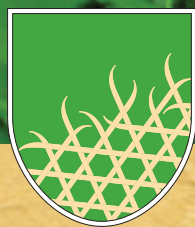


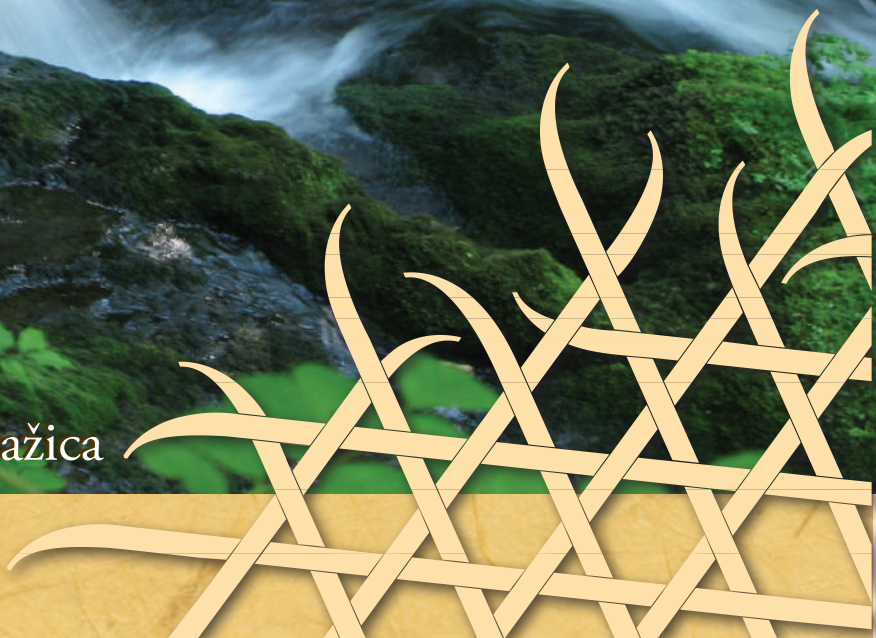
Poštnina plačana pri
pošti 1317 Sodražica

Suhorobar

111/XX, marec – april 2018



Glasilo občine Sodražica



Vsebina

- 3 ŽUPANOVA STRAN**
- 4 AKTUALNO**
Iz dela Občinskega sveta
Rekreacijska pot proti
Žimaricam
- 6 POSLANČEVA
ZAPISNICA**
- 7 MATERINSTVO**
Študentska mama
- 9 VZGOJA / ŠOLA**
Pretirana skrbnost
Uspeh mlade likovnice
Praznovanje pomladi
Petošolke ustvarjajo
- 11 KULINARIKA**
Utrinki iz delavnic
- 12 ŠEDRŽANKE**
Kam z beljaki?
- 13 DRUŠTVO
UPOKOJENCEV**
Novice iz društva
- 14 ZDRAVJE**
Preventivni programi
- 16 DUHOVNOST**
Papež Frančišek
Napoved Oratorija
Ribniški pasijon 2018
- 18 ŠPORT**
Ju-jitsu novice
Smučarija
ŠD Extrem
- 23 NARAVA**
Nova tematska pot
Varujmo čebele
- 23 OBVEŠČAMO**
- 25 VAŠA STRAN**
- 26 NOVIČKE IZ KNJIŽNICE**

Foto na naslovnici:

Luka Drobnič,
Kadice

Kako pa kaj zdravje

PIŠE: DARJA VETRIH

Človek bi rekel, ko se pripelje v naše kraje, da je prišel v neko zdravo podeželsko okolje. Obdajajo nas gozd, zelene površine, po dolini se vije Bistrica s pritoki. Nismo obremenjeni s težko industrijo, agresivnim kmetijstvom ali odlagališčem odpadkov. Možnosti za športno udejstvovanje in rekreacijo je kar nekaj, od razgibanega naravnega terena, športne dvorane in telovadnice ter balinišča, odbojkarkega igrišča, asfaltnega in travnatega igrišča do smučišča. Kako pa dejansko živimo? Ali nam naše okolje res nudi varno zavetje za zdrav življenjski slog? Ali kot posamezniki in skupnost naredimo dovolj za psihofizično kondicijo? Verjetno imamo o tem deljena mnenja, raziskava, ki jo zadnja leta opravlja Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ), pa navaja nekaj konkretnih podatkov.

»Bolniška odsotnost delovno aktivnih prebivalcev je trajala povprečno 15,7 koledarskega dne na leto, v Sloveniji pa 14,5 dne.« Podatek se nanaša na Občino Sodražica za koledarsko leto 2017, zapisan pa je v poročilu NIJZ. Na bolniško odsotnost vpliva splet različnih dejavnikov: razmere na delovnem mestu, medsebojni odnosi in organizacija dela, pa tudi družinske in osebne okoliščine ter razmere na trgu delovne sile. Zanimiv podatek pa je tudi to, da je manj bolniških odsotnosti tam, kjer je trg dela bolj negotov in je posledično tudi strah pred izgubo dela večji.

Na drugi strani naša občina odstopa po višji stopnji delovne aktivnosti, torej po deležu zaposlenega oz. samozaposlenega prebivalstva, starega med 15 in 64 let. Redno delo predstavlja gotovost in večjo samozavest pri življenjskih odločitvah, kot so ustvarjanje doma in družine. Gmotno stanje pa ima posredno in neposredno tudi vpliv na življenjski slog.

Bi se lahko poigrali z mislijo, da je naš življenjski slog posledično bolj zdrav? Morda tudi, saj je tudi stopnja splošne umrljivosti, to je umrljivost ne glede na vzrok, nižja od slovenskega povprečja.

Žal pa je iz poročila razbrati, da v zadnjih treh letih telesni fitness naših otrok in mladostnikov upada. Sicer smo še na zgornji meji slovenskega povprečja, vendar po podatkih preteklih dveh let so bili naši otroci bolj gibalno učinkoviti od vrstnikov v Sloveniji. V sosednji Ribnici je ta kazalnik pod slovenskim povprečjem. Ji bomo sledili? »Nizek nivo gibalne učinkovitosti je pokazatelj zdravstvenega tveganja, ki je lahko posledica telesne nedejavnosti, prekomerne prehranjenosti ali kombinacije obeh,« je zapisano v poročilu NIJZ. Strokovnjaki pravijo, da je priporočena dnevna telesna aktivnost za odrasle in starejše vsaj 30 minut dnevno, za otroke in mladostnike pa vsaj 60 minut dnevno. Dobra plat tega je, da med telesno aktivnost šteje tudi hoja od doma do šole oz. delovnega mesta ali avtobusa. Škoda, da se te aktivnosti vedno manj poslužujemo, saj smo navajeni na sedeč življenjski slog in nam tovrstna hoja očitno predstavlja napor, tako da tudi svoje otroke raje vzgajamo v duhu prevoza.

Eden izmed podatkov raziskave, ki življenje v naši občini postavlja v slabši položaj napram drugim občinam, je tudi dostop do kakovostne pitne vode. V tem pogledu se nadejamo, da bo investicija v regionalni vodovod v veliki meri prispevala tudi k boljši vodooskrbi občanov.

Pozornost v raziskavi pa pritegne še en podatek. Občina Sodražica dosega bistveno odstopanje od slovenskega povprečja pri okuženosti s klopnim meningoencefalitisom. Število ljudi, ki so iskali zdravniško pomoč zaradi te bolezni, pa je višje od slovenskega povprečja tudi v vseh naših sosednjih občinah ter širše na Kočevskem in Cerkljskem. Vendar v svetovnem merilu Slovenija sodi v sam vrh obolevnosti za klopnim meningoencefalitisom. Znotraj Slovenije je problem največji na Gorenjskem in Koroškem. Marsikaj za svoje zdravje lahko naredimo sami. V marsičem pa smo odvisni tudi od spleta drugih okoliščin. Nikoli pa ni odveč, da se na tem področju damo tudi poučiti in osvestiti. Nekaj več o programih za zdrav življenjski slog, o preventivnih zdravstvenih pregledih, svetovanju in delavnicah najdete tudi v tokratnem Suhorobarju. Glede na to, da je naše zdravstvo na splošno precej pomanjkljivo urejeno, pa je dobro izkoristiti vsaj tiste možnosti, ki so nam ponujene, in skušati ohranjati svoje solidno zdravstveno stanje čim dlje. Če ne drugače, vsaj z »jabolkom na dan«.

Vir: občine.nijz.si

NASLEDNJI SUHOROBAR

Rok za oddajo gradiva je **4. junij 2018**. Gradivo, predloge in vprašanja nam lahko pošljete na naslov: **suhorobar@gmail.com**

SODRAŽICA SE RAZVIJA IN PRENAVLA

PIŠE: BLAŽ MILAVEC, ŽUPAN

KMALU ZGRAJENA HRBTENICA NAŠE VODOOSKRBE

Naša občina se postopna a stalno infrastrukturno prenavlja in razvija. Takšno oceno podajam ne na temelju potreb in želja, treba je namreč priznati, da jih je mnogo več kot smo jih žal realno zmožni urediti in zadovoljevati, temveč primerjalno, v oziru na razmere v primerljivih lokalnih skupnosti v naši državi. Relativno dobro je izkoristila tudi čas krize, ko so investicije marsikje zastale ali se vsaj zelo upočasnile, pri nas pa smo kljub temu izpeljali kar nekaj večjih in manjših projektov, ker smo uspeli s prijavljenimi operacijami v večini primerov, ob tem pa tudi izkoristili ugodnejše cene, zlasti na gradbenem trgu. Tako je prvo obdobje krize zaznamoval projekt izgradnje nove športne dvorane in razširitev vrtca, v drugem delu pa pridobitev največjega projekta dosedaj, to je SORIKO. Vmes smo pripravili in izvedli tudi nekaj pomembnih investicij na področju okoljske in cestne infrastrukture (Kanalizacija Žimarice, Vodovod Lipovšica – Ribnica, Kanalizacija Sodražica I. faza itd). Kot rečeno pa je daleč največji in tudi najzahtevnejši (po finančni in tehnični plati) projekt Oskrba s pitno vodo Sodražica-Ribnica-Kočevje (SORIKO), ki je medobčinski kohezijski projekt na področju posodobitve hrbtenice vodovodnega sistema. Ta projekt se je sicer začel pripravljati že pred desetletjem, vendar nam politične in birokratske razmere niso dovoljile napredka do nastopa zadnje vlade, ki je projekt kot enega izmed treh od sicer več deset sorodnih

okoljskih projektov v konkurenci za evropski kohezijski denar v letu 2015 končno tudi potrdila in dovolila sprostiti zato predvidenih sredstev. Projekt se je začel izvajati v letu 2016, letos ga torej vodimo že tretje leto. Na območju naše občine je realizacija največja, saj smo sedaj v zadnji četrtini načrtovanih del. Z optimizmom pričakujemo uspešen zaključek del do konca tega leta. Po dokončni predaji zgrajenih objektov in omrežja v uporabo, bo Sodražica imela dobro opremljeno vodovodno omrežje s čistilnimi napravami, ki bo dolgoročno zagotavljalo oskrbo s kakovostno in količinsko zadostno pitno vodo pretežnemu delu občine. Ostalemu delu občine bomo potem lažje tudi sami zagotovili kolikor toliko ustrezno oskrbo s pitno vodo, kjer sicer tega še nismo uspeli.

V tem času smo izpeljali nekaj tudi okoljskih investicij na odvajanju in čiščenju odpadne vode. Žal so se investicije na tem področju, razen manjših, začasno ustavile. Vzrok je enostaven. Država se je namreč odločila, da v novi finančni perspektivi finančno ne podpre investicij v kanalizacijske sisteme, ki bi oskrbovali aglomeracije prebivalstva pod dva tisoč. Tako zaenkrat ne moramo izvesti gradnje kanalizacij na območju naselij Zamostec, kjer imamo projekt že pripravljen z izdanim gradbenim dovoljenjem ter v vaseh Vinice in Zapotok. Na vseh teh treh območjih smo načrtovali, da bomo kanalizacijo začeli graditi, še zlasti

je bila naša želja, da se to izvaja vzporedno s projektom SORIKO. Tako ne bi na istem območju kopali večkrat, ampak bi to bilo smiselno početi skupaj. Te želje nam sedanja oblast ni omogočila uresničiti. Žal brez podpore tovrstnega denarja naša občine takšnih investicij ni sposobna izvesti sama (predvidoma skupaj najmanj dva milijona in pol evrov pač nekajkrat presegajo investicijski proračun naše občine), še zlasti ne v sedanjem času, ko so cene v gradbeništvu zelo poskočile. Pri tem pa se je potrebno zavedati, da mora občina na območjih, kjer se določena infrastruktura prvič gradi obračunati tudi dodatni komunalni prispevek. V primerih sofinanciranja evropskih sredstev odmere za posamezno gospodinjstvo znašajo največ nekaj sto evrov, drugače pa po nekaj tisoč. Slednje bi bilo v primeru izgradnje kanalizacijskih omrežij v Zamostcu, Vinicah in Zapotoku zelo obremenjujoče ne le za občino, ampak tudi za uporabnike. Zato se Občina Sodražica pridružuje skupnim prizadevanjem slovenskim občin, da bi programi evropskih skladov ponovno predvideli možnost podpore tudi projektom izgradnje okoljske infrastrukture na podeželskih območjih (naselja pod dva tisoč PE). To je namreč pošteno z vidika solidarnosti in enakomernega razvoja, predvsem pa edino obetajoče za uspešno izvedbo tovrstnih projektov ne le pri nas, ampak po večini občin.

ŽIMARICE BODO DOBILE NOVO CESTO

Po zaključku obnove državne ceste od Žlebiča do Sodražice in sedaj tudi skozi trg, je Občina Sodražica končno uspela dogovoriti z državo obnovo državne ceste skozi Žimarice. Sam projekt, ki smo ga na občini v skladu z dogovorom s takratno Direkcijo RS za ceste (sedaj Direkcija RS za infrastrukturo, DRSI) pripravili že pred nekaj leti, je bil z naše strani prednostno načrtovan že ob izgradnji kanalizacije v Žimaricah. Žal je takratna Pahorjeva vlada zmanjšala sredstva za ceste na minimum, zaradi česar se je zamikal tudi naš projekt. Sedaj po izboljšanju finančne situacije smo intenzivirali pritiske za izvedbo obnove ceste skozi Žimarice. Ta odsek državne ceste je na območju naše občine najslabši in skoraj ne omogoča več zadostnih pogojev za varno vožnjo. Ta naša

prizadevanja so končno našla razumevanje in podporo tudi pri odgovornih, tako da smo se sicer že v lanskem letu načelno, na razširjenem sestanku z vodstvom DRSI 21. marca letos pa dokončno dogovorili, da se pristopi in izvede posodobitev ceste. Če ne bo skozi to leto kakšne drugačne politične odločitve, naj bi spomladi naslednje leto začeli izvajati obnovo cestne infrastrukture v Žimaricah. Projekt predvideva obnovo odseka ceste od začetka naselja s sodraške strani do gasilskega doma na koncu naselja. V tem delu sodeluje tudi občina, ki bo zgradila hodnike za pešce, skupaj z DRSI uredila odvodnjavanje meteorne vode, kjer še to ni urejeno po izgradnji kanalizacije, ter postavila novo javno razsvetljavo. Projekt predvideva tudi prenovo mostu na začetku

Žimarice (Pod kosmatim dolom) z vsestransko razširitvijo za avtomobilski promet, pešce in kolesarje ter boljši pretok vode pod mostom, z obnovo ceste od mostu do začetka vasi ter nato tudi od konca Žimaric proti Podklancu. Ob tem naj še omenim, da se bo na predlog Vaškega odbora Žimarice in Krajevne odbora Sodražica povežalo Žimarice in Sodražico s novo pešpotjo, ki bo potekalo vzporedno z državno cesto. S temi investijami v prometno infrastrukturo, ki naj bi stale skupno (državni in občinski del) najmanj milijon evrov, bodo dobile ne le Žimarice, ampak vsi udeleženci v prometu, pomembno pridobitev na področju varnosti v prometu in tudi urejenosti naših krajev, s čimer se bo po več letih izvajanja končno približala zaključku obnove državne ceste skozi našo občino.

IZ DELA OBČINSKEGA SVETA

SPREJETI REBALANS IN NOVE CENE PROGRAMA VRTCA

PRIPRAVILA: BLAŽ MILAVEC, DARJA VETRIH

Občinski svet Občine Sodražica je 21. februarja 2018 na svoji 19. redni seji, ki se je udeležilo osem od devetih svetnikov, obravnaval dnevni red z desetimi točkami. Med drugim so svetniki obravnavali Poslovnik Občinskega sveta, Odlok o spremembi Odloka o proračunu Občine Sodražica za leto 2018, spremembe Pravilnika o merilih za sofinanciranje izvajanja letnega programa športa v Občini Sodražica, Letni program športa za tekoče leto in Sklep o cenah programov vrtca. Podano je bilo tudi soglasje k imenovanju direktorice JZ Lekarna Ribnica. V okviru predlogov Komisije za razpolaganje s stvarnim premoženjem občine je občinski svet obravnaval ponudbo podjetja Posplastika, d. o. o., o prodaji svojih nepremičnin v Izverju in izraženem interesu za nakup zemljišč v novi obrtni coni Fibran.

Svetniki so dnevni red začeli z obravnavo umestitve razvojnih pobud v prostor v okviru postopka noveliranja Občinskega prostorskega načrta (OPN). Najbolj izpostavljene problematike, kot so prometno obremenjena pot skozi središče Sodražice in v Zavodi ter na Slemenski cesti, razvoj novih alternativnih oblik pridobivanja energije ter razvijanje športno-turističnega potenciala, terjajo odločitve Občine o soočenju in spoprijetju s temi izzivi. Razvojne pobude, ki predstavljajo odgovore na najpomembnejša razvojna vprašanja, je občinskemu svetu predstavil in utemeljil njihovo umestitev v prostor predstavnik izvajalca, ki pripravlja osnutek novele OPN, Nejc Gosak, univ. dipl. arh. iz Studia Formika. Tako so bile občinskemu svetu med drugim predstavljene pobude umestitve v prostor za obvoznico Sodražica (državna cesta), za obvozno pot Sodražica–Sv. Gregor (medobčinska cesta), vetrne elektrarne na Gori in nad Žimaricami ter turistično-športni center Izver. Svetniki so brez glasu proti podprli predlagane umestitve v prostor in Občini naložili nadaljevanje postopka sprejema novele OPN.

Občinski svet je v prvi obravnavi sprejel spremembe in dopolnitve poslovnika, ki določa delo občinskega sveta. Predlagane spremembe se nanašajo predvsem na uskladitev z veljavno zakonodajo, zlasti s področja varstva osebnih podatkov, oz. s podanimi predlogi upravne inšpekcije, ki je lani v okviru rednega nadzornega postopka pregledala temeljne akte Občine.

Občina Sodražica je že lanskega aprila sprejela proračun za leto 2018. Spremenjene okoliščine, zlasti obet nekoliko večjih prihodkov (odmerjene dohodnine in tudi drugih virov) ter na drugi strani povečevanje stroškov dela na področju tekočih odhodkov in še zlasti tekočih transferjev in cen storitev pri investicijah, narekujejo povečanje proračuna s 3.912.039 evrov prihodkov, ki so bili določeni z veljavnim proračunom, na 3.924.108 evrov ter s 3.888.384 evrov na strani odhodkov na 3.948.776 evrov. Preostanek sredstev do izravnave predstavljajo neporabljena sredstva iz preteklega leta v višini 23.484 evrov in pripadajoči del enoletnih razpoložljivih povratnih sredstev, ki so določena za sofinanciranje investicij v skladu s 23. členom ZFO-1 za Občino Sodražica. Z rebalansom so se tako povečali odhodki za 1,6 %, od tega največ (za 5,5 %) tekoči transferji, ki predstavljajo sredstva za delovanje posrednih proračunskih porabnikov (programi vzgoje in izobraževanja, zdravstva in drugi socialni programi itd.), medtem ko so se stroški dela občinske uprave povečali le za 1,6 %. Investicijski del proračuna se je ohranil približno na enaki ravni, kot je bil določen s proračunom (malenkostno, 0,6-odstotno povečanje z dosedanjih 2.398.176 evrov na 2.413.300 evrov). Kljub zadržanju obsega sredstev za investicije na ravni načrtovanih že s prvotnim proračunom pa rebalans prinaša nekaj prerazporeditev sredstev znotraj razvojnega dela proračuna. Župan je svetnikom objasn timer, da predlagani rebalans predstavlja vzdržen, predvsem pa realen in, kolikor je to mogoče, tudi razvojno naravn timer proračun (investicije predstavljajo kar dve tretjini celotnega proračuna), ki naj bi poleg izvedbe načrtovanih investicij (kjer predstavlja največji del še vedno projekt Oskrba s pitno vodo SORIKO, ki pa se v tem letu uspešno zaključuje) zagotovil normalno financiranje vseh občinskih programov in služb, ki se financirajo iz občinske blagajne. Če se bo breme stroškov obveznih programov povečalo, bo treba zagotoviti dodatna sredstva. Če teh ne bo (npr. s povečanjem povprečnine s strani države), bo treba prerazporediti dodatna sredstva iz investicijskega dela na tekoči del. Občinski svet je rebalans proračuna za leto 2018 soglasno podprl.

