

Zimski GLASOVI



DECEMBER 2024



TURIZEM

Miren Kras z nagrado
Top 100

ZDRAVJE

Hrana in zdravila

PREDSTAVLJAMO

maQfino iz Mirna

Uresničevanje ciljev

Pa je prišel ta za mnoge čarobni mesec. Če pričakujete darila ali posebno ugodne priložnosti, ker je to zadnji mesec v letu, čestitam. Za nekatere je čudovito imeti pričakovanja, še zlasti ob koncu leta. Toda tudi kar nekaj je takih, ki vzdihujejo: »Kdaj bo že konec teh praznikov!« Eni se pritožujejo, da so preveč jedli in poležavali. Toda drugi, pogosto osamljeni, si želijo vsakdanjega vrveža, da ne bi čutili praznine, žalosti, zapuščenosti ali nejevolje okoli sebe.

Morda se še premalo zavedamo svojih pozitivnih strani in talentov, ki jih nosi vsakdo v sebi. Družba je pač naravnana tako, da glasno opozarja na manjkajoče, negativno, slabo. Toda vsak od nas ima ves čas možnost, da »preklopi« na pozitivno stran. Morda bi bilo dobro začeti s samoizpraševanjem: »V čem sem dober, zelo dober? Za katere dejavnosti sem prejel/-a največ odobravanja, pohval? Katero moje opravilo vpliva na druge najbolj pozitivno?« Iskreno poiščimo odgovor v sebi in si priznajmo naša močna področja ter jih razvijajmo naprej.

Tudi na področju naše službe si je dobro postaviti vprašanje: »Pri čem sem v svojem delu dober/dobra? Pri katerih opravilih najbolj uživam?« Nato se osredotočimo na prav te dejavnosti, da jih izpeljemo čim boljše, da na tem področju zablestimo. V življenju velja, da nikoli ne bo dovolj časa, da bi opravili vse, kar moramo. Vedno bo ostal košček nerešenega. Lahko pa dobro opravimo tisto, kar nam je všeč in uživamo v tem. Če uživamo, smo verjetno na tem področju sposobni postati izjemni.

Seveda so na poti do samouresničitve težave, ovire. Naša naloga je, da te omejujoče dejavnike odkrijemo. Nato namenimo vse sile v rešitev tega ozkega grla. Po raziskavah je 80 % ovir, ki onemogočajo doseganje ciljev, v nas samih. To so naše sposobnosti, disciplina, navade ...

Da bi lahko uresničevali cilje, je potrebno poskrbeti za svoje telo – »stroj«. Torej dovolj počitka, zlasti dovolj spanja. Raziskave kažejo, da tudi Slovenci spimo premalo, menda okoli pet ur na noč. Utrujen človek se težje zbere, porabi več časa za opravilo, zunanja dogajanja jemlje pesimistično, se morda čuti ogroženega. In vse to vodi v kronično utrujenost in nejevoljo, ki sta gotovo oviri na naši poti uresničevanja ciljev. Toda ne glede na naše počutje in trenutne dogodke se lahko odločimo za vedrino v življenju, optimizem. To pomeni, da težave preokvirimo – in sicer da v težavi poiščemo nauk, kaj je dobrega v oviri ali česa se je treba naučiti. Na ta način gledamo naprej, smo zazrt v naše cilje.

V novem letu 2025 želim vsem občankam in občanom ter vsem bralcem našega glasila uspešno in zdravo leto.

Marta Pavlin, urednica

Glasilo Občine Miren - Kostanjevica

Izdajatelj: **Občina Miren - Kostanjevica**; e-naslov: **glasilo.omk@siol.net**; odgovorna oseba izdajatelja: **Mauricij Humar**, župan; odgovorna urednica: **Marta Pavlin**; uredniški odbor: **Sonja Cijan, Nataša Kolenc, Tanja Čermelj, Katarina Spacal, Karla Žniderčič, Matejka Maver Pregelj, Špela Sušanj**; lektoriranje: **Marta Pavlin**; oblikovanje in prelom: **Studio Alpe.cc**
Naklada: **1.900 izvodov**; tisk: **Grafika Soča**; fotografija na naslovnici: **Sonja Cijan**

Glasilo prejmejo vsa gospodinjstva v občini brezplačno.

Glasilo je vpisano v Razvid medijev Ministrstva za kulturo pod zaporedno številko 2168.

Naslednja številka izide **konec marca 2025**.

Prispevke za jesensko številko glasila nam lahko **pošljete do 20. februarja 2025** na elektronski naslov: **glasilo.omk@siol.net**. Uredništvo si pridržuje pravico, da prispevke primerno priredi za tisk tako po obsegu kot izrazu. Prispevkov z nezakonito, žaljivo, zavajajočo, sporno ali moralno neprimerno vsebino ne objavljamo. Fotografije naj bodo v formatu .jpg, .psd ali .tif v velikosti najmanj 3 MPix (vsaj 300 dpi ali več) in poslane kot priponka (ne v besedilu). Besedilo in fotografije morajo biti opremljeni z imenom avtorja.



Občina
**Miren –
Kostanjevica**



Spoštovani,

Letošnje leto je bilo za našo občino res pestro, ne le slovesno. Toliko dogodkov, toliko projektov v načrtovanju in izvedbi ... Ni bilo enostavno, pa vendar smo znova dokazali, da smo uspešni, ker znamo sodelovati in se povezovati. V vseh letnih časih, vse generacije, vsi kraji, celo regije ... Pred vrati je zima, čas mirovanja in počitka, za občinsko upravo in občinski svet pa še posebej čas načrtovanja. Čeprav se še leto ni poslovilo, smo z mislimi in delom globoko v pripravi proračunov za naslednji dve leti. Pregovor pravi, da časa ne moreš ustaviti, lahko pa ga dobro izkoristiš. In ker se pogosto znajdemo v časovni stiski, je to misel pametno ozavestiti tudi pri načrtih za prihodnost. Proračun je osnova za delo občinske uprave, a je hkrati zaveza, da številke v tabelah dobijo svojo realno podobo v terminsko izvedenih projektih za skupno dobro. In ker denar nima idej, moramo ideje prispevati mi sami. Do zdaj nas je pri delu usmerjala lastna vizija in strategija razvoja, ki pa se v letu 2025 izteka. Prav zato bo naša nova prioriteta za naslednje leto pripraviti novo vizijo in strategijo razvoja, v katero znova želimo vključiti vse občanke in občane naše občine.

Pot, ki smo jo utrdili v zadnjih sedmih letih, je bila prava. In zelena. Kot ena najbolj prodornih zelenih turističnih destinacij smo člani konzorcija SloveniaGreen. Na nedavnem srečanju članov je bilo izpostavljeno, da je prihodnost slovenskega turizma zelena in da bo v naslednjih letih največ pozornosti namenjeno lokalnim posebnostim, predvsem pohodniškim in kolesarskim destinacijskim potem. In tukaj imamo veliko ponuditi. Odločitev za Zeleno Srce Krasa je bila naša skupna odločitev in bila je prava odločitev. Če smo bili pred leti v turizmu začetniki, ki orjejo ledino, smo danes dovolj izkušeni, da svoje znanje in nabrane izkušnje nadgradimo tudi skozi drznost inoviranja. In tega se še posebej veselim. A zelene-ga turizma ni brez zdravega naravnega okolja in naša odgovornost je, da priskočimo na pomoč naravi po uničenju. Na tokratnem pogozdovanju Krasa smo bili inovativni, uporabili smo dron in semenske bombice blizu Temnice. Ob tem pa je bilo še posebej lepo opazovati zagnanost in navdušenje naših mladih.

5. decembra smo znova obeležili mednarodni dan prostovoljstva, čas, ko se izpostavi naše nevidne junake in njihove odlike, se jim zahvali za trud in požrtvovalnost ... Slovenija in naša občina sta dom srčnih in nesebičnih ljudi, ki vedno priskočijo na pomoč ljudem v stiski in nevarnosti. Žal smo to pomoč sami velikokrat potrebovali, ne le ponudili. Sistem zaščite in reševanja pa ostaja eden najboljše delujočih sistemov v državi prav zaradi ljudi in njihove humanitarne prizadevnosti, ki zaslužijo naš poklon in zahvalo.

Kot branju prijazna občina smo ponosni, da nam je uspelo zagotoviti in prenoviti nove prostore krajevni knjižnici Bilje, ki v tednu knjižnic, ki letos poteka pod sloganom »Zberimo se v knjižnici«, ponosno odpira svoja nova vrata lokalnim bralkam in bralcem, literarnim ustvarjalcem, ljubiteljem kulture ter knjigoljubcem. In ker je pred nami praznični čas obdarovanja, si želim, da se pod božično jelko znajde čim več domiselnih knjižnih darilc. Predvsem pa, da drug drugemu podarimo tisto najdragocenejše, kot so čas, ljubezen in pozornost.

Mauricij Humar

Mauricij Humar

Slavnostna seja ob 30. obletnici Občine Miren - Kostanjevica

Občina Miren - Kostanjevica v letu 2024 obeležuje že tri desetletja delovanja. Uvod v praznično dogajanje se je odvil s slavnostno sejo občinskega sveta.



Občinski nagrajenci in župan

Tokratno prizorišče slavnostnega dogodka smo iz Pomnika miru na Cerju preselili v telovadnico ob Osnovni šoli Miren. Veseli smo, da smo lahko naših prvih 30 let obeležili skupaj z našimi častnimi občani, župani sosednjih občin, sedanji in nekdanji člani občinskega sveta, predstavniki krajevnih skupnosti in občinskih društev, predstavniki pobratene občine Nazarje in pobratene češkega mesta Kralupy nad Vltavo. V sklopu projekta Ties4Growth nas je obiskala skoraj 60-članska češka delegacija.

Na dogodku so se prepletale zgodbe našega kraja, zgodbe ljudi in znamenitosti, bleščeči drobci in posebnosti občine, ki izražajo našo edinstvenost. Program so sooblikovali tudi domačini, ljudje ki v naši občini dejansko živijo, krojijo vsakdan in pišejo zgodbe naše dežele. **Konrad Marušič, Tadej Rogelja, Ivan Trampuž, Umberto Bavčar, Peter Sodnik, Marinka Pirc, Ivanka Kosta, Hilarija Logar** – najlepša hvala vsem, da ste sprejeli izziv, se postavili pred objektiv in toplo in pristržno delili z nami zgodbe svojega kraja.

Za glasbeno spremljavo smo za ta poseben večer na odru združili štiri glasbenike – od Orehovalj čez Kras do zamejstva. Skupina glasbenih virtuozov v sestavi **Alenke Marušič, Tineta Lestana, Tomaža Nedoha** in **Stefana Bembija** je dogodku dahnila dodatne razsežnosti. Dogodek je v celoto povezala stara znanka občinskih praznovanj, **Kristina Furlan**.

Osrednji trenutek večera je bila predstavitev in obdarovanje naših nagrajencev. Priznanje Občine Miren - Kostanjevica sta prejela **Helena Budin** in **Jože Faganeli**. Podelili smo tudi dve plakati, in sicer **Aleksandru Zavadlavu** in Društvu prostovoljcev Vincencijsve zveze dobrote.

Vsem nagrajencem iskrene čestitke.

Ob zaključku dogodka je župan **Mauricij Humar** povzel misli: »Za vsa opravljena dela in tudi za tista, ki so še pred nami, so ključni motivirani in priпадni posamezniki. Doprinos prispevajo s svojim delom – polagajo kamenčke v mozaiku preteklosti in tudi prihodnosti naše občine.«



Ob jubilejnem praznovanju 30-letnice Občine Miren - Kostanjevica je izšel tudi Zbornik »Krasnih trideset«. Izvod zbornika so obiskovalci slavnostne seje že prejeli, občani pa svoj brezplačni izvod lahko prevzamejo na sedežu naše občine.

Mateja Drnovšček, občinska uprava
Foto: Jasmina Putnik, JRP studio

Pavla Batistič praznovala 102. rojstni dan

V soboto, 16. novembra 2024, je svojo 102. rojstni dan praznovala najstarejša krajanka Bilje, gospa **Pavla Batistič**. Župan, otroci iz podružnične šole Bilje, otroci iz vrtca Montessori, članice KORK Bilje in nekateri krajani so jo obiskali že dan prej in ji dan polepšali z glasbo, recitacijami in darili.

Poleg vnukinje ji je torta spekla **Polona**, tudi članica Krajevne organizacije Rdeči križ Bilje. Župan pa je gospo počastil s šopkom vrtnic.

Gospa je bila obiska zelo vesela in je vse povabila, da se prihodnje leto spet srečamo.

Gospa Pavla, ponovno **VSE NAJBOLJŠE!**

Občinska uprava
Foto: arhiv občine



Ob mednarodnem dnevu prostovoljstva

Ob mednarodnem dnevu prostovoljstva se je v Pomniku na Cerju odvil srčen in plemenit dogodek. V ospredju so bili vsi tisti naši prostovoljci, ki se dnevno razdajajo za druge in svoj prosti čas namenijo šibkejšim in pomoči potrebnim občanom.

Ravno ti aktivni posamezniki, ki delujejo bodisi v sklopu humanitarnih in socialnih društev oz. organizacij ali kot posamezniki, so nam lahko v navdih in ponos.

Župan **Mauricij Humar** je že vrsto let pobudnik tega srečanja. Še kako dobro se zaveda pomembnosti prostovoljstva v lokalni skupnosti in širše, še zlasti v težkih časih, ki smo jim bili priča v zadnjih letih. Naravne ujme in nesreče so, žal, postale stalnice na našem območju, skrb in pomoč sočloveku pa sta še toliko bolj v ospredju. V svojem nagovoru ni pozabil niti na prostovoljne gasilce in člane civilne zaščite.

Na srečanju se je našim prostovoljcem globoko zahvalil. S svojim nesebičnim delom, časom in srčnostjo spreminjajo naša življenja na bolje. Prostovoljci s svojo predanostjo in zgledom uresničujejo temeljne vrednote solidarnosti, sočutja in medsebojne podpore, ki so gradniki močnejše in bolj povezane družbe.

Mladi prostovoljci, učenci Osnovne šole Miren in Podružnice Bilje, so srečanje obarvali z mladostno razigranostjo



in brezskrbnostjo. Zvok violine, izbrane recitacije na temo prijateljstva in petje so zapolnili dvorano, pa tudi pogreli naša srca. Zahvala tudi mentoricama **Liljani Kavčič** in **Tadeji Štokelj**.

Pridne prostovoljce je obiskal tudi poseben gost, sveti Miklavž. Prisotne je opogumil za nadaljnje delo in čestital za dosedanja prispevek, ob koncu pa tudi obdaril. Obisk je zaključil z navdihujočimi besedami: »Svet se narobe vrti, kajti mnogi samo še čakajo, da kaj dobijo. Kako lepo vas je videti, da delate z ljubeznijo in podarjate svoj čas, ne da bi pričakovali plačilo. Dokler bo na svetu



še kdo, ki mu bo pomembnejše kaj dati kot čakati na darilo, bo vse lepše. Dragi prostovoljci, vesel sem vas in vas potrebujem. Delajte še naprej z veseljem in sporočajte, da je delo vrednota. Podarjajte svoj čas, ne glede na plačilo. Verjamem, da bo dobrota spremenila ta naš svet.«

V razmislek pa nam ostaja vprašanje: »Ali (še) znamo pomagati sočloveku v stiski?«

Mateja Drnovšček, občinska uprava
Foto: arhiv občine

Ureditev okolice Pomnika miru na Cerju

Občina Miren - Kostanjevica je v juliju 2024 izvedla javno naročilo in izbrala izvajalca za izvedbo investicije Ureditev Pomnika miru na Cerju. Za to je pridobila sredstva iz javnega razpisa za sofinanciranje vlaganj v javno in skupno turistično infrastrukturo in naravne znamenitosti v turističnih destinacijah, ki ga je v lanskem letu objavilo Ministrstvo za gospodarstvo, turizem in šport iz Načrta za okrevanje in odpornost.

Izvajalec je začel z deli v oktobru 2024, zaključek del pa je predviden v prvi polovici prihodnjega leta.

Investicija predvideva več faz, trenutno bo izvedena tretja in deloma druga. Tretja faza zajema: oporne zidove in zunanja stopnišča z brežinami, tlakovanje južne elipse ob objektu, vzhodno in zahodno klančina za pešce, delno električne in strojne instalacije ter meteorolna kanalizacija v območju obdelave. Deloma se izvaja druga faza: vzhodna dovozna in servisna cesta z obračališčem (gramozno nasutje), južna klančina za pešce (gramozno nasutje), ekološki otok, devet parkirnih mest za kolesa, polnilnica in servis električnih koles, privezi in napajalniki za konje.

Vrednost investicije znaša dobrih 700 tisoč evrov, predvideno financiranje s strani Evropske unije pa je 350 tisoč evrov.

Naložbo sofinancira Evropska unija v okviru Načrta za okrevanje in odpornost – NextGenerationEU.

Občinska uprava



Sončni elektrarni na strehi šole v Biljah in Vrtca Kostanjevica na Krasu

Občina Miren - Kostanjevica je investicijski projekt postavitve sončnih elektrarn na strehe stavb podružnične Osnovne šole Bilje in stavbe Vrtca Kostanjevica na Krasu prijavila na Javni razpis za sofinanciranje izgradnje novih naprav za proizvodnjo električne energije iz sončne energije na javnih stavbah in parkiriščih za obdobje od leta 2024 do 2026. Javni razpis je bil objavljen v okviru Načrta za okrevanje in odpornost, razvojnega področja Zeleni prehod, komponente 1: »Obnovljivi viri energije in učinkovita raba energije v gospodarstvu« (C1 K1), naložbe »Proizvodnja elektrike iz obnovljivih virov energije«.

Glavni razlog za izvedbo omenjenih investicij je znižanje stroškov za porabljeno električno energijo v omenjenih objektih ter proizvodnja električne energije na okolju prijazen način, z obnovljivim virom energije, ki bo prispeval k

ohranjanju narave in izboljšanju kakovosti bivalnega okolja celotne družbe.

Postavitev sončne elektrarne predstavlja za investitorja možnost dodatnega izkoriščanja naravnih potencialov na področju obnovljivih virov in povečanje zanesljivosti oskrbe z električno energijo.

Tako je na streho stavbe Vrtca Kostanjevica na Krasu nameščena sončna elektrarna skupne instalirane moči 28 kWp, pri čemer ocenjujemo, da bo sončna elektrarna letno proizvedla 24,1 MWh električne energije.

Na streho podružnične šole v Biljah pa je nameščena sončna elektrarna skupne instalirane moči 57,60 kWp, pri čemer je bilo ocenjeno, da bo sončna elektrarna letno proizvedla 44,1 MWh električne energije.

Vrednost obeh investicij skupaj znaša okoli 80 tisoč evrov, pri čemer pričakujemo, da bo večji del pokrit z evropskimi sredstvi.

Naložbo sofinancira Evropska unija v okviru Načrta za okrevanje in odpornost – NextGenerationEU.

Občinska uprava



NASVETI ZA ZAŠČITO VAŠEGA DOMA MED ODSOTNOSTJO

Z nekaj enostavnimi ukrepi lahko sami bistveno prispevate k varnosti vašega doma. Poskrbite, da bo vaš dom tudi med odsotnostjo videti naseljen.

VAŠA VARNOST

— skupna skrb



NASVETI ZA VEČJO VARNOST:

Ustvarite vtis prisotnosti:

Naj prijatelj ali sosed redno prazni poštni nabiralnik in dviguje rolete. Razmislite o namestitvi časovnih stikal za samodejno prižiganje luči in odpovajte dostavo časopisov.

Delna osvetlitev:

Med krajšo odsotnostjo pustite prižgane luči, televizor ali radio.

Tako boste preprečili, da bi dom deloval zapuščen.

Vozila in ključi:

Poskrbite, da so doma parkirana vozila zaklenjena. Ključe in dokumente shranjujte na varnem mestu – tudi rezervne.

Vrednejši predmeti:

Zlatina, gotovina in drugi dragoceni predmeti naj ne bodo na vidnih mestih (nočne omarice, predali ipd. so pogosta tarča tatov). Uporabite varnostne omare ali sef.

Orodje in dragocenosti:

Ne puščajte orodja, koles ali drugih naravnih sredstev okoli hiše. Umaknite vrednejše predmete z vidnih mest.

Mladi Občine Miren - Kostanjevica

Če so študij, beg možganov in odseljevanje mladih s podeželja v mesta posledice, ki jih je mogoče hitro prepoznati, so vzroki za to (pre)pogosto v počasni lokalni birokraciji.

Birokracija pogosto ne skrbi najbolj za omogočanje izvajanja kvalitetnih mladinskih programov ter dogodkov in razvoja javne infrastrukture po meri mladih in mladih družin, kot so dostopnost širokopasovne internetne povezave, otroških igrišč in rekreativnih površin.

Občinski svet je v februarju 2024 sprejel prvo občinsko mladinsko strategijo. Za spremljanje izvajanja ter izdelavo akcijskega načrta pa od začetka poletja deluje Delovna skupina za izvajanje akcijskega načrta Strategije za mlade, ki jo sestavljajo mladi iz celotne občine.

Poleti je skupina v sodelovanju z občinsko upravo začela pripravljati akcijski načrt. Ta natančno opredeljuje časovnico in ukrepe, ki jih bo občina primorana izvajati v sodelovanju z mladimi. Akcijski načrt je bil v jesenskih mesecih predstavljen tudi pristojnemu odboru občinskega sveta – Odboru za mladino. Predvidoma do konca tega leta pa bo akcijski načrt pripravljen na obravnavo na seji občinskega sveta.

Prioritete delovne skupine

Poleg priprave akcijskega načrta si je delovna skupina zastavila tudi prioritete za preostanek letošnjega leta in za prihajajoče. Med prvima je izboljšanje informiranosti mladih ter posodobitev razpisnih pogojev za občinska sredstva namenjena mladim.

Delovna skupina je sestavljena iz devetih mladih iz celotne občine. Članov pa ne povezuje zgolj starost, ampak tudi želja po izboljšanju pogojev za delo mladih. »Delovni skupini sem se pridružil, da bi lahko dosegel boljše življenje in več priložnosti za mlade v občini,« je na vprašanje, zakaj se je pridružil delovni skupini, odgovoril njen član **David Peras** iz Vojščice. »Želim si, da bi bili mladi v občini slišani in uslišani, saj smo sposobni marsičesa,« je nadaljevala **Polona Leštan** iz Bilj.



Facebook skupina z vsemi informacijami za mlade – »Mladi občine Miren - Kostanjevica«

Za boljšo informiranost med mladimi je kot prvi ukrep delovna skupina ustvarila Facebook skupino »Mladi občine Miren - Kostanjevica«, v kateri je že danes okrog 100 mladih iz celotne občine. Preko skupine bodo mladi lažje dostopali do informacij o dogodkih v občini, do potreb

lokalnih delodajalcev po študentskem in sezonskem delu ter odprtih občinskih razpisih za področje mladih.

Če si star med 16 in 30 let ter še nisi član skupine, te vabimo, da se nam preko QR kode pridružiš tudi ti.

Jakob Marušič
Foto:

VODOVODI in KANALIZACIJA Nova Gorica

Naj prihajajoče leto prinese svežino življenju - kot voda, ki poživi in pomiri hkrati. Vesele praznike in srečno v novem letu 2025!

Pomoč invalidom v Občini Miren - Kostanjevica

Letos teče že sedmo leto od sprejema listine Občina po meri invalidov v Občini Miren - Kostanjevica.

V tem obdobju smo odpravili arhitektonske ovire s 47 klančinami. Postavili smo tri indukcijske zanke (slušne zanke). Izvajali smo usposabljanja – tečaje znakovnega jezika za izvajalce javnih storitev. Na občini smo vodili informacijsko pisarno, preko katere so invalidi uveljavljali pravice iz naslova pokojninskega in invalidskega zavarovanja, zdravstvenega zavarovanja, parkirne problematike za invalide, pravice do oprostitve plačila RTV naročnine in oprostitve cestne takse.

Svet za invalide bo s projektnim svetom Občine po meri invalidov odigral pomembno vlogo pri vseh razvojnih projektih Prometne strategije Občine Miren - Kostanjevica. Z našimi prizadevanji ne želimo graditi »vrtička« za invalide. Želimo postati soustvarjalci prijazne občine do občanov.

Vse te olajšave, ki jih osebe s posebnimi potrebami (invalidi) uveljavljajo preko projekta Občina po meri invalidov, pa so le del življenjskih potreb reševanja problemov invalidov. Srečujemo se z invalidi z gibalnimi omejitvami, s tistimi s senzoričnimi omejitvami vida in sluha, s tistimi z motnjami v duševnem razvoju idr. Obstajajo tudi invalidi z različnimi diagnozami, ki zahtevajo individualno prilagoditev.

V Občini Miren - Kostanjevica je v teh letih dozorelo spoznanje, da arhitektonske ovire niso edine omejitve, s katerimi se invalidi srečujejo v svojem življenjskem in delovnem okolju. Toda razrešiti je potrebno tudi druge probleme, s katerim se invalid srečuje. Ob nedavnih ujmah (toča in viharji), ko je invalid doživel katastrofalne posledice razbite in od toče uničene strehe, pride do izraza pomoč lokalnega okolja. Sprašujem vas, ali smo v teh »katarzah« divjanja matere narave upravičili priznanje Občine po meri invalidov? Razreševanje problematike invalidov v občini je kompleksno področje, ki obsega vse razvojne stopnje invalidov. Začne se s podporo staršev invalida. Nadaljuje se skozi

proces izobraževanja, ki v nadaljevanju vodi do prizadevanj, da invalid s svojim delom ustvarja srečo svojega življenja. V življenju invalida je zelo pomembno, da so vsa področja življenja in dela dostopna za vse vrste invalidov. Izpostavil bi šport, kulturo, zdravstvo, podporne programe, zaposlovanje. Za občane invalide je pomembno, da so dostopne (prilagojeni programi) javne storitve vsem vrstam invalidov.

V Občini Miren - Kostanjevica smo pomemben premik v teh letih dosegli s tem, ko je občina postala prijazna do vseh občanov. Občina – to smo ljudje. Eden pomembnih mejnikov dviga standarda »prijazna občina do občanov« predstavlja Napovednik, ki ga prejme vsaka družina v občini. Preko tega je večina občanov seznanjena s programi nevladnih organizacij, ki izboljšujejo kvaliteto življenja in dela tudi invalidom. Bolj kot se občina približa ljudem, manj je potrebnih naporov, da se občina približa občanom invalidom.

Prav vsak občan ima priložnost, da v okviru svojega delovanja v društvu soustvarja programe, ki so prijazni do

invalidov. Vsakdo lahko prispeva k lepšemu življenju invalidov v občini. Vsak občan je lahko naš sodelavec in soustvarjalec projekta Občina po meri invalidov.

Projekt Občina po meri invalidov smo ljudje. Od vsakega posameznika in njegovega prizadevanja je odvisno, da bi se delež – statistični pokazatelj invalidov (Po naših ocenah živi v mestni občini okoli 9,6 % invalidov.), zmanjšal na najmanjšo možno mero. Želimo ustvariti kategorijo invalidov, ki ob podpori lokalne skupnosti funkcionalno niso invalidi. Te osebe postanejo pozitivni ustvarjalci razvoja okolja, v katerem živijo in delo. Niso breme.

mag. Valter Adamič, koordinator projekta
Občina po meri invalidov



PELOZ predelava mesa
in proizvodnja mesnih
izdelkov d.o.o.

