Kočevska

IZZIV PATENTA 1492-2017

Maj 2017 / Poštnina plačana pri Pošti 1102 Ljubljana / Občina Kočevje / Brezplačni izvod

Tisoč in ena dieta



Foto: Bori Grabovac Morse

Kraljevski zajtrk, kmečko kosilo, beraška večerja – to je zdravilo. Tako so nekoč povzemali bistvo zdrave prehrane, o kateri se zadnja leta kar ne moremo dovolj nagovoriti. In vendar: bolj ko pametujemo o tem, več je pretežkih posameznikov, ki se zatekajo v bolj ali manj nezdrave in celo pogubne diete. Spet drugi rešitev vidijo v bariatričnih operacijah želodca, s katerimi spet dobijo nadzor nad svojim življenjem. Tretji za svojo debelost krivijo dedno zasnovo in preklinjajo tiste, ki so podedovali gen za vitkost. Le redki pa se zavedajo, da se odvečne teže, ki so jo nabirali leta, ne morejo znebiti v nekaj dnevih s pitjem čang-šlanga in da je vzdrževanje telesne teže veliko težje kot hujšanje samo. Medtem pa število bolezni, povezanih z debelostjo in stroški njihovega zdravljenja, ves čas narašča. V tej številki pišemo o najbolj priljubljeni temi v predpoletnih mesecih. ▶ strani 4 in 5

Preveč priročnikov vzbuja negotovost



Foto: Petra Šolar

Igor Levstik je klinični psiholog, ki ga večina staršev prvič sreča, ko njihov otrok dopolni tri leta. Tedaj morajo v sklopu zdravstvenega sistematskega pregleda tudi k psihologu. A njegovo dela zajema veliko več od preventivnega 'presejalnega' pregleda: obravnava duševni razvoj, pomaga pri odpravljanju razvojnih, čustvenih in vedenjskih težavah, pa težavah z nemirnostjo, posttravmatskih motnjah, fobijah itd. "Nabor težav, s katerimi se ukvarjamo, je velik, v bistvu pa skrbimo za primerno duševno zdravje," pojasnjuje Levstik. Z njim smo se pogovarjali tudi o vlogi starševstva in pomenu, da se otroci na eni strani počutijo varno, po drugi pa sprejemajo meje, ki jih postavijo starši. Več v intervjuju …

Najlepši mlaji na Kočevskem ▶ stran 3

1001 dieta ▶ stran 4

Intervju: Igor Levstik ▶ stran 6

Vozni red MPP ▶ stran 8

Zgodnja poroka ▶ stran 12

Človek s terena ▶ stran 13

Sonce, prijatelj in sovražnik ▶ stran 15

Plata z žmohtom ▶ stran 16

Prevzem Snežnika je prioriteta ▶ stran 17

O Vili Sajovic ▶ stran 19

Kolumna Nataše Brški ▶ stran 21

Drugačni ekstremisti ▶ stran 26

Ristanc ▶ stran 28

Izpostavljamo ▶ stran 30

Mopedi odslej s tablicami

Mopedi, ki dosegajo hitrosti do 25 km/h, morajo imeti od 1. maja tablice. Tudi zanje je namreč po novem obvezna registracija. Obenem morajo lastniki svoje dvokolesnike zavarovati, opraviti – če so vozila starejša od štirih let – tehnični pregled in se z njimi naokrog voziti s čelado. Z majem sta začela veljati spremenjeni zakon o motornih vozilih in zakon o pravilih cestnega prometa. Ker lahko mopede, ki dosegajo do 25 km/h, vozijo že otroci, stari 12 let, ki imajo opravljen kolesarski izpit, so kočevski policisti 9. maja pred športno dvorano pripravili delavnico, na kateri so zlasti dijakom predstavili novosti in kazni. Ob kršitvah bodo namreč denarno kazen v višini 120 evrov za mladoletnike morali plačati starši. "Tudi vi ste udeleženci v cestnem prometu. Mladi ste še. Nekdo izmed vas je že mopedist. Želimo si, da bi vsi tisti, s katerimi se bomo srečali na cesti, šli pred tem skozi usposabljanje. Menimo namreč, da je to nujno, saj le tako spoznate vsa pravila, ki so zelo pomembna za varno udeležbo v cestnem prometu," je najstnikom povedal pomočnik komandirja Policijske postaje Kočevje Sebastjan Kužnar. Kako poteka tovrstno usposabljanje, je predstavil inštruktor varne vožnje Miha Krkovič.



Kočevski policisti so mlade poučili o varni vožnji z mopedom • *Foto: Petra Šolar*

Registracija mopedov na upravnih enotah in pooblaščenih organizacijah sicer poteka že od 6. aprila, do 24. aprila pa jih je bilo po podatkih ministrstva za infrastrukturo registriranih 2.628. Po slovenskih cestah se sicer po ocenah prevaža več kot 20.000 takšnih vozil. ***P. Š.***

'Kočevska' topova v Šentvidu

Topova, ki sta bila 62 let ena najbolj prepoznavnih eksponatov na Kočevskem, sta zdaj v vojašnici v Šentvidu. Tam ju je 13. maja na Dnevih odprtih vrat opazil naš bralec Rudolf Baloh, ki ju je tudi ovekovečil. Topova so v Kočevje pripeljali leta 1953, ko v mestu ob Rinži še ni bilo muzeja. Pred nekdanjo Skubitzovo vilo so ju za namene prve razstave takratnega Muzejskega društva Kočevje postavili na reverz. Pozneje so ju selili pred Šeškov dom, pa pred Dijaški dom in znova pred Šeškov dom.

Topova sta vpisana v inventarno knjigo današnjega Muzeja novejše zgodovine Slovenije. Sta iz obdobja pred prvo svetovno vojno oz. iz prve svetovne vojne, znamke Krupp (1906) in Škoda (1917). Sto let stara topova, po katerih so plezale generacije Kočevarjev, sta bila ob obnovi Šeškovega doma najprej prestavljena na dvorišče, 6. oktobra 2015 pa odpeljana na 'nujno restavracijo'. Kot pojasnjuje direktorica Pokrajinskega muzeja Kočevje Vesna Jerbič Perko, sta izjemno dolgo zdržala na soncu in snegu, ker pa je bil en močno poškodovan, so predlagali selitev in restavriranje. Topova sta zdaj pod nadstreškom, po restavraciji pa naj bi bila postavljena v Parku vojaške zgodovine v Pivki. ***P. Š.***

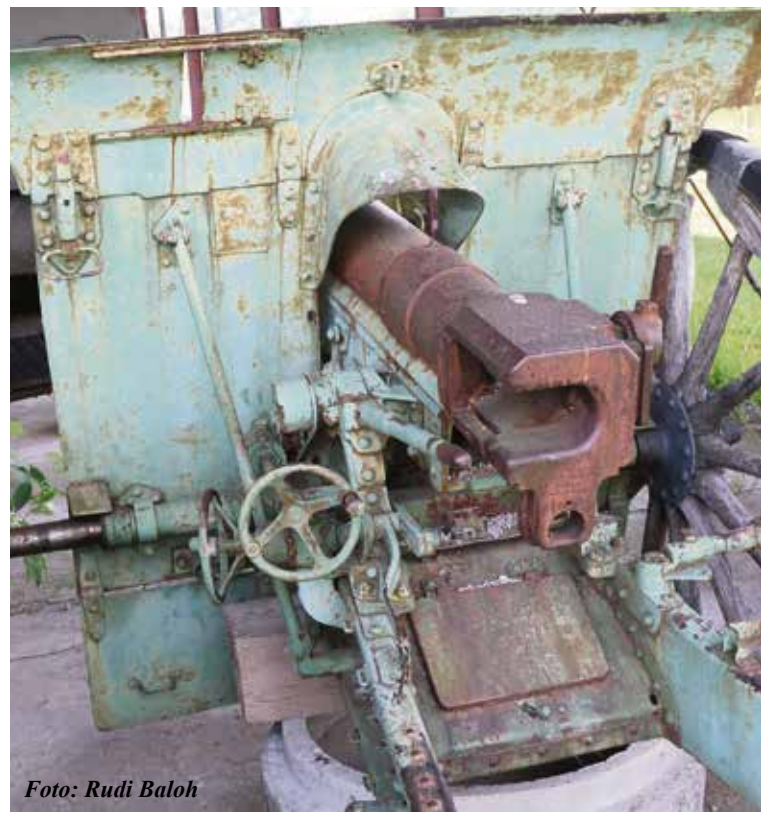


Foto: Rudi Baloh

Jože Kozina na čelu kočevskih upokojencev

Marca je vodenje Društva upokojencev Kočevje prevzel Jože Kozina. Po slabem letu dni je na tem mestu zamenjal Bojana Levstika, ki je odstopil iz zdravstvenih razlogov. A kljub spremembi v vodstvu velikih sprememb v društvu ne gre pričakovati. Program dela, pravi novi predsednik, je že sprejet. "Čeprav izhajam iz športnih logov, poudarek ne bo na športu, saj moram pokrivati tudi vse preostale sekcije v društvu. Teh je precej, ker so naši upokojenci zelo dejavni. Zato bi bilo tudi nepravično izpostaviti samo eno stvar. Bodo pa prioriteta osebni odnosi, ki lani niso bili v ospredju. Društvo upokojencev mora postati ena velika družina, saj bomo le tako uspešni," je prepričan Jože Kozina.



Novi predsednik se, kljub športni preteklosti, ne bo posvečal le športu • *Foto: Bori Grabovac Morse*

Življenje novega predsednika je bilo v celoti podrejeno športu. Svoj čas je bil rokometaš pa nogometaš, nato kegljač. Dvanajst let je bil predsednik Kegljaškega kluba Kočevje, štiri leta pa predsednik Športne zveze Kočevje. Zdaj se bo preizkusil še na drugih področjih. Prvi večji preizkus v novi vlogi je doživel pri pripravi srečanja upokojencev treh društev. Konec aprila so se namreč z domačimi 'penzionisti' srečali kolegi iz Medvod in z Raba. Druženje, ki se ga je udeležilo 120 članov, je bilo predvsem družabne narave. So pa imeli najbolj aktivni na voljo balinanje, pikado in rusko kegljanje. "Tu ni šlo za tekmovanje. Vendar pa je res, da ko enkrat obečeš trenirko ali dres, zadeva postane tekmovalna," ni mogel iz svoje kože Jože Kozina.

B. G. M.



REKREATIVNA TEKAŠKA KROS LIGA

KOČEVSKO JEZERO 2017

Tekmovanje poteka v kombinaciji treh tekov, ki bodo v terminih:

1. tek: sreda, 24. maj 2017, ob 19.00 uri
2. tek: sreda, 7. junij 2017, ob 19.00 uri
3. tek: sreda, 21. junij 2017, ob 19.00 uri

Trasa teka poteka po utrjenih in neutrjenih poteh okoli Kočevskega jezera in je dolga približno 4,2 km.
Startnine ni.
Na tek se lahko prijavite pol ure pred začetkom tekmovanja na startnem mestu.

Več na: www.kocevska.net

Znova dva najlepša




Foto: Uroš Jelenovič

Tričlanska komisija, ki izbira najlepši mlaj na Kočevskem, je enako število točk dodelila dvema mlajema: v Kočevski Reki in Dolgi vasi. Tako se je ponovila zgodba izpred dveh let, ko sta si ti dve vasi, ki vedno dobivata odlične ocene, že delili najvišjo stopničko. Ker pa so se Vesna Jerbič Perko, Roman Križman in Bojana Vesel zapeljali po vseh kočevskih vaseh in jih je navdušil tudi mlaj iz Dolnje Brige, so nagrado podelili še avtorjem tega, čeprav ni bil prijavljen. Tretje mesto si je po skupnem seštevku točk prislužil mlaj v Mahovniku.

Namen natečaja je spodbujanje druženja prebivalcev in negovanje starih običajev. Prvega maja že dobro stoletje skoraj po vsem svetu obeležujemo mednarodni praznik dela in delavske solidarnosti. Ta dan predstavlja mednarodni simbol solidarnosti vseh delavcev in je spomin na dogodke, ki so se zgodili na začetku maja 1886 v Chicagu. Delavci so takrat na demonstracijah zahtevali osemurni delavnik, policija pa je demonstracije krvavo zadušila. V spopadu je bilo ubitih več ljudi, pet delavcev pa je bilo obsojenih na smrt. Tako so na prvem kongresu II. internacionale v Parizu leta 1889 sklenili, da se vsako leto v spomin na čikaške delavce 1. maja organizirajo množične demonstracije, stavke in proslave, ki so postale oblika delavskega boja. Praznovanje prvega maja se je tudi na ozemlju današnje Slovenije začelo že z letom 1890; sprva v rudniških krajih, kmalu za tem pa tudi v industrijskih območjih.

Vendar prvi maj ni samo praznik dela, za Slovence je predvsem praznik šeg, navad in ne nazadnje tudi verskih obredov. Danes je od vseh običajev pri nas najbolj ohranjena običaja kurjenja kresov na predvečer praznika ter postavljanje prvomajskega mlaja. Ta je bil navadno narejen iz debla smreke, breze ali bora, ovit z girlando, okrašen še s pletenimi venci ter z eno ali več zastavami.

Uroš Jelenovič

Do specialista z eNapotnico

Z že veljavnim sistemom eNaročanja vam po datum za obravnavo ali operacijo več ne bo treba k specialistu. Po novem vas bo tja naročil osebni zdravnik ali sestra v ambulanti. Tisti, spretnejši z računalnikom, se boste lahko od doma naročali kar sami, saj obstajajo info točke, ki omogočajo eNaročanje ter temu namenjena telefonska številka 080-2445. V uporabi je tudi naročanje prek portala zvem.ezdrav.si. Njegova uporaba je pregledna in preprosta, pravijo strokovnjaki. "S spletnim certifikatom lahko pacient izbere katerokoli izmed eNapotnic, ki so mu bile izdane. Lahko tudi brez certifikata izbere le tisto, za katero pozna številko eNapotnice. Poleg tega pa mora poznati še svojo ZZZS številko. Po izbiri se mu v prvem koraku prikažejo vsi izvajalci, ki opravljajo zdravstveno storitev, zapisano na eNapotnici, skupaj s prvimi prostimi termini. Izbere želenega in v drugem koraku se mu prikažejo vse ambulante ali zdravniki, ki pri izvajalcu opravljajo napoteno storitev. Izberejo želeno in le še potrdijo izbrane podatke. In s tem so že naročeni pri izvajalcu zdravstvene storitve," pojasnjuje Simon Indihar z Nacionalnega inštituta za varovanje zdravja. Indihar prednost novega sistema vidi v tem, da ima pacient na enem mestu na voljo seznam vseh storitev pri vseh izvajalcih v Sloveniji in njihove kontaktne podatke. Takoj tudi vidi proste termine pri posameznem izvajalcu in se lahko odloči za tistega, pri katerem je čakalna vrsta najkrajša.

V takšno naročanje so vključeni vsi javni zavodi ter večina koncesionarjev. Na ta način pa se je zdaj mogoče naročiti na okoli 190 zdravstvenih storitev. Novost je v polnem teku, saj se trenutno dnevno izda med 13.000 in 15.000 eNapotnic. ***B. G. M.***

Obvestilo

Spoštovani!

Tokrat prostor, namenjen uvodniku, namenjamo obvestilu. Da bi se izognili konfliktnim situacijam, ki smo jim bili priča v preteklosti, objavljamo temeljna pravila oz. navodila, ki smo jih upoštevali že do zdaj, a jih tokrat objavljamo na kupu.

- Uredništvo sprejema vse gradivo do 10. v mesecu na e-naslov info@kocevska.si.
- Uredništvo nenapovedane prispevke objavlja v skladu z uredniško politiko in prostorskimi možnostmi. Uredništvo si pridržuje pravico do neobjave, krajšanja prispevkov in spreminjanja naslovov. Kadar gre pri naštetem za večje spremembe, se bomo skušali posvetovati z avtorjem, vendar je končna odločitev naša. Prednost pri objavi imajo napovedani in aktualni prispevki.
- Uredništvo si pridržuje pravico do krajšanja napovedanih prispevkov, če ti presegajo dogovorjeno število znakov.
- Uredništvo objavlja mnenja, komentarje in stališča v rubriki Izpostavljamo. Ta rubrika je namenjena tudi objavi fotografij bralcev. Tovrstni sestavki so lahko dolgi največ 2.500 znakov s presledki vred.
- Fotografij slabe kakovosti ne bomo objavili. Ravno tako ne bomo objavili fotografij, pripetih v programu Word. Fotografije pošiljajte v formatu JPG, primerne resolucije (približno 300 dpi), velike vsaj 1 MB brez vodnega žiga. Pripišite, kdo je avtor fotografije.
- Prispevki političnih strank oz. list, ki imajo sedež v občinskem svetu in po odloku možnost objave, so lahko dolgi največ 3000 znakov (s presledki vred).
- Uredništvo si pridržuje pravico, da ne objavi člankov, ki vsebujejo neprimerne ali žaljive vsebine, ki spodbujajo k narodni, rasni, verski, spolni ali drugi neenakopravnosti, k nasilju in vojni, ter izzivajo narodno, rasno, versko, spolno ali drugo sovraštvo in nestrpnost.
- Oglaševalske vsebine so vse tiste vsebine, katerih objavo naroči pravna ali fizična oseba z namenom, da bi s tem pospeševala pravni promet proizvodov, storitev, nepremičnin, pravic ali obveznosti, pridobivala poslovne partnerje, ali si v javnosti ustvarjala ugled in dobro ime.
- Navezujoč se na predhodni člen uredništvo v člankih in napovednikih ne bo objavljalo logotipov, znamk, cenikov ali drugega materiala, katerega glavni namen je oglaševanje. Temu so namreč namenjeni oglasi, ki so plačljivi.

Petra Šolar,
odgovorna urednica

72 let od osvoboditve Kočevja

V spomin na 4. maj 1945, ko so v Kočevje vkorakale partizanske enote, v mestu, ki je bilo med 2. svetovno vojno bombardirano kar 22-krat, vsako leto organizirajo proslavo. Letos so soorganizatorke prireditve (Krajevna skupnost Kočevje-mesto, Občina Kočevje in Združenje borcev za vrednote NOB Kočevje) škarje in platno zaupale osnovnošolcem. Ti so prevzeli vlogo povezovalcev prireditve in nastopajočih. Glavni govorec je bil kočevski župan Vladimir Prebilič, ki je poudaril izboljševanje gospodarskih kazalcev v občini.


Ob 72. obletnici osvoboditve Kočevja • ***Foto: Petra Šolar***

S proslavo, ki je potekala 4. maja na mestni ploščadi, so poleg osvoboditve Kočevja obeležili tudi obletnico nastanka Krajevne skupnosti Kočevje -mesto. "Mislim, da se nekateri sploh več ne zavedajo, kaj se je dogajalo pred 72 leti. Vse manj je občanov, ki pridejo na prireditev," ugotavlja Jože Corel, predsednik KS Kočevje-mesto.

Partizani so Kočevje osvobajali kar trikrat: leta 1943, leto dni pozneje in nazadnje 4. maja 1945. Osvobajanje mesta, ki ga je branilo okoli sto bunkerjev, se je leta 1945 začelo že nekaj dni prej. 15. divizija je z vsemi enotami in močno okrepljena s topništvom 3. maja 1945 v zgodnjih jutranjih urah začela zaključne boje. Dopoldne je uspelo nemško obrambo najprej prebiti Cankarjevi brigadi pri Šalki vasi, a je bila odbita. Med nočnim napadom pa se je nemška vojska – bojda zaradi strahu, da bi bile nemške enote obkoljene preveč na jugu – nepričakovano umaknila iz mesta proti severu. Gubčeva, Cankarjeva in 15. brigada so tako 4. maja zjutraj vkorakale v osvobojeno Kočevje. ***P. Š.***

Kočevska je časopis Občine Kočevje, vpisan v razvid medijev, ki ga vodi Ministrstvo za kulturo RS, pod zaporedno številko 1955 • Kočevska, št. 22, maj 2017 • Naklada 6500 izvodov • Gospodinjstva na območju občine Kočevje jo prejmejo brezplačno • Izdajatelj: Občina Kočevje, Ljubljanska cesta 26, 1330 Kočevje / zanj župan dr. Vladimir Prebilič • Odgovorna urednica: Petra Šolar • Pomočnica urednice in novinarka: Bori Grabovac Morse • Oblikovna zasnova, prelom in priprava za tisk: CZMK Kočevje, TZO 62, 1330 Kočevje / zanj Marko Vovk • Lektorica: Saša Erjavec Kobe • **Kontakt: info@kocevska.si** • **Časopis Kočevska, Trg zbora odposlancev 2, 1330 Kočevje** • Trženje: Matej Kosten, 040-652-837, marketing@kocevska.si • Tisk: DELO časopisno in založniško podjetje, d. d., Dunajska cesta 5, 1509 Ljubljana • Ponatis celote ali posameznih delov in njihova uporaba v drugih medijih je dovoljena le s predhodnim pisnim dovoljenjem izdajatelja. Uredništvo si pridržuje pravico sprejeti v objavo ali zavrniti poslano gradivo v skladu s svojo uredniško politiko. Pridržujemo si tudi pravico spreminjanja naslova ter krajšanja člankov. Kadar gre pri naštetem za večje spremembe, se bomo skušali posvetovati z avtorjem, vendar je končna odločitev naša.

Če hočete izgubiti kilograme, 'izgubite' dieto



Pravilna prehrana pri vzdrževanju teže predstavlja 80 odstotkov uspeha • *Foto: Bori Grabovac Morse*

Obsedenost z videzom danes ni več le v domeni žensk, saj se diet in razprav o zdravi hrani lotevajo že osnovnošolski otroci. Na eni strani nas mediji zasipajo s kuharskimi šovi in oddajami, ki so posvečene slastnim jedem, na drugi pa bombardirajo z retuširanimi ideali lepotno nedosegljivih in presuhih manekenk. Na fotografske podobe, ki v realnem svetu ne obstajajo in s katerih z računalniškimi programi odstranijo vse, kar je 'nepopolno', je pred leti opozorila ameriška igralka Jamie Lee Curtis. V medijih je objavila svoje fotografije brez popravkov ter pokazala gube in celulit, s čimer je sprožila val zgražanja na eni in navdušenje žensk po vsem svetu na drugi strani. Danes se ji pridružujejo države, kot so Španija, Italija, Francija in Izrael, ki so v modnih krogih že prepovedale delo nezdravo suhim manekenkam. Agencijam, ki bi jih najele, pa nalagajo globo ali celo zapor. Kljub prvim korakom si roke še vedno mane dietna industrija, ki svoje milijarde vse bolj množi z novimi produkti, namenjenimi metroseksualnim moškim. Na tistih s 'suhim' genom pač ne morejo zaslužiti.

"Saj smo vedeli!" so se ob novici, da so slovenski znanstveniki skupaj s škotskimi kolegi odkrili gen za vitkost, gotovo pridušali nesrečneži, ki so se rodili z genom za debelost. Prvega, gen TST, so odkrili v maščobnem tkivu in pri živalskih modelih ugotovili, da povzroča odpornost proti razvoju debelosti in diabetesa. Celo v pogojih hranjenja z visoko kalorično hrano, kar pomeni, da lahko srečneži, ki ga imajo, jedo karkoli, ne da bi se zredili. Pa vendar drugim ne gre obupati. Gen debelosti, ki so ga identificirali švedski znanstveniki, je mogoče 'izključiti' s športno aktivnostjo, ki pa mora trajati vsaj eno uro.

Debel Janezek postane debel Janez

Naj spadamo v eno ali drugo skupino, vpliva okolja ne moremo zanemariti. Začne se v zgodnjem otroštvu, ko otrok začne jesti sam. In več poje, bolj sta mama in oče vesela. Krog se nadaljuje z vstopom v vrtec, ko starši po vrtčevskem obroku za malčka še enkrat kuhajo doma. Nagrajevanje s hrano ali siljenje otrok, naj jedo, ko več niso lačni, zaokroži sliko posamične generacije, ki poleg vsega uživa številne prigrizke in sladkane pijače. Če k temu prištejemo pomanjkanje gibanja in čas, ki ga potomec presedi v šoli, nato pa še pred računalnikom in televizijo, dobimo recept za katastrofo. Epidemija debelosti, ki je značilna za zahodni svet, se je namreč razširila tudi v Evropo. Slovenija v njenem osrednjem delu zaseda prvo mesto po odstotku otrok s preveliko telesno težo. "Otroci in mladostniki raje izbirajo pretežno nezdrava živila. Sadje in zelenjavo vsak dan uživa manj kot petina mladostnikov, nikoli pa 5 odstotkov mladostnikov. Prav tako nimajo ustreznih navad pitja in so pogosto žejni. Dnevno namesto 1500 ml popijejo 900 ml, od tega vnos pijač z dodanim sladkorjem pri dekletih znaša 51 %, pri fantih pa kar 69 % vseh dnevno zaužitih tekočin," v svojem poročilu o Prekomerni prehranjenosti in debelosti pri otrocih in mladostnikih v Sloveniji piše **dr. Mojca Gabrijelčič Blenkuš, dr. med**. S tem se po količini popitih pijač z dodanim sladkorjem uvrščajo na prvo mesto v Evropi. Debelost v otroštvu pa je slaba popotnica za življenje, saj imajo taki otroci nizko samopodobo, so bolj ranljivi in marsikdaj razvijejo samodestruktivno vedenje.

Dieta, post in razstrupljanje

Otrok, ki se otepa s kilogrami, pogosto odraste v mladostnika in odraslega, ki ima enake težave. Diete, ki se jih danes lotevajo vse mlajši posamezniki, pa so neučinkovite. Komaj najdete eno, za katero strokovnjaki trdijo, da je najboljša in se vam zdi, da bi vam ustrezala, že se najde pet ekspertov, ki zagovarjajo nekaj popolnoma drugega. Hujšanje z luno pa z zeljno-čebulno juho, z jabolki ali kisom. Ločevalna, beljakovinska, vitaminska, south beach dieta, pa tista, ki upošteva jedi z nizkim glikemičnim indeksom. In še in še. Med zadnjimi modnimi muhami sta LCHF in paleolitska dieta. Prva zagovarja uživanje velikih količin maščob in malo ali nič ogljikovih hidratov. Dovoljeni so meso, ribe, jajca, mlečni izdelki, pa zelenjava ter seveda maščobe. Z menija je treba črtati stročnice, krompir, makarone in druge izdelke z ogljikovimi hidrati. Glavobol, razdražljivost, razbijanje srca, vrtenje in utrujenost pa so le nekateri simptomi, ki bodo sledili tej enostranski restrikciji. Druga dieta, s katero hujšate po metodi pračloveka, zapoveduje prehranjevanje z mesom in ribami ter z jajci, oreški, semeni in sezonskim sadjem in zelenjavo. Izrecno so prepovedani izdelki iz žit, stročnic in mleka ter mlečnih izdelkov, pozabiti pa morate tudi na sladkarije in kavo.

Katera dieta je torej najboljša? "Najuspešnejše so tiste diete, ki se jih lahko posameznik drži brez občutkov odrekanja. To pomeni, da vsebujejo živila, ki jih ima človek rad, hkrati pa ne vsebuje hrane, ki je ne mara. Jedilnik mora biti prilagojen posamezniku glede na njegove želje, aktivnost, življenjski slog, spol, obveznosti in podobno, saj se ga bo le tako lahko učinkovito držal vse življenje. Prav tako pa je pomembno, da jedilnik vključuje občasne prekrške, ki posamezniku pokažejo, da lahko uživa v svoji najljubši hrani, kljub temu pa dosega rezultate in hujša," trdi nutricionistka **Mojca Cepuš**.

Bolj zdrav od prej omenjenih diet je post, s katerim razstrupimo telo in mu omogočimo postopek samoobnavljanja. "Celica reciklira svojo lastno vsebino, zagotovi gorivo za energijo in gradnike za obnovo celičnih delov, odstranjuje znotrajcelične bakterije ali viruse, poškodovane proteine ali celične organele in se tako odzove na stres. Bolj kot za hujšanje se post svetuje za čiščenje telesa, preventivo pred raznimi boleznimi in spoznavanje samega sebe," pojasnjuje Cepuševa. "Če je post daljši od treh dni, je treba opraviti klistir, sicer bi toksini iz blata prehajali v kri. V primeru raznih bolezni, podhranjenosti in nosečnosti se je pred postom treba posvetovati z zdravnikom ali terapevtom za post. Prav tako se je treba seznaniti s pravili in se jasno držati navodil pred in med postom ter po njem, saj lahko tako zagotovimo njegovo varnost."

(Ne)učinkovitost diet

Da bi opozorili na potencialne nevarnosti shujševalnih kur in njihovo neučinkovitost, vsakega 6. maja obeležujemo dan brez diete. Slednja se kaže v jo-jo učinku, saj kar 80 % tistih, ki hitro shujšajo, kilograme kmalu dobi nazaj. In to z bonusom. Stalno lotevanje hujšanja tudi upočasnjuje metabolizem in poveča lakoto, čemur običajno sledi prenajedanje.

"Ena izmed najpogostejših napak je sledenje drastičnim dietam, ki niso individualno prilagojene, zato posamezniki hitro doživijo odpor in obupajo. Hujšanja se je treba lotiti celostno, sestaviti načrt in jedilnik, ki se ga lahko držimo vse življenje. Druga pogosta napaka je premalo obrokov, ki so neurejeni, ter izpuščanje zajtrka. Če bomo dopoldne pojedli premalo, je velika možnost, da bomo zvečer izropali hladilnik, z urejenimi obroki pa telesu zagotovimo ritem pri prehrani, ki je enako pomemben kot sama vrsta hrane. Prav tako ljudje pogosto pojedo premalo sezonskega in lokalnega sadja ter zelenjave in preveč predelane hrane, ki je bolj priročna glede na hiter tempo življenja. Tega se lahko odvadimo z načrtovanjem obrokov vnaprej in s tem, da si kuhamo sami," zagotavlja strokovnjakinja Mojca Cepuš.

A vendar vse diete niso slabe. Še zlasti takrat, ko doumemo, da gre pri njih za spremembo življenjskega sloga. Manjši koraki, s katerimi pridobivamo nove navade in počasi izgubljamo telesno težo, bodo zato na dolgi rok veliko učinkovitejši kot kratkotrajno stradanje.

Dietno ali 'dietno'?

Pri poskusu izgubljanja kilogramov se lahko vede ali nevede bojkotiramo. Eden od načinov, ki nam bodo olajšali napore, je pravilno branje etiket na izdelkih. "Oznaka 'dietno' ne pomeni vedno manj kalorij. Proizvodi, ki so označeni z oznako 'brez

maščob' ali 'z manj maščobami', imajo pogosto visoko vsebnost sladkorjev in s tem tudi kalorij. Izdelki, kot so dietne pijače, pa ne vsebujejo kalorij, saj so sladkorji nadomeščeni z umetnimi sladili. Kljub lastnosti, da so brez kalorij, bi se jim morali izogibati, saj vse več raziskav dokazuje negativne posledice uživanja umetno slajenih pijač," pojasnjuje Cepuševa. Paziti je treba še na vsebnost konzervansov in emulgatorjev, ki negativno vplivajo na zdravje. Če na etiketi piše brez dodanega sladkorja, to ne pomeni, da v izdelku ni sladkorja, temveč le, da ta vsebuje naravne sladkorje. V večini predelanih izdelkov so velike količine soli, ki nase vežejo vodo. Tudi z oreški, čeprav so zdravi, ni dobro, saj imajo veliko maščob. Enako je s sadjem, ki ima veliko sladkorja.

'Rezultati' nepravilne prehrane

Posledice nepravilne prehrane so jasne. Med znanimi motnjami hranjenja so anoreksija, bulimija in kompulzivno prenajedanje. Manj znani sta ortoreksija in bigoreksija; prva pomeni preobremenjenost z zdravo prehrano, druga z mišičastim telesom. Kronične bolezni, med katere prištevamo srčno-žilne bolezni, sladkorno bolezen tipa 2, bolezni dihal, bolezni prebavil in raka ter debelost, predstavljajo glavni vzrok obolevnosti in umrljivosti v Sloveniji. "Nastanek in razvoj najpogostejših kroničnih nenalezljivih bolezni je zelo povezan z neustrezno prehrano in telesno nedejavnostjo. Ugotovljena sta tudi povezanost med zobnimi in ustnimi boleznimi in najpogostejšimi kroničnimi boleznimi ter vpliv ustnih in zobnih bolezni na otroško in maternalno zdravje," pravi **Črt Kaker** z Ministrstva za zdravje. Stroški bolezni, povezanih z debelostjo, v Evropski uniji predstavljajo približno 7 % sredstev od vseh izdatkov za zdravstveno oskrbo. K tej številki pa niso vključeni posredni stroški, ki se nanašajo na slabšo storilnost zaradi zdravstvenih težav in prezgodnjo smrtnost. "V Republiki Sloveniji ocenjujemo, da neposredni stroški zdravstvene oskrbe zgolj sladkorne bolezni, ki jo ima približno 7 % ljudi, znašajo najmanj 114,3 milijona evrov letno. Če ne bomo učinkovito ukrepali, se bo število obolelih vsako leto povečalo za približno 3 %," razlaga Kaker.

Namesto diete

Trajna rešitev je torej zdrav življenjski slog ter gibanje. Njegovih temeljev se lahko otroci naučijo v šoli hujšanja v Šentvidu pri Stični, odrasli pa v kočevskem zdravstvenem domu. Delavnico o zdravem življenjskem slogu tam izvajajo že od leta 2005. "Na leto izvedemo približno 9 delavnic s po 10 osebami. Delavnica poteka kot enkratno srečanje, kjer se udeleženci seznanijo, kaj je zdrav življenjski slog, kaj je pomembno za naše zdravje, poudarek pa je na gibanju in prehrani," razlaga diplomirana medicinska sestra **Marija Kobe**, vodja Zdravstveno-vzgojnega centra. Žal, pravi, se posamezniki delavnice udeležijo šele takrat, ko že imajo izražene kakšne zdravstvene težave. Gre pretežno za starejšo populacijo, želijo pa si mlajših Kočevarjev, po 40. letu, ki še nimajo izraženih zdravstvenih težav in bi te s pridobljenim znanjem lahko odložili za kakšno leto. "Z delavnicami spodbujamo spremembe v vsakodnevnih navadah prehranjevanja in gibanja, njihovo uspešnost pa je težko oceniti. Največ je odvisno od posameznika in njegove motivacije za spremembo. Na žalost smo jih ljudje pripravljeni uvajati šele takrat, ko smo v to primorani. V našem primeru takrat, ko že nastopijo zdravstvene težave," pravi Kobetova.

