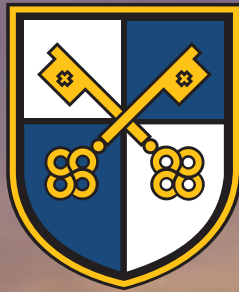


Glas Naklo



september 2021 občine

Številka 107/leto 27





O izgub(ljenost)i

Eva Goričan, glavna urednica

V središče tokratne številke postavljamo demenco, saj je september mednarodni mesec Alzheimerjeve bolezni, najbolj razširjenega tipa demence. Klinična oznaka demenca povzema kronično odpovedovanje možganskih funkcij, kar se pokaže kot izgubljanje spomina, zavedanja, sposobnosti razumevanja, učenja, govorjenja, izražanja in mišljenja. V esenci gre za postopno izgubljanje osebe. Oboleli na nek način izgubljajo sebe, bližnji pa svoje starše, partnerje, brate, sestre, svojce, prijatelje.

Mislim, da je občutek izgube, ko osebo oziroma njeno telo, še vidimo pred seboj, pa vendar smo jo izgubili v smislu odnosa oziroma vloge v našem življenju, morda celo bolj boleč kot pa ko se od nekoga poslovimo za zmeraj. Saj veste, kako pravijo, daleč od oči, daleč od srca. Z izgubo bližnjih izgubimo tudi sebe, saj nas (vsaj do neke mere) definirajo in gradijo tudi naši odnosi. Izgubljenost in dvom sta logična ob takšnih življenjskih spremembah, sploh, ko v naših vsakdanjih naenkrat manjka delček, ki je sestavljal našo celost.

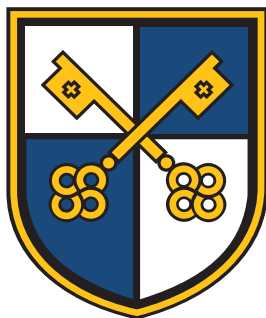
Predstavljam si, da je spremljanje nekoga skozi faze demence podobno kot spremljanje nekoga v procesu terminalne bolezni. Izguba je neizogibna; spremljanje izgubljanja obolelega, njegove nemoči pa boleče za vse vpletene. Sprejeti dejstvo, da drage osebe ni več med nami, je zares nedoumljivo, a vendar zelo potrebno, da lahko živimo naprej. Predvsem živimo naprej brez krivde, ker živimo in ker hranimo spomine in občutja, ki za naše bližnje – najsi bo to preminule ali dementne – ne obstajajo več. Ostanemo sami z nedokončanimi mislimi in vprašanji, ali njihova ljubezen do nas živi dalje. Ali tudi mi manjkamo njim, tako kot oni nam?

Za tiste, ki so odšli na oni svet, se lahko odločimo sami. Lahko verjamemo, da nekako še obstajajo, da čutijo in nas spremljajo naprej. Dementni pa ostajajo med nami, kot del naše družine ali socialnega kroga in priznam, ne predstavljam si, kako bi se počutila, ko me nekdo, ki ga imam rada, ne bi več prepoznal, ne bi več delil z menoj najinich spominov. Še manj si predstavljam, kakšen je občutek, ko se zaveš, da se izgubljaš v svojih mislih, da se stanje poslabšuje, ti pa ne moreš ničesar ukreniti, da bi spremenil to nesrečno usodo. Ne svoje, kakor tudi ne moreš spremeniti usode bližnjega.

Morda najbolj boleče od vsega je čutiti tujo nemoč. Tega trpljenja ne moreš odvezati, ga omiliti, niti potolažiti. Za to res ni besed, le tiho sprejetje. Zato vsem, ki skrbite za svoje ljubljene, dementne, bolne ali kakorkoli potrebne pomoči, izrekam globok poklon. Želim pa dodati še, da ne prevzemite vsega bremena nase, četudi mislite, da je tako prav in spodobno in potrebno. Poiščite pomoč, oprite se na nekoga. Vsak je v prvi vrsti odgovoren zase. Ne izgubite se v tuji bolečini, sprejmite svojo in izkoristite vsak trenutek polnega zavedanja v svojem enkratnem življenju.

V tej številki ...

ŽUPANOV GLAS	3
OBVESTILA	4
Javni razpis za ohranjanje in spodbujanje razvoja kmetijstva in podeželja	4
Gradbeni projekti v Občini Naklo	4
Krajevni urad Naklo od septembra 2021 dalje	7
Akcija zbiranja nevarnih odpadkov iz gospodinjstev - oktober 2021	7
ZAHVALA	7
V SREDIŠČU	8
September je svetovni dan demence	8
O demenci	8
Kako zmanjšani tveganje za demenco	9
Bralni seznam na temo demence	10
Pet zelišč za možgane in demenco	11
KULTURA	13
Podbreška potica in Slovenija -	
Evropska gastronomska regija 2021	13
Folklorna skupina Podkuca preko poletja	14
Domovini z ljubeznijo	14
Spominska tabla ob 30-letnici neodvisnosti Slovenije	16
Spomin, ki je tudi opomin	17
Obletnica ustanovitve 1. kranjske čete	18
Pot kulturne dediščine Podbrezij - Ivanina pot	18
Kulturni vikend v začetku septembra	21
LOKALNA SKUPNOST	22
Praznovanje jubileantov	22
Predaja novega gasilskega vozila	23
Evropska komisija vabi: Konferenca o prihodnosti Evrope	24
Mreža za starejše v Naklem	24
ŠOLE IN VRTCI	26
Prvi šolski dan	26
Vrtčevsko igrišče v novi preobleki	27
Vstop v vrtec – velik korak za otroka in družino	27
OKOLJE IN PROSTOR	29
Evropski teden mobilnost	29
Trajnostni razvoj in trajnostna mobilnost	30
Od Krive jelke v Udin Boštu do Boštka v Komarjih	32
Vsak korak šteje	32
DRUŠTVA	33
Agility v Kinološkem društvu Naklo	33
Moje krdelo	33
Letovanje upokojencev 2021	34
ŠPORT	35
Olimpijska bakla v Naklem	35
21. Tonetov memorial	36
IZZA MEJA NAŠE OBČINE	37
V Slovenskih goricah in na Dravskem polju	37
Idilični grški otok Ikarija	38
V SPOMIN	40
Janez Perko	40



Izdajatelj:

Občina Naklo,
Stara cesta 61, 4202 Naklo

Odgovorna urednica: Eva Goričan

Uredniški odbor: Katja Bevk, Zdravko Cankar, Helena Krampelj Nikač, Anita Meglič, Andreja Prosen, Franci Šinkar in Eva Goričan.

Lektoriranje: Eva Goričan

Izvedba: Specom d. o. o.

E-naslov: urednistvo@obcina-naklo.si

Trženje oglasnega prostora:

040/202 384

specom@specom.si

Oblikovanje: Matej Rauh

GlasiLO GLAS OBČINE NAKLO praviloma izhaja petkrat letno (februar, april, junij, september, december). Brezplačno ga prejmejo vsa gospodinjstva v občini Naklo.

Naklada 1.900 izvodov

Naslovnica: Naklo po dežju

Foto: Janez Jarc

Datum izida: 24. september 2021

ISSN 2591-0515 za tiskano izdajo

ISSN 2591-0523 za spletno izdajo

Oddaja prispevkov

Prispevke in fotografije za prihodnjo številko Glasa občine Naklo pošljite na elektronski naslov **urednistvo@obcina-naklo.si**, najkasneje do 3. novembra 2021.

Besedilo lahko obsega največ 1.500 znakov brez presledkov. Oddano mora biti v Wordovi datoteki. Fotografije in drugo spremno (slikovno) gradivo naj bo oddano kot samostojna datoteka čim višje kakovosti (format .jpg, .png).

Spoštovane občanke in občani!

Po bolj ali manj brezskrbnem poletju ponovno vstopamo v nepredvidljivo jesen. Kljub vsemu smo uspešno začeli novo šolsko leto. V prvi razred je vstopilo 60 znanja željnih malčkov, ki so se podali na dolgo in naporno pot pridobivanja znanja. Tako v centralni šoli kot na obeh podružnicah, pa tudi v Waldorfski šoli sem vsem zaželel prijetna šolska leta ob učenju, igri in zabavi. Prepričan sem, da bodo vsi s prizadevnostjo in željo zaključili šolanje in si pridobili odlične poklice, v katerih bodo uživali in v katerih bodo uspešni.

Preko poletja smo zaključili kar nekaj projektov, tako da smo pripravljeni na nove. Pridobili smo dve novi gradbeni dovoljenji, in sicer za nov most pri OŠ Naklo in za kanalizacijo v Podbrezjah, v kratkem pričakujemo tudi gradbeno dovoljenje za kanalizacijo v Žejah. Za most imamo že izbranega izvajalca, ki bo v kratkem začel z delom, za Podbrezje in Žejje pa poteka postopek izbora izvajalca. Za projekta gradnje vodohrana v Dupljah, skupaj s priključnimi vodovodi in za izvedbo kolesarske steze Strahinj –Spodnje Duplje smo morali postopka izbora izvajalcev ponoviti zaradi neustreznih ponudb. Zaradi tega se bo izvedba obeh projektov nekoliko zamaknila. V septembru smo se lotili priprav na zimsko službo. Glede na to, da je bilo na izvajalca, ki je zimsko službo izvajal zadnje dve leti kar nekaj pripomb, smo se ponovno obrnili na domače izvajalce. V teh dneh pripravljamo pogodbe in dopolnjujemo strojno opremo. Naša želja je, da zimo pričakamo pripravljeni in, da bodo presenečenja čim manjša.

V septembru smo doživeli tudi dva obiska iz tujine. Najprej je našo šolo v okviru projekta Erasmus obiskala skupina 16 učenk in učencev z učitelji z ene od osnovnih šol iz Brna, drugo skupino pa predstavljajo učiteljice in učitelji iz prijateljskega mesta Naklo nad Notecia. Tej



skupini smo pokazali vse šole, ki delujejo na našem območju in jim predstavili delovanje šolskega sistema v Sloveniji.

Se pa v občini aktivno ukvarjamo s korona virusom. Še vedno je ob nedeljah organizirano hitro testiranje v Domu Janez Filipiča, ki pa postaja zaradi novih PCT ukrepov vse manj aktualno. V naši zdravstveni ambulanti smo pripravili dva cepilna dneva. Strokovni sodelavci iz ZD Kranj so v teh dveh dneh cepili 370 občanek in občanov, v Domu Janeza Filipiča pa je Zdravstveni zavod Zdravje cepil še dodatnih 51 občanek in občanov. Precepljenost v naši občini bo, ko boste brali ta uvodnik, presegla 50 odstotkov. Vsem, ki v času korona krize odgovorno ravnate se najlepše zahvaljujem.

Vstop v jesen se je aktivno začel tudi na kulturnem področju. Po dveh uspešnih veselicah v Podbrezjah, za pogum in odlično izvedbo je potrebno gasilcam in gasilcem PGD Podbrezje izreči vse čestitke, se je nadaljevalo z odličnim koncertom Urše Kavčič s prijatelji na vrtu Dupljanske graščine ter končalo z izjemnim koncertom na obnovljenih orglah v dupljanski farni cerkvi. V Pavlinovi galeriji društvo LIK pripravlja vedno nove razstave, v KD Tabor pa pripravljajo tradicionalne Pirčeve dneve. Za vsakogar nekaj. OŠTANIMO ZDRAVI!

Ivan Meglič, Vaš župan



Javni razpis za ohranjanje in spodbujanje razvoja kmetijstva in podeželja

Občinska uprava Občine Naklo

V mesecu februarju 2021 je bil na spletni strani Očine Naklo objavljen Javni razpis za dodelitev pomoči za ohranjanje in spodbujanje razvoja kmetijstva in podeželja v Občini Naklo v letu 2021.

V razpisu sta odprta še dva ukrepa:

- ukrep 4: Podpora šolanju na poklicnih in srednješolskih kmetijskih ter gozdarskih programih in
- ukrep 5: Podpora delovanju društev/združenj s področja kmetijstva, gozdarstva in razvoja podeželja.

ROK ZA ODDAJO PRIJAV NA JAVNI RAZPIS JE 30. oktober 2021.

Gradbeni projekti v Občini Naklo

Občinska uprava Občine Naklo

OBNOVLJENA CESTA NA CEGELNICO

Med poletjem je bila obnovljena cesta na Cegelnico. Pred asfaltiranjem je bila v cesto vgrajena kabelska kanalizacija za SN 20 kV kablovod ter Telekomova in T-2 kabelska kanalizacija. Na najbolj kritičnem odseku je bila ojačana tudi meteorna kanalizacija, tako da na tem območju ne bo več težav z meteorno vodo. Glede na to, da je bila zgrajena ustrezna kabelska kanalizacija, v katero bodo operaterji uvlekli kable, ni več razloga, da na Cegelnice ne bi bilo mogoče urediti optičnega TK omrežja, zato na potezi so operaterji.



UREJENA REGIONALNA CESTA V PODBREZJAH

Poleti se je ponovno odprl 1,9 kilometrov dolg odsek regionalne ceste od križišča pri Grmaču do odcepa za AC bazo v Podtaboru. S tem so nekoliko lažje zadihali krajani severnega dela Podbrezj, saj so številni vozniki iskali obvoze po ozkih vaških cestah.





GRADNJA V ZADRAGI

Poleti smo v Zadrugi uredili fekalno in meteorno kanalizacijo, vodovod, NN elektro omrežje, kabelsko kanalizacijo za vode upravljavca Telekom in T2 ter cestno razsvetljavo. V drugi polovici avgusta je še zadnji odsek ceste v Zadrugi prejel svojo črno asfaltno prevleko in od takrat je cesta ponovno normalno prevozna.

Sanarano je bilo tudi vozišče na občinski cesti od AC priključka Naklo do vasi Žeje. Na tem odseku je bila v celoti obnovljena obrabno-zaporna plast asfalta, prav tako so bile urejene tudi poškodbe nosilnih plasti. Sanacija obravnavanega odseka predstavlja prvo fazo ali prvi odsek obnove. V naslednjih letih sledita še obnovi od naselja Žeje do Spodnjih Dupelj in od naselja Zgornje Duplje do občinske meje z Občino Tržič.





UREDITEV IGRIŠČA V PODBREZJAH

Konec avgusta je bila zaključena obnova športnega igrišča pri Osnovni šoli v Podbrezjah. Obnovljena je bila asfaltna prevleka, postavljena pa nov koš in dodatna varovalna ograja. Prav tako je bila obnovljena tudi ograja ob regionalni cesti, ki je bila poškodovana v prometni nesreči.



NOVI POTOPNI ZABOJNIKI PRI OŠ NAKLO

Poleti je bila izvedena prestavitev ekološkega otoka na parkirišču pri Osnovni šoli v Naklem. Na novo lokacijo, ki je nameščena bolj proti sredini parkirišča, smo skupaj s Komunalo Kranj namestili nove potopne otoke. Otoki so sedaj bolj na doseg varnostnih kamer. Na dosedanjem mestu zabojnikov pa se sprošča prostor za umestitev novega mostu, ki je tik pred začetkom gradnje. Novi most preko potoka Dupeljčica bo povezoval parkirišče pri šoli z novim nogometnim igriščem, služil pa bo tudi kot rezervni dostop za Cegelnico. Za navedeni objekt je že pridobljeno gradbeno dovoljenje in izbran izvajalec.



UREDITEV POKOPALIŠČ

V poletnih dneh sta bili v naši občini urejeni pokopališči v Dupljah in Podbrezjah. V Dupljah smo uredili pokopališče ograjo, saj je bila stara dotrajana in je kazala resne znake, da se utegne porušiti. Na drugem delu, kjer so bile namesto ograje zasajene ciprese, pa so le-te začele odtrgati nagrobnike. Tudi na pokopališču v Podbrezjah je bila urejena nova pokopališka ograja.





Krajevni urad Naklo od septembra 2021 dalje

Občinska uprava Občine Naklo

Obveščamo vas, da uradne ure Krajevnega urada Naklo tudi od septembra dalje ostajajo nespremenjene:

- prvi in tretji delovni četrtek v mesecu: od 12. do 15. ure.

Še vedno je potrebno predhodno naročilo na eno izmed števil UE KRANJ:

04 20 15 617, 04 20 15 627, 04 20 15 721. ●

Akcija zbiranja nevarnih odpadkov iz gospodinjstev - oktober 2021

Občinska uprava Občine Naklo

KJE: Zbirni center Naklo

KDAJ: torek, 12. oktobra 2021, od 13. do 18. ure

Uporabnike vabimo k oddaji nevarnih odpadkov iz gospodinjstev. Nevarni odpadki ne sodijo v zabojnike za gospodinske odpadke in ne v naravo, saj nevarne snovi pronikajo v zemljo, zastrupljajo prst, vodo, živali in ljudi.

Med nevarne odpadke prištevamo:

- odpadna zdravila,
- kozmetiko,
- čistila,
- barve,
- lake,
- lepila,
- škropiva,
- razne kemikalije,
- spreje,
- odpadno jedilno in motorno olje,
- hladilno tekočino,
- akumulatorje,
- baterije,
- drobno elektroniko kot so GSM, kalkulatorje, pametne ure, ipd.

V zbirnem centru je urejen poseben prostor za zbiranje nevarnih odpadkov iz gospodinjstev. Brezplačno jih lahko oddate kadarkoli v času odprtja zbirnega centra preko celega leta. ●



ZAHVALA

Ob smrti naše drage mame Ane Verdir se iskreno zahvaljujemo za izrečena sožalja, podarjene sveče KTD Kriva jelka, telovadkam Partizana Duplje in molitveni skupini za darovano sveto mašo.

Hčerke Nada, Metka in Danica



NAVČEK d.o.o.

Pogrebne storitve

- organizacija pogrebov
- prevoz pokojnika,
- organizacija upepelitve,
- pogrebna oprema (krste, žare, nagrobni križi, žarne niše,...)
- žalni aranžmaji in sveče,
- organizacija pevcev
- urejanje dokumentacije,
- fotografiranje pogrebov

Visoko 140
4212 Visoko
031 577 229
041 628 940

navcek1@siol.net
www.navcek.si

NA VOLJO SMO 24 UR NA DAN



September je svetovni mesec demence

Mednarodno združenje za Alzheimerjevo bolezen je september določilo za mesec ozaveščanja o demenci. Natančneje, 21. september predstavlja svetovni dan demence. Na svetu je več kot 44 milijonov bolnikov z demenco, v Sloveniji pa zaradi posledic te bolezni trpi več kot 32.000 bolnikov in njihovih svojcev. Kljub številnim raziskavam zdravila še vedno niso odkrili, ugotovili pa so, da naj bi na razvoj bolezni pomembno vplival tudi stres.

Bolezen je prvič definiral Alois Alzheimer, ki je leta 1907 opisal bolezen pri 51-letni ženski, ki se ni znašla v lastnem stanovanju, imela je spominske motnje in je bila sumničava. Opazil je tudi motnje govora, poimenovanja in razumevanja. Po štirih in pol letih je umrla. V bolnišničnih možganih je po smrti opazil značilne spremembe, za katere je domneval, da so vzrok upadu umskih sposobnosti.

Poznamo več vrst demenc. Pri starejših od 65 let je najpogostejši vzrok Alzheimerjeva bolezen, pogosta pa je tudi demenca zaradi poškodb in bolezni v možganskem žilju - žilna demenca (vaskularna demenca), redkeje pa jo povzročajo hormonske motnje, tumorji ali okužbe.

Bolezen (lahko) povzroča čustveno stisko (bolniku in svojcem) in zaradi potrebe po oskrbi bolnika prinese tudi dodatno finančno breme. Ob dolgotrajni oskrbi lahko vodi do izgorevanja in družbene izključenosti. V družbi je demenca še vedno stigmatizirana, zato jo večinoma poskušamo prikriti in zanikati ter ne poiščemo pomoči pri zdravniku takrat, ko lahko najbolj vplivamo na nadaljnji potek bolezni.

Viri:

-Spletne strani: ezdravje.si; sb-nm.si; lek.si; zdravje.online; slika.zdravstveniportal.si ●

O demenci

Tina Gatej, dipl. del. ter., DPU Tržič

Sindrom, ki zaznamuje življenje marsikaterega starostnika in njegovih svojcev, skupek znakov imenovan demenca. Gre za stanje, pri katerem se delovanje možganskih funkcij (sporočanje, mišljenje, govor, prepoznavanje, načrtovanje, organiziranje, orientacija) postopoma poslabšuje. O njej torej govorimo, kadar gre za motnje delovanja možganskih funkcij, kar vpliva na posameznikov naraven proces staranja ter na njegova vsakodnevna opravila in samostojnost ter celotno življenje osebe.

