07
JULIJ 2021
LETO XXIV / ISSN 1408-7103

PRILOGA GORENJSKEGA GLASA ZA MESTNO OBČINO KRANJ

Kranjčanka

Zaključek z najboljšimi

Teden mladih

Za kranjsko dirko veliko zanimanja

Pogovor: Gašper Sluga

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

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

TelekomSlovenije
PLANET TUŠ KRANJ
Telefon: 051 253 352 • e-pošta: kranj@condorplus.si
Condor Plus d.o.o., Cesta svobode 4A, Bled

Pregled in očala
hitreje in ceneje kot na napotnico
do 111.- eur ceneje
Optika Aleksandra Qlandia
tel: 04 234 234 2

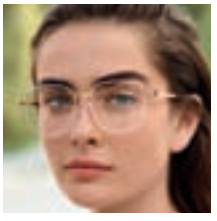
optikaart *Lep okvir, dobra slika!*

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.

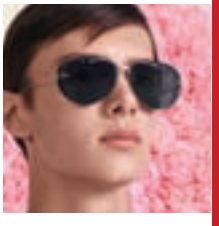
V Art optiki lahko koristite kartico

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

Akcija s prihrankom 100, 150 ali 200 EUR, velja za prostostoječe in vgradne kombinirane hladilnike z zamrzovalnikom s funkcijo BioFresh, od 1.5. – 31.7.2021. Vse informacije o aparatih najdete v vseh Etis-ovih poslovalnicah.

SVEŽA SPODBUDA ZA VAŠO DENARNICO.

LIEBHERR

Kako se lahko bolj zdravo in trajnostno prehranjujete? To vprašanje si dandanes mnogi zastavijo. Naš odgovor je: **BioFresh**. Bolje ne gre? Seveda gre. S promocijo **Cashback** sedaj poleg tega prihranite do 200€ pri IZBRANIH aparatih s funkcijo **Bio Fresh**.

Najboljša ponudba Liebherr aparatov na Gorenjskem.
VABLJENI, DA NAS OBIŠČETE.

PE Kranj,
Ljubljanska c. 30 | www.etis.si

ETIS 30 LET

Na naslovnici: Marjeta Ferlan
Foto: Tina Dokl

Kranjčanka 07

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
E-pošta: info@g-glas.si
Mali oglasi: telefon 04/201 42 47

Delovni čas:
Ponedeljek, torek, četrtek in petek od 8. do 15. ure, sreda od 8. do 16. ure, nedelje in prazniki zaprto

KRANJČANKA je priloga 53. številke Gorenjskega glasa, 6. julija 2021, izšla je v nakladi 35.000 izvodov, priložena je Gorenjskemu glasu, prejela so jo vsa gospodinjstva v kranjski občini.

4 I ŽENSKA KOŠARKA ŠE MALO NI DOLGOČASNA

Tako pravi Gašper Sluga, ki si je že zelo mlad za svoj šport izbral košarko, še bolj kot pri igranju pa uživa pri trenerskem delu, predvsem delu s košarkaricami. Simpatični Kranjčan, ki je tudi glavni trener državnih in pokalnih košarkarskih podprvakinj iz Triglava, je vedno tudi odličen sogovornik.

10 I KNJIŽNICA JE ...

... eno samo veliko potovanje po globusu. Ups, Globusu. Mimo je prvih deset let Mestne knjižnice Kranj v nekdanjem Globusu. In to kakšnih let.

32 I SKRIVNOSTNA ČEŠNJA

Tako se imenuje najboljši koktajl Slovenije 2021 po izboru Turistično-gostinske zbornice Slovenije. Ustvaril pa ga je barman, tudi član Društva barmanov Slovenije, Rok Dobnikar iz Gostilne Dobnikar s Katarine nad Medvodami. Rok sicer z družino že deset let živi v Stražišču.

K

15 I Za osemdeset let na Franjo
16 I Tekači se vračajo v Kranj
25 I Ko »pleh zaroka«
28 I Trainovih deset
38 I O izzivih materinstva

Ženska košarka še m ni dolgočasna

Tako pravi Gašper Sluga, ki si je že zelo mlad za svoj šport izbral košarko, še bolj kot pri igranju pa uživa pri trenerskem delu, predvsem delu s košarkaricami, s čimer ima kljub rosnim letom že veliko izkušenj. Simpatični Kranjčan, ki je tudi glavni trener državnih in pokalnih košarkarskih podprvakinj iz Triglava, je vedno tudi odličen sogovornik.

Besedilo: **Vilma Stanovnik**
Foto: **Gorazd Kavčič**

Vam je bila ljubezen do športa položena v zibelko?
Res ne morem reči, da sem iz športne družine. Starša se nista ukvarjala s športom, imam pa tudi dva starejša brata, ki sta sicer z veseljem na ulici preizkušala različne športe, bolj resno pa ni bilo nikoli. Stanovali smo v bližini Čopove šole na Planini in tam sem tudi začel igrati košarko. S kakšnimi drugimi športi se nisem nikoli ukvarjal.

Kdaj je za vas košarka postala resnejša stvar?
V drugem razredu sem začel igrati košarko v šoli, nato pa tudi pri kranjskem Triglavu. Vsega skupaj sem igral deset let.

Imate kakšnega trenerja v posebnem spominu?
Najdlje je bil moj trener Dejan Bucalo, kasneje, ko sem igral v Stražišču, pa je bil to Tomo Orešnik. Z njim sva nato sodelovala tudi, ko sem začenjal svojo trenersko pot pri mlajših kategorijah.

Je od vaših nekdanjih soigralcev še kdo, ki aktivno igra košarko?
Mislim, da je najbolj med vsemi aktiven Luka Grum, ki igra v Škofji Loki. Vmes je igral tudi pri Olimpiji.

Trener Gašper Sluga uspešno vodi ekipo deklet Triglava, njihov izziv v novi sezoni pa je tudi igranje v ženski jadranski ligi.

malo

Gašper Sluga je izkušnje nabiral tudi v sodelovanju z različnimi našimi reprezentancami, čez leta pa se želi preizkusiti tudi v tujini.

Ste si že kot igralec želeli postati trener?

Visok sem 175 centimetrov, kar je za košarkarja malo. Mislim, da tudi nisem imel predispozicij za večji napredek in pri 17 letih sem se odločil, da zaključim igranje. Že takrat sem začel delati v košarkarski šoli na Osnovni šoli Matije Čopa, bil pa sem tudi nekakšen neuradni pomočnik Dejanu Bucalu v klubu. Ko je on zaključil kot trener deklet, sem pri 18 letih že prevzel kadetsko ekipo.

Biti dober trener je gotovo nekaj, kar ni dano vsakemu. Kaj je bilo tisto, kar vam je dalo slutiti, da bi bili lahko pri tem uspešni?

Še kot igralec sem rad delal analize tekem. Ko sem na primer doma gledal košarkarske tekme po televiziji, sem bil jezen, ker so med odmori vrteli reklame. Želel sem si namreč slišati, kaj govori trener, kaj riše ... Že takrat sem razmišljal, da bi tudi jaz to rad počel. Ko sem dobil priložnost, sem jo zato seveda takoj izkoristil.

Je bilo naključje, da ste postali trener deklet?

Pravzaprav res. Pri Triglavu se mi je ponudila priložnost, da prevzamem ekipo deklet in tako se je začelo.

Dostikrat je slišati, da je za trenerja deklet treba imeti drugačen pristop. Ste bili sploh kdaj trener fantovske ekipe?

Fante sem eno leto treniral na Gimnaziji Franceta Prešerna. Imel sem šolsko ekipo. Prav tako sem imel nekaj skupin na različnih kampih, to pa je tudi vse. Če bi primerjal treniranje fantov in deklet, se mi zdi, da so dekleta pri delu doslednejša. Tisto, kar se dogovorimo, tisto, kar jim pokažem, tudi skušajo čim hitreje prenesti v igro. Mogoče pa so v primerjavi s fanti malce manj kreativna. Fantje radi hitro začnejo delati malce po svoje. Pri dekletih je tega manj in tako lahko taktične stvari hitreje usvojijo. Seveda je igra deklet malce drugačna, saj ne morejo zabijati, vse gre malce počasneje.

Nekateri pravijo, da prav zato ženska košarka ni tako atraktivna, da so tekme dolgočasnejše. Kaj mislite?

To res slišimo, vendar pa se s tem ne strinjam. Ravno se je zaključilo evropsko prvenstvo za ženske in na njem smo videli kar veliko odličnih tekem, ki jih je bilo užitek gledati. Če samo spomnim na igro srbskih košarkaric, Belgijk pa tudi naših košarkaric, lahko rečem, da ženska košarka še malo ni dolgočasna.

Biti dober trener pa pomeni opraviti tudi šolanja oziroma pridobiti licence. Kakšna izobraževanja ste opravili vi?

Začelo se je z izobraževanjem za trenerja mladih, nadaljevalo se jez licenco trenerja, nato pa še trenerja prvega razreda, kar je v Sloveniji najvišji nivo oziroma licenca. Trenutno zaključujem tudi mednarodno izobraževanje, avgusta pa se začne tako imenovani FECC (Fibin evropski trenerski certifikat) za Fibino licenco. Na to se sam ne moreš prijaviti, ampak te prijavi Košarkarska zveza Slovenije.

Razmišljate o tem, da bi šli kot trener kdaj tudi v tujino?

Trenutno moram reči, da sem zadovoljen v Kranju in imam v klubu še kar nekaj izzivov. Vseeno si želim, da bi kdaj šel tudi v tujino, vendar se nikamor ne mudi. Star sem 28 let in upam, da bo časa in priložnosti še kar nekaj.

Ste bili vsa leta trener pri Ženskem košarkarskem klubu Triglav?

Da, prav vseh enajst let. Seveda pri različnih ekipah, od najmlajših do članic. Prvič sem treniral članice med letoma

> Moram priznati, da sem evropsko prvenstvo gledal bolj kot navijač. Sem pa seveda kar nekaj tekem nato pogledal v posnetku in naredil taktične analize. Res je, da so bile želje in pričakovanja naših deklet pa tudi navijačev in vse naše javnosti višje od doseženega rezultata. Stvari se enostavno niso izšle, kot bi se morale, in pri izpadu po rednem delu je bilo tudi kar nekaj smole.

2014 in 2016, zdaj pa sem trener članic znova od lanske pomladi. Ekipo sem prevzel dva tedna pred lanskim začetkom epidemije.

Športniki ste bili v času epidemije med tistimi, ki so naenkrat morali živahen tempo zamenjati za mirovanje. Kako ste z dekleti to sprejeli?

Najprej smo bili vsi v nekakšnem šoku. Bilo nas je strah, nismo vedeli, kaj pričakovati, kako nevaren je virus. Naenkrat smo ostali doma, pogovarjali smo se po telefonu, improvizirali treninge po Zoomu. Nismo vedeli, koliko časa bo vse trajalo, in tudi ko smo se vrnili na igrišče, smo praktično morali začeti znova. Kmalu je bila spet razglašena epidemija, in ko danes gledam nazaj, lahko rečem, da je bila to intervalna sezona. Nekaj časa so si tekme sledila druga za drugo, sledil je dolg odmor in znova vrsta tekem druga za drugo. Na koncu sezone smo imeli v 17 dneh deset tekem. Vse tekme so o nečem odločale, saj smo igrali pokal ter polfinale in finale državnega prvenstva. Poleg tega je pol ekipe deklet igralo še v mladinski ligi. Ko so se vrnila še v šolo, je bil ritem zanje res hud. Pred dnevi sva se s predsednico kluba Uršo Ude pogovarjala o vsem tem in sva se strinjala, da jim je treba dati priznanje, da so vse skupaj zdržale in uspešno zaključile šolo.

Tudi z rezultati ste po sezoni v klubu lahko zadovoljni?

Seveda smo zadovoljni. Članice so pokalne in državne podprvakinje, mladinke pa so na koncu osvojile šesto mesto. Prav veliko število tekem in utrujajoč ritem ob koncu sezone sta dekleta malce zaustavila, saj verjamem, da imamo mladinsko ekipo tako dobro, da bi lahko posegla tudi po medalji. Res je bilo zato ob koncu sezone malce grenkega priokusa, vendar bo to pač izziv za novo sezono. Sploh sedaj, ko so na Košarkarski zvezi Slovenije sprejeli, da isti letnik deklet kot letos ostane tudi v novi sezoni. Tako upamo, da bomo drugo leto z mladinkami še uspešnejši.

> Če bi primerjal treniranje fantov in deklet, se mi zdi, da so dekleta pri delu doslednejša. Tisto, kar se dogovorimo, tisto, kar jim pokažem, tudi skušajo čim hitreje prenesti v igro. Mogoče pa so v primerjavi s fanti malce manj kreativna.

Gašper Sluga se je že v najstniških letih odločil, da bo postal košarkarski trener.

Za vas pa je vsako sezono znova izziv tudi, kako med članicami premagati ekipo državnih prvakinj iz Celja?

Letos smo imeli po rednem delu sezone rezultat v zmagah s celjskimi košarkaricami 2 : 2. One so bile pred nami zgolj zaradi boljše razlike v danih in prejetih koših. Lahko pa rečem, da je vedno lepo premagati ekipo, ki je boljša in više rangirana. Ni pa zgolj to naš cilj. V klubu imamo svoje načrte, svojo zgodbo, ki jo želimo uresničiti. Tako smo se letos znova odločili nastopati v tako imenovani WABA oziroma Ženski jadranski ligi, kjer zadnji dve sezoni nismo nastopali. So pa dekleta prej več sezon igrala v tej ligi. Prav tako naj bi v jadranski ligi nastopala ena od naših mlajših kategorij deklet. Odločamo še, ali bo to ekipa do 15 ali do 17 let. Moja želja je, da bi na ta način napredovali in da bi v ekipi ostala glavnina deklet, s čimer bi zastavljeno delo lahko nadaljevali.

Vam je v ekipi uspelo zadržati najboljše igralke?

Letos nam je to uspelo, saj bo jedro igralk na čelu z Rebeko Abramovič, ki je lani postala mamica in ima leto dni staro hčerko, ostalo. Seveda računam tudi na Ajdo Burgar, Manco Vrečer, Zalo Pavlič, Yeisy Alexandro Perez, kapetanko Galo Kramžar in tudi druge. V ekipo se vrača v bistvu triglavanka Lara Kozina Bubnič, iščemo pa še kakšno igralko na pozicijah, kjer nimamo dovolj igralk.

Katera od deklet iz kranjskega kluba je vedno igrala tudi za kakšno od reprezentanc. Kako je trenutno?

Trenutno je mladinska reprezentantka Alina Kvrgič. Mlajša Ajda Germ pa igra v kadetski reprezentanci.

Tudi sami ste nekaj let kot trener sodelovali pri naših ženskih reprezentancah?

Sodeloval sem tako v kadetski kot mladinski in kadetski reprezentanci. V mladinski in članski sem bil pomočnik trenerja, v kadetski pa tri leta tudi glavni trener.

Pred kratkim se je zaključilo evropsko člansko prvenstvo deklet. Ste z nastopi naših deklet zadovoljni?

Moram priznati, da sem evropsko prvenstvo gledal bolj kot navijač. Sem

Ekipa košarkaric Triglava zadnja leta uspešno nastopa v domači konkurenci, dekleta pa so letos osvojila naslov državnih in pokalnih prvakinj.

pa seveda kar nekaj tekem nato pogledal v posnetku in naredil taktične analize. Res je, da so bile želje in pričakovanja naših deklet pa tudi navijačev in vse naše javnosti višje od doseženega rezultata. Stvari se enostavno niso izšle, kot bi se morale, in pri izpadu po rednem delu je bilo tudi kar nekaj smole. Hitro bi se lahko obrnilo. Če bi na zadnji tekmi v skupini, ko je Belgija za dve točki premagala Turčijo, zmagala Turčija, bi bila naša dekleta prva v skupini in bi se direktno uvrstila v četrtfinale. Tako pa so v repasažu dobila za nasprotnice Rusinje in izpadla. Vseeno pa se mi zdi, da je za naša dekleta to pomembna izkušnja zlasti za leto 2023, ko bo evropsko prvenstvo v Sloveniji. Lahko rečem, da imamo trenutno res kvalitetno reprezentanco in da bo domače prvenstvo za vse lep športni dogodek.

> Še kot igralec sem rad delal analize tekem. Ko sem na primer doma gledal košarkarske tekme po televiziji, sem bil jezen, ker so med odmori vrteli reklame. Želel sem si namreč slišati, kaj govori trener, kaj riše ...

> Trenutno moram reči, da sem zadovoljen v Kranju in imam v klubu še kar nekaj izzivov. Vseeno si želim, da bi kdaj šel tudi v tujino, vendar se nikamor ne mudi. Star sem 28 let in upam, da bo časa in priložnosti še kar nekaj.

Tudi vaša žena Živa Zdolšek (sedaj Sluga) je bila odlična košarkarica. Najbrž ni treba vprašati, kje sta se spoznala?

Seveda, spoznala sva se zaradi košarke. Poročena sva tri leta, zadnje leto pa živiva v Stražišču. Moram reči, da se dobro razumeva. Živa je res super oseba, doma pa je iz Laškega. Tudi ona je igrala pri kranjskem Triglavu, igrala pa je tudi na evropskem prvenstvu v Pragi. Nato je zaključila košarkarsko kariero. Po poklicu je fizioterapevtka in je zaposlena v bolnišnici na Golniku. Trenutno dela bolj na področju respiratorne fizioterapije, odločila pa se je tudi za magisterij. Mika jo tudi raziskovalna fizioterapija. Če imava čas, rada kolesariva in hodiva v hribe.

Ali kdaj skupaj komentirata tekme?

Seveda jih. Včasih se razvije kar zanimiva debata. Živa tudi večkrat na tribuni spremlja naše tekme in se tudi o tem doma kdaj pogovoriva. Navadno čaka, da se sam odločim, ali doma po tekmi še želim pogovor ali pa si ne želim več razglabljanja. Dobro me pozna in ve, kdaj potrebujem pogovor. Kadar imam glavo preveč »vročo«, me pusti pri miru.

Ali kaj pogreša igranje košarke?

Niti ne. So se pa zbrale nekdanje košarkarice in skupaj hodijo na rekreacijo. Sicer pa zelo uživa na kolesu in v hribih.

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

POLNO CEPLJENJA TRETJINA OBČANOV

Po podatkih spletnega portala cepimo.se je bilo ob koncu minulega tedna v kranjski občini polno cepljenih 33 odstotkov občanov, s prvim odmerkom pa 40 odstotkov. Cepljenje naročenih občanov v kranjski vojašnici izvajajo predvidoma ob sredah in četrtkih, praviloma so na voljo vsa štiri cepiva. O odprtih cepljenjih (brez najave) bodo iz Zdravstvenega doma (ZD) Kranj obveščali sproti. Omeniti velja tudi, da je v kranjski vojašnici po prvem juliju parkiranje možno le še pred glavnim vhodom in ne več znotraj vojašnice. Obiskovalce prosijo, naj do lokacije pridejo peš ali z javnim prevozom do bližnjega Eurospina oz. Sanolaborja, parkirni prostor pa prepustijo starejšim in invalidom. Razlog za omejeno parkiranje je sodelovanje vojašnice pri aktivnostih predsedovanja Slovenije Svetu Evropske unije. Pretekli teden so spremenili tudi urnik brezplačnega testiranja s hitrimi antigenskimi testi na okužbo z novim koronavirusom. Osebje ZD Kranj ga v Globusu izvaja ob ponedeljkih, torkih, sredah in petkih med 7. in 11. uro, ob četrtkih pa med 12. in 16. uro. Testiranje je mogoče opraviti tudi v Šenčurju, Cerkljah in Naklem. Urniki so na voljo na spletnih straneh navedenih občin. A. Š.

