12
DECEMBER 2017
LETO XX / ISSN 1408-7103

PRILOGA GORENJSKEGA GLASA ZA MESTNO OBČINO KRANJ

Kranjčanka

Že trideseti Stražiški kulturni teden

Prešeren in muzika

Velika plesna zmaga

Tisoč gibov za zdravje

URARSTVO MATJAŽ
tel.: 04 202 47 44
pri kranjskem sodišču
center SPAR dm

Brez čakalnih vrst
PREGLEDI IN OČALA KOT NA NAPOTNICO
Optika Aleksandra
QLANDIA
Info na www.optika-aleksandra.si ali na tel 04 234 234 2
do 101 € popusta ob nakupu očal

Zabavišče Johanca
Britof 24, Kranj, T: 04 20 42 374, www.johanca.si
BOWLING • BILIJARD • NAMIZNI TENIS

Vabljeni v Art optiko, nove zimske kolekcije korekcijskih očal že na voljo!

Očesna ambulanta s koncesijo v Kranju obratuje vsak dan od ponedeljka do petka. Izkoristite kratke čakalne vrste in se naročite že danes. Za pregled pri specialistih okulistih se naročite po telefonu 05 907 0250 ali osebno. Obiščite nas, prijazno in strokovno vas bomo postregli.

V Art optiki lahko koristite Pika kartico. Mercator Pika

S Piko lahko: * plačujete in pridobite bonitetne pike * unovčujete pike za nakup izdelkov * koristite posebej za vas pripravljene akcije

BOŽIČNA AKCIJA

Ob nakupu Swarovski korekcijskih očal prejmete čudovite uhančke Swarovski ...

Art optika d.o.o., Goriška c. 78, Ajdovščina

Art OPTIKA Lep okvir, dobra slika.

ART OPTIKA, Bleiweisova cesta 14, Kranj, T: 05 907 0250

VENERA SHOP

Erotična trgovina

NAJVEČJA IZBIRA DARIL ZA ROMANTIČNO OBDAROVANJE

OBIŠČITE NAŠE BOGATO ZALOŽENE EROTIČNE TRGOVINE

KRANJ
Šuceva ulica 25, (poslovna hiša Rona)
tel.: 04 281 32 20

MEDVODE
Seškova ulica 9
tel.: 01 361 17 73

NAJVEČJA SPLETNA EROTIČNA TRGOVINA

www.venera-shop.com

Na naslovnici: Katja Bidovec
Foto: Arne Hodalič

Kranjčanka 12

je mesečna priloga Gorenjskega glasa

Izdajatelj:
Gorenjski glas, d. o. o., Kranj

Odgovorna urednica:
Marija Volčjak

Urednica:
Ana Šubic

Komercialist:
Janez Čimžar, T: 041/704 857

Oblikovanje in tehnično urejanje:
Matjaž Švab

Priprava za tisk:
Gorenjski glas, d. o. o., Kranj

Tisk:
Delo, d. d., Tiskarsko središče

Raznos:
Pošta Slovenije, PE Kranj

Uredništvo, naročnine, oglasno trženje:
Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj
Telefon: 04/201 42 00
Telefaks: 04/201 42 13
E-pošta: info@g-glas.si
Mali oglasi: telefon 04/201 42 47

Delovni čas:
Ponedeljek, torek, četrtek in petek od 7. do 15. ure, sreda od 7. do 16. ure, sobote, nedelje in prazniki zaprto

KRANJČANKA je priloga 101. številke Gorenjskega glasa, 19. decembra 2017, izšla je v nakladi 35.000 izvodov, prejela so jo vsa gospodinjstva v mestni občini Kranj, priložena je Gorenjskemu glasu.

4 | JE PRINCESA IN CIGANKA HKRATI

Katja Bidovec je magistra komunikologije. Je fotografinja, ki se ji doma ves čas nekam mudi, na fotografskih potovanjih pa čas ni več gospodar. Njena mednarodno nagrajena fotografija Budovih nog in vernikov, ki se pripravljajo na molitev ob polni luni, potuje po svetu. Tako kot potuje ona.

11 | DARJA, KARLA, JULIJA

Julija, nova nagrada Prešernovega gledališča in Gorenjskega glasa, v roke Darji Reichman za vlogo Karle v drami Helverjeva noč.

26 | LEPOTA JE MINLJIVA

Mis Slovenije Maja Zupan se je na novembrskem svetovnem izboru na Kitajskem v konkurenci sto dvajsetih deklet uvrstila med osemnajst najboljših top modelov. Z osemnajstletno lepotico iz Britofa smo se pogovarjali tudi o njenih nadaljnjih načrtih.

K

14 | Plesni ognjemet
20 | Maja je svetovna podprvakinja
24 | Le varno smučanje zagotavlja pravi užitek
32 | Medenjaki so tudi okraski
48 | Kako izdelati suho savno

Je princesa in ciganka

Kranjčanka Katja Bidovec je magistra komunikologije. Je fotografinja, ki se ji doma ves čas nekam mudi, na fotografskih potovanjih pa čas ni več gospodar. Njena mednarodno nagrajena fotografija Budovih nog in vernikov, ki se pripravljajo na molitev ob polni luni, potuje po svetu. Tako kot potuje ona. A Katja pravi: »Ko potuješ, se domov nikoli ne vrneš enak.« Med drugim tudi zaradi doživetja Hudičevega vrta in otrok oblakov.

Besedilo: **Suzana P. Kovačič**

Letos ste bili nagrajeni na mednarodnem Nikonovem natečaju. Za kako prestižno nagrado gre?
»Gre za natečaj na svetovni ravni, ki ga je Nikon ob svoji stoletnici organiziral na Japonskem. Za nagrade se je potegovalo nekaj več kot 21 tisoč fotografov z okoli 75 tisoč fotografijami. Nagrajena sem bila z drugim mestom v glavni kategoriji Praznovanje/Celebration za fotografijo, ki sem jo posnela v templju na jugu Šrilanke. Posnetek Budovih nog in vernikov, s ptičje perspektive, ima zame tudi poseben pomen, saj v fotografiji vidim svoj pogled na svet in religijo, ki ljudi naredi majhne in nemočne v primerjavi s kolesjem religioznih institucij ali pa ne nazadnje s kapitalizmom ter potrošništvom.«

Vam je nagrada odprla kakšna nova vrata?
»Ne bi rekla, čeprav razstava z nagrajenimi fotografijami potuje po svetu, iz Japonske na Kitajsko, v London, kmalu bo na ogled v Indiji. Je pa res, da zame fotografija ni edina stvar, s katero se ukvarjam, saj nameram nadaljevati družinski posel. Letos pa začnem tudi predavati na Univerzi v Ljubljani.«

Še kot študentka komunikologije na Fakulteti za družbene vede v Ljubljani ste se s fotografsko radovednostjo pridružili študentom medicine na humanitarno-medicinski

Katja Bidovec / Foto: Arne Hodalič

ka hkrati

Fotografija, s katero je Katja osvojila drugo mesto na mednarodnem fotografskem natečaju. / Foto: Katja Bidovec

odpravi v Kenijo. Kakšna je bila izkušnja?

»Ni ravno v navadi, da študentje medicine s seboj vzamejo še koga, ki ni s področja zdravstva. Mesec dni sem fotografirala njihovo delo v ambulanti. Srečevali so se z najrazličnejšimi primeri, od virusa HIV, malarije, podhranjenosti do povišanega krvnega tlaka. Videla sem res vse in nekaj primerov se še danes spominjam, kot bi se zgodili včeraj. Pred očmi vidim mamo z enoletnim otrokom, ki sta bila zaradi malarije v ambulanti že drugič v enem mesecu. Zakaj? Čeprav država dodeli novorojenčku mrežo za komarje, se marsikdaj zgodi, da se mamam enostavno ne ljubili mreže obesiti ali pa jo raje uporabijo zase. To me je zelo šokiralo in na neki način prizemljilo. Ampak sem to sprejela. Sprejela sem, da je njihov svet drugačen. Kdo pa pravi, da je za naše otroke pretirano zaščitništvo boljše od njihove brezbrižnosti?«

Od vašega obiska Kenije je minilo že nekaj let, do danes je bilo še mnogo fotografskih potovanj in prav tako samostojnih razstav. Kakšna sporočila prinašate domov?

»Ko potuješ, se domov nikoli ne vrneš enak. S tem seveda ne mislim na potovanje v razna letovišča v Egiptu ali na Maldive, čeprav tudi s tem ni nič narobe. Pravzaprav z ničimer ni nič narobe, če si objektiven do tega, kam greš. Težko je presojati Indijo, če greš samo v plačljive ultraurejene ašrame (centre joge in duhovnosti) in medtem popolnoma spregledaš najrevnejše dele Indije, kot so indijski slumi. Moraš vedeti, da je Indija dvojna. Vse države imajo dve plati, le videti jih moramo. Seveda se ne slepim, tudi moje fotografije so subjektivne, ampak se zavedam dvojnosti našega sveta in ga kot takega sprejemam in poskušam skozi serijo fotografij doseči, da tudi drugi ljudje to začutijo.«

Nekaj vaših fotografij je še vedno na ogled v Gimnaziji Franceta Prešerna v Kranju, bili ste njihova dijakinja. V gimnazijskih letih ste se sicer šele spogledovali s fotografijo, na prvem mestu je bila namreč košarka.

»Ko pogledam danes, me je teh prvih razstavljenih fotografij v gimnaziji kar groza. (smeh) Na srečo se dogovarjamo za novo razstavo in tega se zelo veselim. V gimnazijskih letih sem prosti čas namenila košarki, konec četrtega letnika pa sem obrnila ploščo in se začela več posvečati fotografiji, to zanimanje se je med študijem samo še stopnjevalo. Žogo sem dala na stran. Zanimivo, ker izhajam iz precej bolj športne kot umetniške družine. Spomnim se sicer, da mi je mami fotoaparat kupila že v osnovnošolskih letih, a vendar je strast do fotografiranja rasla zelo počasi. Vedno rečem, da je Arne Hodalič tisti, ki me je s fotografijo naučil živeti. Je eden redkih, ki svoje znanje razdaja brez kakršnikoli zadržkov. To zmorejo samo ljudje, ki so na svojem področju genialni. On mi je pomagal postaviti temelje, ki so nujni za nadaljevanje. Od tam naprej je bilo vse odvisno od mene.«

Bili ste njegova učenka, asistentka, zdaj ste sodelavka. Ni dolgo, kar sta se vrnila iz begunskih taborišč v Zahodni Sahari. S kakšnimi posnetki?

»Na zahodu Alžirije je šest begunskih taborišč, ki so nastali po konfliktu med Marokom in Zahodno Saharo, ko je po umiku kolonialne Španije Maroko okupiral obalni del Zahodne Sahare, predvsem zaradi bogatega ribolova in fosfatov. Marsikdo je prebegnil v Alžirijo, ki je del svojega ozemlja, ki mu ljubkovalno pravijo Hudičev vrt, podarila Sahravijem, ki so si tam zgradili begunska taborišča. Sredi puščave, brez vode in enega samega drevesa, so zrasla ogromna taborišča; ocenjujejo, da je tam naseljenih približno 160 tisoč ljudi. Otroci oblakov, kot poimenujejo sami sebe, so tam zaprti že več kot štirideset let, postavili so si hiše, šole, imajo svojega predsednika, policijo ... So država v državi s statusom begunskega taborišča. Psihični zapor. Marsikdo ima izobrazbo, želijo si delati, a vse, kar lahko storijo, je, da čakajo. Skrbi me, da se je velika večina že naveličala čakanja ... Največjo krivdo za to sramoto nosijo Združeni narodi, saj so jim leta 1991 v zameno za premirje obljubili referendum o osamosvojitvi, ki se nikoli ni zgodil, seveda zaradi geostra-

Prenosni fotografski studio, ki ga Katja in Arne uporabljata za projekt Izginjajoče kulture. Na fotografiji sta s pripadnico ljudstva Kara v Etiopiji. / Foto: osebni arhiv

> Seveda se ne slepim, tudi moje fotografije so subjektivne, ampak se zavedam dvojnosti našega sveta in ga kot takega sprejemam in poskušam skozi serijo fotografij doseči, da tudi drugi ljudje to začutijo.

Fotografija jemenskih otrok v odročnih vaseh gorovja Haraz / Foto: Katja Bidovec

teških in ekonomskih pohlepov velikih sil. Žalostno je, da Evropa ne sliši njihovih miroljubnih klicev za pomoč. Medtem ko bi samo en samomorilski napad v kakšni od evropskih prestolnic pritegnil ogromno pozornost. Kaj ni to tragično?

V Zahodno Saharo sva odpotovala z nekoliko večjo ekipo, saj smo tja odšli z namenom, da posnamemo dokumentarni film, naredimo knjigo intervjujev s portreti in fotografsko razstavo. Vstop v takšna taborišča načeloma ni možen, potrebuješ razne vizume in dovoljenja, a nam so vstop dovolili. Tudi njim je v interesu, da povedo svojo zgodbo in naš projekt govori prav o tem – povej nam svojo zgodbo. V ta namen sva z Arnejem postavila velik prenosen fotografski studio, kjer sva vsakega od njih fotografirala, medtem ko so oni pripovedovali svoje zgodbe.

Vas sicer bolj vleče v ulično fotografijo, v vloge naključnih modelov.

»Ulična fotografija mi je najbolj blizu. Tudi v begunskih taboriščih sem veliko fotografirala na ulicah. Ko se sprehajam, poskušam doživljati tisto, kar doživljajo mimoidoči, naključni modeli. A na način, da sem čim bolj nevidna. Že pionir ulične fotografije Henri Cartier-Bresson je rekel, da mora biti fotograf kot muha na steni. Popolnoma neopazen.

Med sprehajanjem po ulicah velikokrat zaidem v razne religiozne ustanove – od džamije, budističnih ali hinduističnih templjev do nam bolj znanih krščanskih cerkva. Svet verujočih ljudi je zame s fotografskega vidika noro fascinanten, saj so ljudje med obredi v svojem svetu, pozabijo na dogajanje okrog sebe, imajo svojo vizijo, zakaj so tam. Lahko rečem, da so verski motivi resnično fotogenični, po drugi strani pa je fenomen religije, katerekoli že, absurden in v svetu povzroča veliko hudega. Le poglejte begunce, ki jih pogosto sodimo zgolj po verskem prepričanju, čeprav je vera samo en del njihove kulture. Velikokrat pozabimo, da so to ljudje, tako kot mi.«

Zakaj vas tako privlači zakriti svet muslimanskih žensk?

»Svet muslimanskih žensk je resnično nekaj posebnega, je svet, kjer je moškim vstop prepovedan. Svet, v katerem prebivajo samo ženske. V teh prostorih vlada drugačna energija. Velikokrat se mi je že zgodilo, da so me ženske povabile v svoje domače prostore. Kaj smo počele? Nismo kaj dosti govorile, saj je večini, predvsem v ruralnih predelih, izobrazba zelo omejena in ne govorijo angleško. Prav vedno pa smo se smejale. Ponudile so mi čaj, šišo, kruh. Karkoli so pač imele. V teh prostorih ženske seveda ne nosijo burk in zato jih ne fotografiram. Prijateljica Tina, ki je v času pred vojno živela v Jemnu, saj ima tam družino, me je odpeljala na ženski del jemenske poroke. Tam se pari poročajo ločeno; moški imajo svoj obred, ženske svojega. Ta izkušnja je bila resnično fenomenalna. Ženske se tam znebijo svojih burk in se same med seboj zabavajo v visokih petah, mini krilih in z bujnimi oprsji. Čeprav mi tega ni bilo dovoljeno fotografirati, me prav takšne izkušnje izpopolnjujejo in veliko prispevajo k drugačni perspektivi na neko kulturo. Vse to pa zagotovo na koncu vpliva tudi na moje fotografiranje.«

Kako skozi fotografijo prenašate sporočilo spoštovanja drugačnosti, različnosti?

»To je eden od ključnih sporočil fotografskega projekta Izginjajoče kulture, ki sva ga začela skupaj z Arnejem. Najin namen je predstaviti različne etnične skupine, ki še vedno živijo tako kot pred stoletji, a so po mnenju antropologov zara-

di različnih vzrokov na robu izumrtja. To so portreti staroselcev iz težko dostopnih delov porečja reke Omo v Etiopiji ter iz Arunačal Pradeša in Nagalanda, zadnjih kotičkov divjine v Indiji, letos pa sva fotografirala tudi v odmaknjenih koncih Namibije na angolski meji. Običajno so to za nas, zahodnjake, zelo težke razmere. Želiva, da bi ljudje pri nas v kulturah, ki so povsem drugačne, videli nekaj posebnega, nekaj lepega. Tukaj seveda ne govorim zgolj o vizualni drugačnosti, gre tudi za kulturne razlike, ki so, lahko vam zagotovim, ogromne.«

Se vam vedno uspe približati domačinom?

»Jaz vedno najprej samo opazujem. Zelo se mi zdi pomembno, da oni sami odločijo, kako blizu me bodo spustili. V muslimanskem svetu me, kot sem omenila, ženske velikokrat povabijo domov, medtem ko je na primer v divjini Etiopiji že sama komunikacija skoraj nemogoča. Je pa res, da velikokrat ta prvi zid prebijem prav s fotografiranjem.«

Ste tudi prejemnica priznanja Hanna Hardta za izstopajoče dosežke študentov medijskih in komunikacijskih študij.

»Hano Hardt je bil moj profesor, žal je že preminul in na Univerzi so to priznanje poimenovali v spomin nanj. Bil je komunikolog in fotograf. Katedra za medijske in komunikacijske študije in slovensko komunikološko društvo študentom podeljujeta priznanja za različne nadpovprečne študijske dosežke. Meni so ga podelili za delo na področju fotografije.

Na temo fotografije sem tako diplomirala kot tudi magistrirala. Fakulteta za družbene vede me je pred nedavnim povabila k sodelovanju, česar se že zelo veselim. Študentom komunikologije bom predavala obdelavo fotografij v okviru predmeta Moduli, pri katerem je več zunanjih sodelavcev iz sveta prakse, kot sta npr. oglaševalski kreativec Aljoša Bagola, radijski voditelj, novinar Jure Longyka pa še marsikdo, ki lahko s študenti deli svoje izkušnje in znanje. Poleg tega so mi na katedri ponudili naziv asistenta in razmišljam tudi o doktoratu. A za enkrat samo razmišljam.« (smeh)

Ena od Katjinih najljubših fotografij, ki jo je posnela v odmaknjeni, a zelo pravljična vasici Šugruf v Jemnu. / Foto: Katja Bidovec

Ste pri delu enakovredni svojemu učitelju Arneju Hodaliču?

»Ne vem, zakaj je komu tako težko sprejeti, da sva si danes enakovredna avtorja. Projekti, ki se jih lotevava skupaj, so široko zastavljeni in je dovolj prostora za oba. Seveda nisem na njegovem nivoju po izkušnjah, po drugi strani pa imam jaz svežo energijo, mogoče malo bolj mladosten, inovativen pogled, predvsem pa smo mladi spretnejši v postprodukciji. Skupni projekti so prav zaradi najinega sodelovanja boljši, kot bi bili sicer.«

Ne skrivata pa, da sta par tudi zasebno.

»Ne, tega ne skrivava. Zakaj pa bi?«

Kako čustveno predelate tisto, kar vas pretrese v svetu, ki pogosto ni prijazen, kot je npr. življenje v begunskih taboriščih?

»Iskreno: ne vem. Velikokrat se spomnim, ko sem začela potovati po takih krajih, mi je mami enkrat rekla: ''Ti si princesa in ciganka hkrati.'' Takrat je verjetno najbolj zadela mojo dušo. To sem jaz. Dvoje v enem. Doma v Sloveniji imam svoj red in čistočo, zelo natančno organiziranost ter precizno planiranje vsega, kar počnem, ko pa odpotujem, se odklopim in na ljudi gledam popolnoma drugače. Prav nič me ne moti; niti umazanija niti razmere, kakršnekoli že so ... Opazujem in fotografiram.«

Greste po Kranju kdaj na sprehod s fotoaparatom?

»Malokrat ali še bolje rečeno – nikoli. Včasih opazim kakšen kader, a je zamujen, ker s seboj nimam fotoaparata. Predvsem pa se mi doma kar naprej nekam mudi. V zadnjih nekaj mesecih sem si vzela prosto samo eno soboto; no pravzaprav sem tudi to soboto delala kakšne štiri ure za računalnikom, a to je malo v primerjavi z ostalimi delavniki. Večinoma zdaj živim v Ljubljani, a želja priti nazaj v Kranj je zelo močna. Trenutno imam sicer v načrtu malo bolj ''nacionalni'' fotografski projekt v slovenskih urbanih okoljih. Rada bi posnela serijo fotografij, predvsem moških v nakupovalnih centrih, ki v tem decembrskem času čakajo, medtem ko njihove žene in dekleta brezumno nakupujejo. Ja, naš svet se je preselil v nakupovalne centre. A šele ko potuješ po tretjem svetu, se pravzaprav zares zaveš absurdnosti našega potrošništva. In rada bi na to opozorila na svoj način – s fotografijo, seveda!« K

”Trenutno imam sicer v načrtu malo bolj "nacionalni" fotografski projekt v slovenskih urbanih okoljih. Rada bi posnela serijo fotografij, predvsem moških v nakupovalnih centrih, ki v tem decembrskem času čakajo, medtem ko njihove žene in dekleta brezumno nakupujejo. Ja, naš svet se je preselil v nakupovalne centre.

SEDEM LAVRIČEV, OSMI NE

V Galeriji Prešernovih nagrajencev je na ogled sto in ena podoba stripovskega avtorja in karikaturista Tomaža Lavriča. Naj pojasnim naslov. Tomaž Lavrič ima mnogo obrazov. Vsaj sedem psevdonimov in drugih imen od TBC-ja do J. Visarjonoviča in pesniškega Lovra Matiča, za katerimi se skriva njegova neizmerna ustvarjalna moč, je znanih. Osmi je on sam, ki pa ga na odprtje njegove razstave pričakovano ni bilo. So pa zato na ogled njegovi originalni stripi, karikature, ilustracije, naslovnice revije Mladina in še kaj, kar mu je »skočilo« z njegovega delovnega pulta, da si je s tem letos več kot upravičeno prislužil nagrado Prešernovega sklada. Uradno sta bila nagrajena njegova stripa Tolpa mladega Ješue in Lomm, v ozadju pa celoten njegov ustvarjalni opus, ki ga ni malo. V Galeriji bodo Lavričeve stripovske mojstrovine na ogled do srede januarja. Vzemite si čas za druženje z njim in njegovimi »junaki«. Tudi Diareja ne manjka – če kakšno domiselno zapišete in jo vržete v tamkaj priloženi nabiralnik, si mogoče prislužite tudi objavo v reviji Mladina. In nagrado, seve. I. K.

Ker Tomaž Lavrič na odprtja svojih razstav ne hodi, so o njem govorili drugi. Tudi njegov stripovski prijatelj Zoran Smiljanić (levo) v družbi prvega pospeševalca stripa pri nas Aleksandra Buha, lastnika striparnice Buch – kje drugje kot v ljubljanskih Murglah. / Foto: Primož Pičulin

Mestna občina Kranj, Slovenski trg 1, Kranj, Svetniška skupina SMC

Svetniška skupina SMC Kranj

Drage Kranjčanke in Kranjčani

Mineva leto, ki se končuje v dobrih rezultatih in pozitivnem vzdušju za prihodnost. Ponosno lahko trdimo, da je SMC v veliki meri zadolžena za pridobitve, predvsem pa za politično stabilnost, ki je osnova za dobro in konstantno gospodarsko rast. Tudi na lokalnem nivoju se SMC prizadeva za poštene procese, ki koristijo skupnosti. Brez korupcije in nepotizma lahko računamo na nič manj kot blaginjo. Le-ta je obveza in prav tako pravica slehernega. Dragi someščani, lepe praznike in smele želje v letu 2018 Vam želi svetniška skupina SMC Kranj, skupaj z lokalnim odborom SMC Kranj, pod taktirko predsednika mag. Primoža Terplana.