Demenca je bolezen, ki prizadene predvsem starejše starostne skupine, čeprav se lahko pojavi pri vsakomur, z naraščajočo velikostjo populacije pa je njena incidenca vse večja. Zelo velik pomen pri poteku bolezni ima zgodnja diagnoza, saj je ta ključnega pomena za razumevanje sprememb pri osebi. V večini primerov osebe v začetni fazi demence lahko še vedno same odločijo o svoji prihodnosti, naredijo načrte in izrazijo svoje želje, svojci pa se lahko načrtno pripravijo na prihodnost.

Dejavniki tveganja

Osnovni vzrok za nastale spremembe v delovanju osebe je poškodba živčnih celic v možganih. Najpogostejši vzrok je Alzheimerjeva bolezen. Na razvoj demence zagotovo vpliva tudi okolje, način življenja, športna aktivnost in izbira prehrane. Poznamo pa tudi dejavnike tveganja, na katere nimamo vpliva, to so starost, družinska zgodovina, genetika, ženski spol, srčno-žilni dejavniki, Downov sindrom, poškodbe glave, nizek izobrazbeni nivo itd.

Prvi znaki pri bolniku z demenco

V obdobju začetne - blage demence opazimo težave s:

- pozornostjo: neurejen govor, oseba ne sledi bistvu, šumi iz okolice ji odvrnejo pozornost,
- abstraktnim mišljenjem: ne razume besednih iger, pregovorov, šal,

- kratkoročnim spominom: večkrat je potrebno ponoviti določena navodila, pozablja, ponavlja enaka vprašanja ali gibe,
- dolgoročnim spominom: ne spomni se, kaj se je zgodilo pred enim tednom,
- govornimi sposobnostmi: ne najde besed, ne končuje stavkov, ponavljanje besede ali fraze,
- presojo: ne zna presoditi o primernem obnašanju v družbi,
- orientacijo v času, prostoru in osebah: ne ve, kje je, ne prepozna svojega doma, ne zna ločiti časa, ne prepozna sorodnikov in znancev,
- govorom: ne najde pravih besed,
- ne-prepoznavanjem predmetov in nezmožnostjo njihove uporabe.

Oseba se lahko prične izogibati socialnim aktivnostim, zapirati vase, umikati iz družbe.

V obdobju napredovale - zmerne demence so izrazite motnje v opravljanju vsakdanjih aktivnosti, presoje, čustvovanja, zmedenost, blodnjavost, nočni nemir in beganje.

V obdobju polno razvite - težke demence postane oseba vedno bolj nemočna, motnje govora in sporazumevanja se poglobljajo, vse težje hodi, lahko obleži, opazimo lahko pojav inkontinence, nepokretnosti, motenj požiranja.

Pot do diagnoze

Osnovo za postavitev diagnoze predstavlja pogovor osebnega zdravnika z bolnikom ali s svojci, zdravnik nato opravi



standardne laboratorijske preiskave, teste, s katerimi preverimo umske sposobnosti in končno bolnika napoti na različne slikovne preiskave možganov.

Po potrjenem sumu pacienta napoti k nevrologu ali psihiatru, ki skušata seveda naprej ugotoviti, za katero vrsto demence gre. Diagnostični postopki pa lahko vključujejo tudi pregled likvorja, računalniško tomografijo (CT), magnetno resonanco (MRI), pozitronsko emisijsko tomografijo (PET) ali elektroencefalografijo (EEG).

Življene z demenco

Svetovne smernice narekujejo, naj osebe, obbolele z demenco, čim dlje ostanejo v domačem okolju. Tako kot vsi tudi demenčne osebe potrebujejo aktivno in socialno življenje. Ker pa demenčne osebe postopoma izgubljajo spretnosti krmarjenja skozi vsak dan, postane naloga svojcev, da jim pri tem pomagajo. Oseba z demenco lahko še dolgo sodeluje in pomaga pri aktivnostih, zato je vključevanje v aktivnosti izjemnega pomena, saj jim vrača samozavest.

Na voljo pa so tudi različne socialne službe za pomoč na domu, kjer negovalke poskrbijo za bolnika v času, ko so svojci v službi, dnevno varstvo v okviru institucij, kot so domovi za starejše (na voljo tudi v DPU Tržič, pristojnem za Občino Naklo), kjer

zagotovimo varno okolje v času odsotnosti svojcev, ter namestitve v domu starejših, kjer osebam nudimo strokovno oskrbo, pomoč, nego in nadzor 24 ur dnevno.

Oskrba v domu Petra Uzarja Tržič

V domu Petra Uzarja stanovalcem z demenco nudimo strokovno in na stanovalčeve potrebe usmerjeno oskrbo, ki jo plemenitimo z aktivnostmi, ki upočasnjujejo napredek demence. Za nas je oseba človek, odzivamo se na njegove potrebe in želje. Osebam z demenco zagotavljamo na posameznika usmerjen program, ki jim omogoča čim daljšo samostojnost, kakovostno in strukturirano življenje pod strokovnim nadzorom.

»V domu sem rada, tu se veliko dogaja, mi ni nikoli dolgčas.« (Gabrijela, stanovalka DPU z demenco)

Kam se obrniti po pomoč

V DPU se nahaja demenci prijazna točka, kjer sta na voljo strokovno gradivo in pomoč, enkrat mesečno pa poteka skupina za samopomoč svojcem z demenco.

Obrnete pa se lahko tudi na Slovensko združenje za pomoč pri demenci Spominčica (www.spomincica.si in 059 305 555) in Gerontološko društvo Slovenije (www.gds.si). ●



Kako zmanjšani tveganje za demenco

mag. Helena Krامل Nikač

Demenca je kronična napredujoča bolezen možganov, ki obolenemu posamezniku postopno odvzame kognitivne sposobnosti, osebno dostojanstvo, samostojnost in dejavnosti v družbi ter doma. Bolnik z demenco v nekaj letih postane povsem odvisen od tuje pomoči.

K preventivi sodijo:

- REDNA VADBA - FIZIČNA AKTIVNOST
- ZDRAVA PREHRANA
- UMSKA AKTIVNOST
- KAKOVOSTNO SPANJE
- AKTIVNO DRUŽABNO ŽIVLJENJE

Redna rekreacija

Pri zmanjševanju tveganja za demenco se je kot najmočnejši dejavnik izkazala redna rekreacija.

Redna telesna dejavnost, tudi blaga, kot je hoja, je povezana z zmanjšano nevarnostjo kognitivnega poslabšanja in izboljšano kognitivno funkcijo. Pomaga tudi pri ljudeh, pri katerih so se že začele pojavljati težave. Začnite počasi in vključujte gibanje v vas vsakdanjik.

Namesto dvigala lahko greste po stopnicah, po nakupih se odpravite peš ali s kolesom, če je to predaleč, pa parkirajte mogoče vozilo malo dlje in naredite do trgovine kak korak



več. Pri vseh aktivnostih pa uporabljajte ustrezna zaščitna sredstva, npr. čelado za glavo.

Raziskave dokazujejo, da vse poškodbe glave lahko vplivajo na razvoj in povečanje tveganja za razvoj Alzheimerjeve bolezni.

Zdrava prehrana

Svetuje se uživanje veliko zelenjave, sadja, proteinov in zdravih maščob. Imejte 4-6 malih obrokov dnevno. Na ta način se ohranja optimalna koncentracija sladkorja v krvi. Izogibajte se beli moki, rafiniranemu sladkorju. Uživajte hrano, ki je zdrava za srce.

Srčno-žilni dejavniki tveganja

Raziskovanja kažejo, da posamezniki s sladkorno boleznijo izkazujejo nižje kognitivne zmogljivosti in povečano tveganje za demenco.

Za prekomerno tel esno težo v srednjem življenjskem obdobju se je prav tako pokazalo, da je povezana s povečanim tveganjem za demenco. Zveza se pogosto spremeni s starostjo, ko je prekomerna telesna teža povezana z zmanjšano nevarnostjo demence.

Ustrezno zdravljenje arterijske hipertenzije (visokega krvnega pritiska) v srednjem življenjskem obdobju lahko zmanjša tveganje za kognitivni upad.

Življenjski slog

Študije nakazujejo, da lahko majhno ali zmerno uživanje alkohola pri starejših posameznikih zmanjša tveganje za kognitivni upad in demenco.

Potrebno pa je poudariti, da ima prekomernega uživanja alkohola tudi možne negativne učinke, kot je povečano tveganje padcev med starejšimi odraslimi.

Kajenje poveča tveganje za kognitivni upad. Prenehanje kajenja lahko to tveganje zmanjša na raven, primerljivo s tistimi,

ki niso bili kadilci. Študija na velikem številu oseb je pokazala, da močno kajenje v srednjih letih podvoji tveganje za razvoj demence v poznejšem obdobju.

Redna miselna dejavnost ima ugoden vpliv na spominske funkcije. Pri tem je pomembno, da vaje in naloge rešujete, saj natančen tip miselnih nalog, ki naj bi imel najugodnejši vpliv na miselne funkcije in tveganje, ni opredeljen.

Dieta

Podatki o učinkih različnih vidikov prehrane (vključno z različnimi hranilnimi snovmi in vitamini, živila ali skupine živil) za zmanjšanje tveganja so omejeni in marsikdaj si nasprotujejo. Večje število študij izpostavlja **pozitivni vpliv sredozemskega tipa prehrane** (dokaj malo rdečega mesa s poudarkom na celih zrnih, sadju in zelenjavi, ribah, oreških in oljčnemu olju).

Socialna vključenost

Obstaja zelo malo raziskav o družbeni angažiranosti, npr. aktivno prostovoljno delo, klubska dejavnost, druženje v cerkvi, itd., kot potencialnem zaščitnem faktorju proti kognitivnemu upadu. A so posamezne opravljene študije pokazale, da so družbene dejavnosti povezane z boljšo kognitivno funkcijo in zmanjšanim tveganjem za kognitivni upad.

Na vse zgoraj naštetе dejavnike tveganja lahko v večji ali manjši meri vplivamo s svojim načinom življenja. Populacijske študije govorijo v prid najugodnejših učinkov na kognitivne funkcije v primeru, ko posameznik upošteva več in raznolike dejavnike tveganja in njihove kombinacije v vsakdanjem življenju.

Ugotavljamo torej, da so programi preventive usmerjeni na biološke, psihološke in socialne dejavnike, ki vplivajo na zdravje ljudi. Čeprav demence ne moremo preprečiti, pa lahko vsaj odložimo začetek bolezni in upočasnimo njeno napredovanje.

Vir:

<https://www.abczdravja.si/mozgani-in-zivcni-sistem/demenca/>

Bralni seznam na temo demence

pripravila K. B.

Leposlovje

• spomini

Cajko, Ana: Demenca, moja učiteljica

Biderman, Slavica: Ravnoesje na visokih petkah : da lažje ubežimo demenci

Geiger, Arno: Stari kralj v izgnanstvu : [življenje z Alzheimerjevo boleznijo]

MLakar, Tanja: Vsiljivka v družini : ko se prikrade demenca

Kuselj, Vidka: Zdaj sem tvoja Moja

• mladinski roman

Walliams, David: Dedkov veliki pobeg

• romani

Cabré, Jaume: Confiteor

Kocmut, Aleksandra: Čisto sam na svetu

Harmel, Kristin: Dokler bodo zvezde na nebu

Vojnović, Goran: Figa

Pregelj, Sebastijan: Kronika pozabljanja

Paasilinna, Arto: Na lovu za spomini

Erpenbeck, Jenny: Ob koncu dni

Suter, Martin: Small world



- pravljice

Njatin, Lela B.: Zakaj je babica jezna

Boh, Petra: Babica Marica razmišlja drugače

Lindbergh, Reeve: Babica moja pogosto pozabi

Jarman, Julia: Ljubek star lev

Bezinović-Haydon, Iva: Moja babica ne ve, kdo sem

Welsh, Clare Helen: Plima

- kratka proza

Brežinová, Ivona: Bombonček za dedija Edija

Kesič Dimić, Katarina: Človek, ne spomni se

Kesič Dimić, Katarina: Kradljivka spominov

Strokovna literatura

- diplomsko delo

Bizjak, Vesna: Vloga farmacevta pri prepoznavanju in zdravljenju Alzheimerjeve bolezni

- priročniki

Muršec, Mojca: Alzheimerjeva demenca : odgovori na pogosta vprašanja v klinični praksi : za bolnike in njihove družine

Graham, Nori ; Warner, James: Demence in Alzheimerjeva bolezen: [vzroki, terapije in preventiva: izkušnje in nasveti zdravnikov specialistov]

Družinski zdravnik: [znižajte holesterol z zdravo prehrano in recepti iz medicine]

Božjak, Franc: Dvanajst tem radijskih oddaj : večplastni pogled na komplementarno medicino, vrtoglavo, kožne bolezni, jetrna obolenja, sladkorno bolezen, kosti in revmatizem, ščitnico in hormone, imunski sistem in alergije, čutila, ledvica in mehur, spolni organi, božjast in Alzheimerjeva bolezen, anksioznost in depresija, pomen bolezni, tukajšnjega bivanja in sodelovanje: vzroki, posledice in možnosti harmoniziranja

Schpolarich, Dascha: Nega bolnika na domu : v objemu Alzheimerjeve bolezni Camp, Cameron J.: Neznanec v ogledalu: detektivski priročnik za reševanje težav, povezanih z Alzheimerjevo boleznijo in sorodnimi motnjami

Cajnko, Ana: RESje, potrebujemo/jo pomoč : priročnik za osebe z demenco in njihove svojce

Clark, Hulda Regehr: Terapija za vse bolezni : z mnogimi primeri diabetesa, visokega krvnega pritiska, napadov božjasti, sindroma kronične utrujenosti, migrene, Alzheimerjeve bolezni,

Parkinsonove bolezni, multiple skleroze in drugih bolezni, ki dokazujejo, da je vse bolezni enostavno odkriti in pozdraviti

Kavcic, Voyko: Umovadba za bistre možgane v poznih letih: [o možganih, demenca, Alzheimerjeva bolezen: skrb za možgane, vaje za krepitev možganov]

Živeti z demenco doma: vodnik o demenci za svojce

- strokovne monografije

Hvalič Touzery, Simona; Skela-Savič, Brigita: Stopnja znanja o Alzheimerjevi bolezni, starost in odnos do dela s starostniki med zaposlenimi v domovih za starejše v Sloveniji: raziskovalno poročilo projekta

Vozlič, Stanka: Pomoč negovalnega kadra starostnikom pri individualnih potrebah v posebnem socialnovarstvenem zavodu

Lovenjak Potočnik, Damjana: Stiske in dileme svojcev starostnika z vidika njihovega vključevanja v oskrbo doma ali v instituciji

Denišlič, Miro ...: Alzheimerjeva bolezen - izziv sedanjosti in prihodnosti

Denišlič, Miro ...: Vrnimo življenje spominu

- učbenik

Kores-Plesničar, Blanka: Osnove psihofarmakoterapije

- zborniki

Psihogeriatrično srečanje (5; 2007 ; Zreče): Gerontopsihiatrija - izziv in priložnost sodobnega časa

Multidisciplinarna obravnava bolnika s kognitivno motnjo: [zbornik predavanj : Kognitivni dan 2012-2014]

Psihogeriatrično srečanje (6 ; 2009 ; Laško): V korak z demenco - poti in stranpoti

Društvo Spominčica Ormož : 10 let : zbornik prispevkov

Lundbeckov simpozij (2011; Ljubljana): Kaj spremlja pozabljenost pri Alzheimerjevi bolezni? : Povzetki predavanj Lundbeckovega simpozija

Strokovno izpopolnjevanje za magistre farmacije (2002 ; Ljubljana): Psihogeriatrija: [zdravljenje duševnih motenj v starosti: zbornik prispevkov]

Strokovno srečanje Epizoda (2015; Maribor): Starostnik na križišču klinične medicine: zbornik prispevkov s Strokovnega srečanja Epizoda, Maribor 20015

Mednarodna konferenca o demenci Alzheimer Slovenija (9; 2017; Čatež): Za demenci prijazno družbo

Pet zelišč za možgane in demenco

K. B.

Skozi leta so strokovnjaki raziskovali in testirali več zelišč za kognicijo, miselni proces, povezan z razumevanje, razmišljanjem, spominjanjem in učenjem. Ugotovili so, da nekatera zelišča izboljšajo zdravje možganov in vplivajo na demenco. Hkrati zelišča vplivajo

tudi na naša čutila (vonj, okus, otip, vid), s čimer lahko vplivamo na aktivnost (radovednost, zanimanje, naklonjenost) osebe z demenco. Tokrat bomo predstavili pet zelišč, ki učinkovito vplivajo na zdravje možganov in lahko zaustavijo nastanek demence.



1. Rožmarin

Grki in Rimljani so rožmarin (*Rosmarinus officinalis*) spoštovali in cenili kot zdravilno zelišče in začimbo, ki se jo veliko uporablja v kuhinji. Njegovo ime (*ros maris*) pomeni morska rosa. Grški sholastiki naj bi v času izpitov nosili ogrlice iz rožmarina za boljši spomin in zbranost. Že samo vdihovanje eteričnega olja rožmarina v roku 20 minut merljivo poveča pretok krvi v možganih, deluje pa tudi protivnetno. Študija v katero so vključili starejše osebe je pokazala, da rožmarin spodbudi spomin in delovanje možganov, kar ga uvršča med zelišča za možgane in demenco.



ROŽMARINOV ČAJ – Poživilo za možgane

Čaj iz svežih rožmarinovitih vršičkov. En vršiček (na osebo) poparimo z vodo segreto na 70 stopinj in namakamo 10 minut. Na dan spijemo 1–2 skodelici čaja (zjutraj, popoldne). Namesto jutranje kave si lahko privoščimo osvežilni čaj za poživitev možganov.

2. Melisa

Paracelsus (rojen leta 1493), švicarski zdravnik, ki se je navduševal nad ljudskim zdravstvom, je meliso poimenoval eliksir življenja. Njegovo spoznanje, da ima vsaka kemikalija določen učinek na telo, ki ga lahko uporabimo pri zdravljenju, je še danes temelj medicine. Prepričan je bil, da melisa pomlajuje, krepi možgane in osvežuje opešano naravo.



- Melisa vpliva na delovanje živčevja in izboljša kognitivne sposobnosti.
- Deluje proti stresu in umirja.
- Poveča pozornost in jasnost misli.

OSVEŽILNA PIJAČA – Sveža melisa

Predvsem v času poletja svežo meliso z vrta dodajte v vrč z vodo. Meliso nekaj ur pustite v vrču, da se namoči, potem pa si postrezite osvežilno pijačo.

3. Črna kumina

Nigella sativa ali arabsko Al-Habba Al-Barakah. Semena črne kumine imajo poprast in rahlo grenek okus, zato jih ponekod uporabljajo namesto popra. Najbolj pomembna učinkovina olja črne kumine je, da pomirja možganske in živčne celice, pospešuje njihovo obnovo in povečajo dotok kisika v možgane.



- Črna kumina vpliva na imunski sistem.
- Deluje protiglivično in protivnetno.
- Vsebuje vitamine A, B1, B3, B6, E in C.
- Olje črne kumine je bogat vir maščobnih kislin.

ZAJTRK S KUMINO – Zdrav začetek dneva.

Semena kumine strete in vmešate v med ali pa marmelado, takšno mešanico namažete na kruh ali prepečenec.

4. Žajbelj

Študije so razkrile, da je žajbelj bogat z aktivnimi sestavinami, ki so koristne za nevrološke in kognitivne funkcije človeka, še posebej vpliva na spomin. Moč žajblja je v vsebnosti aktivnih snovi, ki povečujejo raven kemične snovi, ki v možganih omogoča učinkovito prenašanje sporočil. Hkrati učinkuje protivnetno, protimikrobno, spodbuja pa tudi apetit (večkrat osebe z demenco izgubijo apetit).



