

PRILOGA GORENJSKEGA GLASA O OBČINI MEDVODE

Letnik: XI - ISSN 1580-0547

September 2010 • Številka 7



SOTOČJE



Za vas beležimo čas

Gorenjski Glas

PRILOGA GORENJSKEGA GLASA O OBČINI MEDVODE

Letnik 10 - ISSN 1580-0547

Septembar 2010 - Število 7



SOTOČJE



Na naslovnici: Valentina Triler iz Medvod,
inštruktorica Body Combata, foto: Gorazd Kavčič

Sotočje je redna priloga časopisa Gorenjski Glas

Gorenjski glas je osrednji gorenjski časopis z bogato tradicijo, ki neprekinjeno izhaja že od leta 1947, njegovi zametki pa segajo v daljnje leto 1900. Je poltednik, ki 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.**

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

Dobrodošli v družbi naročnikov Gorenjskega glasa.

NAROČAM Gorenjski Glas

Ime in priimek:

Naslov:

Podpis:

Soglašam, da mi Gorenjski glas lahko pošilja obvestila, ankete ipd.

☐ DA ☐ NE

SOTOČJE (ISSN 1580 - 0547) je priloga Gorenjskega glasa o občini Medvode. Prilogo pripravlja Gorenjski glas, d.o.o., Kranj, Bleiweisova cesta 4, s sodelavci: Silvana Knok, Boštjan Luštrik, Boris Primožič in Franci Rozman. Odgovorna urednica: Marija Volčjak, urednica priloge Maja Bertonec (maja.bertonec@g-glas.si). Oglasno trženje: Jure Tomažin, telefon: 04/201-42-43, 031/378 741, telefaks: 04/201-42-13. E-pošta: info@g-glas.si. Delovni čas: ponedeljek, torek, četrtek in petek od 7. do 15. ure, sreda od 7. do 16. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprto. Priprava za tisk Gorenjski glas, d.o.o., Kranj; Tisk: Tiskarna Littera picta, d. o. o.. SOTOČJE številka 7 je priloga 72. številke Gorenjskega glasa, 10. septembra 2010. V nakladi 5.500 izvodov jo dobijo vsa gospodinjstva v občini Medvode brezplačno.

Občina Medvode, C. komandanta Staneta 12, Medvode

Zlatarstvo Zvonimir Trtnik s.p.,
Polje 17, Ljubljana-Polje

TZ

**Zlatarstvo Trtnik
Medvode**

*pestra izbira nakita
.....
izdelava nakita po naročilu
.....
popravilo, čiščenje nakita
.....
imamo naziv "zlatarski mojster"
.....
40 let tradicije*

**Seškova c. 9, 1215 Medvode,
tel.: 01/361 1694**

www.zlatarstvo-trtnik.si

**EXPRESS KEMIČNA ČISTILNICA IN PRALNICA
LAVRIČ, K.D.**

REALSTAR

Vikrče 35
1211 LJ.-Šmartno
tel.: 01 5116 763
gsm: 031 543 514

Odperto
od 7. - 11. in 15. - 18. ure,
sobota zaprto.

**ČIŠČENJE IN PRANJE
VSEH VRST TEKSTILIJ**

Gostilna in Pivarna

Mavčiče

Mavčiče 69, 4211 MAVČIČE
Odperto vsak dan od 9. do 22. ure,
tudi ob četrtkih

- Pice iz krušne peči
- Kosila vsak dan • Jedi po naročilu
- Usak dan sveže postrvi

Od ponedeljka do petka vam od
devetih naprej nudimo več vrst malic

Dostava hrane na dom
04/250 11 69, 041/581 327

KLEMEN BRDNIK, s.p., MAVČIČE 69, MAVČIČE

Proins d.o.o.
SEROJNE INSTALACIJE

PROINS, d. o. o.

Golo Brdo 52, Medvode, GSM: 041/707 466, www.proins-instalacije.si

VODOVOD - OGREVANJE - PLIN - HLAJENJE - PREZRAČEVANJE

AKTUALNO!

Zagotovite si **cenejše** in okolju prijazno **ogrevanje in pripravo
sanitarne vode s pomočjo subvencije EKO SKLADA** (izdelamo
projekt, sodelujemo pri pripravi dokumentacije, izvedemo investicijo).

Nudimo brezobrestni kredit pri menjavi kotla.

oddaje vam pripravljamo v vseh mavričnih barvah

tv.medvode
.....vodami

Novice med vodami
INFORMATIVNI PROGRAM
Z DIGITALNO TEHNOLOGIJO

Vse o tv medvode ter
oddaje naše produkcije

www.tv-m.si

promocijske cene izdelave
reklamnih spotov, videopredstavitve ter
multimedijskih predstavitev
Zaupajo nam tudi najboljša slovenska
podjetja. Pridružite se jim in nas pokličite!

Kabelska televizija Medvode
Cesta komandanta Staneta 12
1215 Medvode
http://www.tv-m.si/
e-mail: info@tv-m.si
telefon: 36 19 580
trženje: 041 630 303

**NAJUGODNEJŠI
KABELSKI INTERNET
TER IP TELEFONIJA
PO CELOTNI
OBČINI MEDVODE**



MEKON LOKA D.O.O.
Podlubnik 253, 4220 Škofja Loka
tel.: 04 51 50 590
info@mekon-loka.si
www.mekon-loka.si

JEZIKOVNI TEČAJI

- Angleščina • Nemščina • Italijanščina
- Španščina • Francoščina • Ruščina
- Japonščina • Poljščina • Arabščina
- Slovenščina • Latinščina • Kitajščina

TEČAJI ZA PROSTI ČAS

- Mozaik • Klekljanje • Nakit • Keramika
- Slikanje • Risanje • Poslikava stekla, svile,...

RAČUNALNIŠKI TEČAJI

- Windows • Word • Excel • Power Point

ZA:
učence
dijake
študente
odrasle
upokoјence

KDAJ?
Pričetki od
20. septembra
dalje.
Na voljo je
več kot 200
različnih
terminov.

PONUDBA
jezikovni tečaji
60 učnih ur
odrasli
249 EUR
Cena vsebuje 20% DDV.

laibach revisited

grad khislstein
sobota, 18. september ob 21.00
vstopnice: 20 eur / 25 eur na dan dogodka

festival
CarNiola
kranj, 20.8. - 26.9.

maščič: oglasi: Art Center, design: Aljaž Primožič, Lab d.o.o.

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 pooblaščenca prodajna mesta po Sloveniji.

eventim.si
PRODAVA VSTOPNIC

Mediji pokrovitelji:



Ljudska Univerza
Škofja Loka

Podlubnik 1a
4220 Škofja Loka

tel.: 04 / 506 13 00
fax: 04 / 512 08 88
www.lu-skofjaloka.si



FAKULTETA ZA | FACOLTA DI | FACULTY OF
MANAGEMENT

UNIVERZA NA PRIMORSKEM,
FAKULTETA ZA MANAGEMENT KOPER
razpisuje v Škofji Loki:

Študijski program 1. stopnje:
MANAGEMENT - redni in izredni študij
Če ste zamudili s prijavo, se lahko vpišete tudi
v del študijskega programa. Pokličite in
pošljemo vam predstavitevno zloženko.

Študijska programa 2. stopnje
(strokovna magisterija):
MANAGEMENT - redni in izredni študij,
1. in 2. letnik
EKONOMIJA IN FINANCE - redni in izredni
študij, 1. in 2. letnik
Redni študij bo potekal v popoldanskem času
in bo za študente brezplačen; **do 13. septembra**
se lahko prijavijo vsi (tudi redno zaposleni),
ki izpolnjujejo vpisni pogoј in še niso
pridobili sedme ravni izobrazbe. Tisti, ki pa
že imajo sedmo raven, se lahko prijavijo kot
izredni študenti neposredno v 2. letnik.

Informacije: 04/506-13-70 ali www.fm-kp.si ali
www.lu-skofjaloka.si



Ljudska Univerza
Škofja Loka

Podlubnik 1a
4220 Škofja Loka

tel.: 04 / 506 13 00
fax: 04 / 512 08 88
www.lu-skofjaloka.si

Vabimo vas, da se vpišete v programe:

PREDŠOLSKA VZGOJA (SSI in PT)
EKONOMSKI TEHNIK (SSI, PTI, PT)
ADMINISTRATOR (SPI)
TRGOVEC (SPI)
BOLNIČAR - NEGOVALEC (SPI)
MATURITETNI TEČAJ (MT)
PRIPRAVA NA MATURO

Programi srednjega strokovnega izobraževanja
(SSI) trajajo od dve do štiri leta, program
poklicno tehniškega izobraževanja (PTI)
dve leti, programi srednjega poklicnega
izobraževanja (SPI) eno do dve leti, poklicni
in maturitetni tečaj (PT in MT) eno leto.

Informacije: 04/506 13 60 in na
www.lu-skofjaloka.si

RAČUNALNIŠKI SERVIS IN POMOČ
na domu in v pisarni!

PODRA ŠTEVILKA
080 35 43

www.e-stroj.com

-20% na vse storitve
s tem kuponom

Prireditve september 2010

DATUM	KRAJ IN ČAS	NASLOV PRIREDITVE	ORGANIZATOR	INFO
Petek, 10. 9. 2010	KUD Pirniče, od 18. do 19. ure	VPIS V OTROŠKI IN ODRASLI ABONMA ZA SEZONO 2010 / 11	KUD Pirniče	041/776 735 ali info@kud-pirnice.si
Sobota, 11. 9. 2010	Zbilje in okolica Medvod, Zbor na parkirišču pred gasilskim domom Zbilje ob 10. uri	SLIKANJE IN RISANJE V NARAVI ZA OTROKE od 7. do 12. leta	KUD Zbilje	Andreja Eržen 031/878 953 ali andreja.erzen@gmail.com
Sobota, 11. 9. 2010	Trg Sv. Urha v Smledniku, ob 13.30	50 let TOD SMLEDNIK - "Predstavitvev Smlednika"	TOD Smlednik	Info: TOD Smlednik 051/359 056
Sobota, 11. 9. 2010	Kmetija Jeraj v Smledniku, ob 16. uri	"Semanji dan v Smledniku" - predstavitev lokalnih kmetovalcev s svojimi pridelki	TOD Smlednik	Info: TOD Smlednik 051/359 056
Sobota, 11. 9. 2010	Stari grad v Smledniku, ob 18.30	Slavnostna akademija ob 50-letnici TOD Smlednik	TOD Smlednik	Info: TOD Smlednik 051/359 056
Sobota, 11. 9. 2010	Stari grad v Smledniku, ob 19.30	Družabno rajanje z ansamblom KRILA	TOD Smlednik	Info: TOD Smlednik 051/359 056
Sobota, 25. 9. 2010	Cesta ob Sori, od 9. do 12. ure	"Moja dežela, lepa in gostoljubna - Sejem domače in umetnostne obrti"	Turistična zveza Medvode	TIC MEDVODE 01/361 43 46 051/378 050
Četrtek, 30. 9. 2010	Atelje in galerija Zbilje (pod Gostiščem Jezero), vsak četrtek ob 17. uri	TEČAJ UMETNIŠKE GRAFIKE IN RISANJE	KUD Zbilje	Andreja Eržen 031/878 953 ali andreja.erzen@gmail.com

Vsi, ki želite najaviti prireditve in razne dogodke v koledarju prireditev, se lahko obrnete na informacijski center, ki deluje v sklopu turističnega biroja Medvode. Za redno številko Sotočja, ki izide vsak drugi petek v mesecu, je potrebno oddati objavo do 30. v mesecu na naslov: TURISTIČNI BIRO MEDVODE, Cesta ob Sori, PAVILJON 1, SI - 1215 Medvode, Tel.: 01 361 43 46, E-pošta: ti-biro@medvode.si, ali tmedvode@tzm.si.

Splača se biti naročnik Gorenjskega glasa



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

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

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

Gorenjski Glas

Za vas beležimo čas

Za vse otroke (še) ni prostora

V Vrtcu Medvode tudi z novim šolskim letom niso mogli sprejeti vseh otrok. Brez mesta jih je ostalo šestindvajset iz občine Medvode. Gradnja dveh novih vrtcev naj bi se začela oktobra.

Medvode - "Trenutno imamo vpisanih 570 otrok. Poslujemo v petih enotah na sedmih različnih lokacijah. Novo šolsko leto smo začeli z 31 oddelki, tako kot smo tudi končali prejšnjega. Za vstop v vrtec s 1. septembrom smo morali odkloniti 26 otrok iz medvoške občine, od tega vsi letnik rojstva 2009. V tem trenutku bi potrebovali še dva nova oddelka za otroke prvega starostnega obdobja. Največ odklonjenih otrok je bilo v enotah Smlednik in Pirniče, kjer se načrtuje tudi gradnja dveh novih vrtcev. Začela naj bi se oktobra. Vrtca močno potrebujemo, saj si želimo, da bi zadovoljili vse starše," je uvodoma stanje v Vrtcu Medvode pojasnila ravnateljica vrtca **Romana Epih**.

Brezplačen vrtec za 90 otrok

Številka šestindvajset odklonjenih otrok je le številka za otroke iz medvoške občine. Poleg njih so morali zavrniti še dvainštirideset otrok iz drugih občin, ki so želeli v medvoški vrtec vstopiti s 1. septembrom. Na čakalni listi, ki se sicer skorajda dnevno spreminja, pa je še sedemdeset otrok, ki čakajo na vstop s kasnejšim datumom. "Za starše, ki so želeli vključitev



Ravnateljica Vrtca Medvode Romana Epih med otroci v oddelku enote Ostržek

otrok s 1. septembrom, nekaj možnosti je. Za kasnejši vstop pa zelo težko, tako da bodo ti starši morali počakati na nova vrtca," pravi Epihova, o ostalih večjih investicijah pa dodaja: "Poleg gradnje dveh novih vrtcev je v načrtu še gradnja prizidka k osnovni šoli v Sori, kjer bosta dva oddelka vrtca, nujna je menjava strešne kritine na vrtcu na Ostrovharjevi, v načrtu pa je tudi prizidek pri upravi, s čimer bi pridobili še en oddelek v matični hiši." V zadnjem obdobju se skorajda vse občine srečujejo s pomanjkanjem prostih mest v vrtcu, kar pripisujejo tudi uvedbi brezplačnega vrtca za starše za drugega in vse nadaljnje otroke, ki so istočasno v vrtcu. Kot je povedala Epihova, je v Vrtcu Medvode takšnih otrok 90 od 570, torej dobrih 15 odstotkov.

Projekti in uvajanje novincev

V Vrtcu Medvode so si tudi za novo šolsko leto zastavili projekte, v katere bodo vključeni otroci. Več o tem je povedala Romana Epih:

"Nadaljevali bomo z vseslovenskim projektom Prvi turistični koraki in z Eko šolo kot načinom življenja. Pridružili se bomo projektom v boju proti odvisnosti. Začeli bomo s skupno akcijo "Nariši nov Dan" vseh javnih zavodov v občini, ki bo potekala novembra, nadaljevali pa s projektom "Da sije Sonce", ki je prilagojen potrebam vrtčevskih otrok." To so glavni projekti, v vrtcu pa bodo tekom leta potekale še številne druge aktivnosti, kot na primer brezplačne gibalne urice za starejše otroke, tečaj rolanja, bralna značka Medvodko bere, projekt Pasavček, celodnevni izleti, ...

V prvih septembrskih dneh pa je največji podarek na uvajanju novincev. "S starši novincev smo najprej pripravili informativno srečanje, nato so bili povabljeni na uvajalni razgovor z vzgojiteljico, od 1. septembra pa poteka uvajanje. Začnemo postopoma, tako da tako otroci kot tudi starši sprejmejo vrtec," je za konec še povedala Epihova.

Maja Bertoncelj

Za starše bodo v sodelovanju z LAS Medvode organizirali dve srečanju v okviru Šole za starše. 19. oktobra bo predavanje Tatjane Ažman z naslovom "Kako otroka spodbuditi k odgovornemu vedenju?", 13. januarja pa bo Marja Jager predavala na temo "Mavrica v otrokovih čustvih". Poleg tega bodo potekale tudi delavnice z Zdenko Zalokar Divjak, in sicer 6. oktobra, 27. oktobra, 17. novembra in 15. decembra. Teme bodo: kako privzgojiti otroku zdrave navade, kakšna mora biti komunikacija s predšolskim otrokom, kako reagirati na otrokovo trmo in zakaj je pomembna doslednost pri vzgoji.

