

Letnik XXXII – št. 3, marec 2025

Glasilo občine Trzin

odsev



Pustni sprevod

Pustni sprevod so po Trzinu popeljali kurenti, gostje iz Ormoža

Uspehi naših športnikov

Mladi trzinski športniki stopajo na stopničke v judu, skokih, avtokrosu

Mednarodni praznik žensk

Ob dnevu žena združili prireditve in odprtje razstave izdelkov vezilj

Promet in obnova po poplavah

Vabljeni k udeležbi na okrogli mizi, ki bo 3. aprila v športni dvorani

Nudimo vam le najboljše,
kar premore trg na področju
ogrevanja.

Loren Line
34 toplih let



Loren Line d.o.o.
Brezovce 7, 1236 Trzin

T + 386 1 565 86 35

M + 386 41 786 350

E info@lorenline.si



www.lorenline.family



oglasno sporočilo



**Skrbimo za brezhibno
delovanje vašega vozila.**

Ponujamo vam celovite storitve, s katerimi boste varni in brez skrbi na cesti. Odločite se za pooblaščen servis Volkswagen in izkoristite prednosti, ki jih prinašajo kakovostni originalni deli in ugodni servisni paketi ter se zanesite na znanje naših servisnih strokovnjakov.

Avto center Lovše

Avto Lovše d.o.o., Jarška cesta 11, SI-1230 Domžale, tel. +386 (1) 777 7000
www.ad.ovse.si



oglasno sporočilo

VZMETNICE · LATEX LEŽIŠČA LETVENE PODLOGE · POSTELJE · VZGLAVNIKI



**30%
POPUST**
NA VZMETNICE
IN LEŽIŠČA



Marko Peterka s.p., prodaja in proizvodnja kakovostnih izdelkov za zdravo in udobno spanje

Salon Ihan: Breznikova 78, 1230 Domžale, **T:** 041 925 625, **E:** info@marsen.si

Salon Ljubljana: Peričeva ulica 21, 1000 Ljubljana, **T:** 041 282 878, **E:** salon.lj@marsen.si

www.marsen.si



VSE ZA ZDRAVO SPANJE NA ENEM MESTU.

oglasno sporočilo



Odsev, glasilo občine Trzin

→ Na naslovnici

Na čelu pustnega sprevoda, ki je prvega marca krenil po trzinskih ulicah, so bili tudi letos gostje iz Ormoža. Maškare so s kurenti na čelu uspešno pregnale zimo.

Foto: Natalija Nataša Frelih

Glavna in odgovorna urednica:

Tanja Bricelj, trzin.odsev@gmail.com

Uredništvo: Tanja Jankovič, Miha Pavšek, Dunja Špendal, Barbara Kopač, Majda Šilar, Tjaša Toni Skubic

Redni avtorji prispevkov: Maja Brozovič, Janez Gregorič, Andrej Grum, Boštjan Guček, Andrej Nemec, Ema Nemec, Jožica Trstenjak, Milica Erčulj, Anže Kosmač, Bogdan Dolenc, Rastko Kotar, Nataša Pavšek, Matjaž Erčulj, Veronika Lovšin, Miha Bevk, Natalija Nataša Frelih in drugi

Avtorji fotografij: Zinka Kosmač, Tanja Jankovič, Miha Pavšek, Barbara Kopač, Peter Hudnik, Natalija Nataša Frelih in drugi

Lektoriranje:

Mirjam Furlan Lapanja

Tehnično urejanje, prelom, priprava za tisk in tisk:

IR IMAGE, d. o. o.

Oglasno trženje:

IR IMAGE, komunikacijska agencija, d. o. o.,
Medvedova ulica 25, 1241 Kamnik
Telefon: 01/ 83 96 400, E-mail: info@ir-image.si

Glasilo izhaja enkrat mesečno v nakladi 1.500 izvodov. Brezplačno ga prejmejo vsa gospodinjstva v Trzinu.

ISSN 1408-4902

V skladu z uredniško politiko in glede na razpoložljivost prostora v glasilu Odsev si pridržujemo pravico do objave ali neobjave ter krajšanja in preoblikovanja prispevkov.

Gradivo za naslednjo številko oddajte najpozneje do sobote, 5. aprila, do 8. ure.

Prispevke pošljite v elektronski obliki na naslov uredništva: **trzin.odsev@gmail.com**.

Odsev izdaja Občina Trzin.

Uredništvo Odseva: Mengeška cesta 22, 1236 Trzin

Občina Trzin

Spletna stran: www.trzin.si
e-pošta: info@trzin.si

Telefonske številke:

01/ 564 45 43
01/ 564 45 44
01/ 564 45 50
Faks: 01/ 564 17 72

Uradne ure:

Ponedeljek: 8.00–14.00
Sreda: 8.00–12.00 in 13.00–17.00
Petek: 8.00–13.00

Informacije o prireditvah in dogodkih v občini Trzin so na voljo tudi v občinskem informativnem središču na Ljubljanski cesti 12/ oz. na telefonski številki 01/ 564 47 30.

Maske in nageljni

Izmed vseh marčevskih dogodkov, ki so zaznamovali dogajanje v naši občini, velja posebej opozoriti na dva: na pustno rajanje v organizaciji Društva prijateljev mladine Trzin in praznovanje 8. marca, mednarodnega dneva žensk, ki so ga s prireditvijo in razstavo zaznamovali člani Turističnega društva Kanja Trzin.

Velika udeležba na pustnem sprevodu prvo marčevsko soboto dokazuje, da so stari in mladi v našem kraju še kako željni tovrstnih dogodkov. Druženje je pač nevidno lepilo družbe, s katerim se ljudje povežejo in začutijo pripadnost skupnosti. Tudi prijetna in domiselna proslava ob osmem marcu, ki so jo pripravili člani Turističnega društva Kanja Trzin, je temu pritrdila in ob tem predstavila ženske, ki so nam vsem lahko navdih in zgled.

Tokrat smo kar nekaj prostora namenili mladim uspešnim športnikom, med katerimi je prav vsak unikaten in si zasluži iskrene čestitke! Pa vendar naj posebej opozorimo na pogovor s 14-letno judoistko Majo Eleno Pejovič. Osmošolka je nedavno pometla s konkurenco v kategoriji U16 in ubranila lanskoletni naslov državne prvakinja.

Pokukajmo še v prihajajoči mesec. Najprej bomo seveda marec sklenili s praznovanjem materinskega dneva, ki ga 25. marca pripravljajo člani Kulturno-umetniškega društva Ivan Hribar. Na trzinski oder se vrača dramska zasedba Hlodi s premierno uprizoritvijo Labodenje po jezeru, o čemer bomo zanesljivo pisali, prav tako o gostujočem klovnovskem festivalu, ki se začne prvega aprila, na dan norcev, kot se za klovne spodobi. Že kmalu zatem, 3. aprila, težko pričakujemo dolgo napovedano okroglo mizo o prometni problematiki in poplavnih obnovah pri nas, kar je pomembna tema za številne občane zlasti iz starega dela Trzina. Organizatorji pozivajo k čim večjem obisku. Zanesljivo pa se bo med vsebinami našla še vrsta drugih zanimivih dogodkov.

Foto: Tina Ramujčič



Tanja Bricelj,
glavna in odgovorna urednica

Aprilska številka Odseva bo zaradi velikonočnih praznikov v vaših nabiralnikih nekoliko pozneje kakor običajno, vendar boste lahko svoj priljubljeni časopis na spletu prebirali že 18. aprila.
www.trzin.info/mmc

Skupna občinska uprava občin Trzin, Komenda, Lukovica, Mengeš, Moravče, Vodice

Medobčinski inšpektorat in redarstvo

Mengeška cesta 9, 1236 Trzin
e-pošta: inspektorat@trzin.si

Telefonska številka:

01/564 47 20
Faks: 01/564 47 21

Uradne ure:

Ponedeljek: 9.00–11.00
Sreda: 9.00–11.00

Vabilo na okroglo mizo o prometnih izzivih

v četrtek, 3. aprila, ob 18. uri, večnamenska dvorana Trzin

Drage občanke in občani, promet v naši občini je tema, ki zadeva prav vsakogar: od vsakodnevne poti v službo do varnosti naših otrok in kakovosti bivanja v Trzinu. **S skupnimi močmi lahko poiščemo rešitve, ki bodo izboljšale prometne razmere in pripomogle k boljši prihodnosti našega kraja.**

Zato vas **vabimo na okroglo mizo o prometnih izzivih Trzina in izzivih predplačil pri poplavi obnovi**, ki bo potekala **v četrtek, 3. aprila, ob 18. uri v večnamenski dvorani v Trzinu**. Skupaj s predstavniki občine, prometnimi strokovnjaki in predstavniki državnih institucij bomo iskali odgovore na ključna vprašanja in razpravljali o možnih izboljšavah.

Zakaj je vaša prisotnost pomembna?

- ✓ Ker se promet v Trzinu tiče vseh nas in skupaj lahko poiščemo najboljše rešitve.
- ✓ Ker bomo s skupnim glasom pokazali, da nam je mar in da želimo spremembe.
- ✓ Ker bo to priložnost za izmenjavo mnenj, pobud in konkretnih predlogov.

Vaša udeležba in sodelovanje bosta ključna pri oblikovanju prometne prihodnosti Trzina. Pridružite se nam, da skupaj naredimo korak naprej!

Lepo vabljeni!

Boštjan Papež

občinski svetnik in predsednik odbora za gospodarske javne službe, okolje in prostor

Peter Ložar,

župan Občine Trzin

Spomladansko zbiranje in odvoz zelenega odreza

Občina Trzin za svoje občane organizira spomladansko akcijo zbiranja in odvažanja ostankov, ki nastanejo pri rezanju živih mej ter okrasnega in sadnega drevja.

Zbiranje poteka v času od ponedeljka, 31. marca, do ponedeljka, 5. maja 2025.

Udeležence akcije pozivamo, da odpadke, ki so po spomladanskem rezu namenjeni kompostiranju, odlagajo samo na predvidenih krajih in izključno do zadnjega dne v predpisanem času. Zbiranje se konča 5. maja!

Kraji zbiranja

Stari del Trzina:

- v Habatovi ulici pri ekološkem otoku poleg mostu in
- ob Jemčevi cesti, pri ekološkem otoku, pri odcepu na notranjo Jemčevo cesto.

Trzin Mlake:

- pri spodnjem zaklonišču v Kidričevi ulici poleg hišne številke 41,
- na koncu zelenice ob Kidričevi ulici pri parkirišču trgovine Mercator,
- v Ulici Rašiške čete 4, pri stavbi Planinskega društva Onger Trzin,
- na zelenici ob križišču Kidričeve in Bergantove ulice,
- ob makadamskem parkirišču ŠRP, na koncu niza vrstnih hiš v Prešernovi ulici in
- na Ongru, zelenica nasproti objekta s hišno številko 7.

OIC Trzin:

- ob križišču ulic Špruha in Motnica.

Prosimo, upoštevajte rok odlaganja!

Občina Trzin
Peter Ložar, župan

Nemarno odvrženi zeleni odrez in odpadki stanejo!



V občini Trzin se radi pohvalimo z urejenostjo naših naselij, vendar se je včasih treba pogledati v ogledalo. Objavljamo nekaj fotografij nepravilno odvrženih ostankov zelenega odreza in kosovnih odpadkov, ki jih brezvestneži odvržejo zunaj določenega obdobja. Čeprav so storilci posamezniki, težava obstaja na vseh koncih občine. V Kmetičevi ulici ob ekološki otok roma vse, kar je spomladi pri hiši postalo odveč, ob Jemčevi se nekdo zelo potruditi, da ostanke obrezovanja vrže čez žičnato ograjo z napisom »Odlaganje prepovedano«. Februarja se v okolici blokov T3 znajdejo med smetnjaki odslužene novoletne smreke, neredko

pa tudi kosovni odpadki, medtem ko v obrtno-industrijski coni niti zaščitni trakovi niti obvestila o prepovedanem odlaganju ne zaležejo, da se ne bi znova nabral kup zelenja.

Ker iz kupčka hitro nastane kup, na občini sproti naročajo odvoz, kar pa pomeni stroške. Še več, stroški iz leta v leto naraščajo. Kot je sporočil Viktor Torkar, višji svetovalec župana za gospodarske javne službe na Občini Trzin, je bilo za nenapovedane odvoze zelenega odreza v letu 2022 porabljenih dobrih tisoč evrov, leta 2023 že 2250 evrov, lani pa celo 3320 evrov. Letos smo samo v prvih dveh mesecih za odvoz zelene-



ga odreza plačali 922 evrov. (Za primerjavo: za neprimerno odložene kosovne odpadke je občina lani namenila 2526 evrov, predlani 856 evrov, v prvih dveh mesecih tega leta pa približno sto evrov.) In ko rečemo, da je odvoze »plačala občina«, to pomeni, da smo jih plačali mi, davkoplačevalci, občani, ki v občini živimo. Zato pozivamo vse, da upoštevate obdobje, v katerem se odlaga zeleni odrez. Časa je več kot dovolj – letos denimo ves april.

TB, foto: arhiv Občine Trzin in TB



OBČINA TRZIN

OBVESTILO

Komisije za informiranje, občinska priznanja, proslave in promocijo občine

Obveščamo vas, da je na spletni strani Občine Trzin www.trzin.si objavljen

**razpis za podajanje predlogov
za podelitev priznanj Občine
Trzin za leto 2025**

vključno z obrazcem, na katerem
je treba oddati predloge.

Komisija bo upoštevala samo predloge, ki bodo v zaprtih ovojnicah vloženi v vložišče OT ali bodo prispeli **PRIPOROČENO** po pošti z datumom oddaje najpozneje **do ponedeljka, 31. marca 2025, do 12. ure** na naslov: Občina Trzin, Mengeška cesta 22, 1236 Trzin s pripisom: **»NE ODPIRAJ – RAZPIS – PRIZNANJA 2025«.**

**Predsednica komisije
Dunja Špendal**

Občina Trzin vas v sodelovanju s trzinskimi društvi in organizacijami vabi, da se udeležite tradicionalne spomladanske občinske čistilne akcije

OČISTIMO TRZIN 2025, ki bo v soboto, 12. aprila, z začetkom ob 9. uri.

Pridružite se nam na enem od zbirnih mest:

- **BRUNARICA V DOLGI DOLINI:** Smučarsko društvo Trzin, Kolesarsko društvo Felixi Trzin
- **PARKIRIŠČE PRI CERKVI, C. Za hribom:** Turistično društvo Kanja Trzin
- **KULTURNI DOM TRZIN, Mengeška cesta 9:** KUD Franc Kotar Trzin, Zavod Azum, Kulturno društvo Ivan Hribar Trzin, Karitas Trzin
- **ŠPORTNA DVORANA:** Futsal Klub Trzin, Kotalkarski klub Zvezda
- **OSNOVNA ŠOLA TRZIN, Mengeška cesta 7B:** Strelsko društvo Trzin
- **ŠPORTNI PARK MLAKE:** Športno društvo Trzin
- **AVTOPRALNICA, Kidričeva ulica 39:** Društvo prijateljev mladine Trzin
- **OIC TRZIN, križišče ulic Dobrave/Gmajna:** Orientacijski klub Trzin
- **DZIR, Mengeška 2a:** Prostovoljno gasilsko društvo Trzin, Društvo upokojencev Žerjavčki Trzin, Šahovsko društvo Trzin, Planinsko društvo Onger Trzin
- **LOPA na Habatovi ulici, Habatova 7/d:** Civilna zaščita OT

S seboj prinesite rokavice in dobro voljo.

Konec akcije je predviden ob 12. uri v Pizzeriji OLIVIA, Ljubljanska 12/D.

Vsak udeleženec akcije prejme brezplačen topel obrok in napitek.

VLUJUDNO VABLJENI.

Informacije so na voljo na spletni strani Občine Trzin (trzin.si) in pri predsednikih_cah trzinskih društev. Udeležba na čistilni akciji je na lastno odgovornost! Organizatorji ne prevzemajo odgovornosti za morebitne poškodbe in nezgode na čistilni akciji.

Pustni sprevod z lepimi nagradami za najlepše maske



Kot vsako leto smo tudi letos v Trzinu poskrbeli, da so pustne šeme zavzele trzinske ulice in na prvo marčevsko soboto naš kraj napolnile z glasnim igrivim razpoloženjem. S skupnimi močmi smo pripravili tradicionalno otroško pustovanje, ki je v naše kraje znova prineslo smeh, veselje in pisane maske.

Pustovanje se je ob poldnevu začelo z zbiranjem maškar na ploščadi T3 in kmalu zatem smo krenili na sprevod. Tako kot lani so nas s prihodom razveselili tudi navdušujoči kurenti iz Ormoža, ki so s svojimi zvonci preganjali zimo. Na letošnji maškaradi je vladalo pravo pustno rajanje, polno smeha, zabave in nepozabnih trenutkov. Pisana množica izvirnih mask, saj so se domiselno preobrazili tako otroci kot odrasli, je preplavila prizorišče.

Po sprevodu se je rajanje preselilo v Osnovno šolo Trzin, kjer so se maškar zabavale ob glasbi, okusni hrani in sladkih dobrotah domačih gostincev. Veselo rajanje in sproščeno druženje pa bi bilo težko izpeljati brez **izjemne podpore trzinskih podjetnikov in gostincev**, ki so se tudi letos v velikem številu odzvali našemu povabilu ter s svojimi prispevki pripomogli k temu, da so otroci odšli domov s polnimi želodčki in nasmehi na obrazih.

Strokovna komisija za izbiro najboljših mask je imela zahtevno nalogo, saj so bile maske izjemno ustvarjalne in edinstvene. Podeljenih je bilo

zares veliko nagrad, ki so obdarovance razveselile in še dodatno popešale že tako čudovit dogodek. Zmagovalci so svoje nagrade prejeli z nasmehom na obrazu, navdušenje pa se je širilo med vse prisotne.

Posebna zahvala gre članom ekipe Društva prijateljev mladine Trzin, ki so s svojo energijo spet dokazali, da lahko pustno soboto naredimo zabavno in polno radosti. Prav tako velika in srčna zahvala vsem podjetnikom in domačim gostincem, ki so nesebično darovali slastne krofe, rogljičke, hrenovke, pohančke, sadje, pijačo in prekrasne nagrade za najizvirnejše maske ter drobna presenečenja, ki so razveselila najmlajše. Ponosni smo, da lahko vedno računamo na domače podjetnike, saj s svojim sodelovanjem dokazujejo, da smo v Trzinu resnično povezani in pripravljeni stopiti skupaj za dobrobit skupnosti. Ne pozabimo tudi gasilcev, ki so pomagali, da je sprevod varno krenil po trzinskih ulicah.

Prireditve je znova dokazala, da pust združuje skupnost in prinaša veselje vsem generacijam. Iskrice v očeh, smeh in nepozabni spomini bodo še dolgo ostali v srcih vseh, ki so bili del tega čudovitega dogajanja. Veselimo se že prihodnjega leta, ko bomo skupaj znova ustvarili pustne norčije in nove spomine!

Maja Zakrajšek Omahna, DPM Trzin,
foto: Natalija Nataša Freljih



Foto: arhiv Občine Trzin



Hvala Vam!

Praznovanje mednarodnega dneva žena

V Dvorani Marjance Ručigaj je na predvečer 8. marca Turistično društvo Kanja Trzin priredilo praznovanje mednarodnega dneva žena.



Vsaka obiskovalka je dobila nagelj.

Prireditve je navdušila s svojo zanimivo, nekoliko drugačno zasnovo, po proslavi pa se je dogajanje nadaljevalo v avli Centra Ivana Hribarja še z ogledom bogate razstave izdelkov vezilj in rezbarja, članov Turističnega društva Kanja.

Prijetno razpoloženje se je med občinstvo naselilo že z uvodnim bravuroznim nastopom harmonikarja Blaža Klopčiča in se nadaljevalo s privlačnim skečem Majde in Ivana Mušiča o pospravljanju. Obiskovalke in obiskovalce pa je dokončno preželo ob ubranem petju Moškega pevskega zbora iz Radomelj.

Gostiteljica večera Dunja Špendal se je nato spretno gibala med preteklostjo in sedanjostjo ter podatke o zgodovini ženskega gibanja večše prepletla z življenjskimi zgodbami štirih zanimivih in nevsakdanjih trzinskih občank. Ob tem je v dogajanje vključila tudi župana Petra Ložarja in mu šaljivo »naročila«, naj z občinstvom poleg čestitke deli tudi kakšno pohvalo, za posladek pa je na oder povabila še člane Folklorne skupine Trzinka, ki deluje pod okriljem Turističnega društva Kanja Trzin. Ti so tokrat ob spremljavi harmonike odplesali, odpeli in odvriskali splet pesmi in plesov iz različnih slovenskih pokrajin, ob koncu pa so vsaki obiskovalki podarili nagelj.

