04
APRIL 2020
LETO XXIII / ISSN 1408-7103

PRILOGA GORENJSKEGA GLASA ZA MESTNO OBČINO KRANJ

Kranjčanka

Pomaga tudi pogovor

Vsak dan prekolesari celo občino

#virtualni orkester

Pogovor: prim. dr. Aleksander Stepanović

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

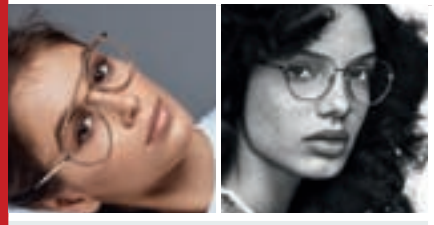
+ IGRA ZLATOKOP
adventure
MINI GOLF
PANORAMA
www.adventureminigolf.si

optikaart

Lep okvir, dobra slika!

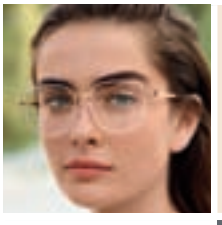
Bleiweisova 14, Kranj

Art OPTIKA



Na drugo korekcijsko očala z enako dioptrijo

popust -50 %



Očesna ambulanta s koncesijo

Izkoristite kratke čakalne vrste in se naročite že danes. Za pregled pri specialistih okulistih se naročite po telefonu

059 070 250

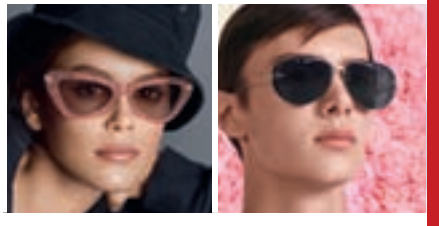
ali osebno. Obiščite nas, strokovno vas bomo postregli.

V Art optiki lahko koristite kartico

Mercator Pika

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

Safilens



ART OPTIKA D.O.O., GORIŠKA CESTA 78, AJDOVŠČINA

NOVO! NAKUPOVANJE PREK SPLETA

Ostani doma, naroči domov **www.narocidomov.si**

ČISTILO ALKOHOLNO CLEANEX PRO 5 l, 70% alkohol — **20,00 EUR**

PAPRIKA PEČENA DIEM 680 g — **1,60 EUR**

TESTENINE DOMAČI ISTRSKI FUŽI, 1 kg — **3,84 EUR**

MED CVETLIČNI TOČENI PISLAK, 900 g — **7,65 EUR**

KUMARICE VLOŽENE, DIEM, 680 g — **1,08 EUR**

OLJE OLJČNO EXTRA DEVIŠKO SPERONI, 1 l — **4,27 EUR**

SIR JOŠT LJUBLJANSKE MLEKARNE, 1 kg — **6,32 EUR**

TUNA RIO MARE 80 g X 4 — **4,65 EUR**

Ob vsakem nakupu prejmete KUPON S POPUSTOM. Znesek popusta predstavlja 2 % prodajne vrednosti izdelkov, ki so na računu označeni z zvezdico.

DAVIDOV HRAM

DAVIDOV HRAM PE KRANJ IN DISKONT KRANJ
Savska loka 21c, 4000 Kranj
Tel. št.: 04/ 20 10 590
Odpiralni čas od ponedeljka do petka med 8. in 16. uro ter ob sobotah med 7. in 12. uro

Vse cene so maloprodajne in vključujejo DDV.
Minister za zdravje opozarja: Prekomerno pitje alkohola škoduje zdravju!

Na naslovnici: Nika Štirn
Foto: Gorazd Kavčič

Kranjčanka 04

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:
Nazorjeva ulica 1, 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:
Od ponedeljka do petka od 8. do 15. ure, nedelje in prazniki zaprto

KRANJČANKA je priloga 31. številke Gorenjskega glasa, 17. aprila 2020, izšla je v nakladi 35.000 izvodov, prejela so jo vsa gospodinjstva v mestni občini Kranj.

4 I KAR SPREJMEM, RAD IZPELJEM DO KONCA

Če bomo drug do drugega prijazni, strpni, se bomo spoštovali in si pomagali, potem nam noben virus ne bo mogel do živega, razmišlja prim. dr. Aleksander Stepanović, dr. med. Bil je družinski zdravnik v ZD Kranj, zdaj v ZD Škofja Loka, kjer je tudi direktor. Je strokovni vodja Osnovnega zdravstva Gorenjske.

10 I POSTAVITI ŽELEZNI URNIK

Specialni pedagog Marko Juhant o tem, kaj lahko storimo za boljši potek šolanja na daljavo in miren družinski vsakdan

18 I KOŠARKARJI OB JUBILEJU SPET V PRVI LIGI

Kranjski košarkarji ekipe ECE Triglav Kranj so osvojili prvo mesto v drugi slovenski košarkarski ligi in si v novi sezoni, ki bo za klub tudi jubilejna, po trinajstih letih znova priigrali mesto med prvoligaši.

K

13 I Nova poletna pesem
15 I Iskrice s kart
22 I Kako do lepe zelenice
26 I Razmišljate o menjavi ogrevalnega sistema?

Kar sprejmem, rad izpel

Če bomo drug do drugega prijazni, strpni, se bomo spoštovali in si pomagali, potem nam noben virus ne bo mogel do živega, razmišlja prim. dr. Aleksander Stepanović, dr. med. Ponosen je na »prvo bojno linijo«, učinkovito primarno zdravstvo v razmerah epidemije. Rad spoznava plemenite ljudi, ki ne mislijo le nase, temveč tudi na druge. To veliko pove o njem. Bil je družinski zdravnik v ZD Kranj, zdaj v ZD Škofja Loka, kjer je tudi direktor. Je strokovni vodja Osnovnega zdravstva Gorenjske.

Besedilo: **Suzana P. Kovačič**

Naj vas vprašam najprej po čisto osebni izkušnji, kako se spopadate z novim koronavirusom?
Do sedaj nisem imel dovolj časa, da bi se spraševal, ali me je strah ali bi kako drugače razglabljal o tem. Ogromno je dela, tako strokovnega kot organizacijskega, to te kar nekako potegne vase in delaš, dokler ne rešiš enega izziva in se prikaže drugi. Najbolj sem bil vesel, ko sem videl, da nam je uspelo vsaj za silo zagotoviti dovolj zaščitne opreme za naše zaposlene. Osebno pa sem še največkrat pomislil, da bi bilo lahko nevarno, če bi novi koronavirus prinesel domov iz službe, še zlasti me skrbi za starejše sorodnike. K sreči smo se lahko organizirali tako, da se z njimi praktično ne srečujemo, z mojo mamo se na primer pogovarjamo večinoma le na daljavo s pomočjo sodobnih tehnologij, da lahko vidi in sliši še snaho in vnukinji. Prinesem ji vse iz trgovine in ji potem nabavljeno pustim zunaj pred hišo na varni razdalji. To je kar težko, če si vajen bolj pristnih medsebojnih odnosov.
Ambulanto družinske medicine ste imeli v Zdravstvenem domu (ZD) Kranj, zdaj jo imate v ZD Škofja Loka. Koliko klicev pacientov imate v zadnjem mesecu, če ostaneva samo pri covidu-19? Kaj jih najbolj skrbi?

Prim. dr. Aleksander Stepanović, dr. med. / Foto: Gorazd Kavčič

eljem do konca

Klicev je ogromno, gotovo več kot petdeset na dan. S pacienti veliko komuniciramo tudi s pomočjo službene e-pošte. Na ta način si lahko ogledamo tudi morebitne fotografije, ki nam jih pošljejo pacienti (npr. fotografijo pordelega grla, oteklega sklepa, kožne spremembe ...). Včasih potem pacienta po telefonu še pokličemo in prosimo za dodatna pojasnila. Po telefonu so sicer pogovori obsežnejši, poskušamo zajeti vse težave in dobiti več informacij, razširiti anamnezo, ki je zelo pomembna za ukrepanje – napotitev, nasvet ali pregled v ambulanti. To je tisto, kar jih pravzaprav najbolj skrbi; do bodo morali na pregled k zdravniku v zdravstveni dom ali bolnišnico, kjer je možnost okužbe zagotovo večja kot doma ali kje drugje. Res ni prijetno, da te na vhodu pričakajo najprej šotori in zabojniki za preglede bolnikov s sumom na covid-19, potem pa še ljudje v »skafandrih« na vhodu. Morda kdo zaradi tega tudi odlaša s pregledom ali klicem, kar zagotovo ni dobro. Pacienti so z odgovori po e-pošti običajno zelo zadovoljni, še posebno ker jim pošljemo tudi povezave do navodil na internetu za posamezna stanja in bolezni, prejmejo PDF-potrdila o napotitvi ...

Verjetno je kdaj že pogovor tisti, ki zdravi.

Ljudje še posebno v težkih časih pogosto potrebujemo le spodbudo, podporo, toplo besedo, zagotovilo, da je vse v redu ali pa da bo na koncu še vse dobro. Tega je bilo že pred epidemijo vsako leto več. Žal v sodobni potrošniški družbi narašča odtujenost, vse manj je pristnih medčloveških vezi. Povezani smo s tisoč in več »prijatelji« na socialnih omrežjih, pa vseeno čedalje bolj osamljeni, saj nekaterih od njih osebno sploh ne poznamo. Opažamo, da so nekateri, zlasti starejši, zdaj ko naročamo na preglede in ni velike gneče, bolj nesrečni in za obravnavo porabimo več časa kot takrat, ko so imeli že pred pregledom pri zdravniku »debatni krožek« v čakalnici.

> Povezani smo s tisoč in več »prijatelji« na socialnih omrežjih, pa vseeno čedalje bolj osamljeni, saj nekaterih od njih osebno sploh ne poznamo. Opažamo, da so nekateri, zlasti starejši, zdaj ko naročamo na preglede in ni velike gneče, bolj nesrečni in za obravnavo porabimo več časa kot takrat, ko so imeli že pred pregledom pri zdravniku »debatni krožek« v čakalnici.

Izredne razmere epidemije so, vsaj očem javnosti, nekoliko na stran odrinile težave s pomanjkanjem družinskih zdravnikov. Ste tudi direktor Zdravstvenega doma Škofja Loka in strokovni vodja Osnovnega zdravstva Gorenjske, ki pokriva vse zdravstvene domove v regiji. Kako teče delo v novonastalih okoliščinah?

Pomanjkanje družinskih zdravnikov je težava, ki z epidemijo nikakor ni izginila in bo po njenem koncu še večja. Že v »mirnem« času vsi delamo na robu zmogljivosti, zdaj so sodelavci sicer v nekakšnem stanju dodatne stresne aktivacije, zelo motivirani za boj proti »zunanjemu sovražniku«. Žal to ne more trajati dolgo, vidim, da so sicer zadovoljni, ker nam uspeva vzdrževati delujoč zdravstveni sistem, a izčrpani. V takih časih se tudi pokaže, kaj za državo pomeni dobra primarna mreža javnega zdravstva – da ne bo pomote, sem vključujem tudi koncesionarje. Brez nje in dobre organiziranosti na prvi bojni liniji bi bile bolnišnice polne že ob izbruhu virusa, potem pa bi se tam morali odločati, komu pomagati in komu ne, kar smo videli v nekaterih drugih državah. Če se bo taka ali podobna epidemija zgodila čez pet ali deset let in v tem času ne bodo odločevalci ukrenili ničesar, da se položaj na primarnem nivoju izboljša, nam bo vsem trda predla. Imamo torej še dodatno opozorilo, da je nujno na primarni ravni vzpostaviti take pogoje za delo, da bo za mlade specializacija spet privlačna in zaželena. To ni nemogoče, stroka je sama po sebi izredno zanimiva, široka, v dobro organiziranih evropskih državah je to najbolj zaželena specializacija.

Kam so še usmerjena vaša prizadevanja?

Kot strokovni vodja Osnovnega zdravstva Gorenjske moram skrbeti za ustrezne pogoje za delo za veliko zaposlenih. Kot direktor zdravstvenega doma pa sem odgovoren praktično za vse; da imajo ljudje v epidemiji zaščitno opremo, da je poslovanje zavoda na koncu leta pozitivno in da vsak mesec izplačamo plače. Zdaj je treba poskrbeti tudi za dodatke za tiste, ki delajo v teh izrednih razmerah. Vse tisto, kar sprejmem, pa poskušam izpeljati do konca po svojih najboljših močeh.

S področja medicinskih ved ste pridobili naziv doktorja znanosti. Ste nekdanji predsednik in seda-

nji član razširjenega strokovnega kolegija za družinsko medicino na nivoju pristojnega ministrstva. Tudi član upravnega odbora Združenja zdravnikov družinske medicine Slovenije. Lani so vas imenovali za primarija. Je bila medicina vaša prva izbira za študij?

Razmišljal sem še o ekonomiji, vendar je bila to druga izbira, daleč za medicino. Odločitev sem sprejel dosti zgodaj, že ob koncu osnovne šole ... Vedno me je zanimalo, kako deluje človeško telo, imel sem tudi željo pomagati sočloveku. Po končani gimnaziji v Kamniku sem nadaljeval študij medicine, za specializacijo sem se odločal med okulistiko, ginekologijo in družinsko medicino, ki je prevladala. To je najširša veda, na tem področju si lahko »najbolj« zdravnik, imaš najširši pregled nad dogajanjem.

> Pomanjkanje družinskih zdravnikov je težava, ki z epidemijo nikakor ni izginila in bo po njenem koncu še večja. Že v »mirnem« času vsi delamo na robu zmogljivosti, zdaj so sodelavci sicer v nekakšnem stanju dodatne stresne aktivacije, zelo motivirani za boj proti »zunanjemu sovražniku«. Žal to ne more trajati dolgo, vidim, da so sicer zadovoljni, ker nam uspeva vzdrževati delujoč zdravstveni sistem, a izčrpani. V takih časih se tudi pokaže, kaj za državo pomeni dobra primarna mreža javnega zdravstva.

Z družinskega izleta v Pariz poleti 2019 / Foto: osebni arhiv

Po rodu ste Ljubljančan, vaš drugi dom je v okolici Kranja ...