Širitev ceste in gradnja pločnika

Zbilje - V Zbiljah zaradi del na cestišču promet že nekaj časa poteka izmenično enosmerno. Občina namreč nadaljuje z gradnjo pločnika na tem nevarnem odseku, česar so najbolj veseli pešci. Trenutno potekajo dela, ki so potrebna za širitev cestišča. **M. B.**



Za gradnjo vrtcev poteka izbor izvajalcev

Medvode - Že večkrat smo pisali, da je za letošnjo jesen načrtovan začetek gradnje dveh novih vrtcev v občini Medvode: vrtca v Pirničah, ki bo pri osnovni šoli, in v Smledniku, ki bo ob sedanjem vrtcu v Valburgi. Kako kaže z gradnjo, smo vprašali župana Medvod **Stanislava Žagarja**, ki je pojasnil: "Trenutno poteka izbor izvajalcev. Če ne bo zapletov, bi z gradnjo vrtcev lahko začeli oktobra. V Pirničah smo že začeli z gradnjo ceste do bodočega gradbišča. Cesta skozi vas je preozka in zaradi varnosti otrok, ki hodijo v šolo, smo se odločili, da bo promet do gradbišča potekal po novi cesti." **M. B.**

Učenci znova v šolskih klopeh

V medvoški občini so štiri javne osnovne šole, ki jih v novem šolskem letu obiskuje 1.220 učencev, od tega je 138 prvošolcev. Zanimivo, da so številke skorajda identične lanskim. Obiskali smo Podružnično osnovno šolo Topol, kjer sta na novo šolarčka postala dva, od 1. do 9. razreda pa imajo dvaindvajset učencev.

Medvode, Topol - Počitnic je konec in 1. septembra se je začelo novo šolsko leto. Najbolj so se ga zagotovo razveselili prvošolčki.

Letos več prvošolcev kot lani

V občini Medvode so štiri javne osnovne šole in dve podružnični. Koliko otrok jih obiskuje v letošnjem šolskem letu, smo povprašali dva ravnatelja in dve ravnateljici. "Letos imamo na šoli 452 učencev, kar je petnajst več kot v lanskem šolskem letu. V Preski imamo 41 prvošolcev, kar je sicer dva manj kot lani, na Topolu dva, lani eden, v Sori štirinajst, lani enajst. Skupaj imamo letos 57 prvošolcev, lani 55. Prvi šolski dan so za sprejem prvošolcev v Preski poskrbeli učenci 2. razredov s kratkim kulturnim programom, v Sori so program izvajali vsi učenci. Po slavnostnem sprejemu in zapirski so se prvošolčki posladkali s tortico, starši pa so ob kavi poklepetali z učiteljicami. Drugi šolski dan so se na matični šoli zbrali vsi prvošolci in si skupaj ogledali igrice za boljši začetek," je povedala **Tatjana Bizant**, ravnateljica OŠ Preska. Manj učencev pa imajo na OŠ Pirniče. "Letos je v šoli 228 učencev, kar je za pet manj kot lani. Sprejeli smo petindvajset prvošolčkov, lani enaindvajset. Pripravili smo jim slavnostni sprejem: pozdrav pred šolskimi vrati, sprehod skozi avlo ob pozdravu vseh učencev šole, v prizidku šole pa so jim učenci 4. razreda pripravili kulturni program. Zapeli in zaigrali so nekaj pesmic in jim zaigrali lutkovno predstavo o Mojci Pokrajculji," je pojasnila **Martina Kutnar**, ravnateljica OŠ Pirniče. OŠ Simona Jenka Smlednik obiskuje 208 učencev. "27 učencev se je vpisalo v 1. razred. Na prvi šolski dan smo jih sprejeli tudi s kulturno predstavo. Učencev je nekaj več kot v preteklem šolskem letu. Kot kaže, jih bo v prihodnje še več, po drugi strani pa to pomeni pomanjkanje prostora, zato bomo na občino naslovili prošnjo za prizidek," je povedal ravnatelj

Marko Valenčič. Lep sprejem so pripravili tudi za prvošolce na OŠ Medvode. "Letos imamo 29 prvošolcev, kar je sedem manj kot lani. Skupaj imamo na šoli 332 učencev, lani je bila ta številka višja, in sicer 343. V vseh razredih imamo po dva oddelka," pa je povedal **Vojko Bizant**, ravnatelj OŠ Medvode.

Na obisku v šoli na Topolu

Za obisk ob začetku šolskega leta smo izbrali šolo, na kateri je najmanj učencev. To je Podružnična osnovna šola Topol, ki je v sedanjih prostorih od leta 1955. Sprva je bila samostojna, obiskovalo jo je tudi več kot 50 otrok, leta 1968 pa se je priključila osnovni šoli v Preski. O podružnici v letošnjem šolskem letu je več povedala vodja podružnice **Darja Šinko**: "Našo šolo obiskuje 22 otrok. V prvi razred sta vstopila dva, lani eden, dodatno smo dobili še učenko v 3. in 7. razredu. V 2. razredu imamo eno učenko, v 3. so trije, v 4. štirje, v 5. trije, v 6. dva, v 7. trije, v 8. dva in v 9. razredu prav tako dva učenca." Večina jih je iz domačega okolja, nekaj pa se jih vozi tudi iz drugih občin. S Topola, Bela ali Osredka je 18 otrok. Dva sta vozača. Šolski kombi na Topol vsak dan vozi iz Preske. Ker je učencev malo, pouk poteka kombinirano. To pomeni, da so skupaj učenci od 1. do 3. razreda, druga kombinacija je 4. in 5. razred, pa potem 6. in 7. razred ter 8. in 9. razred. Skupna je tudi športna vzgoja, in sicer za učence od 1. do 5. razreda in od 6. do 9. razreda. "Kadar imamo lepo vreme, smo zunaj, pozimi imamo tudi aktivnosti na snegu, sicer pa se enkrat na teden na športno vzgojo vozimo v Soro. Telovadnice tukaj nimamo," pravi Šinkova. Šola na Topolu obiskujejo tudi štirje učenci s posebnimi potrebami. Dva imata spremljevalca. Okolica šole in tudi šolski prostori so za to posebej prilagojeni. "Prednost te šole je tudi sprejemanje drugačnosti. Nihče ne sme biti izpostavljen zato, ker je drugačen,"



Ker je otrok malo, lahko delo poteka tudi individualno.

poudarja Šinkova, o prednostih pouka več generacij skupaj pa pravi: "Učenci se hitro navadijo na takšen sistem dela. Sploh na razredni stopnji se snov precej povezuje, tako da lahko starejši učenci ob poslušanju razlage za mlajše nadgradijo svoje znanje, ki so ga že pridobili. Veliko je tudi tihega dela. Enim razlagaš, drugi medtem delajo tiho, zato so prisiljeni na individualno delo. Tudi tisti učenci, ki so nekoliko slabši, naredijo več, kot bi sicer, saj ves čas nekdo stoji za njimi. Rezultati, ki jih dosegamo, so dobri in naši učenci težav pri vpisu v nadaljnje šolanje večinoma nimajo."

Šola na Topolu svoja vrata odpre ob 6. uri zjutraj, ko se začne jutranje varstvo, po pouku imajo do 16. ure podaljšano bivanje. V tem času potekajo tudi različne interesne dejavnosti. Septembra na šoli največ pozornosti namenijo pripravam na vsakoletno jesensko tržnico z učnim pohodom, ki bo 26. septembra. Učenci in zaposleni na šoli vabijo vse, da se jim ta dan pridružite na Katarini.

Maja Bertonec



Darja Šinko pred prostori POŠ Topol. Na desni strani je stavba, v kateri so učenci od 1. do 3. razreda, v osrednji stavbi na levi pa so vsi ostali.



Letos so sprejeli dva prvošolčka, ki pouk obiskujeta z učenci 2. in 3. razreda. Njihova razredničarka je Polona Kožlakar.

Prva šola montessori

Medvode - Na prvi šolski dan je vrata odprla prva osnovna šola montessori v Sloveniji, ki je začasno v najetih prostorih v Preski pri Medvodah. Gre za tretjo zasebno šolo pri nas, poleg waldorfske in katoliške. Deluje znotraj Montessori inštituta iz Ljubljane in je vpisana v knjigo razvida osnovnih šol na Ministrstvu za šolstvo in šport.

”Imamo en razred, v katerem je trinajst otrok, zvečine starih šest let. Štirje so iz medvoške občine, drugi pa od drugod, največ iz Ljubljane,” je povedal **Pavel Demšar**, predsednik Sveta zavoda Montessori inštituta. Osnovna šola montessori poteka po posebnih pedagoških načelih montessori. ”V učilnici so pripravljeni materiali, posebni učni pripomočki, s pomočjo katerih se

učenci učijo. Pri nas vseh devet let ni pisanja testov, ni ocenjevanja in ni domačih nalog. Zelo malo je tudi podajanja snovi skozi predavanje. Po devetih letih šolanja pa bodo učenci tako kot vrstniki, ki obiskujejo javne šole, pisali nacionalno preverjanje znanja,” je pojasnil učitelj **Igor Blažič**. Učenci nimajo niti šolske torbe, staršem ni treba kupiti delovnih zvezkov in drugih potrebščin. Ker pa gre za zasebno šolo, je potrebno plačati mesečno šolnino. Polna cena je 230 evrov, plača pa se glede na dohodkovni razred staršev. Pouk v osnovni šoli montessori v Preski se začne ob pol devetih in traja do treh. Zjutraj otroci v šolo prihajajo od pol osme dalje, vrata šole pa se zaprejo okrog štirih popoldne.

Maja Bertoncelj



Osnovno šolo montessori obiskuje trinajst učencev. Že sam pogled v učilnico daje vedeti, da gre za drugačen način dela.

Policija skrbi za varno pot v šolo

Medvode - Ob začetku novega šolskega leta zasledimo veliko opozoril in nasvetov v zvezi z varnostjo udeležencev v prometu, predvsem najmlajših. Na začetek šolskega leta so se pripravili tudi na Policijski postaji Medvode. Več o tem je povedal komandir **mag. Simon Slokan**: ”Tako kot prejšnja leta se tudi letos izvajajo aktivnosti za večjo varnost šolskih otrok in mladostnikov. Neposredno pri varovanju šolarjev na poti v šolo in iz nje na območju Policijske postaje Medvode sodeluje okrog deset policistov.”

Policisti so prisotni na prehodih za pešce, pa tudi na cestah v bližini šol. Pozorni so na kršitelje, zoper katere ukrepajo v skladu z veljavno zakonodajo. ”Policisti in prostovoljci so neposredno prisotni na šolskih poteh med 1. in 10. septembrom. V tem času se v bližinah šol še bolj intenzivno izvajajo meritve hitrosti in ugotavljajo cestnoprometni prekrški. Z aktivnostmi v neposredni okolici izobraževalnih ustanov pa bodo policisti nadaljevali tudi v okviru rednega dela. Usmerjene bodo tako v ugotavljanje kršitev voznikov osebnih vozil, kot tudi ostalih udeležencev v prometu (kolesarji na poti v šolo, vozniki koles z motorjem, pešci, odrasli, ki pripeljejo otroke v vozilih v nasprotju z določili Zakona o varnosti cestnega prometa,...). Te aktivnosti potekajo skozi celo šolsko leto,” pravi Slokan in ob tem še dodaja: ”Voznike želimo opozoriti, naj spoštujejo cestno prometne predpise, prav tako tudi starše in vse spremljevalce otrok. Otroke seznanite z nevarnostmi in jim bodite za vzgled. Opozarjamo tudi na določila o varnosti cestnega prometa glede varnega prevoza otrok: varnostni pas, ustrezni otroški sedeži, ...”

Maja Bertoncelj



Komunalna Kranj

Ko pride do motene oskrbe s pitno vodo

Včasih je zaradi okvar na javnem vodovodnem omrežju oziroma posegov na omrežju (kot so redno in izredno vzdrževanje, obnove, prevezave na omrežju) oskrba s pitno vodo motena. V primeru večjih okvar obvestimo Center za obveščanje in radijske postaje, obvestilo objavimo tudi na naši spletni strani. Zavedamo se, da je prekinjena oz.

motena oskrba s pitno vodo za uporabnike zelo moteča, zato smo sistem obveščanja nadgradili s sistemom individualnega obveščanja. Vabimo vas, da obiščete našo spletno stran in izpolnite obrazec v rubriki ”Prijava na obvestila”. Obvestila o moteni oskrbi s pitno vodo vam bomo sporočali na vaš elektronski poštni naslov.

Čisto je lepo.

Na podlagi Pravilnika o dodeljevanju proračunskih sredstev za pospeševanje razvoja malega gospodarstva v občini Medvode (Uradni list RS št. 107/2003), Odloka o proračunu Občine Medvode za leto 2010 (Uradni list RS št. 15/2009 in 49/2010) in priglasitvijo sheme državne pomoči št. M001- 5874564-2010 pri Ministrstvu za finance, Občinska uprava Občine Medvode objavlja

JAVNI RAZPIS

ZA DODELITEV SREDSTEV ZA POSPEŠEVANJE RAZVOJA MALEGA GOSPODARSTVA V OBČINI MEDVODE ZA LETO 2010

I. PREDMET JAVNEGA RAZPISA

Občina Medvode (v nadaljevanju: občina) razpisuje nepovratna finančna sredstva za pospeševanje razvoja malega gospodarstva za leto 2010 v okvirni višini **50.000 EUR** (proračunska postavka 4.5.1.1 Spodbujanje razvoja drobnega gospodarstva).

II. OKVIRNA VIŠINA RAZPISANIH SREDSTEV

Oblike pospeševanja (po pravilniku)	Višina sredstev
A. Subvencioniranje obrestne mere za najete kredite pri bankah	30.000 EUR
B. Nepovratna sredstva za odpiranje novih delovnih mest	20.000 EUR

III. UPRAVIČENCI - POGOJI IN MERILA ZA DODELITEV SREDSTEV

Namen A. - subvencioniranje obrestne mere:

- Posojila se dodeljujejo samostojnim podjetnikom in gospodarskim družbam s področja drobnega gospodarstva, ki imajo sedež oziroma lokacijo poslovne enote v občini Medvode.
- Okvirni znesek, namenjen za posojila v letu 2010, je za kratkoročna posojila 1.483.400 EUR, za dolgoročna pa 605.400 EUR.
- Posojila se dodeljujejo za naslednje namene:
 - nakup, urejanje in opremljanje zemljišč za poslovne namene,
 - graditev, adaptacija ali nakup poslovnih prostorov,
 - posodobitev obstoječih proizvodnih in storitvenih kapacitet,
 - uvajanje novih proizvodnih in storitvenih programov,
 - nakup opreme za opravljanje dejavnosti,
 - ekološko sanacijo obstoječih dejavnosti oz. tehnoloških procesov.
- Prejemniki teh posojil ne smejo biti podjetja v težavah in podjetja iz sektorjev ribištva in ribogojstva, premogovništva, primarne proizvodnje kmetijskih proizvodov, kot določa direktiva EU.
- Višina posojila znaša največ 80 % predračunske vrednosti za namene iz 3. točke.
- Doba vračanja posojila je do 5 let.
- Obrestna mera za posojilojemalca je določena v skladu s pogodbo o medsebojnem poslovnem sodelovanju pri kratkoročnem in dolgoročnem kreditiranju enot malega gospodarstva med občino Medvode in Banko Koper, d. d., (za dolgoročno posojilo je EURIBOR (3-mesečni) + 1 %, za kratkoročno pa EURIBOR (3-mesečni) + 0,85 %).
- Stroški odobritve posameznega kredita znašajo 0,4 % od zneska kredita oz. najmanj 125 EUR za dolgoročno posojila in 0,2 % od zneska kredita oz. najmanj 60,00 EUR za kratkoročna posojila fiksno, enkratno.
- Kredit se zavaruje v skladu s pogoji Banke ter z oblikami zavarovanja, ki predstavljajo za Banko zadostno jamstvo za vračilo celotnega dolga.
- Vlogo za posojilo na bančnem obrazcu in seznam zahtevane dokumentacije dobijo prosilci v Banki Koper, d. d., Likožarjeva 1, 4000 Kranj. Banka ima pravico zahtevati dopolnitev vloge s strani prosilca v primeru nepopolne dokumentacije. V kolikor prosilec ne izpolnjuje pogojev razpisa oziroma ne zagotovi dopolnitve vloge ali za Banko sprejemljivega zavarovanja, se

šteje, da prosilec ne izpolnjuje pogojev razpisa. Vlogo in zahtevano dokumentacijo oddajo prosilci pri g. Tomažu Tomšetu, tel. 04/201 69 05, e-pošta: tomaz.tomse@banka-koper.si ali pri ga. Magdi Pernus, tel. 04/201 69 13, e-pošta: magda.pernus@banka-koper.si, kjer dobijo tudi vse potrebne informacije. Vse popolne vloge bo obravnavala banka na ustreznih organih v roku 7-15 delovnih dni, odvisno od ročnosti posojila. Sklep ustreznega organa banke bo obravnavala pristojna občinska komisija v roku 8 dni od prejema obvestila banke.

