar kot oznaka za celoten avtomobilski razred. Golf je presegel vsa pričakovanja in je izjemnega pomena za Wolfsburg. Naš cilj je, to zgodbo o uspehu nadaljevati tudi v naslednji generaciji."

Golf je tudi danes tako priljubljen kot nekoč. To nena zadnje dokazujejo tudi številne nagrade, ki so mu jih po vsem svetu podelili strokovnjaki s področja avtomobilizma, novinarji in kupci. Tako je bil Golf letos med drugim izbran za avto leta v

Južni Afriki in za najbolj priljubljen družinski avto v sklopu nagrade What Car? Award v Veliki Britaniji, kot Golf BlueMotion pa je prejel tudi nagrado za najbolj ekološki avto "World Green Car Award 2010".

Golf prve generacije so v Wolfsburgu začeli izdelovati spomladi leta 1974. Vozilo je hitro postalo prava prodajna uspešnica. Že vse od leta 1975 je Golf najbolje prodajani model v Nemčiji. Odlično se je uveljavil tudi v tujini. K mednarodnemu uspehu je prispevalo tudi dejstvo, da ga izdelujejo na kar petih celinah. Golfa danes izdelujejo v Wolfsburgu in Zwickauu (Nemčija), Čangčunu (Kitajska), Curitiba (Brazilija) in v Puebli (Mehika). K najpomembnejšim evropskim trgov sodelujejo Nemčija, Velika Britanija, Francija, Italija in Španija, najpomembnejši trgi zunaj Evrope pa so Kitajska, Brazilija in ZDA. V Sloveniji je bilo v letih od 1995 do 2010 prodanih več kot 46 tisoč Golfov.

Matjaž Gregorič



Jubilej tudi za kupce

Japonska Mazda je ob svoji letošnji 90. obletnici pripravila tri posebne in jubilejne različice Mazde2, Mazde3 in Mazde6 pod imenom "90th Anniversary". Jubilejni avtomobili se hvalijo predvsem z veliko opreme za varnost in udobje.

Jubilejna Mazda2 temelji na petvrtni karoserijski različici s paketom TE in je dodatno opremljena še z meglenkami, električnim pomikom prednjih in zadnjih stekel, usnjenim volanom in ročico menjalnika, strešnim spojlerjem v barvi karoserije, potovalnim računalnikom, kovinsko barvo in 16-palčnimi platišči iz lahke litine. Posebno različico poganja 1,3-litrski bencinski motor s 55 kW (75 KM). S ceno v višini 12.980 evrov kupci prihranijo 2.590 evrov.

Pri Mazdi3 je petvrtna različica z 1,6-litrskim bencinskim motorjem (77 kW/105 KM) in paketom TE, bogatejša še za športne sedeže, športni videz prednjih in zadnjih odbijačev, zadnje luči s svetlečimi diodami, tempomat, komplet za prostoročno uporabo z glasovnim upravljanjem, meglenke, kovinsko barvo, samodejno dvopodročno klimatsko



napravo in 17-palčna platišča iz lahke litine. Jubilejna različica Mazde3 ob vrednosti 17.670 evrov kupcem nudi prihranek v višini 2.970 evrov.

Mazda6 "90th Anniversary" je na voljo z 2-litrskim bencinskim motorjem z neposrednim vbrizgom goriva (114 kW/155 KM) in 2,2-litrskim turbo dizelskim motorjem s 95 kW (129 KM). Kupci lahko izbirajo med petvrtno in karavansko karoserijsko različico. Kot ostala dva posebna modela tudi Mazda6 "90th Anniversary" temelji na opremljenosti TE, dodatno jo odlikujejo pedala iz litine, klavirsko črna okrasna obloga volana in prednjega dela armaturne plošče, polusnjene sedežne prevleke, zatemnjeni merilniki z rdeče modro osvetlitvijo, komplet za prostoročno uporabo z glasovnim upravljanjem in kovinska barva. Cene se glede na karoserijsko in motorno različico gibljejo med 25.677 in 27.177 evri, pri čemer kupci ob nakupu lahko prihranijo do 4.260 evrov. *Matjaž Gregorič*

Prihaja novi Hyundai ix20

Hyundai je objavil prve fotografije svojega novega modela ix20, ki ga bodo predstavili na bližnjem avtomobilskem salonu v Parizu. Novinec se očitno razlikuje od drugih enoprostorcev, značilnih za B segment, saj ga zaznamujejo bolj športne in dinamične poteze. Avtomobil bodo pogajali sodobni bencinski in dizelski motorji. M. G.