Občinski svet je obravnaval in sprejel novelo pravilnika o merilih za sofinanciranje izvajanja letnega programa športa, kjer

je bila predvidena manjša sprememba na področju določitve meril in višine odmerjenih sredstev za posamezni program podpore. Občinski svet je na podlagi pravilnika sprejel tudi Letni program športa, s čimer je določil višino sredstev in programe, ki se bodo letos finančno podprli.

Svetniki so se seznanili tudi s predlogom o spremembi cen programov vrtca, ki ga je podala osnovna šola oz. vrtec, in jih tudi potrdili. Spremembe prinašajo dvig cen, in sicer za kar 4,75 % v prvi starostni skupini ter za 7,42 % v drugi. Največji razlog za spremembo cene so večji stroški dela, delno pa tudi zvišanje cen materialov in storitev. Prav pri slednjem je skušala občinska uprava na razjasnitvenih sestankih s predstavniki šole oz. vrtca doseči, da bi bil dvig cen manjši. Žal razen nekaj malega na področju stroškov materiala in storitev ni maneverskega prostora, saj so stroški dela povsem normirani in regulirani s strani države. V skladu z navedenim je občinska uprava predlagala občinskemu svetu sicer malenkost nižjo ceno od predlagane, a še vedno višjo od veljavne, in sicer 435 evrov za prvo starostno obdobje in 390 evrov za drugo starostno obdobje. Po tej seznanitvi je sledila polemična razprava, ki pa ni dala alternativnega predloga, zato so na koncu svetniki potrdili nove cene. Z novimi cenami se sicer prvenstveno obremeni občinski proračun, saj Občina pokriva približno 70 % stroškov vrtčevskega programa, obremeni pa se tudi starše, ki bodo morali za vrtčevsko varstvo prav tako plačevati več.

ŽUPNIJSKA KARITAS SODRAŽICA

**vas obvešča, da je možno okrog
trikrat letno dobiti pomoč v obliki
hrane iz evropskih sredstev.**

Družine in posameznike, ki imate nizke dohodke in se težko prebijate iz meseca v mesec, vabimo, da se oglasite na uradnih urah ŽK, in sicer vsak prvi ponedeljek v mesecu od 18. do 19. ure v župnijskem domu. Lahko pokličete tudi po telefonu: 031 227 496 (popoldne od 17. ure dalje).

Sodelavci ŽK Sodražica

REKREACIJSKA POT MED SODRAŽICO IN ŽIMARICAMI

PRIPRAVILA: VAŠKI ODBOR ŽIMARICE IN KRAJEVNI ODBOR SODRAŽICA

Lani smo na pobudo Vaškega odbora Žimarice ter Krajevnega odbora Sodražica podali vlogo za ureditev rekreacijske poti, ki bo povezovala naselji Sodražica in Žimarice. Iz obeh krajev bo varen rekreativni dostop tudi do ribnika Smrekovec, ki je že postal priljubljena točka rekreativcev ter pohodnikov.

Kot lahko opazimo, je zavedanje o rekreativnem gibanju pri naših občanih vedno bolj prisotno. Način življenja, kot ga poznamo danes, nam nenehno vsiljuje nepravilno držo. Vedno več se nas podaja na namensko gibanje v naravo. Na regionalni cesti med Žimaricami in Sodražico se v obdobju lepega vremena rekreira veliko pešcev, tekačev in kolesarjev. Po tej poti bi se povečala tudi obiskanost ribnika in varen dostop do njega.

Zgoraj omenjeni odsek regionalne ceste je eden nevarnejših v naši občini. Na njem je že bilo nekaj nesreč. Pred leti se je zgodila tudi že nesreča s smrtnim izidom, v kateri je bil udeležen pešec. Državna cesta se izven naselja zravna in s tem se povečajo hitrosti. Na omenjenem odseku je omejitev hitrosti za vozila 90 km/h, vendar je nemalokrat močno presežena. Cesta je obremenjena s tovornimi vozili ter za šibkejšje udeležence v prometu zelo nevarna. Rekreacijska pot bo blagodejna tudi za vse voznike, saj se tako odstrani potencialno nevarnost za prometno nesrečo. Vozniki gotovo poznate občutek, ko v temi pred seboj zagledate neosvetljenega pešca.

Rekreacijska pot bo povezovala konec pločnika v Sodražici pri podjetju Fibran ter načrtovani pločnik v Žimaricah pred križiščem za Čampe. To pomeni na desni strani glede na relacijo Sodražica–Žimarice. S tem bomo dva največja kraja v občini povezali s pešču prijazno ter varno potjo. V sosednji občini Velike Lašče so tako pot, kot jo predlagamo, uredili pred kratkim. Povezuje kraja Velike Lašče ter Male Lašče in poteka po konfiguraciji terena ter je urejena kot makadamska utrjena pot.

Do sedaj je občina pridobila geodetski posnetek, iz katerega je razvidno, da bo lahko večji del poti potekal znotraj obcestnega zemljišča. Od direkcije za ceste smo že pridobili pozitivno mnenje za gradnjo. Izbrano je projektivno podjetje, ki s projektiranjem takih poti že ima izkušnje. Pripravlja se vse potrebno za dograditev mostu čez potok Bistrica »pri Podlogarju«. Projekt je sedaj v fazi projektiranja. Na podlagi dobrih praks iz sosednjih občin verjamemo, da bo po prvem izvedenem projektu potreba po tovrstnih rekreacijskih povezavah tudi v drugih delih naše občine. Poleg zagotavljanja prometne varnosti so cilji izgradnje rekreacijskih poti tudi razvoj kolesarskega turizma, spodbujanje trajnostne mobilnosti in športno-rekreativnih dogodkov, izboljšanje varnosti šolskih poti, izboljšanje kakovosti življenja lokalnega prebivalstva ter spodbujanje zdravega načina življenja.

OBVESTILO O PRODAJI NEPREMIČNIN

Občina Sodražica, Trg 25. maja 3, 1317 Sodražica, obvešča, da je na spletni strani www.sodrazica.si in v Ur. l. RS, št. 23/2018 objavljen

JAVNI RAZPIS ZA PRODAJO NEPREMIČNIN Z JAVNIM ZBIRANJEM PONUDB

Predmet prodaje je:

- Nepremičnina A: parc. št. 2087/180, v izmeri 784 m² in parc. št. 2087/110, v izmeri 222 m², obe k.o. 1619 - Sodražica, ki se prodajata kot zaključena celota.
- Nepremičnina B: parc. št. 2087/154, v izmeri 760 m² in parc. št. 2087/164, v izmeri 118 m², obe k.o. 1619 - Sodražica, ki se prodajata kot zaključena celota.
- Nepremičnina C: parc. št. 1739/2, v izmeri 1.382 m², k.o. 1619 - Sodražica.

Rok za oddajo ponudb je 11. maj 2018 do 10. ure, odpiranje prispelih ponudb pa bo ob 12. uri.

Dodatne informacije lahko zainteresirani ponudniki dobijo na tel. št. 01/83 66 075 oz. v razglasnem delu Uradnega lista RS z dne 06. 04. 2018 in na spletni strani www.sodrazica.si, ker je objavljen celoten razpis skupaj z razpisno dokumentacijo.

Župan Občine Sodražica, Blaž Milavec l.r.

Turistično društvo Sodražica v sodelovanju z Občino Sodražica vabi na

VAMPIJADO, ki bo v soboto, 19. maja 2018

(v primeru slabega vreme se prireditve prestavi na soboto, 26. maj 2018),

ob 9. uri, na parkirišču ob novem trgovskem centru v Sodražici.

ZA ZABAVO BO POSKRBLJENO!

Na tekmovanje v kuhanju govejih vampov se lahko prijavijo ekipe, ki jih sestavljajo maksimalno 3 člani.

Najboljše ekipe bodo nagrajene.

Pravila tekmovanja in prijavnice so objavljene na spletni strani www.sodrazica.si in www.td-sodrazica.si

Izpolnjeno prijavnico posredujete Turističnemu društvu Sodražica, Trg 25. maja 3, 1317 Sodražica, do vključno 11. maja 2018. Dodatne informacije dobite na tel. št. 01/ 83 66 075 ali 051 617 727 (pri Petri).

Vabimo vas, da poskusite skuhati najboljše goveje vampe, obenem pa povabite tudi svoje navijače, da skuhanje jedi tudi poizkusijo ter seveda, da navijajo za vas.

KO IMAMO MOŽNOST IZBIRE, IZBERIMO NAJBOLJŠE

PIŠE: JOŽE TANKO, POSLANEC SDS



V naslednjih tednih bo mandat zaključila zadnja generacija »novih, neobremenjenih« obrazov, Cerarjeva SMC. Tudi ta ni zdržala do konca. A to je manjši problem.

Veliko huje je, da bo naslednji ekipi po volitvah pustila veliko odprtih zadev – mejo s Hrvaško, posledice nepravčasne odprodaje lastniškega deleža v NLB, poplačila hrvaških varčevalcev NLB, zablodo z 2. tirom, bistveno podaljšane čakalne dobe v zdravstvu, prekinjena pogajanja s sindikati javnega sektorja ... Ni področja, ki ga je Cerarjeva koalicija ustrezno rešila.

Poslanci SDS smo po volitvah, ko je vajeti prevzela številna skupina Cerarjevih novincev, podali številne predloge in rešitve, a po »naravnem pravu« so slednji nasprotovali vsemu, kar smo predlagali. Nič jim ni bilo pogodu. Zato česa drugega kot poloma tudi ni bilo pričakovati. Neizkušnost novih obrazov je terjala svoj davek in cena, ki jo je v Cerarjevem mandatu plačevala Slovenija, ni bila nizka. Ne samo finančna, ampak tudi politična.

Da spomnim, Slovenija je v Evropsko unijo vstopila leta 2006 kot daleč najbolj pripravljena in usposobljena članica od vseh tedaj vstopajočih držav. Stare članice so ji kot prvi novi članici namenile celo predsedovanje EU, ki ga je tedanja Janševa vlada kljub hudemu nagajanju doma izpeljala z odliko. Tudi sicer je bilo stanje izjemno – gospodarska rast visoka, plače in pokojnine so porastle za okrog 25 %. Na primer pokojnine so se v mandatu 2004–2008 nominalno v povprečju zvišale za 120 evrov, še več plače, izrazito se je

KAM BOMO VLOŽILI SVOJE DELNICE

PIŠE: LJUDMILA NOVAK, POSLANKA



Kazalo je, da bo vlada Mira Cerarja pripeljala svoj mandat do konca oz. da bomo imeli junija redne volitve. Pa je predsednik vlade Miro Cerar vse presenetil, še najbolj pa sindikate, in odstopil s svojega položaja, s tem pa je razpadla tudi aktualna koalicija SMC, DeSUS in SD.

Prihodnje državnozbornske volitve bodo zaradi tega le teden ali dva prej, kot bi bile redne. Po volitvah predsednik države običajno podeli mandat za sestavljanje vlade zmagoviti stranki oz. njenemu mandatarju. Na letošnjih volitvah je dokaj nejasno, kdo bo zmagovalec volitev in kako hitro, ali sploh, mu bo uspelo sestaviti vlado. Iz preteklih izkušenj vemo, da Zoranu Jankoviću to ni uspelo, ker se ni znal dogovoriti z drugimi strankami. Prav to pa je glavna značilnost demokracije, da se je treba dogovarjati in iskati skupne rešitve. Štejejo pa tako glasovi tistih, ki so se volitev udeležili, kakor tudi tistih, ki te demokratične pravice niso uporabili. Odgovorni državljani pretehtajo vse možnosti in se odločijo za najboljšo možnost oz. ponudbo. Vprašanje pa je, kdo in kaj je najboljša možnost. Ali tista stranka, ki ji po napovedih anket najboljše kaže, čeprav je bila komaj ustanovljena? Temu lahko

zmanjšala brezposelnost. A to za »levo politiko«, medije in njihove botre ni bilo dovolj. Pahorjeva volilna zmaga leta 2008 je prinesla nov veter. Namesto trdega dela je bilo veliko leporečja, čakanja na rezultate uspehov drugih (npr. na nemško-francoski vlak), odsotni so bili učinkoviti ukrepi, ki bi jih lahko kopirali od drugih držav, če že niso imeli svojih idej; pomembne odločitve so se prelagale v prihodnost ali pa se jih je dajalo v »roke drugih«. Taka je bila odločitev, da o ureditvi meje s Hrvaško odloča arbitražno sodišče.

Cerarjev mandat je zelo podoben. Ni prinesel nobenih učinkovitih ukrepov, razvojni zaostanki za nekdanjimi vzhodnimi državami se samo povečujejo. A ne samo to, Slovenija je izgubila tudi ves politični kapital in nima več resnih zaveznikov ne v Bruslju ne v Natu. Tudi Cerarjevi koalicijski partnerici, SD in DeSUS, sta bili aktivni izvajalki te nedejavne politike. Čeprav sta še posebej branili neučinkovite ministre in zgrešene odločitve, se sedaj ponujata kot rešiteljici zavoženega mandata.

Kaj storiti? Izbrati je treba politično ekipo, ki se bo podobno kot tista v mandatu 2004–2008 postavila za Slovenijo in njene prebivalce. Ki bo prednost dala delu, ki ima pripravljene kakovostne in izvršljive predloge za aktivne ukrepe gospodarske, družinske, socialne, izobraževalne in drugih politik in ki ne bo zapostavljala tistih, ki so ostareli in so z minulim delom dali svoj prispevek skupnosti. Ekipo, ki bo tudi na mednarodnem parketu uživala spoštovanje in ki bo za probleme imela rešitve in je ne bodo jemali kot skupine klovnov ali humoristov.

Tudi izkušnje so pomemben kriterij pri vsakem delu ali dejavnosti. Politika ni prav nobena izjema. Tudi tu se drago plača vsak spodrsljaj, na mednarodnem prizorišču še posebej, in napake je zelo težko popravljati.

Čez nekaj tednov bodo volitve, na katerih se bomo odločali, komu se bo dalo priložnost, da bo naslednja štiri leta upravljal državo v našem imenu. Izkoristimo priložnost, pojdimo na volitve in glasujmo za kandidate, za katere smo prepričani, da bo bodo kar najboljše delali za naše skupno dobro. Želim vam, da boste dobro izbrali.

rečemo maček v žaklju in čredni nagon. Ali tista, ki me vedno znova razočara, ker se ne drži etičnih in moralnih načel? Temu bi lahko rekli slepa pripadnost. Ali morda tista, ki ima najboljši program in konkretne rešitve? Le koga zanima program, reče marsikdo. Ali morda zaupam samo enemu človeku, ker je bolj nov v politiki? V življenju izkušnje in kilometrina vendarle nekaj štejejo.

Na koncu pa ni najpomembnejše, ali bomo novo vlado dobili v enem mesecu ali v šestih, kot se je dogajalo v Nemčiji, pač pa, ali bo nova vlada imela prave rešitve za probleme, ki jih imamo. Ali bo nova koalicija rešila probleme v zdravstvu in zmanjšala čakalne dobe? Ali bo predlagala ukrepe v podporo družini in večji rodnosti ter zmanjšanju števila odhodov mladih izobraženih ljudi v tujino? Ali bo našla dolgoročne rešitve, da pokojninska blagajna ne bo usahnila, ko bodo za pokojnine na vrsti prihodnje generacije? Ali bo sprejemala prave ukrepe za gospodarstvo in več delovnih mest? Ali bodo odločitve v podporo državljanom ali lobijem, ki ropajo državno blagajno? Izzivov je veliko in veliko je tudi problemov, ki se jih v celoti niti ne zavedamo. Zato so naše glasovnice na volitvah pravzaprav naša delnica o prihodnosti. Vlada bo namreč v marsičem odločala o našem vsakdanjem življenju, prihodnosti naroda in prihodnosti naslednjih generacij. O tako pomembnih stvareh pa se ne odločamo mimogrede in lahkotno, pač pa trezno in s premislekom. NSi ima rešitve za mnoge probleme, ki tarejo slovensko družbo. Naš program je pripravljen, zato nam je prav vseeno, ali bodo volitve en teden prej ali kasneje. Pomembno je, da se bomo dobro odločili. Za našo prihodnost gre.

ŠTUDENSKA MAMA

PIŠE: JASNA JANEŽ, FOTO: OSEBNI ARHIVI BLANKE, KATARINE IN KLARE

Nedolgo nazaj smo praznovali njihov dan. Biti mama je eden najtežjih poklicev, vendar hkrati tudi najlepših. S tem bi se verjetno strinjala vsaka mama. Leta 2015 je bila po podatkih Statističnega urada Slovenije povprečna starost matere ob rojstvu prvega otroka 29,1 leta. Mame, s katerimi sem se pogovarjala, pa so prvega otroka rodile veliko mlajše. Mamici Blanka in Katarina pri 22-ih, Klara pa pri 25-ih letih. Blanka ima triletno Vito in enoletnega Filipa, Katarina je marca postala mamica malemu Andražu, Klara pa razveseljuje šestmesečni Izak. Zau pale so mi, kako je danes biti mlada mamica.

Kako je bilo, ko sta s fantom oz. možem izvedela, da bosta postala starša?

Blanka: Malo naju je presenetilo, ampak kljub temu da naju je prehitelo, je bila Vita že od samega začetka zelo zaželena in sva se je veselila. Tudi Marko (takratni fant, sedanjí mož; op. a.) se ni nič ustrašil. Rekel je celo, da bi se poročil. Oba sva bila mlada, jaz sem bila stara 21 let, on pa je le 14 dni starejši od mene. Ravno sem se prepisala na drugo fakulteto, Marko pa je obiskoval prvi letnik magistrerija. Doma nama je bilo težko povedati, tako da sva napisala na kartice in jih dala domačim, ko smo bili vsi zbrani. Ko so izvedeli, so bili veseli in niso imeli nobenih negativnih komentarjev, temveč so nama čestitali. Vse se je odvijalo zelo hitro, od poroke, skupne selitve v stanovanje ... Štirinajst dni pred porodom sem še odpisala izpit.

Katarina: Ko sva izvedela, da bova postala starša, sva bila presrečna, kajti to je bila že nekaj časa najina velika želja.

Kakšno je bilo počutje med nosečnostjo? Te je pri čem ovirala?

Katarina: Med nosečnostjo sem se počutila zelo dobro, bolje, kot sem pričakovala. Slabosti ni bilo, na začetku in na koncu nosečnosti sem bila le malo bolj utrujena kot običajno. Nosečnost me ni ovirala pri ničemer, morda sem bila v zadnjih dveh mesecih zaradi večjega trebuha malo bolj nerodna in okorna, ampak nič za to. Se splača potrpeti.

Klara: Zelo dobro. Ko sedaj gledam nosečnice, je nekako drugače kot takrat, ko si sam na tem mestu. Počutila sem se čisto normalno, le da sem imela večji trebuh. Edino na začetku mi je bilo slabo in sem bruhala, ni pa bilo spet tako grozno. Nisem imela niti oteklín niti grde kože.

Ena od mamic bloger je zapisala: »Nihče mi ni povedal, kako naporni so prvi meseci.« Pa so res? Tudi tebi nihče ni tega povedal?