Loke 1A
5000 Nova Gorica
Slovenija

Telefon: 00386 (0)5 33 50 400
Telefax: 00 386 (0)5 33 50 411
GSM: 041 611 196
peloz@siol.net



Vsem kupcem voščimo vesele božične
praznike in srečno novo leto.

Zabavna prireditev Moja občina

Tudi letos se je ob zaključku dogodkov ob letošnjem jubilejnim občinskem prazniku odvila odlično obiskana prireditev Moja občina.



Družabni dogodek so občani in občanke iz vseh krajev naše občine spremljali oktobra v Domu krajanov Negovana Nemca v Biljah. Ne le spremljali! Glasno so navijali, peli in se zabavali. Osrednja tema je bila letos kulinarika. Pomerili sta se rdeča in rumena ekipa. Tako so prvo, rumeno ekipo, sestavljali **Polona Lestan, Radovan Silič** in **Vera Lipičar**, ki se ukvarjajo s slaščičarstvom, oljkarstvom in sirarstvom. Vodja ekipe je bil **Jože Bezjak**. V rdeči ekipi pod taktirko **Zlatka Martina Marušiča** pa so tekmovali **Andreja Grobiša, Tina Bezjak** in **Vili Klančič**. Pri njih doma je v ospredju mlekarnstvo ter ponudba odličnih malic in pic. Za tribunama so jih podpirali navijači iz vseh kotičkov naše občine. Tekmovanje je budno spremljala žirija v sestavi **Suzana Černe, Marta Pavlin** in **Špela Sušanj**.

Voditeljica **Neža Orel** je tekmovalce popeljala skozi osem zanimivih tekmovalnih nalog, kjer so se preizkusili v intervjuju na vročem stolu, poznavanju osmic in krajev v naš občini, lovili so žabe, ugibali besede ob spretnih pantomimah,

praznovali rojstni dan, z otipavanjem prepoznavali hrano nevidno očem ... Po vsaki nalogi je bilo izziv tudi iskanje naslova skladbe, ki jo je v živo zaigral »hišni bend« v sestavi **Rene Fajt, Timotej Lukežič, Minka Markič** in **Bor Križaj**, tonski mojster **Alan Žorž** pa je poskrbel za odličen zvok. Ker je bila tema kulinarika, smo tako prepevali o grozdju, tekili, sladoledu, čokoladi, čevapčičih, strupu, čebelarju ... **Nika Zuljan** je poskrbela, da je bilo besedilo pesmi projicirano na platnu. Občinstvo je uživalo v intervjuju z napako o letošnjem novomašniku **Melu Kovicu** in direktorici Javnega zavoda Miren Kras **Ariani Durnik**.

Voditeljici Neži so pomagale **Anja Faganeli, Veronika Petrovčič** ter **Larisa** in **Lucija Šuligoj**, ki so poskrbele za pripravo rekvizitov in pisanje točk oz. rezultatov ekip. Dolgo časa je vodila rdeča ekipa, kolo sreče pa je zmago na koncu prevesilo na stran rumene ekipe. Obiskovalce sta med prireditvijo obiskala tudi kokoš in špargelj, ki sta s srebrno 30-ico in zlato 60-ico spomnila obiskovalce na letošnja jubileja: 30-letnico

Občine Miren - Kostanjevica in 60-letnico Krajevne skupnosti Bilje. Uvodoma in tudi ob zaključku prireditve je zaigrala »občinska himna«.

Preživeli smo sproščen in zabaven večer.

Prireditev smo organizirani člani KTD Zarja Bilje s finančno podporo Občine Miren - Kostanjevica, za kar se iskreno zahvaljujemo.

Nasvidenje prihodnje leto!

KTD Zarja Bilje

Glej, knjižnica, dobila si nove prostore

Bralna kultura v Biljah ima izredno dolgo tradicijo. Korenine Kmetijskega bralnega društva segajo v leto 1898.

Leta 1946 so v prostorih, kjer je prej potekal pouk, odprli knjižnico in čitalnico s fondom 80 knjig. Leta 1963 je vodenje knjižnice prevzel **Ivan Komel**, ki je zanjo skrbel vse do leta 2013.

Kolega in tedanji vodja krajevnih knjižnic **Darko Komac** je v zborniku ob 60-letnici Goriške knjižnice Franceta Bevka Nova Gorica (leta 2009) zapisal, da bo računalniška izposoja v Krajevni knjižnici Bilje usposobljena v doglednem času. Pri vsem trudu, ki je potreben za nemoteno delovanje krajevnih knjižnic, pa seveda ne smemo pozabiti na ustrezen strokovni kader. Leta 2013 sem tako prevzela koordinacijo preureditve Krajevne knjižnice Bilje. Knjižnico in njeno zbirko je bilo treba urediti, izločiti neaktualno gradivo in predvsem urediti računalniško izposajo.

Selitev knjižničnega gradiva

Žal pa so bili takratni prostori že od samega začetka premajhni, neprimerni in predvsem težko dostopni. Tako osrednja knjižnica kot lokalna samouprava in skupnost so si prizadevale, da bi kulturni hram dobil nove, svetlejše in dostopnejše prostore. Želje in upanja so se uresničili.

V Goriški knjižnici smo septembra letos začeli s pripravo zbirke na selitev. V četrtek in petek, 26. in 27. septembra 2024, smo skupaj s krajanji preselili glavni del knjižnične zbirke. V soboto pa smo z domačini in predstavniki lokalne oblasti v obliki žive verige preselili še preostali del.

Na novi lokaciji je knjižnica prvič odprla svoja vrata v sredo, 2. oktobra 2024. Uradno odprtje novih, svetlejših, modernejših in seveda dostopnejših prostorov je bilo v petek, 11. oktobra 2024. Učenci Osnove šole Miren, Podružnica Bilje, so pripravili kulturni program in tako še posebej obeležili ta dan.

Knjižnična zbirka obsega več kot 10.000 enot gradiva. Knjižnica pa danes ni samo prostor za izposajo gradiva, ampak veliko več. Je prostor, ki pomirja, informira, sprošča, navdihuje, izobražuje in povezuje. Prostor, kjer se uporabniki družijo, kjer lahko raziskujejo, ustvarjajo – prostor, kjer se lahko vsak počuti domače.



Uporabnikom ponujamo dostop do različnih baz podatkov, elektronskih virov, storitev in dejavnosti. Ključnega pomena je, da mi, knjižničarji, iščemo poti do uporabnikov in ne uporabniki do nas.

Knjižnica nosi identiteto kraja

Vsaka krajevna knjižnica nosi identiteto kraja, pri delu nas vodita stroka in etika. Dr. Silva Novljan, strokovnjakinja na področju bibliotekarstva, pravi, da omogoča krajevna knjižnica opravljanje poslanstva splošnih knjižnic na ravni poznavanja potreb prebivalcev. Tako skušamo tudi mi vsebino knjižnične zbirke in knjižničnih storitev oblikovati glede na potrebe in značilnosti kraja in krajanov.

Septembra 2023 sem prevzela vodenje Krajevne knjižnice Bilje. Z veseljem sem prisluhnila željam in potrebam krajanov. Skupaj s Kulturno turističnim društvom Zarja smo zasnovali kar nekaj novosti.

V svet domišljije se lahko otroci zatečejo vsako sredo. Pridružijo se pravljčnim junakom na čarobnih potovanjih, kjer lahko srečajo vsemogoče in nemoogoče.

In kaj pa mi, odrasli uporabniki? Brez skrbi. Mesečno se ljubitelji knjig in branja srečujemo v Bralnem klubu Bilke. V sproščenem in prijaznem vzdušju si delimo bralne vtise in mnenja ter tkemo nove vezi in spoznanja.

V knjižnici naj bi se obiskovalci in uporabniki počutili doma in domače. Dragi krajanji, hvala vam, da se tako počutim tudi sama pri vas.

Darko Komac je na koncu pesmi napisal: Zgradili smo ti svetišče, knjiga – za življenje...

*Jana Movja, knjižničarka v
Krajevni knjižnici Bilje*

Urnik

Sreda: 13.00–18.00
Petek: 10.00–15.00

Tel.: 05 330 4692
e-naslov: bilje@gkfb.si

Ties4Growth: Češka delegacija na obisku

Sedemdesetčlanska delegacija iz Občine Kralupy nad Vltavo je Občino Miren - Kostanjevica obiskala v začetku oktobra. Obisk je bil priložnost za izmenjavo znanj in izkušenj na področju kulture in sociale s poudarkom na skrbi za starejše občane, izobraževanje in gasilstvo.



Predstavili smo jim delovanje dnevnega centra za starejše – to je Hišo dobre volje, delovanje Osnovne šole v Mirnu ter Gasilskega doma v Kostanjevici na Krasu. Drugi del skupine si je ogledal Muzej čevljarstva in Galerijo Oskarja Kogoja v Mirnu. Zvečer pa so se z ostalimi gosti in občani udeležili občinskega praznika – slavnostne seje občinskega sveta.

Prijatelje iz Češke so v soboto sprejeli predstavniki krajevne skupnosti in različnih društev v Opatjem selu. V bogatem spremljevalnem programu so sodelovali: Krajevna skupnost Opatje selo, Društvo žensk Žbrinca, Prosvetno društvo »Kras« Opatje selo, Športno društvo »Kras« Opatje selo, Turistično društvo Cerje, Opajski pust in posamezni

krajani. V sklopu srečanja je nastopila tudi češka godba na pihala Kralupanka.

Del češke ekipe je tekmoval na občinskih športnih igrah v Mirnu, kjer so se pomerili z domačimi ekipami. Drugi del skupine je obiskal spominsko obeležje češkemu vojaku iz prve svetovne vojne, Pomnik miru na Cerju in jamo Pečinko.

Zvečer so se zbrali v Mirnu, kjer je poleg domače glasbene skupine Twča 'N Robida in skupine Kingston nastopila tudi češka jazz glasbena skupina Jakubfour Jazztet.

Aktivnosti so bil izpeljane v sklopu projekta »Ties4Growth: Poglobljanje sodelovanja.« Dolgoletno sodelovanje med občinama temelji na zgodovinskih dogodkih iz prve svetovne vojne, pri čemer se bodo obstoječe vezi med občinama s pomočjo projekta še dodatno okrepile.

Tina Gerbec

Foto: Jasmina Putnik, JRP Studio

Samozavestno **K**ritično **O**dgovorno **K**reativno

SKOK v DIGI prihodnost

BREZPLAČNI 10-urni tečaji za starejše od 30 let

**POHITITE IN
SI ZAGOTOVITE
SVOJE MESTO!**

- 📄
Vsebina:
osnovna in napredna digitalna znanja za delo z računalnikom in pametnim telefonom
- 📅
Obdobje izvajanja:
zima 2025
- 📍
Kraj izvajanja:
Miren in Nova Gorica
- ℹ️
**Kontaktna točka
za informacije in prijave:**
 Dodatna pomoč v živo:
 od ponedeljka do petka: 9.00-11.00
 ob sredah: 15.00-17.00
 tel: 05 335 31 13 ali 030 386 768
 e-mail: mojca.spacapan@lung.si

Stopite na svetlo stran učenja.

Projekt sofinancira Evropska unija in Ministrstvo za digitalno preobrazbo.
#digiSI

Sofinancira
Evropska unija

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DIGITALNO PREEOBRAZBO

www.lung.si

Dan odprtih vrat PGD Kostanjevica na Krasu v mesecu požarne varnosti

Zadnje nedeljo v oktobru smo ob mesecu požarne varnosti PGD Kostanjevica na Krasu organizirali dan odprtih vrat. Dogodek, ki je potekal med 14. in 17. uro, je ob lepem jesenskem vremenu privabil številne obiskovalce, ki so imeli priložnost spoznati pomembne vsebine o požarni varnosti.



Obiskovalci so uživali v prijetnem druženju, medtem ko so si lahko ogledali poučne prikaze pravilnega ravnanja ob različnih požarnih situacijah v domačem okolju. Prikazan je bil tudi postopek vstopa gasilcev v goreč prostor ter način varnega preiskovanja le-tega. Zanimanje je požela tudi gasilska avtolestev iz PGD Nova Gorica, ki je omogočila obiskovalcem, da se zapeljejo in občutijo del gasilskega vsakdana.

Dan odprtih vrat je bil odlična priložnost za izobraževanje in osveščanje o požarni varnosti, hkrati pa je utrdil vezi med gasilci in lokalno skupnostjo. Člani PGD Kostanjevica na Krasu se

zahvaljujemo vsem obiskovalcem, ki so pripomogli k uspehu tega pomembnega dogodka.

Chris Godnič, PGD Kostanjevica na Krasu

Eden izmed ključnih prikazov je bil osredotočen na požar v kuhinji, ki lahko nastane zaradi vrelega olja. Obiskovalci so se naučili, kako lahko tak požar pogasijo s pokrovko ali mokro krpo, medtem ko smo jim pokazali, kako se h gašenju ne sme pristopiti z vodo, saj to lahko povzroči nevarno maščobno eksplozijo. Prikazan je bil tudi postopek varnega zapiranja goreče plinske jeklenke, kar je ključno znanje v primeru izrednih situacij.

Obiskovalci so si ogledali eno izmed najnovejših pridobitev našega društva – dron, ki bo omogočil lažji pregled streh objektov ob neurjih ter učinkovitejšo spremljanje gozdnih požarov iz zraka.

ZamenjajOkna.SI

okna - vrata - senčila - komarniki

Vesele praznike in uspešno v novem letu!

Al-mex d.o.o. Miren 5 i
Že 30 let le najboljše iz domače občine.



051 394 366 05 39 54 004 info@al-mex.si

Aluminij in PVC **že 30 let!**

Prostovoljci tudi letos obnavljajo gozdove na Krasu

Pri obnovi pogorelih gozdov na Krasu so pomagali številni prostovoljci iz vse Slovenije. Rokave je zavihalo skupno 600 zaposlenih iz številnih podjetij, dijakov in drugih, ki želijo s svojim delom prispevati k hitrejši obnovi območij, ki so bila v požaru poletu 2022 najbolj prizadeta.



Načrt sanacije, ki ga je Zavod za gozdove Slovenije pripravil po pregledu posledic največjega požara v zgodovini Slovenije, predvideva obnovo gozdov s sadnjo in setvijo na območjih najhujše poškodovanosti. To je na okoli 900 hektarjih gozda, kjer je vegetacija popolnoma uničena in je gozd izpostavljen eroziji ter razraščanju tujerodnih invazivnih vrst rastlin.

Obnovljenih že 232 ha zemljišča

Zajeten del gozda na Krasu je bil tudi ob pomoči prostovoljcev do danes že obnovljen. V dveh letih je bilo obnovljenih 232 hektarjev pogorišča: na več kot 46 hektarjih so prostovoljci in izvajalci posadili sadike, na 135 hektarjih posejali seme in na 51 hektarjih posadili želod. Glede na obsežnost požara pa še vedno ostajajo območja, kjer je vegetacija tako hudo poškodovana, da se gozd in z njim povezan habitat za živali, sam ne bo mogel obnoviti. Zato tudi letos potekajo različne akcije obnove gozdov na Krasu.

Pod strokovnim vodstvom Zavoda za gozdove Slovenije so že sadili zaposleni iz Zavarovalne skupine Sava ter Radenske, kasneje pa je prostovoljce iz vse Slovenije čakalo 20.000 sadik avtohtonih listavcev, kot so hrast cer in puhasti hrast, lipovec in koprivovec. S tem so pomagali obnoviti gozd na območju Fajtega hriba v občini Renče - Vogrsko in v okolici Cerja v Občini

Miren - Kostanjevica na skupno 10 hektarih. Do spomladi je predvideno, da se na Krasu posadi skupno 32.000 sadik in poseje okoli 300 kg semena maklena in lipe. Sredstva za nakup so bila zagotovljena iz državnega proračuna in donacij podjetij.

Pohvale prostovoljcem in donatorjem

Pred začetkom del je prostovoljce nagovoril župan Občine Renče - Vogrsko **Tarik Žigon**, ki je vsako leto znova navdušen nad zagnanostjo in pripravljenostjo prostovoljcev, da prispevajo svoj čas in delo za to, da bo Kras nekoč spet obdan z gozdom.

Zbrane je v imenu Zavoda za gozdove Slovenije pozdravil pomočnik direktorja in strokovni vodja **dr. Aleš Poljanec**. Poudaril je pomen čimprejšnje obnove



najbolj poškodovanih površin, da se preprečijo erozija, strukturno slabšanje tal in razraščanje invazivnih tujerodnih vrst rastlin. »Zavod za gozdove Slovenije ne le vodi, ampak tudi spremlja uspeh izvedene obnove gozdov na Krasu. Veseli nas, da je uspešnost razraščanja posajenih sadik in klitja semena visoka, na kar so ugodno vplivale tudi padavine v spomladanskem času. Na tak način bomo v kraške gozdove vrnili avtohtone drevesne vrste, ki so nekdaj na teh območjih že uspevale.«

Mag. Ariana Durnik, direktorica Javnega zavoda Miren Kras, pa je izpostavila pomen dolgoročnih partnerstev s podjetji in z izobraževalnimi institucijami, ki pri obnovi vztrajajo že tretje leto: »Ključnega pomena je zavedanje, da je obnova prizadete narave, gozda in s tem celotnega habitata dolgotrajen proces, ki ga lahko uspešno zaključimo samo v tesnem sodelovanju med številnimi deležniki. Zato gre vsem, ki z nami vztrajate tretje leto, tako z donacijami kot neposredno s prisotnostjo na terenskih akcijah, velika zahvala za iskreno in predano okoljsko odgovorno ravnanje, ki se bo obrestovalo bodočim generacijam.«

Nazadnje pogozdovale 250 prostovoljcev

Sobotna akcija sajenja dreves pod Cerjem je združila več kot 250 prostovoljcev, ki so z zavzetostjo in dobrimi

nameni prispevali k ponovni ozelenitvi Krasa. Za razliko od petkove akcije, ko so prostovoljci sadili v zahtevnih vremenskih razmerah z mrazom, vetrom in dežjem, je tokratno dogajanje spremljalo prijetno toplo sonce, ki je ustvarilo spodbudno vzdušje za delo.

Zbrane je pred začetkom nagovoril župan Občine Miren – Kostanjevica **Mauricij Humar**, ki je poudaril pomen tovrstnih pobud in se prostovoljcem iskreno zahvalil za njihov trud. »Vaša dejanja danes niso le korak k obnovi narave, temveč tudi izraz ljubezni do naše skupne prihodnosti. Vabim vas, da nas obiščete tudi v prihodnjih letih in spremljate rast teh dreves ter učinke vašega plemenitega dela,« je poudaril župan.

Med prostovoljci je bilo tokrat opaziti še posebej veliko mladih. Dijaki iz Slovenije in sosednje Italije so s svojo energijo in navdušenjem močno prispevali k uspehu akcije, prav tako tudi otroci iz vrtca v Pevmi, ki so se dogodka udeležili skupaj s starši. Poleg posameznikov so sodelovali tudi številni predstavniki podjetij, ki zvesto podpirajo tovrstne pobude in s tem dokazujejo svojo družbeno odgovornost.

3. vseslovenska akcija je bila mnogo več kot le sajenje dreves – predstavljala je simbol upanja, solidarnosti in odgovornosti do narave. Zbrane je povezala skupna želja po povrnitvi dobrega naravi in ustvarjanju bolj zelenega, zdravega okolja za prihodnje generacije.

Mag. Ariana Durnik, direktorica Javnega zavoda Miren Kras je poudarila: »Sodelovanje predstavnikov lokalne skupnosti in poslovnih partnerjev v tej akciji ponazarja prizadevanja za skupno obnovo naravnega okolja in zagotavljanje trajnostnega razvoja za prihodnje generacije.«

Kras se z vsakim drevesom prebuja v novo življenje, za kar gre zasluga prav vsem, ki so s svojimi rokami in srcem prispevali k tej pomembni zgodbi o prenovi.

Javni zavod Miren Kras
Foto: arhiv zavoda



25 let sodelovanja čeških jamarjev in Jamarskega kluba Temnica

Jamarski klub Temnica (JKT) je bil ustanovljen leta 1977 in od takrat združuje mlade in stare navdušence nad kraškimi podzemnimi čudesi.

Že od samega začetka je bil glavni cilj delovanja kluba odkrivanje in raziskovanje novih jam na področju zahodnega Krasa, to je od Komna pa do naše zahodne meje.

Sčasoma se je dejavnost kluba širila tudi na druga področja, kot so vzdrževanje Poti miru, jamski turizem po jamah prve svetovne vojne, sodelovanje v aktivnostih Civilne zaščite in druge oblike sodelovanja z lokalno skupnostjo.

Jeseni leta 1999 so naš klub bolj ali manj po naključju prvič obiskali češki jamarji. V Temnici smo jim ponudili prostore, kjer so lahko bivali med enotedensko »ekspedicijo na Krasu«. Pričeli so s sistematičnim pregledovanjem terena, iskanjem novih jam in kavern, raziskovanjem in dokumentiranjem najdenih podzemnih objektov. Že takrat so vzklila prijateljstva med češkimi in temniškimi jamarji, ki živijo še danes.

Tako smo lahko letos praznovali že 25 let tega plodnega in neprekinjenega sodelovanja. V tem času se je ekspedicij na Krasu udeležilo 12 klubov iz različnih predelov Češke, skupaj pa je sodelovalo



skoraj 300 čeških jamarjev in jamark. Na praznovanju smo pregledali bogate rezultate teh 25 let raziskovanja in sodelovanja s češkimi jamarji.

25. oktobra smo postavili tudi slikarsko razstavo češke umetnice in jamarke **Dane Živorove** v stari šoli v Temnici, kjer ima tudi JKT svoje prostore. Na razstavi z naslovom Barve Krasa je slikarka

upodobila nekaj najlepših podob iz naših krajev.

Češki in temniški jamarji smo izrazili veliko željo po nadaljnjem sodelovanju tudi v naslednjih letih in si obljubili, da se ponovno vidimo že na spomladanski ekspediciji v letu 2025.

*Franc Bizjak, Jamarski klub Temnica
Foto: Jamarski klub Temnica, Nataša Kolenč*

Prijateljska strelska tekma Društva Perun

Ljubitelji športnega streljanja Strelskega društva Perun iz Temnice so konec novembra na strelišču v Opatjem selu (Rusa Kapca) priredili prijateljsko strelsko tekmo in druženje s člani Strelskega društva Kamnik. Tovrstna druženja potekajo enkrat letno že tretje leto zapored, in sicer v izmenični organizaciji s Strelskim društvom Kamnik.

Na tekmi v Opatjem selu je nastopilo 16 strelcev, ki se s tem športom ukvarjajo ljubiteljsko. Rezultate streljanj v tarčo je budno spremljala komisija, ki je za zadetke podeljevala točke. Zmagovalcem med udeleženci so bile kasneje podeljene nagrade.

Dan se je zaključil ob prijetnem druženju na osmici Leban v Lipi.

Besedilo in foto: Špela Sušanj



Jaslice v Mirnu 2023



Foto: mm

maQfino – zelenjavne dobrote iz Mirna

Družinsko podjetje z blagovno znamko maQfino sta z mladostnim elanom ustvarila Irena in Denis Marušič iz Mirna.



Izbrati poklic, ki ga boš opravljal vse življenje, je v današnjih časih bolj redkost kot pravilo. Slednje velja tudi za ustanovitelja blagovne znamke maQfino. **Irena** je po poklicu ekonomistka, mož **Denis** pa strojnik. Nekaj časa sta tudi opravljala službi v svojem poklicu, dokler ... A pojdemo lepo po vrsti.

Iskanje poslovne ideje

Oba sta želela početi nekaj, kar bi ustvarjala doma. Najprej sta se pozanimala o produktih in možni povezavi z neko kmetijo iz Italije. Nekaj njihovih kozarčkov sta prinesla domov, kjer so jih okušali. Irenin oče **Tomaž** je vzkliknil: »Naše je boljše!« Pohitel je v svojo klet in privlekel svojo vloženo zelenjavo. Bila je okusna, rekli bi lahko, da je imela karakter. Dodane začimbe so imele dodano vrednost, da je iz običajne bučke nastala imenitna sočna in okusna jed. Vsi so se strinjali, da je Tomaževa zelenjava »špica«.

Nato je Irena pripravila svoje prve melancane (jajčevce) ter povabila prijatelje na degustacijo. Ti so bili nad njenim »proizvodom« navdušeni. Vzpodbujali so jo, da kar najhitreje prične z delom za druge. Vedeli so, da se za pripravo tako odlične hrane porabi veliko časa. Tega pa v sodobnem hitrem tempu ne moreš opraviti sam. Odlično je, da bi jo lahko kupili.

Od tedaj dalje se je v domači kuhinji ob popoldnevih čistilo zelenjavo, kuhalo,

pakiralo v kozarčke in pripravljalo ter popravljalo recepte. Poslovna ideja se je rodila.

»Garažno« podjetje postane uspešno

Iskanje ustrezne zelenjave, nabava, čiščenje, kuhanje, pakiranje – vse to je bil prevelik zalogaj za starša, ki sta imela že redno službo. Nekaj se je moralo spremeniti. Tako je najprej Denis ostal doma in prevzel skrb in delo v procesu izdelave njunih produktov. Kasneje se mu je pridružila še žena.

Od začetkov je preteklo že nekaj časa. Irena in Denis se spominjata, kako sta prvo stojnico postavila na božično-novoletnem sejmu v Mirnu davnega leta 2016. Od takrat do današnjih dni sta morala sprejeti veliko odločitev. Ni bilo vedno enostavno. Tudi strahovi so se pojavljali, še zlasti v začetku, ko nista vedela, ali se bodo njuni proizvodi »pri-jeli« na trgu ali ne. Sedaj vse težave rešujeta sproti in malo bolj umirjeno.

Prostori za kuhanje

Priprava hrane in živilskih izdelkov je vedno pod drobnogledom različnih inšpekcij. In tako je tudi prav, saj gre za človekovo zdravje. Tudi tukaj so morali delati po pravih najvišjih standardov, torej po sistemu HACCP.

Sprva so najemali ustrezne prostore na Brjah. Najemnina res ni bila

visoka, toda prostor se je nahajal daleč od doma. Zelenjavo je bilo treba pripe-ljati, jo tam oprati, očistiti, nato skuhati, pasterizirati in pakirati v kozarčke. Če je kaj manjkalo, so morali ponj domov ali pa kupiti v bližnji Ajdovščini. Vsaka od možnosti je pomenila izgubo časa.

Delo je steklo in odločili so se za investicijo v domače prostore v Mirnu. Pri tem jih je vzpodbujal oče Tomaž, tudi sam odličen ljubiteljski kuhar. Garažo so predelali v lično kuhinjo in pridobili HACCP certifikat. Potrebno je bilo urediti vodovodno in električno napeljavo. Ste-ne in tla so obložili s ploščicami, nakupili opremo in posodo iz nerjavnega jekla (inox), potrebne aparature, kot je na primer pasterizator. To je bil velik finančni vložek, toda delovni proces sedaj poteka v domačem okolju.