Ponovno rojena

O hujšanju, jo-jo učinkih in predvsem o tem, kako je živeti z 'viškom' kilogramov, veliko ve domačinka Marjanca Jurca. Ena od tistih, ki so se po letih boja s kilogrami in posledičnimi zdravstvenimi težavami odločili za operacijo obvoda želodca.



Marjanca je v enem letu izgubila 70 kilogramov • ***Foto: Bori Grabovac Morse***



Redna vadba je ključ do zdravja • ***Foto: Bori Grabovac Morse***

Rediti se je začela pri enajstih letih, ko so se začele kopičiti težave z ledvicami, z njimi pa še odvečni kilogrami. Pri 18 letih je šla v Šentvid pri Stični, v šolo hujšanja za otroke in tam izgubila 7 kg. Bila je v programu kočevskega zdravstvenega doma CINDI pa na Golniku in pri psihologu v Ljubljani. "Shujšala sem dvakrat, enkrat 30, drugič 35 kilogramov. Potem pa sem vse dvojno dobila nazaj. Če nimaš 'poštimano' v glavi, ne pomaga nič," pravi **Marjanca Jurca**, ki je v letu dni po operaciji shujšala celih 70 kilogramov. A pot od odločitve do operacije in po njej ni bila preprosta. Od predloga osebni zdravnici do kirurškega noža sta minili kar dve leti. Med drugim je morala k dietetiku in k psihologu, pozneje še na pregled k endokrinologu in kardiologu.

"Po operaciji mi je počilo črevo, potem sem zbolela za navadno gripo, za tem so se mi sesedla pljuča, morali so me tudi intubirati. Dva dni sem bila v komi, štirikrat na intenzivni, pa 4 mesece v bolnišnici," se spominja. Pa bi šla še enkrat skozi vse to? "Ne le enkrat, štirikrat!" veselo reče Jurca. In to kljub zapletom, ki so njeno bolnišnično bivanje podaljšali za desetkrat. Življenje se ji je namreč povsem spremenilo. "Zdaj lahko hodim, se gibam, bolje sem razpoložena in imam več energije. Nimam več visokega krvnega tlaka in diabetesa, respirator pa uporabljam le ponoči. Močno se mi je izboljšala tudi pljučna funkcija," pojasnjuje naša sogovornica. Nad njeno transformacijo je navdušena tudi hčerka, za katero ima zdaj več časa. Več ga je tudi za uresničevanje želja, saj se skupaj odpravita v živalski vrt ali pa v toplice, kamor prej nista hodili. "Izboljšali so se družabni stiki, imam voljo do življenja in šla bi povsod, na vse prireditve. Če sem bila prej veseljak, sem zdaj še večji," se smeji Marjanca, ki opaža poglede mimoidočih. Nekateri mislijo, da je bolna, drugi jo gledajo občudujoče, tretji pa z zavistjo. "Kar vidim, kako mi nekateri ne privoščijo," še pove.

Poleg vseh naštetih sprememb so se predrugačile tudi njene prehranjevalne navade. "Jem pet- do sedemkrat dnevno, a majhne porcije. Naenkrat lahko pojem le pol kosa kruha, priporočljivo je sadje, pa zelenjava, ribe, jajca in tudi meso. Pojem tudi kaj sladkega, brez tega ne gre, le da v manjših količinah," razlaga in doda, da je prve tri tedne po operaciji jedla le tekočo hrano. Nato je bila nekaj časa na vrsti pretlačena, postopno pa je začela uvajati vse drugo. Vsi, ki so kdaj hujšali, vedo, da je po izgubi kilogramov posebej navdušujoče izbiranje in nakupovanje oblačil. "Prej sem dobila stvari le v Kiku ali pa sem jih morala dati šivati. Zdaj lahko obleke kupujem povsod, pa še ceneje je," pojasni Marjanca Jurca, katere cilj je 'priti' pod 80 kilogramov.

Prihodnje leto jo čaka še operacija odvečne kože, že zdaj pa se enkrat mesečno v Ljubljani udeležuje skupinskih srečanj s tistimi, ki so prehodili podobno pot. "Tam se naučiš marsikaj, izveš kaj novega ali si prikrojiš njihove izkušnje. Dobiš drugo mnenje. Res pa je, da moraš poslušati zdravnika in narediti vse, kar ti reče. Če ne, se takoj pozna na krvi in pri kilogramih," zatrdi Marjanca, ki operacijo priporoča vsakomur, ki je v podobni situaciji. Po njej, pravi, se je ponovno rodila.

Rešitve

Če obstaja čarobna formula, je sestavljena iz 80 % skrbi za pravilno prehrano in 20 % telovadbe. Glavno pravilo pri hrani je 25–25–50; kar pomeni, da obroki sestavlja 25 % hrane, ki vsebuje pretežno ogljikove hidrate (kruh, krompir, testenine, stročnice riž), 25 % beljakovin (meso, skuta, jajca, ribe) in 50 % zelenjave. Tudi sladkarijam se ni treba odpovedati, le v manjših količinah morajo biti. Tako vsaj pravijo Francozinje, ki so znane po svoji eleganci in vitkosti. Njihova skrivnost je v tem, da povsod hodijo peš ter da se ne odpovedujejo ničemur, le polovične količine si naložijo na krožnik. Drugi del formule uspešnosti je telesna aktivnost, a tudi tu se ne sme pretiravati. Tisti, ki so shujšali in jim je uspelo obdržati svojo težo več kot pet let, so dnevno aktivni vsaj eno uro. ***Bori Grabovac Morse***

Nekateri bi za vitko postavo naredili vse. Spravili bi se tudi v smrtno nevarnost in poskusili vsako, še tako bizarno dieto. Doma jih nikar ne preizkušajte, saj se lahko zgodi, da boste končali na urgenci, nekatere pa so celo smrtonosne. Taka je dieta s trakuljami, ki naj bi namesto kandidata za hujšanje opravila težaško delo. Druga je 'prežveči in izpljuni', kjer posameznik hrano sicer spravi v usta, a jo po žvečenju ne pogoltne, temveč izpljune. Tretja hitro izgubo obljublja z uživanjem sadnih in zelenjavnih kašic za otroke, četrta, ki prav tako ogroža zdravje, pa je dieta, po kateri se je treba hraniti po cevki. Posameznik tekočino, ki je zmes hranljivih snovi, petkrat dnevno prejme skozi nos.

Več ko jeste, bolj ste lačni? Določena hrana dejansko spodbuja tek. Slani prigrizki delujejo kot milejši opiati, ki vam naložijo dodatne kilograme. Poleg tega ste zaradi soli še bolj žejen, kar dobro izkoriščajo gostilničarji, ki svojim strankam brezplačno ponujajo arašide in oreške. A le zato, ker boste po njih več spili; običajno sladkane pijače in alkohol, ki na številec dodajajo še nove kalorije. Spodbujevalci lakote so še predelana moka, beli kruh, pasta ter umetna sladila, alkohol, pica, torte in čokolada. Pa saj ste že tako vedeli, da vse, kar je dobro, redi ali pa je škodljivo za zdravje, kajne?

Dobri so tisti starši, ki so zgolj in samo dovolj dobri

Ste se kdaj zalotili pri premišljevanju, da je vzgoja misija nemogoče? Niste v manjšini. Ogromno staršev se sprašuje, kako vzgajati svoje otroke, da bodo zrasli v samostojne, samozavestne in duševno zdrave ljudi. Igor Levstik, klinični psiholog, ki dela v Zdravstvenem domu Kočevje, meni, da kot družba vidimo več napak kot dobrega. Kar pa nas zna zelo ovirati tudi pri vzgoji. "Gradi se na tem, da pri pomoči otrokom, mladostnikom ali odraslim iščemo predvsem moči, ki jih imajo ti ljudje. Iščemo dobre plati," pojasnjuje. Preveč priročnikov in informacij pa zgolj povečuje našo negotovost. "Tisto področje, na katerem bi morali biti močni, to je področje gotovosti, se s tem spodnaša. Za otroka je zelo pomembno, da dobi znotraj družine občutek varnega okolja, varne baze," dodaja klinični psiholog, ki pomaga staršem in otrokom.



Igor Levstik, klinični psiholog, poudarja, da naj bi vzgoja otrok temeljila na tem, da iščemo dobre lastnosti. • ***Foto: Petra Šolar***

Večina kočevskih staršev vas spozna, ko njihov otrok dopolni tri leta. Zakaj takrat obiščejo psihologa?
Otroka v sklopu sistematskega zdravstvenega pregleda pri treh letih povabimo tudi na psihološki pregled. Tega so začeli uvajati v osemdesetih letih minulega stoletja, namen pa je poskušati že zgodaj odkriti morebitno ogroženost v duševnem in osebnostnem razvoju pri otroku. V sklopu pregleda pri treh letih je možno svetovati staršem. Ker gre za presejalni pregled, ko na 'situ' zadržimo tiste otroke, kjer ugotovimo ogroženost, te otroke še enkrat povabimo na pregled. Poleg vsega je pregled dober, ker starši spoznajo našo, psihološko službo in lahko zastavijo določena vprašanja. Zakaj pri treh letih? Tri leta jemljemo kot mejnik v razvoju človeka, ko nastopi psihološko rojstvo, zelo pomemben element v razvoju duševnosti.

Se lahko starši, ki imajo z otrokom težave, ki jih sami ne morejo rešiti, dogovorijo za ponovne obiske?
V našem zdravstvenem sistemu je tako, da je treba imeti za dodatne preglede napotnico. Vsekakor imajo starši možnost ponovnega obiska, a naredijo ovinek, saj morajo najprej do pediatra, ti pa po navadi po razgovoru s starši napišejo napotnico za obisk psihologa.

Kaj zajema delo kliničnega psihologa oz. kaj vi kot klinični psiholog, zaposlen v ZD Kočevje, delate?
Naše delo, torej kliničnih psihologov, je usmerjeno v zmanjševanje psihičnih stisk in v podporo celotnega človekovega psihičnega blagostanja. Se pa ukvarjamo s širokim razponom težav. Klinični psihologi izvajamo klinično psihološko ocenjevanje (diagnostiko), psihoterapijo in rehabilitacijo ljudi z različnimi oblikami duševnih motenj oz. težav. Če gledamo otroke: od tega, da se ukvarjamo z razvojnimi težavami otrok, ki se lahko pojavijo v predšolskem obdobju, različnimi čustvenimi in vedenjskimi težavami, psihosomatskimi težavami. Pozneje pridejo v ospredje težave, povezane z nemirnostjo – v šolskem obdobju je to izrazito v porastu. Veliko se govori o hiperkinetični motnji, to je nevrobiološka razvojna motnja, ki pa se kaže v vedenjskem, kognitivnem in čustvenem življenju otrok. Potem so učne težave, tu pregledujemo otroke v smislu iskanja primanjkljajev na kognitivnem področju. Potem pa jasno še depresivnost, anksioznost, razne posttravmatske stresne motnje, žalovanja, samomorilna ogroženost, motnje hranjenja, različni strahovi, fobije … nabor težav je velik, eni pridejo, drugi ne. V bistvu pa je osnova skrb za primerno duševno zdravje. Tega danes ne pojmujemo več zgolj kot odsotnost bolezni, torej da nimaš psihičnih težav. Vsebuje tudi vrsto pozitivnih lastnosti, kot so prilagodljivost, sposobnost prenašanja frustracij, sposobnost premagovanja ovir, emocionalna stabilnost, sposobnost navezovanja dobrih odnosov z ljudmi in zadovoljivega delovanja ter druge lastnosti, ki omogočajo, da zadostimo pričakovanjem šole, delovnega mesta, družbe. Tako postane duševno zdravje odločilnega pomena pri tem, kako uspešen boš, kar pa je v današnjem času še kako pomembno.

Ali kdo poišče pomoč sam?
Ja. Je pa pri psihologih tako, da tudi če pride sam, ga sprejmem, a moram vrniti k njegovemu osebnemu zdravniku. Razlog pa je, da je delo, ki ga opravljam, na t. i. sekundarnem nivoju. Primarni nivo sta npr. preventiva in sistematski pregledi. Sekundarni nivo pa pomeni, da lahko pridejo k meni pacienti, ki so predhodno videni pri zdravniku. Zdravnik se odloči, ali je primerno, da gre človek do mene ali ne. Če si bolnik ne želi obiskati zdravnika ali da ne želi biti zaveden v sistemu, pa gre k nekomu, ki to opravlja samoplačniško. Sam to počnem le izjemoma, je pa v Sloveniji precej samoplačniških ambulant.

Koliko je takšnih primerov, da osebni zdravnik napoti ljudi k vam?
Tega je več. Osebni zdravniki imajo vpogled v človeka, ga poznajo in presodijo, ali potrebuje psihologa, oz. poznajo otroka in po pogovoru s starši presodijo, ali naj gre otrok k psihologu. Tega je več kot obratno. Včasih pa – ker vsi živimo v nekih sistemih – tudi šola želi, da bi starši na določen način poskušali pomagati otroku in jih napotijo na psihološko obravnavo.

Kaj opažate pri svojem delu, kakšne napake najpogosteje delajo starši pri vzgoji?
To je zelo težko vprašanje. Že beseda napaka je pri vzgoji problematičen pojem. Menim, da smo družba, ki temelji na iskanju napak. Kot družba vidimo več napak kot dobrega. Tudi pri našem delu se veliko gradi na tem, da pri pomoči otrokom, mladostnikom ali odraslim iščemo predvsem moči, ki jih imajo ti ljudje. Iščemo dobre plati. Torej, točke, kjer so dobri, in izhajamo iz tega, gradimo smernice za ustrezno duševno zdravje. V zadnjem obdobju je velika zmešnjava okrog iskanja pravilnih poti pri vzgoji. Starši

so bombardirani z ogromno informacijami, ki so na spletu, s knjigami in drugim. In so bolj negotovi. Več je informacij, več je priročnikov, bolj smo negotovi. Na koncu koncev: več dobivamo nasprotujočih si informacij, večja se naša negotovost in zmedenost, manjšata se spontanost in stabilnost. Tisto področje, na katerem bi morali biti močni, to je področje gotovosti, se s tem spodnaša. Za otroka je zelo pomembno, da dobi znotraj družine občutek varnega okolja, varne baze. Ta je temelj, da pozneje iz tega otroka postane človek, ki ima samospoštovanje, ki je samozavesten, empatičen, zaupa sebi. Šele ta varna baza mu omogoči, da je lahko spontano radoveden, ker ve, da je v tej varni bazi zaščiten. Po drugi strani je zelo pomembno, da postavljamo meje, ki so pomembne zaradi pomoči otroku zaščititi ga pred nevarnostmi, ter da ne posegamo na področja, kjer njegovo vedenje lahko povzroči škodo v bivanju z drugimi. Tu se mi zdi, da sta morda obe skrajnosti zelo nevarni – pretirana zaščita in pretirano omejevanje. Pretirana zaščita zaradi tega, ker s tem otroku nič dobrega ne naredimo, ker ga postavimo v položaj, v katerem se počuti preveč edinstvenega, narcističnega in brez sočutja. Pretirano omejevanje otroka postavi v položaj, da ga zatremo, zvežemo, spodbujamo manipulacijo in mu uničimo radovednost. V zgodnjem obdobju je treba ločiti med potrebo in željo. Morda je to ena od napak staršev, ker ne ločujejo. Potrebe se v zgodnjem otroštvu kažejo kot nekaj, kar je treba prepoznati in zadovoljiti, želja pa nikakor ne vseh, celo pripraviti ga moramo, da se navadi na frustracijo. Je kot neke vrste cepivo, da ga na eni strani navadimo na prenašanje neugodij, na drugi po, da mu omogočimo, da pozneje želja ohrani svoj smisel, da otroku vsega ne uresničimo, še preden si želi. Menimo pa, da je dobro, da v zgodnjem obdobju, do treh let, večino otrokovih potreb zadovoljimo in ne gremo v pretirano frustracijo. Mi pa velikokrat delamo obratno: v zgodnjem obdobju postavljamo zelo jasna pravila, kot da bi bil otrok sposoben samoregulacije, kar ni res. Mi smo tisti, ki mu z empatijo pomagamo pri regulaciji njegove tesnobe, strahov in neugodja. Zelo je pomembno, da otroku pomagamo z našo empatijo, subtilnostjo in uglašenostjo, da ima pomirjen alarmni sistem in se lahko preda igranju in raziskovanju .Šele okoli tretjega leta pa je nujno, da se lotimo postavljanja bolj jasnih meja.

Se pretirana hvala – sicer z dobrimi nameni (pohvale, nagrade, stavki, da je otrok pameten) – lahko na dolgi rok obrne zoper nas, da otrok prenaša ta vzorec na vse?

Sem zastopnik tega, da je dobro, da je pri vzgoji veliko pohval. Vzgoja naj bi temeljila na tem, da iščemo dobre lastnosti. Velikokrat pa tudi tu naredimo napake, ker pretiravamo s pohvalami samega človeka kot takega, ne pa tistega, kar počne. Pohvala je dobra, če stopimo do otroka, pogledamo, kaj počne. Pretiravanje z nagradami pa ni dobro. S tem otroka osiromašimo, mu zmanjšamo možnost za uživanje. Zmanjšamo mu možnost, da bi pozneje lahko v manjših stvareh videl stvari, ki so zanj zanimive. Ne zmore uživati v tem, kar počne, ampak vedno potrebuje neko zunanjost, ki ga bo hvalila. Na koncu mu bo želja zgolj premagati neugodje, sploh ne bo več užival. Na drugi strani pa lahko ustvarimo nekega narcističnega človeka, ki misli, da je edinstven.

Otrok naj se nauči svojih dosežkov veseliti se, ne pa se po njih vrednotiti. Pohvala naj bo namenjena spodbudi, naj se otrok trudi zaradi sebe, in ne zato, da zadovolji naša pričakovanja. Mislim, da je za vsakega človeka zelo pomembno, da mu dopovemo – ne z besedami, ampak z dejanji – da je eden izmed nas, da je tak kot vsi drugi, da ni poseben, nič izjemen, pač edinstven kot vsi ostali. (kot pravi slovenski 'raper').

Imajo današnji starši prevelika pričakovanja do otrok?

Starši smo si zelo različni, zato je nemogoče posploševati. Se pa najdejo tudi takšni starši, ki poskušajo svoje neizživete želje, nedosežene ambicije podoživljati skozi svoje otroke. Tega je kar nekaj, recimo v športu. V zgodnejšem razvoju lahko starši s pretirano hvalo, zagovarjanjem in podobnim smatrajo svoje otroke za svoj podaljšek, okras in gredo predaleč. Je pa res, da govorimo o manjšini.

Kako pomembno je, da vsa družina, tudi razširjena, upošteva določena pravila in meje, recimo glede nakupa igrač, sladkarij, da se jih vsi dosledno držijo?

Če govorimo z vidika, da vsi živimo v sistemih, je tudi družina sistem. V njem obstajajo vloge, hierarhija in kompetence. Tudi družina, če vključujemo stare starše, je lahko zelo pomemben in koristen sistem. Je pa treba vedeti, kdo odigra katero vlogo. Kar se tiče vzgoje, so na prvem mestu starši, so kompetentni za postavljanje pravil glede vzgoje in imajo glavno besedo pri vzgoji otrok. Stari starši so lahko pri vzgoji vnukov v veliko pomoč staršem, pogoj za to pa sta dober odnos in komunikacija med starši in starimi starši. Velikokrat se zgodi, da se stari starši pretirano vmešavajo v vzgojo. V principu hočejo starši in stari starši dobro, težava je v tem, da imamo različne poglede. Če stari starši čutijo, da ni tako, kot si oni predstavljajo, da mora biti, poskušajo vskočiti v smislu, da bodo dobro naredili, takrat se velikokrat zalomi, pride do konfliktnih situacij. Takrat se je vedno treba pogovoriti in imeti pred očmi, da brez prijaznega in konstruktivnega pogovora med odraslimi ne bo šlo. Previdni moramo biti oboji. Stari starši morajo vedeti, da niso starši in da so pomoč staršem pri vzgoji, starši pa, da so stari starši neke vrste gnezdo in zatočišče, v katero se občasno zatečejo vnuki. Otroci se k njim zatečejo, jim pojamrajo in se crkljajo. Ampak: kar se vzgoje tiče, je jasno, kakšna naj bi bila, in dobro je, da se poskušajo tega držati tudi stari starši. Včasih je težava glede sladkarij in razvad. Stari starši se velikokrat na račun strahu, da bodo izgubili funkcijo razvajanja, ustrašijo, in to nadoknadijo s sladkarijami. V vsakem primeru je malo razvajanja dobro, a morajo stari starši vedeti, da ga lahko razvajajo na druge načine, skozi igro, z zanimanjem zanje, s preživljanjem časa z njimi.

Je uporaba antidepresivov dandanes utemeljena – jih ljudje res jemljejo zaradi porušenega kemijskega ravnovesja ali nekateri to jemljejo koz 'večni izhod', izogibanje realnosti?

Kar se predpisovanja zdravil tiče, so pristojni zdravniki in psihiatri. Oni imajo vpogled, kdaj predpisati zdravilo, kdaj ne. Mi, klinični psihologi, zagovarjamo stališče, da je v primeru hujših težav najboljša pot za razreševanje težav kombinacija zdravila in psihoterapije. Dokazano je, da je ta kombinacija najboljša. Samo psihoterapija – govorim o hujših težavah – ima manjšo moč spreminjanja bolezenskih znakov. Menim, da so zdravila pomembna, saj človeku pomagajo, da v bazično-nevrobiološkem statusu postavijo stvari v temelju. Vzpostavijo se možnosti, da se na podlagi tega lahko gradijo zadeve na vedenjskem in čustvenem področju. Drugo brez drugega ne gre. Biološki del je pomemben. Odvisno pa, na kakšnem nivoju je težava. Včasih že razgovor lahko pomaga človeku, da dobi nov vpogled, da se mu ponudi novo izhodišče. Če pa gre za hujše težave, za dolgotrajno žalost, če nekdo obleži, je brezvoljen, obupan, tedaj mu običajno ne pomaga zgolj razgovor.

Kar pa se zdravil tiče, moram dodati še mnenje glede zdravil za hiperkinetično motnjo. Gre za nevrobiološko skupino motenj, hiperaktivnosti, pozornosti in impulzivnosti. Je zelo prisotna in jo včasih celo spregledajo. V ozadju so lahko poškodbe ob ali po porodu, vzrok je lahko genetika, lahko so poškodbe možganov. Gre za subtilne možganske spremembe, ki lahko povzročijo motnjo. Gre torej za cel kup možnih vzročnih faktorjev. V zadnjem obdobju je nekaj otrok, ki jemljejo zdravila, ta predpišejo pedopsihiatri na podlagi jasne diagnostike. Če gre za hujšo motnjo, jo je treba zdraviti tudi z zdravili. Velikokrat se starši bojijo dati otrokom zdravila. Včasih pa je to nujno, ker gre za nevrobiološko motnjo. Ta zdravila pomagajo stabilizirati otroka, da lažje vzpostavi pozornostni sistem in regulira impulzivnost. To niso pomirjevala, raziskave kažejo, da ne povzročajo odvisnosti.

So starši na splošno ob vseh zakonodajnih ovirah in posegih v družino zmožni presoditi, kaj je za otroka dobro?



Foto: Petra Šolar

Tukaj so se starši znašli v zagati zaradi, ponavljam, poplave informacij. Morda so preveč porinjeni v položaj negotovosti. Dobro bi bilo, da bi starši zaupali svoji empatiji, moči, da zmorejo kakšne stvari čisti v redu narediti. Poskušajo naj se izogniti vprašanjem, da bodo delali napake, in s tem avtomatsko občutkom krivde. Moramo vedeti – to je rekel že Freud – da je vzgoja nemogoč poklic. Nihče ni popoln. Dandanes se govori, da so dobri tisti starši, ki so zgolj in samo dovolj dobri, otrok ne potrebuje idealnih staršev. Mislim pa, da si starši lahko zaupajo. Funkcionalna ni tista družina, kjer se jim ne zatakne. Funkcionalna družina je tista, ki zna reševati težave. Moramo vedeti, da bomo delali napake.

Ali menite, da današnji otroci prezgodaj in preveč uporabljajo info tehnologijo, lahko postanejo odvisni?

Ne vem, ali že obstajajo relevantne raziskave, ki bi potrjevale, koliko je preveč in kaj je odvisnost. Otroci s težavami zaradi pretirane uporabe novih tehnologij se pojavljajo, tudi v moji praksi. Delam z otroki, ki pretirano uporabljajo ali zlorabljajo računalnik, pametne telefone. Vedeti moramo, da ni nič narobe s telefoni, računalniki ali internetom. Vse nove tehnologije dajejo nove možnosti, generalno gledano z njimi več pridobimo kot izgubimo. Je pa res, da je razvoj tehnologije hitrejši, kot smo zmožni se mi prilagajati. Zaznavanje caplja. Zato je več možnosti, da lahko prihaja do zapletov. Zagovarjam stališče, da je treba kot npr. pri prehranjevanju iskati ravnovesje uporabe tehnologij. In seveda iskanje dobrih plati, recimo področij, kjer lahko otrok razvija radovednost, kjer čuti, da smo z njim pri dejavnostih. S tem mu bomo morda pomagali, da bo uporabljal tehnologije, ne pa padel pod njihov vpliv.

Kaj pa pri odraslih, recimo povabite kolega na kavo, pa ta gleda le v telefon?

Živa komunikacija naj bi bila na prvem mestu in menim, da ne bo nikoli izginila. Če nekdo ni za živo komunikacijo, je treba ugotoviti, zakaj ni. Gre pa za široko vprašanje. Lahko gre za cel spekter možnih vzrokov tovrstnemu vedenju, od čisto preprostih banalnih vsakdanjih razlogov pa do zapletenih vzrokov, lahko je nekdo preveč obremenjen s tem, da stalno preverja, lahko je nekdo pretirano na uslugo, lahko ga obremenjuje služba. Lahko pa gre že za obsesivno-kompulzivno vedenje, kjer je recimo potreba po razbremenitvi lastne tesnobnosti vezana zgolj na pogled na pametni telefon, pogled, ki je kot neka tableta, ki pomirja. Ne vem, verjetno bo treba razmisliti, koga povabiti na kavo.

Petra Šolar

Igre prijateljstva spet v Kočevju



Že leta 1993 so bile organizirane prve mednarodne Igre prijateljstva, ki so sinonim za druženje mladih, izmenjavo izkušenj, sklepanje prijateljstev, spoznavanje in sprejemanje različnih kultur. To je danes še bolj potrebno kot prej. V želji, da tudi v letu 2017 mladim ponudimo čudovito doživetje oz. popotnico, ki bo zagotovo pri njih še dolgo odzvanjala, se je Občina Kočevje odločila organizirati 12. Igre prijateljstva.

Igre prijateljstva že več kot dve desetletji zbližujejo partnerska mesta iz celotne Evrope. Gre za obliko neposrednega sodelovanja, druženja in poglabljanja odnosov, kjer so v ospredju mladi. Prek iger, ki jih moramo razumeti v najbolj žlahtnem duhu – pomembno je sodelovanje in bistveno manj tekmovanje –, se stkejo neprecenljiva prijateljstva in poosebljajo idejo medobčinskega sodelovanja.

Kočevje bo tako od petka, 2., do ponedeljka, 5. junija 2017, gostilo okoli 160 mladih športnikov iz Nemčije, Francije, Velike Britanije, Poljske in Hrvaške. Mlade športnike bodo spremljali tudi drugi predstavniki s Kočevjem pobratenih občin in prijateljskih mest: Oer-Erkenscwick, Halluin, Nort Tyneside, Lubbenau/Spreewald, Pniewy in Prokuplje. Obiskovalci si boste lahko v soboto, 3. junija, na ploščadi ogledali stojnice mest, iz katerih prihajajo ekipe (9.00–11.00), dan pozneje, **v nedeljo, 4. junija, pa bo ob 15. uri na Mestni ploščadi uradna otvoritev Iger prijateljstva, ki se bodo vse do 18. ure nadaljevale na stadionu.**

Razpis za občinske nagrade

Na podlagi 15. člena Odloka o podeljevanju priznanj, nagrad in plaket Občine Kočevje župan Občine Kočevje objavlja razpis za zbiranje pobud za podelitev priznanj, nagrad in plaket Občine Kočevje v letu 2017. Priznanja, nagrade in plakete Občine Kočevje so:

Priznanja:
- **Naziv častni občan Občine Kočevje,**
- **Grb Občine Kočevje.**

Nagrade:
- **Humkova nagrada** (za dosežke na področju kulture, znanosti, prosvetnega in vzgojno izobraževalnega dela ter humanitarnega in družbeno političnega dela),
- **Verderberjeva nagrada** (za dosežke na področju športa),
- **Kozlerjeva nagrada** (za dosežke na področju gospodarstva).

Plakete:
- **Spominska plaketa Občine Kočevje.**

Pobudniki za podelitev priznanj, nagrad in plaket Občine Kočevje so lahko občani, skupine občanov, politične stranke, krajevne skupnosti, podjetja in druge organizacije ter skupnosti.

Pobudnik mora h kandidaturi predložiti pisno soglasje kandidata za kandidaturo, in če je kandidat fizična oseba, soglasje za uporabo osebnih podatkov, kolikor je to mogoče.

Pobuda za predlaganega kandidata mora vsebovati: ime in priimek ter naslov (za fizične osebe), naziv ter naslov (za pravne osebe) in obrazložitev pobude.

Pobude za podelitev razpisanih priznanj in nagrad Občine Kočevje, poslane v zaprti ovojnici z oznako **Ne odpiraj – občinska priznanja, nagrade in plakete 2017**, zbira Komisija za volitve, imenovanja in mandatna vprašanja pri Občini Kočevje, Ljubljanska cesta 26, 1330 Kočevje, **do 1. avgusta 2016, do 10. ure**.

Razpis je objavljen na spletni strani www.kocevje.si.

Odlok o turističnem vodenju

Kočevski svetniki so na majski seji obravnavali Odlok o turističnem vodenju na območju destinacije Kočevsko, ki zajema tri občine, in sicer Kočevje, Kostel in Osilnico. Določbe odloka se nanašajo na destinacijsko, tematsko ali lokalno vodenje, vsebino turističnega vodenja, pogoje za opravljanje dejavnosti vodenja, register turističnih vodnikov, pravico vodenja drugih turističnih vodnikov ali posameznikov ter izvajanje, naročilo oz. evidenco turističnih vodenj. Pooblaščeni nosilec destinacijskih in tematskih aktivnosti bi bil po predlogu odloka Javni zavod za turizem in kulturo Kočevje (zavod Kočevsko). Izvajanje lokalnih aktivnosti pa bi ostalo v pristojnosti posamezne občine oziroma od nje pooblaščene organizacije.

Omenjeni predlog je Občina Kočevje obravnavala na svojem svetu kot prva izmed treh občin podpisnic. Po sprejemu predloga še preostalih dveh občin pa se bo odlok lahko tudi dejansko začel izvajati.

Z oblikovanjem novega akta želimo uvesti skupen sistem, ki bi pripomogel k izboljšanju trenutnega stanja. Namen je, da bo vsak obiskovalec, ki si želi prvič ogledati naše znamenitosti in značilnosti, spoznal veliko in še več naše destinacije s pomočjo strokovno usposobljenega turističnega vodnika.