»Danes je primeren dan, ko se lahko zahvalimo vsem ženskam v različnih zgodovinskih obdobjih, ki so se borile za ženske, za naše dostojanstvo in pravice,« je opozorila Špendal. Poudarila je boj za žensko volilno pravico in spomnila na antično Lizistrato; ženske v času francoske revolucije; tekstilne delavke, ki so leta 1909 v New Yorku protestirale proti nečloveškim delovnim razmeram in mizernemu plačilu; Klaro Zetkin, ki je leto pozneje predlagala priznanje mednarodnega praznika žensk; ter na priznanje ženske volilne pravice po protestih žensk v Rusiji leta 1917.

Nato je Dunja Špendal pozornost preusmerila na položaj žensk pri nas in se poklonila spominu na pionirko trzinskega amaterskega gledališča, režiserko in eno prvih amaterskih igralk v Trzinu, Marjanco



Nastopajoči so poskrbeli za prijetno razpoloženje.

Ručigaj, po kateri se imenuje tudi dvorana, v kateri je bila prireditve. »Več desetletij je bila gonilna sila društva in je hkrati vzgajala in vodila generacije trzinskih igralcev,« je poudarila pomen njene zapuščine.

Preskok k vsestranski Aleksandri Kmetič, sodobni ustvarjalki kulturne podobe Trzina, je bil samoumeven. V prijetnem klepetu je Kmetič odkrila nekaj sladkosti in grenkosti, ki jih prinaša delo predsednice kulturno-umetniškega društva, ter zatrdila, da se kljub številnim obveznostim v službi, ob študiju, na odrskih deskah in v zadnjem času tudi na teniškem igrišču »vse da«.

Petra Podgoršek, zanimiva druga sogovornica, je povezana s kar tremi župani: po zaslugi svojega dela na Ljubljanskem gradu z zdajšnjim županom Ljubljane, kot občinska svetnica s trzinskim županom, hkrati pa tudi s trzinskim rojakom in najbolj znanim ljubljanskim županom Ivanom Hribarjem. Kot je povedala, je Hribar v imenu mesta odkupil grad za 60.200 kron (vrednost okoli 320.000 evrov), Dunja Špendal pa je ob tem šaljivo pripomnila, da bi »lahko tudi Ljubljano priključil Trzinu, in bi potemtako grad bil naš«.

Voditeljica prireditve je pomenke zaokrožila z navdihujočo Katjo Miličević, priljubljeno trzinsko ginekologinjo in mamo šestih otrok, ki je simpatično opisala svojo pot do zdravniškega poklica in toplo predstavila svojo družino in vseh šest otrok. Vse tri oziroma štiri življenjske zgodbe naših sokrajank so nam lahko navdih in vodilo pri tem, koliko izjemnih sposobnosti, srčnosti in topline premorejo ženske ter koliko spoštovanja, občudovanja in priznanja bi jim veljalo izkazati vsak dan, ne le ob osmem marcu.

Med prireditvijo je obiskovalke z voščilom nagovoril tudi župan Peter Ložar. Z občinstvom je delil dogodek iz družinskega življenja in (zaradi odziva njegovega sina) izrazil zaupanje v to, da prihajajo generacije, ki jim bodo ženske pravice nekaj samoumevnega. Tej želji lahko samo pritrdimo!

Tanja Bricelj, foto: Zinka Kosmač



Izjemne ženske, ki so na povabilo gostiteljice Dunje Špendal (prva z leve) s svojimi življenjskimi zgodbami obogatile prireditve: z leve Aleksandra Kmetič, Petra Podgoršek in Katja Miličević, na sliki v ozadju pa Marjanka Ručigaj.



Bogata razstava vezenin in gobelinov članic turističnega društva, ki jo je postavila Majda Šilar, bo na ogled do konca meseca. Izdelke vezilj lepo dopolnjujejo tudi rezbarska dela.

Žerjavčki tokrat z vlakom v Divačo



Prvi torek v februarju smo se žerjavčki z vlakom odpeljali v Divačo. Šli smo si ogledat Muzej slovenskih filmskih igralcev, ki ga upravlja občina Divača in Slovenska kinoteka. Muzej domuje v prenovljeni Škrateljevi domačiji.

V Divači sta se rodili dve znameniti filmski igralki, Metka Bučar, roj. 1903, in Ida Kravanja (umetniško ime Ita Rina), roj. 1907. Muzej slovenskih filmskih igralcev je bil slovesno odprt 8. julija 2011. Muzejski kompleks je sestavljen iz treh poslopij: v pritličju hiše je informacijska pisarna, v nadstropju pa je stalna razstava, posvečena Iti Rini (od tam je tudi naša skupinska fotografija); v nekdanjem hlevu je na ogled stalna razstava, posvečena slovenskim filmskim igralcem; hram s

skednjem je preurejen v večnamensko dvorano. Na dvorišču (borjaču) sta velik star vodnjak in prostor s kamnitimi klopmi za letni kino.

Razstava, posvečena Iti Rini (1907–1979), prikazuje njeno življenje in delo. Filmska igralka je v 30. letih 20. stoletja zaslovela po Evropi in po svetu, najprej v nemih filmih. Najprej smo si o njej ogledali kratek film režiserja Silvana Furlana *Deklica s frnikolami*. Nato smo se sprehodili po stalni razstavi, kjer smo zvedeli, da je največ arhivskih dokumentov za razstavo prispevala njena družina, živeča v Beogradu.

V delu stavbe, kjer so predstavljeni slovenski filmski igralci, smo se seznanili z nastankom filma in procesom nastajanja filmskih vlog. Razstava je zelo bogata z videogradivom in ima tudi multimedijsko mizo, na kateri si lahko obiskovalci ogledajo več o številnih slovenskih igralcih (biografija, filmi).

Po ogledu muzeja smo se še sprehodili do infotočke 2TDK o gradnji drugega tira slovenskih železnic in se ustavili pri starem vodnem zajetju. Za konec smo si tokrat privoščili malico v znani piceriji, ki se ponša z Michelinovimi zvezdicami. Tudi nazaj v Ljubljano smo se odpeljali z vlakom. Zadovoljni smo se vrnili v naš Trzin, saj smo na Primorskem preživeli lep sončen dan in se na dveurni vožnji naklepetali tudi »za naprejš«.

Besedilo in foto: Milica Erčulj

Literarno jutro s Primožem Hiengom

V ponedeljek, 24. februarja, je Društvo upokojencev Žerjavčki Trzin v Dvorani Marjance Ručigaj gostilo novinarja, fotografa in publicista, ki že vrsto let raziskuje in zapisuje zanimive zgodbe o naravi, kulturi, zgodovini in znamenitostih naše dežele. Primož Hieng je po izobrazbi novinar, ki je svojo poklicno pot začel v časopisnih hišah, nato pa se je posvetil publicistiki. Kot avtor je sodeloval pri številnih publikacijah, še posebej na področjih turizma, zgodovine in kulturne dediščine. Njegova dela odlikujejo izjemna natančnost, bogato raziskovanje in pripovedni slog, ki bralca pritegne in ga spodbuja k raziskovanju opisanih krajev. Ljubezen do potovanj in odkrivanja skritih kotičkov Slovenije ga je vodila k pisanju številnih knjig, ki so postale priljubljeni vodniki mnogim popotnikom.

Obiskovalci smo se tokrat spoznali samo z dvema od njegovih knjig: Z vlakom na potep in Potovanja k najboljšim izvirom. Tako smo izvedeli, kam na potep z vlakom za ves dan oziroma samo za pol dneva. Precej namigov smo dobili tudi za našo skupino, ki se na pot odpravi vsak prvi torek v mesecu. Avtor je kritičen opazovalec zastarelih železniških tirov in nepovezljivosti avtobusov in vlakov v zaledju železniških postaj.

V drugi knjigi pa nas pisec s slikovnim gradivom popelje k naravnim izvirom, h krajem, kjer voda ni le življenjski vir, temveč tudi del kulturne in naravne dediščine. V Sloveniji imamo pravi vodni raj s čudežnimi izviri, vrelci, studenci, ki po ljudskem izročilu zdravijo, pomlajujejo in polepšujejo. Avtor se je okoli leta 2013 začel ukvarjati z raziskovanjem zdravilnih voda in jih opisal v nekaterih razprodanih knjigah. Po nekaterih virih naj bi pri nas imeli približno 7500 vodnih izvirov, studencev in vrelcev. Vode so po svojem vonju resda v glavnem enake, po okusu pa vsekakor ne. Na podlagi desetletnega raziskovanja in iskanja dobrih vodnih virov so v knjigi Potovanja k najboljšim izvirom zbrani vodni viri, ki jih bodo obiskovalci lahko zajeli in natočili v svoje steklenice.

Obe potopisni knjigi so si slušatelji lahko po znižani ceni naročili domov. S tem smo končali prvo letošnje literarno jutro.

Milica Erčulj



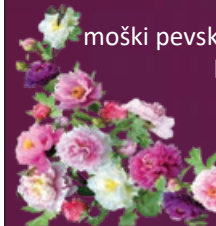
Kulturno društvo
Ivan Hribar Trzin
in Občina Trzin



VABITA NA PRIREDITEV OB MATERINSKEM DNEVU

v torek, 25. marca, ob 18. uri
v Kulturnem domu Trzin,
Mengeška cesta 9, Trzin.

Nastopajo:
kitarist Hrvatin Jakonič
in orgličar Marjan Urbanija,
skupina Trzinske twirlerice,
sолоpevka Marjeta Aleš
in KD Ivan Hribar:
moški pevski zbor, recitatorji, ustvarjalci skečev,
harmonikar Blaž Klopčič.



Vse mame bomo obdarili!
Veseli bomo vaših prispevkov!

V Trzinu redni letni zbor OZVVS Domžale

Že v februarju so veterani vojne za Slovenijo iz Območne zveze Domžale (OZVVS) v Trzinu imeli svoj občni zbor, na katerem so bili prisotni predsednik Zveze veteranov vojne za Slovenijo Ladislav Lipič, župan občine Trzin Peter Ložar, župan občine Mengeš Bogo Ropotar, častni generalni konzul Jordanije v Sloveniji Samir Amarín, sicer tudi član veteranske organizacije, ter stanovski gostje iz Kočevja, Ribnice, Litije, Grosuplje, policijskega združenja Sever in častniškega združenja iz Domžal.

Zbor se je začel s kulturnim programom v izvedbi pevke Eve Černe, simbolnim veteranskim dejanjem in kratkim filmskim preletom dogodkov iz leta 2024. Predsednik združenja, Janez Gregorič, je poročal o delu v preteklem letu. Izpeljane so bile vse naloge, med drugim strokovni ekskurziji po poteh Rudolfa Maistra (Maistrovo leto) in Vojvodini. Izdali smo zbornik Dolg domovini o Manevrski strukturi narodne zaščite v pokrajini Zveze veteranov vojne za Slovenijo Ljubljana okolica. Dejavnosti smo bili na področju dela z mladimi, pri seznanjanju mladih, predvsem osnovnošolcev, z nastankom naše države, Republike Slovenije, saj jim želimo vliti vsaj delček ljubezni do domovine, ki nikakor ni samoumevna, kot si nekateri predstavljajo.

Gostje so pohvalili delo domačega združenja in zgledno sodelovanje, predsednik zveze pa je povzel napeto stanje v Evropi in opozoril na



še bolj zavzeto ozaveščanje mladih s polpreteklo zgodovino Republike Slovenije. Na koncu smo podelili nekaj odlikovanj najzaslužnejšim. Bronasto medaljo OZVVS Domžale so prejeli Metod Letnar, Bogomir Rus in Anton Cerar, srebrno medaljo Marjan Ocepek in Zdravko Popit, zlato medaljo pa Anton Žnidaršič, Slavko Pevec, Marjan Kveder in Karol Anžin.

Janez Gregorič, foto: Metod Letnar

Letni zbor Društva diabetikov Domžale



Zadnji četrtek v februarju so se v gostišču Mngan v Domžalah zbrali člani medobčinskega Društva diabetikov Domžale, ki v svojih vrstah združuje diabetike iz petih okoliških občin, poleg Domžal, Mengša, Moravč in Lukovice tudi iz Trzina.

Kot je povedal predsednik Brane Peterka, so lani opravili več kot 2500 prostovoljnih ur in okoli 800 meritev krvnega sladkorja ter pripravili tri strokovna predavanja, ki se jih je udeležilo 190 članov. 72 članov se je udeležilo dveh okrevanj, enega v bosanski Banji Vrućici in drugega v priljubljenem hotelu Delfin v Izoli. Vsak ponedeljek prirejajo pohode v okolico ali pa gredo na obisk k članom sosednjih gorenjskih društev na Jesenicah, v Kranju, Kamniku, Škofji Loki in Ljubljani.

Predstavili so program za leto 2025 in prisotne pozvali, naj v društvo povabijo nove člane. Podobno kot drugod tudi v Društvu diabetikov

Domžale opažajo, da se ljudje v zadnjih letih manj vključujejo v društvo, čeprav so prav dejavnosti in tovrstnih interesnih skupnostih odlični motivator denimo za več gibanja, druženje z ljudmi s podobno izkušnjo, pa tudi za pridobivanje novih znanj in informacij o tem, kako čim bolj kakovostno živeti z boleznijo, kakršna je diabetes.

Če bi se jim želeli pridružiti, se lahko udeležite rednih tedenskih pohodov, ki jih vsak ponedeljek začnejo ob 9. uri na parkirišču Ten-ten v Domžalah (prijave D. Muzga 031 482 482), ali pa jih obiščite vsako prvo sredo v mesecu v društvenih prostorih na Mestnem trgu 12 v Domžalah, kjer od 9. do 12. ure izvajajo meritve krvnega sladkorja. Več na dddomzale@gmail.com.

Besedilo in foto: TB

Javni vpis novincev za šolsko leto 2025/2026

Na podlagi tretjega odstavka 20. člena Zakona o vrtcih (Ur.l. RS, 100/05-UPB, 25/08, 98/09- ZIUZGK, 36/10, 62/10-ZU-PJS, 94/10-ZIU, 40/2012-ZUJF, 14/15-ZUJF in 55/17) objavljamo javni vpis novincev v Osnovno šolo Trzin, Enoto vrtca Žabica, za šolsko leto 2025/2026.

Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o nalezljivih boleznih (Ur.l.RS, št.142/20) v 51.a členu določa, da mora biti otrok pred vključitvijo v vrtec cepljen proti ošpicam, mumpsu in rdečkam, razen če za opustitev cepljenja obstajajo medicinski razlogi, ugotovljeni z odločbo o opustitvi cepljenja.

Vloge za vpis predšolskega otroka v vrtec oddajte od 1. februarja 2025 do 31. marca 2025 na naslov: Vrtec Žabica, Svetovalna služba, Ploščad dr. Tineta Zajca 1, 1236 Trzin, oziroma na elektronski naslov os-trzin-taj@guest.arnes.si

Obrazec vloge dobite v tajništvo vrtca ali na spletni strani vrtca www.vrtec-trzin.si

Ravnateljica: Matejka Chvatal



807 razlogov za obisk Norveške



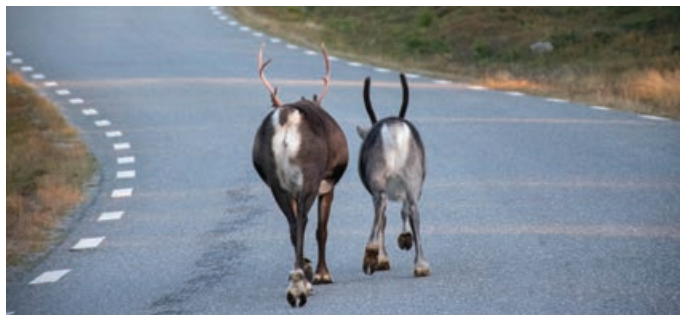
Številno občinstvo je z zanimanjem poslušalo mlada popotnika. Foto: Miha Pavšek

Zadnji februarški četrtek smo v okviru predavanj Planinskega društva Onger Trzin gostili domačina Filipa Pavška in Astro Babnik, ki sta se lani septembra podala na tritedensko pot na Norveško. Najsevernejša točka njenega potovanja je bilo otočje Lofoti, ki ponuja v malem skoraj vse lepote, značilne za večji del države: veličastno gorsko kuliso, slikovite vasice, peščene plaže in turkizno morje, fjarde, dediščino Vikingov, najrazličnejše skalne oblike, polnočno sonce, slapove, jezer(c)a in še marsikaj.

Skorajda polna je bila dvorana v prvem nadstropju trzinskega Doma zaščite in reševanja in obiskovalci so z zanimanjem prisluhnili mladima popotnikoma. Število razlogov za obisk Norveške se skriva v predelanem družinskem avtu Peugeot 807, v katerem sta odstranila drugo vrsto sedežev in si na povišanem lesenem ogradjju, na katero sta položila posteljni nadvložek, uredila »študentsko« ležišče. Podenj sta shranila še kuhalnik, večji kanister za vodo, posode za oblačila, hrano in kuhalno opremo, del opreme pa sta imela v strešnem kovčku.

Kot sta povedala, je Norveška prijazna do potovalcev, ki si ne morejo privoščiti avtodoma ali udobja turističnih nastanitev. Prenočuje se lahko povsod, vendar vsaj 150 metrov stran od najbližjega bivališča. Avtodom je morda celo najprimernejši za tovrstno potepanje. Norveška je velika nekaj manj kot 20 Slovenij in ima skoraj 5,6 milijona prebivalcev, zato je zelo redko poseljena. Glavni razlog za obisk so njene naravne znamenitosti, med njimi več kot 1700 fjarov in prek 400 slapov, okrog 400.000 jezer(c) in več kot 240.000 otočjkov, pa seveda številna gorovja in tamkajšnji ledeniki. Znana je seveda še po severnem siju in polarnem dnevu in noči.

Filip in Astra sta do Norveške potovala skozi Avstrijo, Nemčijo in Dansko, vračala pa sta se čez Švedsko. Skupno sta prevozila okrog 8500 kilometrov. Norveško sta dosegla s trajektom v Kristiansandu, obiskala najjužnejšo točko pri svetilniku Lindesnes, potem pa se odpravila proti fjaru na severu. Med bolj slikovitimi je Lysefjorden. Med potjo do Bergna sta s trajektom prečkala še nekaj fjarov. Nadaljevala sta po notranjosti dežele mimo številnih slapov vse do Langfjorda in še severneje v Trondheim. »Kopenski« del poti sta



sklenila v mestecu Bodø, izhodiščnem pristanišču trajektov za Lofote. Najsevernejšo točko sta dosegla na mostu Tjeldsund bru severozahodno od Narvika. Ob vrnitvi sta prečkala mejo s Švedsko ter se prek Kirune in Särna »spustila« proti jugu vnovič na Norveško in obiskala še prestolnico Oslo, kjer ju je najbolj navdušila moderna arhitektura. Južno od glavnega mesta sta spet vstopila na Švedsko ter pokukala še v nič kaj švedski Malmö; od tam pa sta se prek mostu vrnila na Dansko in zatem domov. Dražje kot gorivo je na Norveškem pogosto parkiranje, sta povedala, saj so dnevne tarife na priljubljenih krajih okrog 30 evrov, medtem ko je gorivo cenejše kot pri nas. Na svojih pohodih sta nekajkrat skrenila z optimalne poti, a na koncu sta vedno našla pravo pot.

Vsebinska predavanja je bila strukturirana po dnevih, precejšen del njenega »roadtripa« je potekal v goratem svetu Norveške. Manjkalo ni niti čelo enega od številnih norveških ledenikov (Briksdal), pa znamenita skalna prižnica Preikestolen nad Lysefjardom, v skalni razpoki zatakneni balvan, cikcakaste ceste prek številnih gorskih prelazov (na enem ju je pričakal že sneg), pa ovce stare domače pasme, severni jeleni in losi, muzeji na prostem (tako imenovani skanseni), travnate strehe in ne nazadnje slikovita mesteca z barvitimi hišami. Nekaj sreče jima je zmanjkalo le pri severnem siju, zato pa sta toliko bolje spoznala naravne parke in vse vrste norveškega dežja. Predavatelja sta na koncu zagotovila, da se bosta vrnila na Norveško, saj imata neporavnane račune s severnim sijem, čaka pa ju tudi še Nordkapp, najsevernejša točka Evrope.