Namen B. - odpiranje novih delovnih mest:

- Nepovratna sredstva za odpiranje novih delovnih mest se dodelijo za samozaposlitev nezaposlene osebe s stalnim bivališčem na območju Občine Medvode. Gre za enkratno finančno pomoč v obliki nepovratnih sredstev v višini 2.000 EUR, za zagon poslovanja in uresničitev poslovne ideje.
- Za pridobitev subvencije morajo biti izpolnjeni naslednji pogoji:
 - zaključen program priprave na samozaposlitev na Zavodu RS za zaposlovanje,
 - sklenjena pogodba o dodelitvi subvencije s strani Zavoda RS za zaposlovanje,
 - samozaposlitev mora biti prijavljena s sedežem in poslovanjem v občini Medvode.
- Subvencija za samozaposlitev ni namenjena samozaposlitvi na področju kmetijstva.
- Na podlagi odobrene vloge se podpiše pogodba o dodelitvi subvencije. V skladu s pogodbo vlagatelj predloži zahtevek za izplačilo subvencije. Vloge bo obravnavala občinska komisija.

IV. Ostale določbe

- Sredstva bodo upravičencem dodeljena po pravilu "de minimis". V skladu s tem pravilom skupni znesek pomoči, dodeljen istemu upravičencu, ne sme presegati praga 200.000 EUR oziroma 100.000 EUR (v primeru podjetij, ki delujejo v cestnoprometnem sektorju) v obdobju treh let.
- Razpis je odprt do porabe sredstev, oziroma najkasneje do 13. 12. 2010. Občina bo na svoji spletni strani objavila datum, ko bodo sredstva porabljena.
- Vloge za namen B. - odpiranje novih delovnih mest, je treba poslati na naslov Občina Medvode, Cesta komandanta Staneta 12, 1215 Medvode. Vloge morajo biti v zaprti kuverti in označene z napisom "Ne odpiraj - prijava na javni razpis za dodelitev sredstev za pospeševanje malega gospodarstva v letu 2010". Sklep o dodelitvi sredstev se posreduje vlagateljem najkasneje v roku 15 dni od obravnave vlog. Po odobritvi sredstev sklene vsak prejemnik pogodbo z Občino Medvode, v kateri bodo določene vse medsebojne pravice in obveznosti pogodbenih strank. Razpisna dokumentacija je od dneva objave in do izteka prijavnega roka dosegljiva na spletni strani Občine Medvode www.medvode.si, vlagatelji pa jo lahko dvignejo v času uradnih ur na sedežu Občine Medvode.
- Dodatne informacije v zvezi z javnim razpisom posreduje Sanja Malej, tel. 361 95 18, e-pošta: malej@medvode.si.

Številka: 410-221/2010

Datum: 30. 08. 2010

OBČINA MEDVODE
Župan Stanislav Žagar, l.r.



OBČINA MEDVODE
OBČINSKA UPRAVA
 Cesta komandanta Staneta 12
 1215 Medvode

Na podlagi Pravilnika o nagradah študentom Občine Medvode (Uradni list RS, št. 29/06, 56/10 in 67/10 - popr.)
 Občinska uprava Občine Medvode objavlja

JAVNI POZIV

k oddaji vlog za dodelitev nagrad študentom Občine Medvode v letu 2010

1. Predmet poziva:

Nagrade se podeljujejo študentom dodiplomskih študijskih programov prve stopnje (visokošolski strokovni in univerzitetni študij) ter podiplomskih študijskih programov druge (magistrski in enoviti magistrski študij) in tretje stopnje (doktorski študij), ki so državljani Republike Slovenije in imajo stalno prebivališče v občini Medvode.

Nagrade se podeljujejo tudi študentom prejšnjih dodiplomskih programov na najmanj visokošolskem študiju, dodiplomskim diplomantom in študentom, ki pridobijo strokovni naslov po programu za pridobitev specializacije ali znanstveni naslov po programu za pridobitev magisterija znanosti ali doktorata znanosti.

2. Pogoji za pridobitev nagrade:

- v šolskem letu 2009/10 opravljen letnik dodiplomskega študija, pridobljena diploma in pridobljen naslov po specialističnem, magistrskem ali doktorskem študiju;
- študenti, ki uveljavljajo nagrado za opravljen letnik, morajo imeti povprečno oceno vseh obveznosti najmanj 8;
- študent dodiplomskega študija ob izpolnitvi vseh obveznosti za letnik ne sme dopolniti 30 let, študent podiplomskega študija pa ob pridobitvi naslova ne sme dopolniti 35 let.

3. Način in rok za prijavo:

Vloga je potrebno posredovati na naslov: Občina Medvode, Cesta komandanta Staneta 12, 1215 Medvode, do vključno 11. oktobra 2010, oziroma mora biti najpozneje ta dan oddana na pošti kot priporočena pošiljka.

Vloga mora biti oddana v zapečatenem ovitku z oznako "Ne odpiraj - prijava na javni poziv - študentje."

Vloga je popolna, če ima priložene vse obvezne priloge in podatke, določene v dokumentaciji, ki je sestavni del tega poziva.

Nepopolne vloge, vloge, oddane po izteku roka, in vloge, ki jih ne bo vložila upravičena oseba, bodo s sklepom zavržene. Občinska uprava bo za

dopolnitev vlog pozvala le tiste kandidate, pri katerih iz predloženih dokumentov ne bo mogoče ugotoviti upravičenosti do nagrade.

4. Zahtevana dokumentacija:

Prijavno dokumentacijo lahko zainteresirani dobijo v razpisnem roku v Oddelku za družbene dejavnosti Občine Medvode ali na spletnem mestu www.medvode.si.

5. Okvirna vrednost razpoložljivih sredstev, namenjenih za predmet tega javnega poziva, je 23.000 EUR.

6. Višina nagrade za leto 2010 znaša:

- za doktorat	1.177 EUR;
- za magisterij znanosti ali specializacijo po univerzitetnih programih	950 EUR;
- za magisterij stroke	705 EUR;
- za diplomu	470 EUR;
- za opravljen letnik (dodiplomski študij)	236 EUR.

Vrstni red dodeljevanja nagrad vse do porabe proračunskih sredstev je enak vrstnemu redu po alineah te točke.

7. Rok, v katerem bodo prijavitelji obveščeni o rešitvi vloge:

Občina bo prijavitelje o svojih odločitvah obvestila najkasneje do 10. oktobra 2010.

8. Kontaktni osebi:

- Tatjana Komac; tatjana.komac@medvode.si; 01/361-95-25
- Sonja Rifel; sonja.rifel@medvode.si; 01/361-95-43

Številka: 110-6/10

Datum: 1. 9. 2010

Vanja Debeljak, l. r.
vodja občinske uprave,



OBČINA MEDVODE
OBČINSKA UPRAVA
 Cesta komandanta Staneta 12
 1215 Medvode

Občina Medvode objavlja na podlagi Pravilnika o dodeljevanju neprofitnih stanovanj v najem (Uradni list RS, št. 14/04, 34/04, 62/06, 114/06 - ZUE in 11/09) in javnega razpisa za dodelitev neprofitnih stanovanj v najem, ki je bil objavljen na spletni strani občine dne 3. 5. 2010 in v občinskem glasilu Sotočje dne 14. 5. 2010, naslednjo

PREDNOSTNO LISTO

upravičencev za oddajo neprofitnih stanovanj v najem

IME IN PRIIMEK	ŠTEVILO TOČK	IME IN PRIIMEK	ŠTEVILO TOČK
1. ČARMAN Darja	470	20. ERJAVEC Petra	330
2. DURAKOVIČ Firzet	435	21. KUBURIĆ Nijaz	330
3. MRGOLE Tatjana	430	22. KNEŽEVIĆ Milan	320
4. ŠTORGA Eufemija	425	23. REČ Izeta	320
5. KUNSTELJ Nataša	420	24. BERNARD Igor	310
6. SADIKOVIĆ Izeta	410	25. KAPIĆ Arneta	310
7. FAZLIĆ Elvis	400	26. ĐURETIĆ Marina	310
8. FAZLIĆ Mevlida	400	27. JEKIĆ Zaga	310
9. FATKIĆ Senada	395	28. NADAREVIĆ Samir	300
10. BARBARIĆ Klemen	390	29. MEŠIĆ Sanela	300
11. BOLČINA Tanja	380	30. PROHART Dan	300
12. AMBROŽIĆ Saša	370	31. KOSOJEVIĆ Joka	290
13. PREŠEREN LONKA Uršula	370	33. PERIĆ Aleksandar	270
14. BENEDIK Agata	360	34. ŽBAN Žiga	260
15. ČUKIĆ Gordana	360	35. KOROŠEC Urška	250
16. REČ Denis	360	36. PONIKVAR Renata	250
17. PERHAJ Nina	360	37. BENDRA Asmira	240
18. NANIĆ Mejrima	345	38. SKALAR Primož	120
19. DELALIĆ Suvada	345		

Na dan objave prednostne liste je prazno eno stanovanje, ki bo dodeljeno prvi na prednostni listi.

Razpoložljiva stanovanja se bodo po tej prednostni listi dodeljevala postopoma v letih 2010, 2011 in 2012, po vrstnem redu glede na mesto uvrstitve, odvisno od števila članov gospodinjstva in velikosti razpoložljivih stanovanj.

Vlagatelji z enakim številom točk so na prednostno listo uvrščeni glede na kriterije po lestvici iz točke 3.3. javnega razpisa.

Številka: 352-24/10-47

Datum: 12. 8. 2010

Stanislav Žagar, l. r.
župan

Objavljeno:

- na oglasni deski Občine Medvode dne 16.8.2010;
- na TV Medvode.

Pripravljalna dela za športni park

Na desnem bregu reke Sore potekajo pripravljala dela za gradnjo športnega parka.

Medvode - Pisali smo že, da je na desnem bregu reke Sore, ob propadajoči športni dvorani, po prostorskem planu predviden športni park. Pred kratkim so se tam začela dela. Pojasnjuje župan **Stanislav Žagar**: "Potekajo pripravljala dela za gradnjo športnega parka. V okviru tega v prvi fazi potekajo pripravljala dela za gradnjo pomožnega nogometnega igrišča s pripadajočimi slatičnicami in parkirišči, za kar smo pridobili gradbeno dovoljenje. Menim, da občina, kot je Medvode, športni park potrebuje, s kakšno intenzivnostjo bodo v nadaljevanju potekala dela, pa bo ob sprejemanju proračunov za leti 2011 in 2012 odločal občinski svet." Žagar dodaja, da je vrednost investicije za to fazo 40 tisoč evrov: "Denar gre iz proračunske postavke športna igrišča. V pro-

računu za 2009 in 2010 je vsako leto za to postavko predvidenih po 150 tisoč evrov, postavka pa obsega ureditev športnih igrišč pri osnovnih šolah, kar delamo, in začetek gradnje športnega parka. To pomeni, da bomo igrišča, ki so raztresena po občini, počasi preselili na skupno lokacijo. Zato že obstoji veljavni urbanistični dokument, ki predvideva preselitev nogometnega igrišča, teniških igrišč, balinišč in drugih igrišč."

Župan je na vprašanje, zakaj so gradbeno dovoljenje pridobili samo za pomožno nogometno igrišče, pojasnil, da vseh parcel, ki obsegajo bodoči športni park, občini še ni uspelo pridobiti, zato so se najprej lotili pripravljalnih del za nogometno igrišče, kjer je lastnik zemljišča občina.

Maja Bertoncej



Začela so se pripravljala dela za gradnjo športnega parka, v prvi fazi pripravljala dela za gradnjo pomožnega nogometnega igrišča.

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

HORMANN
JUBILEJNA
GARAŽNA VRATA,

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

že od **875 €**

Svetnica Zares Medvode Jelena Aleksić meni, da bi morala biti o tako velikem projektu, kot je športni park, opravljena poglobljena razprava, ki pa je na občinskem svetu v iztekajočem mandatu ni bilo. Na župana je naslovila pisno svetniško vprašanje, hkrati pa na občinsko upravo tudi zahtevo za dostop do informacij javnega značaja, med drugim tudi za ureditveni načrt, gradbeno dovoljenje in izračun vrednosti celotne investicije. "Odgovora župana še nisem dobila, kar je pravzaprav že praksa, občinska uprava pa je posredovala dokumentacijo, ki jo še pregledujem. Projekt odpira vrsto vprašanj, o katerih v tem mandatu nismo razpravljali. Nasprotujem temu, da se župan velikih investicij loteva brez javne razprave, brez stališč športnih društev, brez vseh potrebnih informacij. Res je, da smo na mizo dobili dokument identifikacije investicijskega projekta, ki je po moji oceni pomanjkljiv in ne odgovarja na vsa vprašanja. Problematično je, da je v proračunu samo postavka športna igrišča, vendar nikjer ni posebej navedeno, koliko teh sredstev bo šlo za novo nogometno igrišče. Gradbeno dovoljenje je izdano samo za nogometno igrišče, župan pa je javno obljubil tudi nova teniška igrišča, govora je bilo tudi o atletski stezi. Župan znova na netransparenten način in potihoma začenja novo veliko investicijo, vprašanje pa je, ali je v krizi najbolj nujna," pravi **Jelena Aleksić. M. B.**

www.gorenjskiglas.si

AVTO SERVIS

Tomaž Luštrek, s.p.
Ladja 30, Medvode
Tel.: 01/36 - 17 - 500

AVTOKLEPARSTVO - AVTOMEHANIKA
AVTOLIČARSTVO - VULKANIZERSTVO
AVTOOPTIKA

AKCIJSKE CENE AVTOPLAŠČEV

	175/65R14 Sava Eskimo S3+	41,76 EUR
	185/65R15 Fulda Kristall Montero 3	51,98 EUR
	195/65R15 Goodyear UG7+	56,00 EUR
	205/55R16 Sava Eskimo HP 91H	76,61 EUR
	205/60R16 Michelin Alpin A4 92H	102,01 EUR

BAR VILI

Avtokamp Smlednik
v Dragočaini

odprto vsak dan od 10. - 24. ure
Ob petkih, sobotah in nedeljah
ocvrte postrvi, jedi z žara,
sladice ...

Tel. 040/22 19 45

Možnost piknikov
po predhodnem naročilu!

Alenka Žavbi Kunaver za županjo Medvod

Poživimo Medvode

Lokalni politiki moramo svoje ideje vedno znova črpati od ljudi, zato sama rada prisluhnem predlogom, ki mi jih posredujejo sosede, kolegi ali naključni mimoidoči. **Ce združimo moči, bomo lažje stvari premaknili na bolje!** Sem za večje sodelovanje prebivalcev pri odločanju za naše skupno dobro, saj nam samo nenehen dialog lahko prinese bolj kvalitetno življenje.

Zato je čas za javne tribune, internetne klepetalnice, zbornice občanov in druge oblike srečevanj, ki jih bomo dopolnili z dobrim sodelovanjem s krajevnimi skupnostmi, nevladnimi organizacijami in društvi.

Občina Medvode, urbana in podeželska hkrati, mora **izkoristiti intelektualne potencialne**. S kvalitetno ponudbo javnih storitev zagotavljati **udobno, varno in prijazno okolje**, v katerem se dobro počutijo vsi občani. Tako najmlajši kot tudi najstarejši, tako podjetniki kot športni rekreativci. Da bi bila naša srečevanja še bolj prijetna se bomo zavzeli za **ureditev družabnega središča**, kjer se bodo prepletali družbeni, poslovni in osebni stiki med ljudmi, kjer bomo v vsakem trenutku našli sorodno dušo, kjer bo stičišče prebivalcev in prebivalcev Medvod.

Dajmo Medvodam prepoznavnost, razgibajmo jih in poživimo!



www.lds.si/medvode



Na Telečjem z Jasno Kuljaj

Turistično društvo Pirniče je petič pripravilo prireditev Semanji dan na Telečjem, ki je znova privabila veliko obiskovalcev.

Zg. Pirniče - Pred gostilno Mihovec v Pirničah je 5. septembra potekal peti Semanji dan na Telečjem. V Turističnem društvu Pirniče so pripravili pester program. Obiskovalci so se lahko sprehodili med stojnicami z domačimi izdelki, si ogledali sprevod in prikaz starih kmečkih opravil, vrhunec pa je bila seveda telečja dirka.

Za tekmovanje so se letos prijavile tri ekipe. Vsaka je štela štiri člane. Njihova prva naloga je bila predstavitev, na podlagi katere so se gledalci lahko odločili, na katero ekipo je najbolje staviti. Pri predstavitvi so bile največjih ovacij deležne članice ekipe Telovadke. "Imamo veliko izkušenj in smo vztrajne," so med vadbo nagovorile obiskovalce. V seštevku časa, kazenskih točk in lepote tekmovanja so na koncu osvojile drugo mesto. Boljše so bile štiri Zaspanke. Tretje mesto je po odločitvi štiričlanske komisije, ki je spremljala tekmovanje, pripadlo Bačnk teamu, štirim fantom, ki so bili sicer v dirki najhitrejši.