Vaš LO SMC Kranj

HIPPA
finančne storitve d.o.o.

PE KRANJ
Koroška cesta 2, 4000 Kranj
T: 04 236 73 77

DOLGOROČNI KREDITI IN
HITRI KRATKOROČNI KREDITI V HIPPI

PE RADOVLJICA
Kranjska cesta 4, 4240 Radovljica
T: 030 30 20 14

HIPPA, d.o.o., Podreča 74, Mavčiče

Julija.

Nagrada za izjemno igralsko stvaritev v sezoni 2017/2018 v Prešernovem gledališču Kranj

prešernovo gledališče kranj

Gorenjski Glas

Tudi v letošnji sezoni vas vabimo, da s svojimi predlogi sodelujete pri izboru izjemne igralske stvaritve Prešernovega gledališča Kranj v sezoni 2017/2018. Veljale bodo le originalne glasovnice, ki bodo v *Kranjčanki* objavljene po vsaki premieri od septembra 2017 do junija 2018. **Dobitnika julije bomo razglasili na slovesnosti ob začetku sezone 2018/2019.**

Nov krog glasovanja začenjamo s predstavo Ferdinanda von Schiracha TEROR, v kateri igrajo (od leve proti desni): Peter Musevski, Borut Veselko, Vesna Slapar, Aljoša Ternovšek, Darja Reichman in Miha Rodman.

www.pgk.si

Glasovnica

Julija.

Glasujem za igralca/-ko: _____

Ime in priimek _____

Ulica _____

Poštna številka _____ Pošta _____

Darja, Karla, Julija

Julija, nova nagrada Prešernovega gledališča in Gorenjskega glasa, v roke Darji Reichman za vlogo Karle v drami Helverjeva noč

Besedilo: **Igor Kavčič**

Julija je nagrada za najboljšo igralsko stvaritev v pretekli sezoni po izboru gledalcev Prešernovega gledališča in bralcev Gorenjskega glasa ter Kranjčanke, njena svečana podelitev pa je sledila po premieri drame Teror Ferdinanda von Schiracha v režiji Eduarda Milerja. Tako je navdušena publika ob uspešni premieri v nadaljevanju poseben aplavz namenila nagrajenki Darji Reichman.

Strokovna žirija v sestavi Alenka Bole Vrabec, Igor Kavčič in Mare Žvan je soglasno sklenila, da nagrado na osnovi oddanih glasovnic gledalcev in bralcev Gorenjskega glasa, Kranjčanke ter lastnega kritiškega mnenja podeli dolgoletni članici kranjskega gledališkega ansambla Darji Reichman. Kot je žirija zapisala v obrazložitvi, je v pretekli sezoni, v kateri je bilo pet premier, Reichmanova odigrala prepričljive vloge v predstavah Stenica, Žalujoča družina in Helverjeva noč. Žirija pojasnjuje: »V vlogi Karle v Helverjevi noči je pretresljivo očarala z izjemno skalo čustvovanj, izredno kulturo telesa in jezika, presenetljivo igralsko uglašenostjo s soigralcem in ustvarila večplasten, pretanjen in nadvse prepričljiv lik ženske, ki se ji življenje izteče v strašljivi in neusmiljeni zvočni kulisi prihajajočega fašizma. Karla v izvedbi Darje Reichman je vloga, ki ostaja v gledalčevem spominu, kar je bilo več kot očitno pri štetju glasovnic, hkrati pa je tudi dokaz, da občinstvo Prešernovega gledališča sprejema in ceni družbenokritičen in oster pogled na svet, v katerem živimo in v katerem človečnost izginja.«

Darja Reichman je med letoma 1990 in 1995 delovala v SLG Celje, od leta 1995 dalje pa je stalna članica Prešernovega gledališča Kranj. V gledaliških hišah SNG Drama v Ljubljani, SLG Celje, Mestnem gledališču ljubljanskem, več kot dvajset let pa v Prešernovem gledališču v Kranju ter v drugih žanrih je ustvarila več kot devetdeset igralskih kreacij. Gledalci televizijskih nanizank so jo spoznavali tudi kot Violeto v Usodnem vinu.

Julija ob Francetu Prešernu bo vse do konca aktualne sezone Darja Reichman. / Foto: Tina Dokl

Kot je nagrajenka povedala v intervjuju za Gorenjski glas, ima občutek, da se je Karla v Helverjevi noči preprosto morala zgoditi. »Pravzaprav se je zgodila celotna predstava. Že študij sam je bil kljub boleči in težavni tematiki čudovit, s soigralcem Blažem Setnikarjem sva se odlično ujela, zgodila se je kemija, ki je v taki predstavi izredno pomembna. Pomeni nekakšno gledališko obdarovanje. V gledališču se to zgodi zelo redko. Morda se bomo v naslednji predstavi spet srečali isti igralci, pa ne bo tako. V Helverjevi noči preprosto pozabim, da igram,« razmišlja Darja Reichman. »Že ko z Blažem šele začenjava predstavo, ko kuham juho, ekipa v ozadju pa končuje še zadnje priprave za začetek, se me polašča neke vrste blažen mir, kot da sem stopila nekam, kjer sem doma. Čeprav se bo v naslednji uri in pol odvijalo nekaj groznega, bo to hkrati nekaj neskončno lepega, transcendentnega.«

V nagovoru ob nagradi je povedala, da je ponosna nanjo in je vsekakor priznanje za njen trud in delo v gledališču, hkrati pa je to tudi rezultat dela in dobrega sodelovanja celotnega gledališča, od igralcev do tehnikov v zaodrju. V prvi vrsti pa se je zahvalila Helverju, soigralcu Blažu Setnikarju, da brez njega drama Helverjeva noč ne bi bila to, kar je. Odlično igra v vlogi državne tožilke v aktualni drami Teror, spremljamo pa jo tudi v predstavi Tri ženske.

Prešeren in muzika

V Galeriji Prešernove hiše je na ogled in hkrati v poslušanje razstava Prešeren v popularni glasbi.

Besedilo: **Igor Kavčič**

Raziskovanja na temo uglasbitev Prešernove poezije, ki so nastale v zadnjih tridesetih letih, se je lotil kustos Gorenjskega muzeja Gašper Peternel, ki je pripravil tudi izbor za tokratno razstavo. »Medtem ko so uglasbitve pred sto in več leti v veliki meri ustrezale promociji narodnobuditeljske ideje in so bile izvedene predvsem v takrat popularnem žanru samospeva, pa so se v zadnjih letih glasbene zvrsti, v katerih je mogoče prepevati Prešerna, precej namnožile. Nedvomno pa je med glasbeniki ostal neki intimen, osebno angažiran odnos do Prešernovih besed,« je povedal Gašper Peternel in poudaril, da sta zato, da se danes glasbeniki odločajo za Prešernove pesmi, dva vzgiba. »Eden je priložnost za to, ki se pokaže ob različnih obletnicah, povezanih z

Prešeren od Šifrerja do Noctiferie, od Lačnega Franza do Laibacha

našim velikim pesnikom, tisti, ki se mi zdi pomembnejši, pa je intimen, lahko bi rekel zelo romantičen vzgib, ki ga imajo določeni glasbeniki do avtorja in so sposobni v svojem glasbenem izrazu premostiti razliko 150 let, odkar so pesmi bile napisane.«

URARSTVO GERINGER
PRODAJA IN SERVIS
POPRAVILA STARINSKIH UR
Župančičeva 2, 4000 Kranj, tel.: 04 233 05 89
Dejan Geringer s.p.

Avtor razstave Gašper Peternel med poslušanjem uglasbitev Prešernovih pesmi skupine Tantadruj v sestavi (od leve) Aleš Hadalin – glas, Boštjan Soklič – kitara, Mateja Blaznik – kitara / Foto: Primož Pičulin

Razstavo bi lahko začeli z rokovsko verzijo Zdravljice, ki jo je leta 1987 posnela in leto kasneje na redni album uvrstila skupina Lačni Franz. Pri snemanju Zdravljice so sodelovali tudi Vlado Kreslin, Jani Kovačič, Pero Lovšin in Drago Mislej - Mef in glasbena stroka menda takrat ni bila navdušena nad priredbo. No, kot vemo, je pesem danes naša državna himna in je ob raznih priložnostih izvajana v različnih izvedbah. Da je bila v prvih letih samostojnosti prava atmosfera za uglasbitve Prešerna, spoznavamo s skupino Tantadruj, Tomažem Pengovom, Sedmino, Jerico Mrzel. Ob dvestoti obletnici Prešernovega rojstva je bila njegova poezija izziv Andreju Šifrerju, Gojmiru Lešnjaku - Gojcu, Ljobi Jenče, Heleni Blagne pa tudi skupinam, kot sta Hiša in Avtomobili. Ne nazadnje imamo Prešerna tudi v metalski izvedbi s skupinama Sarcasm in Noctiferia. Ne smemo pozabiti Laibachovega Krsta pod Triglavom in še nekaterih njihovih drugih projektov, povezanih s Prešernovim Krstom pri Savici. Skorajda je ni glasbene zvrsti, v kateri ne najdemo tudi kakšne Prešernove, saj po njegovih pesmih posegajo tudi aktualni pop glasbeniki, raperji in podobno ... V Galeriji Prešernove hiše je skladbe v različnih izvedbah seveda mogoče tudi poslušati, saj so na voljo predvajalniki s slušalkami. Razstavo je Peternel oplemenitil še z likovnimi deli – slikami, grafikami, kipi Mihe Maleša, Petra Jovanoviča, Maksima Gasparija, Tomaža Kržišnika ... iz zbirke Gorenjskega muzeja, ki so smiselno povezana z izbranimi skladbami. Gledamo in poslušamo tja v februar prihodnjega leta. K

Jasna iz Strunjana na Domplan

Likovniki, združeni v Likovno srečanje Jasna, so letos poleti ustvarjali v Strunjanu. Svoja dela zdaj razstavljajo v prostorih podjetja Domplan.

Besedilo: **Igor Kavčič**

Da čas hitro beži, zagotovo pove podatek, da je Likovno srečanje Jasna letos obrnilo že svoj dvanajsti list. »Kot bi bilo včeraj, ko smo se poleg ostalih udeležencev v Jasni v Kranjski Gori zbrali jaz, Edo Gregorič, Ivan Žibert in pokojni Živko Kladnik z upanjem, da se bo slikarska kolonija nadaljevala,« se spominja Boleslav Čeru, srce in duša, eden pobudnikov in dolgoletni organizator kolonije. Upanje je postalo meso, bi lahko rekli, saj je letošnja že dvanajsta Jasna potekala v Strunjanu, prostoru primerno seveda na osrednjo temo – Slovensko primorje. Likovniki se namreč vsako leto enkrat za nekaj dni dobijo na drugem koncu Slovenije, v Strunjanu so tokrat ustvarjali drugič. Udeleženci so svoj ustvarjalni izziv iskali v motivih Strunjana, tamkajšnjih solin, plaž, narave in značilne primorske arhitekture.

Odprtja razstave v prostorih Domplana so se udeležili nekateri ustvarjalci Jasne: ob direktorici Domplana Veri Zevnik s sliko v rokah so z leve še Vida Soklič, umetnostna zgodovinarka Katja Dolenc, Boleslav Čeru, Tone Kavčič, Ivan Žibert in Franc Bešter. / Foto: Igor Kavčič

Dela, nastala na koloniji, se tudi letos, tako kot v preteklosti, avtorji trudijo predstaviti na čim več razstaviščih. Tokrat je razstava na ogled v prostorih podjetja Domplan, kjer je za razstavno dejavnost nekoč skrbel Živko Kladnik, po njegovi smrti pa je njegovo vlogo prevzel Boleslav Čeru. »Domplan ima dolgo tradicijo in je na različne načine vpet v prostor, v katerem deluje. Smo uspešno podjetje in del tega uspeha vračamo tudi v šport in kulturo. Zato smo se odločili, da tradicijo razstav v naših prostorih nadaljujemo,« je povedala direktorica Domplana Vera Zevnik in dodala, da likovna dela močno poživijo prostor in vzbujajo dobro počutje tako med zaposlenimi kot njihovimi strankami.

Tokrat razstavlja trinajst likovnikov, ob že omenjenih Boleslavu Čeruju in Francu Beštru še Vida Soklič, Tone Kavčič, Ivan Žibert, Ivanka Kraševec Prešern, Ivan Prešern - Žan, Marta Gašperlin, Igor Dolenc, Matjaž Rolih, Nejč Slapar, Andrej Štular in Boštjan Gunčar. Ob odprtju razstave je njihova dela predstavila umetnostna zgodovinarka Katja Dolenc. Razstava bo na ogled do februarja prihodnjega leta. K

Plesni ognjemet

Tradicionalni Plesni ognjemet je v Kranju pričaral mavrično eksplozijo domišljijskih zgodb, ki so jih uprizorile plesne skupine društva Qulenium.

Besedilo: **Samo Lesjak**

V prazničnem mesecu ne gre tudi brez plesnih korakov. Da znajo s svojimi stopali risati po snegu, hoditi po oblakih in s telesom ujeti zrak, so dokazali tudi plesalci KD Qulenium. Plesno druženje sta odprla mlada umetnika Ana Romih in Beno Novak s predstavo Koncert telesa. Zven njunih teles je zaobjel publiko Stolpa Škrlovec in se ob koncu prenesel v njihove roke, ki so vztrajno odzvanjale v mogočnem aplavzu.

Dan kasneje so plesalci na odru Prešernovega gledališča, od najmlajših pa do najbolj izkušenih, ponudili vpogled v neomejeni domišljijski svet in pokazali lasten gibalni izraz, ki so ga razvijali z mentoricama Ano Romih in Sašo Lončar. Tudi kostumi plesalcev so izražali neomejeno domišljijo in unikatnost vsakega posameznika. Kranjska oblikovalka in dolgoletna soustvarjalka čudovitih kostumov Tina Pavlin je poskrbela za »belo platno«, ki so ga plesalci nato porisali s simboli, vijugami in drugimi pisanimi oblikami. Med miniaturami je Lev Klun vse zabaval s svojimi komičnimi napovedmi in poskrbel, da se je Plesni ognjemet zaključil, kot pritiče prazničnemu čarobnemu vzdušju – s padanjem daril z neba.

Foto: Matija Lukič

Iskrenje v otroških očeh je zanetilo ognjemet: plesna skupina Pegice

SOKI IN PERO DOBRODELNO ZA ŠOLARJE V STRAŽIŠČU

Glasbeno navdahnjene učenke in učence Osnovne šole Stražišče je v začetku veselega decembra razveselil obisk znanega slovenskega glasbenika, bobnarja Marka Soršaka - Sokija. Ta je s svojo dobrodelno akcijo 20 za 20, s katero mladini po osnovnih šolah podarja glasbene instrumente, gostoval tudi po Gorenjskem. Soki je množici navdušencev pripravil posebno presenečenje: pridružil se mu je namreč Peter Poles, simpatični voditelj oddaje Dan najlepših sanj. Šolarji so se razveselili podarjenih bobnov ter kitare, ki bodo na voljo vsem učencem, še posebno prav bodo prišli pri izbirnem predmetu ansambelska igra – tako bodo mladi lahko aktivno krenili po Sokijevih stopinjah. S. L.

Popularni glasbenik Marko Soršak - Soki in priljubljeni voditelj Peter Poles sta razveselila otroke v OŠ Stražišče.

/ Foto: Primož Pičulin

Andrej Šifrer je navdušil občinstvo v rodnem Stražišču. / Foto: Primož Pičulin

Že trideseti kulturni teden

Na odru jubilejnega Stražiškega kulturnega tedna se je zvrstilo kar dvesto sedemdeset nastopajočih. V šestih večerih so privabili okoli tisoč obiskovalcev.

Besedilo: **Ana Šubic**
Foto: **Primož Pičulin**

Med 4. in 9. decembrom je Stražišče zaživelo s Stražiškim kulturnim tednom, ki je bil letos že trideseti. Največja kulturna prireditev v tem kraju je tudi letos postregla z raznolikimi večeri, ki so bili posvečeni glasbi, petju, plesu, gledališču ... »V šestih večerih se je na odru Šmartinskega doma zvrstilo okoli 270 nastopajočih. Trudimo se, da jih je čim več iz Stražišča in okolice. Tudi letos so se nastopajoči izkazali, zelo zadovoljni pa smo bili tudi z obiskom, saj je se v vsem tednu na dogodkih zvrstilo okoli tisoč obiskovalcev,« je črto pod jubilejni kulturni teden, ki ga prireja Krajevna skupnost Stražišče, potegnila predsednica organizacijskega odbora Tadeja Česen Šink.

Največ, kar 240 obiskovalcev, je privabil koncert Andreja Šifrerja, po rodu iz Stražišča. Pred polno dvorano je v uri in pol predstavil tako starejše uspešnice, kot so Stoj Marija, Martinov lulček, Gorska roža, Za prijatelje, Lipicanci ..., kot tudi skladbe s povsem svežega, že 15. studijskega albuma, ki ga je poimenoval 40 let norosti. Jeseni leta 1977 je namreč izšla njegova prva mala plošča Zoboblues.

Slavnostni govornik ob odprtju Stražiškega kulturnega tedna je bil župan Boštjan Trilar. Na otvoritvenem večeru je nato nastopil evrovizijski zbor leta Carmen manet, za smeh je poskrbel igralec Tine Oman - Foma, za konec pa so odprli še fotografsko razstavo Andreja Žalarja Stražiški kulturni tedni v sliki. Na koncertnem večeru treh orkestrov Glasbene šole Kranj: godalnega, harmonikarskega in flavtističnega, mladinskega pevskega zbora in baletnega oddelka se je na odru zvrstilo blizu sto nastopajočih, ki so se predstavili z božično obarvanim programom. Večer pod okriljem Osnovne šole Stražišče in njene podružnice v Žabnici je občinstvu postregel z mladinsko spevoigro Kresniček in glasbenimi točkami. S kulturnim tednom je letos sovpadala tudi decembrska tržnica domačih pridelkov in izdelkov, po njej pa je sledil gledališki večer s komedijo Butalci Frana Milčinskega v izvedbi Loškega odra in režiji Jaše Jamnika.

Stražiški kulturni teden so sklenili s folklornim večerom, ki je seveda pripadel Folklorni skupini Sava. Ta je nastopila prav na vseh tridesetih kulturnih tednih. Tokrat se je predstavila s 24 plesalci, osmimi pevkami skupine Dečve in enajstimi godci, ki so občinstvo očarali z veliko pestrostjo plesov, melodij in kostumov. »Jedro celotnega sporeda so bili plesi gorenjskega, belokranjskega, zahodnoštajerskega in goriškega področja. Del programa smo posvetili preminulemu dolgoletnemu godcu Vinku Šorliju, ki nam je zapustil bogat opus glasbenih priredb, napisanih za savsko skupino,« je pojasnil njen predsednik Zvone Gantar in dodal, da so z nastopom v Stražišču obenem končali 68. sezono delovanja.

Folklorna skupina Sava je nastopila prav na vseh tridesetih kulturnih tednih. / Foto: arhiv organizatorja

Mesec ruske kulture na Prešernovi gimnaziji

Na Gimnaziji Franceta Prešerna se dijaki poleg drugih tujih jezikov, kot so angleščina, nemščina, francoščina, španščina, učijo tudi ruščine – jezika svetovne velesile, ki ga govori kot prvega jezika več kot 160 milijonov ljudi in je hkrati uradni jezik največje države sveta.

Dijaki rusisti, pa tudi drugi ljubitelji ruske kulture, so v zadnjih dveh mesecih spoznavali ruski jezik, književnost, zgodovino, običaje, hrano … na zanimivih dogodkih, delavnicah, prireditvah, ki so jih organizirali v okviru Meseca ruske kulture. Že med jesenskimi krompirjevimi počitnicami, ko na Gimnaziji Franceta Prešerna organizirajo mnoge zabavne in poučne delavnice za osnovnošolce, se je bilo mogoče udeležiti tudi ruske delavnice z naslovom Od Sibirije do slastnih pirošk. Na delavnici so učenci zadnje triade osnovne šole skupaj z dijaki odkrivali skrivnosti Rusije – kako Rusi preživijo hladne sibirske zime, zakaj so ruske šole pozimi zaprte, si pogledali domovanje sibirskega tigra in se spoznavali z ruskimi dobrotami, kot so boršč, piroške in palačinke, ki jih v Rusiji jedo še posebej radi za pusta oz. po njihovo na maslenico. Tudi sami so v šolski kuhinji spekli ruske piroške in se z njimi sladkali ob gledanju ruske risanke Maša in medved. Da so piroške res nekaj posebnega, so se strinjali tudi dijaki in učenci drugih delavnic, saj so jih ljubitelji dobre ruske hrane napekli toliko, da jih je bilo za vse dovolj.

Dijaki so svoje znanje ruščine in poznavanje njihovega jezika, kulture in zgodovine v okviru projekta Mesec ruske kulture nadgrajevali oktobra in novembra z mnogimi aktivnostmi v okviru pouka. Konec novembra pa so pripravili ruski večer z naslovom Spoznajmo Rusijo, spoznajmo Puškina, na katerem so se predstavili dijaki rusisti drugega in tretjega letnika gimnazije. Dijaki so v ruščini peli, recitirali in igrali, vsi pa smo neizmerno uživali, ko je gimnazijski zbor zapel ponarodelo rusko pesem Kalinka. Dijakinji Ana in Brina sta zapeli pesmi ruske evrovizijske predstavnice Poline Gagarine. Prisluhnili smo lahko tudi odličnim recitacijam del Aleksandra Sergejeviča Puškina in Mihaila Jurjeviča Lermontova, poslušali rusko klasično glasbo in odlomke iz baleta Pepelka Sergeja Prokofjeva, ki nam jih je zaigrala nekdanja dijakinja Konservatorija za glasbo in balet in študentka ruskega jezika Marjetka Valentinčič. »Ruski dramski igralci« pa so vse navzoče nasmejali s skečem o Kuročki Rjabi.

Ruski večer je združil mnoge ljubitelje ruskega jezika in kulture, od učencev do

dijakov in študentov ruščine, je poudarila prof. ruščine na Gimnaziji Franceta Prešerna Žuža Spindler, ki je tudi najzaslužnejša za organizacijo Meseca ruske kulture. S prikazom gledališča kamišibaj so večer namreč popestrili tudi učenci OŠ Naklo. Zapletenost in lepota ruske slovnice pa se je odrazila v recitaciji pesmi, ki so jo izvedli učenci OŠ Preddvor.

Presenečenje večera je bil zagotovo kviz o poznavanju Rusije, pri katerem so sodelovali profesorji gimnazije, ki so se za trenutek spet vživeli v vloge učencev in odgovarjali na vprašanja. Ruski večer smo zaključili ob dobrih ruskih slaščicah, vsi pa smo si bili enotni – se vidimo naslednje leto!

Konec novembra so v avli Mestne občine Kranj 58 mladim iz Kranja in okolice podelili mednarodna priznanja MEPI na lokalni ravni. Srebrnih in bronastih priznanj so se razveselili mladi z OŠ Orehek, OŠ Franceta Prešerna Kranj, OŠ Matije Valjavca Preddvor, Biotehniškega centra Naklo, Šolskega centra Kranj, Gimnazije Franceta Prešerna in Gimnazije Kranj. Priznanja sta jim podelila direktorica Zavoda MEPI Andreja Anžur Černič in Jaka Kregar, predsednik Društva prejemnikov zlatega priznanja MEPI, ki od letošnjega leta dalje deluje kot lokalni urad za program MEPI v Kranju. MEPI je svetovno priznani program, ki mlade spodbuja k ustvarjalnemu in ciljno naravnanemu preživljanju prostega časa. V Sloveniji deluje že dvajset let, V Kranju pa ga izvajajo od leta 2004. Od tedaj je priznanje prejelo več kot 850 mladih Kranjčanov, danes pa je MEPI prisoten v desetih organizacijah, ki imajo skupaj letno več kot dvesto udeležencev.