Blanka: Ja, lahko prebereš še toliko knjig, ne boš vedel, kako se bo vse spremenilo. Veliko

je odvisno od tega, kakšen porod si imel. Po prvem sem se hitro dobro počutila, po drugem pa je prišlo do manjših zapletov. Navaditi se moraš, da sedaj nista več sama dva, ampak je poleg vaju 24 ur na dan še nekdo. Vse se mora prilagajati njemu. Navaditi se moraš na (ne)spanje.

Katarina: Trenutno mi trije prestajamo prvi mesec, ki je res na trenutke malce naporen, saj se šele spoznavamo in privajamo eden na drugega. Malo sem še tudi utrujena od poroda, pa tudi nočno vstajanje ni mačji kašelj, saj te po nekaj dneh izčrpa, če si, ko je to mogoče, ne vzameš dovolj počitka zase. Morda bi bilo vse lažje, če ne bi že v prvem tednu dobili mnogo obiskov, ki te še dodatno izčrpajo. Da bo naporno, me ni nihče opozoril. Mi je pa bilo samoumevno in sem pričakovala, da bo na začetku malce težje, potem pa vse lažje.

Kako sta izbrala ime?

Blanka: Naredila sva spisek, imela sva tudi knjigo z imeni. Na koncu sva izbirala med Vito in Milo. Enkrat prej sem predlagala ime Vita in Marko je bil zgrožen, da on že ne bo imel hčerke s tako grdim imenom (smeh). Potem je minilo nekaj časa, ko je kar naenkrat rekel: »Kaj pa, če bi bila vseeno Vita?« In res sva jo tako poimenovala. Za Filipa sva imela tudi nekaj izbranih imen.



mama Katarina z družino



mama Blanka z družino

Ime Filip se je pojavilo nekje na začetku, na koncu sva se odločila za Oskarja. Kmalu sem šla rodit in v dvigalu, med popadki, sem vprašala: »No, kako bo otroku ime?« Marko pa je odločno odvrnil: »Filip bo!« Tako je tudi ostalo.

Katarina: Uf, to je bil pa cel proces. Naredila sva veliko, veliko seznamov imen, ki so nama bila všeč. Potem sva ta imena črtala – krčila izbor. Ko sva že mislila, da je to to, sva naredila spet nov seznam, kajti domislila sva se še nekaj drugih lepih imen. Najbolj zanimivo je, da sva se na koncu kljub vsem seznamom odločila za imeni (ker do zadnjega nisva vedela spola, sva izbrala dve imeni, za deklico in dečka), ki sva ju določila pri čisto prvem izboru.

Klara: Ime sva izbrala samo za dečka, saj sva vedela za spol. Zelo všeč sta mi bili imeni Oskar in Izak. Na koncu sva se odločila za Izaka. Kar izbrala sva, lepo mi je bilo.

Se je odnos z možem po rojstvu otroka kaj spremenil?

Blanka: Ja, otrok je nekaj, kar naju še dodatno povezuje. Mislim, da je še bolje, da sva še bolj povezana. Vse skupaj sva sprejela, veliko sva se tudi o tem pogovarjala. Mogoče nama je koristilo, da sva še pred Vito obiskovala skupino za pare, ki je kasneje postala zakonska skupina. Dobivali smo se enkrat na mesec, vedno je bila določena tema pogovora. Kljub vsem obveznostim sva si morala vzeti čas, da sva vse predelala. Kar tako si težko vzameš čas za neke poglobljene teme. Doma nimamo televizije, tako da se potem moraš pogovarjati.

Katarina: Hočeš nočeš te vsaka večja sprememba, ki se zgodi med partnerjema, postavi pred preizkušnjo. V takih situacijah svojega partnerja zagotovo spoznaš v luči, v kateri ga morda do tedaj še nisi poznal. Kdaj se zgodi, da se najini mnenji o negi, vzgoji in podobnih stvareh krešejo. Oba meniva,

da ni s tem nič narobe. Važno je, da si v takih trenutkih partnerja znata prisluhniti in se pogovoriti. Za vsako težavo se najde rešitev, če se za to vsaj malo potrudiš.

Katere ugodnosti ti pripadajo kot študentski mami?

Blanka: Za vsakega otroka mi pripada dodatno leto. To pomeni, da imam ravno tako status, študentske bone. Sicer je odvisno od fakultete, vendar se na naši da dogovoriti s profesorji. Eno leto prejemam starševski dodatek, ki je nekaj podobnega kot porodniški dopust. Je pa sreča, ker je Marko že dve leti v službi. Prav tako sta nama na začetku s financami pomagali družini.

Katere so po tvojem mnenju prednosti in katere slabosti mladega starša?

Katarina: Prednosti? Manj možnosti za genetske nepravilnosti pri plodu, zaplete v nosečnosti in pri samem porodu, imaš več energije in potrpljenja. Ko bo otrok odrasel, boš še dovolj vitalen, da boš lahko življenje užival na polno, si privoščil kakšno stvar, ki si je med tem, ko si skrbel za svoje otroke, nisi mogel. Ker bodo otroci samostojni, se bosta partnerja zopet lahko bolj posvetila drug drugemu (tako kot pred rojstvom otroka). Več možnosti je, da boš dočakal pravnuke. Otroci bodo ponosni, ker bodo imeli mlade starše. Slabosti pa: bolj moraš biti organiziran, zlasti če si študent. Morda še nimaš svojih dohodkov in si finančno bolj omejen. Bolj moraš biti trden in moraš zaupati vase, kajti zelo hitro se najdejo ljudje, ki te bodo zaradi zgodnjega načrtovanja družine obrekovali in gledali postrani.

Je težko usklajevati študij, delo in družino?

Klara: Zame ni. Narediti moram še nekaj izpitov in napisati diplomu. Izak je zelo nezahteven otrok. Ni toliko navezan name, da ne bi mogla nikamor brez njega. Pomagajo nama tudi starši.

Katarina: Sem absolventka predšolske vzgoje. V času nosečnosti sem se potrudila, da sem dokončala diplomsko nalogo, da se bom po rojstvu lahko posvetila samo otroku. Trenutno je naloga v postopku lektoriranja in ostal mi je le še zagovor. Tega bom (upam) opravila proti koncu pomladi. Kar se tiče dela, sem imela srečo. Skoraj do konca nosečnosti sem imela priložnost delati kot študentka v vrtcu in tako sem pridobila mnogo dragocenih izkušenj, za katere sem prepričana, da mi bodo zelo prav prišle tako v poklicu, za katerega se izobražujem, kot v življenju nasploh.

Si izboriš čas samo zase?

Blanka: Ja, se mi zdi, da. Prvo leto, ko je otrok še majhen in dojiš, je to sicer malo težje oz. ga vzameš s sabo. Prvi prvem sem mislila, da nikamor ne morem, pri drugem pa sem že manj komplicirala. Pri Viti sem hodila na pevске vaje, zdaj za vikende delam. Večkrat sem si čas zase vzela decembra, ko sem se dobila s prijateljicami. Marko je razumevajoč in ve, da tudi jaz potrebujem oddih. Sploh ker sem človek, ki je rad v družbi.

Klara: Čas samo zase pri meni pomeni, da izdelujem verižice. To je bolj zvečer, ko se partner Tomaž vrne iz službe.

Danes so popularne mamice blogerke. Ali spremljaš katero?

Blanka: Vsak ima svoje veselje. Spremljam, čeprav ne ravno redno. Včasih kaj preberem. Včasih izveš kaj koristnega, prebereš kakšno izkušnjo in vidiš, da ni samo pri tebi tako,

ampak tudi drugod.

Klara: Evo Pakiž (blog Love, Eva; op. a.), ker se z njo tudi osebno poznam in družim. Skupaj vozičkava. Drugih blogerk pa niti ne spremljam.



mama Klara s sinčkom Izakom

Kam ste šli kot družina najdlje na potovanje?

Blanka: V Dalmacijo, na morje. Po eni strani bi šli radi kam dlje, po drugi pa varčujeva, ker sva kupila hišo in bi rada čim prej vse uredila. Tako da si ne privoščimo ravno veliko, gremo pa na morje, v toplice, na enodnevne izlete. Kam dlje bi šli, ko bosta otroka malo večja. Zdaj si ne bi dosti zapomnila, saj sta še premajhna. Na morje pa bomo šli tudi letos, samo še ne vemo, kam.

Klara: V Koper. Tam študiram in včasih se vsi zapeljemo tja. Jaz grem na fakulteto, Tomaž in Izak pa gresta z vozičkom na sprehod.

DIDAKTIČNA IGRAČA PAJKOVA MREŽA

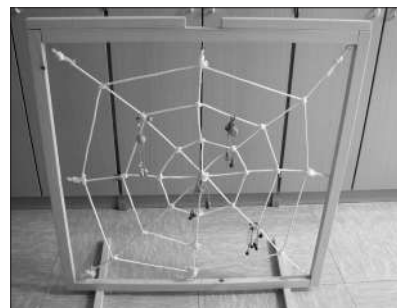
PRIPRAVILA: JASNA JANEŽ

Otroška igra ima vzgojno in izobraževalno nalogo. Zato morajo biti v igro vključeni cilji, saj le preko njih lahko dosežemo vzgojno-izobraževalne naloge. Vpeljemo jih lahko v prosto igro ali uporabimo didaktične igrače oz. igre. Didaktično igračo pajkova mreža sta izdelali vzgojiteljica Nika Marenče in pomočnica vzgojiteljice Urška Rober Milavec, ki sta zaposleni v vrtcu v Sodražici. »Ideja se je porodila, ko sva v katalogu videli igračo, podobno pikado,« pove Urška Rober Milavec. Nika doda, da sta »navdih« dobili tudi na enem od sprehodov, kjer sta videli pajkovo mrežo. Tako sta ideji združili in ju v približno treh mesecih tudi realizirali. Pri sestavi lesenega okvirja je pomagal hišnik. Igrača, ki je skoraj v celoti iz lesa, je namenjena otrokom, stari od enega do šestih let. Vzgojiteljici poudarita njen praktični vidik, saj jo lahko pospravimo tako, da

zavzame zelo malo prostora, kar pride še kako prav tako v vrtcu kot doma. Pajkova mreža je igrača »tri v enem«, saj se lahko rabi kar na tri načine, in sicer kot pikado, pri čemer otroci ciljajo mrežo s pajkci, ki se obesijo na mrežo, če pa jo postavimo v ležeči položaj, se lahko otroci bodisi plazijo pod njo bodisi jo prestopajo. Pri tem razvijajo motorične spretnosti, natančnost, preciznost in ne nazadnje tudi vztrajnost in potrpežljivost.

Iznajditeljici sta z igračo na natečaju Moja ideja – nova igrača osvojili drugo mesto, Nika pa jo je novembra predstavila tudi na mednarodni konferenci EDUvision, na kateri se predstavi šest držav z različnimi inovacijami.

Pajkova mreža je vsekakor igrača, s pomočjo katere se otroci ne le igrajo, temveč tudi česa naučijo in razvijajo različne sposobnosti.



MOJ OTROK JE (NI!) IZ PORCELANA

PIŠE: TINA ZOBEC PIRNAT, UNIV. DIPL. PED. IN VZGOJITELJICA PREDŠOLSКИH OTROK

Otroci, ki se rojevajo zadnja leta, so popolnoma drugačni, kot smo bili mi – njihovi starši. S tem se je težko soočiti, kaj šele sprijazniti. A druge ni. Tudi sama spadam med te starše, ko me lasten otrok uči, da mu zaupam, da začnem počasi popuščati pri nadzorovanju, ker se zavedam, da ga s tem omejujem. Otroku si mora sam poiskati svoj prostor. In seveda močno upam, da bo pri tem prejel čim manj bušk (ki so žal neizogibne), a hkrati vem, da vsi skozi življenje, ko plujemo na takšnih in drugačnih odločitvah, udarjamo sem in tja ter pri tem nabiramo izkušnje, buške, bolečine, veselje, srečo ter zadovoljstvo nad preseženo omejitvijo.

Malokatera družina ima danes več kot dva otroke, številni starši pa se odločijo le za enega. Tega otroka nato zavijajo v vato, ga dušijo s svojo skrbjo, ne pustijo mu dihati njegovega zraka in vse želijo postoriti namesto njega. Ne le, da ga tako oropajo spoznavanja raznolikosti sveta, ki ga obkroža, temveč ga s tem tudi neprimerno razvajajo. Naloga otrok je, da si poiščejo in pridobijo lastne izkušnje, vedeti pa je treba, da noben starš tega ne more narediti namesto njih. Vsak starš je kdaj v skušnjavi, da bi s starševstvom pretiraval. Prav je, da ste skrb-

ni. Pa vendarle velika skrbnost lahko prerasne v pretirano skrbnost, ki otroka omejuje in ga dela invalida na telesnem, čustvenem ali/in duševnem področju. Vedeti morate, da se pripadnost razvija in nastaja iz normalne skrbi za otroka. Naše otroke ščitita prav naša starševska ljubezen in zaupanje, ovira pa jih pretirana skrb, ki duši vsako osebnostno iniciativo in željo po osamosvojitvi. Otroka boste s pretirano skrbnostjo oropali življenjskih veščin, ki jih bo potreboval za zdravo osebnost in za soočanje z življenjskimi težavami. Prav tako pa to kaže tudi na nezaupanje staršev v naravni tok razvoja in otrokovo spontano željo po učenju.

Otroci, ki so jih starši navadili, da dobi-jo vse, kar potrebujejo, brez kakršnega koli napora, mislijo, da imajo pravico do vsega, vendar pa niso dovolj sposobni, da dosežejo tisto, kar želijo. Starši s svojim zaščitniškim vedenjem otroku sporočajo, da je svet poln nevarnosti, in mu zbuja nezaupanje v svet, kar krepi njegovo negotovost, strah. Dodatno razočaranje doživi, ko družba pokaže, da se pohvale ne doseže tako enostavno, kot jo je dosegel doma.

Pomembno je, da starši podprejo otrokovo željo po samostojnosti, tako da spodbujajo njegovo raziskovanje in spre-

jemanje odgovornih odločitev. Otroka naj bi spodbujali k samostojnosti in mu nudili podporo in pomoč, ko oz. če jo potrebuje. V prvih treh letih otrokovega življenja je pomembno, da se med njim in starši vzpostavi varna navezanost, ki jo dosežemo tako, da smo odzivni in občutljivi za njegove potrebe, mu namenimo pozornost, izkazujemo naklonjenost, se z njim pogovarjamo, vzpostavljamo veliko telesnega in očesnega stika z njim in spoštujemo njegovo samostojnost.

Naloga staršev je torej pomagati otrokom, da postanejo samostojni. Otrokom je treba dovoliti, da živijo z razočaranji in samostojno rešujejo svoje težave, kolikor je to mogoče. Če se borijo z majhnimi neuspehi, bodo razvili določene veščine za preživetje in pridobili samozaupanje, da lahko rešijo vse, kar jim pride na pot. Starši morate ob vsem tem otrokom dati vedeti, da ste slišali njihove skrbi in da ste jim vedno na razpolago za moralno podporo. Verjemite v njihove sposobnosti, da bodo premagali vse ovire, ki se jim bodo postavile na pot.

Viri:
<https://www.aktivni.si/psihologija/prevec-zascitniski-stars/>
<https://zastarse.si/vzgoja/raho-zapostavljanje-je-boljse-od-zascitniskega-starsevstva/>
<http://odkriti.svet24.si/clanek/dobropocutje/ste-prevec-zascitniski-522325>

IZJEMEN DOSEŽEK UČENKE ANE PERUŠEK NA 11. MEDNARODNI KIPARSKI KOLONIJI MLADIH 2018

PRIPRAVILA: RENATA TEGELJ LESAR, PROF. LIKOVNE UMETNOSTI

Učenki **Ana Perušek** in **Zala Indihar** (iz 8. razreda OŠ dr. Ivan Prijatelj Sodražica) sta se uvrstili med 36 likovno nadarjenih kiparjev (starih od dvanaest do petnajst let iz Slovenije, Hrvaške, Bosne in Hercegovine ter Srbije), ki so 19. in 20. februarja 2018 ustvarjali na 11. Mednarodni kiparski koloniji mladih Črnomelj. Komisijo likovnih strokovnjakov je za izbor najboljših prepričalo likovno delo v montažni plastiki z naslovom »Naj te zadane kepa ljubezni«. Ustvarjeno je bilo pri izbirnem predmetu LIKOVNO SNOVANJE pod mentorstvom likovne pedagoginje Renate Tegelj Lesar in razstavljeno kot del božično-novoletne scene v letošnjem šol. letu v avli šole.

Ves vložen trud, priprave in ustvarjalna vnema pri pouku likovne umetnosti in pouku likovnega snovanja sta se na mednarodni koloniji več kot obrestovala. Predhodno znana tema kolonije, na katero sta pod strokovnim vodstvom kiparili, je bila »UTRIP«. Obe učenki sta v delavnici montažne plastike izdelali odlični deli.

Kot vrhunsko, izjemno izvirno in sporočilno likovno delo je strokovna komisija opredelila montažno plastiko **Ane Perušek**, z naslovom »UTRIP MODROSTI«.

Prejela je kar dve priznanji:

- 1. priznanje za najboljše delo v delavnici MONTAŽNA PLASTIKA in**
- 2. priznanje SKUPNA ZMAGOVALKA 11. MKKMČ!**



Ana Perušek, UTRIP MODROSTI

Ana Perušek, je prejela zmagovalno preslico - simbol kolonije in bo za nagrado od 3. do 5. aprila 2018 gostovala na Mednarodni koloniji mladih Ernestinovo v Slavoniji na Hrvaškem, ki je ena največjih v tem delu Evrope.

Več informacij o koloniji in fotografij najdete na: <https://www.zik-crnomelj.eu/sl/kultura/mednarodna-kiparska-kolonija-mladih/> in <http://www.os-loka-crnomelj.si/mkkmc/>

PRAZNOVANJE POMLADI NA PODRUŽNIČNI ŠOLI SV. GREGOR

PIŠE: TADEJA BAMBIČ, FOTO: MOJCA ŠILC IN ANA PORENTA

Prireditve Praznovanje pomladi ob materinskem dnevu je potekala v petek, 23. marca 2018, pri Sv. Gregorju v dvorani, letos že dvanajstič. Ker se je letošnje leto zima stežka poslovila in je pomlad bolj pozno prišla, smo si jo kar sami pričarali.

Četrtošolca Veronika Košmrlj in Timotej Levstik sta nagovorila vse navzoče. David Adamič je na harmoniko zaigral Avsenikovo pesem Slovenija, od kod lepote tvoje. Sledila je gledališka predstava učencev ustvarjalno-gledališkega krožka



z naslovom Regar-rija. Z mentorico Ano Porenta so pripravili kolaž prizorov, ki jih poznamo iz knjig A. Lobela o Regcu in Kvakcu. V njihovi simpatični predelavi je nastopilo šest Zelenih in trije Oranžni. Zelenim se dogajajo vsakodnevne

smešne, zabavne in zanimive preizkušnje, Oranžni pa so nagajivi elementi družbe in okolice. S predstavo so nastopili tudi na JSKD-srečanju otroških gledaliških skupin v KCK v Kočevju in na gledališkem festivalu Najdihojca v Velikih Laščah.

Učenci 1. in 2. razreda so program popestrili z izštevankami in pesmimi, vsi pa so jih podkrepili z gibanjem, plesom in Orffovimi glasbili. Pri ustvarjanju smo jih usmerjale učiteljice Tadeja Bambič, Zdenka Kljun in Mojca Šilc, ki je tudi vodila pevski zbor na nastopu. Učenci glasbene šole so z veseljem zaigrali na inštrumente. Kristjan Zajc je zaigral na klavir, Zara Vesel na violino, Mark Adamič na harmoniko. Gostje večera so bili učenci OŠ dr. Ivan Prijatelj Sodražica, ki obiskujejo neobvezni izbirni predmet umetnost. Nastopili so s predstavo Janko in Metka, v kateri smo izvedeli, kaj se je junakoma dogajalo ponoči in o čemer Grimmova pravljica ne govori. To svojo zanimivo zgodbo s škrati in hudobci so uprizorili kot muzikal pod mentorstvom Mojce Šilc. Nastopil je tudi naš stalni gost, Mešani pevski zbor Sv. Gregor. Zapel je pesmi Čej so tiste stezice in Po jezeru. Z violinskim duetom sta nas razveselila Lovro Kljun in Iza Levstek. V pomlad smo odpeli in odplesali s folklornim spletom Potujemo v Slemena, ki so ga pripravili vsi učenci šole z mentoricama Ano Porenta in Mojco Šilc.