VOZNI RED za Mestni linijski potniški promet Kočevje

Režim: vozi od ponedeljka do petka in skrajšan urnik ob sobotah

	postajališče	km	ODHODI			**		**		**	*	**	*	**					*	*	
1	Center	0	5:30	6:30	7:30	8:00	8:30	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:10	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	17:40
2	Občina Kočevje	1	5:33	6:33	7:33	8:03	8:33	9:03	9:33	10:03	10:33	11:03	11:33	12:03	12:13	13:03	14:03	15:03	16:03	17:03	17:43
3	Trata	2	5:35	6:35	7:35	8:05	8:35	9:05	9:35	10:05	10:35	11:05	11:35	12:05	12:15	13:05	14:05	15:05	16:05	17:05	17:45
4	Železniška postaja Kočevje	2	5:37	6:37	7:37	8:07	8:37	9:07	9:37	10:07	10:37	11:07	11:37	12:07	12:17	13:07	14:07	15:07	16:07	17:07	17:57
5	Petrol	3	5:39	6:39	7:39	8:09	8:39	9:09	9:39	10:09	10:39	11:09	11:39	12:09	12:19	13:09	14:09	15:09	16:09	17:09	17:49
6	Podjetniško naselje Kočevje	4	5:40	6:40	7:40	8:10	8:40	9:10	9:40	10:10	10:40	11:10	11:40	12:10	12:20	13:10	14:10	15:10	16:10	17:10	17:50
7	Mlaka pri Kočevju	6		6:42			8:42	9:12			10:42	11:12			12:22		14:12		16:12		17:52
8	Stara Cerkev - OŠ	8		6:44			8:44	9:14			10:44	11:14			12:24		14:14		16:14		17:54
9	Stara Cerkev	9		6:46			8:46	9:16			10:46	11:16			12:26		14:16		16:16		17:56
10	Breg pri Kočevju	10	5:41	6:49	7:41	8:11	8:49	9:19	9:41	10:11	10:49	11:19	11:41	12:11	12:29	13:11	14:19	15:11	16:19	17:11	17:59
11	Mahovnik 1	11	5:42	6:50	7:42	8:12	8:50	9:20	9:42	10:12	10:50	11:20	11:42	12:12	12:30	13:12	14:20	15:12	16:20	17:12	18:00
12	Mahovnik 2	12	5:44	6:52	7:44	8:14	8:52	9:22	9:44	10:14	10:52	11:22	11:44	12:14	12:32	13:14	14:22	15:14	16:22	17:14	18:02
13	Policija	12	5:45	6:53	7:45	8:15	8:53	9:23	9:45	10:15	10:53	11:23	11:45	12:15	12:33	13:15	14:23	15:15	16:23	17:15	18:03
14	Železniška postaja Kočevje	13	5:47	6:55	7:47	8:17	8:55	9:25	9:47	10:17	10:55	11:25	11:47	12:17	12:35	13:17	14:25	15:17	16:25	17:17	18:05
15	Melamin	14	5:50	6:58	7:50	8:20	8:58	9:28	9:50	10:20	10:58	11:28	11:50	12:20	12:38	13:20	14:28	15:20	16:28	17:20	18:08
16	Zdravstveni dom Kočevje	14	5:51	6:59	7:51	8:21	8:59	9:29	9:51	10:21	10:59	11:29	11:51	12:21	12:39	13:21	14:29	15:21	16:29	17:21	18:09
17	Pokopališče Kočevje	15				8:24	9:02	9:32	9:54	10:24	11:02	11:32	11:54	12:24	12:42	13.24	14:32	15:24	16:32	17:24	18:12
18	Mestni log	15	5:53	7:01	7:53	8:27	8:05	9:35	9:57	10:27	11:05	11:35	11:57	12:27	12:45	13:27	14:35	15:27	16:35	17:27	18:15
19	Osnovna šola Ob Rinži	16	5:56	7:04	7:56	8:30	9:08	9:38	10:00	10:30	11:08	11:38	12:00	12:30	12:48	13:30	14:38	15:30	16:38	17:30	18:18
20	Tuš	17	6:00	7:08	8:00	8:34	9:12	9:42	10:04	10:34	11:12	11:42	12:04	12:34	12:52	13:34	14:42	15:34	16:42	17:34	18:22
21	Center - PRIHODI	18	6:02	7:10	8:02	8:36	9:14	9:44	10:06	10:36	11:14	11:44	12:06	12:36	12:54	13:36	14:44	15:36	16:44	17:36	18:24

* - SAMO OB PONEDELJKIH IN PETKIH

** - SAMO OB SOBOTAH

Rubriko Moja občina pripravljajo v kočevski občinski upravi

Otroška igrišča v Kočevju

Otroci so naše največje bogastvo. In to je eno izmed glavnih vodil Občine Kočevje pri razvoju lokalnega okolja in pri načrtovanju projektov obnove javnih infrastruktur s področja vzgoje, izobraževanja, kulture in športa. Že v letu 2016 smo si za mlajše generacije zadali nove cilje. Prvi od teh je preurejanje obstoječih otroških igrišč, ki so zaradi strateške umestitve v prostor dobro obiskana in zaželena. Drugi cilj je sistematično tekoče vzdrževanje obstoječih otroških igrišč in tretji spodbujati različne generacije otrok k prostemu gibanju ter druženju, ki bo pozneje lahko preraslo v ljubezen do športa in rekreacije.

Prva dva cilja smo že začeli uresničevati. Otroško igrišče v Gaju se ureja in veseli nas, da bo dobilo novo podobo tudi s pomočjo donatorjev. Obstoječa igrišča pa so dobila novega upravljavca – Komunalo Kočevje, ki je tako poleg zelenih javnih površin zdaj zadolžena še za redne preglede in tekoče vzdrževanje otroških igrišč. Zaradi tega je oblikovana skupina njenih zaposlenih, ki so se usposabljali s področja varnosti na otroških igriščih in standardov za zagotavljanje teh.

Na območju mesta Kočevje je kar 14 otroških igrišč, ki so dotrajana, zastarela in velikokrat poškodovana zaradi neprimerne uporabe in vandalizma. Posledice so z vsakim letom bolj vidne in tudi redna vzdrževanja Krajevne skupnosti Kočevje-mesto več niso zadostovala. V jeseni 2016 se je naredila ocena stanja, ki jo je opravil Slavko Rudolf, izvedenec za otroška igrišča in vodja Centra za testiranje in certificiranje na Biotehniški fakulteti (op.: omenjeni center preverja skladnost otroških igral s standardi, ki veljajo na tem področju). Njegovo poročilo nam je podalo izvedensko oceno stanja in strokovne napotke za izboljšanje posameznega igrišča. Predmetni dokument je sedaj odlična osnova za vse predvidene nadaljnje aktivnosti.



Zaradi navedenega se bodo na tem področju zgodile določene spremembe in izboljšave. Žal to pomeni, da mimo odstranitev dotrajanih igral ne bo šlo. Pri tem se lahko zgodi, da posamezno igrišče več ne bo imelo svoje funkcionalnosti. Igrala, ki jih bo mogoče popraviti ali predelati, pa bodo spremenjena in vrnjena na igrišča.

V prihodnjih letih se načrtujejo prenove igrišč, ki bi se izvajale postopoma, in če bodo na voljo razpoložljiva proračunska sredstva (ali možnosti za pridobitev sredstev za sofinanciranje). Število igrišč se bo zmanjšalo, a se bodo zaradi tega izboljšale kakovost, oblikovanje prostora, oprema in funkcioniranje igrišč.

Za dosego navedenega in uresničevanje tretjega cilja pa se bodo izvajale javne participacije (aktivno sodelovanje z javnostjo), ki bodo izhodišče za oblikovanje prenovljenih igrišč.

Parkomati v Kočevju

Da bi uredila stanje na področju mirujočega prometa, je Občina Kočevje predlagala nov odlok, ki predvideva postavitev treh parkomatov. Ti bodo stali na parkiriščih za Namo, za Kulturnim centrom Kočevje (KCK), za Novo Ljubljansko banko in pred Zdravstvenim domom Kočevje. **Koliko bo stala ura parkiranja** na javnih parkirnih površinah, na katerih bo uvedeno plačevanje parkirnine, **bodo kočevski svetniki odločili naknadno**. Parkirna mesta se bo zaračunavalo od ponedeljka do petka, in sicer med 6. in 17. uro.

Potrdilo o plačilu bo moralo biti na vidnem mestu avtomobila oz. bo moralo biti na razpolago nadzornemu organu prek ustreznih tehničnih sredstev. Na javnih parkirnih površinah bo parkiranje dovoljeno le znotraj označenih parkirnih površin in znotraj talnih označb.

Za parkiranje vozil stanovalcev s stalnim bivališčem na območju, kjer bo uvedeno plačilo parkirnine, ter za parkiranje samostojnih podjetnikov, pravnih oseb, državnih organov in organov lokalnih skupnosti, ki imajo svoj sedež na območju, kjer bo uvedeno plačilo parkirnine, bo strokovna služba Občinske uprave na podlagi vloge izdala dovoljenje za parkiranje za tekoči mesec ali tekoče leto, in sicer za plačilo. V dovoljenju se bodo določili pogoji za uporabo parkirne površine. Skupaj z dovoljenjem bo pristojni organ izdal tudi dovolilnico za parkiranje, ki jo bo imetnik dolžan namestiti na vidno mesto v vozilu.

Na eno stanovanjsko enoto oz. poslovno enoto se bosta lahko podelili največ dve dovolilnici.

Javna parkirna mesta v lasti Občine Kočevje, se bo lahko oddalo v najem tudi preostalim zainteresiranim uporabnikom s pogodbo v postopku, določenim z zakonom. Najemojemalec bo najeta parkirna mesta uporabljal le za lastne potrebe, za kar prejme dovolilnico za parkiranje.

Kočevje bo dobilo novo urgenco

4. maja 2017 sta župan Občine Kočevje dr. Vladimir Prebilič in pooblaščenka izbranega gradbenega podjetja AS Primus Maja Hribar podpisala pogodbo za rekonstrukcijo in dozidavo kočevskega zdravstvenega doma. V sklopu investicije bo izbrano podjetje zgradilo novo urgenco in obnovilo kletne prostore zdravstvenega doma.



Nova urgenca je za občane Kočevja, Osilnice in Kostela, ki jih pokriva ZD Kočevje, izjemnega pomena, saj bodo lahko v urgentnih primerih oskrbljeni v sodobno opremljenih prostorih. Kot je povedala direktorica ZD Kočevje Polona Vidič Hudobivnik, je projekt plod dolgoletnega dela vseh članov ekipe, tako investitorja kot uporabnika in arhitektov. Načrte za projekt je izdelalo projektantsko podjetje Mašera Mahnič Arhitekti, d. o. o.

Investicija obsega: ureditev začasnih prostorov urgence v objektu državnih rezerv (za čas trajanja investicije), novogradnjo urgentnega bloka, novo zunanjo ureditev in novo parkirišče za zaposlene (približno 50 parkirnih mest), nov kanalizacijski priključek, rekonstrukcijo obstoječe urgence v bivalne prostore dežurnih ekip in rekonstrukcijo zunanjega stopnišča (proti Roški cesti) z vgradnjo dvižne ploščadi ter sanacijo severne, vzhodne in zahodne vkopane stene ZD. Delno se bo rekonstruirala tudi notranja kanalizacija, izvedla se bodo investicijsko-vzdrževalna dela na celotni površini kletnih prostorov v obstoječem ZD z delno spremembo razporeditve prostorov.

Župan Občine Kočevje dr. Vladimir Prebilič je ob tem dogodku izrazil upanje, da bo Ministrstvo za zdravje prispevalo vsaj 300.000 EUR za vzpostavitev nadomestnih prostorov za urgentno službo in nakup zdravstvene opreme.

Vrednost del znaša 1.740.048 EUR z DDV in jih bo trenutno v celoti krila Občina Kočevje. Dela naj bi se predvidoma začela junija 2017 in se končala do avgusta 2018.



Rubriko Moja občina pripravljajo v kočevski občinski upravi

Zunanja ureditev hostla Bearlog

Hostel je v preteklem mesecu pridobil zunanjo ureditev kar se tiče zasaditve.

Odprti prostor med hostlom in tržnico bo najbolj zaznamovan z velikim drevesom bukve, ki bo zrastlo v osrednji betonski klopi. Bukev je bila izbrana kot najbolj tipična drevesna vrsta Kočevskega. Grede bodo zasajene preprosto, z vzdržljivimi trajnicami. Na robu parkirnih prostorov je trenutno zasajena gabrova živa meja, zato nekdanji prehod čez zelenico ni več mogoč.

Z izvedbo zunanje ureditve tržnice se bo odstranila trenutna fizična zapora (lesen plot), območje se bo spremenilo v prehodno območje prek stopnic in rampe. V sklopu tega urejanja bo vzpostavljena tudi nova pot za pešce proti Kidričevi ulici, podrti bosta dve drevesi in posajena nova. Umestil se bo ekološki otok ter zbirno mesto tržnice, uredil se bo dostop za dostavo na spodnji nivo tržnice. Rešitev je predlog projektanta Kora trade, d. o. o.

Obiski župana po krajevnih skupnostih

Občina Kočevje obvešča, da bo župan s svojo ekipo obiskal krajevne skupnosti, in sicer:

KS Šalka vas	torek, 23. 5. 2017, ob 18:00 lokacija: gasilski dom Šalka vas
KS Ivan Omerza Livold	sreda, 24. 5. 2017, ob 18:00 lokacija: vaški dom Livold
KS Poljanska dolina	torek, 6. 6. 2017, ob 18:30 lokacija: kulturni dom Predgrad
KS Stara Cerkev	sreda, 7. 6. 2017, ob 18:00 lokacija: dvorana v Stari Cerkvi

Vabljeni k udeležbi!

Vabilo na izobraževanje o TPO

Občina Kočevje in Zdravstveni dom Kočevje vabita na izobraževanje temeljnih postopkov oživljanja (TPO), ki bo potekalo v **torek, 13. junija 2017, ob 18. uri v Kulturnem centru Kočevje** (KCK). Teme izobraževanja: prepoznavanje srčnega zastoja, izvajanje temeljnih postopkov oživljanja in uporaba polavtomatskega defibrilatorja. Izobraževanje bo vodil Primož Velikonja, pomočnik direktorja za zdravstveno nego Zdravstvenega doma Kočevje.

Prijave na izobraževanje sprejemamo na elektronskem naslovu mojca.volf@kocevje.si do petka, 9. junija 2017.

Velik odziv na razpis za pospeševanje gospodarstva

Znani so rezultati Javnega razpisa za dodelitev finančnih sredstev za pospeševanje razvoja gospodarstva v občini Kočevje za leto 2017, ki je bil zaključen 15. aprila 2017. Odziv je bil po pričakovanjih zelo velik, saj je prispelo 60 prijav. Razdeljenih je bilo vseh **130.000 EUR**, kolikor je bilo razpisanih sredstev. Skupaj je **zmanjkalo 62.769 EUR** ali 48 % sredstev.

Za ukrep Spodbujanje začetnih investicij in investicij v razširjanje dejavnosti in razvoj (dotacije) je prispelo 29 vlog, od katerih je sredstva prejelo 17 prijaviteljev, v skupni višini 75.000 EUR. Sredstev po tem ukrepu je zmanjkalo za 12 prijaviteljev, v skupni višini 48.706 EUR.

Za ukrep Spodbujanje začetnih investicij in investicij v razširjanje dejavnosti in razvoj (subvencija obrestnih mer) je prispela le ena prijava, ki pa žal ni bila ustrezna, zato so se razpisana sredstva v višini 10.000 EUR v celoti prerazporedila na ukrep Spodbujanje odpiranja novih delovnih mest in samozaposlovanja. Na tega je prispelo 18 vlog, od katerih je bilo ustreznih 14. Sredstva so bila 11 prijaviteljem razdeljena v skupni višini 34.855 EUR, kljub prerazporeditvam sredstev iz drugih ukrepov pa je zmanjkalo 11.998,70 EUR za tri prijavitelje.

Za ukrep Spodbujanje razvoja socialnega podjetništva so prispele tri prijave, aod razpisanih 20.000 EUR je bilo med tri prijavitelje razdeljenih 14.144 EUR. Ostanek sredstev je bil prerazporejen na Ukrep 2.

Za Spodbujanje izobraževanja, usposabljanja in promocije na področju podjetništva je prispelo devet vlog, od katerih je sredstva prejelo sedem prijaviteljev, v skupni višini 5.000,00 EUR, kar pomeni, da sta brez sredstev v skupni višini 2.064 EUR po tem ukrepu ostala dva prijavitelja.

Za ukrep Spodbujanje projektov inovacij je prispela ena prijava, vlagatelju so bila dodeljena sredstva v višini 998,28 EUR. Razlika do razpisanih 5.000 EUR je bila prav tako prerazporejena na Ukrep 2. Prejemniki sredstev bodo objavljeni na spletni strani Občine Kočevje.

Iz Golobje jame potegnili 41 ton smeti

Jamarji iz Jamarskega kluba Novo mesto so 1. aprila iz Golobje jame potegnili na plano več kot 41 ton smeti. Dvajset jamarjev je moralo iz Mullerlocha, kot pravijo Golobji jami, 96-krat izvleči odpadke. Napolnili so 15 kontejnerjev z mešanimi odpadki, kar skupaj znaša 75 m³, in en pet kubičnih metrov velik kontejner, napolnjen s starim železom. Skupaj je bilo odpeljanih 80 kubičnih metrov odpadkov. Glede na količino izvlečenih odpadkov, je to ena od največjih čistilnih akcij, kar se tiče praznjena kraških jam.

Teden dni pozneje so jamarji iz Društva za raziskovanje jam izvedli čiščenje Smetljive jame pod Stojno. Ob prihodu so jamarji nepričakovano naleteli na mrhovino in klavniške odpadke, skrbno zapakirane v plastične vreče. Čeprav je razpadajoča mrhovina nevarna za zdravje jamarjev, saj se lahko pri ravnanju z njo okužijo s kakšno nevarno boleznijo, so se jamarji odločili za akcijo.

V dvodnevni čistilni akciji so napolnili pet zabojnikov z mešanimi odpadki in enega z mrhovino. Jama se bo v bodoče zaprla, ob cesti pa se bo postavila še ograja, ki bo preprečila zdrs avtomobilov v jamo.





Občina Kočevje sprejela Celostno prometno strategijo

Na 26. redni seji Občinskega sveta Občine Kočevje, dne 16. maja 2017, je bila potrjena Celostna prometna strategija (CPS) Občine Kočevje, a pod pogojem, da se do maja 2018 dopolni tudi za širše območje občine, v katero bodo vključene vse krajevne skupnosti. S sprejemom se je zaključil leto dni trajajoč proces priprave dokumenta, s katerim bo občina v prihodnjih letih vzpostavila prakso trajnostnega načrtovanja prometa. V številne aktivnosti, ki jih je obsegala priprava CPS Občine Kočevje, so bili vključeni vsi občani: strokovnjaki s področja prometa in povezanih sektorjev, ključni deležniki iz javnih in zasebnih ustanov ter podjetij in splošna javnost.

Celostna prometna strategija prinaša v občino nov pristop načrtovanja prometa, ki temelji na obstoječih metodah načrtovanja ter jih dopolnjuje z ustreznimi načeli vključevanja, sodelovanja in vrednotenja tako, da z njimi izpolni potrebe po boljši kakovosti bivanja v celotni občini za sedanje in prihodnje generacije. Prinaša tudi nove poudarke načrtovanja prometa, saj daje več pozornosti ureditvam za hojo in kolesarjenje ter uporabi javnega potniškega prevoza. Sprejetje CPS bo občini omogočilo tudi pridobivanje sredstev za izvedbo predvidenih ukrepov iz nacionalnih in evropskih virov.

S pričetkom izvajanja CPS bo občina pričela uresničevati vizijo razvoja prometa, oblikovano med procesom priprave dokumenta: *»Kočevsko je prijazno pešcem in kolesarjem; tu z lastnimi močmi in iskrenimi odnosi povezujemo učinkovito mobilnost in odprte prostore za vse.«*

Dokument, kjer so poleg vizije predstavljena tudi izhodišča za trajnostno načrtovanje prometa, ambicije za prihodnost, strateški in podrobni cilji s ciljnimi vrednostmi in akcijsko-finančni načrt s podrobnim naborom ukrepov, je vsem prebivalcem dosegljiv na spletni strani Občine Kočevje http://www.kocevje.si/za-obcane/celostna-prometna-strategija.

Izvajanje Celostne prometne strategije bo v naslednjih petih letih v občini marsikaj spremenilo. Izboljšali se bodo predvsem pogoji za bolj aktivno in okolju prijazno opravljanje poti znotraj občine, kar bo pozitivno vplivalo na zdravje prebivalcev, okolje in kakovost bivanja. Za učinkovitost ukrepov pa bo izjemno pomemben tudi odnos prebivalcev do novih ureditev. Pogostejša uporaba trajnostnih potovalnih načinov bo namreč pripomogla k še večji aktivnosti občine na tem področju in nenazadnje tudi k večanju sredstev, namenjenih za izvedbo nadaljnjih ukrepov. Uspeh Celostne prometne strategije Občine Kočevje je zato v rokah vseh – občine in prebivalcev.

Okrogla miza z evropsko poslanko Romano Tomc

V Občinskem odboru SDS veliko časa namenimo iskanju rešitev, ki jih imajo mladi pri iskanju zaposlitev in drugim težavam. Zato smo veliko aktivnosti usmerili na program za mlade. V občinskem odboru SDS Kočevje bomo v letu 2017 posebno pozornost namenili mladim in gospodarstvu.

Da bi povečali možnost sodelovanja in kontaktov mladih z izkušenimi gospodarstveniki, bomo v občinskem odboru SDS Kočevje organizirali serijo aktivnosti na temo 'Izkušnja za mlade – navdih za gospodarstvo'. V tem mesecu bomo v OO SDS Kočevje organizirali okroglo mizo z evropsko poslanko Romano Tomc in drugimi zanimivimi gosti, s katerimi bomo poskušali poiskati rešitev, kako najbolje zagotoviti čim boljšo prihodnost za mlade.

Romana Tomc je poslanka v Evropskem parlamentu in članica evropske ljudske stranke, ki ji pripada tudi Slovenska demokratska stranka. V Evropskem parlamentu je članica odbora za zaposlovanje in socialne zadeve ter nadomestna članica za ekonomske in monetarne zadeve. Je članica v delegaciji za odnose z Japonsko.

Preden je bila izvoljena za poslanko v Državni zbor RS, je bila direktorica Javnega sklada RS za razvoj kadrov in štipendije, kjer se je poleg organizacijsko vodstvenih izzivov dnevno srečevala s problematiko izobraževanja in zaposlovanja mladih. V času predsedovanja Slovenije Svetu EU je bila državna sekretarka na Ministrstvu za delo in družino in socialne zadeve, še pred tem pa je na istem ministrstvu vodila Direktorat za delo in pravice iz dela.

Verjamemo, da je ga Romana Tomc trenutno najbolj primerna gostja okrogle mize, kjer bo s svojimi izkušnjami, znanjem in z usmeritvami iz evropske unije dopolnila naš program za mlade.

Vabimo vse občane in občanke, da se nam pridružijo **26. 5. 2017 ob 18. uri v KCK** Kočevju na okrogli mizi s še drugimi zanimivimi gosti, da poskušamo skupaj najti rešitev, kako s primernimi ukrepi zmanjšati brezposelnost mladih, kajti vse preveč mladih po končanem študiju ne dobi zaposlitve v občini Kočevje in odidejo v Ljubljano ali pa celo v tujino, kajti zaposlitvene razmere na kočevskem z lahkoto lahko označimo kot kaotične, ki večino mladih izženejo iz domačega okolja.

Udeleženci okrogle mize bodo skupaj poskušali oblikovati prednosti in priložnosti sodelovanja mladih in gospodarstva. Pregovor pravi: Na mladih svet stoji. Okrogla miza zato spada med dogodke naše prihodnosti in ne smete manjkati.

Luka Bubnjić

Zmanjševati je treba stisko ljudi na račun bogatenja elit

Stiske ljudi zaradi nizkih pokojnin in plač ter vse težjega dostopa do kakovostne zdravstvene oskrbe je treba zmanjševati. Zato pozdravljamo zakon, s katerim se je dvignila minimalna pokojnina za polno delovno dobo na 500 evrov, za katero smo si leto dni v SD intenzivno prizadevali prek našega poslanca. To je bil prvi korak, naš cilj pa je, da minimalna pokojnina ne sme biti nižja od praga revščine. Zato bomo v SD nadaljevali delo, da se to doseže.

Naslednji korak je dvig minimalne plače in ustrezna uskladitev plačnih razredov. S tem ukrepom bodo ljudje zadovoljnejši na delovnem mestu in imeli bodo več sredstev za vlaganje v obnovo stanovanj, hiš, za nakupe različne opreme in drugih nujnih življenjskih potrebščin. Le tako se bo dvignila gospodarska rast, ki pa posledično omogoča nova delovna mesta in ohranja stara.

Nov ukrep, ki smo ga oblikovali v SD za preprečevanje stisk ljudi, je tudi predlog Zakona o standardnem stanovanju, ki je namenjen preprečitvi rubeža stanovanj in hiš zaradi bagatelnega dolga, recimo na primer 100 EUR, Tako v Kočevju kot drugih slovenskih mestih se je takšen rubež žal že zgodil, in to je nepredstavljivo. Nizke plače in pokojnine, rubeži stanovanj revnejšim pa omogočajo bogatenje elit, ki kupujejo nepremičnine po smešno nizki ceni, saj so jih zaradi preživetja ljudje prisiljeni prodajati ali pa se jim celo zarubijo.

Na lokalni ravni si bomo prizadevali, da se ne povečujejo zneski na položnicah za komunalne storitve, temu sledijo še kazni redarjev, plačilo taks za uporabo občinskih površin in prostorov za prireditve ter kmalu tudi parkirnin. Vse to poslabšuje položaj podjetij, obrtnikov in naših občank in občanov.

Vesna Lisac

Zdravstvena reforma

Tem o zdravstveni reformi je veliko in nadaljujemo s predstavitvijo vsebin, ki so pomembne za nas – male državljane.

Kaj pomeni ukinitev dopolnilnega zavarovanja?

Z ukinitvijo dopolnilnega zavarovanja se spremeni dosedanji način doplačil za deleže zdravstvenih storitev. Po ukinitvi dopolnilnega zavarovanja so zdravstvene storitve zagotovljene v celoti s plačilom zdravstvenega nadomestila. Razlika se bo pokrila z uvedbo obveznega zdravstvenega nadomestila.

Vse skupaj bo tako, da bo po uveljavitvi zakona na podlagi izdane odločbe davčnega organa zavarovanec mesečno plačal po zakonu znesek, ki bo odvisen od njegovega dohodkovnega položaja.

Ali se želi s to dajatvijo zbrati več denarja, kot je bilo zbranega z dopolnilnim zavarovanjem?

Ne, z zdravstvenim nadomestilom bi nadomestili znesek, ki so ga doslej zavarovalnice pridobile od plačevanja zavarovalne premije za prostovoljno zdravstveno zavarovanje.

Kako bomo za to plačevali oz. kje in kako bodo odvajali za ta znesek?

Finančna uprava bo posameznika na podlagi podatkov o bruto dohodkih uvrstila v ustrezni razred za zdravstveno nadomestilo. Trenutno je predvideno, da te postopke izvršuje davčni organ, možne so tudi druge rešitve.

Prebivalstvu se ne želijo nalagati dodatne obveznosti in stroški, zato bo verjetno najprimernejši način poravnavanja obveznosti bodisi prek trajnih pooblastil pri banki ali izplačevalcu dohodka. Za upokojence pa bo to izvrševal Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Slovenije.

Kako je s plačilom za drugo mnenje o zdravstvenem stanju?

Drugo mnenje bo še vedno bolnikova pravica. Morebitne preiskave, ki jih bo moral za drugo mnenje pacient opraviti, pri čemer gre velikokrat za ponovitev že opravljenih preiskav, pa ne bodo plačane iz zavarovanja.

Ali je res, da bomo starši nosili stroške zdravljenja otroka za bolezen, za katero je obvezno cepljenje, otroka pa nismo želeli cepiti?

Cepljenje je najboljši preventivni ukrep zoper preprečevanja širjenja nalezljivih bolezni, ki puščajo trajne in hude posledice. Pogosto so tudi vzrok številnim smrtnim primerom. Preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni ima velik narodno gospodarski učinek, zato so obvezna cepljenja brezplačna, v posameznih primerih tudi neobvezna. Torej iz vidika solidarnosti in etičnosti je razumljivo, da posamezniki, ki opuščajo cepljenja, spravljajo v nevarnost svoje in tuje otroke, zato naj nosijo posledice svojih odločitev.

Zakaj se uvaja časovno omejen bolniški stalež?

Predlagani koncept določitve maksimalnega trajanja zdravniškega nadomestila je treba gledati večplastno. Prvič: takšne sisteme pozna veliko evropskih držav. Drugič: koncept, kot je predlagan, pomeni povezavo s socialnim sistemom. To pomeni, da posameznik, pri katerem bo preseženo obdobje trajanja nadomestila za čas bolniške, preide v sfero sociale oziroma se upokoji. To pomeni, da oseba ne ostane brez ustreznega statusa in denarnega nadomestila.

Božidar Peteh

Energetika – trajnostno in do okolja prijazno, 2. del

Moja Kočevska s trajnostno naravnano strategijo razvoja stremi k izboljšanju kakovosti bivanja občanov pri postopnem prehodu v nizkoogljično skupnost. Pomemben ukrep na tej poti je izvedla z ustanovitvijo gospodarske družbe v javni lasti Kočevski les, ki v vlogi koordinatorja lokalnih subjektov skrbi za razvoj krožnega gospodarstva na področju občine Kočevje z vsemi pozitivnimi multiplikativnimi učinki. Pri tem je eden ključnih dejavnikov oskrba stavb v vseh sektorjih s trajnostno energijo iz lokalnih obnovljivih virov.

Sistem daljinskega ogrevanja Kočevje je in se bo še okrepil v vlogi osrednjega sistema za oskrbo s trajnostno energijo gospodinjstev in drugih uporabnikov v urbanem in industrijskem delu občine Kočevje.

Ključni strateški cilji na področju oskrbe z energijo mesta Kočevje so: modernizacija in širitev sistema daljinskega ogrevanja v mestu Kočevje in obrobne industrijske cone, vključno z avtomatizacijo upravljanja in detektiranja napak v realnem času; proučitev najboljšega načina za povečanje kapacitete toplotnih virov na osnovi endogenih virov občine. Ta mora zajeti vsaj tehnologije kogeneracije na lesno biomaso in odpadke (komunalne in iz čistilne naprave), ki bo približal oskrbo v mestu Kočevje končnemu cilju – samozadostnosti s toplotno in električno energijo iz lokalnih obnovljivih virov energije; zasledovanje cenovne konkurenčnosti toplote iz sistema daljinskega ogrevanja v skladu z Akcijskim načrtom ukrepov za znižanje cene toplote SDO Kočevje, kar bo podlaga in motivacija za večinski priklop gospodinjstev in podjetij na območju vročevoda; pridobivanje novih odjemalcev toplote v vseh sektorjih s poudarkom na novih industrijskih porabnikih; na področjih, kjer ni načrtovane širitve vročevoda, fosilne energente postopoma zamenjujejo obnovljivi viri energije – lesna biomasa v modernih kotlih z nizko ali filtrirano emisijo trdih delcev, ali toplotne črpalke; spodbujanje občanov k uporabi toplotnih črpalk in sončnih kolektorjev za ogrevanje sanitarne vode; stalno informiranje in motiviranje občanov k učinkoviti rabi energije.

Občina Kočevje je v sodelovanju z zunanjim izvajalcem pristopila k intenzivni prenovi in širitvi javne razsvetljave, ki poteka od leta 2015 in še ni zaključena. Posodobitev in širitev javne razsvetljave v obsegu približno 1.200 svetilk (skupaj zamenjava starih in novogradnje) bo rabo električne energije za javno razsvetljavo skoraj prepolovila, s tem bistveno izboljšala energetsko učinkovitost v tem segmentu in zadostila predpisu iz Uredbe o mejnih vrednostih svetlobnega onesnaževanja okolja, pri čemer bo poskrbljeno za javno razsvetljavo v vseh krajevnih skupnostih.

Prenova javne razsvetljave je zajemala zamenjavo obstoječih svetilk na obstoječih lokacijah, povišanja drogov za uskladitev in izboljšanje svetlobno tehničnega stanja na posameznem cestnem odseku ter novogradnjo dodatnih svetilk.

Lili Štefanič

Zgodnja poroka – kaj je to?

Zgodnja ali otroška poroka pomeni sklenitev zveze oziroma skupnosti (zakonske ali zunajzakonske) z osebo ali med osebami, mlajšimi od 18 let. Danes je po vsem svetu več kot 700 milijonov žensk, ko so bile poročene pred svojim 18. letom starosti. Glede na navedbe UNICEF-ovega Raziskovalnega centra Innocenti je navada, da se poročajo zelo mlada dekleta, razširjena v Afriki in južni Aziji, pa tudi v Latinski Ameriki in vzhodni Evropi.

Zgodnje poroke poznamo tudi v Sloveniji in so pogostejše, kot bi si želeli. Glede na podatke Statističnega urada Republike Slovenije vsako leto rodi vsaj eno dekle, mlajše od 15 let. Letno skoraj 140 deklet, mlajših od 18 let, zanosi. Večina najstniških nosečnosti se zgodi v zunajzakonskih skupnostih.

V Sloveniji zakonske zveze ne more skleniti oseba, ki še ni stara 18 let, oz. jo izjemoma lahko, če center za socialno delo to dovoli. Zunajzakonske skupnosti z mladoletnimi osebami se preprosto zgodijo in trenutno v Sloveniji še niso kazensko preganjane.

Zgodnji poroki praviloma neizbežno sledita opustitev šolanja in prezgodnja nosečnost, ki je nevarna tako za bodočo mamo kot za njenega otroka. Zgodnje nosečnosti vsako leto povzročijo 70.000 smrti med deklicami, starimi med 15 in 19 let. Otroci, ki se rodijo mladoletnim materam, imajo kot dojenčki za 60 odstotkov manjšo možnost preživetja v primerjavi z otroki, ki se rodijo materam, starejšim od 19 let. 'Otroške neveste' so v večji nevarnosti v primerjavi s polnoletnimi, da postanejo žrtve nasilja, zlorab in izkoriščanja.



Na Zemlji je 700 milijonov žensk, ki so bile poročene pred svojim 18. letom starosti, • ***Foto: Bori Grabovac Morse***

V jugovzhodni Sloveniji se najpogosteje zgodi približno takole: Fant in dekle se spoznata (v zadnjem času pogosto s pomočjo Facebooka), si nekaj časa dopisujeta, nato se dogovorita za srečanje in fant pride po dekle. Fantje so običajno starejši od deklet, pogosto polnoletni. Fant pride po punco s prijatelji, sam, včasih mu pomagajo tudi njegovi starši. Odpelje jo k svoji družini in dekle postane njegova 'žena'. Dekletovi starši se praviloma ne strinjajo z odhodom hčerke od doma. V veliki večini primerov je dekle odšlo k fantu prostovoljno in vztraja pri tem, da bo pri njem ostala, zavrača sodelovanje s starši in institucijami.

Z zgodnjo poroko se obdobje mladostništva za dekle konča. Ne glede na njeno starost in predvsem ne glede na njene sposobnosti in zrelost, postane odrasla z vsemi obveznostmi, ki spadajo zraven. Pogosto ima še pred polnoletnostjo prvega otroka, do 20 leta pa že od 3 do 5 otrok, in to ne glede na njene zmožnosti in sposobnosti skrbi za otroke. Dekleta, ki so v zakonu nezadovoljna, so zelo osamljena, saj nimajo nikogar, da bi se z njim pogovorile. Stike s svojo matično družino same ali pod pritiski 'nove' družine popolnoma prekinejo ali vsaj zelo omejijo. Obkrožene so z osebami, ki odobravajo njihovo situacijo. Odrasli pogosto pokažejo zelo malo zanimanja in sočutja za travme, ki jih mladostniki doživljajo v povezavi z zgodnjimi porokami, zgodnjimi spolnimi odnosi in zgodnjimi nosečnostmi. Razumljene so kot neizogibni del življenja, povečuje pa jih tudi dejstvo, da je nepoučenost o spolnosti, nosečnosti in porodu med temi dekleti zelo velika.

