

glasilo

Občine Šempeter-Vrtojba



Občinski projekti

**Dosledno ločevanje
odpadkov za nižje
položnice**

Popotovanje po Turčiji

Barbarina zgodba



zima 2020

december 2020

Spoštovane občanke, cenjeni občani!



Prazniki so pred vrati. Kot večina leta bodo tudi ti precej drugačni od tistih, ki smo jih bili vajeni doslej, saj je epidemija Covid-19 pustila pečat na vseh ravneh našega življenja. V naši občini se sicer ne soočamo z zelo veliko okužbami, za kar gre gotovo zahvala vsem, ki se ukrepov, ki so nam naloženi, držite in priporočila upoštevate ter tako varujete lastno zdravje in zdravje drugih. Občina se skupaj z občinsko civilno zaščito trudi, da bomo lahko ta neobičajni in za marsikoga težki čas skupaj kolikor toliko znošno preživeli. Ko bo mimo, ga bomo gotovo prav hitro pozabili. Življenje bo po koronavirusu namreč teklo dalje in tudi od zdajšnjega ravnanja je odvisno, kako hitro se bo celotna družba, pa tudi mi sami, spet postavila na noge.

Nekaj podobnega glede tega, da je od sedanjega ravnanja odvisno, kako bodo stvari v nadaljevanju tekle, lahko rečemo tudi za organizacijo obveznih občinskih javnih služb ravnanja z odpadki. Kot najbrž že veste, je občinska uprava občinskemu svetu predlagala, ta pa je to potrdil, da gospodarsko javno službo zbiranja določenih vrst komunalnih odpadkov po novem letu začnemo izvajati z lastnim režijskim obratom. Komunalne odpadke nameravamo zbirati na zelo podoben način kot doslej. Gospodinjski uporabniki in

manjši poslovni uporabniki jih boste še naprej izvajalcu javne službe prepuščali v zabojnikih in zvonovih na občinskih ekoloških otokih. Treba pa se bo dosledno držati tega, da boste prepuščali svoje komunalne odpadke le na tistem prevzemnem mestu, ki vam bo dodeljeno, ali v zbirnem centru, ki ga bomo na novo vzpostavili na občinskem kamionskem parkirišču ob hitri cesti. Odpadke bo z prevzemnih mest odvažal izvajalec, ki ga bomo izbrali z javnim razpisom, ki je trenutno še v teku. Ponudbe smo že prejeli, v kratkem pričakujemo podpis pogodbe z izbranim izvajalcem.

Tako zbrani komunalni odpadki se bodo predhodno skladiščili v zbirnem centru in v čim krajšem času oddali v nadaljnje ravnanje. Za izvajanje gospodarskih javnih služb obdelave in odstranjevanja ostanka mešanih komunalnih odpadkov je občina že podpisala koncesijsko pogodbo z družbo Kostak iz Krškega, ki upravlja z ustreznim centrom za obdelavo odpadkov in odlagališčem. Koncesijska pogodba je sklenjena za 5 let, cena obdelave in odlaganja pa znaša 122 EUR na tono brez DDV, kar je nekoliko manj kot doslej (146 EUR na tono). Prevoz bo stal dodatnih 12 EUR na tono brez DDV in tudi doslej ni bil vštet v ceno. Stroški, ki jih bo izvajalec javne službe še imel, so v glavnini vezani na nadaljnje ravnanje z biološkimi odpadki. Biološke odpadke je treba odpeljati do kompostarne in plačati zato, da jih predelajo v kompost. Stroške nadaljnjega ravnanja z biološkimi odpadki ocenjujemo na 100 EUR na tono brez DDV. Podobno je treba plačati tudi stroške nadaljnjega ravnanja s kosovnimi odpadki, ki so pretežno deli pohištva in se meljejo ter običajno termično obdelajo (sežgejo). Za skoraj vse ostale odpadke, ki se zbirajo kot komunalni, so v Sloveniji predpisane tako imenovane sheme ravnanja z odpadki. Družbe, ki so pooblaščenice za nadaljnje ravnanje z odpadki v shemah, jih praviloma od izvajalca javne službe zbiranja prevzemajo brezplačno.

Občinska uprava je podrobno pregledala predpise s področja ravnanja z odpadki in si tudi ogledala na terenu primere dobrih praks pri različnih izvajalcih javne službe v različnih slovenskih občinah. Prepričani smo, da je izbrani način za našo občino najprimernejši, saj bomo imeli na tak način najboljši nadzor nad načinom izvajanja javne službe in kvaliteto samih storitev za uporabnike. Poleg

tega pa ni zanemarljivo dejstvo niti to, da je mogoče na tak način organizirati javno službo stroškovno najbolj učinkovito. Delo seveda ni vedno preprosto, zahteva veliko znanja in pripravljenosti na novo učenje, bo pa taka odločitev gotovo prinesla rezultate, ki bodo vidni. O podrobnostih načina izvajanja obvezne občinske gospodarske javne službe zbiranja določenih vrst komunalnih odpadkov vas bomo še veliko obveščali. V kolikor bomo vsi skupaj še bolj dosledni pri ločevanju in pravilnemu prepuščanju odpadkov, vam zagotavljam, da se bo to poznalo na položnicah za smetarino tako, da se bodo le-te znižale.

Velik dosežek, ki smo ga pred kratkim dosegli občine ožje Goriške, na območju katerih javno podjetje Vodovodi in kanalizacija Nova Gorica izvaja gospodarski javni službi oskrbe s pitno vodo in odvajanja ter čiščenja odpadne komunalne in padavinske vode, je podpis medsebojnega sporazuma o skupni infrastrukturi. Skupno infrastrukturo predstavlja vodarna Mrzlek, vodovodni in kanalizacijski cevovodi, ki povezujejo vodarno z uporabniki in uporabnike s centralno čistilno napravo v Vrtojbi, ter seveda centralna čistilna naprava sama. S sporazumom smo občine opredelile, katera je skupna infrastruktura, kakšni so stroški, povezani z njo, in kateri uporabniki jih bodo v kakšnem deležu krili. S strani izvajalca javnih služb sedaj pričakujemo nov, s tem sporazumom usklajen predlog cen.

Občina Šempeter-Vrtojba je gospodarsko zelo razvita in tudi zaradi zagotavljanja ustreznih pogojev za delovanje gospodarskih subjektov se moramo truditi, da je občinska javna infrastruktura (ceste, kanalizacija, vodovod) dostopna in urejena, istočasno pa tudi, da stroški vzdrževanja (in s tem stroški na položnicah za vodo ter nadomestilo za uporabo stavbnega zemljišča) niso previsoki. Veliko del, ki so zato potrebna, je očem javnosti skritih, izvedbenih del pa – sem prepričan – ni moč spregledati.

V teh dneh se tako veselimo novozgrajenega krožišča pri Hoferju. Najbrž je odveč poudarjati, da bo novo krožišče veliko pripomoglo k prometni varnosti, pa tudi prometni pretočnosti. Podobno smo veseli tudi novozgrajene ceste in meteorne kanalizacije v poslovni coni Lavžnik. Dela se sicer na tem območju, ki je praktično že

napolnjeno s podjetji, s tem še niso zaključila, saj bo v naslednjih letih tu treba obnoviti še nekaj infrastrukture in namesto sedanjega zbirnega centra za odpadke urediti javno parkirišče za osebne avtomobile.

Razvijata se tudi poslovni coni Smete in Polje, kjer lahko z veseljem opazujemo nadaljevanje gradnje poslovnih prostorov. Ob tem ne gre spregledati večjih vlaganj družbe Intra Lighting, prav tako pa tudi ne vlaganj družbe Mahle Electric Drives Slovenija, ki v naslednjih 5 letih načrtuje za kar 150 milijonov evrov novih naložb. Seveda lahko pri nas še vedno dobijo priložnost tudi nova podjetja: za tista s področja industrije in podobnih dejavnosti je nekaj prostora v poslovni coni Polje, pretežno trgovska podjetja pa že izkazujejo interes v poslovni coni ob hitri cesti v Vrtojbi.

Za občino, ki ima veliko več delovnih mest kot delovno aktivnega prebivalstva, pa so pomembne tudi možnosti za kakovostno stanovanjsko oskrbo. Teh možnosti pri nas namreč ni veliko, zato je pomembno vsako območje, kjer bi stanovanjska gradnja bila možna. Eno od takih so zemljišča nekdanje drevesnice Lada, kjer se napoveduje postopna gradnja stanovanjskih enot različnih tipov. Čeprav pri tem občina ni direktno udeležena, pa pri načrtovanju naložb zasebnikov vedno sodeluje z usklajevanjem prostorskih načrtov in gradnjo potrebne komunalne infrastrukture.

Le-to postopoma prenavljamo in dograjujemo tudi v obstoječih stanovanjskih naseljih. Tako bomo v kratkem zaključili s prenovo kanalizacije na Ulici 9. septembra in Gramozni poti v Vrtojbi ter na Cesti goriške fronte in Vrtojbenski cesti v Šempetru. V naslednjem letu nameravamo nadaljevati z urejanjem kanalizacije in vodovoda še na Vrtojbenski ulici, Na Hribu in Cesti goriške fronte v Šempetru ter na Čukljah in Ulici 9. septembra v Vrtojbi. Naročili smo tudi že potrebno projektno dokumentacijo za gradnjo kanalizacije in prenovo vodovoda v Bazari ter prenovo kanalizacije na Lazah.

Zavezanost občine k projektom trajnostne mobilnosti je v jesenskih mesecih prinesla nove sadove. S pomočjo sredstev čezmejnega evropskega programa Slovenija-Italija je bila v okviru projekta MUSE pri

pošti v Šempetru urejena točka za izposojanje koles. Sistem je sicer treba še zagnati, ampak računamo, da bo to storjeno v kratkem. V naslednjem letu bo občina iz svojih sredstev tu zgradila še kolesarnico za shranjevanje koles in polnjenje električnih koles ter pripravila prostor za postavitve dveh polnilnic za električne avtomobile. Dela so že naročena.

Podobno so dela že naročena in izvajalec uveden v delo tudi za gradnjo dveh kolesarskih povezav v gornji Vrtojbi. Zgradili bomo dvosmerno kolesarsko povezavo ob Ulici 9. septembra od križišča za Laze do križišča s spomenikom in z vodnjakom na začetku Vrtojbice ter povezavo med Ulico 9. septembra in križiščem na vstopu v poslovno cono ob hitri cesti v Vrtojbi, ki bo potekala južno ob hitri cesti. Ustrezno bo urejeno tudi križišče proti Lazam.

Na drugem koncu Vrtojbice pa so se od zadnjega uvodnika pred tremi meseci nekoliko spremenile razmere v zvezi s socialnim centrom v Vrtojbi. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti je namreč razpisalo koncesijo za izvajanje javne službe oskrbe starejših. Na razpis se je prijavilo tudi podjetje Dom upravljanje iz Maribora, ki namerava od Družbe za upravljanje terjatev bank odkupiti nepremičnine socialnega centra v Vrtojbi. Občinski svet je družbi Dom upravljanje že podal izjavo, da soglaša z namenom te družbe, da bi v Vrtojbi izvajala javno službo varstva starejših. Rezultat javnega razpisa bo predvidoma znan v začetku naslednjega leta, družba Dom upravljanje pa napoveduje začetek izvajanja dejavnosti v letu 2022. Dom upravljanje namerava v Vrtojbi urediti dom upokoencev s 150 posteljami in poseben oddelek za dementne s 30 posteljami, urediti pa namerava tudi dnevni center za starejše. Želimo si, da bi z namero uspeli, tako bi se po desetletju vendarle objekti lahko uporabili za namen, za katerega so bili grajeni.

Seveda pa ni vse v asfaltu, betonu in projektih. Največja vrednost vsake občine so njeni ljudje z najrazličnejšimi talenti in znanji. Zelo nas je razveselil podatek, da je naša občina po številu diplomantov na prebivalca v samem slovenskem vrhu. Nekaj k temu pripomorejo tudi razpisane in dodeljene štipendije, s katerimi se trudimo omogočiti in olajšati srednješolsko izobraževanje in študij mladim

nadarjenim, pa tudi izdatna podpora izobraževalnim ter drugim kulturno-vzgojnim institucijam, ki delujejo na našem območju. S tem omogočamo, da znanje lažje in uspešneje delijo ter plemenitijo. Nenazadnje tudi s promocijo branja, kar nam je letos prineslo laskavi naziv branju prijazna občina.

Spoštovani!

Leto, ki se počasi izteka, se bo v zgodovino zapisalo kot eno najbolj težavnih let v zdravstvu, gospodarstvu in na številnih drugih področjih. Nenehno nas je preizkušalo in postavljalo pred nove izzive. Od nas je zahtevalo, da znamo iti čez sebe, čez svoje začetane poti in utečene vzorce. Tudi novo leto bo od vseh nas zahtevalo večjo prožnost in prilagodljivost, kot smo je bili vajeni doslej. A lažje nam bo, če nas bodo vodili spoštovanje, odgovornost, sodelovanje, medsebojna pomoč in solidarnost.

Ob prihajajočih božičnih praznikih vam zato voščim obilo miru in veselja. Vse lepe želje ob koncu leta pa naj bodo le želje po dobrem zdravju. Le če bomo vsi skupaj zdravi, bomo zmogli doseči zastavljene cilje in skrite želje.

Srečno 2021!

*Vaš župan
Milan Turk*

Uradne ure Občine Šempeter-Vrtojba:

Ponedeljek

8.00–12.00;

Sreda

8.00–12.00 in 14.00–16.30;

Petek

8.00–12.00.

Županove ure za občanke in občane so **vsako sredo** 15.00–17.00.

Termin si rezervirajte v tajništvu
T: 05 335 10 00.

Sprejem vlog in informacije:

Ponedeljek, torek in četrtek

8.00–15.00;

Sreda

8.00–16.30;

Petek

8.00–14.00.

www.sempeter-vrtojba.si

Drage bralke, dragi bralci!



Ponovno se vam oglašam iz zelo posebnega trenutka, ki nam je vsem nam toliko bliže, saj smo enega že uspešno prestali spomladi, vendar srčno upam, da je to zadnji tak trenutek omejitev, nejevolje, strahu in odtujenosti od medsebojnih odnosov, ki so za nas tako zelo pomembni.

Kako pogrešam srečanje s prijateljico, sproščujočo kavico v gneči ljudi, srečevanje nasmehov in izrazov obrazov, ki govorijo in se ne skrivajo za maskami ali pogledov spuščajo v tla, saj drug drugega ne prepoznavajo.

Ja, trenutek ni prav rožnat, lahko pa ga izkoristimo maksimalno pozitivno, se posvetimo družini in iščemo pozitivne plati posebnosti trenutka, ki nam bo tako ali drugače ostal za vedno v spominu.

Preskočili smo v ta čarobni december, ki bo letos res malce drugačen, ampak verjamem, da prav tako topel in krasen v objemu

najbližjih, tistih res pomembnih, ki z nami pišejo te izjemne zgodbe našega življenja.

Tudi v našem uredništvu je bilo delo tokrat malce drugačno, virtualno, brez stikov, ampak ne glede na to, smo ustvarili decembrsko številko in ponujamo vam kar nekaj zanimivega branja. Vabimo pa vas, da z nami soustvarjate spomladansko številko in nam na glasilo@sempeter-vrtojba.si pošljete vaše prispevke najkasneje do 26. februarja 2021.

Uživajte čarobni december na tako čaroben način, kot vam ga podarja to zanimivo 2020. Želim vam tople in prečudovite praznike. Vstopite v novo leto pozitivni, srečni in novim zmagam naproti.

*Lara Soban,
odgovorna urednica*

Štipendije v Občini Šempeter-Vrtojba

Štipendiranje v Občini Šempeter-Vrtojba ureja Odlok o štipendiranju. Na javni razpis, ki ga občina objavi v začetku šolskega oz. študijskega leta, se prijavi nekje do 16 kandidatov.

Pravico do štipendije lahko uveljavljajo dijaki in študenti, ki imajo stalno bivališče v Občini Šempeter-Vrtojba, so državljani RS, se redno šolajo in so v preteklem šolskem/studijskem letu dosegli povprečno oceno najmanj 4 oz. 8, ob vpisu v 1. letnik niso starejši od 17 let (dijaki) oz. 26 let (študenti) ... V kolikor so kandidati dejavni tudi na drugih področjih (kultura, šport, umetnost, izobraževanje ...), lahko z ustreznimi dokazili ob prijavi pridobijo nekaj več točk.

Letos je občina podelila 6 štipendij; dve za dijake in štiri za študente. Sicer pa občina povprečno štipendira po 16 dijakov in študentov letno (letos 18 štipendistov), za kar je rezerviranih 40.000,00 EUR proračunskih sredstev. Višina štipendije je odvisna od uspeha posameznika.

Dijaki in študentje, ki jih občina štipendira, se izobražujejo na zelo različnih področjih. Tako so na primer v tem šolskem letu prejemniki štipendij: 7 dijakov splošne gimnazije, 2 dijaka tehnične gimnazije, študenti slovenistike, umetnosti, glasbe, biotehničnih in ekonomskih ved, pedagogike in andragogike, medicine in farmacije.

*Ksenija Ušaj,
višja svetovalka za družbene dejavnosti*



Občina Šempeter-Vrtojba prejela naziv Branju prijazna občina

Združenje splošnih knjižnic, Skupnost občin Slovenije in Ministrstvo za kulturo so na Ta veseli dan kulture, 3. decembra 2020, že četrto leto zapored podelili nazive Branju prijazna občina. Naziv, ki je namenjen spodbujanju aktivnosti lokalne skupnosti za izboljšanje bralne pismenosti in kulture, je skupaj z drugimi sedmimi občinami prejela tudi Občina Šempeter-Vrtojba, saj je v svoji prijavi izkazala ustvarjalen in spodbuden odnos do knjige in branja ter zavedanje, kako pomembna je vloga lokalne skupnosti pri spodbujanju bralne kulture in bralne pismenosti.

Komisija je v oceni med drugim zapisala: "Občina Šempeter-Vrtojba dokazuje, da je dobro povezovanje občinskih javnih zavodov, društev in aktivnih posameznikov pomemben vidik skrbi za branje in bralno kulturo. Pri tem osrednjo vlogo pripisuje Goriški knjižnici Franceta Bevka, vzporedno pa ne pozabi na povezovanje s šolami, z vrtci, z JSKD Nova Gorica, s Centrom za dnevne aktivnosti starejših idr. Občina poleg bolj prepoznavnih projektov, kot so Bibliobus, Primorci beremo, POPslastice, financira tudi nevladne organizacije in posameznike, ki delujejo na literarnem področju. Nudi podporo samozaložnikom z nakupom njihovih avtorskih knjižnih izdaj, ki jih uporabljajo za protokolarna darila, podari šoli in vrtcu ter Centru za dnevne aktivnosti starejših. Projekte finančno podpira tudi v okviru dodatnih programov v Osnovni šoli Ivana Roba Šempeter pri Gorici in vrtcu (projekt Bralni palček, Naša mala knjižnica)."

Skupaj je od leta 2017 nazive Branju prijazna občina prejelo 46 občin. Naziv je veljaven tri leta, po tem obdobju pa prejemnica naziva strokovni komisiji ponovno predstavi rezultate na tem področju.

Občine so pomembni dejavniki pri spodbujanju branja. V času epidemije ravno branje in dostopnost do fizičnih in spletnih gradiv omogočata državljanom, da krepijo svojega duha,

bolj kakovostno preživljajo čas, ko je onemogočeno prosto gibanje, prav tako pa so lahko s pomočjo branja nadaljevali izobraževalne procese na daljavo. Knjižnice, kulturne in druge institucije v posameznih lokalnih skupnostih so se v tem času izkazale še za posebej pomembne. Javni natečaj Branju prijazna občina je nastal ravno z namenom, da občine spodbudi k aktivnemu delovanju v lokalni skupnosti in povezovanju med različnimi organizacijami za izboljšanje bralne pismenosti in bralne kulture. Občine v svoji vlogi izkazujejo odnos do knjižnične dejavnosti kot obvezne javne službe in predstavljajo tudi vse ostale dejavnosti lokalne skupnosti na področju branja.

Mateja Poljšak Furlan

Združenje splošnih knjižnic,
Skupnost občin Slovenije in
Ministrstvo za kulturo Republike Slovenije

podeljujejo

**OBČINI
ŠEMPETER-VRTOJBA**
NAZIV

BRANJU PRIJAZNA OBČINA

Vesna Horžen
predsednica
Združenja splošnih knjižnic

Peter Misja
predsednik
Skupnosti občin Slovenije

dr. Vasko Simoniti
minister za kulturo
Republike Slovenije

3. december 2020



ZD
ZDRUŽENJE SPLOŠNIH
KNJIŽNIC

Skupnost občin Slovenije
Association of Municipalities and Towns of Slovenia



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KULTURO



Dosledno ločevanje odpadkov za nižje položnice

Občina Šempeter-Vrtojba bo z novim letom, to je s 1. januarjem 2021, začela izvajati gospodarsko javno službo zbiranja določenih vrst komunalnih odpadkov z lastnim režijskim obratom. To bo sicer prineslo nekaj sprememb, ki pa jih lahko z malo truda s strani občanov obrnemo sebi v korist.

Po Odloku o načinu izvajanja obvezne občinske gospodarske javne službe zbiranja določenih vrst komunalnih odpadkov v Občini Šempeter-Vrtojba bo režijski obrat Občine Šempeter-Vrtojba kot izvajalec gospodarske javne službe najprej vzpostavil evidenco uporabnikov za potrebe zagotavljanja ustreznih prevzemnih mest in posod za odpadke ter obračunavanja storitev javnih služb. V ta namen boste vsi nosilci gospodinjstev prejeli v izpolnitev izjavo, kjer boste lahko odgovorili tudi, ali v vašem gospodinjstvu kompostirate biološko razgradljive komunalne odpadke v hišnem kompostniku in katero občinsko prevzemno mesto (ekološki otok) se vam za vaše gospodinjstvo zdi najbolj primerno uporabljati.