Ob koncu prireditve smo se zahvalili vsem gostom, gledalcem, gospe ravnateljici Majdi Kovačič Cimperman, ki nas podpira pri ustvarjalnih projektih, gospodu župniku Andreju Muleju, ki je poskrbel za tehnično podporo, kuharici Tadeji Levstek, pridnim mamam, babicam in tetam, ki so spekle odlično pecivo. Vsi učenci od 1. do 4. razreda so po koncu prireditve razveselili svoje mamice z darilcem. Ob dobrotah in druženju je pomladno vzdušje trajalo še lep del večera.



PETOŠOLKE USTVARJAJO

MENTORICA: SLAVKA TANKO, PROF.

TO TI JE SREČA

Možak je odšel na lov
in si želel,
da bi polno živali odnesel domov.
Najprej je purana zadel,
ki je jelenu na glavo zletel.
Puran se je skotalil v bližnjo duplino
in možak je tam zagledal medvedjo mrcino.
Ko je hotel njene mladiče vzeti mož,
se je v medvedkino lobanjo zapičil nož.
Nato je s puščico zadel grlico,
ki se je potem odbila v postrvico.
Puščica se je zapičila v drevo
in naredila luknjico.
Iz luknjice je priteknel med,
ki je bil sladek kot sladoled.
Zajec pa se je prilepil na med,
da ga možak sploh ni rabil ujet.

Lana Arko, 5. a

LJUBLJANA

Ljubljana je polna ljudi,
ker lučke bi radi videli.
Na drsališču se drsajo,
ker radi se zabavajo.
Na Tromostovje smo odšli,
da bi Ljubljano bolje videli.
Ljubljana zelo lepa je bila,
saj veliko znamenitosti ima.

Lana Arko, Jana Turk, 5. a

SANJE

Že odsanjariš v modro nebo,
kjer je vse kot v pravljici lepo.
Prepusti se domišljiji,
če si v deželi Niji.

Na samorogu odhitiš
in na zmaja naletiš.
Zmaj izbruhne čokolado,
ki se izteka v marmelado.

Nastane velika luža,
priteče leteči kuža.
Skupaj smučata v bazenu sladoleda,
prikaže se čoln, ki je kakor kreda.

Na čoln se usedeta
in se v novi dan odpeljeta.
Tam se vse spet ponovi,
dokler te ura ne zbudi.

Zina Lovšin, 5. a

TD SODRAŽICA – SEKCIJA POPRTNIK

UTRINKI Z DELAVNIC

PIŠE: TINA ZOBEC PIRNAT, TD SODRAŽICA – SEKCIJA POPRTNIK, FOTO: ŠTEFKA JORAS

TD Sodražica – Sekcija Poprtnik je v marcu organiziralo kar tri delavnice. Prva je bila delavnica o pripravi in peki domačega kruha z naravnim kvasom pod vodstvom mentorja Jožeta Senegačnika iz Smrjen. Gospod Jože je na 2. državnem ocenjevanju kruha iz krušne peči, ki ga je v decembru 2017 na Robu organiziral DPŽ Velike Lašče, spekel najbolje ocenjen kruh z naravnim kvasom. Na delavnici je sodelovalo 20 udeležencev. S seboj so morali prinesiti posodo za mesenje s pokrovom, serviet, košarico za vzhajanje za hlebček iz 0,5 kg moke in steklen kozarček za matično kulturo kislega testa. Vsak udeleženec je na delavnici dobil 450 g moke tipa 850 iz mlina Katić, sol in 150 g kvasca. Moko za delavnico je sponzorirala pekarna Ajdič iz Sodražice. Gospod Jože je v uvodnem delu delavnice predstavil recept, po katerem so kandidati v nadaljevanju mesili kruh. Predstavil je tudi celoten potek priprave in peke kruha z naravnim kvasom ter različne vrste moke in njihove pecilne sposobnosti. Udeleženci so z zanimanjem spremljali delavnico in aktivno sodelovali. Imeli so možnost poskusiti pehtranov kruh z brusnicami, ki ga je spekel gospod Jože, in kruh s polento, ki ga je spekla Tina Zobec Pirnat. Spekli pa smo tudi ajdov hlebček.

V tednu pred veliko nočjo smo organizirali kar dve delavnici. Prva izmed njih je bila delavnica peke velikonočnih kolačkov

za devet zgovornih in dobro razpoloženih deklet devetega razreda. Gospa Ivanka Košir je testo za kolačke pripravila že doma in vzhajane prinesla na delavnico. Dekleta so si naredila predpasnike, si spela lase in pripravila valjarje. S pomočjo tehtnice so testo razdelila na 18 enako velikih hlebčkov, ki so po rahlem gnetenju vzhajali še 20 minut. Medtem so s pomočjo mentorice pripravila rožičev nadev. V tem času so hlebčki že primerno vzhajali in valjanje se je začelo. Težav pri tem ni bilo, tudi pri mazanju nadeva ne, malo več truda pa je bilo potrebnega pri oblikovanju in spajanju kolačkov. Ko so vzhajali že drugič, so dekleta s pomočjo mentorice Marije Levstek pripravila pirhe po starem receptu: v vodi s čebulnimi olupki so se kuhala jajca, zavita z naravnimi okraski in povita z ostanki hlačnih nogavic. Treba je bilo le še speči kolačke, jih ohladiti in v njihovo sredino položiti pirhe. Na delavnici je bilo veselo in prijetno vzdušje, dekleta so bila navdušena, mentorice pa zadovoljne. Trud je bil poplačan tudi z vedenjem, da jim je uspelo prenesti nekaj malega iz zakladnice naše kulturne dediščine na mlajši rod.

Tretja v nizu delavnic pa je bila delavnica peke velikonočnega želodca za članice TD Sodražica – Sekcija Poprtnik. Potekala je v treh delih. Najprej je gospa Marija Pajnič pojasnila pripravo belega in temnega testa po maminem receptu. Sledila sta valjanje in priprava nadeva. Za zavijanje želodca



sta bila potrebna kar dva para rok. Nastal je velik »štrukelj«, ki je zavzel kar dva pekača. Po prebadanju je želodec vzhajal dobro uro. S tem se je delavnica prevesila v drugo tretjino. Gospa Marija Levstek je v nadaljevanju povabila udeleženke k pripravi velikonočnih kolačkov in barvanju pirhov po stari metodi, tj. v vodi s čebulnimi olupki. Ko so se kolački pekli in pirhi kuhali, so si udeleženke delavnice privoščile kratko pavzo za skodelico čaja in klepet. Zadnje tretjino časa, ko se je želodec pekel in je v pečici že dobival zeleno barvo, so udeleženke namenile nekaj minut pogovoru o velikonočnih jedeh. Ko je bil želodec pečen, so ga pustile, da se je ohladil, ter ga narezale za pokušino.

Tu bi se želela zahvaliti gospe Mariji Levstek in gospe Štefki Joras, ki sta vložili veliko truda, da sta bili zadnji dve delavnici izpeljani na nivoju. Hvala.



ŠEDRŽANKE NA OBISKU

Kam z beljaki?

PRIPRAVILA: ŠTEFKA JORAS

Pogosto se vprašamo, kam z beljaki, ko je pred nami čudovita slika sladice, ob njej pa recept, ki zahteva od jajc le rumenjake. In ni redko, da nas prav ta preostanek odvrne od dela, čeprav v mislih že okušamo sladico, brbončice že igrajo svojo melodijo, oko pa že shranjuje sliko v možganih. Ja, kaj naj z osmimi ali celo desetimi beljaki?

Naneslo je, da sem odgovor dobila kar pri naši članici, Šedržanki Marini. **Jurjeve Marine** ne ustavi noben, naj bo še tako zapleten, recept. Preizkuša vse, kar ji pride pod roko, neustrašna je. In uspešna pri peki in kuhanju. Njene beležke so polne različnih receptov, med njimi so tudi taki, ki spretno in preprosto porabljajo beljake. Ko Marina pripravlja testo, se njene roke kot virtuozu na klavirju premikajo med sestavinami, in kar je mene dobesedno očaralo, je to, da zelo veliko dela po občutku.

Medtem ko večina med nami uporablja tehniko in ostale merilne pripomočke, ona

že na pogled oceni količino.

Prepoznavna je po pripravi »orehov«, »jurčkov«, različnih piškotov in biskvitov. Svoje znanje je pripravljena deliti z drugimi, poseben izziv pa ji predstavlja prenašanje svojih veščin na sedemletno vnukinjo. Tako sta že kar nekajkrat uspešno pripravili piškote. Marina je optimistka, znana tudi po spontanem humorju. Ničkolikokrat nas spravi v dobro voljo in razigran smeh. Polna je različnih idej in včasih rada kaj ušpiči, vendar vedno dobronamerno in iz čiste naklonjenosti. Zadnje čase ji gre odlično od rok izdelovanje rož iz krep papirja. Iz njih oblikuje šopke za razne priložnosti. Je skromna in se svojih uspehov sploh ne zaveda, odprtih rok in rada priskoči na pomoč. Letos se bo upokojila in ne skrbi je, da bo imela preveč prostega časa. Upamo, da si ga bo vzela tudi zase.

In kam z beljaki? Marina pravi, da pogosto naredi vetrce. Ker pa ti, vemo, ne us-



pejo vsakomur, predlaga »beljakovo pito« v dveh različicah in »snežne kepe«. Ob spremljanju nastajanja pite sem tudi sama prišla do sklepa, da vam recept ne bo delal pregulav. Dopusča tudi preizkušanje z različnimi suhimi sadeži (poleg predlaganih rozin in orehov). Tako imate spet priložnost, da ustvarite svojo različico. Uspelo vam bo in dober tek!

Beljakova pita 1

POTREBUJEMO:

- 6 beljakov
- 25 dag sladkorja
- 10 dag margarine
- 25 dag rozin
- 15 dag moke

PRIPRAVA:

- Na malo ogreti kuhalni plošči raztopimo margarino.
- Pristavimo kozico z vodo in jo segrejemo. Nanjo postavimo skledo z beljaki, ki jih najprej stepemo do polovice, nato dodamo sladkor in stepemo do konca.
- Z metlicama mešalnika pri manjši hitrosti vmešamo margarino, rozine in moko.
- Pekač premažemo z maščobo in mešanico zlijemo vanj.
- Pečemo na 180–200 °C 30–45 minut.
- Ohlajeno pito poljubno narežemo.

NASVET: Pito lahko pripravimo tudi kot napulitanke. Dve plošči oblatov na tanko namažemo z marmelado. Na prvo ploščo položimo pečeno pito in jo pokrijemo z drugo ploščo. Obtežimo čez noč in narežemo na poljubne koščke.

Beljakova pita 2

POTREBUJEMO:

- 1 lonček z 8 beljaki
- 2 lončka moke (do koder sežejo beljaki)
- 1 lonček sladkorja
- 1 lonček maščobe (olja, masla ali margarine)
- 1 lonček rozin ali nasekljanih orehov
- limonovo lupinico

PRIPRAVA:

- Sladkor in maščobo stepamo. Rahlo vmešamo moko, rozine ali orehe (lahko tudi mešano) ter lupinico limone.
- Iz beljakov naredimo čvrst sneg.
- Obe masi z rahlim mešanjem združimo.
- Pekač obložimo s papirjem za peko, nanj vlijemo mešanico in pečemo na 180 °C 20 minut. Z zobotrebcom preizkusimo, ali je pečeno. Peko podaljšamo po potrebi.

NASVET: V obeh primerih rozin ne namažemo, samo operemo in osušimo s papirnato brisačo.

Snežne kepe

POTREBUJEMO:

- 6 beljakov
- ščepl soli
- 6 žlic sladkorja
- 1,5 l mleka
- strok vanilje
- vaniljev puding

PRIPRAVA:

- Beljakom dodamo sol in jih stepamo v sneg do polovice. Postopoma jim dodamo še žlico sladkorja in stepemo do konca, da je sneg trd. Ob rahlem mešanju mu dodamo še preostali sladkor.
- Mleko s strokom vanilje zavremo in vanj z žlico polagamo beljakov sneg. Posodo za minuto pokrijemo. Ko kepe lepo narastejo, jih obrnemo, kuhamo še minuto in nato s penovko preložimo na cedilo, da se odtečejo.
- Po navodilu pripravimo prašek za puding in ga vkuhamo v preostalo mleko. Puding naj bo redek.
- Kepe zložimo v skodelice, jih prelijemo s pudingom in jih, preden postrežemo, dobro ohladimo.

NOVICE IZ DRUŠTVA UPOKOJENCEV SODRAŽICA

PRIREDITEV OB DNEVU ŽENA

PIŠE: IVANKA ANDOLJŠEK, FOTO: BARBARA OSOJNIK

Ponavadi smo v marcu za mamice in žene nabirali zvončke in druge pomladne rožice. Letos nam je narava ponagajala, tako da smo jih počastili in jim pričarali pomlad v dvorani naše šole. Tu je v petek, 9. marca, potekala čudovita prireditev, ki so jo pripravili otroci, vzgojiteljice in učiteljice osnovne šole in vrtca v sodelovanju s člani DU Sodražica. Podobne prireditve potekajo že vrsto let, najprej na pobudo upokojencev, ki so k sodelovanju pritegnili tudi šolo. Prireditev se je »prijela« in je bila vedno dobro obiskana. Letos so glavnino dela prevzele učiteljice na šoli in tako v vsebino in izvedbo proslave prinesle svež, mladosten veter. Za organizacijo proslave je uspešno poskrbela gospa Katarina Žagar. Toda tudi delež upokojencev ni bil zanemarljiv. Prav zanimivo je spremljati nastope različnih generacij.

Za uvod so zapeli učenci otroškega pevskega zbora pod vodstvom prof. Kramar Gorinšek. Rdeča nit programa je bila dramska uprizoritev z naslovom Darilo za dan žena, ki so jo pripravili učenci podaljšanega bivanja skupaj s svojo učiteljico Tadejo Bambič. Predstava je pripovedovala o odnosih med tremi generacijami in o življenju nekoč in danes. Podobno tematiko je obravnaval tudi skeč, ki so ga naštudirali upokojenci našega društva. Razvedrili sta nas vsebina skeča in prepričljiva igra akterjev. Vrtčevska folklorna skupina je z vzgojiteljicama Urško in Niko zaplesala otroške rajalne plesne. Pesmi o mamah in družini so recitirali Ivanka Andoljšek in njeni vnukinji Polona in Kristina ter trije učenci iz oddelka podaljšanega bivanja. Posebej radi prisluhnemo glasbenim točkam, tokrat nam je na kitaro zaigral A. Pogorelc. Upokojenski pevski zborček nam je pobožal srce s prelepima ljudskima pesmima Škrjanček poje, žvrgoli in Sem deklica mlada, vesela. Viktor Žagar pa je sam zapel še pesem Šetala je. Nadobudni mladi harmonikar Aleks Zgonc je zaigral Ribnčana in Čebelarja.

Ob zaključku je učenec Matej Osojnik v vlogi župana s suverenim nastopom takole čestital vsem materam in ženam za praznik: Noben cvet ni tako lep kot ženska, noben vetrič ne piha tako nežno, kot je nežna ženska, noben kamen ni tako trd, kot je trdna ženska, noben vihar ne prenese toliko dežja, kolikor solz pretoči ženska, in nihče ne premore toliko ljubezni, kot jo ima v sebi ženska!

Hvala vsem za prijeten kulturni dogodek.

NAČRT DELA V DRUGEM ČETRTLETJU 2018

- Pomladni meseci so v znamenju športnih dejavnosti. Podroben pregled teh in drugih dejavnosti si lahko preberete na oglasni deski DU Sodražica. Spomladanski izlet bo v maju.
- **Posebej vabljeni 23. maja 2018 na balinišče v Sodražici spodbujati naše balinarke, da bi na Športnih igrah upokojencev Dolenjske in Bele krajine ponovno dosegle dobro uvrstitev.**



OBČNI ZBOR DU SODRAŽICA

PIŠE: ANA MODIC, FOTO: DARKO VESEL

V soboto, 17. marca 2018, je v šolski telovadnici potekal občni zbor DU Sodražica. Dogodek se je začel ob treh popoldne, trajal pa je do večernih ur. Dvorana je bila polno zasedena, udeleženci pa smo bili že ob prihodu v dvorano zadovoljni, ker nas je čakalo še eno lepo upokojensko druženje. Pri poročanju se bom omejila le na to, kar je bilo na letošnjem zboru novost, in na to, kar me je prijetno presenetilo.

Uvodni del v občni zbor je kot vedno pričel upokojenski zborček z lepo zapetimi pesmimi, pridružila pa se je tudi pesnica iz Travnika v Loškem Potoku s svojo pesmijo o starostnih težavah in premagovanju le-teh z optimizmom in veseljem do življenja. Na mizah ob strani dvorane smo si lahko ogledali razstavo letošnjih izdelkov pridnih kvačkaric: kvačkane pirhe, kokoši in prtčke po lastni izbiri. V vsak izdelek je bilo vloženo veliko dela in potrpežljivosti.

Poleg poslušanja in sprejetja poročil o delu, o financah, o programu za tekoče leto, poleg pozdravov vabljenih gostov je bil letošnja koristna in uporabna novost tudi obisk dveh policistov s PP Ribnica. Prvi nas je seznanil s spremenjeno signalizacijo v naselju Sodražica, opozoril na prečkanje ceste po zebri ter spregovoril o vožnji skozi krožišče pri Fibranu in o tem, da moramo v mraku in ponoči nositi na oblačilu pritrjeno kresničko ali svetleče trakove na rokavu. Hoditi moramo po pločniku ali, če ga ni, po levi strani ceste v smeri hoje, če je možno tudi s svetlečo se palico. Opozoril je

na zmanjšanje hitrosti v naselju na 50 km na uro in na to, da se lahko usedemo v avto le, če se počutimo popolnoma zdravi. Drugi policist nas je seznanil o kaznivih dejanjih nad starejšimi ljudmi: o krajah, o goljujih starejših ljudi zaradi njihove zaupljivosti raznim prodajalcem po hišah in po spletu. Govoril je o samozaščiti starejših, o stalnem zaklepanju hiše ali stanovanja, o tem, da ne spuščamo tujcev v hišo, o previdnosti nakupovanja preko spleta, o raznih igrah, ki obljublja-jo velike nagrade in ki jim nekateri

starejši še vedno verjamejo. Oba policista sta nam razdelila tudi veliko reklamnega gradiva o varnosti v prometu in o skrbi za lastno varnost. Na mizah nas je pričakala lepo napisana in v različnih barvah tiskana publikacija s programom dela za leto 2018. Z modro barvo napisane so izstopale letošnje novosti v programu: srečanje DU Mirna in DU Sodražica s kulturnim programom v Maticovi etno hiši (MEH) v juniju, že izpolnjeno skupinsko letovanje DU v hotelu Delfin v Izoli in plesni tečaj za upokojence vsak četrtek v prostorih sodraške šole. Organizator v MEH je Ivan Šega, organizatorica plesnih vaj pa Pavlina Pihler. Učitelja plesnih korakov sta Vilma in Janez Oražem.

Na koncu še moja misel o načinu prehrane na tem zboru, cateringu. Hrana je bila okusna, topla, vsakdo si je lahko vzela, kar je hotel in kolikor je hotel. Tako je šlo tudi manj hrane v odpadke. Naj se ta način prehrane na takih srečanjih nadaljuje.

Hvala vsem, ki ste pripravili pisno gradivo in dvorano za občni zbor DU Sodražica in poskrbeli za prijetno vzdušje na tem zboru.

OD AMBULANT DRUŽINSKE MEDICINE DO PREVENTIVNIH PROGRAMOV

Preventivni pregledi in odziv na vabilo iz ambulante družinske medicine na preventivni pregled vam omogočajo pravočasno odkrivanje tveganja za kronične bolezni oz. pravočasno odkrivanje že prisotnih kroničnih bolezni in ustrezno ukrepanje. Preventivni programi potekajo že od leta 2002 in so kriti iz osnovnega zdravstvenega zavarovanja. Preventivni pregled v ambulanti družinske medicine poteka pri vašem osebnem zdravniku ali pri diplomirani medicinski sestri v referenčni ambulanti družinske medicine.