POOBlašČENI PRODAJALEC
IN SERVISER VOZIL



AVTO LUŠINA d.o.o.
Gostec 8, 4220 Škofja Loka

www.avto-lusina.si



Tel.: 04/50 22 000
E-mail: prodaja@avto-lusina.si



POSEBNI PRIHRANEK ZA POSEBNO SERIJO

Mazda2
Omejena serija s 16" litimi platišči, strešnim spojlerjem, meglenkami, usnjenim volanom in dinamično osvetlitvijo merilnikov.

Jubilejni bonus: **2.590 EUR**



Mazda6
Omejena serija z aluminijastimi pedali, usnjenimi prevlekami, dinamično osvetlitvijo merilnikov in prostoročnim Bluetooth telefoniranjem.

Jubilejni bonus: **4.260 EUR**

PE AVTO MOČNIK
Jezerska c. 135, KRANJ
www.avtomocnik.si

04 281 77 17

PISALNE MIZE

ALPLES SVETUJE

Za uspešen začetek novega šolskega leta!

Delovni prostor s pisalno mizo je za otroke in posebej še šolarje eden pomembnejših delov njihove sobe. V Alplesovi ponudbi lahko najdete razne kombinacije pisalnih in računalniških miz. Naše mize so funkcionalne in narejene tako, da trajajo dolgo časa.

Pri pohištvu Planet in Tempo X tako najdete mize različnih velikosti in oblik. Klasične pisalne mize so s predalniki. Pestra je izbira ravnih in kotnih pisalnih miz s kovinskimi nogami. Na kovinskih nogah so lahko gumirani kolesčki za lažje premikanje mize po prostoru. Tu so še noge, ki so nastavljive po višini za 12 cm gor ali dol, kar omogoča, da miza »raste« s šolarjem.



Da je delovni kotiček res praktično urejen, pripomorejo razni dodatki. Pod delovno ploščo je možno namestiti izvlečni predal za tipkovnico in predal za male pisarniške potrebščine. Na tla se lahko namesti predalnik na kolesih v različnih dimenzijah in barvah.

Če vam kljub veliki izbiri nobena od standardnih pisalnih miz ne ustreza, je možno naročiti pisalno mizo po meri. Posvetujte se s trgovci po pohištvenih salonih. Z veseljem vam bodo svetovali. Vendar pohitite, saj se je novo šolsko leto že pričelo!

Alples, d.d.
www.alples.si



V SEPTEMBRU
-10%



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

Ljubezen: Ujeli boste vsako priložnost in obeta se vam niz prijetnih dogodkov. Dolgčas vam v tem mesecu ne bo.

Finance: Le če boste pokazali malo več potrpljenja, si lahko obetate uspešno dokončan projekt.

Nasvet: Nikar si ne nalagajte preveč obveznosti, če že v naprej veste, da ne boste zmogli. Prepustite se objemu ljubezni.

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

Ljubezen: Brez pravega razloga boste kar nekaj časa otožno razpoloženi. Tudi to je včasih potrebno, saj ima vsak zakaj svoj zato.

Finance: Na dane razmere ne smete gledati preveč črnogledno. Marsikaj lepega se skriva pred vašimi očmi in videli boste le, če boste pozorni.

Nasvet: Malo se obrnite okoli sebe in spoznali boste, da nikoli niste sami. Kar lahko storite danes, ne prelagajte na jutri.

**Dvojčka** 21. maja - 21. junija

Ljubezen: Svoja čustva vedno skušate skriti, saj ste prepričani, da vas to varuje pred soočanjem. Pa ni tako in to boste kmalu spoznali.

Finance: Iskali boste izhode in se uspešno izognili vsem sporom, ki vam bodo v tem mesecu prišli na pot.