"Letošnji semanji dan si bomo znova zapomnili po velikem obisku. Prireditev se je prijel in je presegla občinske meje. Prvič smo pripravili teličkolov, poseben srečelov, na katerem so dobitki povezani s teličkom. Tolažilna nagrada je na primer teličkov rep. Veliko se dogaja in



Na predstavitvi je najbolj navdušila ekipa Telovadk. Dogajanje je v ozadju spremljala štiričlanska komisija in povezovalka Jasna Kuljaj.

pod Šmarno goro na teličkovem plesu, družnjo in dirkah uživamo," je povedala **Cvetka Židan**, predsednica TD Pirniče. Prireditev je

povezovala Jasna Kuljaj, poskrbljeno pa je bilo tudi za živo glasbo, domačo hrano in pijačo.

Maja Bertoneclj



zares

- sodobne
- eko
- podjetne
- informirane
- mlade

Medvode

Skupaj
zmoremo bolje!

www.ZaresMedvode.si

Festival kranjske klobase

V Sori je potekal drugi Festival kranjske klobase. Izbrali so najboljšo, znova je ta naziv pripadel Arvajevi, program dvodnevne prireditve pa je bil obarvan glasbeno in športno.

Sora - Drugi Festival kranjske klobase je potekal v organizaciji ŠD Sora in Hiše kulinarike Jezeršek. Začel se je 18. avgusta s sedmim državnim tekmovanjem kranjskih klobas, ki jih je ocenjevala strokovna komisija in ljubiteljski ocenjevalci. Izbirali so med devetimi vzorci. V Sloveniji je trenutno deset certificiranih proizvajalcev kranjske klobase, enega na tekmovanju ni bilo.

po šestih kriterijih z različnim razponom točk, medtem ko ljubitelji izbirajo samo njim najbolj všečo klobaso."

Marlena Skvarča, članica strokovne komisije: "Vzorci so si bili letos dokaj izenačeni, tako vizualno kot tudi pri okušanju. Ocenjujemo videz, sestavo prereza, barvo, teksturo, vonj in okus. Želimo skladnost in harmonijo. Detajli so tisti, ki odločajo."



Franc Jezeršek je sprejel ljubiteljske ocenjevalce, med njimi je bilo veliko znanih obrazov, in jim pojasnil pravila, ki so bila tokrat nekoliko drugačna.

Ocenjevanje je potekalo drugače kot pretekla leta. Na dosedanjih ocenjevanjih so razglasili dve najboljši kranjski klobasi: posebej po oceni strokovne komisije in po oceni ljubiteljskih ocenjevalcev. Tokrat je najboljša samo ena. Spremembe so bile tudi pri poteku ocenjevanja. Vzorci so si vsako leto bolj izenačeni, najboljše ocene pa je četrtič zapored dobila kranjska klobasa Mesarije Arvaj iz Britofa. Druga je proizvajalca Košaki, tretja pa Mesa Kamnik. Zbrali smo nekaj odmevov ob ocenjevanju.

Franc Jezeršek iz Hiše kulinarike Jezeršek: "Letos smo se odločili, da razglasimo samo eno najboljšo kranjsko klobaso, ker je najboljša dejansko samo ena. Skupna ocena je sestavljena iz več delov. Ocena ljubiteljskih ocenjevalcev prinese trideset odstotkov. Prvič smo uvedli tudi ocenjevanje vzorcev iz maloprodaje, ki štejejo deset odstotkov. Še vedno pa je največja teža strokovne komisije, katere ocena v skupni seštevek prinese šestdeset odstotkov. Strokovna komisija ocenjuje po pravilniku in

Boris Jež, GIZ Kranjska klobasa: "GIZ Kranjska klobasa je bilo ustanovljeno pred petimi leti z namenom zaščite kranjske klobase. Vsako leto se s pomočjo kontrole opravi certificiranje vsakega proizvajalca. Vsak mora vsako leto dokazati, da dela klobaso v skladu s sprejeto certifikacijo in da jo tudi tako označuje, zašpiljeno dobra od 1896. Naša glavna naloga je skupna promocija. Prav ta festival po zaslugi Hiše kulinarike Jezeršek in etnologa dr. Janeza Bogataja je eden najbolj prepoznavnih promocijskih orodij."

Ivica Arvaj iz Mesarije Arvaj: "Zelo smo veseli, da je bila naša kranjska klobasa znova izbrana za najboljšo. Je pa to tudi obveza za naprej. Treba je vzdrževati to kvaliteto. Kranjska klobasa pridobiva na veljavi in pri nas se je prodaja v enem letu povečala za sto odstotkov. To pripisujem kvaliteti in odmevnosti v medijih. Že od vsega začetka sem bila navdušena nad konzorcijem Kranjske klobase GIZ-a in bila sem med tistimi, ki smo vztrajali, da je kranjska klobasa zašpiljena."



Na ocenjevanju je bil vsak vzorec na svoji mizi, ljudje so krožili in izbirali najboljšega. Samo za ocenjevanje so zrezali okrog dvesto kranjskih klobas.



Koncert Avsenikovih melodij z ansamblom Gregorji in 40-članskim simfoničnim orkestrom je znova navdušil.

Na koncertu Avsenikovih melodij devetsto obiskovalcev

Kranjska klobasa je zaznamovala tudi dnevno glasbeno-športno dogajanje v Sori, ki je sledilo ocenjevanju. V petek, 20. avgusta, je bil veliki koncert najlepših Avsenikovih melodij z ansamblom Gregorji in 40-članskim simfoničnim orkestrom pod vodstvom Matjaža Brežnika. Gostje večera so bili otroški pevski zborček Gorenjski slavčki - Za upanje in citrar Miha Dovžan. Program je povezovala Bernarda Žarn. Zbralo se je devetsto obiskovalcev, ki so uživali v kvalitetni glasbi. Po koncertu so imeli možnost poskusiti tudi vse kranjske klobase, ki so bile na ocenjevanju. Festival kranjske klobase se je zaključil v soboto, 21. avgusta. Do popoldneva je bila razstava kulinarnih specialitet, ki si jo je ogledalo več kot petsto obiskovalcev, sledila pa je kolesarska dirka na Osolnik, otroški program z Ribičem Pepetom in rajanje z ansamblom Veseli svatje in skupino Rok 'n' band.

Oceno festivala je podal vodja **Jure Jezeršek**: "Drugi festival kranjske klobase je uspel, tudi po zaslugi številnih domačinov, ki so vključeni v organizacijo te velike prireditve. Kranjska klobasa pridobiva na veljavi. Nihče več ne sprašuje po čevapčičih. Vedo, da tukaj strežemo kranjsko klobaso in jedi povezane z njo. Naredili smo trend, ki gre v pravo smer, in upamo, da bo čim več veselje sledilo temu trendu. Želimo si čim več veselje s kranjsko klobaso oziroma slovenskimi jedmi. Največje povpraševanje je bilo seveda po Arvaveji kranjski klobasi, kar je razumljivo. Vsak si želi poskusiti zmagovalno. Veseli me tudi, da kranjska klobasa vedno bolj pridobiva na veljavi. Tudi trendi v sodobni kuhinji gredo v smeri vključevanja tradicionalnih jedi. Kombinacija z loško medlo in kranjsko klobaso bodo kuharji naše hiše pripravili tudi za priznanega francoskega kuharja, ki bo gost v Prekmurju. Naše zgodbe so povezane z domačim okoljem, pri tem pa nam svetuje tudi etnolog, dr. Janez Bogataj." **Maja Bertonec**



Otroci so bili najbolj veseli Ribiča Pepeta, ki ga poznajo s televizijskih ekranov.

Odpri sodobno golfsko igrišče

Smlednik - Pred kratkim so uradno odprli novo golfsko igrišče Diners Ljubljana. Na 65 hektarjih se razprostira na obeh straneh ob lokalni cesti med Pirničami in Smlednikom. Gorenjska trma Kranjčana Marka Štirna, ki je takoj po diplomi iz golfa na fakulteti za šport začel sanjati svoje igrišče, je bila kronana uradno sredi avgusta.

Golf na 18 luknjah, ki jih je projektiral slovenski golfski arhitekt **Peter Škofic**, so začeli igrati že lani, a vseh predvidenih spremljajočih objektov še ni bilo, zato so z uradnim odprtjem počakali, da je bila urejena tudi klubska hiša z restavracijo, sanitariji in drugimi objekti na igrišču. "Težko opišem ta večer, ko nas je šesterica hkrati rezala otvoritveni trak. Levo in desno ob meni še baronica Kristina Lazarini Stupica,

Evgenija Lazarini, ki sta mi prisluhnili in verjeli v projekt novega igrišča. Tudi zato sem lahko od njiju z bančnim posojilom odkupil zemljišče za igrišče. K rezanju sem povabil še župana Medvod Stanislava Žagarja, pa mojega prvega učitelja golfa, golfsko legendo in prvega slovenskega poklicnega učitelja golfa Rafaela Jermana in vodjo nove restavracije Dado Jerovšek," nam je povedal lastnik in direktor Golf projektov **Marko Štirn**, ki je dosanjal golfsko igrišče Diners Ljubljana. Na razpisih evropskih skladov za regionalni razvoj je uspel in dobil 1,1 milijona evrov za dokončanje devet milijonov evrov vredne naložbe. Že pred "krstom" igrišča so po zgodovinskih in lokalnih virih poimenovali vseh 18 lukenj. Akademski slikar Jože Trobec jim je dal še slikarsko dušo. Osemnajsta je Osamljeni orel. Luknja Marka Štirna. Zaslužil si jo je z izgradnjo 12. slovenskega golfskega igrišča.

Marko se je v govoru zahvalil prijatelju Gregorju Sedovniku, ki je med gradnjo dobesedno preživel na gradbišču vse dneve na strojih: "Premetati je bilo treba najmanj 200 tisoč kubičnih metrov zemljine. Zahvala gre tudi poslovnemu prijatelju Pavlu Pintarju, obema bratoma Gregorič, ki zdaj z mladimi sodelavci vodita golfsko akademijo, pa zaposlenim v recepciji in vsem, ki skrbijo, da je vsako jutro igrišče pripravljeno za obiskovalce." V pomoč mu je bil tudi zunanji sodelavec Gorazd Nastran, predsednik združenja vzdrževalcev golfskih igrišč in velik mednarodni strokovnjak, ki je priporočil Marku tudi kolegico Vanjo Drašler. Ta bo v krajši odsotnosti Gregorja Sedovnika prevzela vzdrževalno ekipo igrišča. **Mirko Kunšič**



Slikovna uganka

Kako dobro poznamo našo deželo?

Poletje se počasi izteka, toda semkaj ob Zbiljsko jezero se bodo zgrinjale množice miru, idil in jat labodov željnih obiskovalcev na jesen in v zimo. Kateri hrib je na posnetku na sredi in zadaj in kaj naj bi bilo tisto, na sliki sicer komaj vidno, pod njim? In še to. Kje sem stal, ko sem naredil posnetek? Odgovore pošljite do konca septembra na naš naslov Gorenjski glas, Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj, s pripisom "za Sotočje". En pravičen odgovor bomo izžrebali in ga nagradili.



V julijski številki smo vas spraševali, kje in pod kakšnimi imeni se "rojevajo" vode na posnetku? Na sliki je Sotočje Save in Sore pod knjižnico. Sava nastane z zlitjem Dolinke (izvirajoče v Zelencih) in Bohinjke (izvirajoče v slapu Savica), Sora pa z zlitjem Selščice (rojene iz potoka Sora pod vasjo Sorica in iz potoka Zadnje Sore, rojene pod Petrovim Brdom) ter iz Poljanščice (ki izvira kot Sovra v istoimenskem zaselku blizu Rovt) v Škofji Loki. Žreb je določil, da nagrado, ki vam jo bomo poslali po pošti, prejme **Tomaž Kozamernik iz Vaš**. Čestitamo.



Jože Praprotnik, avtor slikovne uganke

Poezija pod kostanjem

KUD Smlednik je poleti organiziral dva literarna večera na dvorišču kulturnega doma: prvega so organizirali mladi, drugega tisti v srednjih letih.

Smlednik - Skupni naslov tovrstnih srečanj je Večeri pod kostanji. Prvi literarni večer so mladi kulturniki pripravili že konec junija, in sicer so izbrali ljubezensko poezijo. V vabilu so napisali, da bodo nastopajoči in poslušalci "ob kozarcu vina in domačem siru ter ob prebiranju ljubezenske poezije skupaj ugotavljali, da se že vse od antike zaljubljeni sprašujejo in filozofi razmišljajo o povsem istih vprašanjih o ljubezni kot mi danes". Mladi so domiselno pripravili prizorišče: oder, na tlakovanem dvorišču pa še mizice s sirom in kozarci vina, in stole - okrog mizic seveda. Poezijo so razdelili po tematikah in temu primerna je bila tudi režija dogodka. Da domačini nekaj dajo na svoje kulturno društvo, se je pokazalo pri udeležbi: vsi stoli ob mizah so bili zasedeni, nekaj jih je bilo treba še prinesiti.

Drugi Večer pod kostanji pa je bil posvečen Slovenski Istri, njenemu kulturnemu bogas-

tvu in tradiciji pa tudi pesniku Ivanu Novaku, doma iz Ospa pod Kraškim robom. Na srečanje je prišel skupaj z ženo Matildo. Prireditelj je povezovala Nevenka Bogataj, sicer zaposlena v Andragoškem centru Slovenije, najprej pa je k besedi povabila domačina v tradicionalni smleški praznični noši Metoda Ferbarja, ki je na kratko povedal nekaj o zgodovini kraja in gradov: Starega gradu in Lazarinijeve graščine v Valburgi. Z vprašanjem o domačem kraju in pokrajini se je potem obrnila na gosta, zakonca Novak, ki sta izmenjaje pripovedovala o istrskih krajih in navedbah, nato pa so prišle na vrsto še pesmi. Ivan Novak jih je prebiral sam in poslušalci, ki so pokazali, da ne cenijo le svojega kraja, ampak tudi druge, saj je bilo dvorišče kulturnega doma tudi ta večer polno, so mu večkrat zaploskali.

Marjeta Žebovec, foto: Iztok Pipan



Oba sogovornika, tako Ivan Novak (prvi z leve) kot Metod Ferbar, sta poskrbela tudi za smeh. No, tudi dami nista bili vedno čisto resni.

Petdeset let TOD Smlednik

Smlednik - Turistično olepševalno društvo Smlednik praznuje 50 let delovanja. Ob tem pripravljajo prireditev s sloganom "Moj kraj, moj ponos". Potekala bo v soboto, 11. septembra. Ob 13.30 se bo začel voden ogled centra Smlednika. Zbor bo na Trgu sv. Urha, kjer bo kratka predstavitev zgodovine kraja. Izvedeli boste vse o smledniški ljudski noši, krajevni posebnosti Flančnikih in si ogledali župnijsko cerkev skozi oči umetnostne zgodovine. Ogled cerkve bo vodil Franci Lazarini, župnik Tomaž Nagode pa bo zaigral na orgle. Ob 16. uri se bo na dvorišču kmetije Jeraj začel semanji dan v Smledniku. Poleg prikaza kmečkih opravil se bodo predstavili vsi kmetovalci v vasi in na ogled, degustacijo in nakup ponudili svoje izdelke. Praznovanje se bo nadaljevalo na starem gradu s slavnostno akademijo s podelitvijo priznanj, ki se bo začela ob 18.30. Udeležbo je potrdil tudi predsednik Turistične zveze Slovenije Dominik S. Černjak. Praznovanje bodo zaključili z druženjem, na katerem bo igral ansambel Krila. **M. B.**

Intenzivni treningi baleta

V organizaciji Baletne šole Stevens je potekal osmi Gorenjski baletni poletni seminar.

Naklo - V Baletni šoli Stevens so bili aktivni tudi med počitnicami. Tako kot vsako leto so tudi letos organizirali osmi Gorenjski poletni baletni seminar, ki je od 16. do 26. avgusta potekal v Naklem. Udeležilo se ga je trideset deklet od enajstega leta starosti dalje, ki so bile razdeljene v dve skupini. Prišle so iz vse Slovenije, največ v njih je bilo s iz Baletne šole Stevens.

Več o seminarju je povedala **Nena Vrhovec Stevens**, ki skupaj z možem Andrewom Stevensom vodi šolo: "Počitnice so za nas, baletnike, predolge. Vaditi je potrebno tudi čez

poletje. Prednost treningov na baletnem seminarju so tudi zelo intenzivni treningi, ki potekajo deset dni po tri ure na dan. Držimo se klasike in poučujemo klasični balet, vaje na konicah prstov, ženske in moške solo variacije, in kar je v Sloveniji ena izmed redkosti: klasični pas de deux (ples v dvojje)." Na seminar so tudi letos povabili zunanjega učitelja. To je bila Alenka Ribič Laufer, pedagoginja in primabalerina v SNG Maribor.