Referenčna ambulanta družinske medicine je naziv za ambulanto družinske medicine z razširjenim timom zdravstvenega osebja, kjer je poleg zdravnika in medicinske sestre vključena tudi diplomirana medicinska sestra, ki prevzema aktivnosti na področju preventive. Preventivni pregled v ambulanti družinske medicine obsega laboratorijske meritve, elektrokardiogram (EKG), oksimetrijo, po potrebi dopler žil, spirometrijo, meritve krvnega tlaka, telesne teže, višine in obsega pasu. V našem zdravstvenem domu imamo na voljo tudi tehtnico, s katero lahko preverimo stopnjo bazalnega metabolizma oz. potrebo po energiji, ki jo naše telo potrebuje v mirovanju, delež telesne maščobe glede na telesno težo, pusto telesno maščobo.

Do preventivnega pregleda ste upravičeni vsakih pet let, ogroženi za razvoj kroničnih bolezni pa vsako leto. Po opravljenem preventivnem pregledu pa se lahko udeležite različnih programov v zdravstveno-vzgojnem centru zdravstvenega doma. To so programi za krepitev zdravja, ki so pripravljene na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje (NIJZ).

Dostopno na: <http://skupajzdravje.nijz.si/sl/program-skupaj-za-zdravje/preventivni-pregled-za-preprecevanje-kronicnih-bolezni/>.

SVETOVANJE ZA ZDRAVJE V ZDRAVSTVENO-VZGOJNIH CENTRIH

Program svetovanja za zdravje obsega 12 vrst nemedikamentoznih obravnav, od tega temeljne delavnice in osem poglobljenih delavnic oz. individualnih svetovanj.

ŽIVIM ZDRAVO

Udeleženci pridobijo informacije o pomenu zdravega življenjskega sloga (zdrave prehrane, telesne dejavnosti, nekajenja, opuščanja tveganega/škodljivega pitja alkohola, obvladovanja stresa, spanja ipd.) za ohranjanje in krepitev zdravja, preprečevanje nastanka kroničnih bolezni oz. za kakovostnejše življenje s kronično boleznijo. Prav tako pridobijo motivacijo in podporo za spremembo vedenja, povezane ga z zdravjem.

ALI SEM FIT?

Udeleženci pridobijo informacije o svoji telesni pripravljenosti, prav tako se jim ponudi individualni nasvet za zdravju prijazno telesno dejavnost. Imeli boste možnost opraviti nove teste:

- preizkus hoje na 2 km ali
- šestminutni preizkus hoje ali
- dvominutni test stopanja na mestu ter
- skladno z rezultatom in zdravstvenim stanjem udeleženca strokovnjaki svetujejo o ustreznih telesni dejavnosti za krepitev zdravja.

DEJAVNIKI TVEGANJA (ZVIŠAN KRVNI TLAK, ZVIŠANE MAŠČOBE V KRVNI, ZVIŠAN KRVNI SLADKOR)

Udeleženci pridobijo informacije o bioloških dejavnikih tveganja (zvišan krvni tlak, zvišane maščobe v krvi, zvišan

krvni sladkor), o njihovem vplivu na nastanek kroničnih bolezni in o njihovi povezanosti z življenjskim slogom. **Kdo se lahko udeleži delavnice:** odrasle osebe s prisotnimi dejavniki tveganja za kronične bolezni in ogroženi za razvoj kroničnih bolezni ter kronični bolniki. **Časovni obseg:** eno srečanje, ki traja 90 minut, in petminutno individualno svetovanje za vsakega udeleženca po končanem skupinskem delu.

TEHNIKE SPROŠČANJA

90-minutna delavnica, kjer udeleženci pod strokovnim vodstvom ali diplomiranega fizioterapevta ali diplomirane medicinske sestre osvojijo tri tehnike sproščanja, to so tehnike dihanja, postopno mišično sproščanje in vizualizacija pomirjujočega kraja. Na koncu pa vsak od udeležencev dobi knjižico z navodili za pravilno izvajanje vaj tudi doma.

POGLOBLJENE ZDRAVSTVENO-VZGOJNE DELAVNICE/INDIVIDUALNA SVETOVANJA

To se predavanja delavniškega tipa, kjer udeleženci prostovoljno in samoiniciativno prihajajo v naš zdravstveno-vzgojni center in skupaj raziskujemo in iščemo načine, kako izboljšati svoje navade in zdravje.

ZDRAVO JEM - prehransko svetovanje



O zdravi prehrani vsi vse vemo in veliko lahko preberemo. ALI JE VSE, KAR BEREMO IN SLIŠIMO, RESNICA?

Na naših srečanjih preverimo, kaj je resnično zdrava prehrana po priporočilih Nacionalnega inštituta za javno zdravje, kaj so zdrava živila in kje nas kot potrošnike zavajajo. Kaj pomeni obrok in kaj ritem prehranjevanja? Sestavljamo enostavne zdrave jedilnike. Raziskujemo enote živil (količine) in še veliko zanimivih stvari, tudi kar želi izvedeti posamezna skupina ali udeleženec.

GIBAM SE

Udeleženci pridobijo poglobljeno oceno lastne telesne pripravljenosti ter postopno po individualnem programu povečujejo količino telesne dejavnosti in spreminjajo gibalne navade. Pridobijo tudi znanja in veščine za samostojno izvajanje telesne vadbe ter na podlagi meritev dobijo informacije o lastnem napredku v telesni dejavnosti, gibalnih navadah in telesni pripravljenosti. Skupaj s strokovnjakom naredijo dolgoročni načrt.



ZDRAVO HUJŠANJE

Udeleženci prejmejo strokovno podporo in pomoč pri zdravem hujšanju ter znanje in veščine za spreminjanje prehranskih in gibalnih navad ter psihološko podporo v procesu hujšanja in vzdrževanja zdravega življenjskega sloga.

Kdo se lahko udeleži delavnice: preventivno pregledane odrasle osebe, starejše od 19 let, z indeksom telesne mase (ITM) 27,5 in dejavnikom tveganja za bolezen srca in ožilja ter osebe z ITM nad 30.

Časovni obseg: 15 skupinskih srečanj, ki trajajo od 90 do 120 minut, in 16 srečanj telesne vadbe, ki trajajo po 60 minut. Tekom delavnice se udeleženci udeležijo treh individualnih posvetov z diplomirano medicinsko sestro, treh individualnih posvetov z diplomiranim fizioterapevtom ter 2–3 individualnih posvetov s psihologom. Delavnica vključuje tudi trikratno testiranje telesne pripravljenosti. Omenjenemu programu sledi vzdrževalni program s tremi motivacijskimi srečanji, ki se izvedejo po treh, po šestih in po 12 mesecih od zadnjega srečanja.

PSIHOEDUKATIVNE DELAVNICE

Udeleženci na delavnici spoznajo osnovne značilnosti doživljanja stresa, tesnobe in depresije, vzroke zanje ter načine za njihovo obvladanje. Pridobijo znanja in veščine, s katerimi si lahko pomagajo sami in izboljšajo svoje počutje (tehniko sproščanja, tehniko preusmerjanja misli in čustev, načrtovanje odziva na stresne situacije, razvijanje čustvenega zavedanja ipd.).

Vemo, da je stres eden največjih dejavnikov tveganja za nastanek bolezni sodobnega časa, zato želimo udeležencem podati znanja in veščine, kako se spopadati z

njim, in jim odpreti oči in srce, da v težkih situacijah niso sami. Delavnice potekajo v štirih zaporednih srečanjih po 90 minut. Svetovni dan zdravja, ki je vsako leto 7. aprila, je bil v lani posvečen ravno duševnemu zdravju.

INDIVIDUALNO IN SKUPINSKO SVETOVANJE ZA OPUŠČANJE KAJENJA

To je strokovno voden program opuščanja kajenja. Udeleženci na skupinski delavnici opuščanja kajenja in individualno spoznajo načine zmanjševanja števila pokajenih cigaret, kako se pripraviti na opuščanje kajenja in kakšne težave bi lahko imeli pri tem, kako nadzorovati telesno težo in premagati stres, kako zaključiti kadilsko kariero in ostati nekadilec. Dobijo ključne informacije, strokovno podporo in pomoč pri opuščanju kajenja. Kadilci se lahko vključijo v tisto obliko svetovanja, ki jim bolj ustreza.

Vse zgoraj naštete programe izvajamo v zdravstveno-vzgojnem centru Zdravstvenega doma dr. Janeza Oražma Ribnica s strokovnim vodenjem. V centru smo zaposleni trije diplomirani fizioterapevti in dve diplomirani medicinski sestri. V programe

se lahko vključi vsak, ki ima opravljen preventivni pregled v ambulanti družinske medicine ali pri osebnem zdravniku.

Vsi navedeni programi, tako krajši kot daljši, se lahko ob zadostnem številu udeležencev izvajajo v občinah Ribnica, Sodražica, Loški Potok in Velike Lašče, prav tako pa smo pripravljene izvajati tudi promocijo zdravja na delovnem mestu za podjetja glede na razpoložljive možnosti.

Informacije o preventivnih programih za zdravje so dostopne na: <http://www.nijz.si/sl/opis-delavnic-in-svetovanj-za-zdravje>.

VPIS V JESENSKO ŠOLO »ZDRAVO HUJŠANJE«

do zasedenosti prostih mest.

Vabljeni na preventivne aktivnosti!

Zdravstveno-vzgojni center Zdravstvenega doma dr. Janeza Oražma Ribnica
Majnikova 1, 1310 Ribnica
Kontakt:
Telefon: 070 790 964 - Teja Arko, dipl. m. s.
040 664 754 - Anka Debeljak, dipl. m. s.
E-pošta: adebeljak.zdrib@gmail.com
zdravstvena.vzgoja@zdribnica.si

SODELOVANJE V PROGRAMU SVIT JE MODRA ODLOČITEV

NACIONALNI INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA

Marec je mednarodni mesec boja proti raku debelega črevesa in danke, mesec, ko opozarjamo na pomen preprečevanja in zgodnjega odkrivanja bolezni. Rak debelega črevesa in danke je tretji najpogostejši rak pri ženskah in četrti najpogostejši pri moških. Program Svit je od začetka delovanja do danes pripomogel k zmanjšanju števila raka na debelem črevesu in danki.

Vsako leto za to obliko raka zbolijo okoli 1400 prebivalcev Slovenije, več kot 700 jih umre, čeprav je rak na debelem črevesu in danki ena izmed redkih rakavih bolezni, ki jo je mogoče preprečiti s presejanjem.

V Sloveniji za to skrbi program Svit, državni program presejanja in zgodnjega odkrivanja predrakavih sprememb in raka na debelem črevesu in danki. Presejanje za raka debelega črevesa in danke pomeni iskanje in odkrivanje predrakavih in zgodnjih rakavih sprememb pri navidezno zdravih odraslih s preprostimi preiskavami ali testi. Med zdravimi osebami odkrije tiste, pri katerih je velika verjetnost, da bi se iz odkritih sprememb razvil rak, ali že imajo začetno obliko raka. Zgodaj odkrita bolezen se uspešno zdravi, z odkritjem predrakavih sprememb pa jo lahko celo preprečimo.

PROGRAM SVIT PRISPEVA K UPADU NOVIH PRIMEROV BOLEZNI

»Zaradi delovanja Programa Svit je bilo od leta 2009 do sedaj odkritih več kot 2600 primerov raka debelega črevesa in danke in pri 21.000 osebah je bil odstranjen napredoval adenom, ki predstavlja večje tveganje za raka. Učinki programa Svit so že vidni na populacijski ravni, saj Register raka od leta 2011 beleži upad novih primerov bolezni. 67–70 % raka, ki je bil odkrit v prvih treh presejalnih krogih programa Svit, je bil odkrit v zgodnjem stadiju, ko bolniki niso potrebovali dodatnega onkološkega zdravljenja,« je povedala Dominika Novak Mlakar, vodja programa Svit z NIJZ.

KAJ JE PROGRAM SVIT

Program Svit deluje od leta 2009 in je namenjen prebivalcem v starosti od 50 do 74 let, ki imajo urejeno osnovno zdravstveno zavarovanje. Cilj programa Svit, ki ga vodi Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ), je pravočasno odkriti predrakave spremembe (adenome) in raka na debelem črevesu in danki. Sodelovanje v programu Svit krije Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, zato vabljenim ne predstavlja dodatnih stroškov.

SVIT-OVA KONTAKTNA TOČKA

ZD DR. JANEZA ORAŽMA RIBINCA

- Majnikova ulica 1, Ribnica: vsak torek med 13.30 in 14.30 v prostoru zdravstveno-vzgojnega centra. Kontaktni osebi: Anka Debeljak, dipl. m. s., tel.: 040 664 754, in Teja Arko, dipl. m. s., tel.: 070 790 964. E-pošta: adebeljak.zdrib@gmail.com, zdravstvena.vzgoja@zdribnica.si
- Zdravstvena postaja Loški Potok: zjutraj od 7.00 do 8.00. Kontaktna oseba: Renata Troha, dipl. m. s., e-pošta: patronaza.loski-potok@zdribnica.si, tel.: 040 557 859
- Zdravstvena postaja Sodražica: zjutraj od 7.00 do 8.00. Kontaktna oseba: Dominika Arko, viš. m. s., e-pošta: patronaza.sodrazica@zdribnica.si, tel.: 040 557 851
- Zdravstvena postaja Velike Lašče: zjutraj od 7.00 do 8.30. Kontaktna oseba: Martina Bavdek, viš. m. s., e-pošta: martinabane@gmail.com, tel.: 041 963 746

PAPEŽ FRANČIŠEK

PIŠE: K. L.

Mož besede, dosleden oznanjevalec evangelija, pomembna in potrebna avtoriteta v današnjem svetu ... to je sedanjí papež Frančišek.

13. marca je minilo pet let, odkar je bil papež Frančišek izvoljen za svetega očeta.

Preprost človek, človek dialoga, upanja, globoke vere, veselja, ljubezni, usmiljen do malih, ubogih, revnih, obrobni in posebej do preizkušenih bratov in sester. V svoji pokončni človeški drži se zna skloniti k malim in velikim ljudem.

Človek, ki vzame v roke svojo torbo in ne potrebuje nosača, ki nosi svoje stare čevlje, ker še ne potrebuje novih, ki se včasih kljub nevarnostim izogne strogemu protokolu, ki zna biti kritičen in odločen, pa tudi očetovsko dobrohoten in ljubeč, kar lahko večkrat opazimo v njegovih dejanjih in slišimo v njegovih nagovorih. Ob koncu nagovorov večkrat doda naslednje besede: »Ne pozabite moliti zame!« Močno verjame v moč molitve.

V nadaljevanju bom navedla nekaj njegovih misli od imenovanja dalje, ki tudi nam lahko pomagajo v različnih življenjskih situacijah, posebej v duhovni rasti.

- **Prvi pozdrav papeža Frančiška ob njegovem imenovanju:** »Začenjamo to pot rimske Cerkve, ki v ljubezni predseduje vsem cerkvam. To je pot bratstva, ljubezni, zaupanja med nami. Vedno molimo drug za drugega. Molimo za ves svet, da bo veliko bratstvo.«
- **Na začetku petrinske službe, 19. marca 2013, je dejal:** »V svetem Jožefu vidimo, kako naj odgovarjamo na Božji klic: z voljno razpoložljivostjo in pripravljenostjo. Vidimo pa tudi, kje je središče krščanske poklicnosti: v Kristusu! Varujmo Kristusa v

svojem življenju, da bi varovali druge, da bi ohranjali stvarstvo! Nežnost kaže na moč duha in zmožnost ljubezni, pozornosti, sočutja ter prave odprtosti do drugega. Ne smemo se bati dobrote, nežnosti!«

- **Romarje v škofiji Bergamo je 3. junija 2013 nagovoril tako le:** »Če se bomo dali voditi sv. Duhu, če bomo znali mrtvičiti svojo sebičnost, da bi naredili prostor Gospodovi ljubezni in njegovi volji, tedaj bomo našli mir, tedaj bomo znali biti graditelji miru in bomo razširjali mir okrog sebe.«
- **24. marca 2013, na cvetno nedeljo, se je ozrl na mlade in jim dejal:** »Mladi! Prinašate nam veselje vere in govorite, da moramo živeti vero z mladostnim srcem. Vedno z mladostnim srcem, tudi pri sedemdesetih ali osemdesetih letih! Mladostno srce! S Kristusom se srce nikoli ne postara!«
- **Mesec pozneje pa je pri splošni avdienci mladim dejal:** »Življenje nam ni podarjeno zato, da ga ljubosumno ohranjamo le zase, ampak nam je podarjeno zato, da ga darujemo. Dragi mladi, imejte velikodušno srce! Ne bojte se sanjati o velikih stvarih!«
- **17. marca je pri molitvi angelovega češčenja dejal:** »Ljudje se naveličamo prositi odpuščanja. Bog se nikoli ne naveliča. Mi pa se včasih naveličamo prositi odpuščanja. (...) Bog je ljubeči Oče, ki vedno odpušča, Bog ima usmiljeno srce za vse. Tudi mi se naučimo, da bomo usmiljeni z vsemi.«
- **Pri splošni avdienci 1. maja 2013 je romarje nagovoril:** »Ne bojte se zavzetosti, žrtve in ne glejte v prihodnost s strahom. Ohranite živo upanje: na obzorju je vedno luč.«

Mladi mi večkrat rečejo: papež Frančišek je pa res »legenda«. Tudi mene osebno zelo nagovori z vsem, kar dela, kar živi in kar govori. Njegovi zgledi so čudoviti, je pravi mož besede, mož vere, upanja in ljubezni. Bog daj, da bi bil še dolgo med nami!



Oratorij
20.–26. avgust 2018

Dragi starši, mladi indijanci in indijanke!



Animatorji Kluba Kresnička sporočamo, da bo letošnji Oratorij Sodražica potekal v novem terminu, in sicer med **20. in 26. avgustom 2018**.

Tako je, nov termin, obenem pa tudi nove ideje in povečana ekipa, ki bo poskrbela, da bo teden minil v odkrivanju novih znanj, iger in kovanju novih prijateljstev!

Letošnja tema bo **Friderik Baraga**, slovenski misijonar v ZDA, kjer je širil krščansko vero med Indijanci v zvezni državi Michigan. Škof Baraga jih je učil brati, pisati in računati, sam pa je spoznaval njihov jezik, zgodovino, šege in navade, o katerih je napisal več knjig. Tako so Evropejci tedanjega časa spoznali ameriške staroselce, med drugim tudi (zdaj) zelo poznano zgodbo o princesi Pocahontas.

Za več informacij o prijavi vas vabimo, da spremljate spletno stran mc-kresnicka.si, župnijska oznanila in Suhorobarja.

Z nestrpnostjo vas pričakujemo vaši animatorski poglavarji. Hau!

RIBNIŠKI PASIJON 2018: BODITE POGUMNI!

PIŠE: ROK OSOJNIK, FOTO: MATJAŽ MALEŽIČ

Letos je že dvanajsto leto zapored potekal Ribniški pasijon. To je je gledališko-glasbena uprizoritev trpljenja Jezusa Kristusa, največji kulturni projekt ribniške doline. Sodeluje približno dvesto prostovoljcev s širšega ribniško-kočevskega območja. Člani letošnje pasijonske družine smo iz župnij Bloke, Dobropolje, Dolenja vas, Fara Kostel, Kočevje, Ljubljana Zadobrova, Ljubljana Žale, Ribnica, Sodražica, Stara Cerkev, Sveti Gregor, Št. Jurij in Velike Lašče.

Poleg svoje izvirnosti, neposrednega stika z gledalci in čudovitega ambienta preoblikovane športne dvorane je Ribniški pasijon prepoznaven tudi po svoji glasbi, saj je eden redkih pasijonov v Evropi, v katerem se v živo izvaja avtorska rock glasba. No voljo je tudi album z naslovom Z ognjem duha, na katerem je zbranih dvanajst avtorskih pesmi Ribniškega pasijona.

V velikonočnem času so letos potekale štiri uprizoritve Ribniškega pasijona v športnih dvoranah v Kočevju, Ribnici, Grosupljem in Škofji Loki. Ogled uprizoritve je bil brezplačen, gledalcem pa je bil na voljo tudi prigrizek.