Predstavitev je bila uspešna in upati je, da smo s tem še koga spodbudili k pripravi lastnega predavanja ali pa vsaj k rednejšemu obisku predavanj planinskega društva, saj je bilo med občinstvom tudi nekaj mlajših Trzinčev. Morebiti je bilo predavanje nekoliko predolgo, kar pa predavateljema občinstvo ni zamerilo in je z njima vztrajalo vse do konca. Večina je ostala tudi na druženju po predavanju, ko smo lahko pokusili okusne in dišeče cimetove rolce ter nazdravili novim in podobnim podvigom.

Miha Pavšek, foto: Filip Pavšek in Astra Babnik





DOSTAVA KURILNEGA OLJA

Za toplo zimo in pomlad,
kurilno olje dostavlja
Hubat!

www.hubat.si 080 22 36

oglasno sporočilo

Dva izleta in občni zbor Planinskega društva Onger



15 pohodnikov se je 8. februarja pod vodstvom Mira Štebe povzpelo na Ratitovec, katerega najvišji vrh je 1678 metrov visoki Altemaver. Foto: Miro Štebe

Prvi februarski izlet so v Planinskem društvu izvedli na kulturni praznik. Načrte jim je skoraj preprečila slaba vremenska napoved, a je pohodnike na dan izleta na Ratitovec pozdravilo sonce. »Med vzponom smo naleteli tudi na led, prekrit s snegom, a ker je večina imela sabo derezice, smo se strumno podali do Krekove kočice, kjer smo se pred meglo zatekli v toplo kočico pokušat znamenite flancate,« je povedal Miro Štebe. Pozneje so znova v soncu vzpon nadaljevali do glavnega vrha Ratitovca, od koder so občudovali Julijce s Triglavom na čelu ter Karavanke s Stolom in Kamniške Alpe z zasneženim Grintovcem. Sestopili so po prisojni poti. Pohod so udeleženci tudi kulturno obarvali. »Pred izletom smo zrecitali Zdravljico ter prebrali še nekaj pesmi našega največjega pesnika. Izlet smo spet končali z mislimi na Franceta Prešerna,« nam je še zaupal Miro.

Zadnjo februarsko soboto so člani Planinskega društva Onger skupaj s Planinskim društvom Kamnik organizirali izlet na lehnjakove slapove v zaledju Višnje Gore. Pod vodstvom Mihe Pavška so pohodniki prehodili nekoliko pomrzjeno krožno Pot dveh slapov. Najprej so hodili po asfaltu, ki je za vasjo Dedni Dol prešel v makadam, na začetku doline potoka Višnjica v kolovoz in zadnjih deset minut pred slapovi v stezo. »Lehnjakova slapova (kamnino zakriva mahovje) in pragovi so nas navdušili s svojo slikovitostjo, ki jo je še poudarjal zasnežen gozd. Izbrali smo strmejšo pot, ob slapu po kovinski lestvi. Ta del in nadaljevanje poti vse do zatrep doline sta bila precej zimska, potok pa dokaj vodnat. Višje smo spet dosegli kolovoz in se povzpeli na Kucelj, s 748 metri najvišjo točko izleta, kjer smo srečali prve planince,« je povedal Pavšek. Po kratkem postanku pri geodetskem stolpu so nadaljevali pot proti sosednjemu Gradišču, ki je znano po arheoloških najdbah. Nekoliko bolj blatna pot jih je nato vodila do najvišjega lehnjakovega slapu v dolini potoka Kosca in naprej čez travnike nad Starim trgom do gostilne blizu izhodišča, kjer so sklenili skoraj šesturno druženje.

Že štirideseti občni zbor

18. februarja so se člani društva ob 18. uri v veliki predavalnici v prvem nadstropju DZIR zbrali na 40. občnem zboru. Tudi tokrat ga je vodilo delovno predsedstvo z Danilom Oražmom na čelu. Sledila so poročila o opravljenem delu upravnega odbora, šestih odsekov, nadzornega odbora in častnega razsodišča ter finančno poročilo, potrdili pa so tudi



Udeležence občnega zbora Planinskega društva Onger, med katerimi so bili tudi predstavniki nekaterih drugih društev, je z obiskom počastil častni član društva, Čeh Ladislav Jirásko (tretji z leve), ki že več desetletij z veseljem zahaja v naše gore. Foto: Tanja Jankovič



Devet planincev je v slabih šestih urah preko najvišjega vrha občine Grosuplje, 748 metrov visokega Kucelja, prehodilo dobro označeno 14,3 km dolgo krožno Pot dveh slapov. Foto: Miro Štebe

mandat dosedanjemu vodstvu. Društvo je bilo lani zelo dejavno. Izvedlo je kar 17 izletov različnih zahtevnosti in dvodnevno zimovanje. Nekoliko lažje ture je vodil Miro Štebe, zahtevnejše pa Miha Pavšek. V sodelovanju z mentorico planinske vzgoje v vrtcu Žabica, Nino Zupan, ki bo v prihajajočem mandatu načelnica mladinskega odseka, so na odkrivanje lepote gora in narave privabili tudi malčke in njihove starše. Organizirali so še pet potopisnih predavanj ter sodelovali v dveh pohodniških akcijah in spomladanski čistilni akciji Trzina. Prav tako so izvedli dve akciji odstranjevanja invazivnih rastlin in nekaj delovnih akcij markacistov, gostili zanimivega pisca planinskih vodnikov in organizirali srečanje s tistimi, ki so delovali v začetnem obdobju delovanja društva. V društvu se lahko pohvalijo tudi z uspešnim delovanjem polno zasedenega plezalnega krožka v šoli. Ob tem je predsednik Štebe izrazil obžalovanje, da društvu še vedno ni uspelo oživiti planinskega krožka v Osnovni šoli Trzin, in dodal, da sicer dobro sodelujejo z občino in osnovno šolo, čeprav bi si včasih želeli nekoliko več posluha. Opisane dejavnosti bodo v prihodnjem obdobju nadaljevali in jih poskušali še razširiti, pri čemer se bodo trudili pridobiti nekaj vodnikov z licenco, pritegniti več mladih in okrepiti delovanje vseh odsekov.

Občnega zbora se je udeležilo 18 članov društva, predsednik MDO Kamniško-zasavskega odreda Jurček Nowakk, predstavniki sosednjih planinskih društev iz Mengša, Kamnika in Blagovice, predsednik Gasilskega društva Trzin Borut Kump in župan Peter Ložar, ki so planincem zaželeli uspešno delovanje. Ob koncu je predsednik Štebe pripravil udeležencem posebno presenečenje. V goste je namreč povabil častnega člana društva, Ladislava Jirásko iz Prage, ki je v slovenskem jeziku z blagim češkim naglasom ob obujanju spominov udeležence povabil na projekcijo dokumentarno-igranega filma Češka kočica, nastalega po njegovi zamisli. Film se je vrtil naslednji dan v okviru 19. festivala gorniškega filma in se nadaljeval z okroglo mizo o sodelovanju slovenskih in čeških planincev. Občni zbor planincev se je končal s pogostitvijo v prostoru pred predavalnico.

Tanja Jankovič

ZAPOSLUJETE TUJCE?

Pomagamo vam:

- Pridobiti/podaljšati vse vrste dovoljenj za bivanje tujcev v RS (delo, študij, združitev, menjava delodajalca).
- Pravilno napotiti zaposlenega na delo v druge države EU (AI, Vander Elst viza).
- Izdelavo in oddajo dokumentov na SPOT točki.
- Svetovanje pri širjenju posla v tujino.



PROEVENT

T: 01 300 32 02
E: info@proevent.si

www.racunovodski-servis.si

Maja Elena Pejović, državna prvakinja v judu U16

»Ko pridem na judo, zunanji svet zame ne obstaja več«

Judo v japonščini pomeni »mehka pot«. Poleg borilnih tehnik lahko vsebuje tudi filozofsko plat, ki je tesno povezana s celostnim razvojem posameznika tako telesno kot osebnostno. Judo je naredil velik vtis tudi na osmošolko Majo Eleno Pejović, državno prvakinja v judu v kategoriji U16 do 52 kilogramov. V začetku marca je branila lanske letošni naslov in ga uspešno znova osvojila.



Maja Elena Pejović velja za eno izmed najboljših slovenskih judoistk v starosti do 16 let in je zmagovalka več mednarodnih turnirjev. Z družino se je v bloke T3 iz Ljubljane preselila pred štirimi leti, zato (še vedno) obiskuje Osnovno šolo Kozležja, trenira pa v Judo klubu Bežigrad pod okriljem trenerke Janje Lamut. Spomnimo: Judo klub Bežigrad je prav tisti klub, ki je vzgojil olimpijsko prvakinja Andrejo Leški, po kateri se zgleduje tudi 14-letna »Trzinčanka«, sicer nosilka modrega pasu.

Maja pravi, da ji je prav judo pomagal pri preobratu v lastnem razumevanju sebe, okolice in sveta. Z njo smo se pogovarjali dobrih deset dni pred državnim prvenstvom, ob koncu zimskih počitnic, ko se je vrnila s priprav na Hrvaškem, kjer je pridobivala nova znanja in utrjevala tehnike tega borilnega športa.

Maja, nam lahko poveš kaj več o teh pripravah?

Šlo je za mednarodne borbene priprave, ki so se jih udeležile tekmovalke iz osmih evropskih držav. Priprave so temeljile na borbah stoje (tači vaza) in na tleh (ne vaza). Priprave so bile zelo intenzivne, saj sem se borila tudi s tekmovalkami, ki nastopajo v višjih kategorijah, kot je moja (nastopam med mlajšimi kadetinjami.) Zelo veliko sem se naučila. Sicer pa je šlo tudi že za priprave na državno prvenstvo, kar se je med udeleženci že čutilo. Vsak si namreč želi osvojiti naslov državnega prvaka, vendar ne zмага vsak, zato se včasih med tekmovalkami pojavijo izzivi. Jaz se kljub vsemu temu trudim biti čim boljša oseba, ker je to tudi smisel juda.

Judo zelo poudarja vrednote, kajne?

Res je. V vrtcu in prvih razredih recimo ne učijo, kako metati nasprotnika, ampak se najprej učimo, kako je treba pasti in kako se pobrati. To mi je pri tem športu zelo všeč, saj se marsikaj naučiš tudi s teorijo, ki se jo za izpite za višje pasove učimo na pamet. Poleg tega je glavna vrednota juda spoštovanje. Velik del je priklon pred začetkom borbe, ker je to izkaz spoštovanja do nasprotnika, trenerja, dvorane, do samega športa.



Sicer med mlajšimi judoisti pogosto opažam, da se tega premalo zavedajo, česar mi je res žal. Sama se trudim vedno ohranjati spoštovanje ne glede na ravnanja drugih.

Kaj je odločilno za zmago?

Moje mnenje je, da ni vse v moči. Lahko si zelo močan, ampak če nimaš v glavi »pospravljeno«, moč ni dovolj. To, da si v glavi prav naravnani, je velik del zmage, saj se lahko velikokrat pojavijo blokade, in če se jih ne rešiš, te to ovira. Moraš biti samozavesten, verjeti vase in poleg tehnike in moči upoštevati tudi glavo. Ne smeš dvomiti o sebi in vedeti moraš, kaj hočeš.



Kakšno vlogo ima pri tem trener, ka?

Trenerji imajo izkušnje in videli so že marsikaj, poskušajo nam čim bolj natančno pojasniti, kaj narediti v kakšnem položaju (na primer kateri met uporabiti), dajejo nam podporo in nas usmerjajo, toda miselno pripravo mora vsak izvesti sam. Seveda, trener ti je na voljo, vendar če sam ne razumeš, kako je treba delovati, ti nihče drug ne more pomagati.

Kako se pripravljáš na tekmovanja?

Vedno je dobro, da pregledaš posnetke svojih borb in analiziraš napake. Lepo je zmagati, toda iz porazov se največ naučiš. Pri zmagi veš samo to, da si zmagal ... in to je vse! Pri meni na primer sta se borbenost in eksplozivnost razvili polagoma, skozi leta treningov. Tudi rezultatov do lani nisem imela posebno dobrih, potem pa se je v meni nekaj premaknilo in zdaj ni več tega »bo, kar bo« in ni izpuščanja treningov. Ne! Treniram vsak dan in na tekmovanje pridem z mislijo na zmago.

Kaj pa bolečina? Se nanjo lahko pripraviš?

Velikokrat si nočem priznati, da me kaj boli. Tudi sicer športniki pogosto nočejo pokazati svoje ranljivosti. Kadar se recimo poškoduješ, bi moral mirno počakati na trenerja, a včasih pač ne gre. Če boli, je treba pokazati bolečino in tudi zajokati. Sicer se dekleta v borilnih športih še vedno spoprijemamo s predsodki, čeprav je teh manj kakor v preteklosti. Pa vendar se še vedno sliši, da so ženske borbe »kar nekaj«. Jasno je, da smo šibkejšje od moških, vendar mislim, da si ženske prav zato, ker vztrajamo v borilnih športih, zaslužimo spoštovanje. Tudi me imamo mišice in jih znamo pokazati, tudi v primerih, ko kaj zaboli. Če nekaj hočeš, je vse mogoče doseči. In pomembno je, da imaš ob sebi nasprotnika, ki je boljši, ker te to žene naprej. Obenem pa si je včasih treba vzeti čas za počitek in tudi jaz si ga vzamem. No, mogoče premalokrat. (smeh)

Kaj ti pravzaprav pomeni judo? Kdaj si ga začela trenirati in kdo te je navdušil zanj?

Glede športa sem se kar nekaj časa iskala. Judo sem začela trenirati šele v tretjem razredu, kar je dokaj pozno. Pred tem sem se ukvarjala z ritmično gimnastiko in plesom, hiphopom ... Na treninge juda sem začela hoditi zaradi sestrice in prijatelja, s katerima smo skupaj v šoli. Potem sem nekaj let trenirala bolj lagodno, šele lani sem zares »zagrabila«, do takrat nekako nisem imela »pravega« srca za judo. Dolgo sem potrebovala, da sem ugo-

točila, da je treba biti potrpežljiv in da šele čez čas pridejo rezultati.

Kaj mi judo pomeni? Ko pridem na judo, zame zunanji svet ne obstaja več. Tam sem samo za judo in tam si res spočijem dušo. Drži, da je tako lahko pri vsakem športu, ampak pri meni to najboljše deluje prav pri judu. Na treningu imam povsem »čisto« glavo, ves stres s šolo izgine, ni več pritiska ... Včasih sicer pridejo tudi težki dnevi, ampak tudi take dneve potrebujemo, sicer ni uspeha.

Kako je sicer videti tvoj običajni dan?

V šolo in iz šole me vozi oči. Ko se okoli 14. ure vrnem domov, najprej naredim domačo nalogo in se učim, ob 18. uri grem z avtobusom na trening in se vrnem povsem izmučena okoli 21. ure. Tako je vsak dan med tednom. Ob sobotah ali nedeljah imamo pogosto tekmovanja. V skupini, v kateri treniram, nas je okoli 30, in sicer od letnika 2008 do 2012. Z boljšimi rezultati pride tudi vedno več treningov, zato me verjetno z naslednjim šolskim letom čaka trening z utežmi ob sobotah.

Kakšni pa so tvoji športni cilji?

Olimpijske igre so verjetno cilj vsakega športnika, vendar se oziram tudi k sodniškim vodam, ker se mi zdi to delo zelo zanimivo. Pravila za judoistične borbe znam na pamet in včasih med tekmovanji kar »povadim«, ko gledam borbe drugih. Tako da če ne bodo olimpijske igre, bom pa sodila. (smeje)

Za konec pa še vprašanje, ki ga zelo radi postavimo mlajšim prebivalcem občine, tvoje mnenje pa bo morda še bolj zanimivo, saj si pred selitvijo v Trzin skoraj deset let živel v Ljubljani. Kako doživljaš našo občino in kaj ti je najbolj všeč?

V Trzinu sta mi zelo všeč narava in to, da imam veliko možnosti za tek v naravi. Zdi se mi, da so ljudje povezani med sabo, kar se mi zdi lepo. Imamo tudi zares veliko prireditev, tudi takih za družine. Všeč mi je bil

pustni spreved, ker imam mlajšega bratca in se tudi on lahko udeleži takih prireditev. Sicer pa v Trzinu ne bi nič kaj dosti spreminjala, mogoče samo to, da bi si ljudje še naprej in še bolj pomagali.

TB, foto: osebni arhiv in arhiv Judo kluba Ravne na Koroškem

Odpikajmo nasilje

Če ste v Trzinu pred dnevi opazili zastavice s štirimi pikami, naj pojasnimo, da gre za simbol kampanje Odpikajmo nasilje, ki nastaja v Uredništvu otroških in mladinskih oddaj Televizije Slovenija, ambasadorka kampanje pa je judoistka in zlata olimpijka Andreja Leški. Poleg nje sta ambasadorja kampanje igralka in TV-voditeljica Gaja Filač ter priljubljeni reper Leopold I.

Na RTV Slovenija želijo s kampanjo opozoriti na vrstniško nasilje, zato na to temo pripravljajo več televizijskih in radijskih oddaj ter člankov na portalu MMC in družbenih omrežjih. Štiri pike ponazarjajo štiri zaveze: 1) Nasilja ne podpiram in pri njem ne sodelujem. 2) Ko opazim vrstniško nasilje, o tem spregovorim. 3) Nikogar namerno ne izključujem, vsak je pomemben. 4) Skupaj lahko odpikamo nasilje.

Te zaveze so lahko tudi smernice, kako se odzvati v primeru, ko nasilje opazimo. K podpori kampanje vabijo tako otroke kot odrasle. Podpornik kampanje ste lahko tako, da si na zgornjo stran dlani narišete štiri pike katere koli barve in na družbenih omrežjih objavite fotografije s ključnikom #odpikajmonasilje.

TB

Vabljeni na Festival sodobnega klovnskega gledališča

Kulturno-umetniško društvo Franc Kotar Trzin in Društvo za sodobno klovnsko umetnost vabita na festival sodobnega klovnskega gledališča, festival Za crknt.

Skupina profesionalnih klovnov se je pred leti odločila ustvariti klovnski kabaret Za crknt, da bi lahko raziskovala in razvijala sodobnega klovna v vseh njegovih razsežnostih ter ga približala odraslemu občinstvu. Svojo dejavnost so pozneje formalizirali v Društvo za sodobno klovnsko umetnost. Raje kot tradicionalnemu cirkusu podajajo roko življenju. Sodobni klovni s humorjem razbijajo četrto steno in s svojo igro vstopajo med ljudi. Z naivnim in neposrednim lotevanjem vsakdanjih tem nagovarjajo gledalca, ki je slekel svojo službeno obleko in se spomnil, da je človek. Predstave so namenjene odraslemu občinstvu.

Program festivala:

torek, 1. april, ob 19. uri

odprtje in gledališki koncert Poetically Uncorrect
predstava »Uredu, Uredu« v izvedbi podmladka Za crknt

petek, 4. april, ob 19. uri

predstava Za crknt, klovnovski kabare 1. del: Znucana dela

sobota, 5. april, ob 19. uri

predstava Za crknt, klovnovski kabare 2. del: Škart roba

Vstopnina: 10 €/7 €

Kontakt: cisto@zacrknt.si, 040226981 in preko rezervacijskega sistema www.kud-trzin.si

Festival ne po naključju začenejo prvega aprila, na dan norcev, kot se za klovnovske artiste spodobi. **Festival** bo odprl trio Poetically Uncorrect. V koncertni medprostor bodo vpeljali predstavnika festivala, domnevno bo to Majda z zdravarico, ki bo pojasnila čudaškost festivalskih likov, projektov in sanj.



Sledili bodo **Za crknt Podtaknjenci**, skupina zvedavih performerjev, ki so se v štirih večdnevni laboratorijih Za crknt neutrudno približevali klovnski črni luknji, in nastala je predstava »Uredu, Uredu«.

Petkov kabaret »Znucana dela Za crknt« so večkrat uprizorjene točke, ki preverjeno delujejo. Vsi oboževalci Edine Žive Dive, Lingeling, Evroposlanca, Marine in Klausyja pridite, preden gredo našteti v pokoj!

Sobotni kabaret »Škart roba Za crknt« so točke enodnevnice, ki so vzšle in zašle v 12 letih delovanja Za crknt. Videli boste sfalirane vdove, Mr. Bombastika pri ponujanju romantičnih nasvetov in odsvetov, histerične gospodinje, ki za svoje torbice zatrjujejo, da so imitacija plastike, začudenega Jezusa, zavednega klovna in zares neposkusljive poskuse čudaškega obnašanja.