MALI MILAN POTREBUJE OPERACIJI

Enoletnega Milana čaka rekonstrukcija desne roke.
/ Foto: Gorazd Kavčič

Konec junija je na otroškem igrišču Gibi Gib potekal dobrodelni igralni dan, na katerem so zbirali denarno pomoč za enoletnega Milana Kristanca. Milan se je namreč rodil z resno okvaro levega stopala in desne roke. Medtem ko so mu nogo že operirali, ga predvidoma v začetku prihodnjega leta čakata še operaciji roke v Varšavi, ki staneta 107 tisoč evrov. Starša Matic Kristanc iz Kranja in Monika Urbanczyk iz poljskega Krakova se tako že nekaj časa trudita zbrati potrebno vsoto denarja. Na Poljskem so do konca junija zbrali že več kot 43 tisoč evrov, v Sloveniji pa se je zbiralna akcija šele dobro začela. Dobrodelni igralni dan na Gibi Gibu je h končnemu cilju prispeval skoraj osemsto evrov. Prispevate lahko tudi sami z nakazilom na SI56 6100 0000 7878 978 (Dobrodelno društvo Slatna Stopimo Skup, Cerovec pod Bočem 20b, 3250 Rogaška Slatina), Delavska hranilnica; namen: MILAN; koda: CHAR ali pa s poslanim SMS-sporočilom s ključno besedo MILAN5 na številko 1919, s čimer boste prispevali pet evrov. Več informacij najdete na spletni strani www.milanovo-upanje.si in FB-profilu Milanovo upanje. S. Š.

MEDGENERACIJSKO SODELOVANJE NA DELOVNEM MESTU POMEMBNO ZVIŠUJE ZADOVOLJSTVO, PRIPADNOST IN PRODUKTIVNOST.

Povežite izkušnje, poiščite nasvete in delite svoje junaške zgodbe na sodelovalnica.si.

sodelovalnica.si

PRISTOP

REPUBLIKA SLOVENIJA MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO, SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI

EVROPSKA UNIJA EVROPSKI SKLAD ZA REGIONALNI RAZVOJ NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

Projekt sofinancirata Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti ter Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

DOPUST

SVET NA DLANI **LAST MINUTE**

DOGODIVŠČINE

KRITJE **MORJE**

COVID

VKLJUČENO

Sklenite zavarovanje Tujina Multitrip z medicinsko asistenco in potujte brezskrbno:

- posebno ugodna cena v času akcije
- kritje stroškov v povezavi z obolenjem Covid-19
- Dr. Posvet – posvet z zdravnikom na daljavo (24/7)

Tujina

Sandra Gazinkovski
M: +386 (0)31 604 847
E: sandra.gazinkovski@vzajemna.si

VARUH ZDRAVJA
VZAJEMNA

vz-tujina-2021 (206x273mm).indd 1 17.06.2021 10:47:48

Knjižnica je ...

... eno samo veliko potovanje po globusu. Ups, Globusu. Mimo je prvih deset let Mestne knjižnice Kranj v nekdanjem Globusu. In to kakšnih let.

Besedilo: **Igor Kavčič**

V knjižnici so prvo desetletko praznovali ves junij, vsak torek še s kakšnim posebnim dogodkom: družili so se s starejšimi v domu upokojencev, obiskali so porodnišnico, da bi prišli naproti novim bodočim bralcem, Modri pes je po mestu navduševal otroke in mladino, najbolj bistri vseh generacijo so se preizkušali v nagradnem kvizu, ves čas pa so Kranjčane in prebivalce okoliških občin na različne načine opozarjali: tukaj smo za vas.

Osrednji dogodek praznovanja je bil 22. junija, ko so na plakatnih mestih pred knjižnico v Galeriji na mestu odprli razstavo o desetletnem delovanju Mestne knjižnice Kranj v Globusu. Odprl jo je kranjski župan Matjaž Rakovec, ki je v nagovoru s ponosom poudaril, da ima Kranj najlepšo knjižnico v Sloveniji in okolici in da je predvsem zelo drugačna kot tista, v katero je pred kakimi petdesetimi leti hodil sam. »Knjižnica danes povezuje Kranjčanke in Kranjčane, razbija predsodke, izobražuje, nam ponuja nova spoznanja, hkrati pa v svojem delovanju sledi razvoju. S pomočjo knjižničarjev smo že več let tudi branju prijazna občina.«

Pred desetimi leti je nova knjižnica dobila novo ime – Mestna knjižnica Kranj, obiskovalcem pa je ponudila tudi številne nove vsebine. Prostori knjižnice že deset let vabijo na ogled filmov in razstav, ponujajo branje, študij, otroške »igrarije«. In ne nazadnje iz nje lahko občudujemo krasne mestne razglede iz prijetno ohlajenih kotičkov.

O ponudbi, razvoju in vsem, s čimer se lahko srečamo v sodobni knjižnici oziroma hiši razgledov, kot so jo poimenovali zaposleni, predvsem pa, kako to pomembno javno ustanovo vidi v prihodnosti, je spregovorila direktorica Maja Vunšek, samo razstavo pa je v nagovoru predstavila Jana Zeni Bešter, vodja oddelka za delo z uporabniki. Kot

Dogodek je »uglasil« trobilni sestav Glasbene šole Kranj pod vodstvom Uroša Koširja. / Foto: Tina Dokl

Avtorice razstave o desetletnici knjižnice v Globusu Jana Zeni Bešter, Darja Vajs Košir, Meta Učakar in Andra Bernik ter oblikovalec Jernej Kejžar. / Foto: Tina Dokl

je povedala, deset let knjižnice v Globusu pomeni tudi 7 milijonov izposojenih knjig, 3,5 milijona obiskovalcev, 2.200 bralnih srečanj, 20 tisoč novih članov, 100 tisoč novosti v zbirki gradiva, ki sicer šteje kar 320 tisoč knjig, revij, zvočnih in video posnetkov. Kranjska knjižnica ima izjemno bogat izbor evropskega filma, kar je posebnost filmske zbirke. V teh letih so našteli 230 tisoč obiskovalcev prireditev.

Predavanja, pogovori, filmski večeri, lutkovne predstave, vodeni obiski knjižnice, razstave, računalniški tečaji, učna pomoč, pravljične in ustvarjalne ure, igralne urice, učenje slovenščine, živa knjižnica, projekti za spodbujanje branja kvalitetnih knjig, sodelovanje z raz-

Direktorica Maja Vunšek je prvega po razstavi popeljala župana Matjaža Rakovca. / Foto: Tina Dokl

ličnimi ustanovami v mestu, na Gorenjskem, v Sloveniji in tujini ... – vse to se dogaja v sodobni knjižnici, kakršna je v Kranju. V knjižnici živi tudi eden in edini Modri pes – iskrivi in razigrani prijatelj mladih obiskovalcev.

»To je v hiši za menoj, na drugi strani pa smo na razstavo umestili 18 plakatov na šestih stebrih. Malo prostora za prikaz uspešne desetletne zgodbe knjižnice in velik izziv za avtorice razstave,« je povedala Jana Zeni Bešter, ki je strnila moči s sodelavkami Darjo Vajs Košir, Meto Učakar in Andro Bernik ter oblikovalcem Jernejem Kejžarjem.

Razstava je razdeljen na šest sklopov, pri čemer so poudarile ključne teme: zbirko, ljudi, dogodke, spodbujanje branja in prostor. Na plakatih mimoidočim predstavljajo, kako pestro, bogato in raznovrstno je življenje knjižnice. Poleg omenjene razstave je v pritličju knjižnice Globus na ogled tudi razstava Izgubljeno, iskano, najdeno: 10 let vaših sledi v knjigah. Razstava knjižnih kazalk, pisem, risb, razglednic, fotografij in ostalih pozabljenih stvari v izposojenih knjigah namreč nastaja že deset let, vse od preselitve v Knjižnico Globus.

Zadnji torek v juniju so knjižničarji povabili obiskovalce, naj v praznično knjigo, ki jo je posebej za to priložnost izdelala mag. Blanka Avguštin Florjanovič, zapišejo soje poglede, želje in ideje za skupno prihodnost knjižnice. O tem, kaj ste zapisali v knjigo, ki je na las podobna recimo Dalmatinovi Bibliji, pa več prihodnjič.

Doživeto muziciranje »apezejevcev«

V atriju Pavšlarjeve hiše se je na prvi poletni dan s celovečernim koncertom predstavil Akademski pevski zbor France Prešeren Kranj pod dirigentsko taktirko Erika Šmida.

Besedilo: **Maša Likosar**

V glasbenem doživetju, ki so mu nadeli pomenljiv naslov (Po)letni koncert, so nas popeljali od renesančnih madrigalov in skladb iz odboja romantike do sodobnih zborovskih glasbenih del. Skupno petje štiridesetih pevcev in pevk so obogatile točke solistov iz zbora ob klavirski spremljavi Gašperja Jereba. »Večer je bil čustven in ganljiv, zlasti zato, ker je bil tokratni celovečerni koncert prvi v vrsti pod mojim vodstvom. V uvodu se je zaradi 15-mesečnega 'koronskega premora' čutila negotovost, a po nekaj zapetih skladbah je zbor zadihal kot enovita celota, kar se je ob koncu odražalo v doživetem muziciranju. Nocojšnji koncert je bil zagotovo uspešna prva in večja stopnica na naši skupni glasbeni poti,« je po koncertu dejal dirigent Erik Šmid, ki zbor vodi od septembra 2019. Njihov naslednji nastop si obetamo 18. julija na zborovskem dogodku Zapojmo, Slovenija, ki bo potekal v okviru festivala Europa Cantat v Ljubljani.

APZ France Prešeren Kranj, ki neprekinjeno deluje že 52 sezon, je ponovno stal na odru in ljubitelje zborovskega petja pozdravil s tistim, kar pevci najbolj obvladajo – s petjem. / Foto: Maša Likosar

Zaključek z najboljšimi

V Glasbeni šoli Kranj so pred zaključkom šolskega leta na koncertu predstavili svoje najboljše učence.

Besedilo: **Igor Kavčič**

Jeseni bodo šolanje nadaljevali na Konservatoriju za glasbo in balet: (od leve) Jože Šenk (kljunasta flavta), Drejc Bohinec, Žan Gazvoda (oba saksofon), Jakob Istenič (kontrabas), Ana Koselj Brejc (violina), Ema Pogačnik (kitara) in Hana Srakar (klavir). / Foto: arhiv GŠ Kranj

V Letnem gledališču Khislstein je pred dnevi zazvenel tradicionalni zaključni koncert Glasbene šole Kranj, na katerem so nastopili učenci, ki bodo prihodnje šolsko leto šolanje nadaljevali na Konservatoriju za glasbo in balet Ljubljana. Letos je takih učencev sedem, na kar so po besedah ravnateljice Petre Mohorčič v šoli izjemno ponosni.

Koncert in hkrati slovesno zaključno prireditev, ki so jo vsako leto, razen zaradi znanih razmer lani, sicer pripravili v dvorani na Brdu, so izkoristili tudi za čestitke tistim učencem, ki jih je učiteljski zbor izbral za posebne nagrajence. V šolskem letu 2020/21 so male nagrade šole, ki jih podelijo za nadpovprečne uspehe v šolskem letu, prejeli pianistka Hana Srakar (mentorica Ana Kresal) ter kitarista Ema Pogačnik in Marko Vene (mentorica obeh je Tanja Rozman). Prejemnika velike nagrade, ki jo učenec lahko prejme le ob zaključku šolanja za izjemne dosežke v času celotnega šolanja, pa sta postala saksofonista Drejc Bohinec in Žan Gazvoda (oba iz razreda mentorice Eve Krajnčan).

Kot zapisno, lani zaradi epidemije prireditev ob zaključku šolskega leta ni bila izvedena, zato so tokrat podelili nagrade tudi lanskoletnim nagrajencem. Prejemnik male nagrade za šolsko leto 2019/20 je bil harmonikar Žan Eržen (mentor Dejan Maleš), dobitnici velike nagrade pa sta bili pianistka Lara Burjek (mentorica Jasmina Pogačnik) ter flavtistka Ema Burja (mentorica Maja Gostič).

Letos je sicer šolanje na kranjski glasbeni šoli s končano najmanj nižjo stopnjo, torej šest let šolanja, zaključilo kar 55 učencev inštrumenta ali petja ter dve učenki baleta.

Na tokratni slovesnosti pa so posebej omenili tudi učiteljico nauka o glasbi Ani Ajdovec, ki je učence šole vrsto let več kot uspešno in predano navdihovala za glasbo. Z lanskim septembrom se je Ajdovčeva upokojila, na koncertu so jo povabili na oder in se ji s šopkom in bučnim aplavzom zahvalili za dolgoletno srčno delo. Med drugim so o njej in njenem delu povedali: ''Zanjo učenci niso bili le učenci, temveč je vsakega vzela kot za svojega otroka.''

Siceršnji program koncerta se je, kot se za slavnostno prireditev spodobi, začel s slovensko in evropsko himno, ki jo je izvedel kvartet saksofonov. Po nagovoru ravnateljice sta se predstavila oba letošnja velika nagrajenca šole: Žan Gazvoda in Drejc Bohinec s skladbo Sax in the City, ki je bila prvotno planirana kot duo v sodelovanju s simfoničnim orkestrom. Tokrat je zazvenela v priredbi za klavirsko spremljavo. V nadaljevanju so se učenci predstavili kot solisti: kitaristka Ema Pogačnik, saksofonist Drejc Bohinec, pianistka Hana Srakar, saksofonist Žan Gazvoda ter violinistka Ana Koselj Brejc. Za konec je oder zopet zapolnil kvartet saksofonov, ki ga poleg že obeh omenjenih sestavljata še Maj Gorjanc in Iza Kafol, in je vse udeležence z ljudsko Po jezeru v priredbi Tomaža Završnika popeljal na zaslužene počitnice.

Na odru Letnega gledališča Khislstein je tako izzvenelo še eno, kljub drugačnosti zelo uspešno šolsko leto Glasbene šole Kranj. In po vsem videnem in slišanem je glasbena prihodnost Kranjčanov svetla in glasna.

Zapeli so v poletje

Komorni pevski zbor Mysterium je v juniju nanizal nekaj koncertnih nastopov in dokazal odlično pevsko formo za novo pevsko sezono.

Besedilo: **Igor Kavčič**

Lani jeseni je KPZ Mysterium v okviru takratnih možnosti praznoval 15 let delovanja. Pevke in pevci so pod vodstvom dirigenta Lovra Freliha sicer naštudirali jubilejni program, ker ga ni bilo mogoče javno izvesti, pa so pripravili spletni bilten in film o zadnjem letu delovanja zbora. Pomlad je prinesla sprostitve in s tem tudi možnost za pevske vaje v živo. Zbor se je v tem času največ posvečal poustvarjanju slovenske glasbe, gorenjskih ter drugih ljudskih in slovenskih umetnih skladb. Gorenjske ljudske pripravljajo v okviru projekta Srce Gorenjske, osredotočajo pa se predvsem na znane in manj znane skladbe, ki doslej še niso bile prirejene za zborovsko petje. Med epidemijo jih je napisal dirigent Frelih in predstavljajo novitete. Železni repertoar zbora pa seveda postajajo tudi druge slovenske ljudske, prav tako pa nekaj skladb tujih skladateljev, ki jih zbor javno še ni izvajal, jih pa pevci ob različnih priložnostih radi zapojejo.

Mysterium je pomlad sklenil z več koncerti in nastopi. Sredi junija je zbor izvedel celovečerni koncert na Pungertu. Uvodoma smo slišali skrivnostno skladbo O Magnum Mysterium skladatelja Ēriksa Ešenvaldsa, ki posebej svečano zazveni ob spremljavi z vodo napolnjenih in uglašenih kozarcev, zbor pa je nadaljeval s tremi skladbami iz pravoslavne liturgije skladatelja Alfreda Schnittkeja. Sledili sta dve noviteti z zborovske 15-letnice, ki sta jih uglasbila mlada slovenska skladatelja Ernest Miklič in Tilen Slakan, in sicer na besedili kranjskih pesnic Nike Markun in Urške Ušeničnik. Avtorji so bili navdušeni nad izvedbama. Pevke in pevci so program nadaljevali z gorenjskimi ljudskimi, ki predstavljajo lep spomin na ljudske melodije in besedila, ki so pogosto polna ljudskih modrosti. Seveda niso izostale tudi skladbe iz njihovega železnega repertoarja, za zaključek pa smo uživali še ob črnskih duhovnih, ki jih zbor poustvarja s posebnim veseljem.

Dan kasneje se je zbor predstavil na prireditvi Pozdrav poletju, ki ga vsako leto pripravlja ZKD Kranj. Nadaljevanje dneva so popestrili z ogledom Kranja in prepevanjem na javnih površinah mesta ter tako mimoidočim polepšali dan. S sprehodom skozi mesto in prepevanjem bodo ustvarili Gorenjske razglednice, ki jih bodo predstavili na svoji spletni strani. Istega dne zvečer so priredili še letni koncert v cerkvi Marijinega oznanjenja v Adergasu. Izvrstna akustika, glasovi pevcev, prefinjeno izbran program ter spremljava orgel in klavirja so večer naredili čaroben. Po besedah župnika Slavka Kalana je s koncertom zbor po več kot letu dni odprl sezono kulturnih dogodkov. Koncertni konec tedna je zbor zaključil v nedeljo z gostovanjem v Šentvidu pri Ljubljani na slavnostni akademiji ob 30-letnici samostojne Slovenije. V ta namen so pevci zapeli nekaj slovenskih domovinskih in ljudskih skladb, izvedli pa so tudi dve že omenjeni noviteti.

V teh dneh je zbor že na zasluženem oddihu, 18. julija pa bodo nastopili v okviru festivala Europa Cantat; konec avgusta jih čakajo tradicionalne, že devete Poletne delavnice vokalne glasbe, tokrat naslovljene Skladbe iz muzikalov. Na delavnicah KPZ Mysterium za teden dni postane demonstracijski zbor za vse poletne pevce, ki se bodo pridružili delavnicam in začutili utrip petja v zboru. Mysteriumovci vas vabijo, da jih spremljate na njihovi spletni strani in Facebooku.

KPZ Mysterium je pripravljen na nove pevske podvige. / Foto: arhiv KPZ Mysterium

Plesna skupina Alemaj: Pot do prijateljstva

Plesna skupina Qmars: Labodje jezero

Lahkotnost gibanja

Festival Kalejdoskop v organizaciji KD Qulenium je znova ponudil pisano paleto sodobne odrske ustvarjalnosti, tokrat v idiličnem okolju Prešernovega gaja.

Besedilo: **Samo Lesjak**
Foto: **arhiv festivala (Matija Lukić)**

Tradicionalni festival ostaja zvest aktualnim, sodobnim tematikam ter osebni in intimni izkušnji posameznikov, obenem pa plesno ustvarjanje članic in članov KD Qulenium pod dolgoletnim vodstvom Saše Lončar prepleta s kreacijami, nastalimi v sorodnih ustvarjalno-izobraževalnih organizacijah – celovečerne plesne kot tudi lutkarske predstave, performansi in glasbeni nastopi ustvarjajo poligon za iskriv dialog med različnimi ustvarjalci.

Vse to je dokazal že uvodni interaktivni performans Posledice multidisciplinarne umetnice Urške Medved, s katerim avtorica prek sobivanja lastnega telesa in tekstila raziskuje prisotnost in odsotnost performerja v prostoru in času. Performans je potekal v razstaviščnem prostoru festivala tekstilne umetnosti Bien v tretjem nadstropju Globusa, sicer pa so prostor oz. oder pod soncem letošnje predstave sodobnega plesa našle v pod krošnjami dreves poletnega Prešernovega gaja, katerega svobodne dimenzije so več kot odlično znale vključiti.