V Ljubljani sem preživel za zdaj še več kot polovico svojega življenja (smeh), kmalu se bo to spremenilo. Na svoje otroštvo in mladost imam prijetne spomine. To so bila brezskrbna leta, veliko druženja s prijatelji. Tudi moja prva zaposlitev je bila v Ljubljani v ambulanti pri zasebniku koncesionarju. Na Gorenjsko me je pripeljala ljubezen. Spoznal sem bodočo ženo Katjo, doma iz Srednjih Bitenj. Najprej sva kratek čas živela pri njej doma, potem smo se preselili v Čirče, in ko se je hčerki Brini pridružila še Dora, je hiša postala premajhna. Glede na to, da nam je ta del kranjske občine in njene okolice za življenje zelo všeč, smo našli dobra dva kilometra naprej v Prebačevem večjo hišo. Res je to že v občini Šenčur, a kraj ima poštno številko 4000. (smeh)

> Za specializacijo sem se odločal med okulistiko, ginekologijo in družinsko medicino, ki je prevladala. To je najširša veda, na tem področju si lahko »najbolj« zdravnik, imaš najširši pregled nad dogajanjem.

Se hčerki morda navdušujeta nad medicino, tako kot ste se vi v njunih letih?

Brina obiskuje prvi letnik Gimnazije Kranj, Dora je še učenka Osnovne šole Staneta Žagarja Kranj. Razmišljata tudi v tej smeri, nobena pa še ni odločena, kaj bo v življenju počela. Pri tem jima z ženo dajeva povsem prosto pot.

Za sprostitev kolesarite. Ali kdaj pogledate na uro in tekmujete »sami s seboj«?

Prva moja kolesarska izkušnja sega še v osnovno šolo, ko smo z dvema prijateljema z navadnim ponijem iz Ljubljane kolesarili na Bled in nazaj. Največ kilometrov sem do sedaj naredil na gorskem kolesu, lani pa sem za rojstni dan dobil še specialko. Moja priljubljena vsakdanja tura (če izvzamem ta čas izrednih razmer in omejitve gibanja zaradi epidemije) je kolesarski krog od Prebačevega in skozi Trboje do Zbilj, čez most in nazaj po drugi strani do Brega in v Kranj, čez Delavski most, Čirče, Hrastje in domov. Dvajset kilometrov je in seveda je zraven tudi nekaj tekme na čas. Še en kolesarski krog me vodi v Šenčur, nato do Preddvora, skozi Spodnjo Belo do Kranja in nazaj proti domu. Ali pa v Ljubljano, kdaj tudi na Jezersko. Ko imam kaj več časa, rad kolesarim po Zgornji Gorenjski.

Prosti čas namenite tudi potovanjem. Doživetjem z avtodomom. Zdaj seveda govoriva o preteklem času, kajti novi virus je prosti prehod in gibanje vsaj za en čas maksimalno omejil.

Kot študent sem potoval po Evropi. Najdlje sva bila z ženo na poročnem potovanju na Mauritiusu, potem smo to lani družinsko ponovili. Z avtodomom smo se bolj »držali« v Švici, Nemčiji, nič eksotičnega. Je pa avtodom za družino pravi t. i. team building, na zelo majhnem povezanem prostoru je veliko druženja, pogovarjanja. Ukvarjam se tudi s starodobniki. Oče mi je enega zapustil, star je ta mercedes že 51 let. Vzdržujem ga in se z njim udeležujem srečanj starodobnikov.

Aleksander Stepanović za volanom svojega starodobnika / Foto: osebni arhiv

> Manj bo torej potovanj in več virtualnega druženja, to zagotovo. Koliko bo pa to pustilo posledic prav na obnašanju ljudi, medsebojni povezanosti in drugih družbenih spremembah, si ne bi upal napovedovati.

In če sva že pri potovanjih in medicini oz. zdravju ... Menite, da se bo ta naša globalna vas z izkušnjo novega koronavirusa kaj spremenila?

Bomo videli, koliko časa bo to trajalo. Zagotovo bomo vsaj nekaj časa razmišljali drugače, potovanj bo manj. Ljudje bodo bolj previdni pri medsebojnih stikih, mogoče bo manj druženja. Zagotovo bomo začeli uporabljati več nove tehnologije tudi za sestanke na daljavo. Zdaj smo se bili prisiljeni naučiti uporabe raznih videokonferenc tudi med zaposlenimi in v končni fazi telemedicine pri komuniciranju s pacienti. Manj bo torej potovanj in več virtualnega druženja, to zagotovo. Koliko bo pa to pustilo posledic prav na obnašanju ljudi, medsebojni povezanosti in drugih družbenih spremembah, si ne bi upal napovedovati.

Kaj vas »drži pokonci« in vodi skozi življenje?

Največ mi pomeni družina, zdravje in dobri medsebojni odnosi. Topel dom je kraj, kjer si napolnim baterije. Rad imam mir, naravo in druženje s pravimi prijatelji. Vesel sem, ko spoznam plemenite ljudi, ki ne mislijo le nase, temveč tudi na druge. Če bomo drug do drugega prijazni, strpni, se spoštovali in si pomagali, potem nam noben virus ne bo mogel do živega. K

»Klicev je ogromno, gotovo več kot petdeset na dan ... » /Foto: osebni arhiv

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

MASKE ZA NAJBOLJ RANLJIVE SKUPINE OBČANOV

V Mestni občini Kranj (MOK) so z lastnimi nakupi, državno dobavo in tudi donacijami zbrali dvajset tisoč zaščitnih mask. Polovico so jih minuli konec tedna s pomočjo krajevnih skupnosti razdelili najbolj ranljivim skupinam občanov, druge pa so namenili Civilni zaščiti. Kot pravi župan Matjaž Rakovec, si s pomočjo Civilne zaščite že vse od pojava covida-19 prizadevajo zagotoviti zadostno zalogo zaščitne opreme za vse, ki jo najbolj potrebujejo. »Vemo, da jo še vedno primanjkuje povsod po državi, zlasti tiste, ki zagotavlja visoko stopnjo zaščite in je nujna za zaposlene, ki prihajajo v stik z morebitnimi okuženimi. Zato sem izredno hvaležen lokalnim podjetjem in tudi posameznikom, ki so v zadnjih dveh tednih izkazali veliko človekoljubnost in dobrodelnost ter s svojimi donacijami pokazali, da jim je mar,« je poudaril župan Rakovec. Med donatorji zaščitne opreme so tudi podjetja Flora, Trelleborg Group Slovenija, ADS-efekt, Goodyear Dunlop Sava Tires, Iskraemeco, Lekarna Savski otok ... A. Š.

Z zadnje Stražiške tržnice, ki je potekala ob upoštevanju preventivnih ukrepov.

PO STRAŽIŠKI TUDI MAVŠKA TRŽNICA

Potem ko sta Krajevna skupnost (KS) Stražišče in Društvo Sorško polje marčevsko Stražiško tržnico zaradi pojava koronavirusa odpovedala, so se v želji, da občanom ponudijo zdravo in lokalno pridelano hrano odločili, da aprilsko vseeno izpeljejo, seveda ob upoštevanju preventivnih ukrepov. Minuli petek je tako na Baragovem trgu svoje pridelke in izdelke ponudilo trinajst ponudnikov, tržnica pa je naletela na dober odziv. Naslednja bo drugi petek v maju. Še pred tem pa bo društvo Sorško polje v sodelovanju s KS Mavčiče pripravilo Mavško tržnico, ki bo potekala v petek, 24. aprila, od 16. do 18. ure, na parkirišču za gasilskim domom v Mavčičah, v primeru slabega vremena pa v prostorih nekdanjega zadružnega doma. Od 21. marca se je vsako soboto možno odpraviti tudi na kranjsko mestno tržnico, ki so jo zaradi lažjega zagotavljanja potrebne varnostne razdalje razširili še na prostor med Prešernovim gledališčem in cerkvijo. V Mestni občini Kranj sicer že od začetka aprila sestavljajo in dopolnjujejo seznam lokalnih pridelovalcev, pri katerih lahko občani nakupijo domače pridelke in izdelke. Seznam je dostopen na občinski spletni strani. Do lokalnih izdelkov je možno priti tudi z naročili na različnih spletnih platformah, ena od njih je https://kupilokalno.si/. A. Š., foto: Primož Pičulin

MESTNA knjižnica KRANJ

Obvestilo

Obveščamo vas, da so zaradi razglasitve epidemije **vse enote Mestne knjižnice Kranj do preklica še vedno ZAPRTE.**

V času zaprtja se zamudnina ne obračunava.

O aktualnostih vas obveščamo na spletni strani knjižnice https://www.mkk.si/.

Hvala za razumevanje.

Na našem Facebook profilu lahko spremljate Kulturno karanteno.

V času, ko prevladuje #ostanemodoma, sta se Projekt Hestija in filmska produkcija SOOS z Mestno knjižnico Kranj združili s ciljem, da #ostanemokulturni. Tako preko družbenih omrežij ustvarjamo platformo, namenjeno kulturi v vseh obstoječih oblikah, ne pozabljamo pa na vse, kar se dogaja okoli nas, in skozi literaturo ter film opazujemo svet okoli nas.

Pogrešate knjižnico? Za vas smo tudi na spletu.

E-knjige iz spletne knjižnice Biblos,

e-zbirke Tax-Fin-Lex, Library Press Display in EBSCOhost,

posnetki dogodkov z zanimivimi gosti,

in še mnoge druge zanimive povezave ...

Spletni vpis v knjižnico je brezplačen. Vabljeni!

www.mkk.si

MODRI PES

Za zabavo otrok skrbi tudi Modri pes:
- **kvizi**
- **uganke**
- **sestavljanke**
- **in še kaj ...**

Celoten program prireditev in morebitne spremembe si oglejte na naši spletni strani mkk.si. Vsi dogodki, prireditve in izobraževanja so brezplačni.
Mestna knjižnica Kranj • prireditve@mkk.si • mkk.si • prijava na e-obveščanje: info.mkk.si • portal za otroke: modripes.si • spletni leksikon: gorenjci.si

Sodelavnica ni zaprla vrat

Sodelavnica obratuje tudi v času epidemije covida-19, seveda ob upoštevanju preventivnih ukrepov. Najem delovnega mesta v skupnih delovnih prostorih je še zlasti priporočljiv za tiste, ki razmišljajo o selitvi poslovanja iz domačega delovnega okolja.

Sodelavnica

V osrednjem delu Merkurjeve poslovne stavbe v Naklem je družba MERKUR nepremičnine prenovila del poslovnih prostorov in jih namenila t. i. coworkingu, sodobni obliki dela v skupnih delovnih prostorih. V kompleksu, imenovanem Sodelavnica, so se v zadnjih mesecih že kresale sveže podjetniške ideje. Obratuje tudi v času epidemije covida-19, seveda ob upoštevanju preventivnih ukrepov, je pa sedaj tam manj živahno kot običajno.

V družbi MERKUR nepremičnine se nadejajo, da se bodo razmere čim prej umirile in da bo Sodelavnica znova zaživela kot ustvarjalno delovno okolje, v katerem si mnenja in izkušnje izmenjujejo strokovnjaki z različnih področij. Še vedno je na voljo nekaj pisarn velikosti od 26 do 40 kvadratnih metrov. Uporabniki si lahko prostore delijo stalno ali občasno, saj so, odvisno od njihovih potreb, vrste najema različne. Poleg najema celotne pisarne za lastne potrebe je možen tudi najem delovnega mesta (mize in omare za shranjevanje) v skupni pisarni. To je še posebej priporočljivo za tiste, ki se zaradi poslovanja v domačem okolju ne morejo povsem osredotočiti na delo. K povečanju njihove produktivnosti lahko bistveno pripomore tudi selitev v prostore, prilagojene načinu dela mladih podjetnikov.

Izmenjava mnenj in izkušenj v sproščenem vzdušju

Takole bo videti idejna rešitev bodoče čajne kuhinje.

Čas koronavirusa bodo v družbi MERKUR nepremičnine izkoristili tudi za dodatne izboljšave Sodelavnice. Uredili bodo še čajno kuhinjo, sicer pa so najemnikom Sodelavnice na voljo tudi drugi, večji prostori Merkurjeve poslovne stavbe: sejne sobe in konferenčna dvorana za 160 oseb. V kletnih prostorih je kuhinja z restavracijo, pred stavbo sta veliko parkirišče in e-polnilnica. Lokacija je od avtoceste oddaljena zgolj dva kilometra, sicer pa je Občina Naklo nedavno v neposredni bližini zgradila še avtobusno postajališče, tako da bodo tudi pisarne Sodelavnice kmalu dobile avtobusno povezavo.

Merkurjeva poslovna stavba pa privablja tudi večja, uveljavljena podjetja. V nekaj mesecih se bo vanjo preselil vodilni ponudnik informacijskih sistemov za zdravstvene ustanove SRC Infonet.

MERKUR nepremičnine, d.d.
Cesta na Okroglo 7, 4202 Naklo
https://www.merkurnepremicnine.si/
E-pošta: info@merkurnepremicnine.si
Tel: 04/258 7000

Postaviti železni urnik

Specialni pedagog Marko Juhant o tem, kaj lahko storimo za boljši potek šolanja na daljavo in miren družinski vsakdan.

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

S pojavom koronavirusa se je močno spremenil tudi ritem družinskega življenja. Otroci se šolajo na daljavo, mnogi starši so ostali doma. Marsikje dnevi ne potekajo povsem gladko, še zlasti če morajo starši hkrati delati od doma. »Če otroci ne morejo funkcionirati v okolju, ki so ga oblikovali starši, morajo ti zadeve spremeniti, npr. potek urnika, od otrok zahtevati, da določene obveznosti opravijo samostojno ... Nekateri bodo imeli veliko problemov, ko bodo odkrili, da morda otrok niso naučili niti, kako slediti osnovnim navodilom,« je prepričan specialni pedagog Marko Juhant.

Kot pravi, naj bodo starši otroku za zgled, poleg tega pa naj bodo mirni. Otroci se namreč v tem primeru ne bodo dolgo upirali, saj ugotovijo, da jih ne morejo spraviti ob živce. »Če pa starš nastopi ostro, odreagira hipno in se razjezi, bo na koncu obupal z mislijo, češ da našemu otroku tako ali tako nič ne pomaga. Če pa starši odkrijejo metodo, po kateri jim ravnanje otrok ne dviga pritiska, je to moč, ki vpliva izjemno dobro tudi na otroke,« je poudaril.