Zgodnje poroke institucije večinoma obravnavajo kot beg od doma, zaradi česar je delovanje usmerjeno predvsem v mladostnico in njeno voljo. Na ta način je popolnoma spregledana odgovornost odraslih, ki mladostnici tako vedenje omogočajo, ga spodbujajo in imajo od tega korist.

V primeru zunajzakonske zveze z mladoletno osebo so izraženi sumi različnih kaznivih dejanj: protipravni odvzem mladoletne osebe, kaznivo dejanje zanemarjanja mladoletne osebe, nasilje v družini, ugrabitev ter kaznivo dejanje spolnega napada na osebo, mlajšo od 15 let. Pri obravnavi zadnjega kaznivega dejanja se praviloma zatakne ob ugotavljanju nesorazmernosti med zrelostjo storilca in žrtve, pa tudi pri ugotavljanju drugih kaznivih dejanj se pojavljajo težave, ker dekle prostovoljno odide v drugo družino. Treba bi bilo spremeniti kazensko zakonodajo po zgledu Hrvaške, kjer je življenje v zunajzakonski skupnosti z otrokom opredeljeno kot kaznivo dejanje.

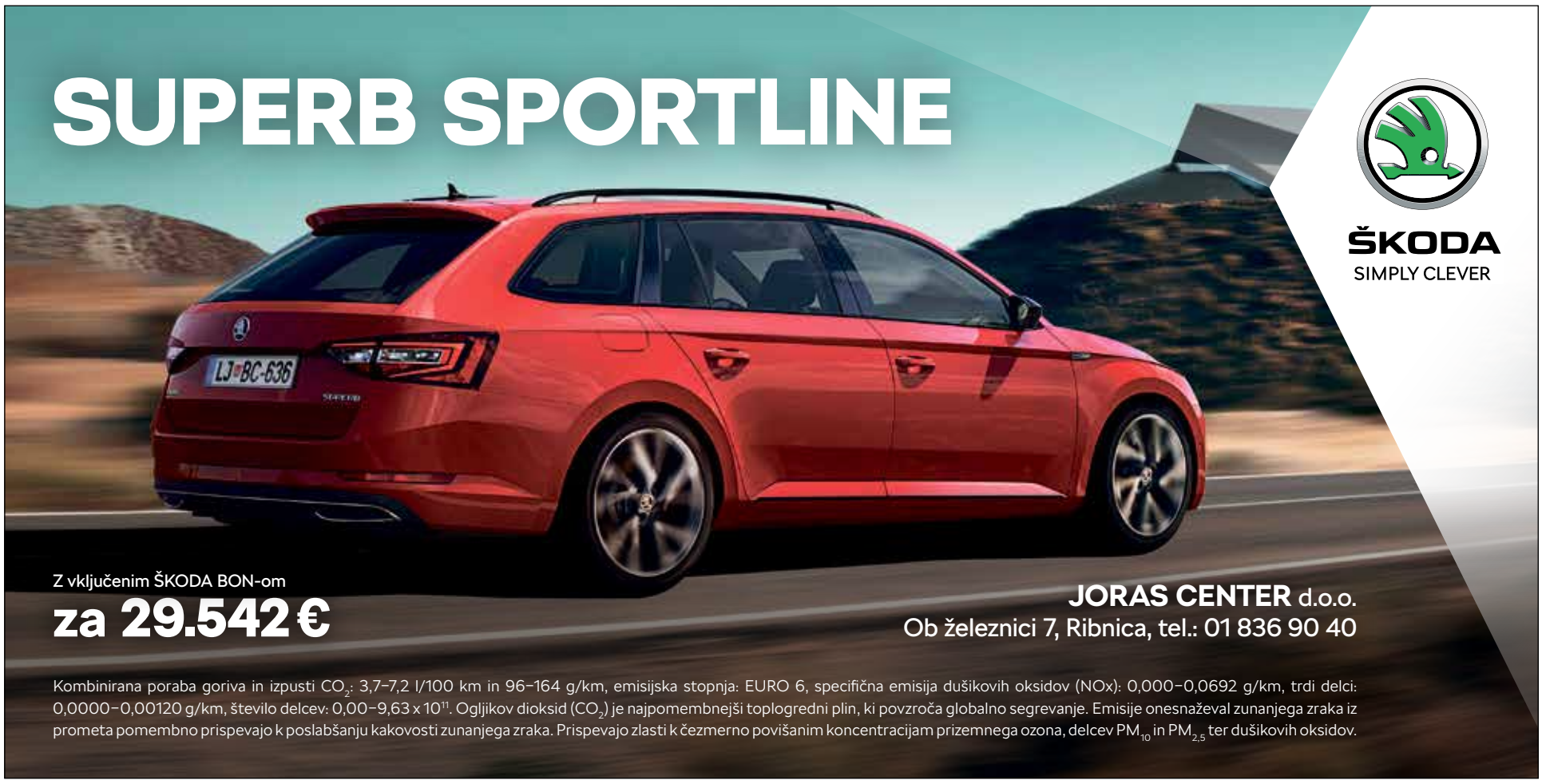
Po vsem svetu kot poglavitni razlog za zgodnje poroke izstopa revščina. Opažamo, da so v Sloveniji zgodnje poroke pogosto način za osamosvojitev mladih iz matične družine, saj si mladi posamezniki iz določenih skupin prebivalstva težko sami zagotovijo dovolj sredstev za preživljanje.

Zgodnje poroke so način za nadzorovanje žensk. Vloga ženske se tako omeji na dom in družino, omejijo se njena svoboda, možnosti za izobraževanje in osebnostni razvoj, kar povečuje podrejen položaj žensk.

Zgodnje poroke predstavljajo kršenje osnovnih človekovih pravic in obliko nasilja nad ženkami in otroki. Gre za škodljivo prakso, ki je ne moremo sprejeti kot običaj ali del kulture določenih skupnosti. Treba je zavzeti splošno družbeno stališče o nesprejemljivosti in nedopustnosti zgodnjih porok ter spremeniti kazensko zakonodajo.

Katarina Tinauer

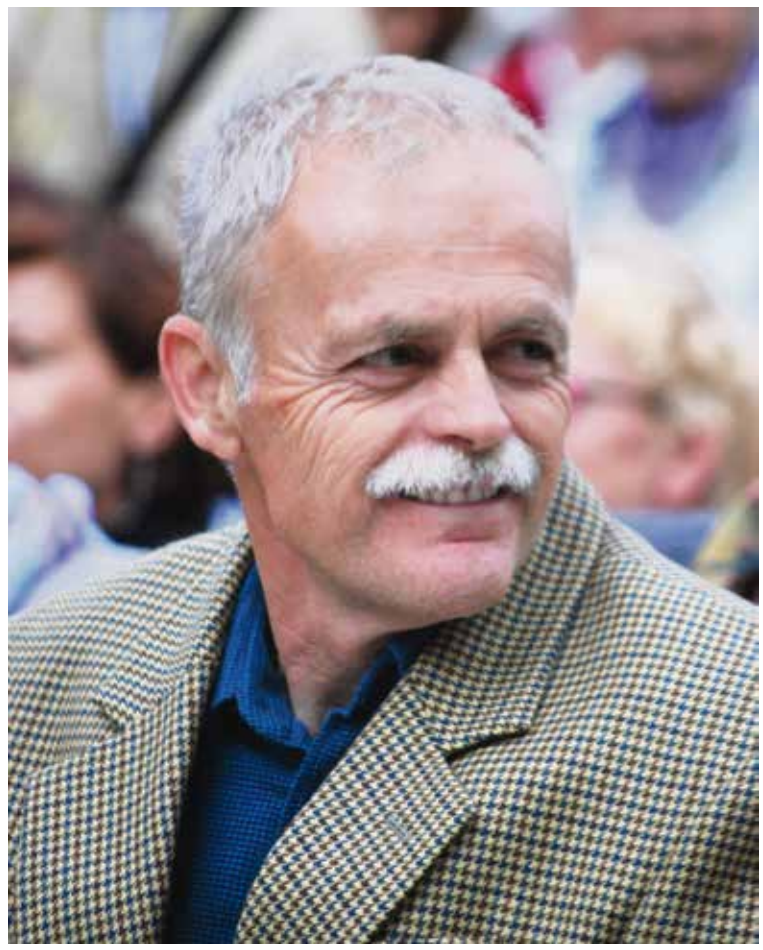
Viri:
- Il matrimonio precoce, Digest Innocenti, 2001, https://www.unicef-irc.org/publications/298/
- Prisilne poroke romskih deklic, Inštitut RS za socialno varstvo, 2014, http://www.irssv.si/upload2/Prisilne%20poroke%20romskih%20deklic.pdf
- Konvencija o otrokovih pravicah, https://unicef.blob.core.windows.net/uploaded/documents/KOP.pdf
- Zakon o zakonski zvezi in družinskih razmerjih (Ur. L. RS, št. 69/04 – uradno prečiščeno besedilo, 101/07 – odl. US, 90/11 – odl. US, 84/12 – odl. US, 82/15 – odl. US in 15/17 – DZ)
- Kazenski zakonik (Ur.l. RS št. 50/2012, 54/2015)
- Kazneni zakon, pročišćeni tekst zakona NN 125/11, 144/12, 56/15, 61/15, https://www.zakon.hr/z/98/Kazneni-zakon



Človek s terena

Srečujemo ga na skoraj vseh prireditvah, zraven je takrat, ko se dela, ne manjka niti na nobenem športnem dogodku. Pa najsi je v vlogi gledalca, navijača ali sodelujočega. A na vprašanje, kako bi se opisal, po krajšem premisleku le skomigne z rameni. Nato pa med pogovorom zelo hitro na plan prodre hiperaktivni, trmasti in vztrajni deloholik. To je Jože Corel, ki že osmo leto predseduje Krajevni skupnosti Kočevje-mesto, pred tem pa je bil štiri leta njen podpredsednik. Pred letom dni se mu je zaključil mandat predsednika Sveta za preventivo in vzgojo v cestnem prometu. Še vedno pa je predsednik in ustanovitelj Vaškega društva Mahovnik.

Njegove funkcije povečini niso profesionalne, posel pa je terenski in osredotočen na ljudi. Morda iz njega res ni mogoče izvleči besed, povezanih z osebnim opisom, a Corel se hitro razživi, ko omeniva delo. Pravi, da ga vodenje krajevne skupnosti, v kateri živi 9.800 ljudi, precej zaposluje. Ukvarja se z množico 'malenkosti', potrebnih za tekoč vsakdan. "Ukvarjam se z vsem mogočim, od sodelovanja s pobratenimi občinami do težav s cesto, kanalizacijo, z javno razsvetljavo, tudi z živimi mejami in otroškimi igrišči. Predvsem pa z ljudmi in njihovimi težavami," pravi **Jože Corel**. "Kličejo me zaradi obrezovanja dreves, ker se bojijo, da bo nekomu padla veja na glavo. Pa takrat, ko voda stoji na cesti ali jo sosed spusti na sosednje dvorišče. Ali ko jabolka z enega vrta padajo na mejaševo dvorišče," povzame nekatere zanimivejše intervencije predsednik krajevne skupnosti. Njegove izkušnje kažejo, da smo ljudje različni in da ima vsak svoje predstave o tem, kaj je prav in kaj ne. Tako si, pravi, tudi javne razsvetljave ne želijo povsod. Nekdo ga je, na primer, klical, ker mu nova luč 'sveti' naravnost na hišo in vrt. Zato naj bi mu mrčes, ki bi v svetlobi očitno delal 'nadure', lahko pojedel ves pridelek. Na drugi strani krajanom, ki so po več desetletjih končno dočakali novo razsvetljavo, nasprotuje soseda, ki se je v naselje priselila šele pred kakšnim letom dni. Zabavno in naporno, bi lahko rekli o delu Jožeta Corla, ki se je z zanimivimi izzivi srečeval tudi v prometnem svetu. Delo v Svetu za preventivo in vzgojo v cestnem prometu namreč ne vključuje le kolesarskih izpitov za osnovnošolce. "Ukvarjal sem se s postavitvijo prometnih znakov in ogledal. Pa organizacijo dneva brez avtomobila in tem, kam umestiti prehode za pešce," razlaga Corel, ki se je tudi v Svetu srečeval z živimi mejami. Te so marsikje zasajene praktično na cesti in ovirajo postavitev prometnih znakov. Spet slednjih je ponekod preveč, saj se jih na nekaj metrih znajde tudi deset in več.



Delo z ljudmi je, po izkušnjah predsednika KS Kočevje-mesto Jožeta Corla, zanimivo, a tudi precejšen izziv • ***Foto: Bori Grabovac Morse***

Corel je v Mahovniku, kjer sicer živi, pred šestimi leti ustanovil vaško društvo. Mahovničani so bili sprva navdušeni, a je od tega navdušenja ostalo bore malo, ko je bilo treba poprijeti za delo. Prebivalce je poskušal združiti na delavnicah z glino in pri izdelovanju velikonočnih ter novoletnih okraskov. Jih pritegniti k sodelovanju z drugimi društvi in udeležbo na poletnih igrah brez meja. Slednje so se še najbolj 'prijele', udeležili pa so se jih tudi nekateri prebivalci bosanskega mesta Prijedor, s katerimi so stik navezali prek kočevskega Srbskega kulturno-umetniškega društva. Bosanci so nato prišli celo na Poletno mačkarado; še eno prireditev, ki se je je domislil Jože. "Prvič sem takšno maškarado doživel na Kolpi, v Podzemlju, in mi je bila zelo všeč. Drugi razlog, da sem se odločil za njeno ponovitev v Kočevju, pa je bilo oživljanje reke Rinže. Včasih je bila reka veliko bolj živahna, zdaj se pa večina stvari odvija na jezeru," razlaga Corel, ki se še živo spomni čolnarjenja po reki ob spremstvu godbe, pa kopališča v Mahovniku, ki je bilo priljubljena plavalna točka v 70. in 80. letih prejšnjega stoletja. "Lani je avgustovska mačkarada sicer odpadla zaradi čiščenja struge, odziv pri tisti izpred dveh let pa je bil izjemen. Prišlo je okoli sto udeležencev. Kaj naj rečem? Rad imam maškare in sam bi bil najraje maškara kar vse leto," v smehu pove aktivni Kočevar, ki v prostem času rad poprime tudi za kuhalnico. Tako je, recimo, delovnim kolesarjem, ki v Dolgi vasi pripravljajo kolesarsko traso, pred kratkim napekel 90 palačink. Čeprav sam ne kolesari, se aktivno pripravlja tudi na pomoč pri organizaciji kolesarskega prvenstva, ki bo na začetku junija. Je tudi prostovoljni gasilec v PGD Mahovnik. Profesionalni kuhar pa si je nedavno nabavil celo vojaško premično kuhinjo, v kateri bo dišalo po številnih dobrotah. Kuhanja ne manjka niti v krajevni skupnosti, ki ji predseduje; ta vsakega decembra v centru mesta pripravi in razdeli med 120 in 150 brezplačnih obrokov.

Pomaga vsakomur, če le lahko, zelo rad pa dela z otroki. V prostem času, kolikor ga ima, ne gre brez žoge. "Moja največja ljubezen je nogomet. A tudi sicer mi je šport zelo všeč. Ni pomembno, kateri, gledam vse, od odbojke do košarke in celo flagfootballa. Če ni tekem v Kočevju, grem v Ribnico," pravi Jože, ki mu zadnja tri leta življenje bogati tudi vnukinja Flora. Ta od dedka že pričakuje hišico na drevesu. "Seveda jo bo dobila, obljubil pa sem ji tudi novo gugalnico. Zanjo živim," na koncu pove Jože Corel.

Bori Grabovac Morse



Pregled uporabe zdravil

Pregled uporabe zdravil (PUZ) je osebni posvet z magistrom farmacije o zdravilih, izdanih na recept ali brez njega, prehranskih dopolnilih in o drugih izdelkih za odpravo ali lajšanje zdravstvenih težav. Še posebej je priporočljiv za ljudi, ki imajo vprašanja ali težave, povezane z zdravili, uporabljajo več zdravil ali imajo zdravila z zahtevnejšim načinom uporabe (npr. inhalatorji, mehanski injektorji ...). Primeren je tudi za tiste ljudi, ki imajo več različnih bolezni, so dobili novo zdravilo, zamenjali eno ali več zdravil, imajo obnovljive recepte, jim zdravila predpisuje več zdravnikov, so bili pred kratkim odpuščeni iz bolnišnice ali uporabljajo številne izdelke za samozdravljenje. PUZ je priporočljiv še za oskrbovance domov starejših občanov, starostnike ter osebe s posebnimi potrebami.

Nedavno je slovensko javnost vznemirila novica, da nekatere lekarne zaračunavajo svetovanje o zdravilih. Svetovanje o pravilni in varni uporabi zdravil je eden od temeljev lekarniškega poklica in se v celoti plačuje iz zdravstvenega zavarovanja. Pregled uporabe zdravil pa je poglobljena storitev, za katero se lekarne lahko same odločajo, ali jo bodo zaračunavale po priporočeni ceni 27,59 evra. V Lekarni Kočevje jo izvajamo brezplačno.

Za storitev se je treba predhodno dogovoriti bodisi med osebnim obiskom v lekarni bodisi telefonsko. Skupaj določimo datum in uro. Ob tem moramo pridobiti osnovne podatke o bolniku, zdravniku, imenih in jakostih zdravil na recept ali brez recepta ter nazive drugih izdelkov za samozdravljenje. Bolnik lahko že v tej fazi nakaže morebitne z zdravili povezane težave ali vprašanja. Izročimo mu pisno vabilo z opomniki in prostorom za zapis vprašanj.

Pobudo za izvedbo PUZ lahko dajo pacienti sami, njihovi skrbniki, zdravniki ali drugi zdravstveni delavci. Storitev se izvaja izključno z bolnikovo pisno privolitvijo, ki jo izpolni ob prijavi ali ob začetku pregleda uporabe zdravil. S privolitvijo v sodelovanje se bolnik strinja, da se njegovi osebni podatki, podatki o zdravniku, zdravilih na recept in izdelkih za samozdravljenje zapišejo v obrazec Pregled uporabe zdravil, in dovoljuje, da se farmacevt neposredno poveže in sodeluje z njegovim zdravnikom. Farmacevt pa se obvezuje, da bo podatke uporabljal izključno za potrebe PUZ in nepooblaščenim osebam ne bo omogočil dostopa do njih.

Pred posvetom magister farmacije oceni pridobljene podatke s stališča značilnosti zdravil in zdravljenja z zdravili: kateri so mogoči nameni uporabe, običajni priporočeni odmerki, kdaj naj se jemljejo in na kakšen način, kateri so najpogostejši neželeni učinki in interakcije (medsebojno delovanje zdravil), posebnosti shranjevanja (npr. v hladilniku), ali so potrebni previdnostni ukrepi za preprečevanje neželenih dogodkov (npr. zaradi vpliva na psihofizične sposobnosti).

Magister farmacije pregleda zbrane podatke tudi z vidika izpostavljene težave, si pripravi pripomočke za prikaz pravilne uporabe zdravil in izdela osnutek zapisa za bolnika, ki ga pozneje na osnovi pogovora z njim dopolni.

Pregled uporabe zdravil se izvaja v ločenem prostoru, ki zagotavlja zaupnost in poteka izključno med bolnikom in magistrom farmacije, na bolnikovo željo je lahko prisoten tudi svojec ali skrbnik.

Na začetku pogovora pacienta prosimo, naj nam pove, katera zdravila jemlje, kako jih jemlje in za kakšen namen. Med podajanjem informacij ga ne prekinjamo, za dodatne podatke ga prosimo šele, ko konča.

Pozorni smo na sodelovanje pri zdravljenju z zdravili, preverjamo pacientovo poznavanje namena uporabe zdravil, pravilnost načina uporabe, morebitne težave, ki vplivajo na pravilnost uporabe zdravil (ročne spretnosti, težave pri požiranju, pozabljivost ...), neželene učinke, ki so posledica uporabe zdravil, shranjevanje zdravil ter vpliv življenjskega sloga na urejenost bolezni.

Ko magister farmacije prepozna težavo, presodi, ali lahko bolniku samostojno predlaga ukrepe za lajšanje ali odpravo ali naj poroča pacientovemu osebnemu zdravniku, ki bo podal nadaljnja navodila.

Na koncu PUZ magister farmacije izdela osebno kartico zdravil v obliki tabele. Vanjo po vrstnem redu jemanja (zjutraj, opoldne, zvečer, po potrebi) vpiše vsa zdravila, način jemanja (s hrano ali brez nje, ali se tablete lahko drobijo, raztapljajo ...) in namen uporabe. Poleg zdravil na recept zapiše tudi informacije o drugih izdelkih, ki jih pacient uporablja, in tudi dodatna navodila in priporočila, če je to potrebno (npr. redno merjenje krvnega tlaka, glukoze). Osebna kartica zdravil je pacientu v pomoč tako pri uporabi zdravil doma kot pri obisku zdravnika ali bolnišnice.

Mojca Ivanetič, mag. farm.

Vira:
- Standardni operacijski postopek za pregled uporabe zdravil (B. Madjar, N. Pisk, L. Knez)
- Pregled uporabe zdravil (Lekarniška zbornica Slovenije)

Rak ustne votline

Zobozdravniki imajo v slovenskem zdravstvenem sistemu pomembno vlogo, saj njihovo delo ni zgolj zdravljenje zob, ampak tudi odkrivanje in lajšanje bolezni (npr. diabetes, povišan krvni tlak) ter izobraževanje bolnikov o pomenu ustnega zdravja za splošno zdravje. Zato smo se zobozdravniki, zaposleni v Zdravstvenemu domu Kočevje, odločili v maju ponovno izpeljati akcijo **brezplačnih preventivnih pregledov ustne votline**, s ciljem, da bi odkrili zgodnje maligne spremembe v ustni votlini in ozavestili prebivalstvo o tej bolezni – raku ustne votline. Projekt smo prvič izpeljali leta 2014 z naslovom: Pravočasen pregled lahko reši življenje. Akcijo je organiziral Odbor za zobozdravstvo Zdravniške zbornice Slovenije v sodelovanju Centra za ustne bolezni in parodontologijo Stomatološke klinike in kliničnim oddelkom za maksilofacialno in oralno kirurgijo UKC Ljubljana.

V Sloveniji je rak ustne votline in žrela po pogostosti na šestem mestu, letno namreč zboli okrog 250 pacientov. Okoli 80 odstotkov bolnikov z rakom ustne votline na zdravljenje napotijo zobozdravniki.

Kaj je rak ustne votline? Gre za nenormalno in nenadzorovano rast celic in tkiv v ustih. V zgodnji fazi se kaže kot rdečkasta ali bela sprememba sluznice ali kot razjeda, ki se ne zaceli. Bolečina se pojavi pozneje, ko razjeda postane globoka in poškoduje živčna vlakna ali pride do infekcije. Lahko pa se pojavijo slab okus v ustih, težave pri požiranju, vnetje jezika ali pekoč občutek. Če se rana ne zaceli v 14 dneh, je nujno obiskati zobozdravnika.

Kateri so dejavniki, ki povečajo tveganje za razvoj raka ustne votline?

- uporaba tobaka;
- uživanje alkohola (večji ko je vnos alkohola, večje je tveganje za rakave spremembe);
- neuravnotežena prehrana: pri ljudeh, ki se zdravo prehranjujejo, je tveganje za pojav raka ustne votline 50 % manjše, pomembno vlogo naj bi imela prehrana, ki vsebuje tiamin, niacin in antioksidante, kot so vitamini A, C, E, in večja količina sadja in zelenjave ter zmanjšan vnos mesa in mesnih izdelkov;
- nižji socialno-ekonomski status (zaposlenost, izobrazba): raziskave dokazujejo, da je v nižjih ekonomskih slojih več kadilcev in alkoholikov ter prisotna slaba in nezdrava prehrana, slabša ustna higiena, neredni obiski zobozdravnika;
- izpostavljenost soncu in ultravijoličnim žarkom lahko povzroči rakave spremembe na ustnicah, ki vodijo v razvoj raka ustnice. Tveganje je večje pri kadilcih;
- kronično draženje mehkih tkiv zaradi ostrih robov zob in zobne proteze ter slaba ustna higiena tudi povečuje tveganje;
- okužbe ustne sluznice s kandido;
- imunološko prizadet bolniki – rak ustnic povezujejo z uporabo imunosupresivnih zdravil pri transplantaciji ledvic in rak jezika z zdravili za Crohnovo bolezen;
- dejavniki, na katere ne moremo vplivati: starost – pojavnost raka ustne votline je večja med srednjo in starejšo populacijo, povprečna starost je okoli 60 let, čeprav se pojavnost veča tudi v mlajši populaciji, kar povezujejo z nezdravim načinom življenja (za rak ustne votline je dokazano, da je v veliki meri 'self-induced disease');
- spol: moški zbolevajo pogosteje kot ženske.



Foto: Arhiv Zdravniške zbornice Slovenije.

Standardni zdravljenji bolnikov z rakom ustne votline sta kirurško zdravljenje in zdravljenje z obsevanjem, ki mu v primeru napredovalih tumorjev ali prognostično neugodnih patohistoloških značilnosti tumorja dodamo kemoterapijo.

Za izboljšanje preživetja lahko največ naredimo z zgodnjim odkrivanjem rakavih sprememb, za kar so pomembni redni preventivni pregledi rizičnih bolnikov in ozaveščanje populacije o škodljivih učinkih alkohola in tobaka. ***Aleksandar Mitrov***

OPTIKACENTER
Sončna očala | Korekcijska očala | Športna očala
Kontaktne leče | Okulistični pregledi
Optika Center
TZO 20, 1330 Kočevje
+386 (01) 893 14 86
+386 (0)51 641 770
info@optikacenter.si
www.optikacenter.si
Delovni čas:
ponedeljek-petek: 8:00-12:00, 15:00-18:00, **sobota:** 8:00-12:00

LEPLESK
Slikarska in pleskarska dela
Zvonko Čerimović s.p.,
Ljubljanska c. 23, Kočevje
041 267 937 leplesk@gmail.com
Leplesk Zvonko Čerimović
- pleskanje lesenih in kovinskih izdelkov (okna vrata ograje)
- industrijsko brizganje in barvanje

Sonce – naš prijatelj, a tudi sovražnik

Bliža se poletje, čas, ko bo sonce vse pogosteje božalo našo kožo. A čeprav je to za naše zdravje in kožo še kako pomembno – dokazano namreč izboljšuje razpoloženje, pod vplivom sončnih žarkov pa v našem organizmu poteka sinteza vitamina D – sta pretirana izpostavljenost in brezglavo sončenje škodljiva. Ne pospešujeta le staranja, nastajanja pigmentnih madežev in opeklin, ampak sta tudi najpogostejša vzroka za pojav kožnega raka.

Sonce je lahko precej močno že spomladi, a tedaj ob aktivnostih na prostem na zaščito pogosto pozabimo. Poškodbe kože zaradi sonca so predvsem posledica UV-žarkov. UVB-žarki spodbujajo potemnitev kože, vendar so tudi glavni dejavnik povzročitve kožnih opeklin, UVA-žarki pa so še bolj zahrbtni, ker jih ne čutimo in prodrejo globlje v kožo. Pospešujejo staranje kože in lahko povzročajo netoleranco za sonce, ki jo pogosto imenujemo alergija na sonce, ter spremembe v pigmentaciji (melazma, rjave pege). UVA- in UVB-žarki lahko povzročijo spremembe v samem središču naših celic in poškodujejo njihovo DNK. Če se te nevidne poškodbe nadaljujejo in ponavljajo, lahko to dolgoročno privede do nastanka kožnega raka.

zaščito pred soncem z visokim zaščitnim faktorjem in širokim spektrom zaščite pred UVB- in UVA-žarki.

5 razlogov za obisk dermatologa:

1. Spadate v skupino oseb z visokim tveganjem.
- Imate zelo svetlo polt in pege, svetle oči in ste plavolasi ali rdečelasi.
- Na soncu vas zlahka opeče in ne porjavite oziroma komaj opazno porjavite.
- Imeli ste resne sončne opekline ali pa ste bili v veliki meri izpostavljeni soncu v otroštvu ali adolescenci.
- Družinski član (to se še posebej nanaša na brate ali sestre) je v preteklosti imel melanom ali drugo obliko kožnega raka.
- Imate veliko število znamenj, med katerimi so tudi velika znamenja nepravilnih oblik ali neenakomerne pigmentacije.

2. Opazili ste novo, sumljivo znamenje na svoji koži.
3. Opazili ste, da je znamenje hitro, v nekaj tednih, spremenilo videz.
4. Še nikoli niste opravili preventivnega pregleda pigmentnih znamenj.
5. Nikoli se še niste posvetovali z dermatologom in spadate v skupino oseb z visoko stopnjo tveganja po metodi ABCDE.

Redno samopregledovanje pigmentnih znamenj na koži (enkrat mesečno) je nujno za zgodnje odkrivanje melanoma. Metoda ABCDE nas opozarja, na katere spremembe pigmentnih znamenj moramo biti pozorni .

V primeru nenadne spremembe znamenja ali suma na maligni melanom se takoj posvetujte z dermatologom.

Otroci in sonce

Otroška koža je še v razvoju in je zato veliko bolj občutljiva kot koža odraslih, zlasti ko govorimo o škodljivih učinkih UV-žarkov. Obstaja samo ena rešitev: zaščitite jih.

Čeprav so odrasli zelo dobro seznanjeni z nevarnostmi sonca, se vseeno velikokrat ne zavedajo, kako zelo ranljiva je otroška koža. In vendar je otroška koža, ki je še v razvoju, nezrela in zato bolj dovzetna za agresivne učinke sonca, saj je tanjša in toliko bolj ranljiva za globlje poškodbe celic. Zaradi manj razvitega sistema pigmentacije otroška koža še nima samoobrambnega sistema, ki pri odraslih ščiti kožo pred UV-žarki. Zaradi teh razlogov pa morajo biti otroci popolnoma zaščiten, še bolj kot odrasli.

Otroška koža je zelo dovzetna za sončne opekline, poškodbe celic in vročinski udar. Do 80 % celotne izpostavljenosti UV-žarkom v življenju se zgodi do 18. leta starosti. Ena od 55 oseb, rojenih v letu 2008, bo nekega dne zbolela za melanomom.

Otroci so pretirano izpostavljeni UV-žarkom. Na počitnicah ena tretjina otrok preživi povprečno 15 ur na teden v kopalkah, kar je veliko preveč. Zlasti če upoštevamo, da voda in pesek odbijata 30 % UV-žarkov. Pri tej starosti pa so otroci nesposobni oceniti nevarnosti. Posledice: otroci izrazijo svoje nelagodje, ko je škoda že nastala. Sončne opekline in globlje poškodbe povzročajo nepopravljivo občutljivost kože na dolgi rok (pospešeno staranje kože, povečano tveganje za razvoj kožnega raka v poznejših letih). Poškodbe kože lahko spremljajo tudi tveganje za dehidriranost in vročinski udar.

Preventiva

Zaščitite otroke že v zgodnjih letih. Prvo in osnovno pravilo je: svoje otroke zaščitite z izobraževanjem. Študija, izvedena v Nemčiji, ki je vključevala majhne otroke, je dokazala, da izobraževanje o nevarnostih sonca izboljša dobre navade zaščite za 500 %.

Naj bo poletje, ki je pred vami, najlepše do zdaj. Preživite ga v družbi tistih, ki vam največ pomenijo, potujte tja, kamor si najbolj želite, ne pozabite pa zaščititi sebe in svojih otrok. Srečno.

Edita Jusič, dr. med., spec. pediatrije

4 zlata pravila

1. Izogibajte se soncu med 10. in 16. uro
Zelo pomembno je, da se ne izpostavljamo soncu, ko je to najmočnejše (med 10. in 16. uro), saj so takrat sončni žarki najnevarnejši.

2. Dojenčki in majhni otroci naj bodo zaščiteni pred soncem.
Dojenčki in otroci, mlajši od 3 let, ne smejo biti izpostavljeni sončnim žarkom. Ostati morajo v senci ves dan.

3. Oblecite ustrezna oblačila, ker ta zagotavljajo najboljšo zaščito pred UV-žarki.
Nanos kreme za zaščito pred soncem ni dovolj učinkovita zaščita pred soncem; nositi moraš še majčko, klobuk s širokim krajci in sončna očala z UV-filtrom.

4. Uporabite izdelek za zaščito pred soncem in ga redno nanašajte.
Zaščito pred soncem moramo skrbno izbrati; zlasti pomembno je, da ščiti tako pred UVB- kot tudi pred UVA-žarki. Da bi vzdrževali učinkovito zaščito, moramo izdelek nanašati redno (približno vsaki dve uri), vedno pa po kopanju ali brisanju z brisačo. V poletnem času, med igranjem na plaži voda in znoj zmanjšujeta učinkovitost izdelka za zaščito pred soncem, zato je zelo pomembno, da izberemo vodoodporno zaščito pred soncem in jo nanesemo tolikokrat, kot je potrebno.

Izjemno pogosta oblika alergije na sonce je **polimorfni svetlobni izpuščaj**. Ta izpuščaj je najpogostejša oblika fotodermatitisa. Povzročajo ga sončni žarki in se kaže v obliki številnih majhnih rdečih pik, ki jih spremlja občutek srbenja. Zelo benigni polimorfni svetlobni izpuščaj prizadene predvsem ženske v starosti med 15. in 35. letom. Je neprijeten, neprivlačnega videza, v obliki majhnih rdečih pik. Pogosto se pojavi po dekolteju, ramenih, rokah in nogah, še izraziteje pa po nartih. Običajno se pojavi 12 ur po izpostavljanju soncu. Ponovitve so pogosto neizogibne. Najpomembnejši ukrep je predvsem preprečevanje. Idealna rešitev bi bila izogibanje vsakršnemu izpostavljanju soncu ali nošenje oblačil, ki ščitijo pred soncem.