Kalejdoskop je tudi letos postregel z dvema sklopoma miniatur. V Gibotronu so blesteli mladi plesalci, od najmlajših pa vse do tistih bolj izkušenih: Iva Gajić, Neža Štular in Luna Govekar, Gita Gizdavičić, Mila Vute, Rožle Štrukelj Umek, Gaja Zdešar, Vanesa Voglar, Nace Fojkar, Nuit Vale, Alja Jovan ter gostje Mia Jenček, Gea Modic in Živa Centrih. Z izredno prezenco, gibalno inovativnostjo ter potopljeni v ustvarjalni svet so gledalci skupaj z njimi potovali po raznolikih zgodbah, medtem ko je drugi sklop miniatur Giboskop ponudil skupinske koreografije plesalk in plesalcev KD Qulenium, pridružene v večobmočno revijo Hopla 21, v sodelovanju z JSKD območno izpostavo Kranj. Revijo je strokovno spremljala Tina Valentan, ki je poudarila, da je oder na odprtem tudi odlična učna priložnost za plesne pedagoge in plesalce, saj so drug drugega lahko spremljali in tako spoznavali različne metodološke in koreografske pristope.

Tokratni Kalejdoskop je strokovno spremljala Ajda Tomazin, ki je poudarila, da z vsakim letom lahko spremljamo napredek mladih plesalcev, ki odrastejo in postanejo profesionalni ustvarjalci na področju uprizoritvenih umetnosti. To poleg že omenjene Urške Medved velja za plesalko, koreografinjo in pedagoginjo Ano Romih, ki je uprizorila izrazito avtorsko predstavo Lahkotnost, ter za plesalca, koreografa in pedagoga Bena Novaka, ki je skupaj s soplesalko Marino Abib uprizoril intimen plesni duet Kup kuncev.

Matej Kejžar je letos v Kranj pripeljal solo predstavo LSLSLS, ki temelji na predhodni solo predstavi, ki jo je skozi nov proces v gibalni izraz in glas pretopila in uprizorila hrvaška plesalka Lana Hosni. Festival je gostil tudi ustvarjalke iz Maribora s koreopoezijsko predstavo Neke noči neke deklice umirajo, ki na edinstven način odpira in podira tabuje o travmah in položaju žensk. Pogumne, izrazne in predane mlade ustvarjalke so na gledalce naredile močan vtis. Na pustolovščino po mestnem jedru pa je po poteh ruskega avantgardista Daniila Kharmsa popeljala predstava Gledališča Nebo Kovček. Prizori so se odvijali na mnogih lokacijah po mestnem jedru (Maistrov trg, ulice Kranja, Krice Krace, Stolp Škrlovec) in na absurdistični način pričarali rusko kulturo v kranjskem okolju.

Festival Kalejdoskop tako daje vpogled v razsežnosti izraza in razvoj gibalnega umetniškega izraza posameznikov, ki so del zgodbe grajenja umetniškega izraza KD Qulenium – iskrenost, pristnost in zaupanje samemu sebi so temelji vsakega izpopolnjenega posameznika. Kot je sklenila Ajda Tomazin, so udeleženci celoten festival predihali s plesno ustvarjalnostjo, ki se vedno bolj kaže kot pomemben gradnik zdravega ravnotežja med telesom in umom. K

Za osemdeset let na Franjo

Besedilo: **Maja Bertoncelj,** foto: **Gorazd Kavčič**

Maraton Franja je letos praznoval štirideset let, njen udeleženec Branko Dežman pa jih je prav na dan te množične kolesarske prireditve dopolnil osemdeset. Na to je opozarjala tudi njegova startna številka. Letošnja Franja je bila njegova jubilejna, trideseta. Bil je že na prvi.

»Za osemdeset let sem rekel, da moram še enkrat odpeljati Franjo. Vedno sem šel na dolgo in takšen je bil načrt tudi za letos. Žal nisem prišel v cilj, saj sem imel že v Ljubljani defekt. Človek mora biti na vse pripravljen, sploh v kolesarstvu. Verjetno je bila to moja zadnja Franja. In zanimivo, da sem imel defekt tudi na prvi. Takrat je bil iz Kladja še makadam,« je pojasnil Branko Dežman, ki prihaja s Kokrice, živi pa na Srednji Beli. Kot je dejal, se je na Maraton Franja dobro pripravil: »Pripravljal sem se veliko, kolikor se je dalo. Letos je bilo kar veliko dežja, tako da sem kilometre nabiral tudi v kleti na trenažerju, pozimi pa na turnih smučeh. Zunaj sem imel na cestnem kolesu le okrog dva tisoč kilometrov. Sem se pa veliko vozil okrog Brda z gorskim kolesom. Ne glede na vreme sem bil aktiven.« Želel si je tudi čim boljšega rezultata. »Počutil sem se kar dobro pripravljenega, sicer ne bi šel. Vedel pa sem, da na zmago v svoji starostni kategoriji ne morem računati, saj je le že prevelika razlika v letih. Kategorija je namreč nad 65 let, kar pomeni, da so tudi 15 let mlajši od mene,« pravi Dežman, ki je bil tokrat v dresu ekipe Polycom.

Branko Dežman pred startom letošnjega Maratona Franja – s startno številko 80 za njegovih 80 let.

Čeprav pravi, da je bila to verjetno njegova zadnja Franja, ostaja aktiven še naprej. »Dan po Franji sem padel s kolesom in zaradi poškodb na kolo še ne smem. Komaj pa že čakam ta dan. Upam, da bom lahko še dolgo športno aktiven. Se pa leta že poznajo, če ne drugače, pa pri času,« je še povedal. K

MEDGENERACIJSKO SODELOVANJE NA DELOVNEM MESTU POMEMBNO ZVIŠUJE ZADOVOLJSTVO, PRIPADNOST IN PRODUKTIVNOST.

Povežite izkušnje, poiščite nasvete in delite svoje junaške zgodbe na sodelovalnica.si.

sodelovalnica.si

PRISTOP

REPUBLIKA SLOVENIJA MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO, SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI

EVROPSKA UNIJA EVROPSKI SKLAD ZA SOCIALNO VKLJUČEVANJE

Projekt sofinancirata Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti ter Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

Tekači se vračajo v Kranj

Avgusta se bodo najvztrajnejši tekači ponovno podali na šesturni ali dvanajsturni tek po ulicah Kranja.

Besedilo in foto: **Vilma Stanovnik**

Slovenski 12-urni tek, ki je prvič potekal v središču Kranja pred dvema letoma v začetku julija, se vrača v Kranj. V nedeljo, 22. avgusta, se bodo tekači ponovno podali v središče Kranja, na 6- oziroma 12-urno tekaško preizkušnjo. Tekli bodo po krožni trasi, dolgi 1.292 metrov.

»Želimo si, da bi se tekme udeležili tudi tekači, ki so se do zdaj preizkusili le na krajših razdaljah in se še niso spoznali z ultramaratonskimi razdaljami. Zato bo tokrat možnost udeležbe tudi na 6-urnem teku,« je povedal direktor tekmovanja Klemen Boštar in dodal, da je Slovenski 12-urni tek sicer prvi ultramaraton, ki poteka v središču mesta.

Kot je tudi dodal Boštar, so se za organizacijo odločili na podlagi mnogih pozitivnih odzivov tekačev, gledalcev, spremljevalcev, meščanov Kranja in drugih udeležencev, ki so sodelovali na prireditvi pred dvema letoma. Slovenski 12-uri tek so sicer najprej v letih 2015 in 2016 pripravili v Trbojah, nato pa pred dvema letoma še v Kranju.

»Pričakujemo okoli 150 tekačev, ki se bodo podali na obe preizkušnji. Upam, da bodo prišli tako iz tujine kot iz Slovenije,« je povedal Klemen Boštar in pojasnil, da je bila na preteklih izvedbah Slovenskega 12-urnega teka udeležba tekačev iz tujine na vrhunskem nivoju, saj so nastopili najboljši ultramaratonci, ki so pretekli najtežje ultramaratone, kot sta Spartatlon in Dolina smrti, na primer Marco Bonfiglio, Ivan Cudin, Brenda Carawan. Udeležbo so napovedali tudi najboljši slovenski ultramaratonci in ultramaratonke (Mirko B. Miklič, Nataša Robnik) in drugi.

Organizacija bo tokrat potekala pod okriljem Atletskega kluba Ultramaraton Slovenija, ki mu predseduje ultramaratonec Mirko B. Miklič. Podporniki prireditve so Mestna občina Kranj in Atletska zveza Slovenije.

Pred dvema letoma so prvič pripravili 12-urni tek po ulicah Kranja.

> V nedeljo, 22. avgusta, se bodo tekači ponovno podali v središče Kranja, na 6- oziroma 12-urno tekaško preizkušnjo. Tekli bodo po krožni trasi, dolgi 1.292 metrov.

»Z željo, da bi na ta edinstveni dogodek privabili še več domačih in tujih ultramaratoncev, bomo prireditev dvignili na višjo raven. Za mnoge bo to tekma leta, saj bodo prvič preizkušali meje svojih sposobnosti in vzdržljivosti ali pa podirali svoje rekorde. Skratka: v Kranju ne bo manjkalo tekmovanja, druženja, dobre energije in vročega vzdušja,« tudi obljubljajo organizatorji in vabijo, da se čim prej prijavite ter vplačate prijavnino, saj si boste tako zagotovili udeležbo na tekmi leta. Prijave so že odprte na spletni strani https://slo12.run.

Za kranjsko dirko veliko zanimanja

V Kolesarskem klubu Kranj se pripravljajo na nov kolesarski praznik, med ekipami pa je za dirko veliko zanimanja.

Besedilo: **Vilma Stanovnik,** foto: **Gorazd Kavčič**

Letošnji kolesarski praznik v Kranju bo potekal 24. in 25. julija. Po tradiciji zadnjih let bodo v soboto tekmovalni program kolesarji in kolesarke začeli že v popoldanskih urah s kriterijem po ulicah Kranja, ki bo znova štel za državno prvenstvo. Vmes bodo na svoj račun kot vsako leto prišli tudi otroci, ki še ne trenirajo kolesarstva. Sledil bo nočni kriterij za člansko kategorijo, prav tako za naslove državnega prvaka, ki je vsako leto kolesarski spektakel za gledalce. Po dirki bo sledila razglasitev v vsaki kategoriji in podelitev majic najboljšim.

Velika nagrada Kranja – Memorial Filipa Majcna pa se v 53. izvedbi obeta v nedeljo. Start najstarejše slovenske mednarodne kolesarske dirke, ki poteka pod okriljem mednarodne kolesarske zveze UCI, bo ob 13.30. Trasa dirke bo potekala v okolici Kranja, zato bo zelo zanimiva tudi za gledalce. Še posebno atraktiven pa bo vzpon po Jelenovem klancu, po katerem so dirke v Kranju tudi znane. Kolesarji ga bodo prevozili kar 13-krat.

»Za našo dirko je izjemno zanimanje, saj je prijavljenih kar 29 ekip. Tako v Kraju pričakujemo blizu 180 kolesarjev in brez dvoma se znova obeta zanimiva dirka,« je povedal direktor Kolesarskega kluba Kranj Matjaž Zevnik.

Najbolj zanimiv del dirke je vzpon na Jelenov klanec, kjer energijo tekmovalcem dajejo tudi gledalci.

ZAVOD ZA ŠPORT KRANJ

ŠPORTNI CENTER

LETNO KOPALIŠČE BO OBRATOVALO DO 29. 8. 2021:

- vsak dan: od 9. do 22. ure
- popoldansko kopanje: od 14. ure do 22. ure
- nočno kopanje: 20. ure do 22. ure

Po trenutnih navodilih NIJZ, je število kopalcev omejeno.

Zaradi nepredvidljive situacije v zvezi z novim koronavirusom, sezonskih **kart ni v prodaji. Glede največjega dovoljenega števila obiskovalcev pa bo potrebno upoštevati navodila NIJZ. Ko bodo dovoljene kapacitete zapolnjene, bo na vstop potrebno počakati.**

Bazen z vodo, ki ima prijetnih 27 stopinj Celzija, vas v sončnem vremenu prijetno ohladi, v primeru oblačnega vremena pa vam omogoča rekreativno plavanje. Z osvežilnimi napitki, sladoledom in ostalo ponudbo vas razvajajo v dveh lokalih.

VSTOPNICE:

	dnevne vstopnice	popoldanske vstopnice
• odrasla:	5 EUR	4 EUR
• otroška:	3 EUR,	2,5 EUR
• družinska:	9 EUR	8 EUR
• 10 obiskov odrasli		30 EUR
• 10 obiskov otroci		19 EUR
• 20 obiskov odrasli		58 EUR
• 20 obiskov otroci		36 EUR

Vabljeni.

Informacije: recepcija bazena 04-2014440, www.zsport-kranj.si

ZAVOD ZA ŠPORT KRANJ, PARTIZANSKA CESTA 37, KRANJ

Klimatska naprava

V vročih poletnih dneh je klimatska naprava nepogrešljiv element bivanjskega prostora. Na kaj vse moramo biti pozorni, ko se odločimo za njen nakup, nam je pojasnil Dejan Klobučar, produktni vodja klimatizacije v podjetju ETIS.

Besedilo: **Maša Likosar**

Klimatske naprave so dandanes mnogo več kot le naprave za hlajenje in ogrevanje zraka. Med osrednje funkcije namreč sodi tudi skrb za kvaliteto zraka v prostoru, pri čemer uravnava vlažnost zraka, ga filtrira in ionizira, odstranjuje prašne in druge nevarne delce ter nevtralizira vonjave. So obenem tudi pametne naprave, saj omogočajo različne nastavitve hlajenja, zaznavajo gibanje v prostoru in samodejno uravnavajo ter usmerjajo tok zraka, zaznavajo tudi moč sončne svetlobe. Vključujejo lahko Wi-Fi vmesnik, ki omogoča, da klimatsko napravo nadzorujete s svojim pametnim telefonom. »Razvil se je tudi videz klimatske naprave. Modeli so lepše oblikovani in so estetsko dovršeni. Sodobne klimatske naprave so postale tudi vse bolj učinkovite ter varčne,« je pojasnil Klobučar iz podjetja ETIS, kjer na leto prodajo od 300 do 350 klimatskih naprav, ki vključuje eno zunanjo in eno notranjo enoto ali eno zunanjo in več notranjih enot.

Preden se odločimo za nakup klimatske naprave, se moramo opremiti s podatki, kot so kvadratura bivanjske enote, katere prostore želimo hladiti oziroma ogrevati, namembnost prostora in namen

V primeru, da je klimatska naprava pravilno nameščena, redno servisirana in nima mehanskih poškodb, je njena življenjska doba od sedem do deset let. / Foto: Primož Pičulin

klimatske naprave, torej ali z njo želimo v prvi vrsti ogrevati ali ohlajati prostore. »Nakup klimatske naprave v trgovinah, ki niso specializirane, vam lahko prinese nevšečnosti, saj običajno ne nudijo rezervnih delov niti servisiranja, kar lahko privede do težav, ko se srečamo z njenim nedelovanjem. S tem razlogom priporočam, da nakup opravite v trgovinah, ki imajo tehnično podporo, znanje in vam bodo zaposleni strokovno svetovati,« je poudaril Klobučar in dodal, da je najbolj zaželeno, da se stranke za nakup klimatske naprave odločijo konec poletja, v začetku jeseni ali spomladi. »V poletni sezoni je nakup najbolj neprimeren, ker so čakalne dobe za montažo od tri do štiri tedne, zunaj sezone pa največ en teden.«

Cenovni razred klimatskih naprav se pri ETIS-u giba od 500 do 1500 evrov brez DDV, pri čemer DDV znaša 9,5 odstotkov, če je klimatska naprava prodana z montažo. V primeru, da montaža ni vključena, pa je DDV 22 odstotkov. Koliko površine bomo z eno notranjo enoto zajeli, je odvisno od njene hladilno-ogrevalne moči. »Pri standardni višini stropa 2,5 metra lahko 2,5-kilovatna klimatska naprava pokrije dobrih 35 kvadratnih metrov površine, 3,5-kilovatna pa približno šestdeset kvadratnih metrov,« je povedal Klobučar in dodal, da so bili nekoč izkoristki klimatske naprave 1 proti 3, danes so že 1 proti 4 ali celo 1 proti 5, kar pomeni, da na en kilovat električne energije dobimo pet kilovatov hladilno-grelne moči. »Na mesečni ravni tako porabimo od 10 do 15 evrov, če klimatska naprava deluje vsak dan več ur, lahko tudi do dvanajst ur,« je dodal.

Notranja stenska enota klimatske naprave se običajno namesti v prostor, kjer so temperature najvišje, in sicer od 40 do 45 centimetrov pod stropom. »Stranke bi želele celotno hišo oziroma stanovanje pokriti z eno klimatsko napravo, kar je običajno nemogoče. Zato jim svetujemo, da jo namestijo v prostor, kjer se največ zadržujejo. To so najpogosteje dnevno-kuhinjski prostori, a pri tem moramo paziti, da je na mestu, kjer ne bo neposredno pihala v prisotne osebe,« je dejal. Pri montaži po besedah Klobučarja največ težav predstavlja zunanja enota, saj stranke ne želijo, da kazi njihovo hišo. »A vedno se najde lokacija, ki je najmanj moteča, pogosto v frčadah hiše, postavijo jo tudi na tla balkonske terase in ob hiši, pri čemer jo zamaskirajo z zaščitnimi in okrasnimi ograjami. Zunanja enota mora ostati zračna in je ne smemo docela zapreti,« je pojasnil.

Po prižigu klimatske naprave bomo prve temperaturne spremembe čutili že po desetih minutah. Pri tem svetujejo, da je razlika med zunanjo in notranjo temperaturo od pet do sedem stopinj Celzija. / Foto: Primož Pičulin

Klimatska naprava ima pri ETIS-u od dve do tri leta garancije, ki je pogojena z rednim servisom. Servis se načeloma opravi dvakrat letno, zaželelo je spomladi in jeseni. »Zelo pomembno je, da vsaj enkrat na tri mesece čistimo filtre klimatske naprave. Če stranka to delo opravi, je veliko naredila za nemoteno delovanje klimatske naprave,« je poudaril. Serviser z dezinfekcijskimi čistili še dezinficira klimatsko napravo, preveri delovanje mehanskih elementov, plin in odtoke. Strošek servisa je pri ETIS-u od 60 do 65 evrov brez DDV. »V vsaki kondenzni kapljici se lahko ustvari legionela, zato je redno čiščenje in servisiranje tako vitalnega pomena. Ker preprečimo, da bi klimatska naprava škodovala zdravju ljudi,« je sklenil Dejan Klobučar.

MERKUR nepremičnine

MERKUR nepremičnine, d.d.
Cesta na Okroglo 7
4202 Naklo, Slovenija
www.merkurnepremičnine.si
info@merkurnepremicnine.si

Oddamo pisarne z razgledom

Odlični delovni pogoji s pogledom na okoliške hribe.