Čarobne palčke, s katero bi starši otroke motivirali za šolske obveznosti, ni, pač pa gre po besedah sogovornika zgolj za to, da postavijo hišni red. »Jaz mu pravim železni urnik. V času, ko starši delajo za službo, naj otroci delajo za šolo. Ko pride čas za pripravo kosila, naj otroci sodelujejo, takrat niso prosti. Ko starši dokončajo delo za službo, si lahko vzamejo čas, da pomagajo otroku pri šolskih obveznostih, če mu kaj ni uspelo. Če so starši pri tem dosledni, se bodo otroci temu začeli izogibati, saj bodo spoznali, da bi bili lahko že prosti, saj so imeli prej dovolj časa in ga bodo raje izkoristili za učenje, da bodo potem imeli mir.«

SAMO ŠE TOLE ... »Super ti je šlo, samo še tole boš naredil ...« Zveni znano? Juhant priporoča, naj se starši izrazu »samo še tole« čim bolj izogibajo. Mnogi so prav zaradi tega neuspešni pri svojem vzgojnem delu, saj niso nikoli zadovoljni s tistim, kar otrok naredi. »Če bo naredil hitro, ne bo nikoli več tako hitel, saj potem dobi dodatno delo. Raje bo počasen in naredil minimalno, nakar se bo staršem zdelo, da je to premalo in ga bodo spet nagovarjali k dodatnemu delu.«

Opaža tudi, da si mnogi starši še vedno predstavljajo, da pri vzgoji lahko v nečem zmagajo. »Vzgoja ni tekma, tam ni pravil. Starši v tem obdobju nimajo problemov z izobraževanjem, kot hočejo nekateri prikazati, pač pa z vzgojo. Problem je v tem, da otroci ne funkcionirajo, kot bi optimalno lahko v teh razmerah. Del obveznosti bi morali opraviti samostojno, pri drugem delu, kjer morda potrebujejo nekaj pomoči, pa se lahko obrnejo tudi na sošolce ali učitelje.«

Marko Juhant

Juhant odsvetuje, da bi se otroci učili ob koncih tedna in praznikih, ne le v času šolanja na daljavo, pač pa tudi sicer ob normalnem poteku izobraževalnega procesa. »To ne velja, če je otrok sam navdušen. V tem primeru mu to sedaj, ko so drugačni pogoji, dovolimo. Sicer pa tega ne smemo pustiti, niti ob nedeljah popoldne ne. Takrat se posebno rada učijo dekleta, da s tem nadzirajo celo družino, ki zato ne more nikamor. To je iskanje moči. Če je otrok priden in nadarjen, lahko vse naredi med tednom.«

KAKO MOTIVIRATI NAJSTNIKE Najstniki so lahko glede šolskih obveznosti še posebno uporniški. Kako jih pripraviti k sprotnemu delu? »Če starši presodijo, da je to muha enodnevnica, naj ga pustijo, saj to, vsaj za zdaj, nima večjih posledic, otrok ne bo jutri vprašan. Bo pač naslednji dan imel dvojno

delo. Če se ga tudi takrat ne bo lotil, je treba poiskati vzrok. Kar se tega tiče, je še posebno rizičen osmi razred. Osmošolci so že naveličani osnovne šole, do srednje šole pa jih čaka še cel razred. Niso pa poklicno usmerjeni in ne vedo, kaj bi počeli v življenju. Če je učenec relativno dober, bo verjetno šel v gimnazijo, a to najstniku ničesar ne pove,« opozarja Juhant. Staršem zato predlaga, naj to obdobje, ko z otroki preživijo več časa, izkoristijo tudi za to, da jih opazujejo, jim prisluhnejo in skušajo ugotoviti, kaj jih zanima in navdušuje. Če bo otrok vedel, kaj si želi postati in kakšna pot vodi do tega poklica, bo tudi njegova motivacija za opravljanje šolskih obveznosti večja, je poudaril Juhant.

NAGRADA NAJ BO DOŽIVETJE In kaj meni o motiviranju otrok z zbiranjem točk, ki jim prinašajo darila? »Nagrada deluje določen čas, potem pa ne več, ker bi morala biti vedno večja. Nagrada neha delovati, ko postane plača, ko je torej pričakovana. Običajno je najboljša nagrada doživetje. Tudi sedaj, v domačem okolju, lahko starši otrokom omogočijo doživetje. Otroku naj pripovedujejo zgodbe iz njegovega otroštva, povedo za sanje, ki so jih imeli v zvezi z njim, kaj so pričakovali, kako veseli so bili ob njegovem napredku, kaj jih je presenetilo, prizadelo ... Tega mnogi starši niso nikoli povedali otrokom.«

Otroci so v teh razmerah prikrajšanji tudi za socialne stike. V tem času jih lahko ohranjamo s pomočjo sodobnih elektronskih naprav, nikakor pa ne gre s tem pretiravati. »Uporaba telefona je lahko večja, če ga otrok uporablja za pogovore in na ta način nadomešča osebno druženje,« meni Juhant in dodaja, da naj bo sicer čas za zabavo na računalniku ali tablici odmerjen v enakih količinah kot prej. »Okoliščine so zahtevnejše in ne vem, od kod ideja, da bi otrokom sedaj moralo biti lažje, da jim pripadajo dodatne ugodnosti. Tudi oni se morajo prilagoditi in od te situacije lahko veliko odnesejo.«

Meni tudi, da bo v teh okoliščinah marsikatera družina razpadla, saj bodo njeni člani ugotovili, da se ne morejo prenašati, v nekaterih drugih pa bodo izboljšali odnose, saj si v spremenjenih in zahtevnejših okoliščinah izkazujejo tudi nežnost in skrb, za kar marsikdaj ni bilo časa. »V družinah, kjer so starši relativno zreli, bodo otroci dobili pomembno izkušnjo. Smo v težkem obdobju, a se da iz tega marsikaj dobrega potegniti. Če se družina tako odloči, lahko ta čas preživi zelo kakovostno, so pa seveda tudi mnogi primeri, ko si želijo samo, da bi bilo tega čim prej konec, da bodo lahko šli narazen.«

> Starši naj to obdobje izkoristijo tudi za to, da prisluhnejo otroku in skušajo ugotoviti, kaj ga zanima in navdušuje. Če bo otrok vedel, kaj si želi postati, bo tudi njegova motivacija za opravljanje šolskih obveznosti večja, meni Marko Juhant.

MASKE ZA JUNAKE

Na Srednji tehniški šoli Kranj spodbujamo mlade z inovativnimi idejami, še posebej, če so te podkrepljene z humanitarno noto. Naš dijak Max Vereš je dobil idejo, da bi s pomočjo 3D tiskalnikov pomagal pri dobavi mask, ki jih delavci v zdravstvu, civilni zaščiti in gasilcih zares potrebujejo. V povezavi s Tehnološkim parkom na pobudo mladega dijaka izdelujemo maske, ki pa imajo v primerjavi s komercialnimi kar nekaj prednosti.

1. Max, kje si dobil idejo za izdelavo mask?

Kot ljubitelj novih tehnologij spremljam delo slovenskih inkubatorjev in tehnoloških centrov. Opazil sem, da poteka projekt izdelave mask za naše junake. To so osebje kot so zdravniki, medicinske sestre in podobno. Ker je mask malo sem se odločil, da pri izdelavi mask pomagam tudi sam.

2. Ali so bile kakšne posebne zahteve pri izdelavi mask?

Edini primeren material za izdelavo mask iz plastike je tako imenovana plastika pod imenom PLA. Omenjene plastike imamo na šoli kar nekaj na zalogi, zato smo s 3D tiskanjem začeli kar takoj.

3. Glede na to da je tehnologija 3D tisk dokaj nova nas zanima kje si se seznanil in spoznal s to tehnologijo?

S tehnologijo sem se spoznal na naši šoli, Srednji tehniški šoli, ko smo izdelovali različne izdelke za informativne dneve in za osebno rabo. Šola nam dopušča možnost, da uporabljamo opremo za raziskovalne in promocijske namene in zato sem vedel, da bo moja ideja s strani ravnatelja Aljaža Roglja zagotovo podprta.

4. Kakšna je prednost teh zaščitnih mask in kakšno zaščito nudi?

Prednost mask iz plastičnega PLA materiala je v večkratni uporabi, saj se lahko filter po potrebi zamenjajo. Filtri so narejeni iz posebnega filtrirnega materiala, ki je bolj znan pod imenom anestezološki filter. Model filtra, na podlagi katerega je bila zasnovana maska, certificirano zagotavlja >99,99% učinkovitost. PLA material ni zdravju škodljiv in je v uporabi v prehrambeni industriji, v medicini pa ga uporabljajo za biorazgradljive notranje šive in medicinske vsadke.

Max Vereš

5. Kaj si potreboval za izdelavo mask?

3D model maske
3D tiskalnik (model ni pomemben)
PLA filament, ki naj bo primeren za prehrambeno industrijo ali medicinsko rabo.
anestezološki filter *

6. Kje vidiš potencial uporabe maske?

Maska se lahko uporablja v kemični industriji. Lahko jo uporabljajo gasilci, zdravstveno osebje in zdravstveno občutljivi ljudje. Verjamem, da bodo takšni produkti zelo pomembni tudi v prihodnje, ker živimo v negotovih časih in nam prihodnost lahko prinese še večje in težje izzive.

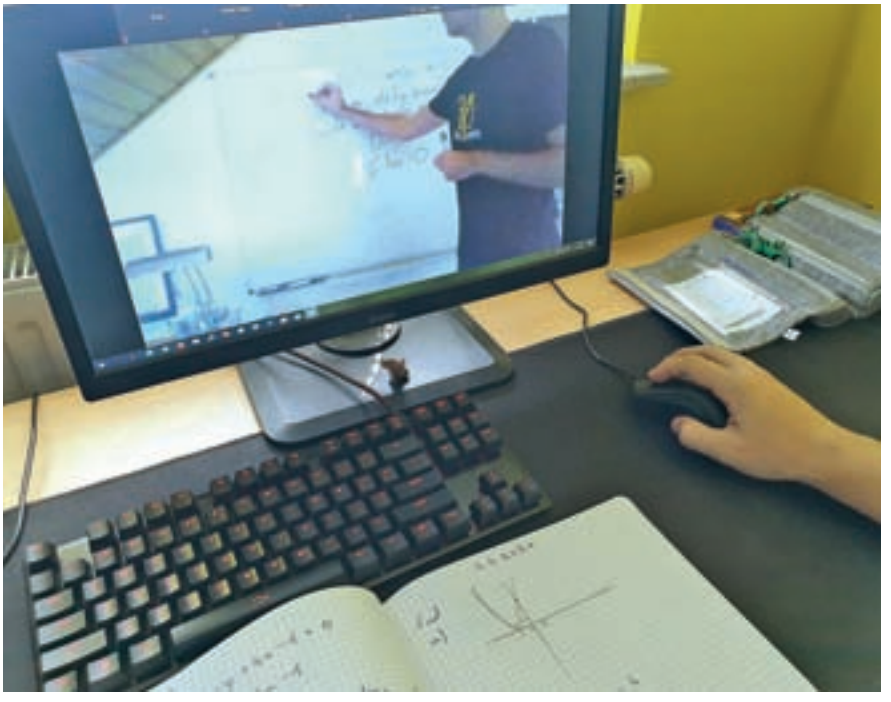
ŠOLSKI CENTER KRANJ ZA POKLICE PRIHODNOSTI
SREDNJA TEHNIŠKA ŠOLA ŠOLSKI CENTER KRANJ
Kidričeva cesta 55, 4000 Kranj
tel: (04) 280 40 00, fax: 280 40 35

Izobraževanje na daljavo – moč povratne informacije

Na Gimnaziji Franceta Prešerna poučujemo na daljavo že več kot desetletje. Naši dijaki so ob pomoči učiteljev razvili tudi eAsistenta, ki ga danes uporablja večina slovenskih šol.

V poučevanje na daljavo nas je prisililo specifično delo, ker se je na naši gimnaziji vedno šolalo veliko dijakov športnikov. Že leta 2009 sta naša nekdanja dijaka Vladimir Balukčić in Mihael Mirt ob pomoči profesorja za informatiko združila znanje podjetništva in programiranja ter pričela ustvarjati zgodbo o eAsistentu, ki ga danes uporablja večina slovenskih šol.

Snovalci eAsistenta verjetno niso mogli misliti, da bo prišel čas, ko bo celoten pouk za vse učence in dijake potekal na daljavo. Izredne razmere zaradi pandemije koronavirusa so povzročile ravno to. Na GFP nam ni bilo težko že prvi dan, ko ni bilo več pouka, poučevati na daljavo vseh 550 dijakov. Dijaki so dobro znali uporabljati spletno učilnico eA Xooltime, obenem se je tudi celotni učiteljski zbor odločil, da bomo poučevali enotno, ker bomo le na ta način dijakom olajšali delo, predvsem pa pri njih vzbudili občutek varnosti in zaupanja. Učitelji komuniciramo z orodji eAsistenta. Dijaki tako vedno vedo, na kakšen način bodo prejeli navodila, naloge, gradivo ... Povezave na videokonference, ki jih dijaki prejemajo prek komunikacijskih kanalov eA, so s tem tudi varnejše. Dijake kot učitelje namreč neprestano osveščamo, kako pomembna je varna raba interneta, in posebno pozornost namenjamo kritični presoji podatkov in njihovih virov.



Vedeti moramo, da pošiljanje nalog dijakom, ki jih delajo s pomočjo učbenikov in svetovnega spleta, še ni poučevanje na daljavo. Učitelj mora snov dijakom razložiti in z njimi imeti vzpostavljeno neprestano povratno komunikacijo, kar je temelj poučevanja, tudi na daljavo. Snov dijakom razlagamo na videokonferencah in s pomočjo posnetkov, ki jih načrtno pripravljamo. Posnetke dijaki lahko večkrat pogledajo in to takrat, ko imajo doma te možnosti. Pri poučevanju na daljavo je potrebno upoštevati, da nimajo vsi dijaki doma enakih pogojev za učenje, zato so potrebni individualni pristopi. Nekaterim dijakom smo tudi posodili šolske računalnike, da se lahko prav vsi naši dijaki izobražujejo na daljavo. Individualni pristop je/in bo potrebno upoštevati tudi pri preverjanju in ocenjevanju znanja.

Na Gimnaziji Franceta Prešerna smo do sedaj vsako šolsko leto imeli nekaj dijakov, ki so se šolali izključno na daljavo. Večina dijakov je šolanje kombinirala. Kadar so jim športne obveznosti dopuščale, so bili v šoli, v času treningov in tekmovanj so se izobraževali na daljavo. Pandemija je tudi našo gimnazijo postavila pred zanimiv izziv. Naenkrat se nam na daljavo izobražuje okrog 550 dijakov. Ponosni smo, da imamo poučevanje na daljavo na šoli tako razvito, da omogočamo dijakom kakovostno izobraževanje in da nam je v pomoč tudi pripomoček, ki so ga razvili naši dijaki.

Nova poletna pesem

Besničan Tilen Lotrič je pred kratkim predstavil novo pesem Vino.