Naslov letošnjega Ribniškega pasijona je »Bodite pogumni!«. S tem sporočilom smo želeli gledalcem predstaviti pogum, ki so ga morali Jezusovi apostoli in učenci zbrati, da so šli širom po deželah sveta in oznanjali evangelij. Bog je ljudem podaril svojega sina Jezusa z namenom, da bi vsi ljudje sprejeli njegov nauk, ga sprejeli za Odrešenika in bili po Božjem usmiljenju deležni zveličanja. Večina ljudi pa te resnice noče sprejeti. Tako je bilo pred 2000 leti in podobno se dogaja tudi danes.

Jezus je pokazal nadčloveški pogum v vrtu Getsemani. Vedel je, kaj ga čaka. Vedel je, da je on luč, ki je tema ne more sprejeti.

Vedel je, da če zrno umre, obrodi obilo sadu. V mukah in agoniji je v molitvi sprejel odločitev, da naj se zgodi Očetova volja. Sprejel je Božji načrt, tudi za ceno svojega lastnega življenja. Ko so ga veliki duhovniki zasliševali in vprašali, ali je on res Božji sin, je zbral pogum in rekel: »Jaz sem!«

Ko so Jezusa obsodili na smrt, ga zverinsko mučili in nato umorili, so se Jezusovi apostoli in učenci zbal za svoja življenja in se poskrili. Jezus je tretji dan po smrti vstal iz groba in se prikazal veliko učencem. Dal jim je obljubo, da jih ne bo pustil same, ampak jim bo poslal sv. Duha. Zbrali so pogum, da so lahko šli v svet in oznanjali evangelij. Njihov resnični pogum je bil v tem, da se niso več bali za svoja življenja, ampak so čutili dolžnost, da to sporočijo vsem ljudem ne glede na to, kako jih bodo ljudje sprejeli ali kaj bodo z njimi naredili. Čeprav so ljudje zaradi pomanjkanja vere mnoge izmed Jezusovih apostolov in učencev umorili, je ta blagovest prispela na vse konce sveta. Zapisana je v Svetem pismu, zato da bi imel vsak človek možnost sprejeti vero v Jezusa, Božjega sina in Odrešenika.

Jezus nas je naučil molitev očenaš. V tej molitvi med drugim izrekamo tudi besede »zgodí se Tvoja volja«. Te besede so znamenje velikega poguma in vere. S temi besedami izražamo, da zaupamo v Božji načrt, da verjamemo, kakor je v dneh velike stiske veroval Job, da Bog najbolje ve, kaj je dobro za nas. Tudi, če zelo boli. Tudi, če smo mi



ali naši najbližji deležni zaničevanja, nasilja, zlorab, nesreč, bolezni, smrti, izdajstva, zapuščenosti, osamljenosti ali drugih oblik trpljenja. To je izredno težko prenašati. Takrat je običajen človeški odziv, da se hočemo temu trpljenju za vsako ceno izogniti. Ko imaš strto srce, je težko, marsikomu celo nemogoče, reči Bogu »zgodí se Tvoja volja«. Rešitev pa je ravno v tem. Takšno ravnanje pa ima pravo težo takrat, ko ni znamenje naše vdaje, ampak kadar imamo možnost upirati se bolečim okoliščinam, vendar tega namenoma ne naredimo. To ne pomeni, da nič ne ukrepamo, da postanemo apatični in vse prepustimo Bogu. Pomeni pa, da postanemo krotki, ponižni in čuječi, kakor je bil Jezus, in da svoje aktivnosti usmerimo v sodelovanje z Božjim načrtom. Ko se zavestno odpovemo maščevanju in prepustimo Bogu, da On uredi tako, kakor je prav. Ker Bog najbolje ve, kaj je dobro za nas in za naše odrešenje. To so vedeli tudi Jezus, njegovi apostoli in učenci. Zberimo pogum in jim sledimo.

Bodite pogumni in ob naslednji uprizoritvi obiščite Ribniški pasijon tudi vi, da bomo skupaj oznanjali veselo novico!



»KAKO SI«?

PIŠE: KATARINA ARKO IZ DRUŠTVA ZDRAV.SI

To vprašanje je tako posplošeno ob srečanju, da skoraj nadomesti pozdrav. Lahko je to vprašanje z določenim namenom, fraza ali resnično zanimanje, kako se naš sogovornik počuti. Kakor koli, če mu ne moremo pomagati, to vprašanje raje izpustimo. Zelo radi se ustavimo pri odgovoru, ki je negativen ali mlačen, jamrajoč, in že smo ujeti v pasti, da lahko še sami potožimo. Negativnosti se združijo, širijo in s tem ne koristimo nikomur, ne sogovorniku ne sebi. Pa vendar se to zelo pogosto dogaja ravno zaradi želje po sprejetju, potrditvi, da smo žrtev nečesa, ali pa kot nekakšno opravičilo sebi zaradi lastne nemoči. Tako radi imamo to, ker si po tem mislimo: »Saj se tudi on/ona tako počuti, tudi on/ona tako misli.« Postavljamo se v vlogo žrtve.

Prevzemanje odgovornosti zase na vseh področjih je vedno bolj nujno in pošteno do sebe in drugih, zlasti do naših otrok. Pomagamo jim lahko le z zgledom. V letošnjem letu, ki po kitajski astrologiji pripada »lesenemu psu«, bodo naša strpnost, odgovornost, zaupanje, dobrota, stik s sabo še bolj na preizkušnji. Celo leto se bomo spopadali z različnimi izzivi in spremembami, pa saj to je edina stalnica. Najbolj bodo na preizkušnji vrline: iskrenost, zaupanje, predanost, stabilnost v svojih mislih, moči in dejanjih. V tem letu bomo potrebovali veliko več energije, da najdemo smisel ali namen svojega delovanja. Kakor zgoraj tako spodaj in vse se preslikuje na naše telo. Leto lesenega psa je energija zemlje. Zemlja po

Kdor pozna druge, je prebrisan.

Kdor pozna sebe, je razsvetljen.

Za obvladovanje drugih je potrebna sila.

Za obvladovanje sebe je potrebna resnična moč.

Če spoznaš, da imaš dovolj, si vedno bogat.

Če ostaneš v centru in objameš smrt z vsem svojim srcem, boš živel večno.

(verz iz najstarejše knjige Dao de Jing)

tradicionalni kitajski medicini (TKM) predstavlja vranico, želodec in trebušno slinavko, vezivna tkiva. To so organi, ki predstavljajo center našega telesa in potrebujejo stabilnost in red.

Vranica je krvotvorni in limfatični organ, ki skrbi za celotno telo, da dobi hranila, ki jih potrebuje. Skrbi, da so vsi organi in tkiva na svojem mestu. Pozitivno se odziva na iskrenost in spontanost. Poškoduje jo zlom samopodobe, ki je pogosto posledica dvoma vase zaradi pretiranih skrbi in razmišljanja.

Partner vranice je želodec, ki fizično razgrajuje hrano, psihično pa tudi naše misli – pretirano razmišljanje, skrbi, česar pa danes ne manjka. In že smo na dobri poti, da ga poškodujemo.

Ko pa se še ujamemo v takšnem ali drugačnem pomanjkanju: denarja, ljubezni, boljše službe, časa, materialnih stvari, vključimo še trebušno slinavko, ki se zelo odziva na vsakršno pomanjkanje, zlasti radosti in sladkosti v življenju. Krog je sklenjen. Pogosta posledica je diabetes.

Zelo pomembno je, da vprašanje »Kako si?« vsakodnevno postavimo sami sebi. Da z vsem spoštovanjem do svojega telesa pogledamo, kaj čutimo, kakšno čustvo nas prevzema (žalost, strah, jeza, nestrpnost, skrbi), in najdemo smisel/namen, kako to čustvo preusmeriti v pozitivno: **pogum, notranjo moč, prijaznost, radost,**

iskrenost do sebe in drugih in zaupanje vase.

Vedno iz vsake negativne izkušnje lahko potegnemo kaj dobrega in osredotočimo se na tisto, kar nam prinese dobro. Najpomembnejše je, da v tej smeri delujemo in ne čakamo na rešitev od zunaj.

Star rek pravi »Pomagaj si sam in bog ti bo pomagal«. Vzemimo ta rek tudi tako, da poiščemo »boga« v sebi, to je tista notranja moč, ki jo občutimo in jo imamo vsi. Ta je sposobna premikati tudi nemogoče. Zaupaj vase, deluj in pomoč pride.

FINALE SLOVENSKEGA POKALA V DUO SISTEMU

PRIPRAVIL: PREDSEDNIK SIBORJA, ELVIS PODLOGAR

Štirje slovenski klubi so 10. marca 2018 sodelovali v finalu slovenskega pokala v duo sistemu za otroke, stare do 15 let, v OŠ Globoko. Na tekmovanju je nastopilo 75 tekmovalcev in 38 parov. Ekipa Siburja Inotherm je na tretjem turnirju osvojila 16 medalj, v skupnem seštevku za slovenski pokal pa so člani osvojili 17 medalj. Tekmovanja se je udeležilo 35 članov Siburja, ki so na turnirju in pokalu dosegli naslednje odlične uvrstitve:



- Naja POJE MIHELIČ in Tim BENČNA GRGURIČ, duo U15, mešani par – 1. mesto
- Jaka DIVJAK in Neli PODLOGAR, duo U15, mešani par – 3. mesto
- Naja POJE MIHELIČ in Lana POJE MIHELIČ, duo U15, ženski par – 3. mesto
- Jan DIVJAK in Laura ZAJC, duo U12, mešani par – dvakrat 1. mesto
- Tina in Maja ŽLEBIČ, U10, ženski par – 3. mesto
- Enej ŽAGAR in Anže GOLEŽ, duo U15, moški par – 3. in 1. mesto
- Tristan GOTOVAC in Maja ŽLEBIČ, duo U8, mešani par – 2. mesto
- Tristan GOTOVAC in Luka POJE MIHELIČ, duo U8, moški par – 2. mesto
- Liza RUS in Aljaž KOŽUH, U8, mešani par – 3. mesto
- Miha KRIŽ in Maks LEVSTIK, duo U10, moški par – 2. mesto
- Ajken INTIHAR in Žiga TURK, duo U10, moški par – 2. in 3. mesto
- Jan DIVJAK in Benjamin VUKALIČ, duo U12, moški par – 2. in 3. mesto
- Tinkara GOLJA in Evelin KOŽUH, duo U12, ženski par – 2. in 3. mesto
- Vid FIRJUKIČ in Jaka DIVJAK, duo U15, moški par – dvakrat 3. mesto.
- Aljaž KOŽUH in Tina ŽLEBIČ, duo U10, mešani par – 1. in 3. mesto
- Nina ŠPELIČ in Tina ŽLEBIČ, duo U10, ženski par – 3. mesto
- Žak BEGIČ in Miha BENČNA, duo U8, moški par – 3. mesto
- Mark ZBAŠNIK in Ajda ADAMIČ, U8, mešani par – dvakrat 1. mesto
- Liza RUS in Maja ŽLEBIČ, duo U8, ženski par – 2. mesto
- Tristan GOTOVAC in Nejc HRASTAR, duo U8, moški par – 2. mesto
- Ožbej ADAMIČ in Nik ČAMPELJ, duo U10, moški par – 3. mesto
- Filip ARKO in Izak ORAŽEM, duo U12, moški par – 3. mesto
- Lovro MATKO in Evgen INTIHAR, duo U12, moški par – 3. mesto
- Evelin KOŽUH in Hana RUS, duo U12, ženski par – 1. mesto
- Neža LEVSTIK in Sara DIVJAK, duo U15, ženski par – dvakrat 2. mesto
- Živa ANTONČIČ in Dea DOUTLIK, duo U15, ženski par – 3. mesto



SMUČAT' JE RES LEPO, SAM' ČE NE B' B'LO TOK MRZLO ...

PIŠE: KARMEN KORDIŠ

V Smučarskem klubu Sodražica se strinjamo s prvim delom verza znane melodije, medtem ko nas drugi del pravzaprav niti ne moti, če nam je narava s snegom tako naklonjena, kot nam je bila v letošnji zimi. Ugodne razmere so bile podlaga za kar 31 smučarskih oz. obratovalnih dni in pod sezono 2017/2018 lahko potegnemo črto in jo zaključimo z oceno zelo uspešno.

Smučišče je bilo predvsem ob vikendih izjemno obiskano, takrat je oživila tudi sankajska proga, s katere je bilo kdaj pa kdaj slišati pristen otroški vrisk in smeh, pa tudi marsikateri starš je ponovno doživel čudoviti občutek iz otroštva, ko se s sanmi spustiš po hribu. Tudi nočna smuka med tednom ni bila nič manj obiskana in veseli smo, da se je glas o našem smučišču razširil daleč izven meja naše občine, saj so obiskovalci praktično s celotnega območja Notranjske in Dolenjske. V času obratovanja smučišča je bilo organiziranih kar nekaj že tradicionalnih aktivnosti, kot so športni dnevi za otroke OŠ Sodražica in OŠ Loški Potok.

V letošnji sezoni lahko ponovno kot največji dogodek izpostavimo organizacijo smučarskega tečaja za otroke v času zimskih šolskih počitnic, tj. med 19. in 23. februarjem. Udeležilo se ga je več kot sto otrok, starih med 4 in 12 let, največ iz sodraško-ribniške doline, Loškega Potoka, Blok, Kočevja, Velikih Lašč in tudi izven meja naših sosednjih občin. Za dobro počutje otrok in njihovo varnost je skrbelo skupno okrog 30 članov kluba. Vsak dan se je pričel z jutranjo plesno rekreacijo, nadaljeval z intenzivnim učenjem, vmesno malico in kratkim počitkom ter zaključil spet z vadbo. Zadnji dan, tj. v petek, je bila organizirana tekma, ki so jo otroci cel teden komaj čakali, in ni lepšega občutka, tako za otroke kot tudi za učitelje, ko doživiš njihov napredek in veselje, ko na koncu tečaja prejmejo čokoladno medaljo. Ker organizacija takega dogodka pomeni tudi znatno finančno breme, se iskreno zahvaljujemo Občini Sodražica, Občini Bloke ter podjetju Košček, d. o. o., za donirana sredstva.

Poleg samega smučarskega tečaja pa so naši učitelji izvedli zajetno število individualnih ur učenja in tako na smuči spravili kar nekaj začetnikov. V povprečju otrok, ki



Jutranja plesna koreografija na tečaju, Foto: M. Potokar

je popoln začetnik, potrebuje 3–4 ure, da osvoji pluzenje in je v spremstvu staršev lahko samostojen na smučeh. Kot zanimivost: najmlajši učenec na individualnih urah je bil star tri leta, najstarejša učenka pa je bila 61-letna gospa in, verjemite, oba smučata. Bravo in vse pohvale učiteljicam in učiteljem za vztrajnost in potrpljenje! Vsi so ob koncu sezone zaradi zakonodajnih zahtev opravili tečaj za učitelja alpskega smučanja 2. stopnje (U2) ter ga zaključili z uspešno opravljenim izpitom. Kdor je šel v času sezone mimo Izverja, je poleg vrveža na smučišču in sankališču lahko zaznal tudi pestro dogajanje in obiskanost steze za teka na smučeh. V nedeljo, 4. marca 2018, je IZIšport iz Cerknice organiziral štiri termine začetnega dvournega tečaja teka na smučeh, za katerega je bilo zanimanje nad pričakovani. Tekalci so si lahko opremo v celoti sposodili in se preizkusili v spretnostih teka na smučeh, ki je samo videti enostaven. Potem ko je sneg v Izverju skoraj skopnel, smo člani izpeljali redni občni zbor društ-

va, na katerem se je pridružilo nekaj novih članov. Najzaslužnejšima za razvoj smučišča, g. Antonu Mateliču in g. Viktorju Drobniču, pa je bil na predlog upravnega odbora podeljen naziv častni član društva. Sledil je zaključek sezone z interno paralelno tekmo v različnih tekmovalnih tehnikah, kot so slalom naprej, slalom vzvratno, skupinski spust, sledilna tekma, paralelni dvoboj na saneh ipd. Na velikonočni ponedeljek pa smo si člani SK Sodražica privoščili skupno enodnevno smučanje na smučišču Nassfeld v Avstriji in tako po smučarsko zaključili letošnjo sezono.

Ko bo v Izverju povsem skopnela še zadnja zaplata snega, člane kluba najprej čaka čistilna akcija. Prav tako bo potrebnih nemalo delovnih ur za vsa vzdrževalna dela, predvsem na vlečnici in teptalcu snega, saj je bilo v letošnji sezoni kar nekaj okvar, ki smo jih sproti uspešno sanirali.

Za konec le še povabilo: obiščite nas naslednjo sezono na smučišču oz. se včlanite v klub, tudi če (še) ne smučate.

Delavce v turizmu, predstavnike lokalnih organizacij, ki se ukvarjajo s prireditvami ali s turizmom povezanimi dejavnostmi, ter ostalo zainteresirano javnost vabim na

POSVET O TURIZMU V SODRAŽICI,

ki bo v petek, 11. maja 2018, ob 20. uri

v sejni sobi Občine Sodražica.

Tema posveta: Zbiranje aplikativnih pobud o turističnih dejavnostih v lokalnem okolju in možnost priprave dolgoročneje strategije razvoja turizma z akcijsko skupino zainteresiranih organizacij in posameznikov iz lokalnega okolja.

Dodatne informacije lahko dobite po elektronski pošti (pirnaternest@gmail.com) ali po telefonu (051 354 227).

Vljudno vabljeni!
Ernest Pirnat, pobudnik posveta

ŠD EXTREM

PRIPRAVIL: JOŽE ZIDAR

ŠD EXTREM DRŽAVNI PODPRVAK



Vsako sezono smo lahko ponosni na izjemne rezultate naših športnikov. To sezono nas je najbolj razveselila ekipa starejših dečkov U15, ki je postala državni podprvak v futsalu. Skozi celo sezono so nas fantje navduševali s prikazanim znanjem ter številnimi zmagami. V končnici se je njihova forma samo še stopnjevala. V četrtfinalu državnega prvenstva so bili Extremovci na obeh tekmah boljši od KMN Sevnica, v polfinalu pa tudi na obeh tekmah od ekipe FC Hiša daril Ptuj. Poleg ŠD Extrem se je v finale uvrstila ekipa KMN Bronx Škofije, ki je bila ravno tako suverena v četrtfinalu kot tudi polfinalu z enakim izkupičkom štirih zmag v končnici. Finale je bil prava poslastica za vse ljubitelje futsala, saj sta obe finalni ekipi s prikazano igro dokazali, da sta si ga res zaslužili. Prva finalna tekma je bila v nedeljo, 25. marca 2018, v Športni dvorani Sodražica. Navijači so pripravili pravo vzdušje, kot se spodobi za finalne tekme, in dvorano napolnili do zadnjega kotička. Čeprav smo videli številne priložnosti za zadetek na obeh straneh, se je tekma zaključila neodločeno s precej nizkim rezultatom 1 : 1. Kdo bo postal državni prvak, je tako odločala povratna finalna tekma 8. aprila v Škofijah.

Organizatorji povratne tekme so se izjemno potrudili in pripravili pravi spektakel. Tudi s pomočjo ogromnega veleplakata na športni dvorani in s številnimi drugimi načini oglaševanja so uspeli športno dvorano povsem napolniti z navijači. Tekmo si je ogledalo kar 650 gledalcev. V vsej tej množici ljudi pa se je vseeno dobro slišalo tudi navijanje za gostujočo ekipo, saj je prišlo v Škofije tudi okrog 30 navijačev Extrema. Med premori so tekmo popestrili DJ in plesalke iz skupine Flip Capris. Tekma je bila izjemno izenačena in napeta. Bolje so začeli Extremovci z golom Maksa Debeljaka v 6. minuti. Domačini so preko Aleksandra Staniča izenačili v 11. minuti in v 15. minuti preko Eneja Marsetiča povedli. Na rezultat polčasa 2 : 2 je v 19. minuti poravnal Gašper Bartol. V drugem



polčasu smo videli le še en zadetek. Dosegli so ga domačini, ponovno je bil strelec Enej Marsetič, in prišli do tako zelenega naslova državnih prvakov, ki je njihov sploh prvi naslov v vsej 30-letni zgodovini kluba (za razliko od ŠD Extrem, ki je v bistveno krajši, 17-letni zgodovini društva osvojil že štiri naslove državnega prvaka, od tega dvakrat v kategoriji U15). Takoj po tekmi je sledila uradna podelitev medalj in pokalov, ki sta jih podeljevala ugledna gosta Nogometne zveze Slovenije (NZS): vodja tekmovanja mladih, g. Bojan Gliha, in član Komisije za mali nogomet pri NZS, g. Dušan Bezjak. Pred športno dvorano se je v prečudovitem toplem in sončnem dnevu slavje nadaljevalo z malo »šagro«. Tako na Primorskem poimenujejo veselico. Vsi navzoči, tako ekipi kot tudi navijači obeh ekip, so bili pogoščeni s hrano in pijačo, zabavala pa jih je domača glasbena skupina Ni panike.