Kako potekajo treningi na poletni šoli, so si vsi, ki jih balet kakorkoli zanima, lahko približje



Eva Lasič in Manca Torkar z Neno Vrhovec Stevens in Alenko Ribič Laufer



Utrinek z Gorenjskega baletnega seminarja

ogledali na zadnji dan, ko so imeli dan odprtih vrat. Med udeleženkami, videti je bilo, da so vse poleg v plesu uživale tudi v druženju, je bilo kar nekaj Medvoščank. "Deveto leto plešem v Baletni šoli Stevens. Balet mi je bil vseč že od majhnega. Na seminarju sem četrtič. Naučiš se novih variacij, vseč mi je ples v parih, pa tudi to, da spoznaš delo drugih učiteljev," je povedala **Eva Lasič** iz Pirnič. **Manca Torkar** iz Pirnič balet prav tako pleše deveto leto, na seminarju pa je bila tretjič: "Veliko se naučiš, delaš v paru, za kar med letom praktično ni možnosti. Treningi so kar naporni, a če uživaš v baletu, ni težko." **Maja Bertoncelj**

Ustvarjanje v likovni sekciji KUD Zbilje

Zbilje - Od leta 2005 v KUD Zbilje deluje likovna sekcija, katere vodja je dipl. slikarka Renata Grmovšek. V sekcijo je vključenih štirideset aktivnih članov, ki se dobivajo enkrat na teden in se udeležujejo številnih samostojnih in skupinskih razstav, ex-temporov in različnih likovnih natečajev. K vpisu vabijo tudi nove člane. Letos se bosta pri mentorstvu skozi leto poleg Grmovškove izmenjevala še mag. umetnosti Peter Gaber in akad. slikarka Andreja Eržen. "Delo bo potekalo podobno kot prejšnja leta, le da bo letos v več tematskih sklopih, znotraj katerih bomo študirali specifične likovne naloge. V prvem sklopu bo poudarek na slikanju kot umetniško-izrazni praksi, v drugem bomo risali in slikali figuro in portret, v zadnjem pa študirali kompozicijo z risanjem in slikanjem tihožitja," pravijo mentorji. Dejavnost so iz slikarstva razširili še na druge dejavnosti likovnega ustvarjanja. Jeseni pripravljajo grafično delavnico, ki jo nameravajo obogatiti z delavnico tiska voščilnic v prednovoletnem času, za otroke pa ustvarjalnice v naravi. **M. B.**

Dokumentarec o taborišču Kampor

Ljubljana - Na obletnico kapitulacije Italije so v Muzeju novejšje zgodovine premierno predstavili dokumentarni film z naslovom Skozi trpljenje v svobodo. Film govori o italijanskem koncentracijskem taborišču na otoku Rabu. V nedeljo zvečer bo predvajan tudi na nacionalni televiziji. Težišče predstavitve sloni na besedilu, ki sta ga na podlagi večletnih raziskovanj pripravila prof. Herman Janež, predsednik taboriščnega odbora, in akademik dr. Anton Vratuša, namestnik komandanta Rabske brigade. Režiser filma je Jože Vozny, ki mu je pri delu pomagala ekipa Televizije Medvode, avtor glasbe je Slavko Avsenik ml., izdelavo filma pa je sofinanciralo Ministrstvo za kulturo. "Film je dolg dobrih 42 minut in je v prvi vrsti namenjen mladi generaciji, učencem in dijakom. Brezplačno bo dostopen tudi na spletu. S tem želimo doseči čim več mladih," je povedal **Iztok Pipan**, direktor produkcije. **M. B.**

S ponosom bom
delal za vas.

SDS



Saša Ciglar

Saša Ciglar,
vaš kandidat za župana

www.sds.si

Počitniške delavnice v knjižnici

Knjižnica Medvode je letos prvič v času poletnih počitnic pripravila ustvarjalne delavnice, ki so potekale zadnji teden julija in prvi avgusta.

Medvode - "Danes delamo avtobus, v preteklih dneh smo izdelovali ptičke, ogrlice, klobuke, zapestnice, barvali smo kamne, ribice. Tukaj je zelo zanimivo," je povedala **Hana**, osnovnošolka, ki je štirinajst dni vsak dan obiskovala ustvarjalne delavnice v Knjižnici Medvode, ki so bile brezplačne. Letos so potekale prvič, in sicer med 27. in 30. julijem in med 2. in 6. avgustom.

"Ustvarjali smo iz različnih materialov: papirja, tekstila, usnja, volne, trdih materialov, veliko tudi kombiniramo. Vsak dan je bilo na delavnicah okrog deset otrok, starih od pet do deset let. Radi so ustvarjali in nastalo je veliko lepih izdelkov," je ob našem obisku na zadnji dan delavnic povedala mentorica **Milanija Kozič**, ki je vodila delavnice. Izdelke so razstavili, tako da so tudi starši lahko



Otroci so pod vodstvom Milanije Kozič ustvarjali iz različnih materialov.



Izdelke so tudi razstavili. Na sliki je le delček tega, kar je nastalo na ustvarjalnih uricah.

pogledali, kaj so ustvarili njihovi otroci. "Naredil sem kar veliko različnih izdelkov. Na delavnicah sem bil trikrat. Všeč mi je, ker smo delali iz različnih materialov. Naučil sem se tudi kaj novega. Rad ustvarjam," je bil zadovoljen **Tine**, z desetimi leti najstarejši udeleženec delavnic, s katerimi so v Knjižnici Medvode otrokom popestrili nekaj počitniških dni. **Maja Bertoncely**



Najstarejši udeleženci oratorija v Sori so v "rokodelski" delavnici izdelali in postavili veliko sončno uro.

Na oratorijih z deklico Momo

Oratoriji so letos potekali pod geslom Pazi, čas! Otroci so se učili pomembnosti časa za prijatelje, animatorji pa odgovornosti ob delu z njimi.

Sora - Med počitnicami so bili v štirih župnijah medvoške občine oratoriji. Obiskali smo ga v Sori, kjer potekal med 16. in 21. avgustom, udeležilo pa se ga je skoraj 130 otrok in animatorjev.

Letošnja oratorijska zgodba je sledila deklici Momo, ki je znala poslušati in si vzeti čas, česar v natrpanih urnikih sodobnega vsakdanjika vse prevečkrat nismo sposobni. Njeno sporočilo pravi, da je v resnici pridobljen čas samo tisti čas, ki je podarjen. Pet dni so udeleženci oratorija preživeli v druženju na dvorišču župnijskega doma, en dan pa so bili na obali. "Letos se je oratorija udeležilo še največ otrok, čeprav je bilo nekaj časa videti, kot da ne bo tako. Očitno je termin dober, verjetno pa gre reklama zanj tudi od ust do ust," je ustvarjalno-delovni teden opisal **Jože Čuk**,

sorški župnik. Oratorij se mu zdi pomemben predvsem zaradi animatorjev, ki se učijo odgovornosti in spoštljivosti do otrok.

Najmlajši animatorji so bili letošnji birmanci, zdaj že učenci devetega razreda osnovne šole. "Morda najtežje se mi zdi umiriti otroke, če nagajajo, in jih pripraviti do tega, da začnejo delati," je svoje prve izkušnje iz animatorških vrst opisala **Lucija Breclj** s Senice. Njena sovaščanka **Tina Križaj** je dodala: "Pripraviti jih moraš do tega, da sodelujejo in jim vzbudijo zanimanje. Ko sem bila sama udeleženka, mi ni bilo treba skrbeti za nič, kot animatorka pa imam skrbi več in domov pridem utrujena." Otrokom oratorij vsako leto ostane v lepem spominu in gotovo bo tako tudi prihodnje leto, ko ga bodo v Sori priredili že sedmič. **Peter Košenina**

Vrnitev Sušnikove v rojstni kraj

Od 2. avgusta do 13. septembra je v Knjižnici Medvode na ogled razstava o življenju in delu dr. Branislave Sušnik, pokojne antropologinje svetovnega formata, ki se je leta 1920 rodila v Medvodah, večino svojega življenja pa preživela v Paragvaju. Ukvarjala se je s preučevanjem indijanskih plemen.

Medvode - Dr. Branislava Sušnik je bila ena vodilnih antropologinj v Južni Ameriki in dolgoletna direktorica etnografskega muzeja v glavnem mestu Paragvaja Asuncionu. Rodila se je 28. marca v Medvodah, kjer je preživela svoja zgodnja leta. Na ljubljanski Filozofski fakulteti je vpisala študij zgodovine, hkrati pa na Teološki fakulteti poslušala predavanja iz klinopisa in asirsko-babilonske pisave. Diplomirala je v času druge svetovne vojne, istočasno pa je tudi že študirala etno-zgodovino in uralo-baltiško jezikoslovje na Dunaju. "Še bolj kakor želja po znanju jo je v svet gnalo spoznanje o krutosti vojne, saj je bila priča umoru svojega očeta, ki je padel kot ena prvih žrtev komunistov že avgusta 1941. Po doktoratu na Dunaju leta 1942 je nadaljevala študij v Rimu, za kar je potrebovala posebno dovoljenje. Kot prva ženska je namreč obiskovala Papeški biblični inštitut, kjer se je specializirala v kulturah in jezikih Bližnjega vzhoda, na Vzhodnem inštitutu pa je izpopolnjevala svoje znanje jezikoslovja. Diplomirala je z nalogo o pet tisoč let starih klinopisnih ploščah iz Kapadokije," je zapisala avtorica razstave **Helena Janežič** iz Narodno univerzitetne knjižnice.

Vsako leto med Indijanci

Po končanem študiju se je leta 1944 vrnila v Slovenijo, kjer pa ni bila sprejeta. Bila je zaprta v Ajdovščini, ker so jo ujeli, ker je hotela v Italijo. Pobegnila je na Koroško, nekaj časa je bila v taborišču v Lienzu, nato pa ji je uspelo oditi v Rim. Od tam je usoda dr. Branislavo Sušnik leta 1947 popeljala v Argentino, leta 1951 pa v Paragvaj. V glavnem mestu Asuncion je leto kasneje prevzela mesto direktorice Etnografskega muzeja in ga vodila vse do svoje smrti. Neustavljivo delovna in znanosti predana je ostala tudi na tem položaju. Stanovala je v sobici v muzeju in poleg njegovega vodenja leta 1953 sprejela mesto predavateljice na univerzi v Asuncionu. Leta 1960 je prevzela katedro za kulturno antropologijo, od leta 1961 pa je naslednjih dvajset let vodila katedro za ameriško arheologijo in etnologijo na Državni univerzi v Asuncionu.



Razstavo o dr. Branislavi Sušnik si v Knjižnici Medvode lahko ogledate še do 13. septembra, stalno spletno postavitev razstave pa najdete na spletni strani <http://www.nuk.uni-lj.si/razstave/susnik.html>.

Predavala je in vodila tečaje ter seminarje na institucijah po Ameriki ter pisala in dokumentirala svoje številne terenske raziskave. Janežičeva pojasnjuje: "Posebno poglavje so njena vsakoletna odhajanja na teren med Indijance. Predmet njenega zanimanja je bilo trinajst indijanskih plemen in vsako leto je več mesecev preživela med njimi. Družila se je predvsem s šamani in vrači, saj se je od njih največ naučila. Najbrž si je pot mednje lažje utrla tudi zaradi svojega ne preveč ženstvenega videza. Pisala je v jeziku dežele, kjer je delovala, torej v španščini, kljub temu pa je na prošnjo Slovencev iz Buenos Airesa napisala štiri prispevke tudi v slovenskem jeziku. Njena bibliografija obsega skoraj sto objavljanih del."

Njena druga domovina Paragvaj se ji je za prispevke znanosti oddolžila na več načinov. Leta 1993 je prejela Nacionalno nagrado za znanost. Paragvajski predsednik jo je po njeni smrti (umrla je leta 1996) odlikoval z najvišjim redom republike za "ustvarjalni prispevek k paragvajski identiteti". Leta 2005 so njeno podobo natisnili na poštno znamko in konec preteklega leta je dobila svojo ulico v glavnem mestu Paragvaja Asuncion.

Maja Bertonec

Iz korenin

N.Si
Nova Slovenija
Krščanska ljudska stranka

Blizu ljudem.

V Jedru počitnice ob animacijah

V Mladinskem centru Medvode so tudi med letošnjimi počitnicami pripravili poletne kreativne delavnice za mlajše ustvarjalce.

Medvode - Trideset otrok, starih od sedem do dvanajst let, je med letošnjimi počitnicami obiskovalo brezplačne poletne kreativne delavnice z imenom Pravljično Medvodje. V Jedru, klubu Mladinskega centra Medvode, ki je bil organizator delavnic, so potekale zadnja dva tedna v avgustu, od ponedeljka do petka med 10. in 15. uro.

"Delavnice potekajo zelo podobno kot lani. Glavna nit ostajajo animacije, ki se jih otroci še zdaleč niso naveličali. Nastajajo različne animacije. Tema je odštekana, nora, absurdna animacija in gre otrokom dobro od rok. Samo prvi teden so naredili štirinajst animacij, kar je dobra produkcija," je povedal **Peter Gaber**, vodja delavnic in eden izmed petih animatorjev. Preko animacije so otroci spodbujali in razvijali kreativnost. "Animacije izdelujemo v stop-motion tehniki tako, da rišemo, slikamo, modeliramo, lepimo, režemo, tako ali drugače oblikujemo, posnamemo zvoke, vsak korak animacije fotografiramo in na koncu vse skupaj s pomočjo računalnika sestavimo v tekoče gibanje. Otroci le pustijo domišljiji svojo pot in ustvarjajo," pravi Gaber.

Poleg dela na animacijah je bilo dovolj časa tudi za različne družabne igre, tako da otrokom res ni bilo dolgčas. Večina otrok je bila na delavnicah že pretekla leta in pri teh je napredek pri animacijah najbolj viden. V to so se lahko prepričali tudi starši. Delavnice so se namreč končale z zaključnim dogodkom, na katerem so otroci predstavili svoje delo.

Maja Bertoncej



Otroci so se na delavnicah zabavali ob druženju in ustvarjanju.

Uživali v košarkarskem spektaklu v Stožicah

V teh dneh se zaključuje svetovno košarkarsko prvenstvo, na katerem pomembno vlogo igra tudi slovenska košarkarska reprezentanca. V Vzgojno-izobraževalnem zavodu Frana Milčinskega Smlednik pa so se sredi avgusta odzvali vabilu Košarkarske zveze Slovenije v akciji Žoge za mladinske domove. "Skupaj z gojenci smo si lahko ogledali pripravljano tekmo slovenskih košarkarjev v Stožicah, vsak je dobil košarkarsko žogo, kdor je želel, pa se je z reprezentanti tudi slikal," je po dogodku, ki je mladim dal veliko elana za delo v športu, povedal vzgojitelj Gregor Jež. Gojenci so bili navdušeni nad prijaznostjo slovenskih košarkarskih reprezentantov, povsem v bližini so bili nogometni reprezentanti (in delili avtograme ter se slikali), na dosegu roke so bili tudi španski košarkarji. Številnim gojencem je žal, da so bili v tistih dneh na počitnicah in niso bili zraven. Danes bi bili del slovenske košarkarske zgodbe. Na sliki: učitelj Silvo Bogataj, Veljko in Medard ter Gregor Jež.

