



KRANJ

**Darja Lavtičar Bebler o odpravi smrtne kazni**

Vodja delegacije državnega zbornika v Parlamentarni skupščini Sveta Evrope Darja Lavtičar Bebler je ob dnevu odprave smrtne kazni zapisala, da letos mineva 12 let od odprave smrtne kazni v državah članicah Sveta Evrope. Svet Evrope je med vsemi organizacijskimi največ prispeval k temu, da je Evropa od leta 1997 postala kontinent brez izvrševanja smrtne kazni. Ob evropskem dnevu boja proti smrtni kazni, ki je bil prvič razglašen 10. oktobra 2007, se Republika Slovenija pridružuje tistim, ki se zavedajo pomena zaznamovanja dneva odprave smrtne kazni. "Klub popolni odpravi smrtne kazni v vseh državah članicah Sveta Evrope namreč ocenjujemo, da naše delo ne bo končano vse do dotedaj, dokler ne bo ta kazna ukinjena v poslednji državi," pravi poslanka državnega zbornika. "Republika Slovenija je že v svoji ustavi prepovedala smrtno kazno v vseh okoliščinah. Tudi kot predsedujoča država odboru ministrov Sveta Evrope bo še naprej podpirala prizadevanja za njenodopravo v vseh okoliščinah v vseh državah sveta." D. Ž.

LJUBLJANA

**SDS: Rešitev je menjava celotne vlade**

Potem ko je ministrica za lokalno samoupravo Zlata Ploštjan napovedala svoj odstop, o tem pa zaradi zdravstvenih težav razmišlja tudi minister za zdravje Borut Miklavčič, se je odzvala tudi stranka SDS. "Odstopi in zamenjave posamičnih ministrov ne bodo rešili problema slabega vodenja države. Potrebna bi bila zamenjava celotne vlade," so zapisali v sporočilu za javnost. Vladajoči koaliciji predlagajo, naj vsaj razmisli o tehnični vladi, kot mandatarja pa povabi evropskega komisarja Janeza Potočnika, ki naj sestavi tehnično ekipo ministrov brez političnih predznakov. SDS je pripravljena podpreti vsako rešitev, ki bi bila za Slovenijo boljša od sedanje vlade, četudi sama ne bi neposredno sodelovala v projektu. D. Ž.

# Za sedaj so dosegli rento

Z vključitvijo v zakon o žrtvah vojnega nasilja so mobilizirani v nemško vojsko doživeli moralno zadoščenje. S tem pa njihovih prizadevanj še ni konec.

DANICA ZAVRL ŽLEBIR

Kranj - Za svoje pravice kot žrtve vojnega nasilja so se skoraj dve desetletji borili tudi ljudje, mobilizirani v nemško vojsko. Na Gorenjskem je bilo med drugo svetovno vojno prisilno mobiliziranih od osem do dvajset tisoč mladih mož. "Izbire nismo imeli, preprosto moral si iti," pravi Zdravko Ribnikar, ki vodi Združenje mobiliziranih Gorenjcov v nemško vojsko 1943-1945. Danes je okoli 1600 še živečih članov na Gorenjskem, na Štajerskem pa okoli dva tisoč. Za pravice mobiliziranih si kot krovna organizacija prizadeva Zveza društev mobiliziranih Slovencev v nemško vojsko. Predsednik zveze Andrej Zorko nam je pojasnil, kaj so dosegli z zakonom o žrtvah vojnega nasilja:

"Po zakonu o žrtvah vojnega nasilja iz leta 1995 so bili mobiliziranci priznani kot žrtve vojnega nasilja, v 16. členi istega zakona pa med vsemi drugimi žrtvami izpuščeni kot upravičenci do dosmrtnne mesečne rente. Tak zakon je bil po našem mnenju diskriminatoren, zato smo se vse od njegovega sprejema zavezali za spremembo 16. člena. Pri tem



Andrej Zorko

Vsi mobiliziranci nimajo urejenega statusa. Tisti, ki ga imajo, lahko to dokažejo z zelenim kartončkom. Nekateri ga še nimajo, pri urejanju statusa jim lahko pomagajo na sedežu Združenja mobiliziranih Gorenjcov v nemško vojsko 1943-1945, ki je v Kranju na Ulici Juleta Gabrovška 6. Uradne ure imajo vsako sredo, poklicete pa jih lahko tudi na telefonsko številko 04/235 39 09.

smo na vseh uradih naleteli na ignoranco in birokratsko ravnodušnost. Šele sedanja vlada je resno obravnavala naše predloge. Decembra smo podpredsedniku državnega zbornika Miranu Potrču predali spomenico s svojimi zahtevami. Septembra letos je državni zbor izglasoval novelo zakona o žrtvah vojnega nasilja, v katerem je upoštevana tudi naša zahteva glede mesečne rente. Ta

zakon prisilne mobilizirance izenačuje z izgnanci in interiranci in jim za vsak mesec nasilja priznava odškodnino 0,835 evra. To pomeni, da bi vsakdo k svoji mesečni pokojnini prejel okoli 20 evrov rente. Mobiliziranci sicer lahko rečejo, da je to malo, kljub temu pa je to za nas moralna zmaga."

Zdravko Ribnikar in Andrej Zorko pojasnjujeta, da pravica do mesečne rente

pripada le mobilizirancem, ne pa tudi svojcem. Renta pripada vsem mobilizirancem z urejenim statusom žrtve vojnega nasilja. Zadeve, povezane z rento, bodo urejale pristojne upravne enote. Zakon, sprejet septembra, sicer velja od 5. oktobra naprej, uporabljati pa se začne šele 1. januarja 2010. Svetujejo, naj mobiliziranci zahtevkov nikar ne vlagajo na upravne enote pred 1. januarjem 2010, saj jih prej ne bodo reševale. Pravica do mesečne rente pa tudi ne bo veljala za nazaj.

Renta je ena od pomembnih ekonomsko-socialnih zadev, ki jih je zvezni državni mobiliziranci že uspelo rešiti. Še vedno pa ni rešeno vprašanje odškodnine od Nemčije, v kar bo zveza vložila svoja nadaljnja prizadevanja, pravi Zorko. To namešča doseči s preferenčno tožbo zoper Slovenijo in Nemčijo, kajti slednja ne priznava zahtevkov posameznikov, pač pa navaja, naj to v njihovem imenu storí država. Tega Slovenija doslej še ni storila, čeprav je državni zbor že leta 1994 sprejel sklep, ki jo k temu zavezuje. Kot pravita sogovornika, bodo zahtevali tudi odškodnino za umrle udeležence in vključili tudi svoje.

KOTIČEK ZA NAROČNIKE

**Zvesti Gorenjskemu glasu**

Pavel Kušar je že petdeset let naročnik Gorenjskega glasa. Dobival ga je tudi v Beograd k vojakom, kjer so ga z veseljem brali vsi Slovenci. Rodil se je v Dragi. Rezka je z Dobrušo pri Vodicah, spoznala pa sta se v Zbiljah. Letos praznujeta že 47-letnico poroke. Oba sta upokojena, imata hčerko, sina in tri vnučke: Ajdo Marušo, Iztoka in Špela. Pavel je bil zaposen v tovarni papirja v Goričanah, Rezka najprej v Rašici, potem v Odeji. Pavel se rad pohvali, da je bil dolgo časa politično angažiran in se je udeleževal vseh protestov, na katerih so se zavezali za Janšo in demokracijo. Janez Janša mu je všeč zato, ker se je vedno upal postaviti za resnico, za katero se še zdaj postavlja in je zato glavni steber demokracije v Sloveniji, pove Pavel, ki je vedno stal v prvi vrsti protestnikov. Shranjene ima vse izrezke iz časopisov, kjer je na fotografijah in kjer so v pismih bralcov objavljali njegova stališča. Zradi svoje politične drže je prejemal tudi anonimna pisma, onemogočali so ga tudi pri gradnji hiše, doda, ki jo je prav zaradi tega zgradil šele leta 1985. D. K.

# Izredna seja o proračunih

DANICA ZAVRL ŽLEBIR

Ljubljana - Petkova izredna seja državnega zbornika je bila namenjena predstavitvi proračunov in proračunskega memoranduma za leti 2010 in 2011. Premier Borut Pahor in finančni minister France Križanič sta poslancem državnega zbornika na petkovi izredni seji predstavila proračuna za prihodnji dve leti. Prihodnje leto bo primanjkljaj na ravni letos-

njega in bo znašal 1,8 milijarde evrov (pet odstotkov BDP), leta 2011 pa 1,6 milijarde evrov ali 4,1 odstotka BDP. Napovedujeta, da se bo recesija v prihodnjih dveh letih umirila, v gospodarstvu se bo postopoma začutila pozitivna rast približno en odstotek, leta 2011 že okoli 2,5 odstotka, okrevanje gospodarstva bo zelo počasno. Po napovedih makroekonomistov so oblikovali tudi proračuna za prihodnji

dve leti, naravnana protipriznana, razvojno in varčevalno. Javnofinančna politika je naravnana k doseganju makroekonomske stabilnosti in k dolgoročni rasti. Zadeti krize pa mora država tudi kratkoročno ukrepati, kar pomeni tudi tveganje za srednje- in dolgoročno stabilnost javnih financ.

Premier Pahor napoveduje strukturne prilagoditve na štirih področjih: pri upravljanju javnih institucij, spod-

bujanju podjetništva, konkurenčnosti in trga dela, prilagoditev prometa in energetske infrastrukture za učinkovito okoljsko in energetsko politiko ter sistem zdravstvenega varstva in socialne varnosti.

O predlaganih proračunih sta si koalicija in opozicija spet na nasprotnih bregovih. V strankah koalicije napovedujejo, da ga bodo podprt, češ da je predlagani proračun najboljši v danih razmerah. Opozicija pa opozarja na prevelik primanjkljaj, na preveliko javno porabo in na premajhno razvojno naravnost proračuna.

# Grimsovo poslansko vprašanje Golobiču

DANICA ZAVRL ŽLEBIR

Ljubljana - Poslanec Branko Grims je na ministra za visoko šolstvo, znanost in tehnologijo Gregorja Golobiča naslovil poslansko vprašanje v zvezi z izidom javnega razpisa za razvoj centrov odličnosti v obdobju 2009-2013. Izidi so po njegovem nespre-

jemljivi z vidika načela skladnega regionalnega razvoja, saj imajo vse tri institucije, ki so na razpisu uspele, sedež v Ljubljani. Iz razpisa so izpadle so nekatere institucije, ki imajo sedež v regionalnih središčih. Grims Golobiča sprašuje, ali je bil javni razpis za razvoj centrov odličnosti v obdobju 2009-2013 izveden transparentno in

skladno z evropskimi standardi; zakaj so bili izločeni vsi projekti nekaterih največjih univerz oziroma institucij s področja znanosti (na primer Univerze v Mariboru, ki je zaradi tega izrazila tudi javen protest); zakaj se vlada povsem odpoveduje načelu skladnega regionalnega razvoja, ko gre za znanost in raz-



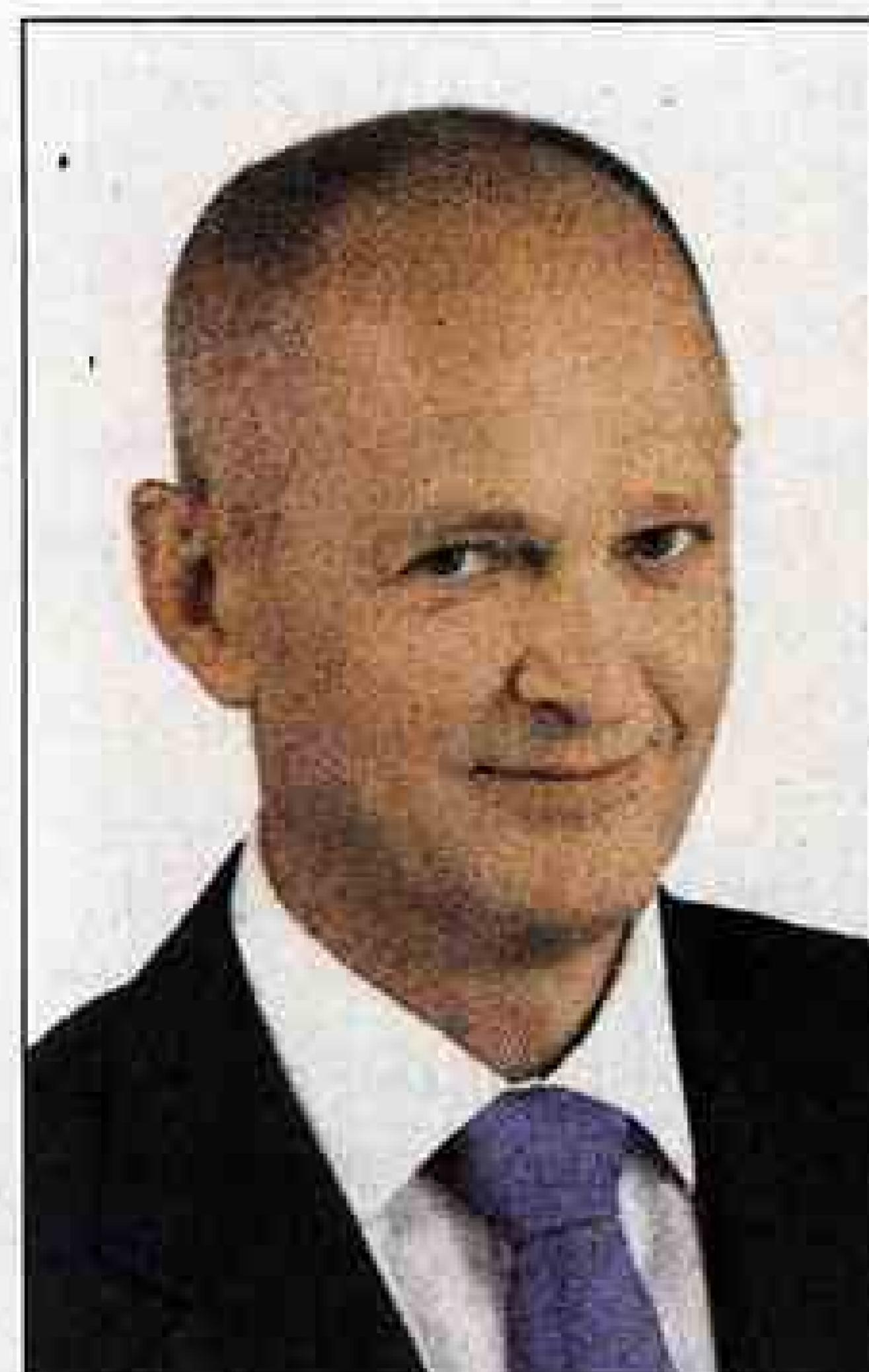
Rezka in Pavel Kušar

# Zapisnik inšpekcije postal javen

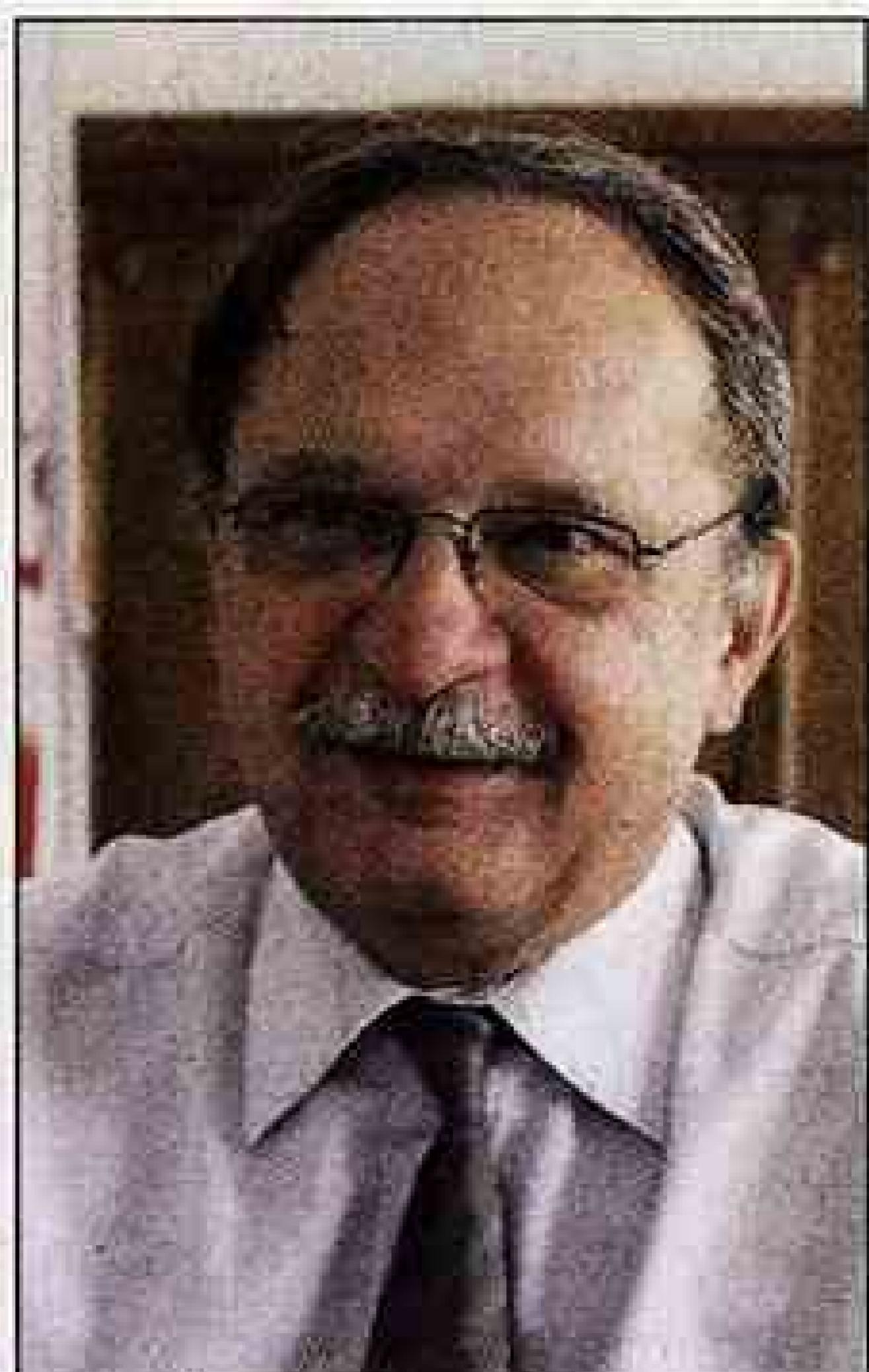
S pomočjo informacijske pooblaščenke je do zapisnika o inšpekcijskem nadzoru o delu občinske uprave prišla lista e-Kolo, ki radovljiskemu županu očita kup nepravilnosti.

MARJANA AHAČIČ

**Radovljica** - "Pri inšpekcijskem nadzoru nad delom občinske uprave je bilo ugotovljenih toliko nepravilnosti in nezakonitosti, zaradi katerih je bilo oškodovano javno premoženje, da se čudim, da se inšpektorica ni odločila za ovadbo na državnem tožilstvu," je Janez Urbanc z liste e-Kolo na novinarski konferenci komentiral poročilo zapisnika o inšpekcijskem nadzoru, ki ga je inšpektorica za sistem javnih uslužbencev na podlagi prijave opravila pred več kot dvema letoma. Leto in pol si je lista prizadevala za vpogled v zapisnik, kar je pred kratkim na zahtevo informacijske pooblaščenke tudi dosegla. Kot so poudarili na v ta namen sklicani novinarski konferenci, naj bi inšpektorica ugotovila, da je bilo kar štirinajst od skoraj štiridesetih uslužbencov uvrščenih v previsoke plačilne razrede, da so na delovna mesta razporejeni delavci, ki nimajo ustrezne izobrazbe, in da so v razpisih za delovna mesta navedene alternativne izobrazbe, neprimerne za določeno delovno mesto in zato "pisane na kožo" določeni



Janez Urbanc



Janko S. Stušek

osebi. Prav tako naj bi šest zaposlenih napredovalo prehitro in brez ustrezne izobrazbe, štirje uslužbenci, ki imajo vse pogoje za napredovanje, pa naj ne bi mogli napredovati.

Župan občine Radovljica Janko S. Stušek trdi, da so po opravljenem inšpekcijskem nadzoru v predpisanih šestdesetih dneh odpravili vse ugotovljene nepravilnosti in da je bila občina kaznovana s približno devetsto evri kazni za prehitro napredovanje treh uslužbencov, druge trditve e-kolesa pa da ne držijo. Pojasnil je še, da je vpogled v zapisnik inšpekcije zvrnil zato, da bi zaščitil de-

lavce občinske uprave, katerih osebni podatki so bili del omenjenega zapisnika. Glede samih nepravilnosti, ki jih je ugotovila inšpekcija, pa je dejal, da gre za "relativno manjše nepravilnosti, ki smo jih tudi odpravili."

Kot so povedali na Ministrstvu za javno upravo, je župan občine Radovljica nekaj ugotovljenih nepravilnosti takoj odpravil, zoper del zapisnika pa vložil ugovor, a je minister za javno upravo navede kot neutemeljene zavrnil. "Po razveljavitvi nezakonitih individualnih aktov s strani Komisije za pritožbe iz delovnega razmerja je župan javnim uslužbencem iz-

dal nove individualne akte in ponovno predložil nekaj dokazil o odpravljenih nepravilnostih, vendar je inšpektorica prejela nove pobude in prijave, v katerih se županu Občine Radovljica očitajo nove nepravilnosti na področju uslužbenega sistema,

**Kot je povedal Boris Sodja, ki v okviru sindikata delavcev v javni upravi zastopa tudi zaposlene v radovljiski občinski upravi, v zadnjih letih niso opazili, da bi imeli zaposleni na Občini Radovljica več težav kot drugie.**

zato bo inšpektorica znova opravila inšpekcijski nadzor v občinski upravi Občine Radovljica, saj bo le tako lahko ugotovila, ali župan na področju uslužbenega sistema sedaj ravna v skladu z veljavnimi predpisi ali ne." Kot je še pojasnil Miran Koren z Ministrstva za javno upravo, inšpektorica v ravnanjih župana Stuška ni zaznala znakov kaznivega dejanja, zato zoper župana ni podala ovadbe. To pa bo storila lista e-kolo.

## Dimnik poziva k nepokorščini

◀ 1. stran

tako ne gre več naprej. Delo je obstalo, ker je ministrstvo povsem pasivno in ne želi niti potrditi niti ovreči pripravljenih tez, s katerimi smo opredelili obstoječe stanje. Brez te osnove pa se delo komisije ne more nadaljevati." Podgornik je še poddaril, da država na področju dimnikarstva krši zakon o preprečevanju omejevanja konkurenčnosti, saj je opravljanje dimnikarske dejavnosti omogočeno le nekaterim monopolistom.

LJUBLJANA

### Nagrada za trajnostni razvoj Dragu Paplerju

Javni sklad za razvoj kadrov je v soboto na Ljubljanskem gradu podelil nagrade za prispevek k trajnostnemu razvoju družbe za leto 2008. Za projekt Trajnostni razvoj učinkov obnovljivih virov energije je priznanje prejel tudi Drago Papler iz Kranja, absolvent doktorskega študija management na Fakulteti za management Koper. Projekt je rezultat magistrske naloge na poslovno-tehniški fakulteti z naslovom Primerjalna analiza razvojnih učinkov obnovljivih virov energije s šeststopenjskim partnerskim razvojno-izobraževalnim modelom sonarnega projekta gradnje sončne elektrarne Strahinj in ekonomskih raziskav na podiplomskem doktorskem študiju s področja trajnostnega razvoja obnovljivih virov energije. Drago Papler je zadnja tri leta vodja službe za investicije in razvoj v družbi Gorenjske elektrarne. M. R.

KRANJ

### Kavar postal predsednik

Na 24. kongresu Mednarodne federacije vojaških gornikov, ki je bil med 6. in 9. oktobrom v Franciji, je prevzel enoletno predsedovanje federacije brigadir v pokolu Janez Kavar iz Križev, predsednik Združenja vojaških gornikov Slovenije. Za novega generalnega sekretarja federacije je bil izvoljen brigadir mag. Bojan Pograjc. Slovenija, ki je članica Mednarodne federacije vojaških gornikov od leta 1999, bo junija 2010 gostila jubilejni 25. kongres federacije na Bledu. Prvič v zgodovini ga bodo združili s 44. letnim srečanjem Mednarodne zveze vojaških gorskih šol. S. S.

# Učitelj steber kakovostne šole

MATEJA RANT

**Bled** - "Z novo zakona o organizaciji in financiranju vzgoje in izobraževanja, ki smo jo sprejeli julija, smo že zeleli zagotoviti predvsem večjo avtonomijo strokovnemu delu v šoli. Zato se je stava svetov šol spremenila v smeri, da se zmanjša vpliv politike," je na drugem strokovnem srečanju Šola in

ravnatelj, ki ga je na Bledu pripravilo Združenje ravnateljev in ravnateljev osnovnega in glasbenega šolstva Slovenije, poudarila predsednica odbora za kulturo, šolstvo, šport in mladino v državnem zboru Majda Potra. Učitelj, je še dejala, je bil zanjo vedno steber kakovostne šole. Tudi predsednik sindikata vzgoje in izobraževanja Branimir Štrukelj je

dejal, da bodo zagotovo podprli zakon o učiteljih, če bo okreplil učiteljevo avtonomijo, kot so jim zagotovili. Na dvodnevem srečanju so ravnatelji sicer spregovorili o izzivih, s katerimi se srečujejo pri vsakodnevnem delu, obenem, je dodal član organizacijskega odbora Milan Rejc, pa želijo javnosti povedati, da so organizirani in pripravljeni na dialog.



Ravnatelji slovenskih osnovnih in glasbenih šol so se zbrali na Bledu. / Foto: Tina Dokl

# Gorenjski Glas

ODGOVORNA UREDNICA  
Marija Volčak

NAMESTNIKA ODGOVORNE UREDNICE  
Cvetlo Zaplotnik, Danica Zavrl Žlebir

UREDNIŠTVO

NOVINARI - UREDNIKI:  
Boštjan Bogataj, Alenka Brun, Igor Kavčič, Suzana P. Kovačič,  
Urša Peternel, Mateja Rant, Stojan Saje, Vilma Stanovnik, Simon Šubic,  
Cvetlo Zaplotnik, Danica Zavrl Žlebir, Štefan Žargić;  
stalni sodelavci:

Marijan Ahačič, Maja Bertoncelj, Matjaž Gregorič, Ana Hartman, Jože Košnjek,  
Milena Miklavčič, Miha Naglič, Jasna Palatin, Marjeta Smolnikar, Ana Volčak

OBLIKOVNA ZASNOVA  
Jernej Stritar, IlovarStritar d.o.o.

TEHNIČNI UREDNIK  
Grega Flajnik

FOTOGRAFIJA  
Tina Dokl, Gorazd Kavčič

LEKTORICA  
Marjeta Vozlič

VODJA OGLASNEGA TRŽENJA  
Mateja Žvižaj

**GORENJSKI GLAS** (ISSN 0352-6666) je registrirana blagovna in storitvena znamka pod št. 9771961 pri Uradu RS za intelektualno lastnino. Ustanovitelj in izdajatelj: Gorenjski glas, d.o.o., Kranj / Direktorica: Marija Volčak / Naslov: Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj / Tel.: 04/201 42 00, fax: 04/201 42 13, e-mail: info@g-glas.si; Mali oglasi in osmrtnice: tel.: 04/201 42 47 / Delovni čas: ponedeljek, torek in četrtek od 8. do 17. ure, sredo od 8. do 18. ure, petek od 8. do 14. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprt. / Gorenjski glas je poltednik, izhaja ob torkih in petkih, v nakladi 22.000 izvodov / Redni prilog: Moja Gorenjska, Letopis Gorenjska (enkror letno) in devet lokalnih prilog / Tisk: Druck Carinthia GmbH & CoKG, St. Veit/Glan (St. Vid na Glini), Avstrija / Naročnina: tel.: 04/201 42 41 / Cena izvoda: 1,35 EUR, letna naročnina: 140,40 EUR; Redni plačniki imajo 10 % popusta, polletni 20 % popusta, letni 25 % popusta; v cene je vračan DDV po stopnji 8,5 %; naročnina se upošteva od tekoče številke časopisa do pisnega preklica, ki velja od začetka naslednjega obračunskega obdobja / Oglasno storitev: po ceniku; oglasno trženje: tel.: 04/201 42 48.



ŠKOFJA LOKA

**Podelili priznanja MEPI**

V Sokolskem domu so na prireditvi, imenovani Konec je šele začetek, predstavili program MEPI in podelili priznanja. Mednarodno priznanje za mlade (MEPI) je učinkovit, uravnovezen, netekmovalen, zabaven program, namenjen mladim med 14. in 25. letom. V njem sodeluje več kot pet milijonov mladih v 120 državah. Mladi se ukvarjajo s prostovoljstvom, pridobivajo mnoge večine, se vključujejo v rekreativne športe, sodelujejo na odpravah. V Sloveniji je v program vključenih okoli štiristo mladih v osnovnih in srednjih šolah, na Gorenjskem so aktivni tudi v Kranju in v Domžalah. Na prireditvi v Škofji Loki, kjer je bil častni gost irski veleposlanik Patrick McCabe, so loški mepijevci predstavili projekt, ki so ga to poletje izvajali skupaj z irskimi vrstniki. Mladim pa so podelili tudi bronasta in srebrna priznanja MEPI: srebrna je prejelo 16 udeležencev, bronasta pa šest udeležencev tega mednarodnega programa. D. Ž.



LJUBLJANA

**Med najboljšimi tudi Grajsko kopališče**

V okviru radijske oddaje Dobro jutro, Slovenija so tudi letos izbirali najboljša slovenska kopališča. Mednja se je uvrstilo Grajsko kopališče na Bledu, ki je zmagalo v kategoriji naravnih kopališč. Dobro so se uvrstila še nekatera druga gorenjska kopališča. V kategoriji srednjih in manjših ter malnih kopališč so se na drugo mesto uvrstile Terme Snovik, prav tako drugo mesto je v kategoriji vodnih parkov pripadlo Vodnemu parku Bohinj. Letno kopališče Kranj je v kategoriji bazenskih kopališč osvojilo tretje mesto. V kategoriji območij kopalnih voda, pri kateri priznanj sicer ne podeljujejo, pa je za najboljšega obveljal Fužinski zaliv Bohinjskega jezera. M. R.

*Vabljeni na ponovitev koncerta*

**Naših 30 let**

**Pevski zbor Lubnik**  
SKOFJA LOKA

Zbor vodi: Andrej Žagar

Kristalna dvorana v Škofji Loki,  
sobota, 17. oktober 2009, ob 19.00 uri

Gorenjski Glas

# Krajevnih skupnosti je preveč

Kranjski svetniki niso podprli pobude krajanov Mlake za ustanovitev samostojne KS Mlaka, češ da jih je že preveč, na Mlaki pa poudarjajo, da s tem kršijo zakon.

**VILMA STANOVNIK**

**Kranj** - Že od junija 2007, ko je bila na zboru krajanov Krajevne skupnosti Kokrica sprejeta pobuda za ustanovitev nove Krajevne skupnosti Mlaka, razumevanja večine drugih (razen poslovnikov) ni bilo. To je dokazal tudi junijski posvetovalni referendum, v katerem so bili v vseh naseljih sedanje KS Kokrica odločno proti novi KS Mlaka, z večino oddanih glasov (62,12 odstotka) so jo podrli le v naselju Mlaka, trije

od šestih glasovalcev pa so bili za tudi na Ilovki.

Tudi na zadnji seji kranjskega občinskega sveta večina svetnikov ni podprla želje prebivalcev Mlake, da dobijo svojo krajevno skupnost, saj je le en svetnik glasoval za, osemnajst proti, drugi pa so se vzdržali. Čeprav so nekateri svetniki predlagali, da bi bilo najprej smiseln razrešiti pravne dileme, kdo sploh lahko ustanovi krajevno skupnost oziroma jo ukine (na to je opozorila tudi statutarno pravna komisija

MO Kranj), pa je po razpravi prevladalo mnenje, da je v občini Kranj že sedaj preveč krajevnih skupnosti, kar 26, in da bi nove povzročale zgolj dodaten strošek.

"Krajevna skupnost Mlaka je že samostojna, saj so po zakonu krajanji tisti, ki jo ustanovijo, mestni svet pa lahko le predlaga območje krajevne skupnosti oziroma sprememb meje ali krajevno skupnost ukine. Morda je res, da je v Kranju preveč krajevnih skupnosti, vendar pa je veliko manjših, kot je

Mlaka, in če so stroški za delo krajevnih skupnosti preveliki, naj najprej ukinejo manjše. Ker je strošek za delo ene krajevne skupnosti letno okoli dva tisoč evrov, to zagotovo ni vzrok, da svetniki niso podprli nove krajevne skupnosti, prej so vzrok še zamere zaradi smerišča Tenetiše. Kot krajan menim, da je treba spoštovati zakonodajo in je ne prilagajati, kot si kdo želi," v imenu krajanov Mlake poudarja Miran Hude, sicer tudi predsednik društva za ohranitev Udin boršta.

# V Šenčurski občini dražja voda

Cene preskrbe z vodo so se v občini Šenčur ta mesec dvignile za približno trinajst odstotkov.

**SIMON ŠUBIC**

**Šenčur** - Šenčurski občinski svet je na zadnji seji potrdil nove cene preskrbe z vodo, ki so začele veljati 1. oktobra. Za gospodinjstvo, ki mesečno porabi petnajst kubičnih metrov pitne vode in ima vodomer dimenzijs DN 20, se bo cena s sedanjih 16,99 evra povišala na 19,32 evra oziroma z 18,02 na 20,35 evra, če je gospodinjstvo že

priključeno na kanalizacijsko omrežje. Izračun novih cen bo sicer možen tudi na spletni strani Komunale Kranj.

Po novem pravilniku o metodologiji za oblikovanje cen storitev obveznih gospodarskih služb varstva okolja je cena pitne vode seštevek stroškov omrežnine, ki je dolžena glede na velikost vodomera, in stroškov vodarine, ki jo določa količina porabljenih vode. Kot je pojasnil direktor Komunale Kranj Ivan Hočvar, je omrežnina namenski prihodek, ki ga bo komunalno podjetje s 1. januarjem 2010 odvajalo v občinski proračun, porabljenega pa je lahko le za investicijsko vzdrževanje oziroma obnove na vodovodnem sistemu.

"Začasno ga lahko občina uporabi tudi za drugo dejavnost, a mora ta sredstva v prihodnjih letih vrniti za na-

men preskrbe z vodo." Višina omrežnine je za vsako občino drugačna, saj je njen izračun odvisen od stanja vodovoda na posameznem območju, medtem ko je cena vode povsod enaka. "V Šenčurju je omrežnina kar visoka, ker imate je obnovljenega že od 70 do 80 odstotkov vodovoda, zato so manjše tudi izgube vode na omrežju," je še dodal Hočvar.

**Ugodnosti pri nakupu stanovanj**

Lokainvest je minuli konec tedna na Planini pripravil dan odprtih vrat novih stanovanj, ki si jih je prenenetljivo ogledalo veliko radovednežev, med njimi zagotovo tudi nekaj kupcev. "Opazili smo, da je zanimanje med potencialnimi kupci raslo skupaj z objektom, sedaj pa jim lahko pokažemo tudi realnost bivanja v novogradnji," nam je povedal Aleksander Schara, direktor Lokainvesta. Eno od manjših stanovanj so skupaj z Merkurjem in Lesnino opremili in takšnega tudi ponudili, drugim pa omogočili popust - Merkur kupcem ponuja desetodstoten (gospodinjski aparati, jedilni pribor, slike, klima), Lesnina pa 12-odstoten popust (pohištvo). En mesec bo investor (večja) stanovanja ponujal s sedemodstotnim popustom, kupcem pa bo na pomoč z ugodnim posojilom priskočila tudi Gorenjska banka. Lokainvest je do sedaj prodal 65 od 112 stanovanj, v prihodnjem tednu naj bi pridobili uporabno dovoljenje, nato se bo začela vselitev. B. B.



