Zeleni glas

maj 2019 • letnik 22 • številka 2

ISSN 1408 - 9742

SVET ČETRTNE SKUPNOSTI MOSTE

VABI NA

MOŠČANSKI DAN SOSEDOV

KDAJ? torek,04.06.2019 ob 17.30uri

KJE? na parkirišču pred TE-TOL, Toplarniška 19, Ljubljana

PREŽIVITE PRIJETNO POPOLDNE Z NAMI!

SE VIDIMO!

Če imate kakšno minutko časa, s seboj v pokušino prinesite svojo kulinarično posebnost (potico, kolačke, klobaso, vino...). Tisti, ki boste z jestvinami prišli, se javite pri stojnici ČS Moste, kjer vas čaka presenečenje.

Mestna občina Ljubljana

MESTNA OBČINA LJUBLJANA
VABI UPOKOJENCE NA

BREZPLAČNE RAČUNALNIŠKE TEČAJE

VABLJENI NA

35 URNE ZAČETNE
30 URNE NADALJEVALNE IN
20 URNE IZPOPOLNJEVALNE TEČAJE

(WINDOWS, WORD, INTERNET, E-POŠTA, DIGITALNA FOTOGRAFIJA, DRUŽABNA OMREŽJA)
Več na: http://www.ljubljana.si/si/zivljenje-v-ljubljani/starejsi/izobrazevanje-starejsih/

PRIJAVA:
MOL, SLUŽBA ZA LOKALNO SAMOUPRAVO, tel. 306 48 62 ali 306 48 36.

MESTNA OBČINA LJUBLJANA VAS VABI NA DELAVNICO

DEFIBRILATOR

TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA IN PRAVILNA (VARNA) UPORABA DEFIBRILATORJA

V ČETRTEK, 7. JUNIJA 2019, OB 18. URI,
na sedežu ČS Golovec, Litijska 38, sejna soba v 1. nadstropju.

Defibrilator je naprava, s katero lahko rešimo človeku življenje ob srčnem zastoju!
Predstavili vam bomo postopke oživljanja, dejavnike tveganja srčno žilnih obolenj ter naučili, kako defibrilator pravilno uporabljati.
Opravljali bomo tudi brezplačne meritve krvnega tlaka, sladkorja ter holesterola.

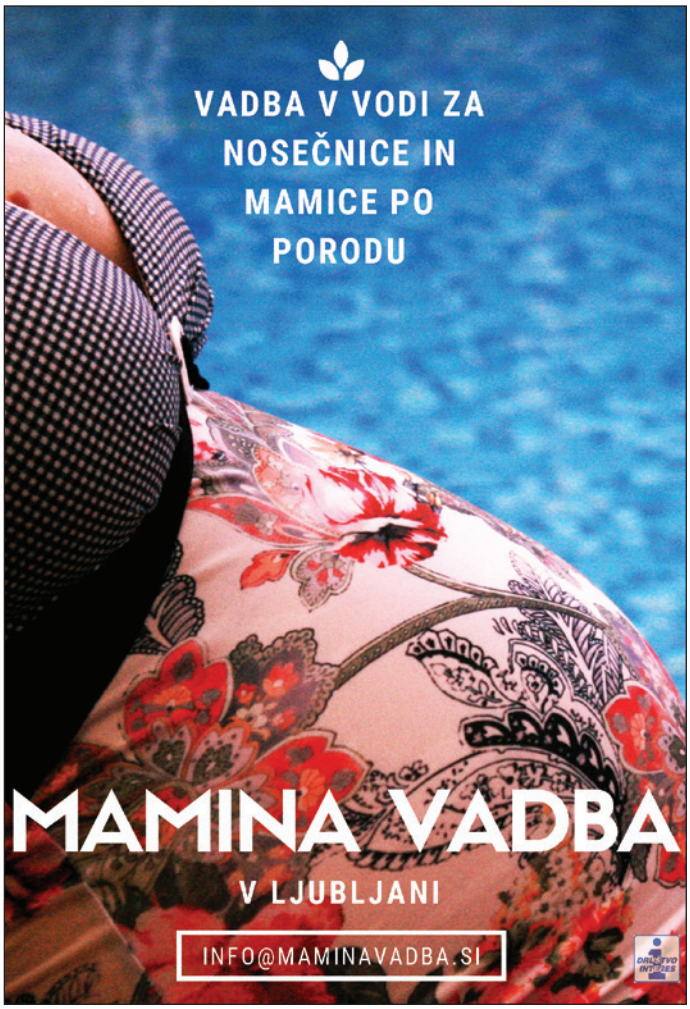
Prosimo vas, da svojo udeležbo sporočite v pisarno Četrtne skupnosti Golovec, tel. št. 01 548 02 82.

VSTOP PROST **PRISRČNO VABLJENI!**

Četrtna skupnost Jarše
Mestna občina Ljubljana

AKCIJA
meseca junija
10% popusta na hrano Acana in Orijen

Preventivni pregled krvi ob cepljenju
(17 biokemijskih parametrov)
po ceni 33,71€, namesto 54,90€



Širša slika

Danes, ko to pišem, je spet oblačno in deževno vreme. Saj nimam nič proti dežju, ampak če ta traja predolgo, pušča posledice. Življenje potrebuje ritem, to, da se vreme menja, da je malo dežja, malo sonca, da lahko začutimo pravo majsko razkošje razvoja, rasti in obilja življenja. Barve cvetov, vonj šmarnic. Saj razumete, kaj hočem povedati.

V maju smo praznovali dan čebel. Čebele potrebujejo veliko cvetlic, da na njih nabirajo nektar. Cvetlice pa potrebujejo sonček, da se lahko razvijejo, do te stopnje, da medijo. Življenje potrebuje čebele, čebele potrebujejo cvetlice, cvetlice s pomočjo čebel, ki jih oprašijo in sonca, ustvarijo plod. V plodu je običajno zametek novega življenja, seme. S plodovi rastlin se hranimo ljudje in tako lahko živimo. Ljudje odločamo o tem, koliko čebelic bo. Bomo posadili ob svojih domovih rastline, ki medijo, ali tiste, ki medijo malo manj ali pa rastlin sploh ne bomo sadili. Bo zato manj hrane?

Iz otroštva se spominjam simfonije zvokov brenčanja čebel, ki so nabirale nektar na tisočerih različnih travniških rožicah. V mojem spominu je trava celo nekoliko višja, kot jo na redkih navadnih travnikih lahko opazujem zdaj. Sicer pa travnikov skoraj ni. Travniške rožice so žal postale odveč. Večinoma so vse površine obdelane s kemičnimi pripravki. Kdaj ste nazadnje ob železniških tirih opazili rumeno madronščico? Verjetno je že tako dolgo nazaj, da ste pozabili celo to, kako lepa je ta cvetlica. Kemični pripravki, ki v kali zatrejo rastline, škodujejo čebelam, škodujejo ljudem. Škodujejo na področju raznolikosti rastlinskih in živalskih vrst, škodujejo informacijskemu in vitalnemu biopolju.