Odlični domači kegljači

Besedilo: **Vilma Stanovnik**
Foto: **Tina Dokl**

Vsako leto ob prazniku Mestne občine Kranj in mednarodnem dnevu invalidov Medobčinsko društvo slepih in slabovidnih Kranj pripravi mednarodni kegljaški turnir, ki je bil tokrat že sedmo leto posvečen tudi spominu na Borisa Žukeviča. »Veselili me, da se zopet vidimo v tako velikem številu in da turnir tukaj v Kranju ohranja tradicijo,« je ob odprtju tekmovanja poudaril kranjski podžupan Boris Vehovec in vse skupaj povabil, da čim večkrat obiščejo Kranj. Veliko podrtih kegljev in dobro počutje je več kot osemdesetim kegljačem in kegljačicam z različnih koncev Slovenije in tujine zaželel predsednik Medobčinskega društva slepih in slabovidnih Kranj Emil Muri, v imenu družine Žukevič pa je zbrane pozdravil Borisov sin Tomaž.

V Kranju se je zbralo več kot osemdeset slepih in slabovidnih kegljačev.

Letos so največ uspeha na kegljišču imeli kegljači s hrvaške Reke, ki so zmagali pred ekipo Osijeka in Zagrebom.

Med 18 ekipami se je izkazala tudi prva domača ekipa Medobčinskega društva slepih in slabovidnih Kranj, ki je nastopila z imenom Sava in je osvojila četrto mesto. Med močno slabovidnimi kegljačicami (B2) se je z drugim mestom izkazala Alojzija Pirc. Drugo mesto v moški konkurenci popolnoma slepih (B1) je osvojil Mitja Osolnik, Sandi Novak je bil šesti, Slavko Muhič pa je osvojil sedmo mesto. Med močno slabovidnimi (B2) je tretje mesto osvojil Kranjčan Jože Lampe. V kategoriji slabovidnih (B3) je peto mesto osvojil Kranjčan Marjan Žalar, Šenčurjan Ciril Podjed pa je bil deveti.

V konkurenci slabovidnih in spremljevalcev (B4) je zmagala Kranjčanka Lidija Götz.

Kranjski šahisti poslali velemojstre v nižjo ligo

Ekipa kranjskega kluba ŠS TZ Prevodi Dvojka si je z osmim mestom zagotovila obstanek v najmočnejši ligi, velemojstre iz ekipe ŠD Ptuj pa poslala v nižjo ligo.

Besedilo: **Žiga Žvan**
Foto: **arhiv ŠZS**

Končala se je državna članska šahovska liga za leto 2017. Tekmovanje je potekalo v treh koncih tedna od septembra do decembra, v katerih se je deset najboljših ekip pomerilo vsaka z vsako. Zmagala je ekipa ŠK Ljubljana Duol. Po razpadu klubov v Ljubljani so ustanovili nov klub, ki je moral začeti v najnižji ligi. Glavno mesto, močan sponzor in dobro vodstvo so kombinacija za uspeh, saj se je klub v najkrajšem možnem času prebil med elito in letos z zares močno velemojstrsko zasedbo odvzel primat Mariboru.

Ekipa kranjskega kluba ŠS TZ Prevodi Dvojka je po slabšem začetku nanizala tri zmage zadnji konec tedna in si z osmim mestom zagotovila obstanek v najmočnejši ligi. V zadnjem krogu je v direktnem dvoboju s 3,5 : 2,5 premagala ŠD Ptuj, ki se seli v nižjo ligo, čeprav so na ligi nastopali kar s štirimi velemojstri.

Potek dvoboja je bil neverjeten. Po začetnem vodstvu Ptuja z 1 : 0 so dvoboji na ostalih deskah potekali še dolgo po tem, ko so ostale ekipe zaključile s tekmovanjem. Najprej je dobro pozicijo v točko uspel spremeniti Leon Mazi. Velik preobrat je nato uspel še Galu Drnovšku, ki je igral zadnjo partiji turnirja. V sicer izenačeni damski končnici je pripeljal kmeta do dame in tako premagal velemojstra Rističa.

Kranjski šahisti so si zagotovili obstanek v najmočnejši ligi.

Maja je svetovna podprvakinja

Konec prejšnjega meseca je članica kranjskega kluba Alliance Red Eagle Maja Povšnar v Kolumbiji osvojila naslov svetovne podprvakinje v jiu-jitsu newazi.

Besedilo: **Vilma Stanovnik,** foto: **arhiv Maje Povšnar**

Naša reprezentanca v jiu-jitsuju se je novembra udeležila svetovnega prvenstva v kolumbijski Bogoti. Najboljši rezultat med našimi in najboljši slovenski rezultat v jiu-jitsu newazi v zgodovini Slovenije v članski kategoriji je dosegla Maja Povšnar, ki se je domov vrnila s srebrno medaljo. Maja se je v slovensko reprezentanco v jiu-jitsuju uvrstila kot evropska prvakinja v jiu-jitsu newazi. »V Bogoto smo se odpravili že nekaj dni pred tekmovanjem. To pa zaradi šesturne časovne razlike pa tudi zaradi težjih pogojev dihanja, saj je Bogota na nadmorski višini 2700 metrov. Tekmovala

Maja Povšnar (prva z leve) na zmagovalnem odru s srebrno medaljo

sem v disciplini newaza, ki pomeni parterno borbo. Ta je skoraj enaka brazilskemu jiu-jitsuju, ki ga treniram v kranjskem klubu Alliance Red Eagle. Na prvenstvo sem se pripravljala s tekom, kolesarjenjem in hojo v hribe ter seveda s treningi brazilskega jiu-jitsuja in juda. Kljub odlični formi sem občutila težke pogoje tekmovanja, mučila me je vrtoglavica, prav tako pa telo ni dobilo dovolj kisika v mišice in po vsaki borbi so me mučili tudi krči,« je povedala Maja, ki je na tekmovanju dobila nekaj dobrih pa tudi slabe izkušnje.

»V prvem krogu sem bila prosta, nato pa me je čakala odlična tekmovalka iz Poljske, ki sem jo odpravila z razliko 12 : 0. V polfinalu sem se pomerila z domačinko, ki sem jo premagala z razliko 8 : 0 in se uvrstila v finale. Tam me je čakala prva nosilka kategorije, Belgijka. Borbo so ves čas očitno nepravično sodili v prid Belgijke, ki je na koncu zmagala z eno točk prednosti. Tako sem tekmovanje zaključila na drugem mestu. Kljub vsemu je to vrhunski rezultat in sem nanj ponosna pa priznam, da mi je malce hudo zaradi razpleta, kakršen je bil v finalu pa tudi zaradi nekaterih drugih sojenj na prvenstvu, ki so bila očitno v prid določenim državam in niso sodila na rang tekmovanja, kot je svetovno prvenstvo,« je po prihodu domov povedla Maja. K

Najboljši so bili triglavani

Smučarski skakalci in nordijski kombinatorci kranjskega Triglava so osvojili že šestinštirideseti naslov poletnih ekipnih klubskih prvakov.

Besedilo: **Vilma Stanovnik**

Čeprav se je tudi za smučarske skakalce in nordijske kombinatorce prejšnji mesec začela nova zimska sezona, se je v začetku decembra s tradicionalno prireditvijo in podelitvijo priznanj najboljšim zaključila poletna sezona tekmovanj v smučarskih skokih in nordijski kombinaciji. Na prireditvi, ki jo je na Viru pri Domžalah organizira SSK Sam Ihan, je namreč Smučarska zveza Slovenije podelila priznanja najboljšim tekmovalkam in tekmovalcem za dosežene uspehe na mednarodnih tekmovanjih FIS in na domačih tekmovanjih, ki so potekala v okviru Pokala Cockta. Po tradiciji je bil tudi letos najuspešnejši kranjski Triglav, ki je tako že 46. osvojil naslov poletnega ekipnega klubskega državnega prvaka. Drugo mesto je pripadlo Iliriji iz Ljubljane. V deseterici najboljši klubov Slovenije so še trije predstavniki Gorenjske: Alpina iz Žirov je osvojila peto mesto, Tržič FMG je bil sedmi, SSK Mengeš pa je pristal na osmem mestu.

Med regijami je zmagala Gorenjska pred ljubljansko-notranjsko regijo. V tekmovanju za Pokal Cockta je v skupnem seštevku slavil Triglav pred Ilirijo in Velenjem. Triglav je bil najboljši pri fantih in tretji pri dekletih v skokih. V nordijski kombinaciji pa je kranjski klub drugi pri fantih in pri dekletih. K

BILJARD – IGRA NATANČNOSTI IN STRATEGIJE

Odlična priložnost za zabavo in druženje. Pomerite se v biljardu s prijateljem ali v igri parov, 2 na 2.

- 8 biljard miz
- snooker miza
- ročni nogomet

IZREŽITE KUPON ZA 1 URO BREZPLAČNEGA BILJARDA TER SE NAM PRIDRUŽITE

Kupon je veljaven do 31. 3. 2018.

Biljardnica Break, Savska cesta 34, 4000 Kranj, t: 04/20-20-813

Delovni čas: od ponedeljka do četrtka od **16. do 23. ure**.
Petek od **16. do 24. ure**. Sobota od **15. do 24. ure**.
Nedelja od **15. do 22. ure**

MEGA CENTER D.O.O., SAVSKA CESTA 34, KRANJ

Kranjčanka na dirki po Franciji

»Letošnjo sezono si bom zapomnila po Dirki po Franciji, ki je bila res nekaj izjemnega, toliko navijačev in samo vzdušje na trasi je bilo res neverjetno,« nam je povedala Kranjčanka Urša Pintar iz naše edine in najboljše ženske profesionalne kolesarske ekipe BTC City Ljubljana.

URŠA NA FRANCOSKIH KOCKAH

Malokdo ve, da ženska Dirka po Franciji sploh obstaja, kaj šele, da jo je letos prekolesarila tudi Kranjčanka. Ko smo jo povabili k pogovoru, je ravno končala letošnjo sezono, sledil je počitek, ki traja samo 14 dni. Urša Pintar nam je najprej na kratko orisala najuspešnejšo slovensko kolesarsko ekipo, ne samo žensko, na World Touru so dosegle boljše rezultate tudi od naših moških ekip.

»Naše ekipa je zelo mednarodna, saj tekmovalke prihajajo iz osmih različnih držav, kar pomeni dodatno pojavnost naših pokroviteljev v teh državah, a tega pri nas nekateri enostavno še ne dojemajo. Za vse v ekipi velja kar naš slogan, ki vedno bolj drži: Srčnost nas dela svetovne.

Ekipa je imela letos skupaj blizu sto startov, nastopale smo po Evropi, Ameriki in celo Aziji. Končna razvrstitev na mednarodni lestvici je deveto mesto, sedmo na svetovnem prvenstvu, okoli dvajset uvrstitev med najboljših deset, mislim, da so to podatki, ki sami povedo, kam spadamo v svetovnem merilu. Na dirkah World Toura smo bili ena redkih ekip, ki je imela v prvi dvajseterici ali trideseterici kar štiri kolesarke,« je povedala Urša in nadaljevala s pogledom v drugo sezono: »Mislim, da je prihodnost svetla, žensko kolesarstvo postaja vse bolj priljubljeno, največje dirke za moške (La Vuelta, Dirka po Franciji, Dirka po Flandriji, Amstel Gold Race ...) so pričeli na isti dan po deloma enaki trasi prirejati tudi za ženske, dirke so predvajane na Eurosportu, tako se je žensko kolesarstvo že približalo moškemu. Tudi vse ostale dirke svetovne serije so že predvajane na nacionalnih televizijah ali na spletu, gledanost je visoka.«

Potem nam je povedala, da je bila tudi zanjo letošnja sezona daleč najboljša. Nanizala je nekaj uvrstitev v prvo deseterico, najbolj je vesela, da ji je uspelo najtežje dirke po profilu zaključiti v dvajseterici. Osemnajsto mesto na ženski Dirki po Franciji (La Course by le Tour de France), ki je bila izpeljana na 2360 m visoki Col d'Izoard, ji je dalo potrditev, da je za težke dirke dobro pripravljena, 22. mesto na svetovnem prvenstvu pa je pokazalo njen napredek v zadnjih letih.

Urša se je s kolesarstvom začela ukvarjati pozno, a se ji je kljub temu uspelo približati najboljšim.

»V prihodnje bom skušala na tekmovalnem področju poseči po še višjih uvrstitvah. Z veliko voljo sodelujem tudi pri organizaciji dogodkov Kolesarskega društva Rog, kot je Maraton Franja BTC City, ki se mi zdi vsebinsko izjemen dogodek,« je na koncu še povedala in se odpravila na priprave v Istro.

Banem d.o.o., Podpeč 88, Preserje

Velika plesna zmaga

Skupina cheer dance/cheer freestyle pom iz kranjskega Plesnega kluba Tinča je zmagala na mednarodnem tekmovanju v Nemčiji in si priplesala vstopnico za najprestižneje klubsko svetovno prvenstvo v Ameriki v svoji kategoriji.

Besedilo: **Suzana P. Kovačič**

Mednarodno tekmovanje German All Level Championship je bilo pred nedavnim v nemškem Hoffu. Kot je povedala trenerka zmagovalne skupine iz kranjskega Plesnega kluba (PK) Tinča Mateja Alibabić, je bila konkurenca izredna. Tekmovanje je bilo obenem kvalifikacijsko za klubsko svetovno prvenstvo v Orlandu v Ameriki, prestolnici cheerleadinga in cheerdancea. Uvrstitev je za vsako plesalko cheerdancea tako pomembna, kot bi se uvrstila na olimpijske igre. Bile so edine Slovenke na tekmovanju v Nemčiji. »Za to tekmo smo združili mladinsko in člansko ekipo, kar je skladno s pravili, pripravili smo tudi novo zahtevno koreografijo in precej povečali število treningov. Veselje ob zmagi (v kategoriji junior freestyle pom) je bilo nepopisno, dekleta so sodnike prepričale s svojo energijo, samim performansom, mimiko, predvsem pa z enotnostjo, močnimi in ''sharp'' gibi,« je povzela trenerka, ki je prav tako dobila kar nekaj pohval za dinamično, zabavno in zanimivo koreografijo. V zmagovalni skupini so bile plesalke Katarina Jeram, Tinkara Pikec, Pia Del Fabro, Lea Sajovic, Nika Ošlaj, Eva Remic, Ana Tepina, Eva Rozman, Nina Zupan, Tinkara Šubic, Klara Filipaj Trampuš in Špela Čelik.

Zmagovalna ekipa / Foto: osebni arhiv

Ljudje si pogosto napačno predstavljajo »navijačice«, je opozorila Alibabićeva, zato je pojasnila: »Cheerleading je šport, priznan s strani olimpijskega komiteja za olimpijski šport. Deli se na dva dela: cheerleading in cheerdance, ki se deli v tri kategorije (cheer freestyle – to plešemo v PK Tinči, cheer jazz in cheer hiphop). Cheerleading vsebuje akrobatiko in gimnastiko, dvige in mete, v takšnih skupinah najdemo tudi fante. Cheerdance pa je sestavljen iz značilnih odsekanih in močnih gibov, ki si sledijo v določenem zaporedju in skupaj z različnimi plesnimi tehnikami sestavljajo koreografijo. Seveda smo najbolj znani po pripomočkih – cofih oz. pom ponih, sinhronem gibanju in energičnih nastopih, kajti to se ocenjuje.« Cheerleading in cheerdance izhajata iz Amerike, kjer sta še vedno zelo popularna, vsaka univerza ima svojo ekipo.

Plesno-navijaško skupino iz PK Tinča ste lahko videli nastopat na nogometnih tekmah Kranjskih orlov (NK Triglav), za žensko košarkarsko ekipo in za KK Medvode. Januarja bodo zaplesale na produkciji PK Tinča. »Udeležile se bomo tudi kvalifikacijskih tekem pod okriljem Cheerleading zveze Slovenije, nato še državnega prvenstva. Klubsko svetovno prvenstvo v Ameriki je pa (pre)velik finančni zalogaj, saj bi dekletom starši morali plačati pot in bivanje, kar ni najbolj poceni, tako da udeležba (žal) ni prav verjetna,« je povedala trenerka Mateja, ki je na klubskem svetovnem prvenstvu v Ameriki kot reprezentantka že nastopila – v Slovenijo so ekipno prinesle odlično četrto mesto. Povabila pa je tudi nove članice, starejše od osem let, da se jim pridružijo. K

Le varno smučanje zagotavlja pravi užitek

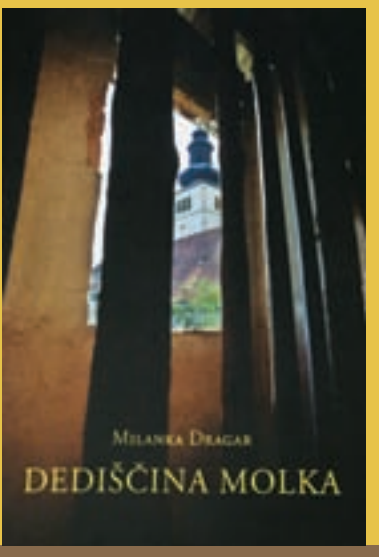
Analiza preteklih smučarskih nesreč je pokazala, da se zgodijo predvsem zaradi slabše telesne pripravljenosti in nizkega nivoja smučarskega znanja, kar botruje zdrsom in padcem.

Besedilo: **Simon Šubic**

Božično-novoletne praznike bodo številni izkoristili tudi za smučarske užitke, nekateri jih bodo združili s silvestrovanjem na smučiščih. A da je smučanje lahko v užitek, mora predvsem biti varno. Tudi policija vsako leto znova opozarja smučarje, deskarje in tudi druge obiskovalce smučišč, naj spoštujejo mednarodna vedenjska pravila oz. deset t. i. zlatih pravil FIS. Vsak smučar bi tako moral biti pozoren na to, da nikogar ne ogroža oziroma da smuča varno in prilagojeno glede na svoje znanje ter zmožnosti, pri tem pa naj se smučarskim užitkom ne predaja pod vplivom alkohola, saj zaradi vinjenosti hitreje pride do padca ali trka v oviro ali drugega smučarja, v takih nesrečah pa zelo pogosto pride tudi do hujših telesnih poškodb. V primeru vinjenosti vam ne nazadnje policisti, ki so pristni na smučišču, prepovejo nadaljnje smučanje in odvzamejo vozovnico.

Pomembno je, da se na varno smuko ustrezno pripravite in začnete smučati z dobro telesno kondicijo ter brezhibno smučarsko in zaščitno opremo. Svojih sposobnosti ne precenjujte. Ob tem je treba opozoriti, da je za otroke do 14. leta starosti obvezna čelada, zaščitna oprema pa je zelo priporočljiva tudi za druge smučarje. Na urejenih smučiščih se je treba držati navodil in priporočil upravljavca smučišča ter nadzornikov. Za smučanje zunaj urejenih smučišč pa potrebujejo smučarji podobna znanja in opremo kot drugi obiskovalci zimskih gora.

Analiza smučarskih nesreč v zadnji zimi je pokazala, da so se te zgodile predvsem zaradi slabše telesne pripravljenosti in nizkega nivoja smučarskega znanja, kar je botrovalo zdrsom in padcem, ugotavljajo na policiji. Nesreče so se največkrat zgodile med nepravilnim prehitevanjem ostalih smučarjev, zaradi nenadzorovane hitrosti, objestne vožnje, utrujenosti ter precenjevanja znanja in razmer na progi. V veliki večini primerov je bil v nesreči udeležen samo en smučar, redko pa je prihajalo tudi do trkov med dvema smučarjema. V posameznih primerih je bilo ugotovljeno, da so imeli smučarji slabo nastavljene vezi, zato se vez oziroma smučka pri padcu ni odpela, posledice pa so bile zato hujše. Med poškodbami je šlo v največ primerih za zlome nog, predvsem goleni, sledili so zlomi rok, zelo redko pa je prihajalo do poškodb glave ali hrbtenice. Večina udeležencev nesreč je sicer uporabljala smučarsko čelado, pogostejša pa je bila tudi uporaba t. i. želve za zaščito hrbta.



Pisateljica, pesnica in prevajalka Milanka Dragar je nedavno izdala knjigo Dediščina molka. V njej na osnovi pričevanj in dokumentarnih virov piše o množičnih pobojih Slovencev in Hrvatov v Crngrobu in hrvaških otrok v Matjaževi jami pri Pevnem maja 1945. Tem ljudem ni bilo nasilno odvzeto le življenje, ukraden jim je bil tudi grob, pravi avtorica, ki je pred leti raziskovala tudi zločine v Srebrenici.

161 strani, 190 x 255 mm, mehka vezava

32,85 EUR *

* poštnina

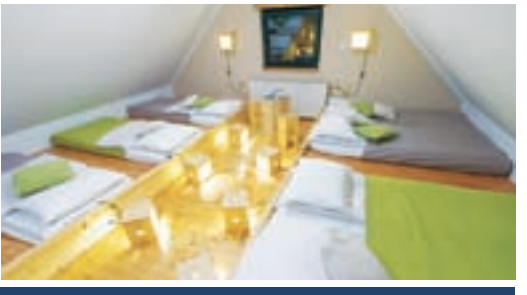
Knjigo lahko kupite na Gorenjskem glasu, Bleiweisova cesta 4 v Kranju, jo naročite po tel. št.: 04/201 42 41 ali na: narocnine@g-glas.si.
Če jo naročite po pošti, se poštnina zaračuna po ceniku Pošte Slovenije.

www.gorenjskiglas.si

Gorenjski Glas

SORIŠKA PLANINA alp venture

Foto: Iztok Medja



Informacije in rezervacije:
info@soriska-planina.si
040 565 891
www.soriska-planina.si

AKTIVNE POČITNICE NA SORIŠKI PLANINI

Soriška planina je majhen in prijazen turistični center na nadmorski višini 1300–1550 metrov, ki vas vabi v svet neokrnjene narave in novih doživetij.

AKTIVNA DOŽIVETJA V VSEH LETNIH ČASIH
SMUČANJE • TEK NA SMUČEH • POHODNIŠTVO • SANKANJE • KRPLJANJE • TURNO SMUČANJE • ORGANIZACIJA SMUČARSKIH TEKMOVANJ • ŠOLA SMUČANJA in OTROŠKI SNEŽNI VRTEC • VODENI POHODI (Rapalska meja, Groharjeva pot) **• DRUŽINSKE POČITNICE • SLIKARSKE IN GLASBENE DELAVNICE**

NE SPREGLETJE!

Zimski organizirani dogodki in dodatni spremljevalni program.

Organizacija smučarskih tekmovanj in zabav za zaključene družbe.

Organizacija prednovoletnih praznovanj in zaključkov leta za podjetja in skupine po ugodnih cenah.

- **GOSTIŠČI BRUNARICA** (Soriška planina) in **MACESEN** (Sorica)
- **Ugodna** gostinska ponudba za dnevne goste in penzioni
- **Namestitev** v prijetnih sobah s kopalnico: 1/2, 1/4, 1/10
- **Odlični pogoji** za organizacijo zimske in poletne šole v naravi, športne priprave, teambuildinge, zabave za zaključene družbe z možnostjo rezervacije Brunarice kot celote ali najema večnamenske dvorane v gostišču Macesen
- **Posebne ugodnosti** za družine in skupine
- **Razvajanja** v gorskem centru dobrega počutja v gostišču Macesen

Foto: Jošt Gantar

Lepota je minljiva

Mis Slovenije Maja Zupan se je na novembrskem svetovnem izboru na Kitajskem v konkurenci sto dvajsetih deklet uvrstila med osemnajst najboljših top modelov. Z osemnajstletno lepotico iz Britofa smo se pogovarjali tudi o njenih nadaljnjih načrtih.