Nasvet: Včeraj je že preteklost. Pomemben je samo ta trenutek, ko se gradi prihodnost. Začnite verjeti v svojo notranjo moč.

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

Ljubezen: Nepričakovan zaplet z osebo, ki vam veliko pomeni, vas bo za nekaj časa oddalnil od hrepenenja in pričakovanja, a ne za dolgo.

Finance: Končno boste dočakali svojo pravo priložnost. Pokazali boste vse, kar znate, in boste zelo zadovoljni.

Nasvet: Čustveno ste se preveč umaknili. Sami ste si vzeli nekaj, kar vam v resnici največ pomeni. Nikar ne poznečajte pozornost mnenju okolice.

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

Ljubezen: Neka situacija vas bo čisto nepričakovano pripeljala do drugačnega razmišljanja, in vse okoli vas bo lepo. Sprejmite ljubezen, ki se vam bliža.

Finance: Ob pravem trenutku boste izrazili svoje mnenje in boste temu primerno tudi presenečeni.

Nasvet: Uresničevati boste začeli stare sanje, oziroma želje, hkrati s tem pa boste tudi duhovno rasli.

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

Ljubezen: S tem, ko boste analizirali situacijo in svoje razmišljanje delili z osebo, ki vam največ pomeni, boste uspeli in boste srečni.

Finance: Trudili se boste po svojih najboljših močeh in boste kmalu prijetno presenečeni, seveda finančno.

Nasvet: Naučite se uživati čisto v vsakem trenutku življenja, ne pa da iščete nepomembne malenkosti. Preveč ste pozabili na prijatelje.

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

Ljubezen: Naredili boste drzen korak, ki se vam bo v prihodnosti precej obrestoval, čeprav sprva ne boste opazili sprememb.

Finance: Sprememb na delovnem mestu se boste najprej ustrašili, saj ste navajeni ustaljenega ritma, a kmalu boste spoznali, da je to za vas dobro.

Nasvet: Ne obremenjujte se toliko s tujimi bremenimi in se raje posvečajte sami sebi. Imate hobi, ki vam veliko pomeni, posvetite se mu.

**Škorpion** 24. okt. - 22. nov.

Ljubezen: Neiskrenost, ki jo boste občutili v domačem okolju, vas bo prizadela, a ne toliko, da ne bi zmogli izpeljati svojih odločitev.

Finance: Velikokrat dvomite o drugih, niste pa navajeni, da nekdo dvomi o vas. Tokrat se bodo vloge zamenjale.

Nasvet: Ne jezite se za vsako malenkost, življenje jemljite na bolj preprost način. Veliko je lepega okoli nas, ne spreglejte.

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

Ljubezen: Uresničitev cilja se vam res približuje zelo počasi, a ko ga boste dosegli, bo to trdna in dokončna zmaga.

Finance: Na delovnem področju se boste otresli starih navad, ki so vam bile v zadnjem času v breme. Počutili se boste veliko bolj umirjeno.

Nasvet: Na svoj notranji čut polagate premalo pozornosti, prisluhnite mu! Imate veliko vrednot, na katere ste pozabili.

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

Ljubezen: Obeta se vam avantura in samo od vas bo odvisno, če bo ostalo samo pri tem. Zadnji čas je, da nehate dvomiti o ljubezni.

Finance: Res da boste malce napeti in razburjeni, a to vas ne bo oviralo pri pomembnih odločitvah, ki so pred vami.

Nasvet: Včasih pričakujete preveč in seveda pozabljate, da ste vložili premalo, oziroma nič. Ne glejte toliko na napake drugih.

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

Ljubezen: Na trenutke se boste izgubljali v preteklosti in obujali spomine, ter iskali odgovore na napačnem kraju.

Finance: Projekt, v katerega ste v preteklosti vložili veliko truda, se bo končno obrestoval, tako da boste cel mesec dobre volje.

Nasvet: Bodite pazljivi pri raznih obljubah in naj vas ne zavedejo prijazne besede. Prijatelje, ki jih danes zavračate, boste jutri potrebovali.