Besedilo: **Alenka Brun**

Odkar smo Tilna Lotriča spoznali v šovu Slovenija ima talent, je dal življenje v precej višjo prestavo. Pridno dela, ustvarja in nastopa. Zraven pa še na ljubljanski Akademiji za glasbo študira operno petje. Ima veliko zagona, je motiviran, saj v tem, kar počne, res uživa.

Z Nušo Derenda je posnel pesem Pokliči kdaj, s Poskočnimi muzikanti Upam, da si srečna. Sledila je zanimiva priredba pesmi Mišići priljubljene Senidah, ki smo jo lahko v video izvedbi zasledili na njegovem profilu na Facebooku. Tu že zaslutimo, da ima Tilen tudi drugo plat – že lahko vidimo glasbenega Tilna, ki ga zaznamo v novi pesmi.

Vino je poletna pesem z nekaj dalmatinskega melosa. »Pesem je nekoliko hitrejša kot vse moje prejšnje,« pravi mladi pevec, ki še poudari, da se rad preizkuša v novih zvrsteh, a ostaja zvest ustvarjanju kvalitetne slovenske glasbe.

Za glasbo in aranžma pesmi Vino je poskrbel Nino Ošlak, besedilo je delo Igorja Pirkoviča.

Pred epidemijo covida-19 je imel Tilen veliko nastopov. Ti bodo počakali, videospot za novo pesem pa si že lahko ogledate na družbenih omrežjih. Nastal je v sodelovanju z Lukom Blatnikom in njegovo ekipo. V njem pa vidimo tudi Jana, enega od dvojčkov Klobasa, zmagovalcev zadnje Kmetije, in Tilnovo prijateljico Lauro Leopold. Nekaj kadrov so posneli tudi v prostorih kluba kranjske Restavracije in kavarne Brioni. Snemali so še pred epidemijo covida-19. K

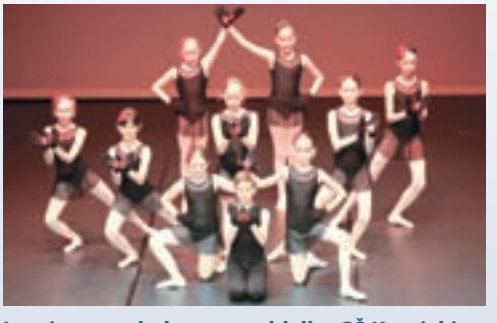
Jan Klobasa, Laura Leopold in Tilen Lotrič / Foto: Luka Blatnik

VIRUS NAM JO JE "ZAGODEL", AMPAK UČENCI GŠ KRANJ GODEJO ŠE BOLJE!

V Glasbeni šoli Kranj sedaj vse aktivnosti z učenci potekajo na daljavo. Pouk se izvaja skoraj nemoteno – a na povsem drugačen, za vse vpletene nov način. Razne e-aplikacije so sedaj nepogrešljive, zato pa vsak dan tako učenci, učitelji kot starši ugotavljajo, kako dragocen je pouk, ki so ga sicer učenci deležni v živo. Vpis za prihodnje šolsko leto se bliža, zato že spodbujajo mlade, ki imajo radi glasbo in balet, da o vpisu razmišljajo. Žal so morali odpovedati tudi nastope. Ker pa so le ti del obveznosti učencev, so se v GŠ Kranj domislili novega izziva.

S hvaležnostjo spremljajo trud zdravstvenega osebja ne le v zdravstvenih ustanovah temveč tudi v domovih starejših občanov. Spomnili so se prav na stanovalce slednjih, ki sedaj še toliko težje prestajajo osamitev in pogrešajo stike "s svetom". Kaj bi jih lahko spravilo v dobro voljo? Zagotovo mladostna energija učencev in glasba! Povezali so se z nekaterimi centri starostnikov (prvi je bil Dom upokojencev Kranj), od koder so jim posredovali osebna imena nekaterih stanovalcev in njihovih zanimanj: "Marija - rada pleše". Prav za njih učenci, ki to želijo, pripravijo posnetek svojega glasbenega nastopa, mu dodajo nagovor in kaj domiselnega. Tako osmislijo svoje vsakodnevno vadenje in se morda zavejo, da bodo, če bo sreča mila, tudi sami nekoč preživljali starost. Prvi naključni "tandem" sta bila gospod Franjo, ki ima rad nogomet in učenec Jurij, ki mu je pripravil posnetek kitarske skladbe, nekaj trikov z nogometno žogo in nagovor z željo, da ostane zdrav. Odziv obeh je bil izreden: Jurij je spoznal, da mu ni vseeno in da, ne glede na leta, vsak lahko pomaga na svoj način. Franjo je bil (so sporočili tisti, ki so mu film posredovali) ganjen in iskreno hvaležen, da so se spomnili nanj. Čeprav se omenjena ne poznata, sta se v mislih zagotovo večkrat povezala in vsi vemo, da ima že samo dobra misel pozitivne učinke. Kaj potem naredita še mladost in glasba! Tako v GŠ Kranj "godejo" še naprej in upajo, da bodo osrečili še marsikaterega starostnika!

Takole doma vadijo za svoj "nastop" učenci iz družine Likar – skladbo Zvončki in trobentice bodo posneli za Jelko, ki ima zelo rada dobre ljudi in družbo.



Letni nastop baletnega oddelka GŠ Kranj, ki so ga planirali v aprilu, so morali žal odpovedati. Kdaj ga bodo lahko izvedli, še ne vejo. Vsi pa si želijo, da še to šolsko leto!

GLASBENA ŠOLA KRANJ, POŠTNA ULICA 3, KRANJ

Ustvarja z naravo

V centru Krice krace je na ogled razstava slik Jasminke Alibašić z naslovom Pomlad.

Besedilo: **Igor Kavčič**

V kriznem času epidemije, ko se v strinjanju z geslom #ostanidoma poskušamo tudi v resnici čim bolj držati doma in tudi naravo opazujemo bolj »od daleč«, naše misli kaj hitro lahko odpotujejo v tihe pokrajine, v gozd, na cvetoči travnik ali do sadnega drevja z raznobarvnimi cvetovi ... To je tudi ustvarjalni svet Jasminke Alibašić, ki se s svojimi likovnimi deli tokrat predstavlja v centru Krice krace.

»Sem redna obiskovalka vseh prireditev v centru Krice krace, kamor radi prihajava s hčerko,« pove Jasminka Alibašić, po rodu iz mesta Skender Vakuf (Kneževo) v BiH. V Kranju živi zadnjih devet let, kjer se je ustalila in se dobro počuti. Svojo ustvarjalno pot je začela v rodni Bosni kot slikarka samorastnica. Že v osnovnošolskih letih je kazala izrazit talent za likovno ustvarjanje. Njene slike so ves čas šolanja krasile stene njihove osnovne šole, žal pa je nadaljevanje njene likovne poti v devetdesetih letih prekinila vojna. Kot sama pove, se je vsega, kar je povezano s slikarstvom in likovno umetnostjo, naučila od akademskega slikarja Gavrila Popovića, ki še danes živi in deluje v njenem rodnem mestu.

»Moji priljubljeni motivi so iz narave: cvetje in drugi rastlinski motivi, tudi morje in obmorski pejsaži ...« pripoveduje Alibašićeva, ki obožuje vse vrste umetnosti, najbližje pa ji je prav slikarstvo. Najraje slika z akrilnimi barvami, blizu so ji olja, prav tako pa tudi voščenke. Značilno za njene slike je tudi plastenje in nanašanje različnih materialov, nabranih v naravi – recimo školjke, les, kamen in podobno. Za razstavo z naslovom Pomlad v dvoranici centra Krice krace je pripravila 18 slik, večinoma v tehniki akril in voščenke na papirju. Slike včasih delujejo abstraktno, z nekaj domišljije pa vedno znova lahko v njih prepoznamo znane motive iz narave.

Jasminka Alibašić v Kranju živi in ustvarja zadnjih devet let.

Priljubljeni motivi iz narave

Jasminka je kreativna tudi v drugih umetniških tehnikah, izdeluje okrasne vaze iz suhega cvetja, listja in drugih naravnih materialov. Prav vaze običajno izdeluje za prodajo na ljubljanski tržnici in si z njimi poskuša zagotavljati zaslužek za vsak dan.

Pomlad Jasminke Alibašić nas bo v dvoranici Krice krace počakala tudi tja na začetek poletja, vse do konca ukrepov, ko bo center spet odprt.

Iskrice s kart

Iskrive karte, ki so jih pripravili v Šolskem centru Kranj, so z natečajem postale izziv za mlade pisce.

Besedilo: **Igor Kavčič**

Natečaj, ki izhaja iz projekta Iskrive karte in so ga razpisali v Šolskem centru Kranj, je odlična ideja za dneve, ki minevajo v znamenju #ostanidoma. Vabilo velja za dijake in študente matične šole ter drugih kranjskih šol, pravzaprav širše Gorenjske, da sodelujejo na razpisu, ki je objavljen na spletni strani šole (www.sckr.si).

Kaj je projekt Iskrive karte? Prav poseben komplet igralnih kart je rezultat sodelovanja Šolskega centra v projektu PanUP, ki ga v okviru šole vodita profesorja Marko Arnež in Polonca Hafner Ferlan. V Iskrivih kartah so v ospredje postavljeni iskrivi posamezniki, ambasadorji znanja, ki nagovarjajo in navdušujejo odrasle in mladino, da je znanje vrednota. K sodelovanju so povabili ilustratorja Cirila Horjaka, ki je na karte upodobil uspešne osebnosti s področja znanosti, izumiteljstva in kulture. Širša ekipa sodelavcev je v karte sicer želela vključiti čim več Gorenjk in Gorenjcev, ob pomanjkanju prvih pa je bilo vključenih nekaj širše slovenskih osebnosti.

Zaradi nastalih razmer širše javne predstavitve kart še ni bilo, so pa te po besedah Marka Arneža že uspešno zakrožile. »Odzivi so bili zelo dobri, zato smo prepričani, da se je projekt šele začel dobro razvijati. Želimo, da Iskrive karte živijo na več nivojih; skozi družabne igre – pravila določenih iger nameravamo predstaviti v jeseni v posebni knjižici – in s predavanji ter predstavitvami iskrivih Slovencev.« Okvirni nabor predavateljev, strokovnjakov in poznavalcev posameznih osebnosti, ki bodo pripravili eseje o posameznih »kartah«, je že pripravljen.

Naj se vrnemo k natečaju. Nanj pričakujejo iskrive prispevke, ki se bodo nanašali na podobe znamenitih Slovencev z Iskrivih kart. Naj vas te spodbudijo k razmišljanju o njihovem življenju in ustvarjanju. V želji, da skupaj ustvarimo zbirko vaših pogledov v obliki razprav, zgodb, esejev ali pesmi, svoja razmišljanja zapišite in jih pošljite, na naslov iskrive.karte@sckr.si do nedelje, 14. junija 2020. Vsak lahko sodeluje le z enim prispevkom. Strokovna žirija bo izbrala najboljše prispevke, ki bodo tudi objavljeni: v tiskani obliki in e-brošuri na spletni strani Šolskega centra Kranj. Izbrani prispevki bodo nagrajeni.

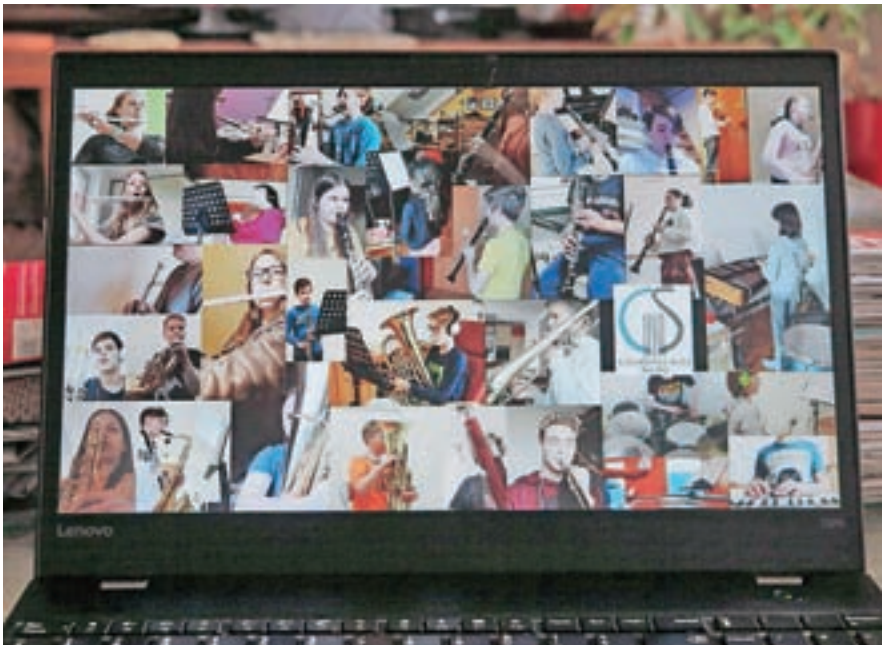
Karte na ogled na spletni strani Šolskega centra in ko bo šola odprta v živo na steni večnamenskega prostora. K

Izziv natečaja so liki znanih osebnosti iz slovenske zgodovine na igralnih kartah.

#virtualni orkester

Mladinski pihalni orkester Glasbene šole Kranj je dokazal, da je lahko Somethin' Stupid (Nekaj neumnega) nekaj čudovitega.

Besedilo in foto: **Igor Kavčič**



Polovica virtualnega Mladinskega orkestra GŠ Kranj v sliki in celoten v zvoku

Pred dnevi berem v elektronski pošti: »Ker vas že nekaj časa nismo mogli povabiti na kakšen dober koncert in ker vas – kot kaže – še nekaj časa ne bomo mogli, vam pošiljam posnetek, ki so ga iz karantene v dobrih 14 dneh pripravili naši učenci Mladinskega pihalnega orkestra Glasbene šole Kranj z dirigentom Tomažem Kukovičem, ki je posnetek tudi ''sinhroniziral''.« S tem prijaznim sporočilom se je oglasila ravnateljica Glasbene šole Kranj Petra Mohorčič, ki ob zapisu seveda ni pozabila dodati povezave za direktni dostop posnetka na kanalu YouTube https://youtu.be/cB0T6bWK1m4.