Video predstavitev prek QR kode

K ČIVKARIJE

Jernej Ankele, ljubiteljski pivovar iz Stražišča, je v sodelovanju s Sebastijanom Ruparjem iz Pivovarne Advocatus (to najdemo pri Svetem Duhu) na Sv. Jošt pripeljal svetlo pivo, narejeno iz slovenskega hmelja, imenovano Krokodilček. Všečno etiketo unikatnega piva je zasnoval Tomaž Sedej – njegov brat Matjaž skupaj z ženo Tino in uigrano ekipo zadnjih nekaj let vodi Dom na Joštu. A. B. / Foto: osebni arhiv

Zdaj vemo, zakaj je Branko Djoković, priljubljeni šef trgovine Krajček, ki prisega na zdravo prehrano in vse, kar ima upravičeno predznak ekološko, in je ljubitelj ter hkrati čuvaj neokrnjene narave, pustil dolge lase. Dolgolasje namreč še kako pristoji h glasbi, ki jo je kot tolkalist v Pihalnem orkestru Kranj oni dan igral pred Prešernovim gledališčem – AC/DC, Deep Purple, Van Halen, Queen ... I. K. / Foto: Tina Dokl

Le o čem se pogovarjata znani srbski igralec, režiser in producent Dragan Bjelogrlić, gost festivala Krafft, in Selman Čorović, šef Layerjeve hiše in povezovalec festivalskih organizacijskih niti? O naslednjem Draganovem filmu, ki bi se lahko snemal v Kranju? Mi smo za. I. K. / Foto: Tina Dokl

V centru Supernova Qlandia Kranj smo nedavno naleteli na zanimiv prizor. V za nakupovalni center edinstvenem dvajsetminutnem Opera šovu visoko pod stropom smo lahko prisluhnili mlademu pevcu Marku Jenku, na harmoniki ga je spremljal Matej Zupan. Oba glasbenika sta sicer člana priljubljenega ansambla Kerlci. Slišali smo italijanske kancone, zimzeleno domačo popevko, očaral nas je zvok harmonike in madžarskega čardaša. Simpatično glasbeno doživetje v časih, ko veljajo posebna pravila druženja, ki so jih upoštevali tako organizator kot obiskovalci nakupovalnega centra. A. B. / Foto: Alenka Brun

Trideseti rojstni dan naše države in vsak svojih šestdeset let sta dobra prijatelja Janez Čimžar, sicer komercialist v naši časopisni hiši Gorenjski glas, in mlinotestovec Matjaž Prusnik proslavila na poseben način. Odpravila sta se na prvo osvobojeno ozemlje v drugi svetovni vojni, in sicer sta šla peš iz Britofa do Vinice. Fotografija je nastala pri izviru Krke. Slavljenca, klobuk dol za prehojeno pot in čestitke ob osebnem prazniku! A. B. / Foto: osebni arhiv

Junij je mesec krvodajalcev in mednje se je letos s ponosom vpisal tudi radijski voditelj na Radiu Ekspres in stand up komik Klemen Bučan. Letošnja akcija je potekala pod sloganom Velika družina srčnih ljudi. A. B. / Foto: Radio Ekspres

Ravnateljska. Majda Vehovec je prva med enakimi v OŠ Šenčur, Janez Cuderman - Nudl, znan tudi kot odličen likovnik, pa ravnateljuje na OŠ Helene Puhar v Kranju. Ne gre dvomiti, da sta oba tudi ljubitelja dobrega filma, srečali smo ju namreč na prvem Igralskem filmskem festivalu Krafft. I. K. / Foto: Tina Dokl

Že nekaj časa Hano Kotar poznamo po čokoladah, creminih oziroma paulicah in čokoamijih ali čokoladnih sadno-sladkih ter slano-karamelnih grižljajih. Trenutno pa mlada slaščičarka iz Britofa veliko pozornosti posveča tudi domačemu sladoledu. Tokrat smo jo v objektiv fotoaparata ujeli na poti v Naklo. A. B. / Foto: Alenka Brun

Modrost in izkušnje sta najbrž atributa, ki mladoupokojence vedno znova spodbudita, da prireditve spremljajo z varne razdalje – na primer koncert pihalnega orkestra, ki je oni dan igral izključno rok. Prvi na levi, Franci Sever - Klif, je edini, ki še pomaga polniti pokojninsko blagajno, saj je prvi poznavalec filmske zbirke v Mestni Knjižnici Kranj. Mojca Sešek, sveža 60-letnica, je kulturo predajala otrokom v medvoškem vrtcu, njen partner Robert Kavčič pa je bil dolgoletni organizator v Prešernovem gledališču; in Gorazd Uršič - Gogi tisti, ki je v kontroli letenja skrbel za varnost vzletanja, pristajanja in letenja čez naše kraje. Vivat, draga druščina. I. K. / Foto: Tina Dokl

Doživite Prešerno poletje

Prešerno poletje že vabi v staro mestno jedro Kranja – na koncerte, kulturne prireditve, filmske večere, kulinarične užitke ... Dogodki za različne okuse in na različnih lokacijah – vsak večer v tednu.

Srečko Štagar in Petra Žibert,
Zavod za turizem in kulturo Kranj

Poletje v Kranju je tudi letos prešerno. Po večmesečnem kulturnem zatišju so ulice v središču mesta že zaživele v poletnem vzdušju, ki ga bogatijo različni dogodki, združeni v program Prešernega poletja. Tekom poletja se bo v kompleksu gradu Khislstein zvrstilo več kot petdeset dogodkov. V objemu srednjeveškega obzidja bodo potekali koncerti, predstave, kulturna druženja in filmski večeri. Za uvod v Prešerno poletje se je že odvil odmeven filmski festival Krafft. V nadaljevanju bo v **Letnem gledališču Khislstein** možno prisluhniti odličnim koncertom. Nastopila bodo številna zveneča imena: Nina Pušlar, Rudi Bučar in Banda, Ansambel Saša Avsenika (s programom Vse najboljše, Slovenija ob 30-letnici samostojnosti države), Klapa Kampanel, Hamo & Tribute 2 Love, Vlado Kreslin z Malimi bogovi, Big foot mama akustično in Mrfy. Letno gledališče bo gostilo tudi predstave Sex po Slovensko Vida Valiča, Kriza srednjih let in Večno samska.
Očarljivo **grajsko dvorišče** tudi v tem poletju gosti nepozabna glasbena doživetja, obarvana z vrhunskimi izvajalci. Na sredine Glasbene večere pod grajsko lipo tokrat vabijo Janez Škof in Čompe, Slavko Ivančić, Avtomobili, Janez Bončina - Benč, Tomaž Štular - Bordo in Andraž Hribar. **Pod lipo** bodo nastopili tudi Gal Gjurin in Čedahuči v sklopu Tedna mladih. Dogodke bo spremljala kulinarična ponudba hrane in vrhunskih vin. Destinacija Kranj je namreč letos vstopila v projekt Evropska gastronomska regija 2021.
Torkovi kulturni vdihi pod grajsko lipo prinašajo literarne večere in pogovore, ki jih Zavod za turizem in kulturo Kranj pripravlja v sodelovanju z Mestno knjižnico Kranj,

Ob vrhuncu poletja bodo kranjske ulice znova v znamenju Kranfesta (29.–31. julij), tokrat z manjšimi, butičnimi dogodki.

V Letnem gledališču Khislstein bodo tudi letos potekali številni odmevni dogodki.

Z lanske dirke za Veliko nagrado Kranja – Memorial Filipa Majcna. Letošnji kolesarski praznik bo 24. in 25. julija.

Prešernovim gledališčem in Gorenjskim muzejem. Obisk torkovih kulturnih dogodkov je brezplačen, enako velja za četrtkove filmske večere. **Vovkov vrt** se bo tudi to poletje ob četrtkih spremenil v kino pod zvezdami z izjemnim filmskim programom.

Ob petkih po 15. uri ne gre zamuditi uličnе tržnice **Kr' petek** je, zato se po službi ustavite na Glavnem trgu in nakupite sveže lokalne izdelke ali pa se okrepčajte ob izbrani kulinarični ponudbi.

Poletni petki na Pungertu znova prinašajo odlično glasbo, ki jo podžiga kavarniško vzdušje. Na odru se bodo zvrstili Maša s spremljevalno skupino, The Jam:men, Tango Appassionato, Nina Virant duo, Petra Polak in Klemen Smolej trio, Karin Sever in Emil Spanyi s prijatelji ter Blaž Mencinger band. Sobotne večere popestrijo koncerti, s katerimi postrežejo v **KluBar gastropubu**.

V letošnjem poletju se veliko dogaja tudi na **TrainStationu SubArt**, kjer pripravljajo cikel SUB dogodkov, na katerih bodo nastopile skupine Koala Voice, Matter, Bad Notion, Ingoa, Smetnjaki in Recycle man – 30 let.

Poletje v Layerjevi hiši bo umetniško obarvano, saj še vedno lahko obiščete tudi bienale tekstilne umetnosti Bien 2021, ki bo do 14. avgusta potekal v Kranju.

Poleg osrednjega razstavnega programa bienale vabi k obisku spletnih pogovorov z umetniki in simpozija o tekstilni dediščini in trajnostnih pristopih ter delavnic in sprehodov.

V kompleksu gradu Khislstein se bo zvrstilo več kot petdeset dogodkov. V objemu srednjeveškega obzidja bodo potekali koncerti, predstave, kulturna druženja in filmski večeri.

Ob vrhuncu poletja bodo kranjske ulice znova v znamenju **Kranfesta** (29.–31. julij), tokrat z manjšimi, butičnimi dogodki.

Nedavno se je začel **Teden mladih**, edini teden, ki letos traja kar celo poletje in ponuja raznovrstne vsebine za mlade, kot mlade po srcu.

Tudi letos bo utrip poletja pričaralo tradicionalno **državno prvenstvo v odbojki na mivki** v Kranju! V naravnem amfiteatru parkirišča Stara Sava bomo lahko v polni kapaciteti in na tribunah spremljali atraktivne odbojkarske predstave, ki zaznamujejo vsak julij v prestolnici Gorenjske. V četrtek (22. julija) bodo potekale kvalifikacije, v petek in soboto (23. in 24. julija) pa bo na sporedu glavni del turnirja, na katerem se bo pomerilo 12 najboljših ženskih in moških ekip.

Naše mesto je ena od prestolnic kolesarstva, kar poleg uspešnih rezultatov kranjskih kolesarjev dokazuje tudi vsakoletni kolesarski praznik, ko Kranj živi za kolesarski šport. Kolesarski klub Kranj bo tudi letos v soboto, 24. julija, organiziral kriterij in nočni kriterij za vse tekmovalne kategorije, dirko za najmlajše otroke ter za trenerje in spremljevalno osebje. Nedelja, 25. julija, pa je rezervirana za najstarejšo slovensko mednarodno kolesarsko dirko, letos že 53. dirko za **Veliko nagrado Kranja** – Memorial Filipa Majcna.

Še en pomemben športni dogodek se bo v poletnem času odvil v Kranju. Svojo zmogljivost in vztrajnost boste lahko preizkusili na **Slovenskem 12-urnem teku**, ki bo potekal v nedeljo, 22. avgusta, od 7. do 19. ure, v središču Kranja.

Ljubitelji džeza bodo na svoj prišli od 19. do 28. avgusta, ko bo v mestu zopet festival **Jazz Kamp Kranj** s svojim odličnim programom.

Poletje torej prinaša dogodke za različne okuse in na različnih lokacijah – vsak večer v tednu. Potekali bodo ob upoštevanju priporočil NIJZ, za vstop pa je obvezno izpolnjevanje enega od pogojev PCT.

KRANJ

Prešerno poletje

www.visitkranj.com

Cikel SUB koncertov
TrainStation SubArt

Kr' petek je!
Glavni trg

Poletni petki na Pungertu
Cafe galerija Pungert

Jazz Kamp Kranj
20. - 28. 8.

Večeri z okusom
KluBar gastropub

Državno prvenstvo v odbojki na mivki
22. - 24. 7., parkirišče Stara Sava

Bien – Bienale tekstilne umetnosti
Več kot 60 razstav na različnih lokacijah po Kranju

VN Kranja - Memorial Filipa Majcna
24. - 25. 7., ulice in trgi Kranja

Dogodki na gradu Khislstein

KRANJ

GRAD KHISLSTEIN SEZONA 2021

7. 7. 20.00 JANEZ ŠKOF & ČOMPE — POD GRAJSKO LIPO

8. 7. 21.00 **Filmski obzornik 80 – Metka, Meki** Nika Autor I Slovenija I 2021 I 78 min — FILMSKI VEČERI NA VOVKOVEM VRTU

9. 7. 21.00 **NINA PUŠLAR** — Letno gledališče Khislstein Kranj

10. 7. 20.00 ČEDAHUČI — POD GRAJSKO LIPO

12. 7. 20.30 **VID VALIČ: SEX PO SLOVENSKO** — Letno gledališče Khislstein Kranj

13. 7. 20.00 **Kviz znanja** Anže in Aljaž Božič Organizator: KŠK, Mestna knjižnica Kranj — Torkov kulturni VDIH

14. 7. 20.00 SLAVKO IVANČIĆ — POD GRAJSKO LIPO

15. 7. 21.00 **Gagarine** Fanny Liatard in Jérémy Trouilh I Francija I 2020 I 95 min — FILMSKI VEČERI NA VOVKOVEM VRTU

16. 7. 21.00 **RUDI BUČAR & BANDA** — Letno gledališče Khislstein Kranj

20. 7. 20.00 **Večer brezmejnih zgodb in pesmi** Irena Cerar, Zvezdana Novaković Organizator: Mestna knjižnica Kranj — Torkov kulturni VDIH

21. 7. 20.00 AVTOMOBILI — POD GRAJSKO LIPO

22. 7. 21.00 **Undine** Christian Petzold I Nemčija I 2020 I 91 min — FILMSKI VEČERI NA VOVKOVEM VRTU

23. 7. 21.00 **ŠPAS TEATER: KRIZA SREDNJIH LET** — Letno gledališče Khislstein Kranj

27. 7. 20.00 **Znanost na cesti: Spremenljivo nočno nebo z observatorijem Vere** C. Rubin dr. Andreja Gomboc, Maj Valerij Organizator: Znanost na cesti, Mestna knjižnica Kranj — Torkov kulturni VDIH

28. 7. 21.00 **Jadralke** Alex Holmes I Velika Britanija I 2018 I 97 min — FILMSKI VEČERI NA VOVKOVEM VRTU

29. 7. 20.00 1NA1: GUŠTI IN TOMI M — POD GRAJSKO LIPO

30. 7. 21.00 **ANSAMBEL SAŠA AVSENIKA: VSE NAJBOLJŠE SLOVENIJA** — Letno gledališče Khislstein Kranj

31. 7. 21.00 **KLAPA KAMPANEL** — Letno gledališče Khislstein Kranj

2. 8. 20.00 **Novinarjev kalejdoskop: Darja Groznik** Darja Groznik, Miha Šalehar Organizator: Mestna knjižnica Kranj — Torkov kulturni VDIH

4. 8. 20.00 JANEZ BONČINA - BENČ — POD GRAJSKO LIPO

5. 8. 21.00 **Razbijalka sistema** Nora Fingscheidt INemčija I 2019 I 118 min — FILMSKI VEČERI NA VOVKOVEM VRTU

6. 8. 21.00 **HAMO & TRIBUTE 2 LOVE** — Letno gledališče Khislstein Kranj

10. 8. 20.00 **Mestno paberkovanje** Miha Mohor, Boštjan Gorenc Pižama Organizator: Mestna knjižnica Kranj — Torkov kulturni VDIH

11. 8. 20.00 TOMAŽ ŠTULAR - BORDO Z GOSTI — POD GRAJSKO LIPO

12. 8. 21.00 **Fotograf** Ritesh Batra I Indija, Nemčija, ZDA I 2019 I 110 min — FILMSKI VEČERI NA VOVKOVEM VRTU

13. 8. 21.00 **ŠPAS TEATER: VEČNO SAMSKA** — Letno gledališče Khislstein Kranj

14. 8. 21.00 **VLADO KRESLIN IN MALI BOGOVI**

17. 8. 20.00 **Pogovor z Nejcem Slaparjem,** Glasbena spremljava Slutnja poletja Organizator: Gorenjski muzej — Torkov kulturni VDIH

18. 8. 20.00 ANDRAŽ HRIBAR — POD GRAJSKO LIPO

20. 8. 21.00 **BIG FOOT MAMA AKUSTIKA** — Letno gledališče Khislstein Kranj

19. 8. 21.00 **Medena dežela** Tamara Kotevska in Ljubomir Stefanov I Severna Makedonija I 2019 I 86 min — FILMSKI VEČERI NA VOVKOVEM VRTU

24. 8. 20.00 **Monodrama: Večja od vseh** Organizator: Prešernovo gledališče — Torkov kulturni VDIH

28. 8. 21.00 **MRFY** (TEDEN MLADIH) — Letno gledališče Khislstein Kranj

Vstopnice na vseh prodajnih mestih Eventim, Petrol Servisih in v Kranjski hiši.

MESTNA OBČINA KRANJ · ZTKK · SLOVENIA EUROPEAN REGION OF GASTRONOMY AWARDED 2021 · GORENJSKI MUZEJ · PREŠERNOVO GLEDALIŠČE · hiša LAYER · MESTNA knjižnica KRANJ

gradkhislstein

www.visitkranj.com

Publike polna ploščad pred gledališčem je potrdila moč dobre glasbe in še boljšega pihalnega orkestra. / Foto: Tina Dokl

Ko »pleh zaroka«

Ni težko napolniti ploščadi med gledališčem in cerkvijo, kadar kranjski Pihalni orkester najavi Rock rapsodijo.

Besedilo: **Igor Kavčič**

Pihalni orkester Mestne občine Kranj je lep dokaz, kaj vse lahko igrajo tovrstni orkestri, če je le volja za to in jih vodi pravi prvi orkestraš – beri dirigent. Tomaž Kukovič se je tokrat zakopal v glasbeno literaturo rokovske glasbe, poiskal najboljše priredbe za orkester, tam, kjer jih ni bilo, pa jih je pripravil sam. Mojstrsko.

Orkester je začel z venčkom najbolj znanih Bryana Adamsa. Le kdo ne pozna njegovih I do it for you, The best of me, Please forgive me, Summer of 69? No, zdaj vemo, da jih je dobro slišati tudi v pihalni izvedbi. Prav tako so glasbeniki – orkester se je v zadnjem času precej pomladil – v nadaljevanju predvsem ženske duše pobožali z venčkom uspešnic skupine Bon Jovi, kot so pesmi Runaway, It's my life, Livin' on a prayer in You give love a bad name. Kukovič je priredil Van Halenovo Jump, z The sound of silence Paula Simona pa je nekoliko umiril rokovske strasti publike. Povrnil jih je trši splet glasbe legendarnih Deep Purple s skladbami Burn, Highway star in kakopak kraljevsko Smoke on the water. Jasno je, da kadar zasedba napove rokovske priredbe, brez glasbe skupine Queen ne gre. Don't stop me now je publiko prepičala ravno v to – brez ustavljanja. In ga ob čudoviti izvedbi Bohemian rhapsody tudi ni bilo. Nataša Naneva je v vlogi napovedovalke rapsodičnost odlično dopolnjevala.

Kaj pa AC/DC? Seveda jih je Kukovič, ki je pripravil tudi aranžmaje, prihranil za konec: Thunderstruck, You shook me all night long in Highway to hell. Kaj ljubitelj roka lahko doživi še boljšega tam med gledališčem in cerkvijo, kjer je pihalni orkester dokazal, da lahko »žge« tudi rokovsko glasbo. K

POZDRAVILI SO POLETJE

Na že tradicionalni vsakoletni prireditvi Pozdrav poletju na Glavnem trgu pri vodnjaku se nastopajoči niso veselili le poletja, ampak so razveseljevali tudi publiko, ki si je zadnjo predpoletno soboto v mesto prišla ogledat njihove nastope. Prireditev, ki jo organizirata Zveza kulturnih društev Kranj in Zavod za turizem in kulturo Kranj, je še enkrat znova navdušila in pokazala, kako močno bazo ima v našem mestu ljubiteljska kultura. V kulturno-umetniškem programu so se predstavili pevski zbori, vokalne in instrumentalne skupine, veteranske, odrasle, mladinske in otroške folklorne skupine, brali so poezijo, otroci so nastopili v gledališki improvizaciji, publiko so očarale mažoretke ... Ob nastopajočih so se v spremljevalnem programu na trgu zvrstile tudi stojnice nevladnih organizacij, na katerih so se predstavile organizacije in društva z različnih področij delovanja.