B. B.



**PAPIRNICI IN KNJIGARNA,
FOTOKOPIRANJE**

**Medvoška cesta 3,
BC MEDVODE
tel.: 01/361-72-80,
fax: 01/361-72-85
www.citanka.com,
info@citanka.com**

*** VSE ZA ŠOLO
* ZELO UGODNE CENE
OSTALIH POTREBŠČIN**

AKCIJA
ZVEZKI ČITANKA
v kompletu
10 kosov
za samo 7€

Delovni čas: od 8. do 19. ure, sobota: od 8. do 13. ure

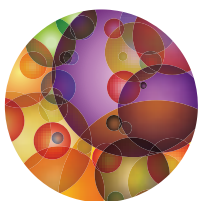
GG naročnine

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

www.gorenjskiglas.si

KOLOVOZ, d.o.o.,

Zbilje 95, 1215 MEDVODE
Če iščete RAČUNOVODSKE
STORITVE, smo pravi naslov
za vas. Pokličite nas
po telefonu: 01/3613-564



JEDRO = ODPERTO ZA KOZMIČNE VIBRACIJE

klub MCM medvode

Spored za september 10 / več na www.mcmmedvode.si

NAPOVEDNIK

PONEDELJEK/13.09.	19.00	VADBA /// JOGA : Katja Mlakar, info katja.100@gmail.com
SREDA/15.09.	16.00	ŠOLA /// BOBNARSKA DELAVNICA : Klemen Markelj
SOBOTA/18.09.	11.00	SREČANJE TOLKIENOVEGA DRUŠTVA /// DELAVNICA IZDELOVANJA KOSTUMOV : Peter Gaber
NEDELJA/19.09.	10.00	MAGIC THE GATHERING /// 4. TURNIR VINTAGE LIGE V : Martin Robič
PONEDELJEK/20.09.	19.00	VADBA /// JOGA : Katja Mlakar, info 042 767 565
TOREK/21.09.	20.00	PREDSTAVITEV AVTORJEV /// AKTIVNA KRITIČNA MISEL : Marina Gržinič, Zvonka Simčič, Petra Rodman, Jaka Kramberger
SREDA/22.09.	16.00	ŠOLA /// BOBNARSKA DELAVNICA : Klemen Markelj
PONEDELJEK/27.09.	19.00	VADBA /// JOGA : Katja Mlakar, info 042 767 565
SREDA/29.09.	16.00	ŠOLA /// BOBNARSKA DELAVNICA : Klemen Markelj
PONEDELJEK/04.10.	19.00	VADBA /// JOGA : Katja Mlakar, info 042 767 565
SREDA/06.10.	16.00	ŠOLA /// BOBNARSKA DELAVNICA : Klemen Markelj



POČITNIŠKE USTVARJALNICE

Letos so otroci mentorje presenetili z razigranostjo in kreativnostjo! Ne le, da so zopet ustvarili veliko zanimivih in zabavnih animacij, posneli so tudi 10 minutni film, nam profesionalno izdelali in postregli limonado, nas pošteno namučili z igrami Med dvema ognjema in nam prikazali vojno z vodnimi balončki... Prave vragolije in čarovnije! Mladinski center se zahvaljuje otrokom za udeležbo in trud, njihovim staršem za zaupanje in podporo in mentorjem za dobro opravljeno delo! // Peter Gaber



MAGIC THE GATHERING /// 4. turnir Vintage Lige V /// NEDELJA 19.09 ob 10.00

Magic the Gathering je družabna kartaška igra, ki animira množstvo mladih in mladih po srcu že uspešnih 17 let. Združuje elemente klasične fantazijske kartaške igre, torej strategijo za naprežanje sivih celic, "luck factor" za nepredvidljivost in domišljijški svet za pravi "flavour". Rezultanta tega je obilica zabave v dobri družbi. Čeprav so v MtGju zastopane vse mladostne skupine (od OŠ pa do penzionistov) smo igralci v 90% študentje.

V Jedru bomo odigrali četrti turnir Vintage Lige V v igri Magic: The Gathering, in sicer v formatu Type 1 oz. Vintage z 10 proxyji. Začeli bomo ob 10:00, igrali pa bomo predvidoma pet rund po 50 minut. Več informacij o Vintage Ligi V najdete na www.irts.si/forum/index.php?showtopic=58128. Prijave na turnir niso potrebne, za vsa vprašanja pa pišite na fenikz@gmail.com. Vabljeni!



AKTIVNA KRITIČNA MISEL /// TOREK 21.09.10 ob 20.00

Družba je živ organizem z lastnim karakterjem oz. z (ne)napisanimi okvirji, ki v dobri meri determinirajo način in kakovost bivanja njenih pripadnikov. Vsekakor pa to velja tudi v obratni smeri. Ljudje sami (lahko) prav tako vplivamo na družbo in sami določamo oz. spreminjamo njene karakterne značilnosti. To je pravzaprav naša dolžnost. Naša reakcija je ključna za obstoj in predvsem za razvoj sistema v katerem bivamo. Če smo z njim zadovoljni, odlično! Vsak je vesel prijazne pohvale, ki potrdi dobro vloženi trud in ohrabri nov korak. Žal pa ne poznam človeka, za katerega bi lahko rekla, da je v celoti zadovoljen s karakterjem družbe v kateri živimo. Za večino bi lahko celo rekla, da je pretežno nezadovoljna, kot pretežno oblačno vreme. Nekatere muči denarna, druge zdravstvena, tretje psihična stiska. Moti nas gužva na cestah, visoki davki, brezposelnost, socialna ogroženost, pomanjkanje pitne vode, tajkuni in politiki, plastika, slabi izdelki, preveč hrupa in svetlobnega onesnaževanja, monokulture, živalske tovarne, jumbo plakati, ptičja gripa... Skratka, priznajmo si, veliko je možnosti za našo reakcijo. Za jasno in glasno družbeno kritiko. Bilo bi zdravo; kot je zdrav samoohranitveni imunski sistem. Svoj pogled na družbeno kritiko bodo predstavili štirje ustvarjalci, umetniki v različnih življenjskih obdobjih: **Marina Gržinič** (doktorica filozofije, raziskovalka na ZRC SAZU, konceptualna umetnica, univerzitetna predavateljica), **Zvonka Simčič** (magistra umetnosti, konceptualna umetnica) in dva mlajša avtorja **Petra Rodman** (diplomirana oblikovalka) in **Jaka Kramberger** (diplomirani oblikovalec, pesnik, aktivist). // Emina Djukić /// več o MCMju najdete na : www.mcmmedvode.si

NOVO V MEDVODAH

Pooblaščenca agencija Zavarovalne družbe AdriaticSlovenica d.d.



DAMI Zavarovanje, zavarovalniško zastopanje d.o.o.

Tel.: 01/542 56 38, GSM.: 041/734-805

Fax.: 541 99 40

E-pošta.: info@dami.si

www.dami.si

PE **Seškova 6, 1215 Medvode**

Uradne ure

Od ponedeljka do četrтка od 09:00 do 12:00 in od 14:00 do 18:00 ure,
v petek od 09:00 do 12:00 in od 14:00 do 16:00 ure

(oziroma po predhodnem dogovoru. Lahko pa se dogovorimo tudi za obisk pri vas doma, v službi, ob prevzemu vozila)

- ***Sklepanje avtomobilskih in imovinskih zavarovanj na obroke brez obresti***
- ***Zavarovanje plovil in živali***
- ***Ureditev dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja***
- ***Zavarovanje zdravstvene asistencije v tujini Coris***
- ***Zavarovanje pravne zaščite ARAG***
- ***Plačevanje AS-ovih položnic brez provizije***

KJE SMO



AKCIJA

do 31.12.2010



*Vse, ki boste sklenili novo stanovanjsko zavarovanje v naši agenciji v Medvodah bomo nagradili z **GASILNIM APARATOM***

Colorjev premaz na vseh strehah sveta

Color Medvode, član Skupine Helios, ima svetovno inovacijo - edinstveni premaz za sončne kolektorje.

Medvode - Velika novost, ki jo je nemški partner podjetja oklical za svetovno inovacijo, ki jim bo privarčevala veliko stroškov, posledično pa povečala prodajo sončnih kolektorjev, se bo dobro poznala tudi v bilancah Colorja. Prvo leto naj bi z inovacijo zaslužili skoraj milijon, v prihodnjih sedmih letih pa skupaj kar 15 milijonov evrov. "V sodelovanju s Kemijskim inštitutom iz Ljubljane smo razvili proizvod svetovnega formata, ki je pomemben tudi z ekološkega vidika, predvsem pa gre za proizvod z visoko dodano vrednostjo," novost opisuje direktor medvoškega Colorja **Matjaž Hafner**.

Posel je posledica odličnega in dolgoletnega sodelovanja podjetja z omenjenim Kemijskim inštitutom in sodelovanjem slednjega z njihovimi kolegi v Freiburgu. Tudi zato so Colorjevci in nemško podjetje Alanod hitro našli skupni jezik: pogodbo so podpisali februarja letos, svetovno novost pa julija predstavili na sejmu Intersolar v Münchnu. "Da gre za svetovno inovacijo, nismo določili mi, ampak naš kupec, podjetje Alanod, ki je vodilni proizvajalec materialov

za sončne kolektorje oziroma absorberje. Do sedaj so uporabljali zelo zapleten, drag in zamuden postopek, odslej pa na svitek kovine neprekinjeno nanašajo naš premaz, ki se med procesom temperaturno utrdi, pločevina pa navije na kolut ter pošlje izdelovalcem sončnih kolektorjev. Svetovna inovacija je v hitrosti nanašanja in ponovljivih lastnostih premaza, kar doslej ni uspelo nikomur," tehnično plat pojasnjuje Colorjev vodja projekta **Miha Steinbücher**.

Izboljševanje poslovnih rezultatov je v gospodarsko težkih časih vsekakor spodbudna novica. Zagotovo pa je industrija sončnih kolektorjev kljub krizi v vzponu, zato je posel z nemškim partnerjem še pomembnejši. "Dodana vrednost spektralno selektivnih premazov je bistveno višja, kot je običajna v industriji premazov," je pojasnil direktor Hafner. Strokovnjaki pričakujejo, da se bo solarno termični trg v prihodnjih letih bistveno povečal, po nekaterih napovedih tudi do desetkrat, realni cilj pa je vsaj 25-odstotna rast. "Podjetje Alanod je trenutno naš ekskluzivni kupec, njen glavni trg sta Sredozemlje in Evropa, pojavlja se tudi



Matjaž Hafner in Miha Steinbücher

Kitajska, kar pomeni, da tej deželi nekaj tudi vračamo nazaj. Alanod ocenjuje, da bi lahko z našim premazom osvojil četrtno evropskega trga. Pa ne takšnega, kot je sedaj, ampak pričakovanega, ki naj bi se v desetih letih vsaj podesetiril," pojasnjuje Steinbücher.

Poleg neposrednih se v Colorju zavedajo tudi posrednih učinkov, ti pa se kažejo predvsem v sodelovanju z enim od največjih podjetij na področju solarne tehnike, hkrati pa skupni razvoj novih produktov. Razvoj novega proizvoda sicer za-

hteva nekaj časa. "Z dr. Borisom Orlom sva kmalu ugotovila, da pisanje znanstvenih člankov ali patentiranje ni veliko vredno, če izdelek nima trga. Novi premazi dokazujejo, da delamo dobro," sodelovanje opisuje Hafner. Color je od letos sestavni del Heliosa, prej je bil samostojna pravna enota slovenskega premaznega giganta. Letošnja prodaja Colorja, ki izdeluje praškaste premaze, smole in premaze, je večja kot lani za deset do 15 odstotkov.

Boštjan Bogataj, foto: G. K

Kmalu začetek prodaje stanovanj

Trzinsko podjetje Adria Grad je investitor večstanovanjskega objekta Na Klancu v Medvodah. Čeprav se v mestu govori, da gradnja že več mesecev stoji zaradi težav velenjskega gradbenega podjetja Vegrad, pa direktor Tomaž Sajovic to zanika, čeprav se je rok dokončanja gradnje nekoliko podaljšal. "Dela, čeprav so nekoliko upočasnjena in prilagojena trenutnim gospodarskim razmeram, potekajo nemoteno v notranjosti objekta. Gradnja bo zaključena do konca leta, spomladi pa pripravljena na vselitev novih stanovalcev," je pojasnil Sajovic. O prekinitvi pogodbe z insolventnim Vegradom v Adria Grad zaenkrat še ne razmišljajo, zato pa izvajalcem del pomagajo z nakupom materiala. Podjetje bo že prihodnji mesec trgu ponudilo 63 stanovanj. Direktor Sajovic pravi, da zanimanje med kupci obstaja, vendar zaenkrat zgolj na informativni ravni.

Boštjan Bogataj, foto: Gorazd Kavčič



Večstanovanjski objekt Na Klancu bo zaključen do konca leta.

NA KLANCU

Gostilna 1907 Pizzeria



**Pokusite
odlične pizze in
ostale jedi**



NEVERJETNO!
Do konca leta 2010
vam do 11.30 ure nudimo
MALICE ZA 2,99 €



Obiščete jih lahko vsak dan od 7. do 23. ure, ob nedeljah pa imajo odprto do 22. ure. Vabljeni!
Gostilna in pizzerija Na klancu, Gorenjska cesta 13, 1215 Medvode, tel.: 01 361 82 55
www.naklancu.com

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

Momordika, novost na naših vrtovih

Momordika (*Momordica charantia*) ali grenka melona je tropska rastlina iz družine bučnic. Njena domovina so tropska in subtropska območja Azije, Afrike in Južne Amerike. Rastlina je vzpenjavka in razvije do pet metrov dolge poganjke. Listi so temno zelene barve, nežno dlakavi in krpasto deljeni. Bledo rumeni, kumaricam podobni cvetovi, poganjajo iz listnih pazduh. Na rastlini se istočasno razvijajo ločeni moški in ženski cve-

lažjo kaljivost za nekaj dni namočimo v vodo in nato posadimo v lončke. Da rastlini zagotovimo dovolj vlage, lahko lončke pokrijemo s folijo. Po nevarnosti zmrzali rastline presadimo na vrt. Ustreza ji sončna in zavetna lega ter odcedna in hranilna tla. Postavimo ji oporo, po kateri se bo vzpenjala. Zaradi grenkih listov in plodov rastlina ni priljubljena pri škodljivcih, lahko pa jo napade kumar-na pepelovka.



tovi. Iz oplojenih ženskih cvetov se razvijejo podolgovati, svetlo zeleni in bradavičasti plodovi. Skozi zorenje se barva plodov spremeni. Ko dozori, se obarvajo svetlo oranžno in razpočijo na dnu, tako da na plan pogledajo tudi zrela semena, ovita v rdeč ovoj.

To nenavadno rastlino si lahko kot enoletnico vzgojimo tudi doma. Ker je na mraz občutljiva, moramo sadike zgodaj spomladi vzgojiti v ogrevanih prostorih. Semena za

Rastlina je užitna, a se je potrebno privaditi na neprijeten grenak okus. Uživamo mlade, čvrste še nezrele plodove, ki jih popečemo ali skuhamo. Jemo lahko tudi sveže v solatah in sokovih. Mlade liste in poganjke lahko pripravimo kot špinačo. Zrelim plodom se izogibamo, saj so zelo grenki in zato neužitni. Tudi če rastline ne bomo uživali, jo v vrt posadimo zaradi dekorativnih plodov.

Rok Kogovšek

Na vrtu pri Beštrovih



Tudi solata jim letos odlično uspeva.

Topol - Ljudje se vse bolj zavedajo pomena doma pridelane zelenjave. Bogat zelenjavni vrt imajo tudi pri Beštrovih na Topolu. Tokrat bomo pokukali na vrt, kjer so sedem let snemali TV-oddajo Naš vrt.

"Imamo tri vrtove, poleg tega tudi rastlinjak. Že petnajst let pridelujemo bio zelenjavo. Gnojimo samo s svojim kompostom in bio kompostom ter humusom, ki ga pridelujejo deževniki," je pojasnila **Nataša Bešter**, poznana kot TV-voditeljica in producentka TV-oddaj. Kot pravi, imajo na vrtu vso zelenjavo, ki jo potrebujejo v kuhinji: "Solato z vrta jemo od aprila do novembra. Veliko zelenjave shranimo tudi za čez zimo. Vsako leto vložimo okrog petdeset kozarcev fižola maslenca, iz paradižnika, paprike in čebule delamo omake. Bučke in blitvo blanširamo, prav tako shranimo por. Baziliko, drobnjak, peteršilj in zeleno shranimo v olivnem olju." Začimbe in zelišča (meta, melisa, žajbelj, rožmarin, sivka, peteršilj, šetraj, origano, pa tudi ameriški slamnik in ognjič) rastejo v skalnjaku.

In kaj imajo najraje na krožniku? "Na naših krožnikih se znajde vsa zelenjava, medtem ko mesa skorajda ne jemo več. K zelenjavi radi spečemo gobe in ribe, pa tofu in sejtan," še pravi Nataša in ob tem doda, da si vsak dan pripravijo tudi svež zelenjavni sok.

Maja Bertonec



Prodajalne:

MEDVODE, Cesta ob Sori 11
T: 01/3613-300

VODICE, Kamniška cesta 8
T: 01/8324-011

VIŽMARJE, Tacenska cesta 67
T: 01/5124-666

DOBRUNJE, Cesta II. Grupe odredov 43
T: 01/5471-684, G: 041/321-543

Odpiralni čas:

od ponedeljka do petka od 8. do 19. ure,
ob sobotah od 8. do 13. ure.

OKRASNA TRATA

**NAJBOLJŠI ČAS SETVE TRATE
JE SEPTEMBER, KER TRATA
OBLIKUJE MOČNE KORENINE.**

POSEBNA PONUDBA

- SEMENA TRAVNIH MEŠANIC
- GNOJILA
- PREKRIVNA FOLIJA
- VALJAR - IZPOSOJA
- SEJALNIK IN TROSILNIK - IZPOSOJA

*Sodobnost, Odtisnjena
za Prihodnost!*

Za vas izdelamo po naročilu:
knjige, brošure, revije, koledarje, plakate,
letake, vizitke, mape, zloženke, vabila,
kataloge, kuverte, bloke, dopise ...