Podelitev noskarjev, prve klovnske nagrade v Sloveniji za vse, ki so si jih v teh letih zagotovili s svojim zavirljivimi neutrudnimi poskusi izogibanja padca v črno klovnsko luknjo, bo potekala spontano med sobotno predstavo.

TB, foto: arhiv Društva za sodobno klovnsko umetnost

Uspeh mladega avtokrosista Nejca Juterška

Adrenalinska vožnja po prašni, občasno blatni, makadamski progi pomešani z zemljo, glasno hrumenje motorjev in navdušena množica gledalcev. Na drugi strani pa dolgi dnevi odpravljanja napak ter izboljševanja starega dirkalnika v domači garaži. Nekoč je njegovo življenje zaznamoval hokey, danes pa je mladi Nejc Juteršek predan avtokrosu.



Nejc Juteršek, 22-letni mladinski podprvak Slovenije in Hrvaške v avtokrosu v kategoriji 1A, z očetom (desno) in bratranscem Janom (levo).

Že v svoji drugi sezoni dirkanja je postal mladinski državni podprvak Slovenije in Hrvaške v kategoriji 1A do 1600 ccm. Z očetom Markom živita za dirkanje, o čemer pričajo stene polne okvirjenih slik dirkalnih vozil in garaža polna najrazličnejšega orodja in posebnih avtomobilskih delov.

Na prvi pogled mirni in zadržani Nejc se je hitro razgovoril, ko je beseda nanesla na avtomobile in dirkanje. Z adrenalinom se je dvaindvajsetletnik srečal zelo zgodaj. Že pri rosinih štirih letih je začel igrati hokey. Sprva na rolerjih, čez tri leta pa se je pri hokejskem klubu Slavija kalil že na ledu. Spominja se, da je bilo precej naporno, saj je imel uro in pol kondicijskega treninga že pred odhodom v šolo, po pouku pa še uro in pol treninga na ledu. Šest dni treninga na teden, ob nedeljah pa tekme. Bil je tako dober, da so ga izbrali v slovensko mladinsko reprezentanco, s katero so igrali predvsem na Madžarskem. S šestnajstimi leti se je vrnil na rolerje in si tudi tu kmalu prislužil mesto v mladinski državni reprezentanci. Z njo se je na Evropskem prvenstvu v hokeyu na rolerjih do 18 let, ki je bilo v Italiji 2019, veselil naslova evropskih podprvakov. Igral je vse do lanske sezone, ko se je usmeril v avtokros.

Dirkanje je pravzaprav spoznaval celo življenje. Njegov oče je namreč veliki dirkaški navdušenec, ki je nekoč tekmoval v avtoslalomu in rallyju s starodobnimi vozili, preizkusil pa se je tudi v avtokrosu. Doma ima še vedno svoj dirkalnik. »Od nekdaj smo hodili na različne avtomobilske dirke v Sloveniji. Spominjam se tistih v Tunjicah pri Kamniku, kjer je oči včasih dirkal, včasih pa je bil štarter,« je povedal Nejc. »Po letu 2010 dirk ni bilo več, ker so vse proge zaprli.« Ob posebnih priložnostih so ga starši odpeljali na vožnjo z gokartom, kjer je že kot otrok neizmerno



875 kg težki Yugo je opremljen z 1600 ccm motorjem Lancia, v katerem tiči sto konjskih moči. Vgrajen ima prilagojen volanski drog in menjalnik z blokado diferenciala, ojačane zavore in karoserijo ter na stotine drugih malenkosti, ki so vse odločilnega pomena. Nameščeno ima tudi posebno varnostno kletko, vlečno kljuko spredaj in zadaj ter privarjen sedež s posebnim varnostnim pasom. Voznik pa nosi obvezno varnostno čelado in negorljiva oblačila: kombinezon, rokavice, podkapo, dolgo spodnje perilo, nogavice in čevlje. Glede na stroga pravila FIA (Federation Internationale de l'Automobile) mora biti na dosegu roke tudi gasilni aparat.



Med najboljšimi v regiji, Nejc čepi v prvi vrsti, skrajno desno.

užival. »Leta 2021 sem odkril karting prvenstvo na Brniku. Prijavil sem se in prvo sezono končal kot četrti med 36 tekmovalci. Bilo je precej naporno. Volan je trd, vse se trese, ker ni vzmetenja, pa še gneča je na progi.« V naslednji sezoni je med 42 tekmovalci pristal na petem mestu.

Ko je bila po devetih letih organizirana prva avtokros dirka na novi progi v Dvorjah pri Moravčah, sta z očetom sodelovala na njej v vlogi štarterjev. Leto kasneje je sanje dirkaških navdušencev prekinila korona. Naslednji dve leti sta Juterška kot mehanika skrbela za pripravo avtomobila na dirko za enega od dirkačev. V začetku leta 2023 sta od njega kupila starega Yuga, ki je bil v precej slabem stanju. Prejšnji lastnik se je namreč na svoji zadnji dirki z njim prevrnil, tako da sta imela ogromno dela z obnovo.

»Kupila sva ga mesec in pol pred prvo dirko v maju in sva hitela s popravili. Cel teden pred dirko je deževalo, dva dni pred dirko pa je prišlo do odpovedi.« S tem sta pridobila nekaj več časa za izboljšave. A tudi druga dirka, ki je bila junija v Gambetičih na Hrvaškem, mu ni bila usojena. »Oče je imel nepričakovano en teden pred dirko zahtevno operacijo, zato smo udeležbo odpovedali,« je pojasnil. Zato je prvič dirkal šele na tretji dirki sezone, ki je nadomestila odpadlo in so jo izjemoma izpeljali julija. Tudi tu ni šlo vse po načrtih. »Bila je naša prva dirka in bilo je izjemo vroče. Avto je delal, dokler ni več,« pripoveduje. »Odpeljal sem dva treninga in kvalifikacijsko dirko. Potem je bilo vsega konec.«

Avtokros je hitrostna in spretnostna preizkušnja, v kateri dirkajo štirikolesna vozila v petih divizijah oziroma razredih. **Razred 1** so turistična vozila do 4000 ccm, **razred 1A** turistična vozila do 1600 ccm z dvokolesnim pogonom, **razred 3** posebna tekmovalna vozila do 4000 ccm (buggy) z dvo- ali štirikolesnim pogonom, **razred 3A** posebna tekmovalna vozila do 1600 ccm (buggy) z dvokolesnim pogonom, **kart cross** pa so posebna tekmovalna vozila do 600 ccm (buggy) z dvokolesnim pogonom. Vozila so prirejena za tekmovanja na zaprtih progah, zato niso registrirana in torej ne smejo voziti po cestah.

Avtokrosisti Slovenije in Hrvaške že več let skupaj organizirajo od štiri do pet dvodnevni tekmovanja na leto, in sicer na dveh tekmovališčih. Proga Kaps se nahaja v bližini vasi Dvorje pri Moravčah. Dolga je 640 metrov, široka vsaj 14 metrov, vzpon na njej pa znaša do 12 odstotkov. Gre za prvo in edino progo v Sloveniji, ki je registrirana za avtokros. Druga najbližja je v Gambetičih na Hrvaškem. Na obeh se lahko vozijo tudi dirke Evropskega prvenstva.

Prvi dan dvodnevnega tekmovanja je namenjen tehničnemu pregledu vozil. Sledi trening vožnja, na katero spuščajo tekmovalce v časovnem razmaku. Na progi so le trije vozniki, ki odpeljejo od tri do štiri kroge.

Sledi kvalifikacija, na kateri starta od 5 do 6 vozil naenkrat. Vozijo od 4 do 6 krogov. Ena kvalifikacija se izvede še isti dan, dve pa naslednjega. V finale se uvrsti le 10 najhitrejših dirkačev.

Si predstavljate start desetih avtomobilistov naenkrat in to adrenalinsko vožnjo? Če si jo ne, si jo lahko ogledate na kanalu Youtube (<https://www.youtube.com/@NejcJutersekRacing>), kjer so objavljeni posnetki vseh dirk. Dirke si v živo ogleda od 2000 do 3000 gledalcev in še dodatnih 1000 preko spleta.

»Skupinski starti so zelo adrenalinski. Tu lahko avtomobili počijo skupaj, se zavrtijo, gredo v zrak, čez planke in ko priletijo s hriba dol v ciljno ravnino ... To so novodobni gladiatorji,« je prepričan Nejčev oče. »V Moravčah je proga kratka in ni narejena za hitrost. V naši klasi je povprečna hitrost 65 km/h oziroma končna ne več kot 95 km/h. V Gambetičih je proga dolga en kilometer in je tudi bolj odprta. Naš Yugo tam leti že 115 km/h. Če narediš napako, si odpisan. Veliko vozil je bilo tam že tako poškodovanih, da so jih odpeljali na stiskanje,« razloži Nejč, ki je zadovoljen s svojim Yugom. »Zelo je trpežen. Pomaga tudi to, da sva z očijem cele dneve v garaži. Avto po dirki popolnoma razstaviva in pregledava vse, kar bi se lahko pokvarilo. Pripravljen moraš biti na vse.« Trudita se, da pri svojem delu nista preglasna.

Veliko boljša je bila za mladega dirkača minula sezona. Od petih dirk je prvo zaradi tehničnih težav izpustil. Že na drugi se je v svojem razredu zavihtel na skupno 4. mesto in 3. mesto med mladinci do 23 let. Tudi naslednji dve dirki v Gambetičih je končal na tretjem mestu. V sklepni dirki sezone pa se je dobro znašel v blatnih pogojih. »V soboto in nedeljo sem vozil na drugem mestu. V finalu je prišlo do nesreče, kjer je Yugo utrpel par poškodb. Kljub vsemu nisem obupal in dirko zaključil na 7. mestu za Centralno evropsko prvenstvo, 6. mestu za slovensko in 3. mestu med mladinci. Tako sem sezono zaključil kot mladinski državni



Z dveh štartnih pozicij v finalu starta 10 najhitrejših vozil. Med množico zmogljivejših in novejših dirkalnikov vozi Nejč s svojim starim Yugom v razredu 1A. Lansko sezono jih je dirkalo 12, letos jih pričakujejo še več.

podprvak Slovenije in Hrvaške. Brez moje zlate ekipe mi to seveda ne bi uspelo in tudi ne brez vseh sponzorjev, katerim se iz srca zahvaljujem.« Za brezhibno pripravljenost Yuga poleg očeta skrbi še očetov sodelavec Anže, ki svojo vlogo počasi prepušča Kevinu, Nejčev bratranec Jan pa skrbi za čistočo vozila.

Na tej dvoletni dogodivščini je Nejč doživel marsikaj, kar je dodatno utrdilo mladega človeka, ki ga je že v otroštvu zaznamovala prezgodnja materina smrt. Nesreče sicer ni imel še nikoli, je pa nekaj trenutkov vozil le po dveh kolesih, kot kaskader v filmu. Napeto je bilo tudi, ko je na predvečer dirke ostal brez prevoza in šoferja. Po uspešni lanski sezoni načrtuje mladi dirkač, ki končuje študij mehatronike, osvojitve naslova mladinskega prvaka. Njegova velika želja je tekrovati v kartcrossu, vsaj enkrat pa bi se rad preizkusil tudi v rallyju. Prepričani smo, da mu bo slej ko prej uspelo.

Tanja Jankovič, foto: osebni arhiv in arhiv Avtokros arena

Besedilo ni lektorirano.

RAZPORED ZBIRANJA NEVARNIH ODPADKOV V OBČINI TRZIN (POMLAD 2025)

DATUM	URA	NASELJE	LOKACIJA
2. 4. 2025	15.30–17.00	Trzin	Na dvorišču Mengeške 9, Trzin
	17.30–19.00	Trzin	Na parkirišču pred trgovino Mercator

KAKO RAVNATI Z NEVARNIMI ODPADKI?

- ★ Nevarne odpadke hranite v originalni embalaži, ki naj bo dobro zaprta, da med prevozom na zbirno mesto ne pride do razlitja vsebine.
- ★ Tekoči odpadki naj bodo v zaprti posodi.
- ★ Ostri odpadki morajo biti v zaprti posodi iz stekla ali trde plastike.
- ★ Pomembno je, da se odpadki med seboj ne mešajo, saj to lahko povzroči nepredvideno reakcijo med različnimi snovmi.
- ★ Odpadke naj prinesejo polnoletne osebe, ki bodo pri rokovanju z njimi upoštevale varstveno tehnična navodila, ki ste jih dobili z nakupom izdelka, iz katerega je odpadek nastal.
- ★ Dokler nevarnih odpadkov ne oddate v akciji zbiranja, jih hranite na suhem, varnem in otrokom nedosegljivem mestu.

KAJ SPADA MED NEVARNE ODPADKE?

Akumulatorji, baterije, zdravila, pesticidi, barve, laki, topila, razredčila, lepila, kozmetika, čistila, neonske cevi, odpadno jedilno in motorno olje, pločevinke s potisnim plinom, embalaža, onesnažena z nevarnimi snovmi ...

Pomembno! Nevarni odpadki lahko zaradi svoje sestave ob nepravilnem odlaganju onesnažijo okolje, podtalnico ali druge dragocene vodne vire. Zato nevarnih odpadkov NE SMEMO odlagati v navadne zabojnike za odpadke ali v naravo, prav tako pa jih ne smemo zlivati v kanalizacijo.

Ste vedeli? Nevarne in kosovne odpadke lahko kadar koli v letu brez doplačila oddate v Centru za ravnanje z odpadki Dob.

Javno komunalno podjetje Prodnik d.o.o.
Savska 34, 1230 Domžale | 01/729-54-30
info@jkip-prodnik.si | www.prodnik.si

PRODNIK
Javno komunalno podjetje

POMEMBNO! Izdelki, ki vsebujejo nevarne snovi, so označeni s posebnimi simboli, kot so:



Eksplozivno



Jedko



Okolju nevarno



Vnetljivo



Zdravju škodljivo



Strupeno

Na trening je treba, tudi če je vesoljni potop

Brata Stepan in Zakhar Kholodov obiskujeta Osnovno šolo Trzin in posegata po odličjih v kar treh disciplinah borilnih veščin, poleg juda tudi v boksu in džiuđžicu. Petkrat tedensko trenirata pod okriljem Društva borilnih veščin Komenda, njuna predanost treningom pa dokazuje, da je s trdim delom in pravim pristopom mogoče dosegati zares vrhunske rezultate.

V družini Kholodov so prepričani, da je disciplina temelj za vse. Tudi zato so še posebno hvaležni glavnemu trenerju Boštjanu Veinhandlu, ki med drugim pravi, da je na vsakodnevni trening treba priti, pa tudi če imaš drisko, si zlomiš nogo ali je vesoljni potop. Ob podpori trenerja Benjamina sta brata, ki sta se iz Rusije pred enajstimi leti z družino preselila v Trzin, dosegla res velik napredek. 14-letni Stepan je lani postal državni podprvak v džiuđžicu (ne vaza) in se uvršča v sam vrh na mednarodnih turnirjih v judu in boks, 12-letni Zakhar pa prav tako uspešno nastopa v judu in je zmagovalec več mednarodnih turnirjev, obenem je zelo uspešen tudi v boks.



Stepan (levo) in Zakhar (desno) s samo nekaterimi izmed svojih lovorik.

Hej, fanta, sta za nekaj vprašanj?

Seveda.

Kolikokrat na teden trenirata?

Trenirava petkrat na teden: trikrat na teden judo in dvakrat na teden boks. Ob sobotah imava tekme, ki so običajno dvakrat na mesec.

Ali se vama prileže, da je v nedeljo odmor, ali že komaj čakata ponedeljek in nov trening?

Nedelja se zelo prileže.

Kdo vaju je navdušil za trening borilnih veščin?

Stepan: Za trening borilnih veščin me je navdušil moj oči, pa tudi polbrat Daniel, ki živi v Rusiji, je uspešen boksar.

Zakhar: Mene pa je navdušil brat Stepan. 😊

Kaj vama je pri treningih najbolj všeč?

Zakhar: Meni so najbolj všeč igre z žogo, kot na primer med dvema ognjema.

Stepan: Najbolj so mi všeč borbe.

Lahko borbe tudi bolijo?

Stepan: Včasih lahko zaboli, ampak zaradi adrenalina sploh ne čutiš.

Zakhar: Jaz med borbo nič ne čutim. Morda po borbi malo.

Vendar pa se na treningih kar nekaj časa pripravljate na borbe, kajne?

Stepan: Res je. V vrtcu in prvem razredu se na primer učimo, kako varno pasti. Borbe pridejo šele pozneje.

Kaj je najpomembnejše pri borbah?

Zakhar: Po mojem mnenju zbranost – in pa želja po zmagi. 😊

Stepan: Seveda zmaga, ampak tudi spoštovanje nasprotnika. O tem nas veliko učijo na treningih. Pri judu se na začetku in koncu vedno priklonimo drug drugemu, pri boks pa se rokujemo. 🙏

Kako potekajo treningi?

Zakhar: Najprej tečemo na mestu, da se ogrejemo, zatem največkrat delamo prevale, nato treniramo borilne tehnike, včasih pa tudi borbe. Na koncu izvedemo še raztegovanje.

Kakšna je razlika med judom in boksom?

Pri boks se udarja s pestmi, pri judu pa gre za borilni šport z metanjem, vzvodi in davljenjem. Pri boks se ves čas boriš v ringu stoje, pri judu pa se borba na tatamiju začne stoje, potem pa se prenese na tla. Pri boks je cilj z udarci doseči čim več točk in spraviti nasprotnika v nokavt, pri judu pa je cilj vreči nasprotnika na hrbet in doseči njegovo predajo z vzvodom ali davljenjem. Oba športa razvijata fizično moč, vzdržljivost in disciplino, a na zelo različne načine.

Koliko pasov je v judu in katerega imata vidva?

Stepan: 9 stopenj ali pasov je za učence, od belega do rjavega, potem pa se s črnim pasom začnejo mojstrski pasovi, ki jih je še deset. Zakhar ima oranžno-zeleni pas, 4. kju, jaz pa modri pas, 2. kju.

Kateri dosežek vama je ostal najbolj v spominu?

Stepan: Apolon Open v Mariboru in Pokal Bežigrada, ker sem imel obkraj več nasprotnikov iz tujine, zato so bile tudi borbe naporne in zahtevne.

Zakhar: Najbolj mi je ostal v spominu pokal Kamnika, še bolj pa Black Belt Open, ker so bile ful lepe medalje. 🏆🏆

Kako usklajujeta vse obveznosti (šola, treningi)?

Učiva se običajno po treningu. Pač, učiti se je treba.

Kakšne so vaju želje, cilji?

Stepan: Želim tekrovati na višjih ravneh, predvsem v boks. 🥊

Zakhar: Rad bi se uvrstil čim višje v judu. 🏆

Tudi starši morajo biti zelo disciplinirani?

Res je. Mami naju vozi na judo v Komendo, oči pa na boks v Kamnik.

Kaj pa vama je najbolj všeč v Trzinu?

Da je vse blizu: šola, trgovina, igrišče ...

Kateri dogodek vama je najbolj všeč?

Zakhar: Meni je bil zelo všeč kino na prostem, ker je bil ful jak film.

Stepan: Najbolj so mi bile všeč brezplačne palačinke, ko je bila Hiša strahov.

Kaj bi izboljšala, če bi imela čarobno paličico?

Če bi lahko, bi naredila, da bi bila šolska prehrana boljša in bolj okusna. 😊

Obema želimo veliko uspehov na tatamiju in v ringu.

Hvala.

TB, foto: družinski arhiv

Svetovni ekipni podprvak

Trzinec Nik Bergant Smerajc, sicer član Smučarsko skakalnega kluba Mengeš, si je na pokalu FIS v poljskem Szczyrku konec januarja z 10. in 14. mestom priskakal mesto v slovenski reprezentanci na mladinskem svetovnem prvenstvu, ki je bilo sredi februarja v Lake Placidu v ZDA (od koder je tudi slika). Na ekipni preizkušnji se je s sotekmovalci Žigo Jančarjem (spodaj levo), Urbanom Šimnicem (spodaj desno) in Enejem Faletičem (zgoraj levo) veselil srebrne kolajne in naslova svetovnih podprvakov.

Teden dni zatem pa se je Nik Bergant Smerajc na državnem prvenstvu mladincev do 18 let na stometrski napravi v Planici okitil z bronastim odličjem. Ob tem so skupaj z Živo Andrić, Timom Šimnovcem in Erikom Tomažičem za SSK Mengeš osvojili tudi naslov ekipnih državnih prvakov.

