



ZELVAN

ZDRAVJE:
Nespečnost

AKTUALNO

Certifikat
"Zaupanja vreden
upravnik"

IZ STROKE:
Epilepsija

KULINARIKA:
Pesto iz peteršilja

Čipkarica Urška Perne

Letovanje v Selcah in Umagu

Naš pogled na svet: Ana Osvald in Damir Čopi



DOGAJALO SE JE ...

MED ODDIHOM



KOLOFON

ŽELVAK

Letnik 3, št. 4, september 2017

Interni časopis podjetja Želva d.o.o., Ulica Alme Sodnik 6, 1000 Ljubljana

Telefon: 01 280 33 00, e-pošta: info@zelva.si, www.zelva.si

Ilustrator naslovnice in ilustracij: Izidor Fiegl

Oblikovanje in prelom: Patricija Kastelic

Uredništvo: Tina Ponikvar, Kosana Jarec, Silvana Lešnjek, Barbara Škerlj



LETOVANJE V UMAGU

LETOŠNJE LETOVANJE JE POTEKALO V UMAGU V ČASU OD 14. DO 21. JULIJA, IN SICER V DOMU ZAVODA ZA LETOVANJE IN REKREACIJO OTROK.

Letovanje je minilo v čudovitem vremenu ter zelo sproščenem in prijetnem vzdušju. Skupina je bila sicer raznolika, a so se med seboj dobro razumeli. Vsak dan so potekale različne aktivnosti: odbojka na mivki, izlet z ladjico, vožnja s pedalini, iskanje skritega zaklada, športno-družabne igre, kino na prostem, ples, obisk koncerta ...

Glede na vtise udeležencev, zadovoljstvo na njihovih obrazih, besedah zahvale in navdušenja ter vse navedeno, je bilo letovanje nedvomno uspešno izpeljano.

Suzana Bohorč



PIKNIK UPORABNIKOV SOCIALNE VKLJUČENOSTI

ŽELVAKI IZ NOVEGA MESTA SMO SE 16. JULIJA ODPELJALI Z VLAKOM V LJUBLJANO, KJER SMO SE UDELEŽILI SKUPNEGA PIKNIKA.

Naše druženje se je začelo s pravim nogometnim turnirjem, kjer so se spopadli tako uporabniki kot zaposleni, ostali pa smo navdušeno navijali ter se nasmejali ob zavzetem igranju nogometašev. Sledile so še druge igre, ki so nas razmigale in spravljele v smeh, sonce pa nam je še dodatno obarvalo že tako razžarjena lička.

Lačni smo se zbrali okoli posod, kjer se je delil bograč, na koncu pa smo se posladkali še s pecivom ter se po-

družili s sodelavci in prijatelji iz drugih enot. Nekoliko utrujeni smo se odpravili na vlak ter podoživeli naše srečanje in druženje.

Polonca Petan



KADROVSKE NOVICE

Jubilanti

V mesecu juliju je svoj 10. jubilej v podjetju obeležil Sebastjan Koželj, Vanja Bartolič in Mateja Slatnar pa 15. jubilej.

V mesecu septembru sta svoj 5. jubilej obeležila Peter Brbre in Besima Mušič, 10. jubilej Anton Klančar, Polonca Černič in Uroš Humar pa sta naša sodelavca že 15 let.

DOGAJALO SE JE ...

IZLET NA DOLENJSKO

S SKUPINO SOCIALNE VKLJUČENOSTI SMO SE V JUNIJU ODZVALI POVABILU G. STANISLAVA NOVINCA, DIREKTORJA PODJETJA KGN – NOVINC D.O.O, S KATERIM ŽE VRSTO LET SODELUJEMO. POLNI ENERGIJE IN PRIČAKOVANJ SMO SE Z OSEBNIMI VOZILI ODPELJALI PROTI DOLENJSKI. ŽE MED VOŽNJO SMO OBČUTILI VELIKO VESELJE IN ZADOVOLJSTVO, KOT DA BI SLUTILI, DA NAS ČAKA PRAV POSEBNO DOŽIVETJE.