KOSILO Z ŽAJBLJEM – Svež žajbelj

Poleg žajbljevega čaja, lahko svež žajbelj uporabite v kuhinji. Predvsem kot začimbo v omletah, paradižnikovih omakah, krompirju in mesu.

5. Kurkuma

Kurkuma je bogata z učinkovino, znano kot kurkumin (zlatorumeno barvilo), ki deluje protivnetno in antioksidativno. To sta dva glavna dejavnika, ki ne vplivata le na zdravje možganov, temveč tudi na splošno zdravje osebe. Kurkumin dokazano izboljša pozornost in zmogljivost pomnenja pri zdravih starostnikih. Raziskave objavljene leta 2006/2010, so pokazale, da kurkuma pomaga pri zaviranju in razvoju amiloidnih plakov (beta-amiloid) prisotne pri Alzheimerjevi bolezni. Poleg tega kurkuma zavira razgradnjo možganskih živčnih celic, kar jo uvršča med zelišča za možgane in demenco.



ZLATO MLEKO – Vroč napitek

Kurkumo (1–2 g v prahu) zmešamo z vročim mlekom (rastlinsko, kravje) dodamo črni poper (poveča absorpcijo kurkumina), napitek pustimo stati 15 minut preden ga popijemo.

Tudi če je demenca že diagnosticirana, je pomembno, da oseba ostane aktivna, uživa uravnoteženo prehrano (vitamini, minerali, maščobe in aminokisline) ter se izogiba škodljivim razvadam (predvsem alkoholu in kajenju). Tako preventivno kot tudi za počasnejše napredovanje in blaženje demence strokovnjaki priporočajo uporabo zelišč za možgane in demenco. Pred njihovo uporabo pa je seveda potrebno opraviti tudi posvet z zdravnikom. ●



Podbreška potica in Slovenija - Evropska gastronomska regija 2021

Jernej Jeglič, Interesno združenje Podbreška potica

Prof. dr. Janez Bogataj je v svoji zadnji knjigi *Gastronomija Alpske Slovenije* opisu, receptu in fotografiji Podbreške potice namenil kar dve strani. Knjiga z lokalnimi in regionalnimi posebnostmi štirih slovenskih makro gastronomskih regij je bila v juniju slavnostno predstavljena v Narodni galeriji Slovenije.

Zveza kulturnih društev Kranj je v juniju ob vodnjaku na Glavnem trgu v Kranju organizirala prireditve »Pozdrav poletju«, na katerem je sodelovalo dvajset glasbenih, folklornih in pevskih skupin ter tudi naše mojstrice. Na dveh stojnicah so se obiskovalci lahko seznanili z originalno obliko naše potice, s svetlo rjavo barvo skorje, z značilnim videzom prereza, z gladko skorjo, z enakomerno razporejenostjo testa in nadeva ... Ob okušanju pa so zaznavali tipičen, mamljiv vonj, značilno aromo harmonije okusov vseh sestavinah in prijeten občutek v ustih po zaužitju. Pred zaključkom so mojstrice predstavile še pripravo testa in nadeva ter opisale peko potice in odgovarjale na premnoga vprašanja obiskovalcev.

Mojstrice peke Podbreške potice so našo kulinarčno dediščino predstavile tudi na etnološki prireditvi »Slovenija se predstavi« v Stari Fužini v Bohinju. Na dveh sobotnih večerih, ki so ju popestrili glasbene, plesne in folklorne skupine, so konec julija in v začetku avgusta domačim obiskovalcem in mnogim tujim turistom v okušanje ponudile našo potico. Germansko govoreči turisti so lepo izgovarjali besedo »potiza«, anglosaksonsko govoreči pa so imeli kar veliko težav pri izgovorjavi besedne zveze »Podbreška potica«. Na obeh prireditvah so mojstrice predstavile tudi pripravo testa in nadeva ter opisale postopek peke potice v predpisanih potičnikih.

Še večjo odmevnost pa je Podbreška potica doživela zadnjo avgustovsko nedeljo na »Dnevu domačih dobrot« v Parku Brdo. Mojstrice so na dveh stojnicah, v neposredni bližini dveh nosilcev Michelinove zvezdice Urošu Štefelinu (Vila Podvin) in Tomažu Kavčiču (Dvorec Zemono), v okušanje ponujale in prodajale našo potico, ki pa je žal še pred zaključkom pošla. Na popoldanski predstavitvi priprave testa in nadeva ter opisa peke potice se je okrog Veronikine stojnice kar trlo ljudi.

Prvo septembrsko nedeljo sta na 32. festivalu »Dobrote slovenskih kmetij 2021« na Ptuj naša mojstrici Veronika in Jana že tretjič zapored prejeli zlati priznanji. Njuni potici, izdelani po več kot sto let starem receptu, sta prepričali strokovno komisijo, saj sta od 38 možnih točk prejeli kar 37,5 točke. Svežina vonja in polnost okusa Podbreške potice vedno znova zmagujeta.



Podbreška potica je v času projekta »Slovenija - Evropska gastronomska regija 2021« vključena v še en dogodek. Gorenjski muzej do konca maja prihodnjega leta v gradu Khislstein predstavlja z znanjem in ustvarjalnostjo pripravljene stare gorenjske jedi iz lokalnih sezonskih sestavin. Razstavo vrhunske gastronomske dediščine so naslovili »Kaša, žganci, zelje ... Dediščina prehrane na Gorenjskem«.

Bližajo se dogodki Dnevov evropske kulturne dediščine. V okviru teme »Dober tek« bomo odkrivali recepte za okušanje dediščine, povezane s kmetijstvom, pridelavo, predelavo in pripravo ter uživanjem vsakodnevnih in prazničnih jedi. V Podbrezjah bomo 1. oktobra pripravili simpozij o podbreški kulinariki s podarkom na Podbreški potici. Na dogodku bodo našo kulinariko predstavili - zaigrali Janez Vajkard Valvasor, Franc Pirc in Falentova Rezka, na simpoziju pa bodo z referati sodelovali največji mojstri slovenske tradicionalne kulinarike. ●





Folklorna skupina Podkuca preko poletja

Tadej Teran, FS Podkuca, KD Dobrava Naklo

Poletje se počasi bliža koncu in v šolske klopi se vračajo učenci osnovnih in srednjih šol. Počitnice smo si privoščili tudi člani folklorne skupine Podkuca. Preden pa smo začeli z dopusti, smo v mesecu juniju imeli še eno prijetno opravilo. Ena izmed plesalk in dolgoletna članica je sredi junija s svojim izbrancem vstopila v zakonski stan. To je bil tudi za nas pomemben dogodek, saj med našimi člani do sedaj še nismo imeli nobene poroke. Ker smo člani folklorne skupine med seboj zelo povezani, smo se odločili, da srečnima mladoporočencema nekoliko popestrimo dan, ki je bil že tako poln presenečenj. V ta namen smo se predvsem fantje odločili, da obudimo nekaj že skoraj pozabljenih običajev.

S sestanki smo pričeli že kakšen mesec prej. Potrebno je bilo organizirati kar nekaj stvari, če smo želeli, da resnično polepšamo tako pomemben dan. Na tem mestu bi pohvalil vse, ki so sodelovali pri organizaciji, pripravi in sami udeležbi, saj so k projektu pristopili resno in s srcem. Najprej smo pred nevestino hišo postavili mlaje in razpeli napis za mladoporočenca. To smo opravili dan pred poroko. Naslednji dan smo pred hišo neveste postavili tudi šrango. Za tiste, ki vam običaj ni najbolj znan, naj povzamem: fantje čez cesto postavijo oviro, da ženine ne more zlahka odpeljati neveste, nato pa mora ženina v vrsto nalog in izzivov dokazati, da je vreden dekleta. Seveda se na koncu tudi domenijo za okvirno odkupnino za nevesto. Ženin je naloge opravil brezhibno in smo lahko našo članico mirne vesti prepustili njenemu izbrancu. Tu pa se presenečenja še niso končala. Po civilni poroki smo ju preseneti še z pevskim nastopom, popoldne po cerkveni poroki pa še s plesnim nastopom. Upamo, da smo srečnemu paru polepšali ta edinstven dan v njunem življenju in jima želimo veliko sreče in ljubezni na skupni poti.

Po dopustih je bil že čas, da ponovno začnemo z našimi aktivnostmi. Za začetek nove folklorne sezone smo 4. septembra nastopali na dobrodelnem koncertu v Cerkljah na Gorenjskem. Koncert je bil namenjen otrokom na hemato-onkološkem oddelku v UKC Ljubljana. Zbirala so se sredstva za nakup glasbene

terapije. Na koncertu je bilo kar nekaj nastopajočih, ki so prostovoljno prišli pomagati. Tam smo nastopali tudi mi s plesnim parom (Lea Pavlič in Simon Štilec) in spremljavo na harmoniki (Primož Gnidovec). Predstavili smo tekmovalno koreografijo Fant sreča vilo. Dejstvo, da smo prestavljali lastna praznovanja, da smo se lahko udeležili tega koncerta, povedo, da smo res s srcem in najboljšimi nameni sodelovali na tej dobrodelni prireditvi.

Seveda lahko povemo, da sta tako naš nastop kot celotna prireditev uspela in smo veliko pripomogli, da bodo imeli otroci na oddelku bolj kakovostno zdravljenje.

Tako se je končala prejšnja in začela nova sezona za člane folklorne skupine Podkuca. Upamo, da bomo kljub še vedno prisotnemu virusu lahko čim bolj nemoteno nadaljevali z našim delovanjem in se ponovno družili in nastopali pred živo publiko. ●



Domovini z ljubeznijo

Daca Perne, KD Tabor

Za 30. rojstni dan smo domovini peli, igrali in poslušali domovinske pesmi in prozo iz jagodnega izbora slovenskih pesnikov, pa tudi pesmi našega člana. To so bile pesmi, ki so nagovarjale, budile, nas spominjale, da je domovina dom, kjer smo edino lahko srečni. Domovina je naš kraj. Je prostor, kjer se lahko uresničijo vse sanje. Ponosni moramo biti na to, kar imamo.

Predno je naš CMePZ zapel himno, smo slišali tale uvod: »Naša himna je Zdravljica, ki se poje prav povsod, ta združuje vse Slovence, ni pomembno kdaj in kod.«



CMePZ je zapel dve pesmi in Zdravljico



Bralci domovinskih pesmi Daca, Milan, Stane in Joc

V nadaljevanju se nam je zdelo prav, da se posvetimo tudi našim simbolom, grbu, zastavi in himni ter jih na kratko orišemo in opišemo.

Ljubezen in dobro sta najmočnejši sili. Prav to je bil povod za vseslovensko pobudo, naj Slovenci vsaj enkrat v letu stopimo skupaj, naredimo korak več, korak preko, pogledamo preko plota, zamer, nasprotovanj in globoko v sebi poiščemo dobro ter to delimo. Verjamemo, da nam bo to dalo novih moči, poguma in blagoslova. Da bo naša domovina spet, ali pa morda končno, zadihala s polnimi pljuči.

Tudi naše društvo je ta pobuda nagovorila že pred desetimi leti in pridružili smo se ji na svoj način, seveda. Z vabili smo sporočili, da bomo na cilju te akcije, ki je sicer trajala 24 ur (za nekatere celo 9 dni) in bila prepoznavna pod naslovom »S postom in molitvijo za domovino«.

In kaj nam pomeni DOMOVINA, tako lepa beseda, ki izhaja iz besede DOM, ki sprošča in pomirja? Verjetno bi vsak odgovoril nekoliko drugače, a vsi bi rekli, da je to kraj, kjer nam je lepo, kamor se lahko vedno vrnemo, in kraj, kjer smo lahko tisto, kar smo v resnici. DOMOVINA je torej velika družina vseh nas Slovencev na celnem področju, na katerem živimo. Domovina niso samo naše prelepe gore, naši grički, naši zeleni gozdovi, naše morje, naša mesta in gradovi, naše cerkve in vseh vrst lepote, ni samo košček neba nad nami in čiste vode, kakeršnih ni nikjer drugje. Domovina je mnogo več. Domovina so tudi čustva, domovina je veselje, je žalost, je hrepenenje, je tudi boj. Zato je tako pomembno imeti Slovenijo rad, biti ponosen nanjo, o njej govoriti, se o njej čim več poučiti, naučiti in jo z znanjem braniti pred vsemi.



Župan s kresnimi vilami, Taborsko Urško in predsednicama



Andraž s Slovenija od kod lepote tvoje

Prireditev sta povezovala Dominika Jeglič in Štefan Grašič. Pozdravno-uvodni nagovor je prebrala predsednica Ema Grašič in med drugimi pozdravila župana Ivana Megliča. Pesmi so brali Daca Perne, Romana Bolka, Milan Debeljak, Stane Mihelič, Joc Perne, Jernej Jeglič in Tone Strlič. Prireditev so odlično popestrile kar štiri male kresne vile: Meta, Ajda, Zala in Ema, ki so imele celo vrsto nalog. Delile so svitke lepih domovinskih misli, poskušale obiskovalcem v čevlje nasuti praprotno seme, da bi lahko slišali govorico živali in na koncu razdelile 30 rdečih nageljnov skupaj z vejico kresnika. Monika Jerala je v vlogi Taborske Urške za dobrodošlico delila sveže dišeče male hlebčke kruha s soljo in vodo, ki sta jih spekli Barbara Pogačnik in Veronika Aljančič. Gasilci so poskrbeli za lep kres, pevci CMePZ so zapeli dve pesmi, Andraž Aljančič in Štefan Grašič pa sta iz svojih harmonik izvalila izjemno lepe zvoke treh prekrasnih skladb. Za ozvočenje je poskrbel Damir Rapič. Scenarij za prireditev je napisala Daca Perne in se ob enem trudila z organizacijo.

Čas pred 30 leti smo doživeli kot nekaj globokega, slovesnega, častnega, izsanjanega skozi stoletja. Samostojno domovino smo doživeli kot dar, trajen in neomadeževan, kot prelom med dvema obdobjema. Verjeli smo celo v pravljico. Čeprav ni vse tako, kot smo pričakovali, verjamemo v naš razvoj demokracije. In če se prikade črna misel, če lep spomin zbledi, si prikličimo v spomin planiko, rožo, ki gore nam krasi. V tej drobni rastlini je dovolj moči, da premaga noč in mraz in pomanjkanje, v njej je dovolj moči in vztrajnosti, da vsako leto ponovno zacveti in očara, kot edinstvena in veličastna.

Večer je bil prav čaroben, pretakala se je pozitivna energija med vsemi udeleženi, ki je bila namenjena domovini.



Voditelj Dominika in Štefan



Po končanem uradnem delu je spet oživila pesem, počasi se je poslavljalo sonce in naš kres mu je dodajal novih moči. Prizor, ki ga ne bomo pozabili.

Posredujemo še nekaj misli, ki so bile zapisane na svitkih, ki so jih med obiskovalce delile male kresne vile.

*V tujini je človeku od vsega najljubša domovina.
(slovenski pregovor)*

*Če želite spoznati in vzljubiti svojo domovino,
pojdite v tujino. (Neznan avtor)*

*Domoljubje je čustvo, katerega se ne da kupiti, morali bi si
ga že v otroštvo od staršev pridobiti. (I. Sivec)*

*Kdor ljubi svojo domovino, spoštuje tudi domovino drugih.
(Neznan avtor) ●*



Ko je sonce zahajalo mu je naš kres dodajal moč in ustvaril nepozaben prizor



Romana in Tone ob branju domovinskih pesmi



Štefan je zaigral Choenovo Halelujo



Obiskovalci pod taborsko lipo

Spominska tabla ob 30-letnici neodvisnosti Slovenije

Občinska uprava Občine Naklo

Avtorja knjige Osamosvojitve na Gorenjskem Milan Klemenčič in Damjan Renko sta med najbolj znane blokade zaustavljanja bojnih kolon vozil JLA zapisala tudi viadukt Bistrica pri Naklem.

Kolona vozil je kranjsko vojašnico zapustila v četrtek, 27. junija 1991 ob 9.37. Z oklepnimi transporterji, tremi tanki PT-76 na cestnih vlačilcih in z osmimi samohodnimi protiletalskimi topovi Praga so s štirimi bojnimi skupinami vozil zapustili vojašnico. Cestna blokada na viaduktu Bistrica pri Naklem je zaustavila kolono vozil. Ob 10.20 uri je JLA poskušala prebiti blokada. Le-ta je zdržala do 10.53, ko so jo uspeli prebiti in nadaljeovati vožnjo po magistralni cesti Kranj-Jesenice.

Mirko Kunšič, naš občan, odličen novinar, predvsem pa vrhunski fotograf, ki je vedno tam, kjer se kaj dogaja je bil poleg tudi v tistih prelomnih časih, ko se je rojevala naša država Slovenija. Tistega daljnega junija pred 30 leti je fotografiral dogajanje na

mostu čez Tržiško Bistrico. Slovenska vojska je pripravila blokado na tem mostu in začasno preprečila napredovanje proti mejnim prehodom. Mirko je v svojih arhivih izbrskal originalne negative (filme) in podal z idejo, da ob 30. obletnici na mestu dogodkov postavimo spominsko obeležje. ●



Spomin, ki je tudi opomin

Mirko Kunšič, foto: Mirko Kunšič

V nedeljo bo minilo 79 let, odkar so Nemci z ustrelitvijo devetih domačinov in požigom treh največjih kmetij na Bistrici maščevali smrt njihovega oficirja. Ubili so ga partizani, ko so napadli nemški avtomobil. Dva dni kasneje so iz zaporov v Begunjah pripeljali še 50 mož iz okoliških krajev in jih na Bistriškem klancu ustrelili kot talce.

Župan občine Naklo Ivan Meglič je skupaj s stroko poskrbel za nadomesten, nov opomnik umorjenim. Najprej je na to opozarjal kamnit obelisk, ki so ga večkrat prestavljali, nazadnje leta 1984 ob gradnji gorenjske avtoceste. Takrat so nad regionalno cesto Naklo–Podbrezje uredili manjši spominski park. Pod bronasto skulpturo obeliska se je podpisal kipar Janez Boljka. Leta 2015 so neznanci ukradli skulpturo in tri leta kasneje je umetnostni kovač Urban Koselj iz Kroke skoval nov obelisk. Lani je bil spominski park urejen, v njem pa odkrit in blagoslovljen tudi nov spomenik.

Letos je proslava potekala na državni ravni. Slavnostni govornik je bil Alojz Kovšca, predsednik Državnega sveta RS. Gardisti Slovenske vojske so ob pomnik položili venec govornika, župana občinskega, domačini pa svojega. Nastopili so tudi člani orkestra slovenske policije. Alojz Kovšca je dejal, naj prezgodnje mučeniške smrti nikoli ne izginejo iz spomina naroda. Naj bo ta dogodek opomin vsem tistim, ki tako zlahka zastrujejo nasprotja, ki tako zlahka udejanjajo svoj prav na vsak način.



»Slovenci nikoli nismo bili agresorji. Vedno smo se bojevali, ali za druge, ali za svojo lastno domovino pod poveljstvom drugih. V prvi svetovni vojni na italijanski in avstroogrski strani. Brat proti bratu za tujega gospodarja. V 2. svetovni vojni v italijanski, nemški in NOB prelivali kri sovražnikov, pa tudi kri med brati. Končno smo leta 1991 dobili Slovenijo, lastno samostojno domovino, ki jo moramo ohraniti za naše rodove. Nismo enotni, nič ni narobe, je pa slabo, če si ne priznavamo razlik in če ne znamo najti kompromisnih rešitev in sobivati skupaj. Vojska ni nikoli rešitev, le še pogloblja razkol in rane,« je med drugim dejal slavnostni govornik Alojz Kovšca.

Na službeni posetnici ima zapisano mantra v angleščini in slovenščini: »Raznolikost mnenj za skupne rešitve«. Na hrbtni strani pa izrek velikega arhitekta Jožeta Plečnika: »Naš narod živi svobodneje kot marsikateri drugi. Pravi čudež je, da smo se sploh ohranili.«

V kulturnem programu so sodelovali kvartet Vedrina, Katja Rozman, Milena Jekovec in Urša Kavčič. ●





Obletnica ustanovitve 1. kranjske čete

Greta Fister Štamulak, OO ZB za vrednote NOB Naklo

Letošnje leto mineva v znamenju prenekaterih prelomnih obletnic. 6. aprila 2021 je minilo 80 let od napada Hitlerjeve Nemčije na Jugoslavijo, katere del je bila takrat Slovenija in s tem se je začela 2. svetovna vojna tudi na območju Slovenije. 27. aprila 1941 je bila ustanovljena Osvobodilna fronta, ki »se je rodila iz domoljubja in je krepila domoljubje – za ceno lastnega življenja,« kot je zapisal Janez Stanovnik in je bila simbol narodovega odpora. Ena od temeljnih točk iz programa OF je bila Pravica slovenskega naroda do samoodločbe. In ta točka se nam je pred 30-imi leti uresničila. Tako smo v mesecu juniju praznovali 30 let samostojne in neodvisne države.