Glede na določila Uredbe o obvezni občinski gospodarski javni službi zbiranja komunalnih odpadkov je

treba mešane komunalne odpadke, biološke komunalne odpadke ter embalažo iz plastike, kovin in sestavljenih materialov zbirati po sistemu "od vrat do vrat". Za tak sistem se po določilih uredbe šteje tudi, če je prevzemno mesto namenjeno določenim znanim uporabnikom. Zato bodo vsem gospodinjstvom določena občinska prevzemna mesta (ekološki otoki). Enako bo izvajalec javne službe določil tudi prevzemna mesta (ekološke otoke) za komunalne odpadke iz papirja in lepenke (vključno z embalažo) in stekleno embalažo. **Uporabniki se bodo morali določenih prevzemnih mest držati in prepuščati svoje odpadke zgolj v posodah, ki jim bodo dodeljene. V te posode odpadkov ne bo smel odlagati nihče drug.**

Zaradi varovanja okolja je v Sloveniji predpisana hierarhija ravnanja z

odpadki. Od najvišje prioritete k najnižji si sledijo preprečevanje odpadkov, priprava za ponovno uporabo, recikliranje, drugi postopki predelave (npr. energetska predelava) ter odstranjevanje odpadkov. Če **ravnamo skladno s to hierarhijo, k varovanju okolja veliko pripomoremo tudi sami. Hkrati pa s tem pripomoremo tudi k zniževanju stroškov ravnanja z zbranimi komunalnimi odpadki in posledično k nižjim zneskom na položnicah.** Odstranjevanje odpadkov je namreč najdražji način ravnanja z odpadki in tudi najmanj prijazen do okolja. Zato **je najbolje, da količino odpadkov že doma kar najbolj zmanjšamo** tako, da:

- kupujemo preudarno,
- predmete za enkratno uporabo zamenjamo s tistimi za večkratno,
- nakupujemo s svojo trajnostno "embalažo", ki se lahko večkrat uporabi (vrečke za večkratno uporabo, npr. iz blaga ali papirja, košare ipd.),
- pravilno shranjujemo živila, da ostanejo čim dlje uporabna, preverjamo rok uporabnosti in kuhamo ustrezne količine, da ne zametujemo hrane.



Režijski obrat Občine Šempeter-Vrtojba

Ostale odpadke dosledno ločimo, saj so mešani komunalni odpadki najdražji. Z doslednim ločevanjem in odlaganjem odpadkov v zabojnike za ločene frakcije (papir, steklo, kovine, tekstil ...), mešane odpadke in biološko razgradljive odpadke bomo bistveno zmanjšali količine mešanih komunalnih odpadkov, ki jih moramo mehansko in biološko obdelati ter iz njih izločiti gorljivo frakcijo, preostanek pa odložiti na odlagališču. S tem pa bomo zmanjšali stroške, ki so povezani s predelavo, prevozom in odlaganjem in posredno tudi zmanjšali zneske na položnicah, ki jih bomo plačevali za predelavo in odlaganje. Z doslednim ločevanjem po drugi strani pridobivamo sorazmerno čiste frakcije, ki jih lahko ponovno uporabimo, recikliramo ali energetsko izrabimo, hkrati pa prihranimo dragocen deponijski prostor.

Le ob zavedanju, da smo sami odgovorni za svoje odpadke, in pripravljenosti, da za to nekaj storimo, bomo lahko sebi in svojim otrokom zagotovili čisto, urejeno in zdravo okolje ob vzdržnih stroških ravnanja. Odločitev je torej naša, od našega ravnanja je odvisno, kako bo potekala pot ravnanja z odpadki: na odlagališču ali v predelavi in koliko stroškov bo s tem povzročeni. Zato pomislimo, predem odložimo odpadke. **Le malo je**

potrebno, da odpadke usmerimo na pot recikliranja.

Za lažjo predstavo, **kaj stroškovno pomeni ločevanje odpadkov**, je tu nekaj konkretnih podatkov za nadaljnje ravnanje s komunalnimi odpadki, ki jih na prevzemnih mestih (ekoloških otokih) in v zbirnem centru zbere izvajalec javne službe:

- Z vso pravilno ločeno zbrano embalažo (plastika, papir, kovina, steklo) in embalažo iz sestavljenih materialov ter električno in elektronsko opremo izvajalec zbiranja skoraj nima dodatnih stroškov. Enako velja tudi za skoraj vse nevarne komunalne odpadke. Izvajalec zbiranja ima z njimi le stroške predhodnega skladiščenja, vse ostale stroške pa pretežno nosijo izvajalci tako imenovanih shem, ki imajo prihodke določene iz drugih virov.
- Biološko razgradljive komunalne odpadke izvajalec zbiranja oddaja v kompostiranje izvajalcem, ki imajo za to ustrezna predpisana okoljevarstvena dovoljenja. Cena kompostiranja se giblje v razredu 80 EUR/tono in narašča. V primeru, da ima gospodinjstvo svoj kompostnik in biološke razgradljive odpadke kompostira samo, tega stroška ne plačuje.

- Mešane komunalne odpadke zbiralec v nadaljnje ravnanje odvaža izvajalcu javne službe obdelave in odlaganja preostanka komunalnih odpadkov. Za občane Občine Šempeter-Vrtojba to storijo v centru za ravnanje z odpadki Kostak v Krškem. Cena obdelave in odlaganja se giblje skupaj s prevozom okoli 135 EUR/tono. Vsak kilogram embalaže, papirja, biološko razgradljivih odpadkov in nevarnih odpadkov, ki pristane med mešanimi komunalnimi odpadki, drastično poviša stroške nadaljnjega ravnanja z njimi.

Z ločevanjem odpadkov torej v prvi vrsti varujemo okolje. Odpadke ločujemo zase. In ne pozabimo: **ločevanje odpadkov ne zahteva veliko truda niti časa, le malo dobre volje.**

Mateja Poljšak Furlan

**Režijski obrat
Občine Šempeter-Vrtojba**
Trg Ivana Roba 3a
5290 Šempeter pri Gorici
T: 05 335 16 27
E: ro@sempeter-vrtojba.si

Uradne ure
ponedeljek in petek:
8.00–12.00
sreda:
8.00–12.00 in 14.00–16.30



Dokončana 1. faza protipoplavnih ukrepov na območju Čukelj in Zapučk



Občina Šempeter-Vrtojba je v sodelovanju z Ministrstvom za okolje in prostor ter z Direkcijo Republike Slovenije za vode uspešno uresničila prvi ukrep za zmanjševanje poplavne ogroženosti v porečju reke Vipave. V okviru čezmejnega in bilateralnega projekta VISFRIM, ki je sofinanciran v okviru Programa Interreg V-A Italija-Slovenija 2014–2020, je bila tako izvedena 1. faza protipoplavnih ukrepov na območju Čukelj in Zapučk. Ker je bil sistem odvodnje na tem območju neustrezen, je bil v tej fazi od obstoječega propusta na Zapučkih do Ceste na Čuklje razširjen obstoječi jarek. Poleg tega mu je bila spremenjena niveleta v dolžini okoli 471 m. Ob dokončanju

del je bil ustrezno urejen še vtok obstoječega cestnega jarka ter obnovljen obstoječi prepust vzdolž struge vodotoka. Izvedeni ukrepi v okviru investicije, vredne 265.892 EUR (od tega je 197.625,00 EUR sofinanciranih s strani Evropske unije), so izboljšali stanje za približno 160 prebivalcev zadevnega območja. Z dokončanjem 1. faze je že občutno zmanjšana možnost nastajanja materialnih in nematerialnih škod v času visokih voda reke Vipave in vodotoka Vrtojba.

V naslednjih fazah bo občina najprej izvedla novo meteorno kanalizacijo na Čukljah, za tem pa bo uredila še manjkajoči del odprtih jarkov proti razdelilni transformatorski postaji pod Caufovom. S tem bodo protipoplavni ukrepi na tem območju končani, objekti ne bodo več poplavno ogroženi, gradnja na stavbnih zemljiščih pa bo ponovno omogočena.

Mateja Poljšak Furlan

Novo krožišče pri Hoferju skoraj zaključeno

V Šempetru se končuje urejanje novega krožišča pri Hoferju. Zaradi velike prometne obremenitve, visokih hitrosti in nepreglednega terena, je prejšnje trikrako križišče s stališča prometne varnosti predstavljalo črno točko v občini. Novozgrajeno krožišče bo pripomoglo k povečanju prometne varnosti in prevoznosti, predvsem pa bo omogočalo lažje in varnejše vključevanje vozil s stranske smeri na glavno cesto v smeri Šempeter-Miren ter umirilo promet na obravnavanem območju. Glede na prostorske omejitve je podjetje Kolektor CPG, s katerim je občina sredi junija letos podpisala pogodbo v vrednosti 297.766,10 EUR z DDV, zgradilo enopasovno srednje veliko urbano krožno križišče z zunanjim premerom 40,0 m, uredilo površine za pešce ter postavilo novo javno razsvetljavo.

Z novo ureditvijo pa se je spremenil dostop do bližnjih kmetijskih površin. Ker priključek v krožišče po mnenju prometnih strokovnjakov ni bil ustrezna rešitev, bo uvoz na obstoječo poljsko pot, ki poteka ob glavni cesti, urejen na drugem mestu. Glede umestitve se bo občina posvetovala z lastniki tamkajšnjih zemljišč in priključek umestila tako, da jim bo najbolj ustrežal.

Mateja Poljšak Furlan



Občina Šempeter-Vrtojba uspešna na javnem pozivu Eko sklada za sofinanciranje izgradnje novih kolesarskih stez



projekt ter septembra 2020 za drugi projekt.

Projekt "Kolesarska pot med Vrtojbensko cesto in obvoznico"

V okviru projekta bo občina uredila pripadajočo kolesarsko povezavo v dolžini 966 m na območju med Vrtojbensko cesto in obvoznico ter tako izpopolnila kolesarsko omrežje na ravni občine. Kolesarska pot bo potekala po obstoječi poljski poti ob varovalni ograji avtoceste, ki hkrati služi za dostop do kmetijskih parcel ob vznožju nasipa AC, in se navezala na obstoječo kolesarsko infrastrukturo ob Vrtojbenski cesti in na območju MMP Vrtojba. Naložba vključuje:

- novogradnjo kolesarske poti,
- zasaditev zelene površine,
- ureditev prometne signalizacije,
- nabavo urbane opreme in
- ureditev odvodnjavanja.

Z novogradnjo kolesarske poti bomo povezali gospodarsko-poslovno cono Vrtojba in gospodarske cone Brežina s centrom Šempetra pri Gorici in z Vrtojbo, istočasno pa se z ukrepom dogradi kolesarska povezava Nova Gorica–Šempeter–Vrtojba–Miren. Ocenjena vrednost investicijskega projekta znaša 227.957,88 EUR, vrednost sofinanciranja pa 143.678,06 EUR.

Projekt "Kolesarska steza ob Ulici 9. septembra (zgornja Vrtojba)"

obravna izgradnjo manjkajoče povezovalne kolesarske povezave med Vrtojbo, Šempetrom in območjem gospodarsko-poslovnih con. Gre za ureditev odseka kolesarske steze na delu lokalne ceste na Ulici 9. septembra v Vrtojbi, med priključkom ceste Pod Lazami in priključkom ceste na Čuklje v dolžini 420 m. Na obravnavanem odseku je predvidena **ureditev enostranske dvosmerne kolesarske steze po levi strani obstoječe ceste v smeri proti Vrtojbi, vključno z zasaditvijo zelene površine, ureditvijo prometne**

Občina Šempeter-Vrtojba je bila v letošnjem letu uspešna s prijavo kar dveh investicijskih projektov na javni poziv 61SUB-LSKI19 Eko sklada, slovenskega okoljskega javnega sklada ter tako pridobila pravico do nepovratne finančne spodbude za izgradnjo dveh kolesarskih stez na območju občine v skupni višini 266.636,43 EUR. Znesek sofinanciranja predstavlja 80 % priznanih stroškov obeh investicijskih projektov, ki bosta sofinancirana na podlagi Odloka o programu porabe sredstev sklada za podnebne spremembe.

S projektoma Občina Šempeter-Vrtojba nadaljuje in nadgrajuje izgradnjo kolesarskega omrežja v občini s pomočjo evropskih sredstev in sredstev državnega proračuna, saj je občina konec lanskega leta že uspešno in v celoti počrpala 252.025,84 EUR evropskih sredstev in nacionalnega deleža iz Kohezijskega sklada za izvedbo spodaj navedenih investicijskih projektov:

- "Kolesarska pot v Bazari",
- "Ureditev deniveliranega križišča Ulice prekomorskih brigad in poti športni park s prometno ureditvijo pešcev in kolesarjev",
- "Ureditev ceste ter rekonstrukcija vodovoda in kanalizacije na Vrtojbenski cesti" ter
- "Gradbena in prometna preureditev avtobusnega postajališča v Vrtojbi",

sofinanciranih v okviru ukrepov trajnostne mobilnosti Operativnega programa evropske kohezijske politike za obdobje 2014–2020.

Občina bo torej že konec letošnjega leta pričela z gradbenimi deli izgradnje kolesarske poti med Vrtojbensko cesto in obvoznico ter kolesarske steze ob Ulici 9. septembra v zgornji Vrtojbi. Za oba investicijska projekta je občina konec meseca maja 2020 prejela odločbi o dodelitvi pravice do nepovratne finančne spodbude, pogodbo o izplačilu nepovratne finančne spodbude pa je občina podpisala avgusta 2020 za prvi

signalizacije in odvodnje kolesarske steze. Ocenjena vrednost investicijskega projekta znaša 201.439,61 EUR, vrednost sofinanciranja s strani Eko sklada pa 122.958,37 EUR.

Občina Šempeter-Vrtojba je prometno zelo obremenjena, saj se na tem območju prepleta več pomembnih prometnih poti. Razvita prometna infrastruktura je v občini pripomogla k razvoju gospodarskega življenja. Zaradi velikega števila delovnih mest in regionalne bolnišnice, pa tudi relativno goste poselitve, je tako območje precej obremenjeno tudi z dnevno migracijo in mirujočim prometom.

Poleg vzpostavitve pogojev za celostno načrtovanje, urejanje in upravljanje prometa je osnovni strateški cilj Občine Šempeter-Vrtojba takšna celostna prometna ureditev, ki bo zmanjšala potrebo po uporabi motornih vozil in posledično tudi težave s parkiranjem. Hkrati bo omogočala ekonomski, družbeni in gospodarski razvoj ter boljše sobivanje podjetij z občani, izboljšala se bo tudi kakovost življenja in bivanja v občini. Občina Šempeter-Vrtojba se je zavzela za višjo kakovost bivanja že s sprejetjem celostne prometne strategije čezmejne Goriške regije. Trajnostni razvoj pa občina vključuje tudi v večino ključnih strateških dokumentov.

Z ureditvijo kolesarske infrastrukture v okviru novih projektov in z že izvedenimi projekti občina dejansko izboljšuje pogoje za kolesarje in jim omogoča varno, dostopno in neprekinjeno kolesarsko povezavo, s tem pa tudi prebivalcem in obiskovalcem tega območja omogoča kakovostne pogoje za življenje. Občina tako dolgoročno prispeva k trajnostnemu okoljskemu in prostorskemu razvoju, k spodbujanju trajnostne mobilnosti ter k uravnoteženi in kvalitetni infrastrukturni opremljenosti občine.

*Nina Fiorelli Derman,
višja svetovalka za projekte*

Ureditev točke za izposajo koles v Šempetru



Naproti pošte v Šempetru je nastala točka za izposajo koles, ki bo delovala v sklopu sistema javne izposoje koles. Novonastala točka je del celovite ureditve območja, ki jo Občina Šempeter-Vrtojba načrtuje dopolniti še s kolesarnico za shranjevanje in polnjenje električnih koles ter polnilci za električne avtomobile.

Šempetrska točka za izposajo koles, kjer si bo možno izposoditi do 8 koles, se povezuje v mrežo osmih postajališč, od katerih jih je sedem na območju Mestne občine Nova Gorica. Denar za šest postaj mreže zagotavlja Mestna občina Nova Gorica, dve, med katerimi je tudi mesto v Občini Šempeter-Vrtojba, pa bo postavila Regijska razvojna agencija Severne Primorske v okviru evropskega projekta MUSE.

Poleg točke pri pošti v Šempetru bodo tako postajališča koles urejena še na obračališču pri solkanskem mostu, na Ulici Gradnikove brigade, v bližini Hitove poslovne stavbe na Delpinovi ulici, na Trgu Vrtnica pred nastajajočim mobilnostnim centrom v Novi Gorici, na križišču med kromberško vpadnico (R 613) in Ulico Vinka Vodopivca v neposredni bližini avtobusnega postajališča, v Rožni Dolini pri restavraciji Rusa hiša in na ploščadi pred OŠ Frana Erjavca. Sistem izposoje koles, ki bo zaživel konec leta, je združljiv z že obstoječim sistemom izposoje koles v sosednji Gorici (I), kar bo

omogočilo prebivalcem somestja Goric, da bodo sistem izposoje uporabljali na skupnem čezmejnem območju. Na vseh postajališčih bo skupaj 64 priklonih mest za navadna in električna kolesa. Na voljo bo 37 koles, od tega 26 navadnih in 11 električnih.

Izvajalec za vzpostavitev sistema izposoje koles je podjetje Nomago. Poleg same ureditve lokacij za izposajo koles, dobave in montaže postajališč, dobave električnih in navadnih koles bo poskrbel še za implementacijo informacijskega sistema za uporabnike ter uvedbo informacijskega sistema za podporo upravljavcu s sistemom za upravljanje odnosov s strankami, ki omogoča spremljanje in nadzor nad izvajanjem sistema izposoje koles, vzdrževanje in upravljanje sistema v obdobju 3 let z vsemi potrebnimi spremljajočimi aktivnostmi.

S postavitvijo točke za izposajo koles in z možnostjo razširitve mreže letih v skladu s celostno prometno strategijo Občine Šempeter-Vrtojba občina prispeva k zmanjšanju prometnih zastojev, zmanjšanju onesnaževanja okolja in hrupa ter spodbuja trajnostno mobilnost in pridobivanje energije iz obnovljivih virov.

Mateja Poljšak Furlan

Projekti RRA Severne Primorske v znamenju trajnostnega turizma, nizkoogljične družbe in zelenega gospodarstva



Trajnostni turizem, prehod na nizkoogljično družbo in zeleno gospodarstvo so prioritete Evropske komisije in bodo vodilo tudi v naslednji finančni perspektivi. RRA Severne Primorske, d. o. o., Nova Gorica zato izvaja številne projekte, vezane na to tematiko.

V sklopu projekta EnerMOB smo tako postavili polnilnici za električna vozila, v sklopu projekta MUSE pa v sodelovanju z Občino Šempeter-Vrtojba uredili točko za izposajo koles, ki bo delovala v sklopu sistema javne izposoje koles na območju Mestne občine Nova Gorica in Občine Šempeter-Vrtojba.

RRA Severne Primorske, d. o. o., Nova Gorica kot projektni partner

sodeluje tudi v projektu ECOCICLE, ki je sofinanciran iz programa Interreg Europe.

Med izvajanjem projekta smo se seznanili z dobrimi praksami na področju kolesarskega turizma in varstva okolja.

Ena od dobrih praks je čezmejna trasa Adriabike, ki je del mreže evropskih kolesarskih poti Eurovelo in povezuje Kranjsko Goro z Ravenno preko najatraktivnejših lokacij zgornjega Jadrana in italijansko-slovenske meje. V okviru Adriabike je mogoče koristiti storitvi "bicycle by bus" in "bicycle by boat". To pomeni, da lahko kolesarji uporabljajo javni prevoz (avtobus in ladjo) in sta jim tako omogočena varnejša prehajanje in dostopanje do celotne čezmejne trase ADRIABIKE, ki je rezultat čezmejnega projekta INTERBIKE in INTERBIKE II.

www.adriabike.eu/sl/

Druga dobra praksa izhaja iz Nemčije, kjer imajo kolesarjem prijazne nastanitve možnost prejema "Bett+Bike" certifikata.

Na spletnem mestu in mobilni aplikaciji "Bett+Bike" lahko kolesarji izbirajo med nastanitvami, ki so prilagojene za kolesarje (možnost ene nočitve, kolesarnica za shranjevanje koles, prostor za sušenje oblačil in opreme, informacije o regionalni ponudbi za kolesarski turizem, osnovni komplet za popravilo in informacije o servisnih delavnicah). Projekt se je pričel leta 1995 in je zajemal 216 nastanitvev. Danes je mogoče izbirati med 5.800 nastanitvami, kar kaže na vse večjo prepoznavnost in pomembnost kolesarskega turizma.

www.bettundbike.de/en/

Kot tretjo dobro prakso bi izpostavili "Kolesarjenje med drevesnimi krošnjami", ki ga ponujajo v belgijskem Limburgu, kjer se vožnja s kolesom spremeni v edinstveno izkušnjo. Gre za kolesarjenje na višini, kjer je postavljena 700 metrov dolga kolesarska pot, ki ponuja posebno doživetje. Pri vzpostavitvi kolesarske poti je sodeloval Zavod za upravljanje gozdov, da bi se tako preprečilo poseganje v naravno okolje. Kolesarska pot je na voljo od leta 2019, v letu 2020 pa so zabeležili že preko 200.000 turističnih obiskov.