V primeru izpostavljanja soncu se izogibamo večji izpostavljenosti med 10. in 16. uro in uporabljamo izdelek za



"Če je on Turk, smo mi skrajneži"

Zabavati in imeti privilegij govoriti resnico je igra na spolzkem terenu. Če so 'Stoenka', 'Kočevje' in 'Sm jo mahnu' ljudi predvsem nasmejali, saj se je avtor pošalil na svoj račun ali na račun domačega mesta, v katerem ni z rož'cami postlano, je pri 'Kurbarijo pa ukinili so', kdo zastrigel z ušesi. "Nekoč sem igral na ohceti, pa me je nevestin stari oče med pesmijo poslal kar ven," se zasmeje **Primož Turk**, ki poudarja, da se ljudje preveč obešajo le na določene besede, velikokrat pa pozabijo na njihovo umeščenost v besedilo.



Foto: Zdravko Turk

Primož je začel pisati besedila pri 15 letih. Poslušal je Smolarja, Kreslina, Pengova, Dylana in Casha. Teme besedil črpa iz resničnega življenja. 'Stoenke' sicer ni imel, jo je imel pa njegov sošolec. "Pravzaprav je stoenko prodal sosedu, kar sem izvedel veliko pozneje, ta pa jo je gnal in se na koncu zaletel direkt v drva," pove ljubitelj narave in živali. Izposojena je tudi tista bela ikona nekdanjega režima, ki krasi naslovnico prve zgoščenke, na kateri je 13 pesmi. Prvenec je izdal, ko mu je bilo le 22 let. Pesmi so brez dlake na jeziku sporočale, kaj si misli o svetu. Primož ga zaznava kritično, večina njegovih besedil izraža dvom o 'prav' in postavlja pod vprašaj tabuje, trende in navade. Z njimi pa tudi s svojimi prigodami se je Primož velikokrat spopadel in se še spopada na samoironičen način. Besede izbira skrbno, z njimi pa nastavlja družbi ogledalo, kaj je za njih 'normalno' in kaj ne. Tako se je z enim najbolj prepoznavnih komadov na prvi plati, ki je izšla že pred desetletjem, brez sprenevedanj odzval na tedanjo afero v Ribnici, ko so bile sporne 'erotične' vsebine', istočasno pa so bili klanje, brutalne risanke, limonade in oglasi sprejemljivi in normalni. Zagovorniki prepovedi pornografije v nočnem času so tedaj dosegli, da je lokalna kabelska televizija zaklenila vse kanale oz. jih umaknila. Na račun 'vroče' teme je zgorela celo neka hiša. In je Primož zapel: "Ker kurbarijo ukinili so, kdo pa svinjarijo tole gledal bo /…/ vsak dan gledamo stvari, ki presneto bolj kot kurbarija kvarijo ljudi."

Na novi, tretji plošči, ki bo izšla ob 10-letnici delovanja, se bo znova lotil politike pa tudi Kočevja. "Že štiri leta govorim: letos bo plata, ampak zdaj bo pa res," obljublja kočevski kantavtor, ki jo bo s svojimi Skrajneži jeseni predstavil v KCK-ju. Preveč podatkov ni želel razkriti, pravi pa, da bo na njej tudi skladba Politik. Pa malo predelan singel, ki je izšel že pred dvema letoma, Neskorumpiran pir. In da so plato posneli 'v šusu', v zidanici na Dolenjskem. "Naš bobnar Uroš je navlekel vse možne mašinerije, zbrali smo pene in z minimalnimi stroški naredili začasen studio. Plata je narejena v živo in ima svoj žmoht," obljublja podnevi veterinar, ponoči kantavtor. Skoraj vedno nasmejani Primož je namreč diplomiral na veterinarski fakulteti in podnevi pomaga živalcam.

Glede duetov je iskren: ne mara jih. Do zdaj je imel le enega, z Leo Likar na drugi plošči Poletje na Školjki, na kateri je izdal 15 pesmi, zaigranih v stilu country-blues. "Zakaj ne maram duetov? Ne vem. Zdi se mi, da mora kantavtor sam to povedat," sklene.

Njegovi začetki so bili težki. Dolgo se je iskal, našel pa nekje v drugi polovici osnovne šole. Nekdaj je igral harmoniko (v glasbeni šoli), pa jo zamenjal za kitaro. Po poslušanju slovenskih in tujih kantavtorjev je spoznal, da je to to. Ploščo je snemal v letih 2006 in 2007. "Najprej je obstajala založba, na koncu se je vse sfižilo in sem moral plačati vse," pove Primož. Zbrati je moral okoli sedem tisočakov, malce so mu pomagala nekatera kočevska podjetja in Občina Kočevje, nekaj so primaknili starši, nekaj je zbral s špili. "Včasih se je dalo z igranjem nekaj zaslužiti, zdaj pa s špili komaj pokriješ stroške za gorivo," ugotavlja avtor, ki že več let sodeluje s Skrajneži. Ti so se vmes malce premešali. Na električni kitari ga spremlja Borut Perše, na tolkalih Uroš Bob, na orglicah Damir Jazbec, na basu pa Jani Kovačec. "Nikoli nisem vedel, zakaj Skrajneži. Pa je Jazbec pred kratkim povedal, da so si dali takšno ime, ker sem jaz Turk. 'Če je on Turk, moramo biti mi Skrajneži', so rekli," se zasmeje. ***Petra Šolar***

"Ni grdih žensk, so samo lene"

Zgodovina kozmetike sega v pradavnino; prvi arheološki dokazi segajo v leto 4000 pr. n. št., saj so arheologi na območju starega Egipta našli različne bogato okrašene posode, ki so jih uporabljali za shranjevanje kozmetike. Našli pa so tudi stenske poslikave, ki prikazujejo ličenje ter uporabo kozmetike.

Bolj znana je predvsem egipčanska kraljica Nefreteta, ki je uporabljala dišave v obliki mazil ter različna rastlinska barvila za barvanje ustnic in za temnenje oči. A v nasprotju z dišavami ter parfumi, ki so bili dostopni samo višjim družbenim slojem, so v Egiptu senčila za oči uporabljali tudi nižji sloji, saj so bila cenejša in lahko dostopna. Tako so si egipčanske ženske oči obrobile z mineralom stibnit, ki so ga zdrobile v prah. To ličilo za oči so imenovali kohl, pozneje kajal. Ličila so imela takrat še drug pomen, ne samo estetskega, nanašali so jih za zaščito pred očesnimi tegobami in soncem, verjeli pa so tudi, da črno obrobljene oči varujejo pred zlom.

Tudi aromatična olja in dišave se uporabljajo že tisočletja, bila so del verskih obredov in ceremonij v Starem Egiptu in Grčiji, Rimljani pa so jih razkošno vlivali v kopeli in fontane.

Za beljenje obraza so uporabljali mešanico svinčevega oksida, hidroksida in karbonatov, zdravju ne najbolj prijazna kombinacija, ki je po dolgotrajnejši rabi lahko povzročila tudi smrti. Ta belila pa niso bila edina smrtonosna kozmetična sredstva, kajti tudi senčila za oči in rdečila za ustnice so poleg svinca vsebovala merkurijev in antimonijev sulfid.

K sreči je 19. stoletje frazo, da je za lepoto treba umreti, omililo in jo preoblikovalo v zdravju nekoliko prijaznejšo. V začetku 20. stoletja so se pojavile reklame, z velikimi koraki se je razvijala filmska industrija, filmske zvezde pa so postale tudi glavni marketinški aduti lepotne industrije in kozmetičnih inovatorjev.

Leta 1914 je v Ameriki precej prahu dvignilo ličilo pancake (ki se je obdržalo še do danes) prvo, ki se ni drobilo in lomilo. Izumil ga je možakar, poljski priseljenec, ki je do tedaj slovel predvsem po izdelavi lasulj za filmske zvezde. Ta možakar danes velja za očeta sodobnega ličenja, genialnega inovatorja, ki je sprva ličila izdeloval le za potrebe hollywoodske filmske industrije, pozneje pa na kozmetični trg lansiral uspešnico za uspešnico. Ime mu je bilo Max Factor. Znano, kajne?



Danes je kozmetika prisotna v vsakem domu in vidimo lahko, kakšen vzpon je naredila v vseh letih razvoja. Nizko ceno in veliko dostopnost kozmetiki pa so omogočile predvsem nove tehnologije v kozmetični industriji, ki so izdelavo krem in preostalih preparatov naredile cenejšo in enostavnejšo.

Naj za konec morda še dodam, da ne smemo pozabiti tudi, kdo vse trpi za našo lepoto? Za spremembo lahko največ naredimo potrošniki sami. Mi smo tisti, ki podjetjem omogočamo obstoj in odločitev, kateri proizvod bomo kupili. Že danes lahko naredite korak v pravo smer. Ne kupujte izdelkov, ki so preizkušeni na živalih. Tudi v Sloveniji obstaja veliko blagovnih znamk z 'bele liste', katerih proizvodi in njihove sestavine niso bili testirani na živalih. Prav je, da jih podpremo, saj se številni ne zavedajo krutosti, ki stoji za njihovo najljubšo kozmetiko.

Lily Fekonja

ZANIMIVOSTI

Helena Rubinstein – izumiteljica maskare in koncepta barvnih pudrov je ideje črpala iz francoskega gledališča. Njena priljubljena fraza je bila: "Ni grdih žensk, so samo lene."
Eugene Schueller – francoski kemik, ustanovitelj L`Oreala, je leta 1907 izdelal prvo sintetično barvo za lase.
T. L. Williams – dobrohotnež, ki je leta 1913 za svojo sestro Mabel iz vazelina in oglenega prahu izdelal maskaro, da bi ji pomagal osvojiti fanta. Dve leti zatem je ustanovil podjetje, ki je dobilo ime po kombinaciji imena sestre in besede vazelin (ang. vaseline) – Maybelline.

Prevzem Snežnika je ena od prioritet

Prevzem družbe Snežnik, kadrovske in tehnične dopolnitve ter izboljšanje poslovnih procesov so prednostne naloge novega vodstva družbe Slovenski državni gozdovi. Državno družbo, ki gospodari s petino vseh slovenskih gozdov in zaposluje 163 ljudi, od začetka maja vodita **Zlatko Ficko**, glavni direktor, in **Dejan Kaisersberger**, direktor za finance, računovodstvo in kontroling.



Zlatko Ficko in Dejan Kaisersberger • ***Foto: Petra Šolar***

"Da bi lahko dosegli vse cilje, ki smo si jih zastavili, bomo morali dopolniti organizacijo dela v podjetju," je na novinarski konferenci napovedal Zlatko Ficko. Novi glavni direktor, ki je od 1. julija lani v družbi Slovenski državni gozdovi (SiDG) opravljal naloge poslovnega pooblaščenca za gozdarstvo in lesarstvo, predvideva nekaj dodatnih zaposlitev, med njimi npr. vodjo službe za lesarstvo, zaposlenega v službi za urejanje gozdov ter zaposlenega v službi za upravljanje z naravnimi viri. Prvi mož SiDG meni, da družba sicer uspešno izvaja poslovni načrt, a je treba za izboljšanje dela dopolniti kadrovsko strukturo, izboljšati poslovne procese in ustrezno informatizirati poslovanje družbe z dopolnitvijo programske opreme.

Ena od glavnih prioritet novega vodstva je urejanje statusa Snežnika Kočevska Reka. Kot je razkril novi glavni direktor, so že podpisali pogodbo o odkupu 10 % delnic, ki jih ima v lasti Gozd Ljubljana. "To je prvi korak k cilju 100-odstotnega prevzetja družbe," je jasen Ficko, ki napoveduje, da bo do septembra Snežnik v lasti SiDG. Država je namreč lani ob ustanovitvi družbe prenesla 70-odstotni delež v Snežniku na novo družbo kot stvarni vložek, preostalih 30 % imajo ostale pravne in fizične osebe. Šestdesetletni univerzitetni diplomirani inženir gozdarstva, ki je v stroki zaposlen od leta 1978, dodaja, da bo treba odkupiti še delnice, ki jih imata v lasti Modra zavarovalnica in Kapitalska družba (KaD). Prevzem Snežnika je po eni strani pomemben zaradi zagotavljanja delovnih mest okoli dvestotim ljudem, po drugi strani pa zaradi lažjega dela. Prek Snežnika, za katerega še ne vedo, ali bo pripojeno podjetje ali samostojni d. o. o, želijo v SiDG v prihodnje opravljati tudi 10 do 20 % sečnje, odvoza in spravila lesa. "Slovenski trg je tako majhen, da se vsi poznajo in se lahko dogovorijo, da se prijavi le eden. Ta potem izsiljuje s ceno," je o onemogočanju dogovarjanja povedal novi glavni direktor.

Zlatko Ficko, ki je maja začel petletni mandat glavnega direktorja za področje gozdarstva in lesarstva ter koordiniranje poslovodstva, je med prvimi zadolžitvami omenil še analizo dela v vseh poslovnih enotah. Z Dejanom Kaisersbergerjem sta tako drugi teden nastopa mandata obiskala še poslovne enote v Mariboru, Ljubljani in Postojni. Nova direktorja poleg izpolnjevanja letnega načrta čaka še spopad z velikimi količinami lubadark in njihovim odvozom. Za prihodnje leto sicer načrtujeta posek med 1,2 in 1,5 milijona kubičnih metrov lesa.

Dejan Kaisersberger, direktor za finance, računovodstvo in kontroling, je razkril, da je družba tik pred pridobitvijo revizijskega poročila. Univerzitetni diplomirani ekonomist, ki je bil do zdaj zaposlen na področju bančništva, meni: "SiDG ima izjemen potencial postati dobičkonosno podjetje ob hkratnem upoštevanju visokih standardov trajnostnega gospodarjenja. Ključnega pomena so vzpostavitev in razvoj lesnih verig ter povečevanje površine gozdov v lasti RS, predvsem z nakupi večjih kompleksov gozdov, solastniških deležev drugih fizičnih in pravnih oseb za gozdove, v katerih podjetje že ima lastniški delež." Na novinarski konferenci, ki je bila 5. maja v Kočevju, je še povedal, da si bo prizadeval za vzpostavitev naprednega sistema za poročanje in informatizacijo na vseh področjih, saj je to edini pravi način, da se zagotovi transparentnost za vse deležnike.

Nova direktorja sta nastopila petletni mandat potem, ko ju je 10. aprila potrdil nadzorni svet družbe Slovenski državni gozdovi. Pred tem so družbo 10 mesecev vodili trije, vodilni, torej vršilec dolžnosti direktorja, je bil deset mesecev Miha Marenče.

Petra Šolar

crocs™ Spenco bobble make water better. sanuk SWITCH ZOGGS

od -30% do -70%

VELIKA POLETNA RAZPRODAJA

ODPRODAJA STARIH ZALOG

Velika izbira obutve Crocs, Sanuk in Spenco, stekleničk in vrčev Bobble s filtrom, nahrbtnikov Dotbag, Switch očal in Zoggs plavalne opreme.

od 15. do 17. junija

Razprodaja bo potekala v **novem skladišču** in **industrijski prodajalni** podjetja Intersocks d.o.o. v Kočevju, na **Reški cesti 29**.

Delovni čas:
Četrtek in petek: od 16. do 19. ure
Sobota: od 9. do 13. ure

Ne zamudite enkratne priložnosti nakupa kakovostnih izdelkov po izjemno ugodnih cenah.

INTERSOCKS HURWITS

INTERSOCKS d.o.o. Reška cesta 14, 1330 Kočevje
info@intersocks.com, www.intersocks.com

Rinža – vodna hrbtenica Kočevske

"Kako so se ljudje, tukaj na Bregu, pripravljali na poplave? – "Nič. To je bilo dnevno, to je bilo kot Ljubljansko barje. Voda zalije, vode ni več. /.../ Štala je bila tok nizko, da so bili popki in cizki v vodi. Pa smo krave vozili gor v skedenj. To smo bili že navajeni."

To je le majhen odsek terenskega dela etnološke raziskave o življenju ljudi ob Rinži. Reka, ki se vije čez Kočevsko polje in predstavlja glavno vodno hrbtenico Kočevske, nikoli ni dobila priložnosti povedati svoje zgodbe. Tokrat prvič v muzeju pripravljamo razstavo, ki iz geografskega, zgodovinskega, etnološkega in umetnostnega vidika predstavlja našo vodno gospo. V zadnjem času na Kočevskem veliko govorimo o Rinži, njenih potencialih, čistosti, dostopnosti, ureditvi, sprehajalnih poteh in tako dalje. Zanimanje in želja po ureditvi Rinže sta zelo pohvalna, prvi korak k cilju pa je razumevanje delovanja naše reke, a tudi poznavanje njene preteklosti. Torej, kakšna je bila Rinža včasih?

Še preden so v 80. letih 20. stoletja zgradili suhi zadrževalnik vode v Prigorici, za današnjo tovarno Inotherm, je Rinža poplavljala vsaj dvakrat letno. Vsako pomlad in jesen je prestopila bregove in prišla zelo blizu hiš ter gospodarskih poslopij. Domačini, ki so živeli ob njej, so bili na to navajeni. Pazljivo so opazovali, kako se reka dviga, in reagirali šele, ko je dosegla pragove hiš. Kletna okna so zaprli z deskami in zatesnili z glino, pridelke so odmaknili višje in, če je bila sila, tudi živino odpeljali iz hlevov.

"Eno jutro je voda zalila hlev. Pujs je imel le še smrček in ušesa izven vode in je cvilil. Poklical sem sosedovega strica: 'Stric, pejte, gremo pujsa reševat!' on pa skoči iz postelje, da noge dol, da se bo vstal in stopi v vodo. Ta je segala do roba postelje. Pujsa sva nato s soljo zvabila k meni v hišo. To je bilo junija 1939."

Rinža ni nikoli udarila s silo, temveč je vedno počasi naraščala. Domačini so dobro poznali njeno delovanje: *"Ko je tako poplavljalo, je oče napovedal: 'Zdaj, ko je že tako velika, zdaj pa še Rakitnica pride!' in res, čez dan ali dva se je še enkrat razlilo. Še prva ni odtekla, pa je še ta pritekla."*

Redki vedo, da poplave pridejo iz ribniškega konca, bolj natančno iz Blat pri Rakitnici. Po pomladnih in jesenskih deževjih je podzemlje polno vode, zato ta udari na površje. Voda odteče na Dolenjevaško polje, kjer ponikne in pride ven pri Gornjih Ložinah. Tam nadaljuje pot po strugi do travnikov pod Koblarji. To je Prednja Rinža. Kadar je vode še več in je požiralnik na Dolenjevaškem polju ne more več sprejeti, gre voda okoli Jasnice, kjer ima že



Kopališče Pri koreninci, 2. polovica 20. stoletja • ***Foto: zasebna last***

urezano strugo, in nadaljuje pot do Mrtvic. To imenujemo Zadnja Rinža. Ko ta upada, ponovno privre na površje Prednja Rinža iz Rakitnice in poplavi še enkrat.

Rinža je bila včasih najboljše igrišče za otroke. V nasprotju



Voda na Trgu zbora odposlancev, september 1973 • ***Foto: Peter Šobar st., Arhiv PMK Kočevje***

z današnjimi časi je bila Rinža široka, nizka, vendar tekoča reka, ki se je leno vila čez Kočevsko polje in se ob vsakem zavoju razlila ter tvorila manjše močvirje (v današnji Tesarski ulici, v Gaju, za Bračičevo ulico itd.). Morda bi se kdo pošalil in rekel, da je bila Rinža v preteklosti bolj podobna rečici oziroma potočku vse do mosta na Marofu. Šele tam je začela dobivati globino in videz reke. Otroci iz Slovenske vasi, Brega, Mahovnika in Dolge vasi so bili navajeni, da so lahko po vodi brodili do kolen, raziskovali njeno dno in obrežje ter se v njej kopali. Zato ne preseneča obilje kopališč, ki so včasih obstajala na Rinži. V Slovenski vasi so se kopali na kopališču P`ku, Pri Konciljetu, Pri kole-

nu, na Millerjevem mlinu, pod Rebrskim studencem, na Bregu pri Oberstarjevih, v Mahovniku na jezu pri nekdanjem Hiršovem mostu, Pri skalci, na spodnjem jezu, v mestu Pri korenini/koreninci, Pri lipi, Pri brezi in v Gaju. Tam je TD Partizan po vojni postavil javno kopališče z vsemi potrebnimi kompleksi (restavracija, pomol, plavajoči bazenček za najmlajše, skakalnica, odbojkarsko igrišče, kabine za preoblačenje itd.). Voda v mestu je bila globlja in počasna, posledično pa tudi bolj zamuljena. Zato so se kopalci radi pošalili, da je Rinža kot *kofe*, ko skočiš vanjo. Dvigne se ves mulj, kopalec pa pride ven barve bele kave ali *kofeta*. Za takšne primere so imeli na kopališču v Gaju tudi tuš.

Čistost in pretočnost vode, kljub mulju v centru mesta, je dokazoval tudi vodni življenj. Pred prvo svetovno vojno so bili v Rinži tudi raki, še bolj posebne pa so nekatere ribe, ki jih poznamo samo na Kočevskem. Seveda ne gre za nenavadne avtohtone ribe, temveč za njihova domača kočevska poimenovanja. Ali ste slišali za *žlajma*? Linj ali po domače žlajm je riba, ki je bila v preteklosti na Kočevskem zelo cenjena. Ob nedeljah so jo tradicionalno lovili ob današnji Tesarski ulici. Ribiči so bili postrojeni ob bregu reke in potrpežljivo čakali, da se na površju pojavijo mehurčki, ki so nakazovali njeno prisotnost. Okoliški otroci in sprehajalci so z zanimanjem opazovali može, ki so bili ne glede na vreme obuti v visoke črne škornje, navadne hlače in suknjič. Ko so ribe ujeli, so jih dali v posodo z vodo, kar je privabilo veliko radovednežev. Lovili so s palicami iz bambusa in z velikimi polkilogramskimi plovčki. *Žlajm* je bil cenjen zaradi okusnega mesa, vendar njegove kulinarične vrednosti danes ne prepoznamo več. Tudi otroci so včasih ribarili, pa čeprav na prepovedan način. Z rokami so tipali pod koreninami in skalami ter *grajfali* ali lovili ribe na roke. Ko so ribo začutili, so jo močno stisnili in izvlekli ven. Včasih jih je čakalo tudi presenečenje, ko iz vode niso potegnili tistega, kar so mislili, temveč se jim je okoli roke zvijala prestrašena belouška. Lovili so tudi na trnek, vendar ne na pravi, saj za to ni bilo denarja. Mami so ukradli šiviljsko buciko ali iglo, jo upognili, nadeli na vrvico, vrgli v vodo in čakali. Najpogosteje so ujeli (majhne) rdečeperke ali po kočevsko *platičke*. Če je bila riba večja, se je bucika upognila, riba pa je pobegnila. Bežale pa niso samo ribe, temveč tudi otroci pred ribiškimi čuvaji.

"Enkrat so fantje lovili ribe pod Mahovniškim mostom, na cesti, ki gre v Rozenbrun. Opazili so ribiče, zato so se skrili pod most. Na njihovo nesrečo so se ribiči odločili, da se bodo ustavili na mostu in z njega lovili. Fantje so morali čakati v vodi skoraj dve uri, preden so ribiči odšli, da so lahko varno prišli izpod mosta."

Vendar Rinža ni bila samo prostor druženja, temveč so ljudje na njej tudi prali perilo, napajali živino, drsali (in ne nujno z drsalkami), tekmovali v motoskjoringu, organizirali veselice, na vodi so delovali tudi mlini in žage, iz rečnih okljukov so pobirali glino in pekli opeko (na lokaciji med Bračičevo in Opekarsko ulico je stala opekarna, od tod tudi ime ulice) in tako dalje. Kakšen pomen je imela Rinža za Kočevsko in kaj smo delali, da smo jo privedli do današnjega stanja, boste lahko izvedeli na prihajajoči razstavi, ki jo v Pokrajinskem muzeju Kočevje pripravljamo v juniju. Vabljeni!

Živa Ogorelec

GRADBENIŠTVO IN KRAJINSKA ARHITEKTURA
Maja Govže s.p., Roška cesta 43, Kočevje
GiKA
TEL: 040 830 213 / 051 330 993
email : gika.gradnje@gmail.com
- **GRADBENA IN ZAKLJUČNA DELA**
  - novogradnje
  - adaptacije stanovanj, kopalnic
- **FASADERSTVO**
  - brezplačna barvna študija
  - priprava dokumentacije za pridobitev ekosubvencij
- **UREJANJE IN NAČRTOVANJE OKOLICE**

S sprehoda po Kočevju: Vila Sajovic



Pečnica sobne peči iz vile Sajovic, okoli 1910
• ***Foto: Bojan Štefanič, hrani Pokrajinski muzej Kočevje***

Tokratni sprehod po Kočevju nas je pripeljal do najbrž najlepše vile v Kočevju, nekoč imenovane Vila Sajovic.

V prvih letih 20. stoletja je ob današnji Ljubljanski cesti v Kočevju zrasla vrsta stavb v secesijskem slogu. Nastala je mestna vrtna ulica, ki je Kočevje do takrat ni imelo. Z vilami in urejenimi vrtovi za kovanimi ograjami je predstavljala zelo lep vstop v mesto. Stavbe, obkrožene z vrtovi, niso bile stisnjene druga k drugi, zato so prišle bolj do izraza. Danes je na tem bistveno manj poudarka, ponekod pa vztrajajo zatravljene površine. Ohranjene stavbe sodijo v tip meščanskih hiš oziroma vil. V samem Kočevje so med pomembnejšimi iz tega obdobja vila Tschinkel, vila Kajfež, vila Tomitz, vila Schleimer -Röthel in vila Sajovic.

Stavba, o kateri pišemo, je desetletja nosila ime po dr. Ivanu Sajovicu, uglednem kočevskem odvetniku, ki je bil tudi župan mestne občine Kočevje pred drugo svetovno vojno. Močno si je prizadeval za pravice Slovencev na gospodarskem, kulturnem in socialnem področju v Kočevju in okolici.



Razglednica, ki prikazuje pogled na Kočevje z mahovniške strani, okoli 1910,
• ***Foto: Jos. Dornig, hrani Pokrajinski muzej Kočevje***

Vendar pa le redki vedo, da hiše ni dal postaviti on, temveč Uršula Nosan, po rodu Kajfeževa iz Novih sel. Bila je sestra znanega slovenskega podjetnika v Kočevju Antona Kajfeža, ki je dal med drugim postaviti Nebotičnik, še eno izmed pomembnejših stavb iz tega obdobja. Uršula se je že pred prvo svetovno vojno poročila z Ludvikom Nosanom, s katerim sta imela v Gotenici gostilno. Mož je padel takoj na začetku prve svetovne vojne in vdova je s hčerama prišla v Kočevje. Zemljišče, na katerem stoji vila, je kupila 2. januarja 1909, stavba pa je bila zgrajena leta 1910. V zemljiški knjigi je stavbišče z dvoriščem prvič vpisano na številki 257 Kočevje. Stavbenik naj bi se pri gradnji zgledoval po nekem lovskem dvorcu na Švedskem.

Uršula Nosan se je 29. septembra 1915 ponovno poročila, in sicer z dr. Ivanom Sajovicem. Na osnovi ženitnega dogovora je bila 26. januarja 1920 nanj prenesena polovica hiše. V vili, ki jo je obdajal negovan vrt, ki se je nadaljeval v njive, je ves čas stanovala družina Sajovic, svojo odvetniško pisarno pa je Sajovic imel v središču Kočevja v tako imenovani Sajovičevi hiši, ki je bila porušena leta 1963. Pred drugo svetovno vojno je skupaj z gradom tvorila ozek prehod med glavnima trgoma v Kočevju (med trgom pred cerkvijo in gradom ter trgom južno od gradu). Ko je Ivan Sajovic leta 1955 umrl, je vila ponovno prešla na Uršulo, bolj znano pod imenom Vitoslava Sajovic, po njeni smrti pa na dediče, ki so jo kasneje prodali.

Stane Bernik je leta 1969 zapisal: "Stavba je najznačilnejši primer secesijske arhitekture v Kočevju. Spomeniška posebnost te stavbe je toliko večja, ker se je ohranilo prvotno razmerje med arhitekturo in hortikulturno zasnovo z izvirno secesijsko ograjo vred. Prav tako se je ohranila izvirna oprema v notranjosti." Stavba je bila pred leti obnovljena in urejena v gostišče. Spremenjeno je bilo tudi njeno ime. Večino notranje opreme hranimo v Pokrajinskem muzeju Kočevje.

Vesna Jerbič Perko



Klukševci pomagajo na glasbenem potovanju

Da bi otrokom omogočil zanimivo glasbeno popotovanje, se je bobnar banda Elvis Jackson **Marko Soršak 'Soki'** lotil opremljanja vsaj stotih slovenskih osnovnih šol z glasbenimi instrumenti. Ideja je vzniknila ob 20. obletnici njegove bobnarske kariere, a je Sokijevih '20 za 20' iz prvotno načrtovanega sodelovanja z 20 glasbenimi izvajalci in izdaje DVD-ja preraslo v megalomanski dobrodelni projekt. V dveh letih in pol je podaril bobne, kitare, cajone in druga glasbila že 44 šolam. Interes do glasbe šolarjem (pre)pogosto zadušita nezanimivi kurikulum in pomanjkanje glasbil, zato je 'Soki', ki je že v osnovni šoli pogrešal bobne v učilnici, sklenil, da bo vsem otrokom omogočil dostop do igranja kar v hramih učenosti.

Da je glasba oblika komunikacije in da vpliva na razpoloženje odraslih pa tudi na gibalni in govorni razvoj otrok, se zavedajo študentje, ki so lani v okviru Zveze ŠKIS podprli Sokijev projekt. Tudi bodoči ekonomisti, inženirji, filozofi, prevajalci, vzgojitelji in učitelji, združeni v Klub kočevskih študentov (KLUKŠ), so priskočili na pomoč. 6. maja so v Kulturnem centru Kočevje organizirali okroglo mizo, na katero so povabili šesterico kočevskih učiteljev, ki se tako ali drugače ukvarjajo z glasbeno umetnostjo oz. poučevanjem glasbe. Urška Rupnik, Andreja Pogorelec Šenk, Mateja Junc, Mojca Hribar Osmak, Tanja Zgonc in Jože Rajk so s predsednico KLUKŠ-a Klaro Zupančič razpravljali o učnem načrtu, (ne)sodelovanju s kočevskimi glasbeniki, interesu najmlajših do različnih glasbenih zvrsti, obsegu izbirnih predmetov in pristopih na glasbeni šoli. "Vsak naj se ukvarja s tistim, kar ga veseli. A morda vsem glasbeno izobraževanje ni dostopno, zato izvajamo ta projekt," pravi **Klara Zupančič** o sodelovanju pri projektu in podarjanju instrumentov OŠ Zbora odposlancev. Kočevski študentje bodo z več dogodki – upajo pa tudi na podporo podjetij – poskušali zbrati dovolj denarja za nakup bobnov, kitare in cajona. "Najbrž bomo instrumente postavili v glasbeno učilnico, kjer bodo vedno na voljo vsem učencem – tudi če nimajo glasbene ure, torej med odmori in po pouku," je zadovoljen ravnatelj Osnovne šole Zbora odposlancev **Peter Pirc**. Šola, ki jo obiskuje največ otrok iz kočevske občine, ima kar tri učiteljice, ki so tako ali drugače povezane z glasbo. "Vesel sem, da mi je uspelo povezati punce med sabo, kar se pozna na vseh prireditvah in na vsej šoli," je povedal Pirc, ki podpira glasbeno ustvarjanje.



Foto: Tjaša Završnik

Klukševci, ki so do 6. maja zbrali tisoč evrov, bodo organizirali še več dogodkov, s katerimi bodo zbirali denar za instrumente. Kočevskim šolarjem pa bo znani bobnar predal glasbila na začetku novega šolskega leta.

Petra Šolar

Glasbeno srečanje uspešno – trinajstici navkljub

Konec aprila je naše mesto zasedlo več kot 300 godbenikov in godbenic iz Ribnice, Dobrepolja, Trebnjega, Novega mesta, Šentjerneja, Metlike, Črnomlja in Kočevja. Člani Pihalnega orkestra Kočevje – 1927 so namreč gostili 13. revijo pihalnih orkestrov Zveze godb Dolenjske in Bele krajine. "Vsako leto jo pripravi ena godba, njen namen pa je v prvi vrsti druženje, v drugi pa, da pod nadzorom strokovnega vodstva zaigramo nekaj boljšega," pravi tajnik kočevske godbe ***Tomaž Poje***. Čeprav revija ni tekmovalnega značaja, je glasbenike osmih ekip spremljal strokovni ocenjevalec. Tokrat je nalogo prevzel aranžer in dirigent Orkestra slovenske policije Nejc Bečan. "Ocenjeval je zvok, intonacijo, ritem, dinamiko, fraziranje, tehniko igranja in umetniški vtis. Uveljavljen sistem ocenjevanja pove, kako orkester 'stoji', katere so njegove pomanjkljivosti ali prednosti. Ocenjevalec poda oceno, v katero smer naj bi orkester šel, da bi izboljšal svoje igranje," pojasnjuje Poje. Po besedah Bečana je kočevski orkester nastopil dobro. "Zaradi manjše nepopolne zasedbe imamo določene probleme, vendar pa nas način dela dirigenta vodi v pravo smer," še pravi Tomaž Poje in dodaja, da je pri Zvezi v navadi, da organizacijo revije in ali srečanja prevzame godba, ki praznuje obletnico. Ker Kočevarji letos obeležujejo 90-letnico delovanja, so bili na vrsti oni. Praznovanje, katerega del je bila 13. revija, pa se šele dobro začenja, zato bodo glasbeniki morali še pogosteje poprijeti za svoje instrumente. V okviru proslavljanja bodo izpeljali še srečanje godb osrednje Slovenije, ki bo 20. maja, konec junija pa jih čaka še koncert Poletna noč. Pri miru ne bodo niti tisti muzikanti, ki so si prislužili veteranski status in celo svojo sekcijo Big band. Prvi samostojni koncert so že odigrali, zdaj jih čaka še nastop na Grajskih večerih v Ribnici. Ta bo generalka za 11. Festival veteranskih godb v Mariboru, ki bo oktobra letos.