Marsikdo ne ve, da imajo čebele izjemen vpliv na naše biopolje. Večje, kot je naše biopolje, bolj smo ustvarjalni, bolj vitalni, bolj srečni, bolj zdravi. Razvito biopolje je temelj na katerem se razvijajo parapsihološke sposobnosti ljudi. Brenčanje čebel ustvarja harmonijo v zračnem prostoru. Eter dobi živost, vitalnost, ki nas okrepljuje z vsakim vdihom. Opazujte se, kako zelo se vam spremeni počutje, ko poslušate brenčanje čebel. Morda na začetku ni prav prijetno, postopoma pa se začnemo umirjati, raztresene površne misli se nekako strukturirajo, postanemo zbrani, harmonični, uravnoteženi. Začnemo se počutiti dobro, strukturirano informacijsko polje nam omogoči močnejši pritok življenjske sile.

Če imamo dovolj življenjske sile, smo pozitivni, življenjski. V nas se pretaka vitalna življenjska energija, ki jo uporabljamo za projekte, ki podpirajo razvoj življenja. Tako preko nas postaja življenje svetlejše, bogatejše. Po mojem mišljenju je človek antena, ki sprejema zemeljsko in kozmično energijo, to predelujemo v vitalno silo. Pri predelavi v za nas pomembne zdrave frekvence nam pomagajo drevesa, ki so seveda fantastični živi pomočniki, predelovalci energij za podporo in čebelice, ki nam z dobrimi frekvencami polnijo vitalno polje. Verjamem, da nam čebele dajejo iz celega spektra frekvenc le tiste najkaovostnejše, tiste, ki nam lahko harmonizirajo polje našega srca. Tega sem se začela zavedati, ko sem brala o raziskavi merjenja frekvenc srca ženske, ki je le eno noč prespala na blazini, ki je bila položena čez čebelje panje. Spanje na čebeljih panjih ima neverjetno ozdravljujočo moč in verjamem, da se bo ta oblika preživljanja dopusta počasi uveljavila tudi v Sloveniji. Konec koncev spanje na čebeljih panjih razvija intuicijo, biopolje, parapsihološke sposobnosti pri ljudeh. Harmoničen in srečen človek je vzrok harmonije v okolju, v katerem se giblje. Upam, da bo branje teh vrstic navdahnilo kakšnega čebelarja, da bo svojo ponudbo razširil in ponudil ljudem možnost spanja na čebeljih panjih.

Maja Pirc

MASAŽA NA STOLU
PROMOCIJA DOBREGA POČUTJA
ZA SODOBNEGA ČLOVEKA
NEŽA KASTELIC
040 241 929
nkastelic52@gmail.com

PIVOVARNA in KRATOCHWILL
Tel: 01 / 585 27 56
BTC Kratochwill d.o.o.
Šmartinska 152
1000 Ljubljana
Delovni čas:
Ponedeljek – Četrtek 9.00 – 22.00
Petek – Sobota 9.00 – 24.00
Nedelja 12.00 – 17.00

TECTUM-R
izdelava streh, izolacij in stropov, d.o.o.
Rajif Brković
Novo Polje X/6, Ljubljana
GSM: 041/711-801
Tel., fax: 01/542-35-13
E-mail: rajif.brkovic@gmail.com

Sudoku

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

Navodilo

Prazna polja v danem kvadratu izpolnite s številkami od 1 do 9 tako, da bo v vsaki vrstici, vsakem stolpcu in vsakem manjšem kvadratu, omejenem z debelejšimi črtami, vsaka izmed številk od 1 do 9 nastopala natanko enkrat.

Rešitev

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

Zeleni glas

ZELENI GLAS je glasilo Turističnega društva Zelena jama. Zeleni glas je mesečnik in pokriva območje četrtnih skupnosti Jarše in Moste.
Izdajatelj: Turistično društvo Zelena jama, Bezenškova 22, 1000 Ljubljana
Za izdajatelja: Maja Pirc • Telefon: (01) 544 66 03 • GSM 041 431 653
• Naslov za prispevke: Zeleni glas, Krožna pot 62, 1000 Ljubljana • e- mail: zeleni.glas@amadej.si • www. td-zelenajama.org • Glavni urednik: Maja Pirc • Uredniški odbor: Boris Pirc, Vida Lovše, Gregor Žura • Novinarji: Maja Pirc, Boris Pirc, Lea Rigler, Vida Lovše • Oblikovanje in prelom: Jan Lovše • Naklada: 14.000 izvodov

Fotografija na naslovnici: Dan ČS Jarše 2019 – Podelitev zahval: Mina Marinčič - Društvo Interes, Metod Petrič - Nogometni klub Šmartno, Viktorija Pečnikar Oblak - Judo klub Sokol Ljubljana, Petra Švajger - KO RK Ljubljana - Zelena jama, Edi Mikuž - Sokolsko društvo Moste, Uroš Paternus - 1. Brigada Slovenske vojske, Mitja Petje - Društvo prijateljev mladine Šmartno, Ida Medved podpredsednica ČS Jarše in Dejan Crnek podžupan mestne občine Ljubljana • Fotograf: Boris Pirc

Ideja za izlet

V poletnem času, ko nismo na morju, nas vleče narava. V tem času pridejo prav informacija o krajih, kjer še nismo bili. Eden izmed manj poznanih krajev je v bližini ostankov Kačjega gradu. Tam se nahaja domačija Lamperček. Takole nas vabijo:

»Doživite neokrnjeno naravo in se umaknite vsakodnevnemu vrvežu ter nas obiščite na Domačiji Lamperček v bližini Vinske Gore. V letnem času nas obiščite katerikoli petek med 16. in 20. uro, ob sobotah in nedeljah pa med 10. in 20. uro. Dobrodošle so tudi večje skupine, ki nas ob predhodni najavi lahko obiščejo kadarkoli. Pogostili vas bomo z domačimi divjačinskimi dobrotami in vas povabili, da si ogledate našo kmetijo. Dan boste lahko popestrili s športnimi aktivnostmi ali pa boste uživali v lepotah narave.«

Kar 13 hektarov je na Domačiji Lamperček velika obora divjadi, ki je dom več kot sto jelenom, košutam, damjakom in muflonom. Živali lahko obiskovalci sami nahranijo s svežimi jabolki ali suhim kruhom. Hrano jemljejo tudi z rok, kar najbolj navdušuje predvsem otroke.

Jeleni imajo dolgo in krhko dlako, ki je poleti rdečerjave, pozimi pa sivorjave barve. Samci imajo na čelu razvejano rogovje. Jelenova samica je košuta in je mulasta – brez rogovja. Jelenom rogovje odpade aprila, na njihovem mestu pa začne rasti novo rogovje, ki je vsako leto večje in bolj razvejano.

Damjaki so jeleni lopatarji in so manjši od navadnih jelenov. Od navadnih jelenov se razlikujejo tudi po barvi kožuha – damjak ima belo-listast kožuh.

Mufloni so vrsta divjih ovc. Njihov kožuh je rdečerjav s temno progo čez pleča ter svetlo obarvanim sedlom in spodnjimi deli. Samci imajo rogove, samice pa so brez njih.

V bližini domačije je muzej starih koles. V zbirki je ogromno koles, mojo pozornost pa so pritegnila kolesa potujočega fotografa, trgovca in šivilj. Zelo zanimive so tudi rikše ter raznorazne starine. Ob hiši je zelo urejen vrt rastlin, ki so v času mojega obiska že močno cvetele ter omamno dišale.

Domačija Lamperček se nahaja v Velenju na naslovu Črnova 1. Njihov telefon 03 589 01 04. Več informacij je možno najti na spletni strani https://www.domacija-lampercek.si/.