Zadnja dobra praksa je LEBOPICNIC – piknik, ki je na voljo kolesarskim turistom v Franciji, in sicer na območju Mainte-et-Loire. Osredotoča na povezavo med gastronomijo in kolesarskim turizmom.

Gre za spletno tržnico, ki povezuje lokalne obrtnike in pridelovalce hrane. Kolesarji lahko koristijo piknik ponudbo in si preko spleta naročijo ekološko, lokalno pridelano hrano.

Projekt poleg kolesarskega turizma spodbuja lokalne pridelovalce hrane in ponudnike storitev.

www.lebonpicnic.com

Greti Manfreda



ECO-CICLE
Interreg Europe



EUROPEAN UNION
European Regional
Development Fund

Spletna trgovina OutletShop.si že drugič prejela nagrado za najboljšega spletnega trgovca!



10. novembra 2020 je podjetje Ceneje, d. o. o., zaključilo z izborom zmagovalcev zdaj že 9. tekmovanja za spletnega trgovca leta **Web Retailer Award**. V luči epidemioloških razmer je podelitev tokrat potekala v živo prek videokonference. Podeljenih je bilo 34 nagrad na regijski ravni, za katere se je letos potegovalo 381 spletnih trgovin. **Nagrajenci so bili izbrani na podlagi mnenj in ocen kupcev ter ocen 40-članske strokovne komisije.**

Že drugo leto zapored je nagrado prejela tudi spletna trgovina OutletShop.si, ki jo upravlja podjetje Flamingo založba, d. o. o., iz Šempetra pri Gorici.

Prioriteta je zadovoljna stranka

Rok Šuler, prokurist podjetja, je ob podelitvi nagrade povedal: "Veselimo se, saj smo se ponovno izkazali kot strankam najbolj prijazna trgovina. V preteklem letu smo še bolj zagreto delali in pripravili veliko izboljšav na nekaterih področjih, kar nam je kljub precejšnji konkurenci pomagalo pri ubranitvi naziva. Želeli bi se zahvaliti vsem zvestim strankam, ki so v naši trgovini prepoznale dodatno vrednost in nam namenile odlične ocene."

V spletni trgovini OutletShop.si ponujajo predvsem računalniško opremo, opremo in rezervne dele za mobilne telefone ter druge elektronske naprave. Izdelke dostavljajo po pošti na področju Slovenije, Hrvaške in Italije.

Rok Šuler

»Lokalno in sr(e)čno!«

Skupaj za bolj srčne in srečne praznike!

V vseh pogledih posebno leto 2020, ki nas je dodobra pretreslo in prevetrilo naše prioritete, se počasi izteka, a bo kljub vsemu zaznamovalo tudi prazničen decembrski čas. Mesec, poln veselega pričakovanja, načrtov in obdarovanja, ima letos nekoliko grenak priokus za vse, ki se v danih okoliščinah iz dneva v dan težje borijo za preživetje. Med njimi so tudi Goriški mali obrtniki in podjetniki, ki so s svojimi izjemnimi talenti, kreativnostjo in storitvami doslej samoumevno reševali naše vsakodnevne izzive, povezane z zdravjem in dobrim počutjem ter vsesplošnim kakovostnim življenjem. Zanje in posledično tudi za nas trenutno svet stoji, obarvan z ne prav svetlimi obeti. In prav dnevi, ki so pred nami, so priložnost, da času vdahnemo nekaj sonca in sreče.

Kaj, ko bi naše najdražje v prazničnem decembru razveselili z lokalnimi darili ter s tem podprli domače ustvarjalce, obrtnike in podjetja?

Razglejmo se naokrog. Obdaja nas mavrica ustvarjalcev, obrtnikov, umetnikov, pridelovalcev, športnih trenerjev, frizerjev, restavracij, kozmetičark ... Z nakupom lokalnega darila (izdelka, kupona, storitve) lahko domačim ponudnikom v teh težkih časih poklonimo nekaj optimizma, našim bližnjim pa s premišljenim izborom prazničnega darila, v katerega bomo vložili nekaj več truda in srca, pokažemo, da jih zares cenimo!

Da bi javnost spodbudili k izbiri prazničnih daril z dodano vrednostjo za skupnost, so na Območni obrtno-podjetniški zbornici skupaj s partnerji zasnovali kampanjo **LOKALNO IN SR(E)ČNO!** V ta namen so vzpostavili priložnostno spletno stran www.lokalnoinsrcno.si, na kateri lahko iz pestrega nabora lokalnih izdelkov in storitev izbiramo darila za naše najbližje. Ponudba se bo ves čas dopolnjevala in želja je, da lokalnoinsrcno.si v prihodnje postane trajno stičišče ponudbe in povpraševanja po izdelkih in storitvah lokalnega značaja.

In kot pravi direktorica OOO Nova Gorica Roberta Filipič: »Ne potrebujemo več časa, niti več denarja, le premišljena dejanja, s katerimi bomo naredili svet lepši in boljši. Naj bo vodilo tega meseca podpora drug drugemu in s tem lokalnemu gospodarstvu.«

Mateja Poljšak Furlan

Projekt "Slepota ni ovira za podjetništvo" nagrajen v Berlinu



V Sloveniji je približno 10.000 slepih in slabovidnih oseb, zaposlenih pa jih je le približno 6 %. V Primorskem tehnološkem parku so zato v sodelovanju z Medobčinskim društvom slepih in slabovidnih Nova Gorica (MDSSNG) med prvimi v Evropi izvedli projekt, ki z vključevanjem startup pristopov rešuje problem izključnosti te skupine iz kariernih priložnosti. "Slepota ni ovira za podjetništvo" je projekt, katerega cilj je to ranljivo skupino opolnomočiti za boljšo karierno pot, podjetniško udejstvovanje in tako tudi boljšo kvaliteto življenja. Projekt je na evropskem tekmovanju za spodbujanje podjetništva *European Enterprise Promotion Awards (EEPA)* zaradi inovativnosti dobil posebno nagrado, ki so jo včeraj slavnostno podelili na konferenci v Berlinu, seveda preko spletnih platform.

Tekmovanje EEPA poteka na dveh nivojih – na nacionalnem, kjer je skupaj tekmovalo 185 projektov, od katerih se jih je 50 prebilo na evropski nivo. Projekt "Slepota ni ovira za podjetništvo" je spomladi postal nacionalni zmagovalec, nato pa si v konkurenci projektov iz devetih držav prislužil še posebno nagrado v kategoriji **"Odgovorno in vključujoče podjetništvo"**. Ta kategorija prepoznava pobude, ki spodbujajo družbeno odgovornost podjetij med malimi in srednje velikimi podjetji ter podjetništvo med prikrajšanimi skupinami, kot so brezposelni, zakoniti migranti, invalidi ali ljudje iz etničnih manjšin. Podelitev je potekala pod pokroviteljstvom nemškega predsedovanja svetu EU na mednarodni konferenci v Berlinu, zaradi trenutnih razmer pa jo je bilo mogoče spremljati preko spletnih platform.

Slepe in slabovidne ljudi žal redko srečamo v delovnih okoljih. Poleg komunikacijskih ter orientacijskih ovir se pogosto soočajo tudi s problematiko družbenih stereotipov o slepoti. Delovna mesta, ki so bila rezervirana predvsem za slepe osebe (tipično je delovno mesto telefonista), zaradi novih tehnologij počasi izginjajo. Po drugi strani pa imajo nekatere slepe in slabovidne osebe podjetniške ambicije. In prav takšnim, ki želijo premikati meje, je treba omogočiti ustrezno podjetniško podporo, da bi lažje in na učinkovit način zagnali svoje podjetje.

Primorski tehnološki park je v sodelovanju z MDSSNG razvil startup pristop za razvoj kompetence podjetnosti za slepe in slabovidne iz celotne Slovenije. Udeleženci projekta so ob podpori startup podjetnikov in podjetniških

mentorjev pridobili sodobna znanja, kako zaznavati nove priložnosti in kritično razmišljati, spoznali multidisciplinarne pristope, reševali konkretne probleme na inovativen način, razvijali samoiniciativnost ter samozavest, se naučili predvidevati, vrednotiti in sprejemati odločitve, preizkusili delo v timu, spoznali možnosti poklicne in strokovne orientacije. Podjetniški pristop prispeva k prepoznavanju poslovnih priložnosti in povečanju možnosti samozaposlitve in zaposlitve tudi za to ranljivo skupino. Te sposobnosti jim bodo v pomoč tako pri njihovem vsakdanjem življenju kot na delovnem mestu.

Od leta 2018 je bilo v ta namen organiziranih 25 dogodkov, ki so se jih udeležili skupaj 103 udeleženci. Pri tem je sodelovalo 12 podjetniških mentorjev, 24 podjetij in institucij. **Program je potekal pod okriljem projekta LAS – v objemu sonca.**

Med izstopajoče aktivnosti lahko uvrstimo **startup vikend za slepe in slabovidne**, ki se je izvajal oktobra 2019. V času splošne karantene zaradi Covida-19 aprila 2020 pa je Primorski tehnološki park organiziral dvodnevni intenziven sklop delavnic za slepe in slabovidne na temo spletne trgovine. Tudi MDSSNG nadaljuje s tovrstnimi delavnicami za svoje uporabnike. Prvi v seriji webinarjev – tokrat na temo spletnega poslovanja – je potekal že 19. novembra 2020.

Da je tema izključenosti slepih pereča, so pokazali tudi mladi udeleženci tekmovanja POPRI 2020, ki so razvili 3D pisalo za pomoč slepim in slabovidnim pri študiju in se bodo z njim potegovali za zmago na evropskem tekmovanju v podjetnosti za mlade EUSALP.

"Slepota ni ovira za podjetništvo" je projekt, ki naslavlja pereč problem izključenosti ranljivih skupin iz procesa zaposlovanja. Rešuje ga na način, kot se ga poslužujejo najbolj napredni startup podjetniki, kar predstavlja novost, ki je bila med udeleženci zelo dobro sprejeta. Ker vključuje podjetja in podporno okolje, predstavlja model, ki je primer dobre prakse in ponovljiv tudi v drugih okoljih v Evropi.

Marjana Simčič Humar

Delo Civilne iniciative Vrtojba

Pred letom in pol je bila ustanovljena Civilna iniciativa Vrtojba z namenom reševanja perečih problemov v domačem kraju Vrtojba. Zadali smo si, da bomo rešili dva pereča problema: oživitev že 10 let propadajoče stavbe v dolnji Vrtojbi, namenjene domu starejših občanov, in reševanje problematike proizvodnje asfaltne baze, ki s svojim delovanjem vsak dan onesnažuje okolje in ogroža zdravje ljudi.

Pri reševanju problematike doma smo kar uspešni. Dom je bil s strani DUTB prodan družbi Dom upravljanje iz Maribora. S podporo sedanje vlade in primorskih poslancev, ki so to problematiko uvrstili med prioritete, je podjetje v postopku pridobivanja koncesije in javnega naročila opreme.

Upamo in želimo si, da bi v letu 2021 dom resnično zaživel!

Druga naloga, problematika asfaltne baze, je zahtevnejši problem, težje rešljiv, saj je problematika kapitala nad zdravjem ljudi! Asfaltna baza, ki je v lasti CPG Kolektor, vsak dan zastruplja ljudi in okolje, kar zelo občutimo krajan, ki živimo v njeni neposredni bližini. Preko celega dne opazujemo dim, ki se vali iz dimnika z nevzdržnim smradom po bitumnu, črn prah pa je po okenskih policah in gotovo tudi po zelenjavi na okoliških poljih. Nikjer v Sloveniji ni asfaltne baze sredi ali na robu vasi, tik pred dvoriščem stanovanjskih hiš. Ropot velikega števila tovornjakov, ki prihajajo in odhajajo iz asfaltne baze, je za bližnje stanovalce zelo moteč.

Zavedamo se, da imamo sami člani Civilne iniciative premalo znanja za reševanje te problematike, zato smo se povezali za agencijo Alpe Adria Green z Jesenic, ki ima večletne izkušnje s podobno problematiko.

Sami smo se obrnili na vse možne inšpekcijske službe v regiji in državi, saj se proizvodnja asfalta na tej lokaciji odvija brez okoljevarstvenega dovoljenja in brez presoje vpliva

na okolje. Asfaltna baza deluje na podlagi gradbenega dovoljenja iz leta 1973. Kljub temu, da se je proizvodnja asfalta zelo povečala, pa v vseh teh letih ni bilo nobene posodobitve za manjše izpuste strupenih snovi v okolje. Pristojne inšpekcijske državne službe ne morejo ukrepati, ker za to nimajo zakonske podlage. Več kot leto in pol nismo dobili nobenega odgovora od nobene inšpekcijske službe, zato smo se z odprtim pismom obrnili tudi na ministra za okolje in prostor Andreja Vizjaka.

Glede na vse neodzivnosti smo se odločili, da bomo s pomočjo družbe Alpe Adria Green naročili izvedbo meritev izpusta trdnih delcev PM, vsebnosti nitritov, solfitov, sulfatov, fosfatov in težkih kovin, ki ogrožajo naše zdravje, pa tudi meritve hrupa.

O delu Civilne iniciative vas bomo redno obveščali.

Spoštovane občanke in občani, ostanite dobri, dobro in zdravo v letu 2021!

Franica Koglot,
članica Civilne iniciative

V času korone uredili spomenike

V času epidemije se je svet ustavil. Javno življenje je zamrlo, zato Krajevna organizacija zveze borcev za vrednote NOB Vrtojba v letošnjem letu ni izpeljala tradicionalnega pohoda Mohorini-Trstelj in Krajevnega praznika Vrtojba. Člani krajevnih organizacij pa kljub temu niso mirovali. V oktobru in novembru so uredili vsa spominska obeležja in spomenike, posvečena padlim borcem. Odlitek na spomeniku kaže podobo zmage, v kamen pa je vklesano človeško gorje, trpljenje. Pod sivim kamnom pa se kaže strašna resnica. Druga svetovna vojna je

bila vojna vseh vojn, ko je ena stran hotela svet postaviti na temeljih, ki s človečnostjo, s kulturo, z demokracijo nimajo nič skupnega. Bila je vojna med dobrim in zlim. In na koncu je dobro premagalo zlo. Vojna se je končala, orožje je utihnilo in našo domovino je končno objela svoboda. Svoboda, ki je zrasla iz žrtev in odrekanj, iz želje po lastni državi in iz ljubezni do svojega naroda. Naši vsakoletni obiski so zato namenjeni počastitvi tega spomina, izkazovanju spoštovanja do umrlih, s tem pa tudi prizadevanju, da zgodbe preteklih

generacij ne utonejo v tišini grobov.

Novi časi prihajajo. Temeljito so se spremenili in še se spremenjajo pogoji dela in življenja ter medsebojni odnosi. Potrebujemo vrednote, ki nas bodo vodile skozi življenje in nam pomagale pri sprejemanju pravih odločitev ter gradnji boljšega sveta zase in za druge. Dolžni smo se upirati slabemu ter se boriti za dobro. Ne samo za nas, ampak za prihodnost naše države in naših otrok.

Istvan Frančeskin



Tudi čebelji pridelki so pomemben vir antioksidantov



Antioksidanti pomagajo zavirati razvoj nekaterih obolenj, zmanjšujejo tveganje za razvoj rakavih obolenj, ateroskleroze, bolezni srca in ožilja, raznih vnetij in artritisa. Izboljšajo delovanje imunskega sistema in preventivno delujejo pred procesi staranja. Redno uživanje rastlinskih antioksidantov zmanjšuje možnost za oksidativne poškodbe celic in s tem za nastanek nekaterih bolezni. Čebelji pridelki so pomemben vir antioksidantov.

Zakaj so pomembni antioksidanti v čebeljih pridelkih?

Cvetni prah vsebuje fenolne spojine, v največji meri flavonoide, ki lahko delujejo kot antioksidanti in so specifični za posamezno rastlinsko vrsto. Študije o antioksidativni učinkovitosti cvetnega prahu kažejo na visoko sposobnost "lovljenja" prostih radikalov. Pomembno je, da uživamo lokalno pridelan in čimbolj svež cvetni prah, saj sušenje in dolgotrajno skladiščenje vplivata na zmanjšanje njegove antioksidativne učinkovitosti. Cvetni prah je primerno dopolnilo vsakdanji prehrani, zaradi

nizke energijske vrednosti pa ga lahko uživajo tudi sladkorni bolniki. Uživamo ga lahko samostojno ali v kombinaciji z ostalimi živili.

Propolis vsebuje veliko flavonoidov, ki prispevajo največ k njegovi antioksidativni učinkovitosti. Vsebnost flavonoidov v propolisu je odvisna od rastlinja, kjer so čebele nabrale smole, in od časovnega obdobja nabiranja. Propolis se uporablja v zrnih ali v prahu in kot sestavina v številnih izdelkih. Najbolj poznan je propolis v alkoholni ali vodni raztopini. Kot sestavino pa ga dodajajo bombonom, različnim kremam, šamponom, zobnim kremam ... Uporablja se tudi v kombinaciji z ostalimi čebeljimi pridelki. Z njim si pomagamo pri odpravljanju raznih tegob. Uporablja se tudi pri pridelovanju hrane za uničevanje rastlinskih zajedavcev.

V vsakdanji prehrani lahko **med** kot naravno živilo služi kot dodaten vir antioksidantov, čeprav ne more nadomestiti sadja in zelenjave, ki jih zaužijemo znatno več. Zaradi bogate hranilne sestave je dobro

nadomestilo za sladkor. Svež med ima podobno antioksidativno učinkovitost kot nekateri sadje in zelenjava.

Vsebnost teh sestavin variira glede na botanično in geografsko poreklo medu. Od slovenskih medov imajo najvišjo antioksidativno učinkovitost hojevi medovi, sledijo smrekovi, gozdni, kostanjevi, cvetlični, lipovi in nazadnje akacijevi.

Kupujmo kakovosten med!

Pri nakupu medu bodimo pozorni na poreklo in dodatne označbe kakovosti, kot sta zaščitena geografska označba, zaščitena označba porekla, ekološka pridelava, ki predstavljajo dodatno jamstvo, da se kakovost in način pridelave takšnega medu redno spremlja!

Kaj pridobimo z nakupom medu višje kakovosti?

- kontrolirano kakovost,
- znano poreklo,
- zagotovljeno sledljivost.

Prepoznamo ga po evropskih zaščitnih oznakah na nalepki ali prelepki izdelka!

Tudi **matični mleček** vsebuje antioksidante. Matični mleček uživamo dnevno v dveh obrokih, zjutraj in zvečer pred jedjo. Za odrasle je dnevna količina 250–300 mg. Naravni matični mleček vstavimo pod jezik, dražeje in tablete pa lahko pogoltujemo. Uživamo ga 1–2 meseca. Uživanje lahko večkrat ponovimo.

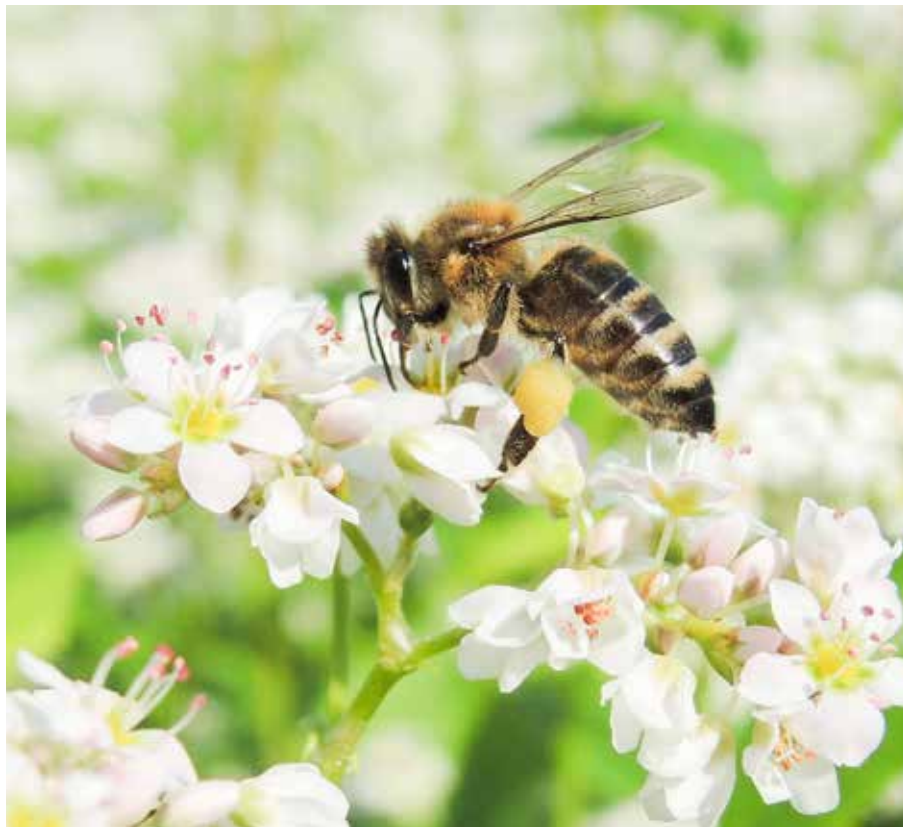
V prihajajočih zimskih dneh naj bodo tudi čebelji pridelki nepogrešljiva živila na vaši jedilni mizi. Po njih povprašajte pri slovenskih čebelarjih!

Izkoristimo prednost bogatega znanja slovenskih čebelarjev in čebelje pridelke kupujmo direktno pri lokalnih čebelarjih!