Foto: Igor Kavčič

Vedno odlična Folklorna skupina Iskraemeco je predstavila, kako so včasih plesali meščani.

Teden mladih

Začel se je že 26. Teden mladih, ki bo trajal celo poletje.

Besedilo: **Ana Šubic,** foto: **Brin Kejžar**

Potem ko je lanski Teden mladih zaradi koronarazmer odpadel, letošnji ne bo. Organizatorji iz Kluba študentov Kranj so nadvse veseli, da je končno prišel čas tudi za kulturne dogodke. Letos tako prirejajo že 26. Teden mladih – edini teden, ki bo trajal celo poletje, vse od 21. junija do 28. avgusta. »Naš prvotni načrt je bil, da bi Teden mladih tako kot vsako leto izpelja-

Tradicionalni Ponytlon na Mohorjevem klancu

Oglasno sporočilo

Vse najboljše, Slovenija!

V nakupovalni center Supernova Qlandia Kranj se vrača življenje. Najprej so za obiskovalce pripravili Opera šov, na prav poseben način so zaznamovali dan državnosti – s plesom folklorne skupine in deljenjem slovenskih zastavic obiskovalcem.

Meta Ahačič, vodja centra: »Našim obiskovalcem želimo približati glasbene, kulturne dogodke in razstave, za ogled katerih bi sicer morali bodisi v gledališče ali galerijo. Naše zveste obiskovalce smo presenetili z glasbenim nastopom opernih arij in italijanskih kancon dobesedno izpod stropa nakupovalne ulice, v prijetnem, domoljubnem vzdušju pa smo praznovali tudi trideseti rojstni dan naše države. Tako smo ob dnevu državnosti v dopoldanskem času obiskovalcem trgovskega centra delili zastavice, v popoldanskem pa zaplesali s folklorno skupino Ozara iz Kranja. Ob tem smo seveda poskrbeli za upoštevanje ukrepov za preprečevanje širjenja novega koronavirusa.«

Supernova Q KRA d.o.o., Leskoškova cesta 2, Ljubljana

Tako se v nakupovalnem središču Supernova Qlandia Kranj vračajo nazaj v življenje tudi z dogodki. Poleti, v času dopustov, pa so za obiskovalce pripravili spletne in radijske nagradne igre ter kolo sreče s poletnimi nagradami. Od avgusta dalje pa načrtujejo vrsto dogodkov, namenjenih tako otrokom kot odraslim. Skratka: v Supernovi Qlandii Kranj ne bo dolgčas!
»Z veseljem vabimo k sodelovanju lokalne umetnike, obrtnike, druge ustvarjalce,

saj imamo lep, urejen prostor za slikarsko galerijo in razstavne vitrine. Priložnost dajemo tudi ustvarjalcem, ki se doslej še niso odločili, da bi se predstavili javnosti, a so izjemni obrtniki, umetniki, rokodelci ... Tako lahko obiskovalcem pokažejo svoje stvaritve. Z veseljem sodelujemo z lokalno skupnostjo, lokalnimi društvi, vrtci in šolami. Močno si želimo še trdnejšega povezovanja z lokalno skupnostjo. Vljudno vabljeni,« še pove Meta Ahačič.

NAKUPOVALNI CENTER SUPERNOVA

Teden mladih se je začel 21. junija s Praznikom glasbe, na katerem so nastopili tudi učenci Glasbene šole Kranj.

V okviru Tedna mladih so predvideli več kot dvajset različnih dogodkov, tudi turnir v ročnem nogometu.

li v devetih dneh, ampak bi ga za razliko od preteklih let izpeljali konec junija. Ker so bile takrat, ko smo se morali odločiti, kdaj bomo festival dejansko izvedli, razmere glede epidemije v Sloveniji bolj slabe, smo se odločili za plan C, torej da dogodke razpršimo in izvedemo skozi celotno poletje. Začeli smo junija z manjšimi dogodki na prostem in nato julija in avgusta nadaljujemo z dogodki z več ljudmi in koncerti – v upanju, da bo do takrat epidemiološka slika v državi ugodnejša, saj je bil seveda naš prvotni cilj izvesti dogodke čim varneje in čim bolj podobno 'stari normali',« je pojasnila vodja odnosov z javnostmi Taja Starc.

V okviru Tedna mladih, ki poteka pod vodstvom Andreja Rusa, načrtujejo okoli 24 dogodkov. Začeli so 21. junija s Praznikom glasbe, ki so ga zaznamovali v Kranju, organizirali pa so ga v sodelovanju s SubArtom. Na različnih lokacijah po starem delu mesta so nastopili Posebni gostje, Strunoslav, Jan Nograšek, Douchean in učenci Glasbene šole Kranj. »Praznik glasbe se nam je zdel dober dan za začetek festivala, saj poleg odprtja festivala proslavimo tudi glasbenike in njihovo delo,« je dejala Starčeva.

V nadaljevanju Tedna mladih so se zvrstili še drugi dogodki, kot so turnir v ročnem nogometu in v balinčkanju, tradicionalni Ponytlon na Mohorjevem klancu, imeli so tudi že prvi ekološko naravnan dogodek Izmenjevalnico oblačil in Skejt sešn na Gregorčičevi ulici, v Prešernovem gaju so si pretegnili mišice z vodeno vadbo ... Načrtujejo tudi dva večera ob ognju, in sicer pod grajsko lipo. Na prvega, ki so ga predvideli za včeraj, so povabili Gala Gjurina, drugi s skupino Čedahuči pa jih čaka v soboto, 10. julija. Med odmevnejšimi dogodki je Taja Starc posebej omenila tudi stand-up dogodek Resnica ali laž, ki ga bodo izvedli v sodelovanju z društvom KUD Kiks 19. julija v Letnem gledališču Khislstein. Obiskovalci bodo lahko prisluhnili tudi skupinam, kot so Koala voice (7. julij, TrainStation SubArt), Flirt (31. julij, TrainStation SubArt), Joker Out (20. avgust, Klubar) in Mrfy (Letno gledališče Khislstein, 28. avgust).

Prav s koncertom skupine Mrfy in predskupine Masharik bodo Teden mladih tudi sklenili.

Pri projektu sicer sodeluje številna ekipa s petimi vodji. Poleg že omenjenih Andreja Rusa in Taje Starc velja omeniti še vodjo večernega programa Ano Žibert, vodjo trženja Nino Furlan in vodjo logistike Jureta Bajta. »Potem pa so tu še fotografi, pomočniki za odnose z javnostmi, pomočnica trženja, pomočniki logistike, vodje posameznih dogodkov, naši KŠK-aktivisti in seveda naš lenivec Lenart – maskota festivala,« je še razložila Taja Starc.

ČADEŽ D.O.O., VISOKO 7 G, VISOKO

Trainovih deset

Deset let je minilo, odkar so se odprla vrata kranjskega Trainstation SubArta. Jubilej je potekal v znamenju koncertov, za nadaljevanje glasbenega poletnega utripa Kranja pa bo na Trainu celoten julij skrbel tradicionalni SubArt festival.

Besedilo: **Samo Lesjak,** foto: **Primož Pičulin**

Pred desetletjem so na Kolodvorski 8 v Kranju s Trainstation SubArtom – v začetku imenovanem Squat – urbani mladinski kulturi v Kranju odprli nova vrata. S požrtvovalnim prostovoljnim delom ubranega in marljivega kolektiva, zagnanostjo ter podporo predvsem mladih jim je uspelo iz razpadajoče 42-metrske barake narediti objekt, v katerem dandanes delujejo prireditveni prostor za koncerte, delavnice, filmske projekcije, predavanja, druženje pa tudi prostor za vaje mladih glasbenih skupin, likovni atelje, vege kuhinjo ...

»Trainstation SubArt se je v desetletju delovanja razvil v zatočišče, stičišče, lahko bi rekli kar v center kranjske urbane, nekomercialne, alternativne, mladinske kulture,« pravi Darči Kruševac, eden izmed glavnih gonilnih sil večine projektov, sicer organiziranih s strani skupine mladih na prostovoljni bazi. Neizmerno velika in pomembna je vloga Traina kot prostora delovanja, ki omogoča – tako s prostori za vaje, snemalnim studijem ter seveda koncertnim odrom – preboj mladim lokalnim glasbenikom in skupinam, ki bi sicer težko našli priložnost za predstavitev svojega znanja in energije. Vse to in še več o mladinski subkulturi redno popišejo v reviji Scena, v zadnjih letih pa sta se na Trainu uveljavili tudi likovna ter družbeno-kritična galerija, skejterski park ...

Ob jubileju so se konec junija vrstili udarni koncerti.

Čestitke za prvo desetletje: aktivna ekipa Traina se že veseli priprave novih dogodkov.

Jubilej so na Trainu proslavili – kako drugače – kot s koncerti domačih glasbenikov in zasedb različnih žanrov ter tako poskrbeli za okuse vseh obiskovalcev, ki so po epidemijskem več kot predolgem koncertno-glasbenem zatišju željni kakovostnih glasbenih dogodkov, ki jih že polno dekado nudi Trainstation SubArt. Oder pred Trainom so tako zasedli Korkie, Veztax, Prio, Erma, Douchean, Raggalution, Smetnaki, Ingoa, Smoking cactus, Opran možgan, Sakrabolt in Grund, ob desetletnici pa so posneli tudi dokumentarec, ki ujame utrip dogajanja na Trainu in za to zaslužnih (ogled filma je možen na njihovi FB-strani).

Train pa ostaja aktiven tudi v organizacijskem smislu. V mesecu juliju se bo tam odvil SubArt festival, ki bo znova – domala vsak dan – ponudil pestro in zanimivo aktualno glasbeno dogajanje. To že nekaj let presega lokalne interese in iz tujine privablja tako obiskovalce kot nastopajoče. Izmed koncertov, ki se bodo odvijali na posebnem, razmeram odlično prirejenim prostorom pred stavbo Traina, velja omeniti nastope zasedb Koala Voice (7. julij), Matter (10. julij), Bad Notion (14. julij), Armaroth (17. julij), Ingoa (21. julij), Smetnaki (24. julij), medtem ko bo 28. julija tri desetletja po legendarni Levi sceni utrip dvigoval Recycle Man (Ali En).

Čestitke za prvo uspešno dekado z željami po koncertih in druženju tudi v prihodnje!

RIVAL – VTS, d. o. o., Ljubljana
Ob železnici 18, 1000 Ljubljana
Tel.: 01 520 71 50, faks: 01 520 71 68
info@rival-vts.si / www.rival-vts.si

OE Gorenjska
Branko Malešič, varnostni menedžer
Ulica Mirka Vadnova 1, 4000 Kranj
branko.malesic@rival-vts.si, tel.: 040 26 60 11

PRIHAJA VROČE POLETJE

Svoje premoženje in svojce učinkovito zaščitite in varujte. Bodite pozorni na okolico svoje posesti, na neznance, ki ne spadajo v vaše okolje in vedno čuječi!

Vgradite proti vlomno zaščito: čvrsto sklenjeno ograjo okoli svoje posesti, video domofon, vhodna vrata v hišo opremite s kukalom, prečno zaporo ali vgradite proti vlomna vrata, na kletna okna namestite rešetke ali varnostne folije. Pri tem vam z veseljem pomagamo s svetovanjem ali načrtovanjem ter predvsem z izvedbo tehničnega in/ali fizičnega varovanja.

RIVAL - VTS, d. o. o., Ljubljana, ima naslednje licence za zasebno varovanje:
1. upravljanje z varnostno-nadzornim centrom - VNC;
2. varovanje ljudi in premoženja;
3. prevoz in varovanje gotovine, za 1. in 2. razred;
4. varovanje javnih zbiranj;
5. varovanje prireditev v gostinskih lokalih;
6. izvajanje sistemov tehničnega varovanja.

V skladu s Pravilnikom o požarnem varovanju (Ur. l. RS, št. 107/2007) imamo od URSZR izdano Odločbo o pooblastilu za izvajalca požarnega varovanja.
Upravljamo z varnostno nadzornim centrom (VNC), na katerem sprejema signale iz vseh sistemov za varovanje in nadzor objektov ter oseb, v skladu s standardom SIST EN 50518. Lokacijo za rezervni VNC, v primeru izpada lastnega VNC imamo pri družbi Varnost Vič d.d.

Vgradite alarmne naprave: video nadzor, video domofon, senzorje ki zaznavajo nepooblaščeno gibanje, lom stekla, tresenje vrat ali sten, dim, ogenj, povišano temp., izliv vode,... Vgradite panik tipke, magnetne kontakte na vratih in oknih.

Naša varnostno-tehnična služba načrtuje, prodaja, vgrajuje, programira in servisira varnostne naprave.

Alarmne naprave povežite z našim VNC, kategorije II., ki zagotavlja neprekinjen, 24 ur dnevno, sprejem in obdelava alarmnih in video signalov, obveščanje odgovornih oseb in interventnih varnostnikov, analize stanja našim poslovnim partnerjem, vam in tudi drugim varnostnim službam po Sloveniji. Trenutno je na naš VNC vezanih okoli 5.000 proti vlomnih, proti požarnih alarmnih in video nadzornih sistemov ter tudi signalov zaznave prisotnosti CO, temperaturnih padcev v hladilnicah, senzorjev za zaznavo plinov, vode in podobno.

Varovanje ljudi in premoženja s stalno fizično prisotnostjo varnostnika na objektu samem,
z oboroženimi intervencijskimi enotami, ki se odzivajo na sprožene alarme, zagotavljamo na območju Kranja, Škofje Loke, Tržiča, Radovljice, Bleda, Bohinja, Kranjske Gore in Jesenic s širšo okolico za stanovanjske hiše, turistične objekte, proizvodna podjetja, izobraževalne ustanove, vrtce, zdravstvene domove, stavbe državne uprave in lokalne samouprave ter objektov posebnega pomena za državo. **Oboroženi intervencijski varnostniki, ki so ves čas na terenu, k vam v primeru alarma pridejo v nekaj minutah.**

Zaposlitvene možnosti so dobre! Vabim vas, da se pridružite našim kvalitetnim in homogenim intervencijskim enotam na območju Gorenjske. **Prijavite se!**

Stremimo, da **tisto kar počnemo, opravimo kar se da učinkovito**. Znanje, sposobnost, delavnost in iznajdljivost, ki jih premoremo, nam to omogočajo.

Zelo vesel bom vsakega vašega klica ali e-pošte.

Branko Malešič

Nebeški sladoledi in nebeške začimbe

Nebeški sladoledi in nebeške začimbe imajo skupno točko – sedemindvajsetletno Kranjčanko Nasjo Starman, ki je s pomočjo družine pred tremi leti razvila blagovno znamko Heaven Gelato in kasneje še blagovno znamko Heaven Spices.

Heaven Gelato predstavljajo butični sladoledi polnega okusa in kremaste strukture, ki jih je leta 2019 razvila Nasja Starman. Ko je opazila, da trg na Gorenjskem ponuja predvsem klasične in komercialne sladolede, se ji je porodila ideja o sladoledih višje kakovosti, izdelanih iz naravnih in bolj zdravih sestavih, ki ne vsebujejo vpihanega zraka, emulgatorjev, umetnih sladil, barvil in arom, vsebnost sladkorja pa je trideset odstotkov manjša kot pri klasičnih komercialnih sladoledih. »Poudarek je na zdravih in naravnih sestavinah in naravnih rastlinskih barvilih, ki zadostijo tudi najzahtevnejšim gurmanskim ljubiteljem sladoleda in tistim, ki sledijo zdravi prehrani. Iz tega razloga letos razvijamo linijo zdravih sladoledov brez laktoze, ki vključujejo bodisi riževo mleko bodisi kefir ali avokado, vsebnost sladkorja pa je še manjša,« je dejala.

Njihova pestra ponudba zajema mlečne in sadne sladolede na vodni osnovi, proteinske sladolede z manj sladkorja in več beljakovinami, lansko sezono so prestavili zimske sladolede, letošnja novost so alkoholni sladoledi. »Glavna lastnost zimskih sladoledov je ta, da so manj hladni in vsebujejo biskvit, piškote in podobne sestavine, ki omilijo hlad in jih v zimskem času lahko postrežemo kot sladico. Banjica alkoholnega sladoleda vsebuje od tri do štiri decilitre žgane pijače, zelo priljubljena sladoledna okusa sta gin tonik in mojito,« je pojasnila. Med bolj zaželenimi sadnimi sladoledi je trenutno sladoled z okusom manga, med premium pa prevladuje stoodstotna mediteranska pistacija.

Heaven Gelato si lahko privoščite v gostinskih lokalih v Kranju, Žireh, Škofji Loki in Žirovnici, v kratkem pa Starmanova obljublja tudi kilogramske banjice »to go« za domačo uporabo. »Pripravljamo spletno trgovino, kjer bo banjico moč naročiti in tako se boste z našim sladoledom lahko razvajali tudi doma,« je povedala. Spletna trgovina sladoleda bo predvidoma zaživela 15. avgusta. Jeseni pa Starmanova obljublja še eno novost, in sicer monoporcijske slaščice.

Blagovni znamki Heaven Gelato je sledila znamka Heaven Spices, ki razveseljuje zlasti ljubitelje gina. Ko govorimo o Heaven Spices, govorimo o začimbah za gin ter drugih dodatkih, ki popestrijo gin tonik, poudarijo njegov okus ter aromo in obenem estetsko obogatijo videz pijače.

Pred dobrim letom je Nasja Starman zaznala pomanjkanje ponudnikov na slovenske trgu t. i. gin botanicalsev. »Ponudba, ki je bila, pa je predstavljala velik cenoven izziv gostincem, kljub že nekaj let trajajočemu trendu,« je dejala.

Na voljo imajo pestro izbiro različnih začimb, kot so piment, brinove jagode, zvezdni janež, čili, kardamom, cimetove palčke in rožnati poper, dehidriranega sadja, kot so limete, limone, rdeče grenivke in pomaranče, cvetlic, kot so rdeči, rumeni in rožnati popki vrtnice ter hibiskus, in liofiliziranega sadja, kot so jagode, maline in borovnice.

Njihovi dehidrati so sušeni v leseni, ročno izdelani sušilnici, kar pomeni, da se med samim procesom plastika slabe kvalitete ne pregreva, kot je to običajno pri drugih sušilnih napravah. Na tak način se strupeni hlapi in barve iz plastike ne vežejo na njihove izdelke. Tudi vsi citrusi so površinsko obdelani s pesticidi in raznimi voski, zato jih pred obdelavo za 12 ur namočijo v sodo

bikarbono in jih nato do suhega izbrišejo ter tako odstranijo vse morebitne škodljive snovi.

»Začimbe so primerne tudi za druge pijače, kot so kuhano vino ali kuhan gin, grog ter razne koktajle. Vrtnice in sadje se lahko uporabijo kot dekoracija slaščicam ali dodatki k prehrani,« je dodala. Njihove produkte Heaven Spices lahko naročite na spletni strani, zasledili pa jih boste tudi približno v 15 lokalih na Gorenjskem. Za decembrska praznična in poslovna darila bodo pripravili tudi darilne košare, ki bodo vključevale gin, njihove začimbe in recepte, ki so jih oblikovali v lastnih gostinskih lokalih in v sodelovanju z drugimi gostinci, s katerimi sodelujejo, pri tem pa upoštevali tudi mnenja strank in združili vse tisto, kar ljubitelje gina navdušuje ob pitju te priljubljene alkoholne pijače.