Na reviji je nastopil tudi izvrstni novomeški pihalni orkester, ki ga vodi Kočevar • ***Foto: Bori Grabovac Morse***

Ob častitljivi številki delovanja kočevske godbe Mihael Petrovič ml. ureja zbornik, ki ga bodo javnosti predstavili jeseni. "Vrhunec in hkrati zaključek praznovanja pa bo v začetku decembra .Takrat pripravljamo novoletni koncert s slavnostno akademijo. Če bo ostal še kakšen evro, bi radi medse povabili še kakšen orkester, ki bi izvedel samostojni koncert. Tako bo naša obletnica zapeljana kot glasbeni festival," je dejal Tomaž Poje. ***Bori Grabovac Morse***

YASKAWA

Yaskawa Electric Corporation je eden vodilnih svetovnih proizvajalcev na področju pogonskih sistemov, industrijske avtomatike in robotike, izumitelj koncepta mehatronike in eden največjih svetovnih proizvajalcev industrijskih robotov.



Za potrebe nove tovarne industrijskih robotov v Kočevju, odpiramo:
10 novih delovnih mest za delo v proizvodnji na področjih:

- 3 delovna mesta - strojna montaža robotov
- 4 delovna mesta - elektro montaža robotov
- 2 delovni mesti - CNC operater
- 1 delovno mesto - operater za delo s 3D merilnim strojem

Pričakujemo:
- končano izobrazbo s področja tehnik mehatronike, strojni ali elektro tehnik
- znanje angleškega jezika
- komunikativnost, prilagodljivost, skupinsko delo, natančnost, zanesljivost,
- poznavanje standardnih Windows orodij (MS Office)

Ponujamo:
- zanimivo, dinamično in perspektivno delo v mladem kolektivu
- intenzivno šolanje in izobraževanje ob delu
- stimulativno nagrajevanje
- delo v zanesljivi in poslovno uspešni družbi

Do odprtja tovarne v Kočevju, bodo delovna mesta na lokaciji v Ribnici.

Rok za prijavo je do 9.6.2017. Prošnjo pošljite po elektronski pošti na naslov:
YRS-HR@yaskawa.eu.com ali po pošti na: **YASKAWA Ristro d.o.o.**
HR
Lepovče 23
1310 Ribnica

Lepota je povsod, le videti jo je treba



Foto: Marjan Kapele

Po štirideset letih fotografiranja in več kot 50.000 fotografijah, ki so nastale v tem času, se je domačin **Marjan Kapele** odločil urediti svojo dragoceno kolekcijo. Oblikovanje zdaj traja že več kot tri mesece, a obsežna zbirka še ni končana. Je pa zaključen izbor fotografij, ki jih je avtor predstavil na svoji prvi samostojni razstavi. "Predstavljam 30 fotografij, ki se po tematiki precej razlikujejo. Nekaj jih je iz narave, nekaj je višinskih posnetkov, prisotni sta tudi makro in portretna fotografija," pravi Marjan Kapele, ki ima doma, iz časov, ko še ni bilo digitalnih aparatov, še med 300 in 400 filmov. Razstava, ki je na ogled v Knjižnici Kočevje, nima naslova, saj je avtor želel predstaviti pestrost in raznolikost stvari, ki jih vidimo okoli sebe. "Čeprav ni posvečena eni tematiki, je povezovalni znak Kočevska. 95 odstotkov fotografij in videoposnetkov je nastalo prav tukaj," pravi Kapele, ki odločitev o tem, da del fotografij po štirih desetletjih spravi na svetlo, pojasnjuje s preprostim razlogom: "Prijatelji in domači so me velikokrat spodbujali, naj pripravim razstavo, in spraševali, zakaj bi posnetke obdržal le zase."

Avtorju, ki se danes s fotografiranjem ukvarja poklicno, so še posebej pri srcu ljudje, portreti in narava. "Večkrat se tudi sprehodim po mestu in v objektivu poiščem starejšo hišo ali kak drug motiv. Skupaj s sinom Jakobom pa sva si pred časom zadala cilj, da predstaviva samo mesto Kočevje, saj je lepo in zanimivo. Tako je leta 2014 nastal prvi film Kočevje iz zraka, na katerim so se nekateri pritoževali, češ da mesto ni tako lepo, kot je v filmu," pojasnjuje Kapele, ki se je skupaj z bratom s fotografijo začel ukvarjati pri dvanajstih letih. "Starši so imeli fotoaparat ruske izdelave Smena 8. Ko so se pozneje začeli kopičiti filmi, sva se odločila, da začneva razvijati in izdelovati fotografije za lastne potrebe. Takrat je bilo treba počakati, da si videl, kakšni bodo posnetki, pojavljali pa so se tudi drugi problemi. Z bratom sva jih s težavo reševala, saj takrat še ni bilo interneta, da bi pozanimala tam," pravi Marjan Kapele, ki so mu pri fotografiranju najljubši detajli. Za makro fotografije se je namreč treba nekoliko bolj potruditi. "Na njih so stvari, ki jih ne vidiš vsak dan, ali pa moraš poklekniti, da jih opaziš. Tudi druge spodbujam k temu in videli bodo, da je Kočevska raznolika, lepa in pestra. Če bodo pogledali naravo, jim bo to polepšalo življenj. Stvarstva nam namreč veliko nudi, a le, če to tudi vidimo," pravi Marjan Kapele.

Bori Grabovac Morse



Foto: Marjan Kapele

KOLUMNA



Foto: Gregor Žunič, Viva

Ko se začneš zavedati, da je pred tabo manj kot za tabo

Na temo starosti ali staranja se mi precej simpatičen zdi rek, ki se zapiše nekako takole: *"Ni pomembno, kako dolgo živiš, saj niso leta tista, ki štejejo v življenju. Šteje, koliko je bilo življenja v teh letih."*

In kako različno dojemamo čas v različnih obdobjih svojega življenja. Ko sem odraščala, sem npr. komaj čakala, da bom stara 6 let in bom lahko šla v šolo. Koliko enega vznemirjenja je bilo to. Potem se spomnim, da sem odštevala do 12. leta starosti, ko sem se v avtomobilu lahko vozila spredaj, na prvem sedežu, in ne kot otroci, zadaj. To je bila ena sladka mala zmaga. Potem sem čakala, da bom 18, da bom lahko vozila avto in dobila pravico voliti. Do 30. je potem en mišmaš, čas zdivja, da niti ne veš dobro, kam. In počasi se začne drugo obdobje. Tam nekje okoli 30. leta starosti začneš opažati prve gube, do 35. te mlajši že redno vikajo in kličejo teta gor, teta dol, po 40. letu pa se začneš prvič, vsaj tako je bilo pri meni, resneje zavedati staranja in svoje minljivosti. Nisem vedela, o čem govorijo drugi, dokler nisem prišla sem. Kar naenkrat se zaveš, da je pred tabo manj kot za tabo. In to s sabo potegne kup zanimivih reči.

Ena od njih je recimo ogrevanje pred športanjem. To je sicer modro, ne glede na to, koliko si star, razlika je le v tem, da se ti v mlajših letih večinoma ne pozna, ko si starejši, pa sanacija po športanju vzame kakšen dan. Jaz sem za te stvari sicer strahovito lena, potem me pa za kazen vedno kje špika in boli. Ali pa to, pred časom je prijateljica, srednja štirideseta, kupovala stanovanje. Pri izbiri je bila zelo pozorna na to, ali ima blok dvigalo ali ne. *"Kaj pa, ko bom starejša in me bodo bolele noge, si predstavljaš, kakšen napor bo priti v četrto nadstropje, v rokah pa polne vreče špecerije?!"* Prav ima. Ko si mlajši, ti večinoma niti na pamet ne pade, da bi pomislil, za kakšno leto ali dve naprej ali na to, da morda ne boš vedno tako fit kot pri dvajsetih ali tridesetih. Ko si malo starejši, tudi večinoma ne skačeš več čez potok tam, kjer je na voljo most.

Našo prihodnost je vse bolj treba sestavljati z mislijo na to, kako starosti prijazna je ali bo občina našega bivanja. Toliko bolj imenitna pridobitev v Kočevju se mi tako zdi mestni linijski prevoz. Kolikokrat sem slišala upokojenke tarnati, kam vse ne morejo na obisk in kakšne vse popuste zamujajo v tej ali oni trgovini, ker jim je predaleč za peš, ker jih nima kdo peljati, ker nimajo avtomobila ali ne vozijo, ker … Upam, da bodo izkoristili to možnost, če se izkaže, da tega vendarle ne potrebujemo v tolikšni meri, da bi se finančno izšlo, pa vseeno lepa hvala za poskus. Zagotavljanje večje mobilnosti in neodvisnosti starejših je korak v pravo smer.

Svetovno prebivalstvo se namreč stara hitreje kot nekoč, Slovenija pri tem ni nikakršna izjema, še manj pa je to Kočevje. Na straneh Statističnega urada Slovenije sem preverila podatke za našo občino (op. iz leta 2014), ki pravijo takole; povprečna starost občanov in občank je bila 43,2 leta in tako višja od povprečne starosti prebivalcev in prebivalk Slovenije (42,4 leta). Pišejo tudi, da je bilo v naši občini število najstarejših – tako kot v večini slovenskih občin sicer – večje od števila najmlajših: na 100 oseb, starih od 0 do 14 let, je prebivalo 123 oseb, starih 65 let ali več. Navajajo še, da se starost Kočevcev in Kočevk v povprečju dviga hitreje kot v celotni Sloveniji. Tudi zato, ker se še vedno več ljudi izseli iz naše občine, kot pa se vanjo priseli. Glede na številna pozitivna dogajanja na našem koncu imam sicer občutek, da utegne biti naša demografska slika kmalu precej boljša.

Zanimalo me je, kaj o ideji, ki stoji za 'starosti prijazna občina', menijo starejši, tisti in tiste, ki se jih to neposredno dotika. Ob različnih priložnostih sem se na to temo menila s kar nekaj starejšimi občankami. Gospodje so, ne vem, zakaj, po navadi bolj zadržani pri tem. Malo sem jih 'anketirala', kaj se jim zdi pomembno, da jim občina nudi, kaj potrebujejo in kaj jih razveseljuje. Odgovori so bili večinoma precej enotni. Želele bi si, da bi bilo na voljo več zdravstvenih uslug in se ne bi bilo treba skoraj za vsako figo peljati v Ljubljano ali Novo mesto. Tu je bilo pravzaprav še največ kritik. Zadovoljne so z ureditvijo in postavitvijo dodatnih klopi ob sprehajalnih stezah in prav vse so pozdravile uvedbo mestnega linijskega prevoza, kako praktično, da naj bi bilo. Na precej visoko mesto pa so postavljale tudi različne oblike druženja in aktivnega preživljanja časa. Z drugimi besedami: telovadbe, da se malo razmigajo, tečaje tega ali onega, ponudbo vsebin, ki hranijo telo in duha. Kot so recimo programi mladi za starejše in obratno, s čimer se krepi še medgeneracijsko sodelovanje. Ravno zadnjič mi je starejša gospa, ki se redno udeležuje različnih aktivnosti za upokojence in upokojenke, z navdušenjem pripovedovala o tem, kako so v vrtcu otroke učili delanja košar iz starega papirja. Otroci so se naučili nečesa novega, starejši pa veseli, da so imeli komu prenesti svoje znanje. In da se počutijo koristne.

Potem me mami recimo redno obvešča o aktivnostih skupine Korenina, ki deluje v okviru Inštituta Antona Trstenjaka. Gospe različnih profilov, v glavnem vse upokojenke, nekatere malo mlajše, druge malo starejše, se dobivajo dvakrat mesečno in počnejo vse živo. Malo telovadijo, v govorečem krogu razpravljajo o različnih temah, včasih morajo za nalogo predelati kakšno knjigo in potem poročati, kako so jo razumele, občasno imajo strokovna predavanja, gledajo fotografije starejšega datuma, se o njih pogovarjajo in si pripovedujejo zgodbe. Pazi to, celo svojo himno imajo!

Ne vem, kaj življenje še pripravlja zame, si pa želim, da bi bila tudi jaz ena takšna korenina. Malo me peče slaba vest, ker se mi kljub vabilu še ni uspelo pridružiti, ampak tudi to še pride na vrsto. Že zdaj vem, da jih bom poskusila navdušiti, naj svoja srečanja snemajo, ker imajo čisto predobre zgodbe, da jih ne bi delile z drugimi.

Morda bi jim ravno pri tem lahko pomagal kakšen novinarski (srednje)šolski krožek. Da se ne pozabi. Ker, kot je linijski prevoz povezal posamezne dele mesta, bi imelo še boljše povezovanje različnih generacij, dragocen učinek za celo občino. Staro in mlado.

mag. Nataša Briški

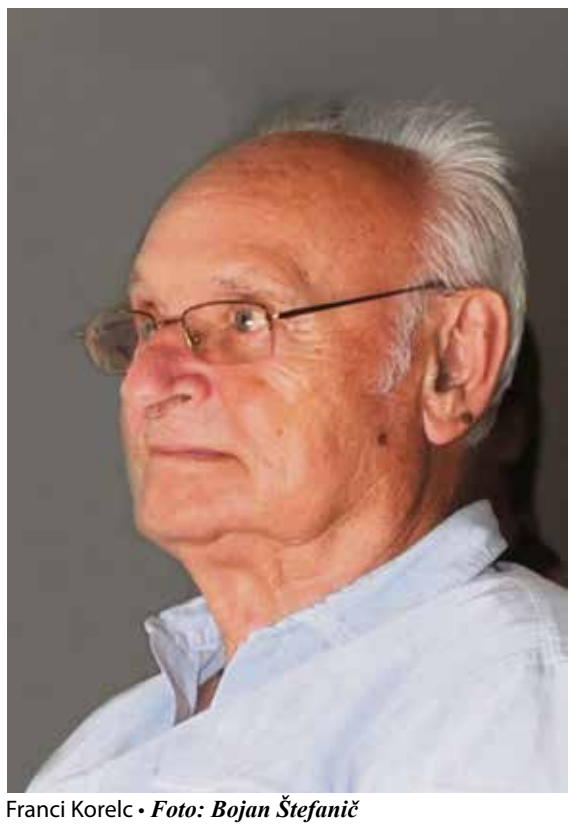
In memoriam: Franci Korelc (1926–2017)

Odšel je Franci Korelc, kočevski častni občan, gospodarstvenik in kakor se je temu včasih reklo – družbenopolitični delavec. Časi se spreminjajo, staro izrazje se umika novemu in tudi človeški spomin je silno nezanesljiva stvar. Prenekatera včerajšnja veličina je danes pozabljena, številne sodimo drugače kot nekdaj, hvaležnost pa se tako ali tako zdi nekaj, kar ne spada v sodoben svet. Pa bi morala, saj navsezadnje vse, kar imamo – tako je nekoč ugotavljal že Newton – sloni na ramenih predhodnikov. V dobrem in v slabem. Korelc pa je nedvomno bil človek, ki je zaznamoval kočevsko preteklost, čeravno je bilo zadnja leta o njem zaradi bolezni bilo slišati manj kot prej. Današnje Kočevje stoji tudi na njegovih ramenih.

Starejše generacije Korelčevo ime največkrat povezujejo s kočevskim premogovnikom. Kar 14 let je bil namreč njegov direktor, žal tudi zadnji, saj je rudnik v tistih letih že ugašal. Agonija je bila dolga in boleča. Leta 1961, ko so iz Beograda sporočili, da bodo ukinili progo Grosuplje-Kočevje, je pred časom pripovedoval Korelc, so rudarji ostali celo pod zemljo. Jame niso zapustili, dokler niso dobili zagotovila, da bo proga ostala. Takrat so zadevo uredili po tihem, bolj hrupno pa je bilo sedem let zatem, ko so oblasti znova najavile ukinitev vlakovnega prometa. Knapi so prikorakali na ulice in napovedali stavko. V prestolnici so bili šokirani, republiška vlada pa je 'podpihovalcem nemirov' in 'sejalcem nezaupanja' grozila z ugotavljanjem odgovornosti.

Ob zaprtju rudnika mesto sicer ni dobilo tovarne malih gospodinjskih aparatov, kot so v občini nekaj časa upali, je pa večino rudarjev po letu 1972, ko se je združil s premogovnikom, zaposlil domači Itas. Korelc je postal prvi mož združenega podjetja, ki je do zadnjega piska rudniške sirene leta 1978, v sicer vse skromnejšem obsegu, še ohranjalo proizvodnjo premoga. Potem se je knapovska tradicija za vselej končala. A za rudarje je bilo poskrbljeno, pa tudi Itas je pod Korelcem vlagal v razvoj in tako nadaljeval, kar so že prej zastavili njegovi predhodniki. Proizvodni prostori 'novega Itasa', zdaj v njih domuje Tuš, so bili zgrajeni prav v Korelčevem času, čeprav so nekateri ambiciozni poslovni načrti, ki so bili ob tem zastavljeni, ostali neuresničeni.

Verjetno je za to bila kriva tudi politična klima, saj je začetek sedemdesetih let minulega stoletja mineval v znamenju obračuna z liberalizmom. Korelca, poslanca gospodarskega zbora tedanje skupščine (še en skoraj pozabljen izraz), hladen piš ni obšel. Ko se jeseni 1972 z nekaterimi kolegi ni hotel pridružiti pogromu nad soposlancem Petrom Vujčičem, ki si je kot direktor metliške tovarne Beti drznil kritizirati razmere v Beli krajini, potem pa pobegnil v Avstrijo, se je nanj vsul plaz kritik. Dobil je odpustek, vendar je pred tem moral ponuditi odstop s poslanskega mesta in z direktorskega položaja. Ostalo je pri graji, znanci pa pravijo, da zasebno ni skrival razočaranja nad politiko. Dve leti pozneje je poslansko kariero končal.


Franci Korelc • ***Foto: Bojan Štefanič***

Z letom 1977 je Itas dobil novega generalnega direktorja, številni menijo, da tudi zato, ker je Korelc za posamezne centre lokalne moči preveč mislil s svojo glavo. Zaposlil se je kot svetovalec predsednika Gospodarske zbornice Slovenije. Tam je ostal do upokojitve leta 1987, zadnjih sedem let kot zbornični sekretar za regionalni razvoj ter sodelovanje gospodarstva z jugoslovanskimi republikami in pokrajinami. V Kočevju, kjer si je inženir organizacije dela iz Mokronoga ustvaril dom po drugi svetovni vojni, se je zatem posvetil delu v društvih in drugje, kot nekdanji partizan najbolj opazno v borčevski organizaciji, ki ji je v obdobju po osamosvojitvi dlje časa predsedoval.

Seveda na tem mestu ni možno povzeti vsega, kar bi bilo o Korelcu treba povedati. Premogovnik je bil vsekakor njegova velika ljubezen. Odkar smo na Kočevskem spet začeli intenzivneje odkrivati ta del svoje preteklosti, ni manjkal na nobenem srečanju nekdanjih rudarjev v Pokrajinskem muzeju. Močno si je želel, da bi rudniška razstava, ki je zaradi pomanjkanja prostora bila na ogled le kratek čas, postala kočevska trajnica, ko so bivši knapi pred četrt stoletja poskušali ustanoviti društvo upokojenih rudarjev, ki bi zastopalo njihove interese, pa je bil med člani iniciativnega odbora kajpak tudi Korelc.

Korelčeva povezanost z rudnikom, ki se je med njegovim direktorovanjem po plačah in produktivnosti prebil v vrh panoge, je bila včasih celo povod za šale: v predpustnem času leta 1972 – takrat je bila usoda premogovnika že znana – so se ljudje hahljali domislici iz Dolenjskega lista, da se direktor Korelc na pustni torek lahko obleče v karkoli, le v svoj rudnik ne, sicer se mu lahko zgodi, da ga bodo – tako kakor rudniške jaške – zaprli.

Žal se takšnih zgodb spominjajo samo redki. Ravno tako kot pozabljamo na Korelčevo sodelovanje pri povojni gradnji šol, pri komunalnem urejanju mesta in reševanju stanovanjske problematike, pri razvoju športne in kulturne dejavnosti, še posebej pri gradnji Doma telesne kulture, na njegovo dolgoletno delo v gospodarskem svetu občine in v upravnih strukturah banke ter, ne nazadnje, tudi na to, da so v času, ko je kot mlad uslužbenec uprave mestnih podjetij sredi preteklega stoletja pripravil sanacijski program kočevskega gostinstva, lokali v mestu dobili nekdaj splošno prepoznavna imena: Pri Kmetu, Pri Lovcu, Kavarna Zvezda, Hotel Pugled …

S Francijem Korelcem se zato ne poslavlja zgolj nekdo, ki je soustvarjal zgodovino in podobo Kočevja, izginja kos Kočevja samega. Takšnega, kot je bilo, takšnega, kot je, takšnega, kot ga poznamo. In tudi zaradi tega se ob njegovi smrti velja spomniti Newtona in njegovega prebliska o ramenih predhodnikov. Ter ob slovesu morda še enkrat izreči tisto drobno, a pomembno besedico, ki odpira srca in pove, da nam ni vseeno: hvala. Mnogokrat premalo jo izrečemo.

Mihael Petrovič ml.

Skupina Cantate Domino spet navduševala

Kočevska vokalna skupina Cantate Domino je v skoraj treh desetletjih delovanja nastopala na odrih doma in po svetu ter osvojila številna priznanja. Pred dnevi pa je pot pevke in pevce, ki so že zdavnaj prerasli v glasbene ambasadorje Kočevske, ponesla – ne prvič – tudi na širši prostor nekdanje skupne države, v Niš, Skopje in Dubrovnik. S svojim petjem so tam znova navdušili. "Samo enajst jih je, zvenijo pa kot cel komorni zbor," je njihovo petje komentiral zaslužni makedonski dirigent **Tomislav Šopov**. Besede, ki vsekakor imajo težo, saj je Šopov v svoji bogati karieri dirigiral simfoničnim orkestrom po skoraj vsej Evropi ter kot šef-dirigent opernih hiš v Skopju, Ankari, Istanbulu in Smirni pomembno sooblikoval glasbeno življenje v tem delu sveta.

Podobne laskave ocene so članice in člani zasedbe lahko slišali tudi v Nišu, kjer so na povabilo Društva srbsko-slovenskega prijateljstva Zdravljica in kolegov iz Niškega komornega zbora v katoliški župnijski cerkvi Povzdignjenja svetega križa 28. aprila prebivalcem tretjega največjega mesta Srbije predstavili del svojega programa. Pri petju so se jim pridružili tudi domači pevci, ki so z njimi zapeli Deveto rukovet Stevana Mokranjca in Otče naš Andreja Makorja. Cerkev, ki jo je z mozaiki opremil Marko Rupnik, je bila skoraj premajhna za vse, ki so želeli doživeti skupino ob njenem drugem obisku v Nišu, dolg aplavz, ki ga je požela enajsterica, pa je pričal, da so z izborom in izvedbo skladb zadeli v polno.

Zaradi poročil o izgredih v Makedoniji se je niškim gostiteljem nadaljevanje poti v Skopje sicer zdelo tvegano, a je makedonska prestolnica pevce iz Kočevja predzadnji aprilski dan sprejela z običajnim vrvežem. Večernemu nastopu v Muzeju makedonske borbe za državnost in samostojnost na elitni lokaciji poleg Vardarja je ob domačem občinstvu prisluhnil tudi slovenski veleposlanik v Makedoniji dr. Milan Jazbec. Posebno je seveda navdušila makedonska pesem Pošla moma na voda,


Skopje, pred koncertom v Muzeju makedonske borbe za državnost in samostojnost • ***Foto: arhiv VS Cantate Domino***

ki sta jo pod taktirko maestra Šopova izvedla skupina Cantate Domino in Komorni pevski zbor Franceta Prešerna iz Skopja, ob Avsenikovih Karavankah in Sloveniji pa se je orosilo prenekatero oko, predvsem med skopskimi Slovenci.

Preko Ohrida, kjer so zapeli tudi pod tisočletnimi freskami v cerkvi svete Sofije, so pevci zadnji dan turneje dopotovali še do Dubrovnika. V dubrovniški katedrali so ob orgelski spremljavi umetniškega vodje ansambla Franca Štefaniča glasbeno pospremili mašo, nastop pa nadaljevali s koncertom sakralnih pesmi, v katerem so se sprehodili od renesanse do sodobnega časa. Zadoneli so tudi 'zvonovi' ljudske Pa se sliš' in kočevarska Də Vegəlain in Roashənguərtn. Tudi tokrat je njihova poustvarjalna energija očarala obiskovalce, med njimi kar nekaj takšnih, ki so si prišli samo ogledat katedralo, potem pa – ostali. Kar dovolj pove že samo zase.

Mihael Petrovič ml.

Talenti ponovno zasedli GSŠ Kočevje

Tudi to pomlad smo pripravili sklop delavnic Gimnazija in srednja šola Kočevje vabi talente. Z vseh devetih povabljenih osnovnih šol iz Kočevja, Stare Cerkve, Ribnice, Velikih Lašč, Sodražice, Loškega Potoka, Fare in Starega trga ob Kolpi so 27. in 28. marca k nam avtobusi in kombiji pripeljali 165 izbranih učencev iz 6., 7. in 8. razreda osnovnih šol ter njihovih 18 spremljevalcev. Po prihodu so najprej pojedli pico, nato pa so se preizkusili na različnih dvournih delavnicah, ki so jih pod mentorstvom učiteljev večinoma vodili naši dijaki. Komunikacija med učenci in dijaki je hitro stekla.

Šestošolci so spoznavali les, kovino, šport in denar

Športne igre so letos potekale že drugič, tudi tokrat v sodelovanju z Atletskim klubom Kočevje. 25 učencev je tekmovalo v štafetnih igrah in spretnostnem poligonu. V štafetnih igrah so bili razdeljeni v 6 skupin, kjer so se preizkušali v hitrosti, eksplozivnosti, moči, ravnotežju in spretnostih z žogo. Na poligonu so vsi učenci tekmovali individualno: preskakovali so ovire, se plazili, skakali in tekli. Tri najboljše skupine in trije najboljši posamezniki so prejeli medalje. Učenci so se dobro počutili in se športno borili.

Dvajset učencev, zainteresiranih za les, je obiskalo delavnico z naslovom Od kladiva do računalniško vodenega stroja. Najprej so tekmovali v hitrostnem zabijanju žebljev v les. Prvi trije, ki so za to porabili najmanj udarcev, so za nagrado dobili izdelke iz naše šolske lesarske delavnice. V nadaljevanju so si v Podjetniškem inkubatorju Kočevje navdušeno ogledali laserski stroj za graviranje in vžiganje lesa. Vsakemu učencu je Janko Marinč izdelal obesek za ključe z izbranim motivom in osebnim imenom.

Letos smo za učence pripravili tudi dve novi delavnici: Finančna igrica in Kovina kot uporaben izdelek. Trije učitelji so osem učencev v šolski kovinarski delavnici popeljali skozi celoten proces nastajanja preprostega kovinskega obešalnika. Začeli so z izbiro ustreznega materiala, nato pa je vsak izdelal svoj unikatni obešalnik. Poleg funkcionalnosti so se posvetili tudi estetskemu učinku vsakdanjih uporabnih predmetov in obešalnike okrasili z večbarvnimi mehkejšimi žicami in lesenimi kroglicami. Marjana Dolšina Delač, ena od voditeljev, je zapisala: "Učenci so bili nad svojimi izdelki navdušeni, česar se bodo lahko spomnili vsakokrat, ko jih bodo uporabljali pri pospravljanju svojih oblačil."

V finančni igri so učenci v petih dvojicah spoznavali, kako deluje proizvodno podjetje, in se učili pisati bilanco stanja ter bilanco uspeha. Sodelujoči dijak Timon Umičević je povedal: "Sodelujoča učenca sem večinoma spremljal, saj sta igrala zelo dobro. Imeli smo se super!"

Sedmošolci postali pesniki in pokukali v laboratorij profesorja Baltazarja

Kreativna literarna delavnica je bila namenjena književnemu ustvarjanju. Nina Papež, profesorica slovenščine, je povedala: "Učenci so sodelovali na štirih različno težkih literarnih postajah. Naši dijaki so jih vodili in usmerjali, kar je tudi zanje nova in bogata izkušnja. Na koncu nam je ostal čas, zato so dijaki učencem razložili osnovne lastnosti soneta. Ker pa se je že takoj začutilo, da nismo Prešerni, smo se soglasno spopadli z manj zahtevno metrično shemo. Sprva so jim ideje vrele iz ust, na sredini se nam je malo zataknilo, ampak na koncu nam je uspelo napisati IMPROSONET. Videti je bilo, da so bili učenci zadovoljni."

IMPROSONET

Dišeči pomladni veter,
ki piha mi v obraz,
me takoj oblije mraz
in takoj zraste cel meter.

Mrzli pomladni veter,
ki maje rožam cvetove,
in v daljavi slišim glasove,
ker prihaja sosedov Peter.

Svetlo pomladno sonce
sije na Ponce,
kjer skačejo naši orli.

V ozadju se derejo volkovi,
ki jih preglasijo navijači,
ker diši po pogači.

Profesor Baltazar je ponovno odprl vrata svojega laboratorija sedmošolcem. Dijaki so se na delo že prej intenzivno pripravljali, zato so zlahka motivirali učence in jih v skupinah popeljali v svet eksperimentov, milnih mehurčkov, binokularnih mikroskopov in lup. Naše dijake je presenetilo, da sedmošolci že toliko vedo o biologiji, fiziki in kemiji, profesorji pa so bili navdušeni nad tem, kako odlične dijake imamo in kako dobri učenci k nam prihajajo.

Osmošolci so spet odprli Kozlerjev kufer in se ubranili marsovcev

V Kozlerjevem kufru so učenci našli številne listine o avtorju *Zemljovida slovenskih dežel* in v ob pomoči dijakov spoznavali njegovo življenje. Preizkusili so se tudi v različnih igrah, skupina učencev pa je pripravila dramatizacijo delčka življenja Petra Kozlerja. Ta je požela veliko navdušenje med prisotnimi.

Dijaka 4. letnika gimnazije Jakob Maležič in Špela Svalina sta tako strnila svoje vtise: "Bilo je zanimivo in dobro, ker so nam pomagali tudi dijaki iz nižjih letnikov, ki bodo lahko tudi sami podajali to tradicijo kufra naprej. Osnovnošolci so bili zelo zainteresirani, sploh v igralski delavnici, kar smo lahko videli v odigranem skeču. Lahko bi imeli več časa za delavnice in več rekvizitov, da bi bilo skupaj še bolj doživeto."

V matematični učilnici so se med 25 učenci, tremi dijaki in profesorjem skrivali *vitezi, oprode in Marsovci*. Učenci so naloge reševali sami oz. s pomočjo profesorja in dijakov pomočnikov. Ti so tudi demonstrirali, kako preživeti napad marsovcev, pridružili pa so se jim še osnovnošolci. Iskanje morilca na otoku vitezov in oprod je bilo zelo uspešno.

Dve uri, ki so ju preživeli na naši šoli, sta osnovnošolcem in spremljevalcem hitro minili. Verjamemo, da so jih obogatile nove izkušnje in pridobljeno znanje ter da so se z veseljem poiskali na fotografijah, objavljenih na www.gssk.si ali pa naši FB-strani. Mi pa se veselimo snidenja z osnovnošolci prihodnjo pomlad!

Vanja Novak

Kako se obvarovati padcev

Sekcija medgeneracijskih prostovoljcev Kočevje, ki od jeseni 2015 deluje v okviru Medgeneracijskega društva Ljubljana, je 18. aprila v prostore KCK povabila tiste, ki v občini Kočevje poklicno ali prostovoljno delujejo na področju kakovostnega staranja. Glavni namen srečanja je bil razširiti zanimanje za to dejavnost. Prostovoljke upamo, da se bo povečalo število prostovoljcev, pa tudi udeležencev v medgeneracijskih skupinah. V te bi se v bodoče povezovale vse tri generacije. Zato smo povabile tudi predstavnike šol.

Na srečanju smo predstavile tudi, kako pomembna je krajevna organizacija socialne mreže za kakovostno staranje in medgeneracijsko sožitje, ter prostovoljstvo kot primerno obliko osebne solidarnosti.

Le kdo ne razmišlja o staranju, ko se približuje temu obdobju? Radi bi se mirno, zdravo starali, a se ne izide vedno tako. Največji problem je sprijazniti se z dejstvom, da smo se postarali in da sami ne zmoremo več vsega postoriti. Posledica vztrajanja v obstoječih vzorcih so pogosto padci v starosti s hudimi posledicami.

Kakovostnega življenja v obdobju staranja se je treba naučiti. Zadovoljen, psihično in telesno čil starostnik je prijeten za družinske člane in takega ga pozna tudi okolica. Ker se zavedamo tega dejstva, smo v Kočevju pred petimi leti z zanimanjem sprejeli ponudbo Inštituta Antona Trstenjaka za medgeneracijsko sodelovanje – učenje za starost v skupinah.

Dan odprtih vrat smo pripravile ob peti obletnici začetka delovanja prve medgeneracijske skupine, ko sva dve prostovoljki v Kočevju ustanovili prvo skupino, ki si je nadela ime Korenina 1. Tej se je po letu dni pridružila še skupina Korenina II. Pozneje so se izobrazile za delo širjenja še tri prostovoljke in ustanovile skupino Sladkorčki ter Trstenke. Vzporedno s tem izobraževanjem je potekal tudi tečaj za oskrbovance bolnih in onemoglih družinskih članov. Po koncu izobraževanja so oblikovali Klub svojcev, ki se srečuje enkrat na mesec. Tako se zdaj redno sestaja in druži pet skupin s 30 udeleženkami, ki po metodi socialnega učenja obravnava teme, predvidene v programskih priročnikih, in se pogovarja o dobrih izkušnjah iz življenja članic. Na srečanjih izvajamo tudi gibalne vaje za ravnotežje, ker postaja s starostjo tudi to velik problem, zaradi katerega prihaja do pogostih padcev v starosti s strahotnimi posledicami ali celo z izgubo življenja.