U15, SLOVENSKA FUTSAL LIGA			
ČETRTFINALE 1	KMN Sevnica	1 : 11	ŠD Extrem
ČETRTFINALE 2	ŠD Extrem	14 : 6	KMN Sevnica
POLFINALE 1	ŠD Extrem	10 : 0	FC Hiša daril Ptuj
POLFINALE 2	FC Hiša daril Ptuj	4 : 8	ŠD Extrem
FINALE 1	ŠD Extrem	1 : 1	KMN Bronx Škofije
FINALE 2	KMN Bronx Škofije	3 : 2	ŠD Extrem

TRIJE EXTREMOVCI S SLOVENSKO MLADINSKO REPREZENTANCO NA PORTUGALSKEM

Slovenska mladinska futsal reprezentanca U19 je 6. in 7. marca 2018 na Portugalskem odigrala dve prijateljski tekmi. Prvi dan je tekmo odigrala z reprezentanco Argentine, dan kasneje pa še s Portugalsko. Portugalci in Argentinci sodijo v sam svetovni vrh. Slovenska reprezentanca je obe tekmi izgubila (1 : 4 in 0 : 8), so si pa fantje zagotovo nabrali veliko izkušenj. V ŠD Extrem smo ponosni, da so povabilo dobili kar trije naši igralci: Timotej Debeljak, Max Vesel in Jure Vetrh.

EXTREMOVCI PREIZKUSILI PODLAGO EVROPSKEGA PRVENSTVA

Evropsko prvenstvo v futsalu, ki ga je v Športni dvorani Stožice gostila Slovenija, je že končano. Lahko pa poročamo o čudovitem dnevu, ki ga je preživela ekipa ŠD Extrem U13. Na prosti dan evropskega prvenstva, v sredo, 7. februarja 2018, je bila s strani NZS povabljen na prireditev UEFA Futsal Grassroots day, na kateri je bil izpeljan tudi turnir v starostni kategoriji do 13 let (U13) ter še vrsta revijalnih tekem, na katerih so se med drugimi pomerili tudi dekleta in policisti. Na koncu je sledila še tekma veteranov in ambasadorjev evropskega prvenstva. Extremovci so odigrali dve tekmi, pomerili so se z ekipo Olimpije ter Sevnice. Za fante je bila to izjemna priložnost in doživetje, saj so kot igralci preizkusili



igrišče in podlago, na kateri so se odigrale vse tekme evropskega prvenstva. Videli so tudi koticke dvorane (prostore za ekipe, hodnike, garderobe), ki jih sicer kot običajen obiskovalec težko vidiš. Kar pa je najpomembnejše, tisti dan so se lahko od blizu srečali tudi z nekaterimi reprezentanti in selektorjem.

PRVAKI ZIMSKE LIGE V NOGOMETU

Prvi trije prispevki so bili povezani s futsalom. Ne smemo pa pozabiti, da vse ekipe ŠD Extrem od starostne kategorije U9 do U15 trenirajo in tekmujejo v dveh športnih disciplinah, v futsalu in tudi nogometu. Že pred leti se je izkazalo, da se obe športni disciplini dobro dopolnjujeta; v poletnem času se trenira in igra nogomet, v zimskem času pa futsal. Ekipe starejših dečkov U15 se letošnjo zimo ni želela posvečati samo futsalu, zato se je strokovno vodstvo skupaj s starši odločilo, da se prijavijo tudi v zimsko ligo v nogometu, ki se je odvijala v Ivančni Gorici. To je pomenilo, da je imela ekipa skoraj vsak vikend po dve tekmi, eno v futsalu, drugo v nogometu. Čeprav je bila letošnja zima obdarjena z velikimi količinami snega, pa organizatorjev zimske lige v Ivančni Gorici to ni zmotilo. Zaradi



vremenskih nepravil je bilo preloženih zelo malo tekem in čestitke organizatorjem, da so uspeli velike količine snega vsakič lepo očistiti z igrišča z umetno travo. Tudi mraz igralcev ni zmotil. Ekipe

ŠD Extrem igra v rednem prvenstvu v 2. ligi MNZ Ljubljana. Zimska liga pa je bila sestavljena kar s polovico ekip iz 1. lige. Lahko smo izjemno ponosni, da so Extremovci z veliko lahkoto premagovali tudi ekipe renomiranih klubov iz 1. lige. Na koncu so iztržili deset zmag in samo en poraz, kar je bilo več kot dovolj za osvojitve 1. mesta. Čestitamo!

LESTVICA ZIMSKE LIGE 2017/2018

POZ	IME KLUBA	KOLO	ZMAGA	REMI	PORAZ	+	-	RAZLIKA	TOČKE
1.	ŠD EXTREM	11	10	0	1	61	10	51	30 T
2.	ND SLOVAN	10	8	0	2	32	16	16	24 T
3.	NK MIRNA	11	8	0	3	22	8	14	24 T
4.	NK BARTOG TREBNJE	10	6	1	3	29	15	14	19 T
5.	ND ILIRIJA EXTRA LUX	10	5	1	4	11	11	0	16 T
6.	NK SVOBODA LJUBLJANA	10	5	0	5	12	13	-12	15 T
7.	NK JEVNICA	11	5	0	6	17	26	-9	15 T
8.	NK LOGATEC	10	4	1	5	17	20	-3	13 T
9.	NK ČRNI GRABEN	10	3	1	6	11	18	-7	10 T
10.	NK ARNE TABOR 69	10	3	0	7	17	26	-9	9 T
11.	NK IVANČNA GORICA	10	2	1	7	17	25	-8	7 T
12.	NK LITIJA	11	0	1	10	6	64	-58	1 T

PESTRO TUDI V MLAJŠIH KATEGORIJAH

Pogosto v prispevkih pišemo in poročamo samo o uspehih in rezultatih starejših ekip. Ne smemo pa zanemariti, da imajo tudi mlajše kategorije številna tekmovanja in so na njih ekipe ŠD Extrem prav tako zelo uspešne. Razlika je predvsem v tem, da pri mlajših kategorijah po navodilih NZS o rezultatih ne smemo poročati in se tudi ne smejo beležiti. Ekipe iz kategorij U10 in U11 so v jesenskem delu odigrale devet nogometnih tekem, ekipe iz kategorije U9 pa štiri nogometne turnirje. V futsal tekmovanjih je bilo v kategorijah U9 in U11 odigranih v vsaki po sedem turnirjev. V U9 je futsal tekmovanje že zaključeno, medtem ko cicibane U11 čaka še zadnji turnir, ki bo 16. aprila v Kočevju. Ekipe v starostni kategoriji U7 (U8) so se do sedaj pomerile na treh turnirjih, do konca sezone jih čakata še dva. Za predšolske otroke U6 je bilo do sedaj organizirano samo eno tekmovanje, bosta pa do konca sezone sledili še dve.



Vsa prihajajoča tekmovanja za ekipe ŠD Extrem so objavljena na www.sd-extrem.si.

Vabljeni na tekme!

Društvo s tradicijo, vizijo, uspehi – to je: ŠD EXTREM

Za vse informacije smo vam na voljo prek naslednjih stikov:

- e-pošta: info@sd-extrem.si
- mobilna številka: 041 831 722
- spletna stran: www.sd-extrem.si
- Facebook: [@sportnodrustvo.extrem](https://www.facebook.com/sportnodrustvo.extrem)

ZAŽIVELA JE NOVA TEMATSKA POT OB REŠKEM JEZERU

PIŠE: JASNA MLADENOVIC

Če si boste zaželeli miru in tišine, vas vabimo, da obiščete novo Orlovo pot v Kočevski Reki. Nadgradnja predhodno obstoječe poti v gozdnem rezervatu Jezero je namreč v zadnjih poletnih dneh dobila končno podobo. Ob že pred časom utrjeni in razširjeni sprehajalni poti so bile nameščene informacijske table in raznoliki didaktični pripomočki. Za obisk kilometer dolge tematske poti boste potrebovali dobro uro. Posvečena je paru belorepcev, ki v bližini Kočevske Reke gnezdi vse od konca 80. let prejšnjega stoletja.

Belorepec je naš največji orel, ki lahko čez peruti meri več kot dva metra. V Sloveniji po zadnjih podatkih gnezdi med osem in enajst parov. Par, ki živi na Kočevskem, pa se je, kot kaže, znašel v težavah. Čeprav je bila njegova gnezditelj sprva uspešna, zadnjih nekaj let ni uspel vzrediti mladičev. Razlogov za to je najverjetneje več in se med sabo prepletajo, osrednja težava pa so motnje, ki jih povzroča človek. Belorepec je namreč zelo plašna ptica, ki lahko zaradi vsiljivih obiskovalcev in hrupa, ki ga povzroča človekova dejavnost, svoje gnezdo z jajci ali mladiči zapusti.

Orlova pot je le eden izmed naravovarstvenih ukrepov, ki jih v projektu LIFE Kočevsko projektna ekipa sodelavcev Občine Kočevje, Zavoda za gozdove, Zavoda za varstvo narave in Ljudske univerze Kočevje uvaja s pomočjo evropskih sredstev in sredstev Ministrstva

za okolje in prostor z namenom varovanja te karizmatične živalske vrste. Tematska pot služi usmerjanju obiska v predel rezervata, kjer človeška prisotnost predstavlja minimalno motnjo. Obiskovalcem ponuja vpogled v številne zanimivosti iz življenja te velike ujede, ozavešča pa jih tudi o pomenu obstoja končnih plenilcev in dejavnikov, ki belorepcu predstavljajo največjo grožnjo.

Pot je prvič zares oživila med obiskom vzgojiteljev in učiteljev, udeležencev dvodnevnega usposabljanja iz gozdne pedagogike in interpretacije narave z naslovom Z orlom belorepcem po kočevskih gozdovih, ki ga je v organizaciji Ljudske univerze Kočevje izvedel Poseben dan, zavod za pristna doživetja. Prve izmed treh izvedb (preostali dve se bosta odvili v prvi polovici prihodnjega leta) so se udeležili pedagoški delavci, ki delujejo v enajstih izobraževalnih ustanovah na Kočevskem, Ribniškem in v Suhi krajini.

Udeleženci so spoznali praktične primere interpretacije narave in principe gozdne pedagogike za nadaljnje samostojno vodenje skupin po Orlovi poti. Tematska pot je namreč več kot primerna za izvedbo naravoslovnih dni in izobraževalnih delavnic na temo spoznavanja in varstva narave. Če se bodo šole odločile za organizacijo tovrstnih dejavnosti, bodo lahko pridobile tudi sofinanciranje avtobusnega prevoza. K obisku Orlove poti pa ne vabimo le zaključenih skupin, temveč vse, ki si želijo aktivnega preživljanja prostega časa v neokrnjeni naravi. Za več informacij obiščite spletno stran life-kocevsko.eu.

Uradno otvoritev Orlove poti načrtujemo za pomlad, ko bo zaključena sanacija jezua na Reškem jezeru. Do tedaj bo dokončana tudi izgradnja treh novih opazovalnic, ki bodo obiskovalcem nudile prav posebno doživetje v nedotaknjeni naravi tega kočevskega biserja. Pokukajte v divjino. Dobrodošli pri Orlovih.

APEL ZA PRAVILNO UPORABO FFS

PRIPRAVIL: VLADO AUGUŠTIN, SVETOVALEC SPECIALIST ZA TEHNOLOGIJO



Čebela spremlja človeka na njegovi življenjski poti že od pradavnine. Z njenim pridelkom, medom, si je že v prazgodovini tešil lakoto in celo reševal življenje. Tekom svojega razvoja je človek spoznal še ostale številne koristi čebele. Le vlogi čebele kot oprasovalke se lahko zahvalimo za bogat izbor sadja in zelenjave v naši prehrani, kakor tudi za rastlinsko raznovrstnost v naravi.

Ko čebele obiskujejo cvetove, na katerih nabirajo medicino in cvetni prah, pogosto pridejo v stik s strupenimi sredstvi, ki se v

kmetijstvu uporabljajo za zaščito rastlin. V intenzivni pridelavi hrane se uporabi fitofarmaceutičnih sredstev (FFS) zaenkrat še ni mogoče izogniti. In dokler bo tako, bo obstajala možnost zastrupitve čebel. Čebelarjenje zatorej postaja zelo zahtevna kmetijska dejavnost, njegovi rezultati pa so odvisni od številnih dejavnikov, med katerimi je sodelovanje kmeta in čebelarja med pomembnejšimi. Soodvisnost je bila v preteklosti premalo poudarjena, celo prezrta. Dejstvo je, da je pridelek kmetov odvisen od pridnosti čebelarjev, pridelek čebelarja pa je odvisen tudi od delovanja kmeta. Eni in drugi morajo imeti odgovornost do okolja in s tem do čebel. Nedvomno se lahko ljudje čebelam zahvalimo za marsikatero dobrino, ki smo je deležni, zato smo dolžni z njimi ravnati previdno in spoštljivo.

Da ne bi bili več priča zastrupitvam če-

bel, čebelarji vse uporabnike FFS prosimo, da jih uporabljate v skladu z načeli dobre kmetijske prakse in varstva okolja. Posebno pozornost posvetite čebelam s sledečimi ukrepi:

- Pred načrtovano uporabo FFS natančno preberite priložena navodila, saj je v njih in tudi na embalaži opozorilo, ali je sredstvo strupeno za čebele. V glavnem so za čebele škodljivi vsi insekticidi in imajo to tudi napisano na etiketi. Posebno bodite pozorni na znak čebele v rdečem okvirju.
- Priporočena sredstva uporabljajte v najmanjših priporočenih odmerkih.
- Uporabljajte za čebele manj nevarne pripravke.
- Škropite v večernih urah ali ponoči, ko se čebele že v panjih.
- Pred škropljenjem pokosite podrast v sadovnjaku ali vinogradu.

Da bo na travnikih še naprej veliko raznovrstnih rož in zvokov brenčočih čebel ter da bodo cvetoča sadna drevesa oprasena, slovenski čebelarji pozivamo vse uporabnike FFS, da so pri njihovi uporabi skrajno previdni.

PREVIDNO PRI DELU S TRAKTORJEM

PIŠE: MATEJ ZOBEC, INŠTRUKTOR VARNEGA DELA S TRAKTORJEM, GRM NOVO MESTO – CENTER BIOTEHNIKE IN TURIZMA, KMETIJSKA ŠOLA IN BIOTEHNIŠKA GIMNAZIJA

Počasi se umika zimski čas, ko v kmetijstvu ne opravljamo del na njivah in travnikih, ker je to čas, ki je namenjen ravno temu, da se zemlja in zelene rastline odpočijejo in pripravijo na novo rastno vegetacijo. S tem pa je pogojena tudi uporaba kmetijske mehanizacije za opravljanje različnih del. Žal se Slovenija po številu traktorških nesreč uvršča v sam vrh Evrope. Res pa je tudi, da je Slovenija po podatkih druga država po številu traktorjev na obdelovalno površino. Za svojo varnost lahko največ naredite sami, saj je za 90 % vseh nesreč s traktorji kriv človek.

Pred začetkom sezonskih del in povečanjem števila traktorjev v prometu in na obdelovalnih površinah bi rad poudaril nekaj pomembnih predpisov in varnostnih napotkov, ki veljajo za voznike traktorjev:

- Traktor mora imeti vgrajeno varnostno kabino ali varnostni lok (pogoj za registracijo).
- Z enoosnimi traktorji (motokultivatorji, strižne kosilnice ...) ne smemo biti udeležene v prometu.
- Pomembno je stanje podlage, po kateri vozimo. Ta je lahko razmočena, suha, vlažna, rosna ali pa je na njej popolnoma suha trava, kar stabilnost traktorja še posebej zmanjša in privede do njegove prevrnitve.
- Vsa pogonska kolesa morajo biti enako obtežena, kar dosežemo s pravilnim pripenjanjem priključkov na sprednji in zadnji strani traktorja.
- Dela z nezaščiten kardansko gredjo se ne sme opravljati (nepoškodovana plastična zaščita, pripeta z verižicama).
- Nameščen mora biti trikotnik za označevanje počasnih vozil (traktor, ki ne presega hitrosti 40 km/h).
- Preden se kmetijsko vozilo vključi v promet na javni cesti s kolovozne poti, nekategorizirane ceste, individualnega priključka, območja izvajanja del ali druge zemljiške površine, mora voznik z vozila odstraniti zemljo ali blato, ki bi lahko onesnažilo vozišče.
- Uporaba rumene rotacijske luči, kadar priključek presega širino traktorja ali je od zadnjega/sprednjega roba traktorja oddaljen več kot 1,5 m. V drugih primerih ni dovoljena.
- Počasna vozila so dolžna ostalim udeležencem omogočiti varno in nemoteno prehitevanje, če to ni mogoče in se za njimi nabere pet ali več vozil, se na primernem mestu izločijo iz prometa.
- Na traktorskem priključku ali priključku delovnega stroja ni dovoljeno prevažati oseb.
- Luči in odsevniki so pri delu s traktorjem in kmetijskimi stroji zelo izpostavljeni, zato potrebujejo strokovno oskrbo in redno kontrolo.

V traktorju pa je predpisana tudi obvezna oprema, in sicer varnostni trikotnik, prva pomoč za avtomobiliste in podložna zagozda (lesena, plastična, kovinska), s katero morate ob ustavitvi traktorja podložiti vsaj enega od kolotekov. Prav tako ste dolžni podložiti kolotek na priklonikih, da bi se izognili nekontroliranim premikom.

Glavni cilj zgoraj omenjenih napotkov in priporočil je, da se po opravljenem delu domov vrnemo ne le živi, pač pa tudi zdravi in nepoškodovani in brez poškodb strojev in našega delovišča.

Srečno in varno vožnjo!

DVODNEVNI TEČAJ IZ VARNEGA DELA Z MOTORNO ŽAGO

14. - 15. MAJ 2018


Zavod za gozdove Slovenije v okviru Programa razvoja podeželja organizira dvodnevni tečaj iz **varnega dela z motorno žago**, ki bo v ponedeljek in torek 14. in 15. maja 2018 med 8. in 16. uro. **Tečaj je brezplačen.** Udeleženci morajo imeti poleg motorne žage še svojo lastno osebno varovalno opremo (hlače z vlakni proti vrezu, obutev, zaščitne rokavice in čelado z zaščitno mrežo in glušniki).

Prijave zbiramo na Zavodu za gozdove Slovenije v Sodražici (Branko Poje 041 657 376, Pavle Košir 041 657 390).

Zaželjene so lastne delovne izkušnje, ki pa niso pogoj za udeležbo. Več informacij na http://www.zgs.si/delovna_podrocja/delo_z_javnostmi/razpisi_prp_2014_2020/index.html.

Prijavite se čim prej, saj je število mest omejeno.

Zavod za gozdove Slovenije, KE Travná gora



VLJUDNO VABLJENI NA POGOVOR Z BOJANOM POŽARJEM IN PREDSTAVITEV LISTE NOVINARJA BOJANA POŽARJA

V PETEK, 11. MAJA, OB 19. URI, V GASILSKEM DOMU SODRAŽICA.

PO KONCU POGOVORA VAS VABIMO TUDI NA PRIGRIZEK IN PIJAČO.

LISTA NOVINARJA BOJANA POŽARJA



MOTORISTI IN DOBRODELNOST!