26. julija 2021 pa je minilo 80 let od ustanovitve 1. kranjske čete, ustanovljene v Naklem. Tistega dne se je pred Fistrovo, po domače Levčevo hišo na Cegelnici, zbralo 26 borcev iz Strahinja, Nakla, Cegelnice in Kranja in ustanovilo 1. kranjsko četo. Za komandirja je bil imenovan Franc Mrak iz Kranja. Iz Levčeve hiše so se pridružili partizanom trije bratje: Miha, ki je padel januarja 1942 v dražgoški bitki, ter Franc in Stane, ki sta vojno preživela. Poleg moških sta bili v tej četi tudi dve ženski, Pavla Mede Katarina, narodna herojina, ubita v bitki Pohorskega bataljona na Pohorju in Rozka Mede – Rezka, ki je vojno preživela.

Po ustanovnem srečanju je četa krenila pod Storžič in se utaborila v lovski koči, kjer se ji je pridružila Tržiška četa. Četi sta se združili v Kranjsko-Tržiški bataljon oziroma Storžiški bataljon, ki je ognjeni krst doživel 5. avgusta 1941 na isti lokaciji, ko je bil izdan in napaden. Ubitih je bilo osem partizanov.

V letu 1941 je živelo v Naklem približno 800 prebivalcev, o katerih jih je približno 250 aktivno sodelovalo v narodnoosvobodilni borbi, bodisi kot borci ali aktivisti. Veliko Naklancev je bilo pregnanih v Srbijo in interniranih v taborišča v Nemčiji in Italijo.

Pred samostojno Slovenijo je bil 26. julija občinski praznik, Glavna cesta se je imenovala Cesta 26. julija. Tudi po Mihi Fistru se je imenovala ulica. Vendar se časi in interpretacija



zgodovine spreminjajo, poimenovanja so se menjala, dejstva in spomini pa ostajajo. Naj bo ta zapis spomin na ljudi, ki so bili veliki domoljubi, imeli velik pogum, ki so tvegali vse, svoje življenje in življenja svojih družin in z oboroženim uporom preprečili, da bi nas okupator izbrisal.

Za konec bi si izposodila misel Grškega mita o železni dobi, v kateri je zaznati čas 2. svetovne vojne in današnji čas.

»Vsaka generacija je slabša od prejšnje. Prišel bo čas, ko bodo ljudje postali tako pokvarjeni, da bodo častili moč. Moč bo zanje pravica in spoštovanja dobrote ne bo več. Toda, ko se ne bo nihče več jezil zaradi krivic ali občutil sramu v prisotnosti ubogih, bo Zevs uničil zatiralce. Razen če bo ljudstvo že prej vstalo in strmoglavilo zatiralce.« ●

Pot kulturne dediščine Podbrezj - Ivanina pot

Dragica Perne in Milan Debeljak, KD Tabor Podbrezje, foto: Ema Grašič

Na praznični dan, 25. junija, smo v goste na Pot kulturne dediščine Podbrezj – Ivanino pot povabili občane, ki so tudi na ta način želeli praznovati s svojo občino Naklo. Mi pa smo želeli, da bi nas znotraj nje dogodek še tesneje povezal. Obljubili smo čisto poseben zaključek z degustacijo Podbreške potice in zato zaprosili za prijave.

Ogledali smo si prav vse, kar kulturna pot vključuje. Dve podbreški cerkvi, mnoga znamenja, deset znamenitih mož, ki

so nekoč živeli v Podbrezjah ter ravno toliko krajev in prizorišč, kjer so se zgodili pomembni dogodki. Od osmih informacijskih tabel, ki so postavljene vzdolž poti, je na prvi, postavljeni na pročelju kulturnega doma, označena celotna pot z dvajsetimi točkami, ki se jim najbolj posvetimo. Od teh je deset namenjenih znamenitim Podbrežanom, ki so v naši vasi pustili trajen pečat in tu našli svoj ustvarjalni dom. Med njimi je tudi največja slovenska slikarka Ivana Kobilca, po kateri smo poimenovali



pot in jo uradno odprli leta 2016 na 11. Taborskih dnevih v okviru DEKD (Dnevoev evropske kulturne dediščine). Vse informacijske table so z bogatimi opisi in slikovnim gradivom. Za tuje obiskovalce smo dodali tudi QR kode v angleškem in nemškem jeziku.

Pot smo začeli ob Kulturnem domu in si v njem najprej ogledali spominsko sobo Mimi Malenšek, ki že na hodniku obiskovalcem ponudi mnogo zanimivega v besedi in sliki. Notranjost sobe pa postreže s tremi sklopi predstavitve naše najbolj plodovite pisateljice, ki je društvu in knjižnici zapustila ves svoj ustvarjalni in prevajalski opus s podpisom. Kadar je skupina večja, eden od dveh vodnikov prevzame del obiskovalcev in jim v sejni sobi z opisi ponudi vse, kar smo v društvu doslej natisnili v obliki zloženek ali knjig. Dvema ženskima predstavnicama od desetih znamenitih Podbrežanov smo natisnili zares lepi monografiji, s tretjo monografijo pa smo prikazali podbreška znamenja vere in kulture.



Eden izmed kotičkov v spominski sobi Mimi Malenšek

Ob vzhodju vrta podbreške vile so se nato obiskovalci seznanili, koga vse je že v svoji zgodovini vzela pod streho. O Ivani Kobilca pa na informacijskih tablah na kraju rojstne hiše njene matere in ob vrtu, kjer je nastalo njeno znamenito delo Poletje, ki je v Narodni galeriji še vedno najbolj obiskana slika. Potem smo se zadržali ob tabli misijonarja in umnega sadjarja Franca K. Pirca in njegovega spomenika, ki ga je izdelal žal že pokojni kipar Stane Kolman (več njegovih del najdemo na Brezjah in v Radovljici). Tabla z razlago lepote farne cerkve in njenega kiparja je bila uvod v ogled notranjosti cerkve, ki je referenca za pozni barok na Gorenjskem. Spregovorili smo še o čudežni konkavni mavrici ob odkritju kipa Ivane Kobilca, ki ga je izdelal Mirsad Begič (njegova so tudi sveta vrata v brezjanski baziliki iz leta 2016). V spominskem parku sta še kipa sošolcev in pisateljev Karla Mauserja (delo kiparja Franca Goršeta) in Mimi Malenšek (delo kiparja Alojzije Tomič in Eve Peterson Lenassi). Zadnji se jim je pridružil kip kiparja Petra Žiwobskega (delo

študenta ALUO Denisa Vučka). Posebej se nam zdi vredno omeniti citate, ki se nahajajo na stebrih vsakega od upodobljencev. Naj jih naštejemo, vi pa pomislite, komu pripadajo: »ZEMLJA SEM IN VEČNOST«, »DOMAČEGA KRUHA NIKDAR NE POZABIŠ«, »VIDELA SEM SVET IN ŽIVLJENJE«, »MOJE DELO V BOŽJO SLAVO«.

Spominski park znamenitih Podbrežanov obsega še tablo v spomin orglarju Petru Rojcu iz leta 2015, ko smo izdali knjigo Rojčeve orgle. Na pokopališču pa najdemo še ime sodobnika Srečka Kosovela Branka Jegliča, ki mu je posvečena knjiga Roža v viharju, Franca Črnica, ki je 40 let svojega življenja v kar štirih vlogah posvetil Podbrežanom in Joža Tomšeta pl. Savski dol, podmaršala, ki ga zaradi konstrukcijskih sposobnosti lahko štejemo za naslednika Jurija Vege. Andreju Praprotniku, šolniku in učitelju, pa sta v spomin postavljeni dve tabli. Prva na kraju rojstne hiše v kulturnem domu, druga pa na vhodnem pročelju Podružnične šole Podbrezje. Nekaterim obiskovalcem, ki si lahko vzamejo več časa, lahko na Taboru zavrtimo še film, ki v gledališki verziji spregovori o naših desetih znamenitih Podbrežanih.



Del kulturne poti pred podbreško vilo



Obiskovalci v Spominskem parku znamenitih Podbrežanov

Po ogledu nekaterih vaških kapelic, imamo jih kar dvanajst, smo se po eni od treh poti povzpeli do slikovitega Tabora, ki nedvomno daje pečat in lepoto kraju. Tu najdemo celotno zbirko sakralne arhitekture in se naužijemo še razgleda, ki nikogar ne razočara. Pokaže nam, da so Podbrezje res sadjarska vas z značilnimi jabolčnimi nasadi, ki so tradicija Franca K. Pirca.



Ogled informacijske table o Ivani Kobilca

Med sakralnimi objekti je zagotovo najmanjše (postavljeno pred 10 leti) kužno znamenje (na eni od štirih slik je upodobljen sv. Rok), a še kako pomembno v času epidemije, ki smo ji priča. Nasproti mu stoji kapela, eden najstarejših objektov na gričku. Med obzidjem so nanizane kapelice križevega pota s kalvarijo. Oboje smo pred leti prenovili s sredstvi KD Tabor. Na južnem delu cerkvice stoji ponoči osvetljen evharistični križ s tremi pomembnimi letnicami. Osrednja med objekti pa je zagotovo cerkev Marije Sedem žalosti, v kateri sta slika Ivane Kobilca Brezmadežna in Smrt sv. Frančiška, delo Leopolda Layerja (avtorja brezjanske Marije Pomagaj). Na treh oltarjih je okoli 30 manjših ali večjih kipov znanih svetnikov, najbolj pa nas osupne lepota Marijinega kipa v glavnem oltarju. V cerkvi so poleg Rojčevih orgel v prezbiteriju še freske Izidorja Moleta, ki ponazarjajo Marijinih sedem žalosti.



Obiskovalci v taborski cerkvi

Za konec smo se v Pirčevi dvorani, kjer je od leta 2006 trajna razstava o protiturških taborih, ob poliptihu Barbare Pogačnik dotaknili legende o Taborski Urški in ogledali portrete naših znamenitih žena in moških, ki so nastali na eni od številnih slikarskih kolonij. Potem pa smo se posvetili še najslajšemu delu, in sicer degustaciji Podbreške potice s sokom in kavo. Vse to sta nam ponudili gostiteljici Jana Aljančič in Mari Gortnar. Obiskovalci so si za spomin domov odnesli tudi lonček z logom Podbreške potice ali podpisom Ivane Kobilca, 4 zloženske, knjigo legende o Taborski Urški in svečo s slikama taborske cerkvice.

Zadovoljni obiskovalci so bili naše največje veselje. Vsem so bile skupne izjave, ki bi jih lahko povzeli v enem stavku. Toliko kulturnega bogastva v majhni vasi pa res ni pričakoval nihče. Prav zato se vse bolj zavedamo naše dediščine ter jo radi ohranjamo.

Dragica Perne (1. del)



Milan Debeljak je popestril zaključek v Pirčevem domu na Taboru s svojimi pesmimi



Obiskovalcem smo ponudili naše zloženske in skodelice ter jih pogostili s Podbreško potico

Našo kulturno dediščino ohranjamo in predstavimo skupinam obiskovalcev iz vse Slovenije, ki včasih pridejo tudi kar z avtobusi in si jo želijo ogledati, slišati razlago in iz prve roke izvedeti še kaj več. Tako sta se zakonca Dragica in Jožef Perne, ki sta v okviru kulturnega društva pot načrtovala in postavila, odločila sprejeti tudi zahtevno nalogo vodičev skozi Podbrezje. Zastonjsko delo, podprto z ljubeznijo do zgodovine in kulture, darovano iz simpatije in ljubezni do ljudi, ki bi se želeli obogatiti z bogastvom naših prednikov. Več ko tri ure ti vzame takšen sprehod po vasi, še prej pa nič koliko priprav in nabiranja zgodovinskega znanja. Dragica in Jožef vedno sprejmeta obiskovalce s toplino. S hvaležnostjo, da jim je mar za zgodbo, ki sta ji sama posvetila leta svojega truda in veselja. Njuni živahni razlagi obiskovalci zavzeto sledijo. Lepo je poslušati naša turistična vodiča, ko tako suvereno odgovarjata tudi na zelo zahtevna vprašanja, ki jih gosti zastavljajo.

Opaziti je, da na takšno pot pridejo različni ljudje. Preprosti, nekateri zelo izobraženi in radovedni. In vsi nosijo kulturo v svojih srcih. Vsem je mar za domačo besedo, za domovino, za povezanost in prijateljstvo med ljudmi. Kako lepo je, ko pobožno in hvaležno sprejemajo naš dar. Kakšna čudovita nova znanstva si podarjamo. Kako dobre poti si odpiramo, drug drugemu do lepote naše domovine, do kamric svojih src, kjer negujemo svoje najboljše misli in želje.

Ljudi povezujejo skupni cilji. A še mnogo bolj skupne poti.

Milan Debeljak (2. del) ●

Kulturni vikend v začetku septembra

Občinska uprava Občine Naklo

Prvi vikend na začetku jeseni je bil namenjen kulturnim dogodkom. V Predosljah je potekal ogled novega celovečernega filma, posnetega po Jurčičevem romanu Deseti Brat. Film so posneli prizadevni ustvarjalci KUD Predoslje. Po izjemno uspeli gledališki predstavi pred leti so se odločili zgodbo ekranizirati. Velik del dogajanja je postavljen v in pred Dupljsko graščino ter pred in v etnografski muzej Vogvarjeva hiša.

V soboto smo napolnili tudi vrt Dupljske graščine, kamor nas je povabila dramska igralka Urša Kavčič. S svojimi prijateljicami in prijatelji je pripravila Koncert za dušo. V teh časih takšnih dogodkov manjka. V prekrasnem ambientu vrta Dupljske graščine, za katero skrbita lastnika Metka in Matjaž Mauser, se je odvil odličen glasbeni večer. Mladi glasbeniki: Urša Kavčič, Jure Kavčič, Matej Naglič, Manca Zupan, Tina Nunar, Tilen Sušnik, Tomaž Ferenc, Anže Balantič in gost Florjan Meglič so preigrali in prepevali domače in tuje skladbe. Iz nastopa je izžarevala mladostna zagnanost in izjemna dovršenost odlično izobraženih glasbenikov. Po dobri uri in pol smo prostor zapuščali napolnjeni z doživeto energijo. Glasbeniki so obljubili, da bo to vrstno srečevanje na tem čudovitem vrtu postalo tradicionalno.



Pravijo, da so vsake lepe stvari tri. V nedeljo se je tako po dopoldanski sveti maši v dupljski farni cerkvi odvijal še čudovit orgelski koncert, ki ga je pripravil mag. akademski glasbenik orglavec Dušan Ješelnik. Koncert se je zgodil po blagoslovu generalno obnovljenih cerkvenih orgel, ki so bile postavljene pred 50 leti. Mojster Marijan Bukovšek je odlično opravil svoje delo, prav tako tudi maestro Ješelnik. Vse prisotne je prevzel mogočni zven na novo rekonstruiranega instrumenta. Preigral je skladbe svetovne in cerkvene klasike. ●



Praznovanje jubilantov

Občinska uprava Občine Naklo

Po dolgem letu smo na praznovanje ponovno povabili naše jubilate, in sicer tiste, ki so bili stari 80, 90 ali več let. V preteklosti smo se srečevali na tri mesece, v zadnjem letu pa so bila srečanja omejena. Odločili smo se, da dokler je to še možno, pohitimo in poravnamo dolgove za nazaj. V Hotelu Marinšek smo se podružili dvakrat, prvi dan s 14 jubilanti, ki so praznovali v drugi polovici lanskega leta, drugi dan pa z 19 jubilanti, ki so slavili v prvem polletju.

Kulturni program so pripravili članice in člani FS DU Naklo. Zbrane sta nagovorila Jože Kajin, predsednik Društva upokojencev Naklo in župan Ivan Meglič. Vsem sta zaželela obilo zdravja in dobre volje, ter, da bi uživali v naši občini. Povabila sta jih, da naj uporabljajo vse možnosti, ki jih občina ponuja starejšim za lažje in prijetnejše bivanje doma. To so prevozi s Prostoferjem in razvoz kosil in pomoč na domu, kar ponuja Dom Petra Uzarja. Posebej sta jih opozorila tudi na novo pridobitev, ki je od 1. julija letos aktivna tudi v naši občini, to je Mreža za starejše.

Ob koncu uradnega dela je predsednik DU Naklo Občini Naklo podelil posebno zahvalo za pomoč pri organizaciji Gorenjskega srečanja kolesarjev – upokojencev. Ob zaključku so vsi slavljenci prejeli tudi prikupne šopke. Vsi prisotni so bili navdušeni nad vabilom in nad prijetnim druženjem s svojo generacijo. ●





Predaja novega gasilskega vozila

Občinska uprava Občine Naklo

Ob letošnjem občinskem prazniku smo svojemu namenu predali tudi nov gasilski avtomobil. PGD Naklo je tako bogatejše za novo vozilo GV 16/25, izdelan na podvozju MAN z dobrimi 270 konji pod pokrovom, s stalnim štiri kolesnim pogonom, cisterno za 3000 litrov vode, avtomatskim menjalnikom, prirejenim za intervencijo in drugimi potrebnimi dodatki. Vozilo je bilo izdelano v avstrijskem Rosebauerju. Skupna vrednost vozila je malenkost preseгла 300.000 evrov, Občina Naklo je prispevala 240.000 evrov.

Na slovesni predaji in blagoslovu, ki se je začel s slovesno parado gasilcev iz naše zveze, sosedov iz Kokrice in pobratenih gasilcev iz Teharij, je sledil še mimohod vozil. V programu, ki ga je povezoval Jože Mohorič, je najprej spregovoril predsednik Mitja Valentič, sledil je nagovor župana, ki je povzel 111-letno zgodovino društva ter gasilcem čestital za visok jubilej in za novo pridobitev. Zahvalil se jim je za njihovo požrtvovalno delo ob najrazličnejših nesrečah, še posebej pa se jim je zahvalil za sodelovanje v času epidemije. Na

koncu jim je zaželel, da naj novo pridobitev čim več uporabljajo v izobraževalne namene in čim manj za akcije ob nesrečah in požarih

Nato sta zbrane nagovorila poveljnik GZ Naklo Ivo Črnilec in podpredsednik GZ Slovenije Jože Derling. Sledil je blagoslov vozila, ki ga je opravil domači župnik Janez Zupanec. Za zaključek je voznik in skrbnik vozila Dejan Gantar iz rok podžupana in poveljnika PGD Naklo Zdravka Cankarja prejel ključ avtomobila. Sledila je predstavitve novega vozila. Predstavitvi se je pridružila tudi nova 42-metr-ska avto lestev, ki jo je Občina Naklo tudi delno sofinancirala.

Na družabnem delu, ki so ga popestrili folklorniki DU Naklo, se je gostom pridružil tudi sam presvetli cesar, njegovo veličanstvo Franc Jožef. Skupaj z županom sta se z novo lestvijo popeljala visoko pod naklansko nebo. ●





Evropska komisija vabi: Konferenca o prihodnosti Evrope

Tina Radaković, Predstavništvo Evropske komisije v Sloveniji

Konferenca o prihodnosti Evrope je nova odprta in vključujoča oblika posvetovalne demokracije, njen namen pa je Evropejcem omogočiti večji vpliv pri oblikovanju evropskih politik. Začela se je maja letos, potekala bo pa do junija 2022. Skupno predsedstvo (Evropska komisija, Evropski parlament in Svet EU) se je zavezalo, da bo spremljalo njen potek in ugotovitve.

K sodelovanju na konferenci želimo pritegniti čim večje število ljudi vseh starosti, spolov in prepričanj iz vseh družbenih okolij, še posebej lokalne skupnosti, nevladne organizacije, izobraževalne in kulturne ustanove, socialne zavode ter skupine državljanov.

Kako se lahko vključite?