"S čebeljimi pridelki do večje odpornosti in boljšega imunskega sistema!"

Tomaž Samec

Cvetni prah – koristen dodatek naši prehrani



Čebelji pridelki že od nekdaj slovijo kot naravna in zdrava živila. Najbolj poznan čebelji pridelek je seveda med, čebele pa v naravi nabirajo tudi cvetni prah. Cvetni prah ali pelod je mikroskopska struktura, značilna za vsako cvetočo rastlinsko vrsto, predstavlja pa osnovo za spolno razmnoževanje rastlin. Čebele imajo v naravi posebno nalogo, saj je njihovo telo oblikovano tako, da lahko prenašajo cvetni prah z rastline na rastlino. Temu pravimo oprasevanje, ki je bistvenega pomena za ohranjanje biotske pestrosti, pridelavo sadja in zelenjave ter tudi drugih kulturnih rastlin, pomembnih v prehrani ljudi in živali. Cvetni prah čebele nabirajo tudi za lastno prehrano. Drobna mikroskopska zrna lepijo med seboj in oblikujejo drobni grudici, ki ju na posebnem mestu, ki se imenuje košek in se nahaja na njihovih zadnjih nožicah, prinesejo v panj. Sočasno lahko nosijo le dve taki grudici. Cvetni prah za čebele predstavlja vir številnih hranilnih

snovi, ki so pomembne za življenje čebelje družine. **Brez cvetnega prahu čebelje družine ne bi preživele, kar nakazuje njegovo resnično vrednost.** Vsebuje ogljikove hidrate, prehransko vlaknino, beljakovine, aminokisliline, maščobe in maščobne kisline, elemente, vitamine in druge funkcionalne spojine. Vse to so snovi, ki jih v svoji prehrani potrebujemo tudi ljudje. Zaradi ugodne hranilne sestave in uporabe v prehrani ljudi čebelarji čebelam odvzamejo del cvetnega prahu. Na vhode v čebelje panje namestijo naprave, ki se imenujejo osmukalniki, in ob prehodu čebel skozi te naprave jim grudice cvetnega prahu odpadejo v zbirni predalček. Tako pridobljenemu cvetnemu prahu, ki se tudi največ uporablja v prehrani ljudi, pravimo **osmukanec**, vendar to poimenovanje ni zelo pogosto.

Hranilna vrednost cvetnega prahu osmukanca je različna in je odvisna tudi od botaničnega porekla cvetnega

prahu, saj je navadno končni pridelek mešanica grudic cvetnega prahu različnih barv. V Sloveniji v večini pridelujemo mešan oz. večvrsten cvetni prah. Dobite ga lahko pri slovenskih čebelarjih, saj velja, da **je najbolje uživati čim bolj svež cvetni prah osmukanec iz okolja, v katerem živimo.** Pomembno je, da ga ustrezno shranimo. Če ga uživamo v svežem stanju, je shranjevanje v hladilniku ali zamrzovalniku nujno potrebno, saj je svež cvetni prah osmukanec mikrobiološko občutljivo živilo. Cvetni prah osmukanec, ki ga pridelajo čebele, naj ne bi povzročal alergij, saj ga zaužijemo. Vseeno pa se ljudem, občutljivim na cvetni prah, pred prvo uporabo priporoča previdnost in se svetuje, da ga začnejo uživati postopoma v manjši količini, ki jo vsakodnevno povečujejo. **Priporoča se, da na dan zaužijemo od eno do dve jedilni žlici cvetnega prahu, lahko pa tudi več.** Najbolj se priporoča, da ga pred uživanjem namočite v tekočino. To je lahko voda, mleko, sadni ali zelenjavni sok, lahko ga namočite v jogurt, kislo smetano ali pa z njim posujete različno sadje, ga uporabite kot sestavino v sadni solati ali pa ga kombinirate z medom, s sladoledom, s kosmiči itd. Načinov uživanja je veliko in si jih lahko prilagodite svojemu okusu.

Cvetni prah osmukanec je primeren za uživanje v vseh življenjskih obdobjih. Vključujemo ga lahko v prehrano otrok od 1. leta starosti naprej, koristen je pri vegetarijanski prehrani, zaradi nizke energijske vrednosti pa ga lahko uživajo tudi sladkorni bolniki. Uživa se ga neprekinjeno od enega do treh mesecev, kar lahko večkrat na leto ponovimo.

Cvetni prah osmukanec je bogat vir hranilnih snovi. Še posebej izstopa po **visoki vsebnosti prehranske vlaknine**, ki je pomembna za normalno delovanje našega prebavnega sistema, vsebuje tudi nekatere za delovanje našega organizma **nujno potrebne elemente** (kot so npr. kalij, magnezij, kalcij, fosfor, železo, mangan ...). Vsebuje **vitamine A, D, E, vitamine skupine B in vitamin C** ter tudi **fenolne spojine**, v največji meri flavonoide, ki lahko delujejo kot potencialni antioksidanti.

Zaradi številnih funkcionalnih sestavin je cvetni prah osmukanec predmet številnih raziskav, ki

nakazujejo na njegovo antioksidativno, protivnetno, protialergijsko in protimikrobno delovanje.

Ugodno naj bi vplival tudi na imunski sistem, saj njegovo uživanje vpliva na **povečanje odpornosti organizma.** Priporočajo ga pri podhranjenosti, pomanjkanju energije, apatičnosti ter za povečanje fizične in psihične sposobnosti. Največji dokazan terapevtski učinek klinične vrednosti je zmanjšanje simptomov pri benigni hiperplaziji prostate. Študije, narejene na živalskih modelih, so pokazale, da deluje proti slabokrvnosti, arteriosklerozi, osteoporozi in alergijam.

Dandanes, ko v hitrem tempu življenja pozabljam na uravnoteženo prehrano, imamo slabe prehranske navade, uporabljamo hitro pripravljena živila, živila, ki so zaradi postopkov pridelave in predelave osiromašena hranilnih snovi, se lahko spomnimo na besede antičnega grškega filozofa, pisatelja in zdravnika Hipokrata, ki je dejal: **“Hrana naj bo vaše zdravilo in vaše zdravilo naj bo vaša hrana.”** Cvetni prah osmukanec je koristen dodatek naši vsakdanji prehrani.

*Dr. Nataša Lilek,
Čebelarska zveza
Slovenije*

Kam s starimi aparati?

V sodobni družbi je naše življenje v veliki meri odvisno od elektronskih naprav. V tradicionalnem linearnem gospodarstvu se elektronske naprave proizvajajo iz naravnih virov, nato so nekaj časa v uporabi, na koncu pa jih odvržemo. Ko teh naprav ne potrebujemo več, postanejo e-odpadki in kot taki postanejo težava. E-odpadki so eden najhitreje rastočih odpadkov na svetu in zaradi svoje specifične sestave spadajo med nevarne odpadke, ob nepravilnem ravnanju pa imajo lahko številne negativne posledice na ljudi in okolje. V krožnem gospodarstvu pa lahko na e-odpadke gledamo tudi kot na vire in ne le odpadke. Večina nas ne bi zavrgla dragega nakita, odsluženo elektroniko pa velikokrat vržemo na dno predala ali celo na odlagališče. Pa vendar je v e-odpadkih veliko dragocenih in/ali redkih materialov, kot sta zlato in platina. Zato je pametno, da dragocene materiale iz e-odpadkov ponovno pridobimo in zagotovimo zadostno količino teh virov za prihodnje generacije. To lahko naredimo tako, da e-odpadke po koncu uporabne ločeno oddamo na za to namenjeno mesto.

Teh je po državi že zelo veliko, za kar je poskrbela tudi družba **ZEOS, d. o. o.,** ki je pod projektom **Life Gospodarjenje z e-odpadki** s sloganom **E-cikliraj** vzpostavila potrošniku in gospodinjstvu prijazno mrežo zbiranja e-odpadkov in odpadnih baterij. Na določenih ekoloških

otokih širom države je v skoraj vseh slovenskih občinah postavljenih že **720 uličnih zbiralnikov** za zbiranje malih odpadnih aparatov in odpadnih baterij. V večjih trgovskih središčih širom države, kjer se prodaja e-oprema, se nahaja **71 zelenih kotov,** kamor se lahko poleg malih odpadnih aparatov in odpadnih baterij odda tudi odpadne sijalke. Izvajalci projektnih aktivnosti pa stremijo k zaježitvi čim večjega deleža e-odpada iz gospodinjstev, zato so za zbiranje po podeželju v sklopu projekta izdelali poseben namenski **mobilni zbiralnik.** Njegov namen je zbiranje in ločevanje vseh vrst e-odpadkov (tudi velikih) in odpadnih baterij. Vse lokacije za odlaganje e-odpadkov najdete na www.stariaparati.si.

V tednu od **21. do 29. novembra 2020** je sicer potekal tudi **Evropski teden zmanjševanja odpadkov.** Tematski fokus letošnjega leta so **nevidni odpadki** kot odpadki, ki nastajajo v proizvodnem postopku izdelkov. Organizatorji želijo opozoriti na ogromne količine odpadkov, ki se skrivajo za proizvodnjo tudi najmanjših izdelkov (npr. v proizvodnji 200 g težkega telefona nastane 86 kg odpadkov), in na dejanski vpliv teh izdelkov na okolje. Želijo preprečevati nastajanje teh odpadkov s podaljševanjem življenjske dobe izdelkov, ponovno uporabo ter souporabo izdelkov namesto nakupa novih izdelkov. V družbi **ZEOS** skrbijo poleg pravilnega rokovanja z e-odpadki oz. recikliranja tudi za vse ostale elemente krožnega gospodarstva, katerim se bodo v prihodnjih letih še bolj posvetili v sklopu njihovega najnovejšega projekta **Life Spodbujamo e-krožno** s sloganom **Še sem uporaben.**

ZEOS



Občina Šempeter-Vrtojba v letu 2019 druga po številu diplomantov na 1000 prebivalcev

Ob mednarodnem dnevu študentov, ki ga obeležujemo 17. novembra, povzemamo nekaj zanimivih podatkov, ki jih je zbral in objavil Statistični urad Republike Slovenije za preteklo leto. V študijskem letu 2019/20 je bilo v visokošolske programe v Sloveniji vpisanih nekaj

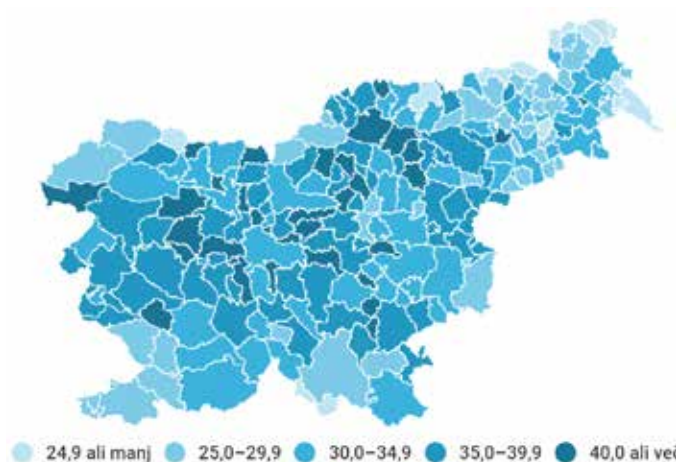
več kot 76.700 študentov, medtem ko je študij v letu 2019 zaključilo 16.100 diplomantov.

Po teh podatkih je bilo tako v Sloveniji v šolskem letu 2019/20 vpisanih povprečno skoraj 37 študentov na 1000 prebivalcev. Največ

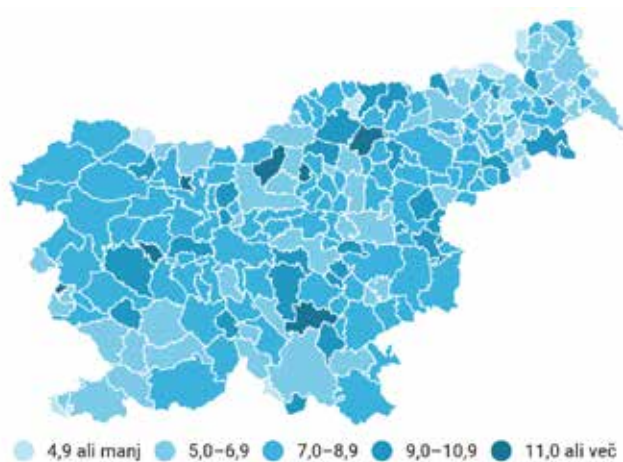
študentov na 1000 prebivalcev je imela občina Naklo (50,9), sledile so občine Mozirje (47,7), Vodice (47,1) in Dobrova-Polhov Gradec (47,1). Občina Šempeter-Vrtojba je imela v tem šolskem letu 35,3 študenta. Občina z najmanj študenti na 1000 prebivalcev pa je bila občina Hodoš (2,8).

Število diplomantov na 1000 prebivalcev je bilo leta 2019 v celotni Sloveniji 7,7. Na ravni občin so bile po vrednosti tega kazalnika prve tri Rečica ob Savinji (14,2), Šempeter-Vrtojba (13,2) in Veržej (12,8), zadnja pa Osilnica (2,8).

Mateja Poljšak Furlan



Število študentov na 1000 prebivalcev, 2019/20



Število diplomantov na 1000 prebivalcev, 2019/20

1. šolski dan za učence POŠ Vrtojba

Hura! Končno je prišel težko pričakovani prvi šolski dan. 25 prvošolcev je 1. septembra 2020 vstopilo v 1. razred POŠ Vrtojba. S pristrčnim pozdravom jim je vodja šole Suzana Koncut predstavila njihove učiteljice: Danico Brajnik, Karmen Grosar in Sonjo Kodelja.

Šola je bila vsem otrokom že dobro znana, saj so jo kot predšolski otroci večkrat obiskali in junija so zaradi dela v vrtcu potekale vrtčevske dejavnosti prav v tej šoli. Letos je to prva generacija šolarjev, ki je imela drugačen sprejem v šolo. Starši niso



smeli pospremiti svojih otrok v učilnico, so jih pa lahko pokukali skozi okno. Čeprav ni bilo igrice, s katero drugošolci počastijo nove člane naše šolske skupnosti, niso ostali brez nje. Starši so jih peljali v Novo Gorico v čisto pravo gledališče, kjer so si ogledali igrice o Hudi mravlji, ki je novim šolarjem povedala, da imajo lahko veliko prijateljev le, če so prijazni do sošolcev.

Prvi šolski dan je za vsakega otroka nekaj posebnega. Po eni strani je to dan, ki ga večina otrok nestrpno pričakuje. Po drugi strani pa je to dan, ko zapustijo vse, kar jim je blizu in znano. Pogosto se pozabi, da je prvi šolski dan enako vznemirljiv tudi za starše, še posebej, ko postane prvošolec njihov prvi otrok. Po tem se življenje v družini spremeni in potrebnega je veliko poguma. Starši, imejte pogum in pustite otroka, da hodi v šolo sam. Postopoma mu dovolite, da nosi vedno več odgovornosti. Imejte pogum sprejeti njegove slabosti in se osredotočite na njegove prednosti. Ne pričakujte od odličnega športnika še zmago na tekmovanju v pisanju zgodbic, od malega računalniškega genija pa, da je prvi v teku. Senzibilnemu otroku, ki ima veliko empatije do sočloveka, ni treba postati predstavnik razreda. Sanjač pa lahko poje in slika, vendar ne bo upošteval vseh pravil. V času, ko hodijo otroci v šolo, se starši veliko naučite. Učiteljice prvošolčkov vam ob tej novi dogodivščini želimo veliko zadovoljstva in tiste tihe notranje sreče ter da skupaj premagate vse majhne in velike ovire.

In vam, dragi prvošolci, želimo čudovit čas v šoli. Zabavajte se in uživajte v učenju, poiščite sošolce, ki si jih vzamete v srce kot prijatelje, igrajte se, smejte se, bodite ustvarjalni in navihani.

Ostanite srečni in predvsem nepopolni, ker nas to označuje, da smo ljudje.

Danica Brajnik in Karmen Grosar

1. razred POŠ Vrtojba sta obiskala policista

V četrtek, 3. septembra 2020, sta prvošolce v Vrtojbi obiskala policist Gorazd Perdih in njegov pripravnik Anej Nemec. Policist Gorazd Perdih je učencem na jasen in zanimiv način podal znanje o varnosti v prometu. Po kratki teoretični

razlagi sta sledila ogled policijskega avtomobila in preizkus policijske sirene na parkirišču pred šolo. Nato so prvošolci šli na sprehod po prometnih poteh v okolici naše šole. Vsi so imeli rumene rutke. Povedali so, da jih morajo imeti, da so vidni v prometu. Ponovili so, kako se pravilno hodi po pločniku, in pokazali, kako se varno prečka cesto na prehodu za pešce. Po praktičnem delu je sledil povratek pred šolo. Učenci so se policistu Gorazdu in njegovemu pripravniku zahvalili. Veseli bodo njunega naslednjega obiska.

Danica Brajnik in Karmen Grosar



Protikoronski odmerek zdravila za otroke

Proti koncu meseca oktobra so bili otroci, ki se zdravijo na pediatričnem oddelku šempetrske bolnišnice, deležni prav posebne protikoronске obravnave. Za to so poskrbeli Rdeči noski, ki so ravno pravi odmerek čudežnega zdravila vmešali v svoje plese, glasbo in norčije ter smeh

priklicali na mnoge obraze, ki so njihov nastop spremljali skozi okna modre stavbe. Tokratnega "zdravljenja" pa niso bili deležni le mali bolniki v 8. nadstropju, pač pa čisto vsi pacienti, ki so lahko skozi okna spremljali zabavno predstavo bolnišničnih klovnov. Nesporen dokaz o pozitivnih učinkih protikoronskega zdravila se je zrcalil v nasmeških, ki so jih pričarali na otroške obraze.

Hvala, Rdeči noski, za čudovito izkušnjo!

Nives Velikajne, Andreja Krumberger



Tradicionalni september

Namesto tradicionalne Boreljade je letošnji program pokazal drugačno paletu, takšno v okrnjeni izvedbi in okrnjenem obisku, ki pa je bila zopet uspešna.

Kljub temu, da je letošnja tradicionalna Boreljada odpadla in spreveda v nedeljo popoldan ni bilo, so številne družine v Vrtojbi pred hiše vseeno postavile na ogled svojo borelo. V petek, 18. septembra 2020, je bilo pred Mladinskim centrom v Vrtojbi moč slišati pevske glasove, ki so ubrano prepevali ter tako s svojimi glasovi oznanili odprtje razstave. Da so poslušalci še bolj užili glasbeno doživetje, so pevke in pevce spremljali mladi instrumentalisti. Belo-črne tipke klavirja so zaupali Blažu Pahorju, strune bas kitare je

ubiral Andrej Batič, na cajonu pa je poslušalke in poslušalce v afriške ritme popeljal Matija Podbersič. Taktirko je vihtela zborovodkinja Mojca Maver Podbersi. Pri nekaterih pesmih so se dekletom pridružili tudi fantje. Razstava prikazuje slike lanskoletne Boreljade in si jo lahko ogledate v pritličju prostorov Mladinskega centra v Vrtojbi. Tistega petka pa je bila razstavljena tudi borela, ki so jo s pomočjo učiteljic pripravili učenci podružnične osnovne šole v Vrtojbi. Ta je na izvirni način odslikavala letošnjo najpopularnejšo tematiko virusa.

V nedeljo, 20. septembra 2020, pa se je dogajanje zaključilo s sveto mašo, pri kateri so pele pevke Mladinskega pevskega zbora Vipava pod vodstvom dirigentke Mete Praček. Zbor je na orglah in klavirju spremljal Simon Prašnikar. Peli so izbran nabor pesmi duhovno-ritmične glasbe, ki ga je dirigentka skrbno izbrala.

Po maši pa je sledil vsakoletni blagoslov borel.

Kulturno društvo Tojva a.d. 1200



Ustvarjaj z Mano

Umetnost je del naših življenj, a v trenutni situaciji, ko je združevanje prepovedano, se je ne moremo zares naučiti. Na predstavo ne moremo, v gledališče prav tako ne, vsi koncerti so odpovedani. Ker imamo v večini dostop do interneta ter smo prisotni na socialnih omrežjih, pa nam je omogočeno, da se umetnosti približamo v varnem zavetju svojega doma. Želimo si ustvarjati, se sprostiti in sočasno tudi izvedeti kaj novega. Prav zato je zavod iManLAB pričel projekt Ustvarjaj z Mano. Mana je vedoželjna deklica, ki obožuje umetnost in naravo. Rada ustvarja, njen najljubši hobi pa je fotografiranje. Ima veliko idej za ustvarjanje od doma, pozna vse postopke in vas po korakih vodi do končnega izdelka. Zna narediti camero obscuro, obiskuje muzeje

ter vas tako obvešča o razstavah in zbirkah po Sloveniji ter pripravlja zanimive izzive za vse otroke. Sledite ji lahko na Facebook in Instagram strani Ustvarjaj z Mano.

Kot mi vsi tudi Mana komaj čaka, da bo združevanje spet dovoljeno, saj ima za otroke pripravljenih veliko aktivnosti. Organizira delavnice fotografije, kjer bo otroke popeljala v svet umetnosti, tiste, ki fotografijo

že nekoliko poznajo, pa vabi na nadaljevalni tečaj. Poleg tega zna ročno izdelati tudi fotoknjige in okvirje, da bodo spomini še bolj posebni. Ker se Mana rada tudi zabava, pa jo lahko povabite na rojstnodnevno zabavo, kjer se bo z vami zabavala in vas naučila kaj novega.