Naj se na tem mestu še enkrat zahvalimo vsem sponzorjem, ki podpirajo Nika in smučarsko-skakalni šport. Iz Trzina so to Tesnila Trzin, Figura, Križman & A, Metaltrade, Knavs, AC Tavčar. in Mesnica pr Kmetič. Drugi sponzorji pa so še Campo, Retos in Avto Detr.

AS, foto: Andrej Smerajc in arhiv SKK Mengeš



V ekipi svetovnih mladinskih podprvakov je tudi Trzinec Nik Bergant Smerajc (zgoraj desno).

Pomladni dnevi v Osnovni šoli Trzin



Februar je bil letos zelo kratek, zato pa nič manj poln dogodkov. Začeli smo s šolsko proslavo, s katero smo počastili slovenski kulturni praznik. Prešernovi lepotic Urška in Rozamunda sta nas popeljali v svet plesa, glasbe, poezije in gledališča, obiskal pa nas je tudi France Prešeren. Pri-

reditve nas je spomnila, da je kultura del vsakega dne in da jo moramo negovati in ohranjati.

Sledilo je valentinovo, praznik zaljubljenih, ko so po naših hodnikih letela pisma s prijazno vsebino, na obrazih in v rokah pa so sijali pisani srčki, ki so širili dobro voljo, plišaste igrače pa so simbolizirale toplino. Zadnji februarski teden smo že komaj čakali, ker so se tedaj tudi za naše kraje vendarle začele zimske počitnice in nam prinesle potreben oddih.

Takoj po počitnicah nas je marec razveselil z lepim vremenom in pustom. Sladkali smo se z odličnimi krofi, se naplesali in veselili, da prihaja pomlad. Vile, gozdne živali, princeske, Pike Nogavičke, roparji in številni drugi liki so napolnili hodnike in razrede, učenci razredne stopnje pa so se podali tudi na sprevod po Trzinu, kjer so svoje domiselne maske pokazali občanom.

Nekaj dni za maškarami smo počastili tudi dan žena. V naši šoli ta dan ni posvečen samo ženskam, ampak prav vsem. Zato smo 7. marca drug za drugega naredili nekaj lepega. Poleg toplega sonca, prijaznih besed in lepih dejanj so šolo polepšale tudi pisane cvetlice, ki so prinesle pravo pomladansko vzdušje.

Besedilo in foto: Ana Žajdela

V šoli predavala kriminalistka Mirela Čorić

13. februarja smo v Osnovni šoli Trzin gostili kriminalistko Mirelo Čorić, ki je staršem predstavila spletne pasti in vrstniško nasilje med mladimi. Izpostavila je spletno in spolno nasilje. S primeri iz prakse in kratkim filmom je predstavila to skrb vzbujajočo problematiko. Staršem je predala znanje o tem, kako prepoznati znake spletnega ali vrstniškega nasilja, ter podala napotke, kako se v takih primerih učinkovito odzvati. Starši so predavanje podkrepili z vprašanji in razvila se je skupna razprava o uporabi telefonov in starševskem nadzoru ter o tem, katere vsebine otroci gledajo na svetovnem spletu.

Predavateljica Mirela Čorić je odlikovana policistka z medaljo za hrabrost. Zadnjih sedem let je zaposlena na kriminalistični policiji. Največ se ukvarja s kaznivimi dejanji, v katera so vpleteni otroci in mladostniki kot žrtve ali kot izvajalci. Čorićeva je zato dragocen vir informacij, ki bi jih starši morali poznati, da lahko učinkovito sledijo svojemu otroku in se pravilno odzovejo, če se ta znajde v spletnih pasteh ali je žrtev vrstniškega nasilja.

Katja Kadivec

Februar, mesec kulture in prijateljstva

Kultura je vse okoli nas in je način življenja, ki se prenaša iz roda v rod. V večini vrtčevskih skupin smo februar začeli s kulturnim tednom oziroma kar mesecem kulture. Ogledali smo si slovensko zastavo, se pogovorili o pomenu grba, poslušali in prepevali smo slovensko himno. Spomnili smo se največjega slovenskega pesnika, Franceta Prešerna. Skupina Veverice je prebiralala balado *Povodni mož*, strokovne delavke enote Palčica pa so otroke presenetile z lutkovno predstavo *Povodni mož*. Otroci oddelka Sovice so risali *Prešernove portrete* z ogljem in izdelke razstavili v trzinski knjižnici. Skupini Sovice in Ptički sta imeli pravljичne urice s knjižničarko, ki je otrokom predstavila protokol izposoje knjig, bonton v knjižnici, kje so na voljo knjige za predšolske otroke ... Tudi skupini Zajčki in Pikapolonice z vzgojiteljicami sta raziskovali knjižnico vrtca Žabica in se seznanjali z njenim pomenom. Skupina Veverice je prinašala v skupino najljubše domače slikanice in jih predstavila prijateljem, v igralnici pa je nastala mala galerija razstavljenih slikanic. Na likovni delavnici so z različnimi tehnikami izdelali slike junakov iz slikanic. Skupina se je spremenila tudi v znanstvenike in izvedli so različne poskuse. Poskus vulkan je bil nekaj posebnega, zato je prav vsak otrok izdelal svojega.

Kulturni teden se je začel prepletati s tematiko o prijateljstvu. Tudi letos smo začeli projekt Pisani petki. Namen projekta je povezovanje otrok, vzgojiteljic in drugih delavcev vrtca med seboj, krepitev prijetno razpoloženje, spodbujati pripadnost vrtcu ter se ob tem igrivo zabavati. Vsak teden je en oddelek odgovoren za izbiro teme, ki bi v petek

oživila v obeh enotah vrtca. Začeli smo s petkom, ko smo v vrtec prihajali z urejenimi frizurami. Na Valentinov petek so naša lička krasili narisani srčki. Tretji petek smo v pisanih oblačilih ali z detajli pričarali mavrično razpoloženje v vrtcu.

Organizirano je bilo predavanje za starše in strokovne delavce vrtca *Kako naj otroku rečem ne, da me bo vzel resno?* Izvajalec predstavitve je bil Inštitut za sodobno družino Manami.

Naš kulturno-prijateljski mesec se je sklenil z mislijo na slastne pustne krofe in prihajajoče poskočne maškare.

Melita Trdin, foto: Natalija Vrhovnik.



Pustne maske tudi v knjižnici

Krajevna knjižnica Tineta Orla Trzin se od nekdanj trudi, da bi zadostila vsem okusom obiskovalcev, zato poleg predstav in literarnih dogodkov že vrsto let pripravlja tudi družinske ustvarjalne delavnice, ki v pravljичno sobico privabijo številne ljubitelje ustvarjanja.

Ob koncu februarja je sobica vnovič zasijala v pustnem duhu. Pravljica Maja je poskrbela, da so se udeleženci delavnice, ki nikdar niso le najmlajši, saj so ustvarjalnice namenjene tudi povezovanju različnih generacij, zavedeli pravega pomena pustosvanja in ustvarjanja pustnih okrasitev.

Tokrat so se udeleženci lotili okraševanja pustnih mask, ki so dopuščale svobodo barv, slogov in prepletanje različnih materialov. Pod budnim očesom



izurjene ustvarjalke so mladi umetniki domišljiji pustili prosto pot. Barvna paleta okrasja je segala od skrbno dodelanih minimalističnih dodatkov v črno-belih odtenkih do mavričnih izboljšav v najbolj izstopajočih tehnikah slikanja. Umetniškim navdušencem so bili na voljo različni materiali, ki so jih lahko uporabili za izdelavo pustnih mask.

Delavnice, ki jih pripravlja trzinska knjižnica, poleg pomena umetnosti opozarjajo tudi na kakovostno preživljanje časa z ljudmi, ki jih imamo najraje. In ko oboje združimo, dobimo izdelke, ki imajo ob materialni predvsem čustveno vrednost.

Besedilo in foto:
Barbara Kopač

Zvezdica Zaspanka navdušila otroke in odrasle

V okviru Franckovega živčava, otroškega gledališkega abonmaja, ki ga prireja trzinski KUD Franc Kotar, je bila v Kulturnem domu 2. marca še zadnja letošnja gledališka predstava, Zvezdica Zaspanka. Priljubljena dramatisirana pravljica Frana Milčinskega - Ježka že desetletja razveseljuje mlajše in starejše. Njena brezčasna sporočila o ljubezni, odgovornosti in moči spremembe ostajajo sveža tudi danes, kar je dokazala izjemna energija, ki je prežemala tokratno pravljичno uprizoritev.

Predstava v izvedbi KUD Svoboda Trbovlje, ki je združevala igro, glasbo in svetlobne učinke, je ustvarila magično razpoloženje, ki je prevzelo občinstvo. Otroci so z zanimanjem spremljali dogajanje in se spontano odzivali.

Kdo ne pozna Zvezdice Zaspanke, botra Meseca in razbojnika Ceferina, ki šele s pomočjo Zvezdice Zaspanke začuti svoje srce? Scenografija tokratne predstave je bila pravljичna – od neba, posutega z zvezdami, do prehajanja med dnevom in nočjo, kar je omogočila spretna igra svetlobnih učinkov. Igralci so s svojo izraznostjo oživili like tako, da so navdušili tako otroke kakor odrasle. Eden najlepših trenutkov predstave je bilo otroško sodelovanje. Mladi gledalci so se vključevali, odgovarjali na vprašanja in celo pomagali junakom pri njihovih odločitvah.



Zvezdica Zaspanka je spet dokazala svojo brezčasnost. Predstava ni bila le zabavna, temveč tudi poučna in navdihujoča, po predstavi pa so bile na voljo še slastne palačinke. S to predstavo se je letošnji otroški abonma tudi iztek.

Besedilo in foto: Natalija Nataša Frelih

Črna komedija s presenetljivim koncem



V soboto, 1. marca, smo na odru Kulturnega doma Trzin videli gledališko predstavo Tri sestre, ki so jo uprizorili člani Kulturnega društva Pavza iz Selnice ob Dravi. Črna komedija avtorja Vinka Möderndorferja je gledalce popeljala v svet družinskih odnosov, skritih zamer, ljubezni in prelomnih trenutkov.

V predstavi spoznamo profesorja ruščine (Janko Stojković), ki obožuje Čehova, zato svoje tri hčere poimenuje Olga (Matejka Žunko), Irina

(Eva Roj) in Maša (Mateja Fištravec). Na zlati poroki jih starši osupijo z napovedjo sporazumne razveze. Po dramatični prelomnici se prizorišče spremeni. Vsi so izčrpani, a se pogovor nikakor ne konča. Vsaka od hčera ima svojo bolečino, svoje zamere in neodgovorjena vprašanja, ki so se kopičila skozi leta. Starši si želijo miru, vendar se vedno najde nova tema, nova rana, ki jo katera od sester odpre. Na površje priplavajo vse neizgovorjene besede, vsa nepredelana čustva, ki so se leta skrivala pod površjem. V tem intimnem in napetem razpoloženju se družina spopriime s preteklostjo, sedanostjo in prihodnostjo, ki je negotova. Predstava Tri sestre ganljivo raziskuje dinamiko družinskih odnosov, razlike med generacijami in vprašanje, ali je kdaj prepozno za nov začetek. Konec ostaja odprt, gledalci pa odidejo domov z občutkom, da so bili priča nečemu globokemu, resničnemu in boleče iskrenemu, v razmislek o tem, da sanje in želje staršev in otrok pogosto ostajajo neuresničene.

V predstavi, ki jo je režirala Aleksandra Blagojević, nastopajo še Alenka Škerbinek (mama) ter Darko Žunko (Olgin mož Fredi) in Jernej Možič (Irinin fant Andrej).

Besedilo in foto: Natalija Nataša Frelih

Šahisti v pričakovanju razburljivega marca



Dvoboj Komende in Trzina (Foto Franc Poglajen)

V tokratni kroniki Šahovskega kluba Trzin ne morem prav veliko poročati, in sicer iz preprostega razloga – ker se v februarju ni prav veliko zgodilo! Poteka tradicionalna ljubljanska liga, v kateri nastopamo z dvema ekipama, močnejšo ekipo ŠK Trzin Buscotrade in šibkejšo ekipo ŠK Trzin.

V času oddaje članka (začetek marca) so bili odigrani zgolj štirje krogi od skupno devetih, kar je za ta čas dokaj neobičajno. Razlog tiči v tem, da v februarju kar dva tedna zapored na sporedu ni bilo kroga

zaradi počitnic najprej v vzhodni in nato še zahodni polovici države. Zato nas čakata naporna marec in april, ko bo odigranih preostalih pet krogov ter zaključni turnir.

Za zdaj smo z močnejšo Buscotrade ekipo na odličnem tretjem mestu. Tako visoko smo se povzpeli po zaslugi imenitne zmage v 3. krogu s 4 : 0 proti močni ekipi Komende. V naslednjem krogu je žal sledila streznitev s porazom proti ekipi Trebnjega, ki glede na doslej prikazano velja za glavnega favorita lige. V nadaljevanju bomo poskusili zadržati mesto med najboljšimi tremi ekipami, a to še zdaleč ne bo lahka naloga, saj nam za ovratnik dihaajo kar štiri ekipe, ki z zao-stankom ene točke ali manj zasedajo mesta od četrtega do sedmega.

Naša druga ekipa ŠK Trzin se je doslej dostojno kosala z vsemi tek-meci in zaseda 13. mesto, pri čemer gre poudariti nedavno suvereno zmago s 3 : 1 proti ekipi Višnje Gore. Ekipo ŠK Trzin prav tako čaka srdit boj za čim višjo uvrstitev, saj je tudi v spodnji polovici pregledni-ce stanje zelo izenačeno.

Lestvica ljubljanske lige (skupaj 17 ekip):

1. ŠK Trebnje BMP	13,5 točk
2. ŠD Vrhnika	12 točk
3. ŠK Trzin Buscotrade	10 točk
...	
13. ŠK Trzin	6 točk

V naslednji številki poročam o nadaljevanju ligaških spopadov kot tudi o pokalu Šahovske zveze Slovenije v Zagorju ob Savi, ki nas čaka v začetku marca.

Peter Krupenko,
foto: Franc Poglajen

DKLimbarskaGora

vabi na tradicionalno prireditev

36. POHOD PO NAGELJ NA LIMBARSKO GORO

ki bo v nedeljo, 23. marca 2025

Za najbolj zgodnje ob 9. uri **MAŠA**
v cerkvi sv. Valentina

Ob 11. uri **KULTURNI PROGRAM**

Za zabavo bo skrbel
Ansambel JURETA ZAJCA

Generalni sponzor Avtohiša Krulc Moravče

Pridite po svoj nageljček
in preživite četrto nedeljo v marcu
v prijetnem druženju v naravi in med prijatelji!

**POMLADNO
DOGAJANJE**

Po nagelj na Limbarsko goro
v nedeljo, 23. marca.
Izlet vodi Miro Štebe.

Potopisno predavanje
Ameriški zahod
v četrtek, 27. marca, ob 19. uri
v veliki dvorani v 1. nadstropju DZIR.
Predava Jože Jankovič.

**Potonike in RTV oddajnik
na NANOSU**
v soboto, 5. aprila.
Izlet vodita
Miro Štebe in Danilo Oražem.

Ptičji vrh/Mala Golica
v soboto, 26. aprila.
Izlet vodi Miro Štebe.

VABLJENI!
Več na FB ali spletnih straneh društva.

Veleslalom spet na Soriški planini



Domača zasedba Pekosi, ponosni organizatorji turnirja (foto: Andrej Šifrer)

Narava letos s snežno odejo v dolini ni bila tako radodarna kakor lani, zato je 20. občinsko prvenstvo v veleslalomu spet potekalo na Soriški planini. Smučarsko društvo Trzin ga je pripravilo zadnjo soboto v februarju, ko so se začele počitnice otrok osrednje Slovenije ter njenega zahodnega in jugozahodnega dela.

Kot doslej so smučarji vseh starosti in njihovi spremljevalci zgodaj zjutraj napolnili avtobus in se s parkirišča pri gradu Jablje odpeljali na to manjše družinsko smučišče na Gorenjskem, na katerem obratujejo stara dvosedežnica ter tri vlečnice in ena otroška vlečnica.

Nekateri ljubitelji zimskih radosti so se smučarjem pridružili nekoliko pozneje. Srce jim je zaigralo, ko sta jih na Soriški planini pričakala jasno nebo in toplo sonce. Tudi sneg je bil ravno pravšnji za vijuganje po smučarskih progah, na katerih so smučarji do tekme pridno nabirali kilometrino.

Ob 11. uri se je 21 tekmovalcev zbralo na startu. Pogumno so se spopadli z veleslalomsko progo in jo po svojih najboljših močeh prevozili. Največja konkurenca je bila tudi tokrat v moški kategoriji, prvič pa sta tekmovala tudi župan Peter Ložar in njegova hči Tinkara. »Ker sem šele nekaj let na smučeh, prej sem bil kar nekaj let na snežni deski, sem potreboval malo 'spodbude'. Letos se je res lepo ujelo vse skupaj in sem se odzval povabilu organizatorjev, torej Smučarskega društva Trzin. Pridružila se mi je tudi hčerka in me premagala za pol sekunde. Vsekakor vse pohvale organizatorjem, ki se kljub neugodnim vremenskim razmeram za smučanje vsako leto znova potrudijo in tudi letos niso razočarali. Hvala in le tako naprej, vsi udeleženci smo res uživali,« nam je zaupal župan.

Po končanem tekmovanju so najbolj zagreti smučarji še nekaj časa veselo vijugali po soriških strminah, drugi pa so počivali pred kočjo ob vznožju ali se sankali na primernem delu smučišča. Po prihodu v brunarico v Dolgi dolini so se udeleženci najprej odžejali in okrepčali zokusnim golažem Janija Trojanška. Sledila je razglasitev rezultatov, ki jo je vodil Rado Pestotnik, medalje pa je tekmovalcem podeljevala predsednica društva Marjeta Zupan. Tudi letos sta progo najhitreje presmučala Brina Perko in Peter Pelan in si s tem prislužila lep spominski pokal.

Tanja Jankovič, foto: arhiv Smučarskega društva Trzin

Malonogometni Valentinov turnir znova odlično uspel

Kljub novi športni dvorani je stara dobra šolska telovadnica tretjo februarsko soboto znova, že 21., gostila 12 nogometnih ekip, ki so se pomerile na tradicionalnem Valentinovem turnirju. Organizatorji so z izborom telovadnice ostali zvesti tradiciji in sledili načelu, da tega, kar je dobro, pač ne menjaš.

Zavoljo pomanjkanja tovrstnih športnih dogodkov v zimskem času so ljubitelji okroglega usnja že komaj čakali, da prikažejo nogometne veščine, taktične zamisli, bojni duh, domiselne uigrane akcije, prekrasne zadetke, zamujene priložnosti vse, kar sodoben nogomet ponuja – in tega je bilo zares na pretek! Tako so na svoj račun prišli tudi privrženci nastopajočih ekip in gledalci (čez dan se jih je na tribunah po nepretiranih ocenah organizatorja zvrstilo dobrih dvesto), ki so poskrbeli za športno navijanje in vsečne poteze navdušeno nagrajevali z zasluženimi aplavzi.

Prireditev se je s predtekmovanji začela že zjutraj, popoldne se je nadaljevala z izločilnimi boji ter ob 20. uri končala z razburljivim finalnim obračunom, v katerem so za kanec več zbranosti in sreče kot drugouvrščeni Škofjeločani HKUD Komušina premogli zmagovalci, FC Suzuka iz Loke pri Mengšu. Pred tem je tretje mesto po napetem izvajanju kazenskih strelav pripadlo ekipi Antimon s Trojan, znova pa so blesteli tudi domači fantje, ki so zasedli četrto, peto in deveto mesto: Šerifi, mladi upi FC Trzin in Pekosi. Vsem kapo dol: Trzinci so po duši športniki in tu se igra dober nogomet!

Valentinov turnir se je nato, kot zahteva izročilo, nadaljeval s »tretjim polčasom«, Gorazd Završnik pa je tudi tokrat upravičil sloves izvrstnega gostitelja družabnih srečanj. Dobra stotinja udeležencev in nogometnih zanesenjakov je sproščeno uživala v slavnostni in humorno obarvani podelitvi lovorik najboljšim, poklepetala o tem in onem, si izmenjala izkušnje ter svoje videnje morebitnih spornih po-

ložajev na igrišču, podoživljala napete trenutke tekem, obujala spomine ... ter se razšla z obljubo, da se ob letu osorej znova srečamo na priljubljenem trzinskem turnirju. Spet v stari dobri šolski telovadnici, saj je spričo posebnih dimenzij igralne površine zagotovo dodana vrednost tekmovanja. Naj tako tudi ostane!