Besedilo: **Ana Šubic**

Maja, verjetno ste zelo veseli, da ste po enem mesecu na Kitajskem spet doma?

»Seveda sem, vendar je za mano res lepa izkušnja, pa čeprav je bila zelo naporna. Marsikdo si je sicer mislil, da smo na Kitajskem ves mesec čakale na finalni izbor, a je bil naš urnik zelo natrpan. Veliko je bilo priprav na plesni nastop na finalnem izboru, imele smo številne aktivnosti, tudi dobrodelno obarvane. Sodelovale smo na dobrodelnem teku, na dobrodelni večerji in dražbi daril, ki smo jih prinesle s sabo, za pomoč družinam v stiski. Sama sem poklonila fotografije, na katerih sem bila z lipicanci, saj sem vedela, da jih imajo Kitajci zelo radi. Za dobrodelne namene smo se dekleta tudi fotografirala in sodelovala na modni reviji z otroki ... Pri dejavnostih smo se skušale čim bolj izkazati, saj je vse to zelo veliko prispevalo h končni oceni. Svetovni izbor ni več zasnovan tako, da bi se ocenjevala zgolj lepota deklet.«

Želja, da bi se na svetovnem izboru uvrstili med štirideset najboljših, se vam sicer ni uresničila. Ste bili vseeno zadovoljni?

»Zelo sem se trudila, a se žal ni izšlo. Sistem je žal tak, je za dekleta iz manjših držav pot do visokih uvrstitev težja. Se mi zdi, da imajo slovenske misice mogoče premalo podpore. Za nekaterimi dekleti so stale cele države in to je pomembno, če hočeš priti naprej. Želim si, da Slovenci ne bi imeli toliko predsodkov, da bi mi dali priložnost. Projekt Miss Slovenije je sedaj drugače zasnovan kot nekoč, povezan je tudi z dobrodelnostjo, promocijo Slovenije, zato bi si zaslužil priložnost.«

Ste se pa na Kitajskem toliko bolj izkazali na izboru top modelov, saj ste prišli med osemnajst najboljših ...

»To je bil zame res velik dosežek, tudi zato, ker so imela nekatera dekleta že večletne izkušnje kot modeli. Tudi sama v tem zelo uživam, na pisti se čuti energija in to je tisto, zaradi česar te opazijo.«

ZAVOD ZA TURIZEM, ŠPORT IN KULTURO KAMNIK, GLAVNI TRG 2, KAMNIK

Dom na Sv. Lovrencu

Odprto: sobote, nedelje in med prazniki, ostale dni po dogovoru

Najdete nas na: facebook.com/DomNaLovrencu/ - Lovrenc nad Bašljem
www.kraljestvostorzica.si

Vsem obiskovalcem se zahvaljujemo za obisk in Vam želimo vesel božič in srečno novo leto 2018.

Odprto tudi na SILVESTROVO!

Tel.: 031 322 193

Planinsko društvo Sv. Lovrenc, Bašelj 35, Preddvor

Omenili ste, da ste imele veliko priprav na plesni nastop ...

»Da. Na finalnem dogodku smo se predstavile s posebno plesno koreografijo in tradicionalnimi plesi s posameznih celin. Vse smo bile v nošah, jaz v gorenjski. Kot folkloristki, plešem pri skupini Iskraemeco, je bil ta dogodek res poseben, ker rada gledam, kakšne so druge noše, plesi, kultura, običaji.«

Ste imeli priložnost kaj spoznati Kitajsko, njene prebivalce?

»Da. Nastanjene smo bili na več lokacijah, tako na celini kot pri morju. Imeli smo tudi nekaj ogledov, odpravile smo se v gore, ki so precej drugačne kot pri nas, so zaobljene, nazadnje pa smo bile na otoku Sanya, ki je z mostom povezan s celino. Tam je bil tudi finalni izbor. Povsod smo imele stike z domačini. Tam so zelo navdušeni nad izborom za mis sveta in včasih sem bila kar malo presenečena, kako zelo veliko ljudi se je zbralo zaradi nas.«

So na Kitajskem vedeli, kje je Slovenija?

»Nekateri so se malo nasmihali, tako da sem točno vedela, da ne vedo. (smeh) Sem pa naletela tudi na nekaj Kitajcev, ki so že obiskali Slovenijo. Teh sem bila še posebno vesela. Že vnaprej sem sicer vedela, da bom večinoma ''odrezana'' od domovine, da grem v povsem drugačno državo. Kitajci so zelo zaprti in osredotočeni na svoj narod. Velik poudarek je bil na psihični pripravljenosti, da sem tja odšla pomirjena. Zelo sem se veselila, vseeno pa ni tako enostavno iti sam tako daleč za cel mesec. Z domačimi sem bila v kontaktu prek spletne aplikacije, podobne Skypu, a je bilo to včasih težko zaradi mojih

Maja Zupan v družbi lanske mis sveta Stephanie del Valle iz Portorika / Foto: osebni arhiv

Nepozaben oddih s tematiko
DOŽIVETJA ŠTEJEJO
v Termah Šmarješke Toplice

- Vabljeni na tradicionalne **ŠMARJEŠKE TEDNE ZVESTOBE!**
- **Cena:** 7 noči s polpenzionom in bogato izbiro doživljajev za samo 335 EUR.
- **Termini** od 28. 1. do 4. 3. 2018.
- **POTREBUJETE PREVOZ?** Za brezplačen avtobusni prevoz se prijavite na 08 20 50 300.

Cena velja za člane kluba Terme Krka. Včlanitev je brezplačna.

www.terme-krka.si
08 20 50 300 | booking@terme-krka.si

TERME KRKA

Maja v gorenjski noši z misicama iz Mehike in Poljske / Foto: osebni arhiv

obveznosti in časovne razlike. Prav tako nimaš dostopa do Facebooka, Instagrama, tam imajo druga družbena omrežja.«

Kaj ste še pogrešali na Kitajskem?

»Predvsem čist zrak. Moja pljuča so se en teden privajala na kitajski zrak, saj je v notranjosti celine ves čas megla oz. nekakšna sivina, da niti ne veš, ali je zadaj sonce ali oblaki. Zagotovo sem začela bolj ceniti Slovenijo in njene lepote, že zaradi tega sem vesela, da sem lahko šla na Kitajsko. Sem pa seveda imela priložnost spoznati ogromno novih kultur, izvedela sem veliko novega in se tudi osebnostno nadgradila. Pridejo namreč tudi nelagodne situacije, v katerih se lahko boljše spoznaš in se razvijaš.«

Kakšne načrte imate v prihodnje?

»Čim bolje bom skušala opraviti poslanstvo mis Slovenije. Obenem se bom potrudila v šoli, da bom končala zadnji letnik veterinarske šole. Zaradi odsotnosti me je ta mesec čakalo veliko izpitov. Dala bom vse od sebe, se pa zavedam, da je leto, v katerem sem mis Slovenije, neponovljivo, in se mi zdi škoda, da bi zamudila to priložnost.«

Boste potem študirali?

»Ne vem še. Razmišljam, da bi si vzela eno leto premora in da bi se posvetila organizaciji dogodkov. To me zelo zanima. Seveda si še naprej želim delati kot manekenka in fotomodel, a se ne bi povsem osredotočila na to, saj se ne moreš vse življenje preživljati samo s tem. Lepota je minljiva.«

Naziv mis Slovenije vam je prinesel tudi prepoznavnost. Se trudite, da ste v javnosti ves čas popolni in urejeni?

»Čeprav sem mis Slovenije, sem povsem navadna ženska, tudi jaz sem rada brez ličil, imam slabe dneve in se mi to tudi pozna na obrazu. To se mi zdi normalna stvar in se ne obremenjujem, da moram biti prav vsak dan videti perfektno. Brez težav grem ven brez ličil, še posebno pa se mi zdi pomembno, da dekleta spoznajo, da ne potrebujejo ličil, da so lepa. Lepota se odraža tudi navzven, s tem da smo samozavestne in se imamo rade. Na ta način izžarevaš lepoto in brez tega ti ne pomaga kup ličil.« K

GG | IZLET // 20. DECEMBER 2017

ADVENT V SALZBURGU IN RED BULL HANGAR 7

Vabimo vas na izlet v adventni Salzburg, sicer rojstno mesto Wolfganga Amadeusa Mozarta. V mestu si bomo ogledali najpomembnejše stavbe in tudi nekaj prizorišč, kjer so snemali film Moje pesmi, moje sanje, zgodbo o pevsko nadarjeni družini von Trapp in nesojeni nuni Marii. Pred ogledom mesta se bomo ustavili v Red Bull Hangarju 7, moderno oblikovani stavbi, kjer so razstavljena različna vozila, ki jih sponzorira podjetje Red Bull. Na ogled bodo bolid formule 1, letalo, vesoljska obleka človeka, ki je skočil »z roba vesolja« in uspešno pristal s padalom, in še marsikaj adrenalinskega.
V Salzburgu bo tudi nekaj časa za samostojne oglede po ozkih ulicah in trgih ter postanke pri stojnicah s kuhanim vinom.

Cena izleta je 32 EUR.

Cena vključuje: prevoz, ogled Red Bull Hangarja 7, lokalno vodenje po mestu Salzburg, vodenje izleta, sendvič in DDV.

Odhodi avtobusa:

z AP Škofja Loka ob 6.20, z AP Mercator Primskovo ob 6.40
z AP Globus Kranj ob 6.50, z AP Radovljica ob 7.15

Za rezervacijo čim prej pokličite na tel. št.: 04/201 42 41,
se oglasite osebno na Bleiweisovi c. 4 v Kranju ali pišite na: narocnine@g-glas.si.

Za odjave, ki prispejo kasneje kot v ponedeljek, 18. decembra 2017, ob 10. uri, zaračunamo potne stroške.

Gorenjski Glas

KRANJ

PREŠERNI DECEMBER KRANJ

2.- 31. DECEMBER 2017

Sreda, 20. 12. 2017

19:00 Glavni trg: **Tuba Božički**
19:00 Mestna knjižnica Kranj: **Vestern v stripu drugič Blueberry** (striparski večer)

Četrtek, 21. 12. 2017

19:00 Glavni trg: **Županov božični koncert - Nina Pušlar**
21:00 Maistrov trg: **DJ: Feentz, Ivan Hoe**
19:00 Brdo pri Kranju: **Božični gala koncert »Božič na tretjo«**
20:00 Layerjeva hiša: **The Startime Playboys**

Petek, 22. 12. 2017

19:00 Glavni trg: **Avtomobili**
19:00 Kavka bar: **Mexx** (petkov DeeJay)
21:00 Layerjeva hiša: **Demolition group**

Sobota, 23. 12. 2017

19:00 Glavni trg: **Carmen manet**

Ponedeljek, 25. 12. 2017

19.00: Glavni trg: **Lado Leskovar**

Torek, 26. 12. 2017

16:00 Nova vas v Zg. Besnici: **Pohod z baklami**
17:00 Mercator trgovina Kokrica: **Pohod z baklami**
19:00 Glavni trg: **Abba Mia**

Sreda, 27. 12. 2017

19:00: Glavni trg: **Koala Voice**

Četrtek, 28. 12. 2017

19:00 Glavni trg: **Nipke, Trkaj**
20:00 Layerjeva hiša: **Pia feat. Delaj Eegol**

Petek, 29. 12. 2017

19:00 Glavni trg: **Alya**
19:00 Kavka Bar: **Bane** (petkov DeeJay)

Sobota, 30. 12. 2017

17:00 Glavni trg: **Sprevod dedka Mraza**

Nedelja, 31. 12. 2017

19:00 Prešernovo gledališče: **Žalujoča družina**
22:00 Glavni trg: **Pop Design**

PREŠERNI DECEMBER ZA OTROKE

Petek, 22. 12. 2017
17.30: Krice Krace: **Kako je medvedek našel Božič**

Sobota, 23. 12. 2017
10.00: Prešernovo gledališče: **Muca Copatarica**

Sreda, 27. 12. 2017
17:00 in 17:30 Mestna knjižnica Kranj: **Beremo s Tačkami**

Sobota, 30. 12. 2017
17:00 Glavni trg: **Sprevod dedka Mraza**

www.visitkranj.com

MESTNA OBČINA KRANJ · Gorenjski Glas · RADIO 1 · RADIO KRANJ 97,3 · RADIO SORA · RADIO GORENC 93,8 FM · TAM TAM · ZTKK

CINEPLEXX.SI D.O.O., ŠMARTINSKA CESTA 130, LJUBLJANA

Praznično vzdušje

December se je že prevesil v drugo polovico in prinaša vse pestrejše praznično dogajanje. V četrtek, 21. decembra, se obeta Županov koncert z Nino Pušlar.

Besedilo: **Ana Šubic, foto: Primož Pičulin**

S prižigom prazničnih luči, ki je privabil kar tri tisoč obiskovalcev, so se v kranjskem mestnem jedru v začetku meseca začele vrstiti prireditve v sklopu Prešernega decembra, ki ga prireja Zavod za turizem in kulturo Kranj. Glavno dogajanje, ki se je doslej odvijalo pod smreko pred Prešernovim gledališčem in na Maistrovem trgu, kjer so na svoj račun prišli glasbeni sladokusci, se bo jutri, 20. decembra, preselilo na Glavni trg. Ta bo v četrtek gostil tradicionalni Županov koncert z Nino Pušlar, v naslednjih dneh pa se bodo tam zvrstili še Avtomobili, pevke nagrajenega evrovizijskega zbora Carmen manet, Lado Leskovar ... V novo leto bodo Krajnčani vstopili s skupino Pop Design in zvoki dunajskega valčka ter pod padajočimi konfeti, ki bodo zamenjali ognjemet. Že pred tem pa ste vabljeni na božično-novoletni sejem v Poštno ulico. Potekal bo vse dni med 20. in 30. decembrom, razen 24. decembra.

Na Glavnem trgu so za otroke postavili Čaroben pravljični gozdiček.

Miklavžev sprevod

Otroke je v začetku meseca razveselil Miklavž, decembrsko obdarovanje pa bo zaključil Dedek Mraz. V prazničnem mesecu jih na Glavnem trgu pričakuje Čaroben pravljični gozdiček z Božičkovo hiško, živahnimi zajčki, sovami opazovalkami in Božičkovimi jeleni. Še posebno čarobno so se otroci imeli minuli nedelji, ko so se posedli ob ognju, prisluhnili pravljici, igrali na glasbila ... Gozdiček je možno obiskati vse do konca leta, se fotografirati v Božičkovi hišici pa tudi oddati pismo v poseben poštni nabiralnik za Božička.
Danes, 19. decembra, ob 17. uri pa otroke vabijo na večerno enourno vodenje po ulicah Kranju v spremstvu prijaznega škrata Krančka. Zbirno mesto je pred Kranjsko hišo na Glavnem trgu, kjer bodo otroci prejeli lanterno za osvetlitev poti. Potrebne so predhodne prijave na e-naslovu info@visit-kranj.si. K

TUBA BOŽIČKI IN BOŽIČ NA TRETJO

Na Glavnem trgu v Kranju se jutri, v sredo, 20. decembra, ob 19. uri obeta tradicionalni koncert Slovenski tuba božič. Dan kasneje pa Glasbena šola Kranj vabi še na božični gala koncert Božič na tretjo, ki bo ob 19. uri v Kongresnem centru Brdo. V veliki simfonični orkester bodo združili moči učenke in učenci treh glasbenih šol: Postojna, Ljubljana Vič - Rudnik in domače Glasbene šole Kranj. Tako bo nastal skoraj 90-članski simfonični orkester, ki bo pod vodstvom dirigenta Tomaža Kukoviča pričaral večer odlične glasbe. Brezplačne vstopnice so na voljo v tajništvu Glasbene šole Kranj in uro pred koncertom na informacijskem pultu Kongresnega centra Brdo. A. Š.

POČITNIŠKE DELAVNICE

V Medgeneracijskem centru v Kranju bodo med 27. in 29. decembrom potekale brezplačne počitniške delavnice, namenjene otrokom od 6. do 12. leta starosti. Dopoldanska delavnica poteka od 8. do 12. ure, popoldanska pa od 13. do 16. ure. Med 12. in 13. uro bodo otroci imeli možnost toplega obroka za ceno 2,50 evra. »Otroci naj zjutraj zajtrkujejo, s seboj imajo lahko malico. Poleg tega naj bodo primerno oblečeni in obuti za zunanje aktivnosti,« svetujejo v medgeneracijskem centru. A. Š.

ODDIH ZA SENIORJE
V TERMAH DOBRNA

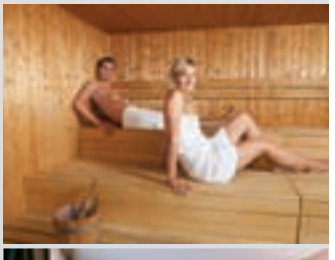
LEPO JE BITI UPOKOJENEC
do 30. 12. 2017 in od 01. 01. 2018 do 02. 03. 2018

5 x polpenzion + prevoz
(prihod v nedeljo in odhod v petek)
že od **205,00 €** na osebo / 5 noči

VKLJUČEN 1 x POSVET PRI ZDRAVNIKU + STORITVE ZA ZDRAVJE

Paket vključuje:
✓ polpenzion,
✓ neomejeno kopanje v bazenih s termalno vodo,
✓ družabni dogodki,
✓ animacija,
✓ 1 x vstop v Deželo savn...

Prevoz organiziramo od vašega doma do Term Dobrna in nazaj. PO VSEJ SLOVENIJI in BREZ OMEJITVE KILOMETROV.



TERME DOBRNA
HOTELS, SPA & MEDICAL CENTRE
SINCE 1403

080 22 10
info@terme-dobrna.si
www.terme-dobrna.si

Medenjaki so tudi okraski

Ni praznikov brez peke okusnih piškotov. Lahko se lotite medenjakov v obliki figuric, ki so primerne tudi za okrasitev novoletne smrečice.

Besedilo: **Ana Šubic,** foto: **Kristijan Žontar**

Priljubljena kuharica Ana Žontar Kristanc nam je zaupala preprost recept za medenjake v obliki figuric. Ti se zlahka izrežejo iz testa, enostavno pa je tudi krašenje, pravi Ana in dodaja, da so medenjaki tudi odlična ideja za domače okraske za smrečico.

Čas priprave: 30 minut
Čas pečenja: 12–15 minut
Količina: približno 20

Testo:
250 gramov navadne, črne ali pirine moke
30 gramov sladkorja v prahu
40 gramov temnega sladkorja
70 gramov masla
pol čajne žličke sode bikarbone
1 jajce
4 zvrhane žlice kostanjevega medu
tretjina čajne žličke cimeta
ščepec soli

Preliv:
200 gramov sladkorja v prahu
3–4 žlice vode
ščepec mletega ingverja – po želji

Postopek
Sladkor v prahu in temni sladkor zmešamo in spustimo skozi cedilo. Tudi moko in sodo bikarbono zmešamo in presejemo.

V mešalnik ali večjo posodo damo moko s sodo in narezano hladno maslo. Mešamo do teksture masla v velikosti graha. Dodamo med, jajce, cimet, sladkor, ščepec soli in mešamo, da dobimo testo. Oblikujemo ga v hlebček in zavijemo v folijo za živila. Pustimo počivati na hladnem (ne v hladilniku) za dve do tri ure. Nato pomokamo kuhinjski pult in razvaljamo testo 3–4 mm debelo. Izrežemo figurice in jih pečemo 12–15 minut – odvisno od želene trdosti piškotov. »Po 12 minutah so mehkejši tudi naslednji dan, vendar svetlejši. Po 15 minutah so temneje zapečeni in trdi naslednji dan. Če jih nameravate uporabiti kot okraske za smrečico, jim pred peko naredite luknjico in jih pecite 15 minut. Luknjica naj bo dvakrat večja od želene, saj med peko malo narastejo in se bo luknja zapolnila,« je pojasnila Ana. Pečene piškote ohladimo, okrasimo s prelivom in počakamo, da se strdi. Če želite, da medenjaki ostanejo mehki, jih hranite v zatesnjenem posodi ali vrečki. K

PRAZNIČNI ZAJTRK

Na nakelskem biotehniškem centru so nam postregli z namigom za praznični zajtrk, ki ga bodo veseli predvsem ljubitelji mlečnih izdelkov. Pripravila ga je učiteljica praktičnega pouka Barbara Bešter. Izbrala je čvrsti jogurt z dvema različicama podloženih pripravkov, in sicer iz korenja in pomaranče ter iz pečenega carjeviča s cimetom in medom. Dodala je še dve vrsti albuminske skute; ena je bila s temno čokolado in aromo tonke, drugi pa sta bila dodana suh kaki in stevija. A. Š. / Foto: Tina Dokl

Gostilna in Pizzerija
Gitadela
Pševska 43, Stražišče pri Kranju
»Ja pod Joštom, to bom pa najdu !«

SPENTER DOO, KOMENDA, FOTOGRAFIJA KOMENDA

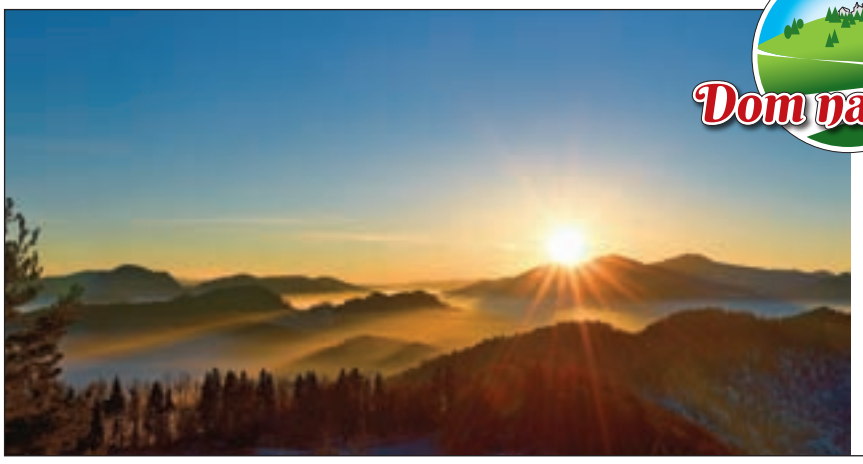
STARA POŠTA D.O.O., KOROŠKA CESTA 2, KRANJ

PANORAMA
STARA POŠTA

Kavarna Panorama Stara pošta, Koroška cesta 2, Kranj vas vabi, da preživite silvestrovo nad strehami Kranja. Obvezne prijave na: janez@staraposta.si

Vesel božič in srečno v letu 2018!

Kontakt: 040 880 464
Panorama Stara pošta



DAJGI' D.O.O. ZG. DUPLJE 92, DUPLJE

Dom na Joštu

Dragi prijatelji Sv. Jošta!

Hvala za obisk in številne zgodbe, s katerimi nas povezuje naša priljubljena točka.

Veliko zdravja, zadovoljstva in športno-rekreativnih užitkov v novem letu vam želi osebje Doma na Joštu.

V KRANJU ZBRALI ŠESTSTO DARIL

Letošnja dobrodelna akcija Božiček za en dan bo znova presegla lansko, saj bodo obdarili 640 starejših in najmanj 10.785 otrok iz socialno šibkejših družin. Slovenci so se znova izkazali v vlogi božičkov, ki so prispevali darila. »Božičkov je bilo dovolj, a jih zopet približno pet odstotkov iz takih ali drugačnih razlogov ni izpolnilo svoje obljube, kar pomeni, da smo morali njihova darila nadomestiti. To je pri taki številki velik zalogaj, saj gre za več kot petsto daril,« je pojasnila prostovoljka Gabi Humerca. Na zbirnih mestih na Gorenjskem so »božički« oddali približno tisoč štiristo škatel, od tega so v Kranju zbrali kar šeststo daril. Darila, s katerimi bodo tako letos narisali več kot enajst tisoč nasmehov, prostovoljci ta čas razvažajo do različnih ustanov.