Na posnetku lahko prisluhnemo znani skladbi, veliki uspešnici, ki sta jo – babice in dedki boste to zagotovo vedeli – v šestdesetih letih prejšnjega stoletja v duetu prepevala Frank in Nancy Sinatra. Izvedba, o kateri pišem, pa ni kar tako, saj jo je na daljavo izvedlo približno šestdeset članov orkestra, sicer učencev kranjske glasbene šole. Na posnetku je sicer videti le dobrih trideset instrumentalistov, ki so dirigentu poslali tudi videoposnetke, medtem ko je druga polovica poslala le zvočne posnetke. Posamezne izvajalce je potem v orkester »zlepil« dirigent in vodja orkestra Tomaž Kukovič. »Sprva niti nisem razmišljal o tovrstni izvedbi skladbe, ampak je to prišlo za mano kasneje. Najprej sem učencem dal tedensko nalogo (vaje orkestra imamo v običajnih razmerah enkrat tedensko, tako na daljavo tudi sedaj), kaj in kako naj skladbo zvadijo in na kaj naj pri tem bodo pozorni,« pripoveduje Kukovič, ki velja za precej zahtevnega dirigenta, zato je nekaj orkestrašem naložil, da posnetek popravijo in ga pošljejo znova. »Potem je nastopila še naloga posnetke zmontirati v orkester ... Kdaj, kako in kdo? Pa sem si rekel: nič, pa poskusimo – in se lotil dela,« o končni podobi orkestra, ki ga poslušam in gledam na računalniku, še dodaja Kukovič. Nekako med vrsticami pa mi razloži še, da je treba razumeti, da recimo vsi tolkalci doma nimajo vseh tolkal (največkrat le baterijo in kakšen ksilofon), tako so zvončki recimo odigrani kar na klaviaturo, tudi ropotuljica (maracas) je bila izdelana doma iz plastenke in peska v njej ...

»Seveda se sliši, da bi bil posnetek orkestra v živo, kjer bi bili zbrani vsi člani orkestra na enem mestu in bi jim Tomaž tudi dejansko lahko dirigiral, nekaj drugega, a se mi zdi, da so učenci in tudi njihov učitelj oziroma dirigent opravili veliko delo, predvsem pa s tem v teh težkih časih razveselili tudi nas,« poudarja Mohorčičeva in nas poziva, da v teh dneh tudi mi naredimo nekaj neumnega (somethin' stupid), kar nas bo spravilo v dobro voljo, in pri tem komaj čaka, da nam bodo učenci glasbene šole spet lahko zaigrali v živo. Tomaž Kukovič pa je vesel odličnega odziva – v nekaj dneh je posnetek zabeležil 1434 ogledov – in mu ni žal, da se je odločil za tovrstno glasbeno akcijo orkestra. »Če bo karantena še dolgo trajala, bodo na ta način mogoče zaigrali še kaj.« Klobuk dol, bi lahko rekli, no maske pa naj za zdaj le še ostanejo. K

Vsak dan prekolesari celo občino

Namesto na tekmah v tujini kolesar Jaka Primožič iz Spodnjih Bitenj te dni trenira po cestah in vzponih kranjske občine.

Besedilo in foto: **Vilma Stanovnik**

Za kolesarje se je letošnja sezona komajda začela, saj so jo morali zaradi koronavirusa prekiniti že po prvih dirkah. Tudi v Kolesarskem klubu Kranj so bili le na startu dveh enodnevnih dirk, pred prvo pomembnejšo preizkušnjo Istrsko pomladjo pa so se po odpovedi še pred startom vrnili domov. Lani je bil najboljši slovenski kolesar na tej dirki član Kolesarskega kluba Kranj Jaka Primožič, ki je tudi član naše reprezentance do 23 let, zato ga je v tej sezoni čakalo veliko pomembnih mednarodnih tekmovanj. Tako bi moral prav te dni biti na dirki v Belgiji, ki pa je bila tako kot vse druge zaradi koronavirusa odpovedana.

»Lanska sezona je bila zame kar uspešna, čeprav je bil boljši prvi del. V drugem delu sem imel precej smole, veliko je bilo padcev. Zadovoljen sem bil, ker sem se na zahtevnejših dirkah uvrščal med deset najboljših, nekajkrat tudi med tri. Na dirki po Zgornji Avstriji sem osvojil majico za najboljšega mladega kolesarja, zmagal sem na dirki po Črni gori,« pravi 21-letni Jaka Primožič, ki bo letos zadnje leto nastopal med mlajšimi člani. »Ker sem vsako leto postopno izboljševal rezultate, sem si jih želel nadgraditi tudi v tej sezoni. Glavni cilj so bile zato etapne dirke, nastop na Tour de'l Avenir ter nastopa na svetovnem prvenstvu v Švici in evropskem prvenstvu v Trenti v septembru,« pravi Primožič, ki se je – tako kot drugi kolesarji – moral sprijazniti z odpovedjo dirk od marca do junija.

»Odpovedana je dirka Po Sloveniji, prav tako dirka na Češkem in vse druge do sredine junija. Odpovedne so dirke v Italiji, Belgiji, na Poljskem. Še vedno računam, da bomo lahko nastopili na dirki v Kranju, prav tako upam, da ne bo odpovedna dirka Tour de'l Avenir v avgustu ter da bosta na sporedu tudi evropsko in svetovno prvenstvo. Morda bodo kakšno dirko, ki je ne bo v teh mesecih, prestavili na jesen,« še pravi Jaka Primožič, ki trenutno zgolj trebnira. »Kondicijo ohranjam s tekom, hojo v hrib, vadim doma in vsak dan prekolesarim tako rekoč celo občino. To pomeni, da grem na Sv. Jošt, čez Besnico na Jamnik in do Golnika in še malo okrog, kar pomeni tri ure treninga,« še pravi Jaka Primožič. K

Jaka Primožič je bil lani naš najboljši na Istrski pomladi.

Košarkarji ob jubileju spet v prvi ligi

Kranjski košarkarji ekipe ECE Triglav Kranj so osvojili prvo mesto v drugi slovenski košarkarski ligi in si v novi sezoni, ki bo za klub tudi jubilejna, po trinajstih letih znova priigrali mesto med prvoligaši.

Besedilo: **Vilma Stanovnik**

Konec marca so člani izvršnega odbora Košarkarske zveze Slovenije na dopisni seji sprejeli odločitev, da so tekmovanja v vseh ligah in starostnih kategorijah pod okriljem KZS za sezono 2019/2020 uradno končana. Državnega prvaka v moški kategoriji v tej sezoni tako nismo dobili, saj ga je bilo zaradi nesodelovanja Cedevite Olimpije v prvem delu tekmovanja nemogoče postaviti. Hkrati pa tudi nobena ekipa iz lige ni izpadla. Je pa v prvo ligo napredoval ECE Triglav, ki je ob prekinitvi zasedal prvo mesto na drugoligaški lestvici. Tako so Kranjčani, ki so pred 13 leti izpadli iz prve lige in si kot cilj zadali postopno napredovanje z domačimi fanti, dobili priložnost, da znova zaigrajo v najmočnejši slovenski košarkarski ligi.

»Glede na to, da smo že nekaj let v slovenskem vrhu z našimi mladinskimi ekipami in da mladinci uspešno nastopajo tudi v članski ekipi, smo si pred zadnjo sezono zadali cilj, da skušamo na koncu priti v prvo ligo. To bi seveda pomenilo, da se mladi še bolj razvijajo, da vidijo nov motiv in da jih zadržimo

Ekipa košarkarjev ECE Triglav Kranj se je po končani sezoni uvrstila v prvo ligo. / Foto: arhiv KK Triglav Kranj

v klubu. Okrepili smo se še s tremi igralci. To so bili Grega Sajevic, Gaber Ožegovič in Milan Kovačević. Kovačević je nato dobil zelo dobro ponudbo iz Kitajske in je šel tja, tako da smo se dodatno okrepili še z Markom Pajićem. Vsi drugi v ekipi so bili domači igralci. Moštvo je že tretjo sezono vodil trener Tomaž Fartek. Njegov pomočnik je bil Danijel Radosavljević, ki je v klubu vodil tudi ekipi mladincev in kadetov, lani pa je bil tudi član vodstva slovenske mladinske reprezentance, ki je na evropskem prvenstvu v Grčiji osvojila tretje mesto. Prav tako so bili v moštvu trije naši igralci: Andrej Stavrov, Dominik Praljak in Klemen Smrekar,« pravi direktor Košarkarskega kluba ECE Triglav Franc Podlipnik.

Sezona se je nato za moštvo dobro začela, na koncu pa so na 21 tekmah zabeležili 18 zmag in le tri poraze. To je pomenilo, da so zasedali tudi prvo mesto na lestvici.

»Kljub temu da smo imeli med sezono kar nekaj poškodovanih igralcev, pa smo bili večino časa na vrhu lestvice. Na koncu je pač koronavirus preprečil igranje končnice. Ker smo pred tem zasedali na lestvici prvo mesto, so nam v Košarkarski zvezi Slovenije podelili pravico igranja v prvi ligi,« pojasnjuje direktor Podlipnik, ki se ob napredovanju članske ekipe med slovensko elito zaveda tako priložnosti kot izzivov. »Prva liga je zagotovo velika stopnička naprej in velik izziv za vse, tudi za upravni odbor. Ta ima tudi novega predsednika, Ivana Šmona. Mislim tudi, da je igranje v prvi ligi velik izziv za mesto. Kranj je željan igranja košarke na višjem nivoju. Ko smo še igrali v prvi ligi, so bile tribune vedno polne. Je pa dejstvo, da bo treba pridobiti nove sponzorje in se okrepiti tudi organizacijsko,« razmišlja izkušeni Franc Podlipnik, ki

> Mislim tudi, da je igranje v prvi ligi velik izziv za mesto. Kranj je željan igranja košarke na višjem nivoju. Ko smo še igrali v prvi ligi, so bile tribune vedno polne,« pravi direktor Franc Podlipnik.

je prepričan, da ima košarka v Kranju nov izziv.

»Poleg igranja v najmočnejši slovenski ligi si dolgoročno želimo tudi igranja v jadranski B-ligi, v kateri se preizkušajo tudi drugi slovenski klubi. Vendar je to cilj za naslednja leta, ne še za letošnjo sezono. V novi sezoni smo si namreč kot cilj članske ekipe zadali napredovanje naših mladih igralcev, saj bo ekipa zelo mlada. Najbrž jo bomo morali okrepiti z dvema ali tremi igralci od drugod,« načrtuje Franc Podlipnik, ki pripravlja nove programe.

»Trenutno se fantje pripravljajo vsak zase. Nekateri imajo doma manjše naprave za fitnes, večina pa gre v naravo, teč in na kolo. Ker najbrž še nekaj časa ne bodo možni druženje in skupni treningi, načrtujemo, da bi prej začeli priprave in bi izpad teh dveh mesecev nadomestili poleti. Razen če bo stanje drugačno in se mu bomo morali pač prilagajati. V nekaterih klubih že razmišljajo, da bodo močno oklestili proračun. To bo po eni strani težko, po drugi strani pa bodo dobili več priložnosti domači mladi igralci, ki se bodo lahko po celi Sloveniji še bolj razvijali in uveljavljali. Tako da nobena stvar ni za vse slaba,« razmišlja Podlipnik, ki je ponosen, da v klubu vsako leto vzgajajo odlične mlade košarkarje.

Kranjski košarkarji so v drugi članski ligi v zadnji sezoni dosegli kar osemnajst zmag in bili le trikrat poraženi.

»Z mladinsko ekipo smo bili po rednem delu sezone četrti in smo se uvrstili na zaključni turnir najboljših osmih ekip v državi. Ker letos praznujemo sedemdesetletnico kluba, smo se prijavili za organizacijo finalnega turnirja. Ta turnir nam je zveza tudi odobrila, koronavirus oziroma epidemija pa ga je preprečila. Tako so mladinci na koncu osvojili četrto mesto. Med najboljših osem oziroma na finalni turnir so se s sedmim mestom uvrstili tudi kadeti. Tudi v tej ekipi imamo nekaj reprezentantov. Med starejšimi pionirji smo nastopali z dvema ekipama, odlično pa je nastopala ekipa mlajših pionirjev do 13 let, ki je osvojila prvo mesto v Mini pokalu Spar in tudi po rednem delu tekmovanja je zasedala prvo mesto ter na koncu osvojila naslov državnih prvakov. Zato mislim, da se za prihodnost kranjske košarke ni bati,« še pravi Franc Podlipnik in dodaja, da je trenutno v klubu in košarkarski šoli več kot petsto mladih, za katere skrbi 13 trenerjev. K

MEGA, GREGA MEZE S.P., HLEBCE 16 B, LESCE

Pomaga tudi pogovor

Razbremenilne telefonske pogovore v času epidemije so vzpostavili tudi v Centru za krepitev zdravja Kranj. Trenutne razmere namreč pri marsikom povzročajo povečane občutke tesnobe, skrbi in strahu.

Besedilo: **Ana Šubic**
Foto: **Gorazd Kavčič**

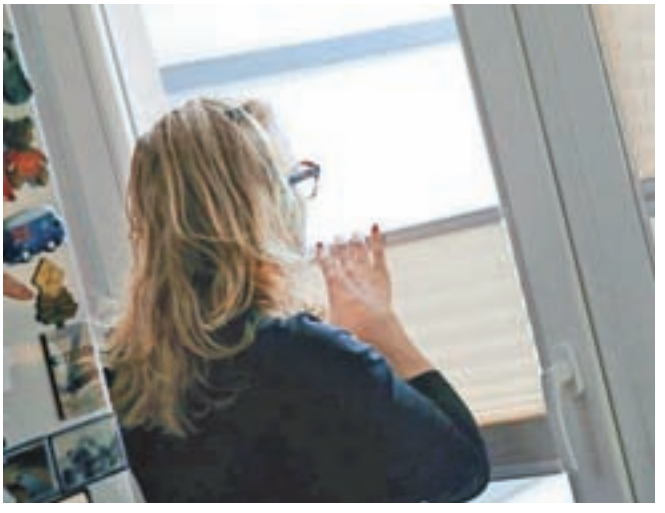
Koronavirus lahko vpliva tudi na naše duševno zdravje, zato so v številnih zdravstvenih domovih (ZD) po Sloveniji omogočili psihosocialno pomoč v obliki brezplačnih razbremenilnih pogovorov. V okviru centra za krepitev zdravja pri ZD Kranj so vzpostavili telefonski številki 030 450 664 in 030 450 665, kamor je možno poklicati ob delavnikih med 9. in 12. ter 16. in 19. uro. »Telefonska številka je namenjena vsem, ki čutijo, da bi potrebovali pogovor, razbremenitev, nekoga, ki mu lahko zaupajo skrbi. V naši naravi je, da v času stiske čutimo potrebo po zbliževanju, toda situacija trenutno od nas zahteva ravno nasprotno: fizičen odmik in izolacijo. Ostal nam je pogovor. To je še vedno sredstvo, ki zbližuje, povezuje pa tudi razbremeni in pomaga. Četudi le po telefonu,« sta pojasnili psihologinji Maruša Pfajfar in Tina Rehberger, ki se pogovarjata s klicatelji.