- ✓ **Na spletni platformi objavite svoje zamisli in predloge na kakršnokoli temo o prihodnosti Evrope**
 - Platforma je večjezična, vse objavljene zamisli in ideje pa računalnik avtomatično prevede v izbran EU jezik.
 - Objavlja lahko kdorkoli, ki se zaveže k spoštovanju temeljnih načel konference.
- ✓ **Komentirajte, delite ali podprite že objavljene ideje**
- ✓ **Udeležite se dogodkov o prihodnosti Evrope**
 - Na platformi poiščite dogodke v vaši bližini ali spletne dogodke, ki potekajo pod okriljem konference.
- ✓ **Organizirajte in objavite lasten dogodek o prihodnosti Evrope**
 - Primeri vključujočih in sodelovalnih dogodkov v živo ali prek spleta: pogovor, debata, srečanje...
 - Na platformi lahko objavite tudi že načrtovane dogodke, ki se dotikajo tem, ki so pomembne za prihodnost Evrope.
 - Vsi udeleženci in dogodki morajo spoštovati listino konference o prihodnosti Evrope, ki določa standarde za spoštljivo vseevropsko razpravo.
- ✓ **Po koncu dogodka zapišite zamisli in ideje, ki so jih udeleženci podali na dogodek**
 - Za napotke se lahko obrnete na Predstavništvo Evropske komisije v Sloveniji ali na EUROPE DIRECT informacijske točke v šestih slovenskih regijah.



Kaj se bo zgodilo z zbranimi idejami?

Ključne ideje in priporočila s platforme bodo prispevala k omizjem z evropskimi državljankami in državljani ter plenarnim zasedanjem Evropskega parlamenta, kjer se bo razpravljalo o teh zamislih in priporočilih, vse skupaj pa bo pripomoglo k oblikovanju zaključkov konference.

Več na spletu:

- futureu.europa.eu (spletna platforma konference o prihodnosti Evrope)
- slovenia.representation.ec.europa.eu (Predstavništvo Evropske komisije v Sloveniji)
- europedirect.si (informacijske točke EUROPE DIRECT) ●



Mreža za starejše v Naklem

pred. Bojana Hočevar Posavec, mag. vzg. in menedž. v zdr., strokovna vodja projekta

Starejši, ki potrebujejo pomoč v domačem okolju imajo sedaj na voljo nove možnosti. **Dom Petra Uzarja Tržič** s konzorcijskima partnerjema **OZG OE Zdravstveni dom Tržič** in **Lekarna Deteljica d.o.o.**, izvaja projekt, ki ga sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

Doseči želimo kakovostno in varno kontinuirano obravnavo posameznika v domačem okolju. Z vključitvijo se krepimo možnost, da starejše osebe kljub morebitni oviranosti, bolezni ali krhkosti, ostanejo čim dlje v domačem okolju oziroma izboljšajo ali čim dlje ohranijo psihofizične sposobnosti in s tem čim večjo sposobnost samooskrbe (UL RS, št. 38/2019).



Projekt je namenjen:

- osebam, **starejšim od 65 let**, ki potrebujejo pomoč druge osebe pri osnovnih in podpornih opravilih ali zaznavajo pešanje telesnih, funkcionalnih ali kognitivnih sposobnosti;
- imajo stalno ali začasno prebivališče v občini Tržič ali občini Naklo;
- niso prejemniki storitev osebne asistencije;
- po enotnem ocenjevalnem orodju so ocenjene kot upravičene.

Storitve so za upravičence brezplačne. V projekt bo do 30. 6. 2022 vključenih najmanj 200 uporabnikov v občinah Tržič in Naklo.

Kako se vključim v projekt?

Na Vstopno informacijsko točko (VIT) je potrebno oddati Vlogo za uveljavljanje pravice do integrirane oskrbe, ter Soglasje za zbiranje in obdelavo osebnih podatkov.

VIT se nahaja v prostorih ZZZS (podhod), ZD Tržič – VIT, Blejska cesta 10, 4290 Tržič.

Vlogo in soglasje lahko oddate na VIT, po pošti ali e-pošti vit@mrezazastarejse.si. Pokličete lahko tudi na 030 361 011 v času uradnih ur.

Informacije so dostopne tudi na spletni strani www.mrezazastarejse.si, FB strani <https://www.facebook.com/mrezazastarejse>, na straneh Dom Petra Uzarja Tržič, ZD Tržič in Lekarne Deteljica.

Deteljica, pri vašem izbranem osebnem zdravniku ali pri pristojni patronažni medicinski sestri v občinah Tržič in Naklo.

Kdo so izvajalci storitev?

Izvajalci storitev so zdravstveni delavci: diplomirana medicinska sestra, zdravstveni tehnik, diplomirani fizioterapevt, diplomirani delovni terapevt, magister farmacije in zdravnik specialist družinske medicine in zdravnik specialist urgentne medicine in zdravstveni sodelavci: psiholog, socialni delavec, bolničar – negovalec.

Katere storitve se izvajajo v sklopu projekta?

Tim za izvajanje novih storitev za ohranjanje in izboljšanje samostojnosti in krepitev avtonomije posameznika izvaja storitve za ohranjanje gibalne samostojnosti: gibljivost, moč, stabilnost, mobilnost, vzdržljivost in preventivo padcev. Svetovanja za prilagoditev okolja, svetovanje in učenje izvajalcev neformalne oskrbe za zagotavljanje kakovostne in varne oskrbe uporabnika, preventiva, svetovanje in krepitev uporabnika za samostojno življenje.

Tim za izvajanje novih storitev v skupnosti izvaja storitve osnovnih dnevnih opravil in storitve zdravstvene nege, vezane na osnovna dnevna opravila, kot so umivanje, oblačenje, hranjenje, premeščanje, oskrba stom, spremljanje vitalnih funkcij, aspiracija dihalnih poti in ostalo. Strokovni delavci in sodelavci v sodelovanju z uporabniki, svojci ali neformalnimi oskrbovalci utrjujejo novo pridobljena znanja in spretnosti za izvajanje aktivnosti.

Tim za centralizirano pripravo in deljenje zdravil izvaja storitve priprave zdravil, pomoč pri jemanju že pripravljenih zdravil, nadzor nad jemanjem zdravil in dajanje zdravil. Magister farmacije opravi farmacevtski pregled zdravil (pregled zdravil za posameznega upravičenca, konzultacija z osebnim ali lečečim zdravnikom) in edukacijo in svetovanje uporabniku in svojcem v zvezi z zdravili.

MREŽA ZA STAREJŠE

pred. Bojana Hočvar Posavec, mag. vzg. in menedž. v zdr.
Strokovna vodja projekta

KDO IZVAJA

- Dom Petra Uzarja Tržič s konzorcijskima partnerjema **OZG OE Zdravstveni dom Tržič** in **Lekarna Deteljica d.o.o.** izvaja projekt, ki ga sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

KDO SE VKLJUČI

- OSEBE, STAREJŠE OD 65 LET**, ki potrebujejo pomoč druge osebe pri osnovnih in podpornih opravilih ali zaznavajo pešanje telesnih, funkcionalnih ali kognitivnih sposobnosti.
- Imajo stalno ali začasno prebivališče **V OBČINI TRŽIČ ALI NAKLO**.
- Niso prejemniki storitev osebne asistencije.
- Po enotnem ocenjevalnem orodju so **OČENJENE KOT UPRAVIČENE**.

ODDAJA VLOGE

- Vstopno-informacijska točka (VIT)**, v prostorih ZZZS (podhod), ZD Tržič – VIT, Blejska cesta 10, 4290 Tržič. Tel: **030 361 011**

IZVAJALCI STORITEV

- Bolničarji - negovalci, zdravstveni tehniki in diplomirana medicinska sestra,
- diplomirani fizioterapevt,
- diplomirani delovni terapevt,
- psiholog,
- diplomirani socialni delavec,
- magister farmacije,
- zdravnik specialist družinske medicine.

Storitve so za upravičence BREZPLAČNE.

Projekt bo potekal do 30.6.2022.

PROJEKT »Preoblikovanje obstoječih mrež ter vstop novih izvajalcev za nudenje skupnostnih storitev in programov za starejše« Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

Dodatne informacije so na spletnih straneh www.mrezazastarejse.si, FB strani <https://www.facebook.com/mrezazastarejse>, DPU Tržič, ZD Tržič in Lekarna Deteljica, pri vašem izbranem osebnem zdravniku ali pristojni patronažni medicinski sestri občin Tržič in Naklo.



PROJEKT »Preoblikovanje obstoječih mrež ter vstop novih izvajalcev za nudenje skupnostnih storitev in programov za starejše« Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada. ●





Prvi šolski dan

Občinska uprava Občine Naklo

Prvi september je bil velik in pomemben dan za 76 mladenk in mladeničev, ki so se prvič resno podali na pota pridobivanja novih znanj. 60 učenk in učencev je prvič vstopilo v našo javno šolo, 16 pa v zasebno, Waldorfsko šolo, ki deluje v naši občini. V Osnovni šoli so se sprejema prvošolcev lotili nekoliko drugače. To so lahko tako izpeljali tudi zato, ker so starši prvič imeli prost dan, da so lahko pospremili svoje otroke v hram učenosti. Povsod je bil poleg ravnatelj, razredničarke, vodji podružnic in seveda kuharice s svojimi presenečenji. Lep, sončen dan nam je omogočil, da smo vse dogodke izpeljali na prostem.

Prvi sprejem je potekal na centralni šoli v Naklem, kjer smo v atriju v novo šolsko leto pospremili nova 1. a in 1. b razred. V obeh je po 19 prvošolcev, skupaj torej 38. Naslednji sprejem

prvošolcev je potekal v Dupljah, kjer so 15 novih šolarjev poleg vodstva šole in razredničark sprejeli tudi starejši šolarji s pripupno igrico. Nazadnje smo se podali še v Podbrezje, kjer bo pouk v prvem razredu obiskovalo 7 učenk in učencev. Tu smo se srečali na prenovljenem šolskem igrišču. Povsod je poleg ravnatelja otroke in starše nagovoril tudi župan občine Ivan Meglič. Župan se je udeležil tudi sprejema prvošolcev na Waldorfski šoli, kjer so svoje nove mlade kolegice in kolege s kulturnim programom pozdravili učenci vseh devetih razredov. Waldorfsko šolo bo letos obiskovalo 16 prvošolcev.

Vsem še enkrat želimo obilo veselja in dobre volje, veliko znanja ter čim manj stresno šolsko leto. Staršem pa želim mirne živce in razumevanje do najmlajših. ●



Sprejem v podružnični šoli v Dupljah



Program ob sprejemu v Waldorfski šoli



Sprejem v osnovni šoli Naklo



Sprejem v Waldorfski šoli



Sprejem v podružnični šoli v Podbrezjah

Vrtčevsko igrišče v novi preobleki

Kelly Avsenik Hanson in Saša Meglič, vrtec Jelka Duplje

Vrtec Jelka v Dupljah je postavljen v prostor, ki nudi veliko možnosti za igro. Gozd, ki je v neposredni bližini, omogoča otrokom, da pridobivajo izkušnje v naravi, raziskujejo, se učijo, zabavajo in tudi umažejo in kar je najbolj pomembno, bivajo na svežem zraku. Glede na raznolikost igre, ki se pojavlja v takšnem okolju, smo strokovne delavke prepričane, da je za večino otrok to najljubše igrišče. Igra v gozdu in stik z naravno surovino – lesom je pri otrocih spodbudilo zanimanje zanj. To je bil povod, da smo za letni projekt vrtca izbrali projekt, ki smo ga poimenovali kar Les.

Vsaka skupina je pričela z raziskovanjem zelenega bogastva na svoj način. S pomočjo vzgojiteljic so otroci z lesom manipulirali, se igrali, ga preoblikovali z različnimi orodji in z njim ustvarjali. Nastajali so različni izdelki, s katerimi smo preko razstav na oglasnih deskah polepšali notranjo podobo vrtca. S toplejšimi dnevi, ki so nas razveselili v maju in juniju, se je igra iz igralnic prestavila na igrišče, kjer smo nadaljevali tudi z našim projektom.

Otroci iz oddelkov 3 in 4 so ob vzpodbudi vzgojiteljic pokazali interes nad urejanjem vrtčevskega igrišča. Tako smo strokovne delavke s pomočjo hišnika otrokom pripravile okolje in material za ureditev le-tega in obnovo igral.

Pomembno nam je bilo, da so otroci sooblikovali vrtčevsko igrišče in so bili vključeni v vseh fazah obnove. Sprva smo se lotili načrta preoblikovanja, takoj za tem pa brušenja lesenih desk z brusnim papirjem. Lahko bi rekli, da smo imeli na igrišču pravo mizarstvo delavnico in izredno delavne mizarje.

Lesene elemente na igrišču smo skupaj prebarvali, pisane lesene deske, pa so nato otroci popestrili z risbami različnih živali in rastlin. Postajamo vse bolj spretni pri delu, kar pomeni, da dnevno pridobivamo nove ideje o tem, kaj bi lahko še spremenili in dodali, da bo igrišče, tudi v času ko je vrtec zaprt, odražalo veselje, barvitost in igrivost. ●



Vstop v vrtec – velik korak za otroka in družino

mag. Gabrijela Masten, pomočnica ravnateljca

»Dobri starši dajo svojim otrokom korenine in krila. Korenine zato, da vedo, kje je njihov dom, in krila, da lahko odletijo in vadijo, kar so jih starši naučili.« (Jonas Salk)

Vsak prvi september je poseben tudi za vrtec, čeprav se delo med poletjem ne neha in sta tudi takrat v igralnicah prisotna otroški živžav

in smeh. Pričeli smo novo šolsko – vrtčevsko leto in vrata vrtca Mlinček v Naklem ter vrtca Jelka v Dupljah so se odprla 281 otrokom, od tega 74 otrokom, ki so s 1. septembrom 2021 v vrtec vstopili prvič. Podobno kot lani imamo tudi letos oblikovanih 16 oddelkov: 12 v Mlinčku in 4 v Jelki. V vrtcu imamo trenutno še prosta mesta in nekaj otrok bomo lahko sprejeli tudi med šolskim letom.



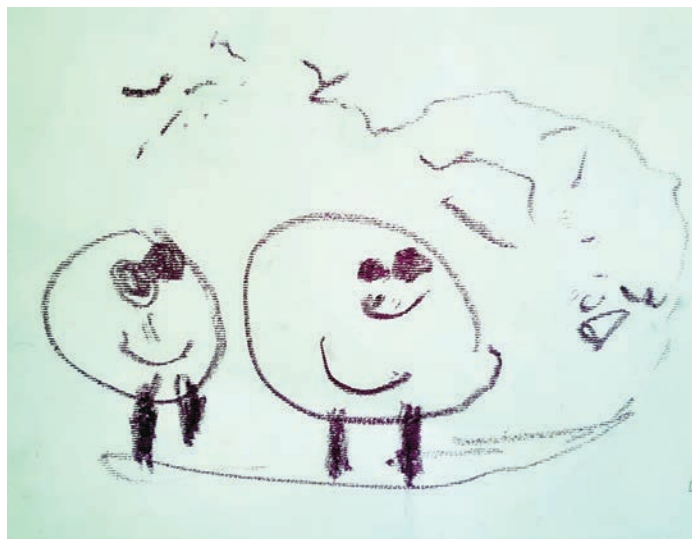
Preteklo šolsko leto nam je prineslo kar nekaj novosti in tudi nekaj dobrih izkušenj, ki so postale del našega vsakdana. Trudili se bomo, da nas izzivi soočanja z epidemijo ne bodo preveč obremenjevali ter da bodo naše misli in moči v čim večji meri usmerjene v pedagoško poslanstvo.

September v vrtcih imenujemo tudi uvajalni mesec, ker se otroci, starši in zaposleni privajamo na novosti in spremembe. Strokovni delavci se navajajo na nove zadolžitve, nove otroke in starše. Za otroke in starše je vstop v vrtec velik in pomemben korak, ki zaznamuje celo družino. Da bi bil vstop za otroke čim lažji, svetujemo postopno uvajanje. Vsak otrok različno doživlja prehod iz družine v vrtec. Koliko časa bo otrok potreboval za uvajanje v vrtec, je odvisno od stopnje njegovega razvoja, njegovih izkušenj in našega ravnanja. Pomembno je, da se starši pri odločitvi za vpis otroka v vrtec sami prepričajo v to, da je vrtec za otroka in družino pravilna odločitev. Če ima otrok večje težave pri prilagajanju ali odhod otroka v vrtec staršem povzroča skrbi, v vrtcu svetujemo, da se starši pogovorijo z vzgojiteljico/vzgojiteljem ali vodjo vrtca oz. svetovalno delavko. Pomembno je, da se tudi starši dobro počutijo, ko svojega otroka zaupajo novim ljudem. Na ta način si starši pridobijo zaupanje v vrtec in naše delo, ki se prenaša tudi na otroka. Začetne težave ob postopnem uvajanju kmalu minejo in za večino otrok kmalu pride dan, ko starši prehitro pridejo ponj v vrtec, ker bi se rad še igral.

S 1. septembrom 2021 je ponovno vpeljana tudi pravica do brezplačnega vrtca za drugega otroka iz iste družine, ki je

vključen v vrtec hkrati s starejšim sorojencem. Pravice do brezplačnega vrtca pa bodo deležni tudi starši, ki imajo v vrtcu tretjega ali nadaljnjega otroka, ne glede na to, ali so starejši sorojenci še v vrtcu. Ker gre za pravico, ki jo določa zakon, morajo starši še vedno oddati vlogo za znižano plačilo vrtca na pristojni CSD, da jim o tem izda odločbo.

V vrtcu želimo, da skupaj s starši gradimo prijetno in zaupanja vredno skupnost in da vsi odgovorno ravnamo drug do drugega. ●





Vrtnarstvo in cvetličarstvo



GOMZI



Mojca: 040 716 448 Katja: 040 671 555

- jesenske lepotice
- grmovnice
- trajnice

**SOBOTNI
15 % POPUST!**

- rezano cvetje za 1. november
- zemlja in gnojila
- velika izbira suhih in svežih aranžmajev



Evropski teden mobilnost

Tomaž Pliberšek

Pred dvajsetimi leti je Evropska komisija povabila uprave lokalnih skupnosti po vsej Evropski uniji, da ukrepajo proti grožnji podnebnih sprememb in izboljšajo kakovost življenja v njenih okoljih, da bodo bolj prijetna za bivanje. Na povabilo se je leta 2002 odzvalo 320 mest. Tako začeti Evropski teden mobilnosti (ETM) je zrasel v projekt, ki je v letu 2010 vključeval 2221 mest, v letu 2020 3000 mest iz 53 držav in to kljub velikim globalnim izzivom kot posledici pandemije COVID-19 in se kot kampanja razširil tudi izven Evrope. To je dokaz, da je spodbuda trajnostne mobilnosti pozitivna, saj ne prepoveduje uporabe osebnega avtomobila, ampak odpira možnost za praktično in priročno drugačno mobilnost.

ETM se kot kampanja Evropske komisije letos kot vsakič že dvajsetič zapovrstjo odvija med 16. in 22. septembrom. Njen namen je spodbuditi občine k izvajanju ukrepov in promociji trajnostne mobilnosti ter s tem prispevati k zmanjšanju osebnega motornega prometa in s tem k izboljšanju zdravja, razvoju urbanih območij po meri pešca in kolesarja in večji kakovosti bivanja na splošno. ETM na drugi strani predstavlja priložnost pokazati javnosti, kaj vse je bilo narejeno na področju trajnostne mobilnosti v lokalni skupnosti in širše tekom leta, dobre prakse ter še dodatno promovirati ukrepe trajnostne mobilnosti in ozaveščati javnost.

Pestro dogajanje in prijetno vzdušje, ki nastane ob pripravljenih dogodkih, pokažeta prebivalcem in drugim deležnikom v lokalnih skupnostih, da je mogoče to z novo in trajnostno ureditvijo prometa razširiti na vse leto in v dobro vseh.

»ŽIVI ZDRAVO. POTUJ TRAJNOSTNO.« je slogan, ki povzema osrednjo temo letošnjega Evropskega tedna mobilnosti - Varno in zdravo s trajnostno mobilnostjo, ki je širša od slogana in zraven zdravja posebej izpostavlja varnost v prometu. Povzema preplet aktivnosti celostnega prometnega načrtovanja, prostorskega načrtovanja, aktivnosti s področja prometne varnosti in aktivne mobilnosti s poudarkom na zdravju.