(mp)

Za lepšo Ljubljano 2019

V obdobju od 22. marca, svetovni dan voda in 20. aprila, svetovni dan Zemlje, so povsod po Sloveniji potekale čistilne akcije. Namen svetovnega dneva voda je opozarjati, kako pomembna je voda za življenje, da dostop do pitne vode ni zagotovljen vsem ljudem in kako nujno je trajnostno naravnano gospodarjenje z njenimi zalogami. Letošnja tema svetovnega dneva voda je: »Voda za vsakogar«.

Sporočilo je jasno: »Nikogar ne puščajmo zadaj«. Dostop do zdrave pitne vode mora biti zagotovljen vsem ljudem, ne glede na okolje, raso, spol, socialni status in drugo. Regulativni in pravni okvirji ter finančna sredstva morajo biti pravično in učinkovito usmerjeni tudi na tiste skupine ljudi, katerih glas se ne sliši. Glavna tema letošnjega dneva Zemlje je okoljska in podnebna pismenost. Na spletni strani svetovnega dne Zemlje so zapisali, da je izobrazba temelj za napredek. "Zgraditi moramo globalno državljanstvo, poučeno o konceptih podnebnih sprememb in z zavestjo, kako velika grožnja so našemu planetu. Oborožiti se moramo z znanjem, da bomo lahko zaščitili svoje okolje," so zapisali.

Čisto, urejeno in lepo okolje nam je vsem v ponos. Slovenija je lepa dežela. Ima veliko zelenja, reke, gore in nekaj morja. Ne smemo pozabiti na gozdove, parke, sprehajalne poti. Poleti so še posebej zanimive tiste ob jezerih in v soteskah. Žal pa nekateri večkrat zavržejo prazne embalaže kar v naravo. Zato so še posebej pomembne akcije ozaveščanja, saj je človek bitje narave, in če ne spoštuje narave, posredno ne spoštuje sebe. Neustrezno odvržena embalaža pri svojem počasnem razkroju sprošča strupe, ti preidejo v vodo, voda v podtalnico in krog se sklene. V Turističnem društvu Zelena jama smo bili letos pridni in smo se tako kot vsako leto zbrali na treh lokacijah v ČS Jarše. V akcijah so poleg občanov, ki se jim za udeležbo lepo zahvaljujemo, sodelovale tudi šole. Letos smo veliko naredili tako v širjenju ozaveščanja na področju skrbi za čisto okolje kot tudi pri odstranitvi razpršenih odpadkov in odvrženih smeteh. Zahvaljujemo se občanom, občankam, šolam, posameznikom, ki so se angažirali pri organizaciji, seveda vsem, ki ste nam pri tem kakorkoli pomagali. Zahvala gre zavodu Turizem Ljubljana, pokroviteljem podjetjem Interes, Kemira, Zavarovalnica Triglav in Atlantic Grupa ter seveda Snagi, ki je poskrbela za odvoz odpadkov. (bp)

Skejt scena 90' v Mladinski postaji Moste

V torek, 21. 5., smo imeli na programu meseca Skejtanja prav posebni dogodek, in sicer Skejt scena 90' z Ali Enom.

Najprej smo si ogledali Deckument - od rolke do skejta, dokumentarni film, ki prikazuje začetke in razvoj skejtanja na naših tleh od 1970 dalje ter ljudi, ki so skate sceno postavili na noge v Sloveniji. Predstavljen je čas Power Peralta, Santa Cruza, Skate Ragsov, Airwalkov in vseh ostalih brandov, ki so bili takrat prisotni. Prikaz začetkov kultne športne umetnosti z navdihi odlične glasbe, zanimivim stilom oblačenja, humorja, ljudi in skupnosti. Kje je bila postavljena prva rampa za skejtanje? Kdo so bili prvi mladi Slovenci, ki so na "skate contestih" kazali nove skate trike? Dokumentarni film najdemo tudi na spletni platformi youtube pod imenom Deckument (Trailer). Priporočamo ogled, saj kot pravijo avtorji dokumentarca "se vrača v čas svobode in neumnosti".

Po filmu pa smo o skejt sceni v Sloveniji spregovorili še z legendarnim Dalaj Eegolom, znanim tudi pod prejšnjim imenom Ali En in novejšim vzdevkom RecycleMan, rojenem kot Ali Džafić, slovenski glasbenik, ilustrator in multimedijski umetnik. Je eden od pionirjev slovenskega hiphopa in funka ter eden prvih slovenskih MC-jev, ki je na slovensko glasbeno sceno prodrl s prvencem Leva scena. Ga poznaš? Kateri komad ti je najljubši? Burek? Who is the real Kekec? Leva scena?

Dogodek nas je popeljal v nostalgične momente. Hvala za obisk! Se vidimo kej! Ekipa MPM
www.postajamoste.si
FB: Mladinska postaja Moste
Kontakt: info@postajamoste.si
Lokacija: 1. nadstropje Tržnice Moste, Zaloška 55

Maja Ramšak

Prvošolci na festivalu Sobivanje

V petek, 24 .5 ., smo se prvošolci OŠ Ketteja in Murna udeležili zaključnega dogodka Festival Sobivanja, 6. po vrsti. Namenjen je bil vsem sodelujočim v projektih društva »Sobivanje«. Med šolskim letom smo sodelovali v projektu Varno v vrtec in šolo. Cilj projekta je, da pri otrocih nadgradimo celostno znanje o varnosti v prometu ter tako ozaveščamo o pomembni trajnostni komponenti. Skupaj smo ustvarjali, razmišljali in se učili o pomenu varnosti v prometu. Na festivalu smo se zabavali v športnem tekmovanju in medsebojnem druženju. Otroci so se srečali tudi z maskoto Pasavček. Veliko pozornost smo med letom posvetili tudi varnosti, povezani s pripetostjo z varnostnimi pasovi med vožnjo z avtom. Dan smo zaključili z zadovoljstvom in polni novih doživetij.

Breda Lesar

Judo klub Sokol

Pomladni meseci so v Judo klubu Sokol Ljubljana vedno prežeti z aktivnostmi. Naši tekmovalci so se uspešno pomerili na uradnih tekmovanjih Judo zveze Slovenije in nekateri med njimi tudi osvojili medalje. Z ekipo inkluzivnega juda smo osvojili skupno 2. mesto na mednarodnem tekmovanju v Ravenni.

Naši člani so z dobrodelno predstavo »Sokol moj učitelj« pod vodstvom Julije zablesteli na klubskem odru.

Poleg tekmovalnih dosežkov smo prejeli tudi zahvalo Četrtne skupnosti Jarše za uspešno delo v judu in inkluzivnem judu za kar smo izjemno hvaležni. Priznanje lokalne skupnosti nam vliva voljo in dodatno veselje za nadaljnje delo.

Pred nami je izpitno obdobje. Verjamemo, da dobo naši judoisti uspešno prikazali nove tehnike. Počitniške dneve pa bodo nekateri preživeli na judo taborih in pripravah.

Vsem bralcem želimo lepo poletje.

Viktorija Pečnikar Oblak

Doktor znanosti in športni pedagog

Naš tokratni gost je z nami povezan na več kot en način: že skoraj trideset let je zaposlen na Fakulteti za šport na Kodeljevem, hkrati pa je doma v Novih Jaršah, kjer je aktiven član soseske. Tu sta si z ženo Bernardo uredila dom in ustvarila družino.