Zelenjava iz domačega okolja

Potrošniki cenimo domačo zelenjavo. Tudi Irena in Denis prisegata na domačo zelenjavo okoliških kmetov. Pridelki so pobrani takrat, ko na polju dozori-jo. S polja jih pripeljejo naravnost v Miren, kjer se nemudoma začne predelava. Od njive do zapakiranega kozarčka ne pre-teče več kot 24 ur. Le suhe paradižnike dobijo z juga Italije, ker vztrajajo pri tem, da so naravno posušeni na soncu. Pri nas ni naravnih klimatskih pogojev, da bi jih sami posušili.

Pri svojem delu uporabljajo ekstra de-viško olje, ki ga pripeljejo z juga Italije.

To olje je blagega okusa, tako da lahko obdelana zelenjava izrazi ves svoj okus. Želeli so uporabljati domača ekstra deviška oljčna olja, veliko različnih sta preizkusila. Pa so žal vsa preveč aromatična (preveč intenzivnega okusa).

Zelenjavni proizvodi maQfino ne vsebujejo konzervansov in tudi drugih aditivov ne. So povsem naravni, kar kaže na izjemno kvaliteto hrane.

Namaz, koščki zelenjave, marmelada

Njihov paradni konj so suhi paradižniki pripravljani na »sto in en način«, kajti kupcem ponujajo sedem različnih vrst obdelav paradižnika, kot na primer dimljen paradižnik, pikanten paradižnik, dimljeno-pikanten paradižnik, osnovni okus (originalni) okus paradižnika.

Zelenjavo, kot so bučke in melancani, zmešajo v namaze ali pripravijo koščke v olivnem olju. Seveda dodajo še začimbe, kot na primer čili ali česen ali peteršilj. Vse sestavine ročno sekljajo – temu rečemo hladno sekljanje, ki ne spremeni strukture živila.

Naj na tem mestu še enkrat poudarimo vlogo očeta Tomaža. Tudi sam je rad kuhal in eksperimentiral pri vlaganju zelenjave. Nekaj svojih receptov je prepustil »ta mladim«, da so jih vpletli v svojo blagovno znamko. In na to je bil zelo ponosen. Irena in Denis pa sta mu še danes hvaležna za recepte, nasvete in podporo pri delu ter da je od vsega začetka verjel vanju in njun uspeh.

Poskusila sta tudi z marmelado, vendar se zavedata, da je ponudba v tem segmentu dokaj velika. Ponujata pomarančno marmelado in marmelado kivi z banano.

Paleto svojih izdelkov neprestano dopolnjujeta in prilagajata darežljivosti narave in željam kupcev.

Namaz ni samo druga stran kruha

Zmotno je misliti, da so namazi samo za to, da se jih namaže na kruh. Žlica namaza je lahko dodatek kaki drugi jedi ali je razredčen in postane omaka na testeninah. Možnosti uporabe so velike, le malo domišljije je treba vključiti. Namig za hitro kosilo najdete v okvirčku tega članka.

Pri maQfino imajo svoje recepte. Za vsakokrat, ko kuhajo, podrobno zapišejo, koliko katerih sestavin so uporabili, koliko časa so kuhali, kaj so dodali ... Tako skrbijo za stalno kvaliteto svojih proizvodov.

Od kod ime maQfino

Najti pravo ime za svojo dejavnost, ni enostavno. Toda če se zavedaš svoje usmerjenosti in prioritet, je nekoliko lažje. Irena in Denis sta hotela svojo dejavnost poimenovati z imenom, ki odraža domačnost, poudarja identiteto (to, da prihaja s Primorske), se nanaša na hrano. Od tod maQfino (v narečju pomeni kako dobro), ki izraža nekaj finega, odličnega, perfektnega. Lahko pa razlagamo še kot zloženko: ma – začetek priimka Marušič, Q – kot kvaliteta, prvo-rzrednost, fino – kar je všečno, dobro. Torej prihajajo njihovi produkti od družine Marušič, so kvalitetni in dobri. To pa je vse, kar si kupci želimo.

Kako se predstavljajo

Vsak produkt je treba kupcem predstaviti. V naprej sta se odločila, da to ne bo papirnata reklama, ampak naj potencialni kupec njihove produkte okusi in se nato odloči, kaj bo storil. Tako potujeta in pripravljata degustacije po celi Sloveniji. Obiskovalci sejmov marsikdaj pridejo k stojnici, okušajo, hvalijo. Zgodilo se je na primer, da so vprašali, ali ni morda v zelenjavnem namazu malo zaseke, saj je namaz takooo okusen. Zgodil se, da



obiskovalec sejma pove, da je njihove proizvode že kupil, toda hotel je v živo videti, kdo so ti, ki kuhajo tako imenitne dobrote. Veliko je takih, ki se kot zadovoljni kupci vračajo k njim.

Danes je njuna blagovna znamka dobro znana. Dobrote maQfino prodajajo v butikih, trgovinicah z domačo hrano, vinotekah, na sejmihi ... Covid je sicer posegel v njihovo dejavnost, vendar so takrat uspeli svoje produkte ponuditi kupcem preko posrednikov.

Kako naprej

Narava je nepredvidljiva. Včasih je osnovno zelenjavo težje dobiti, drugič je je na pretek. Ta del sta doslej uspešno reševala, tako da zelenjavo kuhata sezonsko, ko dozori. Celo leto pa se pripravljata različne produkte iz sušenega paradižnika. Vmes pa Denis preizkuša še druge specialitete, o katerih pa nerad govori. Pravi, da je še vse v razvoju.

Doslej so večinoma prodajali v Sloveniji, dobite pa jih tudi v Pragi in na Dunaju. V prihodnje bi radi svoje proizvode postavili na police severnejših držav. Verjamem, da jim to prav v kratkem uspe.

Podjetju in njegovima ustanoviteljema želim uspešno pot naprej. Naj nas še naprej razvajajo s svojimi dobrotami.

Marta Pavlin

Foto: arhiv podjetja

Polenta maQfino

Lonček polente skuhamo v 3–4 lončkih vrele soljene vode. Med mešanjem dodamo eno žlico dimljenega namaza in kuhamo. Kuhano polento zvrnemo na moker pekač in ohladimo. Ohlajeno polento razrežemo na koščke, obložimo s svežim paradižnikom in parmezanom ter gratiniramo v pečici. Lahko pa koščke serviramo s kisló smetano in žličko namaza.

Namig: Uporabimo lahko vsak maQfino namaz ali pa maQfino koščke zelenjave v ekstra deviškem oljčnem olju.

Matični mleček za imunski sistem

Matični mleček je edinstven čebelji pridelek, ki skrbi za ugoden razvoj čebelje družine, saj je prva hrana za mlade čebele in edina hrana za čebelje matice. Je bela do belo rumena, gosta tekočina s kiselkasto-pekočim okusom. Vsebuje paleto vitaminov, mineralov, aminokislin in maščobnih kislin. Zaradi ugodne sestave se ga s pridom uporablja v farmaciji, prehranski industriji in kozmetiki.

Matičnemu mlečku se pripisuje ugodno delovanje na presnovo in delovanje žlez z notranjim izločanjem, viša odpornost, blaži menopavzalne in menstrualne težave in pomaga pri splošni izčrpanosti. Ugodno deluje tudi pri anemiji in aterosklerozi. Če ga uporabljamo v kozmetične namene, pripomore k pospeševanju obnavljanja povrhnjice, normalizira izločanje žlez in izboljšuje elastičnost ter vlažnost kože.

Zaradi edinstvene in bogate sestave je matični mleček občutljiva snov in ga je potrebno hraniti v hladilniku. Shranjevanje na sobni temperaturi ni primerno.



Zajemamo ga s plastično ali leseno žličko. Uporabi kovinskih žlic se izognemo. Uživamo ga zjutraj na tešče. Postavimo ga pod jezik in pustimo, da ga telo počasi vsrka. Kuro lahko izvajamo 6 tednov nekajkrat letno. Uživamo ga lahko

svežega ali liofiliziranega, v kombinaciji z medom in drugimi čebeljimi pridelki ali v kombinaciji z drugimi živili.

Ana Janžekovič, svetovalka za zagotavljanje varne hrane, JSSČ, ČZS

Potrošniški krediti

Pametno je izbrati ugoden kredit.

4,80%
fiksna obrestna
mera

- Znižana obrestna mera
- Brez stroškov odobritve
- Brez stroškov vodenja kredita
- Tudi za nekomitente



Kjer nam je mar.
www.phv.si

PH Primorska
hranilnica

Gripa ni le prehlad, lahko vodi v pljučnico in druge zaplete

S prihajajočo sezono gripe je čas, da razmislimo o pomembnem ukrepu za zaščito svojega svojega zdravja – cepljenju proti gripi. Cepljenje proti gripi, za katero v Sloveniji vsako leto zboli med 100.000 in 200.000 ljudi, je priporočljivo za vse, ki želijo pred to boleznijo zaščititi sebe in svoje bližnje. Brezplačno je za vse z urejenim obveznim zdravstvenim zavarovanjem.

Zmotno je prepričanje mnogih, da je gripa le prehlad. Gre za zelo nalezljivo bolezen, ki sicer pri mladih in zdravih ljudeh praviloma poteka blažje, medtem ko lahko zlasti pri ranljivih skupinah prebivalstva povzroči resne zaplete.

Cepljenje proti gripi je priporočljivo za vse prebivalce, ki so starejši od 6 mesecev. Še posebej pa, da se proti gripi cepijo tiste skupine ljudi, pri katerih je večje tveganje, da bodo imeli zaplete, ki lahko vodijo tudi v bolnišnično zdravljenje ali v nekaterih primerih celo smrt.

To so starejši odrasli (65 let in več), katerih imunski odziv je pogosto slabši, zato so bolj dovzetni za okužbe in njihove zaplete, kot je pljučnica. Kroničnim bolnikom in osebam z izjemno povečano telesno težo se cepljenje proti gripi prav tako posebej priporoča, saj lahko njeno prebolevanje vodi v zaplete in poslabša stanje kronične bolezni. Majhni otroci in nosečnice so tudi med ranljivimi skupinami, pri katerih je pogostejši težji potek bolezni in zapleti. Cepljenje proti gripi v nosečnosti je varno tako za mamo kot otroka, cepljenje pa ne varuje le nosečnice, temveč tudi zagotavlja zaščito novorojenčka v prvih mesecih življenja.

Priporočljivo je, da cepljenje proti gripi opravijo tudi svojci vseh naštetih ranljivih skupin, saj tako tudi sami dodatno zaščitijo svoje bližnje pred okužbo. Cepljenje namreč ne ščiti samo posameznika, ampak tudi ljudi okoli njega. Ko se cepimo, zmanjšamo tveganje za širjenje virusa, s čimer pripomoremo k boljši zaščiti celotne skupnosti.

Cepljenje proti gripi je hitro in varno ter predstavlja zaščito pred okužbo, zlasti pa omenjene skupine prebivalstva ščiti pred težkim potekom bolezni in pred tem, da bi potrebovali bolnišnično oskrbo ali celo umrli.

Vsi prebivalci z urejenim obveznim zdravstvenim zavarovanjem se lahko proti gripi cepijo brezplačno. To lahko opravijo pri svojem izbranem zdravniku, v cepilnih centrih (zdravstveni domovi in nekatere bolnišnice) ali v ambulantah območnih enot NIJZ po Sloveniji.

Za starejše odrasle in kronične bolnike je priporočljivo tudi cepljenje proti pnevmokoknim okužbam ter proti covidu-19. Te skupine imajo večje tveganje za zaplete zaradi pnevmokokne okužbe, kot so pljučnica, meningitis in sepsa. Zanje je cepljenje (s pnevmokoknim polisaharidnim cepivom) brezplačno. Starejše odrasle in kronične bolnike pa cepljenje proti covidu-19 ščiti pred težkim potekom bolezni, bolnišničnim zdravljenjem in smrtjo. Tudi cepljenje proti covidu-19 je brezplačno.

GRIPA ni le hujši prehlad ali virozica.

Gripa lahko povzroči zaplete, kot je pljučnica.

Zapleti so pogostejši pri:

- starejših odraslih
- kroničnih bolnikov
- nosečnicah
- majhnih otrocih
- osebah z izjemno povečano telesno težo.

Cepljenje je najboljša zaščita proti gripi.

Cepljenje je hitro, enostavno in je brezplačno.

Priporoča se vsem, ki so starejši od šest mesecev.

NIJZ Nacionalni inštitut za javno zdravje CEPIMO SE

Hrana in zdravila

Hrana je za človeka vir energije in hkrati zadovolji našo osnovno potrebo – lakoto. Izmed vseh načinov prehranjevanj je najbolj priporočljiv mediteranski tip prehrane.

Mediteranska prehrana vključuje velike vnose sadja, zelenjave, stročnic, polnozrnatih izdelkov, rib in oljčnega olja. Raziskave kažejo, da tak način prehranjevanja zmanjša tveganje za pojav srčno-žilnih bolezni pri vseh posameznikih.

Kako hrana vpliva na zdravila?

Peroralna zdravila so tista, ki jih zaužijemo skozi usta. Predstavljajo največjo skupino zdravil, ki jih človek uporablja. S hrano imajo skupno pot vnosa v človeško telo, torej so izpostavljena enakim pogojem in med njimi lahko pride do součinka. Farmacevtom je zato način prehranjevanja pacienta zelo pomemben, saj glede na to podamo navodila za jemanje zdravil na recept ali izberemo ustrezno zdravilo/prehransko dopolnilo brez recepta. Prisotnost hrane namreč lahko vpliva na absorpcijo zdravilne učinkovine, pojav neželenih učinkov in učinkovitost terapije same. Najpogosteje se zdravilne učinkovine absorbirajo v kri v tankem črevesu, zato je tudi vpliv hrane na zdravila najpomembnejši v prebavilih. Spodaj je naštetih nekaj osnovnih pravil jemanja zdravil, pri čemer je poznavanje farmakokinetike (obnašanje zdravila v telesu) ključno, saj lahko velikokrat odmerjanje prilagodimo posameznemu pacientu kljub temu, da je v navodilu o zdravilu naveden drugačen način jemanja. Pomembna je tako kemijska struktura zdravilne učinkovine kot tudi farmacevtska oblika, v kateri je učinkovina vgrajena.

Nekaj osnovnih navodil in opozoril za jemanje zdravil glede na hrano

- »Vzeti neodvisno od hrane« pomeni, da lahko zdravilo vzamemo ne glede na obroke hrane, toda vedno s kozarcem navadne negazirane vode (približno 2 dl). Odsvetujemo uporabo drugih tekočin, saj v veliki večini primerov vplivajo na učinkovitost zdravilne učinkovine.
- »Vzeti s hrano« pomeni, da zdravilo vzamemo tik pred, med ali takoj po jedi.
- »Vzeti na tešče« pomeni, da zdravilo vzamemo 1 uro pred zajtrkom, pri čemer nismo v telo vnesli ničesar zadnjih 8 ur, razen navadne vode.



- »Vzeti na prazen želodec« pomeni, da zdravilo vzamemo 1 uro pred jedjo ali 2 uri po jedi.
- Zdravil s podaljšanim sproščanjem nikoli ne smemo deliti ali drobiti, razen če proizvajalec zdravila tega izrecno ne navede v navodilih. V večini primerov se učinkovina prehitro sprosti in možnost neželenih učinkov je veliko večja, hkrati pa koncentracija učinkovine v krvi močno niha.
- Antibiotična zdravila jemljemo v kombinaciji s probiotiki, vendar vedno z 2–3-urnim razmakom.
- Grenivka in grenivkin sok preprečujeta razgradnjo več kot 40 različnih zdravilnih učinkovin, kar vodi v previsoke koncentracije zdravila v krvi in posledično večjo možnost pojava neželenih učinkov.
- Alkohol je skupaj z zdravili odsvetovan, saj omenjena kombinacija lahko izzove resne neželene učinke (zlasti velja za zdravila z delovanjem na centralni živčni sistem), v hujših primerih lahko pride celo do zaustavitve dihanja.
- Zdravila, ki spreminjajo pH želodca (nevtralizatorji želodčne kisline – antacidi), vedno jemljemo z 2–3-urnim razmakom od ostalih zdravil.

- Ob uporabi odvajala vedno poskrbimo za ustrezno hidracijo (pijemo dovolj tekočine) in nekajurni razmak od ostalih zdravil.

Poleg omenjenih navodil imajo nekatera zdravila še bolj natančna pravila jemanja in specifične interakcije z določeno vrsto hrane. Zato farmacevti in ostali zdravstveni delavci pozivamo k dobremu poznavanju lastne terapije, predvsem ob nakupu zdravil brez recepta in prehranskih dopolnil. Pri slednjih je potrebno vedno preveriti, če se jih lahko uporablja skupaj z ostalimi zdravili v predpisani terapiji. Najbolj previdni smo pri protirakavih zdravilih, zdravilih proti zavrnitvi presadkov, zdravilih proti strjevanju krvi, zdravilih z učinkom na živčni sistem, zdravilih, ki se presnavljajo z istimi encimi itd.

Iva Tonkli, mag. farm.

Foto: arhiv Goriške lekarnе

Ali naši otroci iščejo odgovore pri umetni inteligenci in ne pri nas?

Umetna inteligenca ali bolj konkretno orodja generativne umetne inteligence (GUI) – kot sta na primer ChatGPT in DALL-E – so postala zelo vsakdanja za velik del uporabnikov.

Predvsem mladi so jih zelo hitro posvojili in se navadili na to, da jim lahko pomagajo pri marsikaterem opravilu. To samo po sebi ni nujno nekaj slabega. Ob smiselni uporabi so lahko ta orodja celo koristna pri usvajanju novih veščin. Seveda pa je tu vprašanje, koliko mladih ta orodja uporablja kot pomoč pri iskanju znanja in koliko je takih, ki jih vidijo le kot bližnjico k pripravi seminarske ali kakšne druge naloge.

To pa je izziv predvsem za učitelje, ki se srečujejo s tako izdelanimi nalogami in se pri tem znajdejo pred težko nalogo prepoznavanja takih izdelkov.

Z umetno inteligenco se pogovarjajo

Pojavlja se tudi povsem nova težava, ki se je v splošnem ne zavedamo dovolj. Otroci in najstniki teh orodij ne uporabljajo le za šolske naloge. Nekateri med njimi jih dojemajo kar kot nekakšne sogovornike.

Ko tako zlahka dobiš odgovore na svoja vprašanja, si ni težko predstavljati, da se ob postavljanju tako imenovanih »Promptov« (Prompti so pisna navodila oziroma vprašanja za GUI.) pravzaprav z nekom pogovarjaš. Od tu do postavljanja zelo osebnih vprašanj pa je lahko le še korak, če imaš občutek, da te nihče v tvoji okolici ne razume. Ta občutek je zelo običajen pri najstnikih.

Že do sedaj so se mladi pogosto s svojimi težavami in vprašanji obračali na ljudi ali skupnost, ki so jih spoznali v virtualnem okolju in jih nikoli niso srečali v živo. To ni vedno dobro, saj pri tem lahko naletijo tudi na ljudi, ki niso vredni zaupanja. Nekateri skupnosti na spletu so lahko zares v pomoč otrokom in mladostnikom, ki ne najdejo pravega sogovornika v živo.

Umetna inteligenca lahko odtuja ljudi

Zakaj pa to, da se s svojim osebnimi težavami in zagatami obrnemo na orodja GUI, res ni najboljša ideja?



Morda vas bo odgovor presenetil. Glavna težava pravzaprav ni v tem, da so odgovori pogosto napačni – celo taktat, ko se zdijo povsem prepričljivi. Niso torej vsem znane »halucinacije« GUI oziroma povsem napačni odgovori niso tisto, kar je najbolj problematično. Gre predvsem za to, da so pogovori z drugimi ljudmi nekaj, kar nas povezuje. Otroci in mladostniki potrebujejo živo interakcijo z drugimi, z vrstniki in z odraslimi. Le tako se bodo naučili tehnik komunikacije, ki jih bodo potrebovali vse življenje.

V pogovoru s sočlovekom se učimo komunikacije

Pogovor z drugim človekom, ki nas poslušja, je izredno pomemben. S tem se namreč naučimo, komu lahko zaupamo in s kom se lahko pogovorimo o težavah. Naučimo se, kako postavljati vprašanja, da jih drugi prav razumejo. Pogovor med ljudmi vzpostavlja družbene vezi, ki jih vsi nujno potrebujemo. Če nekemu zaupamo svoje težave, se bo tudi on lažje zaupal nam. To koristi tako nam kot tudi tistim okoli nas.

Če mladostnik skozi odraščanje ne razvije osnovnih spretnosti, ki jih potrebuje v komunikaciji z drugimi in se za pomoč pri reševanju zagat obračana tehnologijo, se morda nikoli ne bo naučil, kako se z drugimi pogovarjati o prijetnih in neprijetnih rečeh v življenju. To pa lahko vodi v družbeno izolacijo in v osamljenost.

Ljudje smo družabna bitja in vedno znova se pokaže, da nam le virtualni stiki ne zadoščajo in da seveda tudi umetna inteligenca ne more nadomestiti ljudi okrog nas.

Kaj lahko naredimo odrasli?

Kaj lahko naredimo starši, stari starši, tete, strici ...?

Lahko se pogovorimo z otroki in najstniki. Povemo jim, kako zelo pomembni so pogovori med ljudmi. Povemo jim, da če jim pride na misel, da bi o nečem pomembnem vprašali umetno inteligenco, raje razmislijo, ali poznajo čisto pravega, živega človeka, ki bi mu lahko postavili to vprašanje.

Povemo jim lahko, da je odraščanje naporno za vsakogar in da ima prav vsak takšna ali drugačna vprašanja in zagate – tudi tisti med njihovimi vrstniki, ki se zdijo tako močni in odločni.

Pri tem nikakor ne želim reči, da mladi ne bi smeli uporabljati orodij GUI. Ni pa isto, če jih uporabljajo za zabavo in iskanje novih idej ali za to, da rešujejo svoje težave in zagate.

Če se bodo naučili le dobrega postavljanja »Promptov«, namesto da bi se naučili postavljati vprašanja živim ljudem, se namreč zlahka zgodi, da se bodo njihove težave le še pomnožile in ne zmanjšale.

Maja Vreča, Arnes
Foto: Backbench.in

Nov program za lajšanje kroničnih bolečin

Začel se je poskusni program lajšanja kroničnih bolečin tudi za občane naše občine.

Na predlog Rdečega križa Nova Gorica in s posluhom in sofinanciranjem MONG, Občine Kanal, Občine Brda in Občine Miren - Kostanjevica je Rdeči križ Nova Gorica v septembru začel z izvajanjem poskusnega programa lajšanja kroničnih bolečin za vse občane teh občin, ki se soočajo z različnimi težavami zaradi bolečine.

Projekt zagotavlja brezplačen dostop do terapij za tiste, ki si tovrstnih težav ne uspejo urediti dovolj hitro ali dovolj pogosto v okviru zdravstvenega sistema, s čimer poveča možnosti za okrevanje in lajšanje trpljenja. Projekt bo zaenkrat potekal poskusno in v okviru razpoložljivih sredstev. Morebitno nadaljevanje bo odvisno od samih izkušenj programa, sprejetosti med ljudmi in razpoložljivosti sredstev.

Kaj vključuje program

Program vključuje široko paleto pristopov za obvladovanje bolečine, vključno s strokovno zdravstveno oskrbo in podporo ter preventivnimi programi, ki se osredotočajo na dolgoročno zmanjšanje tveganja za razvoj kronične bolečine. Cilj projekta je tudi zmanjšati razlike med socialno ogroženimi in preostalo populacijo, saj je dostop do ustrezne terapije pogosto povezan z ekonomskimi zmožnostmi. S tem Rdeči križ pomaga pri obnavljanju telesnega in duševnega zdravja ter izboljšanju kakovosti življenja vseh udeležencev. Hkrati pa ozavešča o pomenu zgodnjega in celostnega pristopa k obvladovanju bolečine.

Različni načini lajšanja bolečin

V programu uporabljajo različne tehnike za zmanjšanje bolečin in povečanje gibljivosti, ki omogočajo hitrejšo in učinkovitejšo rehabilitacijo.

- Ena izmed teh metod je dry needling, kjer s pomočjo tankih igel sproščamo napetost v mišicah in zmanjšujemo bolečino.
- Cupping, tehnika vakuumske terapije, spodbuja prekrvavitev in pomaga pri lajšanju bolečin v mišicah.
- Flossing vključuje stiskanje mišic in sklepov z elastičnimi trakovi, kar pospeši regeneracijo tkiv.

- Uporaba infrardeče luči pa spodbuja prekrvavitev, sprošča napete mišice in zmanjšuje vnetje, kar pospeši okrevanje ter izboljša gibljivost.

Kombinacija teh metod prinaša odlične rezultate pri obvladovanju bolečine in izboljšanju telesne funkcionalnosti.

V nadaljevanju bo program vključil tudi preventivno vadbo in ozaveščanje o zdravem življenjskem slogu.

V začetku bodo termini predvidoma enkrat tedensko v letu 2024 vse do porabe razpoložljivih sredstev. V program se vključite prostovoljno, brezplačno, z veljavnim osebnim dokumentom ali potrdilom o kraju prebivališča.



Vse občane, ki bi želeli nov program brezplačno preizkusiti, Rdeči križ Nova Gorica vabi, da se naročijo na tel. 05/338 49 02.

Rdeči križ Nova Gorica



Hemofilija in družina

Svetovni dan hemofilije obeležujemo 17. aprila in je namenjen ozaveščanju o hemofiliji in drugih motnjah strjevanja krvi. Ta dan so prvič praznovali leta 1989 in od takrat je postal priložnost za združevanje hemofilikov, njihovih družin in skupnosti, ki se ukvarjajo s to redko boleznijo.

Cilj svetovnega dne hemofilije je ozaveščanje ljudi o hemofiliji, njenih simptomih, zdravljenju in življenju s to boleznijo. Poleg tega pa je ta dan namenjen tudi opozarjanju na izzive, s katerimi se soočajo bolniki s hemofilijo po vsem svetu, kot so pomanjkanje dostopa do zdravil in zdravstvene oskrbe, stigme in diskriminacije.

Kaj je hemofilija

Hemofilija je genetska motnja strjevanja krvi, ki jo povzroča pomanjkanje ali odsotnost enega od dveh beljakovin, imenovan faktor VIII (hemofilija A) ali faktor IX (hemofilija B). Te beljakovine sodelujejo pri procesu strjevanja krvi, zato ljudje s hemofilijo težje ustavijo krvavitve, ki se lahko pojavi po manjših poškodbah, operacijah ali spontano.

Hemofilija je redka bolezen, ki prizadene predvsem moške, saj se gen, ki povzroča hemofilijo, prenaša po ženski liniji, vendar se lahko bolezen pojavi pri ženskah, če oba starša nosita mutacijo gena.

Obstajata dve vrsti hemofilije: hemofilija A in hemofilija B. Hemofilija A je veliko pogostejša in prizadene približno 1 od 5000 moških, medtem ko je hemofilija B veliko manj pogosta in prizadene približno 1 od 30.000 moških.