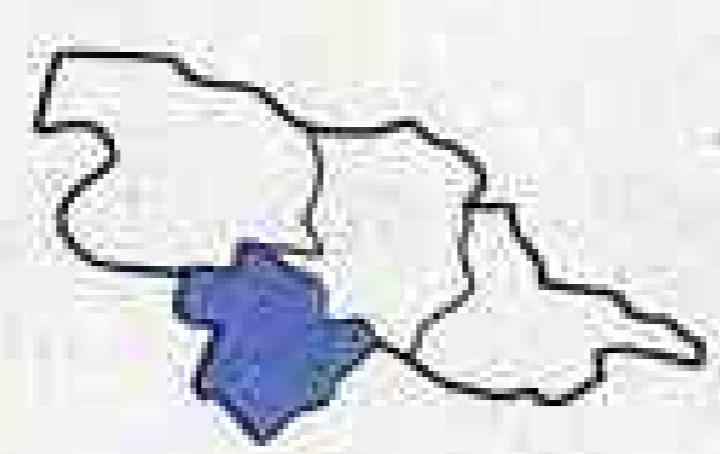
Dan oprtih vrat je v Lokainvestovo novogradnjo pritegnil veliko obiskovalcev, navdušilo je predvsem opremljeno stanovanje.

**KAMNIK****Gradnja kolesarske steze ob Kamniški Bistrici**

Občina Kamnik gradi kolesarsko stezo, ki je del projekta rekreacijske osi regije ob Kamniški Bistrici, h kateremu je občina pristopila že leta 1999. Kot so sporočili z občino, bo odsek od brvi pri Titanu do trgovske cone Perovo urejen kot nekakšen zeleni vstop v mesto. Poleg kolesarske steze in sprehajalne poti v širini 2,5 metra bodo uredili tudi otroška igrala, prostore za počitek, stojala za kolesa, javno razsvetljavo, zaščitne ograje, klopi in fontano s pitno vodo. Dela bodo končana oktobra, prihodnje leto pa bodo projekt nadaljevali na območju za podjetjem Kam-Bus. Kolesarji in sprehajalci se bodo po svojih površinah tako neovirano gibali od bencinske črpalki pa vse do zdravstvenega doma. J. P.

**KRANJ****Navodila za javne razpise**

Pri Mestni občini Kranj bodo jutri, v sredo, 14. oktobra, pripravili javne instrukcije za vse potencialne prijavitelje na javne razpise s področja družbenih zadev. Potekale bodo med 10. in 11. uro v prostorih Mestne občine Kranj, Slovenski trg 1, v sejni sobi 16. Na javni instruktaži bodo zainteresirani prijavitelji dobili vse informacije o razpisnih področjih, pogojih za sodelovanje na razpisih, vse informacije o pravilnem izpolnjevanju razpisnih obrazcev in podobno. Razpisno dokumentacijo za vse javne razpise je mogoče dobiti v spremembi pisarni Mestne občine Kranj vsak delavnik med 9. in 12. uro osebno ali na spletni strani Mestne občine Kranj www.kranj.si (pod rubriko za občane, Javna naročila, razpisi in druge objave v letu 2009). V. S.



# Predstavili jesenska opravila

V nedeljo se je v Sorici s prikazom jesenskih del na podeželju zaključila prireditev Sadovi jeseni.

ANA HARTMAN

**Sorica** - V Sorici so v jesenskem času tradicionalno organizirali prireditev Sadovi sadovnjaka, ki se je navezovala predvsem na opravila, povezana s sadovnjakom in sadjem, letos pa so program etnografske prireditve razširili še na druga jesenska dela, ki so nekoč spremajala živiljenje na podeželju, in jo poimenovali Sadovi jeseni. Prikazi so letos zaradi strahu pred dežjem potekali pod šotorom, začeli pa so s pospravljanjem zadnje košnje in 'krhlanjem' sadja. "Ko smo povečerjali in zmolili rožni venec, je mama prinesla škaf drobnih jabolk, ki smo jih krhli. Sušili smo jih v peči ali na njej, paziti pa je bilo treba, da se niso začgala, včasih pa tudi v 'pajštubi', kar je zbralo skupaj celo vas. Otroci smo suho sadje dobili le za izredne praznike ali za na-



V Sorici so prikazali tudi cepljenje drv.

grado, danes pa imamo vsega preveč in suho sadje ni več tako cenjeno kot pred štiridesetimi, petdesetimi leti," je razmišljala Jožica Kačar. Na starih napravah so prikazali tudi mletje sadja, stiskanje mošta in kuhanje žganja, iz bezgovih jagod pa so pripravili terjak, ki je zdravilen za

grlo. Med jesenska opravila je sodila tudi priprava drv, prikazali pa so še, kako so nekdaj s konjem pripeljali stelijo za živino.

"Na prireditvi bomo odslej vsako leto prikazali kakšno novo jesensko opravilo na podeželju. Za prihodnje leto razmišljamo o striženju ovc,

ribanju zelja," je napovedal Marijan Peternelj, predsednik Turističnega društva Sorica, ki prifeja Sadove jeseni. Prireditev je, kot pravi, velik organizacijski zalogaj: "Pripravljenost domačinov za delovanje je zelo velika, vsa vas živi s tem." S prireditvijo sicer želijo poudariti tudi pomem domačega sadja in druge doma pridelane hrane, ki sicer na pogled ni vedno zelo privlačna, a je bistveno bolj zdrava. "V Sorici imamo kvalitetne sadovnjake. Domačini se trudijo tudi z obdelovanjem polj, zaraščenost se ne povečuje. Vesel sem, da imajo mladi voljo," je še dodal Peternelj.

Pester program so pripravili tudi v soboto, ko so organizirali tržnico kmetijskih pridelkov in ponudbo domačih jedi, otroški Živ žav, srečanje ljudskih pevcev in godcev ter veselico z ansamblom Roka Žlindre.

## PREJELI SMO

### Kdo je udaril prvi

Odgovor na članek sekretarke v Območni organizaciji ZSSS Gorenjske Olge Drabik v Gorenjskem glasu dne 2. oktobra 2009.

Glede na vsebino zapisa nemimo, da je napisan enostransko, ne da bi zunanj sindikat preveril dejansko stanje in s tem očitno želel dajati nizke udarce. Zato navajamo naslednja dejstva, ki v članku očitno namenoma niso bila navedena. Pohvalo direktorju JEKO-IN-a je na seji Nadzornega sveta izreklo takratni član NS, predstavnik delavcev Peter Končnik, ki je bil takrat tudi predsednik Sveta delavcev in član Izvršnega odbora Sindikata KVNS JEKO-IN, d. o. o.

Jesenice, zato je njegovo izjavo lahko šteti in razumeti kot uradno stališče sindikata.

V Nadzornem svetu sta trenutno s strani podjetja dva predstavnika delavcev, od tega je eden predsednik sindikata, druga predstavnica pa je predsednica sveta delavcev.

Podjetje je s 1. januarjem 2009 povečalo izhodiščno plačo za prvi plačilni razred in jo uskladilo tako, da je enaka plači, ki jo za I. tarifni razred določa Kolektivna pogodba komunalnih dejavnosti (KPKD), izhodiščnih plač drugih tarifnih razredov pa ni povečevalo, saj vse presegajo zneske, ki so po KPKD določeni za posamezne tarifne razrede, kar je v skladu s 3. odstavkom 1. člena Tarifne priloge h KPKD (Ur. L. RS 5/09). Smo pa s 1. julijem 2009 na podlagi spremenjene sistemizacije delovnih mest 32 delavcem povečali osnovno plačo in sicer različno glede na zahtevnost delovnega mesta od 2,5 do 6,3 odstotka, v povprečju pa za 3,9 odstotka. Poleg tega sta letos na svojem delovnem

mestu napredovala dva delavca, ki se jima je zaradi tega tudi zvišala plača.

Direktorju podjetja se izplačuje plača v višini, ki jo določa lastnik podjetja in je vezana na plačo župana in se letos znižala tudi plača direktorja za 5 odstotkov. Poleg plače pripada direktorju tudi letna nagrada za uspešnost poslovanja v preteklem poslovnom letu v višini ene plače, vendar pa kljub dobrim rezultatom poslovanja direktor po sklepku skupščine podjetja ni prejel celotne nagrade, ampak le 70 odstotkov možne nagrade.

V podjetju se tistim delavcem, za katere podajo predlog njihovi vodji, izplačuje redno mesečno dodatek za delovno uspešnost in ta dodatak delavcem ni bil okrnjen, medtem ko se od 1. julija 2009 dalje direktorju ta dodatak na podlagi sklepa nadzornega sveta ne izplačuje več. Zaposlenim pripada tudi stimulacija za koristne predloge, katerih višina sredstev prav tako ni bila zmanjšana.

Za konec. Če ne gre gospodarstvu, ne gre tudi komunalni. Mesečni izpad prodaje vode je bil tudi 10 odstotkov in več. S tem je manj prihodkov, stroški pa ostajajo. Zato je neodgovorno navajati, da se delavcem v JEKO-IN-u v teh razmerah plače ne povečujejo. Žal sindikat, pa ne toliko v podjetju, kot očitno zunanj oziroma območni naseda provokacijam tistih dveh ali treh oseb, ki so iz podjetja zaradi premalo dobrega dela odšli. Eden dogovorno, drugi kot tehnološki presezek z visoko odpravnino, čeprav bi lahko v podjetju delal na drugem delovnem mestu. Poudarjam, da smo ponosni na vse naše dobre delavce in žal nam je, da zunanj sindikat ščiti tistih nekaj manj dobrih.

ALEKSANDER KUPLJENIK  
DIREKTOR JEKO-IN, D. O. O.

# Gradnja nekoliko zaostaja

Širokopasovno omrežje, ki ga v občini Gorenja vas-Poljane gradijo z evropskim denarjem, zaostaja zaradi težav pri pridobivanju služnostnih pravic.

BOŠTJAN BOGATAJ

**Gorenja vas** - Občini Gorenja vas-Poljane je pred časom uspelo pridobiti evropski denar za gradnjo širokopasovnega interneta na območjih, kjer večji del prebivalcev nima in ne bi imel možnosti dostopa do hitrega interneta. "Lani oktobra je projekt uradno zaživel in v letu in pol morajo biti dela zaključena," je pojasnil Miran Mihačevič, direktor Tritela, zasebnega partnerja v 2,5 milijona evrov vrednem projektu.

Gradbena dela so izvajajo z vedno večjo dinamiko, vendar morda še vedno prepočasni. "Trenutno pri projektu delajo že trije podizvajalci, zaradi začetnih zamud ministrstva pa upamo, da bomo ujeli roke," pravi Mihačevič. Smeri gradnje optičnega omrežja so proti Lučinam (z odsekom proti Žirovskemu Vrhu in Kladjam), Trebiji (proti Stari Oselici in Fužinam), Leskoviči, Gorenjemu in Dolenjemu Brdu ter Malenskemu Vrhu in proti Podobenu z odsekoma proti Žabjo vas, Dobje ter proti Zlobiliku. Občinske svetnike

je zanimalo, kdo je določil ta območja in zakaj bo na nekaterih odsekih poleg novega tudi obstoječi optični kabel. "Bele lise je določilo ministrstvo na podlagi neizkazanega interesa po gradnji operaterjev, prejšnje povezave pa so slabše kakovosti in niso zgrajene do konca," je pojasnil direktor Tritela.

Vsi prebivalci na območju belih lis bodo za priključek morali plačati 230 evrov in bodo v štirih mesecih priključeni na informacijsko avtocesto. Za enako ceno naj bi se priključili tudi drugi občani,

vendar jih mora biti dovolj za nov priključek, da bo Tritel sploh zgradil omrežje do teh vasi. Kdaj, bo zelo odvisno od gradnje omrežja, saj graditelji ne pridobivajo soglasij za služnostne pravice po prvotnih načrtih. "Vpliv lokalnega operaterja je zelo močan. Če ne bo šlo drugače, bomo gradili v cesto," pojasnjuje Mihačevič. Brezična tehnologija v Sloveniji ni in naj tudi ne bi zaživila, zato bodo osamele domačije stežka prišle do hitrega interneta. Tako jim ostaja le še mobilna povezava v informacijski svet.

# Cesta bo velik zalogaj

Gradnja Povezovalne ceste treh mostov je največji komunalni projekt občine Kamnik v zadnjih dvajsetih letih.

JASNA PALADIN

povezala Ljubljansko cesto z obvoznico.

Dela na terenu so stekla pred dvema tednoma, slavnostno odprtje pa so odgovorni napovedali že čez eno leto. "Gre za največji projekt občine v zadnjih dvajsetih letih, in čeprav je moja opozicija v občinskem svetu gradnji vseskozi nasprotovala, lahko znova zatrdim, da se bo gradnja ceste financi-

rala s komunalnimi prispevki ter državnim in evropskim denarjem. Projekt je pomemben tako za Kamnik kot za širšo okolico, za udeležence v prometu, okoliške prebivalce in podjetja, ki v projektu sodelujejo," je povedal župan Tone Smolnikar, ki je projekt poimenoval Povezovalna cesta treh mostov. Kot je povedala vodja projekta Suzana Stražar, je

bila cesta v prostorskih aktih načrtovana že v 70. letih, lokacijski načrt pa so sprejeli leta 2005. Gradbeno dovoljenje so dobili junija letos, zatikalno se je predvsem s študijo poplavne varnosti, kasneje pa še z revizijo postopka izbire izvajalca. Dobre pol kilometra dolga cesta bo imela na obeh straneh kolesarsko stezo in pločnik, gradnja pa bo zahvale tudi zaradi treh mostov, med katerimi naj bi bil eden, imenovan Future Bridge, karbonski, a je projekt zaradi raziskovalne narave še negotov. Investicija je ocenjena na dobrih 3,7 milijona evrov.

## BISTRICA PRI KAMNIKU

### Mamut v Bistrici že na ogled

Nekaj tednov za tem, ko je livar Roman Kamšek uspešno naredil negativ mamuta v naravnemu velikosti, ki ga je izdelal kipar Miha Kač iz Bistrice pri Kamniku, je model mamuta v naravnemu velikosti zdaj na ogled vsem, ki jih zanima. "Model mamuta, ki je težak približno dve toni, je uspešno prestal sremanje negativa in to praktično brez poškodb. Prestavili smo ga na posebne temelje, kjer bo zdaj stal," je kmalu po tem, ko so mamuta, ki je izdelan iz lesene konstrukcije, stiropora, emulzije, kremenčevega peska, kokosovih vlaken in betona, prestavili z dvigalom, povedal Miha Kač, ki upa, da bo občina kmalu naročila izdelavo bronastega kipa. J. P.

## STRAHINJ

### Kako z biološkimi odpadki

Danes ob 13. uri odpirajo v Biotehniškem centru Naklo razstavo o ravnanju z biološkimi odpadki. Razstava je rezultat projekta Naravovarstveni tehniki na delu - sonaravne prakse ravnanja z biološkimi odpadki kot poklicna priložnost. Projekt bo predstavila Vlasta Juršak iz Centra za trajnostni razvoj podeželja Kranj, program naravovarstveni tehnik Nina Kaličanin, raziskovalno nalogo pa Mojca Smole iz Biotehniškega centra Naklo. Pri pripravi razstave so sodelovali tudi učenci štirih osnovnih šol, društvo Ajda Gorenjska, Zavod za ohranjanje narave Loče in dve podjetji. S. S.

## Poraz novincev

MAJA BERTONCEJ

**Šenčur** - Košarkarsko sezono v ligi Telemach so v soboto začeli tudi novinci z Gorenjskega v ligi, košarkarji Šenčurja CP KR. Pred domaćimi gledalci so s Parklji iz Ljubljane, prav tako novinci v ligi, izgubili s 66 : 77 (19 : 14, 12 : 20, 15 : 24, 20 : 19). Najboljši strellec v vrstah Šenčurjanov je bil s 15 točkami izkušeni Roman Horvat. "Tekmo smo začeli zelo solidno, prešli v vodstvo z 11 : 2. Imel sem občutek, da smo na pravi, a smo kasneje zaspali. Nismo imeli razigranega igralca v napadu, brez tega pa je težko uspeti. V prvem polčasu smo dobili skok, a tega dejstva nam ni uspelo izkoristiti s hitrimi napadi, kar je botrovalo



Košarkarji Šenčurja CP KR (na sliki z žogo Luka Gorenec) so v debiju v Ligi Telemach izgubili proti Parkljem, katerih trener je Kranjčan Franci Podlipnik. / Foto: Matic Zorman

### V Medvodah bo EP v badmintonu

Pretekli teden so predstavili Evropsko prvenstvo do 17 let v badmintonu, ki bo od 7. do 15. novembra v Medvodah. Gre za največjo prireditev, ki jo je kdaj doslej prirejala Badmintonška zveza Slovenije, ki je organizator prvenstva, izvajalec pa domači Badminton klub Medvode. Prvič v zgodovini bodo najprej potekala ekipna tekmovanja, nato pa še posamična. Tekme ekip se bodo začele 7. novembra in se zaključile s finalom 11. novembra. Pomerilo se bo 32 ekipe, štiri več kot pred dvema letoma v Istanbulu. Naslov prvakov branijo Danci. Slovenija bo igrala v 8. skupini skupaj z Avstrijo, osmo z zadnjega prvenstva, Finsko in Anglijo. Pri posameznikih, ki bodo prvenstvo s finali sklenili 15. novembra, pa pričakujejo udeležence iz več kot 35 držav. M. B.

### Gorenjca uspešna na Havajih

Na letošnjem svetovnem prvenstvu v Ironman triatlonu na Havajih je med 1800 udeleženci nastopilo tudi devet Slovencev. Vsem, razen starosti med triatlonci Francu Cokanu, je uspelo priti v cilj te ekstremne preizkušnje, najbolje pa se je izkazal 39-letni Kranjčan Tomaž Šink. Tomaž, ki je na Havajih nastopal že devetič, je s časom 9:53:18 premagal 3,8 kilometra plavanja, 180 kilometrov kolesarjenja in 42 kilometrov teka ter osvojil 234. mesto. Dobro se je odrezal tudi novinec na Ironmanu na Havajih Lojze Primožič s Spodnjih Bitenj, ki je v cilj prišel s časom 10:26:51 in skupno osvojil 493. mesto. Edina ženska med Slovenkami je bila Nada Rotovnik Kozjak, ki je za progo porabila dobrih 13 ur. Zmagovalec Alexander Craig je v cilj prišel s časom 8:20:21, zmagovalka med ženskami Chrissie Wellington pa je s časom 8:54:02 postavila tudi rekord proge med ženskami. V. S.

### V četrtek gorenjsko prvenstvo v krosu

Sportna zveza Tržič je organizator območnega prvenstva Gorenjske v krosu za osnovne in srednje šole, 1. teka po manutovih poteh, ki bo v četrtek, 15. oktobra, ob 13.30 na Kokrici pri Kranju. V primeru slabega vremena bodo določili nov termin. Informacije: 040/680 454 (Rok), 031/537 044 (Andrej). M. B.

## Od pomladni misli na zimo

Tako po marčevski tekmi v Planici se je Robert Kranjec začel pripravljati na olimpijsko sezono, treningi pa so se mu obrestovali že poleti, ko je odlično skakal v svetovnem pokalu in za konec potrdil naslov najboljšega slovenskega skakalca.

VILMA STANOVNIK

**Kranj** - Smučarski klub Triglav je minulo soboto na kranjski skakalnici pripravil letošnje poletno državno člansko prvenstvo v skokih. Več kot osemdeset skakalcev, poleg njih pa še osem deklet in petnajst nordijskih kombinatorcev, je poskrbelo za zanimive obračune, čeprav je tekmo motil dež.

Slabo vreme pa ni zmotilo prvega favorita, odličnega Triglavana Roberta Kranjca, ki je s skokoma 113 in 114,5 metra zanesljivo ugnal vse tekmece. Še najbolj se mu je približal izjemno razpoloženi mladinski reprezentant Dejan Judež iz SK Zagorje, na tretje mesto pa se je po odličnem drugem skoku uvrstil Jernej Damjan (Costela Ilirija).

"Naslov državnega prvaka zame ni poseben dosežek, saj ne treniram zato, da sem najboljši na domači tekmi. Že takoj po končani zadnji sezoni sem se zavedal, da prihaja olimpijsko leto: uspeh na olimpijadi in nato na svetovnem prvenstvu v Planici sta moja glavna cilja, za katera treniram. Seveda pa



Dejan Judež, Robert Kranjec in Jernej Damjan (od leve proti desni) so na domačem državnem prvenstvu stali na zmagovalnem odru pod kranjsko skakalnico.

bo po dobrih rezultatih na poletnih tekmalah laže začeti novo zimo," je povedal Robert Kranjec, ki je bil nato tudi član ekipe Triglava, za katero so poleg njega skakali Peter Prevc, Primož Peterka in Jaka Oblak. Ti štirje Triglavani so si nameč z uvrstitev med najboljših petnajst na posamični tekmi zaslužili mesto v prvi Triglavovi ekipi in zaupanje kona-

li z naslovom državnih prvakov, saj so premagali prvo ekipo Zagorja, na tretje место pa se je uvrstila ekipa Costelle Ilirije. "Pričakoval sem zanesljivo Kranjčeve zmago, prijetno me je prenenetil mladi Judež in všeč mi je, da na domačih tekmovanjih vidimo nove mlaude upe. Sicer pa smo v obdobju priprav in skoki vseh niso še bili takšni, kot si že-

limo in pričakujemo," je povedal glavni trener Matjaž Zupan.

Med dekleti je naslov prvakinja osvojila Eva Logar (ŠD Zabrdje), druga je bila Špela Rogelj (Costella Ilirija), tretja pa Barbara Klinec (Alpina). V nordijski kombinaciji je zmagal Gašper Berlot (SSK Velenje) pred Mitjem Oraničem (Tržič Trifix) in Matcem Plaznikom (Triglav).

## Jaka ima šampionski potencial

Hrvaški biatlonec Jakov Fak, ki naj bi po olimpijskih igral tekmoval za Slovenijo, je biatlonec postal povsem naključno. Športno pot je začel kot tekač na smučeh.

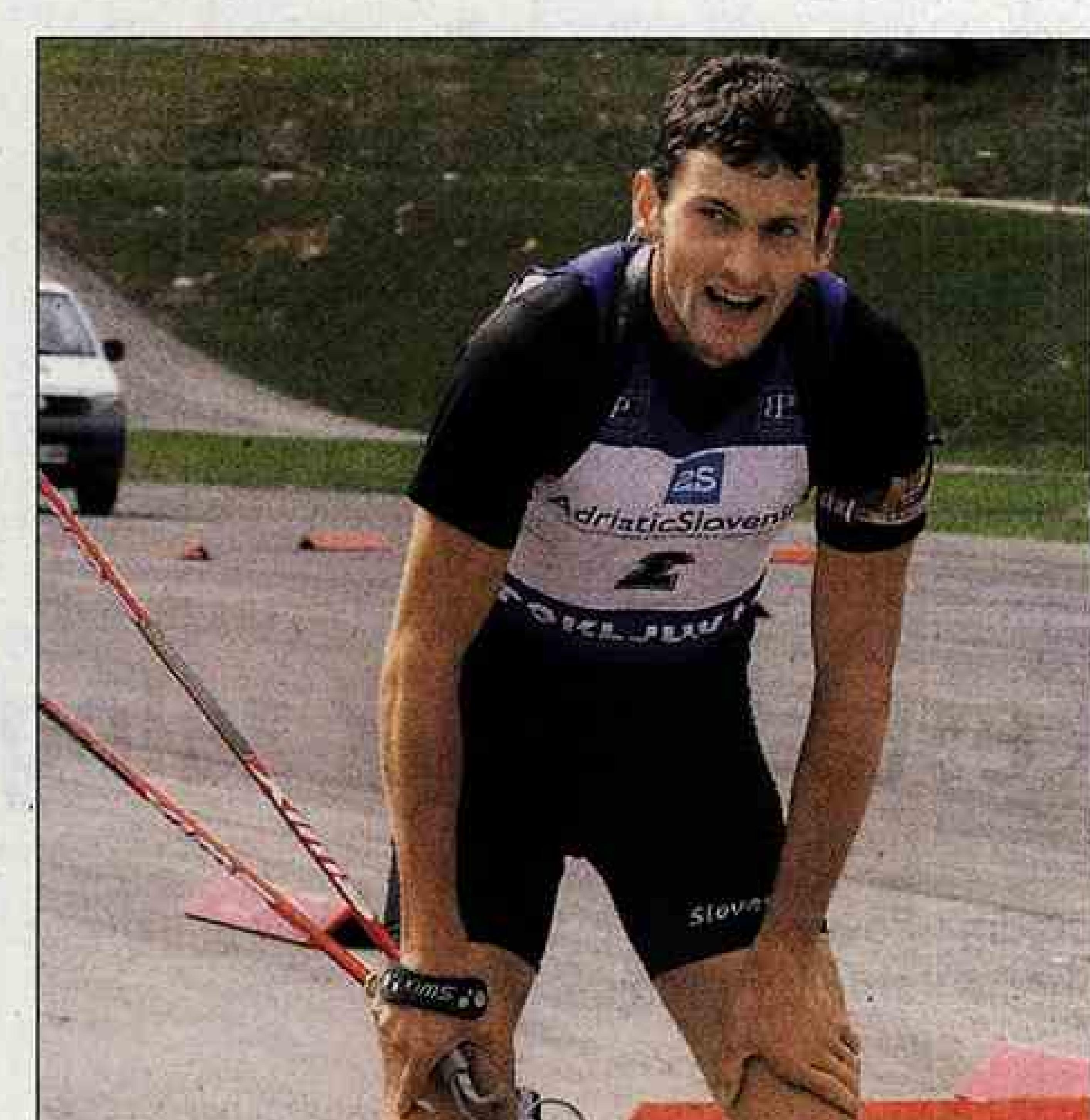
MAJA BERTONCEJ

**Rudno polje** - Danes bodo na Rudnem polju slovesno odprli Športni center Pokljuka, kjer že nekaj časa trenirajo člani slovenske biatloniske reprezentance, s katero se drugo sezono pripravlja tudi hrvaški biatlonec Jakov Fak, nosilec bronaste medalje s posamične tekme na letošnjem svetovnem prvenstvu v Koreji. Mladi Hrvat, rojen 1. avgusta 1987, naj bi po olimpijski sezoni tekmoval za Slovenijo.

"Biatlon sem začel trenirati po naključju. Bil sem tekač na smučeh, potem pa so leta 2000 v klub prišli trenerji in rekli, da bi začeli trenirati biatlon," je svoje biatloniske začetke opisal Jakov Fak. Da je izreden talent, je opazil trener slovenske moške ekipe Uroš Velepec in ga povabil v ekipo, ki se ji je Jakov priključil lani maj: "Ko je prišel, je bil soliden, a daleč od tega, da bi izkoristil svoje potenciale. V tem času je zelo napredoval. Strelja izredno

hitro, veliko tvega. Marič in Bauer sta sicer za odtenek hitrejša v teku, kar pa Jakov nadomesti s hitrim streljanjem. Je šampionski potencial, dober partner na treningu, pa tudi sicer zelo v redu fant: pošten, skromen, zna se pošaliti tudi na svoj račun." Jaka, kot ga kličejo, se s slovenskimi fanti dobro razume. "Jaka je zelo v redu in upam, da bo prihodnje leto nastopal za našo ekipo. Je zelo nadarjen in škoda bi ga bilo spustiti," o njem pravi slovenski biatlonec Janez Marič.

Dvaindvajsetletnik iz Mropalj si v letošnji sezoni želi predvsem bolj konstantnih nastopov: "Upam, da bom to sezono nastopal še na višji ravni, da bodo rezultati bolj konstantni, da bom v teku še hitrejši. Ob koncu sezone bi bil rad uvrščen med najboljih trideset biatloncev na svetu. Na vse najboljše upam tudi na olimpijskih igrah." Po Vancouveru pa naj bi Hrvat oblekel dres s slovenskim grbom. "Na hrvaškem ni raz-



Jakov Fak se je slovenski biatlonski reprezentanci na povabilo Uroša Velepca priključil maja lani. / Foto: Tina Dokl

mer, ki si jih želim, ki so potrebne za doseganje dobrih rezultatov. Po osvojeni medalji na svetovnem prvenstvu sicer sem bolj znan, a očitno ne dovolj, tako da sponzorjev ne dobim. Evforija po medalji se je hitro polegla. Moja želja je, da bi še naprej treniral s slovensko ekipo in tekmoval za Slovenijo," je v povsem razumljivi slovenščini pojasnil Jakov, ki v Sloveniji preživi kar veliko časa. Ko je doma, pa se največ posveča svojemu dekleto.

# Malodružgachna morskaya volka

# MIROSLAV BRACO CVJETIĆANIN

**Od Pulja do Dubrovnika se navadnim smrtnikom še z avtom zdi pot dolga, kaj šele z motorjem ali bognedaj s kole-**

Sliši se neverjetno, vendar je resnično, če poznate Franceljna Mikdja iz Bohinja in Andreja Primca z Lancovega. Morska pot, ki sta jo veslala s hitrostjo od pet do sedem kilometrov na uro, je bila dolga petsto dvajset kilometrov, kar pomeni dvanajst dni razburljive avanture. Kajak, vesla, dva prijatelja in veliko morja.

Morski kajak je dolg približno pet metrov in težak 25 do trideset kilogramov. Spredaj in zadaj ima po eno vodotesno komoro za prtljago. Opremljen je s krmilom, ki ga kajakaš upravlja z nogama. Veslo ima dve lopati. Prostor med kajakašem in robom odprtine zapira krovnica, ki preprečuje brizganje vode v čoln. Med obvezno opremo za morska potovanja spadajo kompas, navtične karte, radijski sprejemnik, ki je obvezen priporoček zaradi vremenskih napovedi, baterijska svetilka, vzgorinski jopič,



**Slikovita obala rta Kumpar zahodno od Pulja**

veslala ob južni obali Hvara in celotni dolžini polotoka Pelješac ter se enajsti, predzadnji dan približala Elafitskim otokom, ki pa niso več daleč od Dubrovnika. Dvanajsti dan sta si v zgodnjih urah stisnila žuljavi roki v pristanišču ob dubrovniški trdnjavi. Avantura je bila končana.

Ker Francelj in Andrej nista ekstremista, ki bi želeta razdaljo preveslati v rekordnem času, sta si večkrat vzela čas za počitek, ogled zalivov, jam in drugih naravnih čudes, ki se s kopnega ne vidijo. Na dolgih prečenjih odprtega morja: Kvarner, Žirje-Rogoznica, Šolta-Hvar, Hvar-Pelješac, ki trajajo po več ur, postanki niso mogoči in veslanje se zlasti proti koncu vleče - ko je cilj videti že precej blizu, običajno traja še celo uro. To je edino obdobje, poleg morebitnega prehudega valovanja, ki je neprijetno. "Največ pozornosti je treba posvetiti nevarnostim, ki jih lahko prinese morje. Spremljanje vremenske napovedi je obvezno, saj pri tem objavlja tudi opozorila glede valovanja morja in vetrov. Od teh napovedi je odvisna izbira, se je priporočljivo lotiti čim bolj zgodaj zjutraj, ko je morje najbolj mirno. Seveda pa je pogoj za to tudi dobra vremenska napoved. Če so valovi visoki, veter pa močan, postane veslanje zelo naporno. V takih razmerah je pristajanje na kamniti obali zelo nevarno, zato se je treba umakniti na kopno že prej. Na najini poti od Pulja do Dubrovnika je le nekajkrat pihal srednje močan veter in ni bilo pretirano visokih valov. Edino noč s hudo nevihto sva preživila v udobnem objemu šotorov," je povedal Andrej Primc. On in Francelj sta že stara morska volka, saj sta v preteklosti preveslala in obkrožila že veliko jadranskih otokov, ta podvig pa seveda prištevata med svoje največje in najlepše avanture s kajaki.

poti, včasih pa je treba zaradi neugodnega vremena počakati kak dan. Z orientacijo ni težav, če je cilj veslanja na vidni razdalji. Če pa je razdalja večja, si je treba pomagati z navtičnimi kartami in kompasom ter po možnosti upoštevati še smer vetra. Večjih razdalj prek odprtega morja se je priporočljivo lotiti čim bolj zgodaj zjutraj, ko je more najbolj mirno. Seveda pa je pogoj za to tudi dobra vremenska napoved. Če so valovi visoki, veter pa močan, postane veslanje zelo naporno. V takih razmerah je pristajanje na kamnitii obali zelo nevarno, zato se je treba umakniti na kopno že prej. Na najini poti od Pulja do Dubrovnika je le nekajkrat pihal srednje močan veter in ni bilo pretirano visokih valov. Edino noč s hudo nevihto sva preživel a v udobnem objemu šotorov," je povedal Andrej Primc. On in Francelj sta že stara morska volka, saj sta v preteklosti preveslala in obkrožila že veliko jadranskih otokov, ta podvig pa seveda prištevata med svoje največje in najlepše avanture s kajaki.

# Konec je dostíkrate nov začetek



# GIBAJUTE SE Z NAMI

# MIROSLAV BRACO CVJETIĆANIN

*Ko na koledarju zagledam vi-nograde, oskubljena drevesa z li-sti pod nogami, ko po mestu za-diši pečen kostanj, ko se po vasi oglasi cikularka, s katero žagajo drva in cena za plin ter kurilno olje poskoči, vem, da je jesen. Je-sen prepoznam tudi po tem, da po kolesarjenju pridem domov po mraku in to z svetilko v ro-kah, ki mi jo posodi natakarica in jo moram naslednji dan vmi-ti, ker pravi, da jo vsak dan kak kolesar potrebuje, tako kot kak gost potrebuje dežnik, ko ga kap-lje presenetijo.*

*zadnjo "uradno"; naprej se bomo družili neuradno, kar po-mení, da bo tisti, ki bo hotel z jato poleteti čez kak kilometer asfalta, lahko prišel vsako soboto ob 13. uri na naše staro zbiralis-če. Trase si bomo izmišljevali sproti. Sredini popoldnevi so tako kot vsaki drugi v tednu prekratki, da bi nam uspelo v števec spravi-ti spodobno kilometrino. Torej zato potrebujemo prost dan, če je možno, in nekaj uric več, da po-begnemo večeru in se izognemo sposojanju svetilk od natakaric. V piceriji Gorenec smo imeli me-*

*Jesen v življenju ni nikoli dobra, lahko pa je lepa, če si jo znaš pravilno razlagati ali preživeti.*

*šanico med komemoracijo in proslavo v počastitev odhajajoče in prihajajoče sezone naših skupnih vadb. Počaščeni smo bili od*

*Kaj je lahko lepega v jeseni? Slikarji in fotografi pravijo, da je to to, kar čakajo s čopiči in objektivi. Zanimivo, ker pri tem vidim samo velik dobiček proizvajalcev slikarskih barv in razvojalcov fotografij, na primer. Verjetno je to poklicna deformacija, ki*

*naše direktorice kot tudi šefice iz Gorenca. Razglasili smo najboljše, to so tisti trije moški in ženske, ki so v tej kolesarski sezoni na podlagi naših dveh kronometrov naredili največji napredek. Pod čelado smo spravili eno prekrasno sezono druženj. Prekrasno*



# Sredina invazija Glasovih kolesarjev na picerijo Gorenc

*izhaja iz mojih izkušenj, ali pa je mogoče, da sem še kot otrok socializma bolj vajen čmo-belega sveta, ko so bili dodatki pastelnih barv bolj izjema kot pa zato, ker ni bilo niti enega prehudega padca ali kakršnekoli druge težave. Novih prijateljev in prijateljic Gorenjskega glasa pa je postalo kar nekaj.*

*lepo vsakdan. Včasih je bila jesen reklama za žalost in so koledarje krasile slike in fotografije vrb žalujk nad obrabljenimi klopcami, na njih pa po dva "hokejista" z domom za upokojence v ozadju. Jasno, v črno-beli tehniki, slikano oz. fotografirano iz daljave, ker je avtor hotel poudariti da je motiv že v odhajanjiju.*

*Da pa bomo lažje preživeli poplavno jeseni vsepovsod, bomo že jutri začeli staticno kolesariti. Se še spomnите? Lani smo začeli izvajati kolesarsko vadbo na kolesih, ki se ne premikajo: tudi če mlatiš pedala kot Valjavec, ne prideš dalj kot nič centimetrov. Ja, pa še pod streho smo vedno imamo luči namesto nebeske*

Tako. Jeseni nisem nikoli vesel. Iz kolesarjevega zornega kota je odurna, in če pomislite na idota, ki si je spomnil "umetnega" premikanja kazalcev na uri dva-krat na leto, potem ... potem ... Nimam več besed. Že prvič bi ga po prstih, ko jih je premaknil, zdaj je prepozno. No, upam, da je jeseni vsaj kdo vesel, pa ne mislim samo na tiste, ki radi obirajo grozdje in so potem celo zimo veseli po svnih zidanicah.

Eti imajo tudi ruševino redeske svetilke, sonca. Tudi letos se bova s statiko ukvarjala midva z Gregom, vi pa boste, če bo taka vaša volja, sodelovali in s tem svoje telo krepili skozi celo zimo. "Konec je dostikrat nov začetek," so bile zaključne tolažilne besede v piceriji Gorenec, potem ko smo čakali na svetliko.