Taris Plus d.o.o., Cesta na Brdo 59, Kranj

Skrivnostna češnja

Tako se imenuje najboljši koktajl Slovenije 2021 po izboru Turistično-gostinske zbornice Slovenije (TGZS). Ustvaril pa ga je barman, tudi član Društva barmanov Slovenije (DBS), Rok Dobnikar iz Gostilne Dobnikar s Katarine nad Medvodami. Rok sicer z družino že deset let živi v Stražišču.

Besedilo: **Alenka Brun**

Aprila letos so na TGZS kljub epidemiji in mirovanju turizma pozitivno zrli v prihodnost. Organizirali so kar nekaj dogodkov, pri čemer so si pomagali s spletom. Odmeven je bil na primer Naj krof Slovenije 2021. Potem so se odločili, da bodo junija izpeljali dogodek Naj koktajl Slovenije 2021, če se bo le dalo v živo.

Glede na trenutno stanje je tekmovanje v sodelovanju z DBS v sklopu projekta Slovenija – evropska gastronomska regija 2021, ugledalo luč sveta v Portorožu, na Plaži Meduza.

NAJ KOKTAJL SLOVENIJE 2021 SO IZBIRALI PRVIČ Program dogodka je bil pester, poleg tekmovanja v pripravi koktajlov je bil bogat tudi spremljevalni del, v katerem so se med drugim predstavila še dekleta za izbor Model Miss Earth Slovenije 2021. Svoje barmansko znanje pa je navzočim predstavil tudi letošnji glavni akter precej gledanega domačega šova Sanjski moški Gregor Čeglaj.

Tekmovanje je bilo odprto za vse barmane, ne le člane DBS. Udeležilo se ga je 25 Slovencev, med njimi tudi nekaj barmank. Pogoj za sodelovanje so bili naslednji: v koktajlu uporabljene izključno slovenske sestavine, moral je biti alkoholen, bilo pa je popolnoma vseeno, za katero vrsto koktajla so se tekmovalci odločili. Na koncu je prepričal koktajl z ginom Roka Dobnikarja. Skrivnostna češnja ga je poimenoval. Koktajl poleg gina z okusom češnje vsebuje še pehtranov, breskov in zeliščni liker, ananasov sok ter sok rdeče pese.

»Jaz sem se odločil bolj za 'fancy' različico, nekaj med t. i koktajlom 'long drink' in 'after dinner', ki je bolj sladek. Skrivnostna češnja je precej močan koktajl, ker če pogledamo po odstotkih, je

Skrivnostna češnja poleg gina z okusom češnje vsebuje še pehtranov, breskov in zeliščni liker, ananasov sok ter sok rdeče pese.

Društvo Bazen Kranj, kulturni center, Staretova ulica 20, Kranj

sestavljen iz polovice alkohola, pol pa je soka. Se pa kljub temu ne čuti alkohol toliko, ker mu ananasov sok da ravno prav sladke note,« pove Dobnikar. Nadaljuje, da o tem, ali bi se prijavil na tekmovanje ali ne, ni kaj veliko razmišljal. Ker ima tekmovanj za seboj res že veliko – na precejšnjih ga spremlja njegova soproga, ki je ravno tako barmanka in tudi tekmuje – se sicer zgodi, da ko dobi idejo, si včasih kaj zapiše, skicira videz koktajla na papir, a največkrat si sliko izoblikuje in recept zabeleži kar v glavi. Izkušnje in praksa pač naredijo svoje. »Je pa res, da se zadnje čase nagibam k minimalističnim okrasitvam, vendar tu ne gre za neko modo, bolj je to stvar vsakega posameznega barmana,« še razloži, ko ga povprašamo, s čim je okrasil svoj koktajl. Razloži, da je za okrasitev uporabil meto in čipko iz testa za palačinke, za črno barvo pa je uporabil jedilno oglje. Na prvi pogled se morda sliši enostavno, vendar ko se zadeve lotiš, potrebuješ kar nekaj potrpežljivosti, da na koncu dobiš točno takšno čipko, kot si jo je zamislil, na glas ugotavljamo.

RECEPT ZA KOKTAJL JE JAVEN Skrivnostno češnjo trenutno lahko okušate v Gostilni Dobnikar na Katarini, ga je pa po recepturi že spraševala tudi znana barmanska kolegica Draga Kepeš.

Recept je naslednji: 2,5 centilitra gina Karakter (češnja), 2 centilitra pehtranovega likerja Kržič, 0,5 centilitra breskovega likerja Fructal, 4 centilitre ananas soka Fructal, ena barska žlica stoodstotnega soka rdeče pese Fructal, štiri kapljice zeliščnega likerja Tr'glav.

DOBNIKAR IMA RAD BARMANSTVO V Društvu barmanov Slovenije je že slabih dvajset let, aktivneje pa ga koktajli in tekmovanja zanimajo kakšno leto manj. Ne skriva, da se je tokratnega tekmovanja v živo razveselil – tako kot vsi drugi sodelujoči, saj je bilo po letu in pol prvo, ki je spominjalo na tiste iz časov pred razglasitvijo pandemije. Pa še leto se je za Roka Dobnikarja dobro začelo, saj je postal »lastnik« najboljšega koktajla za leto 2021 po izboru TGZS.

Med pripravo koktajla, ki je na koncu osvojil sodnike na izboru Naj koktajl Slovenije 2021 / Foto: arhiv organizatorja

Rok Dobnikar / Foto: arhiv organizatorja

UGL d.o.o., Slovenski trg 7, 4000 Kranj

POČITNICE V KNJIŽNICI

V Mestni knjižnici Kranj (MKK) so pripravili številne brezplačne poletne aktivnosti za otroke. Danes poteka prva iz sklopa delavnic, na katerih bodo snemali kratke filme za čistejše okolje, prihodnji teden bodo potekale delavnice digitalnih veščin, na katerih bodo izdelali računalnik Colibri Air s senzorji, sredini dopoldnevi so rezervirani za ustvarjalnice, med 19. in 23. julijem se bodo udeleženci učili risanja s svinčnikom, med 2. in 6. avgustom pa slikanja z barvami ... V MKK so posebej opozorili na avgustovski Poletni robo kamp, kjer bodo sestavljali in programirali robote. Mlajši osnovnošolci bodo s pomočjo lego mehanskih setov Lego Education WeDo 2.0 spoznavali, kako so zgrajene mehanske naprave, se seznanili z energijo, delovanjem zobnikov, vzvodov, osi, pogonskih mehanizmov ... Starejši osnovnošolci bodo ob podpori mentorja sestavljali najzahtevnejše robotske modele in najnaprednejše programe. Načrtujejo dve delavnici robotike, eno za osnovnošolce in drugo izključno za dekleta, saj v MKK v okviru Evropskega izziva – Tehnofobija ni za ženske spodbujajo udejstvovanje žensk na področju naravoslovja in tehnologije. Delavnica za dekleta bo potekala v tednu od 16. do 20. avgusta, drugo delavnico, namenjeno vsem osnovnošolcem, pa načrtujejo med 16. in 18. avgustom. Prijave sprejemajo na e-naslovu damjana.mustar@mkk.si. V MKK seveda pripravljajo tudi bralne pakete za dopustnike (odrasle in otroke), ki se bodo prepustili izboru knjižničarjev. A. Š.

Zavod za turizem Cerklje, Trg Davorina Jenka 13, Cerklje na Gorenjskem

Pravljično poletje

Otroci se lahko pridružijo ustvarjalnim druženjem, prisluhnejo pravljicam, si ogledajo predstave ...

Besedilo: **Ana Šubic,** foto: **Ada Trkulja**

Pod okriljem Zveza ustvarjalnih društev Kranj Krice race ta mesec poteka pester počitniški program. Na vrtu hiše Krice Krace se je ob torkih in četrtkih med 10. in 12. uro možno pridružiti ustvarjalnim druženjem, saj potekajo delavnice, delo na vrtu, igre, pravljice. Z udeleženci bodo različni ustvarjalci: Uliana Dorofeeva in Ksenija Ponikvar (6. in 18. julij), Mojca Pavlič Drnovšek in Bojan Pretnar (13. in 15. julij), Natalija Herlec in Alja Kump (20. in 22. julij) ter Petra Stare in Andrej Štular (27. in 29. julij). Ob četrtkih ob 10.30 bodo dogajanje popestrile tudi predstave. Ta četrtek bosta Lutkovno gledališče Tri in skupina Bobek uprizorila Grdega račka, 15. julija bodo gostili Kaličopkovo gledališče z Mojco in Kaličopkom, 22. julija Lutkovno gledališče Tri s predstavo Kužek in muca ter 29. julija še Nežko Kukec, ki se bo prelevila v Piko na obisku.

V mestnem jedru Kranja tako kot v preteklih poletjih ne bo manjkalo pravljic. Že osmo leto so Krice Krace povabile pravljičarje, da bodo ob petkih ob 17.30 s pravljicami razveseljevali otroke in druge, ki jim radi prisluhnejo. Na Pravljicah na dvoriščih bodo obiskovalci vsak petek poslušali pravljice na vnaprej objavljenih lokacijah v starem delu mesta. »Ob tem bodo spoznali, kako lepo je naše mesto ter kje vse lahko pravljice zaživijo in nam popestrijo vroče poletne večere,« je poudarila organizatorka pravljičnega poletja Jadranka Završnik. Ta petek bo na Vovkovem vrtu možno prisluhniti Petri Korenjak Marčun ter pravljici Nit in požrešna žaba, teden dni kasneje bo Završnikova na lokaciji Puharjevega muzeja premierno uprizorila kamišibaj z naslovom Mucek gre objemat svet. Navdih je dobila prav iz aktualnih razmer. V petek, 23. julija, bo na ploščadi pred Prešernovim gledališčem možno prisluhniti Kozlovski sodbi v izvedbi Alje Kump, 30. julija pa bo na Glavnem trgu (arkade Galerije Prešernovih nagrajencev) Jelena Sitar povedala pravljico Kako je Krjavelj kozi kri puščal. Pravljice na dvoriščih bodo potekale tudi na avgustovske petke.

Stolpova pripovedovalnica na zadnjo junijsko soboto

Program je na voljo na vratih stolpa Pungert in na FB-profilu društva Krice Krace.

Ob sobotah ob 10.30 je možno pravljicam prisluhniti še pred stolpom Pungert, pod košato lipo, kjer potekajo Stolpove pripovedovalnice. »Obetamo si lahko pravljic kranjskih pripovedovalcev, kamišibajev in zgodbic iz oddaljenih krajev Slovenije, od koder bodo prišli težko pričakovani pravljični gostje. Iz Bele krajine, Ljubljane, Novega mesta pridejo vrhunski kamišibajkarji, ki bodo pričarali posebno pravljično vzdušje. Tudi glasbe ne bo manjkalo,« je napovedala Završnikova. Po pravljici se je možno pridružiti še ustvarjalnim delavnicam, ki jih organizira Cafe galerija Pungert.

> Že osmo leto so Krice Krace povabile pravljičarje, da bodo ob petkih ob 17.30 razveseljevali s Pravljicami na dvoriščih.

Tudi ekipa Stolpa Pungert pod vodstvom Urške Košir je pripravila različne počitniške aktivnosti. Na ponedeljkovi delavnici Nož in les otroci ustvarjajo s pravimi orodji, srede so rezervirane za vodne igre, ob četrtkih otrokom dela družbo gozdna varuška, ob petkih lahko uživajo na glasbenih uricah, ob sobotah na Živ-žavovih uricah, ob nedeljah pa je čas Florjančkov vrtiček – vrtnarjenje skozi igro. Več informacij je na FB-strani Stolpa Pungert. K

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

Odpiralni čas: od ponedeljka do petka med 7. in 17. 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!

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

Avtorica nasveta: Marta Skoberne, BC Naklo

PTIČJA STRAŠILA

Na polju in vrtu moramo pridelke večkrat deliti tudi z drugimi bitji; npr. z žuželkami, s pticami in z divjadjo. Da bi ohranili čim več pridelka, si pomagamo na različne načine. Lahko uporabimo kemična sredstva, vabe, odvračala. Ena od možnosti je tudi **postavljanje strašil**. Postavljanje strašil na polja je verjetno staro toliko kot je staro pridelovanje rastlin. Ljudje za izdelavo uporabljajo predmete, ki so jim pri roki in bi jih drugače zavrgli. Res pa je, **da so sodobna strašila drugačna od tistih, ki smo jih bili navajeni**. Včasih so uporabili **seno ali slamo in jo oblekli v odslužena oblačila**. Sodobna strašila so lahko narejena iz odpadne plastike, steklenic, vrečk, pločevink, folij. Večkrat njive obdajo s plastičnimi trakovi, ki živalim preprečijo dostop, hkrati pa jih s svojo barvo in zvoki odvračajo.

Čeprav so strašila namenjena odganjanju, velikokrat privabljajo poglede, ker je v njih vznemirljiva, strašljiva lepota, včasih tudi milina in prijaznost. **Vsako strašilo je enkratno, neponovljivo in tudi pomemben del kulturne dediščine.** Najbolj opazna so strašila v podobi človeka (antropomorfna strašila).

Izdelava je običajno preprosta. Prav pride vsaka malenkost, nekaj spretnosti in domišljije. Strašila so navadno narejena iz dveh prekrižanih palic, ki tvorita ogrodje na katerega so pritrjena oblačila (največrat so to srajce, hlače, suknjiči, nogavice) ali drugi predmeti.

Mogoče bi letos na svojem vrtu ali njivi postavili strašilo in si tako priskrbeli neutrudnega, tihega delavca, ki se ne naveliča svojega dela.

POČITNIŠKE DELAVNICE ZA OTROKE

Prosta mesta so že v terminu delavnice
od 23. 8. 2021 do 28. 8. 2021.
Delavnica bo potekala
od ponedeljka do petka, med 7.00 in 15.30.
Več informacij: 080 3900, 041/499 934,
tecaji@bc-naklo.si
Vabljeni k prijavi.

Pestre počitnice

Počitniške aktivnosti v medgeneracijskem centru so povsem zasedene, še vedno pa se je v drugi polovici avgusta možno vključiti v program na osnovnih šolah Orehek in Predoslje.

Otroci iz medgeneracijskega centra ob srečanju s krokodilom na poti na Jošt

Besedilo: **Ana Šubic**

Ljudska univerza Kranj (LUK) tudi v letošnjem poletju skrbi za pestre počitniške dneve številnih otrok.

V medgeneracijskem centru v okviru projekta Večgeneracijski center Gorenjske potekajo brezplačne počitniške aktivnosti za otroke iz socialno manj spodbudnih okolij. »Odziv na brezplačne aktivnosti je pričakovan – v nekaj urah so bila mesta za celo poletje zasedena,« je pojasnila direktorica LUK Mateja Šmid. V devetih tednih se bo na aktivnostih zvrstilo 67 različnih otrok.

Ob tem LUK že izvaja tudi plačljive počitniške aktivnosti, ki jih sofinancira Mestna občina Kranj. Pripravljajo jih na lokacijah LUK ter na osnovnih šolah na Orehku in v Predosljah. Šmidova je vesela, da je odziv letos večji kot lani. »Videti je, da bomo aktivnosti izvajali na vseh treh lokacijah v vseh štirih terminih.« Aktivnosti so začeli pretekli teden in tako v teh dneh poteka že drugi počitniški teden, dva tedna počitniških aktivnosti pa bodo izpeljali še v drugih polovici avgusta (16.–20. avgust in 23.–27. avgust). Prijave še sprejemajo. Na lokaciji LUK sta zadnja počitniška tedna že povsem zasedena, še vedno pa so na voljo prosta mesta na OŠ Orehek in OŠ Predoslje. Počitniški program, ki vsebuje ustvarjalne, kulinarične in športne delavnice, poučne urice ..., je namenjen otrokom med 6. in 12. letom starosti, poteka pa od 8. do 16. ure. Prispevek staršev znaša 50 evrov za en teden za enega otroka (vključeno je tudi kosilo). K

marifit

MAGNEZIJ ZMANJŠUJE UTRUJENOST IN IZČRPANOST

IMA VLOGO PRI DELOVANJU IMUNSKEGA SISTEMA

PRISPEVA K DELOVANJU MIŠIC

OHRANJA ZDRAVE KOSTI IN ZOBE

PRIPOROČAMO TUDI V PRIMERU MIŠIČNIH KRČEV

/www.mb-lekarne.si

/Marifitdopolnila

“Magnezij prispeva k delovanju mišic ter ohranjanju zdravih kosti in zob. Vitamin B_6 ima vlogo pri delovanju imunskega sistema. Magnezij in vitamin B_6 prispevata k zmanjševanju utrujenosti in izčrpanosti. Preizkusite Magnezij DUO, 200 mg.”

Izdelek Marifit Magnezij DUO 200 mg je prehransko dopolnilo. Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo prehrano.

LEKARNE MARIBOR

Javni zdravstveni zavod Maribor, Minařikova ulica 6, 2000 Maribor

O izzivih materinstva

Festival Dojiva se bo v začetku avgusta potekal tudi v Kranju. Namenjen je pomoči in informiranju nosečnic, mamic in družin o pomenu dojenja ter o izzivih v nosečnosti in starševstvu, pravi organizatorka Tina Tepina.

Besedilo: **Ana Šubic**

Med številnimi slovenskimi kraji, v katerih bo v začetku avgusta potekal festivala Dojiva se, bo znova tudi Kranj. Festival vselej pripravijo ob tednu dojenja (od 1. do 7. avgusta). Glavni organizator je spletna šola za starše Veva. »Veseli nas, da festival sedaj že četrto leto poteka tudi v Kranju,« je dejala Kranjčanka Tina Tepina, ki bo bdela nad izvedbo festivala v Kranju.

Festival je namenjen pomoči in informiranju nosečnic, mamic in družin o pomenu dojenja, premagovanju težav z dojenjem, o izzivih v nosečnosti in starševstvu. Tako bodo med 1. in 6. avgustom na spletu potekala brezplačna predavanja na temo dojenja in starševstva. Program vseh aktivnosti bo objavljen na spletni strani www.dojiva.se.

DRUŽENJE Z IZMENJAVO MNENJ IN IZKUŠENJ. V soboto, 7. avgusta, bo ob zaključku festivala Dojiva se v 22 krajih po Sloveniji potekalo še sproščeno druženje (bodočih) mamic, očkov in družin nasploh, ki bo namenjeno izmenjavi mnenj in izkušenj. »Trudili se bomo ustvariti varen, sproščen prostor, kjer se bodo mamice čutile slišane in upoštevane. V Kranju bo dogodek potekal na Pungertu pod lipami poleg otroškega igrišča, in sicer od 9. ure dalje,« je napovedala Tina Tepina. K sodelovanju so povabili tudi nekaj kranjskih lokalov, kjer bo

> Med 1. in 6. avgustom bodo na spletu potekala brezplačna predavanja na temo dojenja in starševstva, v soboto, 7. avgusta, pa bo ob zaključku festivala potekalo še sproščeno druženje (bodočih) mamic, očkov ter družin nasploh, in sicer na Pungertu od 9. ure dalje.

mlade mamice ob naročilu pričakala pozitivna misel, teden dojenja pa bo zaznamovala tudi Mestna knjižnica Kranj, ki bo v tem času poudarila knjige na temo dojenja, starševstva in nosečnosti. Festival vsako leto pospremi tudi izdaja vodnika o nosečnosti in starševstvu Zaupam si, ki ga bo mogoče prevzeti na dan dogodka. V vodniku bo pester nabor strokovnih člankov o porodu, dojenju, vzgoji in prehrani.