Za zdravljenje hemofilije se uporabljajo koagulacijski faktorji, ki se dajejo bolnikom intravensko. Danes so na voljo zelo učinkovita zdravila za zdravljenje hemofilije, ki lahko bolnikom zagotovijo skoraj normalno življenje, če se pravilno uporabljajo. Vendar pa je zdravljenje dolgotrajno in zahteva strogo upoštevanje navodil zdravnika, saj lahko krvavitve povzročijo dolgotrajne in hude zaplete, kot so poškodbe sklepov ali krvavitve v notranje organe.

Razstava Hemofilija in družina

Tudi Društvo hemofilikov Slovenije vsako leto obeležuje svetovni dan hemofilije z drugimi organizacijami po svetu. Letos so skozi razstavo Hemofilija in družina predstavili zgodbe bolnikov s hemofilijo. Namen projekta je bil na pozitiven način prikazati, kako so bolniki s hemofilijo danes aktivno vključeni

v družbo. Fotografije članov društva spremljajo zanimive zgodbe, ki dokazujejo, da bolezen ne definira človeka, človeka definirajo samo njegova dejanja. S tem projektom je društvo želelo javnost seznaniti s pozitivnimi spremembami in dosežki v razvoju zdravljenja in celostne obravnave te bolezni. Več o tem je na spletni strani www.dhs.si

Življenjska zgodba Leopolda Blažiča iz Sel na Krasu

Leopold Blažič je eden izmed ustanoviteljev društva DHS (Društvo hemofilikov Slovenije), danes predsednik nadzornega odbora in hemofilik, ki se pogumno spopada s to boleznijo in z njo živi. Da se s to boleznijo da živeti, je dokazal tudi skozi svoje delo kot predsednik krajevne skupnosti in aktivni vaščan, ki je pripomogel, da je krajevna skupnost ostala pristna, a vseeno v koraku s časom. Bil je tudi član Občinskega sveta Občine Miren - Kostanjevica. Kljub svoji diagnozi se je redno udeleževal sej občinskega sveta, njegova pozitivna naravnost pa se kaže tudi v njegovem osebnem življenju.

»Težka oblika hemofilije. Življenjska doba s to boleznijo je tam nekje do 15 let.« To je povedal zdravnik staršem, ki so me pripeljali na pregled v Ljubljano, ker jim ni bilo jasno, zakaj imam otekle sklepe in stalne krvavitve v dlesni.

Bolečina in žalost, šok za starše. Kako naprej, kako pomagati? Začela se je življenjska kalvarija. Veliko krvavitve, veliko bolečin, neprespanih noči in ležanja. Ko sem ob postelji gledal mamo, je bila njena bolečina veliko večja od moje.



Tekla so leta. Bilo je veliko bolnišnice in transfuzij v Kliničnem centru. Postopno so se začela pojavljati zdravila za to neozdravljivo bolezen, ki so lajšala težave in preprečevala krvavitve. Danes imamo zelo dobre zdravnike in medicinske sestre, predane stroki in pacientom, in tudi zelo dobra zdravila. Iz obdobja, ko jih še ni bilo, so ostali deformirani sklepi, atrofija mišic. Z vztrajnostjo, fizioterapijo in gibanjem ohranjamo kondicijo in moč.

Kljub vsemu, kar sem preživel do svojih 77 let, sem optimist in vsakemu povem: »Življenje je lepo!«

Leopoldu želimo vse dobro.

Franci Vaupotič
Foto: osebni arhiv



Več reda in čistoče na ekoloških otokih

Ekološki otoki so po novem opremljeni z metlo in smetišnico.

Komunala Nova Gorica, d. d., je na sto ekoloških otokih v občinah Brda, Kanal ob Soči, Mestna občina Nova Gorica, Miren - Kostanjevica in Renče - Vogrsko postavila metle in smetišnice. Že dlje časa namreč opažajo, da so ekološki otoki pogosto neurejeni, ob zabojnikih se kopičijo odpadki, zaradi tega prihaja do neprijetnih vonjav ter širjenja škodljivcev. V želji, da se to prepreči, so uporabnikom po novem na voljo metle in smetišnice. Ob tem občane prijazno naprošajo, da orodje po uporabi vrnejo na svoje mesto, da jih bodo za njimi lahko uporabljali tudi drugi.

Skrb za čistočo na ekoloških otokih mora postati iskrena družbena odgovornost vseh, ne le zaposlenih v javni gospodarski družbi Komunala Nova Gorica. Gre za skupen prispevek k bolj

čistemu, urejenemu in zdravemu okolju. Zato v Komunali Nova Gorica občane pozivajo, da se pridružijo Eko ježku in tako naredijo nekaj dobrega za okolje in svoj žep.

Učinkovito ločevanje odpadkov

Ob tem izpostavljajo, da so ekološki otoki namenjeni učinkovitemu ločevanju odpadkov, kar prispeva k bolj trajnostnemu ravnanju in zmanjšanju količine odpadkov, ki končajo na odlagališčih. Na podlagi sortirne analize še ugotovljajo, da je med mešanimi komunalnimi odpadki, žal, še vedno odloženih skoraj polovica embalažnih in bioloških odpadkov. Z doslednim, ne le snažnim ločevanjem, lahko torej znižamo stroške ravnanja z odpadki tudi do 15 odstotkov in tako privarčujemo.

Ekološki otoki so ogledalo kraja, zato je skupna dolžnost, da vzdržujemo na njih red in čistočo. Urejeni in čisti ekološki otoki bodo prispevali tudi k uspešni izvedbi Evropske prestolnice kulture 2025. S tem, ko odpadke odvržemo v prave zabojnike in skrbimo, da so ekološki otoki čisti, ustvarjamo lepše in bolj zdravo okolje za vse, še zlasti za naslednje generacije.

Komunala Nova Gorica



Obnova gozdov z droni v okolici Temnice

Učenci 2. in 3. razreda Podružnice Kostanjevica na Krasu smo se z učiteljicama in pomočnico ravnateljca **Andrejo Levstikom** na martinovo pridružili veliki akciji obnove kraških gozdov z brezplačnimi letalniki (droni), ki je potekala na področju Temnice.

Dogodka so se udeležili tudi strokovnjaki za obnovo gozdov iz Zavoda za gozdove RS, predstavniki podjetja Projekta O2 in Radenske ter lokalna skupnost.

Šolarji so pod strokovnim vodstvom spoznali pomen in načine obnove kraških gozdnih površin, si v živo ogledali zelo zanimivo uporabo brezplačnih letalnikov – dron je spuščal semenske kroglice. Na koncu so posadili še sadike avtohtonih drevesnih vrst (koprivovec).

Za to zelo prijetno in poučno izkušnjo se vsem zahvaljujemo, še posebej gospe **Hani** iz podjetja Radenska.

*Učiteljici Alenka in Klarisa
Foto: arhiv šole*



Zeliščni prah

Dočakali smo obdobje mraza, v katerem poteka življenje dreves in rož počasneje. Zima ni samo očarljiva gospa, ampak je zaradi barv na nebu, beline in miline snega posebna.

Kratki zimski dnevi in dolgi večeri so kot nalašč, da ob skodelici čaja razmislimo o vsem, kar smo postorili ter naredimo načrt za novo zeliščno sezono.

V decembru se poleg prazničnih dobrot priležejo tudi praznikom primerni zeliščni čaji, saj je po dolgih mesecih nabiranja, sušenja in shranjevanja zelišč sedaj čas, da uživamo ob njih. Da so mrzli dnevi znosnejši, si pripravimo čajno mešanico po Jeleni de Belder.

Ščep bezgovega cvetja poparimo in pustimo stati 15 minut. Precedimo in čaj osvežimo z rezino pomarančne ter eno ali dvema žlicama belega vina.

Ker smo v poletnih mesecih sušili zeliščne rože, lahko tudi pozimi uživamo v koščku poletja. In prav v zimskih

mesecih, predvsem po praznikih, je priporočljivo dodajati hrani zdrobljena zelišča, ki čistijo telo.

Priprava zeliščnega prahu

Najpreprosteje je, da pripravimo zeliščni prah, ki ga za nožev konico dodajamo pripravljnim jedem. Zeliščni prah pripravimo tako, da v možnarju ali v mešalniku zdrobimo v enakem razmerju suha zelišča, in sicer: regratove liste, koprivo, žajbelj, trpotec, ognjič in rman. Presejemo jih in večje koščke zavržemo, prah pa shranimo v dobro zaprtem kozarcu.

Želim Vam, da se Vam leto prijetno konča in Vam novo leto prinese novosti in radosti.

Besedilo in foto: Karla Žniderčič



Sodeluj v nagradni igri

Osvoji 40 €!

Vsak teden do konca 2024 bomo v AMZS centrih Šempeter pri Gorici, Ajdovščina in Vipava ter društvu Gas Vrtejba izžrebali srečneža in mu podarili

AMZS darilno kartico s 40 €.

Kako do nagrade?

- 1 Obišči AMZS Šempeter pri Gorici, Ajdovščina, Vipava ali društvo Gas Vrtejba
- 2 Opravi nakup blaga ali storitev
- 3 Izpolni nagradni kupon

+ Decembra 2024 DODATNO ŽREBANJE za:

- 1 X** počitnice v termah za 4 osebe (4 dni)
- 5 X** AMZS praktični paket

*amzs.si/osvoji40eur



**DRUŠTVO
GAS VRTEJBA**

AMZS

Okno – enotna novoletna okrasitev

Pred vrati je december, za mnoge najlepši mesec v letu, ki vabi k praznovanju in druženju, zaključevanju starega in načrtovanju novega. Tudi skupnih aktivnosti na področju turizma v širši regiji.

Med dobre, sedaj že tradicionalne skupne zgodbe sodi enotna novoletna dekoracija, ki krepí usklajeno podobo povezanega teritorija, utrjuje vezi med prebivalci in ponuja izvirno dobrodošlico obiskovalcem.

Pomen okna

Vabimo vas, da letošnje skupno novoletno voščilo podpremo z enotnim motivom okna. OKNO je simbol perspektiv in razgledov, predstavlja pogled na zunanji svet, odprtost do različnih možnosti in spoznavanja novih stvari. Hkrati odpira navzven notranji svet. Je simbol komunikacije in povezovanja, omogoča vstop svetlobe in energije v prostor, tudi v človeka. Odpira nove možnosti in odkriva neizkoriščenih potencialov. Tudi v čezmejnem prostoru.

Naj okno zasije

Praviloma ima vsak dom, zgradba, poslovni prostor vsaj eno okno, ki lahko v decembru zasije navzven, okrašeno z izvirnimi dekoracijami iz naravnih materialov. Okna s polkni ali brez se lahko umestijo in okrasijo tudi na drugih lokacijah na prostem. Povezani v lepih dejanjih ustvarjamo dobro energijo in prijetno vzdušje v okolju, kjer živimo in to prepoznavajo in cenijo tudi obiskovalci.

Hvala za vaš prispevek k enotni praznični podobi Brd, Krasa, Brkinov, Vipavske doline in spodnjega Posočja, ki z lepim in močnim sporočilom naslavlja prihodnost.



Naj praznične luči osvetlijo prave poti v letu, ki prihaja.

ZTKMŠ Brda, JZ Nova Gorica in Vipavska dolina, Zavod Trg Vipava, JZ Miren Kras, Ora Krasa in Brkinov in ZTKMŠ Kana

IŠČEŠ SLUŽBO?

PRIDRUŽI SE NAŠI SWISSPEARL EKIPI!

Zaradi pridobitve novih trgov
iščemo
sodelavce v proizvodnji



Swisspearl Slovenija d.o.o.
Anhovo 9, 5210 Deskle



051 200 519



041 490 679



Poskeniraj!

SWISSPEARL



Na mednarodni konferenci KAŠTellieri - 6. dan gradišč

Konec novembra je v prostorih Palače Tiepolo-Gravisi v Kopru ter zavoda Sonček na Elerjih potekala mednarodna strokovno-znanstvena konferenca 6. dan gradišč/kaštelirjev, organizirana v okviru projekta Interreg IT-SI KAŠTellieri.



Konferenca je povezala številne strokovnjake z različnih področij. Posvečena je bila raziskovanju, interpretaciji ter trajnostnemu upravljanju kulturne dediščine prazgodovinskih gradišč oziroma kaštelirjev severnega Sredozemlja. Udeleženci so v okviru dvodnevne programa izmenjali znanja, prakse in vizije, osredotočene na ohranjanje te dragocene dediščine ter njeno vključevanje v sodobne trajnostne pristope.

Pestrost tematskih sekcij

Dogajanje je potekalo v treh tematskih sklopih.

1. Arheološke raziskave in interpretacija dediščine, kjer so bili predstavljeni najnovejši rezultati raziskav in primeri dobrih praks interpretacije kaštelirjev.
2. Socialna vključenost in dediščina, ki je poudarjala pomen vključevanja lokalnih skupnosti v upravljanje in promocijo dediščine.
3. Trajnostni kulturni turizem: Od arheološke najdbe do doživetja. Na okrogli mizi, ki jo je vodila **mag. Ariana Durnik**, direktorica Javnega zavoda Miren Kras, so strokovnjaki iz več turističnih destinacij izpostavili načine preoblikovanja arheoloških odkritij v privlačne turistične produkte, ki so na trgu tudi komercialno uspešni. Omizje je ponudilo pregled

izzivov in priložnosti, ki jih prinaša vključevanje arheološke dediščine v t. i. 5-zvezdična turistična doživetja z visoko dodano vrednostjo.

Podpis članstva v konzorciju in prihodnji koraki

Pomemben del konference je bila širitev članstva konzorcija »Dežela prazgodovinskih gradišč/kaštelirjev zgornjega Jadrana«, ki združuje deležnike iz različnih držav, med katerimi imajo najštevilčnejše članstvo Hrvaška, Slovenija in Italija. Konzorcij, ustanovljen v okviru predhodnega projekta Interreg SI-CRO KAŠTELIR, si prizadeva za trajnostno varovanje, interpretacijo in promocijo kaštelirjev kot pomembnega dela evropske kulturne dediščine na povezanem čezmejnem teritoriju, ki vključuje tudi območje Miren Krasa in treh gradišč: Svetega Ambroža, Grmače in Tabora na Vojsčici.

Povezovanje znanja in ohranjanje dediščine

Prispevki, predstavljeni na konferenci, bodo objavljeni v znanstveni monografiji *Annales*, ki bo izšla leta 2025. S tem bo dogodek prispeval k širjenju novih znanj in raziskovalnih dosežkov na področju arheologije, kulturne dediščine in trajnostnega turizma.



Dogodek je ponovno dokazal pomen mednarodnega sodelovanja pri varovanju dediščine kaštelirjev, ki so neprecenljivi pričevalci prazgodovinske kulture. Organizatorji, med njimi Znanstveno-raziskovalno središče Koper (ZRS Koper), so s tem dogodkom postavili temelje za nadaljnje raziskave in trajnostne projekte, ki tudi destinaciji Miren Kras prinašajo obet razvoja novih produktov, ki bodo povezali dediščino gradišč in lokalne ponudnike v trajnostno doživetje, zanimivo za nove ciljne skupine gostov.

Več informacij o projektu KAŠTellieri je na voljo na www.kastelir.eu

*Javni zavod za turizem Miren Kras
Foto: arhiv zavoda*

Vodnik/-ca v naravi in krajini

V času, ko trg vsak dan izraža potrebe po novih znanjih, izkušnjah in poklicih, je nacionalna poklicna kvalifikacija (NPK) lahko priložnost za kogarkoli. Gre za individualno pot posameznika, da potrdi ali pridobi znanja in sposobnosti, ne glede na to, kje jih pridobil.

NPK vodnika/vodnice v naravi in krajini je uradno priznано potrdilo o znanjih in spretnostih, ki so potrebne za uspešno vodenje skupin obiskovalcev po naravi in kulturni krajini.

Ta novost prinaša nove priložnosti za zaposlitev v našem prostoru, ki je resnično obdarjen s pestro naravno raznovrstnostjo in očarljivo naravo. Pripravljena je na peti stopnji zahtevnosti in je kot kvalifikacija razvidna v nacionalnem slovenskem ogrodju kvalifikacij, kar je pomembno za delodajalce na območju Slovenije in EU.

S pridobitvijo NPK vodnika/vodnice v naravi se boste naučili, kako:

- načrtovati in organizirati izobraževalne poti in izlete v naravi,
- interpretirati naravo in kulturno dedščino na zanimiv in razumljiv način,
- komunicirati z različnimi ciljnim skupinami, od družin z otroki do strokovnjakov,
- ozaveščati o pomenu varovanja okolja in trajnostnega razvoja,
- zagotoviti varnost udeležencev na izletih.

Vodnik vzgaja, izobražuje, ozavešča ter daje objektom (naravi, naravnim vrednotam, biotski pestrosti, krajini in njihovim elementom) širši pomen ter omogoča obiskovalcu njihovo doživljanje na izkustven način. Dobra interpretacija pomaga turistom in ostalim obiskovalcem, da bolje spoznajo kraje, ki jih obišejo, to pa poglobi njihovo doživetje.

Trenutni izvajalec za pridobitev omenjene NPK je Kmetijsko-gozdarska zbornica Slovenije (KGZS). Kandidati, ki želijo pridobiti certifikat za omenjeni NPK, se prijavijo pri izvajalcu in takrat jim dodelijo svetovalca, ki jim pomaga pripraviti osebno zbirno mapo. V nadaljevanju postopka bo tričlanska nacionalna komisija pripravljeno mapo pregledala in presodila, ali je kandidat na podlagi osebne zbirne mape lahko



potrjen brez preverjanja ali bo moral priti na preverjanje. Preverjanje kandidata bo potekalo najprej v pisni obliki, nato preverjanje posameznikovega nastopa v simulirani realni situaciji in na koncu bo potekalo še ustno preverjanje. Več informacij najdete na povezavi: <https://www.nrpslo.org/baze-podatkov/iskalnik/preverjanja>.

NPK vodnika/vodnice v naravi in krajini je odlična priložnost za vse občane, ki želijo svoje znanje in izkušnje deliti z drugimi. S pridobitvijo te kvalifikacije boste postali ambasadorji svojega kraja in prispevali k razvoju trajnostnega turizma na podeželju.

Zavod za gozdove Slovenije, območna enota Sežana



Miren Kras z nagrado TOP 100 Green Destinations 2024

V letu 2024 je šest slovenskih destinacij zaslužilo nagrado Green Destinations Top 100 Stories.



Mednarodno certificirani ocenjevalci svetovne organizacije Green Destinations vsako leto izmed nekaj sto prijavljenih iz vsega sveta izberejo 100 primerov dobrih zgodb, ki turizem in lokalno okolje povezujejo na najbolj trajnosten način. Dobitniki za 2024 iz Slovenije so destinacije Bela krajina, Brežice, Jeruzalem, Ljubljana, Rogla - Pohorje in šestič zapored tudi Miren Kras.

Slovenije z Italijani. Prav v sozvočju slovenskih (Kulturni dom Nova Gorica) in italijanskih kulturnih ustanov (Progetto musica Udine) in regij (Friuli Venezia Giulia – Promo Turismo) ter turističnih destinacij, slovenske Miren Kras, ki ima zlat certifikat Slovenia Green, ter Prolocco Fogliano-Redipuglia v Italiji, je nastal mednarodni projekt Sounds of peace – I suoni della pace – Zvoki miru.



S čim smo si prislužili prestižno nagrado?

Bela krajina s poudarkom na kvaliteti bivanja v naravi in povabilom na doživetje mirne reke Kolpe, Brežice preko kupov smeti do zero-waste certifikata, Jeruzalem s hotelom, razpršenim po vinorodnih gorinah, Ljubljana z LUV festivalom, Rogla – Pohorje s sedežnico, ki ni več samo za smučarje, in Miren Kras z mednarodnim projektom Zvoki miru.

Kako so zgodbo Zvokov miru razumeli presojevalci

»Nežno razgibana kraška planota, na severu presekana z zeleno Vipavsko dolino, je verjetno čudovita že od nekdaj. Ni bila pa vedno mirna, kot je danes, na kar opominjata 25-metrski Pomnik miru in razgledni stolp Cerje na robu planote, z razgledi proti Alpam na eni in Jadranskemu morju na drugi strani. A prav je, da častimo mir – in prijateljstvo s sosedskimi narodi, v primeru zahodne

Gre za dvodnevni pohod po Poti miru (Walk of Peace), ki sicer vodi od Alp do Jadrana mimo spomenikov prve svetovne vojne, začinjen z dvema koncertoma svetovno priznanih glasbenikov na obeh straneh meje. Prvi koncert se že tradicionalno odvije v Pomniku miru na Cerju, drugi pa v Dolini bersaljerjev na italijanski strani. Sto let po tem, ko so bili krvavo bitko, zdaj pripadniki obeh narodov skupaj nastopajo na čudovitih prizoriščih. Pohod je začinjen še z branjem literature v obeh jezikih in obiskom več kraških jam. Dogodek, za katerega si želimo, da bi odmev sporočila v današnjih časih slišali po celem svetu.«

Leta 2019 smo na Green Destinations prvič prijavili primer regijskega trajnostnega projekta Skupaj za zeleno prihodnost s poudarkom na promociji e-mobilnosti, sledilo je Drevo za Cerje kot rezultat požara v letu 2019, nato Zgodbe iz lonca brez konca, ki so s šparglji povezale čezmejni teritorij, trajnostna Krasna kuhinja, lani izjemen projekt Skupaj

za Kras, ki obeta odlično nadaljevanje, in tokrat Zvoki miru s poudarkom na valorizaciji kulturne dediščine.

Jasna trajnostna vizija, predano delo, sodelovanje na različnih ravneh, doslednost in enaki cilji deležnikov prinašajo rezultate, na katerih gradimo prihodnost.

Ne samo v turizmu, temveč tudi v okolju, ki s spoštovanjem tradicije in narave ohranja pogoje za dobro počutje sedanjih in prihodnjih generacij.

Javni zavod Miren Kras



Les očaral v Pomniku na Cerju

Pomnik na Cerju je v oktobru in novembru gostil zanimivo razstavo lesenih izdelkov številnih razstavljalcev iz cele Slovenije.

Les kot primarni in elementarni material spremlja človeka od pradavnine. Lesena palica je bila s kamnom prvo človekovo orodje in orožje. Danes se uporablja kot gradbeni material, surovina v pohištveni, prehrabni, celo čevljarški industriji, v pestrih oblikah posode, kuhinjskega pribora, embalaže, z njim se srečujemo v gospodinjstvih. Najdemo ga tudi v najbolj subtilnih in prefinjenih oblikah umetniškega izražanja.

Les skozi čas ohranja pomembno vlogo v človekovem življenju in se danes, poleg oblikovalca bivalne kulture, ponuja tudi kot generator zelene in zdrave prihodnosti. Zato ni naključje, da je razstava, ki jo sestavlja 75 izdelkov 44 razstavljalcev iz vse Slovenije, med njimi devet lokalnih, ki so prispevali 23 unikatnih primerkov, dobila priložnost gostovanja na eni najbolj obiskanih lokacij v regiji in hkrati v največji znamenitosti turistične destinacije Miren Kras.

Primorska lesna podjetja nekoč narekovala trende v dizajnu

Primorska je pred dobrimi 30 leti v obdobju Jugoslavije veljala za zibelko pohištvene in lesne industrije. Meblo Nova Gorica, Lipa Ajdovščina, Iztok Miren so bila podjetja, ki so narekovala trende v dizajnu in kakovosti v Evropi in po svetu.

»Včasih je bil Iztok Miren narekovalec trendov razvoja lesne industrije, danes smo ponosni na največjo žago bukovine v Sloveniji Marušič, d. o. o., v Opatjem selu,« je poudaril župan Občine Miren - Kostanjevica **Mauricij Humar**.

Danes na bogati dediščinski popotnici pot nadaljuje nekaj malih lesnih podjetij in obrtnikov. Za ohranjanje stroke in poklica mizarja skrbi Lesarska šola v Novi Gorici. V Solkanu je bila pred nekaj leti postavljena stalna razstava o mizarstvu. Vse to je rezultat predanih posameznikov, nekateri med njimi so združili znanje in moči v Konzorcij za les severne Primorske, ki je tudi partner projekta Čar lesa in soorganizator razstave na Cerju. Njihov predstavnik **Nedeljko Gregorič** je predstavil poslanstvo združenja in poudaril pomen sodelovanja z mladimi.



Ana Cotič na violini izdelani po dizajnu Oskarja Kogoja

Magistrica in profesorica violine **Ana Cotič** je na violini, izdelani po dizajnu Oskarja Kogoja, zaigrala Montijevo skladbo Czardas. Tudi s tem je simbolično pokazala, da je les eden izmed najboljših naravnih materialov z izjemnimi lastnostmi, na katere pri svojem delu prisega svetovno uveljavljeni industrijski oblikovalec, profesor in velik umetnik,

tudi častni občan Občine Miren - Kostanjevica **Oskar Kogoj**. V svoji dolgoletni in uspešni karieri je za svoje edinstvene dizajnerske izdelke prejel številna mednarodna priznanja. Njegova dela so razstavljeni v muzejih po vsem svetu, tudi v newyorški MoMi. Največ je ustvarjal prav z lesom. Bil je glavni oblikovalec pohištva v Meblu, veliko je delal za Lipo Ajdovščina in italijanska pohištvena podjetja.



Pomen lesa

Oskar Kogoj se je razgovoril, kaj mu pomeni les in kaj razstava na Cerju. Simbolično se je zahvalil trem zaslužnim za to: **Darinki Kozinc**, dolgoletni ravnateljica Lesne šole v Novi Gorici, predsedniku Konzorcija Nedeljku Gregoriču in prof. **dr. Francu Pohlevnu**. Prav slednji je bil prvoborec za pravice slovenskega lesa, ki je skupaj z Društvom za zaščito lesa Slovenije in Svetom za les leta 2009 zasnoval vseslovenski projekt potujočih razstav Čar lesa.

Razstava od takrat potuje po Sloveniji, da osvešča, izobražuje in promovira les. Čeprav ima Slovenija kot tretja najbolj gozdnata evropska država velike zaloge lesa, praksa kaže, da velikega potenciala ne izkoriščamo dovolj. Les je namreč edini material, ki nam tudi v procesu predelave omogoča ohraniti standard z najmanjšim možnim vplivom na okolje. Zagotovo je les kapital prihodnosti Slovenije. Kako bi lesno industrijo lahko bolje izkoristili za ustvarjanje zelenih delovnih mest, za hitrejši regionalni razvoj in ustvarjanje poslovnih priložnosti za mlade generacije, je v nagovoru razmišljal **Zoran Bricman** iz direktorata za lesarstvo na MGTŠ.

Mag. Marko Rusjan, državni sekretar na MZK, ki je razstavo tudi uradno odprl, je povedal, da les ni vpet samo v gospodarstvo, ampak tudi v bogato kulturno dediščino. Na nek način simbolizira tradicijo in prihodnost.

Mag. Ariana Durnik, direktorica Javnega zavoda Miren Kras, je večer povezovala v obleki, ki so jo izdelali dijaki Lesarske šole iz Maribora: **Klemen Mravljak**, **Kevin Cerovec** in **Jan Hercog**. Obleka, poimenovana Lesena kraljica, je bila prvič razstavljena na EXPO v Dubaju leta 2022.