Dobro organiziran promet je srce vsake sodobne družbe. Ker je potovanje brez avtomobila vedno povezano z gibanjem telesa, s svežim zrakom in z boljšim stikom z okolico. Aktivna mobilnost tako nadomešča potrebo po sproščanju in rekreaciji, hkrati pa je tudi poceni in tako rekoč idealna za krajše razdalje.



V duhu letošnjega slogana »Živi zdravo. Potuj trajnostno.« bomo skupaj s partnerskimi organizacijami med 16. in 22. septembrom s pestrim naborom aktivnosti spodbujali trajnostno mobilnost in zdrav življenjski slog za vse generacije. ●



Naklo se umešča na zemljevid lokalnih skupnosti ob 20 letnici ETM

Živi zdravo. Potuj trajnostno.

www.mobilityweek.eu,
www.tedenmobilnosti.si



Trajnostni razvoj in trajnostna mobilnost

Tomaž Pliberšek

Kaj je trajnostni razvoj?

Trajnostni razvoj je oblika razvoja in napredka, ki zadovoljuje potrebe sedanosti ob spoštovanju načel medgeneracijske etike, torej tako, da ne ogroža prihodnjih generacij pri zadovoljevanju njihovih potreb ter jih istočasno ne obremenjuje z naporji odprave dejanj iz preteklosti z dolgotrajnimi učinki v trajnostnosti. Pomeni odgovoren in uravnotežen dvig materialne, socialne in okoljske blaginje ter prehod od politike odvisnosti k politiki trajnostne (samo)zadostnosti.

Kaj je trajnostna mobilnost?

Pri integriranem pristopu trajnostnega razvoja ima trajnostna mobilnost pomembno vlogo. Tako v okviru ciljev operativnega programa za zmanjševanje emisij toplogrednih plinov, kjer so aktivnosti iz sklopa trajnostne mobilnosti zastavljene tako, da spodbujajo zmanjševanje izpustov toplogrednih plinov v prometu, kot tudi na drugih področjih. Je pomemben dejavnik pri doseganju ciljev, ki zraven zmanjševanja izpustov toplogrednih plinov, prispevajo k čistejšemu zraku v urbanih območjih, večji kakovosti bivanja, javnemu zdravju in socialni pravičnosti. Uveljavljanje načel trajnostne mobilnosti pospešuje tudi razvoj gospodarstva na lokalni ravni.

Kako zagotoviti trajnostno mobilnost?

Trajnostno načrtovanje zahteva, da posamične odločitve podpirajo dolgoročne strateške cilje skupnosti. Zato je osnovna želja trajnostno mobilnost načrtovati kot način mobilnosti, ki ob učinkovitem zagotavljanju dostopnosti upošteva vidike trajnostnega razvoja. Posebna skrb naj bo namenjena učinkovitemu pretoku ljudi in blaga s hkratnim minimalnim negativnim vplivom na okolje, kjer se prednosti in slabosti vsakega načina prevoza z vidika kapacitet, fleksibilnosti, porabe energije, varnosti in okoljskega učinka obravnavajo po načelu enakovrednih oblik mobilnosti. Bistven cilj je zagotavljanje učinkovite in enakopravne dostopnosti za vse, načini za doseg cilja pa so zelo različni in slonijo na optimizaciji prevozov, na mehkih ukrepih, pa tudi na spremembi navad, pri čemer je izboljšana infrastruktura samo ena od različnih možnih rešitev.

Celostno prometno načrtovanje

Že pred leti je država na področju trajnostne mobilnosti in prometne politike začela spodbujati celosten pristop pri načrtovanju prometa in mobilnosti. Vzpostavljati se je začel sistem celostnega načrtovanja razvoja prometa in prometne infrastrukture, ki temelji na usklajeni viziji, sinergijskih učinkih prometne, prostorske ter drugih politik države, presega sistem načrtovanja razvoja na prometnem področju na podlagi delnih rešitev in nepovezanih ukrepov ter istočasno nudi boljši nadzor nad vplivom prometa na okolje in gospodarstvo.

Celostno prometno načrtovanje pomeni strateško in ciljno usmerjeno prometno načrtovanje, s katerim se spodbuja trajnostni promet, v okviru katerega so enakovredno obravnavani vsi prometni načini in vrste prometa ter v oblikovanje katerega se vključuje tudi javnost. Temelji na rezultatih analize in spre-

mljanja stanja prometa in prometnih sistemov, vrednotenja ukrepov in integraciji ostalih področij načrtovanja z vplivi na promet.

TRADICIONALNO NAČRTOVANJE PROMETA	CELOSTNO NAČRTOVANJE PROMETA
Infrastruktura je osrednji predmet obravnave	Infrastruktura je eden od načinov doseganja širših ciljev
Projektno načrtovanje	Strateško in ciljno načrtovanje
Netransparentno odločanje	Transparentno odločanje z vključevanjem javnosti
Osrednja cilja sta pretočnost in hitrost	Osrednja cilja sta dostopnost in kakovost bivanja
Osredotočenost na avtomobile	Osredotočenost na človeka
Investicijsko intenzivno načrtovanje	Stroškovno učinkovito načrtovanje
Zadovoljevanje prometnega povpraševanja	Upravljanje prometnega povpraševanja
Osredotočenost na velike in drage projekte	Osredotočenost na učinkovite in postopne izboljšave
Domena prometnih inženirjev	Interdisciplinarnost, integracija s sektorji za zdravje, okolje, prostor in drugimi
Izbir prometnih projektov brez strateških presoj	Strateške presoje možnosti glede na zastavljene cilje

Celostno prometno načrtovanje se izvaja s celostnimi prometnimi strategijami, dolgoročnimi strateškimi razvojnimi dokumenti za doseganje ciljev trajnostne mobilnosti, katere v procesu priprave in uresničitve odlikujejo:

- trajnostni pristop, ki uravnoveša gospodarski razvoj, socialno pravičnost in kakovost okolja;
- integralen pristop, ki upošteva prakse in politike različnih sektorjev, ravni oblasti in sosednjih administrativnih območij;
- uravnotežen pristop, ki enakovredno obravnava vse prometne načine;
- vključujoč pristop, ki različne segmente javnosti vključuje v vse faze načrtovalskega procesa;
- jasna vizija in osredotočenost na doseganje merljivih ciljev z ukrepi iz jasno opredeljenega akcijskega načrta;
- spremljanje in vrednotenje stanja ter doseženih sprememb;
- strokovnost in kakovost, ki temeljita na uporabi metode, preizkušene v mnogih državah.

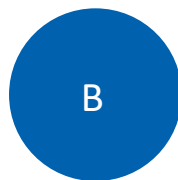
Cilji celostne prometne strategije

S celostnim prometnim načrtovanjem v Občini Naklo želimo na lokalnem nivoju in v sklopu zavzemanja za endogene politike, kot primer dobre prakse zasledovati poglobljen cilj trajnostne mobilnosti: zagotavljanje učinkovite in enakopravne dostopnosti za vse ter s tem tudi v prihodnje na lokalnem območju in širše prispevati k:



Boljši kakovosti bivanja

Celostno načrtovanje prometa pomeni načrtovanje za ljudi in ne za avtomobile. To se izraža v boljši kakovosti javnih prostorov ter v zmanjšanju hrupa in emisij v občini.



Spodbujanju gospodarstva

Urejene prometne površine in varno odvijanje prometa spodbujata turizem in gospodarstvo ter krepi konkurenčnost.



C

Pozitivnim učinkom na okolje in zdravje

Izboljšanje kakovosti zraka, zmanjševanje hrupa in spodbujanje aktivne mobilnosti prispevajo k pozitivnim učinkom za ljudi in okolje. Predvsem pešačenje in kolesarjenje se izražata v boljšem zdravju ljudi in prispevata k prihrankom za mobilnost.

D

Izboljšani mobilnosti in dostopnosti

Celotno načrtovanje prometa zagotavlja boljšo mobilnost vseh prebivalcev in lajša dostopnost do posameznih območij in storitev.

E

Transparentnemu odločanju

Kompleksna razvojna vprašanja občina na dolgi rok uspešneje rešuje z vključevanjem ključnih deležnikov in širše javnosti.

F

Učinkovitejšemu dostopu do sredstev

Celotno prometno načrtovanje olajša pridobivanje nacionalnih in evropskih sredstev iz različnih razpoložljivih ukrepov.

V okviru priprave, izvedbe in spremljanja Celostne prometne strategije Občine Naklo želimo dosledno slediti trem sklopom:



ŽELIMO CELOVITO UKREPATI

Želimo upoštevati in izkoristiti prispevke različnih strok, praks in strategij, različnih vrst prevoznih sredstev, odločevalskih sektorjev, javnih ustanov in podjetij ter ravni oblasti.



ŽELIMO SI TRAJNOSTNEGA RAZVOJA

S celostnim načrtovanjem prometa se želimo približati doseganju ravnotežja med družbeno enakostjo, kakovostjo okolja in gospodarskim razvojem.



ŽELIMO DELOVATI TRANSPARENTNO IN VKLJUČITI PREBIVALCE

Kompleksna razvojna vprašanja želimo rešiti z vključevanjem javnosti v celoten potek odločanja, izvajanja in ocenjevanja.

Ukrepi celostne prometne strategije

Posledično želimo slediti izvajanju ukrepov trajnostne mobilnosti, ki na več načinov pripomorejo k večjemu zadovoljstvu ljudi, s čimer bomo nadaljevali že vložen trud urejanja prometa v lokalni skupnosti in navezovanju le-tega na sosednje občine in širše. Najprej s tem, da se pristopi k možnostim optimiziranja načinov potovanja, s čimer se ljudem ponuja najučinkovitejše načine mobilnosti. Izboljšanju ponudbe z več možnosti izbire mobilnosti, ki niso več nujno vezane na osebni prevoz. Z vključevanjem in spodbujanjem hoje in kolesarjenja se več ljudi giblje, kar prispeva k izboljšanemu počutju in zdravju, poleg tega pa vodi do prijetno urejenih javnih mest, kjer so omogočeni naključni stiki ljudi, s čimer se krepi skupnost. Z večjo uporabo javnega prevoza, pešačenja in kolesarjenja se tudi manjša uporaba motornih vozil, s čimer se manjšajo negativni vplivi na zrak in bivalno okolje.

Naš pogled iz preteklosti, usmerjen ustvarjanju okolja, kjer bi se občani in občanke počutili »zares doma« in bi vsakodnevno življenje z vsemi ostalimi deležniki na območju naše občine vzpodbujalo vsakodnevne nove sinergije, želimo nadgraditi in se s tem kar najboljše pripraviti na izzive prihodnosti.

Anketa o Celostni prometni strategiji

Celotno prometno načrtovanje izhaja iz izkušenj dobro delujočih praks urbanih, suburbanih in v zadnjem času tudi ruralnih območij, ki se z izzivi prometa celotno ukvarjajo že dalj časa in uspešno uresničujejo ključna načela takega načina načrtovanja. Celostna obravnava izzivov glede prometa nadgrajuje dozdajšnje metode načrtovanja in ustrezno upošteva načela strateškega razmišljanja, vključevanja, sodelovanja in vrednotenja.

Priprava Celostnih prometnih strategij v slovenskih občinah je tudi edinstvena priložnost za vključevanje javnosti v eno od področij upravljanja njihovih lokalnih skupnosti. Je temeljna dolžnost in hkrati tudi osnovna zahteva direktiv EU ter mednarodnih konvencij, krepi civilno družbo in lokalno politično kulturo. Javne razprave, delavnice, ankete in intervjuji omogočajo dialog med izdelovalci strategije, občinsko upravo, različnimi organizacijami in javnostjo. Tako lahko ustvarimo pozitivno klimo, hkrati pa bistveno povečamo kakovost, uspešnost, stroškovno učinkovitost, transparentnost, sprejetost in legitimnost celostnega prometnega načrtovanja v občini.



V sklopu priprave Celostne prometne strategije Občine Naklo je bila že izvedena prva anketa. Anketa je sistematična metoda zbiranja podatkov preko katere na enak, enostaven in ekonomičen način vključimo večje število posameznikov, hkrati pa omogoča enostavno analizo stališč anketirancev ter kvantitativne primerjave deležev, saj vsi anketiranci odgovarjajo na enaka vprašanja.

Prva anketa je zaključena. Za vaše sodelovanje se vam najlepše zahvaljujemo in vas vabimo k ogledu rezultatov, dosegljivih na spletni strani Občine Naklo (www.naklo.si). Ker pa želimo, da tudi v nadaljevanju proces oblikovanja celostne prometne strategije Občine Naklo močno poudarja vključevanje javnosti, želimo ponovno vključiti vaše mnenje. Zato vas vljudo vabimo, da si vzamete 10 minut za izpolnitev spletnega vprašalnika, saj bo z vašim prispevkom vključevanje javnosti v prihodnje bolj kakovostno in bolj učinkovito. ●



POVEŽIMO NAŠE PEŠPOTI - Rokovnjaška magistrala

Od Krive jelke v Udin Boštu do Boštka v Komarjih

Jožef Perne

V tednu ko praznuje Občina Naklo smo se pohodniki letos že drugič podali na pot od Krive jelke v Zgornjih Dupljah do Boštka v Dolenji vasi. Pot, ki poteka po stranskih, neprometnih poteh, smo že lani popularno poimenovali Rokovnjaška magistrala, število pohodnikov pa kaže, da lahko postane tradicionalna. Pot povezuje dve točki, ki sta v naših dveh vaseh povezani z rokovnjači. Organizatorja sta bila tudi letos Kulturno turistično društvo Pod krivo jelko in Kulturno društvo Tabor. Torej smo bili pohodniki deležni kar dveh pogostitev, in sicer Pod krivo jelko in v Boštku.

Pot je bila letos glede na lansko nekoliko spremenjena. Start je bil na parkirišču pred cerkvijo v Spodnjih Dupljah. Pot nas je vodila po gozdnih stezah do Krive jelke, nato pa po lanski stari trasi do Boštka. Novost je bil tudi ogled Komarjove luknje, ki je od Boštka oddaljena pet minut hoje. Dostop do vhoda so uredili prostovoljci iz Dolenje vasi in ga tudi označili.

KOMARJOVA LUKNJA je votlina v bregu savske struge, ki je nastala s spiranjem konglomeratnega nanosa. Takih votlin je v savski strugi več, bolj znani sta Ciganska jama in votlina pri Okroglem. Vhod v luknjo je precej nizek, v notranjosti pa se prostor precej razširi in poveča. V vaškem izročilu se je luknja ohranila kot skrivališče in začasno bivališče rokovnjačev, ki so ropali vozarje in popotnike na starem klanecu Gobovce. Omo-gočala je zasilno bivanje in prenočevanje. Na to še danes spominjajo skalne police ob stenah, ki so jih uredili v ležišča. Do gobovškega klanca je bilo od tu slabe pol ure hoje. Torej ne preveč, da so lahko tovorili ukradeno blago in dovolj, da so se prikriji pred morebitnimi zasledovalci. Vozarje in gobovski klanec je opisoval v svojih povestih Janez Jalen, še bolj odda-



ljeno zgodovino pa Mimi Malenšek v povesti Marija Taborska. Komarjova luknja in bližnji spodmol pa sta v času naših dedkov služila za zatočišče pastirčkov, ki so pasli krave na savskih travnikih.

Varstvo okolja in naše navade

Vsak korak šteje

Renata Košir

Drage občanke in občani, lepo vas pozdravljam in upam, da ste imeli lepo poletje, predvsem pa počitniške dni, ki so namenjene, da se spočijemo in nabereemo telesnih in tudi psihičnih moči. Upam, da ste na počitnicah tudi kaj razmišljali, kako bi izboljšali svoj odnos do okolja.

Jaz sem veliko razmišljala in (zagotovo) premalo naredila za boljše okolje. Pa vendar sem se malo poglobila v mojo nenormalo porabo pitne vode. Ne, ne mislite, da je preveč popijem, ne to. Jo pa preveč popolnoma neporabljene zlijem oziroma kar odtočim v lijak.

Najprej sem pogledala, kako si umivam zobe. To sem hitro uredila in začela umivati zobe tako, da vodo natočim v kozarček. To sem z lahkoto izboljšala.

Kaj pa umivanje rok? Tukaj sem odprla pipo do kraja, voda je tekla jaz sem še iskala milo in nato namnila roke, voda je pa še vedno tekla. Majhna razvada, ki je nisem zaznala, ki pa ob današnjem pogostejšem umivanju rok pomeni kar veliko količino po nepotrebnem porabljene vode. Tudi pri čiščenju kuhinje in pospravljanju posode v pomivalni stroj imam sedaj vodo manj odprto. Še vedno pa obstaja še ogromno možnosti za zmanjšanje porabe vode in s tem obremenjevanja okolja. Poznate tudi vi kakšno, ki jo izvajate v praksi? Napišite nekaj besed in jih pošljite na urednistvo@obcina-naklo.si in jo delite tudi z ostalimi bralkami in bralci.

Želim vam prijetne jesenske dni z veliko sprehodov v naravi, kajti s tem najmanj obremenjujemo naše okolje. Tako lepo in bogato naravo, kakršno imamo, pa ohranjajmo – četudi z majhnimi koraki – vsak šteje. ●

Agility v Kinološkem društvu Naklo

Ivo Janez Pirnar, KD Naklo, foto: arhiv KD Naklo

V prejšnji številki občinskega glasila smo vam predstavili skupino reševalnih psov, ki delujejo v okviru našega društva. Tokrat vam predstavljamo skupino za agility.

Agility je kinološka disciplina, ki se je leta 1978 razvila v Angliji. Že njeno ime pove, da temelji na gibčnosti in spretnosti psa, zelo pomembno pa sta tudi zaupanje in medsebojna povezanost med vodnikom in psom. To je razgiban in sproščen šport, ki je namenjen predvsem zabavi in igri, zato ni čudno, da je postal ena najbolj priljubljenih kinoloških disciplin na svetu.

Konec osemdesetih let se je agility pojavil tudi v Sloveniji; začetki so bili še majavi in so temeljili na improvizaciji, kmalu pa so se tako treningi kot tekmovanja odvijala na profesionalni ravni. Slovenska reprezentanca se je že od samega začetka udeleževala evropskega in pozneje tudi svetovnega prvenstva v agilityju.

V KD Naklo je agility prišel v začetku devetdesetih let, kmalu pa se je zbralo kar nekaj navdušencev, ki so pridno trenirali in na tekmovanjih branili barve Nakla.

Agility predstavlja zabavo in rekreacijo za oba – psa in vodnika. Vodnik mora namreč svojega kužka voditi preko ovir s čim manj napakami in čim hitreje. To od obeh udeležencev zahteva veliko spretnosti, koncentracije in pozornosti, nudi pa jima tudi veliko zadovoljstva in medsebojne povezanosti.

Pes in vodnik se na začetku, seveda pod budnim očesom izkušenega vaditelja, učita premagovati posamezne ovire: skok, dvojni skok, tunel, most, palisada, gugalnica, slalom. Ko obvladata posamezne ovire, začneta vaditi kombinacije dveh, treh ovir, nato pa se število ovir počasi povečuje, dokler ne izdelujeta že celotnega parkurja.

Celoten potek učenja temelji izključno na pozitivni motivaciji, kar pomeni, da kuža za vsako oviro, ki jo izdelata, dobi nagrado v obliki igre ali priboljška. Kužki se kmalu naučijo, da je premagovanje ovir zelo zabavna stvar in da na koncu vedno sledi nagrada, kar le še poveča pozitivni učinek treninga. Pri agilityju ni nobene prisile nad kužkom; vsi kosmatinci se veselijo treningov in z veseljem skačejo čez ovire, slalomirajo in raziskujejo tunele.

Agility pa za kužka ni le razgibavanje, ampak tudi mentalni izziv, saj si mora kuža zapomniti, kaj posamezna ovira pomeni in

kako jo pravilno izdelati. Prav zato je ta oblika kinološke discipline odlična za pse, hkrati pa tudi za njihove vodnike. Po navadi so kužki po treningu sicer malce utrujeni, a tudi neznansko zadovoljni – s čimer se krepi odnos med vodnikom in psom.