V Ljubljano se je priselil jeseni leta 1984, ko je začel študij telesne kulture, sicer pa je otroštvo in mladost preživel v Rimskih Toplicah. V šali se predstavi, da je »Stane iz Ljubljane oziroma Rimljan v Emoni«. V družini šestih otrok je bil najmlajši. Odraščal je v tesnem stiku z naravo, kjer so se otroci veliko igrali in se sami učili različnih spretnosti. Tam je vzljubil gibanje in posledično različne športe, ki jih je bilo mogoče gojiti v vseh letnih časih. Zanimalo me je, kdaj se je zavedel, da ima rad šport? Povedal je, da je najbolj opazil, kako zelo pogreša gibanje in šport, ko je bil v 2. razredu osnovne šole poškodovan v prometni nesreči. Takrat ni smel več tednov pri pouku telovaditi in je žalosten sedel na klopi, v sicer čisto novi telovadnici. Le nekaj let kasneje pa je v sebi že vedel, da bo postal učitelj telovadbe, kot se je temu predmetu takrat reklo. V mladosti se je ukvarjal z igrami z žogo. V zadnjem letniku srednje šole in med študijem pa se je usmeril na resne treninge in tekmovanja v odbojki, ki mu je še vedno zelo pri srcu. Že v času šolanja je postal trener odbojke, in če se mu le ponudi priložnost, se še vedno rad pridruži igri, naj bo to v dvorani ali zunaj na mivki.

Pot do študija na Fakulteti za šport v Ljubljani ni bila ravna in lahka, saj mu jo je v srednji šoli prekrižala bolezen. Vendar ga nikakor ni ustavila pri njegovih ciljih, prej nasprotno. Odločil se je, da se bo še bolj resno lotil učenja in se potrudil, da se vrne v športno formo. Na koncu mu je uspelo, da se je kljub oviram, ki nam jih življenje navadno nenapovedano nastavi na pot, vpisal na fakulteto in sledil svojim srčnim ambicijam. To ga je zaznamovalo za vse življenje, a na ustvarjalen način, saj lažje razume in skuša pomagati tistim, ki doživijo kaj podobnega. Posebej so mu pri srcu otroci in osebe z motnjami v duševnem in gibalnem razvoju. Tako se že vrsto let ukvarja z razvojem športnih dejavnosti in pripomočkov tudi za otroke s posebnimi potrebami ter pomaga Bolnišnični šoli Ljubljana pri organizaciji Bolnišničnih olimpijskih iger. Prepričan je, da je spodbujanje športnega duha, sposobnosti in veselja do gibanja pri teh otrocih izjemnega pomena za razvoj pozitivnega pristopa do življenja nasploh. Zanj je šport ne le gibanje, preizkušanje svojih sposobnosti in tekmovanje, ampak pot in način življenja, ki te uči obvladovanja življenjskih situacij in te plemeniti. V izjemno veselje in zadoščenje mu je, ko vidi, da ljudem lahko pomaga, da dosežejo več, kot so kdaj prej verjeli, da je mogoče. Ni zagovornik pretiravanja, temveč je prepričan, da se da le s postopnimi spremembami, ki so prilagojene zmogljivostim, potrebam in pričakovanjem posameznika, doseči marsikaj!

Prav zato je eno od pomembnih področij, ki se mu je posvetil v akademski karieri, etika v športu. Fair play ali etična odličnost v športu je zanj ključnega pomena in udejstvovanje na tem področju mu je prineslo naziv »Namestnik ambasadorja za šport, strpnost in fair play Republike Slovenije«, v katerega ga je leta 1998 imenoval Svet Evrope. Ne glede na to, da se marsikomu zdi poštena igra preveč idealističen in nerealen pristop k športu, je sam prepričan, da je to edina prava pot, ki ji je vredno slediti. Omenil je, da so nanj pustili močan pečat nekateri naši očaki športa in športne pedagogike, ki jih je imel čast spoznati in sodelovati z njimi - Leon Štukelj, profesor Drago Ulaga, olimpionik Miroslav Cerar ter še mnogi drugi.

Že v mladih letih je v zasebno in kasneje poklicno športno pot vtkal dejavnost, po kateri smo Slovenci dobro znani, planinstvo oziroma gorništvo, kakor ga sam raje poimenuje. Kar 15 let je bil zelo dejaven v Mladinski komisiji Planinske zveze Slovenije ter bil nekakšen vmesni člen med fakulteto, torej stroko na eni in prakso organizacije na terenu, na drugi strani. Najboljše rezultate vedno dosežemo, ko združimo oboje: znanost in njena dognanja ter prakso in izkušnje na terenu, je prepričan. Eno brez drugega ne gre in tudi na Fakulteti za šport imamo zato področje planinstvo in druge dejavnosti v naravi, ki

študentom nudi konkretne izkušnje v gorah, katere povežejo s strokovnim, teoretičnim znanjem. Čeprav dr. Stanislav Pinter ni več neposredno angažiran v organih Planinske zveze Slovenije in so ga zanimanje ter okoliščine odnesle na druga področja, seveda še vedno ljubi gore in naravo, kjer najde oddih in kjer si spočije od hrupnega mestnega vsakdana. Vse to sta s soprogo Bernardo uspela prenesti na njune tri, sedaj že odrasle otroke: sinova Gašperja in Domna ter hčerko Marušo. Vsi trije so zrasli v dobre športnike in v srčne mlade ljudi, na katere je iz srca ponosen.

Pred dobrim mesecem dni, v noči med 19. in 20. aprilom, ko je v njihovem bloku v Novih Jaršah malo po polnoči zagorelo in je požar zahteval hitro ter učinkovito akcijo reševanja, so se srčnost, pogum in dobra organizacija celotne družine pokazali za ključne dejavnike uspeha med reševanjem več starejših sosedov. Brez njihovega odziva bi se verjetno slabo končalo, tako pa so jo stanovalci odnesli brez usodnih posledic in ogenj je bil s pomočjo gasilcev ukročen, še preden se je razširil na celoten blok. Imeli so srečo, da njihov dom ni utrpel še večje škode. Dodano vrednost te travmatične izkušnje pa vidi v tem, da so se stanovalci bloka oziroma celo širše soseske bolj medosebno povezali in so začutili potrebo, da to negujejo naprej. Ob tem se mu je porodila zamisel, da bi v parku pred blokom, od koder so konec aprila spremljali požar, postavili spominski vadbeni otok, kjer bi svoje sosede spodbudili k bolj zdravemu načinu življenja in predvsem gibanju na prostem pred bloki, namesto da tam brezdelno posedajo. Ugotovil je namreč, da so bili tisti stanovalci bloka, oziroma soseske, ki so prvi priskočili na pomoč prizadetim in so se učinkovito odzvali na požar, pravzaprav športniki. Dr. Stanislav Pinter je prepričan, da je prav športni duh tisti, ki je imel odločilno vlogo pri tem, da so pomagali in ustrezno ukrepali predvsem nekdanji ali še aktivni športniki. Predlog glede izgradnje vadbenega otoka je v obliki pisma poslal županu Zoranu Jankoviću in nanj že dobil pozitiven odgovor. Iz nečesa, kar bi se lahko končalo kot huda nesreča in celo tragedija, se bo lahko tudi z njegovo idejo in pomočjo preobrazilo v nekaj pozitivnega, kar bo pripomoglo k spremembi na boljše.