*Javni zavod Miren Kras
Foto: Alenka Slavinec*



Zahvaljujemo se vam za zaupanje v preteklem letu. Tudi v novem letu smo tukaj za vas – z vrhunskimi vozili in kakovostnimi storitvami, ki zagotavljajo brezskrbno vožnjo.



Veseli Božič in srečno novo leto 2025!

Vaša ekipa Mas AvtoGT



MAS AVTOGT d.o.o. Industrijska cesta 4F, Kromberk, Nova Gorica. 05 333 03 03, masavto.kia.si

Razstava v spomin Božidarju Batističu

V začetku decembra je slavnostna avla Pomnika na Cerju dobila praznično opravo izbranih del Božidarja Batističa, ki so del novo odprte razstave v spomin na dolgoletnega predsednika, tudi ustanovitelja Društva keramikov Bilje.



Mojster ljubiteljske obrti keramičarstva, a hkrati velik umetnik, je svoj dar za obdelavo in ljubezen do gline negoval več kot 30 let in znanje nesebično delil med člane Društva keramikov Bilje. Poleg ohranjanja dediščine opekarništvu društvo povezuje ljudi vseh starosti in jim v čudovitem svetu glinje ponuja priložnost osebnega izražanja, krepitev ročnih spretnosti, druženja in učenja. V zadnjih letih dosega tudi veliko uspehov na področju prepoznavnosti vasi neposredno preko aktivne promocije dejavnosti keramičarstva.

Podžupan Občine Miren - Kostanjevica **Zvonko Ferfolja** je v uvodnem nagovoru čestital društvu za 30 let udejstvovanja, pri tem izpostavil pomen aktivnega vključevanja občanov v družbeno življenje in vpliv posameznikov, kot je bil **Božidar Batistič**, na lokalno skupnost. Vsem članom je zaželel, da vsaj enako predano kot pod vodstvom pokojnega predsednika nadaljujejo pot in zares lepo poslanstvo.

Predsednik in učitelj

Božidar Batistič se je rodil leta 1949 v Biljah. Tu je vsa leta bival, ustvarjal in se, ko je prišel njegov čas, leta 2023 poslovil. Tiho in nepričakovano. Dostojanstveno, kot je tudi živel.

Po izobrazbi je bil ekonomist, po duši umetnik. Pred več kot tridesetimi leti se je zaljubil v glino. Znanje za njeno uporabo in obdelavo je bogatil na številnih delavnicah doma in v tujini, samostojno razstavljal ter sodeloval na skupinskih razstavah. Leta 2009 je s somišljeniki v želji po ohranjanju dediščine opekarništvu ustanovil Društvo keramikov Bilje ter mu predsedoval vse do slovesa.

Kako pomembno je zaznamoval pot društva in včlanjene posameznike, je na slavnostnem odprtju razstave povedala **Mira Fon**. Poleg kritike izbranih del na razstavi se je v čustvenem govoru dotaknila src vseh prisotnih, med katerimi je bila tudi pokojnikova sporoga.

Direktorica Javnega zavoda Miren Kras **mag. Ariana Durnik**, ki je povezovala večer, se je Batističu zahvalila za njegove nesmrtnne glinene kreacije, ki, kot je dejala: » ... ostajajo svetli vodniki in trajna popotnica vsem, ki se ga bomo spominjali v slehernem izdelku, ki bo v prihodnje našel pot na sonce in med ljudi preko rok članov Društva keramikov Bilje.«

Večer se je med verzi Toneta Pavčka in glasbeno popotnico **Nike Kodrič** in **Janija Klančiča** odvil kot velik poklon



tihemu človeku, ki je skupnosti odtisnil pomemben pečat.

Razstava izbranih keramičnih izdelkov Božidarja Batističa, med katerimi so nekateri prave umetnine, bo v Pomniku na Cerju na ogled do 2. februarja 2025.

Javni zavod Miren Kras
Foto:arhiv zavoda

ReAcoustic in I Trovieri v Biljah

Novembra se je v Domu krajanov Negovana Nemca v Biljah odvil dobrodelni akustični koncert, ki je povezal domače glasbenike z glasbeniki iz sosednje Gorice.



Na pobudo domačina **Alvisa Nemca** je že pred časom zaživela ideja o organizaciji kvalitetnega in odmevnega akustičnega koncerta. S svojimi bogatimi poznanstvi je povezal italijansko glasbeno skupino I Trovieri ter lokalne glasbenike iz skupine ReAcoustic. Nastal je prijeten koncert, ki je imel tudi dobrodelno noto, saj je bil celoten izkupiček dobrodelnih prispevkov, ki so se zbirali na ta dan, namenjen invalidni mladini v Stari Gori.

Domača skupina ReAcoustic

Koncert je začela lokalna skupina ReAcoustic, ki jo trenutno sestavljajo trije mladi talentirani glasbeniki iz Bilj in s Krasa: kitarist in pevec **Rene Fajt**, pianistka in back vokalistka **Minka Markič** ter **Bor Križaj** na ritem sekciji. Kot posamezniki so že vrsto let dejavni na različnih glasbenih področjih, v skupini ReAcoustic pa delujejo dobro leto in pol. V tem času so svoje ime že uveljavili tako v domačih krajih kot tudi drugje po Sloveniji in v tujini. Preigravajo različne zvrsti glasbe, poslušalcem pa se najraje predstavijo v stilu country folka. Želijo si več kvalitetne slovenske glasbe, zato ustvarjajo tudi svojo avtorsko.

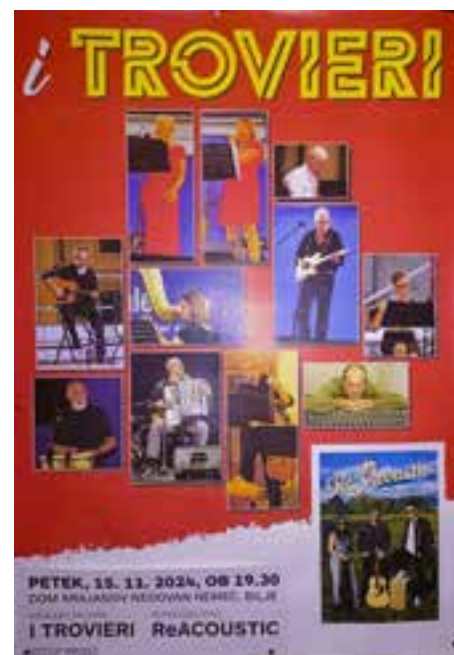
Na koncertu so se predstavili s priredbami slovenskih in tujih glasbenikov. Slišali smo lahko skladbe Alana Jacksona, Boba Dylana, Johnnyja Casha, Adriana Celentana, Chrisa Stapletona, Rudija Bučarja, Vlada Kreslina, Iztoka Mlakarja ter avtorsko skladbo Reneja Fajta.

I Trovieri iz sosednje Gorice

Ko je odzvenela Mlakarjeva Betula, so na oder prišli glasbeniki skupine I Trovieri. Skupina je nastala v letu 1979, ko je priznani goriški kantavtor **Gino Pipia** ob sebi zbral nadarjene glasbenike. Do danes je večkrat prenehala z delovanjem in se na novo sestavila, od Ginove smrti pred tremi leti pa nastopa projektno. Sedaj jo sestavlja 10 vrhunskih glasbenikov: pevki **Francesca Pascoletti** in **Laura Bisiach**, kitarista **Sandro Buccioli** in **Mauro Tesolin**, pianist **Massimo Stacchi**, basist **Pierluigi Bumbaca**, **Ignazio Romeo** na tolkalih, harmonikaš **Daide Moro**, flavtistka **Francesca Pipia**, hči **Gina Pipia** ter njena hči **Amelia Romani**, ki note ubira na harfi. Za kakovosten zvok ter osvetlitev prostora sta skrbela Davide Moro in **Guido Sedran**. Slednji je tudi povezoval glasbene točke med seboj. Skupina izvaja predvsem italijansko pop in ljudsko glasbo, avtorsko glasbo Gina Pipia. Besedila njihovih skladb so zapisana in zapeta v goriškem narečju, ki je značilno za Gorico in njeno okolico.

V dobri uri italijanske glasbe smo med drugim slišali tudi skladbe Isonzo in Specchio di Pierriot.

Koncert je v Bilje privabil veliko ljudi. Kljub ne popolnoma polni dvorani so nastopajoči poslušalce navdušili. Ponudili so jim kakovostno, poslušljivo in



vsebinsko bogato glasbo, ki jim je zagotovito še nekaj časa odzvanjala v ušesih. Nastopajoči so bili z organizacijo in izvedbo zadovoljni, med seboj pa so stkali tudi nove pristne vezi. Njihovo glasbeno sodelovanje je bilo prvo, zagotovo pa ne zadnje, saj so obljubili, da jih bomo lahko še kdaj slišali skupaj.

Nastopajoči se zahvaljujejo vsem, ki so pomagali pri organizaciji in izpeljavi koncerta: Alvisu Nemcu, idejnemu vodji koncerta, KTD Zarja, ki so pomagali pri pripravi prostora in pripravili zakusko, ter Vinom Dornberg za sponzorska sredstva.

Minka Markič

Foto: Rene Fajt, Lučana Petrovčič, Roberto Marega

Praznično leto Prosvetnega društva »KRAS« Opatje selo

Prosvetno društvo »KRAS« Opatje selo je v letu 2024 obeležilo 120. obletnico delovanja.

V nizu slavnostnih dogodkov izpostavimo dva, ki sta najbolj zaznamovala praznično leto: osrednjo prireditev z nastopom vseh sekcij društva in koncert Moškega pevskega zbora »KRAS«, ki je s pobratenimi gosti z Vogrskega hkrati obeležil tudi 120-letnico začetka svojega delovanja.

Začetki društvenega življenja

Za Opatje selo pomeni leto 1904 pomemben mejnik v kulturnem delovanju. Ob koncu 19. in v začetku 20. stoletja se je v tedanji Avstro-Ogrski močno krepilo čitalniško gibanje z močnim predznakom narodno zavednih idej. Prvotno ustanavljanje čitalnic v slovenskih mestih je postopoma zajelo tudi manjše kraje, kot je bilo Opatje selo. V letu rojstva Srečka Kosovela se je v Opatjem selu tudi formalno pričelo večletno prizadevanje za slovensko kulturno ustvarjanje in poustvarjanje. Tedanji vaški učitelj **Vinko Gregorič**, doma iz Prvačine, je ustanovil Bralno pevsko društvo Kras. V okviru društva je poleg bralnega in dramskega krožka deloval tudi pevski zbor, ki ga je vodil prav Vinko Gregorič vse do izbruha 1. svetovne vojne leta 1914, ko je bilo delovanje društva prekinjeno.

V letu 1920 je društvo s svojimi sekcijami ponovno zaživelo, konec leta 1925 pa je s svojim delovanjem pričel tudi »godbeni krožek« s pihalnim orkestrom. Fašistična represija med obema vojnama, druga svetovna vojna in težke socialne razmere po njej so delovanje društva večkrat zaustavile. S polnimi pljuči je ponovno zadihalo šele leta 1969, ko je bil z velikimi prizadevanji **Aleksandra Zavadlava** ponovno ustanovljen moški pevski zbor pod vodstvom **Justa Marušiča**. Takoj po končani drugi svetovni vojni se je društvo preimenovalo v Prosvetno društvo »KRAS« Opatje selo. To ime nosi še danes.

Delovanje društva po letu 1969

Just Marušič je moški pevski zbor prvič vodil že leta 1936, kasneje je deloval tudi kot organist in zborovodja cerkvenega pevskega zbora. Prav v cerkvi se je med fašizmom slovenska pesem lahko vsaj za silo ohranjala. Svoje zborovodsko poslanstvo je sklenil leta 1986. Nasledil ga je zborovodja in skladatelj



Anton Klančič iz Mirna, ki je zboru vnesel svežino in predvsem tehnično kvaliteto pri učenju novih skladb.

V tem času je občasno deloval tudi tako imenovani Orkester »KRAS«, ki je izvajal pretežno glasbo zabavnejšega značaja. Občasna dramska aktivnost je svojo formalno delovanje pričela z ustanovitvijo Dramske sekcije v letu 1995. Dolga leta je sekcijo uspešno vodila **Nadja Marušič** (Opatje selo 14c). Trenutno dramsko sekcijo vodi **Erika Vidič**.

Jeseni leta 1996 je taktirko Moškega pevskega zbora »KRAS« prevzel **Pavel Pahor**. Številčno se je zbor zmanjšal, sama kvaliteta petja pa je postopoma rasla. Zbor se je leta 2002 udeležil Regijskega tekmovanja primorskih pevskih zborov in prejel bronasto plaketo. Do današnjih dni se zbor trudi ohranjati relativno visoko kvaliteto tudi z umeščanjem

modernejših skladb sodobnih skladateljev. Da bi se zagotavljalo sveže pevske moči, je Pavel Pahor leta 2005 ustanovil Otroški pevski zbor »KRAS« Opatje selo. Vodil ga je do leta 2012, ko je pričel, prav tako pod njegovim vodstvom, z delovanjem Mladinski pevski zbor »KRAS«. Oba pevska zbora še vedno aktivno delujeta, otroški pevski zbor od leta 2013 vodi **Mojca Ivanc**.

V letu 2014 je bil na pobudo Aleksandra Zavadlava ustanovljen tudi Ženski pevski zbor »KRAS« Opatje selo, ki vključuje ženske iz Opatjega sela in okoliških vasi. V društvu je tako sedaj že šest sekcij, če umetniškim sekcijam dodamo še gospodarsko sekcijo, ki jo uspešno vodi in koordinira Nadja Marušič (Opatje selo 10).

Posebej smo ob obletnici hvaležni našemu »tonskemu mojstru« **Stanku**

Pahorju, ki na vseh prireditvah skrbi za kvaliteten zvok in svetlobo. Prav tako gre velika zahvala **Urošu Marušiču**, ki odlično skrbi za pravilno in uspešno poslovanje društva.

Zahvala gre tudi vsem, ki so s svojimi talenti in znanjem prispevali svoj delež tako v posameznih sekcijah kakor tudi pri vsebinskem in logističnem oblikovanju prireditev.

V dolgi zgodovini je društvu predsedovalo veliko članov. Iz novejšega obdobja velja omeniti **Janeza Zavادلava**, ki je predsedoval 25 let. **Matjaž Marušič** je vodil društvo v času praznovanja 100. obletnice društva. **Aleksander Zavادلav** je mesto predsednika zasedal dvakrat. **Alenka Marušič** predseduje društvu od leta 2010 dalje.

Osrednja prireditev ob 120-letnici društva

Na osrednji prireditvi so se 8. junija 2024 pri Hiši opajske tradicije predstavile vse sekcije društva. V prekrasni večeri »pod zvezdami« so se obujali spomini na preteklost skozi besedo in tudi petje. Otroški in mladinski zbor sta na klavirju spremljala **Tjaša Veselič** in **Blaž Pahor**. Prireditev sta povezovala **Neda Marušič** in **Jakob Marušič**.

S svojo prisotnostjo so nas počastili tudi vodja območne izpostave JSKD **Sabina Volk Simčič**, župan **Mauricij Humar** in predsednica KS Opatje selo **Jasmina Mihelj Marušič**. Vsi trije so društvu čestitali ob visoki obletnici in zaželeli še nadaljnje uspešno delo. Sabina Volk Simčič je kot slavnostna govornica vse nagovorila in v voščilu izpostavila predvsem prizadevne člane, ki v vsakem društvu predstavljajo srce delovanja. Predsednica društva Alenki Marušič je predala posebno jubilejno priznanje za 120 let izjemno uspešnega delovanja društva, ki ga podeljuje Javni sklad Republike Slovenije za kulturne dejavnosti. Najbolj zaslužni člani so ob tej priliki iz njenih rok prejeli jubilejne Gallusove značke za aktivno udejstvovanje na področju ljubiteljske vokalne glasbe.

Ob koncu prireditve so nastopajoči v en glas zapeli pesem, ki pomeni rdečo nit celotnega 120-letnega delovanja društva. To je LJUBEZEN – do petja, do slovenske kulture, do slovenskega jezika in do slovenske domovine, na katero smo vsi ponosni. Da, to je pesem Dan ljubezni, katere avtor besedila je Dušan Velkaverh, glasbe pa Tadej Hrušovar.



Jubilejni koncert MoPZ »KRAS« Opatje selo

Moški pevski zbor »KRAS« pod vodstvom Pavla Pahorja je zadnjo nedeljo v oktobru obeležil 120. obletnico svojega nastanka. V goste je povabil Vokalno skupino Lijak 1883 Vogrsko, s katerim goji dolgoletno prijateljstvo. Od začetka pobratenja je preteklo natanko 90 let. Novembra leta 1934 so namreč na pobudo takratnega župnika **Ivana Rejca** Vogrini sodelovali pri cerkvenem petju ob prazniku župnijskega zavetnika svetega Andreja. Zanimiva anekdota o vračilu gostovanja Opatjev je vezana na romanje na vinorodno Vogrsko. Od planiranega enodnevnega romanja je le-to preraslo v tridnevno.

Zbora sta se predstavila vsak s svojim zanimivim programom. Če je MoPZ »KRAS« na osrednji prireditvi dal poudarek pesmim iz začetkov delovanja in v letih vodenja drugih zborovodij, se je tokrat predstavil z repertoarjem nastalim v letih delovanja sedanjega zborovodje. V treh sklopih je zbor predstavil tuja dela, domače umetne in končno še prirejene slovenske ljudske pesmi. Vokalna skupina Lijak 1883 Vogrsko, katere umetniška vodja je **Mojca Cej**, je svoj

nastop pričela z Zdravico, s katero je pevsko nazdravila domačemu pevskemu zboru. V nadaljevanju so odpeli še nekaj priredb slovenskih ljudskih pesmi in pesmi iz sveta slovenske zabavne glasbe, posebej prirejenih za pevski zbor. Prireditev je z lepim veznim besedilom, s sproščenim pridihom povezovala kar predsednica Alenka Marušič. To je dalo koncertu še dodaten, poseben čar.

V zaključku sta oba zbora, kot se pri pobratenju pritiče, z bivšimi pevci obeh zborov zapela Vodopivčevo Pobratimijo. Ob velikem navdušenju poslušalcev so koncert bučno zaključile še Vodopivčeve Žabe.

Z jubilejnim koncertom moškega pevskega zbora so se sklenile prireditve v okviru obletnice društva. V zadnjih letih je 120-letno delovanje društva, vsaj kar se tiče množičnosti po številu sekcij in po raznolikosti vsebin, doseglo največjo aktivnost. S prizadevnimi in marljivimi člani se bo, upajmo, uspešno nadaljevalo tudi v bodoče.

Pavel Pahor

Foto: Jasmina Putnik in Jure Pahor

Reunion pod opajskimi zvezdami

Vokalni ansambel Reunion iz Solkana, ki ga vodi zborovodja **Matej Petejan**, ni mešani pevski zbor v klasičnem pomenu besede. Part tenorjev v večini izvajajo kontra – alti, torej ženski glasovi, kar daje sestavi drugačno zvočno barvo. Prvotni namen združitve s priložnostnim nastopom se je ob veliki ljubezni do petja, edinstvenem zvenu zbora, prijateljstvu, ki se je spletlo med pevkami in pevci, in pozitivni energiji, ki jih družijo, razvil v željo, da zbor obstane in se razvija naprej. Posebnost sestava je tudi, da posega skoraj izključno po priredbah. Večino sta prispevala njegov prvi umetniški vodja **Radovan Kokošar** in **Anže Vrabec**.

Ansambel se posveča izvajanju pretežno avtorske glasbe s poudarkom na pestrosti in združevanju različnih slogov, kakor tudi kombinaciji instrumentalne in vokalne glasbe. Osrednji del programa predstavljajo priredbe rokerskih in pop skladb ter sodobne priredbe ljudskih pesmi, domoljubnih in borbenih napevov. V osmih letih obstoja so sodelovali z nekaterimi znanimi slovenskimi ustvarjalci



popularne glasbe. Predstavili so se tudi na prestižnih odrih Cankarjevega doma in Križank.

Doma so pomagali soustvariti obsežno prireditev, ki je obeleževala 70-letnico nastanka Nove Gorice, na kateri je nastopilo več kot sto petdeset lokalnih ustvarjalcev. Posebej so ponosni na nastop na osrednji državni proslavi ob 70-letnici vrnitve Primorske k matični

domovini v Novi Gorici. Redno prirejajo nastope za domačo publiko, odzovejo se na povabila in dobrodelne akcije. Svojo zvesto publiko vsakič prepričajo s svežim repertoarjem, predanim petjem in srčno izvedbo. In prav takšen večer, so nam pripravili v Opatjem selu.

Vokalni ansambel Reunion
Foto: Irena Veselič

SLOVENSKO NARODNO GLEDALIŠČE NOVA GORICA SNGNG 2024/25

Ob zaključku starega leta vas vabimo na gledališke poslastice iz te in minule sezone. Za praznične decembrske dni si podarite dobre zgodbe in dobro glasbo.

Sobota, 28. december,
ob 20.00 na velikem odru

Tereza Gregorič, Jakob Šfiligoj

KONCERT ZA ROJSTNI DAN

Komično-glasbeni večer z najboljšimi songi iz preteklih predstav

Nedelja, 29. december,
ob 18.00 na velikem odru

Mark O'Halloran

POGOVORI PO SEKSU

Komična drama, ki skozi šokantno komunikacijo razkriva iskren portret sodobne družbe

*Prinašamo dramo,
smeh, ljubezen,
strast ...
predvsem pa upanje.*

*Vse to, vsak dan,
vsak teden,
vsak mesec,
vsako leto, tudi v 2025.*

SILVESTRSKA PREDSTAVA

Torek, 31. december,
ob 19.00 na velikem odru

William Shakespeare

MNOGO HRUPA ZA NIČ

Glasbena komedija o ljubezni, strasti, skrivnostih, zvičajah, zarotah in dveh porokah

Po predstavi se bomo s kozarčkom penečega vina poslovili od starega in nazdravili novemu letu, ki prihaja.

Predprodaja do 23. decembra: 20 €, 16 €
Redna cena: 25 €, 21 €



T 05 335 22 47, 05 335 22 50 | E blagajna@sng-ng.si, info@sng-ng.si | www.sng-ng.si

Kulturna ambasada Madžarske na Kmetiji Boža Lebana v Lipi

KUD Manifest, organizator festivala Art circle – Mednarodni Festival Vizualnih Umetnosti, že trinajsto leto zapored organizira mednarodne umetniške rezidence in kulturne dogodke v Sloveniji in po svetu.

Osrednji festivalski teden Art circle – Jesen se je letos odvil s kar 30 povabljenimi umetniki, ki so jih gostili na desetih lokacijah v Sloveniji in Italiji – v regijah Nova Gorica in Vipavska dolina, Brda, Miren Kras, Collio in Gorica.

Mednarodni projekt, ki vključuje pomladno in jesensko izpeljavo, že vrsto let deluje povezovalno in sodeluje s turističnimi ponudniki in vinarji z obeh strani meje, ki v času festivala gostijo tuje umetnike na umetniških rezidencah – kulturnih ambasadah.

Art circle – Jesen

Festival je namenjen profesionalnim umetnikom in kuratorjem. Umetnike za določene dogodke večkrat letno izbere mednarodna žirija z odprtim razpisom. Umetniška dela, ustvarjena v času rezidence, ostanejo v zbirki Art circle. Ta so po koncu rezidence na ogled javnosti v Sloveniji in na poznejših razstavah v tujini. Na ta način Art circle prispeva k prenosu sodobne umetnosti v druge, tudi ruralne regije.

Edinstvena značilnost slovenskega festivala je kulturna ambasada določene države. Vsaka lokacija, ki gosti umetnike, je posvečena državi, ki ima diplomatsko veleposlaništvo v Sloveniji. Umetniki, slikarji, kiparji, ki jih gostijo, prihajajo praviloma iz te države. Uradna diplomatska veleposlaništva podpirajo svoje kulturne ambasade na različnih lokacijah po Sloveniji in sedaj že tudi v Italiji. Na ta način Art circle povezuje



kulture številnih narodov z lokalno kulturo, lokalno turistično ponudbo in z diplomatskim svetom.

V lanskem letu se je v projekt vključila tudi destinacija Miren Kras in krog kulturnih ambasad se razširil s Češko v hiši Brinovka (Temnica), pretekli teden pa se je družini pridružila nova kulturna ambasada Madžarske, ki bo odslej gostovala na Turistični kmetiji Leban v Lipi na Krasu.

Odprtje kulturne ambasade v Lipi na Krasu

Po uvodnih pozdravih organizatorjev festivala, **Klemna Bruna** (umetniškega direktorja) in **Maše Gala** (vodja projekta Art Circle) ter dobrodošlici podžupana **Zvonka Ferfolje**, je vse prisotne pozdravil tudi gostitelj kulturne ambasade **Božo Leban**.

Vas Lipa ima posebno vez z Madžarsko. Tu se je namreč pred 100 leti boril 46. madžarski bataljon iz Szegeta. In prav v vasi Lipa je bilo postavljeno vojaško pokopališče, na katerem je pokopanih kar 1500 madžarskih vojakov, padlih na soški fronti.

Odprtja so se udeležili predstavniki iz madžarske ambasade v Sloveniji ter predstavniki Lisztovega inštituta v Ljubljani. Gospodu **Tamásu Kovácsu**, odpravniku poslov na veleposlaništvu Madžarske v Ljubljani, je bila podeljena čast slavnostnega govornika.

Odprtje nove kulturne ambasade na Krasu predstavlja novo priložnost za tkanje tesnejših vezi med dvema narodom. Če so se v preteklosti Slovenci z ramo ob rami borili skupaj z Madžari na soški fronti, se danes naše vezi prepletajo in širijo z umetnostjo in kulturo, ki presegata jezikovne, politične in ideološke okvire.

Javni zavod Miren Kras
Foto: Leon Ambroželj

Urniki potujoče knjižnice

Dan obiska	Postajališče	Čas obiska
8. januar 2025 5. februar 2025 5. marec 2025	Temnica Vojščica Kostanjevica na Krasu Sela na Krasu Opatje selo Orehovlje	14.50–15.10 15.20–15.50 16.00–16.50 17.10–17.40 17.50–18.40 19.00–19.30
27. januar 2025 24. februar 2025 24. marec 2025	Mirenski grad Zavod Antonina Bilje	10.50–11.30 12.00–13.00

Spodobi se odgovoriti (pisna in telefonska komunikacija)

V današnjem času je prijetno pisno komunikacijo na papirju v večini zamenjala elektronska.

A še vedno nas razveseli, ko nas v poštnem nabiralniku pričaka kuverta z našim, ročno napisanim imenom in naslovom. V prijetnem pričakovanju jo odpremo, da vidimo, kdo nas je prese-netil in zakaj. Tako kot smo sami z veseljem prijetno presenečeni, prav tako je lepo, ko tudi mi komu polepšamo dan, ko se spomnimo nanj. Pisem in razglednic kar tako pišemo vedno manj oz. skorajda nič več. Običajno se na prijatelje, znance in družino spomnimo ob praznikih, rojstnih dnevih in ostalih osebnih praznovanjih ali ob smrti bližnjih. Dandanes je lažje poslati elektronsko sporočilo, voščilo, kot nekaj napisati na list papirja, ga vstaviti v kuvertu in odnesti na pošto. Vsekakor pa je ta oblika komuniciranja bolj osebna, saj oseba, ki ji pišemo, začuti, da smo se potrudili in si zanjo vzeli nekaj več časa.