Zakoncica Novinc sta nas prijazno sprejela. Najprej smo si ogledali čudoviti Železo-livarski muzej, katerega glavni namen je ohranjanje umetniške in tehnične kulturne dediščine. Poleg ogleda zbirke številnih izvornih ulitkov iz različnih zgodovinskih obdobjev smo bili deležni tudi odlične predstavitve razvoja in zgodovine livarstva na Dvoru. Nadaljevali smo z ogledom prostora, v katerem še vedno potekajo livarski postopki – demonstracija taljenja, izdelava forme in litje.

Po izčrpani predstavitvi muzeja in železo-livarske dejavnosti nas je pot vodila v bližnjo ribarnico, kjer smo si ogledali gojišče rib in kovinsko galanterijo, njihovo



vo osnovno dejavnost. Delo proizvodnje zelo dobro poznamo, saj nam je že vrsto let omogočeno sodelovanje, preko katerega ohranjamo in razvijamo delovne veščine, delovne navade, občutek odgovornosti in pripadnosti družbi.

Zakoncema Novinc se iz vsega srca zahvaljujemo. Lahko rečemo le, da si želimo še več takšnih podjetij, ki imajo občutek za družbeno odgovornost in posluh za sočloveka.

Uporabniki SV Novo mesto

LETOVANJE V SELCAH

UPORABNIKI VARSTVENO-DELOVNEGA CENTRA SO V ČASU OD 27. JUNIJA DO 4. JULIJA PREŽIVELI DEL SVOJIH POČITNIC V HOSTLU KARLOVAC V SELCAH NA HRVAŠKEM.

Letošnjega letovanja se je udeležilo 61 uporabnikov in 12 spremljevalcev. Uporabniki so imeli aktivne, zabavne in doživljajsko polne osemdnevne počitnice, saj vsi radi plavajo, igrajo košarko in nogomet, hodi-



jo na izlete, plešejo ter sodelujejo v igrah brez meja. Udeležili so se tudi nočnega križarjenja z ladjo, kjer so se zabavali ob disko glasbi. Za mnoge uporabnike je naše tradicionalno letovanje edina možnost preživljanja počitnic izven domačega okolja.

Jasna Kofol



IZLET V IDRİJO TER NA MOST NA SOČI

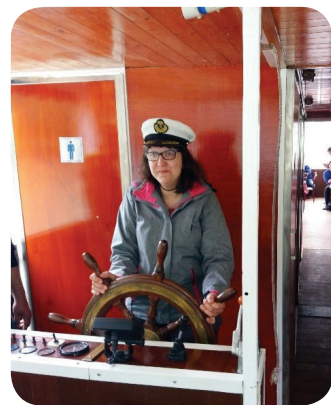
NA NEKOLIKO OBLAČEN PETKOV DAN SMO SE ODPRAVILI NA IZLET Z NAMENOM, DA SI OGLEDAMO RUDNIK ŽIVEGA SREBRA V IDRİJI. NEKDANJI RUDNIK JE BIL DRUGI NAJVEČJI PROIZVAJALEC TE RUDE NA SVETU.

V muzeju smo si najprej ogledali film, ki je prikazoval življenje tedanjih rudarjev ter razvoj mesta Idrije. Nato smo se skupaj z vodičem spustili v Antonijev rov, kjer smo si ob razlagi ogledali rudnik, nato pa še hišo običajne rudarjeve družine.

Ko smo se okrepčali z odličnim kosilom, smo se popeljali proti Mostu na Soči, kjer smo z ladjico pluli po naši lepi zeleni reki. Na ladjici nas je zabaval kapitan ladje in svoje krmilo zaupal tudi nekaterim našim dekletom ter fantom, sam pa je pripovedoval zgodbo o Soči.

Polni vtisov z izleta in druženja z ostalimi prijatelji iz Želve smo se odpeljali proti domu. Za nami je bil še en lep dan, ki ga niso pokvarile niti občasne dežne kaplje.

Polonca Petan



NAŠ POGLED NA SVET

ANA OSVALD

ANA OSVALD JE V NAŠEM PODJETJU ZAPOSLENA OD LETA 2013. SPRVA JE BILA ZAPOSLENA KOT POSLOVNA SEKRETARKA, ZDAJ PA JE POLEG POSLOVNE SEKRETARKE ŠE VODJA KADROVSKIH IN SKUPNIH PISARN.

Ana, kako si se počutila, ko si bila novinka v podjetju?