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

Ljubezen: Tokrat ljubezni in samega dogajanja okoli nje ne boste prepustili naključjem. Vsak korak, ki ga boste naredili, bo skrbno načrtovan in seveda uspešen.

Finance: Čas je za akcijo in za naložbe, ki ste jih že večkrat preložili. Za dvome tokrat ne bo časa.

Nasvet: Marsikaj, kar vam je do sedaj ostalo skrito, se bo pokazalo, nikar ne odlašajte preveč. V jutru je nov dan.

Pozor(!)ni za okolje: 5000 dijakov v boju za okolju prijaznejšo Gorenjsko



Novo šolsko leto je v polnem zamahu, saj učenci in dijaki v šolskih klopeh že ves mesec nabirajo nova znanja ter izkušnje. Sedem srednjih šol v gorenjski regiji pa je za svoje dijake pripravilo še poseben izziv, ki jim bo gotovo popestril jesenske šolske dni. Šole so se namreč pridružile kampanji **Pozor(!)ni za okolje**, v okviru katere bodo svoje dijake ozaveščale o pomembnosti pravilnega ravnanja z okoljem, začenši s področjem odpadkov.

Pobuda za kampanjo **Pozor(!)ni za okolje** je prišla s strani družbe Sava Tires, v kateri varovanje okolja predstavlja ključni del poslovne strategije. Med drugim je družba v preteklih letih dosegla, da se vsi odpadki, ki nastajajo pri delu v podjetju, zberejo ločeno in oddajo v recikliranje oziroma nadaljnjo predelavo. Zato se je Sava Tires odločila, da bo dober zgled vsem, ki prebivajo v njeni okolici, in si je za začetni korak kampanje **Pozor(!)ni za okolje** zamislila prav področje odpadkov.

Na vabilo k sodelovanju v kampanji so se odzvale osrednje (gorenjske) institucije, tako ali drugače povezane s področjem odpadkov: Mestna občina Kranj, Dinos, Društvo Ekologi brez meja, Fakulteta za organizacijske vede Univerze v Mariboru, Komunala Kranj, Loška komunala in Zavod za zdravstveno varstvo Kranj. Na povabilo k aktivnemu spodbujanju srednješolcev za večjo pozornost do naravnega okolja pa se je odzvalo tudi sedem srednjih šol oziroma centrov s področja Gorenjske: Gimnazija in Ekonomsko-trgovska šola Ekonomsko-storitvenega izobraževalnega centra Kranj, Gimnazija Kranj, Gimnazija Škofja Loka, Srednja šola za strojništvo in Srednja šola za lesarstvo Šolskega centra Škofja Loka ter Tehniški šolski center Kranj. Partnerji so 1. junija letos podpisali pismo o nameri o partnerstvu, s katerim so se tudi formalno zavezali k osveščanju srednješolcev o odgovornem ravnanju z okoljem.

Na sodelujočih srednjih šolah se 1. oktobra začne osrednja aktivnost kampanje - tekmovanje v ločenem zbiranju odpadkov. Šole (skupno skoraj 5000 dijakov!) se bodo oktobra in novembra pomerile v uspešnosti ločevanja odpadkov, kjer bodo dijaki pokazali, kako dobro so seznanjeni s pravilnim odlaganjem le-teh in na ta način lahko tudi osvojili zmago. Natančnost in doslednost bosta zagotovo dobrodošli veščini! Da pa ocenjevanje ne bo prepuščeno naključju, bo poskrbela posebna Eko komisija z nenapovedanimi pregledi zabojnikov. V času akcije bodo srednješolce obiskali tudi strokovnjaki s kopico praktičnih in uporabnih nasvetov glede varovanja narave in pravilnega ravnanja z odpadki. Tekmovanje bo prineslo zmagovalce, zmagovalcem pa lepo nagrado, ki zaenkrat ostaja presenečenje.

V Savi Tires si želijo, da bi okoljevarstveno tekmovanje srednjih šol prineslo koristne učinke, hkrati pa vodilo k večji ozaveščenosti mladih, ki bodo kmalu krojili našo skupno prihodnost. Sodelujoče šole s svojim prizadevanjem že sedaj kažejo skrb do narave, sicer pa so k pozornosti do našega okolja vabljeni prav vsi posamezniki. Začnete lahko s seznanjanjem s kampanjo **Pozor(!)ni za okolje** ter širšo okoljsko problematiko na spletni skupnosti Facebook na www.facebook.com/pozorni.za.okolje.