Prevzem daril, oddanih v Medgeneracijskem centru Kranj

ZIMSKA PRAVLJICA V BRIONIH

Restavracija in kavarna Brioni v prazničnem času s svojim prijetnim ambientom in posebno ponudbo nudi veselo decembrsko vzdušje, ki ga ustvarjajo vonji in okusi domačega kuhanega vina, punča in ostalih toplih napitkov, okusnih tort in slaščic ... Raznovrstni kulinarični meniji, obogateni z izborom butičnih pijač, so primerni za vse gurmanske navdušence, tako za poslovna ali družinska srečanja pa tudi za vsa romantična srca, ki zimsko pravljico lahko doživijo v praznično okrašenih Brionih. Vljudno vabljeni!

BRIONI

RESTAVRACIJA BISTRO+KAVARNA LOUNGE BAR

MANJITE D.O.O., KOROŠKA CESTA 10, KRANJ

DRUŠTVO BAZEN KRANJ, KULTURNI CENTER, STARETOVA ULICA 20, KRANJ

KAM?

Na sanjski otok
v prijetno vzdušje
in dobro družbo.

BAZEN

FB/KavarnaBazenKranj

DOBRODELNA ZABAVA S ŠUNDR BANDOM

Klub študentov Kranj vabi v četrtek, 28. decembra, ob 21. uri v Klubar na tradicionalno praznično obarvano Četrtkanje s skupino Šundr band. Na zabavi, ki poteka pod naslovom Študent podari mi, bodo že štirinajsto leto zbirali igrače za Pediatrično kliniko. Bolj zaželene so neplišate, bodo pa vseeno veseli vsake igrače, družabne igre, otroške knjige ... Podarjena igrača bo obiskovalcem prinesla tudi prost vstop, poleg tega pa jih bodo organizatorji razveselili z manjšim darilom. A. Š.

DRSALNA REVIJA

Drsalni klub Kranj vabi na drsalno revijo Zaplešimo z junaki Disneyjevih risank, ki bo v sredo, 27. decembra, ob 18. uri v Ledeni dvorani. Na tradicionalni reviji, tokrat že osmi po vrsti, bodo nastopali drsalci omenjenega kluba – od najmlajših, ki obiskujejo drsalno šolo, pa do izurjenih tekmovalcev. Letos se jim bodo kot gostje pridružili drsalci Drsalno-kotalkarskega kluba Stanko Bloudek iz Ljubljane. Po reviji vabijo obiskovalce na druženje na ledu. Vstop bo prost.
A. Š.

POHOD Z BAKLAMI

Turistično društvo Kokrica bo v torek, 26. decembra, v počastitev dneva samostojnosti in enotnosti organiziralo tradicionalni, že šestnajsti pohod z baklami. Zbirno mesto je pri Mercatorjevi trgovini na Kokrici ob 17. uri. Pot bo udeležence vodila po ulicah Kokrice na Mlako, kjer bodo imeli krajši postanek, pohod pa bodo sklenili s proslavo pri cerkvi na Kokrici. Udeležba je brezplačna. Pohod običajno privabi od osemdeset do sto udeležencev. A. Š.

ŠIROKA IZBIRA, VISOKA KAKOVOST, NIZKE CENE

DAVIDOV HRAM
DISKONT
Kranj, Savska loka 21/c (zraven bivše Planike)
T: 04/ 20 10 590
Odprto: pon.–pet. od 7. do 17. ure
sobota od 7. do 12. ure
Davidov hram d.o.o., Loke 37, 3333 Ljubno ob Savinji

ČOKOLADA GORENJKA S CELIMI LEŠNIKI NOVOLETNA
450 g / 5,79 EUR

ČOKOLADA GORENJKA MLEČNA ZLATI LEŠNIKI
250 g / 3,09 EUR

PENINA MUŠKATNA ORMOŽ
0,75 l
7,18 EUR

PENINA SREBRNA RADGONSKA POLSUHA
0,75 l
6,09 EUR

PANCETA DIMLJENA DOMAČA BROZINA
1 kg / 8,19 EUR

PAPRIKE, POLNJENE S SIROM IN KAPRAMI
314 ml, st.
2,58 EUR

ČEBULA, POLNJENA S TUNO IN KAPRAMI
314 ml, st. / 2,68 EUR

PRŠUT EXTRA S KOŽO
BROZINA VP 1/4
1 kg / 8,60 EUR

PRŠUT S KOSTJO
BROZINA (zorjen 12 m)
1 kg / 6,99 EUR

Minister za zdravje opozarja: Prekomerno pitje alkohola škoduje zdravju!

Vse cene so maloprodajne in vključujejo DDV.

Po vsakem nakupu prejmete račun z označenim kuponom v vrednosti 2 % na artikle, označene na računu, ki ga lahko vnovčite pri naslednjem nakupu.

Prim. dr. Tatjana Dolenc Veličković in dr. Milivoj Veličković Perat sta edina častna občana Mestne občine Kranj, ki sta tudi zakonca. Tatjani je bil naziv častne občanke podeljen leta 2009, Milivoju pa letos. Oba pravita, da sta na to zelo ponosna. V. S. / Foto: Tina Dokl

Ob občinskem prazniku kranjski župan tradicionalno povabi tudi na prednovoletni sprejem, ki sta se ga letos na Brdu pri Kranju udeležila tudi direktor BSC Kranj Rok Šimenc in njegova simpatična žena Jerneja. V. S. / Foto: Tina Dokl

Panorama Stara pošta je gostila večer, posvečen penečim vinom. Prisotni so spoznali tri francoska »crémant« vina, kot se imenujejo vina, ki so narejena po enaki metodi kot šampanjec, a izven Šampanje. O njih je spregovorila razvojna brand managerka in someljejka WSET Jolanda Leskovic; novo penino Monteclassico pa je predstavil Uroš Gorjanc, eden od dveh ustanoviteljev vinske zgodbe Monterosso. Na fotografiji: Barbara in Uroš Gorjanc, Jolanda Leskovic, oglasil pa se je tudi Janez Kadivec. A. B. / Foto: A. B.

V Stražišču smo nedavno naleteli na kuharsko mojstrico Almo Rekić, ki se je udeležila odprtja nove trgovine z darili, izdelki domače obrti, ročnimi deli, naravno kozmetiko ... Lastnica, Kranjčanka Irena Šantak, je trgovino poimenovala Kocar – po svoji rodni domačiji s Huj. Ime izvira iz domače obrti, saj so njeni predniki izdelovali »koce« za konje. Z Rekićevo se je spoprijateljila pred nekaj meseci na izobraževanju za podjetnice. Odprtje so popestrili tudi zvoki harmonike Hane Nachtigal. A. Š. / Foto: Tina Dokl

Učitelj angleščine v OŠ Predoslje Simon Demšar je na slikovit način predstavil prevod knjižne uspešnice – avtobiografije glasbenika Bruca Springsteena, ki jo je prevedel v začetku letošnjega leta. Knjiga spada med slovenske uspešnice, k temu pa je pripomogel tudi odličen prevod – Simon je namreč, kot pravi, eden najbolj gorečih Springsteenovih oboževalcev. Predstavitev je bila tudi priložnost za spominsko podpisovanje. M. B. C.

Na novembrskem praznovanju desetletnice kranjske Qlandie smo v objektiv ujeli tudi predstavnike Avtohiše Vrtač: Martina Vrtača s sodelavcema iz prodaje Slavkom Knavsom in Zoranom Schenkom. V Qlandii so namreč ob rojstnem dnevu v sodelovanju z omenjeno avtohišo poklonili novo vozilo seat ibiza, ključe pa je srečni izžrebanki iz Zgornje Besnice izročil Martin Vrtač. A. Š. / Foto: Tina Dokl

V KluBaru je nastopil eden najbolj znanih hrvaških glasbenikov Petar Grašo. Klubski koncert je bil v celoti razprodan. Prvič pa so prisotni lahko slišali njegovo najnovejšo pesem Ako te pitaju. Ekipa KluBara je uspešno gasila žejo obiskovalcev, za nagrado pa so se fotografirali s slavnim pevcem. M. L. / Foto: Primož Pičulin

V vrtcu v Čirčah so novembra tradicionalni slovenski zajtrk postregli tudi gostom. Na sliki: ravnateljica Kranjskih vrtcev Tea Dolinar, državni sekretar na kmetijskem ministrstvu Marjan Pogačnik, kuharski mojster Luka Jezeršek in vodja čirškega vrtca Jana Teran. Otroci v Kranjskih vrtcih so bili na ta dan deležni tudi tradicionalnega kosila – loške mešanice, pripravljene v sodelovanju z Jezerškovimi. A. Š. / Foto: Tina Dokl

Na jubilejnem, desetem Korakovem bazarju so se v Kongresnem centru Brdo pri Kranju v zanimiv, in kot je videti na sliki tudi zabaven pogovor, zatopili predsednik Borut Pahor, direktorica Zdravstvenega doma Kranj Lili Gantar Žura in slepi maratonec Sandi Novak. Vsem trem je skupna ljubezen do teka. S. K. / Foto: Tina Dokl

Klasične rdeča, modra in črna v soju silvestrskih bleščic

Večina je že od prvega decembrskega dne v pričakovanju zadnjega. In ker mesec december velja za prazničnega, si tudi nohti zaslužijo, da zadnji dan v letu blestijo silvestrskim ognjemetom in prazničnim voščilom primerno.

Besedilo: **Alenka Brun**

Po mnenju nekaterih kranjskih kozmetičark in vizažistk, umetnic manikir oziroma deklet, ki vedo, kako se nohtom streže, bodo letos dame v novo leto ponovno vstopile ne le z urejenimi, temveč tudi opaznimi nohti. Izbor želja je širok, ravno tako paleta barv lakov za nohte, oblike pa so lahko manj ali pa bolj kričeče, kar lahko v končnem rečemo tudi za barve, kot »bling-bling« efekt na nohtih.

Lea Ninić in Darja Močnik pravita, da bo, kot kaže, letošnje silvestrovo prava meka bleščic, saj je modno vse, kar se sveti. Kristalčki, bleščice, kaviarjeve perle, posipi, luske. »In seveda poslikave v različnih barvah in odtenkih.« Kar se tiče samega oblikovanja nohtov,

Kakovostni čevlji, ki si jih vsak želi!

Ženske cenimo visoko kakovost in eleganco, seveda pa tudi vzdržljivost in funkcionalnost. In vse to ponuja obutev Ara, ki je sedaj na voljo tudi v novi trgovini v Kranju na Koroški cesti.

Ara pri oblikovanju in izdelavi obutve največji poudarek daje prav udobju, funkcionalnosti in uporabi kakovostnih, mehkih materialov. V njihovi ponudbi lahko tako najdete najrazličnejše modele iz kakovostnih materialov, ki nudijo vašim nogam kar največje udobje.

Vse ljubitelje udobnih in lepih čevljev je še posebej razveselila novica, da je Ara svoja vrata odprla tudi v Kranju. Tako so vse zadovoljne stranke, ki se z veseljem vračajo po čevlje v Aro, dobile še en priljubljen modni kotiček.

Udobni čevlji Ara iz Gore-Tex materiala za zimske dni

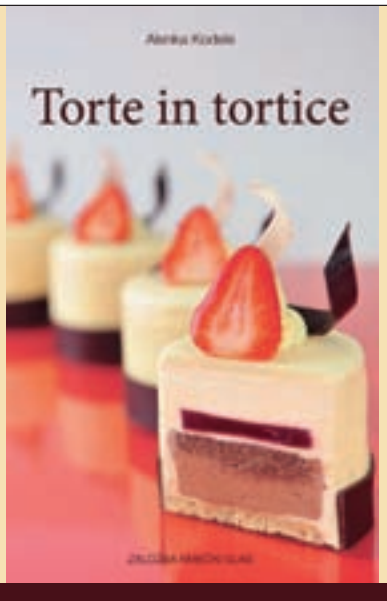
Trgovina ara since 1949 vas pričakuje tudi v Kranju, na Koroški cesti.

SIDERA DOO, TRAŽOMELJ 62, DOMŽALE

Foto: osebni arhiv Lee in Darje

pa je letos v ospredju »coffin«, kar pomeni, da je noht oblikovan kot zožen kvadrat, drznejše pa se odločajo tudi za »stiletto«, kar pomeni koničaste nohte. Lea doda, da je zaželeno še, da je noht na prstancu drugačne barve ali vsaj malo poslikan, seveda pa se pri vsem upoštevajo želje strank. »Moram priznati, da so te vsako leto bolj odprte za novosti.«

Glede na to, da tudi v Sloveniji lahko na malih ekranih spremljamo dogodivščine klana in predvsem sester Kar-



Med več kot 70 izjemnimi tortami in torticami boste našli npr.: torto iz pirine moke z orehi, malinami in smetano, torto z grškim jogurtom in pomarančo, torto za otroški rojstni dan, torto brez glutena, poročno torto, torto brez jajc, tortice na palčki (cake pop), pa tudi presne torte ...

168 strani, 170 x 240 mm, spiralna vezava

8 EUR + poštnina

Priročnik lahko kupite na Gorenjskem glasu, Bleiweisova cesta 4 v Kranju, ga naročite po tel. št.: 04/201 42 41 ali na: narocnine@g-glas.si.
Če ga naročite po pošti, se poštnina zaračuna po ceniku Pošte Slovenije.

www.gorenjskiglas.si

Gorenjski Glas

STEN TIME

NOVO

Qlandia Kranj

URE in NAKIT

menjava baterij, menjava pasov, popravilo ur, luknjanje ušes

T: 05 908 73 07 www.stentime.si

10% popust

STEN TIME

Popust lahko uveljavljate pri vsakem nakupu do 31.12.2017 v prodajalni Sten Time v Qlandiji Kranj. Popusti se med seboj ne seštevajo. Popust ne velja na Garmin.

Foto: osebni arhiv Neže Mrgole

Foto: osebni arhiv Katje Čebron

dashian, ki redno s svojimi takšnimi in drugačnimi objavami – tudi nohtov – na svetovnem spletu seveda pripomorejo k ženski domišljiji, vedno obstaja možnost, da se utrnejo kakšne podobne ideje tudi Kranjčankam. Sicer pa je Leino in Darjino pravilo: »Moderno je, kar najbolj pristoji nohtom in tenu kože; ali oblika ali barva laka za nohte, ki jo s stranko izbereva.«

Tudi Katja Čebron je ena tistih, ki se dnevno srečuje z ustvarjalnostjo, umetnostjo krašenja nohtov svojih strank. Opaža, da je rdeča barva še vedno v modi. »Klasika, ki očitno ne bo nikoli iz mode. Modne so tudi mat modra in modra v pastelni bleščičasti različici ter svetlo vijolična. Seveda so tu še srebrni in zlati odtenki. Poudarek je tudi na obnohtnem okrasju s srebrno barvo.« In kakšne so njene izkušnje, kako obliko nohtov ženske največkrat izberejo? »Večinoma ovalno. Pa tudi »almond« oziroma mandljevo obliko brez ostrih robov.«

Kar se tiče rdeče barve, je enakega mnenja tudi Neža Mrgole. Pove še, da se izbranim barvam lakov za nohte za zadnjo noč v letu pridružujejo še želje po bleščicah na vse možne načine. »Letos je veliko želja tudi po črni barvi, v kombinaciji s še eno barvo – srebrno, zlato, rdečo ... Drugače pa se mi stranke v večini prepustijo, le barvno kombinacijo izberemo skupaj,« zaključi Neža. K

TECAEL DOO, HRASTJE 155, KRANJ

POPULARNI RUDOLF IN OKRAŠENA JELKA

Včasih smo jelenčka Rudolfa z rdečim nosom in okrašene zelene smrečice (bolj kot ne) videvali le na tradicionalnih, spletenih puloverjih v tujih filmih z božično tematiko. Danes na omenjena in podobne like naletimo skoraj v vseh večjih prodajalnah s priljubljenimi blagovnimi znamkami oblačil. In prav za otroke so ideje tako izvirne, da ob pogledu na zeleno oblekico za malčice,

deklice in celo dojenčice, ki spominja na okrašeno novoletno jelko, zajamemo sapo, saj obleka v nekem trenutku lahko spominja celo na kostum. Obstajajo pa tudi manj vpadljiva in nedvomno nosljiva oblačila za otroke, na katerih rdeča in bela barva, kombinacija obeh ali celo treh, štirih – še črne in zelene, ustvarijo uporaben kos garderobe za vso zimo, ne le za praznični december. V to smer se bolj nagibajo nekatere domače kreatorke, kljub temu da pustijo domišljiji prosto pot. Nedavno smo tako v enem velikih nakupovalnih centrov v Kranju naleteli na Kamničanko, ki v tej smeri ne pretirava. Modni izdelki Katje Komlanc za dojenčke, malčke in otroke so kljub božično-novoletnemu pridihu prisrčni, z napisi nasmejijo in so nosljivi. A. B. / Foto: Tina Dokl, A. B.

SLOVENSKI PROIZVOD

Rožice skrbno nabrane odženejo tegobe prave.

Gea Camelia Gel – Je večnamenski iz naravnih zelišč in naravnih eteričnih olj. Blaži tegobe, pomaga pri utrujenosti, sprošča in pripomore k boljšemu počutju pri težavah sklepov, mišic, vnetega živca ali veznih tkiv. Delno ali v celoti odpravi težave z rednim mazanjem do 3-krat na dan. Zarad naravnih zelišč in eteričnih olj evkalipta, bora in rožmarina ter ob dodatku mentola in kafre dosežemo boljšo prekrvavitev in blag "hladilni" učinek in sprostitev, ki traja. Uporablja se za inhaliranje v vroči vodi – pomaga pri astmi, prehladu in gripi.

Camelia Arnika Gel – Naravna zelišča arnike, rožmarina, sivke in poprove mete so osnova za gel. Je kot Gea Camelia Gel, vendar namesta "hladilnega" učinka poskrbi za "grelni" učinek, in sicer ne hladi zaradi odsotnosti mentola. Poprova meta poskrbi, da "greje". Nima stranskih učinkov.

Camelia Kostanjev Gel – Na osnovi naravnega ekstrakta divjega kostanja ob dodatku rožmarina, ognjiča in sivke narejen kostanjev gel za noge izredno hitro pomirja vnete krčne žile, utrjuje stene ven ter preprečuje zastajanje vode, ker uspešno odvaja odvečno vodo v obtočila. Obenem izboljšuje prepustnost kapilar ter omogoča boljši pretok življenjsko potrebnih tekočin. Primeren je za nego stopal ter preprečuje nastanek glivičnih obolenj. Uporabljamo ga kot preventivno sredstvo proti nastanku krčnih žil, ki so pogost pojav pri celotni populaciji.

Aloe Vera Camelia Gel – Iz naravnega soka 80 % Alove Vere (Aloa Barbadensis) sestavljen gel je primeren za vsakodnevno uporabo. Pomaga pri osvežitvi kože, boljši prekrvavitvi ter je odlična podlaga za ličenje (make-up). Ker ga koža hitro in globoko vpije, jo tako osveži, regenerira in pomladi. Ne pušča mastnega videza, ker je narejen brez maščob, odpira pore in tako pomaga pri težavah z aknami predvsem pri mladih. Primeren je tudi pri rahlih opeklinah pri sončenju zaradi dodanega antiseptika.

Modra brezplačna številka
080-22-67

TELEFONSKO TRŽENJE CAMEIA

TELEFONSKO TRŽENJE CAMEIA DENIS JAMNIŠEK S.P., KUMROVŠKA ULICA 15, LJUBLJANA

Tisoč gibov za zdravje

V kranjski občini deluje že sedem skupin Šole zdravja, v katerih udeleženci vsako jutro telovadijo po metodi »1000 gibov«, enkrat tedensko pa se jim pridružijo še uslužbenci Mestne občine Kranj in uporabniki varstveno-delovnega centra.

Besedilo: **Ana Šubic,** foto: **Tina Dokl**

Kranjske skupine Šole zdravja so nas ob njihovem običajnem decembrskem druženju povabile na predstavitev njihove vsakodnevne jutranje vadbe na prostem. Bilo je mrzlo in deževno jutro, a to članov ni odvrnilo od obiska in dobrega razpoloženja, so pa namesto v parku La Ciotat morali telovaditi pod nadstreškom Globusa. »Prav zato imamo vadbe vedno na lokacijah, kjer je v bližini nadstrešek, da jih lahko izvajamo v vsakem vremenu,« je pojasnila Metka Štok, vodja kranjskih skupin Šole zdravja.

V Sloveniji je v devetih letih nastalo že 140 skupin Šole zdravja, v katerih pod vodstvom usposobljenih prostovoljcev po metodi 1000 gibov vsakodnevno telovadi že 3400–3500 ljudi. Projekt podpira tudi ministrstvo za zdravje. V Kranju so vadbo, ki jo je zasnoval ruski zdravnik Nikolaj Grišin, začeli izvajati septembra 2014 v Prešernovem gaju z 12 udeleženci. »Sedaj nas je že 170. Imamo sedem skupin, poleg tiste v Prešernovem gaju še na Planini, Drulovki, v Čirčah, Stražišču, Žabnici in Šorlijevem naselju. Zbiramo se ob 7.30, telovadimo pa najmanj pol ure. Delujeta še dve posebni skupini, in sicer na Mestni občini Kranj,

Nova dimenzija svetlobe fotoepilacija

UPORABNI NASVETI št. 3

Zakaj je pomembna zdravniška podpora pri laserski depilaciji - fotoepilaciji?

Laserska depilacija ni primerna za vsakega posameznika, zato je izrednega pomena poskusni tretma, kjer preverimo morebitne zdravstvene zadržke. No+Vello centri sodelujemo s kvalificiranimi strokovnjaki in zdravniki s področja svetlobnih terapij, estetike in dermatologije, ki osebju centra zagotavljajo vso strokovno pomoč in podporo, da lahko nudi varne in kakovostne tretmaje. Naše usposobljeno osebje vam je tako pripravljeno odgovoriti na vsa vprašanja v zvezi z vašim tretmajem.

Kakšne so kontraindikacije pri Nomasvello tehnologiji?

- Fototip V-VI - temnopolti ljudje
- Sveže porjavela koža - brez izpostavljanja sončnim ali UV žarkom (solarij) vsaj 48 ur pred in po tretmaju. Brez uporabe porjavitvenih krem vsaj 14 dni.
- Zdravljenje z ISOTRETINOINOM - zdravilo za akne (brez vsaj 6 mesecev)
- Predel okrog oči, v nosu in v ušesu.
- Predel s kožnimi boleznimi (lupus, porfirija...)
- Rak - počakati 5 let od zdravljenja, 3 mesece od radio/kemoterapije
- Keloidi - brazgotinasto tkivo kot posledica operacije, opeklin
- Tetovirana področja - možnost poškodbe ali delne odstranitve tetovaže ali pigmentnega make-upa
- Fotosenzitivna zdravila - brez vsaj 24 ur

V naslednji števllki si lahko preberete, kako se pripraviti na tretma fotoepilacije in kakšna je nega po samem tretmaju...

Nomasvello Kranj • Jelenčeva 1, 4000 Kranj • Tel: 070 785 350
kranj@nomasvello.si • www.nomasvello.si • www.brezdlak.si

HERMOSA D.O.O., PLANINSKA CESTA 25, SEVNICA

kjer z uslužbenci telovadimo ob petkih, naslednje leto bomo pa dodali še torke, ter v varstveno-delovnem centru na Zlatem polju, kjer telovadimo enkrat tedensko s 23 udeleženci,« je pojasnila Štokova.