Podobno kot na drugih tovrstnih klicnih številkah se tudi nanje obračajo predvsem zaradi povečanega strahu in skrbi, ki so lahko zelo različne: od tega, da bi se okužili sami ali kdo od

> Na telefonski številki 030 450 664 in 030 450 665 je možno poklicati od ponedeljka do petka med 9. in 12. ter 16. in 19. uro.

družinskih članov, do skrbi glede prihodnosti in nejasne situacije. Opažata, da je zaradi ukrepov za zajezitev širjenja okužb mnogo ljudi manj aktivnih, manj se tudi gibajo, kar vpliva na njihovo razpoloženje, poleg tega slabše spijo.

NEGOTOVOST IN POMANJKANJE NADZORA »Nekaj najbolj običajnega, kar je prinesla trenutna situacija, sta negotovost in pomanjkanje nadzora. Prej smo lahko brez skrbi načrtovali, si postavljali cilje, sedaj pa je že preprost odhod v trgovino lahko precej stresen. Ne vemo, kako dolgo bo trajala izolacija, kdaj se bo spet vzpostavilo 'normalno' življenje, morda nas skrbi zaradi okužbe, družinsko življenje je drugačno. Povsem



Še posebno so ranljivi tisti, ki so imeli že pred epidemijo covida-19 neurejene medosebne odnose ali težave z duševnim zdravjem.

običajno je, da ob tem čutimo večjo tesnobo – veliko je misli in skrbi, spraševanj. Lahko občutimo pogostejše stiskanje v prsih, težko dihanje in druge telesne znake, ki niso nujno povezani z virusom, ampak z občutki tesnobe,« sta razložili in dodali, da je veliko tudi osamljenosti, saj so družine ostale razkropljene po različnih krajih. »Vse našteto vodi v večje doživljanje stresa. Z njim se ljudje spoprijemamo na različne, tudi dolgoročno neučinkovite ali celo škodljive načine – s poseganjem po alkoholu in drogah, z jezo, nestrpnostjo in nasilništvom ... Trenutne razmere se lahko odražajo tudi v zmanjšanju energije, vse se nam utegne zdeti brez smisla, manj je volje do gibanja in skrbi zase.«

KDAJ POISKATI POMOČ Ko je zaskrbljenost pri posamezniku takšna, da vpliva na njegovo običajno življenje, je priporočljivo poiskati pomoč. »Če pa začne zaskrbljenost vplivati tudi na naše spanje, če izgubimo voljo, če se nam po glavi motajo ene in iste misli, ki niso ravno pozitivne, če nas tišči v prsih, če samo pomislimo na to, kaj bo ... Takrat lahko že preprost pogovor preusmeri našo pozornost, nas razbremeni, predvsem pa nam da občutek, da v vsem tem nismo sami in da je v naši moči, da si pomagamo,« sta poudarili.

Nastala situacija je zaradi nepredvidljivosti, številnih sprememb in omejitev težka za vse, med najbolj ranljive pa po besedah sogovornic sodijo tisti, ki so imeli že prej neurejene medosebne odnose ali težave z duševnim zdravjem. »Posebno pozornost poskušamo namenjati tudi starostnikom, ki socialno izolacijo zaradi omejitve stikov s sorodniki in pomanjkanja veščin za uporabo sodobne tehnologije še posebno močno občutijo. Prav tako ne pozabljamo na najmlajše, ki so v tem času v stiski zaradi pomanjkanja razumevanja novih okoliščin in zaradi številnih sprememb vsakodnevne rutine. Obenem je pomembno, da več pozornosti posvečamo tudi mladostnikom, ki so v tem razvojnem obdobju že tako bolj nihajoči v razpoloženju, odrezanost od vrstnikov pa nihanja utegne še povečati. Ne nazadnje je to zagotovo posebno težko obdobje tudi za družine otrok s posebnimi potrebami, ki so razpete med službenimi obveznostmi in neskončnim seznamom izzivov šolanja na domu,« ugotavljata Maruša Pfajfar in Tina Rehberger.

OMEJITI SPREMLJANJE NEGATIVNIH NOVIC Informacije in strokovne usmeritve o tem, kako si lahko učinkovito pomagamo kar sami, so na voljo tudi na spletni strani ZD Kranj (zavihek Psihosocialna pomoč v času epidemije) in na strani Centra za krepitev zdravja Kranj na Facebooku. Sogovornici svetujeta, da je na splošno smiselno omejiti spremljanje negativnih novic na enkrat do dvakrat dnevno, saj okrepijo občutke strahu in tesnobe, ter preusmerjati pozornost z delom in telesno aktivnostjo. Razbremeniti se je možno tudi s sprostitvenimi tehnikami (nekaj vodenih oblik sproščanja najdete tudi na našem kanalu Center za krepitev zdravja Kranj na YouTubu), pomembno je tudi dovolj spanca in redno komuniciranje z ljudmi, ki so nam blizu. »Dan si lahko dodatno polepšamo z aktivnostmi, ki smo jih nekdaj radi počeli in smo jih zaradi preobilice dela opustili ali pa smo se jih že od nekaj želeli lotiti, pa zanje nikoli ni bilo časa. To je čas, ko lahko odkrivamo svoje talente ter razvijamo nove spretnosti in veščine,« svetujeta in poudarjata, da kljub resnim okoliščinam ljudje nismo nemočni. »Na nas je, da izberemo, ali bo obdobje koronavirusa za nas izgubljen ali podarjen čas.« K

DONIRANI RAČUNALNIKI ZA POUK OD DOMA

Zaradi koronavirusa pouk že od sredine marca poteka na daljavo s pomočjo sodobne tehnologije, pri čemer pa vsi učenci nimajo enakih možnosti. Nekateri nimajo dostopa do spleta, zato je Mestna občina Kranj (MOK) podaljšala dostop do odprtega in brezplačnega spletnega omrežja Wi-Fi KRANJOpen z dveh na šest ur dnevno, pokazalo pa se je tudi, da nekateri učenci nimajo ustrezne računalniške opreme. Ravnatelj OŠ Franceta Prešerna Aleš Žitnik je tako že pred tremi tedni javno pozval k doniranju rabljenih še delujočih računalnikov za učence kranjskih osnovnih šol. Njegovemu pozivu se je odzvala tudi poslovna skupnost AmCham Slovenija v sodelovanju z Gospodarskim krogom, in sicer z donacijo tridesetih računalnikov oz. tablic, od tega je bila skoraj polovica novih. S pomočjo MOK so jih že razdelili med učence kranjskih šol, deset računalnikov pa še pričakujejo z drugim delom donacije. Žitnik je tudi povedal, da so na njihovi šoli doslej s pomočjo Kranjčanov, ki so se odzvali njegovi pobudi, usposobili že več kot dvajset računalnikov in jih prav tako že razdelili med učence, nekaj pa jih nameravajo nameniti še družinam z več otroki. A. Š.

TEDEN MLADIH BO JESENI

Klub študentov Kranj je nameraval maja prirediti tradicionalni, že 26. Teden mladih, a so ga organizatorji zaradi trenutnih razmer, povezanih s koronavirusom, prestavili na jesen. Načrtovali so sicer več kot trideset različnih športnih, kulturnih, izobraževalnih in glasbenih dogodkov. A. Š.

STOLPOVE DELAVNICE PO SPLETU

Ekipa Stolpa Pungert, ki je prav tako že mesec dni zaprt, se je odločila, da v času koronavirusa nekatere aktivnosti ponudi na svoji strani na Facebooku. Ob sobotah ob 18. uri lahko otroci spremljajo pravljično-glasbeno delavnico, ob torkih ob 10. uri kuharsko delavnico in ob četrtkih ob 18. uri ustvarjalno delavnico. Vse delavnice potekajo v živo. Če ste jih zamudili, si lahko naknadno ogledate posnetke na strani Stolpa Pungert na Facebooku, kjer so na voljo tudi vse informacije o načrtovanih vsebinah. A. Š.

Kako do lepe zelenice

S prihodom pomladi je nastopil tudi čas za urejanje okolice in zelenih travnatih površin. Kako do lepe in urejene trate, ki nam bo v ponos, smo se pogovarjali s Tomom Romškom iz Biotehniškega centra Naklo.

Besedilo: **Ana Šubic**
Foto: **Gorazd Kavčič**

Vsak lastnik hiše si želi čudovito okolico, ki si jo je težko predstavljati brez urejene zelenice. A pot do nje ni tako enostavna, kot se morda zdi na prvi pogled, saj je za lepo in gosto zelenico potrebna skrbna nega. Kako se lotiti priprave trate in njene obnove v spomladanskih mesecih? Kako pripraviti teren za prvo setev trave, kdaj je čas zanjo in kakšna naj bo nadaljnja nega, da bo trava kar najbolje uspevala? Kako si lahko pot do popolne zelenice olajšamo s položitvijo t. i. travnega tepiha? S prihodom dovolj toplih dnevov so se pri marsikom, ki si želi lepe trate, porajala številna vprašanja. Mi smo se z njimi obrnili na Toma Romška, učitelja

> Tomo Romšek priporoča, da pred setvijo trave razmislimo, ali bomo vgradili namakalni sistem. Če se odločimo zanj, je treba najprej položiti namakalni sistem, šele nato pa začnemo pripravljati teren za setev.

praktičnega pouka strokovnih modulov hortikulture in kmetijstva na Biotehniškem centru Naklo.

PRIPRAVA TRATE. Spomladi je čas, da se lotimo obnove zelenice in odprave posledic, ki jih je na njej pustila zima. »Vedno se po času mirovanja v trati pojavijo odmrli deli trave in plevelov. Da bi preprečili gnitje, je najbolje zelenico prezračiti. To naredimo v marcu ali aprilu. V primeru, da je trava previsoka, jo najprej pokosimo, potem pa prezračimo,« svetuje Romšek in poudarja, da prezračevalnika ni treba kupiti, saj obstajajo podjetja, ki ta stroj izposojajo. Ko smo zelenico prezračili, jo dobro pregrabimo in odstranimo odmrlo travo in plevele.

KREMENOV PESEK ZA RAHLJANJE TAL. »Po zračenju trave lahko dodamo kremenov pesek, ki rahlja tla, s čimer pridobimo večjo prisotnost kisika v zemlji,« je pojasnil in dodal, da ga je treba uporabiti od 2,5 do 4 kilograme na kvadratni meter.

»V primeru kislih tal se dodaja tudi naravni apnenec, ki uravnava kislost.« Obenem izboljša rodnost zemlje. Kot je razložil Romšek, lahka peščena tla potrebujejo približno 1,3 kilograma apnenca na kvadratni meter, ilovnata tla pa 2,4 kilograma na kvadratni meter.

Za lepo trato so pomembni redna košnja, dognojevanje in po potrebi tudi zalivanje. Zaradi ekstremnih razmer, npr. suše, se marsikdo odloči za namestitev namakalnega sistema.

VSE VEČ NAMAKALNIH SISTEMOV. »V primeru, da trate jeseni nismo gnojili z jesenskimi gnojili, jo je treba spomladi, v začetku marca, čim prej pognojiti. Spomladi gnojimo z gnojilom, ki vsebuje hitro in počasi delujoč dušik, fosfor, kalij in mikro elemente. Z istim gnoji-

PROSEN COM

Čiščenje in trgovina s čistili

Poslovna cona Šenčur 04 257 14 28

Profesionalna čistila
Pripomočki za čiščenje
Čistilni stroji
Visokotlačni čistilci

Pomlad je odličen čas za barvanje in renovacijo lesenih fasad, ograj, vrtnega pohištva.

Ne stojite v vrsti!

Naročite svoj Adler-jev premaz in že naslednji dan vam ga dostavimo na dom!

DO·RAL
podjetje za proizvodnjo, trgovino in storitve, d.o

DO-RAL d. o. o., Kidričeva cesta 94,
4220 Škofja Loka
T: 040 343 601, 059 335 340,
E: info@doral.si, www.doral.si

* Popusti veljajo za izdelke iz programa vodnih premazov za les.
Akcija ne velja za pravne osebe in samostojne podjetnike.

Lepa in gosta zelenica ni samoumevna, temveč je potrebna skrbna nega.

lom lahko gnojimo še do junija. Ta gnojila spodbujajo rast korenin in pospešujejo tvorbo travne ruše,« je pojasnil in opozoril, da gnojimo vedno pred dežjem, ki gnojilo spere v zemljo.

Za lepo trato je poleg dognojevanja pomembna tudi redna košnja in po potrebi še zalivanje, čeprav po besedah sogovornika trave v normalnih okoliščinah ni treba zalivati. Zaradi ekstremnih razmer (suše) se vse več lastnikov odloča za postavitev namakalnih sistemov.

> Vedno se po času mirovanja v trati pojavijo odmrli deli trave in plevelov. Da bi preprečili gnitje, je najbolje zelenico prezračiti. To naredimo v marcu ali aprilu.« Po zračenju lahko dodamo tudi kremenov pesek, ki rahlja tla, s čimer pridobimo večjo prisotnost kisika v zemlji.

SETEV TRAVE. Primeren čas za setev trave je od aprila naprej. »Takrat je več možnosti za zadostno količino padavin, saj mora seme imeti konstantno vlago. Ob previsokih temperaturah kaljenje ne bo uspešno, razen če imamo namakalni sistem, sicer pa je naslednji primeren termin za setev od septembra naprej,« je pojasnil Tomo Romšek.

Priporoča, naj pred setvijo trave naprej razmislimo, ali bomo vgradili namakalni sistem. Če se odločimo zanj, je treba najprej položiti namakalni sistem, šele nato pa začnemo pripravljati teren za setev trave. Pri pripravi tal površino najprej očistimo vseh plevelov in kamenja. »Površino prefrezamo in pognojimo. Za gnojenje lahko uporabimo mineralna gnojila ali pa organska gnojila v obliki briketov. Teren zravnamo in povaljamo. Če tla niso ravna, dodamo zemljo, nato posejemo travo, narahlo pregrabimo, da se seme pomeša z zemljo, nato zopet povaljamo in zalijemo.« Če gre za manjše površine, jih lahko prekrijemo s kopreno.