Zmedeno. Veliko se je dogajalo v letu 2013. Svoje predhodne delovne izkušnje sem si nabirala tako v javnem kot v privatnem sektorju, v velikih in malih kolektivih, vendar Želva je edinstveno podjetje, tudi med invalidskimi podjetji, in preden spoznaš celotno delovanje podjetja, tudi mine nekaj časa, in mislim, da smo ga kar vsi skupaj potrebovali, da smo se spoznali. Je bilo pa leto 2013 v Želvi kar pestro, tako da sem morala kar hitro ujeti ravnotežje za »plovbo«.

Kaj ti je všeč v našem podjetju?

Pestrost. Ni podjetja, kot je Želva. Nisem še imela možnosti delati s toliko ljudmi z različnimi osebnostmi, kot nas je tu. Toliko je že uspešnih dejavnosti, ki jih podjetje opravlja že dolga leta, pa se jih še kar načrtuje, in to mi daje priložnosti za moje izzive, kar

mi je zelo všeč.

Kaj ne bi nikoli več ponovila?

Prišla v službo pred 4. uro zjutraj. Pa ne, da bi mi bilo treba. Takrat sem imela veliko zadolžitve v glavi in ker nisem mogla spati, sem se kar usedla v avto in šla v službo. Pa me je na poti ujel spanec in vožnja je bila preveč nevarna. Za vožnjo moraš biti zbran in spočit, zato tega ne bi več ponovila.

Kako se rešiš slabe volje?

S kavo in dobro družbo.

Katera veščina ti ne gre od rok?

Jož, šivati se učim že nekaj časa, pa mi je vedno zmanjkalo časa ali pa volje. Letos pa je obisk tečaja za šivanje že planiran, tako da delam na tej veščini.

Napiši nasvet bralcem Želvaka, kako kvalitetno izkoristiti vsak dan v tednu.

Ne vem, ker kvalitetno lahko pomeni za vsakega drugače. Lahko povem le zase, da se vsak dan trudim uživati življenje in biti hvaležna za vse, kar mi je vsak dan sproti dano.



Na sliki Damir Čopi v črni jakni levo ter Ana Osvald v karirasti jakni na sredini

DAMIR ČOPI

DAMIR ČOPI JE PRAVNIK, KI JE V NAŠEM PODJETJU ZAPOSLEN OD FEBRUARJA 2014.

Damir, kako si se počutil, ko si bil novinec v podjetju?

Od vsega začetka sem se počutil odlično, saj so me v ožjem delovnem okolju obkrožali prijetni sodelavci, ki so me, vsaj tako se mi zdi, kar hitro sprejeli.

Kaj ti je všeč v našem podjetju?

Z vidika mojega dela mi je všeč raznolikost nalog, ki jih v podjetju opravljam. Zaradi tega je praktično nemogoče, da delo postane monotono. Po 3,5 letih lahko še vedno trdim, da mi je delo (zelo) zanimivo in pestro.

Na splošno pa mi je všeč to, da je podjetje Želva v tem neizprosнем kapitalizmu po mojem mnenju eno najprijaznejših podjetij za delavce. Mislim, da se

mnogi, predvsem tisti, ki niso bili zaposleni drugje, tega ne zavedajo dovolj.

Česa ne bi nikoli več ponovil?

Določenih stvari ne bi povedal več tako odkrito in iskreno, kot sem jih.

Kako se rešiš slabe volje?

Včasih se je ne rešim, ampak se ona mene.

Katera veččina ti ne gre od rok?

Risanje.

Napiši nasvet bralcem Želvaka, kako kvalitetno izkoristiti vsak dan v tednu.

Tega nasveta žal ne morem dati, ker tudi sam ne izkoristim vsakega dneva v tednu kvalitetno, saj to zaradi objektivnih okoliščin preprosto ni mogoče.

AKTUALNO

ŽELVA PRIDOBILA CERTIFIKAT »ZAUPANJA VREDEN UPRAVNIK«

PODJETJE ŽELVA JE PRIDOBIL CERTIFIKAT »ZAUPANJA VREDEN UPRAVNIK«. ZNAČKA CERTIFIKAT »ZAUPANJA VREDEN UPRAVNIK« JE REGISTRIRANA BLAGOVNA ZNAMKA PRI URADU ZA INTELAKTUALNO LASTNINO (Z-201671448).