V kampanji **Pozor(!)ni za okolje** sodelujejo:



Sava Tires,
družba za proizvodnjo pnevmatik, d.o.o.
Tire manufacturing Company, d.o.o.



MESTNA OBČINA KRANJ



Komunala Kranj



dinos



dinos

dinos



Univerza v Mariboru

Fakulteta za organizacijske vede



ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO VARSTVO
KRANJ



Ecologists without borders



Ekonomsko-storitveni izobraževalni center Kranj



Ekonomsko-storitveni izobraževalni center Škofja Loka



Gimnazija Kranj

GIMNAZIJA



ŠKOFJA LOKA

60 let



TEHNIŠKI
ŠOLSKI CENTER
KRANJ
ZA PORLICE
PRIHODNOSTI



LOŠKA KOMUNALA
OSKRBA Z VODO IN PLINOM d.d. ŠKOFJA LOKA
Kidričeva 43 a, Škofja Loka
TEL.: 04/ 50 23 500 FAX.: 04/ 50 23 513

SAVA TIRES, ŠKOFJELOČANSKE 4000 KRANJ



apotekar, franz joseph haydn:
sng opera in balet ljubljana
komična opera buffa (dramma giocoso) v treh dejanjih

kongresni center brdo
sobota, 25. september ob 21.00
vstopnice: 17 eur / 20 eur na dan dogodka



ivana djilas:
patty diphusa, izpovedi pornodive
društvo familija in mestno gledališče ljubljansko

prešernovo gledališče
četrtek, 23. september ob 21.00
vstopnice: 10 eur / 13 eur na dan dogodka



festival Carniola
kranj, 20.8. - 26.9.

veliki simfonični orkester
dirigent: lojze krajncan

kongresni center brdo
nedelja, 26. september ob 21.00
vstopnice: 20 eur / 25 eur na dan dogodka

Predprodaja vstopnic:
na vseh prodajnih mestih Eventim-a, Petrol, Big Bang, Kompas, e-Študentski Servisi, 3DVA trafike, kiosk Delo prodaja, Alpetour, Technomarket poslovalnice ter ostala pooblaščenja prodajna mesta po Sloveniji.

eventim.si
PRODaja VSTOPNIC

Medijski pokrovitelji:

ALTA, agencija servise, triglav, VZAJEMNA, Nova KBM, ilab.si, Gorenjski Glas, najdi.si, KLIPING, GIV, internet.si

Nagradna igra

GO FOR GOLF!

30. 8. - 25. 11. 2010



Nagradni sklad:
30.000 €

Četrtekova žrebanja // **22.00**
1. nagrada: **600 €** za igro

Finalno žrebanje: **25. 11. 2010 // 23.00**
1. nagrada: **GOLF RABBIT**

sponsored by:
AUTODELTA

PROST
VSTOP



Srečna sredo

Lucky Wednesday

8. 7. - 27. 10. 2010

Nagradni sklad:
34.560 €

Žrebanja:
vsako sredo ob 22.30

Nagrade:
3 x do 720 € na kolesu sreče

www.thecasinokorona.com
www.hit.si



KORONA
CASINO & HOTEL
Kranjska Gora, Slovenija
hit casinos

Devet desetletij odgovorno
usmerjamo Savin razvojni tok.



1920



2010

Sava je naše življenje. Njen tok smo odgovorno usmerjali. Iz izdelovalca gumijastih podpetnikov na začetku pred 90 leti smo zrasli v trden in zaupanja vreden koncern s 30 družbami in 2300 sodelavci. Z vrhunskimi izdelki in storitvami v Gumarstvu, Turizmu, Nepremičninah, Naložbenih financah in v Drugih dejavnostih uspešno predstavljamo Slovenijo na mednarodnih trgih.

Ustvarili smo trdno jedro Savini stoletni zgodbi.

Poslovna skupina Sava