Kako je s spremembami in odločitvami zanje, dobro ve tudi sam. Eno izmed njih je sprejel leta 2009, ko se je odločil, da bo korenito spremenil življenjski slog. Začel se je uravnoteženo prehranjevati, saj je bilo to do takrat navkljub delovanju na Fakulteti za šport ob mnogih obveznostih na projektih daleč od zdravega in posnemanja vrednega. Takrat se je odločil, da bo spremenil nekatere nezdrave navade, se naučil vsega potrebnega in za posnemanje navdušil še vso družino. Po desetih letih se zaveda, da mu je to uspelo še pravi čas. Vsi vemo, da je treba za spremembo v življenju imeti veliko energije in ne nazadnje pripravljenosti, da si priznaš, da si morda živel v »iskreni zmoti«. Nezdrave obroke je tako postopno zamenjala zdrava prehrana, spremenjene

navade in rezultati so bili kmalu vidni in občutni. Temu je sledila še ena odločitev, da se pridruži stanovskim kolegom in s sodelavci soustvarijo novo rešitev, ki bo podkrepljena z znanstveno dokazanimi dejstvi ter realnimi rezultati v praksi predstavljala izziv še drugim ljudem, ki si prav tako želijo spremembe, a nekako tipajo v temi. Razvili so koncept »PrejPotem«, ki sta ga s soprogo Bernardo v obliki delavnic prvič samostojno predstavila leta 2012 v domačih Jaršah in potem še drugje po Ljubljani in Sloveniji. Zdaj se del njihovih programov odvija v »Pospeševalniku dobrega počutja« v Sp. Črnučah. V različne informativne in praktične delavniške oblike ter na pametno vadbo se lahko vključijo vsi, ki so starejši od 18 let, medtem ko je zgornja starostna meja ostala odprta. Imajo namreč več slušateljev ter članov in članic, ki so že krepko presegli mejo 75 let in so jim z znanjem ter spodbudo pomagali, da so se počutijo bolje - bolj zdrave in čile ter polne energije. Pri tem dr. Stanislav Pinter poudarja, da je nujno, da se človek odloči za spremembo sam, saj sicer tudi rezultatov ne bo pravih. S tem se verjetno vsi strinjamo, edina stalnica v življenju je sprememba. Ta se vedno začne pri nas samih.

(lr)

S plesnimi koraki v poletje!

Fotografija: Andrej Lamut

Center kulture Španski borci v mesecu juniju pripravlja bogat otroški program, kamor vabijo vse malčke, preden se ti odpravijo na poletne počitnice.

Že prvi junijski dan ob 10. uri na velikem odru pripravljajo zaključno prireditev EN-KNAP-ovega gibališča »Zgoraj, spodaj in vmes«, kjer se bodo predstavili otroci iz vseh treh starostnih skupin, ki so celo leto pridno vadili plesne korake. EN-KNAP vas ob tej priložnosti vabi na vpis v naslednjo sezono gibališča, ko se bodo posvetili raziskovanju prostora, v katerem ples nastaja, risanju različnih gibalnih vzorcev po tleh in po zraku. Razčlenjevali bodo telo na zgornje in spodnje okončine ter z njimi posegali v prostor med nami in tako skupaj leteli čez polja domišljije.

Nekaj dni kasneje, natančneje v četrtek, 6. junija, ob 18. uri pa vas čaka premiera EN-KNAP-ove otroške predstave z naslovom OHO. Kot sta ustvarjalca Kristina Aleksova in Loup Abramovici zapisala »To je predstava, ki se napihuje kot balon. Lahko je melona, pajek, muha ali slon. Gospod Balon in gospodična Baloneta le blizu kaktusov ne smeta. Saj - to ve vsak otrok - balon in kaktus je enako pok.” Otroški program v centru kulture Španski borci pa ne gre brez legendarne Kovačeve predstave Huda mravljica, ki jo poznajo otroci vseh starosti po vsej Sloveniji. Zadnjič v letošnji sezoni si jo boste lahko ogledali v torek, 18. junija, ob 18. uri.

Manjkal pa ne bo tudi program za odrasle. V petek, 7. junija, si boste lahko ogledali premiero plesno-gledališke predstave Črna skrinjica. Gre za predstavo Pie Vatovec in Petre Zupančič, ki raziskuje neizbežno menjavanje kaosa in reda, predvsem pa tistega vmes. Z nizanjem vzporednic med telesoma plesalca in lutke se poda na pripoved zgodbe o iskanju svobodne volje, izražanju moči in odkrivanju smisla v svetu, ki pred smislom beži. Ponovitev sledi v soboto, 22. junija, ob 20. uri.

Na oder Španskih borcev pa se v torek, 11. junija, ob 20. uri vrača tudi izjemno zanimiv dvojni plesni večer, kjer bo sodobno-plesna skupina EN-KNAP Group predstavila dve vrhunski koreografiji svetovno znanih avtorjev. V prvem delu večera bodo plesalci EN-KNAP sledili stopinjam ikone postmodernega plesa, Trishe Brown, v predelavi legendarnega dela Set and Reset. Predstava z novim naslovom Set and Reset/Ponastavitev sledi kombinaciji geometričnega sloga in fluidnosti gibov, ki je značilna za dela Trishe Brown. Večer pa bodo nadaljevali z eno prelomnih koreografij skupine EN-KNAP, s predstavo Loop de Loop koreografskega dvojca Guya Naderja in Marie Campos, v kateri plesalci do skrajnosti potiskajo meje tako svoje fizičnosti kot osredotočenosti in vzdržljivosti. Delo je popotovanje po ukrivljenih krožnih poteh ter razsežnostih in volumnih, ki jih telo lahko odkriva v prostoru.

www.spanskiborci.si

63. pohod in tek trojk na OŠ Jožeta Moškriča

Kot Unescova šola sodelujemo na tradicionalnem Ljubljanskem pohodu Pot ob žici. Udeležimo se ga množično, od 1. do 9. razreda. Vsi učenci šole smo se v petek zjutraj v spremstvu učiteljev odpravili na različno dolge poti in ob koncu dneva poslovili z novimi spomini.

Že kar nekaj let zapored sodelujemo na sobotnem edinstvenem teku trojk, ki je bilo za nas letos po udeležbi rekordno. Teklo je namreč 19 trojk, na kar smo zelo ponosni.

Tudi v bodoče upamo na veliko število udeležencev tako na poti kot tudi na samem teku.

Veronika Hudobreznik

Sofinancira Mestna občina Ljubljana

Društvo Interes je v sodelovanju s Športno zvezo Ljubljane izvedlo športne animacije in predstavitve lokalnih možnosti v programu Razgibajmo Ljubljano, v vojašnici Edvarda Peperka, Leskovškova 7, Ljubljana v sklopu Dneva ČS Jarše dne 11. maja 2019. Razgibajmo se po četrtnih skupnostih - kot koordinacijo organizacij, povezanih s športom v matični četrtni skupnosti, med njimi ponudnikov programov z namenom spodbujanja prebivalstva k vključitvi v redno športno/gibalno vadbo.