Gašper Ogorelec

Organizatorje, domačo zasedbo Pekos, velja znova pohvaliti za že pregovorno odlično izvedbo priljubljene prireditve, neutrudni in karizmatični vodja tekmovanja **Matic Kociper** pa je ob tem dodal: »Bilo je naporno, a hkrati tudi prijetno: format tekmovanja je še vedno aktualen in očitno priljubljen, zato ga ne nameravamo menjati. Zahvaljujem se vsem navijačem za imenitno razpoloženje v dvorani, še posebej pa Špelci Florjančič za tehnično-administrativno pomoč med tekmovanjem ter delilcu pravice, doslednemu sodniku Darku Bobarju, ki že zadnjih nekaj let vodi zahtevna dogajanja na igrišču. Spodobi se še, da se zahvalimo tudi sponzorjem, ki so podprli naš praznik nogometa: to so Studio 3R, Športno društvo Trzin ter Pekos pub. Obljubljam, da bomo Pekosi naslednje leto znova v igri za naslov najboljšega!« Dodajamo, da si domači fantje to tudi zaslužijo ter so tega zagotovo sposobni. Držimo torej pesti! Živel nogomet in se vidimo na igrišču!

Uvedli tehnične dneve, namenjene vzdrževanju



Na tradicionalnem belem dnevu so se naši tekmovalci dobro odrezali.

Dela nam nikoli ne zmanjka, zato smo letos kot novost uvedli redne tehnične dneve, ki jih namenjamo ureditvi prostorov, servisiranju in vzdrževanju opreme in vsega drugega, kar je pomembno za operativno delovanje društva.

Letos imamo več jubilejantov, zato bo po Trzinu precej mlajev. Zadnji dan februarja je svoj jubilej praznoval naš poveljnik Matija. Pripravili smo mu posebno presenečenje in si je Trzin lahko ogledal z višine. Gasilci Centra za zaščito in reševanje Domžale so na povabilo prišli z avtomobilsko lestvijo, s katero smo Matijo dvignili nad kraj in ga ob tem tudi tradicionalno pošpricali. Zaželeli smo mu vse dobro in naj še naprej uspešno vodi operativno društva. O naslednjih jubilejantih skozi vse leto bomo sproti poročali.

Lahko pa že sporočimo še eno zelo lepo novico, in sicer da naše novo gasilsko vozilo za prevoz moštva GVM1 že prihaja. Če bo vse po sreči z nadgradnjo in prilagoditvijo za potrebe gasilske službe, bo za Florjanovo nedeljo že lahko slavnostno sprejeto v službo.

Redno se tudi izobražujemo: po en član društva je opravil tečaj za gašenje notranjih požarov modul C, ki je poleg samega gašenja

usmerjen tudi v vodenje celotne intervencije, in tečaj za vodenje večjih intervencij. V okviru Gasilske zveze Domžale poteka tudi tečaj za vodjo oddelka, na katerem, kot je že v navadi, nas nekaj sodeluje v vlogi predavateljev in inštruktorjev.

Redno izvajamo krožek in dejavnosti mladinske komisije. Tako so vsi prijavljeni pionirji uspešno končali tečaj in izpite, udeležili smo se regijskega kviza, na katerem so pripravniki dosegli tretje mesto. Na tradicionalnem belem dnevu v organizaciji Gasilske zveze Domžale so naši člani v posameznih kategorijah dosegli šesto, četrto, tretje in drugo mesto. Vsem tekmovalcem in mentorjem čestitamo.

Kronološki pregled intervencij za februar je zelo kratek. Občanu se je pokvarila elektronska ključavnica, zato smo mu s tehničnim posegom omogočili vstop v stavbo.

Z gasilskim pozdravom »Na pomoč«.

Andrej in Ema Nemec, foto: arhiv PGD Trzin



Povabilu so se odzvali gasilci CZR Domžale in Matijo dvignili visoko nad Trzin.



Naš poveljnik Matija je praznoval. Obilno smo ga pošpricali.

Cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu

Zdravstveni dom Domžale obvešča, da se je od sredine marca mogoče cepiti proti klopnemu meningoencefalitisu. Naročanje lahko opravite po telefonu na št. 01/72 45 162 ob ponedeljkih in torkih od 8. do 14. ure ali po elektronski pošti cepljenje.kme@zd-domzale.si.

Plačilo je mogoče samo z bančno kartico. Na cepljenje prinesite kartico zdravstvenega zavarovanja in cepilno knjižico. Cepljenje je varna in učinkovita zaščita pred nalezljivimi boleznimi, zato poskrbite za svoje zdravje in se cepite pravočasno!

Občina Trzin sofinancira cepivo, in sicer krije:

- 50 % subvencije prve doze za odrasle in prve revakcinacije (četrta doza), preostali del je samoplačniški (skupno 183 doz),
- 100 % subvencijo za katero koli dozo cepiva za otroke (50 doz),
- 100 % subvencijo za prejemnike socialne pomoči (ob predložitvi potrdila občine).

ZZZS krije stroške cepljenja za tri doze cepiva v življenju za odrasle, rojene med letoma 1970 in 1980, ter tri doze cepiva v življenju

za otroke, rojene med letoma 2016 in 2024. Otroke do tretjega leta starosti iz teh letnikov lahko naročite pri izbranih pediatrih ali v cepilni ambulanti. Za vse druge je možno samoplačniško cepljenje. Cena cepljenja proti KME je:

- 1 doza cepiva proti KME za otroke: 30,00 evrov,
- 1 doza cepiva proti KME za odrasle 29,00 evrov.

Razmik med cepljenji pri osnovnem cepljenju:

- prva doza – kadar koli v letu
- druga doza – od 1 do 3 mesece po prvi dozi
- tretja doza – od 5 do 12 mesecev po drugi dozi

Revakcinacije:

- četrta doza – 3 leta po tretji dozi
- peta doza in nadaljnje – na vsakih 5 let (po 60. letu na vsaka 3 leta).

Rok Jasenc, brivec in frizer za moške

»Mladi moški zelo dobro poznajo frizerske trende«



Tokrat v rubriki Podjetno predstavljamo brivca in frizerja za moške Roka Jasenca iz Prevoj, ki je nasproti prodajalne Frutas že lani odprl brivsko-frizerski salon Elite barber shop 24 in z njim navdušil marsikaterega bradača iz Trzina in bližnje okolice. Rok ne ponuja samo običajnega friziranja in britja, ampak ustvarja moško skupnost, ki se pri »svojem brivcu« dobro počuti in se prav zato z veseljem vrača.

In kako se je 24-letnik sploh znašel v brivskih vodah? Jasenc iskreno pove, da ga šola v preteklosti ni preveč zanimala. Čeprav je vseeno nekako končal računalniško šolo v Domžalah, se v delu za računalnikom ni prepoznal.

Nekaj časa je pomagal očetu pri obrtniških delih, potem pa se je zgodila prelomnica, ko je obiskal znanca, znanega po naprednih frizerskih veščinah. Postrigel ga je s preходом (»fade«), kar je bilo Roku tako zelo všeč, da se je tudi sam začel zanimati za frizerstvo.

»Striženja in ustvarjanja moških frizur sem se naučil na Youtubu in s prakso. Pozneje sem zaradi odprtja salona moral narediti tudi frizersko šolo, vendar sem v osnovi samouk,« pojasnjuje Jasenc, ki je prve moške frizure začel ustvarjati pred dobrimi petimi leti.

»Na začetku sem kar nekaj let strigel svoje prijatelje in znance, ki so prihajali k meni na Krtino, kjer sem si po zaslugi babice Jožice lahko uredil prostor za striženje. Čeprav je šlo za mojo notranjo željo, je pripomoglo tudi to, da sem videl, da se s tem delom lahko dobro zasluži. Nimamo kaj, denar je pač pomemben,« pove mladenič, ki ima v salonu na steni obešeno sliko trenutno najvplivnejših moških tega sveta.

Pri odprtju salona Elite sta ga izdatno podprla oče Robert in mama Maja. »Najprej sem si leto in pol prizadeval za ureditev vseh dovoljenj, potem pa smo se lotili dela. Ogromno smo prihranili, ker smo vso notranjo ureditev naredili sami, s svojimi rokami. Zelo sem hvaležen očetu, ker me je že pred tem naučil delati skoraj vsa obrtniška dela, in mami, ki me je podprla pri urejanju zapletene papirologije,« pove Rok in omeni tudi svojega najboljšega prijatelja, mizarja Matica Zobavnika, ki je zanj oblikoval logotip, izdelal vse notranje pohištvo in pripravil celo podobo blagovne znamke Rokovega konjaka.

Konjak je, podobno kot kava v ženskih salonih del tretmaja, ko pridejo v brivnico moški. Rok Jasenc jim na tipičnih brivskih stoli, kakršnih smo vajeni iz filmov, in v značilnem »moškem« ambientu poleg striženja ponuja urejanje brade z vsemi najsodobnejšimi preparati, pri njem pa si gospodje lahko privoščijo tudi klasično britje.

Ta moški obred vključuje vse, kar je potrebno za popolno nego: brivsko peno, britje s klasično britvico, kolonjsko vodico, tretma s toplo brisačo in nazadnje nego kože (lahko tudi s paro). Za 45-minutno razvajanje je treba odšteti 30 evrov, neredko pa se v salonu oglasijo tudi ženske, ki želijo te storitve podariti sodelavcu, partnerju ali sorodniku.

»Brivstvo je bilo pred časom zelo priljubljeno, potem je zanimanje

za te storitve upadlo, zdaj pa je to že nekaj let znova modno, odkar je vse bolj priljubljeno imeti brado. Pri tem je več posebnosti, saj je treba kožo pripraviti na britje, da se ne pojavijo pikice, izpuščaji ali vraščene dlake. Upoštevati je treba tudi to, da dlake rastejo v različnih smereh, in dober brivec se temu prilagaja,« pove Jasenc in prizna, da tudi sam prej ni imel brade. Pušča si jo šele v zadnjem času.

Na frizersko-brivski stol v salon Elite prihajajo stranke vseh starosti, od starejših gospodov nad 70 let do petletnikov, ki jih na »frizuro s preходом« pripeljejo mamice. »Mladi moški po zaslugi družbenih omrežij zelo dobro poznajo frizerske smernice, zato običajno pridejo na striženje že s predstavo o tem, kakšno frizuro želijo. Pogosto je tako, da v enem dnevu pride deset strank, ki vse hočejo pričesko na podoben način – pač tisto, ki je v nekem obdobju najbolj trendovska. Meni osebno so še vedno najbolj pri srcu klasične moške pričeske, recimo s česanjem nazaj. Take so vedno modne in nikoli ne zastarijo,« pojasni Jasenc.

»Fade« je kratka pričeska s preходом od pobritih las pri vratu prek gladkega prehajanja do daljših las na vrhu glave. Kot pojasnjuje Jasenc, je pri tej pričeski ključna natančnost, saj frizer z zelo skrbnim striženjem sledi obliki glave in ohranja čist in povezan prehod. »Že res, da se striženje začne z brivnikom, vendar nazadnje pridejo na vrsto škarjice, eflirke (škarjice za redčenje las) in glavnik. Ni mogoče vsega opraviti samo z 'mašinc',« pojasnjuje Jasenc.

Že nekoliko iz mode je pričeska »side-part«, pri kateri se prečka ali ozka črta na strani glave pobrije z britvico, preostanek las pa se češe na nasprotno smer. Zdaj so bolj popularne razmršene pričeske, recimo tako imenovani »mullet«, ko so lasje zadaj in zgoraj daljši in razmršeni, ob straneh pa so pobriti »na nulo«.

Nekaj časa je bil zelo priljubljen tako imenovani »buzz cut«, ali striženje z brivnikom, pri katerem je dolžina reza nastavljena na 1,5 centimetra po vrhu glave in s preходом ob strani. »Kar nekaj primerov fantov sem imel, ki so se odločili za radikalno spremembo in so od las, ki so jih imeli do sredine hrbta ali celo do kolen, prešli na buzz cut,« še omeni Rok Jasenc, ki sicer striže izključno moške.

»Vedno sem bil zagovornik specializacije, da se naučiš delati eno stvar in tisto opravljati stoddostno, ne pa da delaš kar vse povprek in vse povprečno. Zato strižem samo moške, čeprav zelo spoštujem frizerke in frizerje, ki delajo ženske pričeske. Tudi tam je ogromno tehnik, natančnosti ... Sam se pri svojem delu zavedam, da moram biti ves čas konsistenten, da moram ohranjati natančnost, kakovost striženja, vrhunsko higieno v salonu in prijazen odnos, ker lahko le tako ohranjam zaupanje strank,« za konec še pove Rok Jasenc in doda, da v prihodnosti načrtuje razširitev svoje blagovne znamke z odprtjem še enega podobnega brivskega salona.



TB, foto: osebni arhiv Rok Jasenc

Metoda AEQ

Kaj nam sporoča naše dihanje?



Ljudje imamo različno dolge cikle dihanja. Nekateri dihaajo hitro in plitvo, drugi počasi, globoko in umirjeno. Pravilno dihanje je sestavljeno iz treh faz – vdih, izdih in premora med izdihom in naslednjim vdihom. Vdih je naša priprava na delo. Bolj ko smo vajeni temeljite priprave na svoje delo, daljši je lahko naš vdih in pljuča se bolj napolnijo z zrakom. Če je naša priprava bolj površna ali je ni, bo naš vdih kratek in plitev.

Naslednja faza je izdih. Ta del predstavlja izvajanje dela. Kadar večino nalog v svojem življenju opravimo do konca (jih ne puščamo nerešenih ali nedokončanih), bo tudi naš izdih dolg, poln, dokončen. Ob takšnem delovanju ne doživljamo nobene stiske ob popolnoma

izpraznjenih pljuč. Če pa svojih pljuč ne moremo izprazniti do konca, ker v telesu občutimo tesnobo, ali se pojavi občutek, da nam bo zmanjkalo zraka, ter čutimo nujno potrebo po novem vdihu (čeprav imamo še vedno zrak v pljučih), takrat navadno tudi vsakodnevni opravili v svojem življenju ne opravimo čisto do konca. Če že ne odlašamo z večjimi in pomembnejšimi nalogami, pogosto ostajajo odprte drobne malenkosti pri različnih projektih ali opravilih.

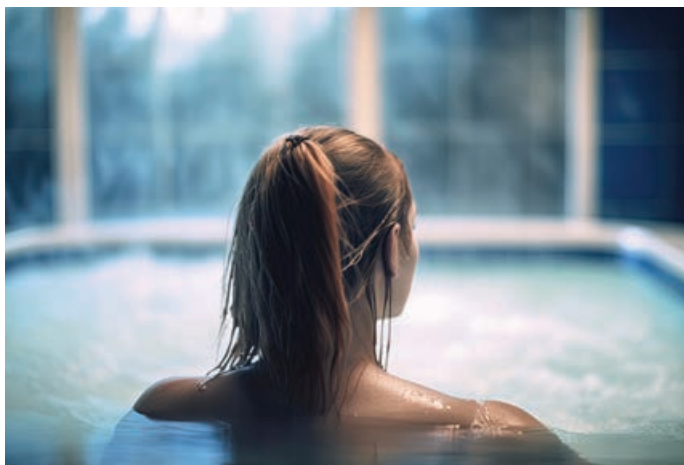
Zadnja faza dihanja je premor med izdihom in ponovnim vdihom. Ta del predstavlja zaslužen počitek po dobro opravljenem delu. V njem se spočijemo in si nabereemo moči za nov vdih. Ljudje, ki imajo ta premor jasno izražen, dihaajo počasneje, z manj vdihom in izdihom na minuto, zato se ta faza ujema s sproščenostjo telesa in manjšo mišično napetostjo. V današnjem svetu in hitrem tempu življenja lahko prav s pomanjkanjem premora v svojem dihalnem ritmu prepoznavamo pretirano napetost v telesu, čeprav je telesno še niti ne občutimo.

Kako si lahko pomagamo? Bodimo pozorni na svoje dihanje v vsakodnevnih položajih. Opazimo, kakšno je. Poskusimo ga povezovati s položaji, v katerih smo. Če smo v stresu, navadno dihamo hitro in plitvo. Težava nastane, če je stresnih položajev v našem življenju preveč in se čez dan ne zmoremo več umiriti, si oddahniti in globoko zadihati. Takrat iščimo načine, kako bi se lahko sprostili. Vzemimo si več časa za počitek, pojdemo v naravo ali se obkrožimo z ljudmi, ob katerih nam je prijetno. Zelo učinkovita pomoč pri spreminjanju naših dihalnih navad je tudi izvajanje vaj AEQ® in dihalnih protokolov AEQ®. Več o učenju dihalnih protokolov na veronika.lovsin@gmail.com.

Veronika Lovšin

učiteljica metode AEQ® višje stopnje

Velnes – pot do boljšega življenja



Stres, nepravilna prehrana, pomanjkanje gibanja in premalo časa za sprostitev lahko vodijo do različnih zdravstvenih težav. Tu vstopi velnes – koncept, ki združuje telesno, duševno in čustveno ravnovesje ter vodi h kakovostnejšemu življenju.

Beseda velnes izvira iz angleških besed well-being (dobro počutje) in fitness (telesna pripravljenost). V bistvu označuje celostni pristop k zdravju, ki vključuje telesno gibanje, zdravo prehrano, sprostitev in duševno ravnovesje. Nekdo je lahko zdrav, a se vseeno ne počuti najbolje – primanjkuje mu energije, je v stresu ali je nezadovoljen. Velnes to presega, saj ne gre zgolj za preprečevanje bolezni, ampak

za ustvarjanje življenja, v katerem se počutimo resnično dobro.

Kako spremeniti navade in izboljšati življenje? Spmembe se začnejo z majhnimi koraki. Ključno je postopno uvajanje zdravih navad, kot so redno telesno gibanje (tudi krajši dnevni sprehodi pripomorejo k boljšemu počutju), kakovosten spanec, saj je regeneracija telesa bistvena za energijo in dobro razpoloženje, sprostitveni rituali, kot so denimo masaže, savna, kopeli v džakuziju ali meditacija. Vse to lahko pomaga zmanjšati stres. Zdrava in uravnotežena prehrana z dovolj hranili podpira telo in duha, medtem ko je čas zase s trenutki sprostitve, branjem knjige ali preprosto uživanjem v miru pomemben za notranje ravnovesje.

Med izjemno učinkovitimi velneškimi metodami sta hidroterapija v jacuzziju in terapija s toploto v savni. Džakuzi je oblika hidroterapije, ki s toplo vodo in masažnimi šobami sprošča mišice, izboljšuje prekrvitev in zmanjšuje napetost. Idealen je po napornem dnevu ali telesni vadbi, saj pomaga pri regeneraciji in zmanjšuje bolečine v mišicah. Savna spodbuja izločanje toksinov, izboljšuje prekrvitev in krepi imunski sistem. Toplota odpira pore, čisti kožo in sprošča mišice, hkrati pa umirja um ter pomaga pri premagovanju stresa.

Velnes ni le moda, ampak način življenja, ki vodi k boljšemu počutju in dolgoročni vitalnosti. Začnite z majhnimi spremembami, privoščite si sprostitev v velnes centru, obiščite savno ali džakuzi ter si dovolite uživati v trenutkih, ki vas napolnijo z energijo.

Karmen Šumiga Deniša

Jungle wellness & beauty Trzin, foto: Freepik

Anžetov kineziološki kotichek Oh, ta kolena!

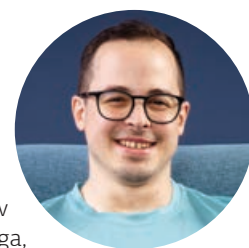


Ste med zimskimi počitnicami morda smučali? Kadar po smučanju začnejo boleti kolena, številni bolečine ignorirajo in upajo, da bodo izvenele. Večinoma se bolečina pojavi pod pogačico ali na notranji strani kolena, tisti z manj sreče pa se lahko s smučanja vrnejo s strgano sprednjo križno vezjo. Tokrat na kratko opisujem, kako se lahko spoprimate s temi tipi bolečin.

Bolečine niso nič slabega, so sporočila telesa, ki nam povedo, da nekaj, v tem primeru v kolenčnem sklepu, ni v redu. Kot da bi v avtu posvetila luč za olje. Če jo ignoriramo, bi lahko nastale trajne posledice na avtu. Podobno nam koleno sporoča, da je čas za »menjavo olja« ali »akcijo«. Namenoma sem izbral besedo »akcija«, saj številni zmotno mislijo, da bo počitek odpravil bolečine in popolnoma izboljšal stanje v kolenu. Pri takih tipih bolečin, sploh če se pojavljajo več let zapored, počitek ni dolgoročna rešitev.