Neža Podbersi



Vlado Kreslin, Singgirls in Novarhythm

“Vse se da”, smo zapele pevke Mladinskega pevskega zbora Šempeter-Vrtojba skupaj z Vladom Kreslinom in ob spremljavi ritem sekcije Novarhythm. V petek, 9. 10. 2020, je v dvorani Športnega centra Šempeter-Vrtojba donelo petje, kar je delovalo kot protiutež trenutni epidemiji. Ta nas namreč ni ustavila, da smo se ponovno zbrale in ubrano prepevale z znanim slovenskim pevcem Vladom Kreslinom. Del koncerta je pripadal njegovim pesmim, med katerimi je bila tudi vsem dobro poznana “Tista zakartana ura”, s katero se je spomnil vseh padlih vojakov, mladih in malce starejših, ki so žrtvovali svoje življenje za našo prihodnost v prvi svetovni vojni. Nato je zapel tudi pesem “Tvoje jutro”, katere besedilo nas opogumlja

in je zato še toliko bolj primerna tej situaciji.

V drugem delu smo se mu pridružile tudi pevke in skupaj smo zapeli pesem “Abel in Kajh”, katere vsebina je biblijska zgodba, nato pa še številne druge. Zaključili smo s pesmijo “Poj mi pesem”, ki je vseh navdala z upanjem in veseljem. Prejeli smo

bučen aplavz občinstva, ki je koncert poslušalo po predpisih NIJZ, torej z masko na obrazu in na medsebojni razdalji 1,5 m.

Verjamemo, da bomo takšne koncerte v prihodnje spet lahko izvajali brez vsakršnih omejitev.

Neža Podbersič



Ljubiteljsko gledališče on-line

Kulturno umetniško društvo Šempeter je svojo dejavnost v letošnjem letu prisiljeno prilagajati situaciji v zvezi z epidemijo Covid-19, vendar delujemo.

Gledališka skupina je nanizala sedem gostovanj s predstavama *Osem črk, prva je L* (Šempeter, Šempas, Vipava, Most na Soči, Nova Gorica) in *Hotel ali punčka iz omare* (Kranjska Gora, Svečina). Mnogim že dogovorjenim nastopom doma in v tujini smo se morali žal odpovedati.

Vsem neugodnim okoliščinam navkljub smo se poleti lotili postavljanja nove komedije z naslovom *Malomeščanska svatba* po motivih Bertolta Brechta in v režiji Tamare Babić Nikiforov. Prehitel nas je drugi “lockdown” in vaje v dvorani niso več mogoče.

Priprave nadaljujemo on-line na daljavo, čeprav v okrnjeni obliki in počasneje: redno se dobivamo na spletu, prirejamo besedilo, imamo bralne vaje, zbiramo ideje ... Premiero načrtujemo za konec prihodnjega leta.

Februarja je KUD Šempeter kot soorganizator sodeloval pri dveh dogodkih v počastitev kulturnega praznika: kulturnem večeru z Ivanom Robom in odkritju spomenika Ivanu Robu.

Literarno predavanje o *Ljubki Šorli 2020* (predavanje mag. Marija Mercina, recitacija Anja Pišot) je bilo izvedeno brez publike v okviru

Ubesedovanj, literarnih druženj v soorganizaciji OI JSKD in KUD Šempeter. Posnetek predavanja je dostopen na spletu.

Spomladi sta v Šempetru gostovali gledališki skupini iz Črneč in Svečine. 15. cikel komedij “Veselo na kubik”, ki bi to sezono potekal v soorganizaciji s KŠTM Šempeter-Vrtojba, pa smo morali prestaviti v čas, ko se bomo spet lahko v živo družili na kulturnih prireditvah. Verjamemo, da ta čas ni več daleč.

Sandra Devetak,
Kulturno umetniško društvo Šempeter



“Poslanstvo, ki te bogati.”

Dejan Šuc

Jerneja Ternovec kot vodnica reševalnega psa rešuje življenja mnogih ljudi, ki se znajdejo v težavah. To počne že kar nekaj časa, deluje pa tudi kot inštruktorica in sodnica na mednarodnih preizkušnjah. Je tudi zaposlena na Občini Šempeter-Vrtojba, v svojem pestrem urniku ji ne zmanjka časa, treninge in preizkušnje pa je združila z družino. Jerneja, ki ji je delo s psmi v izziv, a hkrati tudi v veliko zadovoljstvo, se strinja, da je pes najboljši človekov prijatelj. Nikoli ti ne bo nič rekel nazaj, pa tudi vse mu lahko zaupaš.

Eno izmed vaših del, ki jih opravljate, je delo v civilni zaščiti. Kakšno pravzaprav je vaše delo?

Sem vodnica reševalnega psa, ki preko civilne zaščite delujem kot prostovoljka. Tu ne gre le za osebo, ampak za ekipo človek-pes in oba se morava za to izobraževati. Sklicujejo nas preko centra za obveščanje in na zahtevo policije v primeru iskalnih akcij.

Zakaj ste se odločili za to?

Za to sem se odločila več kot 25 let nazaj. Srečala sem se s težko boleznijo, labradorca, ki sem ga imela, me je nakako rešil, hkrati pa sem spoznala tudi družčino, ki se je ukvarjala z reševalnimi psi. Na tem območju reševalnih enot še ni bilo, razen v Tolminu, tako da sem se prvič z njimi srečala kar na mojem prvem tečaju na Vršiču. Pojma nisem imela, v kaj se spuščam, ampak sem ugotovila, da je družčina zelo fajn in da delam nekaj koristnega, uživala sva oba s psom in me je povleklo noter.

Kako nevarna je vaša služba?

Kar nevarna. Sprehajaš se lahko po ruševinah, steklu, nestabilnem terenu, v gozdu so nevarni razni zvini noge, zdrsi, lahko se vsuje kamenje kje v gorah. Nikoli ne bom pozabila, ko je bil zemeljski plaz na Logu pod Mangartom, kjer smo v blatu iskali preživele. Do nas pristopi novinarka in vpraša, kaj bomo storili, če zazvoni alarm za možnost ponovnega plazua. V tistem trenutku se kar strešeš, ker si v svojem delu tako fokusiran, da redko pomisliš, da se lahko tudi tebi kaj zgodi.

Kakšen mora biti vodnik s psom?

Dobro bi bilo, da je oseba polnoletna, da je odgovorna sama zase, da ima ta oseba določeno fizično kondicijo, da je psihično stabilna, ker če najdeš mrtvo osebo, te zna zelo prizadeti. Ampak tudi civilna zaščita nudi psihološko podporo, tako da lahko tudi na tem področju rasteš iz leta v leto. Dobro je tudi, da osebe ni strah višine, da ima željo se izobraževati, da je zmožna dela v ekipi in poslušati navodila nadrejenih.

Glede na to, da rešujete življenja, je morda to vaše sanjsko delo?

Moraš imeti malo prostovoljca v sebi. Gre za tako delo, da ko zapiska alarm za reševalno akcijo, se sam odločiš, ali boš šel ali ne. To delo je poplačano z olajšanjem svojcev, ko najdemo pogrešanega človeka. Če misliš, da boš materialno nagradjen, nima niti smisla, da prideš zraven. Je pa to eno poslanstvo, ki te bogati.

Koliko ljudem v težavah ste že pomagali?

Sistem, kako gremo v iskalno akcijo, je vedno boljši, napreduje se tudi smiselnost samega iskanja, kako se sporazumevati, kako pošiljati ekipe na teren. Ko sem jaz začela, je bilo približno 30 iskalnih akcij na leto, zdaj je pa tega manj. Kar se tiče izključno Goriške regije, imamo od 3 do 4 akcije na leto. Reševalnih akcij je manj tudi zaradi napredka v tehnologiji. Par let nazaj, ko je bila gobarska sezona in tudi pozimi, ko je ponavadi več samomorov, so nas klicali tudi po dvakrat na teden. Včasih smo iskali samo podnevi,

sedaj pa so večinoma reševalne akcije v popoldanskih in večernih urah. Znanje se je razširilo, kar je zelo pripomoglo k olajševanju in uspešnosti akcij.

Je morda kakšen primer, ki se vam je vtisnil v spomin?

V spominu mi je ostal primer Vrtojbenca Bogdana, najverjetneje zato, ker ga srečujem dnevno. Ponavadi ne veš, koga iščeš, sporočijo ti, da iščeš osebo z določeno starostjo. Bogdan je bil tak primer, ki se ga je iskalo že eno noč prej in se ga je našlo šele popoldan naslednjega dne. Bil je sneg in ko se je gazilo pred nosili, se je slišalo njegovo dihanje, vedno bolj globoko, a imel je belo padalo, tudi megla je bila in se ga ni videlo. Na koncu smo ga vendarle našli in sem zelo vesela vsakič, ko ga vidim. V moji prvi akciji, ki je potekala na Dolenjskem, pa sem imela veliko krizo. Osebo, ki je storila samomor, smo sicer žal našli mrtvo, v meni pa je bil zelo vtesnjen občutek, upala sem, da bomo osebo našli, a nisem si želela biti ravno jaz najditelj.

Koliko je primerov, ko ljudem ne morete več pomagati?

Večinoma. Dostikrat se zgodi, da iščeš tudi na območju, kjer tiste osebe ni. Spomnim se ene iskalne akcije na Idrijskem, gospo smo iskali tri dni, je nismo našli, njeno okostje pa so našli čez deset let na enem drugem območju, kjer mi nismo iskali. To, da ne bi šel mimo, te vedno malo žre. Hrvati si na primer reševanje porazdelijo po sektorjih, jaz pa vedno pomislim, kako moraš biti stoodstoten, da po preiskanem sektorju zagotoviš, da je območje preiskano in da osebe ni tam. Vedno te spremlja nek dvom.

Koliko lahko psi olajšajo reševanje?

Ni še tehnologije, ki bi lahko nadomestila psa. Obstajajo termokamere, ki pripomorejo k boljšemu pregledu, ampak v ruševinah za psa ni nadomestila. Tudi pri iskalni akciji – pes ima zelo močan vonj, seveda je veliko odvisno tudi od vremenskih razmer (vročina, veter ipd.), ampak pes izjemno veliko pripomore pri iskanju ljudi. To, kar mi vidimo z očmi, psi vidijo z nosom.

Katera testiranja mora pes prestati, da lahko pomaga pri reševanju?

V Sloveniji se upošteva mednarodni pravilnik za reševalne pse. Vsi izpiti vsebujejo poslušnost, premagovanje ovir in odpoklic. Potem je pa reševanje, ki je razdeljeno na 3 stopnje. Predizpit se opravi za to, da se ugotovi, ali je določen pes sploh primeren za reševanje. Sledita dve stopnji izpita, ki ju mora pes opraviti s pozitivno oceno. Pes med izpitom A išče dve osebi v naravi, med izpitom B pa išče 3 osebe med ruševinami ali na veliko večjem območju, je pa tudi časovno omejen. V Sloveniji delujeta organizaciji Enota reševalnih psov in Zveza vodnikov reševalnih psov, ki imata še letno preizkušnjo za operativne pse, ki jo tudi morajo opraviti s pozitivno oceno. Na mednarodni ravni pa imamo še mednarodno preizkušnjo za delo izpod ruševin, ki traja 72 ur, kjer pa so vključeni tudi prva pomoč, poznavanje mednarodnih smernic za iskanje izpod ruševin, barvna tehnika, nočni pohod, iskanje na 9 različnih ruševinah ipd.

So vse pasme psov primerne za reševanje?

Načeloma naj bi bili to srednje veliki psi. Labradorci se umikajo iz reševalskega sveta, čeprav so izredno vztrajni. Vedno več je belgijskih ovčarjev, border colliejev, mešančkov, na Goriškem imamo tudi pse iz zavetišča. Predvsem je važen dober stik vodnik-pes in da pes ni agresiven.

Pred kratkim se vam je zgodilo nekaj pomembnega. Bi ta dogodek delili z nami?

Jaz sem veliko let že v tem delu. V Novi Gorici sem ustanovila društvo, pomagala sem soustanoviti društvo

v Kopru, iz katerega sta kasneje ratali dve izredno močni društvi, pomagala sem tudi v Reki. Po nekaj letih sem postala inštruktor, kasneje pa še mednarodni sodnik. Leta 2012 sem bila prvič izvoljena za odgovorno osebo za sodnike v mednarodno organizacijo. Vmes sem postala mama, tako da sem bila po naslednjih volitvah namestnik, letos pa sem znova kandidirala in pridobila to funkcijo.

Seveda pa to ni edino delo, ki ga opravljate. Kaj ste po poklicu?

Po poklicu sem varstvoslovka, trenutno pa sem zaposlena na občini pri enem evropskem projektu, ki se ukvarja s tem, kako na javnih površinah posaditi čim več užitnih rastlin za oskrbo prebivalstva in hkrati ozaveščati ljudi, kaj je dobro za naše okolje, čistočo itd. Zelo mi je všeč delo z ljudmi, z mojo skupino smo zelo aktivni, saj se tudi pogostokrat srečujemo. Gre za skupnost, kjer večinoma poznaš drug drugega in lahko z osebnimi stiki veliko pridobiš. To mi je v zadovoljstvo.

Vaš urnik je dokaj poln. Kako kombinirate vse te zadeve, da vam na koncu ostane čas še zase in družino?

Služba zahteva določen urnik, sem pa pse in družino združila. Vedno, ko grem po svetu, bodisi kot sodnik bodisi kot inštruktor, gre cela družina skupaj. Moja hči je videla že celo Evropo, čeprav ima komaj 6 let. Kjer je volja, je tudi pot. Včasih se nečemu odrečeš, včasih malo manj spiš. Mislim, da imamo vsi nekaj od tega.

Kenny Jan



Dejan Šuc



Dolmabahce ali türski Versai

Turčija – mošeje, bazarji in svilna pot

Kot vodja šolskega evropskega projekta sem obiskala Turčijo, mesto **Denizli**, ki leži v jugozahodnem delu Turčije. V bližini mesta so znamenite **Pamukkale**. Družila sem se z ljudmi, ki so mi pustili globok vtis o njihovem načinu življenja, ki je vezan na preteklost in tradicijo.

Pamukkale, v turščini pomeni "bombažna palača", je naravno območje v Denizliju na jugozahodu Turčije. Območje je znano po karbonatnem mineralu, ki ga odlaga tekoča voda. Leži v turški regiji Sredozemlje v dolini reke Menderes, ki ima zmerno podnebje večino leta.

Ker me je njihov način življenja zanimal, sem se ponovno odločila za obisk Turčije, tokrat me je pot zapeljala v Istanbul in njegovo okolico.

Istanbul sem obiskala večkrat. Vsakič me je navdušil in presenetil v spremembah in napredku. To je mesto, ki se razprostira na sedmih gričih, ima približno 15,7 milijona prebivalcev, mesto, v katerem se stapljajo razna verstva, kultura, in predvsem mesto, ki ga preplavlja zanimiva preteklost.

Istanbul oz. Carigrad, naseljen že leta 3000 pr. n. št., nekoč imenovan **Bizanc in Konstantinopol**, je mesto burne, divje zgodovine, polne vojn,

osvajanj in bitk – grške, rimske, bizantinske, otomanske kulture ... Je turško velemesto, veliko je spomenikov in sledi preteklih dob, predvsem iz **Otomanskega cesarstva** (1299–1922) in **Atatürkove** nove Turčije. Istanbul pa je ostalo največje in najpomembnejše mesto Turčije, ki se razteza na obeh straneh **Bosporske ožine** med **Črnim morjem** in **Marmarskim morjem** na drugi strani. Mesto je polno ljudi različnih narodnosti in ras, polno je minaretov in zvonikov, kupol, parkov in palač, elegantnih stanovanjskih sosesk in siromašnih barakarskih naselij, na eni strani blišč, na drugi strani revščina – mesto protislovij.

Prvo smo si ogledali največji trg **Taksim**. Na trgu je mrgolelo ljudi. Sprehodili smo se po ulicah, ki so se prepletale kot nekakšni labirinti. Občudovala sem pisanost trgovin, restavracij, lokalov. Povsod so me spremljali vrvež ljudi, barvitost blaga, dišav, sladkarij, sadja, hrane. Oči so begale od ene stojnice do druge. Utrip vrveža te je potegnil vase. Po končanem sprehodu po ulicah smo se odpravili na plovbo po Bosporju. Občudovala sem slikovitost mesta, lepoto otomanske arhitekture, ki se mi je prikazala z druge perspektive. Pred mojimi očmi se je bohotil znameniti **Bosporski most**, ki povezuje **Evropo** in **Azijo**.

Naslednji dan smo se odpravili na ogled cerkve in mošeje **Hagia Sofia**. Bazilika iz 6. stoletja je ena najbolj znanih Istanbulskih znamenitosti, ki jo nekateri zaradi svoje zgodovinske pestrosti in mogočne gradnje uvrščajo kar med najpomembnejše svetovne zgradbe. Zgrajena je bila v času Bizanca. Menijo, da je postala temeljni kamen bizantinske arhitekture. Večkrat je bila zažgana in v različnih obdobjih zgodovine obnovljena. Danes lahko občudujemo njeno veličino, barvitost marmorjev in lepoto mozaikov. Je četrta največja cerkev na svetu. Julija 2020 je nato turški predsednik Recep Tayyip Erdoğan podpisal odlok, s katerim je znova postala mošeja.



Dolmabahce park

Sprehodili smo se po nekdanjem **Hipodromu**, kjer so v časih Bizantinci uživali v konjskih dirkah, zdaj je to velik trg, ki ga krasita še dva obeliska. Najbolj znan je granitni obelisk, pripeljan iz Egipta.

Ogledali smo si podzemni zbiralnik vode "Cisterna", ki sloni na 336 stebrih in je služil kot oskrba z vodo Velike palače v času Bizanca.

Sledil je ogled Modre Mošeje. V notranjost je mošeja očarljiva, saj je pokrita z rdečkastimi ročno tkanimi preprogami, ogromnimi lestenci in modrimi vzorčastimi ploščicami. Zunanost krasi šest minaretov.

Tu je še Topkapi, mogočna palača, ki je bila več stoletij sedež **Otomanskega imperija**. Palača, kjer so nekoč prebivali sultani, dvorne dame, konkubine in evnuhi in nenazadnje naši janičarji. Razprostira se na griču s strateškim razgledom na Bospor. Bogato okrašene sobane navdušujejo z natančno izdelanimi vzorci islamske umetnosti.

Izpustila nisem niti ogleda predstave s tradicionalnimi turškimi plesi. Plesi so se odvijali na ladjici, ki je mirno plula po bosporski ožini. **Bospor** povezuje Črno morje z Marmarskim morjem in s podaljškom prek Dardanel z Egejskim in s Sredozemskim morjem. Je najožji preliv na svetu, ki se uporablja za mednarodno plovbo.

V jutranjih urah smo se odpeljali na ogled palače **Dolmabahce** ali kot jo tudi imenujejo turški **Versai**. Palača Dolmabahce je mešanica mnogih evropskih arhitekturnih stilov. Zajema številne značilnosti otomanske arhitekture. V njej je živelo zadnjih šest sultanov otomanskega cesarstva. Ko je bila Turčija proglašena za republiko, je v palači občasno živel **Mustafa Kemal Atatürk**; do leta 1938. Tu je tudi umrl. Palača je bila do leta 1949 predsedniška rezidenca. 1984 so jo spremenili v muzej.

Po ogledu palače smo se odpravili do **Sulejmanove** mošeje, kjer je pokopan Sulejman Veličastni. Ogledali smo si grobnice in imeli čudovit panoramski pogled na **Bospor**.

Sledil je obisk največje pokrite tržnice na svetu – **Velikega bazarja** (Kapalı Çarşı). Na tej tržnici se prodaja in kupuje vse. Preproge, medenino, zlato in bakren nakit, keramiko, usnje, kože. Vsi nakupi na Velikem bazarju potekajo po ustaljenem protokolu nakupovanja z obveznim barantanjem, s posedanjem na oblazinjenih stolčkih v prvem ali zadnjem delu trgovinice, s pitjem sladkega jabolčnega čaja ali kave in s ponovnim barantanjem do končnega zadovoljstva kupca.

Ogledali smo si nekdanjo bizantinsko cerkev **Kariye Kilisesi**, ki sega v 4. st. n. št. Cerkev ima izredne bizantinske mozaike in freske. Po ogledu cerkve smo se odpeljali na grič **Pierre Loti**, s katerega smo imeli prelep pogled na Istanbul. Grič je obdan s pokopališčem otomanskih guvernerjev in poveljnikov.

Pot nas je vodila v **Burso**. Bursa je četrto največje mesto Turčije. Peljali smo se po gričevnati pokrajini, kjer rastejo same oljke. Opazovala sem kilometre in kilometre nepreglednih površin nasadov zelo starih oljk. Bursa velja za prvo prestolnico Otomanskega cesarstva in pomembno trgovsko mesto na svilni cesti. Mesto leži ob gori **Uludag**,

kjer je pozimi smučišče, poleti pa velja za oddih in razgledno točko nad mestom.

Občudovala sem **Zeleno Mošejo**, zeleni mavzolej **Mehmeta I** in seveda obiskala sem bazar **Koza Han**. Tu je nešteto trgovinic s svilo. Nakupovanje prelepih svilenih izdelkov me je popolnoma prevzelo.

Po ogledu **Burse** smo se odpeljali proti Istanbulu. Ustavili smo se še v vasici **Cumalikizik**. Vasica je pod zaščito **Unesca** in nam predstavlja zanimivo otomansko podeželsko arhitekturo.

Moje potovanje z ogledom Istanbula se je tokrat zaključilo. Zapeljali smo se na letališče Istanbul Airport, ki naj bi bilo največje na svetu po številu potnikov. Opremljeno je z naprednimi sodobnimi sistemi, s katerimi upravljajo letalski promet.