Ura je devetnašt in zunaj je tako temna, da sem dvakrat preveril, če ni slučajno nebo padlo na nivo pred hišo. Saj sem ven-

Glasovi kolesarji smo imeli prejšnjo sredo zadnjo vadbo oz. na njivo pred niso. Saj sem ver- dar nekaj dni nazaj ob tem času šele šel na kolo!?

# Napovednik rekreativnih dogodkov

# Vpis podatkov o prireditvah in programih vadbe

Drustva, zveze in druge ponudnike športnih aktivnosti pozivamo, da na spletni strani [www.migajznam.si](http://www.migajznam.si) vpišejo podatke o rekreativnih prireditvah za leto 2009 in razne vadbene programe. Vpisovanje podatkov in objava v medijih je zagotovljena in popolnoma brezplačna! Če boste potrebovali pomoč, se obrnite na Olimpijski komite Slovenije - Združenje športnih zvez in vam bomo pomagali. Kontaktna oseba: Aleš Šolar, telefon 01/230 60 30, 051/376 289 ali e-pošta: [ales.solar@olympic.si](mailto:ales.solar@olympic.si).

# Slovenski dan športa - dan odprtih vrat

V letošnjem letu prvič na pobudo Društva športnih novinarjev Slovenije in Olimpijskega komiteja Slovenije organiziramo dogodek **Slovenski dan športa** - dan odprtih vrat, ki bo v četrtek, 15. oktobra. Lastniki in upravljavci športnih objektov ter vsi ponudniki športa so pozvani, da na ta dan odprejo vrata in brezplačno predstavijo svojo dejavnost in programe. Vsi zainteresirani lahko informacije o aktivnostih, ki bodo potekale na ta dan, poiščejo na spletnem portalu [www.migajznam.si](http://www.migajznam.si). Na športnih objektih pa bodo izobesjeni tudi plakati z dodatnimi informacijami.



**V Šenčurju najprej na tek na deset kilometrov, nato pa še na pražen krompir.**

## NESREČE

BLED, KRANJ

## Pešča zbila na "zebri"

Na Bledu je v soboto voznica osebnega vozila zbila pešča. Nekaj po 22. uri se je 53-letna voznica iz okolice Radovljice peljala po Ljubljanski cesti iz smeri Mlina proti semaforiziranemu križišču, v katerem je s sprednjim delom čelno trčila v 83-letnega domačina, ki je pravilno z njene leve strani prečkal vozišče na prehodu za pešce. Kljub zavirjanju je voznica trčila v Blejca, ki je po trčenju padel najprej na vozilo, nato pa na tleh obležal hudo ranjen. Za prvo medicinsko pomoč je poskrbela dežurna zdravnica z Bleda, nato pa so ga z reševalnim vozilom odpeljali v Bolnišnico Jesenice. Iste dne popoldne se je podobna nesreča zgodila na Cesti talcev v Kranju. Ob 14.45 se je 65-letni voznik osebnega avtomobila peljal v smeri Ceste I. maja. Ker hitrosti vozila ni prilagodil razmeram na cesti, se ni mogel ustaviti pred prehodom za pešce, na katerega je v tistem trenutku stopila 73-letna peška. S prednjim delom vozila je zato zadel peško in jo zbil po vozišču. Hudo ranjeno Kranjčanko so reševalci odpeljali na zdravljenje v Klinični center v Ljubljani.

## HRASTJE

## Z mopedom po tleh

V petek zvečer se je na lokalni cesti v Hrastju hudo ponesrečil 67-letni Kranjčan. S kolesom z motorjem se je peljal po lokalni cesti iz smeri nogometnega igrišča proti cesti Hrastje-Kranj. V križišču omenjenih cest je zavil levo proti Prebačevemu, zaradi neprilagojene hitrosti pa je pri tem skupaj z mopedom padel na levi bok in si zlomil levo stegnenico. Na kraju je za ponesrečenca poskrbela dežurna zdravnica Zdravstvenega doma Kranj, nato pa so ga reševalci odpeljali v Klinični center Ljubljana. S. Š.

## KRIMINAL

KRANJ

## Ukradel motor

Neznan storilec je v petek na Kidričevi cesti v Kranju ukradel motorno kolo Tomos SM 125 črne barve, na katerem je bila nameščena registrska tablica z oznako KR DT-84. Tat je lastnika oškodoval za okoli 3200 evrov.

SELCA

## Izginil deset let star avto

V Selcih je v noči na nedeljo izginil osebni avtomobil Renault 19 zeleni barve, star deset let, na njem pa sta bili pritrjeni tablici z registrsko oznako KR 13-68C. Gmotna Škoda znaša dvesto evrov.

CERKLJE NA GORENJSKEM

## Izpraznil lopo

V noči na nedeljo je nekdo vломil v vrtno lopo pri osnovni šoli v Cerkljah. Nepridiprav je odnesel več kosov ročnega in električnega orodja ter samokolnico, lastnika pa je z dejanjem oškodoval za okoli štiri tisoč evrov.

## DOMŽALE

## V skladišče po orodje

Neznan storilci so vlonili v skladišče prodajalne v Domžalah, iz katerega so odnesli več orodja in drugega materiala. Podjetje so oškodovali za več tisoč evrov. S. Š.

# RATIO

knjigovodsko računovodske storitve d.o.o.

Stružne 3, 4000 Kranj  
Tel: 00 386 4 280 63 00  
Faks: 00 386 4 280 63 12

zvonka.truden@ratio.si

[www.ratio.si](http://www.ratio.si)

Leto 2009 je za družbo Ratio, d. o. o., jubilejno leto, saj praznujemo 20. obljetnicu delovanja. Družba, kot jo vidimo danes, je plod našega dolgoletnega dela in zvestobe sodelavcev. Že od samega začetka delovanja zdržujemo znanje in izkušnje ter počasi nastemo po obsegu in kvaliteti. Na tej poti doživljamo vzpone in padce, navkljub težkim časom pa smo obstali na trgu, na kar smo zelo ponosni. Zahvaljujemo se strankam za njihovo korenostnost in našim dolgoletnim poslovnim partnerjem, ki nam zaupajo in sestavljajo našo zgodbo o uspehu. Skupaj rešujemo probleme in se veselimo poslovnih uspehov.

Veliko priznanje za naš delo in potrditev usmeritev, ki smo si jih zapisali ob začetku delovanja, pa je uvrstitev med 5 finalistov na izboru Naj računovodske servis v letu 2009, ki ga je organiziralo Združenje računovodskega servisa v okviru GZS. Čeprav nikoli nismo merili tako visoko, je naš dolgoletni trud poplačan in nagradjen. Dobro se počutimo v družbi najboljših.

Uveritve med najboljše ne sprejemamo samo kot poihvalo, ampak kot nov iziv in večjo odgovornost za še boljše delo. Upamo in želimo si, da blz novimi storitvami dodatno podprtji poslovanje naših strank in morda preprečili še kakša, da se nam pridruži. Skupaj bomo močnejši, razvijali bomo podjetniški duh in ga razširili tudi v druge regije.

Nismo gazela, vendar počasi in vztrajno gradimo in utrjujemo našo poslovno pot in razvijamo finančno-računovodske, kadrovske in administrativne storitve za poslovne subjekte. Naš prioriteta ni samo dobitek, ampak v prvi vrsti zadovoljstvo strank in zaposlenih.

# Dominvest lastninil po svoje

Kranjsko sodišče je zaradi zlorabe položaja in ponareditve listin na pogojno zaporno kazeno obsodilo nekdanjega direktorja Dominesta Jožefa Zidarja, zaradi podpisovanja lažnih potnih nalogov pa je pogojna obsodba doletela tudi Miroslava Oštirja.

SIMON ŠUBIC

**Kranj -** Na Okrožnem sodišču v Kranju so prejšnji teden s pogojno obsodbo končali dolgotrajno sojenje 61-letnemu Jožefu Zidaruju, nekdanjnemu direktorju Dominesta, in Miroslavu Oštirju, pred šestimi leti tudi zaposlenemu v jesenškem podjetju. Zidaru je tričlanski senat pod vodstvom sodnice Andreje Ravnikar zaradi zlorabe položaja in ponareditve ali uničenja poslovnih listin dosodil enotno kazeno dve leti zapora, ki pa mu je ne bo treba prestati, če se v prihodnjih štirih letih ne bo prekršil zoper zakon. Sodišče mu je izreklo še plačilo stranske denarne kazni tri tisoč evrov in sodnih stroškov. Na mesec dni pogojne zaporne kazni s preizkusno dobo enega leta pa je bil obsojen drugoobtoženi Oštir, ki je (poleg nekaterih drugih zaposlenih v Dominestu) podpisal nekaj lažnih potnih nalogov, s katerimi je Zidar črpal denar iz družbe in ga nalagal na svojo hranilno knjižico, kasneje pa z njim kupil dvajsetodstotni delež Dominesta. Sodnica je za dva meseca podaljšala veljavnost začasne odredbe, zaradi katere Zidar že od leta

2006 ne more razpolagati s spornim lastniškim deležem.

Okrožna državna tožilka Renata Vodnjov je za prvoobtoženega Zidarja zahtevala 26 mesecev zapora. Kot je dejala v zaključnem govoru, je nekdanji direktor v letih 2002 do 2004 odrejal dvige denarja iz blagajne Dominesta ali z družbine tekočega računa, ga nalagal na svoj osebni račun, z njim pa je potem sam razpolagal, saj je kupil lastniški delež, ki ga je imel Euroinfond v Dominestu. Na ta način je jesenško podjetje oškodovalo in se pridobil protipravno premožensko korist v višini približno 74 tisoč evrov. "Zidar se je šele kasneje, ko se je zapletlo in so v Dominestu začeli ugotavljati storjene nepravilnosti, zavezal, da bo ta delež prenesel na vse družbenike. Kot je ugotovila tudi sodna izvedenka, pa po zakonu o gospodarskih družbah ni bilo nobenih zadržkov, da ne bi družba Dominest sama odkupila omenjenega deleža," je poudarila tožilka. Lastninjenje se je v družbi končalo že leta 1999, je pripomnila.

Zagovornik Milan Vajda je opozoril, da se je v Dominestu ves čas vedelo,



Jožef Zidar pravi, da so denar dvigovali zaradi lastninjenja podjetja. / Foto: arhiv GG

kaj počne Zidar, saj je šlo za predhodno dogovorjeno in usklajeno ravnanje v postopku lastninjenja podjetja. "Namen je bil zavarovati družbo pred sovražnim prevzemom in zaščiti interese zaposlenih. Zaradi kasnejšega spora med družbeniki pa so Zidar prikazali v slabu luči in ga izključili iz lastninjenja," je dejal odvetnik. Tudi Zidar je povedal, da je žrtev podatkanjenega kaznivega dejanja, s čimer so prikrali res-

nično nezakonita dejanja pri lastninjenju družbe in prave storilce.

"Ves čas postopka trdite, da ste delali vse za potrebe lastninjenja podjetja. Sodišče ugotavlja, da ste izdajali odredbe za lažne plačilne naloge ter kako naj se denar dviga ali polaga na hranilno knjižico. Na ta način se zadeve ne rešujejo in tega ste se zavedali tudi vi," je sodnica Ravnikarja prvoobtoženemu pojasnila odločitev sodnega senata.

# Opozorilo je običajna praksa

Na Policijski upravi Kranj so pojasnili, da je opozorilo o kaznivosti krive ovadbe običajen del postopka policije pri sprejemanju ustnih ovadb.

SIMON ŠUBIC

**Kranj -** Predstavnike sindikata LTH iz Škofje Loke, ki so 16. junija prišli na Policijsko upravo Kranj, je kriminalist opozoril na posledice podaje krive ovadbe v skladu z določili zakona o kazenskem postopku, so pojasnili na Policijski upravi Kranj. V petek smo poročali, da je komisija za preprečevanje korupcije prejela prijavi zoper ravnanje kranjskih kriminalistov in nekdanje uprave LTH. Sindikat LTH je komisiji izročil dokumentacijo, ki so jo že zeleli izročiti kranjskemu kriminalistu, vendar je ta po besedah predsednika sindikata Davida Švarca ni želel prevzeti, temveč je sindikalist zgorjel opozoril o kaznivosti

telja opozoriti na posledice krive ovadbe, in pri tem gre za običajen del postopka uradnih oseb pri sprejemanju ustnih ovadb. Čeprav ovadba omenjenega dne ni bila podana s strani ovadiljev oz. je Policijska uprava Kranj do sedaj ni prejela, bodo kranjski kriminalisti sume nepravilnosti v navedenem primeru seveda preverili, "je razložil Andrej Zakrajšek, tiskovni predstavnik policijske uprave.

V zvezi z domnevnnimi nepravilnostmi pri razpisu za picerijo Jurček na Homu nad Bledom pa Policijska uprava Kranj pojasnjuje, da so kriminalisti prijavo zaračunale suma storitve kaznivega dejanja zlorabe uradnega položaja ali pravic, storjenega pri postopkih javnega razpisa pri izbiri novega najemnika za gostinski lokal, prejeli decembra lani. "Zakon o kazenskem postopku določa, da je treba v primeru ustne ovadbe ovadi-

"Kriminalisti so navedbe v prijavi preverili z zbiranjem obvestil in s pregledom celotne obstoječe dokumentacije ter z vsemi potrebnimi postopki ugotovili, da ne obstajajo znaki uradno pregonljivega kaznivega dejanja. Zaradi tega so o vseh ugotovitvah s poročilom obvestili Okrožno državno tožilstvo v Kranju, ki je poročilo štelo za ovadbo, jo preverilo in prav tako ni ugotovilo elementov kaznivega dejanja, zato jo je zavrglo," pojasnjuje Zakrajšek. Kot je znano, je protikorupcijska komisija na Generalno policijsko upravo podala zahtevo za preveritev delovanja kranjskih kriminalistov v predkazenskem postopku zoper občino Bled in njenega župana Janeza Pajfarja glede najema gostišča Jurček.



## Kjer pozdravijo tudi "lagitis" ...

Obiskali smo otroški oddelek Splošne bolničnice Jesenice, ki letos praznuje pol stoletja obstoja.

stran 10



## Nič ne boli, a je lahko usodno

"Nepravilen življenjski slog je dejansko tisti, ki povzroča največje tveganje za bolezni srca in ožilja," opozarja kardiolog Metod Prašnikar, dr. med.

stran 11



## Prehlad še ni gripa

Pogovor z Aleksandrom Stepanovičem, dr. med., o simptomih prehlada, sezonske gripe, pa tudi o letošnji grožnji, pandemiji nove gripe

stran 12

# zdravje & lepota

ZDRAVJE • KAKOVOST BIVANJA • ZDRAVA PREHRANA • NAPREDEK V ZDRAVSTVU • ZDRAVILA • KOSMETIKA • NASVETI ZA DOLGO ŽIVLJENJE

## Sočutje je treba deliti

**V Bolnišnici Golnik so zelo pozorni do oskrbe bolnikov z napredovano neozdravljivo bolezni in do njihovih bližnjih. Dobri zgledi vlečejo, želimo si še več prostovoljcev, pa smo slišali ob Svetovnem dnevu paliativne oskrbe in hospica.**

SUZANA P. KOVAČIČ

**S**vetovni dan paliativne oskrbe in hospica so v Bolnišnici Golnik obeležili s proslavo, predvsem pa je bilo četrtkovo srečanje priložnost, da povedo, kako pomemben del bolnišnične dejavnosti je to. "Paliativna dejavnost v naši bolnišnici je žarek za najhujše bolnike, ki jih ne znamo več dokončno pozdraviti. Pri nas se zdravijo kronični bolniki in bolniki s pljučnim rakom. Približno petnajst odstotkov vseh bolnikov z rakom ima pljučnega raka, več kot polovica teh bolnikov dobi diagnozo v naši ustanovi. Treba je imeti posluh tudi za paliativno oskrbo, saj se moraš z boleznijo ukvarjati celovito," je povedala prof. Mitja Košnik, dr. med., direktor Bolnišnice Golnik.

Paliativno dejavnost, kakršno imajo v Bolnišnici Golnik danes, je prinesla v ustanovo Urška Lunder, dr. med., ki je izkušnje s tem dobila v Ameriki. "Paliativna dejavnost je usmerjena v najboljšo možno kakovost življenja ob napredovani neozdravljivi bolezni in je tudi podpora svojem," je povedala in dodala, da je kar polovica njihovega dela sočutna komunikacija in da je zelo pomembno so-

delovanje. "Zato imamo pri nas srečanja zdravstvenega tima z bolniki in svojci. Veličko tudi izobražujemo, samo letos smo imeli na izobraževanju 150 zdravstvenih delavcev. Smo tudi koordinatorji pilotnega projekta Paliativna oskrba v gorenjski, pomurski in ljubljanski regiji, ki ga je podprlo ministrstvo za zdravje," je povedala Lundrova.

### Negovalni oddelek

Ida Hafner je na negovalnem oddelku Bolnišnice Golnik orala ledino, saj je bila prva vodilna medicinska sestra v slovenskem prostoru, ki je samostojno prevzela vodenje in organizacijo oddelka za neakutne obravnave na negovalnem oddelku poteka paliativna oskrba, za to je namenjenih šest bolniških postelj od skupaj devetnajstih na celotnem oddelku. "Na negovalnem oddelku je zelo močan tim za paliativno oskrbo, ki ga sestavlja zdravnik, diplomirana medicinska sestra, srednja medicinska sestra, zdravstveni tehnik, socialna delavka, fizioterapeut, dietetik in klinični psiholog. Zelo smo ponosni na naše družinske sestanke," je povedala. Negovalni oddelek prenavljajo, prenovili so že vso severno stran stavbe z



Barbara Miklič Türk je bila častna gostja, pohvalila je odlično organizirano paliativno oskrbo v Bolnišnici Golnik in poudarila, da je to, da spremljajo hudo bolne tudi na domu, velik korak naprej in v veliko oporo svojem. Na sliki levo prof. Mitja Košnik. I FOTO: GORAZD KAVČIČ

**Pogoj za dobro paliativno oskrbo je dobra komunikacija med osebjem, bolniki ter njihovimi svojci. Bolnik in njegovi bližnji naj strokovnjakom, ki sodelujejo v timu paliativne oskrbe, zaupajo svoje težave, želje in pričakovanja. Prav tako je pomembno, da aktivno sodelujejo pri načrtovanju postopkov obravnave za čas, ko sami ne bodo mogli aktivno odločati. Tako bolnik in njegovi svojci postajajo enakovredni člani tima in aktivno sodelujejo pri zdravljenju.**

### AKTUALNO

#### Vročinski krči

Vročinski krči so vrsta epileptičnih napadov, ima jih pet odstotkov otrok. Pišemo o izkušnji mamice Tanje in njenega sina Tila Zalarja (na sliki).

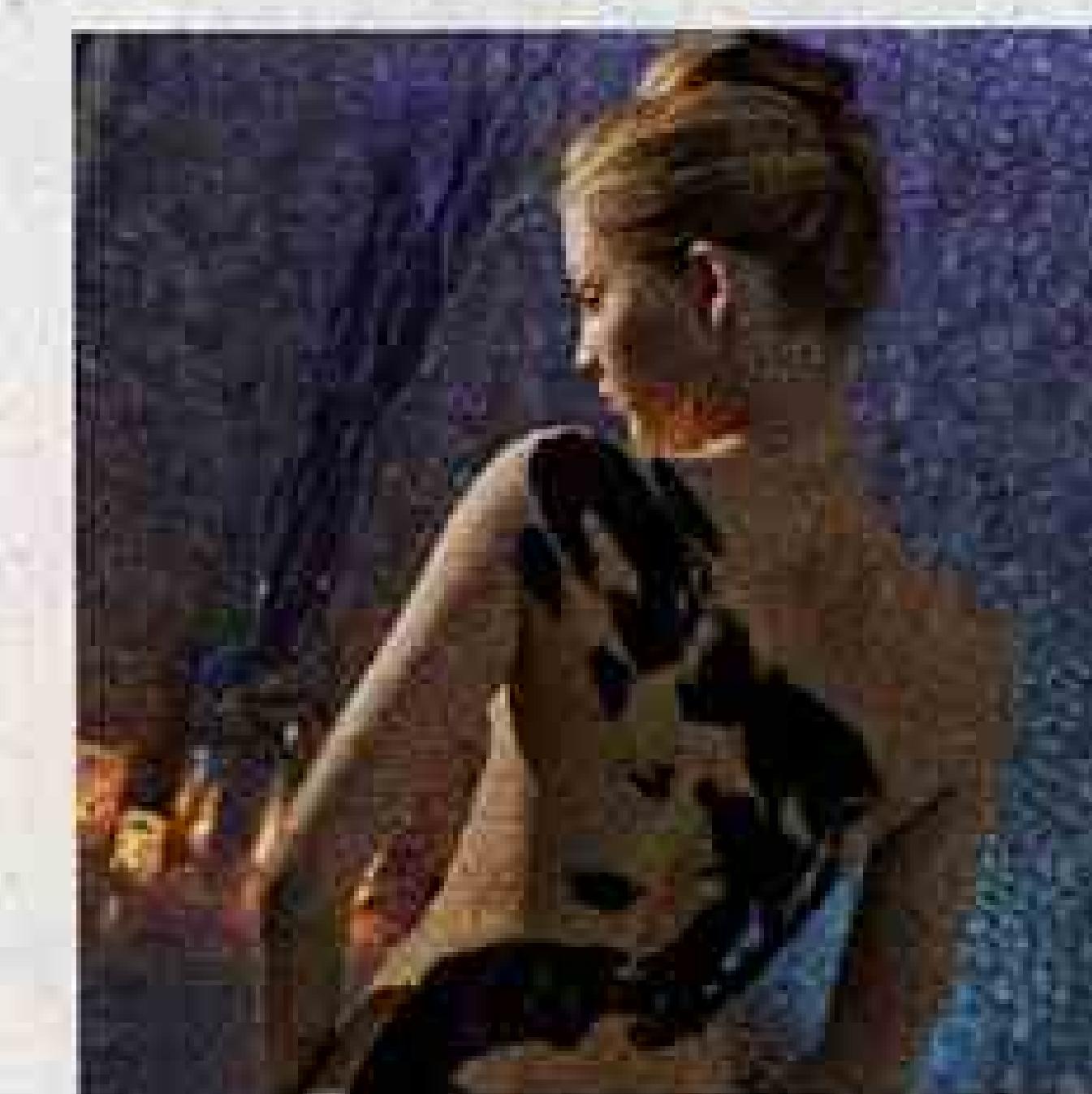


stran 13

### SPROSTITEV

#### Talasoterapija in savnanje

Splet metod strokovnjaki priporočajo kot uspešen način za razstrupljanje in prečiščevanje telesa, za katerega je poleg pomladni najboljši čas tudi jesen.



stran 14

### NASVET

#### Čebelji pridelki, moč narave

Med, cvetni prah, propolis in matični mleček pomagajo lajšati vsakdanje tegobe. Še najbolje je, če pridelke uživamo iz okolja, v katerem živimo.



stran 16

## PEDIATRIJA

# Kjer pozdravijo tudi "lagitis" ...

**Obiskali smo otroški oddelek Splošne bolnišnice Jesenice, ki letos praznuje pol stoletja obstoja.**

URŠA PETERNEL

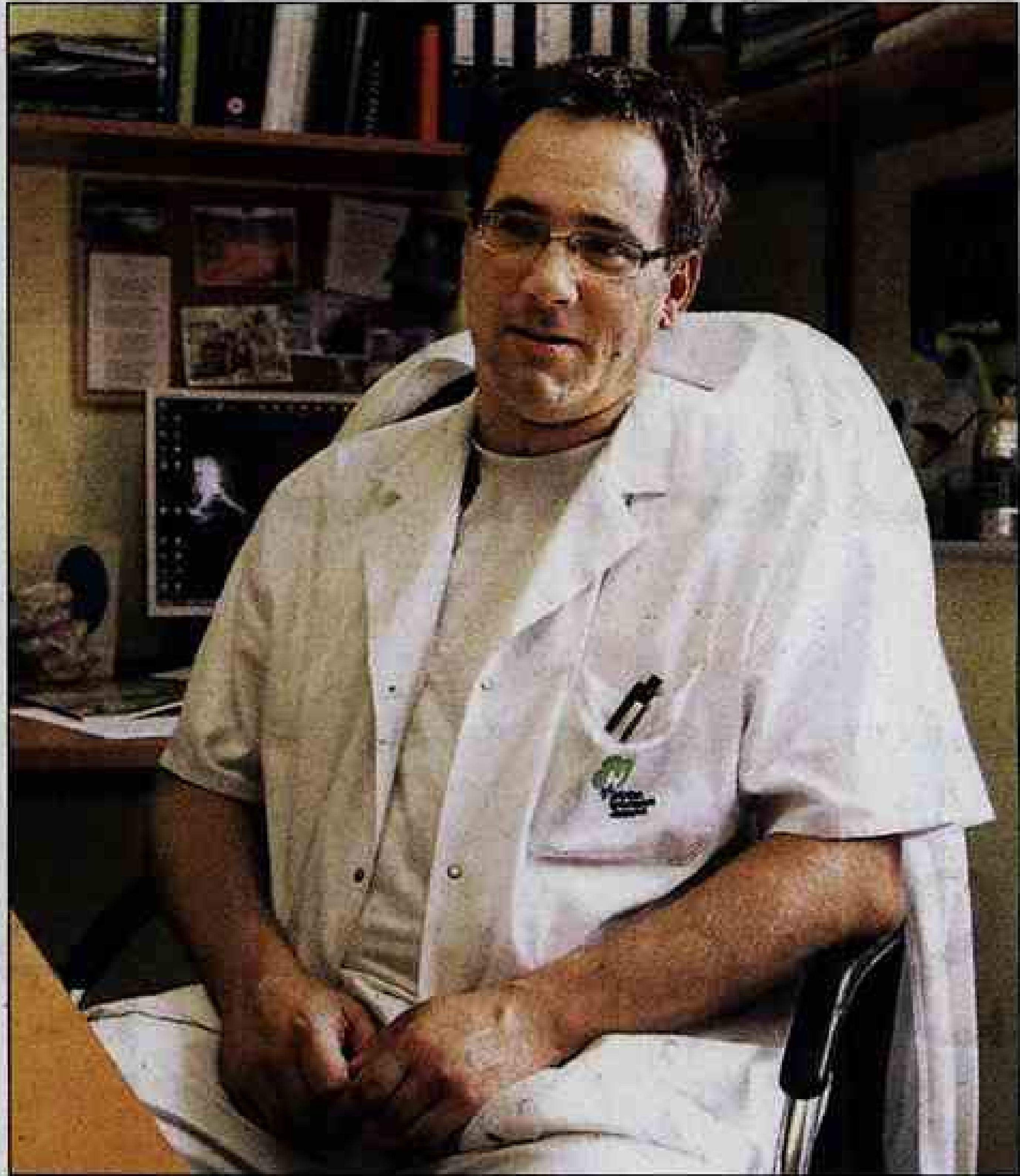
**N**o, povej, zakaj si ti spet v bolnišnici!" je bolnišnična učiteljica Marija Reichmann pozvala petletnega Marka, povsem zatopljenega v računalnik v bolnišnični "učilnici". "Ker imam lagitis ..." mimogrede navrže Mark in se spet zatopi v računalniško igrico (ki jo bo čez nekaj kratkih trenutkov moral prepustiti Noi, ki ob njem že nestrpočno čaka na svoj "odmerek" računalnika). "Laringitis," Markov odgovor "prevede" Reichmannova ... Prav okužbe dihal so najpogostejsa obolenja, zaradi katerih mali bolniki prihajajo na otroški oddelek Splošne bolnišnice Jesenice. Dokaj pogoste so prebavne težave, zelo veliko sprejetih bolnikov ima različne alergije, razlagata predstojnik oddelka Peter Najdenov, dr. med., specialist pediatrije. Med sprejetimi pacienti je največ mlajših od dveh let. "Na leto

sprejmemo okrog dva tisoč pacientov. Število postelj na oddelku ni več določeno, prilagajamo se potrebam, v povprečju pa imamo na oddelku dvanaest do trinajst otrok na dan," o "zasedenosti" oddelka pravi sogovernik. Doslej so imeli največ 55 otrok, vendar so morali postaviti zasilne postelje - po besedah Najdenova je bilo to res pravo "obsedno stanje" ... Za male bolnike skrbijo šest pediatrov, kar po besedah predstojnika zadošča. Res pa je, da poleg rednega dela na oddelku veliko dela opravijo tudi v ambulanti; na leto kar 4500 pregledov. Največ pregledov opravijo v alergološko-pulmološki ambulanti, ki ima v jeseniški bolnišnici že dolgo tradicijo (sto dejavnostjo se je začel ukvarjati prim. dr. Štefan Plut). Kot poudarja predstojnik Najdenov, pa otroški oddelek skrbijo tudi za otroško kirurgijo, gre za poškodbe, kirurške operacije, poleg tega pa so pediatri nepogrešljivi pri novorojenčkih, ki se jih na Jesenicah letno rodijo

okrog šeststo. Ob tem so vsi pediatri v 24-urni dežurni službi; skratka, "v službi smo več kot doma," pravi Najdenov. stopiti in jim pomagati. Pri tem mora upoštevati bolezen otroka, hkrati pa razumeti tudi skrb staršev in jim nuditi čustveno oporo. Tudi starši so v svojih odzivih na otrokovo bolezen različni, nekateri znajo lepo sprejeti situacijo in so v pomoč osebju, spet drugi žal iščejo samo napake ... Kot poudarja Jožica Trstenjak, sestre na oddelku obvladajo svoje delo, zelo pomembno pa je tudi to, da so med seboj zelo povezane in se dobro razumejo. "Vedno so pripravljene ostati dlje, če je potrebno, saj razpored vsakodnevno prilagajamo številu otrok," jih pohvali glavna medicinska sestra.

### Pol stoletja jeseniške pediatrije

Otroci so se zdravili v jeseniški bolnišnici vse od njenega obstoja, na začetku pod okriljem internega oddelka. Leta 1959, natančneje 29. novembra, pa so dobili prvi samostojni otroški oddelek. Na začetku je imel 31 bolniških postelj in je kmalu postal premajhen, zato se je preselil v prostore stanovaljske stavbe. Od leta 1999 pa deluje v novih, sodobnih in otrokom prilagojenih prostorih v zgornjem nad-

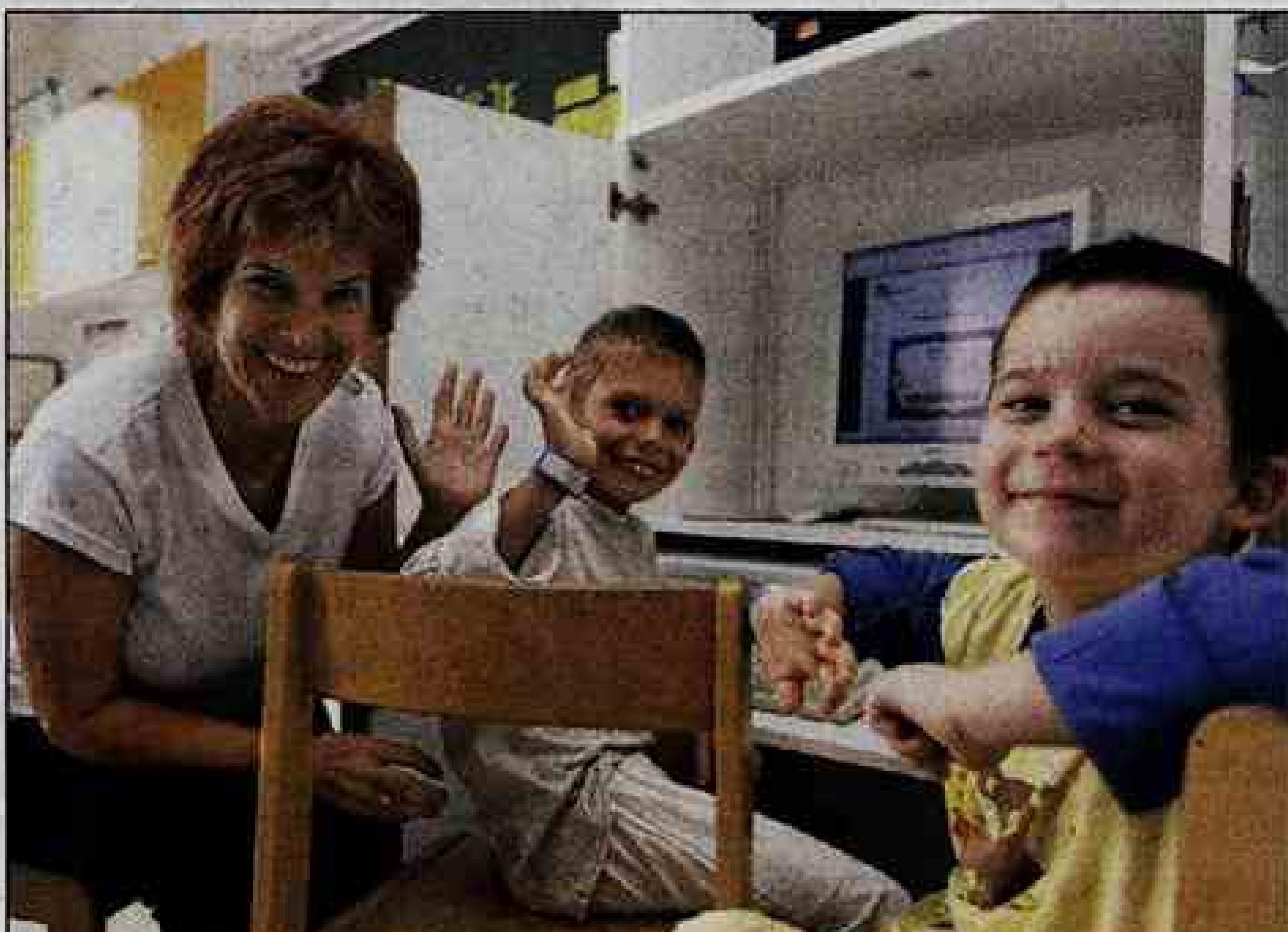


Predstojnik otroškega oddelka Peter Najdenov, dr. med., specialist pediatrije: predstojnik je tretje leto, prihaja iz Kranjske Gore, dejaven je tudi v Gorski reševalni službi, sicer pa je oče dveh otrok.

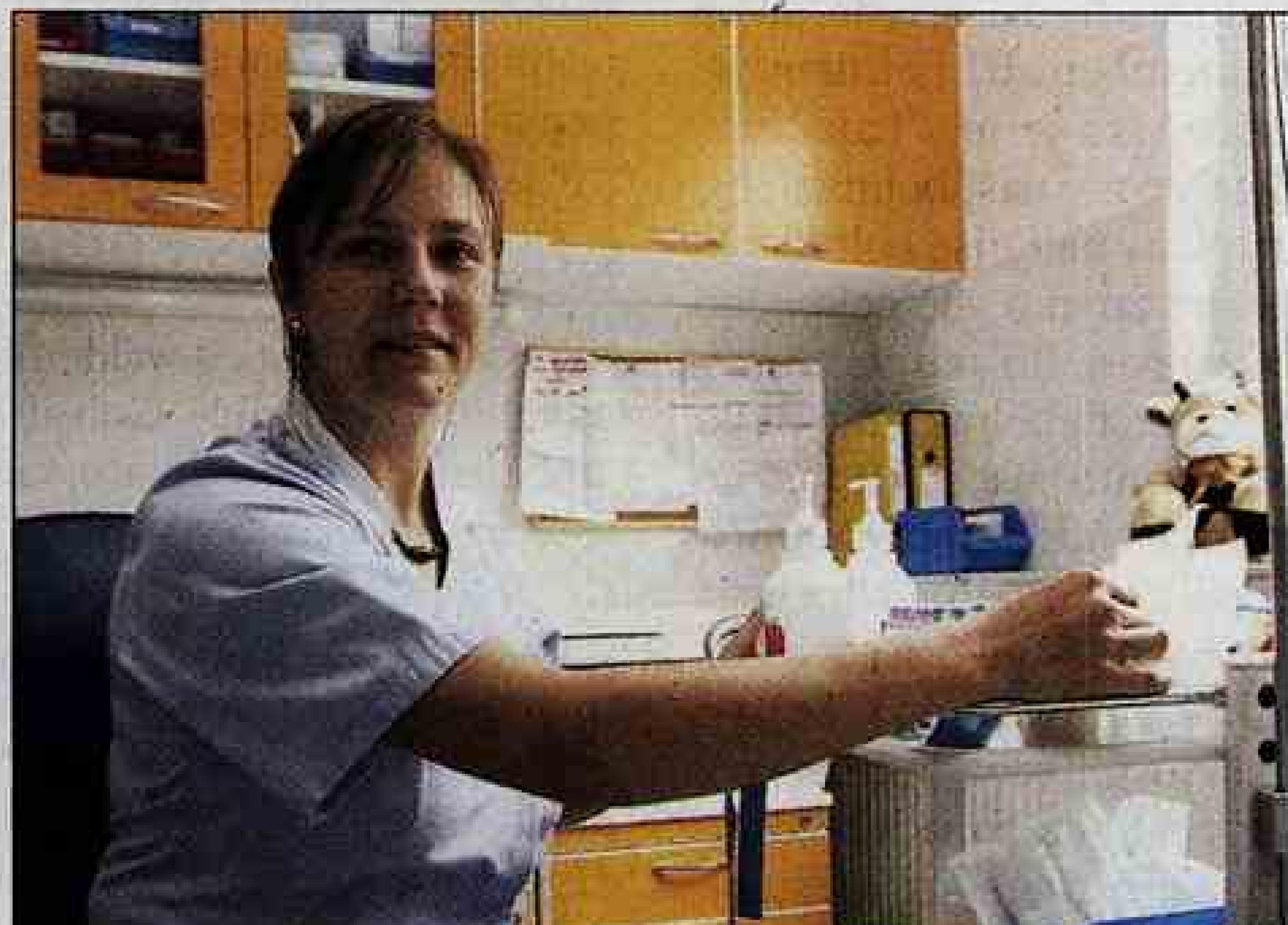
stropju glavne bolnišnične zgradbe. In kakšne so želje in načrti ob obletnici? "Kot kolektiv imamo kar nekaj želja. Želimo izboljšati strokovno znanje, kvalitetno obravnavo bolnika, želimo građiti na medsebojnih odnosih, saj vse to pripomore k boljši obravnavi bolnika. Predvsem pa si še naprej želimo pomagati otrokom brez večjih strokovnih napak in vzdrževati nivo strokovnosti," poudarja predstojnik Peter Najdenov.