Nanbudo

Kaj sploh je Nanbudo?
Nanbudo je tradicionalna japonska borilna veščina. Je zelo raznolika in je po svojih tehnikah samoobrambe (nožni in ročni udarci, meti, vzvodi, parterna tehnika) podobna drugim modernim borilnim veščinam in športom, kot so karate, aikido, judo, jiu jitsu, hapkido,... Kar pa dela Nanbudo posebno veščino je dejstvo, da za razliko od prej omenjenih borilnih veščin in športov, ki so se večinoma usmerili v tekmovalne vode, še vedno nosi v sebi tradicionalne vaje za sproščanje, meditacijo, dihalne in raztezne vaje. Bistvenega pomena za učenca Nanbuda je torej povezanost telesa in duha, skrb za psihično in fizično zdravje.

Kdo pa lahko trenira Nanbudo?
Nanbudo lahko trenira prav vsak posameznik, ki si tega želi. Zaradi svoje raznolikosti si lahko vsak učenec priredi veščino sebi in svojim zmožnostim. Tako lahko ne glede na starost, spol ali fizično pripravljenost v veščini uživajo prav vsi. Predhodno znanje borilnih veščin ni potrebno. Z individualnim pristopom v klubu Nanbudo dojo Mushin poskrbimo, da napredujejo vsi po svojih najboljših zmožnostih, tako popolni začetniki kot napredni učenci.

Zakaj trenirati Nanbudo?
Nanbudo ni le borilna veščina. Kot smo prej omenili, ne vsebuje le tehnik samoobrambe, ampak velik del vadbe posveča tradicionalnim japonskim tehnikam za ohranjanje in izboljšanje zdravja. Tako učenec z redno vadbo Nanbuda krepi telo, nauči se samoobrambe, pridobi samozavest in lažje premaguje psihične napore v življenju. Praktično vsi, ki trenirajo to veščino, poudarjajo dejstvo, da s treningi močno pade raven stresa, da človek postane bolj umirjen in pozitiven. Tako lahko veliko lažje dosegajo cilje na vseh področjih v življenju.

Ali je Nanbudo primeren za otroke?
Nanbudo je več kot primerna dejavnost za mlajše. Pri vadbi Nanbuda se upošteva in poudarja kodeks obnašanja (v nadaljevanju Dojo kun), ki temelji na samospoštovanju in spoštovanju drugih. Dojo kun je spisek načel, ki nam pomaga razumeti bistvo učenja Nanbuda. Skupen je vsem tradicionalnim japonskim veščinam. Z upoštevanjem Dojo kuna mlajši med odraščanjem pridobijo mnoge pozitivne lastnosti, kot so:

- nenasilno vedenje oziroma mirno in racionalno reševanje težav namesto pretepanja,
- spoštovanje sebe in drugih, tako na treningu, kot izven treninga (doma, v šoli ipd.),
- krepitev vztrajnosti, delovnih navad, pravičnosti, zvestobe, pripadnosti,
- izpopolnjevanje značaja in samodiscipline,
- vzgajanje zdravega tekmovalnega duha.

Od kod pa izvira Nanbudo?
Nanbudo je relativno mlada borilna veščina. Leta 1978 jo je ustanovil Yoshinao Nanbu. Yoshinao Nnabu je poglavar Nanbuda in sankukai šole karateja, rojen 1943. leta v Kobeju, v pokrajini Kansai, v dobi, ko so bile japonske borilne veščine, razen Juda in Karateja, še precej neznane. Njegov oče je bil znani judoka, inštruktor v bližnji policijski šoli, kjer je poučeval japonske in ameriške judoke. Njegov ded pa se ponaša s prestižnim nazivom sumo borcev višjega reda (Yokozuna). Leta 1976 je Nanbu po mnogih sporih znotraj velike sankukai družine ugotovil, da ni zadovoljen z ustanovljeno veščino. Umaknil se je na jug Francije, natančneje Cap d'ail, kjer je ostal v popolni izolaciji do leta 1978. Tega leta je z demonstracijo pred knežjo družino Rainer v Monaku širši javnosti predstavil nanbudo, borilni oziroma energijsko terapevtski sistem. Od takrat se je nanbudo razširil po mnogih državah.

Kaj potrebujem za začetek treningov?
Začetniki za treninge potrebujejo le trenirko in majico s kratkimi rokavi. Obutev ni potrebna, saj treniramo bosi. Kasneje pa je za trening potrebna tradicionalna japonska oprema, nanbudogi (kimono), modro bele barve in nanbudoobi, pas, ki se nosi v skladu s stopnjo znanja oziroma napredovanja v veščini.

Kdaj in kje lahko začnem trenirati?
Nanbudo dojo Mushin sprejema nove člane skozi vse leto. Na treningih se nam lahko pridružite po predhodni najavi ob torkih in četrtkih od 19.15 do 21. ure na naslovu Mladinski dom Jarše, Jarška cesta 44. Treningi potekajo pod vodstvom glavnega trenerja Andreja Vertlja 3. dan.

Ali lahko izvem še več o tej veščini?
Več informacij o nanbudo vadbi najdete na spletni strani: http://www/nanbudo-mushin.si

Andrej Vertelj

Slikarska razstava v Knjižnici Fužine

V mesecu maju si lahko v Knjižnici Fužine ogledate slikarsko razstavo Slovenske krajine. Splošen naslov ne opiše barvitosti in izrazne moči platen, ki nam jih predstavlja avtor Vladimir Pertot, štiriindevetdesetletnik, ki je svojo bogato življenjsko pot oplemenitil tudi z umetniškim ustvarjanjem. Čeprav je bil rojen na Ptuju, je med vojno družina pribežala v Ljubljano, kjer je nadaljeval šolanje na gimnaziji. Kmalu se je pridružil partizanom na Primorskem. Po vojni se je izšolal za pilota, se zaposlil v vojski, vseskozi pa negoval svojo mladostno željo po ustvarjanju. Gimnazijski profesor France Mihelič in kasnejši vzornik Savo Sovre, sta začrtala njegovo umetniško pot. Po upokojitvi se je vpisal na tečaj risanja Društva likovnih samorastnikov, pozneje pa se je pridružil šoli Sava Sovreta. Svoja dela je prvič samostojno razstavil leta 1986 v Sežanski Mali galeriji. Čeprav je na pričujoči razstavi predstavil tudi nekaj akvarelov, se njegova izrazna moč pokaže v srečanjih platna, olja in akrila.

Polonca Lampič

Ulice

Na predelu Novih Jarš med Žalami, oziroma Jarško in Šmartinsko cesto nam je za predstavitev ostalo le še nekaj ulic. Prva od njih je Stara slovenska ulica, ki se odcepi od Kodrove ulice in poteka v smeri proti severovzhodu. Kot pove že njeno ime, je bila nekoč imenovana Slovenska cesta. Po osamosvojitvi Slovenije, ko se je nekdanja Titova cesta v središču prestolnice preimenovala v Slovensko, je ta ulica v Novih Jaršah z odlokom SML postala Stara slovenska cesta.

Vzporedno z njo, bližje Šmartinski cesti teče Stražarjeva ulica, ki je svoje ime dobila leta 1957 in je poimenovana po Matevžu Stražarju. Ta predvojni revolucionar, komunist in organizator OF je bil rojen leta 1889 v Jaršah, umrl pa je 1945 v koncentracijskem taborišču Dachau.

Naslednja vzporedna ulica proti Šmartinski cesti pa je Avsečeva ulica, ki je ime dobila leta 1961. Jože Avsec, po katerem je poimenovana, je bil rojen leta 1910 v Klečah pri Dolu pri Ljubljani, sicer pa je bil delavec, predvojni revolucionar in aktivist OF. Padel je med boji leta 1943 v Vrbovskem v Gorskem Kotarju.