*40-letna
tradicija*

TISKARNA
PLEŠKO

Tiskarna Pleško
tiskarna • grafični studio • knjigoveznica
www.tiskarna.net • info@tiskarna.net
Barletova 4, 1215 Medvode, Slovenija
Tel.: +386 1 36 25 200; Fax: +386 1 36 25 222

tiskarna●net

littera picta

美

KITajska RESTAVRACIJA
Beli Labod

酒

Tel.: 040 - 353 - 567
041 - 201 - 689

Dostava hrane na dom

www.beli-labod.com

Bizantova 22, Preska pri Medvodah

AKCIJA - Dostava hrane na dom:

- 1, Dostava hrane med 10:00 in 22:00 uro, pokličite tel: **041-201689, 040-353567**
- 2, pri dostavi na dom pijača **20% ceneje**
- 3, **Brezplačna dostava**, ne glede na število naročil (razen malice)
- 4, pri plačilu nad 10 € **rakov cips** samo **0,1 €**
- 5, pri plačilu nad 25 € prejmete darilo (**steklenico slivovega vina**)
- 6, **10% popust** pri naročilu hrane ob delavnikih med 10:00-12:00 (razen malice in kosila)
- 7, Ob naročilu glavne jedi kuhan **riž brezplačno**
- 8, Plačate s **kreditno kartico**: BA, VISA, MASTERCARD, MAESTRO, KARANTA (sporočite ob naročilu)

食

NAROČITE IN POKUSITE!!

味

Cvajnar najhitrejši na Osolnik

Kolesarsko dirko na Osolnik za Pomežik luni je dobil Urban Cvajnar iz Žlebov. Tretji absolutno Janez Debeljak iz Smlednika.

Sora - Športno društvo Sora je letos v okviru drugega Festivala kranjske klobase organiziralo kolesarsko dirko na Osolnik. Dobil jo je domačin, Urban Cvajnar iz Žlebov, pri ženskah pa je bila najhitrejša Jana Marinko iz Ljubljane.

”To je moja prva zmaga na dirki na Osolnik. Drugič sem bil najboljši v absolutni konkurenci. Prvič je bilo letos na amaterski cestni dirki v Voklem. Z drugouvrščenim Primožem Porento sva bila praktično do zadnjega kilometra z ramo ob rami, potem pa sem mu ušel. Očitno sem za napad izbral pravi trenutek,” je povedal **Urban Cvajnar**, 20-letni kolesar KD Brda. Letos je v najboljši formi doslej. Kot pravi, večino svojega prostega časa preživi na kolesu. Letno naredi okrog sedem, osem tisoč kilometrov. Za šport ga je navdušil oče Bojan, ki je prav tako dirkal na Osolnik in bil tretji v svoji kategoriji. Urban je na popoldansko dirko v Sori prišel z Rogle, kjer je dirkal dopoldne. Takšno taktiko je ubral tudi tretji absolutno na Osolniku, Janez Debeljak iz Smlednika, ki letos nastopa odlično in velja za enega boljših amaterjev v svoji starostni kategoriji. Na Osolniku je bil najboljši. ”Na tej dirki sem nastopil prvič, saj tekmujem šele prvo leto. Zjutraj sem bil na Rogli tretji v svoji kategoriji, tukaj prvi. Kolesariti sem začel pred štirimi leti, prej sem rekreativno in za druženje igral košarko. Na leto naredim okrog deset tisoč kilometrov,” je pojasnil 48-letni **Janez Debeljak**. V deseterici absolutno,



Razlika med kolesarji se je naredila že v prvem vzponu mimo cerkve v Sori.

na sedmem mestu, je bil tudi Medvoščan Marjan Kern, življenjski sopotnik atletinje Alenke Bikar, ki ga je v Sori čakala z njunima otrokoma: hčerko Piko in malim Maticem.

Pri ženskah je bila najboljša Jana Marinko, najboljša slovenska turna smučarka. Tretja absolutno je bila najboljša Medvoščanka **Ani Arčon**, ki je lanski vzpon zaradi poškodbe iz-

pustila, letos pa je bila znova na startu. ”Letos imam na kolesu malce več kilometrov, okrog 3500, ker smo bili na kolesarskem izletu od Beograda do Constance. V osmih dneh smo naredili okrog 1100 kilometrov. Bilo je super. To je bil poseben dopust, prav posebno doživetje,” je pojasnila Arčonova.

Maja Bertoneclj

Tršanu absolutna rolkarska zmaga

Tržič - Smučarski tekači tudi poleti nimajo tekmovalnega premora. Nastopajo na tekaških rolkah. Mednarodna tekma na rolkah, ki ima dolgoletno tradicijo, je 4. septembra potekala v Tržiču. Odlično so nastopili tudi Medvoščani.

Prvič je absolutno zmago na tej tekmi dosegel Rok Tršan iz Valburge, starejši mladinec, ki trenira z reprezentanco do 23 let. Kos mu ni bil celo noben član. Tršan je s treningi na novo sezono začel takoj po koncu lanske. Za njim so že priprave na Rogli in na Pokljuki, po novem trenira po programu trenerja Marka Gracarja. ”Veliko več delamo na moči. Dopoldne je trening na rolkah, kros, popoldne pa trening za moč. Testiranja kažejo boljše rezultate kot lani. Upam, da bo šlo tako tudi naprej in da bo tudi zima tako uspešna,” je povedal **Rok Tršan**, tekač Valkarton Logatca, katerega največji cilj v zimski sezoni bo poleg tekem celinskega pokala svetovno mladinsko prvenstvo: ”Lani sem bil 16., letos želim v deseterico. Največ računam na dvojno zasledovanje in 10 km klasično.” Velik napredek je že v poletnem delu pokazala tudi njegova sokrajanka **Anamarija Lampič** (TSK Merkur Kranj), ki je bila v Tržiču z naskokom najboljša mlajša mladinka. Tretja je bila **Anja Žavbi Kunaver** iz Zbilj, tekačica medvoškega ŠD ŠRC Preska Medvode. Na stopničkih je bila tudi njena sestra **Nina Žavbi Kunaver**, tretja med starejšimi deklicami. V ŠD ŠRC Preska imajo novega trenerja. To je Jože Mehle. Letošnje poletne skupne priprave so imeli na Pokljuki. V Tržiču sta bili na stopničkih še dve Medvoščanki, obe iz TSK Merkur Kranj: pri mlajših deklicah je bila druga **Tjaša Trampuš**, tretja pa **Ula Einfalt**.

Maja Bertoneclj, foto: M.Z, A.Ž.K.



Rok Tršan je v Tržiču prvič zmagal v absolutni konkurenci, med mlajšimi mladinkami sta bili med trojico dve Medvoščanki: zmagala je Anamarija Lampič, tretja je bila Anja Žavbi Kunaver (desno).

Lea šesta mladinka na svetu

V Kamniku je s tekom na Veliko planino potekalo svetovno prvenstvo v gorskih tekih. V 17-članski slovenski reprezentanci sta bili dve Medvoščanki. Lea Einfalt med mladinkami odlična šesta.

Kamnik - Slovenija je prvič gostila svetovno prvenstvo v gorskih tekih. Nastopilo je več kot štiristo tekačev iz rekordnih 39 držav, ki so 5. septembra v štirih kategorijah (mladinke, mladinci, članice, člani) tekli na Veliko planino. Člansko tekmo so zaznamovali temnopolti tekači, ki se vse bolj uveljavljajo tudi v gorskem teku. Najboljšo slovensko uvrstitev je s petim mestom pritekla članica Mateja Kosovelj.

Na prvenstvu sta nastopili tudi dve Medvoščanki, obe v konkurenci 51 mladink. Z odličnim šestim mestom je presenetila Lea Einfalt iz Zbilj, Katja Kozjek iz Valburge pa je bila petintrideseta. Mladinke so tekle od Kisovca do Gradišča na vrhu Velike planine. S časom 24 minut in 4 sekunde je zmagala Turkinja Yasemin Can. Einfaltova je dosegla čas 26 minut in 15 sekund in je bila najmlajša med najboljšimi, od zmagovalke mlajša dve, od tekmo-



Katja Kozjek in Lea Einfalt na vrhu Velike planine, ki je bila na dan svetovnega prvenstva v megli.

valk od drugega do petega mesta pa kar tri leta. "Nisem pričakovala tako dobrega rezultata. Na tekmo sem šla za trening, za nabira-

nje izkušenj. Na startu je bila kar gneča, tako da so mi najboljše nekoliko ušle. Ohranjala sem svoj tempo in se skušala čim bolj

skoncentrirati nase. V zadnjem delu so svoje dodali še navijači, tako da je bilo lažje teči," je na vrhu Velike planine povedala **Lea Einfalt**, sicer tekačica na smučeh, članica TSK Merkur Kranj. Kot je dodala, se na svetovno prvenstvo ni posebej pripravljala. Tudi ni bila na reprezentančnih pripravah: "Trenirala sem po planu, ki ga imam kot smučarska tekačica. Letos je moj cilj zimska sezona in olimpijada mladih. Priprave potekajo super. Še nekoliko smo povečali trening. Bili smo tudi že na snegu v pokritem tunelu v Nemčiji."

Z nastopom je bila zadovoljna tudi **Katja Kozjek**, ki ima težave s poškodbo kolena: "Zaradi poškodbe treniram s prilagojenim programom in nekaj težav sem imela tudi na tekmi. Še posebej v vzponu je bilo težko, zato sem z doseženim zadovoljna."

Maja Bertoneclj

Dan Športne zveze Medvode

Medvode - V soboto, 11. septembra, bo v Športni dvorani Medvode od 9. do 12. ure potekal dan Športne zveze Medvode. "Namen projekta je, da se občani seznani z delom v različnih športnih društvih, cilj pa, da v šport pritegnemo čim večje število otrok. V projektu bodo sodelovala medvoška športna društva. Vsako bo imelo svojo predstavitev. Obiskovalci se bodo lahko seznani z načinom vadbe, urniki, ... Poleg tega se bodo lahko v posamezni športni panogi tudi preizkusili," je povedal **Klemen Svoljšak**, sekretar Športne zveze Medvode. Organizatorji še dodajajo, da s seboj prinesite športno opremo. **M. B.**

Deseti kolesarski kriterij Korenu

Medvode - V centru Medvod je 31. avgusta v organizaciji Kolesarskega društva Rog potekal jubilejni, deseti kolesarski kriterij Medvod. Odprli so ga rekreativci, med katerimi je bil najboljši Škofjeločan Mitja Oter. Sledile so kvalifikacije za kolesarje elite in do 23 let. V finale se je uspelo uvrstiti največ kolesarjev Save, v 40 krogih z osmimi sprinti pa je največ točk zbral Kristjan Koren, član ProTour ekipe Liquigas-Doimo. Drugi je bil Blaž Furdí, tretji pa Jure Zrimšek (oba Sava). V Medvodah so znova tekmovala tudi dekleta. Po 15 krogih je zmago slavila Tjaša Rutar (Garmin-Polet). **M. B.**

Na Zbiljski regati najboljši domačini

Zbilje - Turistična zveza Medvode je 4. septembra na dobri Zbiljskega jezera pripravila Zbiljsko regato, družabni dogodek, ki so ga popestrili s športnimi aktivnostmi. "Glavni namen je druženje turističnih delavcev, ki smo mu dodali še zabavno tekmovalno v veslanju in v odbojki na mivki. Prireditev poteka prvič in upamo, da bo postala tradicionalna," je povedal **Jure Galičič**, predsednik Turistične zveze Medvode. Tekmovalo je šest tričlanskih ekip: dve iz TOD Smlednik, po ena pa iz TD Dragočajna Moše, TD Zbilje, Turistične zveze Medvode in TV Medvode. Zmagali so Zbiljci. **M. B.**

POOBlašČENI PRODAJALEC
IN SERVISER VOZIL

AVTO LUŠINA d.o.o.
Gostec 8. 4220 Škofja Loka
Tel.: 04/50 22 000
E-mail: prodaja@avto-lusina.si

www.avto-lusina.si

LUŠINA AVTOHISA

HYUNDAI

5 YEAR TRIPLE CARE

Pet let Garancije, brezplačne Asistence in Preventive.

Hyundai i30 že za 10.590 EUR

Odličen je postal še trikrat boljši in lepši.

S prenovljenim Hyundai i30 zdaj ob bogati seriji opremljenosti tudi edinstveno trojno petletno jamstvo. Pet let garancije brez omejitve kilometrov, pet let brezplačne asistence, 24 ur na dan, 365 dni v letu, doma in v tujini ter pet let brezplačnih preventivnih pregledov. S trojnim petletnim jamstvom postavlja Hyundai nov standard brezskrbne vožnje.

Akcija velja do konca meseca oktobra!

Snemalec, ki je državni prvak v taekwondoju

Žiga Kovač iz Moš, aktualni državni članski prvak v olimpijskem WTF taekwondoju v kategoriji do 74 kg

Moše - Ivančna Gorica je gostila letošnje državno prvenstvo v športnih borbah v olimpijskem WTF taekwondoju. Najuspešnejši so bili tekmovalci ljubljanskega kluba Chagi, katerega član je tudi **Žiga Kovač** iz Moš. 21-letnik je v tem športu postal državni članski prvak v kategoriji do 74 kg. Z njim sem se pogovarjala predvsem o njegovi športni poti, čeprav sem ga spoznala kot snemalca. V tej vlogi je najbolje poznan tudi v medvoški občini. Zaključuje diplomski študij na Inštitutu za multimedije in kot snemalec dela na Televiziji Medvode. Poleg tega je njegov hobi tudi fotografija.

Od kdaj ste taekwondoist?

”Taekwondo treniram dobre tri leta, prej sem treniral karate. Taekwondo je olimpijska disciplina, tehnično bolj dovršena kot karate in mi je bolj všeč.”

Kako bi taekwondo opisali z nekaj besedami?

”Je zelo tehnična borilna veščina, pri kateri se uporabljajo večinoma noge. Dober taekwondoist je tisti, ki ima dobre reflekske, je hiter, se v borbi hitro znajde v različnih situacijah. Je pa to tudi zelo atraktiven šport, zanimiv tudi za gledalce.”

Igra kaj vloge tudi kondicija?

”Seveda. Tudi kondicijsko je treba biti kar dobro pripravljen. Poleg treningov taekwondaja, ki jih imam vsak dan, doma skrbim tudi za kondicijsko pripravljenost, in sicer s tekom, rolanjem, kolesarjenjem. Ves čas sem v gibanju.”

Uspehi?

”Najbolj sem ponosen na letošnji naslov članskega državnega prvaka v kategoriji do 74 kilogramov. Zmagal sem na Litija open, bil drugi na Lisički, ... Uspehov je bilo že kar nekaj.”

Cilji? Morda olimpijske igre?

”To bi bilo vrhunsko. Treniral bom še naprej in bomo videli, do kam lahko pridem. Vsakič se naučim kaj novega, vedno so druge kombinacije. Vsak tekmelec ima svoj sil, ki ga moraš ugotoviti. Borbe se zelo razlikujejo, kar mi je všeč, da ni vedno enako.”



Žiga Kovač je pokazal nekaj iz svojega repertoarja taekwondoja.

Kakšen tekmelec vam najmanj ustreza?

”Takšen, ki je višji od mene. Večinoma rad tepem v glavo, ker imam zelo hitre udarce in pri višjem tekmovalcu je težko zadeti tako visoko. Se pa prilagodiš tudi na to.”

Poškodbe?

”Enkrat sem imel strgano stegensko mišico, drugače pa modrice, kakšen zvin. Nič hujšega. Imamo ščitnike.”

Koliko časa traja borba?

”Borba traja tri runde po dve minuti. V primeru knokavta pa je borbe seveda takoj konec. Udarci štejejo od pasu navzgor. Zaznani so elektronsko, le za udarce v glavo so sodniki tiisti, ki odločijo.”

Vam je že uspelo nasprotnika premagati s knokavtom?

”Dvakrat. Po udarcu sem bil najprej malce v skrbeh, kaj je z nasprotnikom, tako da je zadovoljstvo prišlo šele kasneje, ko sem videl, da je vse v redu.”

Imate kakšnega vzornika?

”Moj vzornik je Aleksandar Miljevič, zame najboljši slovenski taekwondoist. Trenira z nami. Bil je na kvalifikacijskem turnirju za olimpijske igre, a mu žal ni uspelo premagati znanega nasprotnika, čeprav smo v posnetku videli, da bi lahko zmagal. Takrat so o vseh točkah odločali sodniki, pravila pa so sedaj drugačna in je večina udarcev merjenih elektronsko.”

Razlika med vami in najboljšimi v tem športu na svetu?

”Hitrost in reakcije, ki jih imajo v mišicah že toliko natreinirane. Kakšne kombinacije so res neverjetne. Do tam mi manjka še kar nekaj treninga.”

Ste kakšen trik naučili tudi prijatelje?