Helena in Aleš Stražičar: "V bolnišnici smo drugič, dvojčici Nika in Neža imata bronhitis. Vsak prehlad se jima razvije v dihalno stisko, zato morata priti v bolnišnico. Na oddelku je zanju odlično poskrbljeno, ne more biti boljše. Sestre so neizmerno prijazne, ne bi mogle biti bolj ... Seveda pa upamo, da bomo v bolnišnico morali priti čim manjkrat ..."



Maria Reichmann, učiteljica z OŠ Toneta Čufarja Jesenice (ob njej Noa in Mark): "Skupaj s kolegico Polono Tratar prihaja v bolnišnico vsako dopoldne, prisotni sva po pet ur, oblika dela pa ni klasična šolska, saj nimamo pouka, temveč po programu izvajamo določene projekte, igre ... Nikoli ne veš, kakšna starost otrok te čaka, zato moraš biti iznajdljiv."



Jožica Trstenjak, glavna medicinska sestra otroškega oddelka: "Ko dobimo otroka, ki je precej bolan, a najdemo dober stik z njim in z njegovimi starši in mu lahko pomagamo, čutim notranje zadovoljstvo, ker vem, da jim ne bo težko priti nazaj, če bo otrok spet zbolel, saj vedo, da bomo zanj dobro poskrbili."

**Na leto na otroškem oddelku jeseniške bolnišnice sprejmejo okrog dva tisoč bolnikov, starih od nič pa do osemnajst let. Poleg tega opravijo tudi 4500 ambulantnih pregledov.**

**Povprečna ležalna doba na oddelku je 2,76 dneva. Najpogosteje so bolni otroci, mlajši od dveh let; takšnih bolnikov je kar dve tretjini.**



V bolnišničnem dnevnom prostoru, ki se dopoldne spremeni v učilnico, imajo tudi računalnik. A ne samo za igranje igric, temveč tudi za učenje. Na fotografiji sta učiteljica Polona Tratar in Dalila.

Romina Pištan, Nega obraza in telesa,  
Poslovna cesta A 37, Šenčur, 041/66 58 66

Prepustite se večim rokam kozmetičarke, ki je znanje iz Londona in svetovno znanih križark prenesla na Gorenjsko.

- masaže
- specialne negi obraza
- hladni laser
- pomlajevanje, učinkovit pri glajenju gub in brazgotin
- manikura, pedikura, ličenje

**PRVI OBISK 40 % POPUSTA**

[www.hypoxi-sencur.si](http://www.hypoxi-sencur.si)

## SRCE IN OŽILJE

# Nič ne boli, a je lahko usodno

"Nepravilen živiljenjski slog je dejansko tisti, ki povzroča največje tveganje za bolezni srca in ožilja," opozarja kardiolog Metod Prašnikar, dr. med.

SUZANA P. KOVACIČ

**D**rži, da srčno žilne bolezni povzročijo več smrti kot vse rakave bolezni skupaj?

"Prej bi rekel, da je razmerje takšno, da srčno žilne bolezni povzročajo nekaj nad polovico vseh smrti."

Kateri so najpogosteji dejavniki tveganja?

"V deželah, kjer je standard v porastu in kjer je prehrana kalorično obilna, so bolezni srca in ožilja v porastu, kar velja tudi za Slovenijo. Tak način življenja pripelje do prehitrega staranja ožilja, z izgubo elastičnosti, kar se odraža v porastu krvnega tlaka. Strukturne spremembe so najbolj opazne v starosti od 35 do 50 let in so zametek vseh kasnejših zapletov, kot so možganska kap, srčni infarkt, aterosklerozna, pešanje spomina.

Nepravilen živiljenjski slog je dejansko tisti, ki povzroča največje tveganje za bolezni srca in ožilja. Žal je zdrav živiljenjski slog za večino ljudi razkošje, ker to tudi pomeni imeti dovolj prostega časa za razvedrilne dejavnosti. Človek naj bi vzdrževal normalno telesno težo ter naj bi se najmanj štirikrat na teden, vsakič za najmanj 45 minut, posvetil telesni vadbi. Vseeno je, kaj delate, lahko samo hitro hodite, pomembno je, da intenzivnost telesne vadbe doseže aerobno območje, da postanete zmerno utrujeni in da se oznjuite. Ga ni zdravila, ki bi preseglo učinke telesne vadbe, zagotovo pa je najlepše gibanje v naravi.

Bolezni srca in ožilja so specifične, kajti ko že pride do obolenja arterij srčnega ožilja, do infarkta, je preventivno ravnanje več ali manj zamujeno. Prej ima človek večno niti v svojih rokah, da to prepreči. To pa se začne že z vzgojo v otroštvu."

Kako dedni zapis vpliva na srčno žilne bolezni?

"Pomemben del tveganja je dedna obremenjenost. Danes imamo možnosti, da lahko opravimo preventivne preiskave srca in ožilja, zlasti z

ultrazvočnimi preiskavami lahko ugotovimo zgodnje strukturne spremembe arterijskega ožilja, ocenimo lahko obseg prisotne ateromatoze in stopnjo ogroženosti za nastajanje srčno žilnih obolenj. Pomembne so laboratorijske preiskave krvi, zlasti pregled holesterolov in trigliceridov, s katerimi lahko odkrijemo del ogrožene populacije, pri kateri se bodo dogodki pogosteje pojavljali kot pri nekom, ki te ogroženosti nima. Zlasti povišane vrednosti LDL holesterola nad 3 mmol/l pomenijo povečano tveganje za nastanek bolezni. Če k temu dodamo še porušen živiljenjski slog s prekomerno telesno težo, s pomanjkanjem gibanja in z družinsko obremenjenostjo za bolezni srca in ožilja, je verjetnost, da bo prišlo do infarkta, velika.

Poglejva samo varovalni holesterol visoke gostote, imenovan HDL, ki mora biti visok oziroma več kot 1,3 mmol/l. Njegovo znižanje ob hkratnem povišanju nevarnega, aterogenega LDL holesterola nad 3,5 mmol močno poveča tveganje za nastanek srčnega infarkta, možganske kapi ali bolezni ledvičnega ožilja. Gre za izjemno ogroženo skupino, pri kateri bi s pravilnimi ukrepi, tako preventivo kot z zdravljenjem, pomembno zmanjšali nastanek srčno žilnih bolezni. Upoštevati moramo tudi dejstvo, da so vrednosti holesterolov, ki jih imamo pri nas za normalne, daleč od tistih vrednosti, ki dejansko ščitijo pred razvojem ateroskleroze. Za preprečevanje procesov ateroskleroze moramo imeti LDL holesterol znižan pod 2,5, kar v praksi dosega komaj nekaj odstotkov populacije. Aktivno morate sodelovati v procesih zdravljenja in si prizadevati, da bodo vrednosti vaših holesterolov v okviru priporočenih zdravstvenih standardov."

Povišan holesterol in povišan krvni tlak ne bolita. Torej na nevarnost ne opozorita.

"Bolezni srca in ožilja v začetni fazi nastajanja strukturnih sprememb na ožilju ne povzročajo kliničnih znakov, bolečin. Začetne spremembe potekajo nemo, podobno kot

rakave bolezni in nas v začetnem stanju ne opozarjajo, da se v našem telesu nekaj dogaja. Ni nobenih bolečin, lahko se pojavi povišanje sistolnega krvnega tlaka, simptomi splošne utrujenosti, ki pa so seveda nespecifični. Bolečina za prsnico se lahko pojavi ob fizičnih ali psihičnih obremenitvah, vendar v polovici primerov nastane miokardni infarkt brez predhodnih opozoril. Smiselno je, da pravočasno najdemo zgodnje pokazatelje, kot so dedna obremenjenost, povišan holesterol, povišan krvni tlak, prekomerna telesna teža. Da z našim živiljenjskim slogom ni vse v redu, nam pogosto pokaže že preprosta meritev hitrosti srčnega utripa v mirovanju. Če vaš utrip v mirovanju presega osemdeset utripov na minuto, je v ozadju verjetno prisoten stres, povečana tenzija, adrenalinška napetost, ki pospešuje vaše izgorevanje in splošno vnetje v organizmu."

Koliko mora biti strah kadilcev? "Nepredstavljivo je, kako visok dejavnik tveganja za srčno žilne bolezni je kajenje. Samo tri pokajene cigarete na dan povečajo tveganje za bolezni srca in ožilja za 63 odstotkov. Če pokadite škatlico cigaret na dan, imate za kar 200 odstotkov večjo verjetnost, da boste zboleli za srčnim infarktom. To so neverjetno visoke številke. Tu dobite odgovor, zakaj tudi pasivno kajenje, kjer samo vdihavate dim kadilcev, pomembno poveča obolenost bolezni srca in ožilja. Italijani so kot prvi delali študijo po prepovedi kajenja v javnih prostorih in v teh petih letih prepovedi ugotovili pomembno znižanje števila novo nastalih kardiovaskularnih obolenj."

Kaj pa še druge razvade, kot so kava, alkohol, sol?

"Že dolgo raziskujemo, kaj naj bi bilo narobe s kavo, vendar nobena študija doslej tega ni potrdila. Ravno obratno, kofein ima lastnosti, ki ob zmernem pitiju kave do datno ščiti vaše ožilje, kava ima podobno preventivno vlogo kot teini v čaju. O pitiju alkohola bi pa rekel samo tole: že Aristotel je vedel, da vino deluje protektivno na ožilje in da ne škoduje. Problem alkohola je torej prekomerno pitje, alkoholizem oziroma zasvojenost z njim. Sol je velik problem, saj smo navajeni, da je okusna hrana slana. Dokler smo mladi, do soljevanje ne predstavlja kakšnih težav, ko smo starejši, postane sol dodatno breme za telo. Starejši ljudje tudi izgubljajo občutek za slanost in si hrano dosoljuje-



Metod Prašnikar, dr. med. | FOTO: Gorazd Kavčič

"Samo tri pokajene cigarete na dan povečajo tveganje za bolezni srca in ožilja za 63 odstotkov. Če pokadite škatlico cigaret na dan, imate za kar 200 odstotkov večjo verjetnost, da boste zboleli za srčnim infarktom. To so neverjetno visoke številke. Tu dobite odgovor, zakaj tudi pasivno kajenje, kjer samo vdihavate dim kadilcev, pomembno poveča obolenost bolezni srca in ožilja."

Ali so ženske bolj izpostavljene srčno žilnim boleznim?

"Načeloma ne, tako kot sta si moški in ženski spol porazdelila družbene in službene obremenitve, tako je tudi pogostnost javljanja srčno žilnih obolenj v obeh skupinah primerljiva, je pa umrljivost pri ženskah višja."

Večkrat nas tišči v prsnem košu, pa se izkaže, da zaradi stresa. Kateri pa so simptomi, ki nas morajo skrbeti, če govoriva o grožnji srčnega infarkta?

"Zelo pogost znak je pojav kratkotrajne, nekaj minut trajajoče bolečine v predelu prsnice ob začetku fizične aktivnosti, tako imenovana Angina pectoris. Še bolj specifičen pokazatelj je, če se bolečina pojavi ob prehodu iz toplega v hladen prostor, bolečina pa seva še v vrat ali roko."

### Drau Apotheke: Iekarna v Beljaku, kjer dobite nasvet v slovenščini!



Lastnica mag. Nina Seiler in mag. Barbara Sturm vam radi svetujeta v slovenskem jeziku.

▪ zdravila izdajamo tudi na slovenske recepte

▪ nudimo izdelke iz alternativne medicine - homeopatska zdravila; cvetje Dr. Bach, mineralne soli Dr. Schüssler

▪ ekskluzivna kozmetika iz lekarne: VICHY; AVENE; LA ROCHE POSAY; OLIVENKOSMETIK DR. THEISS; SANOFLORE; EUBOS; WELEDA; WIDMER

▪ naročila po elektronski pošti ali po telefonu

▪ otroški kotiček



Drau Apotheke  
Mag. pharm. Nina Seiler  
9500 Beljak (Villach),  
Ossiacher Zeile 45,  
Avstrija

Telefon: +43-4242/284 64

Fax: +43-4242/284 64 - 30

E-pošta: pharmazie@drau-apotheke.at

Spletne strani: www.drau-apotheke.at

odprt: 8.00 - 18.00

ob sobotah: 8.00 - 12.00

Dobro je vedeti ...

Predavanje

Koronarno društvo Gorenjske vas vabi na predavanje mag. Tjaše Šubic, dr. med., spec. interne medicine, na temo Kaj lahko sami storimo v preventivi srčno-žilnih bolezni. Predavanje bo v sredo, 14. oktobra, ob 18. uri v veliki dvorani Doma krajanov na Primskovem v Kranju.

# PREHLAD IN GRIPA

Dobro je vedeti...

## Zaradi prehlada ne gremo k zdravniku

Na leto prebolimo šest, sedem prehladov, otroci pa nekaj več. Zapleti so redki, v manj kot enem odstotku pride do vnetja obnosnih votlin, pri dveh odstotkih do vnetja srednjega ušesa. Tega je več pri otrocih. Cepiva za prehlad ni in ga tudi ne bo, ker je več kot 150 različnih virusov in je nemogoče vse zajeti v cepivo. Preventiva s higieniskimi ukrepi je najpomembnejša.

## Cepljenje

Cepljenje proti običajni sezonski gripi in novi gripi bi dr. Stepanovič priporočal kar vsem. "Cepivo proti novi gripi je že klinično preizkušeno. Stranski učinki cepljenja pri sezonski gripi so redki, mogoča je bolečina in rdečina na mestu vzboda. Lahko da se kak dan slabše počutite in da imate blago zvišano temperaturo. Cepivo začne delovati od deset do štirinajst dni po cepljenju."

## Kaj storimo, če zbolimo za gripo

Nikar ne hodite v ambulanto na vrat na nos, ampak prej pokličite po telefonu, da se pogovorimo. Osebni zdravnik najbolje pozna bolnika in ve, ali ima kakšne pridružene bolezni in kakšna zdravila jemlje. Najlaže tudi oceni, ali bo potrebno zgolj simptomatsko ali še kakšno drugačno zdravljenje. Sicer pa na splošno velja, da je gripo treba odležati in piti veliko tekočine.

# Prehlad še ni gripa

**Starejši ljudje pravijo, da je danes virusov več, kot se jih spomnijo iz mladih let. Jih je res? "Mogoče. Ampak včasih se ljudje niso tako pogosto družili v velikih zaprtih prostorih in je bilo možnosti za prenos okužb manj. Ni bilo vrtcev, ni bilo nakupovalnih centrov, ni bilo letalskega prevoza, pa še ljudi je danes več na svetu," pravi zdravnik Aleksander Stepanovič.**

SUZANA P. KOVACIČ

## Prehlad

Prehlad je najpogostejša okužba zgornjih dihal, povzroča ga več kot 150 različnih do zdaj znanih virusov, med njimi najpogosteje rino virusi. Običajno so rezervoar okužbe otroci, ki okužbe prenašajo na odrasle. "Za prehlad so značilni simptomi, kot je zamašen nos, bolečine v žrelu, prasketanje v žrelu, kihanje, suh kašelj. Telesna temperatura je redko zvišana na največ 38 stopinj. Prehlad traja kakšen teden ali dva, kašelj lahko traja pri četrtini ljudi tudi več kot dva tedna. Zdravniki priporočamo počitek, tekočino, v primeru zvišane temperature ali hujših bolečin lahko vzamete analgetik, še najbolj priporočamo paracetamol," pravi Aleksander Stepanovič, dr. med. iz Zdravstvenega doma Kranj.

Za preprečevanje širjenja prehlada je treba paziti na osebno higieno. "Okužba se prenaša kapljicno s kihanjem, kašljanjem, govorjenjem, med otroki pa tudi z nosnim izcedkom in z dotikanjem predmetov, zato je zelo pomembno umivanje

rok. Kašljamo v robčke za enkratno uporabo. Zaradi prehlada je dobro ostati kak dan doma, predvsem zato, da ga ne raznašamo okrog. Tudi hitreje se pozdravimo, če kak dan ležimo. Če vročina ne preseže 38 stopinj in traja le nekaj dni, še ni treba hodiči k zdravniku. Bolniki pogosto pozabijo izmeriti telesno temperaturo, preden pridejo k zdravniku in dobro bi bilo, če bi to naredili," svetuje zdravnik. Pa se prehladimo, če smo premalo oblečeni ali pa preveč, glede na zunanjou temperaturo? "Vedno je pomemben splošni imunski odgovor organizma. Ne morete se prehladiti samo zato, ker ste premalo oblečeni, če ni zraven še enega od virusov. Ste pa vsekakor bolj dovetni za prehlad, če ste premraženi, preobremenjeni, ker je vaš imunski sistem že sicer oslabljen."

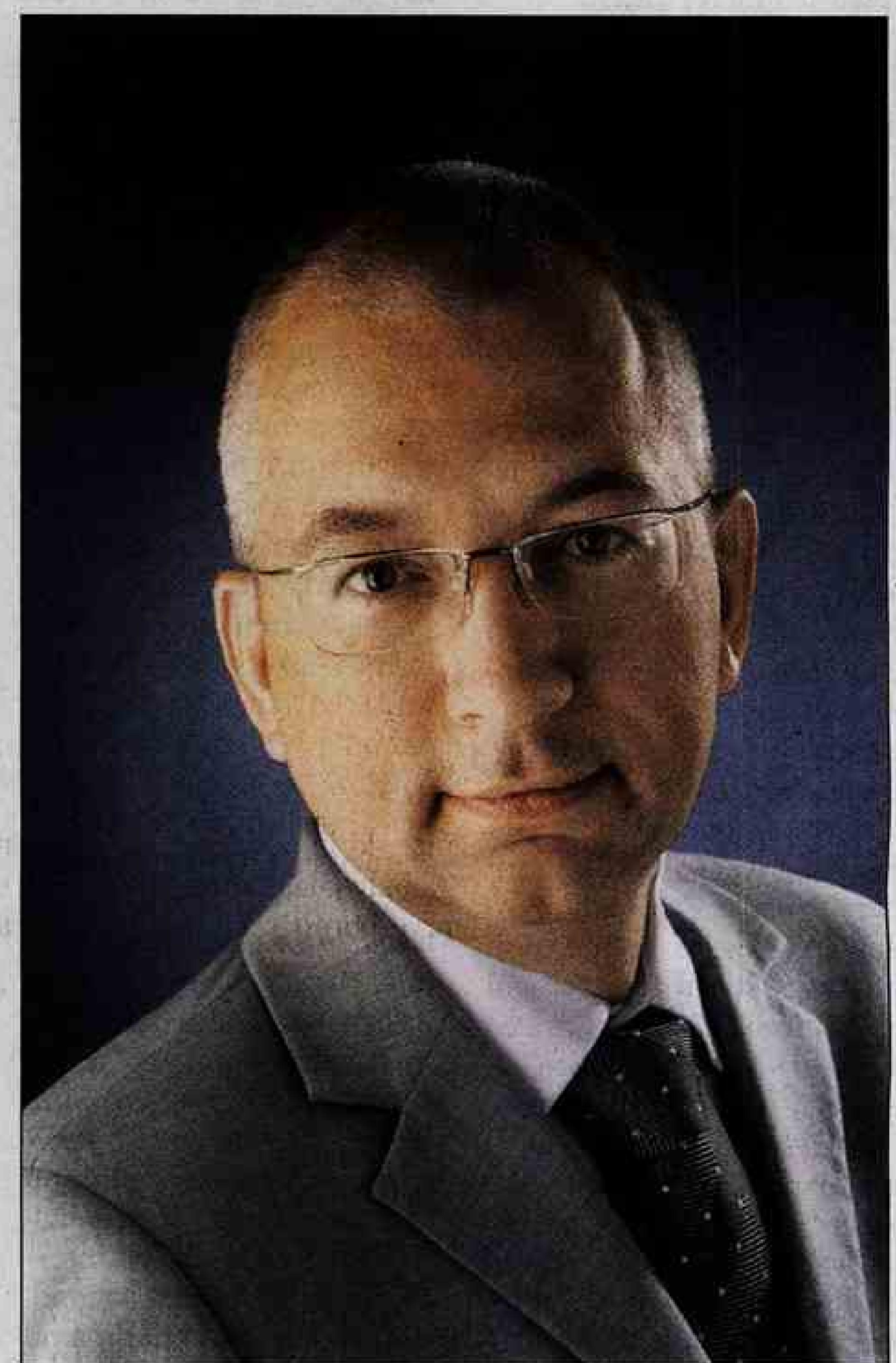
## Gripa

Starejši ljudje pravijo, da je danes virusov več, kot se jih spomnijo iz mladih let. Jih je res? "Mogoče. Ampak včasih se ljudje niso tako pogosto družili v velikih zaprtih prostorih in je bilo možnosti za prenos okužb manj. Ni bilo vrtcev, ni bilo nakupovalnih centrov, ni

bilo letalskega prevoza ... pa še ljudi je danes več na svetu," odgovarja dr. Stepanovič in nadaljuje: "Gripa povzroča virus gripe, je pa več podtipov tega virusa. Doslej se je pojavljala običajna sezonska gripa, letos se je pojavila še nova gripa. V moji ordinaciji smo že imeli sum na novo gripo, ki pa je bil ovren. Malo panike je bilo, ker je bilo to še čisto na začetku in še nismo bili pripravljeni, zdaj pa imamo natančna navodila. V tem primeru je k nam prišla gospa, ki je priletela iz Argentine na počitnice v Slovenijo." Simptomi so enaki pri sezonski gripi in pri novi gripi. Gripa se vedno začne nenadoma, z visoko vročino, lahko tudi 40 stopinj, s splošno utrujenostjo, hujšim glavobolom, bolečinam v mišicah. Lahko je zamašen tudi nos, lahko so bolečine v žrelu, ampak tega je manj kot pri prehladu. Gripa traja približno teden dni. Kužni smo, dokler kašljamo, kihamo. Ravno tako je to kapljicna okužba, način prenosa je tak kot pri prehladu. Sezonsko gripa povzročajo virusi, ki krožijo v našem okolju. Nekaj ljudi je prekuženih, odpornih na to, ker so gripo že preboleli lani ali pred leti, protitelesa

Se prehladimo, če smo premalo oblečeni ali pa preveč, glede na zunanjou temperaturo?

"Ne morete se prehladiti samo zato, ker ste premalo oblečeni, če ni zraven še enega od virusov. Ste pa vsekakor bolj dovetni za prehlad, če ste premraženi, preobremenjeni, ker je vaš imunski sistem že sicer oslabljen."



Aleksander Stepanovič, dr. med.

pa v organizmu ostanejo. In zakaj se strokovnjaki tako bojijo nove gripe? "Zlasti zato, ker so v Mehiki zbolevali in umirali predvsem zdravi mladi ljudje, ki naj bi imeli dober imunski sistem. Ta vzorec pa se je pojavil že pri zloglasni španski gripi iz leta 1918, ko so ravno tako zbolevali in umirali mladi ljudje. Kombinacije podtipa virusa nove gripe še nikoli doslej ni bilo zaslediti in nihče na tem svetu na ta virus ni odporen, nihče nima protiteles, širi pa se hitro. Do sedaj nova gripa ni bila tako nevarna, kljub temu kaže vzorec, da je obolelih in umrlih med mlajšimi več, kot bi pričakovali. To je zaskrbljujoče, zlasti če bi prišlo še do mutacije virusa. Mislim, da se pandemiji pri nas ne bomo izognili."

simptomi	prehlad	gripa
telesna temperatura	redko zvišana	visoka 3 do 4 dni
glavobol	blag do zmeren	izrazit
bolečine v mišicah in sklepih	blage do zmerne	izrazite
splošno slabo počutje	blago	traja 2 do 3 tedne
izčpanost	nikoli	nenačna in izrazita
zamašen nos	pogosto	redko
kihanje	pogosto	redko
bolečina v grlu	pogosto	redko
bolečine v prsih, kašelj	blage do zmerne	pogosto, kašelj je lahko izrazit

**Perutnina**

**slim & fit**

**ZA VITKO IN ZDRAVO TELO**

[www.perutnina.com](http://www.perutnina.com)

**SAMO 2% MAŠČOB**

# AKTUALNO

## Vročinski krči

**Vročinski krči so vrsta epileptičnih napadov, ima jih pet odstotkov otrok. V večini primerov niso nevarni in prenehajo sami po nekaj minutah. Pomembno je, da starši vemo, kako je potrebno ravnati v tem primeru.**

PETRA LOGAR

**V**ročinski krči se najpogosteje pojavijo med šestim mesecem in šestimi leti. Veličokrat se ne ponovijo več, predvsem če je otrok pravilno zdravljen ob naslednji vročini, včasih pa se ponovi. Vročinski krči, ki prenehajo sami od sebe po nekaj minutah, niso nevarni za otroka. Vseeno mora zdravnik vedno, ko je imel otrok krče, otroka videti in pregledati. Otrok, ki je imel vročinske krče prvič, ponavadi ostane na opazovanju v bol-

nišnici nekaj dni. Zdravnik predpiše ustrezno terapijo in pouči starše, kako ravnati ob morebitni ponovitvi.

### Zakaj se pojavi

Vročinski krči naj bi bili povezani z določenimi virusi, ki napadejo otrokov organizem. Nastali naj bi zaradi nepravilnega delovanja možganov ob vročini. Niso nevarni, se pa starši ob pogledu na otroka, ki jih doživlji, zelo prestrašijo. Veliko večja verjetnost, da bo vaš otrok imel vročinske krče, je, če jih je že imel kdo iz družine. Najpogosteje se pojavi ob vročini, ki ne

presega 39 stopinj Celzija. V redkih primerih pa ti nastopajo že prej.

### Kako jih prepoznamo

Otrok, ki doživi vročinske krče, navidezno preneha dihati. Oči obrne nazaj, njegovo telo je v krču, se ne odziva. Usta ima rahlo priprta, trd vrat, roke in noge se enakomerno tresejo. Lahko ima tudi modra usta in peno na njih.

### Kako ukrepamo

Če otrok doživi vročinske krče, je zelo pomembno, da ga prevalimo na bok in tako preprečimo zadušitev. Ob-

varujemo ga z blazinami, da se ne poškoduje. Hladimo ga. Najbolje je, da ga odnesemo pod prho, ki naj ne bo premrzla. Hladimo trebušček oziroma celo telo. Ne hladimo samo nog! Pomembno je, da se ohladi telo in ne okončine.

### Zdravilo

Otrokom, ki so že doživeli vročinske krče, zdravnik predpiše zdravilo za zniževanje vročine. To je nekoliko močnejše od običajnega in ga ob vročini damo otroku v črevo. Prav tako zdravnik predpiše pomirjevalo, ki ga otroku damo v primeru, če vročinski krči po nekaj minutah ne popustijo. Tudi tega damo otroku v črevo. Če tudi po pomirjevalu krči ne prenehajo, stisnemo novo dozo. Če še vedno ne prenehajo, moramo otroka takoj odpeljati do najbližje zdravnika ali pa poklicati nujno zdravniško pomoč. Vročinski krči, ki po nekaj minutah ne popustijo, traj-

jo lahko tudi trideset minut ali več. Ti krči so lahko za otroka zelo nevarni. Približno en odstotek otrok ima nevarne vročinske krče.

### Zbijanje vročine

Pri otrocih zbijamo vročino, ki smo jo merili pod pazduho, takrat, ko doseže 38,5 ° stopinje Celzija. Otrokom z vročinskimi krči pa moramo vročino zbijati že pri 38 stopinjah Celzijah. Najboljše zdravilo so svečke, ki jih vstavimo v debelo črevo. Zbijamo pa lahko tudi z mlačnimi obkladki, ki jih otroku polagamo na trebušček, ali z mlačno kopeljo. Strah, da se bo otrok prehaldil, je odveč. Otrok, ki ima vročino, je že bolan in s kopeljo ali obkladki mu le pomagate. Kadar ima otrok vročino, naj bo le v plenički ali spodnjem perilu. Soba, v kateri leži, naj ne bo vroča. Pokrit naj bo s tanko rjuhu. Ves čas mora biti pod nadzorom odrasle osebe.

### izkušnja z vročinskimi krči

Izkušnja mamice Tanje Zalar: "Moj miško Til se je prebudil iz popoldanskega spanja sumljivo vroč in rdeč. Zmerila sem mu vročino, imel je nekaj čez 38 stopinj. Dala sem mu sirup, nakar je malček otrdel in nehal dihati. Najprej sem ga potrkaла по hrabtu, bila sem prepričana, da se mu je zaletel sirup. Pa ni odreagiral. Začela sem kričati, še vedno je bil otrdel, bila sem prepričana, da ne diha, imel je izbuljene oči. Z možem sva odhitela v avto in odpeljali smo se do bolnišnice, ki je oddaljena petnajst minut vožnje. Med potjo sem ga oživila, kar naenkrat sem se spomnila vseh prijemov iz prve pomoči, ki so me jih učili pred dvajsetimi leti, in ves čas sem govorila, da ne diha. Po nekaj minutah pa sem le začutila rahlo dihanje.

V bolnišnici sem kričala, naj mu pomagajo. Naenkrat je bilo okrog njega šest zdravnikov, jaz pa sem se zgrudila po tleh. Mož ni vedel, komu naj pomaga. Otrok je dobil zdravilo in krči so končno popustili.

Naslednje tri dni sem preživel nekje med nebom in zemljjo, med termometri, infuzijami, antibiotiki. V groznom strahu. Srečala sem se z grozo, ki se ji reče vročinski krči. Raziskovali smo, kdo v družini jih je imel in ugotovili, da sem bila ravno jaz tista, ki jih je preživel, vendar je moja mama šestintrideset let živila v zmoti, da sem imela reakcijo na penicilin in v vsaki moji zdravstveni kartoteki piše z

"Trije krči so povzročili, da mi gre od nervoze kar na bruhanje, če se mi samo zazdi, da je malček malenkost bolj vroč, kot bi bilo treba ..." "

rdečim CAVE penicilin. Pa sploh ni bilo res, imela sem vročinske krče. Po prihodu iz bolnišnice sem preštudirala, kar se preštudirati da na temo vročinskih krčev, in nenehno hodila okrog malčka s termometrom. Nenehno sem ga prijemała za čelo.

In tako je nekaj časa bil mir, nakar spet vročina, spet krči in spet smo prileteli na urgenco dobesedno nagi, v pižamah, bosi. Ampak drugič je bilo lažje. Več, kaj se dogaja, kaj storiti. Sem svetovna paničarka, ampak v tistem trenutku sem bila neskončno zbrana, zdravilo sem prvič dala tako, kot če bi to delala vsak dan. Malčka sem prijela in ga odpeljala v bolnišnico.

Glede na hitro ponovitev krča so nam v bolnišnici predlagali kontrolni pregled EEG in terapijo ob vročini z apaurinom. Test za epilepsijo je bil na našo srečo negativen. Nekaj časa smo potem imeli mir, potem pa spet. Novi vročinski krči. Otroka smo izpisali iz vrtca. Trije krči so povzročili, da mi gre od nervoze kar na bruhanje, če se mi samo zazdi, da je malček malenkost bolj vroč, kot bi bilo treba ..., in vsekakor vnesli nekaj strahu v naše življenje in "zahtevali" nekaj prilaganja. Kamorkoli gremo, pazimo, da je na dosegu bolnišnica, tovorimo hladilno torbo z zdravili, termometre, hladilne blazinice. In seveda upamo, da je bilo to dovolj. Da se krči ne ponovijo nikoli več."

### Gazirane pijače

### Pokovka je zdrava

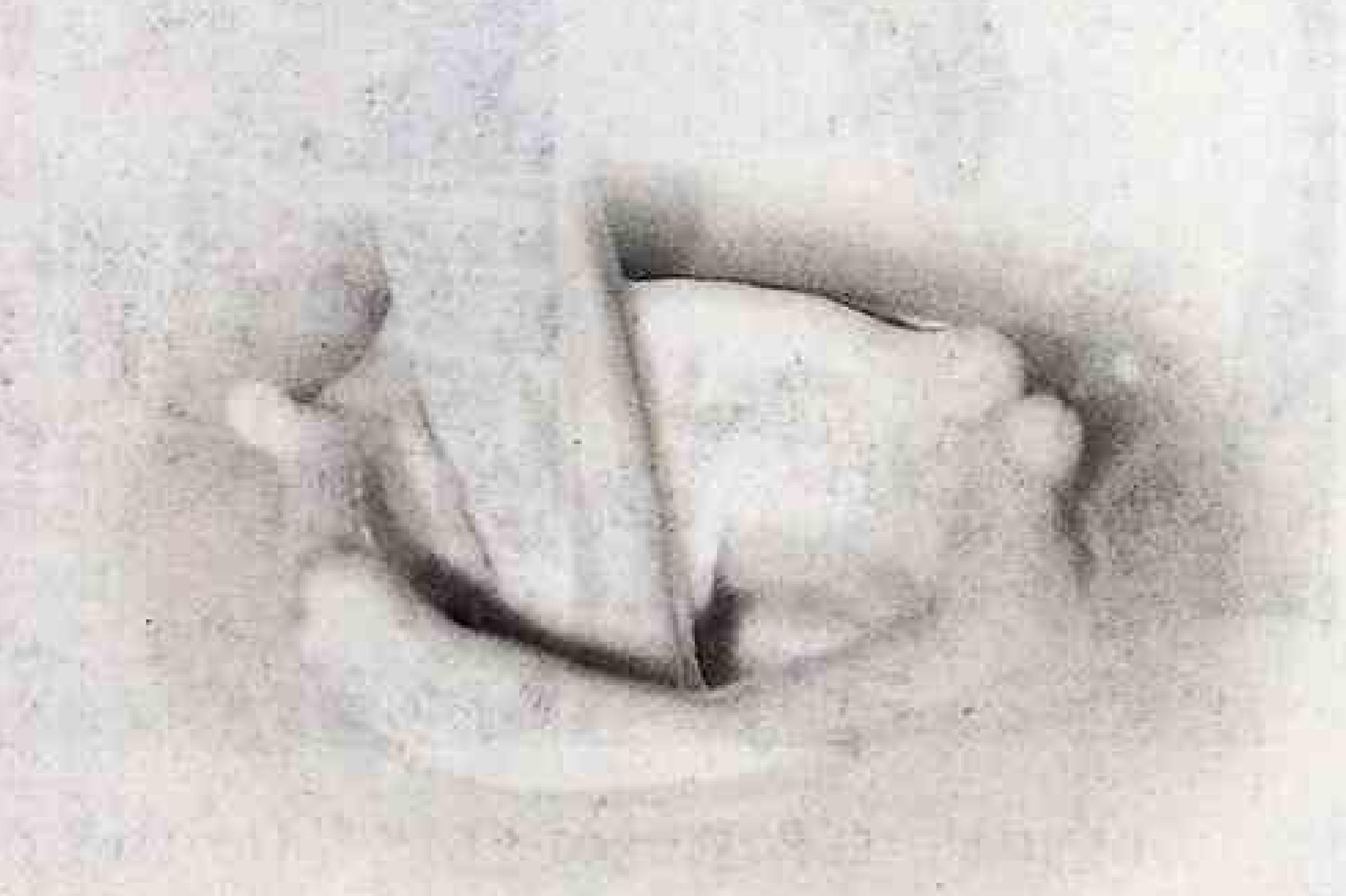
### Mleko za vitalnost

**A**meriški strokovnjaki so potrdili, da brezalkoholne gazirane pijače pospešujejo debelost pri odraslih za kar sedemindvajset odstotkov. Te vsebujejo poleg drugih škodljivih snovi tudi veliko sladkorja in kalorij. Vsekakor so zadnji podatki strokovnjakov zastrašujoči, saj naj bi v ameriških državah kar 41 odstotkov otrok in 62 odstotkov odraslih pilo brezalkoholne gazirane pijače namesto nesladkanih in negaziranih tekočin. Nedavne študije so pokazale, da uživanje gaziranih pijač poveča tudi možnost za nastanek različnih simptomov, kot so sladkorna bolezen, povišan krvni tlak, cholesterol. P. L.