Nekoliko nižje, v smeri proti Žalam z Jarške ceste proti severozahodu štrli kratka Mirna pot. To ime ima od leta 1958, dobila pa ga je zaradi svoje odmaknjenosti od večjega prometa.

(lr)

Obisk čebelnjaka v Lukovici

V ponedeljek, 20. maja, na svetovni dan čebel, smo si šestošolci Osnovne šole Vide Pregarc ogledali predstavitev čebel, ki je potekala v okviru projektov Hoferjev raziskovalni čebelnjak in Skrbimo za medeno prihodnost. Prijazni vodički sta nas najprej seznanili z osnovnimi značilnostmi čebel. Ob natisnjenih fotografijah nam je gospa Nataša Lilek iz Čebelarske zveze Slovenije predstavila kranjsko sivko, najbolj značilno slovensko čebelo. Vodički sta nas naučili razlikovati med čebelo delavko, ki sprva skrbi za panj, nabira cvetni prah in izdeluje med, ter trotom, čebeljim samcem, ki je nekoliko bolj čokat in nima žela. Poučili sta nas o glavnih nalogah matice, ki se hrani s posebnim matičnim mlečkom ter leže jajčeca. Ogledali smo si tudi čebelnjak in spoznali panjske končnice. Izvedeli smo, da čebele delavke z voskom, ki ga naberejo na deblih dreves, premažejo notranjost panja.

Popoldne se je končalo z malico in odhodom domov.

Tina Rogelj, 6. a
Kalina Lazarević, 6. a

Varnost kolesarjev

Od 6. do 31. maja 2019 je potekala akcija za večjo varnost kolesarjev. Policisti so na naših cestah poostreno nadzirali kolesarje, a tudi druge udeležence v prometu. Zdaj smo v tistem delu leta, ko kolo postane zelo priljubljeno prevozno sredstvo, prijetna športna in rekreacijska aktivnost. Hkrati je to ekološki način gibanja in prevoza, s katerim bistveno prispevamo k čistejšemu okolju in ob katerem povečujemo telesno vzdržljivost in moč. Žal so kolesarji med najbolj ranljivimi udeleženci v cestnem prometu in tisti, ki so v najhujših prometnih nesrečah (v več kot polovici primerov) povzročitelji. Cilj akcije je bil tako omogočiti varno kolesarjenje na javnih cestnih površinah in zmanjšati število umrlih in hudo telesno poškodovanih kolesarjev ter povečati uporabo čelade. Policisti so spremljali, če kolesarji upoštevajo cestnoprometne predpise ali se vozijo na pravi strani ceste, kako je z vožnjo v rdečo luč in vožnjo po površinah, ki jim niso namenjene, ali uporabljajo zaščitna sredstva (npr. čelado), kako pogosto je izsiljevanje prednosti ter nevarna uporaba mobilnega telefona med vožnjo. Zanimali so jih še ostali udeleženci v prometu, ki najbolj ogrožajo kolesarje. Predvsem gre za voznike motornih vozil, ki kolesarje pogosto spregledajo. Najpogostejši vzroki povzročitve nesreče s strani kolesarjev so vožnja po napačni strani ceste oziroma v napačni smeri vozišča, vožnja pod vplivom alkohola, neupoštevanje pravil prednosti in neprilagojena hitrost vožnje.

Zakon določa, da morajo kolesarji voziti po kolesarski stezi, pasu ali poti in vedno uporabljajo le površino, ki jim je namenjena ter je označena s prometnimi znaki in talnimi označbami. Po takih površinah mora kolesar voziti po desni kolesarski stezi glede na dovoljeno smer vožnje, na dvosmerni kolesarski stezi pa po desni strani steze. Če kolesarske steze ali pasu ni, potem kolesarji vozijo ob desnem robu vozišča v smeri vožnje in čim bližje robu, nikakor ne več kot en meter od roba vozišča. Vožnja dveh kolesarjev vzporedno v tem primeru prav tako ni dovoljena. Če kolesar vozi pred voznikom motornega vozila, mora voznik motornega vozila voziti za njim ter ga lahko prehiti le tedaj, če sredinska prekinjena ločilna črta na tem mestu dovoljuje prehitevanje in se to lahko varno izpelje.

Konfliktne situacije med kolesarji in pešci so najbolj pogoste na območju mešanih stez za kolesarje in pešce ter v conah za pešce. Pešci se pritožujejo predvsem nad preveliko hitrostjo in objestnostjo kolesarjev v območjih za pešce (cone za pešce), kjer je promet kolesarjev in posebnih prevoznih sredstev sicer dovoljen, vendar le toliko, da ne ogrožajo pešcev.

Za svojo in varnost drugih udeležencev v prometu kolesarji naredijo veliko z ustrezno osebno zaščito in opozarjanjem na svojo prisotnost, s čelado, odsevnimi oblačili in trakovi, svetlobnimi telesi na kolesu itd. Čelada je priporočena vsem voznikom in potnikom na kolesu, a je s predpisi obvezna do dopolnjenega 18. leta starosti. Kolo mora biti opremljeno z zvoncem, lučjo za osvetljevanje ceste, zadnjo rdečo lučjo in zadnjimi rdečimi odsevniki, rumenimi odsevniki na pedalih, bočnimi odsevniki in brezhibnimi zavorami. Prepovedana pa je tudi uporaba mobilnih telefonov med vožnjo.

Vir: *https://www.policija.si/svetujemo-ozavescamo/prometna-varnost-category-blog/801-varno-na-kolo*
https://www.amzs.si/motorevija/mobilnost/promet/2016-04-06-varno-kolesarjenje
https://www.policija.si/medijsko-sredisce/sporocila-za-javnost/sporocila-za-javnost-gpue/98901-naslednji-teden-se-zacenja-akcija-za-vecjo-varnost-kolesarjev

Šola zdravja

Člane DU Ljubljana Šmartno smo seznanili z delovanjem Šole zdravja. Idejni vodja in ustanovitelj projekta je dr. Nikolay Grishin, ruski nevrolog in manualni terapevt. Po njegovih navodilih telovadi v različnih krajih po Sloveniji približno 4200 ljudi. Odločili smo se, da jutranjo telovadbo pripeljemo tudi v Šmartno.

Za sodelovanje smo navdušili 15 članic in začeli junija 2018 pred gasilskim domom. Ker pa je parkirišče že zgodaj precej zasedeno, smo se dogovorili z vodstvom Nogometnega kluba Šmartno. V uporabo so nam odstopili del igrišča ob pol osmih, vsak delovni dan. Tako zdaj vsako jutro pridno telovadimo na igrišču v prelepi naravi. V primeru dežja se umaknemo pod nadstrešek.

Vaje, s katerimi razgibamo telo od glave do peta, vodimo tri članice, ki smo potrebno znanje pridobile na izobraževalnem seminarju, ki ga je organizirala Šola zdravja. V pomoč nam je priročnik dr. Nikolaya Grishina »1000 GIBOV«. Na začetku so nam pravilno izvajanje vaj prikazali vodja območja Silvica Erlih in člani skupine Jarše ter BS3, za kar smo jim zelo hvaležni.

Zdaj nam gre že zelo dobro. Najprej se pozdravimo, potem pa potelovadimo. Preden se razidemo, si za zaključek zaželimo še lep in uspešen dan. Vsak telovadi po svojih zmožnostih in sposobnostih. Ugotovile smo, da nam jutranje druženje in razgibavanje izboljšata psihično in fizično počutje.