V prvih dneh po nastopu bolečine je sicer dobrodošel, pozneje pa se moramo težave lotiti malce drugače, in sicer z gibanjem (kar velja tudi za strgane sprednje križne vezi). Prav tako kot pri avtu vemo, na koliko časa moramo menjati olje, lahko pri našem telesu preventivno ukrepamo tako, da se na gibanje ustrezno pripravimo. Verjetno se sprašujete, kako se lahko pripravimo na take »nepredvidljive« dogodke. Trik je v tem, da ti dogodki niso tako nepredvidljivi, kot se nam zdi, in da že vrsto let obstajajo študije, kako vsaj omiliti takšne bolečine.

Koleno je tečajast sklep, kar pomeni, da se gibanje dogaja samo v eni osi, v tem primeru v smeri izteg-upogib. Kolenčni sklep je sestavljen iz treh kosti: stegenice, golenice in pogačice. Skupaj jih povezujejo ligamenti in mišice, pasivno blaženje omogoča hrustanec, gibanje pa živci. Najbolj kompleksno je predvsem to, da težave večinoma ne izvirajo iz kolena, ampak iz sosednjih sklepov – kolka in gležnja. Omejena gibljivost, moč in gibalna kontrola v sosednjih sklepih vplivajo na gibanje kolen, kar se potem odraža v bolečinah.



Bolj gibljiv gleženj na eni strani lahko na primer povzroči, da gre pri aktivnostih v polčepu eno koleno bolj naprej od drugega, telo se nato zarotira (lahko samo za nekaj stopinj) in s tem povzroči strižne sile na koleno. Prav te sile so najbolj nevarne, sploh čez čas. To ne pomeni, da se moramo držati samo ene ravnine, nič ni narobe s tem, če se vsake toliko premikamo tudi po drugih ravninah. Težava nastane, ko so obremenitve previsoke, kar je pri vsakem posamezniku drugače.

Točno te obremenitve so tiste, na katere se lahko pripravimo. Kako? Z vadbo. S krepitvijo in raztezanjem mišic okoli kolena ter sosednjih sklepov lahko vse prej opisane strukture pripravimo na večje sile. Prav tako lahko po nastopu kroničnih bolečin z vadbo vplivamo na njihovo zmanjšanje. Ob popolnem pretrganju sprednje križne vezi lahko z vadbo zagotovimo stabilnejše koleno in ga pripravimo na operacijo (če se seveda zanjo odločimo). Rehabilitacija po operaciji bo namreč lažja in hitrejša, če bomo koleno krepili že prej. Tukaj morajo biti previdne predvsem ženske, saj imajo po nekaterih študijah tudi do šestkrat večjo možnost poškodb sprednje križne vezi.

Vaje, ki jih svetujemo, so po navadi usmerjene na krepitev sprednjih stegenskih mišic, zadnjih stegenskih mišic, sprednjih in zadnjih mišic skočnega sklepa (gležnja) ter zunanje obračalke, notranje obračalke, upogibalke in iztegovalke kolčnega sklepa. Poleg krepilnih vaj se svetujejo raztezanje prej omenjenih mišičnih skupin ter vaje za propriocepcijo (zavedanje položaja sklepa v prostoru).

Glede na zgornje težave bo v programu vadbe pozornost različno usmerjena na določene mišične skupine, ne moremo pa točno definirati, v kakšni meri, saj je spet vse odvisno od posameznika. V povprečju ugotavljamo, da imajo posamezniki največje primanjkljaje v razmerju moči leve in desne noge, moči zadnjih stegenskih mišic, gibljivosti skočnega sklepa ter gibljivosti kolka in moči zunanjih obračalk kolka.

Lahko začnete vaditi dvakrat tedensko in nato postopoma zvišajte vadbo na tri- do štirikrat na teden. Spremembe v programu naj bodo počasne. En teden zvišajte število serij, drugi teden število ponovitev, tretji teden pa povečajte breme (če je to mogoče). V povprečju pride do občutnih sprememb v od štirih do šestih tednih. Programiranje vadbe je sicer mogoče na veliko različnih načinov, zato priporočam, da se obrnete na strokovnjaka, ki vam bo lahko pomagal.

Če na kratko povzamemo, je ključnega pomena preventivna vadba, ki ni usmerjena samo na kolenski sklep, temveč tudi na sosednja sklepa. Prav tako je pomembno, da ne ignoriramo bolečin ter se lotimo težave takoj in ne odlašamo.

Anže Kosmač, mag. kin,

(anze.kosmacwl@gmail.com), foto: Freepik

Knjižničarka priporoča: S knjigo v pomlad

Ann Napolitano – Živijo, lepota

Marsikdaj se primerjamo z drugimi, svoje življenje radi postavljamo ob bok življenju drugih. To je v človeški naravi. Večina si namreč lastno vrednost zgradi s takšnimi primerjavami. Seveda je govor o površinskosti, o tem, kaj nam posamezniki dopuščajo, da vidimo. Navzven je marsikatero življenje videti popolno, kaj pa se v resnici skriva v ozadju? Avtorica se v svojem delu ukvarja prav s tem: kako je življenje navzven lahko idilično, v notranjosti pa se širijo razpoke porušeni odnosov, starih zamer in nerazrešenih izzivov. Ali ljubezen res lahko zaceli rane, ki so nedvomno globlje, kot se sprva zdi? Ali ljubezen lahko zakrpa vrzeli, ki so le čakale na priložnost, da se še razširijo? Ali ljubezen lahko življenje povrne v prvotne tirnice?

Sandi Muheljić – Mlad in neumen

Naslov napoveduje delo o osebnostni rasti, o spoprijemanju z izzivi in njihovem razreševanju. A ko bralec prebere prvih nekaj vrstic, sprva dobi vtis, da gre za čtivo o neustreznem življenjskem slogu, popivanju in kršenju pravil. O tem, kako je mlad človek lahko resnično nespameten. Avtor se skozi oris lastnih napak in s pripovedjo o stvareh in besedah, ki bi jih danes naredil ali izrekel drugače, prebija do osebnostne rasti. Delo je posebno zato, ker se avtor z vsakim korakom poglubi v vse, kar ga je v življenju speljalo na stranpota.

Zdenka Kopač, Krajevna knjižnica Tineta Orla Trzin

Velikonočno praznovanje

Velika noč je naš največji praznik. Spominjamo se skrivnosti Jezusovega trpljenja, smrti in vstajenja. Prvi kristjani so vse oznanjevanje osredinili na vstajenje. Oni so bili priče vstajenja Jezusa Kristusa. Ta največji praznik zato sprašuje tudi nas, ali smo res priče Jezusovega vstajenja v današnjem svetu.

Praznovanje se začne na cvetno nedeljo. Na župnijskem dvorišču bo ta dan blagoslov zelenja in nato maša v cerkvi. Med mašo beremo tudi poročilo o Jezusovi obsodbi in trpljenju. Vabim vas, da si ogledate spodnji seznam, saj so v prazničnih dneh običajni urniki lahko spremenjeni, tako boste dobro obveščeni o vsem dogajanju in boste lahko dejavno sodelovali pri bogoslužju.

Cvetna sobota

V soboto pred cvetno nedeljo pripravljamo cerkev na bogoslužje velike noči. Zberemo se ob 9. uri, da postavimo božji grob in ječo. Možje, lepo vabljeni. Od 9.30 bo v župnišču delavnica izdelovanja butaric. Otroci in starši lepo vabljeni.

Cvetna nedelja

Cvetna nedelja uvede veliki teden. Že ime pove, da gre za velike stvari. Še posebej pomembni so zadnji dnevi, ki jim rečemo tudi sveto velikonočno tridnevje. Na cvetno nedeljo se spominjamo Jezusovega slovesnega vhoda v Jeruzalem, ko so ga množice pozdravljale: »Hozana, Davidov sin. Blagoslovljen, ki prihaja v Gospodovem imenu.« V ta namen blagoslovimo oljne vejice, butarice in drugo zelenje, ki ga v procesiji nesemo v cerkev. Maši bosta ob 8. in 10. uri.

Veliki teden

Bolne in ostarele bom pred velikonočnimi prazniki obiskal na veliki ponedeljek 14. aprila dopoldne. Če koga redno ne obiskujem in bi rad zakramente prejel pred prazniki, naj to sporoči v župnišče.



ŽUPNIJA TRZIN
Paroecia Trzin
Parish of Trzin

+386 51 428 711
zupnija.trzin@rkc.si
Habatova ul. 15, 1236 Trzin
http://www.zupnija-trzin.rkc.si
https://www.facebook.com/zupnija.trzin

Na veliki četrtek se spominjamo Jezusove zadnje večerje, prve svete maše in izdajstva v vrtu Getsemani. Maša bo zvečer. Veliki petek je posebej posvečen Jezusovemu trpljenju, smrti in pogrebu. Ob času Jezusove smrti bomo v cerkvi molili križev pot. Nikjer ta dan ne obhajamo maše, ampak samo obrede v čast Jezusovemu trpljenju in smrti. Obredi bodo zvečer ob 19. uri.

Velika sobota je posvečena pripravi na veliko noč, obisku božjega groba v cerkvi, blagoslovu jedil in razmisleku o Jezusovi daritvi. To je dan zbranosti, posvečene tišine, saj Jezus leži v grobu. Ko obiščete cerkev za blagoslov jedil, ste povabljeni, da se ustavite v božjem grobu na levi strani v Depali kapeli. Prva velikonočna maša bo v soboto zvečer. Pri tej maši uporabimo tudi sveče, ki jih prižgemo pred blagoslovom s krstno vodo.

Velika noč je praznik Jezusovega vstajenja. Grob je prazen, Jezus živi poveličan. Prva maša s procesijo bo ob 7.30, druga maša bo ob 10. uri. Praznik traja osem dni, vse do bele nedelje.

Vaši darovi

Med prazniki bo tudi pušica ali zbiranje darov vernikov. Verniki so darovali od samega začetka Cerkve. Včasih ima kakšen posameznik pomisleke, zakaj je to potrebno, vendar je prav zbiranje miloščine najbolj pošteno, saj vsak daruje po lastni presoji in možnostih. Nihče mu nič ne narekuje ali ga k čemu zavezuje. Kot pravi modri Sirah: »Pri vsakem

darovanju kaži prijazen obraz, z veseljem daruj desetino. Dajaj Najvišjemu, kakor on daje tebi, velikodušno dajaj, kakor premoreš, zakaj Gospod vrača, sedemkrat toliko ti bo povrnil.« (Sir 35, 8-10)

Verniki so od začetka Cerkev podpirali s svojimi darovi, saj sama ni imela materialnih dobrin. Na tej Zemlji pa vsak izmed nas potrebuje materialno osnovo za življenje (obleka, dom, hrana ...). Obenem ne pozabimo, da Cerkev z darovi vernikov naredi ogromno dobrega (bolnišnice, sirotišnice, Karitas, skrb za starejše, šole, izobraževanje ...).

Namen je različen, zato je prav, da veste, kam so darovi namenjeni. Pušica na veliki četrtek bo namenjena za maše za pokojne dušne pastirje. Pušica na veliki petek je namenjena za kristjane v sveti deželi. Darovi pri blagoslovu jedil na veliko soboto so namenjeni za župnika. Ofer na velikonočno vigilio in veliko noč je namenjen za župnijo. Na velikonočni ponedeljek ne bo pušice.

Boštjan Guček, župnik

VELIKONOČNA SKRIVNOST		
CVETNA NEDELJA, 13. april, sv. maša ob 8. in 10. uri. Blagoslov zelenja pred župniščem		
VELIKI ČETRTEK / Spoved: po obredih med češčenjem do 21. ure		
maša velikega četrtega	v cerkvi	ob 19.00
po maši molitev z Jezusom v ječi	v cerkvi	do 22.00
VELIKI PETEK / Spoved: po obredih med češčenjem do 21. ure		
Križev pot: Jezusova smrt	v cerkvi	ob 15.00
obredi velikega petka	v cerkvi	ob 19.00
po obredih molitev pred Božjim grobom	v cerkvi	do 22.00
VELIKA SOBOTA		
blagoslov ognja in vode	pred cerkvijo	ob 9.00
izpostavljeno Najsvetejše	Depala kapela – Božji grob	od 11.00 do 16.00
blagoslov jedil	v cerkvi	ob 12.00
blagoslov jedil	v DSO	ob 13.00
blagoslov jedil	v cerkvi	ob 14.00
blagoslov jedil	v cerkvi	ob 15.00
Velikonočna vigilijska	v cerkvi	ob 19.00
VELIKA NOČ GOSPODOVEGA VSTAJENJA, 20. april		
vstajenjska procesija s sv. mašo	procesija, maša v cerkvi	ob 7.30
maša	v cerkvi	ob 10.00
maša	v DSO	ob 14.00
velikonočni ponedeljek: sv. maša	v cerkvi	ob 8.00
BELA NEDELJA Božjega usmiljenja, 27. april		
bela nedelja Božjega usmiljenja	V cerkvi	ob 9.00

DODATNE DEJAVNOSTI:		
25. marec: praznik Gospodovega oznanjenja, materinski dan	v cerkvi	ob 19.00
2. april: srečanje za sodelavce pri velikonočnem bogoslužju	v učilnici	ob 19.30
6. april: dekanijski križev pot iz Žej na Sv. Trojico	Žeje–Sv. Trojica	ob 15.00
11. april: spovedni dan v Domžalah	v cerkvi	od 7.00 do 19.00
14. april: obisk bolnih in ostarelih po domovih pred prazniki	Trzin	od 8.30
26. april: pospravljanje božjega groba	v cerkvi	ob 9.00

ZAHVALA



Ob boleči izgubi dragega moža, očeta, dedka in brata

VOJINA GARDAŠEVIČA

iz Trzina se iskreno zahvaljujemo sorodnikom, sosedom, prijateljem, znancem, ki so dragega pokojnika v velikem številu pospremili na njegovi zadnji poti v tihi dom na pokopališču v Domžalah, se poklonili njegovemu spomenu ter darovali cvetje in svečke. Zahvaljujemo se govornikom za čustvene poslovljene govore in pevcem za odpete pesmi ob slovesu.

Hvala vsem in vsakemu posebej.

Žaluojača žena Gordana, hči Ivana in sin Marko z družinama, brat in sestra z družinama

OC
OPTIKA
CORNEA

OPTIKA CORNEA
Murnova ul.1, 1234 Mengeš
T. 051 492 766
e. info@optika-cornea.si

- BREZPLAČNA KONTROLA VIDA
- OČALA NA NAPOTNICO ZZZS
- STROKOVNO SVETOVANJE PRI NAKUPU OČAL
- POPRAVILO OČAL

IZJEMNO UGODNE CENE!
Korekcijska in sončna očala,
tudi z dioptrijo.

oglasno sporočilo

NISSAN

Izjemne ugodnosti za izjemne poti

**PRIHRANEK DO 4.900 €*
BON ZA ZIMSKE PNEVMATIKE** | 8LET JAMSTVA*****



AVTOHIŠA MALGAJ
ime s tradicijo | Ljubljana

REZERVIRAJTE TESTNO VOŽNJO

Tržaška 108, 1000 Ljubljana - Tel: +386 (0)1 20 00 628, www.avtohisamalgalj.si

Kombinirana poraba goriva: 7,4 – 4,8 l/100 km. Emissioni CO₂: 168 – 112 g/km. Emissioni stopnja: Euro6e in Euro6E Full. Emissioni NOx: 0,0025 – 0,0237 g/km. Oglikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emissioni iz prometa onesnažujejo zrak in tako pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona delcev PM10 in PM2,5 ter dušikovih oksidov.

*Prihranek v višini do 3.500 € (z DDV) in dodatni bonus ob financiranju v višini 1.400 € (z DDV) velja za model Nissan X-Trail MY24, z avtomatskim menjalnikom ter tehnologijo e-POWER in e-4ORCE iz zaloge in izključno ob nakupu preko Nissan Financial Services. Ob nakupu vozila Nissan Juke, Qashqai ali X-Trail preko financiranja Nissan Financial Services je stranka upravičena tudi do **bona za set 4 zimskih pnevmatik v vrednosti 500€ (z DDV) za modela Qashqai in X-Trail in v vrednosti 300 € (z DDV) za model Juke, obvezno je naročilo pnevmatik prek GA Adriatic d.o.o., ter ***8 let podaljšane jamstva, ki vključuje 5 let jamstva oz. 160.000 skupno prevoženih kilometrov (3 leta tovarniške garancije in 2 leti podaljšane jamstva Real Garant) in dodatna 3 leta podaljšane jamstva Real Garant oz. 160.000 skupno prevoženih kilometrov kar nastopi prej. Podaljšano jamstvo je storitev zavarovalnice Real Garant Versicherung AG in velja od izteka tovarniške garancije pod pogoji navedenimi v pogodbi o podaljšanem jamstvu in pogoji jamstva. Informativni izračun je narejen na dan 8. 1. 2025 za model Nissan X-Trail e-POWER e-4ORCE Tekna MY 24. Priporočena maloprodajna cena (MPC) z že upoštevanim popustom in bonusom ob financiranju znaša 43.400 € in je neobvezujoča ter že vključuje 22-odstotni DDV in DMV. Informativni izračun za skupni znesek finančnega lizinga v višini 20.782,66 € je narejen za dobo odplačila 96 mesecev in upošteva fiksno obrestno mero 8,49 % ter polov v višini 22.617,34 €, EOM znaša 9,65 % in se lahko spremeni, če se spremeni katerikoli element v izračunu. Lizingojemalec vrne obveznosti v 96 mesečnih obrokih v višini 299 €. Skupna finančna obveznost, ki jo mora odplačati lizingojemalec, znaša 29.253 €, od tega znaša strošek odobritve finančnega lizinga 549 €. Pogoji akcije je sklenitev finančne pogodbe z minimalno financirano vrednostjo 8.000 € in minimalnim trajanjem 48 mesecev ter sklenitev avtomobilskega zavarovanja za čas financiranja z Nissan Financial Services. Popust/akcija velja do 31. 3. 2025 oz. do razprodaje zalog. Nissan si pridružuje pravico, da predčasno zaključi akcijo ali jo podaljša. Vse prodajne cene (MPC** = maloprodajne cene) so neobvezujoče priporočene cene in vključujejo 22% DDV in DMV. Pridržujemo si pravico do napak. Slike so simbolične. Pooblaščen izvoznik: GA Adriatic, d. o. o., Dunajska 22, 1000 Ljubljana. Več na nissan.si

oglasno sporočilo



modre novice

Predani
dobrim
zgodbam.

www.modre-novice.si

Posadimo medovite rastline za čebele in prihodnost

Vsak cvet šteje! S sajenjem medovitih rastlin ne izboljšamo le okolja, v katerem živimo. Tako pomagamo tudi čebelarjem, metuljem in drugim opraševalcem, ki so ključni za pridelavo hrane in ohranjanje naravnega ravnovesja.

Ti mali opraševalci – »junaki« narave – so nepogrešljivi za ohranjanje biotske raznovrstnosti, vendar njihovo preživetje vse bolj ogrožajo intenzivno kmetijstvo, monokulture in vse pogostejše vremenske nepravilnosti. Prav zato ima vsak od nas možnost pripomoči k boljšemu jutri s preprosto gesto – zasaditvijo medovitih rastlin! Z majhnimi, a pomembnimi koraki lahko skupaj ustvarimo veliko spremembo – poskrbimo za naravo in prihodnje generacije!

Zakaj so medovite rastline tako pomembne?

Medovite rastline so vir življenja za čebele in druge opraševalce. Dajejo jim medičino in cvetni prah, ki sta ključna za njihov obstoj. Hkrati so opraševalci nepogrešljivi za pridelavo sadja, zelenjave in drugih kmetijskih pridelkov. Z zasajanjem medovitih rastlin ustvarimo cvetočo prihodnost!

Pozitivni učinki sajenja medovitih rastlin

- ✓ Podpora opraševalcem – zagotavljajo hrano čebelarjem, metuljem in drugim opraševalcem ter omogočajo uspešno pridelavo hrane.
- ✓ Ohranjanje biotske raznovrstnosti – bogatijo pestrost rastlinskega in živalskega sveta ter ohranajo naravno ravnovesje.
- ✓ Urejenost okolice – medovite rastline polepšajo vrtove, balkone, javne površine in njive, s čimer obogatijo estetsko vrednost okolja.