»Strašno sem bila vesela, ko so v Kranju začeli s telovadbo dr. Grišina. Vadbo v Prešernovem gaju obiskujem od vsega začetka. Razgibaš se, raztegneš mišice, pozitivno vpliva tudi na um,« nam je zaupala Minka Potočnik s Primskovega. Na jutranji telovadbi se poleti zbira okoli 25 udeležencev, v mrzlih mesecih pa nekaj manj. A za nekatere ni ovir. Potočnikova pove, da vztrajajo v vsakem vremenu, tudi pri minus 17 stopinjah so že telovadile. »Veter je medel sneg pod nastrešek, prav krasno je bilo, na koncu smo se še nasmejale.« Kot pravi, je pomembno tudi druženje, ob ponedeljkih pa se običajno po telovadbi odpravijo še na čaj ali kavo.

»Vadba po metodi 1000 gibov je zelo dorečena. Razmigamo vse sklepe, zelo natančno raztegnemo vse mišice od dlani do podplatov, poženemo oba obtoka, krvnega in limfnega, ter preženemo bolečine in otekline. Vaje so preproste, izvaja jih lahko vsak, rezultati so res zavidljivi. Postanemo bolj gibljivi, izboljšamo ravnotežje, povečamo odpornost, hkrati pa sklepamo nova prijateljstva in razrešimo kako osebno stisko ali osamljenost,« je poudarila Štokova.

Skupine delujejo v šestih od 26 kranjskih krajevnih skupnosti. »K vadbi želimo spodbuditi tudi druge krajane, tako moške, ki se očitno težko odločijo za telovadbo, kakor tudi otroke v vrtcih in šolah,« pravi Štokova. Vadba namreč še zdaleč ni namenjena samo starejšim, temveč vsem generacijam. »Vsakih 14 dni nastane kakšna nova skupina, saj je naš cilj pripeljati telovadbo v vsako vas. Trenutno jo izvajamo v sedemdesetih občinah po Sloveniji,« je na predstavitvi v Kranju pojasnila predsednica društva Šola zdravja Zdenka Katkič. K

Po metodi 1000 gibov vadi že sto sedemdeset Kranjčanov. Vaje so preproste, rezultati pa zavidljivi.

Težave, ki jih prinesejo leta

PRAVI NASVETI IN PRAVI PRIPOMOČKI

Imate tudi vi po daljšem sedenju ali stanju težke, utrujene noge, vam zatekajo gležnji, čutite krče v mečih? Vas koža nog srbi, postaja rdeča in občutljiva na dotik? Čisto mogoče je, da imate začetek bolezni, ki ji rečemo vensko popuščanje ali krčne žile.

Vensko popuščanje in nastanek kroničnih ran

Krčne žile na nogah niso videti lepo: so nabrekle, grdo zavite, črno-modre žile, pogosto močno izbočene. Za njihov nastanek so krive službe z dolgotrajnim sedenjem ali stanjem, premalo telesne aktivnosti, kajenje, debelost, nosečnost, povečan pritisk v trebušni votlini, v veliki meri pa kar dednost. Dokler je vse v redu, se kri v nogah iz površinskih ven nemoteno preliva v globoke vene. Zdrave venske zaklopke namreč preprečujejo, da bi se kri vračala, mišice noge pa pri krčenju potiskajo kri proti srcu. Ko pa venske zaklopke ali žilne stene pričnejo popuščati, kri v venah začne zastajati. S tem se poveča pritisk na žilne stene, zato se raztegujejo, vijugajo in izstopajo.

Ko bolezen napreduje, se lahko pojavijo razjede na golenih, krvavitve ali celo krvni strdki.

Rane, ki nastanejo na delih telesa, kjer je motena prekrvavitev, imenujemo kronične rane. Značilno zanje je, da se ne zacelijo v šestih tednih. Med kronične rane sodijo venske, arterijske in diabetične razjede ter razjede zaradi pritiska, onkološke rane ter zagnojene kirurške rane.

Kako ukrepati

Ko človek dobi diagnozo vensko popuščanje, je treba ukrepati hitro in pravilno. Zdravljenje s pomočjo kompresijske terapije velja za osnovno. Pri tem pa se bolniki srečujejo s številnimi vprašanji: kaj uporabiti – povoje ali nogavice, kako jih namestiti, na koliko časa jih menjati …. Na trgu je na voljo mnogo izdelkov in med njimi se je težko znajti. Tudi ko je bolnik soočen s kronično rano, je vprašanj veliko, za nego in oskrbo pa potrebuje veliko znanja in pripomočkov.

Kam po nasvet

Če potrebujete nasvet o izvajanju kompresijske terapije, če morda niste prepričani, da se prav vsaka rana lahko zaceli, vas vabimo v litijsko Belo štacunco, ki jo najdete v SVC. V njej zaposlene strokovne sodelavke veliko vedo tako o kompresijski terapiji in ranah kot tudi o diabetesu, o uhajanju urina, o porušenem imunskem sistemu, težavah s sklepi in hrbtenico, pa še bi lahko naštevali.

Če morate zaradi venskega popuščanja noge kompresijsko povijati, morate poznati pravilno tehniko. V Beli štacunci zaposlene strokovne sodelavke vam jo bodo z veseljem pokazale.

Strokovna sodelavka Renata Peterka, Bela štacunca Kranj:

Za mnogo težav v starosti imamo rešitev v Beli štacunci. V njej zaposlene strokovne sodelavke vam bomo predstavile odlične Tosamine izdelke in množico medicinskih pripomočkov. Te pri nas dobite tudi na naročilnico, ki jo predpiše zdravnik.

TOSAMA D.O.O., VIR: ŠARANOVIČEVA 35, DOMŽALE

TOSAMA
Bela štacunca

vivavene
Dolgoelastični kompresijski povoj

ZA VSAKODNEVNO POVIJANJE
IZVAJA PRITISK V GIBANJU IN MIROVANJU
Z DVEMA ČRTAMA ZA PRAVILNO POVIJANJE
LATEX FREE

KUPON ZA 25% POPUST
TOSAMA Bela štacunca
S tem kuponom vam v Tosamini Beli štacunci Kranj podarimo 25 % popusta na izbran izdelek ob enkratnem nakupu nad 20 evrov. Kuponi, boni, popusti in akcije se ne seštevajo. Kupon ne velja v spletni trgovini, na zaklenjene cene, darilne bone in izdelke na medicinsko naročilnico, ki jo predpiše zdravnik. Kupon je za enkratni nakup in velja do 15. 1. 2018.
KR

CENTER ZDRAVJA IN HARMONIJE

Nena Veber, IMT & NLP trenerka,
NLP master coach
direktorica Althea centra

Zaledenela čustva

Narava, ujeta v sneg in led. Kaj nam sporoča? Smo ji ljudje podobni?

Ko svoja čustva zamrznemo in se zapremo v oklep, ker mislimo, da bomo tako trdnejši in varnejši, da nam nič neprijetnega ne more blizu, smo tudi mi nemočni in ujeti. Ujetniki svojega čustvenega ledenega oklepa.

Ko je v naravi prehudo, leden oklep pretežak, se drevesa zlomijo. Ko je nam prehudo, se prej ali slej zlomimo pod težo bremena, v katerega smo se zaklenili in zaprli, tudi mi. Zato bodimo v stiku s svojo notranjo toploto, dovolimo si čutiti. Naj nas čustva grejejo in razveseljujejo, začutimo jih, izkoristimo ves potencial, ki se skriva v njih. Dala nam bodo moč in oporo, žilavost in trdnost, ki se je ne da zlomiti.

Seveda nimamo vedno le lepih, toplih, pozitivnih občutkov in čustev. Nič hudega, to je naravno. Ko nam je hudo, je še toliko bolj pomembno, da si dovolimo začutiti tudi neprijetne, nelagodne občutke in čustva. Ne potlačimo jih. Ne zamrznimo jih. Dihajmo v njih in jih grejmo. Dovolimo jim, da so naši "podnajemniki". Vprašajmo jih, kaj nam sporočajo. Sprejmimo jih. Le tako jih bomo lahko, ko bomo pripravljeni, tudi predelali.

Tako kot v naravi ni 24 ur samo dan, ampak tudi noč, tako se tudi mi ne moremo ves čas počutiti samo dobro in nasmejano. Opazujmo cikle narave, opazujmo svoje počutje in ponudile se nam bodo mnoge primerjave in odgovori.

Center Zdravja in Harmonije
althea®
Železniška ulica 5, 4248 Lesce
tel: 04 531 69 75, gsm: 040 81 85 85
mail: info@althea.si
spletna stran: www.althea.si
FB: https://www.facebook.com/AltheaCenterZdravja/

NASVET

Janez Logar, mag.,
terapevt

Starši me ne spustijo

Sem v srednjih letih, imam odgovorno službo, solidne prihodke. Prvi otrok je odšel v tujino, drugi je na fakulteti. Pred dvema letoma sem se ločila. Prestajala sem pravi pekel pred in po ločitvi. Starša sta nasprotovala že moji poroki in skoraj uživala, ko sem se ločila. Dokazala sta mi, da sem naredila napako, in menita, da še vedno potrebujem njuno pomoč. Dobila sem novega partnerja. Starša sta popolnoma znorela, jaz pa jima ne morem dopovedati, naj me pustita pri miru, če mi že ne moreta privoščiti človeka, ki me ima rad. Živimo v isti hiši, ločeno gospodinjstvo. Zdi se mi, da se bo nekomu zmešalo. Starše imam rada, vendar kar je preveč, je preveč.

Spoštovana gospa! Da se ne bo zmešalo vam, poskrbite najprej vi zase. Verjamem, da vas strahotno žalosti, ko vas starša kregata. Boli vas, da vas nikoli nista vprašala, kako vam je hudo zaradi propadlega zakona. Le svoj prav želita uveljaviti za vsako ceno. Za mamo pravite, da se ne zna več kontrolirati – vpije, ponižuje. Tisto, kar vi nujno potrebujete, je odločna in jasna postavitev najmanj čustvenih meja. Vi ste odrasla oseba, rodili ste dva otroka, prestali ločitev, imate odgovorno službo in vi boste z vso odgovornostjo odločali sami o vašem partnerju. Pika. O tem starši nimajo nikakršne besede več. Verjamem, da bo postavljanje meja dodaten šok za vaše starše. Seveda vam oni s svojimi nasveti želijo dobro, vendar je bolj vprašanje, zakaj oni vas tako zelo obupno potrebujejo! Kaj se dogaja z njima in kako je v njunem zakonu. Zakaj je vaša starša tako zelo strah, če bi se vi popolnoma osamosvojili? To vključuje tudi samostojno gospodinjstvo. Ker ne boste več dovoli vmešavanja v vaše življenje, se bo zagotovo na začetku še povečala jeza vaših staršev. Morate biti pripravljeni tudi na možni scenarij, da odidete s partnerjem v novo stanovanje. Zveni precej grobo – zato se boste s starši pogovorili, kako boste vnaprej urejali vaše odnose. Vedeti morate le, da je vaše življenje vaše, in ne njihovo. Staršem boste povedali, da jih spoštujete, da ste jim hvaležni za vso pomoč, vendar boste vi odločali, s kom boste imeli ljubezensko-spolno razmerje. Prosite jih, če vas lahko enkrat v življenju poslušajo. Mirno jim povejte, da jih razumete, vendar da boste upoštevali le tisti nasvet, ki je v skladu z vašo voljo. Da ste pripravljeni poskrbeti tudi za njihovo starost (vsaj tako sem vas razumel), vendar le, če se bosta onadva dostojanstveno obnašala do vas.

Toplina
zakonski in družinski center
www.toplina.net
Cankarjeva ulica 3, 4000 Kranj, Tel: 051 675 657
Janez Logar, janez.logar@toplina.net

Staro in novo

Za nasvet nas je tokrat zaprosil par, ki želi v novi hiši opremiti dnevno-bivalni prostor.

Če iščete rešitev za preureditev stanovanja, nam opišite in skicirajte svoj problem. Ne pozabite na mere in druge podatke, dopišite tudi svoje želje.

Pisma pričakujemo na naslov: Gorenjski glas, "ARHITEKT", Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj.

Besedilo: **Ines Košec, u.d.i.a.**

Tloris je odprtega tipa in združuje dnevno sobo, jedilnico in kuhinjo. V opremo želita vključiti dva elementa, nizko omarico in večjo vitrino, ki sta bili nekoč last pokojne babice. Izdelana sta v masivnem lesu in umetelno okrašena z izrezljanimi ornamenti. Splošen vtis opreme pa želita v sodobnem, modernem stilu.

Ko nekdo izrazi željo po ohranitvi pohištva naših prednikov, mi je vedno v veselje, da lahko ponudim rešitev. S primerno kombinacijo materialov in barv tako posebni elementi dobijo novo vlogo v sodobnem času. Prostor je oblike črke L. Kuhinja in dnevni prostor sta na skrajnih vogalih, vmes je jedilnica in izhod na teraso. Hiša je umeščena ob gozdnem robu, zato je izbor uporabljenih barv v naravnih tonih, v pastelno zeleni, bež in beli barvi. Nizka omarica je dobila novo vlogo kot TV-omarica, visoka vitrina pa je postavljena samostojno med jedilno mizo in izhodom na teraso. Oblikovanje kuhinje, kamina in visečih omaric so v nevtralnih tonih z lesenimi detajli, da oblikovno ne konkurirajo ornamentalno izrezljanim elementom. Vgradni kamin na drva pa je kot naročen za decembrska druženja ob koncu leta.

Praznično drevesce malo drugače

Dom priljubljene kuharice Ane Žontar Kristanc v teh prazničnih dneh namesto klasične smrečice krasi ekološko spiralasto drevesce iz lesa, ki je postavljeno v eni sami minuti.

Besedilo: **Ana Šubic**

Božično-novoletno drevesce je v večini domov obvezna dekoracija, ki pomaga pričarati praznično vzdušje. Tako je tudi pri blogerki in avtorici kuharskih knjig Ani Žontar Kristanc. V preteklih letih je dom njene družine krasila klasična umetna smrečica s plastičnimi okraski, saj sta jih njena sinova Timon in Liam rada zamenjala za žogice. A zaradi Timonove hude alergije na pršico je bilo drevesce treba vsaka dva tedna razstaviti in oprati. S tem je veliko dela, zato sta lani z možem Kristijanom kupila manjše drevesce, da bi si olajšala čiščenje, po dveh tednih pa sta se odločila, da ga dokončno odstranijo. »Ker je bilo čiščenja še vedno preveč, mi pa smo želeli imeti praznično vzdušje in smrečico celoten december, sem začela iskati druge možnosti,« se spominja Ana.

Navdušila se je za ekološko leseno smrečico znamke Spira. Gre za inovativen izdelek slovenskih oblikovalcev, ki je še zlasti všeč tistim, ki jim je blizu skandinavski dizajn. »V trenutku mi je bila všeč. Pa ne sama oblika, ki je zares nekaj posebnega, ampak tudi dejstvo, da se zloži v tanko škatlo, ki ne zasede skoraj nič prostora,« je pojasnila. Njihov dom tako v teh decembrskih dneh že krasi omenjena smrečica. Njena velika prednost je po Aninih besedah tudi, da je zelo hitro postavljena. Na stojalo v obliki križa pričvrstimo »deblo«, nato pa z vrha spustimo leseno spiralo, ki ustvari stožčasto obliko smrečice. Ta je po koncu praznikov tudi hitro pospravljena, saj jo enostavno zložimo nazaj v ploščat lesen krog. »Postavljanje in podiranje smrečice sta mi bila običajno kar malce odveč, pri tej smrečici pa ju enostavno preskočiš. Postaviš jo v minuti in se potem posvetiš okraševanju. To pa obožujem.« V drevescu so zareze, v katere je možno zatakniti običajne okraske, na voljo pa so tudi posebni leseni okraski s prazničnimi motivi v obliki geometrijskih likov, snežink, smrečic, zvončkov, jelenčkov, sani ... »V preteklosti smo imeli vedno težave tudi z okrasnimi bunkicami, saj se na njih zelo rad nabira prah. S Kristijanom sva se tako odločila, da na eko smreki ne bo bunkic, ampak leseni okraski, ki jih bomo skupaj pobarvali rdeče. Šla sva po barvo, ki je primerna tudi za

Ani Žontar Kristanc in njeni družini praznične dni lepša spiralasto leseno drevesce. Kot pravi, so ga vsi takoj vzljubili. / Foto: Lejga ptička

WLAN MMDS
TV - INTERNET
Slovenski in tuji TV programi z Limbarske gore in Krvavca - Kržišča. Brezžično do objekta!
UGODNA CENA!
- TV ali INTERNET od 15 €/mesec
- Najbolj gledani kabelski programi s SLO podnapisi, tudi v HD
- INTERNET in IPTV signal tudi s kamniškega gradu, Ambroža, Vel. Planine, Zg. Javoršice, PD Moravče, Lubnika, Peč pri Mor., Slivne, zasav. gore,...
040 997 007
www.zvezdatv.si
www.gorosan.com
Srečno v novem letu Vam želi
Zvezda TV 10 let
NUDIMO VAM ZANESLJIV SERVIS TV IN AV TEHNIKE

Anin mož Kristijan in sin Timon med barvanjem okraskov. V decembru prisegajo na tradicionalno rdečo barvo. / Foto: Kristijan Žontar

Krašenje praznične smrečice je posebno doživetje, še zlasti za otroke. / Foto: Lejga ptička

otroške igrače. Lahko si predstavljate, koliko veselja je bilo, ko sta Kristijan in Timon barvala okraske. Midva z mlajšim sinom Liamom sva ju žal lahko le opazovala, saj je zbolel,« se spominja Ana.

Čeprav je leseno spiralasto drevesce precej drugačno od klasične smrečice z zelenimi iglicami, kakršnega so imeli prej, so novo pridobitev vsi takoj vzljubili. »Tudi otrokoma je bila takoj všeč. Sploh zaradi samega procesa barvanja okraskov in krašenja smrečice. S tem sta jo vzela za svojo; Timon jo je prve dni čuval in učil mlajšega bratca, da mora lepo delati z njo.«

Kot rečeno, so okraske pobarvali rdeče, saj Ana v prazničnem decembru prisega na to tradicionalno barvo. »Že pri prejšnji smrekici so bili okraski rdeči in tudi tokrat ni bilo niti razmišljanja o drugi barvi,« nam je zaupala.

Njihov dom krasi še nekaj drugih zanimivih prazničnih okraskov, dekorativnim tkaninam pa se mora izogibati zaradi Timonove hude alergije. V njihovem domu tako ni prav veliko prtov in okrasnih blazin, si pa praznike toliko bolj pričarajo z veliko ustvarjanja in peke. Pa tudi s simpatičnimi pižamami s prazničnimi motivi, v katerih so se pred kratkim fotografirali ... K

TRGOVINA KOCAR

Delavska cesta 1a (pri rondoju), Stražišče pri Kranju

T: 051 63 60 80

Trgovina KOCAR

e-pošta: trgovina,kocar@gmail.com

DARILA, DOMAČA OBRT IN NARAVNA KOZMETIKA

10% decembrski popust pri nakupu nad 20,00 €

Psttt - Dedek Mraz je za vsakega obiskovalca pustil darilce.

PRIHAJAJOČI DOGODKI:

21. 12. 2017 od 15.00 do 19.00

bo v trgovini promocija kozmetične linije Sivka - Renčelj iz Krasa. Lahko boste izkoristili

10% promocijski popust na omenjene izdelke.

(Popusti se ne združujejo)

22. 12. 2017 ob 19.00

predavanje »Kdo pa vas vodi« z izkustveno delavnico in predstavitvijo rokovnika »Spomni me za leto 2018« z avtorico Majo Rogelj. Obvezne prijave: trgovina.kocar@gmail.com

Vabljeni in Srečno v 2018!

TRGOVINA KOCAR, IRENA ŠANTAK S.P. BLEIWEISOVA CESTA 71, KRANJ

Kako izdelati suho savno

V Sloveniji je primeren les za izdelavo savne tisti, za katerega drevesa rastejo v višje ležečih legah Gorenjske. Predvsem zaradi nižjih temperatur in posledično počasnejše rasti.

Besedilo: **Miroslav Cvjetičanin**

Savna deluje sproščujoče, zato si jo mnogi privoščijo po težkih telesnih naporih, denimo po napornem delu v službi ali ukvarjanju s športom. Savnanje blagodejno vpliva na boleče mišice. Pore se zaradi vročine odprejo, zato je koža lepša in bolj zdrava. Poleg tega savnanje blaži artritis in dobro vpliva na težave s sinusi in alergije. Vse to že vemo, kajne? Vemo tudi to, da blagodejno vpliva tudi na umsko utrujene, na tiste, ki v službah ne opravljajo fizično napornega dela, ampak imajo »polno glavo vsega«, da ne rečemo tistega o »kufru«. In potem pride čas za savno, kjer si sam ali v družbi, ki te ne moti.

NASVET ZA SPRETNE ROKODELCE. Pri nas je najbolj znana tako imenovana finska savna, IR je tista, ki je najbolj uporabna za naš dom, bio-zeliščna in kombinirana savna je izbira tistih, ki radi tudi pri savnah komplicirajo. Med sabo so si zelo podobne, saj se vse izdela na podoben način. Izberete primeren, v sušilnici sušen les in ... Tu bi raje prekinili s svetovanjem, ker savne sploh ni lahko narediti. Nasvet dobrega mizarja pri izbiri lesa in načinu izdelave konstrukcije je seveda odveč, ker si ne predstavljamo ravno izraza na obrazu, ko bi ga kaj takega spraševali. Pa vseeno, mogoče vam tale sestavek razjasni marsikaj o savnah. Tudi če je ne boste izdelali sami, boste pa vsaj vedeli, kako in s čim so narejene oziroma boste pri odločitvi in naročilu bolj suvereni.

Les za izdelavo savne je največkrat gosto rasla smreka, bor ali pa uvožen les nordijske smreke, rdeče cedre. V Sloveniji je primeren les za izdelavo savne tisti, za katerega drevesa rastejo v višje ležečih legah Gorenjske. Predvsem zaradi nižjih temperatur in posledično počasnejše rasti. Les, kot je na primer hrast, ni primeren, ker je pretrd. Savna je lahko izdelana iz od šest do sedem centimetrov debelih panelnih sten ali pa iz vsaj štiri centimetre debelih masivnih desk, lahko tudi iz brun. Pomembno je, da ne vsebuje oz. ima čim manj smole, ki bi lahko iztekala ob visokih temperaturah, enako velja za grče.

Če jo boste delali v »sendvič« izvedbi, se osnovni skelet izdela iz letev, ki bodo tvorile nosilno konstrukcijo. Na letve se tam, kjer bo notranjost savne, zabije lesen panel iz izbranega lesa. Na te panele namestite paronepropustno pregrado, to je posebna folija iz umetne mase, papirja in aluminija, in pazite, da aluminijasta stran gleda navznoter. Pazite, da ob montaži folije ne poškodujete, saj bo že najmanjša luknjica lahko prevelika! Vmesni prostor zapolnite s kameno ali stekleno volno. Debelina izolacije mora biti najmanj štiri centimetre na stenah ter nekoliko debelejša na stropu, vendar raje ne več kot deset centimetrov. Savno je treba tudi z zunanje strani obložiti z lesom, še posebno na površinah, ki jih neposredno vidimo. Na stranicah, kjer

savna ne bo vidna, lahko uporabite slabše kose obloge.

Če se odločite za izdelavo savne iz masivnega lesa, je način izdelave malce bolj preprost, saj ne potrebujete dodatne izolacije in parne zapore, saj je že les sam po sebi zelo dober izolator. Uporabite enak mehak in izolativen les kot pri panelnih izvedbah. Priporočljiv je les smreke, cedre, kanadske čuge in podobnih. Priporočljivo je tudi, da ima prostor, kjer bo postavljena savna, talno ogrevanje, vendar to ni nujno. Dobro pa je, da je na tleh keramika. Savna je lahko nameščena prosto v prostoru, prislonjena k steni, lahko je v vogalu ali pa postavljena v posebej za ta namen sezidanem prostoru.