Kot marsikaj drugega je pandemija covid-19 ustavila tudi delo v našem društvu in posledično izvedbe tečajev in tekmovanj v agilityju. Kljub temu smo spomladi z rahlim zamikom znova organizirali dve skupini agilityja s po štirimi udeleženci. S trenutnim tečajem bomo predvidoma zaključili konec junija. Vsi zainteresirani, ki bi se radi preizkusili v tej zanimivi pasji disciplini, se nam lahko pridružite spet v začetku septembra, ko bo potekal vpis novih članov v začetne tečaje, hkrati pa tudi v skupine za nadaljevalno stopnjo, ki je že lahko podlaga za eventualno usmeritev vodnika in psa v tekmovalni agility. ●



Moje krdelo

Mojca Varšek, KD Naklo

Po zaključenem študiju veterine leta 2009 sem se mudila v Novem mestu na razgovoru za službo, in ker sem vedela, da družina v Krškem, ki ni tako daleč stran, prodaja trimesečnega rumenega nemškega bokserja (v to pasmo sem se zaljubila, ko

sem med študijem občasno pazila prijateljičinega Joya), sem si rekla: »Samo pogledat ga grem.« Po polurnem obisku sva se proti Celju peljala dva. Jaz in moj Pax.



O kinologiji takrat nisem vedela veliko. Vedela sem, da obstajajo šole za pse in agility. Ker je Pax spadal med velike pasme, me je ati »prisilil«, da grem z njim v šolo. Za to sem mu še danes hvaležna, saj sem tako ugotovila, kako zanimiv in raznovrsten je kinološki šport, prav tako pa sem spoznala ogromno dobrih ljudi, s katerimi zdaj skupaj delimo ljubezen do kinološkega športa in psov.

S Paxom sva se najprej udeleževala tekmovanj po programu poslušnosti B-BH. Tam so me zamikali višji programi IGP in tako se nama je pridružil Kozmo. Progasti nemški bokser, ki sem ga šla ravno tako »samo pogledat« k prijateljici Sabini Heric. S Kozmom sva uspešno tekmovala po nižjem programu IGP VO, kjer pa se tekmovalni par že preizkusi v treh disciplinah: sledi, poslušnosti in obrambi. Po treh letih tekmovanj s Kozmom sem bila na obisku pri kinologu Tomažu Režonji, ki je ravno takrat doma imel leglo belgijskih ovčarjev. In ja, seveda. Znova nas je šlo v Celje več, kot pa nas je od tam prišlo. Paxu in Kozmu se je pridružil Buš Buš in postali so pravo pasje krdelo.

Pri šolanju Buškota, kot mu ljubkovalno pravim, sem po kakšnem letu ugotovila, da moje kinološko znanje za to zahtevno pasmo ne bo dovolj. Zelo sem vesela, da me je takrat ekipa Kinološkega društva Naklo sprejela medse. Z njo in s trenerjem Tomažem Bartolom na čelu se je zame začela nova raven kinologije, ki je prej nisem poznala.

Treningi pod vodstvom trenerja potekajo vsaj dvakrat tedensko, sama s psom pa trenirava (skoraj) vsak dan, saj je za tekmovanje treba zelo dovršeno »izpiliti« kar tri discipline.



Kakovostni treningi in Tomaževe usmeritve so naju z Buškotom ponesli v vrh slovenskega športa IGP. V letošnjem letu smo osvojili prvo mesto na Memorialu T. Dreniga v organizaciji KD Ljubljana po programu FCI-IGP 3 (najvišja stopnja programa v IGP), kjer je Buško osvojil tudi vse tri pokale, in sicer za najboljšo sled, najboljšo poslušnost in najboljšo obrambo.

Veseli me dejstvo, da Buško uživa na poligonu enako kot jaz, če ne še bolj. Oba sva z leti spoznala ogromno dvo- in štirinožnih prijateljev, s katerim deliva ljubezen do tega športa.

In zdaj greva z ekipo KD Nakla naprej proti novim izzivom, saj nas v septembru čaka Državno prvenstvo šolanih psov. ●

Letovanje upokojencev 2021

Mirko Poličar

Konec meseca avgusta (natančneje od 20. do 27. avgusta 2021) smo upokojenci DU Naklo letovali v našem lepem Primorju v prelepem hotelu Delfinu v Izoli. Tokrat nam je bilo vreme zelo naklonjeno in smo brez težav uživali v objemu morskih valov in bazenskem kopanju vse dni bivanja. Letovalo je 54 udeležencev, nad katerimi je skrbno bedela naša vodička Slavica Jelenc. Nudila nam je vse napotke, hotelske, gostinske in turistične informacije ves čas našega hotelskega bivanja. Za prihod v Izolo in nazaj je poskrbelo potovalno podjetje Rozman-bus (za 34 oseb), ostali udeleženci letovanja pa so se poslužili lastnega prevoza.

Vreme nam je bilo res zelo naklonjeno; v prečudovitih sončnih dneh in toplini poletnega vremena smo vročinske intervale preživljali v morju, ki je bilo neizmerno toplo, ali v zunanjem hotelskem bazenu. Letovalci rahlega telesnega zdravja pa so se posluževali notranjega hotelskega bazena. Seveda so nas presenetile urice deževnega vremena, kar smo izkoristili za uživanje ob kavici in prijetnem prijateljskem druženju. Nihče od udeležencev našega letovanja ni imel pripomb nad bivanjem in ostalimi hotelskimi storitvami, seveda pa je bilo vse v mejah zdravstvene varnosti pred zahrbtnim virusom covid-a.

Ob večernih urah smo uživali svoj prosti čas v restavraciji in terasnem prostoru v družbi hotelskega ansambla ob domačih in tujih melodijah priljubljenih pesmi, ki so nam segale v dno

duše in srca. Večkrat je bilo slišati lepo narodno pesem tudi v notranjem hotelskem bazenu, kajti istočasno so letovali tudi turisti iz štajerskih in prekmurskih krajev, odlični pevci, ki so si dajali duška v petju narodnih pesmi. Seveda pa nismo pozabili obiskati trgovin in lepot mesta Izole in Simonovega hotelskega naselja. Vsak si je želel kak spominček z letovanja.

Vsi udeleženci letošnjega letovanja v Izoli se zahvaljujemo vodstvu DU Naklo, predvsem pa naši skupinovodji Slavki Jelenc, za organizacijo in odlično preživeto letovanje in prijateljsko druženje. Želimo, da se v prihodnjem letu zopet srečamo v hotelu Delfin, morda v še večjem številu, le da nam bo snidenje dopuščalo naše zdravje. ●



Vir: internet.

Olimpijska bakla v Naklem

Občinska uprava Občine Naklo

Letos poleti se je olimpijska bakla na poti po Sloveniji ustavila tudi v naši občini. Sprejeli smo jo ob Mladinskem športnem parku, od koder bje krenila po Naklem. Skupaj z našimi športniki so jo na pot pospremili tudi naši odlični športniki in občani.

Med njimi smo opazili Brigito Langerholc, Polono Zupan, Roberta Kranjca, Branka Mirta in Sandija Novka, ki so baklo v teku ob spremstvu občanov pospremili skozi Naklo. Hvala tekačem in hvala ostalim ljubiteljem športa, ki ste nas podpirali ob poti.

1. ROBERT KRANJEC

Robert Kranjec je odličen smučarski skakalec, ki je na olimpijadi 2002 v Salt Lake Cityu osvojil bronasto medaljo v ekipi, na SP v Oslu 2011 bronasto medaljo ekipno, na SP v poletih 2012 v Vikersoundu zlato medaljo posamezno in bronasto ekipno, v sezonah 2010 in 2012 je osvojil mala kristalna globusa v poletih. V svetovnem pokalu je osvojil 15 zmag in 39 stopničk.

2. SANDI NOVAK

Na zadnjih paraolimpijskih igrah v Riu 2016 je Novak v maratonu osvojil osmo mesto.

3. BRIGITA LANGERHOLC

Brigita Langerholc je za Slovenijo nastopila na poletnih olimpijskih igrah 2000 v Sydneyju in 2008 v Pekingu. V Sydneyju je osvojila četrto mesto v teku na 800 m, s štafeto 4 x 400 m je izpadla v prvem krogu, v Pekingu pa je v teku na 800 m tekla v polfinalu.

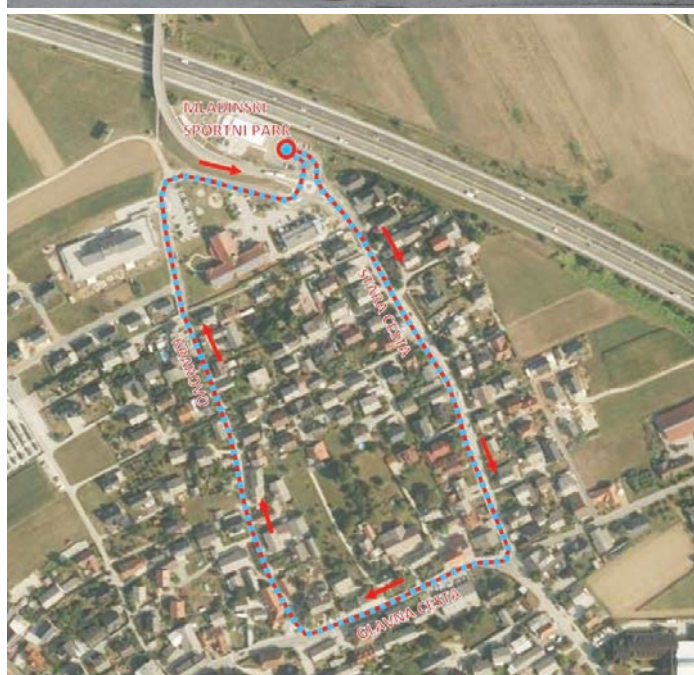
4. BRANKO MIRT

Branko Mirt je na svetovnih prvenstvih 1984 in 1994 je dosegel v skupinskih skokih na cilj drugo mesto, leta 1990 v skokih na cilj posamezno pa prvo mesto. Na svetovnem prvenstvu v paraskiju ekipno 1991 in 1995 je dosegel prvo mesto, leta 1993 pa tretje. Najvišja mesta je dosegal tudi na vojaških svetovnih in evropskih prvenstvih v letih 1991, 1993 in 1994.

5. POLONA ZUPAN

Polona Zupan je bila odlična deskarka na snegu. Za Slovenijo nastopila na Zimskih olimpijskih igrah 1998 v Naganu, kjer je v veleslalomu osvojila 23. mesto. ●





21. Tonetov memorial

Tomaž Bajželj

Prva sobota v mesecu juniju je že tradicionalno namenjena tenisu, kajti na dan poteka tradicionalni Tonetov memorial v spomin na našega pokojnega igralca Toneta Rozmana (Tominca). Teniškega turnirja v dvojicah, ki ga organizira TVD Partizan Duplje, se je udeležilo 10 igralcev, ki so v sončnem in soparnem vremenu odigrali številne zanimive in napete dvoboje. Zmage sta se na koncu veselila Franci Mihelič in Anže Rozman (sin pokojnega Toneta), ki sta v finalu premagala Tomaža Bajželj in Dragota Studena. V boju za tretje mesto sta se zmage veselila Aleš Kavčič in Matej Jagodic, ki sta premagala Jožeta Mohoriča in Tomaža Marinška.

Turnir smo zaključili v veselem vzdušju in ob dobrotah, ki nam jih je spekla žena pokojnega Toneta Marta, za kar se iskreno zahvaljujem. Naj se pri tem zahvalim še Turistični kmetiji Trnovc, ki nam že vsa leta omogoča izvedbo teniškega turnirja. Vsem udeležencem turnirja se za udeležbo zahvaljujem in se vidimo prihodnje leto na 22. Tonetovem memorialu. ●





V Slovenskih goricah in na Dravskem polju

Damijan Janežič, foto: Damijan Janežič

Ko sem na prtljažnik avtomobila pritrdjeval kolo, se je sobotni dan šele prebujal. Nato sem po skoraj dveh urah vožnje prispel na Ptuj in parkiral ob Ptujskem jezeru. V bližnji Ranci, zabavno-športnem centru, sem lastnika še povprašal, če avto na parkirnem mestu lahko stoji več dni. Prijazno je dovolil.



Ptuj s Ptujskim jezerom v ozadju.

Odkolesaril sem k jezeru, ki preseneti s svojo velikostjo. Je največje slovensko umetno jezero. Domačini mu rečejo kar Ptujsko morje. In res imaš občutek, da si na obali morja. Ponuja smučanje na vodi, deskanje, jadranje, kajtanje, vožnjo s kanuji, kajaki, pedalini, skuterji in motornimi čolni. Na Ranci te pozdravijo plavalci in ribiči, vsi po vrsti veseli in prijazni ljudje. V bližini pa seveda vrsta ptic, ki na jezerskem obrežju tudi gnezdiijo. Pot sem nadaljeval po nasipu jezera do Dravske kolesarske poti in mestnega središča. Na Ptujju se nisem ustavil, ampak sem odkolesaril proti Vurberku.

Vurberk leži ob levem bregu Drave na gričevnatih obronkih Slovenskih goric, ki tu počasi prehajajo v dravsko ravnino. Je staro naselje z gradom in cerkvijo Device Marije vnebovzete.

Prvi grad je na vurberškem griču stal že v 12. stoletju. Februarja 1945 je bil bombardiran in močno poškodovan. Notranje dvorišče gradu je bilo preurejeno v letno gledališče. Od leta 1992 pa Turistično društvo Vurberk na grajskem dvorišču prireja festival narodnozabavne glasbe. Sobotno popoldne, ko sem bil jaz na njem, je okrašeno pričakovalo ženina in nevesto.

Cerkev Device Marije Vnebovzete v Vurberku so skoraj do konca 18. stoletja uporabljali tamkajšnji graščaki. Po ustanovitvi župnije so k njej začeli prihajati romarji. Danes je glavni romarski shod na praznik Marijinega vnebovzetja.

Z Vurberškega klanca sem se spustil proti Spodnji Koreni in Zavrhu. Zavrh je slemensko naselje, dvignjeno nad Pesniško dolino. Sredi vasi so vaščani pred skoraj šestdesetimi leti postavili 17 metrov visok stolp in ga poimenovali po generalu Maistru. Rudolf Maister je na Zavrhu pogosto obiskoval svojega prijatelja pravnika Stupiča, pri njem je v miru Slovenskih goric preživel počitnice in pesnil. Leta 1986 so Završani v Stu-

pičevi vili uredili Maistrovo spominsko sobo. Danes je vila prelepo obnovljena, v kleti ima kavarno, kjer postrežejo z lokalnim vinom, skutino in orehovo gibanico, kavo, narezki. Na urejenem dvorišču občina Lenart pripravlja brezplačne koncerte, recitale, ogleda filmov in branje pod krošnjami lip.



Ptuj v Dravi podoba na ogled postavi.

Drugi dan sem kolesarjenje začel na Ptujju, od koder sem odkolesaril proti Dornavi, enem večjih krajev Ptujkega polja in središču Lúkarske dežele. Od tod izvira poznana rdeča ptujška čebula. Že od daleč je viden Dornavski dvorec, zgrajen na prelomu 17. v 18. stoletje. Je največji ravninski baročni dvorec z velikim parkom v Slovenji. Na Ptujskem polju poleg čebule pridelujejo več vrst žit, hmelj, fižol, ajdo, krompir, prevladuje pa



Korant v Novi vasi pri Ptujju.



seveda koruza. V tem delu Slovenije se po vaških poteh vozi še veliko traktorjev starejših letnikov, nekatere pri nas na Gorenjskem vidimo le še v društvu starodobnikov. Ob robu Ptujskega polja, na meji s Halozami, ležita vas in grad Muretinci. Grad je bil več zadnjih stoletij v lasti križniškega reda. Imel je predvsem gospodarsko-upravni pomen. Od tod sem po Dravski kolesarski poti kolesaril nazaj proti Ptuj. V občini Markovci sem na veliki tabli prebral vse o korantih, oračih in drugih pustnih likih Ptujskega polja. V krožičih in sredi Nove vasi imajo postavljene korante in druge pustne like.

Zadnji del poti sem prevozil ob Ptujskem jezeru. Po jezerski gladini je drsela turistična ladjica Čigra, z veliko hitrostjo sta privozila skuter in motorna ladjica. Prek jezera so se spreletavale mnoge vrste ptic, med njimi posebej zavarovana navadna čigra in rečni galeb.

Popoldan sem namenil Ptuj. S kolesom sem prevozil ptujske ulice in si ogledal staro mestno hišo, grad, minoritski in dominikanski samostan. Minoritski red, se je po zaslugi gospodov Ptujskih naselil v Ptuj sredi 13. stoletja. Njihova cerkev je bila januarja 1945 porušena v bombnem napadu zaveznikov. dokončno so jo obnovili leta 2010. Tudi dominikanski samostan je bil ustanovljen v 13. stoletju. V času jožefinskih reform je bil razpuščen. Danes je, med drugim, v njem kulturno-kongresni center, Pokrajinski muzej Ptuj Ormož in Zgodovinski arhiv Ptuj.

Grajski grič je poseljen že od 5. tisočletja p. n. š. Prebivalci antične Petovione so na njem postavili trdnjavo in svetišča.



Slovenske gorice, gričevnata dežela med Ptujem in reko Muro.

Srednjeveška utrdba je nastala v 11. stoletju, ko sta bila grad in mesto v posesti salzburške nadškofije. Nadškofi so grad oddali gospodom Ptujskim, ki so v tristoletnem obdobju bivanja na Ptuj ustanovili dominikanski in minoritski samostan ter zgradili romarsko cerkev na Ptujski Gori. Danes so v Ptujskem gradu na ogled najbolj obiskane in reprezentativne zbirke Pokrajinskega muzeja Ptuj-Ormož: orožje, glasbila, tradicionalne pustne maske, zbirka fevdalne stanovanjske kulture, slike na steklu in grajska galerija.

Ker sem kolesaril v vinorodnem delu Slovenije, sem seveda poizkusil tudi njihovo žlahtno kapljico. Dan se je prevesil v popoldne, za naslednjo noč so vremenoslovci omenjali plohe in nevihte, zato sem na prtljažnik avtomobila pritrdil kolo in jo po avtocesti mahnil proti naši Gorenjski. ●

Idilični grški otok Ikarija

Andreja Prosen, foto: Andreja Prosen

Po dveh ali treh letih sva se ponovno odločila, da na dopust odideva z nahrbtniki, manjšimi, saj sva se v letih nizkocenovnih letalskih prevozov naučila s seboj jemati mnogo manj prtljage. In zadostuje. Osnovna poletna garderoba, kopalna brisača, miniatura kozmetika. Pa ruta, velika ruta, za obiske cerkva, za večerni plet, ali kar tako. Tudi kot odeja je že prav prišla.

Idejo o letošnjem dopustu sva predstavila prijateljema in seveda, sta bila takoj za. Podobno dogodivščino, no, veliko bolj individualno, nam je lansko leto prekržala pandemija korona virusa. Po kratkem uvodnem sestanku, kdaj planiramo dopust, kam gremo, za koliko časa in kako, smo se odločili zelo hitro. V obzir smo vzeli, da je potrebno upoštevati korona situacijo, da je najbolj optimalno čim bolj ostati v mehurčku in da veliki podvigi z beneškega letališča odpadejo.

Tako smo z brniškega letališča – zelo udobno! – poleteli na grški otok Samos, kjer smo s pristanišča Karlovassi s trajektom odpluli na Ikarijo. Nočna vožnja z ladjo je bila nadvse navdušujoča in topel zrak nam je že začel mršiti lase. Prihod v ikarijsko pristanišče Evdilos je bilo romantično, pričakalo nas je nekaj obmorskih luči in zvezdnato nebo.

Ikarija je otok v Severnem Egejskem morju in eden od vzhodnoegejskih otokov. Otok je majhen, saj meri v dolžino 30, v širino pa

15 kilometrov. Površina znaša 660 kvadratnih kilometrov in ima dobrih 8.000 prebivalcev. Otok je svetovno znan po tem, da je eno od petih modrih območij, kjer ljudje dosežejo izjemno visoko starost. Otok ima največ prebivalcev na svetu, starih 90 let in več.

Res je, da se na Ikariji vse odvija zelo počasi, mnogo počasneje kot na drugih grških otokih, kjer se itak tudi vse odvija zelo počasi. Na Ikariji prepoznamo ravnovesje med naravo, svobodo, časom in (prehitrim) razvojem. Zlasti stopnja razvoja me je presenetila, imela sem namreč občutek, kot da sem prišla v obdobje pred 60 leti, ki sem ga prepoznala iz pripovedovanja svojih staršev.