- ✓ Prispevek k boju proti podnebnim spremembam – rastline izboljšajo kakovost prsti, zmanjšujejo izpuste ogljikovega dioksida (CO₂) in pomagajo pri blaženju podnebnih sprememb.

Kako lahko vsak posameznik sodeluje pri sajenju?

Ne potrebujete velikih površin, da bi naredili spremembo. Začnite tam, kjer

ste, in izberite zasaditev, ki ustreza vašemu prostoru in času. Na balkonu posadite dišavnice in začimbnice, kot so bazilika, timijan, melisa, ameriški slamnik ... Cvetlična korita so idealna za ustvarjanje majhnih oaz za opraševalce.

Na vrtu zasadite grmovnice, sadna drevesa ali medovita drevesa, kot so lipa, kostanj, divja češnja in javor. Na njivah in večjih površinah lahko sejete rastline, kot so sončnice, ajda, facelija, detelja, mak in oljna ogrščica. Te ne izboljšujejo le prehrane opraševalcev, temveč tudi izboljšujejo kakovost prsti. Tudi na zelenih strehah je mogoča zasaditev medovitih rastlin. Tako prispevajte k več zelenim površinam v urbanih okoljih.

Pridružite se sajenju medovitih rastlin 22. marca 2025! Vsaka cvetlica, vsak grm in vsako drevo, ki ga posadimo, je korak k bogatejšemu in bolj zdravemu okolju. Naj bo to na vašem balkonu, vrtu ali v skupnem prostoru – vsaka rastlina šteje! Pridružite se akciji sajenja medovitih rastlin, da bomo skupaj ustvarili cvetočo prihodnost za čebele, opraševalce in generacije, ki prihajajo.

Tomaž Samec, svetovalec za varno hrano pri Javni svetovalni službi v čebelarstvu, foto: arhiv Čebelarstva Slovenije

Drobci preteklosti I.

Trzin je bil v arheološkem smislu dolgo nepopisan list



Fotografija kamnite sekire iz začetka 60. let 20. stoletja, ko je sekira še bila v Sadnikarjevi zbirki, od koder je bila pozneje odtujena. Foto: Fotodokumentacija Narodnega muzeja Slovenije

Skoraj edina znana arheološka najdba iz Trzina je kamnita sekira, ki je bila najdena v trzinskem kamnolomu. Hranil jo je Josip Nikolaj Sadnikar, okrajni veterinar in zasebni zbiralec iz Kamnika. Strokovno jo je obdelal in objavil arheolog, prof. dr. Stane Gabrovce. Risba sekire je objavljena v Gabrovčevem članku *Kamniško ozemlje v prazgodovini* (Kamniški zbornik, št. X, 1965, str. 92), fotografijo pa hranijo v dokumentaciji arheološkega oddelka Narodnega muzeja Slovenije. Sekira je bila ob koncu 50. ali v začetku 60. let 20. stoletja po pričevanju dr. Nika Sadnikarja odtujena iz očetove zbirke.

V 90. letih 20. stoletja je na podstrešju stare hiše na Jemčevi cesti 37 v Trzinu Marko Hrovat našel nekoliko drugačno in večjo kamnito sekiro. Zataknila je bila med lege strešne konstrukcije. Ljudje so nekoč ver-

jeli, da tako postavljene kamene sekire varujejo hišo pred udarom strele. Hrani jo menški muzej. Kje je bila sekira najprej najdena, ne vemo.

Trzinskima sekirama podobne kamnite sekire so se uporabljale od mlajše kamene dobe pa vse do bronaste dobe (od 5. tisočletja pr. n. št. do konca 3. tisočletja pr. n. št.). Takratni prebivalci so jih uporabljali za sečnjo vej in dreves v gozdu, pri gradnji hiš, neredko pa tudi pri poljskih opravilih. Po nekaterih teorijah naj bi se uporabljale tudi za kopanje rude skupaj še z drugimi kamnitimi orodji, npr. dleti in kladivi.

Pri Smuku (Jemčeva cesta 5a, Florjančič) v Trzinu so v prvi polovici 20. stoletja izkopali bronast obroček in tri novce. 29. maja 1936 je obroček skupaj s tremi novci odkupil Narodni muzej. Obroček je bil v Akcijiško knjigo zaveden kot rimski prstan. Novci datirajo v čas 3. in 4. stoletja. Natančnejši najdiščni podatki niso znani, potomci nekdanjega gospodarja hiše pri Smuk se ne spomnijo, da bi jim kdaj kdo pripovedoval o teh najdbah.

To so bile do preloma tisočletja vse javno znane in objavljene arheološke najdbe z območja Trzina. Po letu 2000 pa se je vedenje o starejši poselitvi tega območja začelo spreminjati, o čemer pa več v eni od prihodnjih številok Odseva.

Janja Železnikar, kustos. arheologinja, Medobčinski muzej Kamnik



Bronasti prstan, domnevno iz rimske dobe. Foto: Tomaž Lauko, hrani Narodni muzej Slovenije.

Že drugi mesec zapored prikrajšani za sonce



Začetek februarja je bil precej hladen. Slana in zmrzal na steklenih površinah poskrbita ob jutrih za zanimive podobe, kakršno smo na primer ujeli na železniški postaji Trzin Mlake.

Za nami je februar ali talnik (povezano s taljenjem, ne s tlemi), najkrajši mesec leta in zadnji člen zimskega meteorološkega trojčka december–februar. Edino, po čemer bi lahko minuli mesec spominjal na zimskega, je bilo pomanjkanje sončnih žarkov!

Letošnje lunine mene so poskrbele za dokaj pozne velikonočne praznike, zato so pustne maske odganjale zimo šele prvi marčevski torek; in seveda nekaj dni prej, na pustni konec tedna, ki se je ujema s prvima dvema dnevnoma sušca. Tudi trzinske pustne šeme so bile pri tem več kot uspešne, saj so se že na pepelnično sredo najvišje dnevne temperature zraka približale 20 stopinjam Celzija. Mimogrede, pri maškarah smo spet pogrešali babji mlin, ki je sicer precej bolj znan kot del nesnovne kulturne dediščine, povezan z »mačkarami« v Zagorici pri Dobropolju. Z besedami »staro noter, mlado ven« tamkajšnja mlinarja stare babe z velikim mlinom spremenila v mladenke. Izjema je »ta stara«, ki je ne moreta zmleti, zato sledi vrhunec pustovanja – žaganje babe; to pripeljeta žagarja kar v krsti, med žaganjem seveda odmevajo vpitje ter jok in stok. S slednjima dvema lahko tudi najbolje ponazorimo letošnjo celotno zimo. Že res, da se bo astronomska pomlad začela v dneh, ko boste brali tale zapis (letos prav 20. marca, prav na dan meseca, ko naj bi v nabiralnike dobili tiskani Odsev), meteorologi pa so podnjno potegnili črto že zadnji dan februarja.

Letošnja meteorološka zima je bila na državni ravni nadpovprečno topla in podpovprečno namočena, le sonce se je držalo povprečja oziroma smo bili deležni pričakovanega časa trajanja sončnih ur. Odklon temperature zraka od povprečja primerjalnega obdobja 1991/92–2020/21 (meteorološka zima namreč prečka koledarsko

leto ...) je na državni ravni znašal 1,4 °C, kar letošnjo zimo uvršča na enajsto mesto najtoplejših od leta 1950/51. Glede padavin je bila minula zima podpovprečno namočena, saj smo bili deležni okrog 85 odstotkov pričakovanih padavin, kar jo uvršča med tretjino najslabše namočenih zim po letu 1950. Kljub malo podpovprečni do povprečni višini padavin je bilo v večjem delu Slovenije to zimo snega malo do zelo malo. Močno podpovprečne so bile tako snežne padavine kot tudi skupna višina in trajanje snežne odeje. Po večini nižin je bilo le od pet do 30 dni s snežno odejo, največ na Dolenjskem; Trzinci smo glede tega pristali tik nad spodnjo mejo intervala. V alpskih dolinah in sredogorju je bilo snega nekoliko več, a daleč pod dolgoletnim povprečjem. Marsikje debelina snežne odeje niti enkrat ni dosegla pol metra, niz dni s snežno odejo pa je bil večkrat prekinjen.

Šele na nadmorski višini okoli 1500 metrov in višje se je v Alpah večino zime snežna odeja kopičila. Na Voglu, Vršiču in Zelenici, kjer je snežna odeja v drugi polovici zime le dosegla od 60 centimetrov do metra, je bilo to ravno še v mejah običajne spremenljivosti. Podpovprečne snežne razmere pa so bile tudi v visokogorju – na Kredarici je snežna odeja šele v začetku januarja presegla pol metra, do konca februarja pa se je odebelila na 170 cm. Obe vrednosti sta nekje na polovici pričakovanih. Kot zapisano je bila to zimo edino osončenost blizu povprečnih vrednosti glede na primerjalno obdobje 1991/92–2020/21, s čimer se je uvrstila med dvajset najbolj osončenih od zime 1961/62. Na koncu se za trenutek pomudimo še pri februarju. Temperaturno smo imeli štiri obdobja, prvi teden je bil povprečno topel, drugi in četrti sta bila pretopla, tretji pa prehladen. Padavine smo prejeli le sredi in konec meseca, za sonce prikrajšani pa smo bili predvsem oba pretopla tedna, ko je bilo nad nami veliko oblakov, ki pa so prinašali dež le zahodnim in jugozahodnim krajem. Sneg smo imeli le na valentinovo, pa še to bolj v zraku kakor na tleh, saj se zaradi toplih tal marsikje v Ljubljanski kotlini niti ni prijel. Vse zapisano potrjuje tudi vpogled v priloženo preglednico. Več kot polovico dni je najnižja dnevna temperatura zraka le padala pod ledišče, a je čez dan vedno prišla nadenj; zato je izostal ledeni dan. Vendarle pa je bila povprečna mesečna temperatura zraka za 0,3 stopinje Celzija nižja od januarske, čeprav velja prvi mesec leta za najhladnejšega v letu. Glede na to, kar se zadnje tedne dogaja po svetu, so z vremenom povezane zdajšnje težave problemi skorajda brezpredmetne. Morda pa nam bodo ugrabili tudi tega ...

Besedilo in foto: Miha Pavšek

VREMENSKA POSTAJA OSNOVNE ŠOLE TRZIN (februar 2025)

Kazalec	Podatek	Datum/niz/čas oz. interval
Povprečna temperatura zraka (°C)	3,4	1.–28. 2.
Najvišja temperatura zraka (°C)	14,7	23. 2./13.49
Najnižja temperatura zraka (°C)	–5,7	20. 2./7.12
Največja dnevna temperaturna razlika (Tmaks/Tmin, v °C)	8,5 (9,3/0,8)	5. 2.
Število hladnih/ledenih dni (min./max. T zraka ≤ 0 °C)	15 / 0	1.–28. 2.
Število dni s padavinami (≥ 0,2 / ≥ 2 / ≥ 20 mm)	12 / 4 / 2	1.–28. 2.
Največja dnevna količina padavin (mm v 24h)	31,4	26. 2. (0.00–24.00)
Mesečna količina padavin (mm)	69	1.–28. 2.
Letna količina padavin (mm)	181	1. 1.–28. 2.
Največja hitrost vetra (km/h) / smer	24,1 / VSV	14. 2./5.17

Vir: www.trzin.zevs.si

MALGAJ

Ime s tradicija!

PRODAJA RABLJENIH VOZIL ODKUP VOZIL ZA GOTOVINO!

Avtohiša Malgaj, d.o.o., Tržaška cesta 108, 1000 Ljubljana
Prodaja rabljenih vozil: 01/ 20 00 560, e-mail: info@malgaj.com

www.avtohisamalgaj.si

Akcija



BMW serija 5 touring: 530d xdrive, aut., usnje, gretje sedežev, full led, vzv. kam. - 2993 ccm, 195 kW (265KM) - L. 2019/08 - samo 139.653 km. Odlično ohranjeno vozilo z znano zgodovino in od 1. lastnika, 4x4 pogon, digitalni kokpit, usnjeni sedeži, gretje sedežev, el. zapiranje prtljavnika, sistem za opozarjanje na mrtvi kot, full led žarometi (dnevne led luči, zadnje led luči, led žarometi), vzvratna kamera, brezstični ključ, parkirni senzorji spredaj in zadaj, samodejno upravljanje dolgih luči, navigacija, alu platišča, tempomat, dvopodročna avtomatska klima, sredinski naslon za roko, usnjen multifunkcijski volan, ... Možnost financiranja brez pologa kredit/leasing.

Akcijska cena: 28.680,00 €

Akcija



Volkswagen Tiguan 2.0 tdi: SCR, 4-motion, BMT, DSG, highline, radar, full led, - 1968 ccm, 110 kW (150 km) L. 2018/11 - samo 99.352 km. 4x4 pogon, full led (led žarometi, dnevne led luči, zadnje led luči), acc - aktivni tempomat, sistem za ohranjanje voznega pasu, sistem za zaviranje v sili, parkirni senzorji spredaj in zadaj, navigacija, obvolanski prestavni ročici, tripodročna avtomatska klima, dvobarvna alu platišča, tempomat, USB ... Možnost financiranja brez pologa kredit/leasing.

Akcijska cena: 24.880,00 €

Akcija



Volkswagen Passat Variant 1.4 TSI BMT R line 150, dig. števeci, radar, nav., kam., 1395 ccm, 110 kW (150 KM), ročni menjalnik, l. 2017/07. Odlično ohranjeno vozilo z znano zgodovino in od prejšnjega lastnika. Atraktivna "r - line" zunanost, aktivni tempomat, digitalni prikazovalniki na armaturni plošči, panoramsko strešno okno (električno pomično), zadnje led luči, prednji full led žarometi, velika navigacija, parkirni senzorji spredaj in zadaj, vzvratna kamera, dynaudio ozvočenje, brezstični ključ, aluminijasta platišča ...

Akcijska cena: 17.890,00 €

Akcija



Ford Mondeo 2.0 188 Hybrid, aut., Vignale, full led, nav., usnje, 1999 ccm, 140 kW (190 KM), l. 2019/06, 62.967 km. Hibridni pogon, dvosklopčni avtomatski menjalnik, električna nastavitve sedežev, vzvratna kamera, park pilot, keyless go, parkirni senzorji spredaj in zadaj, full led (led žarometi, dnevne led luči, zadnje led luči), memory sedeži, opozorilnik spremembe voznega pasu, navigacija, sistem mrtvih kotov... Možnost financiranja brez pologa kredit/leasing.

Akcijska cena: 22.500,00 €

Akcija



BMW serija X3: Luxury line, xDrive 25d, at., memory, panorama, 1995 ccm, 170 kW (231 KM) - l. 2018/08, 102.730 km. Odlično ohranjeno vozilo z znano zgodovino in od 1. lastnika. Full led (dnevne led luči, led žarometi, zadnje led luči), memory sedeži, usnjeni sedeži, el. Pomik sedežev, gretje sedežev spredaj in zadaj, gretje volana, panorama, brezstični ključ, sistem za samodejno zaviranje v sili, navigacija, tripodročna avtomatska klima, el. Parkirna zavor, elodipiranje prtljavnika. Možnost financiranja brez pologa kredit/leasing.

Akcijska cena: 31.900,00 €

Akcija



Nissan X-Trail E-Power, N Connecta, nav., 360° kamere, radar, pano, SLO, 1497 ccm, 150 kW (204 km) - l. 2023/02, samo 3.129 km. Odlično ohranjeno, kot novo vozilo, samo 3.129 km, slovensko poreklo, 1. lastnik, gretje sedežev spredaj in zadaj, ogrevanje vetrobranskega stekla, ogrevan volanski obroč, full led žarometi, brezstični ključ, sistem mrtvih kotov, električno pomično strešno okno, navigacija, line assist, radarski tempomat, parkirni senzorji spredaj in zadaj, vzvratna in prednja kamera, 360 stopinj kamera, zatemnjena zadnja stekla, alu platišča, tropodročna avtomatska klima, omejevalnik hitrosti. Možnost financiranja brez pologa kredit/leasing.

Akcijska cena: 37.500,00 €

Zdravo

izbrano iz kataloga ugodnosti

Veljavnost od 6. 3. do 21. 4. 2025
www.lekarnaljubljana.si



RESVERATROL 150 MG

Prehransko dopolnilo s suhim izvlečkom japonskega dresnika v obliki kapsul, 60 kapsul.
Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano.



redna cena: 20,61 € | cena s Kartico zvestobe

16,49€ + 4 **POPUST: 20%**

VITAMIN C 500 MG

Prehransko dopolnilo z vitaminom C v obliki tablet. Vitamin C prispeva k delovanju živčnega sistema in ima vlogo pri delovanju imunskega sistema, 90 tablet.
Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano.



redna cena: 16,07 € | cena s Kartico zvestobe

12,86€ + 3 **POPUST: 20%**

MASTERAID CERUMINA TULEC

Medicinski pripomoček za odstranjevanje ušesnega masla, namenjen higieni zunanjega sluhovoda.
Medicinski pripomoček.



redna cena: 4,17 € | cena s Kartico zvestobe

3,34€ + 1 **POPUST: 20%**

SILVER CARE ZOBNE NITKE

Na voljo sta zobni nitki Carbon in Nitrate, 50 m ter zobna nitka Magic, 25 m.



s Kartico zvestobe

POPUST: 20%

MALČEK POSIP ZA OTROKE

Izdelan je iz finih prahov, zato na kožo deluje mehko in ne dražuje.
Za zaščito kožnih gub, vratu in pazduh dojenčka, 100 g.



redna cena: 6,47 € | cena s Kartico zvestobe

5,18€ + 2 **POPUST: 20%**

VITRY NEGA ZA MOŠKE

Na voljo so različni izdelki: ščipalci za nohte, obrezovalci nosnih dlak, pilica za nohte ter brivnik in britvice.
Zaloga izdelkov po enotah je različna.



s Kartico zvestobe

POPUST: 20%

Za več informacij prelistajte katalog ugodnosti ali nas pokličite na **brezplačno telefonsko številko 080 71 17!**

Cene s popustom iz ZDRAVO – kataloga ugodnosti veljajo v enotah Lekarna Ljubljana, specializiranih prodajalnah LL VIVA (v okviru razpoložljivega asortimana) in v Spletni Lekarni Ljubljana na www.lekarnaljubljana.si izključno ob predložitvi Kartice zvestobe Lekarne Ljubljana ter zahtevanega števila jabolk zvestobe, sicer veljajo redne cene. Slike so simbolične, popusti se ne seštevajo. Ponudba velja od 6. 3. do 21. 4. 2025 oz. do prodaje zaloge.



oglasno sporočilo

RENAULT CLIO

že za 15.490 €*
5 let jamstva**

*Cena velja za model Renault Clio I Feel Slovenia TCe 90. Priporočena maloprodajna cena (MPC) z že upoštevanim popustom, ne glede na obliko financiranja, v višini 1.300 € in bonusom ob financiranju v višini 1.200 € znaša 15.490 € in je neobvezujoča ter že vključuje 22-odstotni DDV in DMV. Pogoj akcije je sklenitev finančne pogodbe z minimalno financirano vrednostjo 8.000 € in minimalnim trajanjem 48 mesecev ter sklenitev avtomobilskega zavarovanja za čas financiranja z Mobilize Financial Services. **Vsi kupci vozila Renault Clio prejmejo brezplačno jamstvo za obdobje 5 let ali do 100.000 km, kar koli se zgodi prej (v obdobju 2 let od nakupa vozila velja tovarniška garancija, po preteku tovarniške garancije sledi 3 leta podaljšane garancije jamstva Renaulta do 100.000 km, kar koli se zgodi prej). Akcija velja od 18. 2. 2025 do 31. 3. 2025. Poraba pri mešanem ciklu: 4,1-7,5 l/100 km. Emisije CO₂: 96-136 g/km. Emisijska stopnja EURO6D-FULL. Emisija NOx: 0,0063-0,0363 g/km. Vrednosti meritev porabe in emisij ustrezajo standardu meritev WLTP. Oglikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k brezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delov PM₁₀ in PM_{2.5}, ter dušikovih oksidov. Priljubljenost si pravico do napak. Slika je simbolična. Več informacij o ponudbi in pogojih nakupa je na voljo na reault.si. GA Adriatic d.o.o., Dunajska 22, 1000 Ljubljana.

Renault priporoča Castrol

reault.si

Avtohiša REAL

Avtohiša Real d.o.o., Vodovodna c. 93, Ljubljana

Simon Blaznik, 041 601 750

Peter Koci, 051 319 185

Igor Ulčar, 041 739 878

www.avtohis-a-real.si

oglasno sporočilo