Polna zanimivih vtisov, sem sama pri sebi sklenila, da se bom še vrnila v Turčijo, obiskala njene lepote in razburkano preteklost.

Haideja Černe



Modra mošeja

Barbara in njen izziv

Barbara Janaškovič iz Vrtojbe je mlado dekle, polno življenjske energije in optimizma. Zelo mlada je zbolela za Chronovo boleznijo. Preden sem se odločila za intervju, sem razmišljala, kako naj sploh začnem z vprašanji, ki so zelo osebna, lahko tudi zelo boleča. Ko pa sem zaslišala njen prijeten glas, sem se pomirila. Ne želi vsak govoriti o bolezni, kot da se jo sramuje, boji povedati, kaj ga muči, teži. Vsi v življenju smo na tem, da potrebujemo pomoč, nasvet, pogovor. Ko se odpremo sočloveku, spregovorimo o težavah in stiskah, nam je prav gotovo lažje, da jih prebrodimo.



Kaj sploh je Chronova bolezen, za katero si zbolela?

Chronova bolezen je bolezen prebavil, pri kateri gre za kronično vnetno obolenje črevesja. Vnetje v sluznici črevesja povzroči prekomerni imunski odziv organizma na lastne, v tem primeru črevesne celice, gre torej za avtoimunske bolezni. Natančen vzrok še ni jasn, po do sedaj znanih podatkih naj bi za nastanek bolezni bila odločilna genetska predispozicija.

Kdaj so se začele težave? Koliko si bila stara?

Težave so se pojavile že veliko prej, kot je bila bolezen diagnosticirana. Stara sem bila tam nekje deset, enajst let.

Katere težave so se prvotno pojavile pri tebi?

Začelo se je z bolečinami v sklepih, kasneje je sledila še huda utrujenost. Ker so za Chronovo bolezen značilni povsem drugi znaki, kot so bolečine v trebuhu, odvajanje mehkejšega oziroma tekočega blata s primesjo krvi ali sluzi in hujšanje, in ker sem bila po naravi lepe okroglolične sorte, so zdravniki sprva pripisovali tovrstne težave puberteti in dejstvu, da iščem izgovore v izogib športni vzgoji v šoli.

Koliko si bila stara, ko so te hospitalizirali? Kaj so ugotovili? Kakšna navodila si prejela za tvoje zdravljenje?

Kasneje, ko so se pojavile še bolečine v trebuhu in anemija, so me vzeli pod drobnogled in po protokolu preiskav diagnosticirali Chronovo bolezen. Takrat sem bila stara 15 let. Bil je nenavaden občutek, olajšanje, ker sem imela končno uradno potrjeno, da nekaj ni v redu, po drugi strani pa ogromen strah, kako bo živeti s tem. Takoj smo pričeli z zdravljenjem po protokolu s predpisano medikamentozno terapijo in z dietno prehrano.

Kako se je nadaljevala tvoja pot zdravljenja?

Zdravljenje je potekalo predvsem s ponavljajočimi se hospitalizacijami, sicer pa po predpisani shemi zdravljenja z zdravili, z enteralno prehrano, naslednja stopnja so bila biološka zdravila in leta kasneje še zadnji korak na poti zdravljenja, operativni poseg.

Kaj si medtem počela v življenju?

Trudila sem se vzpostaviti čim bolj normalno življenje, kar je pomenilo početi stvari, ki jih mladina rada počne, in ne, kot je Chron narekoval, imeti "ta zadnje" bolj kot ne priklenjene na straniščno školjko, vendar je bilo precej težko izvedljivo. Kar naenkrat se znajdeš ujet v vrtnec čakanja. Čakanja, da bo boljše, da bodo bolečine vsaj malo popustile, da boš imel dovolj moči za početi to in ono. Želja je bilo res ogromno in vsemu trudu navkljub jih je večina ostala le na seznamu želja, saj je realno sliko strastno slikal Chron. In reči moram, da je naredil precej umetniških del, slikal pa je z bolj žalostnimi in otožnimi barvami.

Zaključila si gimnazijo. Za kateri študij si se nato odločila?

Res je, zaključila sem gimnazijo in se najprej vpisala na študij sociologije v Ljubljano, vendar ga nisem zaključila. Leta kasneje sem po naključju izvedela, da se odpira na Visoki šoli za zdravstvo v Izoli študij dietetike – prehranskega svetovanja. Bila je ljubezen na prvi pogled; na študij sem se vpisala in ga uspešno zaključila.

Te je bolezen medtem pustila, da živiš brezskrbno življenje?

Za kronično vnetno črevesno bolezen so značilna akutna obdobja, torej obdobja, ko je bolezen v zagonu, in obdobja remisije. Obdobja akutnih zagonov bolezni so bila predvsem obdobja dolgotrajnih hospitalizacij. Sledila so obdobja remisije, ko je bila bolezen v mirovanju, takrat sem poskušala vzpostaviti čim bolj običajno življenje. Z leti, ko so z napredovalo boleznijo postajali zagoni vse hujši in pogostejši ter vmesna obdobja remisij vse krajša, je bil tudi odstop od običajnega življenja vse večji. Že vsakdanje obveznosti, kot je na primer odhod do trgovine, so bile zame pravi izziv.

Kaj se ti je zgodilo leta 2011?

Leta 2011 sem porabila vse "bonus karte" na poti zdravljenja in prišli smo do situacije, ko je bilo treba opraviti prvi operativni poseg. Zdravniki so mi že nekaj časa namigovali, da bi pa vendarle bila v dani situaciji najboljša rešitev stoma. Vedno sem govorila, da je stoma nekaj, česar jaz ne bom nikoli imela, zato je bila reakcija, razumljivo, v skladu z mojim tedanjim razmišljanjem: "Ne, tega pa

ne!” Takrat sem bila stara 28 let in moje življenje je bilo podobno vegetiranju, pa kljub temu sem stomo doživljala kot strah vzbujač izživ. Zdravstveno stanje se mi je drastično slabšalo in prišel je trenutek, ko dejansko nisem zmogla več. Bilo je nevzdržno, takrat je odločitev za stomo postala sprejemljiva. Pravzaprav se je zdravstveno stanje tako zelo poslabšalo, da sem na koncu že komaj čakala, da jo dobim. Torej, leto 2011 je bilo leto, ko si je stoma ustvarila domovanje na mojem trebuhu.

Kako si reševala vse te hude zdravstvene težave?

Prepričana sem bila, da bom po operaciji s stomo po nekaj dneh hospitalizacije odšla domov in se začela pripravljati na novo življenje v dvoje, vendar sem morala do odhoda domov prehoditi malo daljšo pot. Po operaciji so se začele stvari zapletati, prišlo je do odpovedi prebavil, sledili so številni zapleti, kar je podaljšalo desetmesečno hospitalizacijo v pravo agonijo. Pa vendarle, z gorečo željo dejansko grabiti za življenjem in seveda s podporo mojih ljubih mi je uspelo. Kljub črnemu scenariju, iskreno povedano, nisem nikoli niti za trenutek pomislila, da mi morda ne bo uspelo. Težko je bilo in to zelo, a kljub temu je življenje zmagalo. Moja velika zmaga.

Začela si pisati blog o življenju s stomo. Kakšno sporočilo ima tvoj blog?

Veste, pogosto, ko se s kom pogovarjam in ko mu povem, da imam stomo, me začudeno pogleda in reče: “Pa saj si videti povsem normalna!” Nasmejim se in rečem: “Saj tudi sem”. Danes, ko živim s stomo na trebuhu že 9 let, lahko takole ležerno odgovorim, včasih pa sem tudi sama gledala nanjo precej drugače. Dejstvo je, da je stoma sprememba in v trenutku, ko se znajdemo z rdečim gumbkom na trebuhu, je povsem normalno, da se soočimo z občutki strahu in sramu, prepletenimi z nešteto vprašanji, na katere sprva ne najdemo odgovorov, četudi se še tako trudimo. Šla sem skozi vse to in vem, kako zelo

sem bila prestrašena in prepričana, da bo življenja, ko bo prišla stoma na moj trebuh, enostavno konec. Moji dvomi niso bili, “kaj vse bom lahko počela”, ampak “česa kot stomistka ne bom mogla početi”. Vsak dan, ki sem ga pred stomo na trebuhu preležala v postelji ali pa presedela na školjki, in verjemite mi, ni jih bilo malo, sem razmišljala o povsem običajnih vsakdanjih stvareh, ki bi jih rada brezskrbno počela. Utopija je bila takrat že samo misel na dan brez bolečin. Vedno sem samo čakala, da bo bolje, da se bom le dovolj dobro počutila, da bom lahko končala študij, se zaposlila, se začela ukvarjati z aktivnostmi, ki me veselijo, od športnih aktivnosti do potovanj. Želela sem si družbe, aktivnejšega družabnega življenja. Danes počnem vse to in še več. Živim in uživam življenje. In ravno to je bil razlog, da sem sem želela o tem spregovoriti na glas, zato sem bila izjemno vesela, ko me je podjetje Paul Hartmann Adriatic, d. o. o., podprlo in mi omogočilo, da sem začela pisati blog Jaz in stoma, blog o življenju s stomo, o dejstvu, da stoma ne pomeni konca, ampak zgolj nov začetek. Zame definitivno začetek v boljše življenje. Stoma je v glavi in ko enkrat to sprejmeš, zaživiš povsem običajno življenje. Zaradi stome smo živi, je naš “life saver” in tega se moramo zavedati.

Kakšno je tvoje sporočilo?

To je moja velika zmaga. Dana mi je bila še ena priložnost in s tem opomin ter zavedanje, da ne gre zamuditi niti sekunde tega prečudovitega življenja, nasprotno – zajemati ga z veliko polno žlico.

Življenje je lahko trdo in nepravično, lahko je neizprosno in kruto. Toda optimizem Barbare in življenjska energija, ki jo ima, sta nam v pomoč, da se da tudi težave, s katerimi se v življenju neprestano srečujemo, premagati z močno voljo in optimizmom!

Haideja Černe



Zahvala donatorjem

“Tisti, ki prinašajo sonce v življenje drugih ljudi, so tudi sami obsijani z njim.”

Sir James M. Barrie



Humanost in solidarnost sta vrednoti, ki sta se še posebej pokazali v teh težkih časih v spopadu z novim koronavirusom. Tako kot v prvem valu, ko ste nam mnogi priskočili na pomoč, tudi tokrat nismo ostali prezrti. Odločitev podjetij in posameznikov iz naše regije in tudi širše, da donirajo sredstva in medicinsko opremo za zdravljenje bolnikov s koronavirusom, predstavlja za nas veliko spodbudo za kakovostno in strokovno zdravstveno obravnavo covidnih bolnikov in nenazadnje vseh bolnikov, ki v tem času tudi potrebujejo našo strokovno pomoč. Izredno smo hvaležni vsem, ki so nam kakorkoli priskočili na pomoč. Hvala za človekoljubnost in dobronamernost, ki je in bo tudi v prihodnje bistveno olajšala delo zdravstvenemu osebju in zagotovila boljše pogoje zdravljenja covidnim bolnikom, prav tako pa pripomogla k strokovnemu razvoju naše regijske bolnišnice.

Do sedaj smo prejeli številne donacije s strani ustanov, podjetij in posameznikov, za kar se najlepše zahvaljujemo.

Iskrena hvala:

- donatorjem denarnih sredstev, medicinske opreme in zaščitne opreme (razvrščeni po abecedi): Arctur, d. o. o., Astro caffè, s. p., Avto INN, d. o. o., Avtosport, d. o. o., Best Gold Bet, d. o. o., Blue Ocean Gaming, BO-DA, d. o. o., Business Solutions, d. o. o., Coatransporti, d. o. o., Ekobor, d. o. o., Fabrika Bar & More - Na Trgu, d. o. o., Frančiška Batistič, Frančiškanski samostan Sveta gora, Fundacija Vrabček upanja, Gostol-Gopan, d. o. o., Intra lighting, d. o. o., Joško Strosar, s. p., Kamnoseštvo Tavčar, d. o. o., Kolektor CPG, d. o. o., Laborplast, d. o. o., Mestna občina Nova Gorica, MHE Saksida, Darij

Saksida, s. p., Nada Suban, Natural Just, d. o. o., Nejc Gabrijelčič, Nova KBM, d. d., Občina Ajdovščina, Občina Brda, Občina Cerklje, Občina Kanal ob Soči, Občina Miren-Kostanjevica, Občina Renče-Vogrsko, Octagen, d. o. o., Peloz, d. o. o., Pfizer, Pharmamed-Mado, d. o. o., Prevozništvo Klaut, d. o. o., Pro-Masim, d. o. o., Radio Robin – akcija “Stopimo skupaj”, Ralux, d. o. o., SAOP, d. o. o., Slometal, d. o. o., Soške elektrarne Nova Gorica, d. o. o., Stem, d. o. o., Tatjana Lemut, s. p., Taxa, d. o. o., Ajdovščina, Telekom, d. d., TKG in proizvodnja vijakov, d. o. o., Zdenko Zorn, Zelen in partnerji, d. o. o.,

- donatorjem kulinarčnih dobrot in napitkov za osebje Covid oddelka: Pizzeria Frnažar iz Mirna, Lions Klub Nova Gorica, District 129 – Slovenija skupaj s podjetjem Lidl Slovenija, d. o. o., k. d., McDonald's iz Nove Gorice, iniciativa “Malica za heroje Covida”, Mevljudin Bedžeti iz Okrepčevalnice Tarantela v Šempetru pri Gorici, Mercator, d. d.

Zahvaljujemo se tudi družbi Hit, d. d., za nudenje prenočišč za zdravstvene delavce bolnišnice.

Ob tej priložnosti bi se radi zahvalili za vso pomoč tudi Ministrstvu za zdravje RS, Rdečemu križu Nova Gorica, Civilni zaščiti Nova Gorica, Severno Primorski gospodarski zbornici Nova Gorica, časopisu Primorske novice in nenazadnje vsem uporabnikom zdravstvenih storitev in obiskovalcem bolnišnice, ki upoštevate naša navodila in naše ukrepe ter nam tako v veliki meri pomagata pri obvladovanju okužb.

V primeru, da smo koga v zahvali nenamerno izpustili, se mu za to iskreno opravičujemo.

Še enkrat iskrena hvala vsem za pomoč, za humanost in solidarnost! Ostanimo zdravi!

Vodstvo SB Nova Gorica s sodelavci

“Ozrimo se na vse naše – male in velike – pretekle osebne zmage ter se z njimi opogumimo za spoprijemanje s trenutno situacijo.”



udarnih novic in žgočih razprav ne bomo počutili tako dobro kot ob klepetu z družino ali s prijatelji, med sprehodom na svežem zraku ali pri pripravi slastnega obroka. Branje zanimive knjige ali poslušanje priljubljene glasbe nam bo verjetno prineslo več veselja in zadovoljstva kot razmišljanje o črnih scenarijih naše prihodnosti. Poskrbimo, da bo v naših dnevih dovolj dejavnosti, ob katerih se bomo počutili prijetno, sproščeno, varno. Vse to predstavlja protiutež obremenitvam, ki jih dnevno doživljamo, in poskrbi, da ohranjamo naše telo v ravnovesju, s tem pa tudi zdravo in odporno. Zdaj že vemo, da je prav odpornost našega organizma ključnega pomena v boju z virusom.

Praznični čas že tradicionalno poteka v znamenju številnih druženj in srečevanj. Ta bodo morda letos v določeni meri omejena, a kljub temu lahko s pomočjo sodobnih tehnologij poskrbimo, da z našimi bližnjimi in ljubljeneži ostanemo povezani tudi v obdobju, ko smo narazen. Letos pa je v tem času še toliko bolj pomembno, da ohranimo človečnost. Da smo pozorni in slišimo klice vseh, ki so jih neposredne ali posredne posledice pandemije pripeljale do stiske in potisnile na rob. Da tudi sami lahko priznamo, ko ne zmoremo. Moč je poiskati pomoč, ko je potrebujemo.

24 ur na dan, vse dni v tednu, vam bodo na telefonski številki 080 51 00 prislunili strokovno usposobljeni svetovalci. V Centru za krepitev zdravja Zdravstvenega doma Nova Gorica smo z vami za pogovor na telefonski številki 041 426 469 vsak delovnik med 16.00 in 20.00. Obiščite tudi spletno stran Skupaj za zdravje (www.skupajzazdravje.si/dusevno-zdravje/sproscanje/), kjer najdete povezave do posnetkov različnih tehnik sproščanja.

Psihologinja ZD Nova Gorica

Vstopamo v zadnji mesec leta, ki je poskrbelo, da v zgodovinskih učbenikih prihodnjih generacij ne bo ostalo neopaženo. Čeprav je bil pojav pandemije z zgodovinskega vidika celo pričakovan, pa verjetno nihče izmed nas pred letom dni ob odštevanju zadnjih minut do vstopa v novo leto niti slutil ni, kakšno obdobje je pred nami. Leto, ki nas je tako močno zaznamovalo, nam zdaj napoveduje tudi drugačen praznični čas. Če so pretekli decembri pogosto minevali v hitenju in mrzličnem usklajevanju nakupovanj, srečevanj in praznovanj, smo letos soočeni z določenimi omejitvami gibanja, dejavnosti in druženja.

Medtem ko bo nekaterim odmik od običajnega decembrskega vrveža dobrodošel, bodo morda drugi ob tem občutili stisko. Negotovost trenutne situacije v navezi z omejitvami lahko še okrepi občutke strahu, tesnobe, jeze, žalosti, razočaranja. Vsi ti neprijetni občutki predstavljajo povsem naraven odziv. Še več, pomagajo nam pri zaščiti sebe in naših bližnjih, obenem pa nas spodbujajo k spremembam in

delovanju v smeri naših vrednot. Če pa te težke občutke nenehno prelevamo, pogosto dosežemo povsem nasprotni učinek. Strah nas lahko vodi v zaščitno vedenje in izogibanje nevarnostim, kar je v času epidemije še kako pomembno. Ko pa strahu ne uporabimo kot spodbudo za delovanje, temveč ga hranimo s črnoglednim razmišljanjem, krepimo z jezo in razočaranjem zaradi novih omejitev ter podžigamo z iskanjem krivcev za nastalo situacijo, se lahko znajdemo v breznu obupa, nemoči in sovražnosti.

Ljudje smo veliko bolj prožni, kot se nam morda zdi ob trenutkih, ko nas preplavljajo težke misli. Vsak izmed nas je v življenju premagal že marsikateri izziv, a na to velikokrat hitro pozabimo, ko je ovira enkrat za nami. Spomnimo se teh naših malih in velikih preteklih osebnih zmag ter se z njihovo popotnico opogumimo za spoprijemanje s trenutno situacijo. Spremljajmo aktivnosti, ki jih počnemo, in opazujemo svoje misli, občutke in čustva, ki jih ob tem doživljamo. Verjetno bomo opazili, da se ob nenehnem budnem spremljanju

Kako obvladovati stres, zmanjšati občutke strahu, panike in zaskrbljenosti zaradi koronavirusa SARS-COV-2 (COVID-19)?

Če se sami znajdemo v situaciji, ko se počutimo tesnobne ali zaskrbljene glede koronavirusa, se lahko opomnimo, da zdravstveni in drugi strokovnjaki sledijo strogim protokolom za zmanjševanje širjenja okužb z virusom in zaježitev vseh posledic. Situacija, ki smo ji izpostavljeni, je velik izziv, zato je še posebej pomembno, da delujemo preventivno. Vsi skupaj in vsak posameznik mora delovati odgovorno in preventivno za skupno dobro.



Imejmo v mislih, da gre za obdobje, ki je trenutno težko, a bo minilo. Poskušajmo ostati **mirni**.



Pomaga nam lahko **pogovor** z ljudmi, ki jim zaupamo. Pogovarjajmo se z družino in prijatelji. Če pogovor v živo ni mogoč, lahko uporabimo različne novodobne tehnologije.



Ohranjajmo socialne stike, kolikor je v trenutnih okoliščinah možno oz. varno. Socialne stike lahko vzdržujemo tudi preko novih tehnologij. Izogibajmo se tesnim stikom, predvsem pa druženju v večjih skupinah.



Ohranjajmo zdrav življenjski slog – zdravo se prehranjujmo, dovolj spimo, bodimo fizično aktivni (npr. sprehod, vadba doma,...).



Za sprostitev ne posegajmo po cigaretah, alkoholu in drugih drogah. Ukvarjajmo se z **aktivnostmi**, ob katerih se počutimo dobro.



Če občutimo, da smo zaradi nastale situacije čustveno preobremenjeni, se lahko obrnemo na navedene kontakte (**najprej uporabimo vire pomoči po telefonu**). Če nimamo znakov bolezni ne hodimo v zdravstvene ustanove.



Osredotočimo se na to, kar lahko nadziramo (**osnovni higienski ukrepi**, več na <https://www.nijz.si/sl/preprecevanje-okuzbe-z-virusom-sars-cov-2019>, dnevna rutina).



Pridobimo čim več **relevantnih informacij**, ki nam bodo pomagale natančno oceniti tveganje in sprejeti razumne preventivne ukrepe.

Vse informacije v zvezi s koronavirusom in nastalo situacijo, pridobivajmo iz zanesljivih virov (npr. ministrstva, NIJZ, WHO, in medijev, ki te informacije povzemajo).



Zmanjšajmo izpostavljenost medijskim vsebinam, ki nas še dodatno vznemirjajo.



Za soočanje s trenutno situacijo uporabljajmo tiste veščine, s pomočjo katerih smo se že v preteklosti uspešno soočali z neprijetnimi življenjskimi situacijami in ki nam pomagajo obvladovati čustva.