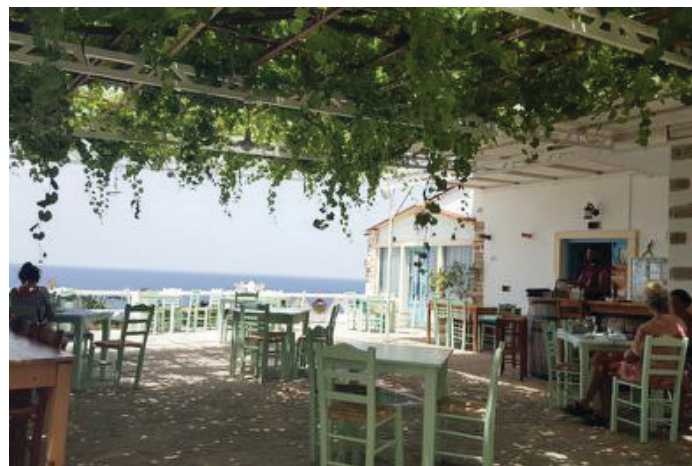


Armenistis je vas, kjer sta postavljena dva manjša hotela. Nastanjeni smo bili v lepem, otoško urejenem hotelu s 30 sobami, kjer smo si privoščili kozarček ouze in se na kratko dogovorili, kdaj naslednji dan pričnemo odkrivati otoške lepote. Po zajtrku, torej sredi dopoldneva, smo se peš odpravili na pot po obali, ki nas je vodila do prve še manjše vasi – Nas. Hodili smo po soncu, ob poti so nas pozdravljali oleandri, redko senco pa so nam delali borovci in veter je prijetno pihljal. Razposajeni od zadovoljstva in sreče smo prispeli do idilične vasi, do prekrasnih pogledov na egejsko morje in se po naravnih skalnih stopnicah sprehodili še do plaže. Bel prodnat pesek, morje svetlo modre barve, turiste, popotnike ali kogarkoli že, pa si lahko preštel na prste! Predali smo se razvajanju.

Dogovorili smo se, da bomo, ko se bomo vračali, odšli na avtobus. Pripeka je bila že tako močna, da smo senco iskali v manjšem lokalu, kjer smo tudi vprašali, kdaj pelje avtobus. Znanje angleščine domačinom ni blizu, zato smo, malo z rokami, malo z osnovnimi angleškimi besedami vprašali, ali avtobus pelje v Armenistis ob treh. Z zmajevanjem z glavo sem razumela, da avtobusa ob treh ne bo. Pa sem vprašala, ali avtobus pelje ob petih. Mladenka, ki se je pogovarjala z mano, je na pomoč poklicala moškega, verjetno lastnika lokala, da je pomagal pri komunikaciji. Torej, ali avtobus pelje ob petih? Ne, ne, je bil odgovor moškega. Ja, kdaj pa potem pelje, saj je na voznem redu? Avgusta, je odgovoril možakar, takrat bo več turistov, je dejal.

Avgusta. Naše počitnice so se začele v začetku julija in do avgusta gotovo ne bomo ostali!

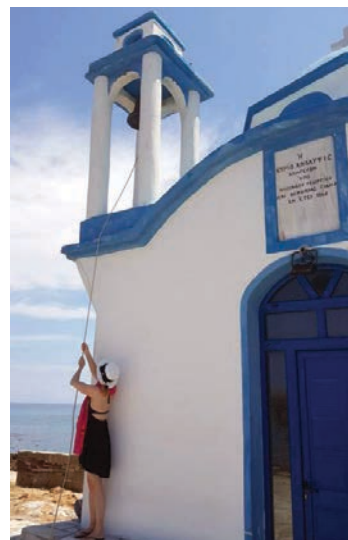
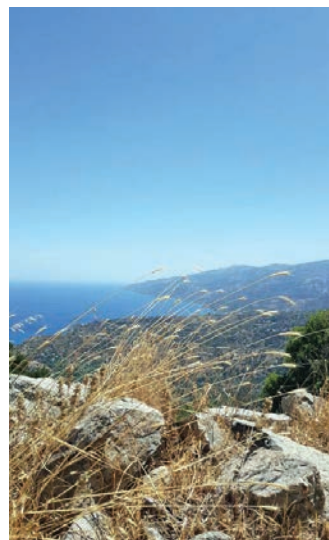
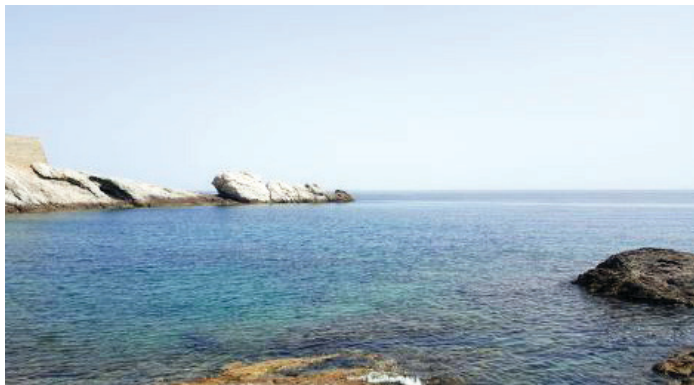
Na prelepi razgledni terasi smo si odpočili, naročili naraven pomarančni sok in se odločili, da bomo kar najeli avto, ki smo ga sicer nameravali naslednji dan. Poslovalnica rent a car-ja je bila odprta. V pisarni je bil prižgan računalnik in klima, v delavnici je avtomehanik popravljaval motor. Z glasnim klicanjem kalimera ni bilo nobenega odziva, avtomehanik pa nam je z namigom z glavo pokazal, naj se za vprašanja obrnemo na gospoda v Marketu. Brezzobi možak, z belo srajco, črnimi dolgimi hlačami in črno baretko na glavi nam je dejal, da rent a car obratuje. Da bo poklical lastnika, naj se čim hitreje vrne, ker ima stranke. V roke mi je porinil svoj mobilni telefon, da sem se z lastnikom rent a car-ja dogovorila za najem. Naj bi prišel zelo hitro, v roku pol ure, mi je zagotovil po telefonu. Naše čakanje na najem avtomobila se je zavleklo za skoraj tri ure, skoraj smo že povečerjali v bližnji taverni, ko smo videli prihajati, sedaj gospo, v pisarno, kjer je klima še kar brnela in tudi računalnika medtem ni nihče ugasnil. Dogovorili smo se za ugoden najem, pregledali avto, ki ga je medtem delavec tudi posesal, ter se, odpeljali novim dogodivščinam naproti.



Res je, da se je dan že prevešal v noč, bili pa smo pripravljeni na raziskovanje naslednjega dne.

Ikarija je precej gorat otok. Rastje je zlasti grmičasto, predvsem veliko je timijana, ki nam odstre poglede na vijolične zaplate. Cesta se je vila na strmih pobočjih s slabim cestiščem. Odpravili smo se na plažo imenovano Seychelles, vau. Kakšno ime in zakaj? Dostop je zgolj po kamniti pešpoti, navzdol, tako da je bilo naš mali avto potrebno parkirati na parkirišču; mešanici peska, lomljenih skal in mivke, brez sence. V malih nahrbtnikih smo nosili brisače, kopalke in steklenice vode. Nosili smo oblačila z dolgimi rokavi, ki so se zaradi vročine, sopare in namazanih teles že lepila na kožo. Obutve seveda nismo imeli primerne, bilo je vroče in zaprtih superg res ni bilo prijetno obuti. Z natikači smo si utirali pot do plaže, ki je res nepozabna. Dostop je bil možen le po preplezanih skalah, kjer se je pot končala direktno v morju. Torej, kakšne superge neki! Plaža je bila sicer neobljudena, no, bilo je nekaj nadebudnih turistov. Bil pa je tam tudi domačin v črni opravi, ki je, sebi za zabavo, zaplesal sirtaki. Mi smo lahko le občudovali ples. In ta trenutek je bil res nepozaben, vtisnjen v dušo. Brez telefonov, Instagrama in Facebooka.

Le dva dneva doživetij na tem idiličnem otoku in kako je vse drugače. Kaj vse bomo še doživeli do preostanka počitnic, ko bomo zapustili otok in se spet z ladjo vrnili na otok z mednarodnim letališčem, s katerega se bomo, polni izjemnih vtisov, spet, v mehurčku in varno, vrnili domov v Slovenijo?





Janez Perko

Brane Teran

Prva nedelja pomladnega meseca maja je bil žalosten dan, ko smo se za vedno poslovili od našega sovaščana in člana dupljanske krajevnice organizacije Združenja borcev za vrednote NOB, našega tovariša Ivana Perka.

Vest o njegovem nepreklicnem odhodu zaradi njegove kratke, a težke bolezni, ki se je k sreči niti ni veliko zavedal, ni bila nepričakovana, pa vseeno je boleče zarezala v našo zavest, da z njegovim odhodom izgubljammo dobrega tovariša, prijatelja, družinskega gospodarja, žal tudi vdovca, očeta, dedka in pradedka.

Svojo pot je Ivan pričel pred slabimi 80 leti – oktobra letos bi jih dopolnil, v družini Janeza in Terezije Perko. Ob času njegovega rojstva je kot eden prvih borcev njegov oče Janez že bojeval bitko zoper okupatorja v Poljanski dolini in še kje drugje.

V radost in brezskrbnost otroških let, ki bi jih Ivan, kot tudi mnogo drugih otrok, morali času primerno preživljati kot mladi otroci, je posegla velika svetovna morija – 2. svetovna vojna. Okupator je želel slovenski narod za vedno zbrisati z zemljevida evropskih in svetovnih narodov.

Ivanov oče se je še pred rojstvom svojega sina odločil za upor proti okupatorju in je zelo aktivno sodeloval v vstaji gorenjskih



domoljubov proti okupaciji naše dežele. V poznem poletju, septembra 1942, se je zgodila bitka v Udinem borštu, kjer je svoje življenje izgubil tudi Ivanov oče Janez. Takrat je bil to povod okupatorju, da so njega, še ne enoletnega, in njegovo mamo deportirali v taborišče v Nemčijo. Tako lahko rečemo, da Ivan svojega očeta sploh ni poznal. To je bila vojna, največji nesmisel človeštva.

Po prihodu domov je bilo treba poprijeti za delo, da se je življenje nekako uredilo in vrnilo v stare tire. To je bilo v domeni njegove mame, Ivan je dokončal šolanje, poklicna pot pa ga je zanesla v gradbeništvo, izučil se je za pečarja in kmalu postal poznan pečarski mojster.

Leta 1959 je umrla tudi njegova mama Terezija in pri 18 letih je Ivan ostal sam v hiši pri Užarju. Po odsluženem vojaškem roku si je začel plesti gnezdo s Frelihovo Vero, skupaj sta si uredila družinsko gnezdo, v zakonu sta jih spremljali hčerki Damjana in Verica. Damjana s svojo družino in dvema Ivanovima vnukinjama, Verica z nekaj potrebne pomoči. Predvsem pa se je Ivan po svoji in ženi in upokojitvi resno in odgovorno spopadal z boleznijo svoje žene in ji kot pravi življenjski sopotnik stal ob strani do konca.

V naši organizacijah smo ga poznali kot poštenega, klenega in pokončnega človeka, moža, ki je ljubil resnico, bil skromen in nikoli ni silil v ospredje. Spominjali se ga bomo kot dobrega moža, očeta in skrbnega gospodarja svojega doma.

Spoštovani Ivan, Tvoji najbližji, sosedje in veliko Dupljanecv se te bomo spominjali tudi po tvoji izvrstni kuhinji, peki raznih peciv, predvsem pa po slastnih krofih, s katerimi si mnogokrat popestril marsikateri dogodek. Kot takšnega te bomo, upam, vsi, ki smo te poznali, za vedno ohranili v najlepšem spominu. Zato je prav, da smo se v imenu naše organizacije in v imenu vseh krajanov Dupelj, od tebe poslovili z obljubo, da ne bomo pozabili tvojega plemenitega dela. Počivaj v miru ob svoji ženi in naj ti bo lahka dupljanska gruda. ●

LIP ODKUP HLODOVINE



LIP BOHINJ
From **wood** to **wonders**.

lipbohinj.si

Vaš partner v gozdu že 70 let

Predelava hlobovine na lastni žagi
Kratki plačilni roki in zanesljivo plačilo
Možnost izbire elektronske izmere

● KOROŠEC Igor ☎ 030 610 880

● DEMŠAR Viljem ☎ 040 700 058



Podbrezje 17, 4202 Naklo

AVTOSERVIS DRINOVEC

GSM: 041 753 120
GSM: 031 271 755

SERVISIRANJE IN POPRAVILO OSEBNIH
IN DOSTAVNIH VOZIL

4M Group d.o.o., Medvedova ulica 11a, 1241 Kamnik

WWW.CENTER-BIOMASE.NET

040
123 711

Nižje ne gre - novo!

peleti A1 Woodland od 3,75 €/vrečo

KOROTAN, d.o.o., Kranj

www.korotan-kranj.si
KMETIJSKA TRGOVINA, Struževo 20, Kranj
Odprto: 7-19, sobota 7-13,
tel.: 04/23 68 710

- Velika izbira steklene embalaže in pokrovčkov, lesene gajbice, papirnate vrečke za shranjevanje zelišč, čajev...

KAMNOSEŠTVO JEZERŠEK

Okroglo 3a, 4202 Naklo
TEL.: 04/25 77 160
GSM: 041 730 971
www.kamnosestvo-jezersek.com
andrej.jezersek@siol.net

Iz marmorja in granita izdelujemo in obnavljamo nagrobne spomenike, stopnice, police, tlake, kuhinjske in kopalniške pulte

MOJI ŠTRUKLJI DETELJICA

V Štrukljarnici Deteljica vaše brbončice razvijamo z dnevno svežimi malicami, enolončnicami ter seveda okusnimi domačimi štruklji!

Štruklje - imamo jih več kot 20 vrst, lahko kupite po diskontnih cenah "NA KILO" ali pa si izberete le svoj najljubši KOS. Pripravimo vam jih za takojšnji užitek ali za domov, "TO GO".



ponudba malic:



Pridite še štrukljat tudi vi!

Delovni čas: ponedeljek – sobota: 8.00 – 20.00 ure

Moji Štruklji Deteljica, Cesta Ste Marie aux Mines 36, 4290 Tržič,
040 580 556, <https://www.moji-struklji.si/>, FB: Moji štruklji Deteljica,
Štruklji na dom: <https://www.naroci-struklje.si/>



KUPON

-10% popust na celoten nakup,
NA VSO PONUDBO HRANE IN PIJAČE
(ne vključuje dnevnih malic)

POPUST VELJAV ŠTRUKLJARNICI
Moji Štruklji Deteljica,
ob predložitvi kupončka.
Kupon velja do 31.12. 2021.



MEGALES d.o.o.

- Odkupujemo hlodovino in celulozni les
- Opravljamo celovite sanacije gozdov
- Odkupujemo sečne ostanke in les za biomaso
- Izvajamo posek in spravilo lesa
- Gojitvena dela
- Gradnja in rekonstrukcije gozdnih prometnic
- Ugodne cene in dobri plačilni pogoji

Odkup - posek, spravilo in prevoz lesa
Strahinj 87 – Naklo,
tel.: 04 / 25 76 440
gsm: 051 / 358 368
info@megales.si
www.megales.si

Megales – vaš partner pri odkupu, poseku in prevozu lesa.

Kako ustvariti svoj prostor zasebnosti?



Vse izdelke
dostavimo in
na željo
tudi vgradimo

CEGRAM

CEGRAM d.o.o., Podbrezje 26, 4202 Naklo
cegram@cegram.si, www.cegram.si
T: 04/537 22 00

- cvetlična korita
- tlakovci različnih barv in oblik
- vrtni umivalniki
- plošče, robniki
- škarpni elementi
- ograje

BREZA d.o.o.

**Trgovina
z gradbenim,
repromaterialom in storitve**

Podbrezje 109, 4202 Naklo
tel.: 04/532 51 00

**Odprto: 7.00-17.00
sobota 7.00-13.00**

GIVOS d.o.o.

**ALU
OGRAJA**



**PVC
OGRAJA**



• VRTNE IN BALKONSKE OGRAJE • DVORIŠČNA VRATA

M: 040 568 000 | www.givos.si | info@givos.si

PRODAJA IZDELKOV: GIVOS d.o.o., SREDNJA VAS 73, 4208 ŠENČUR

POGREBNIK d.o.o.

z vami že 30 let

www.pogrebnik.si

Dvorje 13, 4207 Cerklje na Gorenjskem
poslovna enota: Šutna 11, 4209 Žabnica

**Pogrebne in pokopališke storitve
za vas opravljamo na celotnem
območju občine Naklo.**

... si zletel pod nebo
in potonil v temen ocean.
Odtlej eno sonce je več na nebu
in eno sonce na zemlji manj...
(Tone Pavček)

**24 URNA DEŽURNA ŠTEVILKA:
041 624 685**



FRISTADS®

WORKWEAR

Fristads d.o.o. | Glavna cesta 24, Naklo 4202
www.vrhunskaprema.si | mobi: 040 522 066



Smo specializirano podjetje za prodajo zaščitnih delovnih oblačil švedske blagovne znamke FRISTADS in nemške blagovne znamke KUBLER WORKWEAR. Razstavni prostor je v poslovni stavbi Pošte Naklo (bivši prostori Občine Naklo).

VELDRONA d.o.o. NAKLO

Glavna cesta 20, 4202 NAKLO

info@veldrona.com

<http://veldrona.si>

<http://veldron.com>

Računovodski servis

(za d.o.o., s.p., društva,...)

Kontakt: 041 863 440



Trgovina Matjaž

Tel.: 04 257 15 02, Faks: 04 257 18 31

Barve, laki, pisarniški material, računalniki in oprema, fotokopiranje, kemična čistilnica, ponudba točenih vin in

SERVIS RAČUNALNIKOV IN OPREME

Odprto 8.00-12.00 in 14.30-18.30
Sobota 8.00 - 12.00

*Vse za
vrejanje
grobov*



SLOGINA
Cvetličarna

V ponudbi:
nagrobni aranžmaji iz
suhenga in svežega cvetja,
cvetlični nasadki,
rezano cvetje, sveče,...



100%
SLOVENSKO

VEGAN



SLOGINA
Špajza



PO DOMAČE
IZDELKE V
SLOGINO
ŠPAJZO!



STISKALNICE
ZA SADJE

SUPER
CENE



PUHALNIKI

Villager

KVC SLOGA Kranj, Šuceva 27, tel.: 04 20 14 960,
KTC SLOGA Šenčur, Kranjska cesta 35, tel.: 04 25 19 772
www.sloga.si

V SLOGI SE VSE DOBI!



SLOGA
Kmetijsko gozdarska zadruga z.o.o.



okna in vrata
NAGODE
www.nagode.si

Brezplačno vam pripravimo vso dokumentacijo
za pridobitev nepovratnih sredstev **Eko sklada**.



**NAJVEČJI SALON
OKEN IN VRAT
V SLOVENIJI.**

Dobrodošli
v IOC Zapolje I/3,
Logatec.

**Kakovost in
konkurenčne
cene!**

Nagode d.o.o.,
IOC Zapolje I/3, Logatec

m: 051 209 757 e: info@nagode.si
w: www.nagode.si

Vabljeni v naš razstavni salon vsak delavnik
med 7. in 16. uro, ob četrtnih do 18. ure

TISKARNA IROPLAST

Veliko več kot le odtis.

Iroplast, d.o.o., Glavna cesta 42, 4202 Naklo, info@iroplast.si, www.iroplast.si, 040 687 777

tiskanje | sitotisk | tampotisk | uv tisk

Tiskamo:

majice, kape, vrečke vseh vrst, torbe, jakne, puloverje, preslikače,
dežnike, rokavnike, brisače, odeje, neopren, palerine,
športne drese, zaščitne maske, nahrbtnike, bandane (ovratne rute),
delovna oblačila, koledarje, vžigalnike, kemične svinčnike,
obeske vseh vrst, strgala, bidone, termo steklenice, pohodne palice
ter mnogo več, tudi po naročilu.