To je za podjetje četrti certifikat, ki potrjuje naše poslovanje v skladu s standardi poslovanja. Predhodno je podjetje uporabljalo certifikat EQUASS Assurance in Social Services, ISO 9001 ter »Invalidsko podjetje«.

21. in 22. avgusta 2017 smo uspešno opravili recertifikacijsko presojo standarda kakovosti ISO 9001:2008 in tako ohranili evropski standard sistemov vodenja kakovosti.



EPILEPSIJA

EPILEPSIJA JE MOTNJA FUNKCIJE MOŽGANOV, KI SE KLINIČNO KAŽE Z NAPADI. TI SE POJAVLJAJO V RAZLIČNIH ČASOVNIH RAZMIKIH, NAJPOGOSTEJE PA SE LAHKO PREPOZNAJO PO ZNAČILNIH SIMPTOMIH.

Epilepsija se največkrat prvič pojavi že v otroštvu ali puberteti, vendar pa se lahko pojavi kadar koli v življenju in v katerem koli starostnem obdobju. Simptomi in znaki se razlikujejo glede na tip epilepsije.

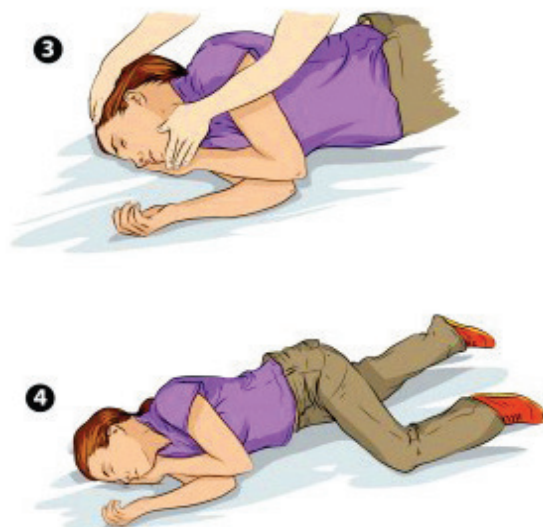
V varstveno-delovnih centrih in v bivalnih enotah se večkrat srečujemo s pojavom epileptičnih napadov.

KAKO POMAGATI OSEBI Z EPILEPTIČNIM NAPADOM?

To vprašanje se pogosto nanaša na »veliki napad«, imenovan tudi »grand mal«. To je napad, ki privede osebo do izgube zavesti in krčenja telesa. Krčenje telesa ima tonično in klonično fazo. V tako imenovani tonični fazi prihaja do nenadne zategnjenosti mišic, v klonični fazi pa do ritmičnih mišičnih trzajev. Med napadom prihaja do povečanega izločanja sline, do sprememb v barvi kože, pogosto pa tudi do ugriza v jezik.

Priporočljivo je, da v primeru takšnih napadov uporabimo nekaj preprostih nasvetov:

- ostanite mirni, ne dovolite, da vas zajame panika;
- če napad traja dlje kot 5 minut, je treba obvezno poklicati reševalce;
- osebo, ki ima napad, postavite v bočni položaj;
- preprečiti morate, da bi se oseba pri padcu poškodovala, preprečite telesne poškodbe, predvsem glave, in odstranite vse nevarne predmete;
- odpnite ji oblačila okrog vratu (odvežite kravato, odpnite srajčni ovratnik in odpnite pas na hlačah);
- glavo ji podprite z mehkim in ravnim predmetom (vzglavnikom, torbo, zvitim oblačilom);
- ne skušajte ji vstavljati predmete med zobe, s katerimi bi preprečili, da bi si pregriznila jezik, ust ji ne odpirajte s silo;
- ne skušajte napada prekiniti s preprečevanjem mišičnih kontrakcij, krčev ne poskušajte fizično ustaviti;
- osebo med napadom ne držite, vedno počakajte, da oseba pride k zavesti;
- osebi med napadom ne dajajte v usta nobene tekočine, dokler se ji ne povrne zavest;
- dobro je, da so v bližini samo osebe, ki nudijo osebi z epileptičnim napadom pomoč;
- med napadom in po njem naj bosta vaše delovanje in govor takšna, da delujeta pomirjujoče.



Ivana Palajsa

PROMOCIJA ZDRAVJA

NESPEČNOST

NESPEČNOST NIŽA KAKOVOST ŽIVLJENJA POSAMEZNIKA, NEGATIVNO DELUJE NA IMUNSKI SISTEM TER POVEČUJE TVEGANJE ZA NASTANEK DUŠEVNIH MOTENJ.