Lepo se je zahvaliti

Ko prejmemo pisno voščilo ob prazniku, naj gre za rojstni dan ali drug praznik, rojstvo otroka ali čestitko ob posebnem dosežku (napredovanje v službi, zaključek šolanja, nagrada ...) ali drugem dogodku, se je lepo osebi, ki nam je pisala, zahvaliti. Če smo prejeli elektronsko voščilo, lahko v enaki obliki tudi odgovorimo. Če pa se je pošiljatelj potrudil in nam poslal voščilo v papirni obliki, je primerno, da se mu zahvalimo na enak način. Ne bomo zamudili veliko časa, saj od nas ne pričakuje romana, zadošča le stavek v zahvalo.

Enako velja za žalne telegrame, ki jih prejmemo ob smrti bližnjih. Zahvalimo se pošiljatelju, ki nam da vedeti, da je v težkih trenutkih z mislimi ob nas.

Čas danes teče hitro. Vsi smo strašno zaposleni in običajno je to izgovor, da smo na določeno stvar pozabili, tako tudi pozabimo odgovoriti. Napišimo si listek, nihče ne pričakuje odgovora naslednji dan. V tednu dni do dveh pa gotovo najdemo čas za odgovor.

Ko pišemo voščilo v papirni obliki, je pomembno, da na hrbtno stran kuverte napišemo svoje ime, priimek in naslov. Pogosto prihaja do neprijetne situacije, ko dobimo voščilo z nečitljivim podpisom in tudi na kuverti ni napisano, kdo je pošiljatelj. V tem primeru ne vemo, komu

se zahvaliti, posledično pa pošiljatelj predvideva, da nam njegovo pismo ni kaj dosti pomenilo.

Odgovor na elektronska sporočila

Dandanes na elektronski naslov dobivamo poplavo sporočil. Običajno kaj hitro izbrišemo reklame, pomembno pa je, da smo med prejetimi pismi pozorni na pošiljatelja. Če imamo privatni elektronski naslov, hitro vidimo, katero sporočilo je pomembno in ali nam ga pošilja prijatelj, znanec. Če od nas pričakuje odgovor, se spodobi, da na njegovo sporočilo odgovorimo.

Če imamo službeni elektronski naslov, pa smo na prejeta pošta še toliko bolj pozorni, kdo nam piše in ne prehitavamo z brisanjem ali ignoriranjem prejetih pisem, ker so lahko le-ta pomembna za delo, ki ga opravljamo. Če se pošiljatelj na nas obrača z določenim problemom ali vprašanjem, mu moramo odgovoriti. Če tega ne moremo, mu to povemo, še bolje pa je, da mu svetujemo, na katero službo naj se obrne ali poiščemo odgovor pri sodelavcih, ki pošiljatelju lahko pri problemu pomagajo. Vsekakor se spodobi, da na pismo odgovorimo v doglednem času. Najmanj primerno pa je, da neprijetno prejeto ignoriramo. Kdor je v podjetju na vodilnem mestu in dnevno prejme ogromno elektronskih sporočil, ob odgovarjanju na vse nima

časa opravljati sprotne dela. V tem primeru naj pooblasti nekoga od podrejenih, da dnevno pregleda njegovo pošto in označi pisma, na katera je potrebno odgovoriti.

Odgovorimo na klic

Ko prejmemo telefonski klic, je povsem običajno, da se klicatelju javimo. Če v tem trenutku nimamo časa govoriti ali smo kako drugače zadržani, se spodobi, da takoj, ko nam čas dopušča, klic vrnemo. Danes z mobilnimi telefoni to ni težko, saj se v večini številka klicatelja shrani. Če na klic odgovorimo in nimamo časa govoriti dlje časa, lahko na prijazen način to povemo in se dogovorimo, kdaj se lahko naknadno slišita. Težko rečemo, da je nespoštljivo, če se na klic ne odzovemo in ga tudi kasneje ne vrnemo. Bolj je pričakovano oz. kulturno, da klicev ne ignoriramo, ker se tudi sami lahko znajdemo v situaciji, ko bomo koga rabili in se na naše klice ne bo odzival.

Težko je reči, kaj je prav in kaj ne. Če bomo ravnali tako, da bomo odgovarjali na pisma, sporočila, voščila in klice in s tem pošiljateljem in klicateljem izrazili spoštovanje, tako naučili tudi svoje otroke in bili zgled drugim, lahko rečem, da je še upanje za kulturno komunikacijo.

Katarina Spacal
Foto: Pixabay

Naj lučke v pravljичni vasici zažarijo

Spet je leto naokoli in naše domove krasijo okraski in lučke. Pripravili smo vam navodila za preprosto izdelavo pravljичne vasice.



Potrebujemo:

- trši karton 35 x 16 cm
- lepenka 35 x 10 cm
- lučke na mini baterije
- 2 kosa belega flisa 35 x 5 cm (lahko uporabimo tudi navadno vato)
- belo pisalo
- ravnilo
- škarje
- olfa nož
- lepilo



1. Karton, lepenko in flis narežemo na pravilne mere. Karton prepognemo po dolžini na približno 3cm, kot na sliki



2. Na karton z navadnim svinčnikom narišemo hiške z okni in vrati.



3. Najprej s škarjami izrežemo obliko vasice (strehe hišk), nato karton postavimo na podlago za rezanje, z olfa nožem izrežemo okna in vrata (po želji, nekatera lahko ostanejo zaprta) in hiške poljubno okrasimo z belim pisalom.



4. Prepognjen 3-centimetrski del kartona nalepimo na lepenko.



5. Na lepenko pred in za vasico nalepimo flis.



6. Na hrbtno stran vasice namestimo lučke, ki jih prilepimo kar z lepilnim trakom.



Naša pravljična vasica je pripravljena, da okraši naš dom.

Besedilo in foto: Sonja Cijan

Andrej Rozman Roza gost na OŠ Miren

Novembra je Osnovno šolo Miren doletela velika čast, saj jih je na matični šoli obiskal legendarni pesnik, pisatelj, dramatik in igralec Andrej Rozman Roza.

Najprej je **Andrej Rozman Roza** nastopal za razredno stopnjo, nato pa še za predmetno. Otrokom je postavljaj svoje uganke, deklamiral svoje pesmi, upošteval tudi otrokove želje (skupaj so z razredno stopnjo enoglasno deklamirali pesem Mleko) ter jih zabaval z »nemim petjem«. Ob koncu vsakega nastopa so mu četrtošolci in šestošolci skupaj z učiteljico **Minko** pripravili presenečenje ter mu zapeli eno izmed njegovih uglasbenih pesmi.

Ob začetku nastopa je učiteljica **Vanesa** poudarila, da ne smemo pozabiti, da je Andrej Rozman Roza tudi začetnik in pobudnik gledališke improvizacije v slovenskem prostoru. Na šoli je namreč tudi »impro« krožek, nad katerim je bil pesnik navdušen. Ob koncu srečanja so se improvizatorji oz. improvizatorke spoznali z njim.

Čisto za konec nam je še zaželel, da bi prebrali čim več dobrih knjig.

Vanesa Vodovnik
Foto: arhiv šole



Programiranje mikrokrmilnikov



Najprej so se seznanili z osnovami: spoznali so strojno opremo in blokovni programski jezik ter razumevanje osnovnih konceptov programiranja. Spoznali so vpliv tehnologije na naše telo in okolje (koliko CO₂ se proizvede z ogledom filmov preko spleta, hrambo podatkov v oblaku, pošiljanjem sporočil preko družabnih omrežij ...).

Oktober so se učenci osmih razredov preizkusili v znanju programiranja. Obiskala sta nas **Gordana** in **Boštjan** iz podjetja Delavnica 2. Učenci so z njima pet ur spoznavali osnove programiranja s pomočjo mikrokontrolerja Microbit.

Sledile so praktične vaje. Učenci so sprogramirali termometer, merilnik vlažnosti ter jakosti zvoka in svetlobe. Zatem so s pomočjo zbranih podatkov sprogramirali kalkulator stroškov energije in ugotovili, koliko bi cenovno znašala poraba energije, če npr. v šoli ne bi ugašali luči. Sprogramirali so tudi alarm,

ki bo s pomočjo meritev svetlobe in vlažnosti opozarjal, kdaj zaliti rastline.

Vtisi učencev

- Bilo je zelo poučno, ker sem videla zelo veliko novih stvari. Želim si več temu podobnih tem.
- Bilo mi je zanimivo in zabavno. Hotel bi imeti kakšno uro več. Najbolj zanimivo je bilo pisati kodo.
- Zanimivo je bilo delati z mikrokontrolerji, ker si lahko sprogramiral veliko funkcij.
- Všeč mi je bilo, ker je bil pouk drugačen.
- Prijazni mentorji, veliko smo se naučili.

Gregor Spačal in Blaž Uršič
Foto: arhiv šole

RK Bilje podaril otrokom gledališko predstavo

Pika Nogavička se je odločila, da bi se rada naučila zapisati svoje ime, zato je obiskala Podružnico Bilje, da bi ji pri tem pomagali učenci in učenke naše šole ter otroci iz vrta.

V Domu krajanov Negovana Nemca smo si ogledali zabavno in poučno gledališko predstavo V šolo grem in pika. Otroci so bili pri tem aktivni s čaranjem, plesom, reševanjem rebusov in ugank ter možgansko telovadbo. Tako smo nasmejano zakorakali v teden otroka, ki leto nosi temo Otrok, nepopisan list.

Gledališko predstavo je otrokom v dar podarila Krajevna organizacija RK Bilje. Predsednica društva gospe **Boži Silvi Marega** in ostalim članicam se iz srca zahvaljujemo in si še naprej želimo uspešnega sodelovanja v dobrobit lokalni skupnosti.

Besedilo in foto: Tjaša Močnik



Mednarodni nagradi za likovno ustvarjalnost

Mednarodni likovni natečaj Radost Evrope poteka v organizaciji Otroškega likovnega centra Beograd. Na razpis je izdelke svojih učencev poslala tudi OŠ Miren.



Mednarodni likovni natečaj Radost Evrope 2024 v organizaciji Otroškega likovnega centra Beograd je bil letos razpisan že 26. leto. Na njem so sodelovali otroci stari od 4 do 18 let. Strokovna

komisija je ocenila likovna dela v petih starostnih kategorijah. Med likovnimi deli, prispelimi iz celega sveta, so izstopale tudi likovne stvaritve naših učencev.

Nagrade za naše učence

V drugi starostni kategoriji od 7 do 9 let je individualno pohvalo za svoje ustvarjanje prejela naša učenka **Elizabeta Budin**. Učenka je v likovni tehniki praskanke upodobila koalo.

V tretji starostni kategoriji 10 do 12 let smo prejeli 3. nagrado za kolekcijo. Kolekcijo so sestavljale praskanke z motivi divjih živali učenk **Gaje Fabijan, Sofije Tribušon, Jasmine Batistič in Thalie**

Garcija ter barvne monotipije z motivi čevljev, ki so jih ustvarili **Zala Novak, Lebibe Salauka in Marvin Putnik**.

3. nagrado za individualno ustvarjanje je prejela v kategoriji 13 do 15 let učenka **Melisa Šturm**. Učenka je v barvnem linorezu raziskovala motiv rok.

Likovna dela vseh omenjenih avtorjev so razstavljena v Otroškem likovnem centru v Beogradu kot del otroškega festivala Radost Evrope 2024.

Čestitke za vse ustvarjalne uspehe.

Metorica Urška Harej Čoha, učiteljica likovne umetnosti

Foto: katalog izdan ob razstavi

Nastop v domu starejših občanov v Vrtojbi

V oktobru smo se z učenci Podružnice Bilje odzvali povabilu in obiskali Dom starejših občanov v Vrtojbi. Stanovalci so se zbrali v avli, naši učenci pa so zaigrali avtorsko igro, ki je nastala ob 60. obletnici KS Bilje.

Skozi hudomušne prizore so nas popeljali v resnične prigode iz starih časov. Včasih so se otroci veliko družili in tudi kakšno neumno »ušpičili«. Ampak niso bili samo otroci tisti, ki niso vedno

ubogali. Tudi odrasli so radi zaigrali briškulo, popoldne pa pripeljali domov sedovega otroka.

Resničnim zgodbah iz starih časov v Biljah so se stanovalci doma iz srca nasmeljali. Popoldne smo jim polepšali še s petjem, nekateri pa so se pridružili tudi plesu ob zvokih harmonike, na katero je zaigral **Timotej Vončina**.

Nadja Ipavec Fabjan, Podružnica Bilje



Teden otroka na Podružnici Kostanjevica

Teden otroka je za nami. Veliko se je dogajalo na naši šoli. Veliko pa se še bo, saj pri nas teden otroka traja celo šolsko leto.

V tednu otroka letos

- Jesenski dan je bil odličen za tek in sprostitvev na naši gmajni. Vsi smo se zelo potrudili in sodelovali na krosu.
- Ustvarjali smo pri likovnem natečaju Otrok, nepopisan list. Skupinske razredne plakate pa smo poslali v Ljubljano.
- Obiskali sta nas terapevtski psički Meisi in Feli. Skupaj z njima smo vsi izpeljali uro športa. Uro športa so s psičko Feli imeli tudi otroci Vrtača Kostanjevica.
- Res posebno presenečenje je bil obisk pilota **Jerneja Ferletiča**, ki nam

je predstavil poklic pilota ter delo, ki ga je opravil, ko je gorelo na našem Krasu.

- Čudovit dogodek je bilo srečanje z italijansko švicarsko pisateljico Isabello Christino Feline, ki je k nam na obisk prišla celo iz Montefiascona, blizu Rima. Predstavila nam je knjigo E se nasci pesce medio? Če se rodiš srednje velika riba?
- Vsak izmed nas si je na delavnici izdelal tudi knjižno kazalo.

Čaka na še obisk gasilcev, knjižnice in še mnogo drugega.



Lepo se imamo.

Nives Zelenjak

Foto: arhiv šole

Tradicionalni slovenski zajtrk v skupini Papagaji

V skupini Papagaji smo se odločili, da bomo letošnji Tradicionalni slovenski zajtrk obeležili na prav poseben način – s peko kruha! Otroci so se skozi proces naučili veliko novega in spoznali sestavine, ki so potrebne za pripravo kruha.

Najprej smo spoznavali osnovne sestavine: moko, kvas, vodo in sol. Otroci so z zanimanjem opazovali, kako se kvas v stiku z vodo in moko začne aktivirati ter kako testo počasi vzhaja. Sledil je najbolj zanimiv del – gnetenje testa. Otroci so z veseljem zavihali rokave,

zamesili testo in oblikovali hlebčke.

Ko je bil kruh spečen, je zadišal po celotnem prostoru, smo ga z veseljem poskusili. Nekaj smo ga pustili za naslednji dan, ko smo jedli tradicionalni slovenski zajtrk. Okus je bil slasten.

Na ta način smo otrokom približali pomen domače, sveže pripravljene hrane in tradicije, ki jih obeležujemo ob Tradicionalnem slovenskem zajtrku.

Neža Stubej
Foto: arhiv vrtca



Raki v živalskem vrtu



Raki smo se z avtobusom odpeljali na 1. izlet v letošnjem šolskem letu, v Ljubljano v živalski vrt.

S pomočjo letaka in navodil smo svoje raziskovanje pričeli na postajah. Pri zebrah so nas pričakali policisti z bližnje policijske postaje Vič. Predstavili so nam pravila, ki jih moramo upoštevati v prometu. Otroci so se učili pravilnega prečkanja ceste in uporabe čelade.



Pot raziskovanja nas je pripeljala do dveh oklepov, in sicer kopenske želve in morske želve. Ugotovili smo veliko zanimivosti kot npr., da želve rastejo celo

življenje, če jih pobožamo po oklepu, to dobro čutijo, dosežejo pa starost do 100 let.

Poleg pravih želvjih oklepov smo spoznali želvo, ki jo uporabljajo ljudje pri vožnji z motorjem, jahanju konja in smučanju. Ta ima prav poseben pomen in vlogo, saj obvaruje hrbtenico, ki se pri posameznem športu in aktivnosti lahko poškoduje.

Otroci so se ob končani predstavitvi dali v vlogo umetnikov. Iz Das mase so oblikovali in izdelali želvjji oklep.

Da bi otroci spoznali čim več živali, smo vzgojiteljice ubrale pot in otroke peljale od kletke do kletke. Ogledali smo si surikate, medveda, volke, slona, levinjo, kače, pajke, žirafe in mnoge druge živali. Učili pa smo se tudi bontona, ki velja v živalskem vrtu.

Mojca Šinigoj
Foto: arhiv vrtca

Jesenski motivi iz slanega testa

V začetku novembra smo vzgojiteljice Vrtca Miren v skupinah Hobotnice in Delfini organizirale jesensko delavnico za babice in dedke.

None in nonoti so s svojimi vnučki izdelovali jesenske motive iz slanega testa, ki so si ga sami pripravili ter okrasili z različnimi semeni. Najprej smo ponovili postopek izdelave slanega testa, nato pa so kar prijeli za delo ter začeli z gnetenjem in oblikovanjem. Nastali so prav posebni izdelki: od živali (miši, ježi, veverice) do drugih jesenskih motivov, značilnih za jesen (gobe, jabolka,

hruške, grozdje, listi ipd.). Otrokom ter tudi njihovim babicam in dedkom se je delavnica zdela zanimiva in zabavna. Že komaj čakajo na naslednje srečanje.

Teja Ambroželi
Foto: arhiv vrtca



Medgeneracijsko srečanje vrtca, šole in starostnikov

Zadnji četrtek v septembru se je v skupini Zebre odvila prav posebna aktivnost – Branje pod krošnjami. Otroci so z vzgojiteljicama **Saro** in **Matejo**, učiteljico **Lilijano** z učenkami OŠ Bilje gostili oskrbovanke Doma upokojencev Gradišče in njihovo animatorko **Dragano**.

Sprva je bilo srečanje mišljeno na travniku pod drevesi, vendar smo se zaradi slabega vremena zbrali na atriju skupine Zebre.

Najprej se je vsak predstavil in povedal svojo najljubšo pravljico, nato pa so učenke OŠ Bilje prebrale in zaigrale pravljico Zrcalce.

Oskrbovanke DU Gradišče, gospe **Marija**, **Stanislava** in **Lucija**, so otrokom povedale, kako so preživele otroška leta, kje so obiskovale šolo in koliko so brale. V tistih časih večina otrok ni imela doma knjig, nekateri so se z njimi srečali šele med šolanjem. Vsi smo z veseljem prisluhnili življenjskim zgodbam, ki bi jih človek z veseljem še naprej poslušal ... Žal smo bili omejeni s časom in smo se morali posloviti.

Za konec smo skupaj zapeli pesmico *Moj očka ima konjička dva*, popili čaj in se posladkali s piškoti. Obljubili smo si, da se bomo zagotovo še srečali in jim v decembru izdelali pravljíčno-bralno skrinjo, kot jo imamo tudi sami v vrtcu.



Besedilo in foto: Mateja Ščuka

Želvak Franček na obisku

V začetku oktobra smo v skupino Hobotnice dobili prav poseben obisk. Obiskal nas je želvak Franček. Otroci so si ga ogledali in se ga tudi dotaknili. Opazovali smo njegovo gibanje, skupaj smo ga tudi nahranili z jabolkom. Otroci so bili zelo pazljivi in spoštljivi do želvaka in so še nekaj časa govorili o tem posebnem obisku.



Špela Kržič
Foto: arhiv vrtca

Od kod prihaja mleko?



Pri Mravljicah v Vrtcu Opatje selo smo v okviru tedna slovenske hrane raziskovali, od kod prihaja mleko in kaj vse lahko iz njega naredimo.

V knjižnici smo si izposodili knjige in jih z otroki prebirali. Ob pravljici *Krava Liza* na dopustu smo spoznali pomen mleka. Otroci so iz velikih škatel izdelali tudi našo kravo Lizo, ob kateri smo

se tudi sami preizkusili v molži. V revijah smo poiskali slike mlečnih izdelkov in izdelali plakat. V četrtek sta se nam v vrtcu pridružili delavki iz Sirarne Kanal, **Laura** in **Neva**. Otroci so ju sprejeli polni pričakovanja. Predstavili sta nam pridelavo mleka in skupaj smo naredili jogurte različnih okusov. Jogurte smo tudi poizkusili in se čudili, kako slastni so.

Otroci so z navdušenjem sodelovali pri vseh dejavnostih. Najbolj jih je navduševala naša krava. Pa tudi jogurt, ki ga sam pripraviš, je veliko bolj slasten. Mogoče nam bo uspelo spoznati tudi kakšno pravo kravo iz vasi.

Teden smo zaključili s Tradicionalnim slovenskim zajtrkom, kjer smo mleku in maslu dodali še med, ki ga pridelajo domače čebele, in ugriznili v sočna domača jabolka.

Metka Istenič in Petra Skrt
Foto: arhiv vrtca

Hiša dobre volje odpira svoja vrata na stežaj

Ste že bili v Hiši dobre volje? Vas zanima, kako se imamo? Smo se odločili, da je čas, da na stežaj odpremo vrata Hiše.



Kako smo preživelili jesen? Nasmejno, ustvarjalno in v najboljši družbi. Malo smo razmigavali možgane, malo telo, veliko prijateljevali in veliko dobrega pojedli. Najbolj nas razveseli, ko si sami spečemo kaj dobrega za pod zob. No, je že res, da so pri tem opravilu med najbolj pridnimi ženske, ampak moški jih premagajo pa v pokušanju. Vsak je za nekaj dober, a ne? In tega se v Hiši dobre volje tudi držimo. Prav vsak, ki pride k nam, pa naj ima take ali drugačne oviranosti in sposobnosti, je v našem najboljšem. In zato smo veseli vsakega, ki postane član naše lepe družine. Samo skupaj smo sposobni največ in samo v družbi različnih lahko doživimo toliko lepega. Eden zapoje, drugi pove kak vic, tretji kaj speče, četrti budno spremlja dogajanje, četrti nam pove zadnje mirense novice ... in prav vsak od nas doda tisti kamenček v krasen mozaik, ki že devet let skrbi za to, da smo tako mi sami kot naši svojci lahko brez skrbi. Pa še muc Oli je vedno sit in pocrkljan kot se spodobi. Pri nas se namreč vsak počuti dobro.

Tudi otroci, ki pridejo na obisk, pa naj si bodi iz vrtca ali šole – z našimi nonami in nonoti takoj vzpostavijo prijeten stik, nam pa narišejo nasmeh na obraz. In ne samo to! Prav obiski otrok prebudijo v nas tistega večnega otroka, ki si dovoli tudi takšnih in drugačnih vragolij. Za odtonek bolj resni smo morda pri rednih duhovnih uricah z našimi sestrami usmiljenkami, ki v naše vrste vedno pripeljejo tudi župnika **Roberta Ušaja**. Saj veste, da je treba biti takrat vsaj malo bolj resen. Ampak kaj, ko nas tudi one z župnikom na čelu vedno znova spravijo



v takšno dobro voljo, da naš večni otrok spet prihrumi na plano! In mislimo, da je to tudi največ, kar lahko damo – da smo kljub letom še vedno sproščeni, veseli, nasmejeni in včasih tudi zelo otročji. Tako pač je. Zelo ponosni smo, da smo si na enem od srečanj s sestrami usmiljenkami naredili z lastnimi rokami svoj rožni venec. Morda smo potrebovali nekaj pomoči, saj so bile kroglice res nagajive in neubogljive, ampak s pomočjo sester in prostovoljke iz Karitasa je prav vsak prišel do svojega izdelka. Sicer pa tudi župniku ni šlo ravno po maslu, tako da nam je bil za zgled pri vztrajnosti in posvečenosti. Kot smo rekli – vsak je v našem najboljšem, za vse drugo pa je prav, da vprašamo za pomoč. In v Hiši dobre volje je prav pomoč tista, ki je vedno na dosegu roke. Pridite. Morda boste prav pri nas začeli tisto veselo obdobje v življenju, ko se vse stvari postavijo na svoje mesto.

Do takrat vam želimo prijeten vstop v novo leto in mnogo, mnogo zdravja, veselja in radosti za prav vsak dan leta 2025.



Obiščite nas vsak delavnik od ponedeljka do petka med 7 h in 17 h. Vedno se lahko obrnete na strokovno delavko Tino Krog (tina.krog@dung.si, 051 605 699) ali na Hišo (hisa.miren@dung.si, 051 660 818). Zelo toplo vabljeni in dobrodošli!

Tina Krog
Foto: arhiv Hiše

Prisrčno vabljeni, da se nam pridružite v sredo, 22. januarja 2025. Od 7.00 do 17.00 vam bomo na voljo za informacije in voden ogled Hiše. Od 10.00 do 12.00 pa bo še posebej veselo, saj bomo ob glasbi kaj dobrega pojedli in nazdravili novemu letu ter skupnim dogodbivščinam.

Pridite in nas spoznajte!

Ustrezna komunikacija z osebami z demenco

Kdor skrbi za osebo z demenco ve, da je ena prvih stvari, ki obrnejo stvari na glavo, prav komunikacija. Oseba začne iskati besede, izgubljeni nit govora in preskakovati s teme na temo.

Postopoma postaja komunikacija nemogoča. A tudi takrat se ji ne smemo odreči, ampak vztrajati. Prav z ustrezno komunikacijo lahko marsikaj naredimo – damo pomembno potrditev, občutek sprejetosti in ljubezni, sebi pa s tem tlakujemo spodbudnejši teren, ki bo omogočal lažje sodelovanje.

Zapomnimo si nekaj ključnih pravil

1. Lepa beseda lepo mesto najde. Vedno bodimo prijazni, potrpežljivi, spodbudni ter ne skoparimo z lepimi besedami in komplimenti. Vedno se poskušajmo izogniti neprijaznosti, nestrpnosti, ukazovalni držji in jeznim tonom. Nikoli ne bodimo žaljivi in nespoštljivi.

2. Prepir in nasprotovanje ne vodita v pravo smer. Nikoli se ne prepirajmo in ne nasprotujemo. Tudi če se nam zdi, da govori popolne nesmisle in neresnice, se strinjamo in potrjujmo. Ne popravljajmo.

3. Potrpežljivost in strpnost sta najboljša naložba. Če dobimo stokrat isto vprašanje, tudi stokrat strpno odgovorimo. Če opravilo traja dlje od pričakovanega, zadihajmo in potrpežljivo počakajmo. Z nestrpnostjo si naredimo medvedjo uslugo.

4. Spodbujajte samostojnost in koristenost. Pustimo, da opravijo stvari sami. Čeprav ne bo popolno, zamižimo na eno oko in pohvalimo. Nikoli ne kritizirajmo. Občutek koristnosti in samostojnosti dviga samozavest in pozitivno samopodobo, kar pa omogoča zadovoljstvo. In zadovoljen človek je bolj prilagodljiv in sodelujoč kot nezadovoljen človek.

5. Oseba z demenco ni »žleht«. Ves čas se zavedajmo, da je oseba z demenco bolna in da njena dejanja niso posledica »žlehtnobe«. Noče nas jeziti, ampak drugače ne zna.