REDNO ZALIVANJE ZA DOBRO KALJENJE. Ponudba travnih semen je velika. Pri izbiri ustreznega semena velja upoštevati vrsto tal, lego (sočno ali senčno) in namen uporabe površine (npr. za rekreacijske potrebe ali park).
Po setvi je potrebno redno zalivanje za dobro kaljenje. V primeru dobrih razmer mora seme v petih dneh začeti kaliti. »Novo posejano travo pustimo, da zraste približno 15 centimetrov, nakar jo prvič pokosimo na višino pet centimetrov. Po prvi košnji jo lahko dosejemo, če so se kje pojavila kakšna prazna mesta.«
POLAGANJE TRAVNE RUŠE. Ker vzgoja popolne trate ni enostavna in za nameček terja tudi precej časa, se nekateri lastniki odločijo tudi za položitev travne ruše oziroma t. i. travnega tepiha, s katerim praktično čez noč zatravijo želeno površino. »Travna ruša je na večjih površinah vzgojena trava. Ko je dovolj prekoreninjena, se s posebnim strojem odrežejo pasovi določene dolžine, zvijejo v zvitke in zložijo na paleto. Tako so pripravljeni za transport,« je pojasnil Romšek in dodal, da se cene travne ruše začnejo pri 5,50 evra za kvadratni meter.
Priprava tal je podobna kot pri setvi trave. »Teren se prefreza, pognoji z mineralnim ali organskim gnojilom, poravna in povalja. Pri ravnanju je pomembno, da se držimo višin: teren mora biti dva centimetra nižji od terase, poti in robnikov, saj toliko znaša tudi debelina travnega 'tepiha'.«

> Novo posejano travo pustimo, da zraste približno 15 centimetrov, nakar jo prvič pokosimo na višino pet centimetrov. »Po prvi košnji jo lahko dosejemo, če so se kje pojavila kakšna prazna mesta.«

NA ZELENICO ŽE PO OSMIH DNEH. Travno rušo lahko po mnenju Romška položimo sami. Pri tem moramo paziti, da je teren res raven, kar lahko dosežemo tudi z zidarsko lato. »Na povaljan in poravnan teren začnemo polagati travo, pri tem moramo paziti, da so kosi res drug ob drugem. Ko je površina položena, moramo zopet vse povaljati in dobro zaliti.«
Zalivanje je zelo pomembno pri nadaljnji oskrbi položene travne ruše in za dobro ozelenitev. »Z rednim zalivanjem bomo dosegli, da bomo po osmih dneh lahko po zelenici normalno hodili,« je še razložil Tomo Romšek. K

ČISTILNA AKCIJA PRESTAVLJENA NA JESEN

Potem ko so kranjski taborniki letošnjo akcijo Očistimo Kranj – Kranj ni več usran, ki so jo v sodelovanju z Mestno občino Kranj in Komunalno Kranj načrtovali konec marca, zaradi epidemije covida-19 nameravali izpeljati sredi maja, so sedaj odločili, da jo prestavijo na jesen. Ko bodo določili nov datum, bodo o tem obvestili tudi vse zainteresirane in prijavljene, je sporočil vodja akcije Klemen Markelj. Občane tudi poziva, naj v tem obdobju, ko v naravi preživijo precej časa, tam ne odlagajo smeti, pač pa naj raje spotoma kakšen odpadek poberejo. Upa tudi, da ne bo prišlo do nastanka novih divjih odlagališč. A. Š.

BIOTEHNIŠKI CENTER NAKLO STRAHINJ 99, 4202 NAKLO, www.bc-naklo.si

Avtor: Tomaž Levstek, predavatelj na Višji strokovni šoli BC Naklo

ŠMARNA HRUŠICA – PREZRTA GRMOVNICA

Šmarna hrušica je okrasen grm z belimi cvetovi, ki ga vidimo predvsem v parkih in vrtovih. Okusni plodovi, ki so podobni ameriškim borovnicam, so v različnih odtenkih modre pa vse do vijolične in črne barve. Njihov okus je zelo prijeten in spominja na mešanico različnega sadja, vse od hrušk in jabolk, do borovnic in smokve. Dozorijo poleti in postopoma, zato jih obiramo daljše obdobje. Jemo jih lahko sveže, jih sušimo ali predelamo v sokove, marmelade, likerje in kompote. Poleg številnih vitaminov in flavonoidov plodovi vsebujejo tudi veliko železa, magnezija, kalcija. Odporni so na bolezni in škodljivce. Jeseni se listje odene v živordeče in oranžne barve, kar grmu daje poseben čar. Šmarna hrušica je odporna na mraz in veter, poleg tega pa dobro prenaša urbana okolja in sušo. Glede rastišč je precej nezahtevna, ustrezajo ji predvsem sončne lege z nevtralnim pH tal. Sadi se posamezno ali v skupine. Grm doseže višino vse do pet metrov. Če želimo, da ostane manjši in nižji, ga moramo obrezovati vsako leto po koncu zime.
Rod šmarnih hrušic spada med rožnice (lat. *Rosaceae*) in je torej v sorodu tudi z jablanami, hruškami, kutinami, nešpljami in številnimi drugimi rastlinami iz te obsežne družine. Obsega 25 vrst – vse najdemo na severni polobli, večino predvsem v Severni Ameriki, eno od njih pa tudi pri nas in drugod po južni in srednji Evropi.
Zaradi vseh pozitivnih lastnosti si vsekakor zasluži mesto v našem vrtu.

PRISRČNO VABLJENI K VPISU V PROGRAME BIOTEHNIŠKEGA CENTRA NAKLO

www.bc-naklo.si

SREDNJA ŠOLA in GIMNAZIJA:
- Strokovna gimnazija
- Živilstvo in prehrana
- Kmetijstvo
- Hortikultura

VIŠJA STROKOVNA ŠOLA:
- Hortikultura
- Upravljanje podeželja in krajine
- Naravovarstvo (redni in izredni študij)
- Naravovarstvo

MIC: IZOBRAŽEVANJE ODRASLIH

V vse izobraževalne programe se lahko vpišete tudi odrasli. Izvajamo številne aktualne in praktično naravnane TEČAJE ter STROKOVNE SEMINARJE.

Menjava ogrevalnega sistema

V zadnjih letih je v trendu menjava starih ogrevalnih sistemov na kurilno olje s toplotnimi črpalkami in starih peči na drva s sodobnimi pečmi na lesno biomaso.

Besedilo: **Ana Šubic**

Ogrevalna sezona se počasi poslavlja, zato lahko investitorji, ki razmišljajo o zamenjavi ogrevalnih sistemov, počasi pristopijo k izbiri njim najbolj ustreznega. Na kaj je treba misliti, da bomo za ogrevanje svoje nepremičnine izbrali najbolj optimalno rešitev, smo zato povprašali Petra Malija, energetskega svetovalca mreže ENSVET in vodjo energetsko svetovalne pisarne v Kranju. »Pri izbiri ogrevanja je pomembnih več kriterijev, običajno pa se investitorji odločajo na osnovi dveh – enostavnosti rokovanja in cene ogrevanja oziroma energenta. Pri starejših objektih je treba premisliti oziroma preveriti potrebno moč ogrevalne naprave, saj so bile starejše kombinirane peči večinoma predimenzionirane,« svetuje Mali. Trend zadnjih let ali kar desetletja je zamenjava starih ogrevalnih sistemov na kurilno olje s toplotnimi črpalkami in zamenjava starih peči na lesna goriva z novimi sodobnejšimi pečmi na lesno biomaso, dodaja.

CENE ENERGENTOV. Do pojava epidemije covida-19 je bilo najcenejše ogrevanje s sekanci in poleni, sledijo toplotne črpalke, peleti, nekoliko dražje je bilo ogrevanje z zemeljskim plinom, ogrevanje s kurilnim oljem je bilo skoraj dvakrat dražje kot s toplotno črpalko. Najdražje je ogrevanje s tekočim naftnim plinom ali direktno z električno energijo. To je razvidno tudi iz priložene tabele okvirnih cen ogrevanja z različnimi energenti, v kateri so prikazane cene koristne energije posameznih energentov. Upoštevane so prodajne cene posameznih energentov vključno z DDV na dan 24. marec 2020, kurilnost posameznih energentov in povprečni letni izkoristki posameznih naprav.

Upad gospodarske dejavnosti v času koronavirusa pa je zamajal tudi energetske trge in tako smo priča padcu cen kurilnega olja, kar v tabeli predstavljeno sliko nekoliko spremeni. »Težko je napovedovati, kaj se bo dogajalo v prihodnje, verjetno pa ob umiritvi zdravstvenih in gospodarskih razmer lahko pričakujemo postopno uravnavo cen na dosedanja razmerja,« ob tem pravi Mali.

TOPLOTNE ČRPALKE. V zadnjem obdobju je v porastu vgradnja toplotnih črpalk, še zlasti v novogradnje. Najpogosteje se investitorji odločajo za vgradnjo toplotnih črpalk zrak-voda. Njihova prednost je prav gotovo končna cena ogrevanja, ki je bila do pojava epidemije novega koronavirusa za 40 do 50 odstotkov nižja kot na primer pri ogrevanju s kurilnim oljem. Poleg tega za to vrsto ogrevanja ne potrebujete dimnika, ne cisterne ... Pri uporabi toplotnih črpalk zemlja-voda ali voda-voda je seveda ogrevanje še cenejše, poudarja Mali.

Drug pomemben vidik toplotnih črpalk je ekološki, saj gre za koriščenje obnovljivih virov energije (toplota zraka, zemlje, vode), dodaja. Z energetskega vidika to pomeni, da za isti učinek pri uporabniku porabimo manj kWh energije, manj je emisij CO_2, zato so tudi predmet subvencij s strani Eko sklada.

> Vgradnja toplotnih črpalk, še zlasti v novogradnje, je v porastu. Investitorji se najpogosteje odločajo za sistem zrak-voda. Prednost toplotnih črpalk je prav gotovo končna cena ogrevanja, je pa treba upoštevati, da je začetna investicija nekoliko višja.

HÖRMANN
garažna in vhodna vrata
Dom je, kjer se počutimo varne

Avtomatska garažna vrata
od 850 €*
Vhodna vrata
brez obsvetlobe
od 1.272 €*
* Priporočena cena za akcijske proizvode oz. velikosti, vključno z montažo in 9,5 % DDV. V veljavi pri vseh pooblaščenih zastopnikih v Sloveniji do 31.12.2020.
GARAŽNA IN VHODNA VRATA HÖRMANN
| 031 775 401 | www.matjazhartman.si | var.matjaz@gmail.com |
| Matjaž Hartman s.p. |
| Hafnerjevo naselje 91, Škofja Loka |

Če se odločate za vgradnjo toplotne črpalke v starejšo, energetsko bolj potratno hišo, Mali svetuje, da je smiselno najprej dobro toplotno izolirati hišo (fasada, strop proti podstrehi oz. mansarda) in zamenjati okna. Na ta način lahko zmanjšamo toplotne izgube tudi za polovico in temu ustrezno je potrebna tudi manjša moč ogrevalne naprave. »Sicer pa lahko vgradimo toplotno črpalko tudi v bolj potratno hišo; še vedno bo ogrevanje cenejše, bomo pa morali vgraditi močnejšo in dražjo napravo,« je razložil. Ob izbiri ogrevalnega sistema na toplotno črpalko moramo seveda upoštevati, da je nekoliko višja začetna investicija.

KOTLI NA LESNO BIOMASO. Če se odločate za zamenjavo starega kotla z novim kotlom na lesno biomaso, verjetno razmišljate tudi o izbiri primerne vrste energenta – polen, peletov ali sekancev. Polena so še vedno najbolj pogosta uporaba lesne biomase, ki pa zahtevajo nekaj več dela, peleti so najbolj elegantna uporaba le-te, ogrevalni sistemi na sekance pa se običajno uporabljajo za večje porabnike (npr. v kompletu za ogrevanje hiše, delavnice, kakšnega gospodarskega poslopja ipd.), je pojasnil Mali. »Gledano z vidika cene ogrevanja so najcenejša polena in sekanci, ogrevanje s peleti pa je nekoliko dražje,« je razložil.

NA VOLJO SUBVENCIJE EKO SKLADA. Za investicijo v nov ogrevalni sistem lahko pridobite tudi subvencijo Eko sklada. Trenutno je veljaven javni poziv 74SUB-OB19, na katerem lahko kandidirate za posamezne ukrepe, kot so vgradnja solarnega ogrevalnega sistema v stanovanjski stavbi, vgradnja kurilne naprave na lesno biomaso za centralno ogrevanje stanovanjske stavbe in vgradnja toplotne črpalke za centralno ogrevanje stanovanjske stavbe. Finančne spodbude so na voljo tudi za vgradnjo energijsko učinkovitih lesenih oken v starejši stanovanjski stavbi, toplotno izolacijo fasade starejše eno- ali dvostanovanjske stavbe, toplotno izolacijo strehe ali stropa proti neogrevanemu prostoru v starejši stanovanjski

Cena koristne energije na dan 24. 3. 2020

Energent	Cena koristne energije (cent/kWh)
Sekanci	2,5
Polena (specialni kotli)	3
Elektrika – TČ zrak-voda	4,8
Peleti	6,8
Zemeljski plin	7,5
Kurilno olje	8,5
Utekočinjeni naftni plin	16
Električna energija – visoka tarifa	16,23
Električna energija – nizka tarifa	10,76

* Pripravil energetski svetovalec Peter Mali.

stavbi, toplotno izolacijo tal na terenu ali tal nad neogrevanim prostorom/kletjo v starejši eno- ali dvostanovanjski stavbi ter vgradnjo prezračevanja z vračanjem toplote odpadnega zraka v stanovanjski stavbi.

SPREMEMBE PRI SPODBUDAH V KRANJSKI OBČINI. Za občane Mestne občine Kranj (MOK) je pomembna tudi informacija, da je bil v Uradnem listu RS, št. 2/20, 10. januarja 2020 objavljen Odlok o spremembah Odloka o določitvi podobmočij zaradi upravljanja s kakovostjo zunanjega zraka, ki določa, s katerim je prenehal veljati Odlok o načrtu za kakovost zraka na območju Mestne občine Kranj (Uradni list RS, št. 57/17). To je prineslo tudi nekaj sprememb pri dodeljevanju spodbud, je opozoril Mali.

V praksi to pomeni, da na območju MOK spodbuda za zamenjavo stare kurilne naprave z novo toplotno črpalko ne bo več dodeljena v višjem znesku (npr. za tip zrak-voda do 50 odstotkov priznanih stroškov naložbe oziroma največ 3.200 evrov), temveč v znesku, kot to velja tudi za vse občine brez sprejetega odloka (do 40 odstotkov priznanih stroškov naložbe oziroma največ 2.500 evrov). Prav tako na območju MOK ne bo več omejitev za vgradnjo kurilne naprave na lesno biomaso, zato bo za zamenjavo stare kurilne naprave z novo kurilno napravo na lesno biomaso spodbuda lahko dodeljena v višini do 50 odstotkov priznanih stroškov naložbe, vendar ne več kot 4.000 evrov. Poleg tega na območju MOK ne bo več mogoče dodeliti spodbude za vgradnjo plinskih kondenzacijskih kotlov.