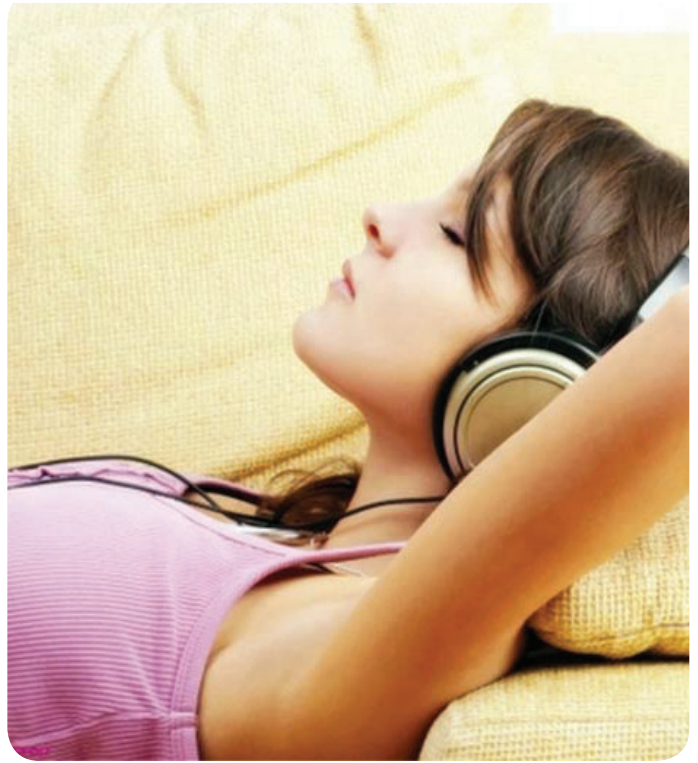
Težave z nespečnostjo so pri ženskah pogostejše kot pri moških. Glede na trajanje ločimo akutno, prehodno in kronično nespečnost. O kronični nespečnosti govorimo, če težave s spanjem trajajo več kot tri tedne. Vzrok je lahko v fizičnih ali psihičnih motnjah, zato je včasih treba opraviti telesni pregled in dodatne preiskave.

Lahko gre za motnjo začetka spanja, nemiren spanec ali prezgodnje prebujanje.

Nespečnost ima lahko resne posledice pri dnevnem delovanju, ki ga motijo zaspanost, utrujenost, motnje koncentracije, glavobol in motnje razpoloženja, kar pa vse lahko povzroča težave na družbenem in poklicnem področju.

Cilj zdravljenja nespečnosti je izboljšanje količine in kakovosti spanca, zmanjšanje posledic nespečnosti ter s tem izboljšanje dnevnega delovanja.

Nespečnost se zdravi z zdravili, ki pa so lahko le kratkotrajna pomoč, saj imajo neželene učinke, možen pa je tudi razvoj fizične in psihične odvisnosti. Ob dolgotrajni uporabi se učinkovitost zdravil zniža.



Vir: <http://www.taichi-qigong.si/izdelek/nespecnost-tezave-s-spanjem/>



Vir: <https://www.aktivni.si/ostali-sporti/hoja-in-pohodnistvo/vadba-nordijske-hoje-ki-poskrbi-za-boljso-vzdrzljivost-in-oblikovanje-telesa/>

Pri težavah z nespečnostjo si lahko pomagamo tudi sami, predvsem z upoštevanjem naslednjih smernic (vir: http://psihater-leser.com/pomagajmo_si_sami/nespecnost/, <https://www.zdravje.si/nespecnost/>):

- ne dremajte čez dan;
- izogibajte se kofeinskim napitkom šest ur pred spanjem;
- izogibajte se alkoholu in nikotinu (predvsem ponoči in zvečer);
- ne hodite spat lačni ali preveč siti;
- spalno okolje naj bo udobno in namenjeno le spanju;
- telesna dejavnost naj bo preko dneva in ne pozno zvečer;
- vsak dan se prebujajte ob isti uri;
- za blaženje hrupa uporabljajte čepke za ušesa ali glasbo;
- ne pijte večjih količin tekočine pred spanjem;
- v posteljo pojdite, ko ste zaspani in ne le utrujeni.