”Večinoma nimajo te želje, bolj me hecajo, da treniram tek na dom. Tek mi sicer ni tuj, a kakšne nove športne discipline nisem izumil (smeh).” **Maja Bertoncelj**



Celoletna vadba v šoli mojstra Chen Shining-a

Predstavitve, vpisi in poskusna vaja:
Medvode,
Športna dvorana Medvode,
Ostrovharjeva 4

**Ponedeljek, 13. septembra,
ob 18.30**

Taijiquan (tai či) in qigong (či gung)

- starodavni kitajski ključ do trdnega zdravja,
dobrega počutja in umirjenosti

Taijiquan (tai či čuan) in qigong (či gung) sta tradicionalni kitajski veščini gibanja za negovanje in ohranjanje zdravja z večstoletno tradicijo. Predstavljata umirjeno vadbo, ki poudarja predvsem krepitev notranje moči. Z redno vadbo dosežemo harmonijo notranjih organov, bister um in zdravo telo. Vadba je primerana za vsakogar, ne glede na starost, spol ali fizično pripravljenost, saj se napreduje postopoma, prilagojeno lastnim zmognostim. Na Kitajskem ju ljudje vseh starosti vsako jutro izvajajo po parkih in dvoriščih. Njuna priljubljenost raste tudi pri nas, saj najdete njune privrženke že po vsej Sloveniji.

Slovensko združenje taijiquan hram CSN vas vabi na predstavitve novega tečaja in poskusno vajo v Medvodah. Celoletna vadba poteka pod strokovnim vodstvom kitajskega mojstra Chen Shi Ninga.



www.taiji.si • 041/ 446 488 • info@taiji.si

SERVIS KOLES

Avto šport
Zbiljska c. 8
Pon.-Pet.: 15-19
Tel.: 01/361-19-13

Slika: M. Matičič

Pol ure vadbe je premalo

”Če želite bit fit za prihodnje poletje, začnite z vadbo jeseni. Tako boste imeli dovolj časa za pravilno oblikovanje telesa, lažje boste prišli do želenega cilja in se izognili hitrim dietam,” pravi Eufemija Štorga.

Medvode - Poletja je skorajda konec. Kopalke ste zvečine pospravili za eno leto, Medvoščanka **Eufemija Štorga** iz ŠD Efi pa bralcem svetuje, da to ne pomeni, da lahko čez zimo odmislite skrb za vaše telo. V društvu se poleg vadbe za predšolske otroke ukvarjajo tudi z nasveti pri hujšanju in oblikovanju telesa. Posebno pozornost posvečajo mamici, ki so po porodu pridobile kakšen kilogram in se ga ni-



Eufemija Štorga



Eufemija je 5. februarja postala mamica Trine. Gibanje je še vedno del njenega vsakdana.

kakor ne morejo znebiti. Mamica je pred časom postala tudi Efi, zato smo jo vprašali za nekaj nasvetov, kako se lotiti izgubljanja odvečnih kilogramov.

Manj jesti in se več gibati. Nekako tako se največkrat sliši recept za izgubljanje kilogramov.

”Prva, najbolj pomembna stvar pri tem je prilagojena prehrana in več gibanja, kar pomeni vsaj dva- do trikrat na teden. Manjši in pogosti obroki so bolj zdravi, ker ne preobremenjujejo prebavil in presnove. Z njihovo pomočjo hujšamo ali vzdržujemo telesno težo. Dnevne obroke hrane je potrebno sestaviti iz čim bolj pestrih živil, ki jih enakomerno porazdelimo čez dan v tri do pet obrokov. Obroke pojemo v tri do štiriurnih presledkih. Ne samo jesti manj, temveč tudi jesti bolj pravilno. Prav pri slednjem je na ”izpitu” padlo največje število shujševalnih diet.

Kilogram maščobnega tkiva vsebuje približno 9000 kcal. Če hočete v enem tednu shujšati 1 kg, potem morate v telesu narediti energijski minus 9000 kcal. Ne glede na to, kako intenzivno se posvečate vadbi ali zmanjševanju kalorij, ne poskušajte izgubiti več kot pol kilograma na teden in ne jejte manj kot 1400 kcal (moški) in 1200 kcal (ženske) na dan.”

Kako pomembna je redna telesna vadba? Je dovolj vsakič po pol ure ali mora biti aktivnost daljša?

”Redna telesna vadba je zelo pomembna. Potrebna je vsaj dva- do trikrat na teden. Pol ure vadbe je absolutno premalo za oblikovanje telesa in hujšanje. Šele po pol ure telesne vadbe začne naše telo črpati maščobne zaloge. Pol ure vadbe je dovolj za vzdrževanje že natreiranega telesa. Kot edino pravo pot do uspeha, ko je govora o izgubi telesne maščobe, zagovarjam kombinacijo vzdržljivostne vadbe in vadbe z utežmi.”

Kakšni so osnovni napotki?

”Vadite zavzeto, energično, tudi eksplozivno; v smiselnih časovnih razponih povečujte bre-

me; pri vajah za večje mišične skupine (noge, hrbet, prsne mišice) ostanite v rangi 8-12 ponovitev; premori med serijami naj ne presegajo ene minute; vaje dovolj pogosto menjajte, občasno spremenite tudi njihov vrstni red; treninge posameznih mišičnih skupin organizirajte tako, da na vsak drugi trening iste skupine vaje združujete v superserije (več serij različnih vaj brez vmesnega premora); če eno mišično skupino vadite dvakrat na teden, naj ima drugi trening enak skupni volumen, a z nižjo obremenitvijo (izvajanje z manjšim bremenom), večjim številom ponovitev in še krajšimi premori. Ne obremenjujte se pretirano z vadbo za manjše mišice. Seveda je pozornost potrebno posvečati tudi njim, nikakor pa ne pretirane. Namesto tega se potrudite s kompleksnimi vajami, kjer se hkrati aktivirajo večje mišične skupine (počep, potisk nog, mrtvi dvig, mrtvi dvig z iztegnjenimi nogami, potisk s prsi).”

Po koliko časa so že vidni rezultati?

”Prvi rezultati z redno vadbo se pokažejo po približno šestih tednih. Približna izguba naj bi bila do dva kilograma, v treh do štirih mesecih pa je izguba lahko tudi od šest do devet kilogramov. Vadbe in hujšanja se je zato treba lotiti pravilno. Smiselno si je potrebno pripraviti mesečni program, ki nam ga najbolje izdelata izkušen strokovnjak. Najbolje si je pri tem omisliti osebnega trenerja, ki poskrbi, da razumemo dogajanja v našem telesu. Pravilna prehrana in vadba tako ne bosta le nekajtedensko obdobje navdušenja, temveč naš življenjski slog. Pri sestavi mesečnega programa je pomembno poznavanje sestave jedilnika, treba pa je razumeti tudi pomen z jedilnikom usklajene vadbe mišičnih skupin: zakaj naj si na primer na določen vadbeni dan za večerjo pripravimo tuno z jajci? Z izkušnjami in novim znanjem, pridobljenim na treningih, bomo mnogo bolje razumeli svoje telo, pomen pravnega prehranjevanja in celoten trenajni proces, ter počasi postali sami svoji osebni trenerji.”

Maja Bertoncelj

ŠPORTNO DRUŠTVO EFI

Vabi vse otroke na športno vadbo, ki bo potekala v športni dvorani v Medvodah:

VADBA OTROK OD 2,5 DO 4 LET
torek od 17. - 18. ure

VADBA OTROK OD 4 DO 6 LET
torek in četrtek od 16. - 17. ure

Upis bo potekal 28. septembra od 16. - 18. ure in 30. septembra od 16. - 18. ure.

Začetek vadbe bo 5. oktobra 2010
Vse informacije dobite na gsm: 041/282-960
Eufemija Štorga

POZOR MAMICE ! NOVO V MEDVODAH!!!

Če vam je po porodu ostal kakšen odvečen kilogram in se ga nikakor ne morete znebiti, vas vabim na organizirano vadbo s strokovnim vodstvom z začetkom 4. oktobra v športni dvorani v Medvodah. Termin vadbe bo objavljen naknadno.



Športni pozdrav,

EUFEMIJA ŠTORGA,
KONTAKT: 041/282-960

Pol milijona malčkov

Novomeški Revoz je z Renaultom Twingom dosegel polmilijonski mejnik.

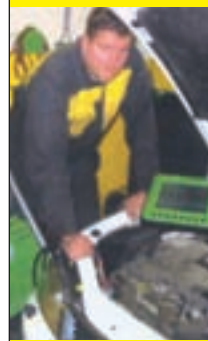
V novomeškem Revozu so pred kratkim obeležili pomemben mejnik, saj je s proizvodnih trakov prišel že polmilijonti Renault Twingo. Od februarja 2007, ko je stekla proizvodnja, je bilo povpraševanje po tem modelu precejšnje, zato so to številko dosegli v slabih treh letih in pol. Jubilejni Twingo je bil izdelan v posebni servisni izvedbi, bele barve in namenjen francoskemu trgu. Tudi sicer večina v Revozu izdelanih malčkov najde svoje kupce v Franciji, ki je za dolensko tovarno najpomembnejši trg. Za slovenske kupce je bilo letos izdelanih 368 twingov, toliko kot v celotnem lanskem letu. Projekt proizvodnje aktualnega Twinga, ki ga je z neposredno finančno spodbudo podprla tudi slovenska vlada, je Revozu prinesel

nova delovna mesta, obsežne naložbe ter povečan obseg proizvodnje, saj tovarna od samega začetka proizvodnje tega modela obratuje v treh izmenah. **Matjaž Gregorič**



AVTOELEKTRIKA IN AVTOMEHANIKA

AVTO JAMNIK d.o.o.



- Priprava vozila za zimo
- Splošni servis vozil
- Diagnostika vseh tipov vozil!
- Servis klimatskih naprav!
- Bosch servis!

Tel.: 01/36-11-279
GSM: 041/56-83-53
Sp. Senica 19c, 1215 Medvode
e-pošta: avto.jamnik@siol.net

www.gorenjskiglas.si

LAK TOM

AVTOLIČARSTVO LAK TOM d.o.o.

OSTALE AVTO USLUGE - POSREDOVANJE IN SVETOVANJE

Oblak Tomaž
Zgornja Senica 47
1215 Medvode

Tel.: 05/ 971 14 57
Fax: 05/ 971 14 58
Gsm: 041/ 765 853
avtolicarstvo@evj-kabel.net



LAKIRANJE V KOMORI

Polin - Italija

STANDOX AVTOLAKI

Marko Banič s.p.

Zbilje 4a, 1215 Medvode
tel.: 01 361 34 55, 361 41 87, gsm: 041 944 087

TRGOVINA IN SALON:

tel.: 01/ 361 22 55,
01/ 361 22 50

SERVIS:

tel.: 01/ 361 75 20,
041/ 670 522



NOVO

avtohiša
RESNIK
medvode

Črešnik d.o.o.,
Spodnja Senica 20,
Medvode

**KIA SPORTAGE 2011
ŽE V NAŠEM SALONU**

**OGLASITE SE
IN SE ZAPELJITE!**

OMEJENA KOLIČINA POSEBNO UGODNIH VOZIL KIA CEE'D in VENG

www.cresnik.si

Tel: 051/ 612-888

Prodaja in odkup rabljenih vozil vseh znamk



Kocka

Finžgarjeva 18, Medvode

Pizzerija - Bar

IN DOSTAVA HRANE NA DOM

HALO telefon:

041/ 629 777, 041/ 628 777
Pri razvozu pijača GRATIS!

HALO-HALO KOCKA!

Če ste lačni ali dobite nepričakovane obiske ali pa imate prazen hladilnik, nas pokličite in naročeno vam dostavimo na dom.

- pizze ■ testenine
- solate ■ sladice ...

Pizze iz krušne peči!

Pizze razvažamo: pon. - pet: 10.00 - 22.00, sob., ned.: 12.00 - 22.00



Sidro



ob Zbiljskem jezeru

Vabljeni v novo odprto okrepčevalnico Sidro ob Zbiljskem jezeru.

Nudimo vam ribje jedi, sladice in vse vrste pijač.

Organiziramo tudi pogostitve, prireditve, praznovanja, poroke ...



V najem vam nudimo tudi prostor za piknik s hrano ali brez, na voljo tudi otroška igrala.

Odprto:

torek, sredo, četrtek od 14. do 22. ure, petek od 12. do 24. ure, sobota od 11. do 24. ure, nedelja od 11. do 22. ure.

Agrobar, d. o. o., Sostrska 16 d, 1261 Dobrunje, tel. in fax - 01/542 0482, GSM 040/300 003, www.agrobar.si, e-pošta agrobar_doo@yahoo.com



Kvalitetno okno SIBAU in kvalitetna vgradnja

Iz energijske bilance zgradbe izhaja, da prav skozi okna pri dobro izolirani fasadi in strehi uhaja največ toplote.

Sodobna varčna okna morajo torej imeti dobro toplotno prehodnost ($U = 1,2 \text{ W/m}^2\text{K}$ in manj) in tudi dobro zvočno izolacijo ($R_w = 32\text{dB}$ in več). Zelo pomembno je, da ima okno ustrezen atest in da je kvalitetno vgrajeno.

Okna in vrata SIBAU te dobre lastnosti imajo. Narejena so iz PVC profilov Trocal, ki slovijo po **trdnosti**, pomembnem **sredinskem tesnilu** in **preverjeni že večdesetletni**

uporabi. Okna SIBAU so zastekljena standardno s steklom 4-16-4 $U_g = 1,0 \text{ Wm}^2/\text{K}$ s PVC distančnikom, kar bistveno znižuje nastanek kondenza in plesni.

Dobri profili v kombinaciji z okovjem **Winkhaus**, **dobrim steklom**, **izkušenimi delavci**, **monterji in dovršeno tehnologijo** pomenijo garancijo za dobro narejeno okno.

Dela, ki jih opravijo na montaži, so kompletna: demontaža in odvoz starih oken, montaža novih izdelkov, finalno zaključevanje oken (letvice, kit, mavčne plošče ...), osnovno

čiščenje. V ponudbi imajo tudi vse vrste rolet, žaluzij, polic pa tudi notranjih vrat.

V obdobju praznovanja 10-letnice, t. j. od 1. 9. do 30. 9. 2010, se je podjetje odločilo ponuditi svojim strankam bistveno znižano osnovno ceno okna SIBAU in ponuditi še **dodaten 10-odstoten jubilejni popust**.

Za izračun vrednosti novih oken, za brezplačen ogled, svetovanje in meritve na objektu jih pokličite na tel.: 04/515 38 78, 031/707 484 ali pišite na e-naslov: sibau.tatjana@gmail.com.



**OB 10. OBLETNICI
PODJETJA SMO
ZNIŽALI OSNOVNO
CENO OKEN
IN VRAT SIBAU.**

**POLEG ZNIŽANIH
OSNOVNIH CEN
VAM V MESECU
SEPTEMBRU
DAMO ŠE
10-ODSTOTEN
JUBILEJNI
POPUST.**

Okna SIBAU slovijo po vrhunskih PVC profilih Trocal nemškega podjetja Profine GmbH in po kvalitetnem varnostnem okovju Winkhaus. Okna SIBAU so standardno zastekljena s steklom 4-16-4 $U_g = 1,0 \text{ Wm}^2/\text{K}$ s PVC distančnikom.

Okna in vrata SIBAU si lahko ogledate v razstavnem prostoru v Formah 12, Žabnica, in sicer:

- od ponedeljka do četrтка:
od 7. do 17. ure,
- v petek: od 7. do 15. ure.

Ponujamo tudi široko izbiro kvalitetnih lesenih notranjih vrat avstrijske blagovne znamke Solido - z montažo.

GOSTIŠČE
Jezero



Rugelj in Logar d. n. o., Zbilje 30, 1215 Medvode
Tel.: 01/361 8001, GSM: 041/999 000,
www.gostisce-jezero.si,
logar.gregor@gmail.com

Nudimo vam: ♦ nedeljska kosila ♦ jedi po naročilu
♦ ribje jedi ♦ prenočišča

Organiziramo: ♦ ohceti ♦ razna praznovanja

Odprto: od 11. - 22. ure, ned. in prazniki: od 11. - 20. ure, ponedeljek zaprto

Obložen biftek - 9 €
Lignji na žaru ali ocvrti - 6 €
Plošča za dve osebi - 18 €

Velja do 4. oktobra 2010.



Pogled iz restavracije



Obložen biftek



Dnevno sveže ribe



Prostor za večja druženja za do 200 oseb



Lignji na žaru

Dobavitelj mesa:

**MESARIJA
SELAK**



Kopitarjev trg 4, Vodice
Telefon: 01/ 832-30-59

**Za blizu ali daleč?
OBOJE!**



R
RODENSTOCK

**OPTIKA
mali**
OPTIKA IN OČESNA AMBULANTA

Akcija progresivnih stekel.

Medvoška cesta 3, Medvode • Tel. 01 36 178 36 • www.optikamali.si