Foto: Nastja Gorjup

Pogosto udeleženke na srečanjih tudi prepevamo, občasno pa imamo tudi bralne urice. V skupinah deluje šest prostovoljk. Tedensko se družimo v sejni sobi KCK-ja.

O svojih izkušnjah so spregovorile članice vseh petih skupin. Povedale so, da se rade družijo, kljub razlikam v starosti, značajskih lastnostih, poklicih in pogledih na življenje. Prav različnost jih bogati. V skupini vsaka nekaj prispeva, še več pa prejema. Srečevanje in druženje v skupini jim pomeni nepogrešljiv del življenja v zrelih letih, saj dobijo novo moč za premagovanje težav, povezanih s staranjem.

Odziv na vabilo je bil številčen. Na srečanju so aktivno sodelovali tudi povabljeni: strokovna delavka Centra za socialno delo Kočevje, direktorica in socialna delavka Doma starejših občanov Kočevje kot tudi strokovna delavka Univerze za tretje življenjsko obdobje Ljudske univerze v okviru VGC, predstavnica Društva upokojencev, ravnateljica OŠ Ob Rinži, prostovoljca skupin iz Črnomlja in strokovni delavki Inštituta Antona Trstenjaka iz Ljubljane. Strinjali so se, da je medgeneracijsko sodelovanje pomembno in ga je treba širiti. Če se bomo med seboj povezovali in sodelovali, bomo delali bolje in v večje zadovoljstvo starajoče se populacije, kar smo začeli udejanjati že takoj po zaključku uradnega dela.

Vesna Krese

B'rlog sredi mesta?

Misel na zavetje rjavih kosmatincev, po katerih je destinacija Kočevsko prepoznana? Seveda! Vendar ta b'rlog ni navaden b'rlog, je **Bearlog**, nova nastanitev sredi mesta. Gre za obnovljeno hišo z bogato zgodovino, ki jo nekateri poznate kot Gostišče Rog, drugi kot Činkla in spet tretji kot Škor'c ali Hišo z levi. Zgodovino hiše predstavlja Mihael Petrovič ml., ki pravi; "da je Činkel najbolj uveljavljeno ime, uradno najstarejša meščanska zgradba v Kočevju, o čemer priča vklesana letnica postavitve 1834, ki krasi nekdanji glavni vhod. Nedvomno pa je predstavljal enega osrednjih zbirališč in družabnih središč."

Danes ta stavba z imenom Bearlog predstavlja prvi hostel oz. mladinski hotel na Kočevskem, pri katerem je zunanja oblika zaradi varstva kulturne dediščine v celoti ostala enaka prvotno zgrajeni stavbi, notranjost pa je opremljena v modernem stilu za različno zahtevne goste. Zelena okolica hiše, rdeče pelargonije na okenskih policah, čudovit razgled na reko Rinžo in Tržnico Kočevje, šum dreves v daljavi in utrip zelene narave dajejo vtis domačnosti in odličnega počutja.

V hostlu je 30 ležišč v 8 tematsko urejenih sobah, poimenovanih po drevesih in živalih. Sobe vas popeljejo v vzporedni doživljajski gozdni svet, v katerem je mogoče začutiti pridih narave in divjine. V pritličju je centralni turistični informacijski center za destinacijo Kočevsko, kjer lahko dobite informacije glede vseh turističnih produktov; recepcija za sprejem gostov, velika jedilnica s skupno kuhinjo, družabni prostor za druženje (Medvedja soba) in dvoposteljna soba za gibalno ovirane (Čebelja soba) z lastno kopalnico



Skupna jedilnica in kuhinja • ***Foto: Tina Peček***

(WC in TUŠ). V prvem nadstropju sta dve triposteljni (Smreka, Jelka) in dve štiriposteljni sobi s skupnimi sanitarijami (WC in TUŠ). V mansardnem nadstropju sta dve dvoposteljni sobi (Risova in Orlova) z dodatnim ležiščem in skupinska Polhova soba z 8 mešanimi ležišči. Vsaka soba ima svoje sanitarije (WC in TUŠ). Vse so opremljene s ključi in omaricami za shranjevanje prtljage in osebnih stvari, imajo WiFi. Cene se gibljejo od 18 do 54 EUR. Posebnost hostla je, da je v ceno najema sobe vključen tudi zajtrk, pripravljen iz domačih, ekoloških lokalnih proizvodov.

Vrata za turiste je hostel odprl 21. 4. 2017 in samo do konca meseca zabeležil že več kot 50 prenočitev gostov iz različnih držav. Ponudba hostla je predstavljena tudi na večjih svetovnih portalih; booking, hostelworld in popotniška zveza (Youth Hostel). Hostel je prijazen pohodnikom in kolesarjem, saj v svoji ponudbi obiskovalcem omogoča tudi najem koles, s katerimi lahko aktivno preživijo počitnice in doživijo lepote Kočevskega. Hkrati pa je najem koles na voljo tudi vsem domačinom in mimoidočim, zato vabljeni, da si najnovejšo pridobitev ogledate sami.

Tina Peček

Narava vabi v svoj objem

Pomlad je pregnala zimo, sonce sije vse močneje, dnevi so daljši, ptički glasnejši, drevesa zelenijo, tu in tam so zacvetele marijine srajčke in druge gozdne rastline. Prišel je tisti čas leta, ko začnemo osvajati vrhove, začne se sezona pohodništva, zato se vsakemu izmed nas poraja vprašanje, kam na krajši, morda enoali večdnevni izlet v hribe in kako aktivno preživeti prosti čas ter si 'napolniti baterije'. In če se vam po telesu pretaka avanturistična kri in obožujete preživljanje časa v naravi, potem boste vse zgoraj našteto doživeli, če se podate po razgibanih pešpoteh na Stojni. Verjamemo, da kot domačini že poznate vse podrobnosti teh poti, pa vendar tovrstne informacije nikoli niso odveč. Ali veste, da imamo pet označenih pešpoti na Stojni, ki nas s sliko in besedo seznanjajo s posebnostmi, zgodovino, naravo? Najbolj obiskani sta **Kalanova** in **Grajska pot**, obe namenjeni 'hitrim dnevnim rekreativcem'. Prva je označena kot zahtevna pot, strma, dolga 3 km, in jo prehodimo v eni uri, druga je srednje zahtevna, dolga 3,8 km, in nas popelje do razvalin gradu Fridrihštajn, ki je bil zgrajen l. 1423 in je povezan z ljubezensko zgodbo Friderika Celjskega in Veronike Deseniške. Najmlajšim sta namenjeni **Gozdna učna pot Rožni studenec** in **Medvedova pot**, ki potekata po ravnini in s postavitvijo informativnih tabel popestrita sprehod vsem pohodnikom. Pot, namenjena druženjem, je **Trimčkova pot**, ki vodi skozi vse štiri vrhove Stojne. Je srednje zahtevna, 12 km dolga krožna pot, ki jo prehodimo lahko že v štirih urah.

Vmes se lahko ustavite v edini **Koči pri Jelenovem studencu**, ki je prava postojanka sredi gozda ter ponuja okrepčilo vsem pohodnikom. Stoji na mali jasi za Mestnim vrhom v pogorju Stojne in do nje vodi zgoraj opisana Grajska pot. V bližini koče je Jelenov studenec, v katerem voda nikoli ne usahne. Koča je skozi leta dobivala novo podobo, prva večja posodobitev ter razširitev sta bili izvedeni leta 1982, v letu 2000 je koča dobila tudi prizidek v velikosti 110 m2, v katerega so bili dodani spalni prostori in gostinska soba, ki skupaj s posebno sobo ponuja 80 sedežev.

Koča je oskrbovana z vsemi pijačami in v njej je možno naročiti enostavno prehrano (enoločnico). Standard v koči omogoča organizacijo raznih prireditev, seminarjev, tečajev … Vse po dogovoru z oskrbniki. Zunaj so postavljene klopi, na katerih si lahko počitek in okrepčilo privošči skoraj 100 obiskovalcev in več različnih igral, nad katerimi so najmlajši še posebej navdušeni. Ponuja tudi nastanitvene kapacitete, in sicer je v 6 sobah na voljo 40 postelj, na skupnem ležišču pa 10 ležišč. Ima lastne sanitarije, gostinska prostora sta ogrevana s pečjo na drva; voda je kapnica, elektrika je iz sončnih celic, zasilni vir je agregat. Koča je tudi odlično izhodišče za nadaljnje kočevske planinske poti. ***Tina Peček***



Koča pri Jelenovem studencu • ***Foto: V. Marinč***



Pot Stojne

Koča je pred časom dobila novega oskrbnika Janeza Praha, ki si želi z dodatno gostinsko ponudbo privabiti vse več obiskovalcev. Trenutno je koča odprta skozi vse leto, in sicer od petka, od 16. ure dalje, pa vse do nedelje, do 20. ure. Seveda pa so želje oskrbnikov, da bi bilo tudi med tednom vse več 'hitrih reaktivcev', zaradi katerih bi koča odprla svoja vrata tudi v tem času.

Vir: Planinsko društvo Kočevje, predsednik Milan Mlakar

Skrivnostni bunker odpira svoja vrata



Bunker Škrilj

Zaprto območje Kočevske Reke je za Slovence pa tudi številne tujce desetletja predstavljalo sinonim za skrivnost. O njem so se pletle številne zgodbe in divje špekulacije. Če so okoli 200 km² velik del kočevske občine ljudje običajno povezovali s Kočevsko Reko in Gotenico, pa je Škrilj ostajal v ozadju, tudi še po letu 1991, ko je Gotenica vrata odprla širši javnosti. Z junijem 2017 se to spreminja, saj bo nekdanji komunikacijski center goteniškega podzemlja, imenovan K-35, poslej na ogled obiskovalcem. S tem pa se razkriva tudi del preteklosti Kočevske, Slovenije in celotne bivše Jugoslavije.

Turistični ogledi se bodo izvajali od 1. 6. 2017 dalje, in sicer ob torkih, četrtkih, sobotah in nedeljah ob 12., 14., 16. in 18. uri oz. po dogovoru za organizirane skupine. Rezervacije sprejemamo na: **bunker.skrilj@kocevsko.com**. Vstopnice bodo na voljo z dnem odprtja in jih bo možno kupiti v TIC-u Kočevsko, Ljubljanska cesta 4, 1330 Kočevje (Hostel Bearlog) in v Campu Jezero, Trdnjava 3, 1330 Kočevje.

Plavalni klub Ribnica v sodelovanju z Zavod Kočevsko vabi na

PLAVALNI MARATON ZA POKAL KOČEVSKEGA MEDVEDA

RUDNIŠKO JEZERO, SOBOTA, 17. JUNIJ 2017

Plavalni maraton se bo odvil v sklopu serije maratonov: »Preplavajmo Slovenijo – Pokal slovenskih jezer in morja« v naslednjih disciplinah:

1. REKREATIVCI NA PROGI DOLŽINE 1.500 m OB 11.00
2. OTROCI (DEKLICE- DEČKI) STAROSTI OD 10 DO 12 LET NA PROGI DOLŽINE 400 m OB 13.00
3. TEKMOVALCI NA PROGI DOLŽINE 5.000 m OB 14.00
   (tekma šteje za izbor za udeležbo na evropskem prvenstvi v daljinskem plavanju)

Več informacij: **http://www.pk-ribnica.com** **https://www.facebook.com/plavalni.klub.inles.ribnica/**

Rubriko so pripravili v Javnem zavodu za turizem in kulturo Kočevje

Kulturni Center Kočevje

KINO PROGRAM JUNIJ 2017

SREDA, 31. MAJ
OB 18.00
Nem. sinh. anim. družinski
MEDVED BAMSI 2
(BAMSE OCH HÄXANS DOTTER 2)

SREDA, 31. MAJ
OB 20.00
Francoska drama
NEZNANKA
(LA FILLE INCONNUE)
Film predvajamo v okviru art kino programa

PETEK, 2. JUNIJ
OB 16.30
Ameriška akcijska pustolovščina
PIRATI S KARIBOV: SALAZARJEVO MAŠČEVANJE
(PIRATES OF THE CARIBBEAN: SALAZAR'S REVENGE)

NEDELJA, 4. JUNIJ
OB 18.00
Anim. sinh. družinska komedija
MALI ŠEF
(THE BOSS BABY)

NEDELJA, 4. JUNIJ
OB 20.00
Ameriška akcijska domišljijska pustolovščina
ČUDEŽNA ŽENSKA
(WONDER WOMAN)

ČETRTEK, 8. JUNIJ
OB 18.00
Švicarska mladinska komedija
DEČEK S PLANIN
(SCHELLEN-URSLI)

ČETRTEK, 8. JUNIJ
OB 20.00
Francoski psihološki triler
OSEBNA STILISTKA
(PERSONAL SHOPPER)
Film predvajamo v okviru art kino programa

SOBOTA, 10. JUNIJ
OB 17.00
Ameriška akcijska pustolovščina
PIRATI S KARIBOV: SALAZARJEVO MAŠČEVANJE
(PIRATES OF THE CARIBBEAN: SALAZAR'S REVENGE)

SOBOTA, 10. JUNIJ
OB 20.00
Ameriška akcijska komedija
OBALNA STRAŽA
(BAYWATCH)

NEDELJA, 11. JUNIJ
OB 18.00
Anim. sinh. družinska komedija
MALI ŠEF
(THE BOSS BABY)

NEDELJA, 11. JUNIJ
OB 20.00
Ameriška akcijska domišljijska pustolovščina
MUMIJA
(THE MUMMY)

ČETRTEK, 15. JUNIJ
OB 20.00
Slovenska drama
KOMEDIJA SOLZ
Film predvajamo v okviru art kino programa

PETEK, 16. JUNIJ
SOBOTA, 17. JUNIJ
NEDELJA, 18. JUNIJ
OB 17.30
Anim. sinh. družinska komedija
AVTOMOBILI 3
(CARS 3)

PETEK, 16. JUNIJ
OB 20.00
Ameriška akcijska komedija
OBALNA STRAŽA
(BAYWATCH)

SOBOTA, 17. JUNIJ
OB 20.00
NEDELJA, 18. JUNIJ
OB 20.00
Ameriška akcijska domišljijska pustolovščina
MUMIJA
(THE MUMMY)

ČETRTEK, 22. JUNIJ
OB 20.00
Nemška drama
POPOLNA BLAŽENOST
(GLEISSENDES GLÜCK)
Film predvajamo v okviru art kino programa

PETEK, 23. JUNIJ
OB 17.00
SOBOTA, 24. JUNIJ
NEDELJA, 25. JUNIJ
OB 20.00
Ameriški akcijski domišljijski spektakel
TRANSFORMERJI: ZADNJI VIDEZ
(TRANSFORMERS: THE LAST KNIGHT)

PETEK, 23. JUNIJ
OB 20.00
Ameriški ZF romantični
VESOLJE MED NAMA
(THE SPACE BETWEEN US)

SOBOTA, 24. JUNIJ
NEDELJA, 25. JUNIJ
OB 17,30.00
Anim. sinh. družinska komedija
AVTOMOBILI 3
(CARS 3)

SREDA, 28. JUNIJ
OB 20.00
Angleška drama
AMERIŠKA LJUBICA
(AMERICAN HONEY)
Film predvajamo v okviru art kino programa

ČETRTEK, 29. JUNIJ
NEDELJA, 2. JULIJ
OB 17.30
Anim. sinh. družinska komedija
AVTOMOBILI 3
(CARS 3)

ČETRTEK, 29. JUNIJ
OB 20.00
Ameriška črna komedija
DEKLIŠKA NOČ
(ROUGH NIGHT / ROCK THAT BODY)

SOBOTA 1. JULIJ
OB 18.00
Anim. sinh. družinska komedija
MALI ŠEF
(THE BOSS BABY)

SOBOTA 1. JULIJ
OB 20. 00
Ameriški akcijski domišljijski spektakel
TRANSFORMERJI:ZADNJI VIDEZ
(TRANSFORMERS: THE LAST KNIGHT)

NEDELJA, 2. JULIJ
OB 20.00
Ameriška drama
PRESLEPLJENE
(THE BEGUILED)

KCK Kino Kočevje si pridržuje pravico do spremembe programa. Obiskovalce prosimo, da spremljate program na spletni **www.kck.si,** kjer bodo vnesene vse spremembe.





V času bedastih telefonov prepametnih ljudi na sceno prihaja/se vrača zasedba polnopravnega rokenrola. Ncodnc izpred 12 let nastanka niso enaki, kot so bili. V tem času so izdali prvenec "Izlet v neznano", sodelovali na mnogih kompilacijah in špilali na marsikaterem koncertu. Prvotni trije člani so se nadgradili z novo močjo in tako štirje jezdeci postapokalipse jezdijo v novo zgodbo. Izdali bodo namreč ploščo pristnega hardrockmetala, ki nosi naslov "Children of tomorrow".

Sintetika je deset let obstajajoči HC punk trio, ki se konec poletja 2014 poda v studio, kjer posname 12 novih komadov. Sledi dolg proces miksanja in iskanja pravega zvoka, aprila 2017 je CD z imenom Katarza.si končno končan. Še vedno punk-rock, še vedno HC, še vedno druge primesi. Sintetika se sedaj podaja na lov za koncerti.







Ana Vipotnik - vokal
Igor Leonardi - kitara
Primož Fleischman - saksofon, flavta
Lazaro A.H.Zumeta - tolkala, vokal, violina

Fake Orchestra letos praznuje svojo 20 letnico. Skupina je izdala 5 albumov.

Najraje izvajajo živahne predelave slovenskih ljudkih pesmi,.

Gostovali so na pomembnih festivalih doma in v tujini, kot tudi na državnih proslavah in kulturnih dogodkih.

Na nocojšnjem večeru bodo nastopili v akustični/unplugged postavi, s posebnim gostom iz Kube, virtuozom Lazarom.

Drugačni ekstremisti

Med Slovenci je ljubezen do gora že kar pregovorna, v zadnjem desetletju ali dveh pa, poleg pešačenja, vse bolj priljubljena postaja tudi gorska vožnja. Pa naj bo s kolesom ali motorjem. Tudi med Kočevarji je vse več takih, ki uživajo na ekstremnem terenu, na katerem je treba pokazati svoje spretnosti, znanje in osredotočenost.

Strast do bicikla že od malega goji Igor Kaligarič. Ta je v najstniških letih kolo sicer zamenjal za moped, a se je kmalu vrnil k svoji prvi ljubezni, ki jo je nekoliko prenovil. Navadno kolo je zamenjal za gorsko, cesto pa za strmine, ki skrivajo nemalo ovir. Sama dolžina proge ali število prevoženih kilometrov ni pomembna, bolj pomembne pa tudi zahteven je spust. "Pri spustu živiš v tistem trenutku. Biti moraš fokusiran, saj časa, da bi glava tavala po svoje, ni. Skoki, tehnične ovire, skale, 'lojtrce', na katerih loviš ravnotežje ... Vse to so izzivi, ki delajo stvar zanimivo," pravi **Igor Kaligarič**, ki je bil v preteklosti deležen svojega deleža poškodb. "Pred leti so se kar vrstile; ena roka, druga roka, počeno zapestje in še kaj. Zadnjih pet let pa delam bolj po pameti in je poškodb manj. Najbrž tudi zaradi izkušenj," se smeji Kaligarič, ki pravi, da je za gorsko kolesarjenje potrebne veliko kondicije in prakse. Zato trenira tri- do štirikrat tedensko, čeprav tekmovalnih ambicij nima. Pa tudi časa je malo, saj je trenutno njegov največji izziv gradnja kolesarskega parka, ki po zgledu kanadskega 'bratranca' nastaja v Dolgi vasi. Idejni vodja se je po znanje in izkušnje odpravil v Britansko Kolumbijo, kjer je preživel dve leti. Prav Kanada je zibelka tega športa, v mestu Squamish, kjer je bival in ki je po številu prebivalcev primerljivo s Kočevjem, pa imajo za 170 kilometrov gorskih kolesarskih poti. Pri nas jih je za zdaj okoli 10 kilometrov, letos pa se bodo prostovoljci lotili priprave še ene poti v dolžini 1.600 metrov. Tam je gorsko kolesarstvo razvito tako kot pri nas pohodništvo in lotevajo se ga cele družine. Nekaj podobnega bi Kočevar rad ustvaril doma. "Narava je sicer pri nas nekoliko drugačna, imamo pa dobre pogoje," pravi Igor Kaligarič, ki tako kot motorist Andrej Črnkovič meni, da je kočevski teren dovolj razgiban in primeren za vožnjo ali treninge.



Pri spustu imaš čas za razmišljanje le o trenutni situaciji. • *Foto: Last Igorja Kaligariča*

Ekstremne gozdne poti ter neprehodne potke, kjer gre še človek težko peš, so izziv tudi za Andreja, ki se je – tako pravi sam – z navdušenjem nad motorji rodil. "Začel sem pri 16 letih, kar je za motorista, ki se hoče s tem športom ukvarjati profesionalno, dokaj pozno. A srečen sem, da sem ga našel, saj po 20 letih v njem še vedno uživam," pojasnjuje **Andrej Črnkovič**. Trenira dvakrat tedensko, in čeprav je na meji med resnim ukvarjanjem s športom in hobijem, na tekmovanjih ne pozna šale. Za seboj ima namreč že kar nekaj zmag. Med drugim je osvojil slovensko pokalno prvenstvo v cross countryju, pa hrvaški Extrem Enduro in No Fear No Limit, prav tako pri sosedih. Te dni se odpravlja v Srbijo, kjer se bo v narodnem parku Tara udeležil svoje prve letošnje tekme. Dirke so zelo zahtevne in trajajo 4 do 5 ur po težkem, kočljivem terenu. "Treniram na poligonu z umetnimi ovirami v Mozlju, ki smo ga naredili sami, in sicer v kamnolomu. Na dirkah je treba premagati ekstremne vzpone, spuste, skale, hlode, 90-stopinjske 'zobe'… Fizično je zelo naporno in biti moraš zelo pozoren," pravi Črnkovič. Brez zbranosti lahko hitro pride do nezgode, in čeprav so poškodbe del športa, zlomljena roka ali kakšen zvin niso prijetni. Proga v Mozlju je uporabna tako za začetnike kot za resnejše voznike, saj omogoča varen trening fizičnega in tehničnega znanja. In to res pride prav, saj so poti, ki jih premagujejo motoristi na svojih motorjih Hard Enduro KTM XC še bolj ekstremne, kot je recimo naša Kalanova pot. »Čar tega športa je v dvigovanju meja posameznikovih zmožnosti in spoznanje, koliko in kaj lahko fizično premagaš. Sčasoma pa tudi v izbiri vse bolj zahtevnih terenov," pravi Andrej, katerega glavni izziv je, da bi se varno vozil do 60. leta. Sam še pravi, da poskuša med voznike vpeljati enduro bonton. Navaditi se je treba, da mora motorist ob srečanju s pešcem ali kolesarjem upočasniti. Tudi pohodnikov in lovcev naj vozniki ne bi motili, prav tako pa bi morali upoštevati 'prepoved' vožnje na območju od brunarice proti mestu.



Fizična kondicija in pozornost sta za motoriste bistveni pri premagovanju takšnih ovir. • *Foto: Last Andreja Črnkoviča*

V Sloveniji je motoristični šport v porastu in tudi v Kočevju je tako. Med ljubitelji pridno trenira tudi njegov sin, ki vozi že od tretjega leta. "Začel je pravočasno in če bo imel željo in srečo, bo šel med profesionalce. Čeprav sam nad tem zaradi morebitnih poškodb nisem ravno navdušen," pravi Andrej Črnkovič.

Bori Grabovac Morse

Državno prvenstvo flag football – člani

V drugem krogu za naslov državnega prvaka v flag footballu smo se člani ekipe Crocs Wild Hogs odpravili v Ajdovščino, kjer so nas pričakale težke tekme za državno prvenstvo. V prvi tekmi smo se pomerili proti ekipi Mustangs Ljubljana. Takoj na začetku so Ljubljančani strnili vrste v obrambi in prestregli podajo ter nam s tem dali vedeti, da ne bo lahka tekma. Zbranost v obrambi in dobro posredovanje obrambe, ki je prestregla podajo Mustangov in dosegla 'touchdown', nas je popeljala v vodstvo. Do konca polčasa smo držali dobro obrambo in onemogočali nasprotniku doseganje točk. Ob polčasu je bil rezultat 19 : 7 v našo korist.

V drugem polčasu se je začel napad tako, kot smo bili vajeni iz prejšnjih tekem, in smo takoj povišali na 26 : 7. Ker smo imeli slabši napad, so nasprotniki to spretno izkoristili in znižali rezultat na 26 : 20. Vedeli smo, da se moramo zbrati in dokončati tekmo, ki nas lahko popelje proti finalnemu boju za državnega prvaka. Obramba je naredila svoje delo in zaustavila vse napade 'mustangov', kar je vodilo do



povišanja vodstva na 33 : 20, kar pa je bil tudi rezultat prve tekme.

V drugi tekmi smo se pomerili z Ajdovščino. Vedeli smo, da bo to težka tekma in da bomo morali odigrati 100 % do konca tekme. Na domačem terenu so 'gladiatorji' res trd oreh, kar so pokazali v začetku prvega polčasa. Takoj so nam dali kar dva 'touchdowna' in povedli s 14 : 0.

Z zmanjšanjem rezultata na 14 : 6 je poskrbel naš center, ki je pretekel celo igrišče. Dobra obramba je prinesla ponoven napad in zmanjšanje rezultata. Ker se 'gladiatorji' niso predali, so dali še nekaj točk in rezultat ob polčasu je bil 26 : 20 za 'gladiatorje'. V prvem napadu v drugem polčasu smo izenačili na 26 : 26. Nato je sledila izmenjava žog med ekipama, ki so jih spretno izkoriščali 'gladiatorji' in povedli kar z 39 : 26. Ker se nismo predali, smo rezultat zmanjšali na 39 : 32 in imeli tudi napad za izenačenje, ki pa ga nismo izkoristili. To je bil tudi naš prvi poraz na državnem prvenstvu, ki nas trenutno postavlja na 2. mesto v skupnem seštevku. S tem pa smo tudi v boju za naslov državnega prvenstva na finalnem turnirju, saj smo do zdaj izgubili samo eno tekmo.

Naslednji turnir se bo odvijal v Ljubljani, in sicer 3. 6. 2017.

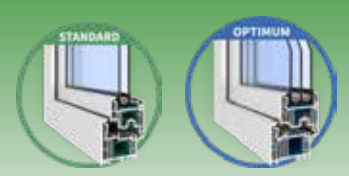
Alen Potočnik

ENERGETIKA,
Vlado Oberstar, s.p
Koprivnik 20
1330 Kočevje

Ponujamo vam nabor storitev in proizvodov, s katerimi bo v vašem domu za energetsko varčevanje poskrbljeno!



Nudimo:
PVC okna,
Salamander
Lesena okna
Police
Rolete



V naši ponudbi so tudi notranja vrata priznanega nemškega proizvajalca GARANT.

OGREVANJE
Peči za centralno kurjavo.
Radiatorji.
Ostali material za centralno kurjavo.
Montaža peči in centralne kurjave.

KONTAKT
041-798-914
oberstar.vlado@gmail.com

AVTOHIŠA VRTIN
Črnomelj
www.vrtin.si

Avtohiša Vrtin
Kočevje 21
8340 Črnomelj

• +386 (0)7 35 66 101 • info@vrtin.si
• 041 782 167 Matic



QUICK CHECK CENITVE
POŠKODOVANIH VOZIL



PRODAJA IN
SERVISIRANJE VOZIL

NA ZALOGI PREKO
50 RABLJENIH VOZIL
Z GARANCIJO





KAROSERIJSKA
POPRAVILA



TEST IN NASTAVITEV
GEOMETRIJE PODVOZJA - OPTIKA



SERVISIRANJE VSEH
ZNAMK VOZIL



ZA VAS POSKRBI **MATIC OBRANOVIČ**,
KI VAŠE VOZILO ODPELJE IN PRIPELJE
BREZ DOPLAČILA

RENAULT
Passion for life

Novi
Renault CLIO
Neskončno zapeljiv

z **0%**
obrestno mero*

1.000€
staro za novo**

*Velja ob nakupu preko Renault Financiranja. Velja za financiranje do 48 mesecev, za omejeno vrednost financiranja, odvisno od modela.
** V kolikor želite zamenjati svoj stari avtomobil, vam ob nakupu novega modela znamke Renault priznamo 1000€ bonusa. Odločitev o sprejemu vašega rabljenega vozila v račun je diskrecijska pravica posameznega pooblaščenega distributerja. Odobritev bonusa "staro za novo" ni izključno vezana na sprejem vašega rabljenega vozila v račun. Več informacij o ponudbi, nakupu in pogojih nakupa je na voljo na renault.si.

Poraba pri mešanem ciklu 3,3 – 5,6 l/100 km. Emisije CO_2 85 – 127 g/km. Emisijska stopnja: EURO 6b. Emisija NOx: 0,0158 – 0,08 g/km. Emisija trdnih delcev: 0,00002 – 0,00105 g/km. Število delcev ($x10^{11}$): 0,01 – 23,22. 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. Slika je simbolna. Renault Nissan Slovenija, d.o.o., Dunajska 22, 1511 Ljubljana.

Renault priporoča elf

renault.si

AVTOHIŠA VRTIN d. o. o.
Kočevje 21, 8340 Črnomelj

SAMO 39 KM
IZ KOČEVJA

Prisluhni školjki

Zagotovo ste si ob branju naslova začeli pomrmravati refren znane pesmi, ki gre 'Prisluhni školjki, vanjo ujet je …' Vendar bi vas učenci 7. razredov OŠ Ob Rinži takoj popravili. Zanimive zvoke, ki spominjajo na šumenje morja, lahko slišite, če uho prislonite ob odprtino polžje hišice. Seveda, čim večja in zanimivo oblikovana je polžja hišica, tem bolj nepozabna je izkušnja.

Za naše učence bo zagotovo ostala nepozabna učna ura naravoslovja, ko jih je sredi aprila obiskal Jan Simič, strokovni vodja in skrbnik muzeja polžev in školjk v Piranu, ki je tudi lastnik večjega dela zbirke, ki si jo lahko ogledate na stalni razstavi Čarobni svet školjk. Skupina mehkužcev je zelo raznovrstna. Do danes je bilo odkritih že skoraj 100.000 vrst mehkužcev, pri čemer niso vključene mnoge izumrle vrste, ki jih danes poznamo le na podlagi fosilov. Mehkužci so, poleg členonožcev, najštevilčnejša živalska skupina, katere predstavniki živijo tako v morjih in celinskih vodah kot tudi na kopnem. Mednje uvrščamo polže, školjke, glavonožce, hitone, slonove zobčke in še nekaj skupin mehkužcev, ki so znane le bolje podučenim ljubiteljem in raziskovalcem. Učenci so jih spoznavali ob navdušujočih slikah in video posnetkih, ki jih je v zanimive zgodbe vpletal naš predavatelj. Ogledali so si tudi nekaj zanimivih primerov lupin školjk in polžjih hišic z različnih delov sveta. Zelo so jih navdušile pisane in svetleče gladke površine biserovine, največja školjka, ki jo hranijo v muzeju, vrste zeva, pisani morski polži brez hišice, školjke z drobnimi očmi, polži, ki lovijo s harpuno, zgodbe o zelo iznajdljivih hobotnicah, letečih lignjih ipd. Učenci so spoznali vlogo mehkužcev v ekosistemu, njihovo evolucijo in pomen za človeka. Učna ura je vse prehitro minila in učenci so imeli obilo vprašanj. Kogar je zamikal čarobni svet školjk in meni, da je Piran predaleč, se lahko odpravi na virtualni sprehod po muzejski zbirki, ki je dostopen na spletni strani.



Kako zveni hišica polža, ki živi na Filipinih • ***Foto: Laura Javoršek***

Učenci so svoje vtise strnili v naslednjih povedih:

"V spomin se mi je najbolj vtisnilo to, ko je gospod iz Pirana predstavil vsa ta čudovita bogastva morja, in slika ogromne školjke ter porcelanke." **Sandra**

"Najbolj sem si zapomnil lepe gladke školjke." **Denis**

"Predstavitev mi je bila zelo všeč, tema je bila široka, čeprav sem mislil, da bo ura dolgočasna, pa sem se očitno zmotil. Všeč so mi bile oblike živali, torej polžev in školjk, in morski raki. Rad bi si sam ogledal muzej školjk v Piranu. Nasmejal sem se, ko je predavatelj ob slikah letečih lignjev zapel: "I believe I canfly … pffff (opomba avtorice članka: zvok, ko se potopi pod vodo), I believe I can … pffff … **Gal**

"Najbolj sem si zapomnila posnetek hobotnice. Zelo zanimivi so mi bili tudi lignji, ki letijo (predavatelj je ob njih tudi zapel). Gospod je prinesel tudi zelo lepe školjke." **Neja**

"Najbolj sem si zapomnila, ko je gospod govoril o školjkah, in sicer, kako školjke izdelujejo bisere. Zanimivo mi je bilo tudi, koliko različnih školjk in polžev poznamo in da v muzeju hranijo največjo školjko." **Nika**

"Najbolj zanimivo mi je bilo, ko sem videl, da hobotnica hodi po dveh lovkah." **Nik**

"Všeč mi je bilo, da smo govorili o več različnih vrstah školjk, ki so zelo zanimive. Najbolj sem si zapomnil, da je ob določeni polni luni, v enem dnevu, lahko morje polno sperme, toliko spolnih celic sprostijo v morsko vodo, ko se razmnožujejo." **Sandro**

Laura Javoršek

Noč knjige 2017 na OŠ Stara Cerkev

"Šele ponoči izveš
koliko zvezd
je vrh neba.
Koliko bratov čutiš
sredi srca." ***Srečko Kosovel***

Odkar je Unesco 23. april proglasil za svetovni dan knjige, ga slavimo po vsem svetu, zadnja leta tudi ponoči. Knjižno ponočevanje so prvi pripravili v Nemčiji, ZDA, Veliki Britaniji, na Irskem in Hrvaškem, leta 2014 pa je prvič zaživela tudi v Sloveniji in Srbiji. Mednarodni dogodek, ki knjigo in branje postavlja na prvo mesto, nagovarja vse generacije bralcev. Na prav posebno noč, ko knjiga pokaže svojo moč, se zvrsti veliko dogodkov, usmerjenih k dvigovanju zavesti o branju.