Potrudimo se, da nastala situacija ne bo ogrozila načel **solidarnosti** in **človečnosti**. V skrbi za svoje zdravje pomislimo tudi na druge, predvsem na ranljive skupine prebivalstva (npr. socialno ogroženi, ljudje s kroničnimi obolenji, starejši...) in kako jim lahko pomagamo na način, da ne ogrozimo svojega zdravja.

Bodimo **strpni in sprejemajoči** drug do drugega. Samo s skupnimi močmi bomo dosegli, da se bo življenje čimprej spet vrnilo v normalne tirnice.

Situacije, v katerih je prisotna negotovost, lahko sprožijo tesnobo tako pri odraslih kot pri otrocih. Otroci se na takšne situacije odzivajo različno. Lahko postanejo bolj razdražljivi, jezni, tesnobni, lahko se umikajo ali nasprotno, bolj intenzivno iščejo družbo in stik z odraslimi.

Otroci se zgledujejo po obnašanju odraslih in v njihovem obnašanju iščejo tudi pomiritev, zato odraslim in staršem svetujemo, da, če se le da, ostanejo mirni, z otrokom pa se o nastali situaciji pogovarjajo.



Večina otrok je za virus že slišala, zato se **pogovoru o tem ne izogibajte**. Pomanjkanje in prikrivanje informacij, prav tako tudi nepreverjene informacije ali informacije iz nestrokovnih virov, lahko povečajo stisko ali strah.



Informacije v zvezi z virusom se hitro spreminjajo, zato **preverite, da boste tudi sami imeli veljavne informacije**. Vse informacije v zvezi s koronavirusom in nastalo situacijo, pridobivajte iz zanesljivih virov (npr. ministrstva, NIJZ, WHO, in medijev, ki te informacije povzemajo).



Ne bojte se otroku povedati, če česa ne veste oziroma nimate odgovorov na vsa njegova vprašanja. Pomembno je, **da ste otroku na voljo**, ter mu omogočite in dovolite, da spregovori o svojih čustvih. Povejte mu, da ga imate radi in ste mu na voljo za pogovor in igro.



V svojih odgovorih bodite **mirni, iskreni in jasni**. Otroku sporočite, da gre za obdobje, ki bo minilo.



Prilagodite informacije starosti otroka. Mlajši otroci bodo običajno imeli konkretna vprašanja (Kaj je to koronavirus? Ali bo kdo zbolel? Kako lahko preprečijo bolezen?), starejši otroci bodo lahko imeli bolj kompleksna vprašanja (Kaj to pomeni za mojo družino? Ali lahko kdo umre? Kaj to pomeni za ves svet? Se lahko zgodi, da bodo zaprli trgovine in bo zmanjkalo hrane?).

Otrokom **ne posredujte preveč informacij naenkrat**, odgovarjajte na tisto, kar jih zanima in kar vas sprašujejo. Pogovor služi cilju, da otroka pomirite in z jasnimi informacijami zmanjšate možnost zastrašujočih predstav oziroma misli o bolezni.



Otroku dajte občutek varnosti in kontrole. Sporočite mu, da zdravstvene in druge strokovne službe delajo vse kar je v njihovi moči, da zaščitijo in ohranijo njihovo zdravje. Informirajte ga o tem, kaj lahko sam naredi za to, da prepreči širjenje bolezni in okužbe (kako otroke skozi igro naučimo pravilnega umivanja rok).



V pogovoru **se izogibajte katastrofiziranju in napovedovanju črnih scenarijev**. V skladu z otrokovimi vprašanji, naslovite realne možnosti (npr. lahko se zgodi, da kdo od bližnjih zboli in bo potreboval zdravniško pomoč).



Omejite čas pogovora o koronavirusu. V zadnjih dnevih je koronavirus (pre)pogosta tema naših pogovorov, dostikrat se zgodi, da govorimo le o tem in smo pri tem zaskrbljeni. Pomembno je, da v času, ki ga preživljamo z otroci, pogovor o koronavirusu omejimo in se osredotočimo tudi na druge vidike našega življenja, predvsem tiste, ki jih lahko nadziramo in so pozitivni.



Rutina zmanjšuje negotovost, zato, **kolikor se da, ohranite vsakodnevni ritem in rutino** (otroku omogočite igro, sprostitve, počitek ...).



Otrokom smo odrasli vzgled. Že s svojo mirnostjo, samozaupanjem ter zagotavljanjem občutka varnosti lahko prispevamo k zdravju in dobremu počutju otrok.

Rožnati oktober

Rožnati oktober je mesec, v katerem z različnimi dogodki opozarjamo javnost o raku dojk, tako da predvsem z osveščanjem usmerjamo pozornost na ta najpogostejši rak pri ženskah. O razlogih za te aktivnosti pridr. prof. dr. Marko Vudrag pravi: "V Sloveniji vsako leto na novo zbolijo do 1400 žensk (na Goriškem do 100), več kot 400 jih, žal, tudi umre. Kajti v Sloveniji bo ena od 13 žensk do svojega 74. leta zbolela za rakom dojk! Tudi zato v program DORA – državni presejalni program za zgodnje odkrivanje raka dojk – želimo vključiti čim večji delež žensk iz ciljne populacije (od 50 do 69 let); to naj bi bilo vsaj 70 % (in več) ženske populacije Slovenije, do bomo dosegli cilj – zmanjšati umrljivost zaradi raka dojk vsaj za 30 %. Na Goriškem smo DORO vpeljali septembra 2016. Hvale vredno je tudi to, da je na Goriškem odzivnost v druga dva presejalna programa ZORA in Svit najvišja v Sloveniji."

Povodoma meseca ženskega zdravja (Rožnati oktober) smo goriško Društvo za boj proti raku in drugim kroničnim boleznim oz. Društvo ko-RAK.si skupaj s partnerji (Mestna občina Nova Gorica; Športna

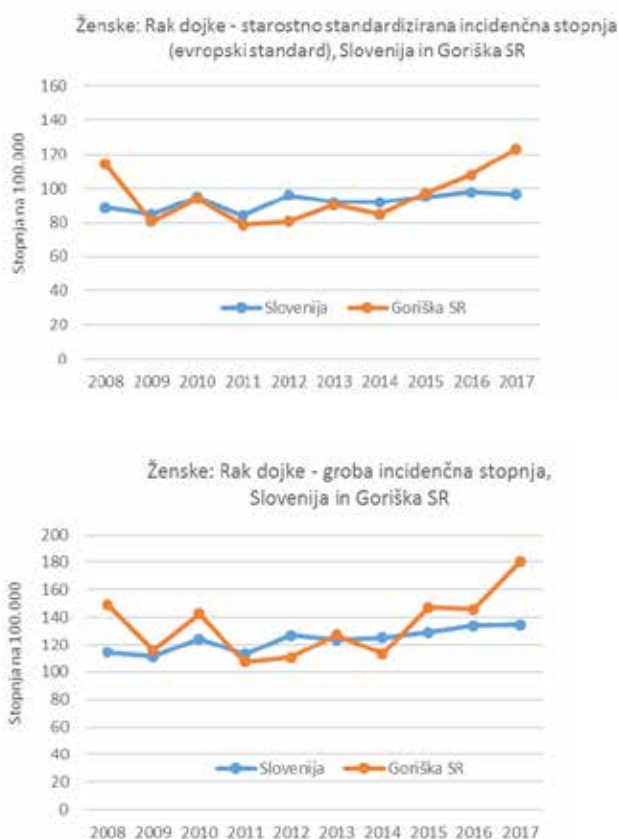
zveza; Javni zavod za Šport; Društvo diabetikov Nova Gorica; Športno društvo Mark, Supernova ...) na ploščadi pred Supernovo na Prvomajski ulici v Novi Gorici v soboto, 24. oktobra, organizirali in

izvedli ozaveščevalno-preventivni in dobrodelni dogodek 8. Goriški tek in hoja za upanje. Zbrana sredstva bomo tudi letos namenili nakupu opreme za onkološko ambulantno Splošne bolnišnice "dr. Franca Derganca" Nova Gorica.

Sicer pa je stanje glede pojavnosti in bremena raka dojk med žensko populacijo v Sloveniji in na Goriškem, kot sledi v tabeli.

Rak dojk in drugi raki, denimo rak pljuč, so pri ženskah v porastu. Zato posvečamo rožnati oktober ženskemu zdravju in bomo o njem spregovorili skozi vse komunikacijske kanale v smislu ozaveščanja o preventivnih aktivnostih – tudi v skladu z Evropskim kodeksom proti raku, katerega projekt sofinancira Ministrstvo za zdravje.

Pidr. prof. dr. Marko Vudrag, dr. med., predsednik Društva ko-RAK.si



Incidenca; pojavnost novih primerov raka dojk na leti ravni

	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	Povp. 10 let
Incidenca											
Slovenija	1171	1145	1286	1171	1319	1284	1304	1344	1396	1401	1282
Goriška SR	89	69	85	64	66	76	67	87	86	106	80
Groba incidenčna stopnja											
Slovenija	114,2	111,1	124,3	112,9	127,0	123,5	125,4	129,2	134,2	134,7	123,7
Goriška SR	149	116	143	107	110	128	113	147	146	180	134,0
Starostno standardizirana incidenčna stopnja (evropski standard)											
Slovenija	88,8	84,8	95	84,1	96,1	92,1	92	94,9	98	96,6	92,2
Goriška SR	114,2	80,8	93,8	78,7	80,8	90,3	84,9	97,1	108,0	123,4	95,2

Rak dojk (ženske) (C50), Slovenija in Goriška, Onkološki inštitut Ljubljana, Register raka RS, 5. 10. 2020



November – movember



Mesec november je razglašen za mesec moškega zdravja. S tem v zvezi je vzniknilo tudi mednarodno gibanje movember, ki s prepoznavnimi brki simbolizira boj proti raku prostate. Ta mesec še posebej namenjamo ozaveščanju moških o raku prostate, ki je najbolj razširjen rak med moškimi po 50. letu starosti – tako v Sloveniji kot tudi na Goriškem. Zaradi raka na prostati namreč po nepotrebnem umre preveč Slovencev, čez 400 letno, medtem ko jih zboli za tega raka blizu 1600 letno.

Večina karcinomov prostate je omejenih na prostato – dobrih 70 %, dobrih 20 % je lokalno napredovalih, le 5 % pa je ob odkritju razsejanih (metastaze). Zdravljenje raka prostate je odvisno od stadija oz. razširjenosti, od histološke oblike raka pri biopsiji ter od starosti in splošnega stanja bolnika. V Sloveniji se polovico bolnikov operira, 15 % obseva, 35 % bolnikov pa se zdravi z različnimi zdravili.

12 enostavnih in preprostih, a izvedljivih nasvetov proti raku, ki zanesljivo zmanjšujejo pojavnost tega velikega javnozdravstvenega problema

1. Ne kadite!

Kajenje tobaka povzroča nastanek mnogih vrst raka, povzroča pa tudi druge kronične bolezni in motnje v telesnih sistemih.

2. Ne kadite v navzočnosti drugih!
Pasivno kajenje je enako nevarno in lahko povzroča raka, kot da kadimo.

3. Vzdržujte zdravo, normalno telesno težo!

Povečano telesno težo se povezuje s pojavnostjo raka in z drugimi težkimi kroničnimi boleznimi.

4. Vsak dan bodite telesno dejavni!

Gibanje je bistven preventivni dejavnik pri preprečevanju raka ter za dobro zdravje posameznika.

5. Prehranjujte se zdravo!

Zdrava prehrana je bistven preventivni dejavnik pri preprečevanju raka ter za uravnavanje dobrega zdravja posameznika.

6. Omejite vse vrste alkoholnih pijač!

Alkohol je povzročitelj mnogih vrst rakov, težkih duševnih motenj in hudih kroničnih bolezni.

7. Previdno se sončite!

Sonce ima poleg koristnih učinkov tudi škodljive, povzroča kožnega raka in melanom na koži.

8. Na delu se zaščitite pred nevarnimi snovmi, ki povzročajo raka!

Čim prej se moramo ozavestiti o izpostavljenosti in tveganju za zdravje zaradi nevarnih snovi, saj mnoge izmed njih lahko povzročajo raka.

9. Varujte se pred ionizirajočim sevanjem!

Čim prej se moramo ozavestiti o nevidnih, a za zdravje škodljivih učinkih ionizirajočih sevanj, ki povzročajo raka in hude motnje v telesnih sistemih.

10. Ženske!

Ženskemu dobremu zdravju in preprečevanju raka moramo posvetiti veliko pozornost skozi preventivne presejalne programe proti raku (ZORA, DORA) in s cepljenjem proti HPV.

11. Poskrbite, da bodo vaši otroci cepljeni proti HBV in HPV!

Cepljenje proti HPV direktno preprečuje pojavnost raka materničnega vratu, cepljenje proti hepatitisu B pa preprečuje raka jeter. Najbolj enostaven in učinkovit medicinski ukrep – cepljenje direktno preprečuje pojavnost raka.

12. Udeležujte se organiziranih presejalnih programov!

Slovenija zagotavlja in izvaja tri svetovne presejalne programe za preprečevanje in za zgodnje odkrivanje rakov. Ti programi so ZORA – preprečevanje raka materničnega vratu, DORA – preprečevanje raka dojk in Svit – preprečevanje raka debelega črevesa in danke. Vsi so v zadnjih letih bistveno prispevali k manjši pojavnosti in zgodnjemu odkritju teh rakov.

V Evropskem kodeksu proti raku strokovnjaki svetujemo, kaj je mogoče ukreniti, da se tudi s preprostimi aktivnostmi lahko zmanjša pojavnost rakave bolezni. Gre za nasvete, kako živeti, da bi si vsak posameznik kar najbolj zmanjšal individualno ogroženost z rakom. Kot so bili že poprejšnji, je tudi večina sedanjih nasvetov taka, da njihovo upoštevanje ne zmanjša le grožnje raka, pač

pa tudi drugih kroničnih bolezni, predvsem bolezni srca in žilja, ki so tudi sicer najusodnejše, pa tudi debelosti in sladkorne bolezni tipa 2, ki sta v porastu.

November – mednarodni mesec boja proti raku pljuč

Rak pljuč je resen zdravstveni problem in ena od najpogostejših vrst raka. V Sloveniji je bil na prvem mestu po pogostnosti že vse od leta 1967, ko je zamenjal želodčnega raka; zdaj je prav tako visoko po pojavnosti. V 80 % ga povzroča kajenje. Med simptome sodijo težko dihanje, zadihanost, nepojasnjeno hujšanje, krvav izpljunek, suh kašelj, pogoste pljučnice, utrujenost. Ker je poznavanje te oblike raka slabo in tudi simptomi niso značilni, je toliko bolj nujna visoka raven ozaveščenosti na vseh ravneh z namenom, da bodo zdravniki ustrezno odreagirali in poslali v specializirane centre primere, ki potrebujejo hitro obravnavo. Le okrog 16 % rakov pljuč odkrijejo v ozdravljivi fazi, presejalnih testov za zgodnje odkrivanje še ni.

Novosti na področju zdravljenja raka

Smo priča **nenehnemu napredku na vseh področjih zdravljenja raka – kirurškem, obsevalnem in sistemske** (hormonsko zdravljenje, kemoterapija, tarčna zdravila). Med številnimi novejšimi raziskavami in sodobnimi metodami zdravljenja raka se kot veliko in učinkovito upanje večine rakov kaže imunoterapija.

Imunoonkološka terapija aktivira človekov imunski sistem tako, da je zmožen prepoznati in uničiti rakave celice. Z zaviralci kontrolnih točk imunskega odziva (ZKT) predstavlja imunoterapija danes eno najbolj obetavnih zdravljenj raka. Od nekdaj je obstajala želja, da bi raka premagali z vzpodbuditvijo lastnega imunskega sistema, ki bi tako, kot napade bakterije ali viruse, kadar se okužimo, napadel tudi rakave celice in jih uničil. Zaviralci kontrolnih točk (ZKT) so torej zdravila, ki preprečijo zaviralno delovanje rakavih celic na T-limfocite, jih sprostijo in naredijo ponovno sposobne spoznati rakave celice kot tuje, jih napasti in uničiti. Opravljene raziskave kažejo obetavno spoznanje, da na imunoterapijo najbolje odreagirajo agresivni raki z veliko mutacijami in napakami v genomu, za katere do sedaj ni bilo

učinkovitih zdravil. Raziskave kažejo celo na možnost ozdravitve pri posameznih bolnikih z napredovalim melanomom, mogoče tudi rakom pljuč in rakom ledvic.

Katere vrste imunoterapije so že v uporabi in pri katerih rakih?

Do sedaj dokazano varna in učinkovita imunska zdravila za zdravljenje raka, registrirana tudi pri nas, ki delujejo proti kontrolnim točkam CTLA4 in proti PD1, so usmerjena zdravila ipilimumab, nivolumab in pembrolizumab. S temi zdravili zaenkrat zdravijo bolnike z napredovalim melanomom, nedrobnoceličnega raka pljuč in nekaterih drugih vrst raka pa še ne. Na zdravljenje odgovori okoli tretjina bolnikov, pri katerih gre za lepe zazdravitve, ki bistveno izboljšajo kakovost življenja. Tudi z neželenimi učinki ni večjih težav. Ta koncept zdravljenja je inovativen in popolnoma drugačen od obstoječih terapij. Želimo si, da bi tudi bolniki v Sloveniji imeli možnost dostopa do takšnega načina zdravljenja.

Raziskovalci intenzivno **proučujejo nove napovedne molekularne označevalce**, na podlagi katerih bo mogoče vnaprej razpoznati bolnike, ki se bodo pozitivno odzvali na določeno imunsko zdravljenje, in tako personificirati imunoterapijo.

Mesec november, v katerem opozarjamo na določene vrste raka in še bolj intenzivno ozaveščamo o dejavnikih tveganja, naj bo zato vedno prežet tudi z optimizmom in upanjem, da bodo z uporabo imunoterapije postali številni, do sedaj neozdravljivi raki visoko zazdravljivi ali celo ozdravljivi.

*pridr. prof. dr. Marko Vudrag, dr. med.,
predsednik Društva ko-RAK.si*



Diagnostika



Raki pljuč so zelo agresivni, hitro rastejo in jih je težko odkriti v zgodnjem stadiju bolezni. V začetnem stadiju običajno ne povzročajo težav, tako da je pri večini, žal, bolezen odkrita v napredovalnem stadiju bolezni. Najpogostejši znaki raka pljuč so: kašelj, spremembe karakterja kroničnega kašlja pri kadilcih, bolečine v prsnem košu, utrujenost, hujšanje in neredko obilen, občasno krvavo obarvan izmeček. Na raka pljuč je treba vedno pomisliti in ob teh težavah, zlasti pri kadilcih, hitro izpeljati preiskave. Čim bolj zgodnje odkritje raka daje boljše prognoze. Čas med prvimi težavami in postavitvijo diagnoze je pri pljučnem raku, žal, še vedno predolg.

Kakšni so rezultati zdravljenja in kaj lahko pričakujemo v prihodnosti?

V primerih, ko pljučnega raka odkrijemo v zgodnejši in še vedno omejeni, operabilni obliki, imajo ti bolniki okrog 60 % možnosti za dolgotrajno preživetje. Možnosti učinkovitega zdravljenja napredovelega raka pljuč, zlasti nedrobnoceličnega, so se v zadnjih letih z uvedbo tarčnih zdravil bistveno izboljšale. Pri bolnikih z razpoznano tarčo v tumorju, kot so EGFR ali ALK spremembe, je danes

mogoče s tarčnimi zdravili doseči večletne zazdravitve bolezni. Bolniki se vrnejo na delo in kakovostno živijo tudi s to težko boleznijo. Z razpoznavo novih tarč in uvedbo novih bioloških zdravil, tudi imunoterapije, se bodo možnosti zdravljenja raka pljuč v naslednjih letih bistveno izboljšale. Za uvajanje in učinkovito izvedbo teh zahtevnih načinov zdravljenja je potrebna oskrba bolnikov v visoko specializiranih centrih, ki nudijo celostno oskrbo bolniku z rakom pljuč.

Izpostavimo 5 pravil za učinkovito obvladovanje in blaženje problemov zaradi raka pljuč:

- **Stop kajenju.**
- **Hitra (in ustrezna) zgodnja diagnostika.**
- **Dostop vseh obolelih do novih sodobnih načinov diagnostike in zdravljenja.**
- **Celostna psihosocialna rehabilitacija obolelih.**
- **Zgodnja paliativna oskrba.**

Pomembno zavedanje in delovanje celotne družbe, političnih odločevalcev, institucij sistema in nevladnega sektorja hkrati naj bo v smislu zagotavljanja preventivnih aktivnosti, novih načinov diagnostike, zdravljenja, rehabilitacije in celostne psihosocialne oskrbe bolnikov z rakom pljuč.

pridr. prof. dr. Marko Vudrag, dr. med., predsednik Društva ko-RAK.si

Slovenija se je znova obarvala vijoličasto!

Tudi letos smo tretji četrtek v novembru, točneje 19. novembra, obeležili svetovni dan raka trebušne slinavke. Naša občina je podprla dejavnosti ozaveščanja z namenom, da bi čim več ljudi izvedelo za tega raka, predvsem pa se poučilo o njegovih simptomih, in tako po svojih močeh prispevala k zgodnejšemu odkrivanju te bolezni, ki še vedno terja previsok davek.