6. Nežen dotik, objem in nasmeh so ključ do dobrih odnosov. Osebe z demenco so čustveno še občutljivejše. Tako kot nanje prenesemo našo živčnost in jezo, prenesemo tudi našo ljubezen in toplino. In prav izkazov ljubezni naj bo čim več: potrepeljajmo jih, nasmejmo se jim, vprašajmo, kako so, objemimo jih in poljubimo. S tem bomo najlažje prodri



do srca in pridobili zaupanje. Čustva ostajajo do konca.

7. Osebno ime je ključ do zaupanja. Čim pogosteje uporabljajmo osebno ime, saj bomo s tem potrdili, da osebo poznamo in da smo njeni.

8. Mirnost, topel ton glasu in stik z očmi. Bodimo mimi, imejmo topel in prijazen ton glasu ter ohranjajmo stik z očmi. Pazimo na govorico telesa. Tako bomo ohranjali zaupanje, ki je ključno za dober odnos.

9. Bodimo posvečeni in prisotni. Govorimo jasno, razločno in ne hitimo. Obrnjeni smo proti osebi, nežno se dotaknimo roke, da vzpostavimo dodaten telesni stik. Odložimo telefon.

10. Težka vprašanja povzročijo stisko. Izogibajmo se težkim vprašanjem. Vprašanje »Kako je ime vašim otrokom?« lahko povzroči veliko in večplastno zadrego ter pahne v stisko. Pogovarjajmo se. Uporabljajmo kratke in jasne stavke ter pustimo, da se vključijo v pogovor. Ohranjajmo pozitivne teme in preusmerjajmo pozornost iz negativnih situacij. Bodimo duhoviti.

11. Pozitiven doživljaj in pozitivno čustvo. Oseba z demenco intenzivno doživlja vse, kar se dogaja okrog nje. Poskrbimo za pozitivno vzdušje. Omogočimo ji, da uživa v stvareh, ki jo pomirjajo in veselijo. Odpravimo konflikte.

12. Ne spreminjajmo njenega sveta, ampak vstopimo vanj. Preslikajmo se vanjo in vstopimo v njen svet. Ne poskušajmo spreminjati, prevzgjajati ali krojiti osebe po naših merilih, saj bo učinek nasproten. Če bomo igrali njeno igro, bomo prijatelji, v nasprotnem primeru sovražniki.

Ustrezna komunikacija z osebo z demenco je zahtevna, a ključna stvar. Preleviti se moramo v igralce, politične retorike in včasih tudi lažnivce. Ampak zavedajmo se, da s tem osebe z demenco ne varamo in ji ne lažemo, ampak omogočamo, da se v svojem svetu, ki ji ga ustvarja bolezen, počutijo dobro, sprejeto in zadovoljno. In prav s tem bomo sebi omogočili lažjo skrb in prijetnejše bivanje. Ni vedno lahko, saj smo tudi mi samo ljudje, a zavedajmo se, da je s »kršenjem« pravil še težje.

Ključno pa je, da si zgotovimo podporo in pomoč, saj je razbremenitev nujna. Obrnite se na nas. Vse podrobnosti lahko najdete na naši FB strani »Društvo GO-Spomincica«, lahko nam pišite na go.spomincica@dung.si ali nas pokličite na 051 355 582. Dobrodošli, da skupaj najdemo pot, kako lažje naprej.

Tina Krog



Društvo GO-Spomincica
za pomoč pri demenci
Severnoprimorske regije
Gregorčičeva ulica 18
5000 Nova Gorica
go.spomincica@dung.si / 051 355 582

Biljenci svečano obeležili 60. obletnico krajevne skupnosti

Biljenci krajevni praznik obeležimo vsako leto v začetku septembra v spomin na odhod prvih biljenskih fantov v partizane. Tokrat smo ga pomaknili malo naprej in ga približali datumu 60. obletnice, ki jo letos praznuje Krajevna skupnost Bilje.

Iz otroških grl je uvodoma zadonela himna naši vasi. Predsednik KS Bilje **Darko Simčič** je v nagovoru poudaril, da ga izredno veseli, da so k pripravi dogodka pripomogli mladi iz Bilj, kar je spodbudno za naprej. Vaščanom je čestital župan **Mauricij Humar**, prireditve so se udeležili tudi podžupanja **Suzana Černe**, direktorica Zavoda Miren Kras **Ariana Durnik** ter nekateri svetniki Občine Miren - Kostanjevica.

Delegacija Krajevne organizacije Zveze borcev za vrednote NOB je odnesla venec k spomeniku padlim, zbrani pa smo z minuto molka počastili spomin na vse padle v drugi svetovni vojni in umrle v koncentracijskih taboriščih. Osrednji del prireditve je bil posvečen 60-letnici Krajevne skupnosti Bilje. Podroben pregled na prehojeno pot je v besedi in sliki pripravila **Laura Bonutti Zuljan**, pri pripravi predstavitve je pomagala **Nika Zuljan**.

60 let je dolgo obdobje in v vseh teh letih je veliko ljudi stopilo na čelo krajevne skupnosti. Nekaterih ni več med nami, povabilu pa so se odzvali **Rajko Mozetič**, **Benjamin Klančič**, **Iztok Saunig**, **Klemen Mozetič**, **Karla Žniderčič**, **Ingrid Praznik**, **Jernej Tomsič** in sedanjí predsednik **Darko Simčič**. V zahvalo za njihovo aktivno obdobje v naši skupnosti so prejeli izdelek Društva keramikov. Po ideji članov društva je bil izdelan keramični relief »Bilje v treh slikah«. Mentorica društva **Marinka Kverh** je po starih fotografijah na njem upodobila biljensko frnažo, cerkev sv. Antona in jez z mlinom na reki Vipavi.

Učenci Podružnice Bilje z mentoricama **Nadjo Ipavec Fabjan** in **Tjašo Močnik** so s skečem o življenju nekoč nasmejali obiskovalce, otroci Plesnega kluba L'uniti pod vodstvom **Tanje Simčič** pa so navdušili z izvirnimi plesnimi točkami.

Društvo keramikov, ki ohranja kulturno dediščino našega kraja in tradicijo opekarstva, nas ob vsakem krajevnem prazniku razveseli z razstavo svojih del. Tudi tokrat je njihova članica **Mira Fon** spregovorila o razstavi in obiskovalce povabila na ogled izdelkov.



Timotej Lukežič je med prireditvijo poskrbel za glasbene vložke s harmoniko. Kulturni program je povezovala **Lučana Petrovčič**.

Kot se za rojstni dan spodobi, posebej še za tako visok jubilej, se je ob koncu prireditve pihalo svečke in razrezala torta za obiskovalce. Sledil je koncert skupine Etno benda Poseben gušt, za njimi pa še zabava s skupino tribute bend P.Valiak. Poskrbljeno je bilo za hrano in pijačo ter bogat srečelov. Društvo žena je ponujalo domače pekavske izdelke,

k organizaciji dogodka je pristopilo tudi Društvo Škulja – Kagho.

Biljenci smo v preteklosti večkrat dokazali, da v ključnih trenutkih znamo stopiti skupaj in narediti skoraj nemogoče. Tudi tokrat je bilo tako. Ponosni smo na to, da lahko »Skupaj premikamo gore«.

*KS Bilje in KTD Zarja Bilje
Foto: Andrejka Mozetič in Lučana Petrovčič*

Po slovenski Istri

Društvo upokojencev Miren je jeseni spoznavalo kraje v notranjosti slovenske Istre, kot so Krkavče, Marezige, Hrastovlje pa tudi Izola in Koper.



Pot nas je vodila mimo Tržiča in Trsta, kjer smo prečkali mejo. Mimogrede smo videli, kako v tržiški ladjedelnici sestavljajo novo turistično križarko.

Stari center Izole

Ustavili smo se pred palačo Mesenghi, ki velja za eno najlepših poznobaročnih arhitekturnih spomenikov v Sloveniji. Zgrajena je bila v 18. stoletju. Sedaj v njej gostuje glasbena šola, sicer pa je za javnost zaprta. Pot nas je vodila mimo cerkve sv. Mavra z ločenim zvonikom, zgrajene v 16. stoletju. Skozi botanični vrt smo se sprehodili do plaže pri svetilniku in naprej po obali do mandrača (starega pristanišča). Ob mandraču stoji stara občinska stavba iz 13. stoletja. Na njej je kip beneškega leva z odprto knjigo, kar je pomenilo, da je mesto plačevalo Benetkam davke.

Krkavški kamen

Pot nas je vodila na ogled t. i. krkavškega kamna v notranjosti Istre v bližini Koštabone in Krkavč. Kamen naj bi datiral na začetek prvega stoletja in naj bi imel predkrščanski staroverski pomen. Visok je okoli 2,5m, več kot polovica pa ga je v zemlji.

Nadaljevali smo v vas Krkavče, kjer smo si v malem živem muzeju (hiša Vrešje) ogledali notranjost tipične šavrinske hiše v preteklosti. Marsikaj o tem nam je povedala oskrbnica muzeja v šavrinski noši. Zanimiva je tudi cerkev sv. Mihaela, saj stoji, tako kot prostor pred cerkvijo, na monolitni skali.

Marezige

V Marezigah smo si ogledali prvo vinsko fontano v Sloveniji s prečudovitim

razgledom na celoten koprski zaliv s pristaniščem. Šavrinko gričevje, po katerem smo se vozili, je posejano z malimi vasicami in vinogradi ter oljčnimi nasadi. Pogled nam seže preko Julijskih Alp, Dolomitov, Jadranskega morja, hrvaške Istre do Snežnika in notranjskih hribov.

Mestno jedro Kopra

Po spustu s šavrinskega gričevja smo se ustavili še na ogledu starega mestnega jedra Kopra. Vanj smo vstopili skozi še edina in v celoti ohranjena mestna vrata Muda. Samo mesto je imelo v preteklosti 12 mestnih vrat. Na mestnih vratih je upodobljeno sonce, ki predstavlja danes koprski grb. Tudi Koper je bil nekoč otok, mestna vrata pa so pomenila začetek kopnega. Za vrata na Prešernovem trgu stoji znamenita fontana Da Ponte. Okrog fontane je 15 pilastrov, na nekaterih so upodobljeni grbi družin, ki so fontano sofinancirale. Večinski plačnik fontane v obliki mostu pa je bil takratni meščan Da Ponte (most). Sprehodili smo se še do Titovega trga, na katerem stoji Stolna cerkev Marijinega vnebovzetja. Pred kratkim so bile v stolnici postavljene orgle, donirane s strani švicarske cerkve in so največje cerkvene orgle v Sloveniji. Cerkev je polna umetnin beneških mojstrov, med katerimi so najpomembnejše slike mojstra Carpaccia. Na samem trgu stojita še znamenita Pretorska palača ter Loggia.

Naše potovanje smo zaključili v Hrastovljah v notranjosti Istre, najbolj znanih po cerkvici s freskami, na katerih je upodobljen znameniti Mrtvaški ples.

Besedilo in foto: Jože Faganeli

Prvi turnir v briškuli je pokal po šivih

Zadnjega oktobra so člani Motošportnega kluba AKT v Opatjem selu organizirali prvi turnir v briškuli. Po besedah starejših Opajcev naj bi pred desetletji bil turnir v briškuli kar tradicionalen, in to na isti dan. Bogate nagrade so privabile okoliške in manj okoliške igralce. Glavni nagradi so pobrali izkušeni mački, tretja in četrta pa sta šli v roke vaškega podmladka.



Besedilo in foto: Motošportni klub AKT

Martinovanje s Športno kulturno turističnim društvom Farjovca in Vladom Kreslinom

Redko se odpravim na skupinsko martinovanje. Običajno doma spečemo nekaj kostanja, narežemo šalam in še mlačen kruh iz peči ter okušamo, kakšno vino nam je uspelo narediti. Tokrat pa me je premamilo obvestilo, da društvo Farjovca v Krompirjevi jami organizira martinovanje s koncertom Vlada Kreslina.

Več kot le društvo

Na Vojščici na Krasu je skupina vaščanov leta 2016 ustanovila Športno kulturno turistično društvo Farjovca, da omogoči prepoznavnost vasi ter predstavi zgodovinske ter naravne lepote Vojščice in njene neposredne okolice. Redno, preko celega leta organizirajo kulturne in športne dogodke, kot so koncerti, martinova Guštoriga, žajbljev pohod, pohod od jame do jame ... Zase pravijo, da so več kot le društvo. Danes štejejo okrog 45 članov, od mladih do malo manj mladih, a še vedno mladih po srcu.

Modra, bodičasta rastlina, s strokovnim imenom Ametistasta možina, narečno farjovca, je zaradi svoje razširjenosti okrog vasi in čudovite barve svoje ime posodila imenu društva. To ime za društvo je še toliko bolj izvirno, ker je nekoč ravno ta rastlina zaradi svojih trnjev mladim na vasi predstavljala posebno zabavo. Z njo so se obmetavali in ravno zaradi tega ima marsikdo nanjo poseben spomin.

Kot pravijo v društvu, pa je bil glavni cilj ustanovitve le-tega intenzivno povezovanje in druženje vaščanov ob skupni organizaciji najrazličnejših dogodkov.

Guštoriga 2024

Že pred letom dni so se Farjovci z Vladom Kreslinom dogovorili za akustični koncert v Krompirjevi jami, ki se nahaja ob poti med Vojščico in Temnico. Martinovanje se je pričelo v poznih popoldanskih urah, ko so se obiskovalcem predstavili lokalni vinarji z Vojščice in iz okoliških vasi. Sodelovalo je šest vinarjev. Iz Lipe Vinarstvo Radovan Kavčič in Turistična kmetija Leban, iz Temnice Vinogradništvo in vinarstvo Trampuž ter Županova kmetija, Kmetija Švagelj iz Korit na Krasu ter Vinogradništvo Marušič z domače Vojščice.

Vsi obiskovalci smo ob prihodu dobili kozarec z glasovnico, na kateri so bili napisani in oštevilčeni vsi vinarji. Po degustaciji vseh belih in črnih vin pa smo poleg komisije oddali svoj glas za



favorita naših brbončic. Domačini, člani društva, so med degustacijo poskrbeli, da naši želodčki niso bili prazni. Tako so moški rezali kuhan pršut in kraški pršut, gospodinjice pa so nam pripravile okusno martinovo večerjo. Po prešteti glasovnicah so razglasili zmagovalca tako za belo kot črno vino. 20 % ocene je podal somelje **Dejan Levpušček**, 80 % pa publika. Zmagovalno belo vino prihaja z Vojščice iz Vinogradništva Marušič, zmagovalno črno pa z Županove kmetije v Temnici.

Peli smo s Kreslinom

Kmalu po prihodu na oder je ambient jame prevzel Kreslina s tako vnemo, da je zanemaril prvotni vrstni red pesmi in začel peti po občutku. Zaradi Krompirjeve jame same, ki je bila v času soške fronte v uporabi avstro-ogrskih vojakov, je kot prvo zapel pesem Tista zakartana ura.

In po le nekaj pesmih, ki so odmevale med kapniki in prijetno ambientalno osvetlitvijo ter popevanjem nas gledalcev, poslušalcev, je Vlado izrazil željo, da prižgejo luči v jami. Dejal je, da rad vidi s kom poje, da je občinstvo uglasen zbor, s katerim se rad poveže. Tako so pesmi v Krompirjevi jami odmevale

dve uri. In tudi po končanem koncertu se je Vlado Kreslin, kot prej s pesmijo, povezal z občinstvom tudi v kasnejšem druženju. Tako med koncertom kot po koncertu nam je povedal nekaj svojih prigod, ki so nas dodobra nasmejale. Gotovo pa so bile pesmi tiste, ki so nas pogrele v novembrskem večeru, v hladni Krompirjevi jami.

Da je do tako lepega dogodka prišlo, da je organizacijsko vse potekalo tako gladko, so zaslužni prav vsi iz društva Farjovca, pri čemer si zaslužijo čestitke, saj so primer dobre prakse v organizaciji in povezovanju dveh generacij. Takih dogodkov se ljudje radi udeležimo, pohvalimo in širimo dobro besedo od ust do ust. Farjovci, le tako naprej!

Katarina Spacal
Foto: arhiv društva Farjovca

Oljkarji s Krasa na obisku pri kolegih v Benečiji

Za oljkarji goriškega Krasa, združenimi v Turistično-oljgarskem društvu 1. SVIT Kras z Lokvice, je uspešna oljgarska sezona. Kljub nadpovprečno visokim temperaturam ter ekstremni suši v poletnih mesecih jim je uspelo pridelati olje izredne kakovosti, katero je zelo iskano med kupci, ki prisegajo na zdrava lokalno pridelana živila.



V društvu se zavedajo, da je pridobivanje novih znanj s področja oljkarstva ter spoznavanje uspešnih praks trženja lokalnih izdelkov ključno za obstoj in nadaljnji razvoj oljkarstva pri nas. V ta namen so navezali stike z oljkarji iz kraja Pove del Grappa ob vznožju planote Asiago v italijanski Benečiji in za člane društva organizirali strokovno ekskurzijo.

V Pove del Grappa jih je na čudovito jesensko soboto pričakala mlada ekipa, ki je pred nedavnim prevzela vodenje tamkajšnje socialne zadruge Malga Monte Asolone. Ta deluje na področju oljkarstva, pašništva in sirarstva. Nižinski predel istoimenske občine ima namreč večstoletno tradicijo vzgoje oljk in pridelave oljčnega olja, zato deluje v centru kraja pod okriljem zadruge sodobna oljarna. Ob njej so uredili lično prodajalno z domačimi pridelki s širšega teritorija. V gorskem predelu planote Asiago pa v poletni sezoni pasejo govedo članov zadruge ter v sirarni predeljujejo sir v edinstvene mlečne izdelke: od jogurta, masla, skute, mocarele do različno staranih sirov.

Kraški oljkarji so si z zanimanjem ogledali oljarno ter s kolegi iz Benečije izmenjali izkušnje o vzgoji oljk, pridelavi in trženju oljčnega olja. Sledila je degustacija večkrat nagrajenih sort ekstra deviškega oljčnega olja, obogateno z degustacijo lokalnih sirov, v kombinaciji z medom in lokalnim vinskim izborom.

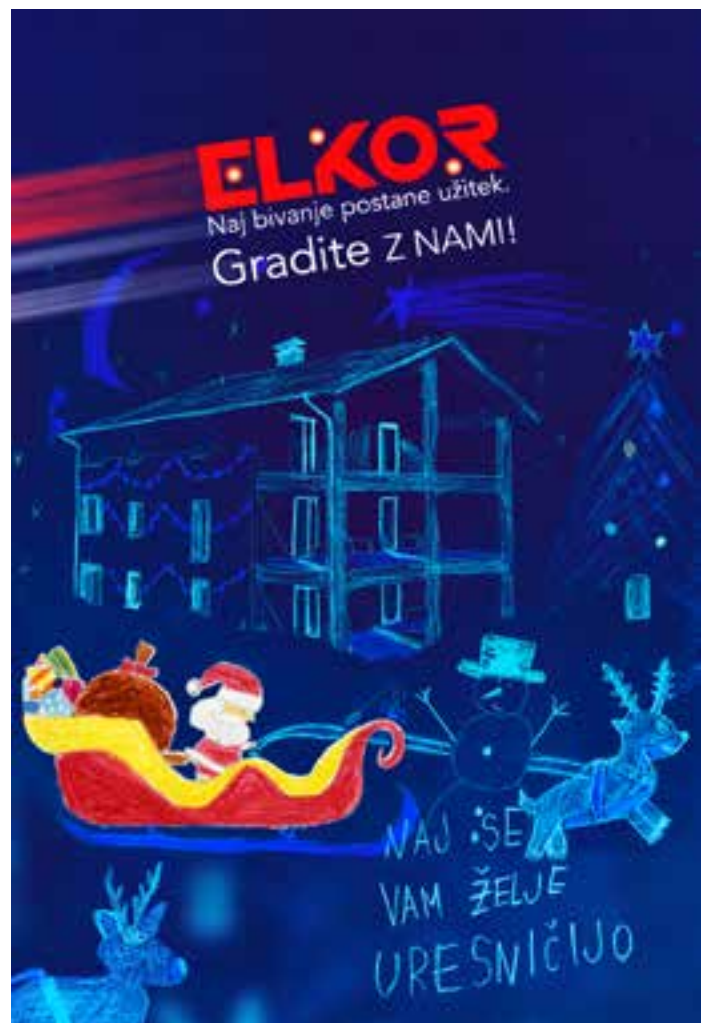
Po gorski cesti na planoto Asiago so prispeli do združne sirarne, kjer so si na nadmorski višini 1.400 metrov

ogledali proces predelave mleka. Seveda se niso mogli upreti niti najboljšemu sladoledu okusa »fior di latte« izpod rok sirarke **Michele**.

Pot jih je nadalje vodila do vrha gore Grappa, italijansko Cima del Monte Grappa, ki je za Italijane posvečen kraj. Na gorskem masivu Grappe je namreč italijanska vojska med prvo svetovno vojno uspela zaustaviti napredovanje združene avstro-ogrške in nemške vojske, potem ko je bila po padcu Kobarida v oktobru 1917. leta primorana bežati proti notranjosti države. Na vrhu, ki nudi razgled od morja, prek Padske nižini in vse do avstrijskih Alp, so si ogledali kostnico v spomin na žrtve prve svetovne vojne, med katerimi so tudi slovenski fantje.

Ekskurzijo so člani Turistično-oljgarskega društva 1. SVIT Kras z Lokvice sklenili s povabilom kolegom iz Pove del Grappa, da se kmalu ponovno snidejo, tokrat v »ločkarskih« oljčnikih.

Andreja Brecej Silič
Foto: Radovan Silič



Obisk sv. Martina v Društvu upokojencev Miren

V Društvu upokojencev Miren smo tudi letos pripravili sprejem sv. Martina in krst mošta, kot se za tak praznik spodobi.

Praznovanje smo tradicionalno pripravili na Grivah. Tokrat se nas je zbralo rekordno število tako, da je prireditveni prostor skoraj pokal po šivih.

Prireditev je začel predsednik društva s kratkim nagovorom in pozdravom, pozdrave pa sta nam prenesla tudi predsednika obeh krajevnih skupnosti, **Batišič** in **Nemec**.

Pevski zbor Društva žena je začel veseli večer s pesmimi na temo grozdja in vina, **Kocjančič** pa je prebrala dve pesmi na to temo. Za dobro razpoloženje sta poskrbeli naši članici **Francka** in **Pepca** s skečem o uporabi pametnega telefona za potrebe facebooka.



Vrhunec večera pa je bil prihod sv. Martina v spremstvu dveh pomočnic. Po ustreznem nagovoru in krstu v narčni latinščini je mošt spremenil v vino. Pojasnil nam je tudi, kaj pomeni kratica



VINO (Vedno In Nikoli Obilno), kar smo vsi navdušeno pozdravili.

Na koncu smo se še zavrteli in zaplesali v veselem plesnem večeru.

Jože Faganeli

Ogled nuklearke na martinovo

Že maja smo zaprosili za ogled nuklearke. Povedali so nam, da so zasedeni termini že za pol leta vnaprej. V nuklearko namreč sprejmejo le po en obisk na delovni dan. Torej je prišel v poštev november, kjer je slučajno bil enajsti nezaseden.



54-sedežni avtobus je bil »razprodan« že nekaj dni potem, ko so bili razobešeni plakati. Odločili smo se za peš ogled nuklearke, zato je lahko na takem ogledu največ 30 obiskovalcev, za katere smo morali teden pred obiskom poslati osebne podatke.

Tako smo se na martinovo v zgodnjih jutranjih urah podali na nova doživetja. V krškem Kulturnem domu nas je sprejel predstavnik nuklearke. Najprej smo si

ogledali kratek film, kjer sta bili prikazani zgodovina in razvoj nuklearke. Nato smo bili seznanjeni z delovanjem nuklearke, predvsem z vidika varnosti. Z izčrpnimi in razumljivimi odgovori na vprašanja je bila potešena naša radovednost. Na koncu smo si ogledali še interaktivni muzej pridobivanja električne energije z razcepom atomskih jeder.

Nato smo se razdelili v dve skupini. Eni smo šli na peš ogled nuklearke,

drugi pa v muzej Svet energije, kjer je nas pričakal vodič z GEN-ija. Na interaktiven način je bilo prikazano različno pridobivanje električne energije: sonce, veter, voda, plin, premog in uran.

Ogled nuklearke je ponudil občutek pridobivanja ogromne moči, ki jo nudi majhen atom. Skoraj tri četrtine objektov in naprav je namenjenih varnosti in tudi strošek je temu primeren. Vrednost urana predstavlja le desetino vseh stroškov, ki jih povzroča nuklearka. Tudi za nuklearne odpadke je poskrbljeno v sami nuklearki do leta 2028, potem bodo prešli v oskrbo države Slovenije in Hrvaške, ki sta solastnici.

Pred koncem dneva smo dali prednost kulturi. Dve zanimivi vodički sta nas peljali po starem delu Krškega, kjer smo spoznali zgodovino kraja in nekaterih posameznikov, ki so pomembno prispevali k temu.

Z nočjo je prišel zabavni del. Peljali smo se do Mokronoga, kjer nas je čakala martinova večerja: juha, račka, mlinci, rdeče zelje ...

Vojko Lozej

Foto: arhiv društva

20 let Ženskega pevskega zbora Društva žena Miren - Orehovlje

Pisalo se je leto 2004, ko so se dekleta in žene iz Mirna in Orehovelj organizirale kot Aktiv žena, leto kasneje pa preimenovali v Društvo žena Miren - Orehovlje.



Osnovni namen je povezovati žene in dekleta iz Mirna in Orehovelj z željo, da v njem najde svoje mesto ne le kmečka žena in dekleta, temveč vsaka žena, ki želi poleg vsakodnevnih domačih opravil aktivno sodelovati v družbenem življenju kraja. Povezuje jih tudi želja, da bi znanje s področja kuhanja, peke in zdravega načina življenja prenesle na mlajše rodove in s tem ohranjale tradicijo starih običajev in receptov.

Začetki društva in glasbene sekcije

Prva predsednica društva je bila **Nuška Klančič**, sledile so ji pokojna **Anica Lutman**, **Gordana Vičič**, trenutno pa društvo vodi **Tanja Bizjak**. Da je glasba zvesta spremljevalka človeka na njegovi življenjski poti, ga oblikuje, plemeniti in razveseljuje, so spoznale tudi članice, ki so že leta 2004 ustanovile pevsko sekcijo. Glavne pobudnice so bile **Sonja Kokelj**, **Adrijana Plesničar**, **Metoda Semolič** in **Nuška Klančič**. Koordinacijo nad vodenjem pevske sekcije je v zadnjih letih uspešno prevzela **Hilarija Logar**.

Veselje do petja

V pevskem zboru Društva žena Miren - Orehovlje prepeva 16 pevk. In prav vsaka od njih prispeva dragocen delček sebe, svojega talenta, časa, predvsem

pa veselja do petja, da lahko pod taktirko zborovodje **Mojce Cej** ubrano zapojejo. Pevke se redno udeležujejo kulturnih prireditev v občini in okoliških krajih ter nastopajo na revijah Primorska poje in Revija pevskih zborov naše občine.