USTVARJANJE

ČIPKARICA URŠKA PERNE



KO SEM BILA STARA 12 LET, SE JE V MENI PORODILA ŽELJA, DA BI SE TUDI SAMA NAUČILA KLEKLJATI.

Moje ime je Urška Perne, stara sem 27 let, prihajam iz Zgornjih Bitenj in sem članica prijetnega kolektiva Želva.

ČIPKA IN KLEKLJANJE ČIPK STA MI BLIZU ŽE OD OTROŠTVA, KO SEM OPAZOVALA DRUGE KLEKLJARICE, KAKO JIM MED PRSTI PLEŠEJO KLEKLJI IN PRED NJIMI NASTAJAJO ČUDOVITE, NEŽNE ČIPKE. LETA 2002,

Na osnovni šoli Stražišče je učiteljica Mojca Bukovnik začela voditi čipkarski krožek. Z mamico sva šli kupit punkelj, pručko, klekeljne in sukanec. Ko sem imela ves potreben material, sem se lahko začela učiti klekljati.

Od leta 2005 dalje hodim na čipkarski krožek v Zgornje Bitnje. V prihodnosti želim izdelovati tudi nakit iz klekljane čipke in še razširiti obseg izdelkov, ki bi vsebovali idrijsko čipko, ter jo s tem približati ljudem, ki jo mogoče še toliko ne poznajo.

Sama čipka mi veliko pomeni, poseben odnos pa imam do nje tudi zato, ker je to del naše kulturne dediščine, s katero se lahko ponosno pokažemo svetu in ki jo moramo nujno ohraniti za prihodnje rodove.

Od čipkarice se pričakujejo potrpežljivost, natančnost, vzdržnost, toleranca, učinkovitost ter tudi pogum.

Urška Perne

PLOŠČICE IZ MODELIRNE MASE FIMOair

FIMOair je modelirna glina na vodni osnovi, ki jo lahko uporabimo takoj in se posuši na zraku, zato je ni potrebno peči.

Za obdelavo glin se uporablja vse orodje za obdelavo glin, pa tudi vsakdanji predmeti, kot so žličke, lesene paličice, zamaški – pustite domišljiji prostoto pot. Reže se lahko z nožem, za natančnejše reze se uporablja olfa nož. Iz nje lahko izrezujemo razne oblike (npr. z modelčki za piškote), delamo figurice, skledice, vazice ... Barva se jo lahko s kakršnimikoli barvami, vendar jo je potem priporočljivo polakirati, da barva ob vsakem dotiku ne ostane na rokah. Predmete iz nje čistimo s suho krpo, če pa jo polakiramo, jo lahko obrišemo tudi z vlažno.

Z malo domišljije in volje lahko ustvarimo veliko lepih izdelkov, ki jih lahko podarimo svojim prijateljem in znancom ob različnih priložnostih.

Nevenka Zver in Tina Ponikvar



PESTO IZ ČESNA, PETERŠILJA IN OLIVNEGA OLJA

ČE STE TUDI VI MED TISTIMI, KI TRENUTNO Z VELIKIM UŽITKOM POBIRAJO PRIDELKE NA DOMAČEM VRTU, IN NE VESTE, KAJ BI Z NJIMI, VAM POSREJEMO POPOLNOMA ENOSTAVEN RECEPT ZA IZDELAVO DOMAČEGA PESTA, KI VAM BO DOLGO SLUŽIL PRI PRIPRAVI VSEH VRST JUH, OMAK IN ZELENJAVE V ČASU, KO DOMAČI PRIDELKI NE BODO NA VOLJO.

ČESEN vsebuje substance, ki krepijo srčno-žilni sistem in uničuje škodljive mikroorganizme, kar pripomore h krepitvi imunskega sistema.

PETERŠILJ je naravni diuretik – odvaja vodo iz telesa in pomaga pri čiščenju. Vsebuje velike količine mineralov, ki jih telo potrebuje, bogat je z vitaminom C, uravnava krvni obtok in pomaga pri odpravljanju celulita.

OLIVNO OLJE vsebuje snovi, ki zavirajo nastanek različnih vrst rakavih obolenj, pripomore k urejeni prebavi, uravnava krvni sladkor in krvni tlak, njegova redna uporaba pa pripomore k zaščiti srca.