**P**red kratkim narejena raziskava je pokazala, da pokovka spada med zdrave prigrizke. Vsebovala naj bi velike količine polifenola, to je vrsta antioksidanta, ki je zelo koristen za zdravo prehrano. Polifenol preprečuje nastanek rakovih in srčno žilnih obolenj. Zato pokovka spada med sam vrh zdravih prigrizkov.

Pomembno pa je, kaj se pokovki dodaja in v kakšni količini. Ponavadi se ji doda veliko več soli, kot je priporočljivo. Otroci naj bi dnevno zaužili do tri, odrasli pa do šest gramov soli. Zdravniki opozarjajo, da imajo otroci, ki večkrat uživajo preslanjo pokovko, lahko kasneje težave z visokim krvnim tlakom. P. L.

**B**ritanski znanstveniki trdijo, da imajo osebe, ki so v otroštvu uživale veliko mleka in mlečnih proizvodov, daljšo življenjsko dobo. V raziskavi je sodelovalo več kot štiri tisoč oseb, rojenih v tridesetih letih prejšnjega stoletja. Pokazalo se je, da so tisti, ki so uživali veliko mleka in mlečnih proizvodov, bolj vitalni od tistih, ki jih niso uživali dovolj. Študije so pokazale, da z dnevnim vnosom 400 miligramov kalcija, kolikor ga dobimo iz treh decilitrov mleka, kar za 60 odstotkov zmanjšamo možnost za nastanek možganske kapi. Zadostna količina kalcija v organizmu znižuje krvni tlak in s tem preprečuje bolezni srca in ožilja. P. L.



## SPROSTITEV

# Talasoterapija in savnanje z roko v roki

KATARINA PODNAR

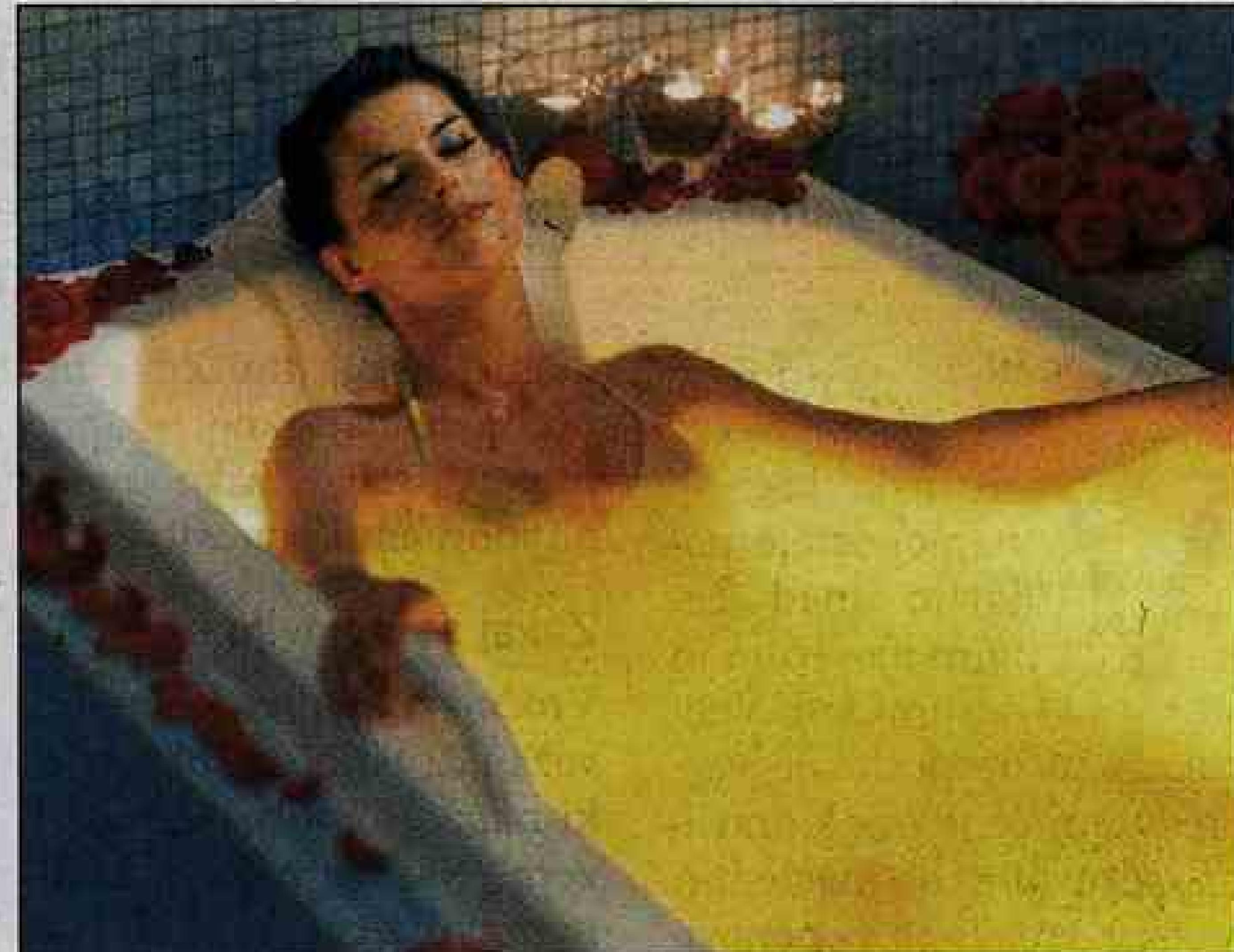
**Z**e vrsto let se proizvodi morja povezujejo z dobrim zdravjem. To označuje talasoterapija, ki se vse bolj uveljavlja na področju rehabilitacije in kozmetike, s pridom pa jo uporabljajo tudi pri wellness storitvah. Tako so pet "morskih zdravnikov" povezali v družino, ki obeta ne le razvajanje telesa in duha, ampak tudi ohranjanje zdravja. Tako slanico (Acqua Madre), solinsko blato (Fango), lokalno morsko klimo, morsko in termomineralno vodo, za boljše učinke kombinirajo še s savno. Splet metod priporočajo kot uspešen način za razstrupljevanje in prečiščevanje telesa, za katerega je po mnenju strokovnjakov poleg pomladni najboljši čas tudi jesen.

### Očiščevanje s savnanjem

Zasičenost organizma s škodljivimi odpadnimi produkti je pogosto vzrok pre-



Fango obloga | ARHIV LIFECLASS HOTELS & SPA



Talasso obloga | ARHIV LIFECLASS HOTELS & SPA

utrujenosti, slabega počutja, pa tudi prenekaterje zdravstvene težave. Zato je savna že od nekdaj uspešen način, da se dodata preznojimo in s tem prečistimo svoje telo. Savna pozitivno vpliva na krvni obtok, pospešuje srčni utrip in prebavo. Redni obiski povečujejo odpornost organizma, kar pomaga premagovati prehladna obolenja, ki so pogosteje v zimskem času, blagodejno pa vpliva tudi na vse, ki ima-

### Slanica in solinsko blato

Slanica je stranski proizvod pri proizvodnji soli in je izredno bogata z bromom, jodom in magnezijem. Dokazano krepi obrambne sposobnosti telesa, pospešuje krvni obtok in povečuje dovaja-

jo težave z obolenji dihal. V kombinaciji z aromaterapijo, ki uporablja različna etrična olja, se koristni vplivi na telo in duha še povečajo.

nje kisika. Vse to pozitivno vpliva tudi na kakovost kože, ki postane z njeno uporabo bolj elastična, napeta in zdrava. Ob tem jo uporabljajo tudi pri protiblečinski terapiji ter različnih metodah za sprostitev.

tudi pri revmatičnih obolenjih, akutnih stanjih sklepovalnih in po operacijah.

### Zdravničina navodila

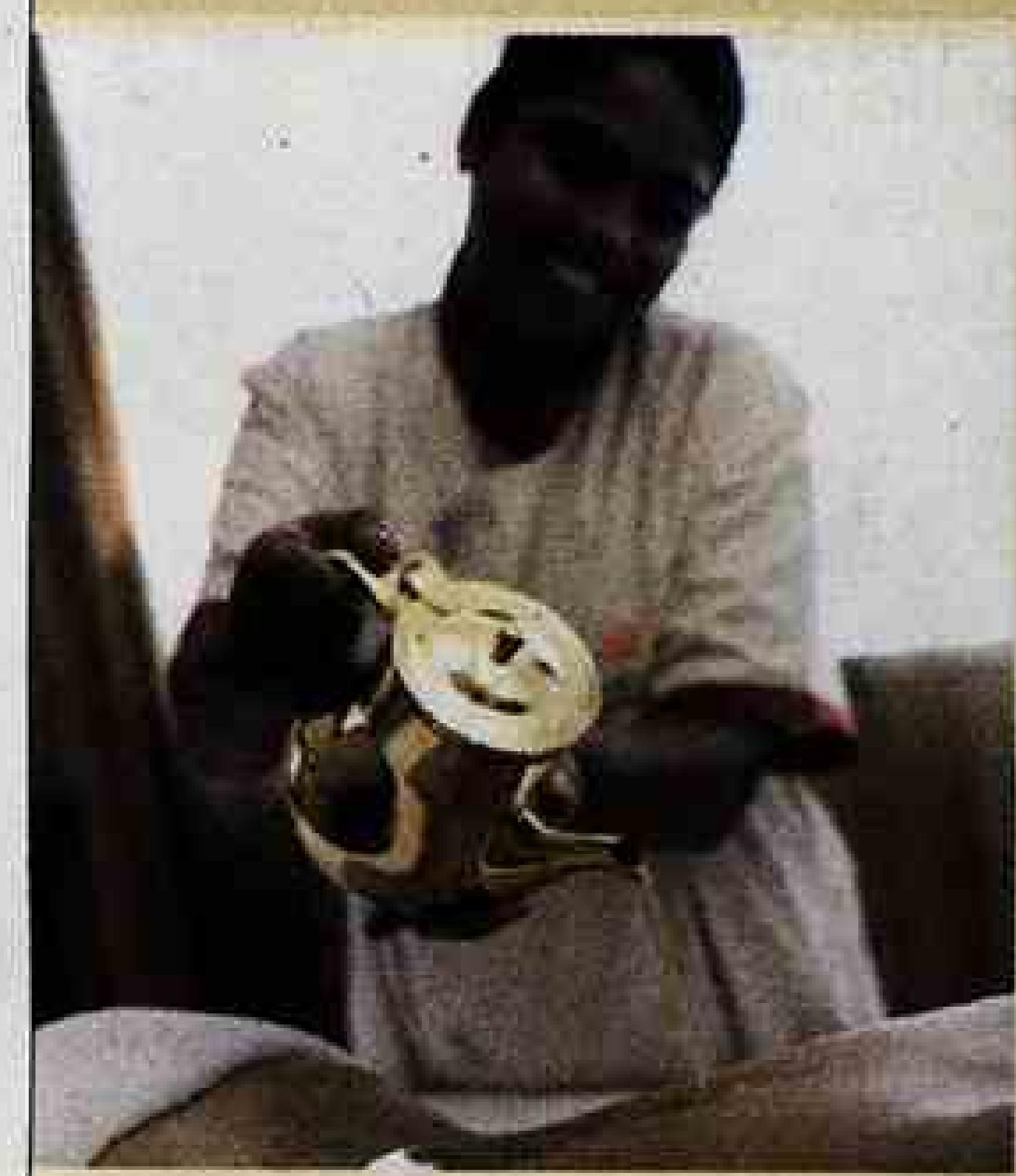
Dr. Lepa Veljanovič, Terme & Wellness LifeClass, svetuje: "Za optimalni učinek talasoterapije je potrebno opraviti vsaj 6 do 10 postopkov, seveda pa je marsikaj odvisno od težav in splošnega zdravstvenega stanja osebe. Thalasso vikend zajema

*Življenje je lepše,  
ko ste sproščeni*



### NAJCELOVITEJŠA TERMALNA, ZDRAVSTVENA IN WELLNESS PONUDBA V EVROPI

V naših centrih Wai Thai, Shakti-Ayurveda, Thalasso, Sauna Park in pokritih bazenih bomo poskrbeli za vaše dobro počutje, sprostitev in popoln oddih. Vabljeni!



### VIKEND PAKET

že od **99 €** na osebo

#### POSEBNI PROGRAMI

- dietni • razstrupljevalni
- pomlajevalni
- program za preprečevanje izgorelosti



**LIFECLASS**  
HOTELS & SPA

## FARMACEVTOV NASVET

# Zdravila in mladostniki

Lekarniški farmacevti se zavedamo, kako pomembno je izobraževati mladostnike na področju pravilne in varne uporabe zdravil. Želimo, da se vsak mladostnik zaveda, da v lekarni od lekarniškega farmacevta vedno lahko dobi verodostojno informacijo o svojem zdravilu, pravilni uporabi, neželenih učinkih, pravilnem shranjevanju, medsebojnem delovanju ... Zakaj prav lekarniški farmacevti? Ker smo dostopni in predvsem, ker smo strokovnjaki za zdravila.

### Kdo so mladostniki

Mladostniki niso več otroci, hkrati pa še niso odrasli. V obdobju mladostništva umeščamo ljudi med 10. in 24. letom starosti. To obdobje zaradi razvojnih sprememb lahko razdelimo v tri skupine: zgodnje mladostništvo (od 10. do 14. leta), srednje mladostništvo (od 15. do 18. leta) ter pozno mladostništvo (od 19. do 24. leta). Mladostnik in celotno okolje, v katerem živi (družina, šola ...), se soočajo s številnimi spremembami na telesni, razumski, čustveni, osebnostni in družbeni ravni. Ob koncu otroštva se mora najprej prilagoditi na hitre telesne spremembe, sprejeti mora svoj zunanjji videz in začeti samostojno skrbeti za svoje telo in zdravje. Hkrati pa ob tem oblikuje spolno identiteto in razvija čustveno neodvisnost od družine in drugih odraslih. Mladostnik je v tem obdobju pod vplivom sveta odraslih in sveta vrstnikov, ki sta si med seboj zelo različna. Mladostniki so večinoma zdravi. S posebnostmi rasti in razvoja ter načnom življenja pa so povezani značilne zdravstvene težave, uporaba zdravil in tvegana vedenja v tem obdobju.

Za zdravje mladostnikov moramo skrbeti z namenom, da bodo mladostniki znali sprememati odgovornost za svoje zdravje in s tem zmanjšali število bolezni in smrti v mladosti in kasnejšem življenu, ohranili reprodukcijo človeka ter omogočili naslednji generaciji mladostnikov zdravo življenje.

### Kaj naj bi kot mladostnik vedel o zdravilih

#### Kaj so zdravila

Po definiciji je zdravilo vsaka snov ali kombinacija snovi, ki so predstavljene z lastnostmi za zdravljenje ali preprečevanje bolezni pri ljudeh in živalih. Lahko so v različnih farmacevtskih oblikah (tablete, kapsule, siripi, svečke ...). Zdravila imajo v navodilu za uporabo navedene verodostojne informacije o delovanju, učinkovitosti, opozorilih, previdnostnih ukrepih, kontraindikacijah, neželenih učinkih itd. To velja tudi za zdravila razilinskega izvora.

#### Dostopnost do zdravil

Zdravila se med seboj razlikujejo po dostopnosti. Nekatera lahko dobiš v lekarnah le na zdravniški recept, spet druga lahko kupiš v lekarni brez recepta. Nekaj zdravil,



**Več o tej temi je v knjižici z naslovom Zdravila in mladostniki, ki je na voljo v vseh lekarnah.**

predvsem tistih iz zdravilnih rastlin, pa lahko kupiš tudi v specializiranih prodajnah.

#### Vsi izdelki v farmacevtskih oblikah niso zdravila

Prehranska dopolnila so le živila, katerih namen je dopolnjevati običajno prehrano. Vsebujejo vitamine, minerale, maščobne kisline, rastlinske izvlečke ... Pomembno je, da veš, da prehranska dopolnila, kljub temu da so na videz podobna zdravilom, to niso. Upoštevati moraš dejstvo, da nobenemu izmed prehranskih dopolnil niso dokazani zdravilni učinki v nadzorovanih študijah, tako kot to velja za zdravila. Prehranska dopolnila morajo biti ustrezno označena. Med drugim jih lahko prepoznaš tudi po napisu Prehransko dopolnilo na škatlici.

#### Kaj naj bi kot mladostnik vedel o svojih zdravilih

Pomembno je, da veš, da se lahko glede pravilne in varne uporabe zdravil vedno obrneš na lekarniškega farmacevta.

**Ime zdravila** - Najosnovnejše, kar moraš vedeti o svojem zdravilu, je ime. Farmacevti opažamo, da se pri mnogih uporabnikih zdravil, kljub dolgotrajnemu jemanju določenih zdravil, zatake že pri imenu. Ker proizvajalci zdravil tržijo v isti državi ali v različnih državah enaka zdravila pod različnimi imeni, ki so si včasih podobna, je dobro, če poznaš tudi ime zdravilne učinkovine.

**Zakaj ga uporabljaš in kako deluje** - Poznati moraš namen uporabe zdravila. Priporočljivo je poznati tudi način delovanja. Tako boš zdravilo bolj pravilno uporabljal, hkrati pa se boš izognil sočasnemu jemanju zdravila.

zdravil z enakim ali podobnim učinkom.

**Kako ga pravilno uporabiš** - Zdravilo lahko doseže svoj namen le ob pravilni uporabi. Zato se vedno dobro prepričaj o pravilni uporabi svojega zdravila. Kadar pa si v dvómh, brez odlašanja za nasvet vprašaj lekarniškega farmacevta. Vedno pred jemanjem zdravila preberi tudi priložena pisna navodila. Nikoli ne zanemari vpliva hrane in pijače na zdravilo. Na splošno se kot tekočina za jemanje zdravil priporoča voda, glede hrane pa se moraš prepričati za vsako zdravilo posebej.

**Kdaj ga moraš vzeti in kako dolgo ga boš uporabljal** - Točnost jemanja je pri določenih zdravilih izrednega pomena, saj učinkovitost zagotavlja le jemanje ob točno določenem času, v ustreznih časovnih intervalih in predpisani čas zdravljenja. Najbolj je to pomembno pri zdravljenju z antibiotiki. Neupoštevanje časovnega odmerjanja vodi v neuspeh zdravljenja, ponovitev bolezni in/ali razvoj odpornosti na antibiotik.

**Kaj storиш, če izpustiš odmerek zdravila** - Če želiš doseči optimalen učinek zdravila, moraš biti pri jemanju discipliniran. V primeru, da požabiš zdravilo ob določenem času, pa je najbolje, da v priloženem navodilu prebereš, kakšni so ukrepi.

**Kakšni neželeni učinki lahko nastopijo in komu lahko poveš o njih** - Vsako zdravilo lahko poleg želenega učinka povzroči tudi neželenne učinke.

Če jih opaziš pri sebi, o tem obvesti svojega zdravnika ali farmacevta v lekarni, ki bo ocenil, kako resni so, in predlagal nadaljnje ukrepe. Med neželenimi učinkini spada tudi vpliv zdravila na sposobnost upravljanja z vozili ali delo s stroji. Če že imaš vozniški izpit, se vedno pozanimaj, ali ob jemanju nekega zdravila lahko nemoteno voziš avto.

Na zdravilih je absolutna in relativna prepoved vožnje označena tudi že na škatlici zdravila s polnim oziroma praznim trikotnikom. Neželeni učinki zdravila se lahko odražajo tudi na zarodku, zato se o tem vplivu prepričaj in se ustrezno zaščti pred možnostjo zanositve. **Kako pravilno shranjuješ zdravilo** - Navodilo za pravilno shranjevanje zdravila je navedeno na škatlici zdravila, v primeru posebnosti pa te bo na to opozoril tudi lekarniški farmacevt ob izdaji zdravila.

### Kje naj mladostnik išče informacije o zdravilih in zdravstvenih težavah

Obstajajo različni viri, kjer lahko prideš do informacij o zdravilih in zdravstvenih težavah. V grobem pa jih lahko razdelimo v dve skupini: **- Viri, ki jim lahko zaupaš** - starši, zdravniki, učitelji, skupine za samopomoč, navodilo za uporabo zdravila in predvsem lekarniški farmacevti. Z lekarniškim farmacevtom se lahko vedno pogovoriš, brez predhodne najave. V lekarni imamo poseben prostor, kjer boš lahko nemoteno zastavil tudi osebna vprašanja. Večina lekarn ima svoje spletnne strani, kjer se lahko pozanima o stvareh, ki te zanimajo. V primeru, da za svojo težavo ne najdeš odgovora, pa lahko pošliš vprašanje tudi preko e-pošte. Tudi Gorenjske lekarne imamo svojo spletno stran na naslovu [www.gorenjske-lekarne.si](http://www.gorenjske-lekarne.si), kjer je tudi možnost zastavljanja vprašanj farmacevtu.

**- Viri, ki jim ne moreš popolnoma zaupati** - vrstniki, splet, revije

### Katere so najpogosteje zdravstvene težave in tvegana vedenja za zdravje mladostnikov, ki lahko vplivajo tudi na pravilno in varno uporabo zdravil

Najpogosteje težave v mladostništvu so: težave s kožo, namerne ali nenamerne poškodbe, motnje duševnega in družbenega zdravja, motnje hranjenja, neredna telezna dejavnost, nezdrava prehrana in tvegano spolno življenje.

Med najpogosteje oblike tveganega vedenja, ki lahko resno ogrožijo zdravje, spadajo: alkohol, tobak, prepovedane droge, anabolni steroidi in energijske pijače.

Pomembno je, da se mladostnik zaveda, da lahko vsa ta tvegana vedenja vplivajo tudi na učinkovitost in varnost pri uporabi zdravil. Tako alkohol kot tobak vpliva na mnoga zdravila v tolikšni meri, da se jim toliko poveča ali zmanjša učinek, da bi bilo to lahko škodljivo. Podobno velja tudi za prepovedane droge. Vprašljiva pa je tudi zanesljivost in točnost jemanja zdravil mladostnika pod vplivom teh substanc.

Čas mladostništva je bil vedno čas veselja, radosti do življenja, čas načrtov, rasti in zdravja. Naj tako tudi ostane.

**Nataša Pazlar, mag. farm.**



**Poprova mete**

### Eterično olje poprove mete lajša tenzijski glavobol

Le redki se še niso srečali s **tenzijskim glavobolom**. To je najpogostejša oblika glavobola, ki se lahko pojavi pri ljudeh vseh starosti. Občutimo ga kot stiskanje okoli glave ter napetost v predelu senc, čela, obraza in vratu. Lahko se razširi po vsej glavi in včasih navzdol v tilnik in ramena. Topa bolečina, ki je navadno blaga do zmerna, lahko traja samo pol ure, v najslabšem primeru pa se vleče tudi več dni. Glavobol običajno nastopi zjutraj ali dopoldne in se čez dan slabša. Največkrat ga sprožijo preobremenitve, kot so duševni stres, utrujenost, neudobna lega telesa ali slaba drža. Pri lajšanju tenzijskega glavobola najprej poskusite s počitkom in sprostitvijo. Koristna je tudi nežna masaža mišic vratu, ramen in glave. Šele ko ti ukrepi niso učinkoviti ali pa nihovo izvajanje ni mogoče, se odločite za uporabo zdravil proti bolečinam. Le-teh ne uporabljajte prepogosto, saj lahko dolgotrajna uporaba zdravil za lajšanje glavobola povzroči tako imenovani "z zdravili povzročen glavobol", kar ni redek pojav.

Eno od naravnih zdravil za lajšanje tenzijskega glavobola je tudi **eterično olje poprove mete**. V več kliničnih raziskavah so potrdili učinkovitost raztopine eteričnega olja poprove mete v etanolu, ki so jo ob pojavi glavobola nanašali bolnikom na čelo in na sence. Pri večini bolnikov se je jakost bolečine znatno zmanjšala v primerjavi s skupino, ki je prejemala placebo (navidezno zdravilo). Eterično olje je bilo enako učinkovito kot običajni protiblečinski zdravili paracetamol in acetilsalicilna kislina v odmerku 1000 mg, kar pomeni, da ob nanašanju eteričnega olja na čelo in na sence dosežemo enak učinek, kot če zaužijemo dve tabletki aspirina. Raziskave so pokazale tudi, da eterično olje poprove mete ne pomaga pri lajšanju migrenskega glavobola. Zanimiva je ugotovitev raziskovalcev, da eterično olje poprove mete deluje na receptorje za mraz v koži, ki imajo pomembno vlogo v nastanku in razvoju glavobola. Daje občutek hlajenja na koži, pospešuje prekravitev kože na mestu nanosa, sprošča mišice ter tako lajša bolečine pri glavobolu.

Galenski laboratorij Gorenjskih lekarov izdeluje **gel z eteričnim oljem poprove mete**, ki je namenjen lajšanju bolečin pri blagjem do srednje hudem tenzijskem glavobolu. Ob pojavi glavobola ga v tankem sloju vtremo na čelo in na sence.

**Tjaša Prevodnik, mag. farm. spec**

Za dodatne informacije smo vam na voljo v naših lekarnah ali na spletni strani <http://www.gorenjske-lekarne.si>.



**gorenjske lekarne**

Lekarniške enote: Bled Zlatorog, Bohinjska Bistrica, Cerknje, Gorenja vas, Jesenice, Kranj, Kranjska Gora, Kropa, Lesce, Planina, Planina II, Podlubnik, Preddvor, Primskovo, Radovljica, Stražišče, Šenčur, Škofja Loka, Tržič, Železniki, Žiri, Žirovnica

Farmakoinformativna služba • Galenski laboratorij • Kontrolno analizni laboratorij

# Gorenjci in zdravje

"Sem velik ljubitelj hoje, kolesarjenja, deloma teka, plavanja. Rekreiram se vsaj štirikrat na teden, vsakič po najmanj dve uri. Prehranjujem se zdravo, že trideset let ni delovnega dne brez zajtrka. Za zajtrk imam sadje, črn kruh z medom in belo kavo. Za malico jem sadje, kosilo imam doma, večerjam praviloma ne. Že trideset let imam enako težo."

Jože Veternik, direktor Osnovnega zdravstva Gorenjske

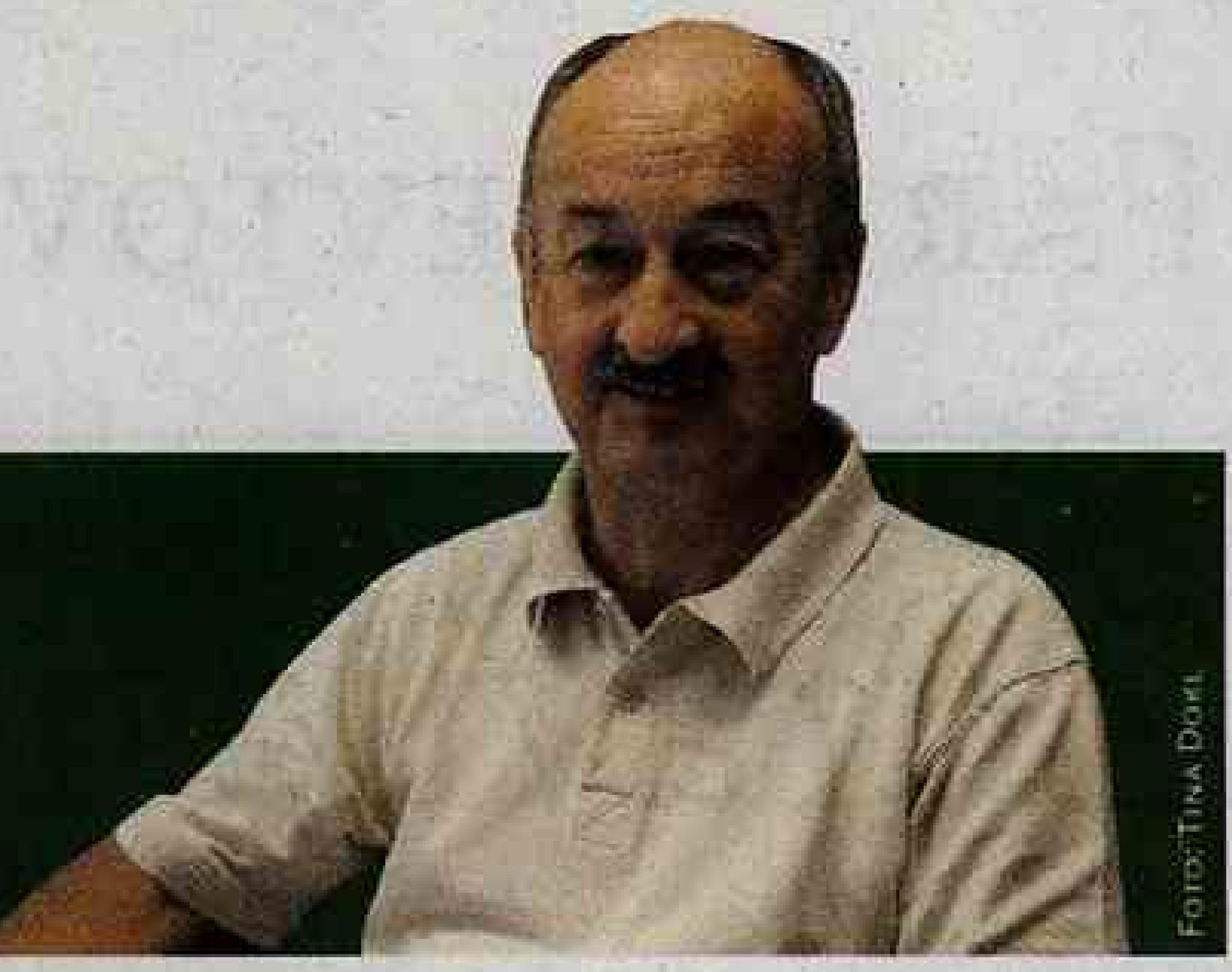


FOTO: TINA DOKL

## Pomanjkanje krvi

**I**z Zavoda Republike Slovenije za transfuzijsko medicino so sporočili, da so se v zadnjih tednih zaradi povečane potrebe po krvi (hude prometne nesreče, operativni programi) zalage krvi zmanjševale in trenutno niso zadostne. Zato pozivajo vse krvodajalce, da se v večjem številu udeležijo rednih krvodajalskih akcij v najblžjem kraju ali pa na odvzem krvi pridejo posamično. Na odvzem krvi lahko pridete na Zavod RS za transfuzijsko medicino v Ljubljani na Šlajmerjevo 6 v Ljubljano od 7. do 17. ure in ob sobotah od 8. do 12. ure. Nov delovni čas velja do preklica! Oddelek za transfuzijsko dejavnost na Jesenicah odvzeme opravlja v okviru rednega urnika odvzemov. Seznam rednih krvodajalskih akcij, ki jih organizira Rdeči križ Slovenije, najdete na spletni strani [www.rks.si](http://www.rks.si) ali spletni strani Zavoda RS za transfuzijsko medicino [www.ztm.si](http://www.ztm.si).

Kri lahko daruje vsak, ki je dobrega zdravja; med 18 in 65 let starosti; tehta vsaj 50 kg; zadnje mesece ni imel večje operacije; v zadnjem letu ni prejel transfuzije; moški, ki vsaj tri mesece ni daroval krvi; ženska, ki vsaj štiri mesece ni darovala krvi in v zadnjem letu ni bila noseča. S. K.

## Rožnati oktober

**R**ožnati oktober je svetovni mesec boja proti raku na dojkah, ki je še vedno najpogosteji rak pri ženskah. V Sloveniji vsako leto na novo zboli približno 1.100 žensk. Rak na dojkah je dobro ozdravljiv, če je odkrit zgodaj. Zato je za zmanjševanje umrljivosti pomembno predvsem zgodnje odkrivanje bolezni, takojšnje učinkovito in vsaki bolnici prilagojeno zdravljenje ter rehabilitacija. Tudi letosni rožnati oktober je odprt Tek za upanje pod sloganom Zaveži za življenje. Skupaj s podporniki teka v Ljubljani in Mariboru je Evropski Donne v Ljubljani uspelo zbrati sredstva v višini 7.000 evrov, ki bodo namenjena nakupu opreme za ambulantno kemoterapijo na Onkološkem inštitutu in UKC Maribor. Poseben datum je tudi 15. oktober, ki ga je Evropska zveza Europa Donna predlagala kot Dan zdravih dojk in ga letos obeležujemo drugič. Področja, na katerih je Europa Donna še posebno aktivna, so posebni problemi mladih bolnic z rakom na dojkah (do 40. leta), pacientove pravice in preventivni presejalni program DORA. Prizadevanja gredo v smeri, da bi se program DORA, v katerega trenutno vabijo samo Ljubljjančanke, v čim krajšem času razširil tudi na druga območja Slovenije. S. K.

## Ajurveda

**V**hotelu Creina v Kranju bo v četrtek, 15. oktobra, ob 19. uri na povabilo KETER centra predaval Mahariši Ajurvede dr. Wolfgang Schachinger. Ajurveda je znanost o dolgem življenu in izvira iz pradavne Vedske kulture z območij Himalaje. Je najstarejši in najcelovitejši sistem zdravljenja na svetu. V Indiji je danes ta sistem tradicionalne medicine popolnoma priznan, dnevno ga prakticira preko pol milijona zdravnikov. Dr. Wolfgang Schachinger je zdravnik ajurvede evropskega formata in priznan pulz diagnostik šole dr. Raju - šole indijskega zdravnika, ki je ena redkih še ohranihla ta starodavna znanja branja pulza. Eden glavnih razlogov, da je KETER center povabil dr. Schachingerja v Slovenijo, je, da že tri desetletja uspešno združuje splošno družinsko zdravniško praksos šolske medicine v svoji ordinaciji in prakso ajurvede. Dr. Schachinger bo imel predavanje na temo Najboljši nasveti ajurvede (zakaj potrebujemo ajurvedo, če obstaja šolska medicina; principi ajurvedske medicine; terapije v ajurvedi; diete, masaže; pulz diagnoza (na sliki); kako si s temi znanji sami pomagamo...) Dan zatem bodo v KETER Centru v Kranju organizirani tudi individualni posveti z zdravnikom za vse, ki si to želijo. S. K.