Društvo Motoristi za Motoriste (MzM) ima sedež na Novi Štifti. Predhodnik je bil moto klub Ribničan, ki se je v MzM preimenoval leta 2006. Društvo danes šteje 320 članov iz vse Slovenije in avstrijske Koroške, deluje pa na treh področjih:

- 1. Preventiva v cestnem prometu**, za kar ima status društva v javnem interesu; v letu 2017 je od Ministrstva za notranje zadeve prejelo bronasto plaketo.
- 2. Sklad za pomoč ponesrečenim motoristom in drugim žrtvam.** Mzm je do sedaj podelil preko 80.000 evrov pomoči.
- 3. Reintegracija invalidov.** Mzm invalidne osebe vključuje v svoje aktivnosti, invalidi na tro- ali štirikolesnikih potujejo na daljša potovanja, ki jih organizirajo že 10 let zapored. Najbolj odmevno potovanje: 300 motoristov k papežu Frančišku v Vatikan leta 2016.

Ob 20., jubilejnem blagoslovu bodo MzM, Turistično društvo Sodražica in Občina Sodražica organizirali

VELIKO DOBRODELNO PRIREDITEV,

ki bo na praznični dan, v petek, 27. 4. 2018, in bo potekala na dveh lokacijah.

Ob **11. uri** bo pater Niko **na Novi Štifti** že dvajsetič blagoslovil motoriste in njihove motorje. Nato se bodo motoristi in drugi udeleženci preselili na osrednji prireditveni prostor, ki bo **v šotoru na športnem igrišču poleg osnovne šole v Sodražici.**

Od 12. do 23. ure se bo odvijal zelo bogat program.

Po kratkem protokolu bo nastopilo kar sedem glasbenikov in glasbenih skupin: **Adi Smolar, Don Mentony band, Ansambel Roka Žlindre, Rock Angeless, Band 501, Trio Urbanc in Meh ekspres.** Pričakuje se zelo zanimive goste iz sveta motociklizma, prometa, glasbe, športa itd.: **Mitja Gustinčič**, revija moto.si, svetovni popotnik **Miran Juvančič** z izdajo knjige z zadnjega potovanja po Aljaski Ukročena divjina, **Robi Kranjec, Miran Stanovnik** ...

MzM bo pripravil **razstavo 20-letnih blagoslovov na Novi Štifti** v sliki, predmetih in video projekciji. Na prireditvi se bo odvijal tudi **bogateg srečelov** v slogu »vsaka zadene! Za hrano in pijačo bo poskrbelo Turistično društvo Sodražica! Na razpolago bodo urejena parkirišča in prostor za kampiranje!

Na ta praznični dan ste na prireditve vabljeni vsi občani – vsak bo našel nekaj zase, za svojo dušo!

BREZPLAČNE AKTIVNOSTI

Na Ljudski univerzi Kočevje poteka projekt Večgeneracijski center SKUPAJ (VGC SKUPAJ), katerega vodilni partner je RIC Novo mesto. Projekt VGC sofinancirajo Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, Občina Kočevje in Občina Sodražica. VGC SKUPAJ predstavlja osrednji prostor zbiranja v lokalnem okolju, njegov namen pa je druženje, ohranjanje oz. širjenje socialne mreže in zadovoljevanje potreb naših občanov. Temelj projekta je prenos znanja med generacijami.

V sklopu dejavnosti VGC SKUPAJ bomo v Sodražici organizirali različne brezplačne dejavnosti. Število udeležencev na delavnicah in predavanjih je omejeno, zato je potrebna prijava.

Veselim se vaših prijav na tel. št. 051 433 566 ali e-naslov: ivana.milavec@lu-kocevje.si.

SPREHOD V NARAVO

3. 5. 2018 OB 9. URI

Z go. Katarino Arko se bomo sprehodili po zelenih poteh Sodražice. Razgibali bomo telo in prisluhnilli svojemu telesu in duhu v tišini gozda. (Dobimo se pred Občino Sodražica.)

LUTKE IZ FILCA

17. 5. 2018 OB 9. URI

Z go. Frančiško Virant bomo izdelovali lutke iz filca. Poirali se bomo z nitjo, šivanko in barvami filca, ki bodo pričarale pravljicne like. (Delavnica bo potekala v prostorih Društva upokoencev na Občini Sodražica.)

OSNOVE KALIGRAFIJE

24. 5. 2018 OB 9. URI

Ga. Frančiška Virant nam bo predstavila osnove kaligrafije. Ob lepopisju bomo vadili koncentracijo in črke pisali ustvarjalno, igrivo. Tovrstno pisavo lahko uporabljamo za pisanje voščilnic, pisem in vabil. (Delavnica bo potekala v sejni sobi Občine Sodražica.)

DRUŠTVO TABORNIKOV

7. 6. 2018 OB 9. URI

Društvo tabornikov Rod svobodnega risa Kočevje nam bo predstavilo svoje poslanstvo in taborjenje v gozdu. (Predavanje bo potekalo v sejni sobi Občine Sodražica.)

GIBALNE VAJE S KATARINO

14. 6. 2018 OB 9. URI

Ga. Katarina Arko bo otrokom vrtca Sodražica predstavila gibalne vaje za lepši dan. (Delavnica bo potekala v športni dvorani OŠ Sodražica.)

ODNOSI

28. 6. 2018 OB 9. URI

Pogovarjali se bomo o komunikaciji v družini, službi in družbi ter o večinah aktivnega poslušanja. Predavatelj: g. Toni Mrvič. (Predavanje bo potekalo v sejni sobi Občine Sodražica.)



OBČINA
BLOKE

TURISTNO DRUŠTVO
BLOKE



POHOD
KRPAŃNOVI POTI
BLOKE 29. 4. 2018



WWW.BLOKE.SI

SPONZORJI



*Srce je omagalo,
tvoj dih je zastal,
a nate spomin
bo vedno ostal.*



Zahvala

Prehitro nas je za vedno zapustil naš predragi mož,
oče, ata, tast, brat in stric

JANEZ LEVSTEK
(2. 6. 1947–18. 3. 2018)

Ob boleči izgubi se iskreno zahvaljujemo vsem sorodnikom, prijateljem, sosedom in znancem za izrečena sožalja, tople objeme in stiske rok ter podarjene sveče, cvetje, molitve, svete maše in darove za cerkev. Hvala vsem, ki ste v času njegove bolezni prišli k njemu na obisk ali nam kakor koli pomagali v teh težkih trenutkih. Iskrena hvala tudi zdravstvenemu osebju ZP Sodražica, zdravnici dr. Prelesnikovi za vso pomoč in podporo pri lajšanju njegove težke bolezni. Zahvaljujemo se tudi delavcem KP Ribnica, pevcem, gospodoma župnikoma, g. Francu Bizjaku in g. Andreju Muleju, za lepo opravljen pogrebni obred. Hvala še enkrat vsem, ki ste se tako številčno poklonili njegovemu spominu in ga pospremili na njegovo zadnjo pot.

Žalujoci: vsi njegovi



Zahvala

Ob slovesu naše mame

KATARINE ARKO
(7. 4. 1934–26. 2. 2018)

Iskreno se zahvaljujemo vsem za izrečena sožalja, podarjeno cvetje, sveče in ostale darove.

Hvala vsem, ki ste jo pospremili na njeni zadnji poti.

Vsi njeni

*V vsakem človeku je nekaj
več od vseh ljudi na svetu,
na svetu, v katerem je dolgo živela,
dosti pretrpela in kot lastovka
na zadnji let odletela.*



Zahvala

V 85. letu starosti je ugasnila luč življenja
naše drage žene, mame, svakinje, babice, sestre,
tete.

MARIJA MODIC, ROJ. ČAMPA
(1933–2018)

Iskreno se zahvaljujemo vsem sorodnikom, prijateljem in znancem, ki ste se v tako velikem številu poslovali od naše žene, mame in babice, izrekli sožalje. Hvala vsem, ki ste jo obiskali, jo imeli radi in bili del njenega življenja. Posebej se zahvaljujemo dr. Rusu, Komunalni Ribnica, župniku Francu Bizjaku za lep poslovalni obred, pevcem in vsem, ki ste jo pospremili na njeni zadnji poti.

Vsi njeni

Branje ob SKODELICI ČAJA

PRIPRAVILA: NEŽKA MOHAR GAČNIK, BIBLIOTEKARKA

Na februarški pravljčni urici so najmlajši prisluhnili pravljici z naslovom Zoja in Belka. Izdelovali so psa iz papirja v obliki zgibanke. Marčevska pravljčna urica je minila v znamenju pravljice Kralj z umazanimi nogami. Mali nadobudneži so izdelovali čevelj z vezalkami iz šelešamerja. Tokratni spomladansko obarvani izbor knjižnih novosti prinaša našim zvestim bralcem naslednje zanimive knjige.



KRISTEN ASHLEY Lebdenje

Ameriška dedinja Amelia Hathaway mora začeti znova. Izvedela je, da jo je mož varal, in ko ji je vse, kar si je v življenju želela, spolzelo med prsti, se je zlomila. Ko je udarila nazaj, da bi ga prizadela, je izgubila še spoštovanje svojih otrok. Kot da to še ne bi bilo dovolj, se je mož odločil,

da se bo z otrokoma preselil v mesto Magdalene.

Amelia odide za njimi in se odloči, da je čas, da se postavi na noge. Preseli se v Modri previs, odločena, da bo najprej znova osvojila svoja otroka. Njene škatle še niso niti razpakirane, ko sreča čudovitega moškega, Mickeyja Donovanana, ki živi čez cesto. Zgolj pogled je dovolj, da Amelia ve, da si ga želi. A težava je, da vse kaže, da ji ta prijazen moški ne vrača naklonjenosti, vsaj ne takšne, po kateri hrepeni ona. Amelia se odloči vzeti usodo v svoje roke. Odločno se loti popravljanja napak iz preteklosti, s pokončno držo in vztrajnostjo poskuša prodreti skozi oklep odpora svojih otrok, hkrati pa se spopada z nezadržno privlačnostjo prijaznega sosedu.



LISA KLEYPAS Ko ljubi zapeljivec

Kakšna igra usode! Šarmanтни Londončan Devon Ravenel se zaradi dediščine nenadoma povzpne po družbeni lestvici. Vendar novi položaj pomeni tudi nekaj neželenih obveznosti in še več presenečenj! Njegovo posestvo bremeni dolg, v hiši pa še vedno živijo tri sestre nekdanjega lastnika pa tudi lepa mlada vdova lady Trenear oz. Kathleen, ki je po bistrumnosti in odločnosti več kot kos Devonu. Bo privlačnost med njima premagala ovire, ki ju med njiju postavlja razum?



MOJCA ŠIROK Pogodba

Mojca Širok, publicistka in novinarka RTV Slovenija, je bila trinajst let dopisnica iz Italije in Vatikana. Prve reportaže o sicilijanski mafiji je pisala za tednik Mladina, za RTVS je posnela dokumentarni film Molck v Palermu, in tudi knjige, ki jih je izdala (Zadnji rimski cesar, Ob last brez obraza in Od Benedikta do Franciška), so povezane z italijanskim kulturnim in političnim življenjem.

Kriminalni roman Pogodba, dobitnik nagrade modra ptica 2018,

je literarni prvenec, povezan s temo, ki jo avtorica zelo dobro pozna. Prvi umor se zgodi v prestižni četrti, v vili enega najuspešnejših rimskih odvetnikov. Sledi še prometna nesreča na drugem koncu Rima in samomor mafijskega bossa v zaporu. Raziskovanje zakulisnega dogajanja iz novic črne kronike nas odpelje v ostrče mafijskega dogajanja. Glavni akterji – kriminalisti, novinarji, tožilci in politiki – imajo marsikdaj tudi zavezujočo skupno preteklost. Njihove ljubezenske in prijateljske vezi se prepletajo s službenimi dolžnostmi in meje med tem, kje se konča država in začne mafija, so zelo zabrisane.



DAN BROWN Izvor

Razvpiti znanstvenik in futurist Edmond Kirsch oznani, da bo v Guggenheimovem muzeju v Bilbao objavil osupljivo odkritje, ki bo pretreslo vernike po svetu. Med povabljenici je tudi njegov nekdanji profesor s Harvarda Robert Langdon. Skrbno pripravljena prireditev pa se nepričakovano sprevrže v tragedijo. Langdon in direktorica muzeja se najdeta pred zahtevno nalogo: odkriti šifro, s katero bosta razvozlala Kirschevo skrivnost. Toda zagrizeni nasprotnik je ves čas korak pred njima in zdi se celo, da njegove zveze segajo v špansko kraljevo palačo.

Izvor je Brownov peti roman, v katerem nastopa harvardski profesor Robert Langdon. Ameriški pisatelj se je bralcem po svetu priljubil z Da Vincijevo šifro, ki ostaja eden najbolje prodajanih romanov vseh časov. Njegov recept za uspešnico je še vedno napeta akcija, prepletena z zgodovino, umetnostjo, šiframi in simboli.



BISWA CHOUDHURY Najnevarnejše živali sveta

Premišljeno zasnovana knjiga vsebuje čudovite fotografije in najnovejša dejstva ter informacije o nevarnih živalih. Vsaka žival je predstavljena na dveh straneh, kar omogoča lažje in zabavnejše branje ter učenje.



SIEGFRIED STEIN in GERNOT KOSOK Pokorny Visoke grede

Vrtnarjenje brez mučnega kopanja, pletja in bolečega sklanjanja: z visoko gredo lahko vrtnarimo in obiramo sadove udobno stoje ali z vrtnega stola. To ni primerno le za tiste, ki jih mučijo bolečine v hrbtu in kolenih, ter upokojenje. Udobje cenijo tudi mladi ljubitelji vrtnarjenja in majhne družine. Visoka greda omogoča sproščeno vrtnarjenje – celo zadaj na dvorišču, na terasi ali balkonu.

Visoko gredo si lahko izdelate sami. Omogoča vam, da na manjši površini več pridelate. Spomladi lahko prej sejete in sadite. Kar takoj lahko pozabite na vsakoletno prekopavanje in gnojenje. Na površini ne zastaja voda. Sledite korak za korakom navodilom za izdelavo lastne visoke grede in začnite že letos!

S tem tudi zaključujem tokratni izbor nekaterih knjižnih novosti. Vljudno vabljeni v Knjižnico Sodražica! Čim lepše in prijetneje preživite letošnjo težko pričakovano pomlad. Radi in lepo se imejte ter na svidenje do prihodnjič!



PSOGLAVSKI DNEVI
29. 6. - 1. 7. 2018
SODRAŽICA

www.td-sodrazica.si




www.td-sodrazica.si

Občina Sodražica

oblikovanje: B. Hiti; foto: L. Rozina

microera

Microera Jože Šilc s.p.
Hrovača 14A (trgovski center SPAR Ribnica)
1310 Ribnica
☎ 01 8373 116
☎ 051 358 762
✉ info@microera.si
www.microera.si

UGODNI NAROČNIŠKI PAKETI TER AKCIJSKI MOBITELI NA OBROKE!

Ugodni paketi Trio
internet – televizija – telefonija

prvo leto od
29.99 €/mesec

DELOVNI ČAS:
PON - PET
8.30 h - 12 h
ter 14 h - 18 h
SOB
8.30 h - 11.30 h



Telekom Slovenije

POOBlašČENI PRODAJALEC



LASTNIKI GOZDOV

Nudimo vam:

- Odkup lesa na panju ali kamionski cesti
- Klasično in strojno sečnjo
- Žičničarsko spravilo

Zagotavljam konkurenčne cene ter plačilo po dogovoru.

info:



TAKSUS d.o.o.
TAKSUS, gozdarski inženiring, d.o.o.
Reška cesta 21, 6258 Prestranek

☎ 030 329 527

www.taksus.si

Branal

z vami od leta 1992



ISO 9001
ISO 14001
BUREAU VERITAS
Certification



FSC® C121546
Znak odgovornega
upravljanja z gozdovi

Opravljamo storitve **sečnje, spravila in odkupa lesa.**

Zagotavljamo korektne cene, izmere in zanesljivo plačilo.

Smo zanesljivi, odzivni in učinkoviti. Preizkusite nas!

Vaš klic pričakuje odkupovalec

Damjan Gornik

041 792 341, damjan@branal.si

Pokažite mrazu figo! Oskrbite se s smrekovimi peleti v A1 kvaliteti. Nudimo dostavo na dom. Osebni prevzem v IOC Podskrajnik v Cerknici.

041 714 385

peleti@branal.si

Podskrajnik 57, 1380 Cerknica

Vrhunski TV programi **kjerkoli v Sloveniji!**

total TV

HBO PREMIUM PAKET
+
HD CineStar TV PREMIERE PAKET
+
CLUB X PAKET

EON

BREZPLAČNA NAMESTITEV + VZDRŽEVANJE ZA ČAS VEZAVE

UNIFI UNIFI TRAVEL

33 PROGRAMOV PINK

VKLJUČENO V

- TOTAL TV Start
- TOTAL TV Extra
- TOTAL TV Premium

PRVIH 6 MESECEV SAMO
9,90 EUR
mes.
ZA NOVE NAROČNIKE

Pooblaščen prodajalec: **Telemach Ribnica, Škrabčev trg 16, 1310 Ribnica**
Tel: **070 321 444** / E-mail: **ribnica@posrednik.telemach.si**

Razlika med redno in akcijsko ceno je všteta v prejšeto ugodnost ob vezavi. Akcija traja od 1. 3. 2018 do 31. 5. 2018. Prosto dostopni programi so programi, ki niso zagotovljeni v sistemu s pogodnim dostopom. Za spremljanje digitalne programske sheme na več televizorjih, kot jih je vključenih v izbrani naročniški paket, se za namestitvev dodatne opreme, ki ni nameščena ob prvi namestitvi, obračuna priključnina, za storitve pa mesečna naročnina, navedena v ceniku na www.telemach.si. Redna mesečna naročnina za izbrani paket Total TV se prične obračunavati po poteku promocijskega obdobja. Hitrost prenosa podatkov za storitve UNIFI in UNIFI TRAVEL je odvisna od fizičnih ovir in vpliva drugih elektromagnetnih sevanj med oddajnikom in sprejemnikom ter strojne in programske opreme na oddajniku in sprejemniku. Nabor in število programov, ki jih lahko spremljate, sta odvisna od izbranega paketa in tehničnih možnosti. Za spremljanje programov na več televizorjih je potrebno naročilo in doplačilo dodatnih storitev. Za spremljanje programov v visoki ločljivosti HD potrebujete ustrezen televizor. Najnižja potrebna hitrost prenosa podatkov za nemoteno delovanje storitve EON je 512 kbps. Internetna povezava ni del storitve EON. Splošni pogoji storitve EON, in UNIFI so na voljo na naslovu www.telemach.si in na prijavnici strani storitve. Za uporabo je potrebna registracija na portalu moj.telemach.si. Za uporabo storitve EON je treba naložiti aplikacijo EON za napravo oz. operacijski sistem naprave, na kateri bo aplikacija EON aktivirana. Aplikacija je dostopna na www.eon.tv in v trgovinah Apple App Store ter Google Play. Uporaba funkcije Ogled nazaj do 7 dni je omogočena za pakete, ki funkcijo vsebujejo, ali pa je naročena ločeno kot dodatni paket. Vzdrževanje Total TV storitev je za čas vezave naročniškega razmerja vključeno v mesečno naročnino in vsebuje naslednje izmed Dodatnih storitev po Ceniku Skupine Telemach, ki jih upravičeno naroči naročnik: Delo tehnika (vključen prihod) in/ali Zamenjava sprejemnika (storitev na domu stranke opravi tehnik podjetja). Omenjene dodatne storitve so opravljene z namenom odprave nedelovanja storitev, kjer razlog za nedelovanje ni na strani Telemacha, posega naročnika ali višje sile. Upravičeno naročilo je naročilo, ki je podano z namenom odprave nedelovanja storitve. Navedene blagovne in storitvene znamke so registrirane znamke njihovih lastnikov. Vse cene vključujejo DDV. Pred sklenitvijo naročniškega razmerja se o akcijski ponudbi, splošnih in posebnih pogojih storitev, sklenitvi naročniškega razmerja in cenah ostalih storitev za naročnike ter aktivaciji storitev pozanimajte na www.totaltv.tv, 080 45 67, info@telemach.si ali na prodajnih mestih Telemach.

telemach