Foto: Katica Kamnik

Na OŠ Stara Cerkev smo Noč knjige organizirali že tretjič. Prvič smo gostili pisateljico Sonjo Pucar in kantavtorja Žigo Bižala, lani je bil gost pisatelj Franci Rogač. Letošnja noč pa je bila v znamenju kamišibaja. Noč knjige pripravimo ob zaključku bralne značke za učence od 1. do 6. razreda. Letos je uspešno opravilo bralno značko kar 135 učencev. Medse smo povabili člane KUD-a Zlata skledica, pripovedovalce Darka in Bredo Kočevar iz Črnomlja ter Tatjano Grabrijan iz Novega mesta.

Gledališče kamišibaj je edinstvena oblika uprizoritvene umetnosti. Je pripovedovanje ob slikah na malem odru. Prihaja iz Japonske, kjer kami pomeni papir, šibaj pa gledališče. Pripovedovalec – kamišibajkar stoji ob malem lesenem odru. Ob pripovedovanju zgodbe v odru menja ilustracije, na katerih vzporedno s pripovedovanjem teče zgodba. Slike prikazujejo pomembne dogodke v zgodbi, podobno kot pri stripu.

Nekoč se je kamišibajkar pripeljal s kolesom. Na prtljažniku je imel pritrjen lesen oder, pod katerim so bili predali za sladkarije. Na svoj prihod je opozoril z udarjanjem dveh paličic drugo ob drugo. Kmalu se je okrog njega zbrala množica otrok in krajanov. Za drobiž so si kupili sladkarijo in ogled predstave.

Kamišibajkarji iz KUD-a Zlata skledica so nam predstavili pesmi Saše Vegri, Otona Župančiča, Srečka Kosovela, pravljico Šivilja in škarjice ter zgodbo Miška in veter.

V drugem delu Noči knjige je potekala delavnica kamišibaja in ustvarjalne delavnice, ki so jih pripravile članice Društva upokojencev Kočevje. Z učenci so izdelovale skodelice iz starega papirja, najmlajši učenci pa so izdelovali knjižne lutke. Noč knjige smo zaključili ob 21. uri, z branjem pa nadaljujemo … Naj živi knjiga! Naj živimo bralci!

Gabrijela Pohar, Katja Rus

Radovedni škratki iz Narcise v Kočevski Reki

V majhni vasi, čisto blizu gozda, živijo radovedni škratki, otroci, ki svoje dopoldneve preživljajo v hiši, ki jo včasih imenujemo kar vila Čira-čara. Zelo radi raziskujejo, eksperimentirajo, ustvarjajo in počasi s svojim delom pridejo do različnih informacij in spoznanj na vseh področjih.

Tudi letos smo s škratki v Kočevki Reki vključeni v različne projekte Vrtca Kočevje, bili pa smo tudi v prejšnje tematsko leto – Leto vode in luči. Izdelali smo različne piktograme, ki nas opozarjajo, da ravnamo z vodo in elektriko varčno: zapri in varčuj vodo, ugasni luč itd. Na temo voda pa smo počeli še veliko več: obiskali smo laboratorij v naši vasi, ki je v starih garažah v lasti slovenske vojske. Bili smo presenečeni. Velik, poln pripomočkov laboratorij, veliko različnih aparatov, pokazali in razložili so nam, kako pregledujejo našo vodo, da jo lahko brezskrbno pijemo. Spoznali smo tudi druge prostore in bili navdušeni. Ker pa smo bili zelo pridni, smo dobili tudi epruvete, ki nam bodo prišle zelo prav za raziskovanje v vrtcu. Ponovno se zahvaljujemo zaposlenim v laboratoriju za lep in prijeten sprejem ter zanimivo predstavitev celotnega objekta in dela.

Tudi dan odprtih vrat je potekal v znamenju vode. Izvajali smo različne poskuse z vodo in preostalimi pripomočki. Na mizah so bila navodila, pisna in slikovna. Zelo dobro smo se znašli in poskusi so nam drug za drugim brezhibno uspevali. Tudi na najmlajše nismo pozabili. Vsi smo bili zaščiteni s polivinilastimi vrečkami, ki smo jih spremenili v zaščitne obleke. Tako nas ni nič oviralo, tudi če smo bili malo mokri. Ta dan smo imeli velik obisk tudi zunanjih gostov, ki so prišli pogledat naš mali laboratorij in njegove ustvarjalce, male raziskovalce.

Ker pa smo tudi umetniško zelo nadarjeni, smo si izdelali barvne ledene kocke. Z njimi smo ustvarjali za valentinovo in nastale so čudovite slike z barvnimi srčki, ki so krasili našo igralnico.

Otroci se pri takšnih dejavnostih učijo strategij mišljenja in raziskovanja. Z lastnimi preizkušnjami začutijo lastnosti narave z vsemi čutili. Otrokom dajemo možnosti in spodbude, da sprašujejo, opazujejo, raziskujejo, eksperimentirajo, opisujejo in razlagajo. Otroke spodbujamo tako, da lahko sami najdejo rešitev in rešijo problem.

Gretica Vidič in Cvetka Pavlovič



Foto: arhiv Vrtca Kočevje

Letni koncert OPZ Piki Jakob

OŠ Zbora odposlancev se lahko pohvali z veliko stvarmi in dejavnostmi, gotovo pa so visoko na lestvici vrednega tudi njeni zbori. Še posebej se z letnim koncertom vedno izpostavi OPZ Piki Jakob, ki spada med najboljše zbore daleč naokoli …

"Veliko dela smo imeli, vendar smo zmogli," je rekla naša pianistka Mojca ob koncertu z naslovom **Glasba iz risank in filmov**, ki se je zgodil v četrtek, 20. aprila, v dvorani Šeškovega doma ob sedmih zvečer. Na odru se je zvrstilo 120 nastopajočih.

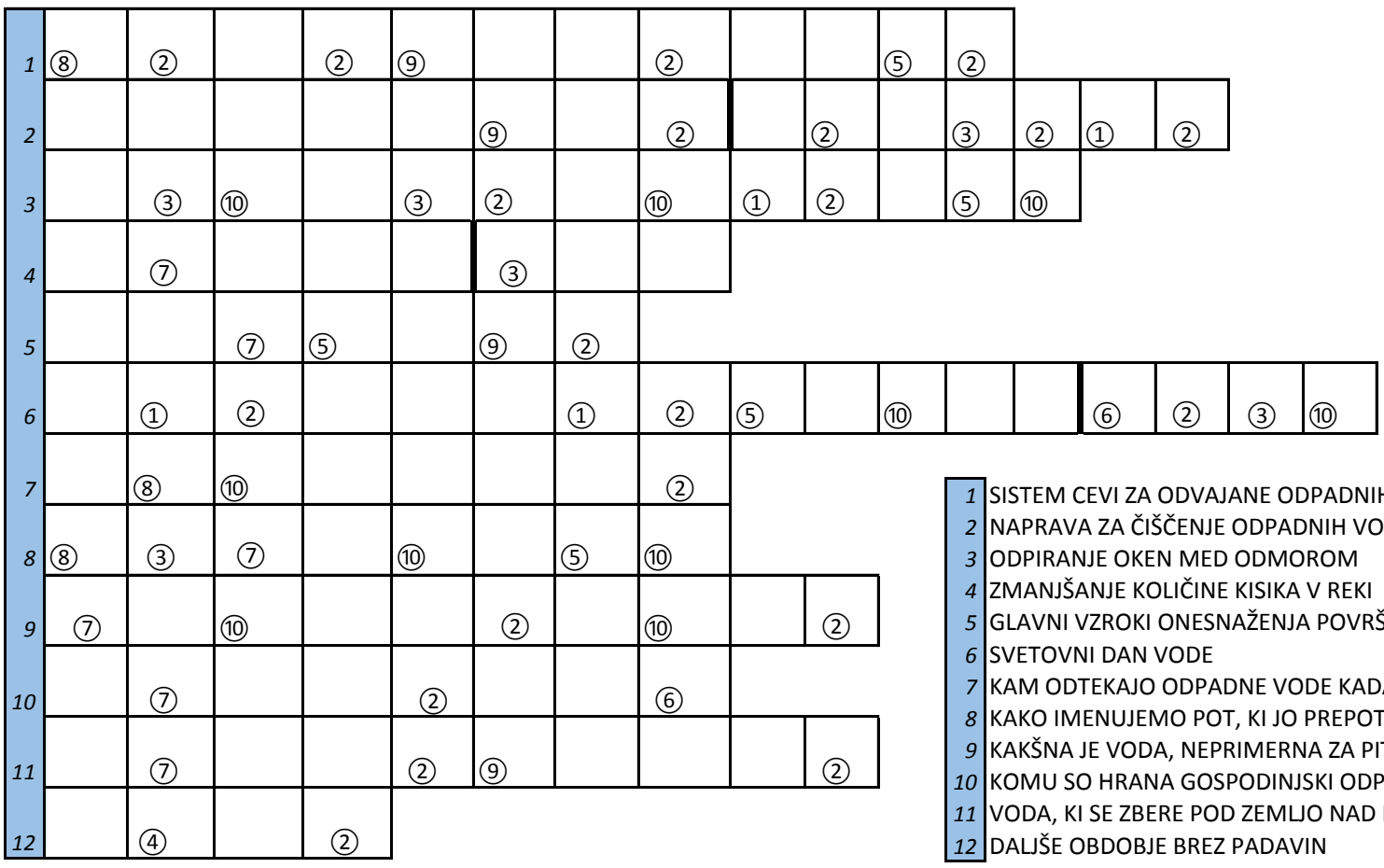
Idejo o glasbi iz risank in filmov so gojili že nekaj časa. Ogromno energije je bilo potrebne za pripravo materiala in prevodov, saj smo hoteli koncert izvesti v slovenskem jeziku. Potem je bilo treba sestaviti program, vezni tekst in veliko stvari, ki jih potegne taka prireditev za sabo. Nekatere pesmi so bile podprte z animacijami učiteljice Nine Zver. Poleg tega je učiteljica Nina poskrbela še za kostume naših solistov. Pri ozvočenju in razsvetljavi nam je pomagal Aleš Škaper, ki je že kar naš stalni ozvočevalec. Ves koncert so se prepletale znane risanke, kot so Sneguljčica, Aladin, Lepotica in zver, Ledeno kraljestvo, Zlatolaska, Shrek, Princesa in žabec, Mala morska deklica, Egipčanski princ in Levji kralj. Nismo pa pozabili tudi na našega Pikija Jakoba, ki so ga upodobili tudi v nadaljevanki. Peli smo tudi pesmi iz filmov, kot so Kekec, Srečа na vrvici, Čarovnik iz Oza in Briljantina. V goste smo povabili še naš mladinski pevski zbor pod vodstvom Mateje Junc in cerkveni mešani pevski zbor Sv. Rok iz Dolenje vasi pod vodstvom Feliksa Podgorelca. Letos smo na koncertu pele tudi učiteljice. Skozi koncert sta nas zabavala naša pevca Hana Prebilič in Nejc Strniša. Koncert smo zaključili s skupno pesmijo iz risanke Levji kralj, kjer smo združili glasove vsi zbori in odrasli solisti.



Foto: Borut Šenk

Pevske vaje so bile naporne, saj je bil to za tako mlade pevce kar velik zalogaj. V zboru Piki Jakob poje približno 70 pevcev, kar je za zborovodjo zelo velik izziv. Pevci bi si radi spočili po pouku, vaje pa niso igranje, ampak trening. Med letom imamo več nastopov, tako da se nismo mogli ves čas pripravljati samo za ta dogodek. Vendar smo vztrajali do konca in uživali na koncertu. Saj to je smisel vsega, kajne? Zahvaljujem se sodelavkam Evelin Malnar, Mirjam Kosten, Saši Stijepić, Tini Stopar, hišnikoma Emilu Sevšku in Damirju Lindiču ter gospodu ravnatelju Petru Pircu za vso pomoč pri izvedbi. Največja zahvala gre seveda naši pianistki Mojci Hribar Osmak, ki je res mojstrsko spremljala celoten koncert na klavirju. Hvala tudi staršem otrok za podporo in vse čestitke, ki smo jih prejeli. Tu smo za vas in zase. Že tri leta zaporedoma prirejamo letni koncert in zaradi velike zahtevnosti in težnje po kakovosti, smo se odločili, da bo letni koncert postal dvoletni projekt. Gre za zbor malih (še) neprofesionalnih pevcev, ki pa po takem nastopu pokažejo ravno nasprotno – to so mali profesionalci. ***Andreja Pogorelec Šenk***

Nagradna križanka



1	⑧	②		②	⑨			②			⑤	②
2						⑨		②		②		③	②	①	②
3		③	⑩		③	②		⑩	①	②		⑤	⑩		
4		⑦				③									
5			⑦	⑤		⑨	②								
6		①	②				①	②	⑤		⑩			⑥	②	③	⑩
7		⑧	⑩					②							
8	⑧	③	⑦		⑩		⑤	⑩							
9	⑦		⑩			②		⑩		②					
10		⑦			②			⑥							
11		⑦			②	⑨				②					
12		④		②											

1	SISTEM CEVI ZA ODVAJANE ODPADNIH VODA
2	NAPRAVA ZA ČIŠČENJE ODPADNIH VODA
3	ODPIRANJE OKEN MED ODMOROM
4	ZMANJŠANJE KOLIČINE KISIKA V REKI
5	GLAVNI VZROKI ONESNAŽENJA POVRŠINSKIH VODA
6	SVETOVNI DAN VODE
7	KAM ODTEKAJO ODPADNE VODE KADAR MIMO HIŠE NE VODI KANALIZACIJA
8	KAKO IMENUJEMO POT, KI JO PREPOTUJE VODA ZNOVA IN ZNOVA
9	KAKŠNA JE VODA, NEPRIMERNA ZA PITJE
10	KOMU SO HRANA GOSPODINJSKI ODPADKI, KI JIH ODVRŽETE V KANALIZACIJO
11	VODA, KI SE ZBERE POD ZEMLJO NAD NEPREPUSTNO PODLAGO
12	DALJŠE OBDOBJE BREZ PADAVIN

1	2	3	4	5	6	7			7	8	7	9	5	10

Komunala Kočevje

Rešeno križanko skupaj z geslom naj bralci izrežejo, prilepijo na dopisnico in do 7. 6. 2017 pošljejo na naslov:

Komunala Kočevje, d. o. o.
Tesarska ulica 10
1330 Kočevje

Med pravilnimi rešitvami bomo izžrebali tri prejemnike praktičnih nagrad.

OGLASNO SPOROČILO: NAROČNIK KOMUNALA KOČEVJE

Sprejemni preizkusi za vpis v glasbeno šolo za šolsko leto 2017/2018

16. 5. 2017 od 18.00 do 19.00	dvorana in učilnica 15, 3. nadstropje za vse inštrumente in petje
20. 5. 2017 od 10.00 do 11.00	dvorana, 3. nadstropje za vse inštrumente
24. 5. 2017 od 17.00 do 17.45	učilnica 6, 1. nadstropje balet in sodobni ples
25. 5. 2017 od 18.00 do 19.00	dvorana, 3. nadstropje za petje in inštrumente

Na preizkus se lahko prijavite **prek spletnega obrazca** na spletni strani www.gs-kocevje.siinformativni vpis.

Prijavnico s podatki o prijavljenem kandidatu, ki jih boste vnesli v spletni obrazec, bomo natisnili v šoli.

PREDNOST PRI SPREJEMU V GLASBENO ŠOLO BODO IMELI UČENCI, SPREJETI NA INŠTRUMENTE: **trobenta, pozavna, tuba, rog in druga konična glasbila, klarinet, saksofon, oboa, harmonika, kontrabas, viola, violina in violončelo, petje ter balet in sodobni ples.**

Informacije na:
Reški cesti 16, 1330 Kočevje
Tel.: 01/895 17 79
e-pošti info@gs-kocevje.si



MEDOBČINSKI INŠPEKTORAT IN REDARSTVO OBČIN KOČEVJE, KOSTEL IN OSILNICA OBVEŠČA

Obravnavanje prometnih prekrškov z mednarodnim elementom

Zainteresirana javnost si večkrat, zlasti pa ob začetku turistične sezone, ko se znatno povečajo migracije ljudi, postavlja vprašanji, kako se obravnavajo storjeni prekrški tujcev v Sloveniji ter seveda obratno, naših državljanov v tujini, pri čemer pa je temeljni kriterij obravnavanja država registracije vozila, in ne samo državljanstvo voznika – storilca prometnega prekrška.

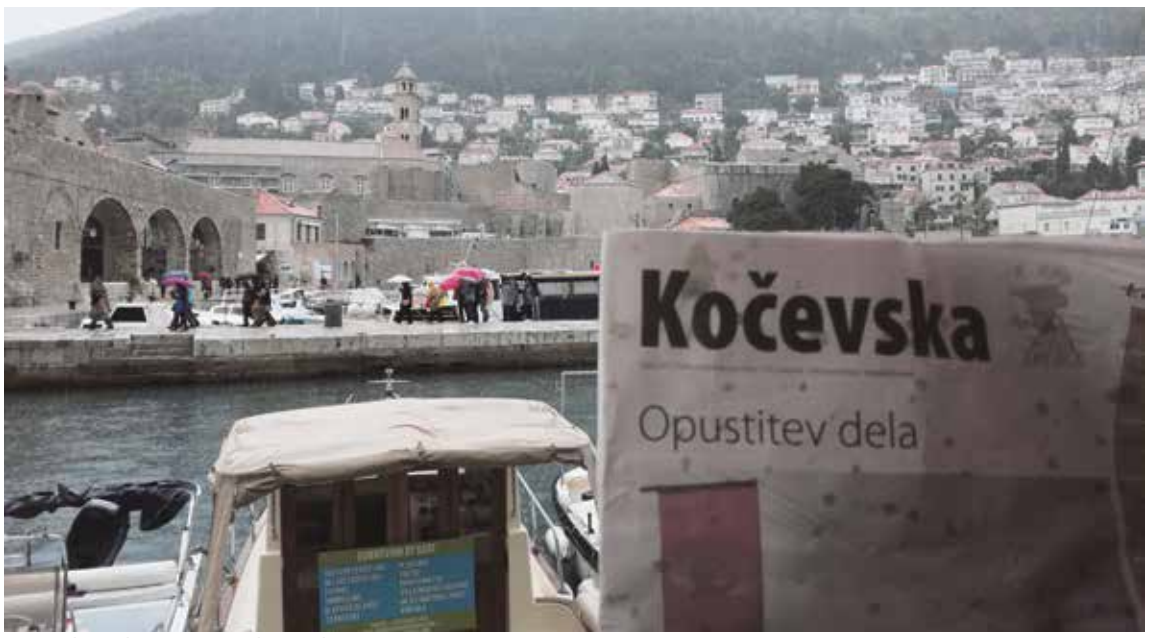
Mednarodno kazensko sodelovanje med prekrškovnimi organi (državnimi in lokalnimi, kamor v Sloveniji spadajo občinska redarstva) na področju prometa se je uvedlo s sprejemom Direktive 2011/82/EU, ki je bila v naš pravni red implementirana z novelo Zakona o prekrških (ZP-1, 48b-č člen). Nabor prekrškov, za katere je lahko izrečena 'mednarodna globa', je s predpisi točno določen: prekoračitev omejitev hitrosti, neuporaba varnostnega pasu, vožnja skozi rdečo luč, vožnja pod vplivom alkohola ali drog, vožnja brez zaščitne čelade, vožnja po nepravilnem prometnem pasu ter uporaba mobilnih naprav med vožnjo. Kakor je razvidno, vprašanje parkiranja vozil (zaradi manjše pomembnosti za prometno varnost) ni predmet mednarodnega sodelovanja med uradnimi prekrškovnimi organi posameznih držav, tako da v primerih, ko npr. slovenski državljani prejemajo zahteve za poplačilo stroškov parkiranja iz Hrvaške, nikakor ne gre za 'uradno pošto' hrvaških državnih prekrškovnih organov in posledično sploh ne gre za prekrškovne kazenske globe, temveč za civilnopravna razmerja zaradi neplačila storitve parkiranja, kar pa ni predmet opisanega mednarodnega sodelovanja med državami članicami EU (to sodelovanje pa se tudi ne nanaša na države, ki niso članice EU).

V omenjenih členih Zakona o prekrških je tudi podrobno opisan celoten postopek v primerih, ko se ugotovi storjeni prekršek vozila s tujimi registrskimi tablicami izven matične države registracije. Čezmejna izmenjava podatkov iz evidenc registriranih vozil se opravlja preko t. i. nacionalne kontaktne točke, prek katere se pridobijo podatki o lastnikih vozila, s katerimi je bil storjen prometni prekršek. Ko kršitelj prejme pisno obvestilo o prekršku iz tuje države, v katerem morajo biti vsebovani vsi podatki o storjenem prekršku z ustreznim pravnim poukom, ima na voljo 60 dni za odgovor v posebnem priloženem obrazcu za odgovor na obvestilo, ki se šteje za izjavo o prekršku. Kršitelj ima pri tem pravico, da odgovor na obvestilo pošlje v svojem jeziku, medtem ko je dolžnost tujega organa, da obvestilo o prekršku pošlje v jeziku dokumenta o registraciji motornega vozila (oz. enem izmed uradnih jezikov v posamezni državi, če jih je več). Na podlagi podatkov iz morebitnega odgovora na obvestilo o prekršku bo uradni tuji prekrškovni organ izdal odločbo o prekršku (plačilni nalog) ali pa postopek ustavil (v primeru predloženih relevantnih protidokazov). Velja pa opozoriti in predlagati, da se tako kot v slovenskem pravu pri domačih prometnih prekrških, tudi v takih primerih v izogib dodatnim stroškom 'splača' spuščati v postopke le v primerih, ko smo prepričani, da prekrška res nismo storili.

Na podlagi praktičnih izkušenj so v tem oziru od tujih držav aktivni zlasti avstrijski organi, še posebej na avtocesti med karavanškim tunelom in Salzburgom, kjer so pogosti odseki z omejitvijo hitrosti 100 km/h s številnimi stacionarnimi radarji. Ker se postopoma torej vse bolj zožuje možnost izognitve kaznim za prometne prekrške tudi v tujini, velja vsepovsod kar najbolj spoštovati prometne predpise.

Damir Marinč





Kočevska v deževnem Dubrovniku • ***Foto: Edvard***


Umetniško platno je lahko tudi kočevski gozd • ***Foto: Bori Grabovac Morse***

TEDEN GOZDOV 2017

"Znanje za gozd"

Zavod za gozdove Slovenije
Območna enota Kočevje

Gozdarsko društvo Medved

22.5. razglasitev najbolj skrbnega lastnika gozda za leto 2017
Zavod za gozdove Slovenije, Območna enota Kočevje

23.5. radio Univox: oddaja "Spoštujmo gozd"

27.5. od 9.00 do 15.00
izlet po znamenitih točkah Kočevskega roga
TD Brezpotja, info: www.kocevje.info; 05/997 10 07 ali 01/895 54 19

28.5. od 9.00 do 15.00
kolesarjenje po Polhovi kolesarski poti
GD Medved, info: Janez Konečnik 041/657-388

4.6. od 9.00 do 15.00
pohod po Borovški naravoslovni poti
GD Medved, info: Mirjam Mikulič 041/657-401

začetek junija
slavnostna otvoritev peči pri Rožnem studencu
Muzej za arhitekturo in oblikovanje Ljubljana,
ZGS OE Kočevje, Zavod Kočevsko

Vabljeni!

KNJIŽNICA KOČEVJE PRIPOROČA



Orhan Pamuk
Rdečelaska
Sanje, 2017

V novem romanu nobelovca Orhana Pamuka vstopamo v Istanbul sredi osemdesetih let, kjer se Mahmut in njegov vajenec lotita izkopavanja vodnjakov na starodaven način. Pisatelj nas prek zgodb in podob popelje v svet, kjer trčita staro in mlado, tradicionalno in moderno, vzhodno in zahodno, krščansko in muslimansko. Roman, ki govori o moči mitov in prerokb, o lepoti ustnih izročil in predvsem o odnosu oče–sin. "Vsi si želimo imeti močnega, odločnega očeta, ki bi nam povedal, kaj moramo storiti in česa ne smemo. Zakaj? Ker se je težko odločiti, kaj moramo storiti in česa ne smemo in kaj je čistost in pravilno in kaj greh in napačno? Ali pa zato, ker zmeraj čutimo potrebo po tem, da slišimo, da nase nismo vzeli kakšne krivde in greha? Ali čutimo potrebo po očetu ves čas ali pa samo tedaj, ko smo zmedeni, ko nam je tesno pri duši ali ko se nam podre svet?"



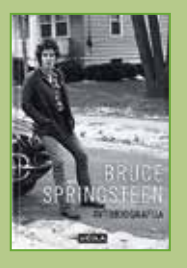
Maja Golob
Ne čakaj na vikend
Spago, 2016

Navdihujoča zgodba in priročnik za ženske, ki bi v svojem življenju rade nekaj spremenile, a ne vedo, kje bi začele in kako bi to storile. Kako uskladiti delo in družino ter ob vseh obveznostih najti tudi čas zase, najti ravnovesje med delom in zasebnim življenjem. Optimistična knjiga, ki s svojo zgodbo nagovarja in spodbuja bralke, da v sebi poiščejo svojo žensko moč in navdih za spremembo ter zaživijo življenje svojih sanj. "To je tvoje življenje, tvoj čas, tvoja igra – zato nehaj čakati na vikende, izkoristi vsak dan in vzemi življenje v svoje roke!"



Mariasun Landa
Moja roka v tvoji
Malinc, 2016

Mariasun Landa je znana baskovska mladinska pisateljica, njena dela so prevedena v številne jezike. Teme, ki jo zanimajo, so odraščanje in težave ter stiske, s katerimi se mladostniki srečujejo. Trinajstletni Xavi živi sam z materjo, saj je oče tragično umrl v nesreči že pred njegovim rojstvom. Na videz je običajen, bister in uspešen deček. Toda globoko v sebi je izjemno občutljiv, zelo navezan na svojo mamo in z idealiziranimi spomini na očeta, ki ga nikoli ni poznal. Zato ga že dejstvo, da ima mama fanta, ki je po njegovem mnenju zamenjal njega in očeta, neizmerno razjezi in požene v skrajno dejanje, beg od doma. Zanima zgodba, ki pove veliko o tem, kako pomemben je odkrit pogovor z mladostniki in kaj se lahko zgodi, če tega ni.



Bruce Springsteen
Avtobiografija
Učila, 2017

Slabo leto po originalu smo tudi v slovenščini dobili prevod avtobiografije Bruca Spingsteena, enega najbolj priznanih rock glasbenikov. Avtor nas popelje skozi svoje življenje, od katoliško vzgojenega fantiča iz delavskega predmestja do svetovno znanega rockovskega zvezdnika. V knjigi podrobno opisuje svoje življenje, njegove vrednote in pogled na svet. Začne z družino in otroškimi leti, o odraščanju v divjih šestdesetih letih v ZDA in o iskanju samega sebe skozi glasbo. Slednja ga usmerja in vodi tako, da nikoli ne zdrsne na stranpot ekstenzivnega popivanja in uživanja drog. Razkrije tudi svojo temno stran – boj z depresijo, ki jo uspešno premaga. Ko postane uveljavljen glasbenik, se umiri in uživa v družinskem življenju. Knjiga, ki jo mora prebrati vsak, ki ima rad rock glasbo, ne glede na svoja leta.

Utrinek

Kadar človek ne misli,
kaj reče, reče, kar misli.
(Jacinto Benavente)

Anekdota

Vojvoda de Roquelaure je nekoč na sprejem povabil tudi precej neizobraženega častnika. Med drugim so se pogovarjali o Aristotelu in njegovih delih ter dejali, da je v njem več znamenitih stvari. Ko so vprašali častnika po njegovem mnenju, je ta odvrnil: "Mislim, da je vse polno ljudi, ki trdijo, da so bili v Aristotelu, pa ne vedo niti tega, kje je."

Skok čez plot



Foto: B.G.M.

Del cesarske poletne palače v Pekingu je marmorna ladja, znana tudi kot ladja čistosti in miru. Zgrajena je bila leta 1755, dobrih sto let pozneje pa so jo v opijski vojni uničile anglo-francoske sile. V tistem času je Kitajski vladala nekdanja konkubina in pozneje žena cesarja Ksajfenga, cesarica Ciši. Ta ni bila naklonjena ne modernizaciji ne vojskovanju. Zato ne čudi, da je bila poražena v vojni z Japonci, izgubila je suverenost nad Korejo in bila prisiljena v vrsto ponižujočih pogodb. Njeno nasprotovanje vojni pa je bilo tolikšno, da je denar namesto v krepitev mornarice raje vložila v obnovo kamene flote.

Anketa

Na začetku maja smo se na deževen dan odpravili k **Metuljčkom** *v Čebelico. Razigrano šesterico, ki je komaj lahko obsedela na stolih, smo nekaj mesecev pred vstopom v šolo vprašali: Zakaj hodimo v šolo? In tule so njihovi odgovori …*

Iva Nina: *Zato, da se naučimo dobro brati in izdelovati različne stvari.*

Neža: *Zato, da se naučimo brati, pisati in koliko je dva plus dva.*

Matej: *Da se naučimo računati in da se ne smemo grdo obnašati.*

Miha: *V šoli se naučimo računati, brati in pisati.*

Taj: *V šoli se naučimo, da če je nekdo žleht, gre v kot. Če se tepe. Če pa grdo pišeš, te popravijo, da znaš potem lepo.*

Tinkara: *V šoli se učimo marsičesa. Učiteljice tudi poredne pošljejo v kot. Pa naučimo se lepo risat in barvat …*



Z leve: Iva Nina, Neža, Matej, Miha, Taj in Tinkara • *Foto: Petra Šolar*

Zanimivosti

Nekdanji šef ameriškega FBI Herbert Hoover je bil zaradi informacij, ki jih je pridobival tudi nezakonito, strah in trepet takratnega ameriškega političnega sveta, celo predsednikovega. Mnogo prej pa je bil menedžer nogometne ekipe Stanford, ki je leta 1892 na prvo tekmo svojih varovancev pozabil prinesti nogometno žogo.

Ameriški pisatelj William Faulkner je nekoč zavrnil povabilo na večerjo z Johnom F. Kennedyjem. "Bela hiša je 150 kilometrov stran," je menda dejal Nobelovec. "To je pa le predaleč, da bi se tja odpravil samo jest."

Ko so Egipčani mumijo Ramzesa II sredi sedemdesetih let prejšnjega stoletja poslali v Francijo, so ji celo izdali potni list. V rubriko poklic so vpisali: Kralj (pokojni).

Pablo Escobar, šef medcelinskega zločinskega kartela, je svoj čas samo za gumice, s katerimi je vezal gotovino, mesečno porabil več kot 2000 evrov.

Ameriška kantri pevka Dolly Parton se je nekoč udeležila tekmovanja, na katerem so izbirali dekle, ki ji je najbolj podobno – in izgubila.

Preden se je George W. Bush vselil v belo hišo, so nekateri sodelavci Billa Clintona pred odhodom iz več kot 60 računalnikov odstranili tipko s črko W.

Jezikovni nasvet

50-letnica ali 50. obletnica?
Prvi zapis uporabljamo, kadar se nanaša na neko trajanje oz. delovanje. Če pa imamo v mislih enkratni dogodek, pa uporabimo zapis obletnica.
Primera: Praznujejo 50-letnico *delovanja* društva.
Praznovali so 50. obletnico *ustanovitve* društva.



Foto: arhiv Andreja Mladenoviča

Nazaj v preteklost

Andreja Mladenoviča, ki je zaposlen v Podjetniškem inkubatorju Kočevje, ne poznajo samo mladi podjetniki, ki k njemu prihajajo po nasvete, temveč tudi domači vrtičkarji, pa člani Zadruge Zakladi Kočevske in celo športniki. Andrej, ki deluje zelo mirno, je med drugim strastni kolesar, kot otrok pa je bil občasno strastni porednež, ki je domačim ušpičil marsikatero. Že pri treh letih je vedel, da bodo prvi del življenjske poti zaznamovale podjetniške vode, čeprav oče in mama nad takratnimi podvigi nista bila najbolj navdušena. Konec osemdesetih let, ko smo še vedno veliko nakupovali v Trstu, si je takrat triletni deček pripravil prvi poslovni načrt. Med vožnjo do tega italijanskega mesta je ves čas trmaril, naj mu starša kupita cel kup pločevink priljubljene kokakole. Šele po vrnitvi domov, ko je hotel klubsko mizico iz dnevne sobe zvleči na bližnje igrišče, pa sta ugotovila, zakaj. Deček se je namreč odločil, da bo tržaške nakupe unovčil pri naključnih mimoidočih in si povrnil vsaj stroške potovanja. Stvar se je srečno končala, čeprav mu takrat ni uspelo preskočiti prve poslovne ovire. Srečen konec pa je imela tudi tragikomična prigoda, ki se mu je pripetila nekaj let pozneje. Takrat že zrelejši Andrej, ki je štel sedem let, si je na domačem likalniku opekel roko. Slep od bolečine je z mehurjasto roko začel tekati po stanovanju. Takrat pa se mu je na pot postavila druga ovira, velikanska zelena omara, ki je klonila pod njegovim zaletom in pod seboj pokopala malega Andreja. Takšnega ga je na koncu našla mama, ki poredenga ranjenca gotovo ni mogla še dodatno kaznovati. Vsaj Andrej se ne spomni kakšnih hujših posledic svojega malega podviga.