## Čebelji pridelki, moč narave

SLAVKA ŠINK,  
ČEBELARSKO DRUŠTVO  
BRITO-PREDOSLJE

**nasvet**



Že dolgo je znano, da čebelji pridelki, kot so med, cvetni prah, propolis in matični mleček, pomagajo lajšati vsakdanje tegobe. Še najbolje je, če pridelke uživamo iz okolja, v katerem živimo, saj tako v telo ne vnašamo sestavin, ki so slovenskemu človeku tuje. Vsaka vrsta medu daje jedi ali pijači svojo aroma, še posebej sta pri nas cenjena cvetlični in mešani gozdni med. Akacijev med je bolj lahek, primeren na primer za sladkanje čaja, kave in drugih pijač; med je tudi sicer najbolj pristno naravno sladilo. Gozdni med je temne barve in vsebuje veliko rudinskih snovi in je zdravilen pri vnetju dihalnih poti in živčni napetosti. Cvetlični med krepi žle in srce, lipov med krepi organizem (ker povzroča poteze, je manj primeren za srčne bolnike), kostanjev med ugodno deluje na prebavila, jetra ter ne-

spečnost, akacijev med blaži utrujenost ... Pred spanjem naj bi se človek umiril, a vedno ne gre; poskusite v mlačno mleko zamešati žlico ali dve medu in to spijte, preden se odpravite v posteljo. Paziti morate, da medu ne dodajate v tekočino (čaj, mleko, ...), ki ima več kot 40 stopinj Celzija, saj se v tem primeru vse koristne sestavine, ki so v njem, uničijo. Včasih slišim od koga, da je bil močno prehljen in je užival med, ki pa mu ni takoj pomagal k hitrejši ozdravitvi. Med ni antibiotik in ne pomaga, ko ste že v akutnem stanju bolezni, deluje pa preventivno kot podpora organizmu, zato naj bi ga jedli kar čez celo leto. Učinkovita je tudi kombinacija medu in jabolčnega kisa (nekaj žlic zamešate v mlačno vodo in spijete na tešče), kar naj bi zniževalo holesterol, blagodejno delovalo na

želodec in vplivalo na vitalnost. Vitamininska bomba je limonada; v mlačno vodo stisnete sok limone in dodate žlico medu. Vsak naravni med se strjuje, kar je samo dokaz, da je zares naravni. Če ga želite nazaj utekočiniti, ga pogrejete, vendar temperatura pri segrevanju ne sme preseči štirideset stopinj Celzija. Med je uporaben tudi za celjenje ran. Odlične so kopele z medom, tudi za otroke. Cvetni prah uživate samega, lahko pa ga vmešate v vodo, jogurt, med. Še svežega zamrznete ali posušite, sicer se pokvari. Vsebuje veliko hraničnih snovi in se ga zelo priporoča vegetariancem. Preventivno ga jemljete dvajset gramov na dan, otroci pa polovico manj. Najbolje ga je jemati spomladis in jeseni, trikrat na dan in tri mesece. Alergiom, astmatikom svetujemo, naj bodo pri uživanju cvetnega

prahu zelo previdni, še posebej, če ta prihaja iz tujih dežel.

Uporaba matičnega mlečka je oblika terapije. Uživa se ga v manjših količinah (stejemo ga v gramih) z medom in cvetnim prahom. Je zelo hranljiv. Še svežega moramo zamrznuti, sicer se pokvari. Preprečuje vnetje, pomaga pri astmi, blaži težave v menopavzi, povečuje imunost organizma, povečuje razvoj (dekleton se pred jemanjem svetuje pogovor z zdravnikom), lajša bolečine pri kroničnih boleznih ... Daje energijo. Propolis je sestavljen iz različnih rastlinskih smol, ki jih čebeli nabirajo na smolnatih pokih. Deluje proti bakterijam, glivicam in virusom. Velja za naravni antibiotik in ga dobite kot tinkturo, vmesan je v razne kreme, zobne paste, mila, bonbone ... S propolisom pozdravite herpes, če ga nanesete takoj,

ko se herpes pojavi. Z njim zdravite okužbe v ustih, lajšate zobobol, odpravite neprijeten zadah iz ust. Če vas praska v grlu, kanete nekaj kapljic propolisa na žliko sladkorja, medu in to čim dlje časa zadržite v ustih (mlajšim od šest let se ga ne priporoča s prisotnostjo alkohola). Propolisova krema se uporablja tudi pri težavah z obnohtnim tkivom, pri kožnih izpuščajih, pri udrgninah na koži (ni pa primeren za "žive" rane). Blaži bolečine pri vnetju želodčne sluznice (sedem do osem kapljic kanete v mlačno vodo dvakrat na dan).

Novost, ki prihaja tudi k nam, je t.i. mikroklima čebelnjaka. V prirejenem prostoru v čebelnjaku vdihavamo zrak iz panja, eterična olja, čutimo vibracije čebel, kar blagodejno deluje na človeško telo, ga pomirja in ugodno deluje na astmatike.

## GZS: izhoda iz krize še ni

Na GZS so prepričani, da nas v Sloveniji prave posledice gospodarske krize še čakajo. Gorenjsko gospodarstvo pa še naprej nazaduje tudi v slovenskem merilu.

ŠTEFAN ŽARGI

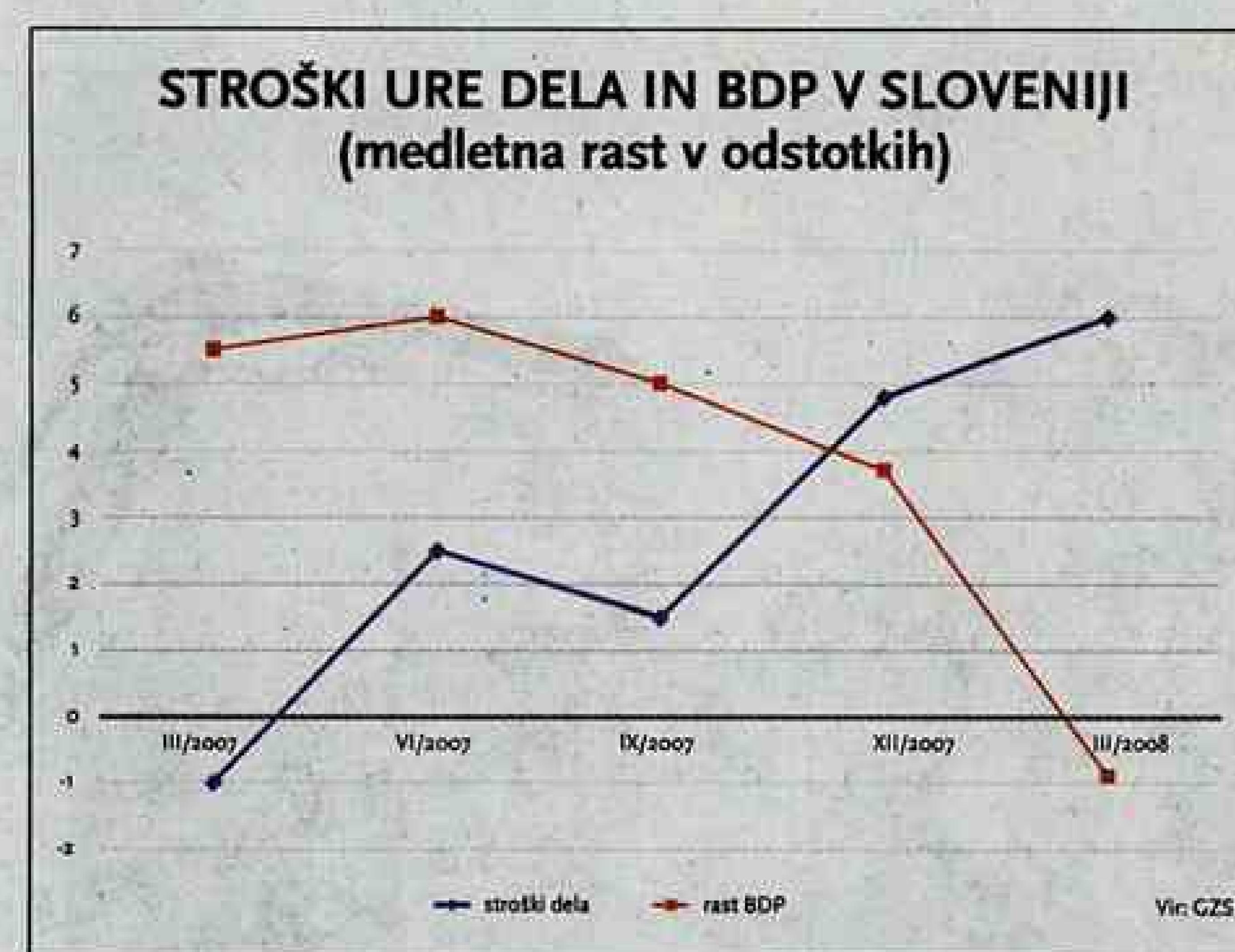
Kranj - V dneh, ko se dogajajo dramatični stечaji, ko smo priče delavskim protestom, da z minimalnimi plačami ni mogoče preživeti, ko se povečujejo sindikalni pritiski za povečanje najnižjih plač, ko se pripravlja državni proračun in je vse več dilem o tem, ali smo že dosegli dno gospodarske krize in kako hitro lahko pričakujemo gospodarsko okrejanje, so se na Gospodarski zbornici Slovenije (GZS), največji delodajalski organizaciji v državi, očitno odločili za ofenzivno opozarjanje na realno stanje in svarila na posledice nasedanja na preoptimistične napovedi o koncu krize. V tem duhu bi lahko razumeli tudi torkovo sejo upravnega odbora Območne zbornice GZS za Gorenjsko. Predstavljen je bil namreč pogled GZS na gospodarske razmere v Sloveniji ter podatki o poslovanju gorenjskega gospodarstva.

### Posledice krize še prihajajo

V orisu gospodarskih razmer v državi je generalni direktor GZS Samo Hribar Milič poudaril, da se je Slovenija znašla med državami, ki jih bo kriza najbolj prizadela. Kljub mednarodnim ocenam, da je dno krize že dosegzeno, da so že opazni znaki okrejanja, se potrujejo ocene GZS, da je Slovensko gospodarstvo v to krizi vstopilo s številnimi slabostmi. Predvsem s padajočo konkurenčnostjo, zadolževanjem, razvojem na tuji akumulaciji. Zato so pred Slovenijo prave težave, prave posledice krize še pred nami.

### Proizvodnja in izvoz padata

Gospodarstvo, prebivalstvo in država so v zadnjih štirih letih podvojili zadolženost. Večina je sedaj v likvidnem krču, denar je težko dobiti, obrestne mere dosegajo celo prek sedem odstotkov. V gospodarstvu še vedno zelo primanjkuje naročil, proizvodnja je še vedno močno okrnjena, kar njenostavneje potrujejo podatki o občutno zmanjšani porabi električne energije (za 24 odstotkov) in drugih energetov. Kljub obljubam javnih naročil za vlaganja v infrastrukturo in obnove ni. Pada pokritost uvoza z izvozom, napačna je ocena, da je naša država zelo izvozno orientirana. Realno

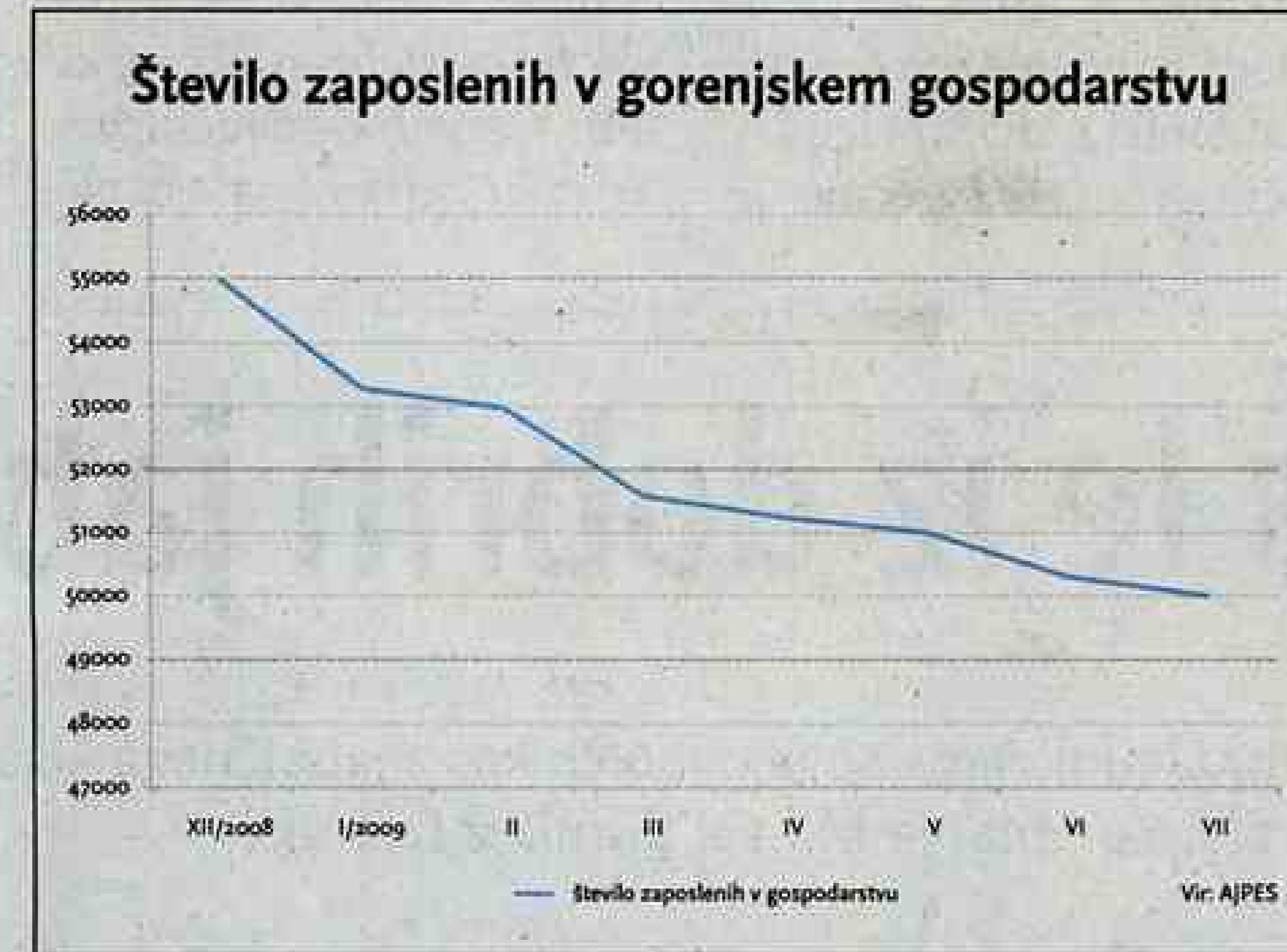


z izvozom ustvarjamo tretjino BDP in ne prek sedemdeset odstotkov, kot se trdi, in na takšni napačni oceni so tudi napačna predvidevanja in celo politika.

### Manj ustvarimo, več porabimo

Korenitemu zmanjševanju ustvarjenega, manj zaposlenim pa ne sledimo pri porabi, ki se v nasprotju s tem povečuje. Povečevanje javne porabe - zlasti plač v javnem sektorju, po Hribar-Milicevem mnenju vodi v propad. Vladi je javna poraba ušla iz rok, hkrati pa se tudi z iluzijami o prerazporejanju

družb, številu zaposlenih in po premoženju na 4. mestu, je zaradi padca prodaje v EU po doseženih prihodkih od izvoza že padla na 5. mesto, po številu družb, ki so sklenile preteklo leto z izgubi na substanci, pa je na 3. mestu. Najbolj zbuja skrb podatek, da v predelovalnih dejavnostih, ki predstavljajo približno polovico, dodana vrednost pada, edina svetla izjema je trgovina, kjer je narasta za devet odstotkov. Gorenjsko gospodarstvo je tudi močno zadolženo, zato slabše konkurenčno, delež lastnih virov se je zmanjšal na le 41 odstotkov. Plačilni roki se podaljšujejo proti 120 dnem.



bogastva krepi nezadovoljstvo delavcev. Narašča je zahteva po povečanju minimalne plače za trideset odstotkov ob tem, da dve tretini gospodarstva ustvari manj kot trideset tisoč evrov dodane vrednosti na zaposlenega. Ob takih zahtevah je pričakovati selitev proizvodnje v cejloneške države in posledično veliko brezposelnost. Če bi ugodili sindikalnim zahtevam, bi po oceni GZS izgubili 74 tisoč delovnih mest.

### Na Gorenjskem še slabše

O poslovanju gospodarstva na Gorenjskem je spregovorila direktorica območne zbornice Jadranka Švarc. Če je bila v primerjavi z drugimi regijami v Sloveniji Gorenjska po številu gospodarskih

Izvoz se je letos v šestih mesecih zmanjšal za 35 odstotkov, uvoz za 43 odstotkov. Pokritost uvoza z izvozom se neprestano zmanjšuje, od 142 (v Sloveniji 94) odstotkov leta 1993 na 112 (v Sloveniji 86) odstotkov lanskot leta. Konec avgusta je bilo na Gorenjskem v evidenci brezposelnih 6544 oseb, kar je za osemdeset odstotkov več kot pred letom dni. Stopnja registrirane brezposelnosti je julija znašala 7,3 odstotka, to je za 3,1 odstotne točke več kot julija lani.

### Več izdatkov, več neplačnikov, manj investicij, manjše plače

Nekaj skrb zbujočih podatkov je k temu dodala tudi vodja kranjske izpostave Agencije RS za javnopravne

## Zavarovanje za nujni sprejem v dom starejših

Na ponudbo Prve osebne zavarovalnice se je odzvalo ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve.

CVETO ZAPLOTNIK

Ljubljana - Prva osebna zavarovalnica je v tem letu kot novost na trgu ponudila zavarovanje za primer nujnega sprejema v zasebni dom za starejše. Zavarovanje je mogočno skleniti zase ali za svoje bližnje do dopolnjenega osemdesetelega leta starosti ob pogoju, da je zavarovanec ob sklenitvi zavarovanja sposoben samostojno opravljati vse osnovne življenske potrebe. Zavarovanec lahko uveljavlja nujni sprejem v dom v treh letih po sklenitvi zavarovanja, vendar ne prej kot pred dopolnitvijo 65. leta starosti. Zavarovalnica mu mora omogočiti sprejem v dom za starejše najkasneje v tridesetih dneh, nastanitev, ki jo zavarovanec plača po enakih cenah kot drugi, lahko traja največ pol leta, v tem času pa mora zavarovanec ali njegov skrbnik najti prostoto v domu za starejše. Mesečna premija je odvisna od starosti zavarovanca, najnižja je dobrih sedem evrov. Zavarovalnica je za zagotovitev postelje v domovih za starejše v nujnih primerih sklenila pogodbo z družbo Deos, ki upravlja domove za starejše v Trnovem, Medvodah, Cerknici in Gornjem Gradu, do leta 2011 pa naj bi jih zgradila še v Črnučah, Notranjih Goricah in v Žireh.

**Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve:** v domovih, ki delujejo v mreži javne službe in so izvajalci socialnovarstveni zavodi oz. koncesionarji, ni mogoča sklenitev zavarovanja, kot ga ponuja Prva osebna zavarovalnica.

delo za izvajanje institucionalnega varstva in tudi še ni v postopku za pridobitev takšnega dovoljenja. Na ministrstvu še opozarjajo, da bo uporabnik v primeru nastanitev v dom, kot ga ponuja zavarovalnica, moral sam plačati celotne stroške zdravstvene nege in celotne oskrbe. To pa je bistveno drugače kot v domovih v javni mreži oz. s koncesijo, kjer stroške zdravstvene nege v celoti krije zavod za zdravstveno zavarovanje, strošek socialne oskrbe pa se v primeru plačilne nezmožnosti krije iz drugih virov.

### Opozorila ministrstva

Ponudba Prve osebne zavarovalnice je v javnosti že izvajala polemiko, odzvali so se tudi na ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve. Na ministrstvu so pojasnili, da za sklenitev takšnega za-

LJUBLJANA

### Prejeli skoraj devet tisoč vlog

Slovenski okoljski javni sklad - Eko sklad je v petek z objavo v Uradnem listu zaključil javni razpis za nepovratne finančne spodbude občanom za rabo obnovljivih virov energije in večjo energetsko učinkovitost stanovanjskih stavb. Vloge, ki jih bo prejel po tej objavi, bo vrnili vlagateljem. Na razpis je prispealo skoraj devet tisoč vlog, od tega več kot polovica po letošnjem 5. juniju, ko je povečal razpisani znesek in razširil krog upravičencev. Vloge obravnava po vrstnem redu, glede na datum prejetja, podpore pa bo dodeljeval do porabe denarja. Najprej je bilo razpisanih 7,5 milijona evrov za naložbe v sončne ogrevalne sisteme, za energijsko varčne gradnje ter za celovite obnove eno- ali dvostanovanjskih stavb, od junija dalje, ko so znesek povečali na 11,5 milijona evrov, pa so občani lahko kandidirali tudi za posamezne ukrepe obnove eno-, dvo- ali večstanovanjskih stavb, to je za vgradnjo kurih naprav za centralno ogrevanje na lesno biomaso, toplotno izolacijo stavbe in za zamenjavo zunanjega stavbnega pohištva. Izjemoma so se za podporo lahko potezavali tudi občani, ki so katerega od teh ukrepov izvedli že med 1. junijem 2008 in 5. junijem 2009. C. Z.

## ŠKOFJA LOKA

## Rejci drobnice na ekskurzijo v Zasavje

Društvo rejcev drobnice Škofja Loka bo v soboto, 17. oktobra, pripravilo ekskurzijo v Zasavje. Udeleženci si bodo ogledali predelavo ovčjega mleka na kmetiji Avgusta Aškerca in klanje na domu na kmetiji Uroša Materla, geometrično središče Slovenije v Slivni in ekološko sadno drevesnico Ocepek, ustavili pa se bodo tudi na Podeželskem turizmu Arbi. Za člane društva je cena izleta 20 evrov. Prijave sprejemata do vključno petka oz. do zasedenosti avtobusa strokovna tajnica društva Germana Pivk (04/51 12 703 in 051/684 154) in predsednik društva Janez Kisovec (041/589 894). C. Z.

## ŽELEZNIKI, ŽIRI

## Tržnica kmetijskih pridelkov in izdelkov

Razvojna agencija Sora bo v soboto dopoldne pripravila pri pošti v Železnikih in pred zadružnim domom v Žireh tržnico kmetijskih pridelkov in izdelkov. Na stojnicah bodo ponujali visoko kakovostne izdelke. C. Z.

SVET VZGOJNO VARSTVENEGA ZAVODA TRŽIČ,  
Cesta Ste Marie aux Mines 28, 4290 Tržič

Na podlagi Zakona o organizaciji in financiranju vzgoje in izobraževanja (U. r. l. št. 16/07 in 36/08) ter sklepa 8. seje Sveta Vzgojno varstvenega zavoda Tržič (v nadaljevanju: VVZ Tržič) z dne 07. 09. 2009 razpisuje delovno mesto

## RAVNATELJA/RAVNATELJICE VVZ TRŽIČ

Kandidat mora za imenovanje na funkcijo ravnatelja izpolnjevati splošne zakonske pogoje in posebne pogoje, skladno s 53. čl. Zakona o organizaciji in financiranju vzgoje in izobraževanja ZOFVI-UPB5 (Ur. I. RS, št. 16/07 - uradno prečiščeno besedilo in 36/08):

- izpolnjevati mora pogoje za vzgojitelja ali svetovalnega delavca v vrtcu,
- imeti mora najmanj pet let delovnih izkušenj v vzgoji in izobraževanju,
- imeti naziv svetnik ali svetovalec oziroma najmanj pet let naziv mentor in
- imeti opravljen ravnateljski izpit.

Kandidati morajo imeti pedagoške, vodstvene, organizacijske in druge sposobnosti za uspešno vodenje zavoda.

Kandidat mora k prijavi poleg življenjepisa priložiti:

- načrt vodenja zavoda za prihodnjih pet let;
- izjavo o izpolnjevanju pogoja glede zahtevane izobrazbe, iz katere morajo biti razvidna vrsta študijskega programa in smer izobrazbe ter leto in ustanova, na kateri je bila izobrazba pridobljena;
- opis delovnih izkušenj, iz katerega je razvidno izpolnjevanje sledenih pogojev:

1. zahtevane delovne izkušnje,
2. pedagoške, vodstvene in organizacijske sposobnosti (opis mora vsebovati navedbo delodajalca oz. druge fizične ali pravne osebe, za katero je kandidat opravil delo, datum začetka in konca opravljanja dela ter opis dela);

- izjavo, da je državljan Republike Slovenije;
- originalno potrdilo o tem, da ni bil pravnomočno obsojen zaradi naklepnega kaznivega dejanja, ki se preganja po uradni dolžnosti, in da ni bil obsojen na nepogojno kazenski zaporni trajanje več kot šest mesecev,
- originalno potrdilo o nekaznovanosti zaradi kaznivega dejanja zoper spolno nedotakljivost.

Prednost pri izbiri bodo imeli kandidati z:

- višjo ravnino znanja angleškega jezika,
- izkušnjami pri pridobivanju evropskih razvojnih sredstev,
- izkušnjami na področju vključevanja otrok s posebnimi potrebami
- poznavanje delovne in upravne zakonodaje.

Ne glede na zgoraj navedene pogoje so za ravnatelja vrtcev v skladu s 145. čl. Zakona o organizaciji in financiranju vzgoje in izobraževanja lahko imenovani kandidati, ki so na dan uveljavljivitega zakona (t. j. 15. 3. 1996) imeli srednjo izobrazbo, petindvajset let delovne dobe in so opravljali funkcijo ravnatelja oz. pomočnika ravnatelja dva mandata.

Za ravnatelja je lahko imenovan tudi kandidat, ki nima opravljenega ravnateljskega izpita, mora pa si ga pridobiti najkasneje v enem letu po začetku mandata.

Izbrani kandidat bo imenovan za mandatno dobo 5 let.

Predviden začetek dela je 11. 02. 2010.

Pisne prijave z dokazili o izpolnjevanju zahtevanih pogojev pošljite v osmih (8) dneh po objavi razpisa v zaprti ovojnici na naslov Svet Vzgojno varstvenega zavoda Tržič, Cesta Ste Marie aux Mines 28, 4290 Tržič, z oznako "razpis ravnatelja - ne odpipaj". Vloga bo štela za pravočasno, če bo zadnji dan roka s priporočeno pošiljko oddana na pošto ali če bo zadnji dan roka do 10. ure dostavljena v tajništvo VVZ Tržič.

Kandidati bodo pisno obvestili o izbiri prejeli v zakonitem roku.

Kontaktna oseba: Suzana Smolej, tel. št.: 04/59 71 600, elektronski naslov: tajnistvo.vztrzic@siol.net.

## Sporna strojna sečnja

Odbor državnega zbora za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano je pozval gozdarsko inšpekcijo k ogledu posledic strojne sečnje na Pokljuki, zavod za gozdove pa bo za poslance pripravil predstavitev na terenu.

CVETO ZAPLOTNIK

**Bled** - Ko je odbor državnega zbora za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano na nedavni seji obravnaval poročilo delu nadzornega odbora sklada kmetijskih zemljišč in gozdov, je sprejel tudi sklep, da naj si gozdarska inšpekcija ogleda sečišče na Pokljuki, kjer poteka strojna sečnja, in naj pripravi poročilo o posledicah tovrstne sečnje na okolje. Takšen sklep je predlagal gorenjski poslanec in član odbora Borut Sajovic, ki je v razpravi ugotavljal, da bi morali sprejeti pravilnik, s katerim bi strojno sečnjo omejili, glede na težavnost terena, dostopnost gozda ter na letni čas. S tem ne bi bistveno prizadeli ekonomike, lahko pa bi že z dokaj majhnimi omejitvami izboljšali odnos do okolja oz. do gozdnega zemljišča, ki ga strojna sečnja lahko prizadeče za daljše obdobje.

Na sklep državnozborskega odbora so se odzvali v Zavodu za gozdove Slovenije, kjer so napovedali, da bodo v kratkem skupaj z lastniki gozdov ter izvajalcji strojne sečnje in spravila lesa organizirali na Pokljuki terensko predstavitev, na katero bodo povabili poslance državnega zbora, predstavnike vlade, občin in medijev. Kot po-



S harvesterjem so pospravljali tudi podrtijo po vetroluom poleti 2006 na Jelovici.

uderjajo na zavodu, so gozdove na Pokljuki po predlagankem in lanskem snegolomu močno napadli podlubniki. Blejska območna enota je lani zaradi pretirane namnožitve lubadarja izdala odločitev za posek 156 tisoč kubičnih metrov gozdnega drevja, letos je ta količina že presegla 110 tisoč "kubikov". Ker je tako veliko količino "lubadar" treba posekat in pospraviti do zime, sicer bo škoda prihodnje leto še večja, so lastniki gozdov poleg klasičnega načina sečnje in

**Strojna sečnja se je izkazala kot učinkovit in varen način spravila drevja, poškodovanega pred tremi leti v vetroluom na Jelovici ter v lanskem neučuju na območja Kamnik in Nazarij.**

spravila lesa uporabili tudi strojno sečnjo, ki naj bi bila po zagotovilih zavoda v takšnih razmerah najučinkovitejša in najvarnejša tehnologija.

gija. "Pri vsaki sečnji in spravili lesa iz gozda se pojavijo tudi poškodbe, tem si ni mogoče popolnoma izogniti, s strojno sečnjo pa jih ob dobri pripravi in organizaciji dela ter strokovni izvedbi učinkovito zmanjšamo," pravijo na zavodu za gozdove in podljajo, da spremljajo in usmerjajo izvajanje strojne sečnje, vse z namenom, da bi potekala v dovoljenih mejah in s čim manjšimi (neizgibnimi) poškodbami tal, ki jih bodo lastniki gozdov po končanih delih sanirali.

## Dober kis le iz dobrih jabolk

Na mednarodnem ocenjevanju jabolčnega soka, jabolčnika in jabolčnega kisa v Pantianiccu je z Gorenjske kot edini prejel zlato priznanje Mihael Kurnik z Olševka.

CVETO ZAPLOTNIK

**Olševec** - V italijanskem Pantianiccu je bilo ob koncu septembra v dvorcu regijske razstave jabolk tudi osmo mednarodno ocenjevanje jabolčnega soka, jabolčnika in jabolčnega kisa. Kot je povedala Erika Komel iz Sadarskega centra Bilje pri Novi Gorici, je na ocenjevanje devetnajst slovenskih kmetov oz. predevolalcev sadja oddalo skupno trideset vzorcev. Gorenjski sadjarji so se tudi tokrat izkazali. **Mihael Kurnik** iz Olševka je pri ocenjevanju jabolčnega kisa prejel zlato priznanje. Za jabolčni sok so dobili srebrno priznanje Janez Gregorc iz Podbrezij, Janez Markuta iz Čadovlj, Vinko Kimovec iz Bukovice pri Vodicah in Damijan Jeraj iz Smlednika, ki je po-



Mihael Kurnik z zlatim priznanjem za jabolčni kis

leg tega prejel še bronasto medaljo.

Kot je povedal Mihael Kurnik, ki gospodari na Oštetarjevi kmetiji na Olševecu, so letos prvič dali izdelke iz sadja na ocenjevanje - spomladni na razstavo Dobrote slovenskih kmetij na Ptiju, kjer so pre-

jeli bronasto medaljo za jabolčni sok in jabolčni kis, pred nedavnim pa na pobudo Sadarskega centra Bilje še v Italiji, kjer so bili rezultati zelo veseli, saj so kot edini iz Gorenjske dobili zlato priznanje. "To je potrdilo kvalitete. Ni res, da je iz kis-

lih jabolk lahko narediti dober jabolčni kis. Nasprotno: dober kis je lahko le iz dobrih, sladkih jabolk, pa še znati ga je treba delati," je dejal Mihael in poudaril, da bo po upokojitvi čez dve leti imel več časa za sadjarstvo in predelavo. Zdaj sadje, ki ga pridelajo doma ali dobijo iz travniškega sadovnjaka v Tuhiški dolini, predelajo v jabolčni sok in jabolčni kis, iz rdeče pese pa pripravljajo tudi sok, ki mu dodajo še trideset odstotkov mošta. "Veliko eksperimentiramo, preizkušamo ... Naš cilj je, da bi dosegli visoko kvalitetno izdelkov in da bi v prihodnje s temi izdelki tudi zaslužili kakšen evro," je dejal Mihael in še dodal: "Kmetija je majhna, kmetijske zemlje je 2,6 hektarja, redimo devet goved in načrtujemo širitev sadovnjaka."

# Kostanj za boleče in otekle noge

Za bodečimi kostanjevimi ježicami se v enem primeru skriva slasten, a izjemno kaloričen, v drugem pa zdravilen, a neužiten plod. Čeravno je pravi kostanj precej težko prebavljiv, si privoščimo kakšnega za občutek, da je res jesen. Divji kostanj je pomočnik v primeru težkih nog, občutku napetosti v nogah ter pri bolečinah in vnetju krčnih žil.

PAVLA KLINER

Kruh revežev

Pravi kostanj (*Castanea sativa* Mill.) je dobil ime po mestu Kastansis v Tesaliji, izvira pa z območij Irana, Kavkaza in Himalaje. Do mači kostanj, kot mu tudi pravimo, je v času lakote in pomanjkanja nadomeščal krompir in žita. Zaradi slednjega naj bi se ga prijelo ime "kruh revežev". Jedli so ga v tej ali oni obliki: kuhanega, pečenega, kot slan pire, kostanjevo pogačo, v juhi z mlekom ... Pravi kostanj ne vsebuje holesterola, ima nizko vsebnost maščob, je dober vir mineralnih soli ter se lahko pohvali z nekaj vitaminimi C, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub> in proteinimi. Zaradi visoke hranilne vrednosti pravi kostanj, zlasti slasti in debeli goriški maroni, deluje kot naravno poživilo za telesno in duševno izčrpante, starostnike in šibke otroke. Vsi, ki imajo oslabel organizem, lahko v ješeni s

kostanjem okrepijo svoje telo. Odsvetuje se diabetikom in bolnikom z jetrnimi obolenji. Zaradi visoke vsebnosti čreslovin ga ne pravljamo v železni posodah.

## Divji kostanj krepi stene kapilar

"Stički dohtar" Simon Ašič je bil prepričan, da je divji kostanj (*Aesculus hippocastanum*) eno najučinkovitejših zdravil za ožilje. V plodovih je snov escin, ki vpliva, da kri bolje kroži po žilah. Napenja stene žil odvodnic in pomaga, da kri krepkeje priteka v srce. Tudi s kliničnimi raziskavami so potrdili, da escin, ki ga najdemo v zrelih semenih divjega kostanja, zmanjšuje poškodbe kapilar, krepi njihove stene in ščiti pred edemi. Pripravki iz semen, ki jih pripravimo sami po ustaljenih ljudskih recepturah, ali gotovi kostanjevi pripravki, ki jih dobijo

mo v lekarnah, lajšajo težave, kot so težke noge, občutek napetosti v nogah, srbenje kože nad krčnimi žilami, bolečine in vnetje krčnih žil. Prvi znaki izboljšanja se ne pokažejo takoj, pač pa šele po enem do dveh tednih uporabe.

## Pri krčnih žilah

Dr. Katja Galle-Toplak v Zdravilnih rastlinah na Slovenskem navaja recept za zdravilni tonik za nego kože pri krčnih žilah: dvajset svežih zrelih kostanjev olupimo, drobno zrezemo ali natribamo ter prelijemo z litrom 70-odstotnega etanola. Po dveh tednih tekočino filtriramo. Hranimo jo lahko dalj časa. Pred uporabo jo razredčimo z enakim delom vode in jo uporabimo v obliki oblog pri bolečih in oteklih nogah, vnetjih krvnih žil ali kot dodatek kopelom za noge. Obnese se tudi kot dodatek kopelom pri revmatičnih težavah. Tonika nikoli

ne uporabljam pri poškodovani koži.

## Proti revmi in nespečnosti

Učinkovito kopel za revmatike dobimo, če svež kostanj na drobno zrezemo in v vodi gosto skuhamo ter dodamo topli kopeli, ki jo s kuhalnico spenimo. V njej se namakamo dvajset minut. Ta kopel koristi tudi pri protinu in povečani prostati ter pri razdraženosti, stresu in nespečnosti.

## Zoper išias

Proti vnetju sklepov in išaslu litrsko steklenico napolnimo do polovice s plodovi, ki smo jih prej stokli z lesnim kladivom. Do vrha steklenice nato nalijemo domače žganje, dobro zapremo in pustimo stati štiri tedne, vmes vsebino občasno pretrešemo. Z dobljeno tekočino vsaj trikrat dnevno masimo obolela mesta.



## KUHARSKI RECEPTE

ZA VAS IZBIRA DANICA DOLENC

### Tedenski jedilnik

**Nedelja - Kosilo:** čista goveja juha z ocvrtim grahom, popčena govedina iz juhe, blitva s krompirjem po dalmatinsku, radi s fižolom, jabolčni zavitek; **Večerja:** pečen kostanj, bela kava ali sok.

**Ponedeljek - Kosilo:** ohrovtova enolončnica s koščki pršuta (ali s pršutovo kostjo) in jetrnimi cmočki, palačinke z marmelado; **Večerja:** krompirjeva kaša z gobami ali z ocvirkami, bela kava.

**Torek - Kosilo:** goveji golaž, polenta, endivija z lečo; **Večerja:** dušena cvetača z umešanimi jajci in parmezanom, francoska štruca.

**Sreda - Kosilo:** kremna juha iz bučk, pečen piščanec, pečen krompir, zelnata solata s fižolom; **Večerja:** peperonata, toast.