Telovadba je namenjena vsem generacijam in lahko se nam pridružite vsi, ki ste kot me dobre volje, pozitivne energije, sproščeni in dovolj pogumni, da si upate začeti. Res smo v skupini samo ženske, kar pa ne pomeni, da moški niste dobrodošli. Vesele bomo vaše prisotnosti. Nikoli ni prepozno, da poskrbite za svoje počutje.

V to smo skušale prepričati tudi udeležence na dnevu ČS Jarše in odprtih vrat vojašnice Edvarda Peperka, kjer smo si stojnico delili DU Ljubljana Šmartno. Na dnevih medgeneracijskega sožitja v organizaciji ZDUS, sta se v sklopu predstavitve Šola zdravja in jutranje telovadbe, predstavitve udeležili dve članici naše skupine.

Zlata Zajec

aquarius
d.o.o. Ljubljana
Ekološki inženiring
Cesta Andreja Bitenca 68
1000 Ljubljana
tel. 01 51 87 222
fax. 01 51 87 224
www.aquarius-lj.si
info@aquarius-lj.si

Dan Četrtne skupnosti Jarše 2019

V sodelovanju Četrtne skupnosti Jarše, Slovenske vojske in Turističnega društva Zelena jama smo v vojašnici Edvarda Peperka izpeljali kulturno, športno in družabno prireditev »Dan četrtne skupnosti Jarše 2019«. Prireditev je potekala 11. maja 2019 od 9. do 16. ure. Ta dan je tudi vojašnica Edvarda Peperka odprla svoja vrata za javnost.

Društva so obiskovalce prireditve povabila k včlanitvi in sodelovanju v društvenem življenju. V kulturno športnem programu so nastopali kitaristi Kulturno umetniško športno izobraževalnega društva mladih Interes, Judo kluba Sokol Ljubljena in gospod Miro Dovč, ki je na harmoniki zaigral Žanov valček. Pozdravni nagovor je imela podpredsednica Sveta ČS Jarše Ida Medved, ki je tudi povezovala prireditev. Vse zbrane je nagovoril podžupan Dejan Crnek. Na prireditvi je bila podelitev priznanj in zahval, ki sta jih podelila podžupan Dejan Crnek in podpredsednica, gospa Ida Medved iz Četrtne skupnosti Jarše. Zahvale so prejeli:

1. Judo klub Sokol za uspešno športno delovanje na področju juda in inkluzivnega juda ter sodelovanje na prireditvah Dan ČS Jarše,
2. Gospa Viktorija Pečnikar Oblak iz Judo kluba Sokol za izredno uspešno delo s športniki z različnimi sposobnostmi in njihovo enakopravno vključitev v družbeno okolje,
3. Gospod Mitja Petje za uspešno delo z mladimi v Društvu prijateljev mladine Šmartno ob Savi in sodelovanje s Četrtno skupnostjo Jarše v različnih programih,
4. Krajevni odbor Rdečega križa Zelena jama za požrtvovalno in humanitarno delo na območju Zelene jame in sodelovanje na prireditvah Dan ČS Jarše,
5. Nogometni klub Šmartno za aktivno in uspešno vključevanje mladih športnikov in dosežene športne uspehe ter sodelovanje s Četrtno skupnostjo Jarše,
6. Sokolsko društvo Moste za uspešno delovanje na področju rekreacije in zdravega načina življenja ter sodelovanje na prireditvah Dan ČS Jarše,
7. Slovenska vojska, 1. brigada za uspešno sodelovanje s Četrtno skupnostjo Jarše pri organizaciji prireditve Dan Četrtne skupnosti Jarše,
8. Gospa Mina Marinčič iz društva Interes za 10 letno uspešno in strokovno delo v športnih programih društva Interes.

Po programu so v nadaljevanju potekale predstavitve sodelujočih društev in Slovenske vojske ter druženje.

V programu ob stojnicah so potekale predstavitve sodelujočih društev, ki delujejo na območju Četrtne skupnosti Jarše ter gostje. Predstavili so se vrhunski slovenski športniki in vojaki, bila je predstavitev policije in reševalcev, predstavitve dejavnosti gasilcev – PGD Šmartno ob Savi in PGD Zadobrova-Sneberje-Novo Polje. Predstavila so se društva Karate klub Forum - Sankukai, Društvo Interes Ljubljana, Turistično društvo Zelena jama, DU Nove Jarše, taborniki Rod Črnega mrava, DU Šmartno ob Savi, Mediacijski center Ljubljana, Društvo Šola zdravje – skupina Nove Jarše, Sokolsko društvo Moste, Judo klub Sokol Ljubljana, KO ZB za vrednote NOB Nove Jarše in Zelena jama in Medgeneracijsko druženje in ustvarjanje občanov Zelene jame

V okviru dneva odprtih vrat vojašnice Edvarda Peperka je bilo možno spoznati delovanje, organiziranost in opremo slovenske vojske. Vojašnica Edvarda Peperka je edina vojašnica v Ljubljani in je na območju Četrtne skupnosti Jarše. Ob tej priložnosti se lepo zahvaljujemo vsem sodelujočim pripadnikom in pripadnicam Slovenske vojske, ki so lepo in prijazno predstavili vojaška vozila in opremo. Zahvala je namenjena tudi vsem nastopajočim, članom društev in občanom z območja Četrtne skupnosti Jarše ter vsem ostalim obiskovalcem, ki so se v lepem vremenu prijetno družili z nami.

(bp)

Vabilo bodočim kitaristom, učencem od 3. do 9.r. OŠ

Se želiš naučiti igrati kitaro?
Želiš ob igranju kitare tudi prepevati?
Te zanima igranje v skupini kitaristov?

Vabim te na prvo predstavitveno uro. Zakaj?
Rada bi pomagala, da spoznaš, ali si želiš učiti igrati kitaro.
Poleg individualnega učenja instrumenta se učiš igrati tudi v skupini, zapeti ob igranju in sproščeno nastopati. Če je tvoja želja velika, se ob tvoji vztrajnosti lahko tudi izpolni. Kitaro sem več kot dvajset let poučevala kot interesno dejavnost na dveh ljubljanskih osnovnih šolah. V teh letih se je zvrstilo veliko nastopov in mnogo otrok je vzljubilo igranje na ta inštrument.

Vesna Kastelic, prof. RP
GSM.: 041 706 431 e-mail: vesna.kastelic5@gmail.com
DRUŠTVO INTERES

TURISTIČNO DRUŠTVO Zelena jama
TURISTIČNA ZVEZA SLOVENIJE
I FEEL SLOVENIA
Ljubljana Turizem Ljubljana
Četrtna skupnost Jarše
Mestna občina Ljubljana

TURISTIČNO DRUŠTVO
Zelena jama

Vrtnarjenje v urbanem okolju

V ponedeljek, 17. 6. 2019, ob 10. uri
pred sedežem ČS Jarše, Kvedrova 32.

Predstavitev vrtnarjenja v urbanem okolju,
spoznavanje zelišč,
razdeljevanje rastlin občanom.

Ljubljana
Turizem Ljubljana

Četrtna skupnost Jarše
Mestna občina Ljubljana

TURISTIČNA ZVEZA SLOVENIJE

I FEEL SLOVENIA