Tina Tepina je svetovalka za dojenje in podporo po porodu.
/ Foto: osebni arhiv (Primož Pibernik)

Z IZZIVI SE SREČUJE VELIKO MAMIC. Tina Tepina je mati dveh deklic ter hkrati tudi svetovalka za pomoč pri dojenju in podporo po porodu. Kot nam je zaupala, se je po rojstvu prve hčere tudi sama soočala s težavami pri dojenju. Odpravila jih je ob pomoči patronažne sestre, ki je bila hkrati svetovalka za dojenje. »Pri drugi hčeri sem že imela nekaj znanja in se je že v porodnišnici polno dojila,« se spominja sogovornica, ki je sčasoma ugotovila, da se veliko mamic srečuje s podobnimi izzivi. »Name so se z vprašanji obrnile tudi nekatere znan-

ke, zato sem se kasneje odločila tudi za izobraževanje v tej smeri, kjer sem pridobila tudi certifikat. Zavedam se, kako potrebna je prava pomoč v prvih tednih z novorojenčkom, in želim, da bi bil za mamice prehod v materinstvo čim prijetnejši.«

PREDNOSTI DOJENJA. Znano je, da dojenje prinaša veliko prednosti – tako za otroka kot za mamico. »Že v mlezivu oz. prvem mleku so vse potrebne snovi, ki jih takrat novorojenček potrebuje. Nima pa samo hranilne vrednosti, pač pa poskrbi tudi za novorojenčkovo odpornost. Tudi kasneje je mleko vedno prilagojeno dojenčku in njegovim potrebam, glede na starost, zdravstveno stanje. Mleko je lahko prebavljivo, vsebuje protitelesa bolezni, ki jim je bila mati izpostavljena, predvsem pa je vedno pripravljeno in lahko omogoči otroku takojšnjo zadovoljitev njegovih potreb,« je naštevala Tina Tepina. Poudarila je še prednosti, ki jih dojenje prinaša materi: poleg tega, da je zastonj, omogoča krčenje maternice po porodu in zmanjšuje poporodno krvavitev, prispeva k postopnemu uravnavanju hormonov, zmanjšuje stres, mamica se sprošča, umirja, je samozavestna in zaupa v svoje telo. Kot pravi, naj mati doji, dokler obema, njej in otroku, to ustreza. »Ko ona ali otrok začuti, da je pripravljen končati, takrat naj bo dojenja konec.«

Čeprav je dojenje najbolj naravna oblika hranjenja dojenčka, pa vsaki mamice ne steče enostavno oz. nekaterim sploh ne. »Ta veščina skozi zadnja desetletja izgubljala pomen. Danes se jo je treba naučiti, kar je včasih težko, ker se veliko mamic prvič sreča z dojenjem šele, ko imajo svoje otroke. Na žalost tako nimajo prave predstave dojenja, pravih informacij in podpore,« ugotavlja Tina Tepina. Mamice so marsikdaj obdane z napačnimi informacijami o tem, koliko, kdaj, kako naj bi se otrok dojil, strah jih je, da je mleka premalo, srečajo se z nezaupanjem vase in v svoje telo. Velik vpliv na uspešnost dojenja ima tudi podpora mamici: tako fizične kot čustvene narave, je dodala.

PRIPRAVE NA POPORODNO OBDOBJE. Kot opaža, se pogosto zgodi, da se mamice v nosečnosti intenzivno pripravljajo na porod, kar seveda spodbuja, ob tem pa poporodno obdobje žal večkrat

Utrinek z lanskega festivala. Vsako leto ga pospremi tudi izdaja vodnika o nosečnosti in starševstvu Zaupam si. Letošnjega bo mogoče prevzeti ob srečanju na Pungertu.

Odstranjevanje biofilma in zobnega kamna s terapijo GBT

Zobni kamen ne samo kvari estetski videz zob, ampak tudi omogoča nastanek kariesa, slabi obzobna tkiva, povzroča krvavenje dlesni in lahko vodi v paradontalno bolezen.

Tradicionalno se zobni kamen odstranjuje z ročnimi inštrumenti, kar je lahko boleče, invazivno in povzroči poškodbe na površini zob in vsadkov ter samih dlesni. Prav tako mnogih predelov s to tehniko ni mogoče doseči.

V **Centru Hočevar** zato za izvajanje ustne higiene uporabljamo **najsodobnejše tehnike**. Med drugim zobni kamen in obloge odstranjujemo z napredno napravo švicarskega proizvajalca **EMS AirFlow** – po principu **Guided Biofilm Therapy** (terapija vodenega biofilma). Ta odstranjuje tako biofilm kot zobni kamen in v osmih korakih ohranja vaše zobe zdrave.

- Terapija je minimalno invazivna in zmanjša potrebo po agresivnih ročnih in soničnih/ultrasoničnih inštrumentih.
- Je klinično varna, učinkovita in nežna do zob in mehkih tkiv ter vsadkov.
- Je tudi zelo udobna za paciente, saj poteka praktično brez bolečin.
- Je del obširnega preventivnega koncepta.

Zaradi povečanega obsega dela v svojo ekipo vabimo zobnega asistenta/tko. Več informacij na spletni strani.

CENTER HOČEVAR

Center Hočevar, Reteče 205, Škofja Loka | T: 08 200 5358 M: 040 557 257 | www.centerhocevar.com

NASVET

Janez Logar, mag., terapevt

Dopusti

Končno prihaja moj in najin dopust. Otroci so odšli od doma, imava naporni službi, oba se veseliva morja, hkrati pa naju je strah, da se (spet) ne bova na začetku dopusta sprla in si uničila nekaj dni. Pravzaprav se nama to ponavlja. Namenjava si čas za najin odnos, za pogovore, se izobražujeva, poznava nekaj zakonitosti zakonskega odnosa, naju pa jezi, ker se ravno na dopustu zgodi nekaj, kar prepreči veselje. Zakaj se nama to dogaja in ali to lahko preprečiva?

Zagotovo to lahko preprečita. In dobra novica je, da je to odvisno samo od vaju. Že samo lastna odgovornost za lepo preživet dopust nam da upanje, da se bomo imeli lepo. Verjetno sta vsaj dva razloga za vajino dinamiko.

Zavestno bosta verjetno hitro ugotovila, da sta na dopustu sama – ni otrok, ni službenih skrbi, ni skrbi za ostarelo mamo, celo ekrane odstranita. Najprej bosta začela raziskovati vajino bližino, ki lahko postane nevarna. Vem, da zveni čudno. Želita biti sama, se nasmejati, si dovoliti več telesne bližine, hkrati pa se prikrade prikrit strah, kaj bosta drug ob drugem počela oziroma kaj bosta drug ob drugem začela čutiti, če ne bo vse idealno, o čem se bosta pogovarjala, katere zamolčane užaljenosti bo treba priznati, morda vsaj eden od vaju upa, da bi drugemu povedal, kar mu že dlje časa leži na duši in doma kar ne najdeta časa za neprijetne pogovore. Čeprav si nadvse želite, da bi vas partner slišal v vseh vaših globinah, vas je hkrati strah, kako bo reagiral, ko bo res izvedel vaša notranja doživljanja. Ni druge poti, kot da zberete pogum in mu to poveste. To ne bo uničilo vajinega dopusta, temveč bo okrepilo vajino zaupanje. Naj vam bo v dodatni pogum, ker ima vaš partner globoko v sebi nekaj podobnega, sicer ne bi bila skupaj.

Verjetno pa imate vi (ali oba) v podzavesti vzorec, da vam ne sme biti lepo. Zlasti če se vam to kljub zavestnemu trudu ponavlja. Ko je lepo, se nekaj mora zgoditi, da se lepo, prijetno stanje uniči. Najprej bosta s partnerjem začela ugotavljati, ali je res tako. Kdaj se vama to zgodi, ali lepo vzdušje prekineta sama, kaj storite, kaj rečete, ali se nekaj zgodi v okolici, ali to storijo drugi ljudje … Nato boste pogledali pri sebi kaj, kdaj, kje se vam je začelo »podirati« veselje, čeprav za to ni razloga. Morda vam je kdo prigovarjal, da si ne zaslužite sreče, da iz vas nikoli nič ne bo, da se nima smisla truditi, ker je življenje eno samo trpljenje, ali da je izkazovanje sreče pred drugimi sebično dejanje … Zelo verjetno je, da ste vzorec prepira na dopustu videli doma.

Dovolite, da morje pobože vašo kožo, sol naj razžre, kar ni zdravega, bodite sočutni do vseh celic sebe in bodite prijazni do svojega partnerja.

Toplina
zakonski in družinski center
www.toplina.net
Cankarjeva ulica 3, 4000 Kranj, T: 040 239 342
janez.logar@toplina.net

ostane prepuščeno naključju. »Zato bodočim mamicam predlagam, da se že v nosečnosti začnejo izobraževati tudi glede poporodnega obdobja in dojenja. Pomembno je, da se opremijo vsaj z osnovnimi informacijami, kako dojenje deluje, kaj je normalno, na kaj je treba biti pozoren, kaj opazovati pri otroku, ali dobiva dovolj mleka ... Predvsem pa se naučiti zavedanja, da telo zmore in da se z vsako obliko dojke in bradavice da dojiti,« je poudarila.

KAKO POVEČATI LAKTACIJO. Nekatere mamice se soočajo s pomanjkanjem mleka, na povečano laktacijo pa lahko vpliva več dejavnikov. Tina Tepina je omenila pravilno pristavljanje otroka in dojenje po potrebi, saj se zaradi večjega povpraševanja tvori več mleka, mamica naj veliko počiva in uživa raznoliko prehrano. »Materino telo bo poskrbelo za tvorbo mleka, tudi na račun svoje zaloge beljakovin, vitaminov in ogljikovih hidratov, zato je pomembno, da mamica najprej poskrbi zase.« Pomembno je tudi veliko stika koža na kožo – zdravilno pestovanje, kar omogoča mamici, da opazuje svojega otroka, začne bolj zaupati vase in v svoje telo, ob vsem pa se tvori hormon oksitocin, ki igra ključno vlogo pri nastajanju mleka, je pojasnila. Na tvorbo mleka je možno vplivati tudi s hrano, kot so ovseni kosmiči, polenta, grško seno, korenje, ječmen, prav tako velja omeniti čaje za dojenje, vodo ...

> Pogosto se zgodi, da se bodoče mamice v nosečnosti intenzivno pripravljajo na porod, ob tem pa poporodno obdobje večkrat ostane prepuščeno naključju. »Zato predlagam, da se že v nosečnosti začnejo izobraževati tudi glede poporodnega obdobja in dojenja.«

SREČNA MAMA, SREČNI VSI. Ob pogovorih z mamicami, ki se nanjo največkrat obračajo z vprašanji o dojenju, Tina Tepina opaža, da marsikdaj potrebujejo bolj čustveno oporo. »Dandanes so namreč mamice precej osamljene v tem ranljivem obdobju, brez prave podpore, opore in pomoči, tako fizične kot čustvene. Včasih se ne znajdejo v poplavi vseh informacij, mogoče jim te niti niso blizu, zdi se jim odveč prositi za pomoč. Zaradi prilagajanja na nov način življenja, skrbi za gospodinjstvo in novega člana pa izgubljajo energijo, kar pa še dodatno poslabšajo neprespane noči, čustvene spremembe. Namesto da bi mamica ta čas počivala, okrevala po porodu, kar je zelo pomembno, ter se povezovala z dojenčkom, se pogumno uklanja nekim družbenim normam, ki določajo, da naj bi se kmalu vrnila nazaj v prejšnjo formo in čim bolje sama usklajevala gospodinjstvo in skrb za dojenčka. Ob vsem tem pa kaj hitro pozabi nase. Včasih se zgodi, da mine celo dopoldne, pa je mamica še vedno v pižami, brez zajtrka ter popolnoma izžeta od neprespane noči in skrbi, ali je normalno, da je novorojenček stalno 'priklopljen' nanjo,« je pojasnila in opozorila, da vse to lahko vodi v poporodno depresijo, težave z dojenjem in navezovanjem na dojenčka. »Tega je danes mnogo. Zato polagam na srce vsem mamicam, da si po porodu poiščejo podporo in pomoč, da jim bo lažje. Saj veste: srečna mama, srečni vsi!« je še dodala Tina Tepina.

Vse za poletno nego las na enem mestu

Veste, da mokri lasje vpijejo občutno manj slane ali klorirane vode, zato se poškodbam las lahko izognemo, če jih pred skokom v morje ali bazen zmočimo s sladko vodo? Naj vam izsušeni lasje, razcepljene konice, čezmerno izpadanje las ali večja količina nadležnega prhljaja ne zagrenijo dopustniškega razpoloženja. Z ustrezno zaščito in nego pripravite lase na poletje.

Poletni dnevi prinašajo tople sončne žarke in nas napolnijo s pozitivno energijo ter dobro voljo. Čezmerna izpostavljenost soncu, morski soli in kloru marsikomu povzroča preglavice – ne le na koži, temveč tudi laseh, ki potrebujejo skrbno zaščito in nego s primernimi izdelki. Da bo poletje še bolj brezskrbno, so strokovnjaki dm Studia pripravili nekaj učinkovitih rešitev za čudovite in zdrave lase ter ideje za poletne pričeske, s katerimi boste očarale na plaži, v mestu ali v službi.

Poškodovani lasje

Vas mučijo poškodovani, tanki in krhki lasje, ki so videti neurejeni in neukročeni? V dm Studiu poznajo skrivnost, zaradi katere se lahko brez frizerskih škarij poslovite od poškodovanih las. Patentirana tehnologija OLAPLEX vsebuje sestavine, ki se iz las ne izpirajo in aktivno delujejo do naslednjega striženja. Vaši lasje bodo videti bolje kot kadar koli prej.

Prekomerno izpadanje las

Dnevno nam izpade tudi do 100 las, zunanji vplivi pa lahko to številko dodatno povečajo. Svojim lasem lahko učinkovito pomagate z nego las linije L'Oréal Professionnel Serioxyl, ki okrepi lasno korenino, lasje pa postanejo vidno polnejši. Poslovite se od prekomernega izpadanja las in očarajte z bujno pričesko z več volumna!

Mastno lasišče in prhljaj

Če ste med tistimi, ki se spopadajo z veliko prhljaja ali se jim lasje zelo hitro zmastijo, morate poleti svojemu lasišču posvetiti še dodatno pozornost. Poletni zunanji dejavniki lahko še dodatno razdražijo lasišče. Za vse z omenjenimi

težavami priporočamo čistilno nego las in lasišča z Wella Professionals Elements. Obnovitvena maska z glino dodaja lasem vitalnost in sijaj, medtem ko jih globinsko obnavlja.

Suhi lasje

Lasje, ki jim primanjkuje vlage, se hitro lomijo in še hitreje poškodujejo. Z vlažilno nego Moroccanoil Hydration se lahko poslovite od dolgočasnih las brez življenja. Formula linije Hydration z arganovim oljem, negovalnimi sestavinami in antioksidanti poskrbi za globinsko vlaženje in nego, izboljšuje elastičnost in sijaj las, hkrati pa jih okrepi.

Svojim lasem privoščite ustrezno poletno nego v dm Studiu, kjer vas do 31. avgusta čakajo posebne ugodnosti po promocijskih cenah. Bujni razpuščeni kodri ali speti lasje? Frizerski mojstri dm Studia vas že čakajo s številnimi idejami za poletne pričeske po zadnjih modnih smernicah. Za več informacij pokličite v dm Studio na **04 517 05 10** ali obiščite **www.dmstudio.si.**

dm STUDIO

DM DROGERIE MARKT D.O.O., LITOSTROJSKA CESTA 48, LJUBLJANA

Nov ali rabljen avto

Pomembno vlogo igrajo želje in čustva, racionalno gledano pa so zgovorne predvsem številke.

Statistično gledano je nakup avtomobila v družini še vedno drugi največji nakup. Ob tem pa večna dilema, kupiti rabljen ali nov avto. Za rabljen avto lahko velikokrat slišimo, da kupujemo mačka v žaklju. Izkušnje kažejo, da je zlasti treba biti previden pri uvozu rabljenega avtomobila iz tujine. Mnogokrat se pod sijočo barvo skriva močno razbita, popravljena pločevina ali »zmatran« motor z lažnim številom kilometrov. Mnogo takih dilem vam je lahko prihranjenih, če kupujete rabljen avto na primer pri pooblaščenem prodajalcu

TABELA ZMAGOVALCEV PO POSAMEZNIH RAZREDIH

Razred	Model	Vrednost po 4 letih glede na novo vrednost (v %)
El. avtomobili (do 40.000 €)	Mini Cooper SE	59,63 %
El. avtomobili (nad 40.000 €)	Tesla Model S Long Range	61,24 %
Mali avtomobili	Hyundai i10 1.2	56,86 %
Mali avtomobili (segment B)	Dacia Sandero Stepw. TCe 90	66,02 %
Spodnji srednji razred (segment C)	VW Golf 1.5 TSI OPF	53,73%
Srednji razred (segment D)	Skoda Superb Combi 2.0 TSI 4x4 DSG	49,81 %
Višji razred (segment E)	BMW 540i xDrive Aut.	44,44 %
Visoki razred (segment F)	Mercedes S 400 d 4Matic L 9G-TRONIC	48,62 %
Športna vozila	Porsche 911 Carrera 4S PDK	57,95 %
Kombiji	Mercedes V-Klasa 300 d lang 4Matic 9G-TRONIC	56,44 %
Majhni SUV-ji (segment B)	Mazda CX-30 e-Skyactiv G 2.0 M Hybrid	57,50 %
Kompaktni SUV-ji	Toyota RAV4 2.5 4x2 Hybrid	57,78 %
Veliki SUV-ji	Range Rover Sport P400 3.0	50,11 %

Dober nakup: Dacia Sandero z leti izgubi najmanj vrednosti.

vozil, kjer avto temeljito pregledajo, po potrebi popravijo in nudijo tudi garancijo.

Izkušnje s prodajo rabljenih avtomobilov so načeloma dobre, pravijo trgovci, avtomobili so vse boljši, prikrivanja raznih napak pa precej manj kot pred leti, ko je bila tudi ponudba na trgu bistveno slabša. Pri rabljenem avtomobilu je vsekakor odločilna bistveno nižja cena, zato si z nakupom rabljenega avtomobila marsikdo lahko privošči veliko boljši avto, kot če bi kupil novega.

Želja po vožnji novega avtomobila, zavedanje, da je avto samo vaš, da ga pred vami še ni nihče vozil in da ne more skrivati napak, garancijske ugodnosti in ne nazadnje vonj po novem, so tako močni, da več kot polovica kupcev raje posega po novih avtomobilih. Večina novih avtomobilov ostane pri hiši dlje, kupci novih avtomobilov se redkeje odločajo za menjavo, kar je razumljivo, saj gre za večjo čustveno navezanost, predvsem pa za hitro izgubo vrednosti novega avtomobila. Ta namreč v prvih dveh letih izgubi tretjino vrednosti, po štirih letih pa je vrednost v primerjavi z novim prepolovljena.

In čeprav nakup novega avtomobila ni racionalna izbira, saj bo njegova vrednost v prihajajočih letih hitro padla, pa je vseeno dobro vedeti, katerim avtomobilom cena statistično najbolj pade. Nemški Auto Bild je, v sodelovanju s strokovnjaki za tržne raziskave pri podjetju Schwacke, zbral in obdelal milijone podatkov in prepoznal avtomobile z najstabilnejšo ceno ozi-

roma tiste, ki jim vrednost najbolj pade. Avtomobile so razdelili v 13 razredov, od majhnih in električnih avtomobilov pa vse do avtomobilov luksuznega razreda. Podatke so zbirali z opazovanjem trga, upoštevaje nove predpise, trende na trgu, kakovost, obratovalne stroške, napovedi, ali se pripravlja prenova modela ipd.