**Cetrtek - Kosilo:** gobova juha, pleskavice z žara, endivija s krompirjem v solati; **Večerja:** ajdovi žganci, mleko.

**Petak - Kosilo:** fižolova juha z riževimi rezanci, ribji fileti po pariško, krompir v kocih, motovilec s koruzo v solati; **Večerja:** slana pita iz buče, jogurt.

**Sobota - Kosilo:** zelenjavna enolončnica, krompirjev štrukelj z mletim mesom in pršutom, pečena jabolka z orehi; **Večerja:** namaz s prekajeno postrvijo, toast.

### Peperonata

**Sestavine:** 1 čebula, 2 rdeči, 1 rumena in 1 zelena paprika, 1 kg zrelih paradžnikov, 2 stroka česna, 5 lističev bazilike, sol, poper, oljčno olje.

Vso zelenjavo narežemo na kocke, jo stresememo na vroče olje, kjer smo že oprazili seseckljano čebulo, solimo in dušimo. Proti koncu dodamo strč česen in baziliko. Jed naj bo srednje gost. Ponudimo jo z vročim toastom, ki smo ga natrli s česnom in oljčnim oljem, odlično pa gre tudi k pire krompirju ali testeninam.

### Kanapeji s postrvijim namazom

**Sestavine:** 1 prekajena postrv (300 g), 250 g skute, 4 rezine kruha za toast, 4 žličke mehkega masla, 4 črne olive, žlica limonovega soka, šopek kopra, po ščepec soli, sveže zmletega belega popra in sladke paprike.

Postrvi odstranimo kožo in kosti. Fileje pretlačimo, jih zmesimo s skuto in limonovim sokom. Kremo začinimo s soljo, poprom in papriko. Kruhovim rezinam obrežemo skorjo in jih namažemo z maslom. Rezine diagonalno prerežemo. Postrvo kremo naložimo v dresirno vrečko z velikim zvezdastim nastavkom in nabrizgamo na kruh. Olive razkoščimo in zrezemo na majhne koščke. Koper operemo in osušimo. Kanapeje okrasimo z olivami in koprom.

Gornji recept smo vzeli iz najnovije knjige znanega kuharja Andreja Frica z naslovom "Postrv iz reke na mizo".



Pravi kostanj obdaja še več ostrih bodic kot divji kostanj.



Za bodičasto srajčko se skriva gladek plod divjega kostanca.

# Pravljicnost življenja

117

MARJETA SMOLNIKAR



Zdrav človek ima tisoč različnih želja, bolan eno samo: ozdraveti. Kdo je to misel prvi izrek, ne vem, vsekakor drži.

Če strmem življenjsko "dogovrščino" Simone Šket v nekaj besed in stavkov, bi njenog zgodbo brali takole. Pred nekaj več kot tremi desetletji se je v Mariboru rodila deklica, ki so ji (predvidoma hudobne) vile v zibelko položile izjemno življensko preizkušnjo. Tako se je namesto brezskrbne igrivosti, preko katere večina otrok spoznava in dojema zunanjji, njim tuj svet in s pomočjo katere si nežne otroške duše krepijo in kalijo njim lastne značajke konture, nagonsko (in s pomočjo staršev, še zlasti svoje

mame) upirala smrti. In izbrala življenje. Ja. Že v času svojega otroštva in odraščanja je zavrgla bolezni in smrt ter sprejela življenje.

Na svoji poti v življenje je Simona verovala v Boga in neizmerno ter brezkompromisno zaupala sama vase; v svojo notranjo moč, energijo, ki izvira iz globine hotenja ter radosti življenja. V mirnem in idiličnem zavetju naravnih lepot Bleda in njegove okolice, zdaj živi in "kraljuje" s svojo hčerkjo ter partnerjem.

Nikomur. Prav nikomur, vrojenim v nam edino znan in dojemljiv svet, niso dani vedeti čas, kraj, vzrok in način smrti. Edino, kar vemo, je, da smo vsi

mi, brez izjeme eni čisto navadni smrtniki; pa naj se pišemo Farah Faucet ali (moja malenkost) Marjeti Smolnikar; pa naj smo zdravi ali bolni; življenska usoda je celo tako ohola in vzvišena, da ne izbira niti med mladimi ali starimi. Tako se ta naš svet in z njim naše življenje, pač vrți.

Eno pa je v našem kratkem življenju (ne glede na to, ali doživimo tri, sedemdeset ali celo sta dvajset let, je življenje na tem svetu in v nam znani obliki bivanja kratko) vendar gotovo: strah, zagrenjenost, potrost, nevoščljivost, nečimernost, vsakršno nezadovoljstvo in kar je drugih negativnih značajskih vzorcev, niso in ne

morejo biti porok dolgemu, še manj srečnemu življenju. Ne glede na to, česa nas je, denimo, strah - bolezni ali samo nebogljene miške, to pogosto stanje duha najeda naše telo in nam krajša čas bivanja na Zemlji.

Dolgot slehernega človekovega življenja, človeka, recimo, z rakom v sebi ali brez njega, je (hočeš - nočeš, verjeli - ne verjeli) premosorazmerna: z ljubeznijo, ki jo dajemo in sprejemamo; s svetlobo naših misli; z našo darežljivostjo, dobrotnijo, potrošnjo in dobromamernostjo; z našo vero v Višo silo, v Univerzalno dobro, v Boga; s smerhom, s katerim spremljamo življenje; z brezskrbnostjo (ni-

kakor brezbriznostjo), če je treba, tudi do bolezni; z zaupanjem vase, v svoje bližnje in v ljudi nasploh; z urejeno družino oziroma z urejenimi družinskimi odnosi ter vezmi; in tako dalje in tako naprej do zadnje svetle bilke, ki sveti ali samo medli na skrajnem koncu našega življenskega hodnika.

Bodimo pogumni in sprejmimo odločitev, da si vsakič znova, ko se prebudimo v življenje, rečemo: "Ne glede na življenske okoliščine in preizkušnje, je moje življenje vendar enkratno, neponovljivo, neprečenljivo in neopisljivo lepo. Zato ga ljubim z vsem srcem in z vso dušo."

(Se nadaljuje.)

V RAKOVIH KLEŠČAH, 2. DEL

Prisluhnite nam - polepšali vam bomo dan.

TELE SAT 91,0 MHz  
TELE TV

[www.potepuh.com](http://www.potepuh.com)



**Radio Triglav®**

Gorenjska 96 MHz  
RADIO ZA RADOVEDNE

Iva Dolenc

**Marmelade,**  
zeleni in sadje v alkoholu

Več kot 80 slastnih receptov, ki so sestavljeni tako razumljivo, da se kuhanja marmelade lahko lotijo tudi manj večje roke. Za sadje v alkoholu pa ne rabimo posebnih napotkov, kako ga porabiti, mar ne?

104 strani, trda vezava, 22 x 22 cm  
Redna cena: 16 EUR. Cena za naročnike: 13 EUR.  
Ceni knjige prizemljeno je poštino.

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

**Gorenjski Glas**

# Kostanj

Kostanj

BORIS BERGANT

Ko jesenski mraz in veter otresesta zrele kostanje, oblike dobesedno leži na tleh in ga je treba samo pobrati. Sicer ga lahko tudi kupimo na tržnici, in to velike marone, a to ni tako zabavno. Najslajši je, če še nekaj dni odleži doma, a ne več kot teden ali dva, potem se postopoma izsuši, pa tudi črvički opravijo svoje. Za daljše shranjevanje ga lahko zamrznemo ali pa mu olupimo lupino ter notranjo kožico in ga na toplem posušimo. Posušenega samo skuhati in ga uporabite kot svežega, lahko pa ga tudi zmeljete v posebnem mlinčku v zdrob ali moko in iz njega pripravite kostanjevo polento ali kostanjeve žgance. Iz kostanja pa pripravljamo tudi razno pecivo, kostanjev pire, juho, kuhanega kot priloga k mesnim in zelenjavnim jedem in še kakšno jed vredno preizkusa.

## Kremna kostanjeva juha s korenčkom

Za 5 oseb potrebujemo: 1 kg napol kuhanega in povsem olupljenega kostanja, 1 l mesne juhe ali vode, sol, poper, sesekljani peteršilj.

Por operate, ga narežite na kolobarje in ga na raztopljenem maslu pražite, da ovene. Zalijte z mesno juho in dodajte olupljen kostanj. Kuhajte 45 minut, solite ter popoprajte po okusu in na koncu posušite s sesekljanim peteršiljem ter postrezite.

lo, 5 dag masla, 2 večja korenčka, sol, sveže mleti poper, štrajf, 3 žlice kisle smetane.

Kostanj do konca skuhajte v mesni juhi, ga malo ohladite in ga s tekočino vred spasirajte s paličnim mešalnikom. Čebulo prepražite na maslu, dodajte na kocke narezano korenje in skupaj pražite še nekaj minut. Stresite v spasirano kostanjevo juho, začinite s soljo, poprom in štrajfem ter kuhajte toliko časa, da se korenček zmeča. Nazadnje primešajte še kislo smetano in postrezite z olupljenim pečenim kostanjem, ki vam je morda ostal pri peki prejšnji dan.

## Mineštra iz kostanja in pora

Za 5 oseb potrebujemo: 1 kg kostanja, 60 dag pora, 5 dag masla, 1 l mesne juhe ali vode, sol, poper, sesekljani peteršilj.

Por operate, ga narežite na kolobarje in ga na raztopljenem maslu pražite, da ovene. Zalijte z mesno juho in dodajte olupljen kostanj. Kuhajte 45 minut, solite ter popoprajte po okusu in na koncu posušite s sesekljanim peteršiljem ter postrezite.



## Kostanjev pire

Kostanjev pire lahko začnite ostro ali sladko. Pikantnega ponudite k poljubnemu pečenemu mesu, sladkega pa kot sladico s sladko smetano. Kostanj skuhajte, ga olupite in pretlačite. V pretlačeno zmes dajte malo masla, strtega česna in mleka, zmešajte in na krožniku prelijte z mesnim sokom. Za sladki pire pa primešajte kostanjevi masi sladkor v prahu, mleko in rum. Dobro premešajte, ga razdelite na porcije, obrizgajte s stepeno sladko smetano in sladiča je nared.

## S kostanjem in gorgonzolo nadovan svinjski kare

Za 5 oseb potrebujemo: 1,2 kg svinjskega kareja, 50 dag ko-

stanja, 15 dag gorgonzole, sol, sveže mleti poper, majaron, 2 čebuli in 2 žlici olja.

Kostanj skuhajte in ga olupite. Skozi sredino kareja z nožem vzdolžno prebodite, da dobite luknjo za nadev. Olupljen kostanj poslite in mu primešajte na kocke narezano gorgonzolo ter s tem napolnite kare. Kare posolite in ga z zunanjim strani natrite z majaronom, poprom in oljem. Postavite ga na pekač, ga obložite z na kocke narezano čebulo in ga eno uro in pol pecite v na 180 stopinj Celzija ogreti pečici. Vmes ga po potrebi zalijte z malo vode. Ko je kare pečen, ga narežite na rezine, prelijte z omako, ki je nastala med pečenjem in postrezite s prženim ali pire krompirjem.

## ZAVOD ZA ZAPOSLOVANJE PROSTA DELOVNA MESTA NA GORENJSKEM (m/z)

### DELAVEC BREZ POKLICA

PRIPRAVLJALEC IN PRIDAJALEC KEBABA; rok do: 18.10.2009; OGREX, d.o.o., Marčiče, PODREČJA 5, MARČIČE  
POMOŽNI MONTER; rok do: 18.10.2009; SETMONT, d.o.o., ZAGREBŠKA C. 20, 2000 MARIBOR

### OSNOVNOŠOLSKA IZOBRAZBA

SKLADIŠNIK; rok do: 14.10.2009; ADECCO H.R., d.o.o., BRNOČIČEVA UL 15 B, 1231 LJUBLJANA - ČRNUCE  
ČISTILKA; rok do: 24.10.2009; SUZANA POPOVSKA S.P., ZG. GORJE 67, ZG. GORJE  
STREŽBA PIJAK; rok do: 17.10.2009; MARIJA PREŠERN, S.P., KRAJSKA C. 11, RADOVLIČA  
ŽELEZOKRIVEC; rok do: 21.10.2009; DRAGAN ILIEV, S.P., STRAŽARJAVA UL 13, LJUBLJANA

rok do: 07.10.2010; st. del mest: 10; DRAGAN ILIEV, S.P., STRAŽARJAVA UL 13, LJUBLJANA

POMOČNIK V KUHINJI IN STREŽBI; rok do: 24.10.2009; KOBLA ZT.G, d.o.o., Bohinjska Bistrica, C. NA RAVNE 7, BOHINJSKA BISTRICA

DELAVEC V PROIZVODNI; rok do: 14.10.2009; MANPOWER, d.o.o., PE KRANJ, KOROŠKA C. 14, KRAJN MONTER NA TERENU; rok do: 08.11.2009; SOS INŽING, D.O.O., LJUBLJANA, TRŽAŠKA C. 2, LJUBLJANA

VOZNIK V MEDNARODNEM PROMETU; rok do: 01.11.2009; TRENKVALDER, d.o.o., LESKOŠKOVA C. 9 E, LJUBLJANA

MONTER VODOVODNIH NAPRAV; rok do: 14.10.2009; IGOR ŠPAROVEC S.P., PRI-STAVŠKA C. 27, TRŽIČ

ELEKTROMEHANIK ZA KHLADILNO-KLIMATSKE NAPRAVE; rok do: 14.10.2009; GOSTINSKA OPREMA GO-ST, d.o.o., GASILSKA C. 35, 1290 GROŠUPLJE

TAPETNIK; rok do: 18.10.2009; TRGODOM NO. 1, d.o.o., ZA PUŽE 10 B, BEGUNJE

SLIKOPLESKAR; rok do: 21.10.2009; d.o.o., SLAMNIKARSKA C. 4, 1230 DOMŽALE

FRIZER; rok do: 12.11.2009; TINA DREŠAR S.P., DONOVA C. 2, 1215 MEDVODE

FRIZER; rok do: 07.01.2010; ALEX KUDUZOVIĆ S.P., MIJAVČEVA UL 15, 1291 ŠKOFIJCA

BLAGOVNI MANIPULANT; rok do: 17.10.2009; SUPERMARKET TUŠ PLANET KRAJN, C. JAKA PLATIŠE 18, KRAJN

MIZA POKLICA IZOBRAZBA (DO 3 LET); PREVZEMALEC; rok do: 21.10.2009; SPAR SLOVENIJA, Poslovna enota SPAR LESCE, LETALSKA UL., RADOVLIČA

KLJUČAVNIČAR; rok do: 19.10.2009; GNS, d.o.o., SPUHLJA 112, 2250 PTUJ

rok do: 10.11.2009; REA METAL, d.o.o., RAJŠPOVA UL 18, 2250 PTUJ

KONSTRUKCIJSKI KLJUČAVNIČAR; rok do: 29.10.2009; SANDI PAŽEK S.P., GLAVNI TRG 19 C, 2000 MARIBOR

OBLIKOVALEC KOVIN; rok do: 24.10.2009; SUZ, d.o.o., C. BORISA KDRICA 44, JESENICE

ORDOJAR; rok do: 16.10.2009; FOMI, d.o.o., UL. BRATOV KOMEL 66 A, 1210 LJUBLJANA - ŠENTVID

rok do: 14.10.2009; GOSTINSKA OPREMA GO-ST, d.o.o., GASILSKA C. 35, 1290 GROŠUPLJE

VARILEC; rok do: 29.10.2009; SANDI PAŽEK S.P., GLAVNI TRG 19 C, 2000 MARIBOR

rok do: 01.11.2009; MIRABELA, d.o.o., ZAGREBŠKA C. 20, 2000 MARIBOR

rok do: 10.11.2009; REA METAL, d.o.o., RAJŠPOVA UL 18, 2250 PTUJ

rok do: 29.10.2009; Mirko Mahorič s.p., GRADENŠAK 5 A, 2232 VOLIČINA

MONTER VODOVODNIH NAPRAV; rok do: 14.10.2009; IGOR ŠPAROVEC S.P., PRI-STAVŠKA C. 27, TRŽIČ

ELEKTROMEHANIK ZA KHLADILNO-KLIMATSKE NAPRAVE; rok do: 14.10.2009; GOSTINSKA OPREMA GO-ST, d.o.o., GASILSKA C. 35, 1290 GROŠUPLJE

TAPETNIK; rok do: 18.10.2009; TRGODOM NO. 1, d.o.o., ZA PUŽE 10 B, BEGUNJE

SLIKOPLESKAR; rok do: 21.10.2009; d.o.o., SLAMNIKARSKA C. 4, 1230 DOMŽALE

FRIZER; rok do: 12.11.2009; TINA DREŠAR S.P., DONOVA C. 2, 1215 MEDVODE

FRIZER; rok do: 07.01.2010; ALEX KUDUZOVIĆ S.P., MIJAVČEVA UL 15, 1291 ŠKOFIJCA

BLAGOVNI MANIPULANT; rok do: 17.10.2009; INTER STUDIO, d.o.o., Ljubljana, SMARTINSKA C. 152, LJUBLJANA

rok do: 28.10.2009; LASSANA, d.o.o., CANKARJEVA C. 3, LJUBLJANA

ZIDAR; rok do: 29.10.2009; SANDI PAŽEK S.P., GLAVNI TRG 19 C, 2000 MARIBOR

VOZNIK; rok do: 14.10.2009; INTER MAK, d.o.o., IMENO 73, 3254 PODČETREK

PRODAJALEC; rok do: 17.10.2009; 3 L, d.o.o., GOLNIK 170, GOLNIK

rok do: 25.10.2009; DELNICA, d.o.o., TRŽAŠKA C. 2, LJUBLJANA

rok do: 29.10.2009; PEKARNA POSTOJNA, d.o.o., KOLODVORSKA C. 5 C, 6230 POSTOJNA

KUHAR; rok do: 20.10.2009; HOTEL SLON, d.d., BEST WESTERN PREMIER HOTEL LOVEC, LJUBLJANA

rok do: 25.10.2009; JOŠKOV HRAM, d.o.o., ZA LOG 1, 8000 NOVO MESTO

rok do: 08.11.2009; MARJAN OVNICK S.P., STRUŽNIKOVA POT 8, ŠENTUR

rok do: 19.10.2009; SODEXO, d.o.o., ŽELEZNA C. 16, LJUBLJANA

rok do: 19.10.2009; SODEXO Prehrana in storitve, d.o.o., ŽELEZNA C. 16, LJUBLJANA

NATAKAR; rok do: 20.10.2009; HOTEL SLON, d.d. BEST WESTERN PREMIER HOTEL LOVEC, LJUBLJANA

rok do: 25.10.2009; JOŠKOV HRAM, d.o.o., ZA LOG 1, 8000 NOVO MESTO

rok do: 20.10.2009; Klemen Brdnik, s.p., MAVCIČE 69, MARČIČE

rok do: 17.10.2009; LA-FAJN, d.o.o., NOVI DOM 3 A, 1430 HRASTNIK

rok do: 01.11.2009; RESTAVRACIJA ARBORETUM, d.o.o., VOLČIČ POTOK 43 G, 1235 RADOMLJE

rok do: 16.10.2009; ZHANG, d.o.o., GORENJA VAS - RETEČE 12, ŠK. LOKA

SREDINA POKLICA IZOBRAZBA; rok do: 05.11.2009; AVTOHIŠA KAVČIČ, d.o.o., MILJE 45, VISOKO

VOZNIK TOVORNEGA VOZILA; rok do: 22.10.2009; IZLAKAR IVAN S.P., TROJANE 8, 1222 TROJANE

MEDNARODNI VOZNIK; rok do: 24.10.2009 GABER BERTONCELJ S.P., NA TRATI 22, LESCE

PRODAJALEC BLAGAJNIK; rok do: 17.10.2009; SUPERMARKET TUŠ PLANET KRAJN, C. JAKA PLATIŠE 18, KRAJN

ODDELKOVODJA; rok do: 17.10.2009; SUPERMARKET TUŠ PLANET KRAJN, C. JAKA PLATIŠE 18, KRAJN

PLATIŠE 18, KRAJN

VODJA IZMENE V POSLOVALNICI II; rok do: 17.10.2009; SUPERMARKET TUŠ PLANET KRAJN, C. JAKA PLATIŠE 18, KRAJN

ODDELKOVODJA; rok do: 17.10.2009; SUPERMARKET

## HALO - HALO GORENJSKI GLAS

telefon: 04 201 42 00

Naročilo za objavo sprejemamo po telefonu 04/201-42-00, faksu 04/201-42-13 ali osebno na Bleiweisovi cesti 4, v Kranju oz. po pošti – do ponedeljka in četrtek do 11.00 ure! Cen oglasov in ponudb v rubriki izredno ugodna.

JANEZ ROZMAN S.P. - ROZMAN BUS, LANCODO 91, 4240 RADOVljICA, TEL: 04/53 15 249. Izleti: MADŽARSKIE TOPlice: 15. - 18. 10., 2. - 5. 11., 19. - 22. 11.; TRST: 30. 10.; KOPALNI IZLET - BERNARDIN: 2. 11.; BERNARDIN: 15. 11. - 18. 11.; RIM 19. 11. - 22. 11.; TOPOLŠČICA: 26. 10.; MARTINOVANJE: 14. 11.; LJUTOMER-BOŽIČNI PROGRAM: 23. 12. - 26. 12.

OBVESTILA O DOGODKIH OBJAVLJAMO V RUBRIKI GLASOV  
KAŽIPOT BREZPLAČNO SAMO ENKRAT.

## PRIREDITVE

### Dobrodelna akcija Drobčinica

Kranj - Klub študentov Kranj organizira dobrodelno akcijo Drobčinica, ki bo potekala v petek ob 9. uri na Glavnem trgu v Kranju. Prostovoljni prispevki bodo namenjeni za subvencioniranje šolskih malic in kosi otrokom kranjskih osnovnih šol. Več na [www.ksk.si](http://www.ksk.si).

### Za otroke v knjižnicah

Radovljica - V knjižnici bo pravljica Repa velikanka na sporednu v četrtek ob 17. uri.

Bled - Lutkovno-glasbena predstava se bo v knjižnici začela v petek ob 17. uri.

Bohinjska Bistrica - Ustvarjalna delavnica za otroke Torbica, torbica se bo v knjižnici začela jutri ob 17. uri.

Železniki - Pravljica Boben bo v knjižnici na sporednu jutri ob 17. uri.

Trata - Delavnica za spretne prste Izdelajmo lonček se bo v knjižnici začela v četrtek ob 17. uri.

Sovodenj - Delavnica za spretne prste Izdelajmo lonček se bo v knjižnici začela v petek ob 18. uri.

Žiri - Delavnica za spretne prste O izgubljeni barvici se bo v knjižnici začela jutri ob 17. uri, delavnica Rišemo s svinkom pa ob 18. uri.

Jesenice - Jutri bo ustvarjalna delavnica Ptički od 16. do 17.30, v četrtek bo ura pravljic ob 17. uri, v petek bo Brihtina pravljica na dežela od 10. do 10.45, angleške urice pa od 16. do 18.45.

Slovenski Javornik - Danes bo ustvarjalna delavnica od 16. do 16.45.

### Naj izložba in naj pročelje

Kranj - Turistično društvo Kranj v četrtek ob 10. uri organizira podelitev priznanj z zakusko za Naj izložbo 2009 in Naj pročelje 2009, ki bo potekala v poročni dvorani Mestne hiše v Kranju.

### Četrtkov klepet

Žiri - Pogovor z znanim Slovencem iz sveta kulture se bo v Galeriji DPD Svoboda začel v četrtek ob 19. uri. Pogovor bo vodila Milena Miklavčič.

### Večer slavljenja

Kranj - Župnija Zlato polje obvešča, da bo Večer slavljenja jutri ob 19.30 v cerkvi sv. Modesta na Zlatem polju. Večeri slavljenja bodo potekali vsako 2. in 4. sredo v mesecu.

### Večer s pravljičarko in pisateljico Anjo Štefan

Tržič - V knjižnici dr. Toneta Pretnarja bodo danes ob 19. uri ob skorajnjem odhodu v pokoj požrtvovalne knjižničarke Jožice Ahačič gostili slovensko pravljičarko in pisateljico Anjo Štefan.

## IZLETI

### Pohod po Miškovi poti

Kranj - Planinsko društvo Kranj vabi na pohod po Miškovi poti v soboto, 17. oktobra. Zbor bo pred Mercatorjem na Primskovem ob 5.15. Informacije in prijave na gsm: 041/879 312 - Marjan.

## OBVESTILA

### Dvoranska vadba

Kranj - Iz Društva upokojencev Kranj vabijo na dvoransko vadbo, ki bo potekala vsak torek in petek od 8.30 do 9.30 v prostorih Mega centra na Savski cesti 34. Začela se bo 20. oktobra.

## PREDAVANJA

### New York, New York

Kranj - Potopisno predavanje New York, New York ... Tone Obadiča je povzetek štiriletnega bivanja v središču New Yorka. Prisluhnete mu lahko jutri ob 19.30 v Splošni oddelek v Delavskem domu.

### Možnosti soočanja in obvladovanja stresnih situacij

Kranj - Humana, združenje svojcev pri skrbi za mentalno zdravje, vabi danes ob 16. uri v prostore društvene pisarne na Oldhamski 14 - pri Vodovodnem stolpu na predavanje Možnosti soočanja in obvladovanja stresnih situacij v družini, kjer je prisotna psihiatrična bolezen. Predavanje bo vodila in na vprašanja odgovarjala dr. Mojca Zvezdana Dernovšek, dr. med., specialistka psihiatrije Psihiatrične klinike Ljubljana.

## RAZSTAVE

### Jaka Čop

Bled - Triglavski narodni park ob sodelovanju z Gornjesavskim muzejem Jesenice vladivo vabi na odprtje spominske fotografiske razstave z naslovom Jaka Čop (1911-2002) jutri ob 19. uri v Info središču Triglavska roža na Bledu.

### V hribih se dela dan

Slovenski Javornik - V Razstavnem salonu V. Gregorača Javornik bo v petek, 16. oktobra, ob 19. uri odprtje fotografiske razstave V hribih se dela dan Lada Brišarja, F2 FZS, člana FDJ.

### Zasavska industrijska dediščina

Jesenice - Odprtje fotografiske razstave Zasavska industrijska dediščina bo jutri ob 19. uri v Fotogaleriji.

### Skupinska razstava likovnih del

Jesenice - V Razstavnem salonu Dolik bodo v petek ob 18. uri odprli skupinsko razstavo likovnih del članic in članov Likovnega kluba Dolik.

## PREDSTAVE

### Čefurji raus!

Ljubljana - Predstava Čefurji raus!, v kateri blesti igralec Aleksandar Rajaković, se zaradi izrednega zanimaanja občinstva oktobra seli v večjo dvorano v BTC. Naslednje ponovitve v SiTiTeatru BTC bodo: 23., 25. in 26. oktobra ter 11. in 14. novembra, vsakič ob 20. uri.

### Ženske&moški.com

Sveti Duh - Kulturno društvo Simba obvešča, da bo dodatna predstava Ženske&moški.com 31. oktobra ob 18. uri, saj je večerna predstava ob 20.30 že razprodana. Vstopnice se dobijo samo na LTO Blegoš, Kidričeva 1a, Škofja Loka (bivši Petrol) v času od ponedeljka do petka od 8. do 16. ure, sobota od 8. do 14. ure, telefon 04/517 06 00, gsm 051/427 827.

### Na kmetih

Predosje - V petek bo v kulturnem domu v Predosljah Gledališko društvo Gardelin Kokrica uprizorilo komedijo Vinka Möderndorferja Na kmetih v režiji režiserja Jake Šustarja. Vstop je prost.

### Odbojka - TEKMA ČETRTEGA KROGA 1. DRŽAVNE ODBOJKARSKE LIGE

Jutri, v sredo, 14. oktobra 2009, bo v ŠD Planina v Kranju ob 20. uri tekma četrtega kroga odbokarskega državnega prvenstva moških. Odbojkarji Astec Triglava se bodo pornerili z ekipo Krke. Na tekmo vabimo čim več navijačev in ljubiteljev obojkije.



## LOTO

Rezultati 81. kroga - 11. oktobra 2009

7, 10, 13, 21, 28, 31, 37 in 29

Lotko: 3 7 3 7 4 7

Loto PLUS: 2, 6, 15, 31, 34, 35, 36 in 37

Garantirani sklad 82. kroga za Sedmico: 200.000 EUR

Predvideni sklad 82. kroga za Lotko: 490.000 EUR

Predvideni sklad 82. kroga za PLUS: 65.000 EUR

## HONKA

### DAN ODPRTIH VRAT HIŠE HONKA

v Gozd Martuljku (Cesta na Srednji Vrh, Jezerci 3),  
v soboto, 17. oktobra 2009, od 9. do 18. ure.

Vabljeni na ogled hiše Honka. Popeljali vas bomo skozi sanjsko eko hišo, ki vas bo zagotovo navdušila.  
Veselimo se vašega obiska!

## OSMRTNICA

Svojo živiljenjsko pot je sklenil naš upokojeni sodelavec iz Sava Tires - Forma

## BRANKO FINŽGAR

rojen 1933

Od njega se bomo poslovili danes, v torek, 13. oktobra 2009, ob 15. uri na pokopališču v Žabnici. Žara bo v poslovilni vežici od 10. ure dalje. Ohranili ga bomo v lepem spominu.

Kolektiv Sava Tires

## OSMRTNICA

V 82. letu starosti je po hudi bolezni umrl

## ALOJZ SLAVKO KOCIJANČIČ

iz Radovljice, upokojenec Elana, čebelar

Pogreb bo jutri, v sredo, 14. oktobra 2009, ob 15. uri na pokopališču v Radovljici.

Žalujoči žena Cilka, hči Zdenka z družino in sin Slavko z družino

## OSMRTNICA

Z žalostjo sporočamo, da je svojo živiljenjsko pot sklenil

## ROK TRPIN

iz Železnikov, Racovnik 41

Zara pokojnika bo v mriški vezici na pokopališču v Železnikih danes, v torek, 13. oktobra 2009, od 12. do 19. ure. Pokopali ga bomo v ožjem družinskem krogu.

Žalujoči vsi njegovi

## Mali oglasi

tel.: 201 42 47  
fax: 201 42 13  
e-mail: malioglasi@g-glas.si

Male oglase sprejemamo: za objavo v petek - v sredo do 17.30 in za objavo v torek do petka do 13.30! Delovni čas: ponedeljek, torek, četrtek neprekinjeno od 8. do 17. ure, sreda od 8. do 18., v petek od 8. do 14. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprto.

## NEPREMIČNINE

## STANOVANJA

## PRODAM

KRANJ - okolica: 51.67 m<sup>2</sup>, mansarda večstan. objekta, lasten vhod, obn. I. 08, solastništvo na parceli, 79.000 eur, SVET RE d. o. o., Nazorjeva ul. 3, Krnj, 051/237-031

9006102

KRANJ - okolica: 18, 45.42 m<sup>2</sup> v. l. nad. večstanovanjske hiše obn. I. 09, mirna okolica, čudovit razgled, 69.000 eur, SVET RE d. o. o., Nazorjeva ul. 3, Krnj, 051/237-031

9006104

## JUR-TAN NEPREMIČNINE

JUR-TAN, nepremičnine, d. o. o.  
PE Cankarjeva ulica 03  
(staro-mestno jedro),  
4000 Krnj, tel.: 04/236-92-14,  
mobi: 041/451-857  
e-pošta: info@jur-tan.si

www.jur-tan.si

ŠKOFJA LOKA - Podlubnik: 3 S, 76.85 m<sup>2</sup>, delno obn. I. 08, 10/12, razgled na okoliško naravo, ZK urejeno 112.000 eur, SVET RE d. o. o., Nazorjeva ul. 13, Krnj, 051/237-031

9006103

## ODDAM

STANOVANJE študentom ali delavcem v Portorožu, 051/611-088, 041/323-090

9006062

STANOVANJE v okolici Krnja, 041/390-422

9006057

DVOSOBNO stanovanje, novo, 61 m<sup>2</sup>, Planina II, Krnj, 040/431-787

9006053

## HIŠE

## PRODAM

KRANJ : hiša 168.68 m<sup>2</sup> s širimi 1S stan., obn. I. 09, garazi prostor, možen nakup posameznih enot, 239.000 eur, SVET RE d. o. o., Nazorjeva ul. 3, Krnj, 051/237-031

9006105

**ITD NEPREMIČNINE, d.o.o.**  
MAISTROV TRG 7,  
4000 KRANJ  
TEL: 04/23-81-120,  
04/23-66-670  
041/755-296, 040/204-661,  
041/900-009  
e-pošta: itd.nepremicnine@siol.net  
www.itd-plus.si

NOVOGRADNJA, 3. PGF, P+M, 112 m<sup>2</sup>, parcela 661 m<sup>2</sup>, vsi priključki, 041/744-709

9006097

## ODDAM

POLOVICO hiše, 86 m<sup>2</sup>, opremljena je s spalnico, kuhinjo, kopalnico in wc, cena po dogovoru, 04/25-01-516, kličite zvečer od 18. ure dalje

9006095

## POSLOVNI PROSTORI

## PRODAM

KRANJ : poslovni pr. 73.55 m<sup>2</sup> z izložb. oknom v posl. strani stavbi, I. 07, dve park. mesti. Možen najem 138.000 eur, SVET RE d. o. o., Nazorjeva ul. 3, Krnj, 051/237-031

9006106

## ODDAM

PISARNIŠKE prostore na Koroški cesti (center), 041/361-100

9006304

**GND**  
GORENJSKA NEPREMIČNINA DRUZZBA  
Stritarjeva ulica 7, 4000 Krnj  
www.nepremicnine.gnd.si  
e-naslov: info@gnd.si  
tel: +386 4 281 39 04,  
fax: +386 4 281 39 07  
gsm: +386 31 536 578

**K3KERN**

## NEPREMIČNINE

Majstrov trg 12, 4000 Krnj  
Tel. 04/202 13 53, 202 25 66  
GSM 051/320 700, Email: info@k3-kern.si

V VEČJI zaprti prostor vzarem v hrambo čolne, prikolice itd., 040/244-011

9006097

## GARAŽE

## PRODAM

na Planini, cena 10.500 eur ali po dogovoru, 040/20-23-015

9006090

## ODDAM

GARAŽO za daljši čas na Vrečkovi v Krnju, 041/712-662

9005998



FESST, d. o. o., nepremičninska družba, Koroška c 2, Krnj, Telefon: 236 73 73 Fax: 236 73 70 E-pošta: info@fesst.si Internet: www.fesst.si

## MOTORNA VOZILA

## AVTOMOBILI

## PRODAM

RENAULT Clio 1.2, I. 2001, 70.000 km 3 vrata, lepo ohranjen, 041/227-338

9006072

## KUPIM

OSEBNI avto, let. 98 ali 99 do 1400 cm, dobro ohranjen, 040/666-806

9006073

## AVTODELI IN OPREMA

## PRODAM

ZIMSKE gume 205/55 R16 Eskimo, 4 kom, malo rabljene, s plastiči in orig. kapami za Renault., 04/23-17-801

9006052

## STROJI IN ORODJA

## PRODAM

BRUSILNI stroj za brušenje tračnih žag, 031/716-629

9006076

## SEKULAR za razrez lesa, 059/038-650

9006065

## GRADBENI MATERIAL

## KURIKO

## PRODAM

DRVA - metrska ali razžagana, možna dostava, 041/718-019

9006083

BUKOVA drva, 5 metrov, možen razrez in dostava, 041/214-500

9006088

BUKOVA drva, 031/817-768

9006079

DRVA - mešana: bukev, gaber, javor, jesen, hrast, možnost razreza in dostave, cena 40 EUR, 070/323-033

9005804

DRVA, možnost plačila na obroke, metrska ali razžagana, možnost dostave, 040/338-719

9005805

DRVA, suha, metrska, bukova, 031/688-234

9006082

DRVA, metrska ali razžagana s prevozom, 031/214-893, 040/214-893

9006089

DRVA bukova, suha, 20 m<sup>3</sup>, možen razrez in dostava, cena 44 eur/m<sup>3</sup>, 031/616-879

9006098

RAZŽAGANA pripeljana, bukova drva, 041/758-958

9006058

SUHA bukova drva, 040/372-098

9006055

SUHA bukova drva in žagan les divje češnje, 051/204-264

9006056

SUHA bukova drva in jesenove plohe, 031/555-588, Luka

9006068

SUHA bukova razžagana drva ter gozdarski zgibhi traktor Iwafuji, 031/561-707

9006083

SUHA bukova in gradbena drva, možna dostava in razrez, 04/51-28-160

9006085

## STANOVANJSKA OPREMA

## POHISTVO

## PRODAM

KOTNO sedežno garnituro, vel. 290 x 200 cm za simbolično ceno, 041/911-835

9006071

STARO garderobno omaro s pripadajočim zakonsko posteljo, potrebno obnovi, javor, 031/412-164

9006087

## KNJIGE, PUBLIKACIJE

## PODARIM

KNJIGI : Planica 1972, Planica 1934-1999, 04/51-20-859, 031/845-972

9006078

## UMETNINE, NAKIT

## PRODAM

TAPISERIJE na temo tarota, 28 strogo unikatnih izdelkov, www.mit-tapiserija-tarot.si, 040/567-544

9006096

## STARINE

## KUPIM

STAR mizarski ponk, omaro, skrinijo, mizo in ostale stare predmete, 031/878-351

9006074

## OTROŠKA OPREMA

## PRODAM

OTROŠKO kolo Genesis, 20 col, prestave Shimano, cena 60 eur, 04/53-18-476, Pfajfar

9006084

## MEDICINSKI PRIPOMOČKI

## PODARIM

OKULISTIČNI pregledi za očala in kontaktne leče, velika izbira sončnih očal, popusti za upokojence in študente. Optika Aleksandra, Olandia Krnj, 04/23-50-123

9005258

## ŽIVALI IN RASTLINE

## PRODAM

MLADIČE pasme Irski seter, cepljene z rodonikom, stare tri mesece, 031/202-463, Tatjana

9006099

## PODARIM

DVA prijazna mucka, stara 4 mesece, 051/427-576

9005934

MLADE mucke, 041/754-547

9005946

MLADE, lepe mucke, 041/672-096

9005995

Umrla je najina sodelavka  
**ALENKA POR**

Ohranila jo bova v lepem spominu.