Sestavine:

- 1 kg česna,
- 1 liter olivnega olja
- velik šop peteršilja

Prilava:

1. Česen olupimo, razdelimo na posamezne stroke in sesekljamo v multipraktiku.
2. Stresemo ga v veliko posodo, v katero bomo dodali druge sestavine.
3. Peteršilj operemo in narežemo na manjše dele, prav tako ga sesekljamo v multipraktiku.
4. Stresemo peteršilj v posodo s česnom.
5. Dobro premešamo.
6. Dolijemo olivno olje po občutku – takšno količino, da zmes ni suha.
7. Pripravimo manjše steklene kozarčke.
8. Kozarčke nadevamo z zmesjo in če je potrebno, dolijemo še malo olivnega olja po vrhu.
9. Kozarčke shranimo v skrinjo in ko nam enega zmanjka enostavno vzamemo iz skrinje drugega in tako imamo vedno zalogo.

Irena Juratovec



Vir: <http://vivi.si/kuhinja/petersiljev-pesto>

Ali ste vedeli?

8. avgust je mednarodni dan mačk. Zanimivo je dejstvo, da imajo mačke unikatne »nosne odtise«. Če pogledamo pobližje smrček mačk, lahko opazimo drobne izboklinice in grebene. Razporeditev teh elementov je pri vsaki mački povsem unikatna, podobno kot so pri ljudeh unikatni prstni odtisi. Tudi mačke so družabna bitja in so vesele mačje družbe. Med mačkami, ki se dobro poznajo in si zaupajo, boste lahko pogosto videli dotikanje s smrčkom, saj je to zanje kot nekakšno rokovanje z roko v pozdrav.





ISKRICE

“Nič, kar je velikega, ni bilo doseženega brez navdušenja.”

Emerson



KRIŽANKA

				DELNO PRIZNANA EVROPSKA DRŽAVA (PRIŠTINA)	IZDELOVALEC OPEKE	POTOMEC	TOM JONES
JAMIE OLIVER			MAMILO IZ MAKĀ SEDMA GRŠKA ČRKA				
							POMOČ: ABAK ETA OPIJ STRAD
AVTOR: MATJAŽ HLADNIK	ČUTNO ZAZNAVNI DOGODEK	MANJŠA TEKOČA VODA OPANKA					
VRTNA ZELENJAVA			FILMSKA IGRALKA GARDNER LAKOTA, STRADANJE				
KRATKO BESEDILO V KVADRATKU KRIŽANKE			ORANŽADA (KRAJŠE) ANDRAŽ HRIBAR				KUHANA MOČNATA JED KEPASTE OBLIKE
MANJŠA LADJA ZA ŠPORT IN RAZVEDRILLO				HRVAŠKO NAFTNO PODJETJE	RAY CHARLES		
					IZRASTEK V USTIH		
GIBANJE, KI TEŽI K ANARHIJI							
STRANSKI POGANJEK LESNATIH RASTLIN				PRIMORSKI DED			
				RAČUNALO NA KROGLICE			

Pregovor meseca

Nobeno dobro dejanje, naj bo še tako neznamno, ni zaman.

MISEL MESECA

“Življenje moramo živeti v smeri prihodnosti, razumemo pa ga lahko samo v smeri preteklosti.”

(Kierkegaard)

Rešitev prejšnje križanke:

POČITNICE

NAGRAJENCI:

1. nagrada (Mercator kartica v vrednosti 20 €)

Uroš Umek

2. nagrada (Želvin izdelek)

Klemen Bevec

3. nagrada (Želvin izdelek)

Maja Becele

Rešitev križanke - geslo v sivem polju lahko pošljete do **30. oktobra 2017** na e-mail info@zelva.si ali pa ga napišite na kos papirja in ga skupaj s svojim imenom, priimkom in vašim naslovom pošljite na naslov: **Želva d.o.o., za Želvaka, Ulica Alme Sodnik 6, 1000 Ljubljana.**

Nagrade lahko osebno prevzamete v Ljubljani, na Ulici Alme Sodnik 6 v tajništvo. Lahko pa pokličete na številko 01/280 33 00 in dogovorili se bomo za način prevzema.

ŽELVAKOV NASVET

Če o nekom ne moreš reči nič dobrega, raje ne reci ničesar.