V zadnjih dveh letih smo jim lahko dvakrat prisluhnili na samostojnih koncertih z gosti. Srčno sodelovanje s Hišo dobre volje jim omogoča, da s pesmijo obogatijo praznovanja in slavja oskrbovancev. Z velikim veseljem prinašajo veselo pesem tudi v domove za upokojence v Novi Gorici, Podsobotinu, Renčah, Ajdovščini in Vipavi. Taki trenutki izzovejo veselje v očeh in srcih, tako starostnikov kot tudi pevk, saj jim podarijo nekaj čudovitih trenutkov in spremenijo enoličnost domskega vsakdana. Rade zapojejo na srečanjih upokojencev, na otvoritvah razstav, na raznih drugih srečanjih, skratka povsod, kamor so povabljeni.

Da so danes tu, z nami v taki zasedbi, sta zaslužna tudi bivši zborovodji **Matej Petejan** in **Miran Rustja**. Zadnja tri leta prepevajo pod taktirko Mojce Cej. Zanje pravijo, da s pozitivno energijo, spodbudami in nasmehom predstavlja veliko motivacijo za vse pevke. Ne smemo pa pozabiti na edinega moškega, ki s svojo harmoniko popestri prav vse njihove nastope. **Miloš Mozetič** skoraj ne more imeti boljše vloge kot biti blažen med žunami.



20. obletnica delovanja zbora

Konec novembra je v avli Osnovne šole Miren potekal Jubilejni koncert ŽPZ Društva žena Miren - Orehovlje ob 20. obletnici delovanja. Po uvodnem nagovoru župana **Mauricija Humarja** so se zboru pridružili še gosti: predšolska skupina otrok Raki iz vrtca Miren, plesna skupina učencev 3. razreda OŠ Miren in harmonikarja **Timotej Lukežič** ter **Miloš Mozetič**. Program je popestrila tudi pešnica **Ida Kocjančič**.

Gordana Vičič

Foto: Jože Faganeli

Občinske športne igre

V sklopu praznovanja 30. obletnice delovanja naše občine se je v začetku oktobra odvil zabaven, predvsem pa srčen dogodek.

Organizirane so bile prve občinske športne igre, na katerih se je pomerilo kar sedem krajevnih skupnosti, pridružili pa so se nam tudi češki gostje. Borbenosti, vreščanja in bučnega navijanja nikakor ni manjkalo. V bojno navijaškem duhu, opremljeni z rekviziti, so tekmovalne skupine podpirali številni navijači. Ekipe krajevnih skupnosti Bilje, Opatje selo, Orehovlje, Vojščica, Miren, Sela na Krasu ter Kostanjevica na Krasu so se v tesen boj za zbiranje točk podale suvereno, z enim samim ciljem – na zmago. In čeprav so se naši gostje iz mesta Kralupy nad Vltavo še kako trudili, so si na koncu morali priznati premoč domačinov in se zadovoljiti z zadnjim, osmim mestom.

Ekipe so se pomerile v štirih starostnih skupinah: učenci 13.–15. leta starosti, dijaki in študentje do 25 let, odrasli od 25. do 50. leta in senior skupina nad 50. let. Vsaka starostna skupina je tekmovala dvakrat. Zaključili smo z dvema skupnima igrama, ki sta dokončno odločali, kdo bo zmagovalec prvih občinskih iger. Ekipa rumenih (Orehovlje) se je le z nekaj točkami prednosti povzpela na najvišjo stopničko, sledila jim je ekipa modrih (Sela na Krasu), tretji pa so bili tekmovalci v belih majicah (Opatje selo). Čeprav radi uporabljamo poznano frazo: »Pomembno je sodelovati, ne zmagati«, si je vsaka od ekip še kako želela zmagati. Mi pa lahko samo vsem čestitamo, ker ne glede na zasedeno mesto, so prav vse ekipe dodale svoj kanček pristnosti, hudomušnosti in srčnosti.

Za uspešno izpeljavo dogodka je proti skupnemu cilju dihala tudi najboljša delovna skupina za pripravo iger. Vlogo športnega direktorja je prevzel **Egon Wanek**. Odlične ideje in pomoč pri izpeljavi dogodka pa so mu ponudile simpatične dame: **Eda Velikonja Podgornik**, **Lea Petejan**, **Mateja Pirc**, **Martina Frančeškin**, **Nina Petejan** in moja malenkost. Češnjo na vso to sladkobo je zagotovo dodal eden in edini športni komentator **Ervin Čurlič**.

Uvodni nagovor našega župana ob otvoritvi iger nam je dodal še dodatne pozitivne energije in vedenja, da smo



lahko tudi skupnost povezanih ljudi, ki svoj prosti čas nesebično porabi za dobrobit skupnega prostora.

Še enkrat hvala vsem ekipam za nepozabno praznično popoldne, zlati rumeni ekipi KS Orehovlje pa čestitke za zmago.

*Mateja Drnovšček
Foto: Jasmina Putnik, JRPStudio*

ŠD Gas Kras drugo najboljšo slovensko društvo v rallyju

Za članice in člane ŠD Gas Kras je bila tudi letošnja tekmovalna sezona v avtošportu uspešna. Čeprav je tik pred koncem kazalo še boljše, so z doseženim vsekakor lahko zadovoljni. Kot društvo so postali podprvaki v rallyju, osvojili pa so tudi več naslovov prvakov po posameznih razredih tako v rallyju kot na gorsko hitrostnih dirkah. Posebej so lahko ponosni na mlajši del svojih tekmovalcev, ki so odlični obet tudi za prihodnja leta.



V rallyju je letošnje DP Slovenije štel sedem dirk, od tega je za skupni seštevek veljalo šest najboljših izidov. V Diviziji 2 za vozila s pogonom na en par koles sta bila do konca v igri za naslov prvakov **Martin Čendak** in **Jakob Markežič** (Opel Corsa Rally4), Okvara vozila prav na zadnji dirki pa jima je to preprečila. Zasedla sta 3. mesto v Diviziji 2 (v generalni razvrstitvi sta sedma), a so časi na hitrostnih preizkušnjah pokazali, da sta najhitrejša. Na treh rallyjih sta slavila ter bila enkrat na drugem mestu. V tej konkurenci sta se izkazala tudi **Ambrož Kavs** in **Nejc Cenčič** (Peugeot 208 Rally4), ki sta sicer začela tekmovali šele sredi sezone, a vseeno nanizala nekaj odličnih rezultatov. Ambrož je sedmi med vozniki, Nejc pa še mesto višje med sovozniki. Tudi v najmanjši Diviziji 1 je odločala zadnja dirka in prav tako je okvara izločila iz boja za vrh **Domna** in **Klaro Slejko** (Opel Adam 1,6cup). V prvenstvu sta tako tik pod zmagovalnim odrom na 4. mestu, takoj za njima pa sta **Rene** in **Aljaž Černigoj** z enakim avtomobilom.

Prav te posadke pa so vso sezono krojile vrh v mladinskih kategorijah in končni seštevek odraža njihovo premoč v slovenskem rallyju. V konkurenci mladih voznikov do 25 let starosti sta Martin

Čendak in **Rene Černigoj** na drugem in tretjem mestu, v enaki konkurenci med sovozniki pa je celotni zmagovalni oder v rokah ŠD Gas Kras! Jakob Markežič je prvak, takoj za njim pa sta uvrščena Nejc Cenčič in Klara Slejko, prvi predvsem na račun odličnega drugega dela sezone z voznikom Ambrožem Kavsom. **Janko Čebtron** se je v Diviziji 5 z Mitsubishijem Lancerjem Evo9 dvakrat zavihtel na 2. mesto, a so ga visoke končne uvrstitve stali številni odstopi zaradi različnih vzrokov. Zapiske sta mu letos izmenjaje brala **Manca Kačič** in **Andrej Kavčič**. Brata **Fakin**, **Klemen Rončel** in **Kristjan Ravbar** so nastopili le na posameznih tekmovanjih. Še najbolje je šlo Jerneju Fakinu, ki je z le dvema nastopoma skupno osmi v Diviziji 2.

Tudi na gorsko hitrostnih dirkah so se članice in člani kraškega dirkaškega kolektiva izkazali. Še posebej **Sanja Smrdelj** (Zastava Yugo Integrale), letos prepričljivo najhitrejša voznica v našem državnem prvenstvu, ki je nanizala impresivnih pet zaporednih zmag! Tako ji na zadnji dirki v Čedadu sploh ni bilo treba tekmovali. Skupno je v močni konkurenci na 9. mestu, v PF skupini 2 pa je druga. Tu je tik za njo **Bogdan Černač** (Zastava Yugo 1,8 proto). V PF skupini 1 pa je odlično dirkal **Dejan Mašera** (Fiat



850 Kawasaki), ki je povsem na vrhu zbral enako število točk kot legendarni **Milan Bubnič!** **Mitja Demšar** je na domači dirki v Ilirski Bistrici v tej skupini zasedel 2. mesto. Vsekakor je treba omeniti lep povratek **Erika Maglice**, sedmega v PF skupini 5B, ki je gorske dirke kombiniral z rallyjem, a je imel na prvih veliko več uspeha.

Krona sezone je gotovo skupni rezultat ŠD Gas Kras, ki je v rallyju drugi najboljši klub v državi! Odlični obeti za še korak naprej v prihodnje, ki pa bo zelo težak. Tudi tekme ne počivajo in prav izjemni boji v vseh skupinah so zaznamovali letošnjo tekmovalno leto.

VK

Foto: osebni arhiv

Pohod od jame do jame

Konec oktobra smo na Vojščici organizirali jesenski pohod Od jame do jame.

Številna udeležba pohodnikov in tudi veliko štirinožcev se je ob devetih zjutraj zbrala pred staro šolo na Vojščici, kjer smo razdelili energijske čokoladice (Leone in Alive), oreščke (Bimed), vodo za hidracijo (Agroliam) in kavo, kot se spodobí.

Pohod se je začel v smeri proti Nove-lu, kjer smo si najprej ogledali Lojzovo jamo in nato Klobasjo. In česa pri takšni jami seveda ne sme manjkati? Tako je, klobas! Tam je bila prva postojanka, da smo se malo okrepčali tudi s sendviči. Nato smo krenili do Temnice, kjer nam je vrata odprlo Jamarsko društvo Temnica

(JKT). Ogledali smo si njihov muzej, jamar **Luka** pa je opravil demonstracijo dviga in spusta po štriku. Zelo zanimivo!

Pot smo nadaljevali do Krompirjeve jame. In glej ga zlomka, kaj nas je pričakalo ob prihodu na površje? Krompir! Kuhan krompir v srajčki je tako preprosta, a dobra jed. To je bilo na jedilniku vojakov tistih časov vsak dan, drugega, žal, niso imeli.

Polni vtisov smo se vrnili na Vojščico, kjer nas je čakalo kosilo. Pašta in najboljši golaž, seveda nista manjkala kapljica rujnega in harmonika.

Hvala vsem donatorjem, Jamarskem klubu Temnica in Vaški skupnosti Vojščica.



ŠKT Farjovca
Foto: arhiv društva

Zmagovalec Winter time trophy time attack challenge 2024 v kartingu

V začetku novembra se je na Pisti Alberone v bližini Čedadada zaključilo tekmovanje za zimski pokal Time Attack Challenge, to je hitrostne dirke. Med tekmovalci se je najboljši odrezal **Angel Frančeškin**, voznik Motošportnega kluba AKT. S svojim 125 junior OKN motorjem na Pantano šasiji je postal letošnji

prvak, hkrati pa še sezonski podprvak v Time Attack Challengeu.

Čestitamo in želimo veliko uspeha še naprej.

Uredništvo
Foto: Motošportni klub AKT



Pohod Sela na Krasu–Jamlje–Sela na Krasu

Letos smo že sedemindvajsetič izpeljali pohod Sela na Krasu–Jamlje–Sela na Krasu.



Okrog tristo pohodnikov se je iz Sel na Krasu spustilo v Jamlje, kjer sta jih čakala topla čaj in prigrizek. Nato so se pohodniki povzpeli proti Kremenjaku, kjer so se lahko nekoliko oddahnili in okrepčali.

Trasa se je nadaljevala proti Koritom na Krasu. Med potjo so lahko pohodniki občudovali lepe jesenske barve. Tudi na tem koncu trase so domačinke poskrbele za najbolj suha usta in prigrizek.

Na cilju v Selah na Krasu so pohodniki dobili topel obrok obogaten z glasbo domačih harmonikarjev. Že tradicionalno

smo po kosilu izpeljali športne igre za prehodni pokal.

Zahvaljujemo se vsem, ki so kakor koli pomagali, da se je pohod izpeljal. Posebna zahvala pa gre podjetju BIMED Suho sadje & oreščki, ki je poskrbelo, da pohodnikom ni zmanjkalo energije, Kmetiji Švagelj, da pohodniki niso imeli suha grla in Pri Krčarju za topel obrok na koncu pohoda.

Turistično Društvo Dren

Uspešni gimnastičarji iz TŠD Orehovlje

V dobrih dveh mescih so se naši gimnastičarji udeležili kar dveh mednarodnih tekem in štirih domačih v skokih na veliki prožni ponjavi, skokih z male prožne ponjave ter akrobatiki.

Kakor pestro se je začelo šolsko leto, prav tako ostaja naporen, a uspešen jesenski del sezone za športnike iz gimnastične sekcije TŠD Orehovlje.

Pokal Slovenije za Yenny, prva zmaga za Jakoba

Zadnje septembrsko soboto je v Športni dvorani Lukna potekalo 3. odprto prvenstvo ŠD Center Maribor in 3. tekma za Pokal Slovenije v skokih z male prožne ponjave. V konkurenci cicibanov je **Jakob Sterle** dosegel svojo prvo zmago, cicibankam **Viki Nikolavčič**, **Eli Prinčič** in **Niki Kodela** se tekma ni izšla po načrtih, a so kljub nekaj manjšim napakam končale tekmo na 9., 11. in 14. mestu. Mlajše deklice so zmagale s prednostjo velikih 11 točk, pet od šestih članic ekipe pa se je uvrstilo v prvo deseterico. **Yenny Nemeč Almonte** je tekmo zmagala pred **Nejo Grobiša**, **Iza Lavrenčič** je dosegla 7., **Evelin Prinčič** 8., **Neža Sterle** pa 10. mesto. Mladinka **Klara Uršič** je dosegla odlično 6. mesto, član **Eldar Imamović** pa je z veliko lažjimi skoki od konkurence pristal na 4. mestu.

Yenny je s tretjo zmago na treh tekmah osvojila naslov zmagovalke Pokala Slovenije v skokih z male prožne ponjave že drugo leto zapored.



Zmagovalka Pokala Slovenije v skokih z male prožne ponjave Yenny Nemeč Almonte, Maribor 2024

Nastop na Češkem

Slovenski reprezentantki Yenny Nemeč Almonte in **Lana Dolinar** sta oktobra s trenerjem **Jakobom Petrovčičem** in ostalimi reprezentanti iz Renč, Ljubljane in Celja odpotovali v Jablonec nad Nissou (Češka), kjer so se udeležili 51. International Friendship Cupa. Dekleti sta prvič zastopali barve slovenske reprezentance. Tekme se je udeležilo kar 370 tekmovalcev iz 17 držav. Puncama se ni izšlo vse po načrtih, vendar sta obe zadovoljni s svojima nastopoma, saj sta prvič izvajali nove in težje vaje.



Yenny Nemeč Almonte in Lana Dolinar na Češkem

Celje: 3. odprto prvenstvo v skokih na veliki prožni ponjavi

V Celju je potekalo 3. odprto prvenstvo v skokih na veliki prožni ponjavi. Tekme se je udeležilo 12 tekmovalcev iz TŠD Orehovlje. Ciciban Jakob Sterle je pristal na odličnem 9. mestu. Cicibanka Eli Prinčič je prav tako pristala med deseterico, in sicer na 6. mestu, z ekipo (Nika Kodela, **Sara Komel**, **Emili Černe Rakita**) pa so tekmo končale na 5. mestu.

Mlajša deklica Yenny Nemeč Almonte je k svojim uspehom dodala še eno zmago. Z ekipnimi kolegicami (Neža Sterle, Evelin Prinčič, **Neja Grobiša**, Iza Lavrenčič) pa so se razveselile še ene zlate medalje.

Najstarejši punca – mladinka Klara Uršič in starejša deklica Lana Dolinar – sta imeli nekaj težav z manjšimi poškodbami, kar je privedlo do malce slabših rezultatov, a punca že pridno trenirata in se pripravljata na naslednje tekme.



Mlajše kategorije z legendo slovenske gimnastike Sašom Bertoncljem, Celje 2024

Trst: 1. International U.S. Acli Trampoline Cup

V Trstu (Italija) je potekala druga mednarodna tekma v oktobru, 1. International U.S. Acli Trampoline Cup, ki so se je udeležile tri punce iz društva. Yenny Nemeč Almonte in Neja Grobiša sta tekmovali v kategoriji deklet 11–12 let. Yenny je dosegla vrhunsko 2. mesto, Neja pa 16. V kategoriji deklet 13–14 let je Lana Dolinar zasedla odlično 5. mesto.



Yenny Nemeč Almonte in Neja Grobiša na podelitvi v Trstu

Škofije: državno prvenstvo v akrobatiki

Državnega prvenstva v akrobatiki se je udeležilo nekaj manj tekmovalk in tekmovalcev kot običajno. Ciciban Jakob Sterle je postal državni prvak, mlajša deklica Yenny Nemeč Almonte je tekmo končala na 5. mestu, ekipa cicibank (Emili Černe Rakita, Nika Kodela, Sara Komel, Eli Prinčič in Viki Nikolavčič) pa 4. mestu.



Državni prvak v akrobatiki 2024 Jakob Sterle, Škofije 2024

Nastop ob 120-letnici Telovadnega društva Sokol Brežice

Novembra se je sedem deklet in nekaj spremljevalcev iz društva udeležilo nastopa ob 120. obletnici delovanja Telovadnega društva Sokol Brežice. Dekleta so nastopila na airtracku, kjer so pokazale svoje akrobatske sestave, ter na mali prožni ponjavi. Društvo iz Brežic se udeležuje tekem v orodni gimnastiki v sklopu Praznika špargljev. Na poletnih pripravah v Premanturi že nekaj let sodelujejo z gimnastičarji in gimnastičarkami TŠD Orehovlje, kot aktivni člani pa sodelujejo pa tudi v Sokolski zvezi Slovenije.

Ob častitljivi obletnici delovanja je članica upravnega odbora TŠD Orehovlje **Martina Tribušon** predsedniku TD Sokol Brežice **Dragu Žerjavu** izročila tudi spominsko plaketo.

Renče: 12. odprto prvenstvo v skokih na veliki prožni ponjavi

Zadnja novembrska sobota je poskrbela za zaključek sezone 2024 v skokih na veliki prožni ponjavi. 13 deklet in en deček iz društva so se udeležili tekme v Renčah.

Cicibanke Viki Nikolavčič, Nika Kodela, Eli Prinčič, Emili Rakita Černe in Sara Komel so dosegle ekipno 4. mesto, ciciban Jakob Sterle pa 16.

Mladinka Klara Uršič je za las zgrešila finalni nastop in zaključila na 7. mestu, starejša deklica **Lara Komel** pa je kljub bolečinam v gležnju odlično odskakala in končala na nevhvaležnem četrtem mestu.

Ekipa mlajših deklic v sestavi Yenny Nemeč Almonte, Neja Grobiša, Evelin Prinčič, **Aida Zotti**, Iza Lavrenčič in Neža Sterleje tekmo zaključila na tretjem mestu, Yenny pa je tudi tokrat, kljub napaki, zmagala.

S tretjo zmago je Yenny osvojila Pokal Slovenije v skokih na veliki prožni ponjavi v kategoriji mlajših deklic že drugo leto zapored, v sezoni 2025 pa bo pokal napadala kot najmlajša v kategoriji starejših deklic.

Tekmovalna sezona 2024 je za gimnastično sekcijo TŠD Orehovlje končana, za zaključek pa so pripravili še Gimnastično akademijo, ki je bila konec decembra v Domu krajanov Negovana Nemca v Biljah, kjer so predstavili svoje akrobacije še domači publiki.

Jakob Petrovčič, trener gimnastike pri TŠD Orehovlje
Foto: arhiv društva



Yenny Nemeč Almonte, zmagovalka Pokala Slovenije 2024 v skokih na veliki prožni ponjavi, Renče 2024

Prazniki – popolni užitek ali nepotreben stres?

Prazniki so čas družinskega druženja, zabave in veselja. So priložnost, da se sprostimo, jemo dobro hrano in se za nekaj časa ustavimo od vsakdanjega življenja. Za mnoge živali pa so prazniki čas stresa in tesnobe. Postavljene so pred situacije, ki jih ne poznajo. Če razumemo, kaj pri naših hišnih ljubljenceh sproži tesnobo, se lahko izognemo resnim težavam.

Božični okraski

Krašenje doma je del praznikov. Mnogi ljudje v tem obdobju leta popolnoma preoblikujejo svoje domove. Živali, ki trpijo zaradi tesnobe, lahko najdejo tolažbo v znanih stvareh in načinu, kako je soba urejena. Ko se to spremeni, postanejo nemirni, celo agresivni. Da bi bilo vašim ljubljencem lažje, lahko krasite svoj dom postopoma. Imejte varno mesto, ki mu je vedno na voljo na določeni lokaciji.

Obiskovalci

Prazniki so pogosto čas, ko nas obiščejo ljudje, ki jih preostali del leta ne vidimo. Nekateri psi imajo radi goste in jih toplo pozdravijo, drugi se jim pa raje izognejo. Če imate psa, ki je sramežljiv do tujcev in ima raje svoj prostor, ga ne silite v druženje. Lajanje ali renčanje je znak tesnobe psa. Ne kričite nanj in ga ne kaznujte, saj boste s tem povečali njihovo tesnobo. Raje ga odstranite iz situacije, ki ga obremenjuje.

Sprememba rutine

Naši ljubljenci imajo radi rutino, saj jim prinaša varnost in udobje. Živali se zelo dobro znajo navaditi na našo vsakdanjost. Če imate običajno dnevno rutino, je ne spreminjajte preveč med prazniki. Če se boste čim bolj držali svojih običajnih navad, boste nekoliko ublažili stres vašega psa ob drugih spremembah v vašem domu skozi vse leto.

Pomanjkanje vadbe

Vsi psi potrebujejo dnevno vadbo, da ostanejo fizično in duševno zdravi. Zelo pogosto se ljudje zatopimo v praznike in pozabimo na sprehod. Psi, ki se pre malo gibljejo, bodo polni energije in jo bodo porabili za neželena vedenja – žvečenje, lajanje, kopanje in druge uničujoče navade.

Ognjemeti

Ognjemeti so postali značilnost praznikov, vendar so za mnoge živali velik vzrok za tesnobo. Psu lahko poskusite

zmanjšati občutljivost na ognjemete s posnetki zvokov njihovega sprožanja. Izogibajte se sprehodom po temi, ko je verjetneje, da se bo ognjemet sprožil. Dajte televizor bolj na glas in zaprite vsa vrata v hiši, da zmanjšate hrup. Imejte varen prostor, kamor se lahko vaš pes skrije.

Ločitvena tesnoba

V nasprotju s tistimi psi, ki med prazniki preživijo s svojimi lastniki več časa kot običajno, bodo nekateri prisiljeni več časa preživeti sami. Da mu zmanjšate stres, lahko psa vzamete s seboj, kadar koli je to mogoče. Pustite prižgan televizor ali prižgano luč. Preden ga zapustite, psa dobro sprehodite, da bo utrujen in lažje zaspal.

Prekomerna stimulacija

Psi so lahko nekoliko podobni majhnim otrokom, ko gre za pretirano vznemirjenje med prazniki. Ko postane preveč stimuliran, lahko izgubi samokontrolo. Postane lahko posesiven zaradi igračk ali novega živila (kot je kost). Da bi se izognili tej težavi, omejite, koliko novih stvari se zgodi naenkrat. Če dobi novo igračko ali žvečilko, mu zagotovite varno mesto, kjer lahko nemoteno uživa. Psa peljite na običajne sprehode, da se sprosti.

Otroci

Medtem ko nekateri psi živijo z otroki vse leto, jih bodo nekateri srečali le med prazniki. Številnim otroci niso samodejno prijetni, prav tako se vsi otroci ne znajo obnašati v bližini psa. Če se vaš pes le redko srečuje z otroki in ob njih kaže kakršne koli znake napetosti, ga ne silite v stik z njimi. Raje mu zagotovite varen prostor ali sobo, kjer ni otrok, ko so v hiši obiskovalci. Otroke, ki razumejo vedenje psa in so bili poučeni, kako pravilno komunicirati z njim, lahko predstavite svojemu psu, vendar le, če vaš pes to želi.

Družinske napetosti

Na žalost so lahko prazniki poleg veselja tudi čas napetosti. Med prazniki smo



lahko pod stresom od iskanja pravega darila do priprave popolnega obroka. Morda poskušamo prikriti svojo tesnobo, vendar naše živali to opazijo. Najboljše, kar lahko storimo zanje je, da se čimbolj držimo običajne rutine. Božanje živali nam pomaga lajšati lastno tesnobo, zato je to rešitev, ki lahko pomaga tako ljudem kot našim hišnim ljubljencem.

Pomanjkanje spanja

Vsi se lahko počutimo pod stresom, ko ne spimo dovolj in enako velja za pse. Če živali nimajo dovolj počitka, lahko postanejo nemirne, izgubijo samokontrolo in postanejo čemerne. Med počitnicami psi morda težje spijo, ker jih nenehno motimo. Njihova postelja naj bo na mirnem mestu, stran od prometnih poti, kot so hodniki ali kuhinja. Opozorite goste, naj psa ne motijo med počitkom. Za tesnobne pse je zabojev morda bolj primeren kot postelja za spanje. Strani zabojev pokrijte z odejo, če je odprt, da ustvarite prijeten brlog. Poskrbite, da se vaš pes dovolj giblje, da bo utrujen in bo tako lažje zaspal.

Želimo vam pravilne božične praznike ter srečno in uspešno novo leto!

Besedilo in foto: Jana Zavrtanik, dr. vet. med.

V teh prazničnih dneh, ki iz zimske sivine pričarajo svet luči in upanja, je prav, da se spomnimo še posebej tistih, ki so sami, bolni, osamljeni in žalostni. Naj bo ta božični čar darilo vsem. Poklonimo si čas miru in sproščenosti, drug drugemu pa pozornosti, ki nam bodo ostale blizu vse leto.

Želim vam blagoslovljen božič, v novem letu pa obilo veselja, radosti, zdravja in sreče v novem letu, saj bo le tako novo leto 2025 za vse in v vsem uspešno leto.

Ne pozabimo tudi na ponosno praznovanje dneva samostojnosti in enotnosti, dneva, ko smo se odločili kot en in enoten narod za svojo državo, državo Slovenijo.

Vse dobro v letu 2025.

Mauricij Humar

Mauricij Humar, župan

VELIKO
ZDRAVJA IN
VESELJA.

NAJ
BO LETO
PRIJAZNO
ZAVSE.

TO JE
LETO NOVIH
ZAČETKOV.

USPEŠNO
NA NOVI
POTI.

MIR
VSEM
LJUDEM.