Bogdan Greif in France Jamnik

OSMRITNICA

Svojo življenjsko pot je sklenil naš upokojeni sodelavec iz Sava Tires - PC Omega

**ANTON ZORKO**

rojen 1934

Od njega se bomo poslovili danes, v torek, 13. oktobra 2009, ob 16. uri na pokopališču v Bitnjah. Ohranili ga bomo v lepem spominu.

Kolektiv Sava Tires

ZAHVALA

Ob smrti sina, brata in strica

**ZDRAVKA TONIJA**

se iskreno zahvaljujemo vsem, ki ste ga zdravili in mu nudili pomoč pri njegovi dolgoletni bolezni, in vsem, ki ste nam izrekli sožalje in ga pospremili na zadnji poti v prerani grob.

Vsi njegovi

ZAHVALA

Ni te več na vrtu, ne v hiši,  
nič več glas se tvoj ne sliši,  
če lučko na grobu upihnil bo vihar,  
v naših srčih je ne bo nikdar.

V neizmerni žalosti sporočamo, da je v 78. letu prenehalo biti plemenito srce naše drage mami, mame, babice, tačče, sestre in tete

**MARIJE AŽMAN**  
roj. Noč, Bohinčeve Minke z Lancovega 77

Iskrena hvala vsem sorodnikom, sosedom - posebej sosedji Francki Rozman in Zupanovim, priateljem, znancem, Minkinim sodelavkam iz vrtca, njenim dobrim priateljicam, sovaščnom, sodelavkam Metie in teti Minki za denarno pomoč, Krajevni skupnosti Lancovo in Društvo upokojencev Kamna Gorica. Posebej se zahvaljujemo Kliničnemu centru v Ljubljani, ker so se tako borili, da bi jo ohranili pri življenu. Zahvala tudi dr. Marti Ropret in sestri Vlasti. Zahvala pogrebni službi Novak in g. župniku za lepo opravljen obred. Vsem imenovanim in neimenovanim še enkrat iskrena hvala.

Žalujoci: hčerka Vida, vnukinja Anka z Mihom, Lucija, Dolores z Andrejem, pravnuki Timotej, Enej, Iza, Tit, zet Vid, sestra Vida in ostalo sorodstvo  
Lancovo, 8. oktobra 2009

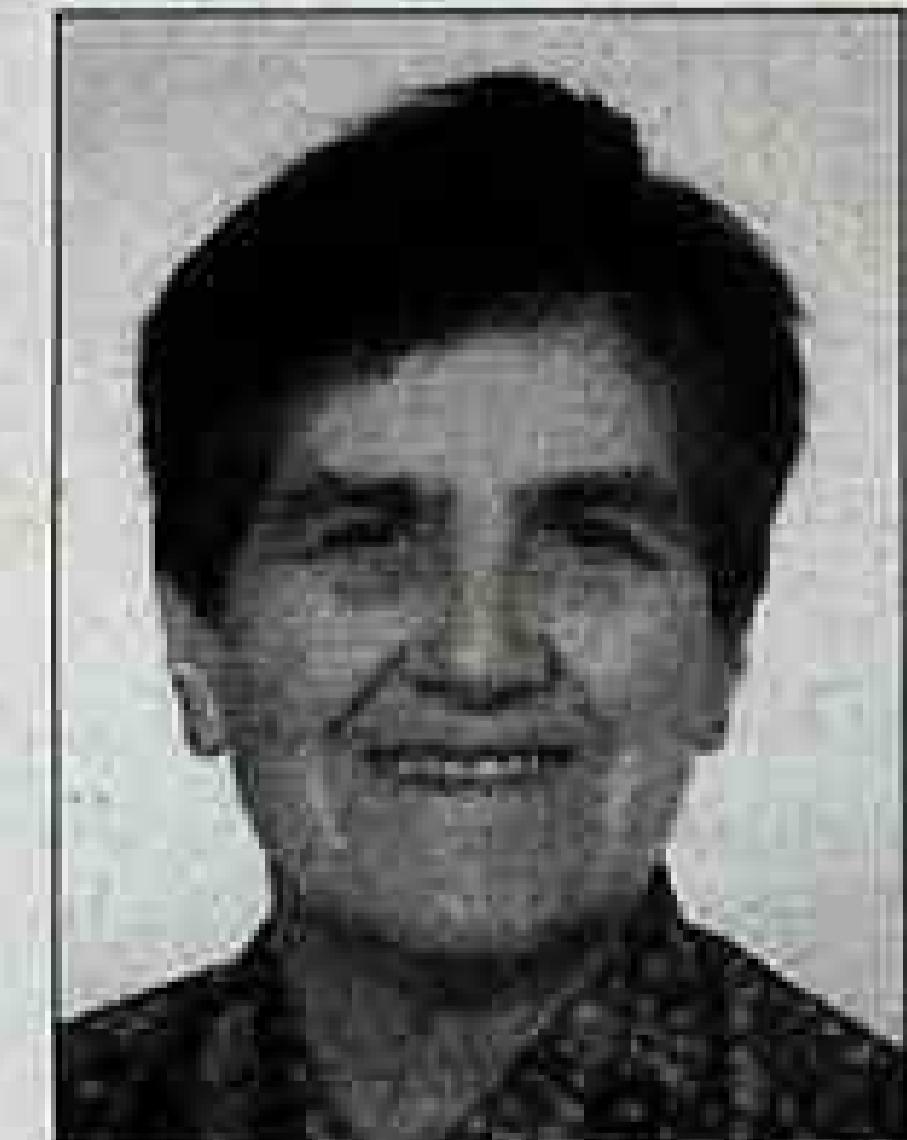
ZAHVALA

V 78. letu starosti je zaspala naša draga mama, sestra, tačča, stara mama in teta

**MARIJA POTOČNIK**  
rojena Jelenc, p. d. Hribova mama iz Nemilj

Iskreno se zahvaljujemo sorodnikom, sovaščnom, priateljem in znancem, ki ste sočustvovali z nami, nam izrekli pisna in ustna sožalja, poklonili cvetje in sveče ter jo v tako velikem številu pospremili na zadnji poti. Posebej se zahvaljujemo osebju oddelka intenzivne terapije operativnih strok bolnišnice Jesenice in dr. Terčonu za zdravljenje. Hvala župnikoma g. Urbaniji in g. Miheliču za duhovno podporo v času bolezni. Zahvala domačemu župniku g. Kralju za lep pogrebni obred, pevcem s Trstnika, pogrebni službi Navček in zvonarjem. Hvala sodelavcem podjetij Četrta pot, VGP Kranj in Gorenje, krajevni skupnosti Podblica, domačim gasilcem in predsedstvu GZ MO Kranj, pevskemu zboru Sveti Tilen in folklorni skupini KUD Mali vrh. Vsem imenovanim in neimenovanim iskrena hvala.

Vsi njeni  
Nemilje, Bukovčica, Ljubno, Reteče, Kokrica



Mama je le ena,  
nam vsem dodeljena.  
Takrat je hudo,  
ko izgubiš tudi njo!

ZAHVALA

29. septembra nas je po hudi bolezni zapustila

**ROZALIJA HAFNER**

Iskreno se zahvaljujemo vsem sorodnikom, sosedom, priateljem, sodelavcem ter vsem, ki ste jo pospremili na njeni zadnji poti. Hvala za podarjeno cvetje in sveče. Posebna zahvala dr. Knapičevi za tako pogosto obiskovanje. Zahvala tudi župniku Gregorju Dolšaku ter pogrebnu stavu Komunala za lepo opravljen obred.

Vsi njeni



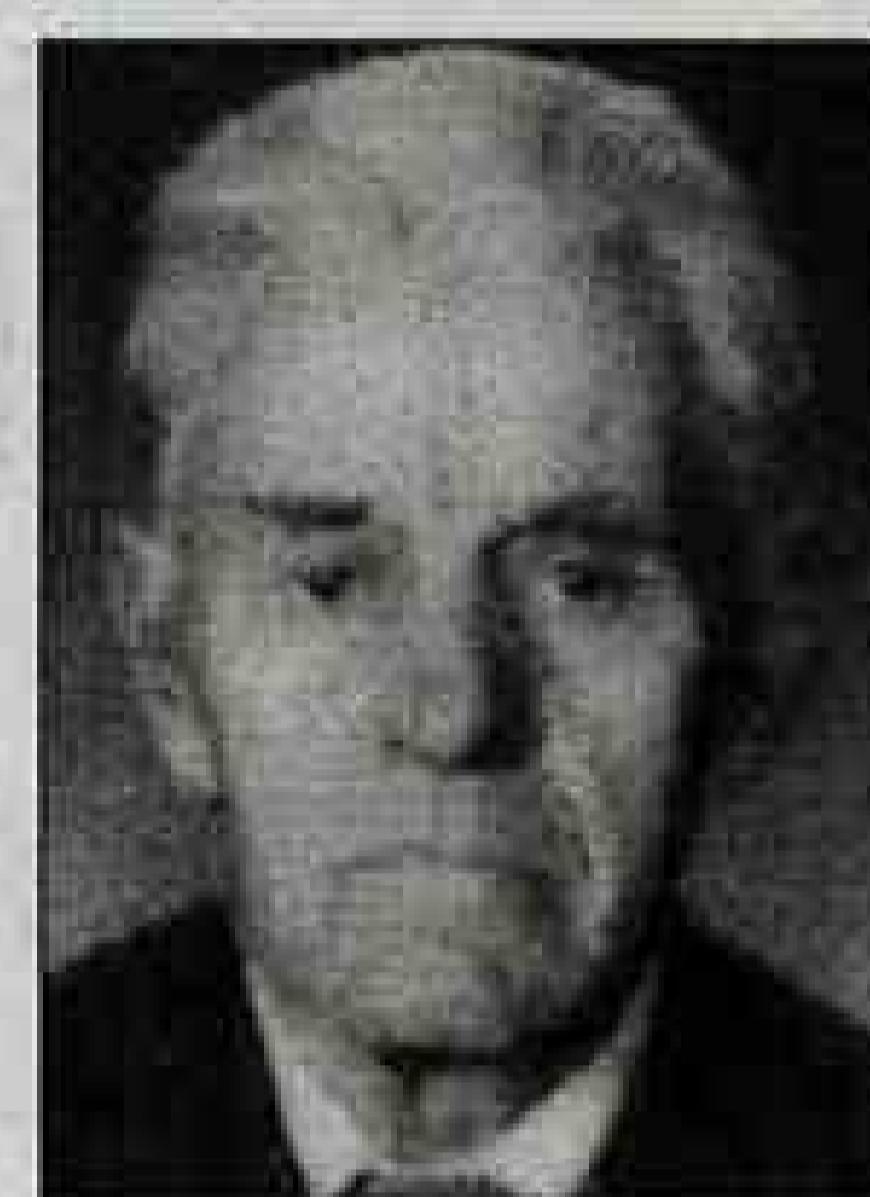
ZAHVALA

V 90. letu je tiho zaspal naš dragi oče, ded, praded, tast in stric

**JOŽE DEŽMAN ST.**

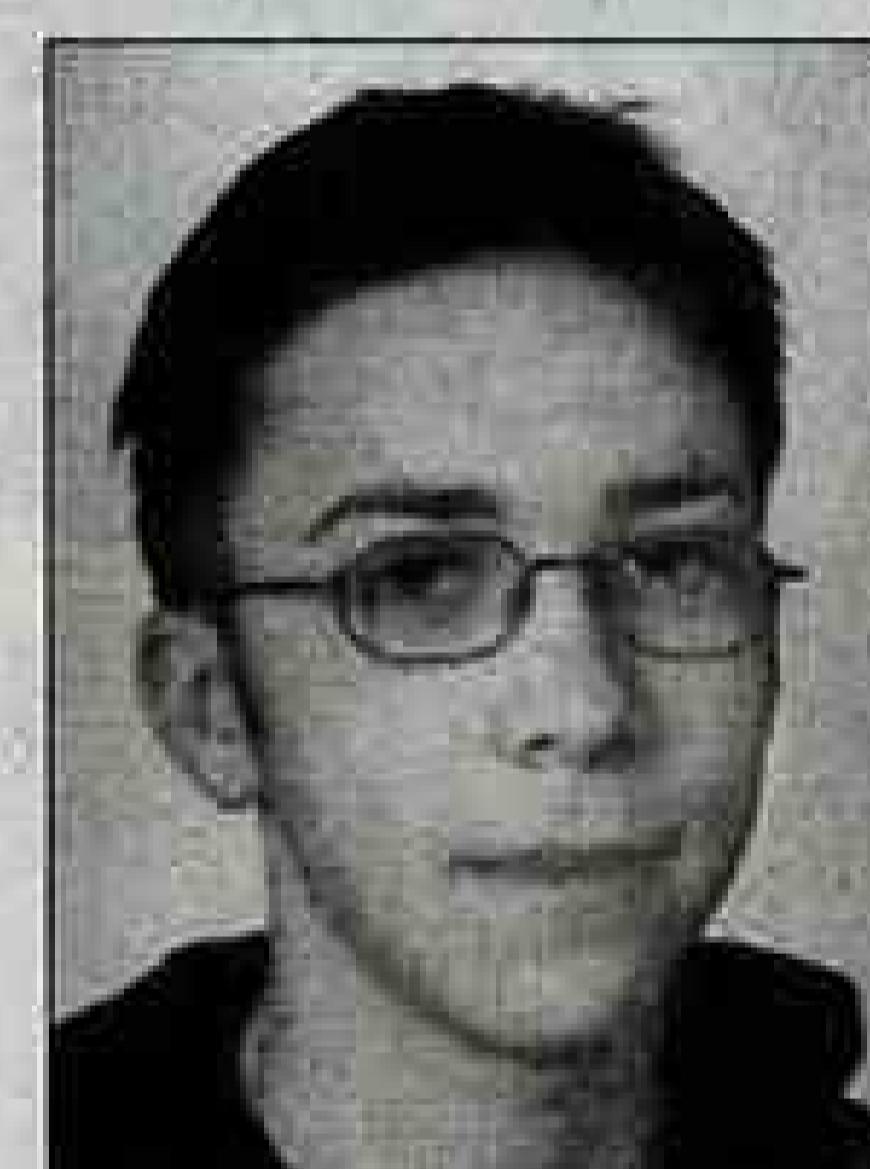
Iskrena hvala vsem sorodnikom, sosedom in znancem za darovalo cvetje, sveče in izraze sožalja. Zahvaljujemo se dr. Beleharju in patronažni sestri Vesni. Zahvala tudi župniku Kramarju, pevcom, trobentatu, DU Cerkle, za lep govor PGD Lahovče, praporščakom in ostalim PGD. Hvala tudi pogrebni službi Pogrebnik. Vsem imenovanim in neimenovanim iskrena hvala.

Vsi njegovi  
Lahovče, Sp. Brnik, Hraše, 2. oktobra 2009



V SPOMIN

Ni je solze, ki bi te obudila,  
ni zemlje, ki bi te nam vrnila.  
Prikradejo se slike iz spomina.  
Pogled zdrsi na stol, kjer običajno si sedel,  
na stvari, ki si jih rad imel.  
V srcu nastala je praznina,  
ostale so le slike, bolečina.



14. oktobra 2009, mineva četrto leto od tistega usodnega petka, ko se je nenadoma utrnila luč življenga in nas je za vedno zapustil naš ljubi

**ANDREJ BALANČ**

Hvala vsem, ki obiskujete njegov grob, mu prižigate sveče, prinašate rože ter v srcu ohranjate lepe misli nanj.

Žalujoci: mami, ati in sestra Mateja

Izčrpal svoje sem moči,  
zaprl trudne sem oči.  
Ne jokajte ob mojem grobu,  
le tiho k njemu pristope  
in večni mir mi zaželite.  
(D. Kette)

ZAHVALA

V 93. letu dozorevanja nas je zapustil

**JOŽEF OSTERMAN**  
p. d. Francetov ATA iz Luž



Iskreno se zahvaljujemo vsem, ki ste ob izgubi velikega ČLOVEKA bili z nami. Posebna zahvala Kranjskim godbenikom, vsem pevskim in molitvenim skupinam, številnim društvom in združenjem in g. kaplanu ter sosedom, bôtrrom, prijateljem ... Prav posebna zahvala sooskrbovancem in osebju Doma starejših občanov Potoče. Vsem imenovanim in neimenovanim iskrena zahvala.

Vsi njegovi  
Luže, 7. oktobra 2009

Kdo bi razumel,  
je trpljenje blagoslov  
so preizkušnje kakor sol,  
ki začinijo življenje.

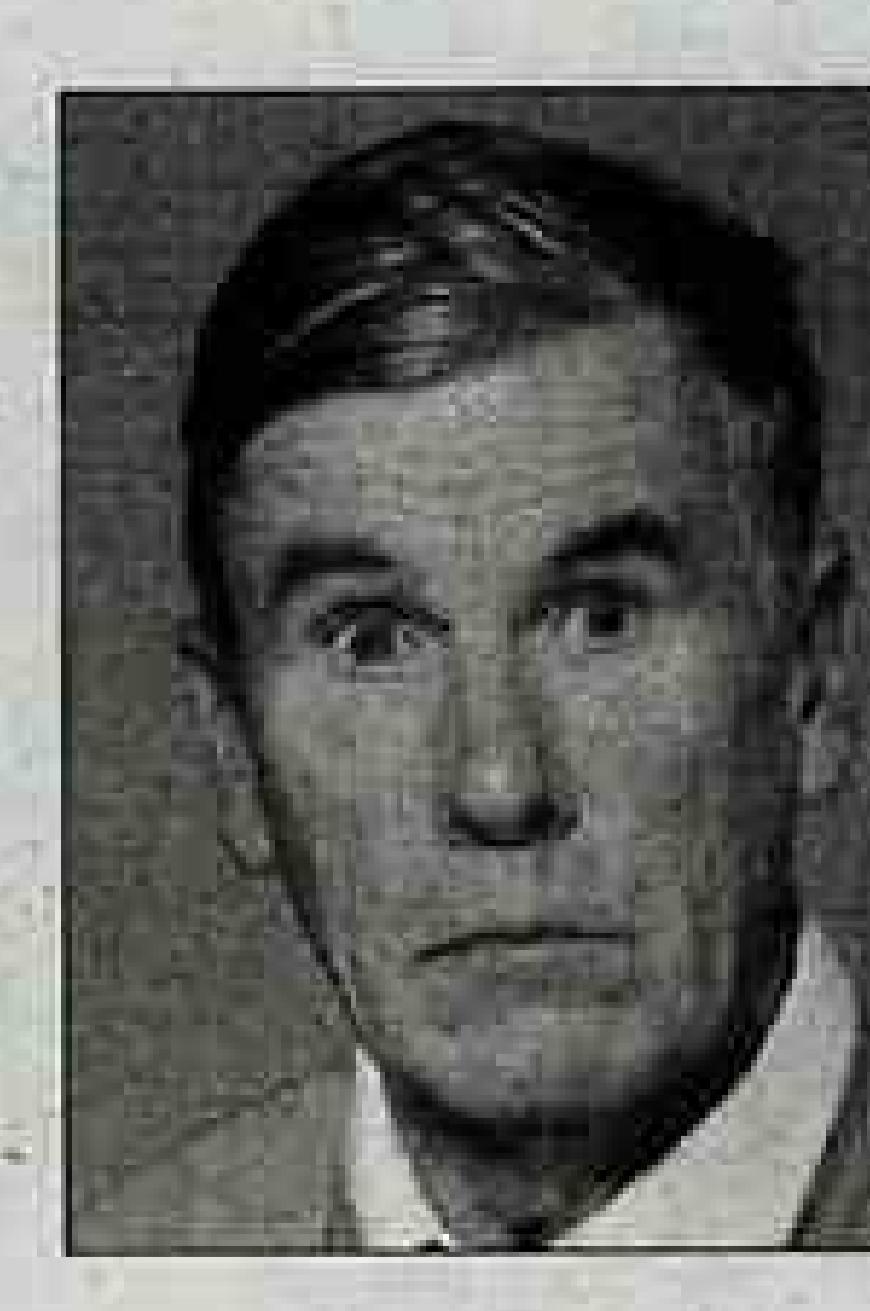
ZAHVALA

V 71. letu starosti nas je za vedno zapustil naš dragi mož, oče, star oče, tast, brat, svak in stric

**ANDREJ NOVAK**

Iskreno se zahvaljujemo vsem, ki ste nam v težkih trenutkih stali ob strani. Hvaležni smo za vse molitve, lepe misli, darovan denar, cvetje in sveče. Hvala, da ste se v zares velikem številu udeležili pogreba, še posebej vsem sodelujočim na pogrebni slovesnosti. Vsem in vsakemu posebej še enkrat iskrena hvala.

Žalujoci žena Anica in vsi njegovi  
Vodice, 12. oktobra 2009



## ANKETA

## Eno po riti?

SUZANA P. KOVACIC

V pripravi je družinski zakonik, ki naj bi prepovedal telesno kaznovanje otrok. Je to stvar zakona ali stvar vzgoje, smo spraševali na Golniku. Kaj je torej vzgojno in kaj je že nasilje?



Katarina Doberšek:

"Z besedami se veliko doseže, kakšna "nežna po riti" pa še ni nekaj tako zelo hudega. Ne vem pa, ali je to stvar zakona. Jaz še največkrat uporabim kazen, da mora otrok za nekaj minut v sobo."



Matjaž Torč:

"Z besedo se da veliko doseči. Včasih je potrebna ena po riti, samo umirjen odrasel človek jo mora uporabiti. Z zakonom ne bomo rešili, zakon ni merilo."



Jasna Žgajnar:

"Telesno kaznovanje se mi zdi nesprejemljivo. Sama sem za doslednost: kar rečeš, to naj drži. S tem pri otroku veliko dosežeš. Sem za to, da naj se prepoved uzakoni."



Branko Perko:

"Odvisno, kakšna je vzgoja, tudi osebnost otroka. Nekaterim zaleže beseda, nekaterim ne in dobijo vzgojno po riti. Vzgojne zadeve niso stvar zakona, nasilje je pa povsem nekaj drugega."



Aleksandra Šimenc:

"Odvisno od otroka. Včasih se da z besedo, včasih je kakšna po riti, vse drugo pa je že nasilje. Pri nas doma je kazen, če beseda ne zadeže, da otroka nesem v sobo za nekaj minut."

# Pri kremnih rezinah ni recesije

V slaščarski delavnici hotela Park so v 56 letih izdelali že deset milijonov originalnih blejskih kremnih rezin po originalnem receptu Ištvana Lukačeviča..

MATEJA RANT

**Bled - Jubilej** so v soboto znamovali s kremno rezino velikano, ki je merila deset milijonov kvadratnih milimetrov. Med obiskovalce so tako brezplačno razdelili skoraj dva tisoč kremastih sladic, ki predstavljajo simbol blejske kulinarike.

"Kremne rezine še vedno pripravljamo po originalni recepturi, v vseh teh letih nismo prav nič spremenili," nam je zaupala slaščarka s ta čas najdaljšim stažem v slaščarki delavnici hotela Park Irfeta Bitevič. Tudi velikost je natančno določena, in sicer meri sedem krat sedem centimetrov, v višino pa štiri do pet centimetrov. Pojasnila je še, da pri pripravi dobre kremne rezine nikakor ne smemo varčevati pri sestavinah. "Sicer je bolje, da se je splot ne lotimo!" Pravi, da pripravijo do 2500 kremnih rezin na dan, ob koncu tedna tudi

do štiri tisoč. "Recesija se pri 'kremnitah' prav nič ne pozna," se je nasmejala Irfeta Bitevič in dodala, da si jo še vedno vsako jutro z ves-

ljem privošči. In to že štiri-deset let, saj je v slaščarski delavnici kot vajenka začela delati pri 14 letih. Kremne rezine v slaščarski delavnici hotela Park pa izdelujejo že vse od leta 1953, ko je sedanji vodja delavnice Ištvan Lukačevič ustvaril recept za to priljubljeno sladico.

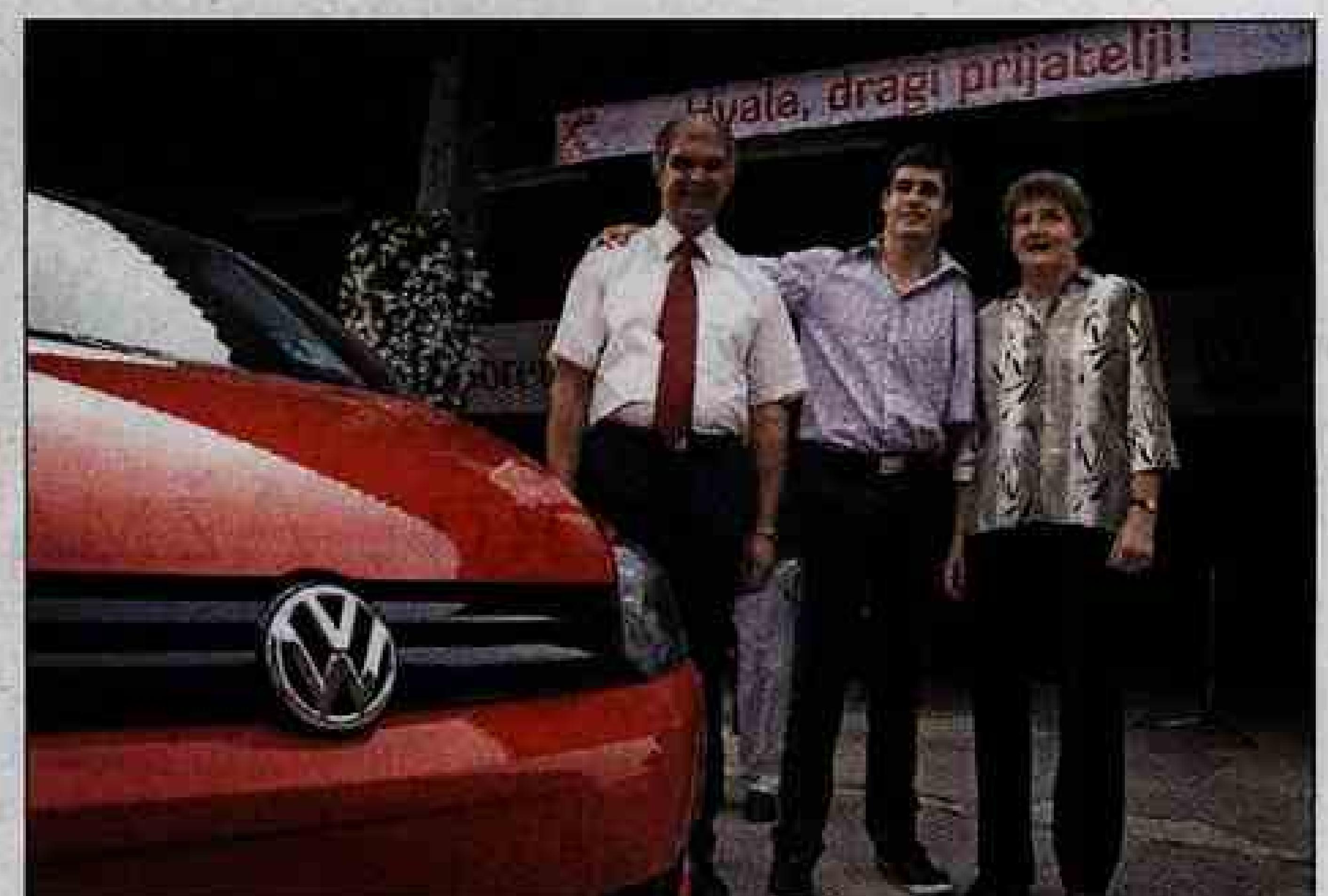


Ob jubileju blejskih kremnih rezin so med obiskovalce brezplačno razdelili skoraj dva tisoč teh sladic. / Foto: Matic Zorman

## PODBREZJE

## Darko se bo kmalu vozil

V petek je bila pri družini Debeljak v Podbrezjah slovesnost, na katero so povabili najzaslužnejše za to, da je njihov rejetec Darko Džurić dobil invalidnosti prilagojen osebni avto. Vse se je začelo februarja letos, ko je prav Gorenjski glas prvi objavil Darkovo zgodbo in povabil donatorje, naj darujejo za avto, ki bo s prilagoditvijo vred stal šestdeset tisoč evrov. Klopčič se je začel odvijati: za Darka so pripravili dobrodelno prireditve člani društva Kranjčani materam, zanj so zbirali vrstniki v Ekonomski gimnaziji v Radovljici, pomagal je Darkov plavalni klub Žito Gorenjska Radovljica (tu se Darko pripravlja za parolimpijske igre v Londonu), na Bledu je bil dobrodelni koncert, v Kranju nogometna tekma Zlate selekcije Toneta Fornezzija Tofa ... in še več je bilo kamenčkov, ki so izpolnili ta mozaik dobrote in solidarnosti. Po zaslugu donatorjev je Darko, sedaj že študent Fakultete za šport v Ljubljani, pred dnevi dobil avto. Opraviti mora še šoferski izpit, pred tem pa se je na prireditvi, ki sta jo pripravila njegova krušna starša Veronika in Milan Debeljak, zahvalil vsem, ki so pomagali. Novi avto je doživel tudi blagoslov z željo, da bo Darkovo življenje z njim samostojnejše. D. Ž.



Darko s krušnima staršema in novim avtom / Foto: Matic Zorman

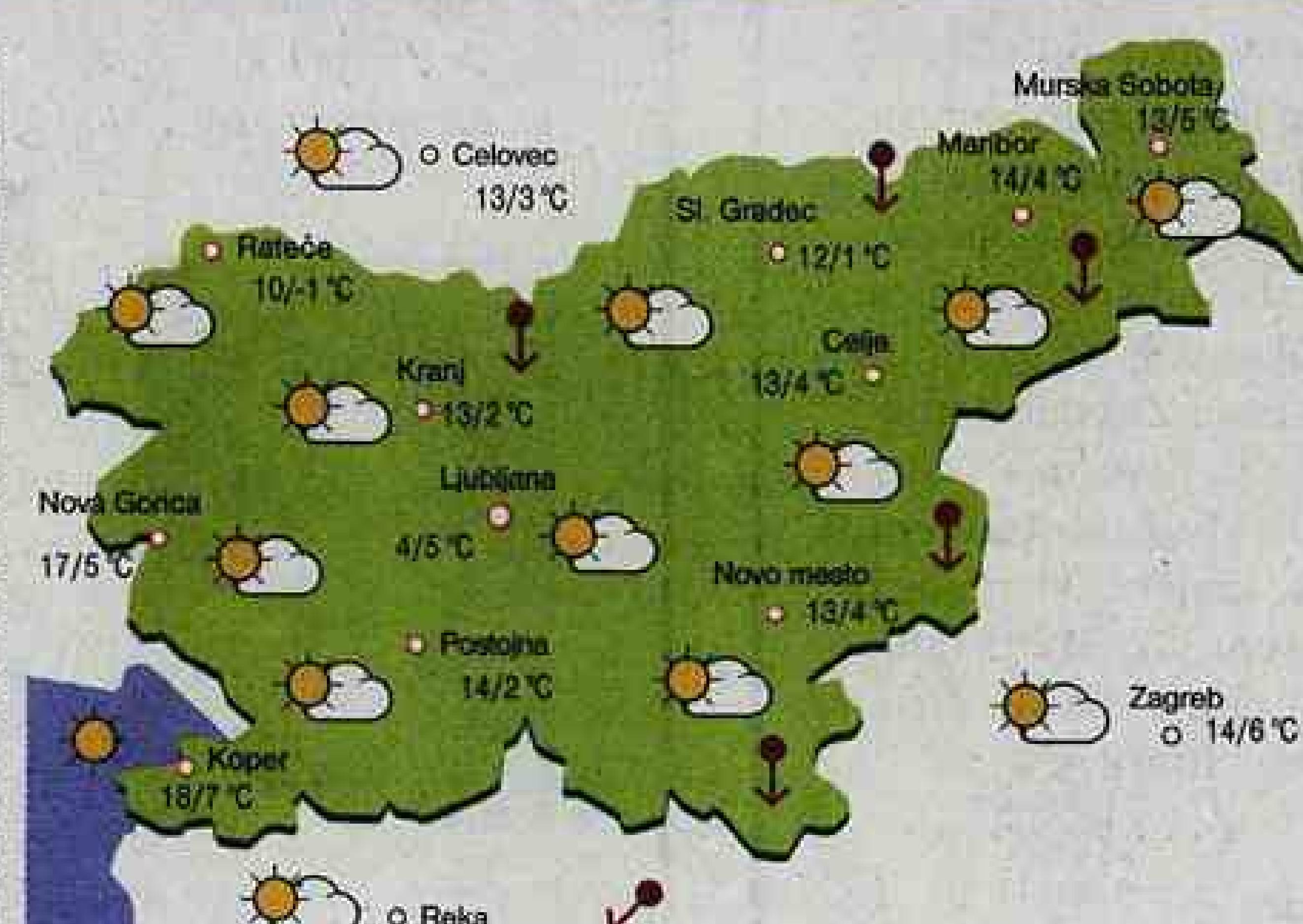
## ŽIRI

## Izdano gradbeno dovoljenje za dom

Po številnih zapletih in večmesečnem čakanju je Upravna enota Škofja Loka v minulih dneh podjetju Deos le izdala dovoljenje za gradnjo doma za starostnike v Žireh. "Gre za pomemben korak in upam, da dodatnih zapletov ne bo več. Investitor mora poskrbeti, da v času do začetka gradnje ne izgubi pridobljene koncesije," je včeraj povedal župan Bojan Starman. B. B.

## Novorojenčki

Minuli teden je na Gorenjskem na svet prijokalo 40 novih prebivalcev, od tega v Kranju 24, na Jesenicah pa 16. V Kranju se je rodilo 10 deklic in 14 dečkov. Najlažji je bil deček, ki je tehtal 2510 gramov, najtežjemu pa je tehtnica pokazala 4270 gramov. Na Jesenicah se je rodilo 10 deklic in 6 dečkov. Najtežja deklica je tehtala 4510, najlažja pa 2600 gramov.



## vremenska napoved

## Napoved za Gorenjsko

Delno jasno bo, predvsem čez dan bo tudi nekaj več oblakinosti. Pihal bo severni veter. Hladno bo, jutranje temperature bodo tudi pod lediščem. Ponekod bo slana.

TOREK



2/12°C

SREDA



0/9°C

ČETRTEK



-2/7°C

Agencija RS za okolje, Urad za meteorologijo

**RADIO KRAJN d.o.o.**  
 Stritarjeva ul. 6, KRAJN  
 TELEFON:  
**(04) 281-2220 REDAKCIJA**  
**(04) 281-2221 TRŽENJE**  
**(04) 2022-2222 PROGRAM**  
**(051) 303-505 PROGRAM OSM**  
 FAX:  
**(04) 281-2225 REDAKCIJA**  
**(04) 281-2229 TRŽENJE**  
 E-pošta:  
**radiokranj@radio-kranj.si**  
[www.radio-kranj.si](http://www.radio-kranj.si)