Lesni peleti so enostavni za uporabo. / Foto: Gorazd Kavčič

Več informacij o obnovljivih virih in učinkoviti rabi energije lahko brezplačno dobite v energetsko svetovalnih pisarnah (ESP) mreže ENSVET. V času epidemije ESP Kranj deluje na daljavo (svetujejo po telefonu ali elektronski pošti). Kontakti so objavljeni tudi na spletni strani Eko sklada (https://www.ekosklad.si/prebivalstvo/ensvet/pisarna/20).

MESTNA OBČINA KRANJ

GORKI•2 VRNIMO VODO NARAVI

EVROPSKA UNIJA
KOHEZIJSKI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

Projekt GORKI2 se izvaja ob upoštevanju ukrepov za zajezitev epidemije

Navkljub izrednim razmeram si Mestna občina Kranj skupaj z izvajalci del prizadeva, da gradbena dela v naseljih Britof, Predoslje, Orehovlje in Mlaka pri Kranju potekajo skladno s terminskim načrtom, postavljenim v okviru sofinanciranega evropskega infrastrukturnega projekta, ki v našo občino prinaša številne prednosti. Izvajalci gradbenih del projekta GORKI2 nadaljujejo z deli tudi v času izrednih razmer, in sicer po navodilih in protokolih varnostnih inženirjev.

V naselju Britof je že položena vsa infrastruktura, trenutno na zadnjih trasah izvajalci še polagajo asfalt. Komunalno infrastrukturo trenutno polagajo na šestih odsekih v naseljih Orehovlje in Predoslje ter na treh odsekih v naselju Mlaka pri Kranju.

Vse občane prosimo za potrpežljivost in strpnost pri izvajanju gradbenih del, ki potekajo pred vašimi domovi in vas hkrati pozivamo, da vsa vprašanja naslovite na **info@gorki2.si**.

Altus d.o.o., Čučkova ulica 5, Ptuj

ODVAJANJE IN ČIŠČENJE KOMUNALNIH ODPADNIH VODA V POREČJU ZGORNJE SAVE IN NA OBMOČJU KRANJSKEGA IN SORŠKEGA POLJA – 2. SKLOP (2. FAZA)

Operacijo delno financira Evropska unija, in sicer iz Kohezijskega sklada. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa za izvajanje evropske kohezijske politike v obdobju 2014–2020, prednostne osi Boljše stanje okolja in biotske raznovrstnosti in prednostne naložbe Vlaganje v vodni sektor za izpolnitev zahtev pravnega reda Unije na področju okolja ter zadovoljitev potreb po naložbah, ki jih opredelijo države članice in ki presegajo te zahteve.

www.eu-skladi.si

Tradicija in izkušnje

Enos d.d., Jesenice, je podjetje z več kot 25 letno tradicijo in izkušnjami s področja energetskih storitev in rešitev. V podjetju zagovarjajo tehnološko nevtralnost in niso odvisni od posameznega proizvajalca opreme in v vsakem trenutku svojim strankam zagotavljajo najboljšo razpoložljivo tehnologijo in opremo. Celovite energetske rešitve individualno prilagodijo vsakemu objektu in tako zagotovijo najboljšo ekonomsko in okoljsko učinkovitost za uporabnika. Lastni monterji in serviserji ogrevalnih naprav so ključ za hitro montažo ter varčno in zanesljivo delovanje.

Toplotne črpalke za ogrevanje priporočamo vsem, ki si želijo nižjih stroškov ogrevanja in topel dom. Toplotne črpalke izkoriščajo toploto iz okolja (iz zemlje, zraka ali podtalne vode), ki se pretvori v energijo za ogrevanje vaše hiše. Najbolj priljubljene so toplotne črpalke zrak –voda. Uporabnike prepričajo z odličnim izkoristkom, privlačno ceno ter hitro in enostavno montažo.

PANASONIC na področju toplotnih črpalk AQUAREA predstavlja novo H Generacjo, ki se ponaša s prenovljenim upravljalnikom in širšo uporabnostjo. Ponudba moči sega od 3 do 16 kW in visokim količnikom učinkovitosti, COP = 4,84. Posebna serija toplotnih črpalk AQUAREA je model T-CAP, ki zagotavlja 100 % kapaciteto do -20°C. Omenjeni sistemi so enostavni za montažo in so združljivi tudi z grelniki drugih proizvajalcev. Najelegantnejša rešitev za novogradnje je nedvomno serija »All in One«, ki združuje notranjo enoto z grelnikom.

V tem razredu Panasonic dokazuje, da spada med vodilne proizvajalce na svetu. V prodajnem programu so tudi naprave naprave **z najnovejšim plinom R32**. Plin R32 ima v primerjavi s plinoma R407C in R410A zelo majhen učinek na tanjšanje ozonskega plašča in globalno segrevanje. V skladu z evropskimi državami, ki si prizadevajo za varovanje in ohranjanje okolja, si Panasonic kot proizvajalec elektronskih izdelkov aktivno prizadeva za uresničevanje programa za zaščito ozonskega plašča in preprečevanje globalnega segrevanja.

Ob montaži za vas uredimo dokumentacijo za pridobitev nepovratnih sredstev s strani **EKO SKLADA**.

Za vsa vprašanja in nasvete smo dosegljivi na:

ENOS, d.d.

Cesta železarjev 8,
4270 Jesenice
M: 051 308 934
W: www.enos.si
E: peter.simnic@enos.si

Eko sklad
Slovenski okoljski javni sklad

ENOS, d.d.

P.E. PLINSTAL, TRGOVINE IN INŠTALACIJE
Industrijska 1a, Jesenice
T: 04 581 02 00, M: 051 308 934
I: www.enos.si, E: peter.simnic@enos.si

Odprto:
7.00–17.30,
sobota
7.00–12.00.

NOVO! PRODAJA IN MONTAŽA
VRHUNSKIH **TOPLOTNIH ČRPALK Panasonic AQUAREA**
za ogrevanje prostorov in sanitarne vode!

PREDNOSTI TOPLOTNE ČRPALKE PANASONIC AQUAREA:
- deluje tudi, ko se zunanja temperatura spusti pod -28°C
- konstantna zmogljivost do -20°C
- prostorsko varčna: 1800x598x717 (VxŠxG)
- nižji stroški vgradnje
- cevna napeljava na dnu enote ALL IN ONE (preprosta vgradnja)
- preprosta nastavitev daljinskega upravljalnika
- enostavnejša vgradnja in vzdrževanje
- 1-fazna in 3-fazna

5 LETNA GARANCIJA NA OPRAVLJENE STORITVE

www.enos.si

Z VAMI VEČ KOT 25 LET

OGREVANJE – VODOVODNE INŠTALACIJE – SVETOVANJE – PROJEKTIRANJE – IZVEDBA – TRGOVINA

OVEN
(21. 3.–21. 4.)

Ljubezen: Prišli bodo dnevi, ko se boste počutili skrajno osamljeno in pozabljeni od vseh, ki vam kaj pomenijo. A to ne bo dolgo trajalo, saj vas bodo kmalu prepričali o nasprotnem. Finance: Seveda sedaj nikomur ne gre tako, kot smo vajeni. Zdravje: Vi sami in vsi okoli vas se boste dobro počutili.

BIK
(22. 4.–20. 5.)

Ljubezen: Primorani ste se bili odpovedati druženju z določenimi ljudmi, a brez skrbi, kmalu bo vse prišlo nazaj na svoje mesto. Vezi se ne bodo pretrgale, saj so močne in iskrene. Finance: Kljub razmeram bodo vaši cilji jasno zastavljeni in doseženi. Zdravje: Še naprej bo vse v redu, zato ni potrebna panika.

DVOJČKA
(21. 5.–21. 6.)

Ljubezen: Zdi se, da za vas ne obstaja karantena, saj ne boste občutili posebne osamitve. Ste oseba, ki nikoli ni zares sama, sami sebi znate biti najboljši prijatelj. Presenečeni boste. Finance: Nekaj časa vas bo skrbelo za denarne zadeve, ampak ne bo sile. Zdravje: Svež zrak in krajši sprehodi so vaši zavezniki.

RAK
(22. 6.–22. 7.)

Ljubezen: V tem času se boste naučili imeti sami sebe najraje. Je bil že skrajni čas, saj ste sebe vedno postavljali na zadnje mesto. Le okoliščine bi lahko bile drugačne. Finance: Nič se ne bojte, vse delo vas bo počakalo, tako kot druge, tudi vas. Zdravje: Ne dovolite, da vam informacije povzročajo nepotrebne skrbi.

LEV
(23. 7.–23. 8.)

Ljubezen: Pravijo, da je vsaka slaba stvar v življenju za nekaj dobra. To boste kmalu spoznali na svoji koži. Tam, kjer prej nikoli niste imeli rezultata, boste še zelo prijetno presenečeni. Finance: Navkljub slabim razmeram se vam to ne bo poznalo v denarnici. Zdravje: Še naprej ostanite taki, kot ste, in vse bo v redu.

DEVICA
(24. 8.–23. 9.)

Ljubezen: Roko na srce, vse to, kar se dogaja, vam je postreglo z obilico prostega časa, ki ga sedaj lahko posvetite svoji družini, za katero prej nikoli ni bilo dovolj časa. Vse gre prav. Finance: Zaradi službe niso potrebne nobene skrbi, vse bo ostalo, kot je. Zdravje: Bodite strpni, neučakanost ne bo rešila čisto nič.

TEHTNICA
(24. 9.–23. 10.)

Ljubezen: Čas, ki ga lahko posvetite samo sebi, se vam še vedno zdi najbolj pomemben, zato se ne boste pretirano obremenjevali, ker se je splošno gibanje omejilo. Finance: Vedno zrete v prihodnost, zato imate že točne načrte za vse projekte, ki si jih želite opraviti. Zdravje: Gibanje vsak dan, odžene zdravnika stran.

ŠKORPIJON
(24. 10.–22. 11.)

Ljubezen: Prav nič vas ne bo skrbelo, saj ste v stiku s tistimi, ki jih imate radi, jim zaupate. Zavedate se, da bo šlo vse tako, kot mora iti. Ljubezen ne šteje korakov in časa, samo je. Finance: Nenaden priliv denarja vas bo lepo presenetil, saj tega ne pričakujete. Zdravje: Noben virus ne bo prišel v vašo bližino.

STRELEC
(23. 11.–21. 12.)

Ljubezen: Vizualizacija vam nikoli ni delala težav, zato tudi sedaj ne bo nič drugače. Znate si ustvariti svoj svet, v katerem se dobro počutite, ste varni in ljubljeni. In samo to je res pomembno. Finance: Krizo boste znali obrniti sebi v prid, zato ne skrbite. Zdravje: Znate poskrbeti za svoje počutje, zato bo vse v redu.

KOZOROG
(22. 12.–20. 1.)

Ljubezen: Malo boste žalostni, ker se ne morete videvati z ljudmi, ki so vam še posebno pri srcu, ampak še malo in bo minil tudi ta čas. Potem boste nadaljevali tam, kjer ste končali. Finance: Ne glede na vse se ne boste dali in boste še naprej ustvarjali nove in nove ideje. Zdravje: Strpnost vas bo veliko naučila o sebi.

VODNAR
(21. 1.–19. 2.)

Ljubezen: Kadar je človek zaljubljen, ima leto dve pomladi. In nič hudega, če so pač take razmere. Vi ste temu navkljub zaljubljeni in ljubezen vsem nam da lahko krila. Za letenje boste imeli dovolj časa. Finance: Ni potrebna nikakršna panika, vse se bo še dobro rešilo. Zdravje: Držite se pravil in vse bo, kot mora biti.

RIBI
(20. 2.–20. 3.)

Ljubezen: Nemir in hrepenenje po bližini vas bosta kak dan malo razžalostila, a ne za dolgo, saj veste, da vas kmalu čaka še veliko lepega, nekaj, kar bo samo za vašo dušo. Finance: Čeprav je kazalo že kar slabo, se vam bo še pravi čas vse postavilo na prave tirnice. Zdravje: Ne iščite izgovorov in poskrbite zase.

GRAWE

POSLOVALNICA KRANJ

Najdete nas na Oldhamski cesti 9:

- Novi delovni čas: pon. – čet.: 8.00 – 18.00
  pet. 8.00 – 16.00
- Sodobni prostori in brezplačno parkiranje.

GRAWE zavarovalnica d.d. · ✆ 04 204 99 70
Oldhamska cesta 9 · 4000 Kranj · kranj@grawe.si

Zavarovalnica na *Vaši* strani.

Gorenjski Glas

Izhaja vsak torek in petek.

Super, kar 65.600 ljudi bere Gorenjski glas!

Bodite med njimi tudi vi.

Vir:rbb.si

Naročite se na Gorenjski glas,
saj s tem veliko prihranite.
Tel.: 04/201 42 41, e-pošta: narocnine@g-glas.si

AH VRTAČ, d.o.o. Kranj

Service | Audi Service | SEAT | ŠKODA Service | Gospodarska vozila Service

Spoštovane stranke,

obveščamo vas, da trenutno izvajamo nujne mehanične in kleparske storitve v skladu z uredbo vlade RS glede na trenutne razmere. Storitve izvajamo na poseben način – brez osebnega stika med strankami in našim osebjem, tako zagotavljamo kar največjo možno mero varnosti.

Pripravljamo se na vaš obisk takoj po sprostitvi omejitev za obratovanje avtoservisnih delavnic.

Tel. št. za naročila ostaja enaka:

04/ 27 00 255

Vljudno vabljeni!

ZA REDNI SERVIS ZAGOTAVLJAMO ČAKALNI ROK DO 3 DELOVNE DNI!

LETNE PNEVMATIKE ŽE NA ZALOGI

SEMPERIT | Barum | GOODYEAR | Continental | DUNLOP

ODLIČNE CENE

205/55 R 16
Conti Premium Contact 6 — **69 EUR** za kos

205/55 R 16
Semperit Speed-Life 3 — **49 EUR** za kos

205/55 R 16
Barum Bravuris 5 — **46 EUR** za kos

NAGRADNA IGRA

za kupce kompleta 4 novih letnih pnevmatik, nagrade:

1. bon za 250 € za servisne storitve
2. bon za 150 € za servisne storitve
3. 8 x bon za 50 € za servisne storitve

Nagradna igra poteka do 25. 6. 2020.

AVTOHIŠA VRTAČ D.O.O., DELAVSKA 4, KRANJ