Izmed vseh avtomobilov v vseh kategorijah se je najbolje odrezala Dacia Sandero. Po štirih letih je na trgu dosegala še 66 odstotkov cene novega avtomobila. Razlika med nabavno ceno novega in rabljenega avtomobila pa je znašala 4.980 evrov. Na splošno velja, da majhni avtomobili z leti izgubljajo manj kot veliki.

Poglejmo nekaj primerov. V kategoriji električnih avtomobilov do štirideset tisoč evrov se je najbolje odrezal Mini Cooper SE. Ta je po štirih letih vreden še 59,6 odstotka nove vrednosti, izguba v teh letih pa znaša 15.199 evrov. Za Volkswagnov ID.4 so izračunali, da bo po štirih letih imel še 56,27 odstotka cene novega in bo tako vreden 17.485 evrov manj.

V kategoriji električnih avtomobilov nad štirideset tisoč evrov so najbolje ocenili Teslin model S. Ta po štirih letih obdrži še 61,2 odstotka nove vrednosti in je vreden 35.155 evrov manj.

Zmagovalec v segmentu C (nižji srednji razred) je Golf, ki mu po štirih letih vrednost pade za 14.941 evrov in obdrži 53,7 odstotka cene.

Pri manjših avtomobilih so izgube jasno manjše; Hyundai i10 ima po štirih letih še 56,8 odstotka nove vrednosti in izgubi 6.790 evrov.

V razredih priljubljenih SUV-jev izkazuje najmanjši padec vednosti Mazda CX 30 Hybrid. Izračunali so, da ima ta po štirih letih še 57,5 odstotka nove vrednosti in izgubi 12.401 evrov. Pri kompaktnih SUV-jih je to Toyota RAV4, ta ima po štirih letih še 57,8 odstotka nabavne cene, izguba glede na novo vrednost pa znaša 21.300 evrov.

Kot smo zapisali, nič ne more zamenjati izkušnje vožnje novega avtomobila, racionalno gledano pa je verjetno najbolje kupiti nekaj let star avto, ko ta že izgubi največji del vrednosti, zlasti ko gre za večje in dražje modele.

> Avto žal prinaša tudi izgubo, vendar pa je nakup rabljenega avta lahko tudi odlična izbira, saj se na ta način izognete največji izgubi prvih dveh do petih let. Kasneje rabljeni avto svoje vrednosti ne izgublja več tako hitro, čeprav je s starostjo pričakovati napake, ki jih pri novem ni. Najbolje je, če ga kupite pri nekom, ki mu zaupate, morda pri pooblaščenem prodajalcu vozil, kjer avto temeljito pregledajo, po potrebi popravijo in nudijo še garancijo.

Vaš trgovec v KRANJU AH REAL, d.o.o. PE REMONT Kranj
Ljubljanska c. 22, tel.: 04 20 15 223

REMONT

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

Peugeot pripravlja električni 1008?

Majhen, cenovno ugoden avtomobil brez emisij bo pomagal spodbujati trajnostno mobilnost v mestih.

Po velikih prodajnih uspehih večjih križancev se Peugeot pripravlja na prihod najmanjšega mestnega terenca v električni izvedbi, modela 1008. Ta bo v bistvu zamenjal model 108 in bo v največji meri konkuriral modelu Dacia Spring, ki bo najcenejše električno vozilo pri nas. Kosal naj bi se tudi z dvema težko pričakovanima električnima mestnima avtomobiloma – Renault 4 in Volkswagen ID.2. Uradnih informacij sicer še ni, kot predvidevajo, bo e-1008 z dolžino okoli štiri metre precej manjši od e-2008. Ugibajo, da bo Peugeot 1008 izpeljan iz konceptnega vozila HR-1, ki ga je Peugeot javnosti razkril že leta 2010. Vsekakor pa bo oblika odsevala najnovejše trende francoske znamke z značilnimi prednjimi žarometi s profilom krempljev. Da pa bo e-1008 cenovno ugoden, kar je osnovni namen Peugeota (ponuditi evropskemu kupcu cenovno ugoden SUV), bo za doseganje ugodne cene uporabil kompaktno baterijo in manj zmogljive spremembe motorja in funkcije platforme. Sicer pa je težko verjeti, da cenovno tako ugoden kot nizkoproračunski model Dacia Spring.

Peugeot 1008; bo izpeljan iz konceptnega vozila HR-1?

PEUGEOT

PEUGEOT 2008

Čas je, da doživiš nekaj novega

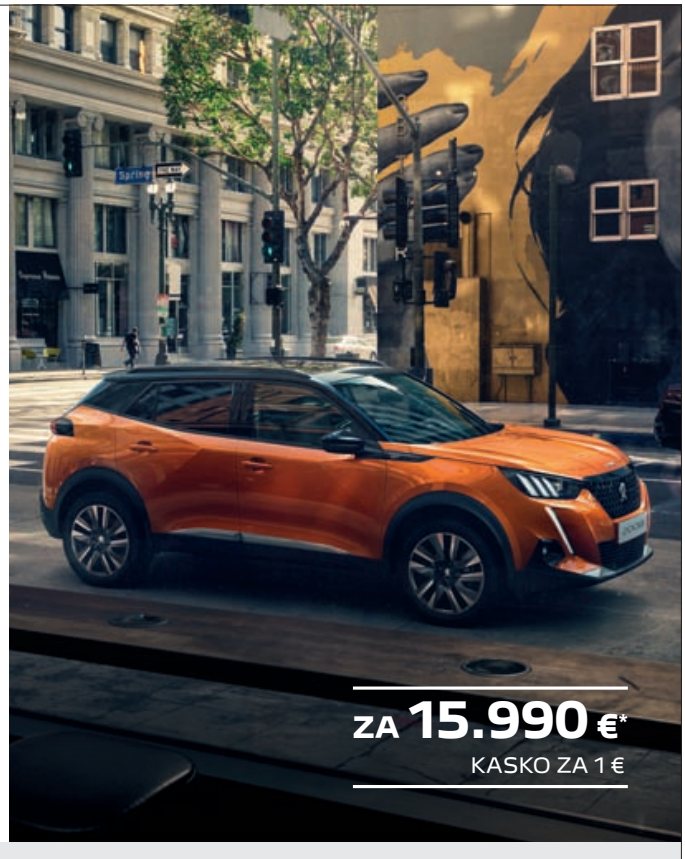
5 LET JAMSTVA

MOJ PEUGEOT

Peugeot je v Sloveniji član skupine Emil Frey

peugeot.si

PEUGEOT PRIPOROČA TOTAL. *Primer informativnega izračuna finančnega leasinga Peugeot Financiranje za vozilo Peugeot 2008 ACTIVE 1.2 PureTech 100 STT (s kamero za vzvratno vožnjo, oranžna Fusion barva) - mesečno odplačevanje; maloprodajna cena z DDV in vključenim bonusom (v ceni je obračunanih 1.250 EUR popusta v primeru financiranja Peugeot – pod pogojem vsaj 36 mesečne dobe financiranja) je 15.990 EUR; mesečni obrok je 175 EUR pri pologu v višini 30% in ročnosti 84 mesecev; višina pologa je pri akciji omejena od 10% do 50%, doba financiranja je vezana na ročnost od 36 mesecev do 84 mesecev; DDV je obračunan v obrokih; EOM na dan 05.05.2021 znaša 8,48% in se spremeni, če se spremenijo elementi izračuna; izračun temelji na osnovi indeksa obresti - 3 mesečni EURIBOR s skupno letno obrestno mero 7,3% (v primeru dviga referenčne obrestne mere se skupni znesek, ki ga mora plačati potrošnik, lahko poveča); financirana vrednost 11.193 EUR; skupni znesek za plačilo 19.215 EUR; stranka v primeru Peugeot Financiranja prejme tudi jamstvo za dobo 5 let (vključuje dvoletno pogodbeno garancijo) oziroma 100.000 km in avtomobilsko kasko zavarovanje za 1 EUR za prvo leto. Poraba v kombiniranem načinu vožnje po WLTP ciklu: od 4,2 do 6,7 l/100 km. Izpuh CO_2: od 112 do 153 g/km. Emisijska stopnja: EURO 6. Vrednost specifične emisije dušikovih oksidov NOx: od 0,0184 do 0,0460 g/km. Emisije trdnih delcev: od 0,00035 do 0,00074 g/km. Število delcev: od 0,09 do 5,05. Ogljikov dioksid (CO_2) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM_{10} in $PM_{2,5}$ ter dušikovih oksidov. Ponudba velja za vozila dobavljena do 31.8.2021.



AVTOHIŠA KAVČIČ d.o.o., Milje 45, 4212 Visoko, tel. 04 275 9300

AVTOHIŠA VRTAČ, Šuceva 28, Kranj, tel.: 04 270 02 17

Kombinirana poraba goriva in izpusti CO_2: 5,2 – 4,7 l/100 km in 113 – 93 g/km, emisijska stopnja: EURO 6, specifična emisija dušikovih oksidov (NOx): 0,0431 – 0,000 g/km, trdi delci: 0,0004 – 0,00000 g/km, število delcev: 0,27 – 0,00 x 10^{11}. Ogljikov dioksid (CO_2) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM_{10} in $PM_{2,5}$ ter dušikovih oksidov.

OVEN
(21. 3.–21. 4.)

Ljubezen: Priložnost, ki jo že dolgo čakate, tisto pravo, za katero ste prepričani, da se zgodi samo enkrat v življenju, lahko srečate že v sredini tega meseca. Finance: Vse se vam bo zdelo lahko rešljivo in smejali se boste težavam, ki so vas še pred kratkim težile. Zdravje: Ne boste imeli nobenih težav in tegob.

BIK
(22. 4.–20. 5.)

Ljubezen: Manjši spor z nekom, ki bo hotel imeti premoč nad vami, vam bo samo koristil. Napake bodo končno prišle na dan in do cilja ni več nobene ovire. Finance: Kar boste naredili danes, vam ne bo treba jutri. Ta misel vas bo vodila, ko boste hiteli z opravili, ki so vam odveč. Zdravje: Vse bo šlo po načrtu.

DVOJČKA
(21. 5.–21. 6.)

Ljubezen: Ne boste se trudili delati tistega, kar od vas pričakujejo, ampak za kar boste sami ocenili, da je najpametneje storiti v dani situaciji. Zadovoljni boste in dobre volje. Finance: Po glavi vam bo divjala tisoč in ena misel in najbolj vas bo skrbelo, da vam ne bo uspelo. A vam bo. Zdravje: Kar vas bremeni, vse mine.

RAK
(22. 6.–22. 7.)

Ljubezen: Ob izpolnitvi želje se boste dobro zavedali, da je to le prvi korak k nečemu večjemu. In potem samo naprej. Finance: Pred vami je dobro obdobje za reševanje starih težav. Veliko priložnosti bo za nove uspehe in zanimive pogovore. Obetajo se vam razna presenečenja. Zdravje: Dobro se boste počutili.

LEV
(23. 7.–23. 8.)

Ljubezen: Nasvet prijatelja boste namerno preslišali, saj boste prepričani, da tokrat nima najbolj prav. Ne boste se zmotili. Finance: Naporni sestanki in razna druga pregovarjanja vam znajo posrkati vso skrito zalogo energije. Šele v koncu meseca se vse skupaj sprosti. Zdravje: Sami morate poskrbeti zase.

DEVICA
(24. 8.–23. 9.)

Ljubezen: Potrebujete spremembe in naredili boste korak naprej, saj je to edina možnost, da se približate svojemu cilju, ki vam vedno več pomeni. Finance: Pri financah pozornost ne bo odveč. Bodite pazljivi pri vseh naložbah ali nakupih; jutri je še en dan, počakajte. Zdravje: Vse bo v redu.

TEHTNICA
(24. 9.–23. 10.)

Ljubezen: Kljub različnim dvomom boste sprejeli povabilo in ne bo vam žal. Družba vam bo zelo odgovarjala in napolnili se boste z energijo, ki vam je začela pogajati. Finance: Dnevi bodo prekratki in kljub trudu vam ne bo uspelo izpeljati celotnega načrta. Zdravje: Ne bo nobenih odstopanj.

ŠKORPIJON
(24. 10.–22. 11.)

Ljubezen: Splet raznih nepričakovanih dogodkov bo sprožil dvome in nemir. Finance: Čaka vas veliko opravkov in drugih obveznosti, ki ste jih nenehno prelagali. Življenje je naporno, toda dokler človek živi, nikoli ne ve, če ne bo od nekod prineslo nekaj dobrega. Zdravje: Kljub preprekam boste v dobri koži.

STRELEC
(23. 11.–21. 12.)

Ljubezen: Ker ste bili prezaposleni z mislijo na druge ljudi in se boste tega tudi zavedali, boste veliko časa posvetili le sebi, in to brez slabe vesti. Finance: Če hočete biti še naprej uspešni in nadaljevati po ravni poti, je treba poravnati stare račune. V tem primeru pa ne gre samo za finance. Zdravje: Energija bo.

KOZOROG
(22. 12.–20. 1.)

Ljubezen: Drugim boste prepustili, da se odločajo namesto vas, saj sami ne boste imeli pravega občutka za realnost. V mislih boste čisto v svojem svetu. Finance: Splet okoliščin vas bo pripeljal do rezultata, ki ga niti v sanjah ne upate pričakovati. Priložnost boste zgrabili. Zdravje: Ne pozabite si vzeti časa zase.

VODNAR
(21. 1.–19. 2.)

Ljubezen: Nestrpni boste, saj vam pričakovanje neke izpolnitve ne bo dalo miru, vse dokler se pričakovano ne zgodi. Presenečenja bodo v tem mesecu tako in tako stalnica. Finance: Uspehi iz prejšnjega obdobja se vam bodo nadaljevali. Deležni boste tudi javne pohvale. Zdravje: Ne pozabite na vitamine.

RIBI
(20. 2.–20. 3.)

Ljubezen: Nekdo vas bo končno le prepričal, da se motite. Prepustili se boste in uživali v sreči. Finance: V tem mesecu so odprte vse možnosti, da se uresničijo načrti, nad katerimi ste že večkrat obupali, a želja kljub vsemu še ni ugasnila. Veseli boste novic, ki jih ne pričakujete. Zdravje: Vse bo v redu.

MODNA IN ŠPORTNA OČALA
TER KOLESARSKE ČELADE

ALPINA

ROCES

ROLERJI, SKIROJI IN ŠČITNIKI

KOLESARSKE ROKAVICE
IN TEKSTIL

ziener

ASA NAKLO d.o.o. · Pivka 15a, 4202 Naklo · tel 04 277 08 00 · delovni čas: pon. 9.–19. ure, tor.–pet. 9.–17. ure · www.asa.si

Poletna akcija Osvežite dom z Gorenjskim glasom

14 dni brezplačnega časopisa

Gorenjski glas je izredno priljubljen časopis, ki izhaja vsak torek in petek. Naročniki komaj čakajo, da ga dobijo v nabiralnik in izvedo, kaj je novega v njihovem domačem kraju in v naši regiji.
Teh novic ni mogoče najti nikjer drugje!

Akcija 14 dni brezplačnega časopisa je namenjena vsem, ki Gorenjskega glasa še ne poznate ali ga kupujete v prosti prodaji. Želimo si, da bi se bralci na lastne oči prepričali, da je Gorenjski glas odličen časopis, in postali njegovi naročniki. Poleg brezplačne dostave naročnina prinaša tudi številne popuste in darilo. Če želite Gorenjski glas bolje spoznati, se lahko odločite za dvotedensko brez plačno prejemanje časopisa brez vseh obveznosti. Pišite na narocnine@g-glas.si ali pokličite na tel. št. 051 682 217 in pustite podatke za dostavo. Po preteku 14-dnevnega obdobja vam časopisa ne bomo več pošiljali, vas bomo pa poklicali, povprašali za mnenje in vam predstavili prednosti za naročnike.
Pridružite se naši veliki družini naročnikov, ne bo vam žal!

V akciji ne morejo sodelovati obstoječi naročniki in tisti, ki živijo na istem naslovu kot naročnik.

Gorenjski Glas
www.gorenjskiglas.si

Gorenjski glas je najbolj bran regionalni časopis v Sloveniji.

NAJUGODNEJŠA PONUDBA HIBRIDOV

PREVERITE IZJEMNO PONUDBO **BOGATO OPREMLJENIH** VOZIL
IZ ZALOGE, PO **UGODNIH CENAH** IN **Z BONUS FINANCIRANJEM!**

HYBRID

FIAT 500 HYBRID ZA 12.390 EUR **FIAT PANDA** HYBRID ZA 10.600 EUR

AVTO MOČNIK, JEZERSKA CESTA 135, KRANJ, TELEFON: (04) 281 77 20

Povprečna poraba goriva: 7,7 – 5,1 l/100 km. Emisije CO_2: 170 – 116 g/km. Uradna vrednost emisijske stopnje: Euro 6d. Specifične emisije NOx: 0,0483 – 0,0217 g/km. Ogljikov dioksid (CO_2) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM_{10} in $PM_{2,5}$ ter dušikovih oksidov. Navedena cena 12.390 EUR velja za model Fiat 500 1.0 GSE Hybrid 51 kW (70 KM) Lounge iz zaloge in že vključuje redni popust. Navedena cena 10.600 EUR velja za model Fiat Panda 1.0 GSE Hybrid 51 kW (70 KM) Easy iz zaloge in že vsebuje redni popust. Ob nakupu novega vozila s financiranjem pri Summit Leasing prejmete dodaten popust v višini 1.000 EUR, ki je že vključen v navedeni ceni, ter brezplačno storitev Fiat 5 Plus. Ceni ne vsebujeta stroškov nultega servisa, priprave vozila ter prevozno logističnih storitev. Akcijska ponudba velja do razprodaje zalog. Slike so simbolične. Pridržujemo si pravico do sprememb. Podrobnejše informacije in pogoji storitve Fiat 5 Plus so na voljo na www.fiat.si. Avto Triglav d.o.o., Ljubljana, Dunajska cesta 122, SI-1000 Ljubljana.

fiat.si

MAZDA CX-30

OD 114 € NA MESEC
0 % OBRESTNA MERA

Reprezentativni primer izračuna za MAZDA CX-30 G122: • vrsta financiranja: finančni leasing • predračunska vrednost predmeta financiranja: 22.710 € • lastna udeležba (polog): 11.355 € • znesek financiranja: 11.355 € • število obrokov: 60 • mesečno plačevanje: 113,55 € • stroški odobritve: 0 € • zadnji (61-i)obrok: 4.542 € , skupni znesek za plačilo brez lastne udeležbe: 11.355 € • letna obrestna mera: 0 % • efektivna obrestna mera: 0 % na dan 01.01.2020. Financiranje se lahko zavrne, če stranka nima ustrezne bonitete. Ponudba velja do razprodaje zalog oziroma do preklica.

Kombinirana poraba goriva WLTP: 5,1 – 8,4 l/100 km. Emisije CO_2: 133 - 173 g/km. Uradna vrednost emisijske stopnje: EURO 6d Temp. Specifične emisije NOX: 0,009 – 0,0494g/km. Vrednost specifične emisije trdnih delcev pri dizelskih motorjih: 0,00003- 0,00041 g/km. Število delcev pri dizelskih motorjih: 0,1E10 – 0,2E10. Podatki za vrednosti porabe in emisij za motorne različice X180 niso dokončni. Ogljikov dioksid (CO_2) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM10 in PM2,5 ter dušikovih oksidov.

DRIVE TOGETHER

AVTO MOČNIK d.o.o. KRANJ
JEZERSKA CESTA 135 / 04 281 77 17

mazda