LES IN SAMO LES. Tudi tla savne so lahko lesena, vendar ni nujno, je priporočljivo, predvsem zaradi občutka. Te savne so lahko le obložene s ploščicami ali pa brez obloge. Vendar je prijetneje stopati po leseni oblogi, zato je priporočljiva. Talne obloge naj bodo iz lipovega lesa, abakija ali podobnih vrst in narejene tako, da bo njihova odstranitev lahkotna, zaradi čiščenja. Prezračevanje savne je nujno, zato je dobro imeti zračnik pri dnu savne in zračnik na diagonalni nasprotni strani pod stropom. Pri manjših domačih savnah je dovolj že loputa, pri večjih pa je priporočljiv ventilator. Klopi so seveda obvezne. Te so lahko v dveh nivojih ali v vogal. Narejene naj bodo iz mehkega lesa, saj se ta počasneje pregreje in je zato primernejši za sedenje in ležanje. Zelo dober je lipov ali afriški abaki. Izdelate ali kupite lahko tudi lesene vzglavnike in podpore za hrbet.

Ni nujno, da so vrata savne lesena, v sredini je običajno vgrajeno »okno« iz kaljenega stekla, tako da pride v savno vsaj nekaj svetlobe, saj se v nasprotnem

primeru zdi, kot bi bili v omari. Veliko se vgrajujejo steklena vrata iz 6–8 milimetrov debelega kaljenega stekla, ki je lahko vpeto v lesen okvir.

»CENTRALNA« PEČ. V finski savni je ključni element peč. Moč peči pa naj bo primerna velikosti savne. Izbirate lahko med različnimi vrstami peči odvisno od proizvajalca, oblike, moči, načina delovanja in cenovnega razreda. Nekatere peči imajo stikala za delovanje že na sami peči, lahko pa je krmiljenje ločeno od peči in se pritrdi na zunanjo stran savne. V tem primeru inštalacijo med pečjo in krmiljenjem obvezno povežete s posebnimi silikonskimi kabli, ki so odporni proti visoki temperaturi. Vse povezovalne kable je najbolje napeljati po zunanji strani savne. Obvezna oprema finske savne so še vedro za vodo in zajemalko, s katerima polivate vodo po razgretih kamnih in s tem v savno dodate nekoliko vlage. Na steno savne pritrdite še vlagomer in termometer ter peščeno uro.

INFRA SAVNA. Tudi infra savno izdelate na enak način kot klasično finsko, le da vanjo namesto peči za savno namestite posebne IR-grelce. Teh grelcev je več vrst.

Od klasičnih IR-grelcev do najnovejših IR-karbonskih plošč, ki jih namestite na steno savne. Krmiljenje teh plošč je nameščeno na nadzorni plošči zunaj savne. IR-grelci naj bodo nameščeni tako, da sevajo na področje celotnega telesa. Navadni IR-grelci so nameščeni na bokih, na stropu in pod nogami savne., medtem ko so IR-karbonske plošče nameščene na stenah in pod nogami.

DanKūchen Kuhinje

Dobrodošli v svetu odličnih kuhinj.
Tudi v letu 2018.

• do -55% popust
• darilni boni do 250 € za nakup vsaj 3 gospodinjskih aparatov

✓možnost brezplačne montaže

✓možnost nakupa na obroke

Salon pohištva ŽABNICA, Dorfarje 17
T: 04 502 19 00
E: info@prevc.si

Alples studio Ljubljana BTC, Šmartinska 152, Hala 10
T: 01 541 18 20
E: alples.studio@prevc.si

www.prevc.si

PREVC SALONI POHIŠTVA

Akcija velja za nakup lesenega dela do 31. 12., informacije o bonih na prodajnem mestu.

KOMBINIRANE SAVNE. Izdelajo se enako kot finske, le da jih lahko opremite s pečjo za finsko savno in dodatno še z IR-grelci. Izbira je prepuščena posamezniku, v najboljšem primeru pa si lahko sestavite dve savni v eni. Osvetlitev v savni je lahko zelo različna. Namestite lahko tudi več svetilk z leseno oblogo ali brez nje. Velikokrat se v savnah namesto običajnih luči uporabljajo solne lučke. Nov trend, ki se šele uveljavlja, so tudi posebni solni paneli z osvetlitvijo, ki v prostor savne poleg specifične svetlobe sproščajo tudi negativne ione. Vedno pa pazite, da uporabljate posebne kable, odporne proti visoki temperaturi.

LES ZA SAVNE

Za izdelavo savne je prava izbira lesa zelo pomembna. Potrebujemo različne vrste, kajti les, ki se uporablja za stene savne, ima drugačno funkcijo od tistega za ležalnike. Pri obeh, lesu za stene kot tudi lesu za ležalnike, imamo na voljo različne vrste. Med samimi vrstami pa je tudi cena ključnega pomena, saj so nekatere precej dražje.

Pri izdelavi savn običajno uporabljamo les nordijske smreke ali bora, saj ta drevesa zaradi klime in pogojev rastja rastejo počasneje. To pa je razlog, da je ta les brez smole. Ležalniki in podpore za hrbet ter glavo so izdelani iz lipovega lesa. Za malce več denarja pa lahko namesto nordijske smreke ali bora, izberete tudi les kanadske čuge ali rdeče cedre, les afriškega abakija ...

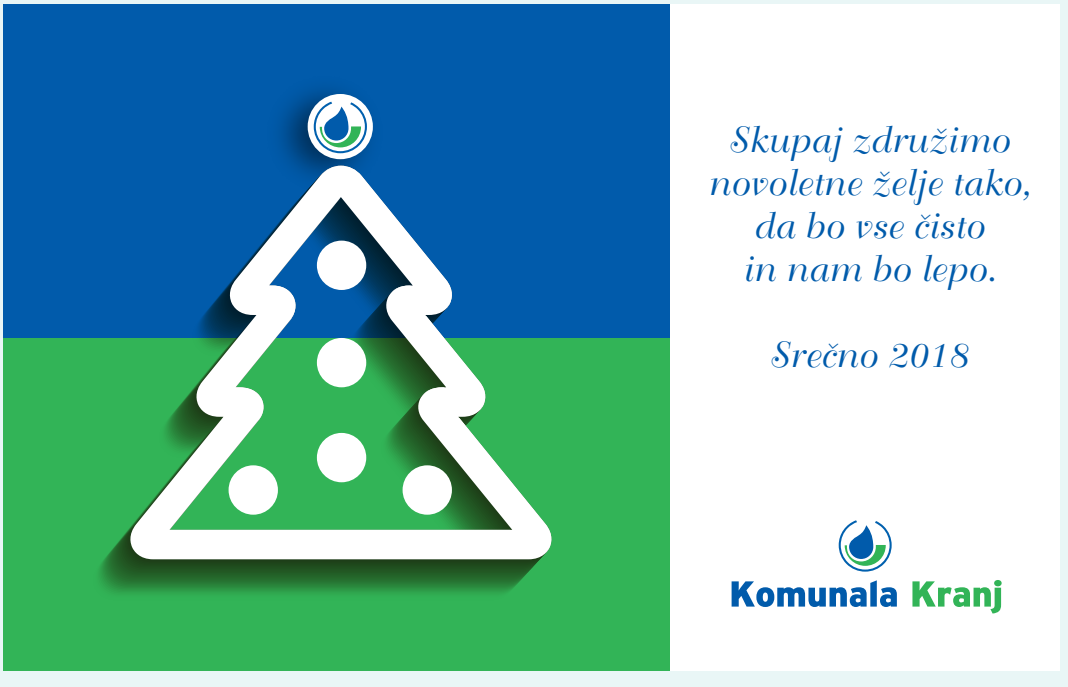
Nordijska smreka ni tradicionalna izbira lesa. Odraža jo čudovita tekstura, kakovost in razpoložljivost. Raste predvsem v severnih krajih, kjer so temperature nižje. Veliko jo najdemo na Finskem, kjer je gozdarstvo precej nadzorovano in tako tudi sečnja. Ima naravni blag vonj lesa in je prijetno svetle barve. Kakovost lesa je prvega razreda. Uporaba tega lesa je optimalna pri gradnji savne in tudi drugega pohištva. Iz raziskave, ki so jo pred leti opravili v Ameriki, je razvidno, da je največ finskih savn izdelanih prav iz nordijske smreke. Lipa se ponaša z enakomerno zaobljeno krošnjo, deblo drevesa pa je temno sive barve z navpičnimi brazdami. Ima dolgo življenjsko dobo, njen les pa je mehak, srednje gost, prožen in cepljiv.

Dobro se obdeluje, struži in rezlja. Poleg nacionalnega simbola pa se s pridom uporablja tudi v mizarstvu in strugarstvu. Les lipe lahko zaradi njenih odličnih lastnosti uporabljamo za

izdelavo klopi, naslonjal ter opor za hrbet in telo v savnah. Rdeča cedra spada med najlažje vrste iglavcev. Njene značilnosti so goste letnice, vsebnost eteričnih olj, specifičen vonj in barva medu. Rdeča cedra ima naravni zaščitni mehanizem, saj olja, ki jih vsebuje, služijo kot obramba pred insekti, molji, bakterijami in vlago. Njena celična struktura omogoča odlično naravno toplotno in zvočno izolacijo, kakršno lahko najdemo zgolj pri nekaterih drevesnih vrstah. Zaradi tega se ta les odlično uporablja tudi pri gradnji savn.

Les čuge se v glavnem proizvaja v Kanadi. Ima tudi odlične abrazijske karakteristike, zaradi česar je krčenje in raztezanje skoraj nično in zato je les odporen proti vlagi ter toploti. Njegove jasne rasne letnice so skoraj brez razlike med strženom in ostalim delom debla. Les je umazano bele do rumene barve. Med postopkom sušenja in staranja postaja les čuge postopoma trdnejši in odpornejši. Je lep, močan, lahek, učinkovit pri preprečevanju korozije in glede na vzdržljivost se lahko primerja z rdečo cedro. Enostaven je za oblikovanje, odraža ga elegantna površina in lahko vpija različne barve. Je brez razpok in brez smole ter zato primeren za izdelavo in uporabo v savnah.

Abaki je tropsko drevo, ki raste na območju Afrike. Ta les je znan pod več imeni. Pri nas se največ uporablja ime abaki, njegove sopomenke pa so tudi obeche, wawa, ayous in pa sambe. Les abakija se najbolj specializirano uporablja za opremljanje notranjih delov savn in površin, ki so v neposrednem stiku s človeško kožo. Je zelo cenjen zaradi nizke vsebnosti smolnatih delcev, in kar je najpomembnejše – nizke toplotne izoliranosti. K



www.komunala-kranj.si
KRČ-1043/17

Gotovi parketi in masivni oljeni parketi

Laminatni podi

PVC - vinil plošče

Izdelava stopnic

Notranja vrata Lesna

Lesena in pvc okna

Zaključne talne letvice

Pohištvo po meri

Keramične ploščice

Vse za mizarje , ploskovni material

HOBI RAZREZ

VSE -5%

Velik izbor kvalitetnih talnih oblog vseh vrst

Strokovno svetovanje

Brezplačna izmera na vašem domu

Brezplačna dostava na vaš dom

Kvalitetna vgradnja

Kratki dobavni roki

Vgradimo z znižano stopnjo ddv 9,5%

Les 3 plus

Specialisti za vaš dom

LES 3 PLUS d.o.o.
Jelenčeva 1, Kranj - IBI CENTER
Telefon: 040 418 251, 04 204 27 14
les3plus@gmail.com
www.les3plus.si
pon-pet: 7-19. ure, sobota 7-13. ure

Akcija traja od 13.12.2017 do 13.01.2018 oziroma do odprodaje zalog. Slike so simbolične. Popusti se med seboj ne seštevajo. Za artikle, ki so že v akciji, popust ne velja.
Pridržujemo si pravico do spremembe tehničnih podatkov in cen, ki bi bili zarad morebitnih tiskarskih ali drugih napak na tej strani napačno navedeni.
Cene so v evrih, z 22% ddv.

Samo ta je še manjkal

Volkswagen se je med zadnjimi pridružil trendu klasičnih kompaktnih križancev.

Besedilo: **Miroslav Cvjetičanin**

In vendar ni prepozen. Lahko bi napisali, da ravno ob pravem času. Križanci oziroma crossoverji so trend, ki bo verjetno še dolgo prisoten na cestah. Kupci hočejo take avtomobile. Zakaj? Ker je vožnja atraktivnejša, višje sedimo za volanom, kar pomeni boljši pregled nad cesto, lažje vstopamo in izstopamo iz avtomobilov, zdijo se nam večji, in zagotovo so udobnejši. Edino, kar nas pri teh avtomobilih preseneti, je dejstvo, da se jim prtljažni prostor ni kaj dosti povečal. Statistika govori v prid križancev, še vedno se jih največ proda v Evropi in Kitajskem, kar osemdeset odstotkov. A kot kažejo najnovejši kazalci, bo Rusija kmalu postala eden od glavnih akterjev v prodaji teh trenutno najzanimivejših osebnih avtomobilov. Po predvidevanjih prodajnih strokovnjakov pri Volkswagnu se bo svetovna letna proizvodnja oziroma prodaja takih vozil z današnjih šest milijonov v desetih letih še enkrat povečala.

Volkswagnov manjkajoči člen

NOVICA, KI JE RAVNO ZAPELJALA NA CESTE. Volkswagen v okviru največje modelske ofenzive v svoji zgodovini razširja ponudbo in predstavlja crossoverja kompaktnega razreda. Model T-Roc je Volkswagnov novi križanec, ki prinaša svež zagon v razred kompaktnih športnih terencev. Ponaša se s popolno prilagodljivostjo glede na individualne želje in potrebe, inovativno digitaliziranostjo, odlično povezanostjo, najsodobnejšimi asistenčnimi sistemi, dinamičnimi motorji ter predvsem z modernim in ekspresivnim dizajnom. Avtomobil, ki se počuti doma tako v urbanem svetu kot tudi na zahtevnem terenu.

Dr. Herbert Diess, predsednik uprave znamke Volkswagen, je na svetovni premieri v Italiji povedal: »T-Roc postavlja nova merila v rastočem segmentu športnih terencev. S svojo funk-

AVTOHIŠA VRTAČ, Delavska cesta 4, Kranj, tel.: 04 270 02 00

Kombinirana poraba goriva in izpusti CO_2: 4,3–5,6 l/100 km in 115–138 g/km, emisijska stopnja: EURO 6, specifična emisija dušikovih oksidov (NOx): 0,0273–0,0519 g/km, trdi delci: 0,0000–0,00068 g/km, število delcev: 0,00–9,51 x 10^{11}. Ogljikov dioksid (CO_2) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM_{10} in $PM_{2,5}$ ter dušikovih oksidov.

cionalnostjo, vozno dinamiko in tehnologijo uteleša vse dobre lastnosti Volkswagna. T-Roc je mejnik v naši ofenzivi športnih terencev.«

Športni terenci so torej v močnem porastu, še posebno v segmentu kompaktnih vozil. Zato Volkswagen pod kategorijo priljubljenega tiguana, uvaja še en privlačen model. S svojimi merami T-Roc postavlja merila in je enako zanimiv za voznike vseh starosti. Njegova športno moderna oblika odraža novi oblikovalski slog, s čimer izstopa v paleti modelov.

KAKŠNO PAMET IMA. T-Roc je nekaj posebnega znotraj segmenta tudi zaradi svojih asistenčnih sistemov. Za vse modele so serijski funkcija večnaletnega zaviranja, aktivna asistenca za ohranjanje smeri in sistem za nadzor prometa s prepoznavanjem pešcev in mestno funkcijo zaviranja v sili. Vozilo je možno konfigurirati še z desetimi drugimi asistenčnimi sistemi. Sem med drugim spadajo sistem za avtomatsko uravnavanje razdalje, kamera za vzvratno vožnjo, asistenca za menjavo voznega pasu z asistenco za odparkiranje, asistenca s senzorjem za mrtvi kot, parkirni sistem s krmilno avtomatiko, vključno z zavorno asistenco za manevriranje, asistenca za zastoje. Poleg tega se T-Roc s široko paleto komfortnih sistemov, ki ji v tem razredu skorajda ni para, lahko prilagodi individualnim potrebam. Poleg dinamičnega uravnavanja podvozja in progresivnega krmiljenja sem med drugim sodita tudi električno upravljanje pokrova prtljažnika ter sistem za zaklepanje in zagon brez ključa.

Ujeta prihodnost

Povprečna poraba goriva: 8,4 – 3,4 l/100 km. Emisije CO_2: 146 – 89 g/km. Uradna vrednost emisijske stopnje: Euro 6. Specifične emisije NOx: 0,666 – 0,01538 g/km. Vrednost specifične emisije trdnih delcev pri dizelskih motorjih: 0,00076 – 0,00006 g/km. Ogljikov dioksid (CO_2) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM_{10} in $PM_{2,5}$ ter dušikovih oksidov. Cene veljajo za vse različice modela Tipo z motorjem 1.4 70 kW (95 KM) Pop in že vključujejo veljavni popust. Slike so simbolične. Podrobnejše informacije in pogoji storitve Fiat 5 Plus so na voljo na www.fiat.si.

Povprečna poraba goriva: 5,0 - 6,8 l/100 km. Emisije CO_2: 132 - 159 g/km. Uradna vrednost emisijske stopnje: EURO 6b. Specifične emisije NO_x: 0,0036 - 0,0602g/km. Vrednost specifične emisije trdnih delcev pri dizelskih motorjih: 0,00009- 0,00021 g/ km. Število delcev pri dizelskih motorjih: 0,297E10 - 0,567E10. Ogljikov dioksid (CO_2) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM_{10} in $PM_{2,5}$ ter dušikovih oksidov.

AVTO MOČNIK D.O.O. KRANJ Jezerska cesta 135. Kranj · T: 04 281 77 17 · www.avtomocnik.si

AVTO MOČNIK D.O.O., KRANJ, BRITOF 162, KRANJ

Yeti se je izgubil, prišel je karoq

Menjava generacij se reče v športnem žargonu, v avtomobilskem pa opustitev slabo prodajanih modelov.

Besedilo: **Miroslav Cvjetičanin**

Škodo yeti je zamenjal karoq, kar je dobra in slaba novica. Slaba predvsem za tiste, ki so yetija vzljubili predvsem zato, ker si težko omislite bolj praktičen avto. Nadomestil ga je malce manj praktičen, malce večji, a vsem prodajnim standardom dovršen. To bo morala biti nova Škodina prodajna uspešnica. Cena? Je ravno taka, da se je treba malce zamisliti, dobro premisliti, ker v tem cenovnem razredu je konkurenca res huda. Ampak, roko na volan, v katerem avtomobilskem razredu konkurenca ni huda? Nasvet, ki smo ga že večkrat podali: poslušajte srce, ono bo vedelo, kateri avto je pravi za vas. To vedno deluje. Karoq je ime, ki prihaja z Aljaske, točneje otoka Kodiaq, vendar tam Škoda nikoli ne bo prodajala tega modela, združuje pa dve besedi: avto in

Želite ugodnejši servis vašega vozila?
Imamo rešitev!
CAR FIX®
varno in ugodno
www.carfix.si
080 14 88

Cena osnovnega servisa za bencinske motorje:
57€ (do 1200 ccm)
66€ (od 1201 do 1800 ccm)
74€ (od 1801 do 2500 ccm)

Cena osnovnega servisa za dizelske motorje:
69€ (do 1200 ccm)
81€ (od 1201 do 1800 ccm)
92€ (od 1801 do 2500 ccm)

Navedena ponudba osnovnega servisa velja za osebno vozilo z menjavo motornega olja (10W40 za bencinske oz. 5W30 za dizelske motorje) in vgrajene nadomestne dele (oljni filter, tesnilo čepa) z eno letno garancijo. V ceni je vključen strošek dela in uničenja nevarnih odpadkov ter DDV.
REMONT KRANJ, Ljubljanska cesta 22, Kranj, www.remont-kranj.si
Več informacij o ponudbi in pogojih najdete na spletni strani www.carfix.si

AVTOHIŠA REAL, D.O.O., VODOVODNA CESTA 93, LJUBLJANA

puščico. Vemo, da je v Škodinem znaku prepoznavna puščica, zato ime niti ni tako čudno kot zveni, če tudi je v aljaščini. Prav tako so iz njihovega jezika poimenovali starejšega bratca, model kodiaq, ki je tudi pred kratkim zapeljal na ceste.

Zunanja oblika seveda kaže na križanca, modernega, trendovskega, točno takega, ki se danes najbolje prodaja. Ko slišim ime Škoda, ne morem mimo njihove super znane krilatice »simply clever«, preprosto prebrisan, pregnan, pameten, bister ... To je tisto, kar vleče pri škodi. Če hočeš dober avto za »normalno« ceno, potem je to to. In karoq ima vse, kar pričakujemo od sodobnega avta – in še nekatere priboljške, ki jih drugi v tem razredu nimajo. Vendar bomo to pustili za naš prihajajoči veliki test. Pri motorjih je v primerjavi z yetijem ostal isti le 1,6-litrski TDI, ki bo prav gotovo tudi najbolj prodajan motor v karoqu. Tu sta še dve različici 2,0-litrskega TDI (110 in 150 kW). Zelo konkurenčna po zmogljivostih pa sta tudi oba nova bencinarja, 1,0-litrski trivaljnik TSI (85 kW/115 KM) in 1,5-litrski TSI s funkcijo izklapljanja valjev (110 kW/150 KM). Poleg ročnega šeststopenjskega menjalnika je pri vseh, razen vstopnega bencinarja, na voljo še sedemstopenjski DSG-menjalnik z dvojno sklopko. Kaj pa yetijev štirikolesni pogon? Da, 4 x 4 bo na voljo le pri 2,0 TDI.

Yeti se je izgubil tudi s svojo ceno. Ne moremo reči, da smo pričakovali, da bo večji in novejši avto imel enako ceno ali bo cenejši, vendar take povišice pa tudi nismo pričakovali. Nekateri prodajalci pravijo, da bodo cene v razponu med 18 in 27 tisočaki, in takoj ko slišimo, da je pod dvajsetimi tisočaki, smo nekako boljše volje, kajne? Pa vendar, mogoče ne bo tako, vendar še vedno verujemo v popuste, kajne?

Oprema ambition, usnjen volan, 17-palčna alu platiča, dvopodročna klima, AEB zaviranje z zaščito pešcev, LED zadnje luči, aktivni vzglavniki in še in še, z 1,0 TSI-motorjem starta pri 21.712 evrih, najbolj zaželen 1,6 TDI pa stane 23.539 evrov. Prvi 4 x 4 (2,0 TDI, 110 kW) je na voljo za 27.854 evrov. Oprema style – aktivni tempomat, 8-palčni sredinski zaslon, navigacija, izbira voznega profila, LED-polni žaromet, strešna nosilca, parkirni senzorji spredaj in zadaj ... – je dražja za manj kot 2.000 evrov. Da, ne smemo več govoriti, da gre za yetijevega naslednika, gre za povsem drugačen avto, ki bo ne glede na ceno prav gotovo med najbolj prodajanimi, če ne celo najbolj prodajan Škodin model. K

AVTOHIŠA REAL, D. O. O., VODOVODNA CESTA 93, LJUBLJANA

Vaš trgovec v Kranju
Avtohiša Real, d. o. o., PE Remont Kranj
Ljubljanska cesta 22, Kranj, 04 2015 223

REMONT

Kaj storiti, če je računalnik počasen?

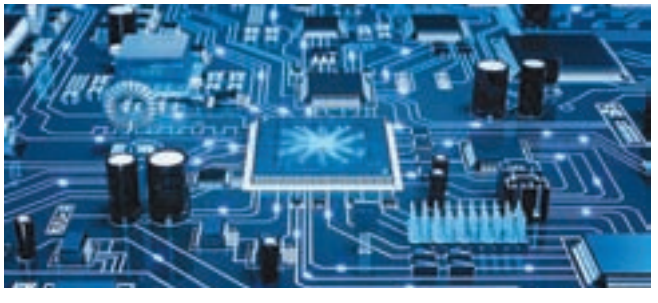
Mogoče pa zamenjava le še ni tako nujna?

Računalnik se dolgo zaganja, programi se počasi odpirajo, ventilator je glasen, na zaslonu peščena ura... Joj, pa ne že spet! Običajen uporabnik pomisli, da bo potrebno menjati računalnik ali vsaj ponovno naložiti sistem, vendar pa pred tem lahko preizkusite še nekaj nasvetov za pospešitev računalnika.

Najprej preglejte nameščene programe in odstranite tiste, ki jih ne potrebujete. Pri tem pazite, da ne odstranite programov, ki so za delovanje nujni! Preverite tudi, če imate na diskih dovolj prostora. Poln disk krepko upočasni celoten sistem, zato je v tem primeru smiselno preseliti vašo zbirko filmov in fotografij na zunanji medij. Izpraznite lahko tudi koš in pobrišete začasne datoteke (odprite Moj računalnik, desni klik na disk, izberite Lastnosti in Čiščenje diska).

Računalnik preverite z antivirusnim programom in odstranite neželene programe. Poglejte tudi, kaj računalnik naloži ob zagonu in onemogočite programe, ki jih ne rabite (Upravitelj opravil, zavihek Zagon, desni klik na program). Tako boste pospešili zagon in sprostili nekaj sistemskih sredstev. Če to ne pomaga dovolj, je čas za bolj temeljito prenovo. Razmislite o nadgradnji sistema z bliskovito hitrim SSD diskom. To se bo pri hitrosti sistema tudi najbolj poznalo. Stari disk uporabite za shrambo, lahko ga vgradite tudi v zunanje ohišje in ga uporabite kot zunanji disk. Če je računalnik počasen, kadar imate odprtih več programov, preverite in nadgradite še sistemski pomnilnik RAM. Pri tem je pomembno, da izberete pravi pomnilnik (DDR3 ali DDR4, hitrost v MHz...), ki ga vaš računalnik podpira. Vgradnja komponent je tudi priložnost za čiščenje računalnika; zaprašeni ventilatorji in debela plast prahu lahko povzročijo pregrevanje, zaradi česar računalnik samodejno upočasni delovanje.

Če se zraven odločite še za ponovno namestitev sistema, boste morda odložili zamenjavo računalnika še za nekaj mesecev ali celo let!



MELOM D.O.O., BALOS 1, TRŽIČ

OVEN
21. marca–21. aprila

Element: ogenj
Vodilni planeti: Mars, Saturn, Sonce
Drevo: bor
Barva: rdeča
Značilna lastnost: pogum

Že takoj v začetku leta vas bo begal občutek, da ste na nekaj pozabili. Res je. Pozabili ste nase, ne enkrat, večkrat. V zadnjem trenutku se boste odločili za nekaj, česar od vas nikoli ne bi nihče pričakoval. V tem letu so odprte vse možnosti, da se uresničijo dolgo pričakovani načrti, zaradi katerih se je že večkrat obupalo, a želja še ni ugasnila. Novice, ki jih dobite malo pred poletjem, vas bodo predramile in takoj sledi akcija, ki sproži kar nekaj nasprotnih mnenj. Kar pa vas nikakor ne bo oviralo. Ne bo vam dolgčas. Poslovno boste večkrat presenečali in bili več kot zadovoljni. Vaši najboljši dnevi bodo 1. 2., 9. 5., 13. 8., 15. 12. Srečne številke so 3, 5, 7, 11, 15, 19, 25.

BIK
22. aprila–20. maja

Element: zemlja
Vodilni planeti: Jupiter, Sonce, Venera
Drevo: jabolko, cipresa
Barva: rožnata, zelena
Značilna lastnost: odvisnost

Prehitevali boste dogodke in vse bo še premalo hitro, da bi uporabili vse ideje, kot ste si zamislili. Pri raznih sestankih in ostalih uradnih obveznostih bodo rezultati nadpovprečni. Uspe vam v bistvu nekaj, kar je nemogoče. Besede, čeprav si želite tudi dejanj, vam bodo veliko pomenile, zlasti ker jih bo izrekel nekdo, ki malo govori. Seveda bo tudi nasmeh veliko povedal. Čeprav bi se še toliko trudili, vam bo zmanjkovalo tal pod nogami. Kljub raznim nasvetom in lastni modrosti ne boste uspeli razvozlati nečesa, kar je čisto preprosto. To je ljubezen. Vaši najboljši dnevi bodo 12. 2., 3. 5., 7. 8., 12. 12. Srečne številke so 4, 6, 7, 12, 16, 20, 30.

DVOJČKA
21. maja–21. junija

Element: zrak
Vodilni planet: Merkur
Drevo: kostanj, oreh, leska
Barva: rumena
Značilna lastnost: odzivnost

Na vaših ramenih bo kar težko breme odgovornosti, a z dobro voljo vam bo uspelo vse postaviti na svoje mesto. Naj bodo to čustvene ali pa fizične rane, vsem je skupno, da se celijo zelo počasi. Strpnost je tista, ki vam da končne rezultate ozdravitve. Srečanje z nekom vam bo dalo veliko misliti. Morda se bodo s tem zrušila neka stara prepričanja, ki so vam bila prej v škodo kot pa v korist. Pregovor, da se nobena juha ne poje tako vroča, kot se skuha, ni brez pomena. Polni načrtov se boste podali v prihodnost in naredili vse, da bi bili sami in vsi v vaši okolici zadovoljni in srečni. Vaši najboljši dnevi bodo 4. 1., 1. 5., 3. 8., 17. 11. Srečne številke so 2, 3, 10, 16, 23, 26, 33.

RAK
22. junija–22. julija

Element: voda
Vodilni planet: Luna, Venera
Drevo: kavčuk, vsa tista drevesa, ki so bogata s sokom
Barva: siva, srebrno modra
Značilna lastnost: zvestoba

Potrpežljivost je lastnost, ki se jo marate sproti učiti. Večkrat boste imeli priložnost to spoznati. Iz nepričakovanega vira se vam obeta denar, pazljivost ne bo odveč. Vsi načrti, ki so pred vami, vam bodo uspeli in veselili se boste svojih malih zmag, zaradi katerih vam posije sonce tudi skozi temne oblake. Različni ljudje bodo skušali pridobiti vašo pozornost, a brez uspeha. Več kot preveč dela boste imeli sami s seboj in za druge bo zmanjkalo časa. Za vsako težavo se vedno najde tudi prava rešitev, zato se ne boste preveč obremenjevali in uživali v čudovitem letu, ki je pred vami. Vaši najboljši dnevi bodo 19. 1., 12. 6., 5. 7., 19. 11. Srečne številke so 1, 2, 8, 9, 11, 12, 36.

LEV
23. julija–23. avgusta

Element: ogenj
Vodilna planeta: Sonce, Pluton
Drevo: palma, limona, lovor, pomaranča
Barva: vse sončne barve
Značilna lastnost: obilnost

Brez vašega vpliva se bodo spremenile okoliščine in bolje bo, da se čim prej prilagodite, saj bo v nasprotnem primeru precej slabe volje in besed, ki niso upravičene. Iskrenost je lepa vrlina, a v današnjem času ne pade vedno na plodna tla. Včasih je resnica bolj boleča od laži in vsak tega ne zna sprejeti. Če boste hoteli imeti uspešne in zadovoljne dni, se bo treba postaviti zase in sprejeti določene odločite. V primeru, da veste, zakaj, to ne bo težko. V poletnem obdobju se bo veliko govorilo in zelo malo naredilo. Krivo bo sonce želja po počitku. Vse to se bo vzelo brez slabe vesti. Najboljši dnevi bodo 6. 3., 15. 6., 12. 9., 10. 11. Srečne številke so 2, 9, 22, 23, 24, 25, 34.

DEVICA
24. avgusta –23. septembra

Element: zemlja
Vodilni planeti: Merkur, Saturn, Jupiter
Drevo: leska, breskev
Barva: zelena, temno rjava
Značilna lastnost: natančnost

Raznim prepirom in nesoglasjem se bo težko izogniti. Ker ima vsak zakaj svoj zato, je tudi slabo lahko za nekaj dobro. Okolico boste presenetili, saj boste spremenili taktiko. A ne boste se dali, saj zavest, da bo odpeljal zadnji vlak, da veliko misliti. Čakajo vas dogodki, ki jih nikakor ne pričakujete. Ker boste v poletju malo preveč razsipni, se boste daljši čas spraševali, kam je odšel denar. No, za malenkosti, ki veliko pomenijo, ne potrebujete veliko. Uspela vam bo osebna zmaga, zato se vam ne bo več treba ozirati nazaj. Vaši najboljši dnevi bodo 16. 1., 12. 5., 3. 8., 7. 11. Srečne številke so 3, 5, 7, 10, 14, 22, 28.

TEHTNICA
24. septembra–23. oktobra

Element: zrak
Vodilni planeti: Venera, Saturn, Uran
Drevo: jesen, topol, jabolka
Barva: različni odtenki modre
Značilna lastnost: očarljivost

Na trenutke se ne boste počutili najbolje v svoji koži in sposobni boste videti le tiste, ki jim je bolje. Spoznanje, da pa je lahko še slabše, vas osvobodi vseh spon, ki so vas držale v starih vzorcih. Sredina leta bo od vas zahtevala veliko koncentracije in morali boste biti natančni in preudarni. Če ne boste previdni z besedami, se vam lahko močno zamajejo temelji v različnih odnosih. Včasih je bolje molčati, saj vedno ni odgovora. Vsaj pravega ne, vse kar pa je nekje vmes pa ne prinaša pravih rezultatov. Doživeli boste osebno zmago, čustva, ki bodo ob tem prisotna, bodo resnična. Vaši najboljši dnevi bodo 8. 1., 9. 5., 2. 10., 16. 12. Srečne številke so 3, 11, 13, 17, 18, 21, 31.

ŠKORPIJON
24. oktobra–22. novembra

Element: voda
Vodilni planeti: Pluton, Mars
Drevo: glog, trave
Barva: temno rdeča
Značilna lastnost: idealizem

Čeprav ne boste imeli nobenega interesa, ki bi moral biti, saj gre za vas, vam bo uspelo zaključiti neko staro zadevo. Končno boste lahko šli naprej. Zaradi obžalovanja izrečenih besed, čeprav samo zaradi prehitrega odziva, boste kar nekaj časa preživeli v vprašanjih, le kako naj to popravite. Še posebno v poletnih mesecih ne smete pozabiti, da nobena (še posebno) lepa stvar ni samoumevna in da se morate vedno truditi in biti pozorni. Izkoristili boste dober vpliv zvezd še ob koncu jeseni. Dobro obdobje bo za razne posle, kupčije in projekte. Zadovoljni boste. Vaši najboljši dnevi bodo 12. 1., 17. 5., 23. 8., 1. 12. Srečne številke so 11, 14, 18, 19, 20, 24, 29.

STRELEC
23. novembra–21. decembra

Element: ogenj
Vodilni planet: Jupiter,
Kamen: topaz, cirkon, ametist, safir
Barva: vijolična, modra
Značilna lastnost: optimizem

Da je včasih še najbolje molčati, saj odgovori lahko prinesejo še slabše posledice, se bo kmalu spoznalo. Obetajo se manjši nesporazumi, največ zaradi različnih želja in ciljev. Vsak človek je zase svet, ne glede na pričakovanja. Ne pričakovati od drugih, spremeniti se moramo sami. Del pomladi boste pod pritiskom, saj ne boste vedeli, ali vam bo uspelo nekaj, kar ni odvisno od vas. Druga polovica pomladi pa vam prinaša dobre novice. V poslovnem svetu vam marsikaj ne bo jasno, a bolje bo lepo ostati v ozadju in od daleč spremljati dogajanje. Tudi brez vas se bo rešilo vse tako, kot je treba. Najboljši dnevi bodo 17. 1., 15. 3., 26. 7., 7. 12. Srečne številke so 4, 5, 6, 11, 12, 17, 35.

KOZOROG
22. decembra–20. januarja

Element: zemlja
Vodilni planet: Saturn,
Drevo: bor, breza
Barva: črna in bela
Značilna lastnost: neomajnost

Kot se zdravi telo, se lahko zdravi tudi duša. Preveč se bo nakopičilo. Z umikom v samoto boste želeli le prikriti, da vam določene osebe pomenijo več, kot si želite priznati. Čeprav boste imeli nadzor, se stresu ne bo dalo izogniti. Kar nekajkrat čez leto boste dobili idejo, da bi se umaknili od dogajanja, a vam bo to težko uspelo uresničiti. Dobra volja vam kljub upiranju ne bo ušla in na koncu se boste vedno prepustili. Poskušali boste ujeti svoje sanje in v večini vam bo tudi uspelo. Spoznanje, da največ pomeni to, da si zaupamo, je čudovito. Vse je za nekaj dobro. Vaši najboljši dnevi bodo 6. 1., 17. 5., 13. 9., 20. 12. Srečne številke so 3, 4, 8, 14, 15, 26, 29.

VODNAR
21. januarja–19. februarja

Element: zrak
Vodilni planet: Uran, Saturn, Venera
Drevo: češnja in vsa ostala sadna drevesa
Barva: turkizna
Značilna lastnost: prijateljstvo

Včasih ni vse tako, kot vidite. Vidite tako, kot se vam v tistem trenutku zdi najbolj sprejemljivo. Saj veste, gledamo – ne vidimo, poslušamo – ne slišimo. Nepričakovano se bo zašlo iz že začrtane poti. Včasih pač ne gre drugače, kot da se improvizira – in to bo potrebno, na koncu pa niti ne bo slabo. Ko boste najmanj pričakovali, pridejo dobre novice, ki ne samo polepšajo tisti dan, ampak kar daljše obdobje boste nasmejani. Spoznanje, da imate nekoga, ki vam ne glede na situacije vedno stoji ob strani, brez pričakovanja, vam končno odpre oči. In pot, pot je vedno samo naprej, nikoli nazaj. Vaši najboljši dnevi bodo 18. 1., 9. 4., 11. 7., 30. 12. Srečne številke so 1, 6, 7, 9, 21, 22, 30.

RIBI
20. februarja–20. marca

Element: voda
Vodilni planet: Neptun, Jupiter
Drevo: vrba, breza
Barva: morsko zelena
Značilna lastnost: sočutje

Sam začetek leta bo naporen in glava vas bo bolela od raznih odgovornosti in strahu, da se vse ne bi izteklo dobro. Občutljivi boste na vsako malenkost in še tako dobronamerni nasveti vas bodo prizadeli. Ko se boste spraševali, zakaj, vsi ne boste dobili odgovora. Še pred poletjem boste izgubili tla pod nogami. Nekateri bodo to močno občutili na čustvenem področju, drugi pa v poslovnem smislu. Občutek bo v obeh primerih nepopisno dober. Veliko časa boste posvetili nabiranju kondicije, saj vam občutek, da se ne bi počutili najbolje, ne bo všeč. Zakaj ne bi vzeli energije tam, kjer jo je preveč. Vaši najboljši dnevi bodo 22. 2., 12. 3., 19. 6., 7. 12. Srečne številke so 2, 3, 5, 6, 8, 21, 32.

PREHRANSKO DOPOLNILO

BALDRIJAN

NARAVNA POMOČ PRI NESPEČNOSTI, TESNOBI, STRESU, ...

60 kapsul • 18,30 €

Baldrijan ali zdravilna špajka je zdravilna rastlina, katere latinsko ime verjetno izhaja iz besede »*valere*«, ki pomeni biti **zdrav. Pomaga pri nespečnosti** in **deluje splošno pomirjujoče.** Pomaga nam tudi, da lažje premagamo stres in čustveno izčrpanost ter ponovno **vzpostavimo psihično ravnovesje**.

PREHRANSKO DOPOLNILO

GINKO (120 mg)

NARAVNA POMOČ ZA BOLJŠO KONCENTRACIJO, SPOMIN, ...

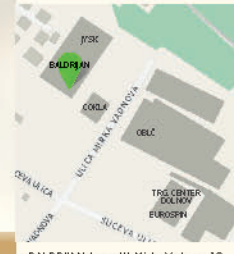
60 kapsul • 16,90 €

Ginko (Ginko biloba) je starodavno drevo, ki izvira iz Azije. Je naravna pomoč pri duševnih naporih, učenju, ... Uporabljamo ga za izboljšanje **koncentracije, spomina in ostalih možganskih aktivnosti**.

Z VAMI ŽE OD LETA 2007!

Baldrijan

Zeliščne kreme in gel
Prehranska dopolnila
Magnetni nakit



BALDRIJAN d.o.o., Ul. Mirka Vadnova 19
4000 Kranj (ob GA trgovini)

Delovni čas:
pon., tor., čet., pet.: 9:00-15:00
sreda: 9:00-18:00

brezplačna tel. št.: 080 35 42
tel. št.: 04 204 30 76

Spletna trgovina:
www.baldrijan.si

Nagrade:
1. Bon v vrednosti 30,00 €
2. Bon v vrednosti 20,00 €
3.-5. Bon v vrednosti 10,00 €

Nagrade ni mogoče zamenjati za gotovino. Prevzem nagrad je mogoč na sedežu podjetja Baldrijan d.o.o. v delovnem času.

DARILO OB NAKUPU DVEH IZDELKOV

Ob nakupu katerihkoli dveh izdelkov iz linije krem, gelov in prehranskih dopolnil vam podarimo Baldrijan Gold Krema ognjič in lipa v vrednosti 9,60 €.

Akcije se ne kombinirajo.

SESTAVIL: F. KALAN	OCVRTA JED IZ DROBOVINE	GLASBENIK, KI IGRA NA OBOI	ORGAN NA ZADKU ČEBEL	ENOVITOST	PERNATA ŽIVAL	ALEŠ VALIČ	NEOBDELANA ZEMLJA	NEMŠKA ZALOŽBA	GORENJSKI GLAS	MESTO V SEVERNI ITALIJI	ROČ	MESTNI ZNAK	PREMAZ	LIDIJA OBTERC	INDOKITAJSKI POLOTOK	ZADNJI, DOKONČNI PREPIS
NAŠ REŽISER (J. G.)									NAŠ PEVEC (RAFKO)	16						10
TROPSKO DREVO		11							LOČINA V SEVERNI AMERIKI / ORIENT							
GRŠKI OKROGEL TEMPELJ						AKT, DOLOČILO / GLORIJA, SLAVA	14					6		DAMJAN SLABE / SVETLOBNI ČUREK		
BIVŠI ČILSKI TENISAČ (MARCELO)				3	KOVINSKO TOLKALO / DEL OBLAČILA ZA ROKO							POLJSKA VALUTA / ČEŠKA PRITRDILNICA		13		
CEZIJ			RIBJE OLJE / SPECIALIST ZA UŠESNE BOLEZNI				19	VADBA / JANEŽEVO ZGANJE			17		TROPSKO DREVO / TURŠKI VELIKAŠ			7
ATLET BOLDON				IZOLACIJA (KOLIČINO) / ANIKA HORVAT					12	DRŽAJ	UTRJEN PAS ZEMLJIŠČA / FARMAR					
ASPIK ECON PINSK TOLOS	MESTO V BELORUSIJI	MERA ZA RITEM / LOČITEV, ODHOD		18			MOŠKI SPOLNI HORMONI / HLADETIMA							4		
DUŠEVNOST						MODEL VOZILA OPEL / VEČNOST						REKA V TURČIJI, ARAKE				
MESTO V NIGERIJI		5		NOVICA / PLESNI LIK PRI ČETVORKI	1				ŽIGA NAHTIGAL / NASILNA TATVINA	8		1	2	3	4	5
MODEL VOZILA NISSAN					OPORNI TRAM / VEZNIK			9				6	7	8	9	10
OTOK JUGOZAHODNO OD POREČA												11	12	13	14	15
NAŠ PEVEC (BRACO)				2		SRBSKI PISATELJ (MOMO)					15	16	17	18	19	

Rešitve križanke (geslo, sestavljeno iz črk z oštevilčenih polj in vpisano v kupon iz križanke) pošljite do srede, 3. januarja 2018, na Gorenjski glas, Bleiweisova cesta 4, 4000 Kranj. Rešitve lahko oddate tudi v nabiralnik Gorenjskega glasa pred poslovno stavbo na Bleiweisovi cesti 4.

KAMM d.o.o.

Poslovna cona A 19, Šenčur, T: 04 / 25 19 170
BTC HALA 10, Šmartinska 152, Ljubljana, T: 01 / 54 11 815

Vse naročene artikle vam v 24 urah dostavimo na vaš domači naslov, delavnico, skladišče ali gradbišče!

ČRNE NAVOJNE PALICE za varjenje 1 m do dimenzije M48

NAVOJNE PALICE KV 4.8, 8.8, 10.9, 12.9 do dimenzije M56

1 m 2 m 3 m

SIDRNI VIJAKI ZN in INOX (A4) od dimenzije M6 do M24 dobavljivo tudi M14

TRAPEZNE NAVOJNE PALICE - jeklo C15 + MATICE, okrogle (bron, jeklo) in šestrobe (jeklo)

1 m 2 m 3 m

ŠESTROBI VIJAKI v kvaliteti 10.9, črni do dimenzije M48

INBUS VIJAKI v kvaliteti 10.9 in 12.9 do dimenzije M48

RF TERASNI VIJAKI
LESNI KONSTRUKCIJSKI VIJAKI

MAZALKE: MEDENINA, ZN, INOX ravne, 75°, 90°

PLETENICE / ŽIČNE VRVI + PRIBOR

VERIGE ZN + VROČI ZN + INOX

NA ZALOGI

IZDELKE VAM POŠLJEMO TUDI PO POVZETJU

ISO 9001 BUREAU VERITAS Certification

BONITETNA AA+ CompanyWall OCENA

www.kamm.si

Slike so simbolne.

www.volkswagen.si

PORSCHE
FINANCE GROUP SLOVENIA

ČISTO MAJČKENE CENE

Ponudba, v katero se boste zaljubili tudi vi!

Preverite zapeljivo decembrsko ponudbo vozil Volkswagen po čisto majčkenih cenah! Veliki prihranki do 2.000 EUR*, bon za financiranje in zavarovanje do 1.500 EUR** ter bon staro za novo do 1000 EUR*. Ponudba velja za vozila na zalogi in nova naročila do konca leta 2017.

Za več informacij o ponudbi se obrnite na našega prodajnega svetovalca.

Volkswagen

Emisije CO_2: 180–0 g/km. Kombinirana poraba goriva: 7,8–0 l/100 km. Emisijska stopnja: EURO 6. Emisije NO_x: 0,0737–0 g/km. Število delcev: 0,00990–0 x 10^{11}. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM_{10} in $PM_{2,5}$ ter dušikovih oksidov. Akcija velja za vozila letnik 2017 na zalogi in za vsa nova naročila do 31.12.2017. *Višina prihranka ter bona staro za novo je odvisna od modela. ** Bonus v obliki znižanja maloprodajne cene vozila v vrednosti do 1.500 EUR z DDV velja v primeru hkratnega financiranja/najema vozila preko družbe Porsche Leasing SLO d.o.o. in sklenitvijo VW Zavarovanja (permanentno Porsche kasko zavarovanje vozila preko Porsche Versicherungs AG ter permanentno obvezno zavarovanje Zavarovalnice Sava d.d.), pod pogoji akcije VWBONCMC17. Več na www.porscheleasing.si. Slike so simbolne.

AH VRTAČ

Delavska c. 4, 4000 Kranj
Tel.: 04 27 00 200 I www.avtohisavrtac.si