Vsako leto pri nas namreč zboli več kot 400 ljudi, okoli 380 pa jih umre. Za lažjo predstavbo: to je za kar osem avtobusov ljudi! Za tem zelo agresivnim rakom zbolijo večinoma ljudje po 65. letu, čeprav to ni pravilo, z enako pogostostjo pojavljanja pri obeh spolih. Pet let po diagnozi živi le še okoli pet odstotkov obolelih. Čas je, da to žalostno statistiko spremenimo. V znak prizadevanj za širjenje zavedanja o pomenu zgodnjega odkrivanja raka trebušne slinavke se je tako Občina Šempeter-Vrtojba ponovno pridružila gibanju, ki je potekalo v številnih državah po Evropi in svetu, ter v znak podpore v vijolično barvo osvetlila Coroninijev dvorec. S tem smo tudi na viden način pristopili k aktivnostim kampanje "Skupaj smo v tem", s katero je v slovenskem prostoru začelo Združenje EuropaColon Slovenija, ki zastopa bolnike z raki prebavil, tudi z rakom trebušne slinavke, in njihove svojce. Če vas je torej 19. novembra pot zanesla mimo objekta, osvetljenega v vijolično barvo, zdaj veste, da je bil

tako osvetljen zato, ker je to barva, ki simbolizira ozaveščanje o raku trebušne slinavke. Poleg šempetrskega dvorca so bile tega dne osvetljene še številne druge stavbe v več kot 30 državah po vsem svetu – v opomin in vzpodbudo, da naredimo vsi skupaj korak v smeri boljšega stanja na področju tega raka.

In če že govorimo o raku trebušne slinavke ter o pomenu čim zgodnejše prepoznave, navedimo tudi dejavnike tveganja ter znake, ob katerih moramo biti pozorni in iti k zdravniku. Dejavniki tveganja za nastanek

raka trebušne slinavke so poleg starosti tudi kajenje, prehrana, bogata z mesom in živalskimi maščobami, sladkorna bolezen, kronično vnetje trebušne slinavke ter dednost. Znaki raka trebušne slinavke so lahko dokaj neznačilni, velikokrat zelo neoprijemljivi, neopredeljivi simptomi, kot je nekakšna utrujenost brez posebnega vzroka. Vsekakor pa je treba pomisliti na tega raka ob pojavu bolečin v žlički ali na sredini hrbta, tiho nastali zlatenici, svetlem blatu in temnem urinu, opaznem nenamernem hujšanju, izgubi apetita, slabosti.

Opazujmo svoje telo, poslušajmo ga. Zgodnje odkrivanje raka namreč rešuje življenja! Zato vam, drage občanke in občani, prijazno svetujemo, da se v primeru naštetih težav čim prej obrnete na svojega izbranega zdravnika.

Mateja Poljšak Furlan




SKUPAJ SMO V TEM!

RAK TREBUŠNE SLINAVKE

SIMPTOMI

Simptomi raka trebušne slinavke so včasih nejasni. Bodite pozorni na naslednje znake:

 BOLEČINA V TREBUHU	 BOLEČINA NA SREDINI HRBTA
 NEPOJASNJENA IZGUBA TEŽE	 ZLATENICA (porumenela koža in beločnici)
 IZGUBA APETITA	 PREBAVNE MOTNJE
 SIVO BLATO, TEMEN URIN	 NOVONASTALI DIABETES OB NORMALNI TELESNI TEŽI

ZGODNJE ODKRIVANJE REŠUJE ŽIVLJENJA





Tradicionalni slovenski zajtrk je nastal na pobudo slovenskih čebelarjev



Čebele oprašijo večino rastlin ter s tem zagotovijo hrano ljudem in živalim, zato ne pretiravamo, če rečemo, da je vsaka tretja žlica svetovne hrane odvisna od čebel. Najpomembnejše so pri opraskanju sadnega drevja, saj oprašijo kar 70–80 % cvetov. Po ugotovitvah znanstvenikov točne vrednosti opraskanja, ki ga v Sloveniji brezplačno opravijo čebele, ni mogoče izračunati, ocenjeno pa je, da je ta vrednost od 15–30-krat večja od vseh čebeljih pridelkov skupaj! V svetu se številne države že spopadajo s problemom pomanjkanja oprasovalcev in prav je, da spomnimo tudi na to, da morajo ponekod na Kitajskem za opraskanje poskrbeti ročno, Japonci pa so izumili robotske čebele.

Zavedanje o pomenu te koristiljubne žuželke je bilo zelo slabo in Čebelarstva zveza Slovenije se je leta 2007 s ciljem osveščati o pomenu te koristiljubne žuželke odločila za izvajanje dobrodelno izobraževalne akcije **“En dan za zajtrk med slovenskih čebelarjev v slovenskih vrtcih”** oz. medenega zajtrka, kot ga imenujemo čebelarji. Zajtrk smo prvič izvedli 16. novembra 2007 (tretji petek v novembru). Ideja je bila, da čebelarji vrtcem brezplačno podarijo med in otrokom predstavijo delo čebelarja in pomen čebel za pridelavo lokalne hrane. Čebelarji so vrtcem in ponekod tudi osnovnim šolam podarili okrog 2000 kg medu za izvedbo medenega zajtrka. Akcija je bila vseskozi namenjena predvsem izobraževanju in osveščanju otrok o pomenu čebel za lokalno pridelavo hrane.

Kljub izrednemu uspehu akcije pa smo na Čebelarstvu zvezi Slovenije želeli akcijo nadgraditi, jo narediti vseslovensko in vanjo vključili tudi ostale pridelovalce slovenske hrane. Izhajali smo iz dejstva, da je **čebela tesno povezana s kmetijstvom in pridelavo hrane**: najpomembnejša naloga čebele je opraskanje, saj s tem

pomembno vpliva na pridelavo hrane za ljudi in živali, na pridobivanje različnih industrijskih surovin, pa tudi na človekovo zdravje in druge dejavnike življenja. Tako je na našo pobudo sprva podprlo Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano in kasneje tudi Ministrstvo za šolstvo in šport, Ministrstvo za zdravje, Kmetijsko gozdarski zavod Slovenije, Zbornica živilskih in kmetijskih podjetij in Gospodarsko interesno združenje mlekarstva. Predlog pa je podprla tudi vlada.

V letu 2011 smo medeni zajtrk nadgradili v **tradicionalni slovenski zajtrk** in medu so se pridružili še maslo, kruh, mleko in jabolko. Izvajamo ga vsako leto tretji petek v novembru in je danes eden najpomembnejših projektov Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano s ciljem spodbujanja lokalne samooskrbe s kakovostno hrano iz lokalnega okolja. Projekt je pomemben iz več vidikov, saj povezuje več sektorjev (kmetijstvo, zdravje, okolje in izobraževanje – šolstvo), posredno pa vpliva tudi na gospodarski sektor. Prav tako je na pobudo Čebelarstva zveze Slovenije leto kasneje – leta 2012 – vlada tretji petek v novembru razglasila za **dan slovenske hrane**! Glavni cilj oziroma namen razglasitve takšnega dne je podpora slovenskim pridelovalcem in predelovalcem hrane ter spodbujanje zavedanja in pomena domače samooskrbe, ohranjanje čistega, zdravega okolja, ohranjanje podeželja, seznanjanje mladih s postopki pridelave in predelave hrane in spodbujanje zanimanja za dejavnosti na kmetijskem področju.

S projektom se je povečala ozaveščenost otrok, mladine in njihovih staršev o pomenu čebel, ohranjanja okolja za pridelavo kakovostne lokalno pridelane hrane, pomenu gibanja in pomenu zdravega prehranjevanja. Izvajajo ga praktično v vseh šolah in vrtcih po Sloveniji. Ima velik izobraževalni pomen (ta dan so vsebine v šolah in vrtcih povezane s projektom), saj osvešča najmlajše, ki so tudi najbolj dovzetni za podane informacije. Anketa, izvedena v letu 2014, je pokazala, da šole in vrtci projekt ocenjujejo v več kot 98 % kot zelo uspešen oz. uspešen in 92 % bo projekt izvajalo tudi v prihodnje. Vsebine pa so pogosto vključene tudi med letom. Projekt vse bolj prerašča v splošno gibanje v družbi, po katerem se zgleduje vse več evropskih držav. Anketa je pokazala tudi to, da je projekt spodbudil nakup lokalno pridelanih živil.

Slovenija je v svetu znana kot država, ki se zavzema za zaščito čebel – predvsem z že potrjeno pobudo za svetovni dan čebel, katere predlagatelj je bila prav Čebelarstva zveza Slovenije. Zato ni presenetljivo, da svetovni dan čebel praznujemo 20. maja, to je na rojstni dan slovenskega čebelarja in prvega učitelja na svetu Antona Janše. S samo razglasitvijo pa sta Slovenija in slovensko čebelarstvo v svetu postala še bolj prepoznavna.

Če ne bomo pazili na čebele kot najpomembnejše opraševalke različnih rastlin, se lahko zgodi, da brez opraševanja ne bo zadostne količine hrane. Propad čebel pa pomeni uničevanje našega naravnega okolja. Prednosti lokalno pridelane hrane so zagotovo njena svežina, saj je domača hrana obrana kasneje in ima kratko pot od njive do krožnika. Zato kupujmo lokalno pridelana živila vsak dan in s tem podprimo slovenskega čebelarja in kmeta!

*Tanja Magdič,
svetovalka za ekonomiko
čebelarstva pri JSSČ*

Jesensko delovanje kluba



Manuel Kogoj

Ne glede na razmere v preteklem letu je bilo Strelsko društvo Zdenko Žnidarčič tudi v jesenskem času aktivno. Izvedlo je več zanimiv dogodkov in tekmovanj.

V sodelovanju z družbo Aktiva je izvedlo več izpitov posebnega dela rokovanja z orožjem. Za varnostno osebje, ki pri svojem delu nosi in sme uporabiti strelno orožje, so bila v več terminih izvedena predavanja s področij zakonodaje, varnega rokovanja in prve pomoči. Svoje znanje pa so varnostniki morali potrditi še s pisnim izpitom in z ocenjevalnim streljanjem. Ravno tako je bil izveden zaključek strelske lige Koptex. Člani društva so posegli po najvišjih mestih v vseh strelskih kategorijah.

Za zaključek leta pa je poskrbel naš član in predsednik društva Manuel Kogoj, ki se je kot član slovenske ekipe oktobra udeležil evropskega prvenstva IDPA (IDPA European Championship 2020) v obrambnem streljanju, ki se je odvijalo v bližnji Italiji. Po treh dneh napornega tekmovanja zaradi količine dežja, razmočenega terena in velikega števila prog mu je odlično uspelo. Izkupiček: 3. mesto v kategoriji Back Up Gun, 1. mesto marksman – kategorija strelca in 1. mesto internacional.

Simon Lisjak

Adolf Faganelj – Ado

1942–2020



V spomin

Rodil se je kot zadnji od štirih otrok v kmečki družini v Vrtojbi. Očeta ni poznal, saj je kot partizan padel leta 1943, nakar je družina brez očeta preživljala trdo življenje in otroci trdo mladost. Ado je

skrbno iskal poti za lasten osebnosti napredek in tako se je pri solkanskem mojstru Žerjalu izučil za mizarja, nato svojo prvo zaposlitev imel v Meblu Nova Gorica. Leta 1964 je ustvaril lastno družino s soprogo Adrijano, s katero sta imela sina Valterja in hčerko Tatjano. Bil je zelo družinski človek in kot takšen iskal načine za boljše preživetje in uspešen razvoj otrok. Najprej sta s soprogo obnovila tastovo hišo v Šempetru pri Gorici v prijeten dom. Sam pa je leta 1968 odprl obrtno dejavnost avtoprevoznništva, ker so bile potrebe zanjo na Goriškem velike. Ta dejavnost mu je omogočila bivati več časa doma in začeti razvijati posebno strast v gojitvi čebel. Od leta 1970 je bil registriran čebelar in kasneje tudi predsednik čebelarskega društva v občini. Leta 1978 se je zaposlil tudi kot službeni voznik v Občini Nova Gorica, kar mu je nudilo delovno zadovoljstvo. Vendar je še vedno iskal nove poti

k osebnotnem napredku v samostojni dejavnosti. Tako je izkoristil priložnost in leta 1989 v Novi Gorici odprl (takrat med prvimi na Goriškem) fotokopirnico "Copigraf", ki jo je v nadaljevanju stalno izpopolnjeval ter tehnološko posodabljal tako, da je bil v Sloveniji na svojem področju prvi ponudnik posebnih tiskarskih in fotokopirnih storitev. Dejavnost mu je omogočila že zelo zgodaj zaposliti družino in še nekaj sodelavk, kar je bila značilnost tega družinskega podjetja vse do njegove upokojitve leta 2003. Tudi ta značilnost se nadaljuje v podjetju sedaj, ko ga vodi njegov sin Valter. Pri prenosu lastništva je bilo takrat na Goriškem to dejanje domala vzorčni primer prenosa družinskega podjetja v upravljanje na mladi rod.

Ado je ves čas svojega obrtniškega staleža in tudi po njem razumel in razvijal poglede, da je moč

obratovalnice odvisna od povezave kolegov v okviru Obrtne zbornice Slovenije. Zato je v njej tudi aktivno sodeloval. Prav tako je po upokojitvi razumel pobudo podobne povezave upokojenih obrtnikov v svoje društvo DUPOS ter tako postal njegov ustanovni član in član njegovega prvega UO. V društvu je deloval, dokler mu je zdravje dopuščalo. Prav tako je do takrat negoval svoje čebelice. Žal ga je težka bolezen 26. 11. 2020 prehitela in mu preprečila uresničitev še mnogih zamisli.

Naj počiva v miru!

*Jože Elersič,
za DUPOS*

Božični piškotki s cimetom



Sestavine

- 3 beljaki
- 25 dag sladkorja v prahu
- 30 dag mletih mandljev
- 2 žlički cimeta

Limonov led

- sok limone
- sladkor v prahu

Priprava

Iz beljakov stepemo trd sneg, dodamo sladkor v prahu in nato dolgo mešamo, da nastane gosta krema. Dodamo cimet in mlete mandlje. Dobro premešamo. Masa naj počiva pol ure.

Nato jo razdelimo na štiri dele, vsakega dobro pregnetemo. Posamezne dele razvaljamo med dvema listoma papirja za peko in oblikujemo zvezdice.

Zvezdice pečemo na papirju za peko pri 150 °C 20 minut.

Za limonov led soku pol limone dodamo toliko sladkorja v prahu, da dobimo gosto maso.

Na vsako pečeno zvezdico v sredino kanemo kapljico limonovega ledu.

Pa dober tek!

Lara Soban

Ruj

Znanstveno ime za ruj je *Continus Caggyria*. Je grm, ki najbolj zaznamuje naš Kras. Najdemo ga tudi v Vrtojbi. V jesenskem času se obarva v ognjene rumene, oranžne in rdeče barve. Je pionirska vrsta,

ki je na Krasu nadomestila izsekane gozdove. Navadni ruj zraste v grm višine od 5 do 7 metrov. Lahko se razvije v majhno drevo. Grm cveti s cvetovi v lasastem socvetju. Po cvetenju nastanejo plodovi veliki do 5 mm, koščičasti in rjave barve.

Ker ima močan koreninski sistem, se zasajuje v nestabilne brežine. Listi in skorja vsebujejo veliko čreslovine, eteričnih olj in rumenega barvila. Zato se uporablja za strojenje kože, izdelavo črnila in v zdravstvu. Z barvilom se barva tudi tekstil.

Dominik Soban



Pinija

Znanstveno ime je *Pinus Pinea*. Je iglasto drevo iz rodu borovcev

v družini borovk. Pinija raste ob obali Sredozemskega morja in ob Iberskem polotoku. To drevo so že od pradavnine izkoriščali zaradi njegovih užitnih borovih oreščkov. Je zimzeleno drevo, ki zraste do višine 25 metrov. Plodovi so stožčasti in dozori v treh letih. Pinija uspeva na odcednih tleh, bogatih s hranili. Razmnožuje se s semeni, ki začnejo kaliti v 14 dneh.

Dominik Soban





Vsako leto se tretjo soboto v septembru srečamo na Sv. Otu, da počastimo spomin na padle v bojih na goriški fronti. Tu so leta 1980 krajanji postavili spomenik komandantu 1. bataljona goriške brigade Alojzu Cotiču – Borisu, partizankama Marti Daneu in Ivani Sajevec ter osim partizanom: Josipu Furlanu, Mariju Furlanu, Gastonu Gardenalu, Jožefu Gergoletu, Mariu Gladi, Alojzu Miklavcu, Antonu Sajevecu in neznanemu junaku.

Koronavirus kroji naše življenje in nam postavlja razne omejitve. Vsled tega je bila letošnja spominska slovesnost zelo okrnjena. Člani odborov krajevnih organizacij ZB za vrednote NOB Bukovica – Volčja Draga, Šempeter in Vrtojba smo se 19. septembra 2020 sestali na Sv. Otu. S polaganjem venca, z minuto tišine in s prižigom svečke smo počastili spomin na padle partizane na goriški fronti.

Dragica Mavrič



Delegacija članov Združenja borcev za vrednote NOB Šempeter pri Gorici je na dan spomina na mrtve položila na šempetarskim pokopališču venec na spomenik padlim partizanom. Prisotni so bili dva praporščaka in štirje člani krajevnega odbora ZB. Spomin na vse žrtve fašizma in nacizma smo počastili spoštljivo z minuto tišine in s prižigom svečke. Tudi na vseh drugih partizanskih in na veteranskem spomeniku v našem kraju smo prižgali svečke. Čeprav živimo v razmerah pandemije, ki nas omejuje v naših aktivnostih, ne smemo pozabiti na žrtve, ki so bile potrebne za našo svobodo.

Dragica Mavrič

										PRAZNIK MARJINE GA VNEBO VETJA 15. NOVE BRA VELIKI SARREN (MARČNO ZAHODNO)	EVROPSKA DRŽAVA ČLANICA EVROPSKE UNIJE	TESTA- MENT	DAL SLA NOS MOJ SUKN
										ROŽ			
										OPA			
										MOK			
										URE			
										NOT			
SLIKAR IZ MINDNA, GLAVNI MUŠTER SEVENENSKESKEGA POZODOTSKESKEGA SLIKARSTVA	NAVARSKI KRALJ (1336 DO 1362)	VLADIMIR KAVCIC	ŽENSKI SPOLNI ORGAN	GRAFIK GABRIEL JUSTIN	ILIRSKI IGRALEC CRUISE	ROMAN JANKA KERSNIKA	KAČJI USRIZ	PEVEČ ROBIC		P	I	K	MEM- BER JAPON FIZ ES4
ISLAMSKA AFRISKA DRŽAVA	M	A	V	R	E	T	A	N	I	J	A		
VERA O NOVO- TVORBAH	O	N	K	O	L	O	G	I	J	A			SLADKA ČIGANA PLUČA ČERKSI PAŠNIK
JANEZ TRDINA	J	T		D	O	M	I	N	A		P	E	
AFRISKO BANTU- SKO LJUDSTVO BASUTI	S	O	T	I		T	O	Č	I	L	C		
MAJHNO TNALO	T	N	A	L	I	C	A		A	M	A		MAN MEST AND GONG V AB2
JUDOVSKI KRISTJANI NA OBRNO VZROD. OD JORDANA	E	B	I	O	N	I	T	I		A	N	A	
NAS FIZIOF													

Tudi tokrat ste bili zelo pridni pri reševanju naše nagradne križanke – kar 23 ste nam jih poslali v naš nabiralnik, ampak le trije ste imeli srečo pri zrebu prečudovitih nagrad, ki jih poklanja **Unikatna keramika**. Srečneži, ki prejmete čudovite unikatne izdelke, ste: **Agata Trobec**, **Denis Trampuž** in **Katjuša Rabzelj**. Iskrene čestitke! Vam, drage bralce in bralci, pa srečno pri reševanju zimske številke, kjer vam PoceniPC.com poklanja super nagrade. Srečno!

Uredništvo

Glasilo Občine Šempeter-Vrtojba prejmejo brezplačno vsa gospodinjstva v občini Šempeter-Vrtojba. Glasilo je vpisano v razvid medijev Ministrstva za izobraževanje, znanost, kulturo in šport RS pod zaporedno številko 1728.

Letnik X, številka 4

Izdajatelj: OBČINA ŠEMPETER-VRTOJBA, Trg Ivana Roba 3a, 5290 Šempeter pri Gorici, zanjo župan Milan Turk
E-naslov: glasilo@sempeter-vrtojba.si
Odgovorna urednica: Lara Soban
Uredniški odbor: Nataša Brisko, Haideja Černe, Roberta Filipič, Kenny Jan, Ana Stergulc
Lektoriranje: Nika Birsa
Oblikovanje: Blaž Erzetič
Foto platnica: Rok Peric in Jan Rustja
Tisk: Tiskarna Present, Ljubljana
Naklada: 2650 izvodov

Uredništvo si pridržuje pravico, da prispevke primerno priredi za tisk tako po obsegu kot po izrazu. Rokopisov ne vračamo. Prispevkov z nezakonito, žaljivo, zavajajočo, sporno ali moralno neprimerno vsebino ne bomo objavljali. V Glasilo se proti plačilu v skladu s sprejetim cenikom objavljajo tudi oglasna sporočila pod pogoji navedenimi v ceniku

Šempeter pri Gorici, december 2020

					AVTOR: GREGA RIHTAR	SLOVENSKI BOTANIK (FRANC)	GRELEC CENTRALNE KURJAVE	NAJVIŠJI VZOR, SMOTER	PLOD BUKVE	NASELJE V OBČINI BOHINJ	POKOJNI UGANDSKI DIKTATOR (IDI)	AMERIŠKI IGRALEC HACKMAN	OLIVER TWIST	SOZVOČJE, SONIHANJE TELES	IZRAELSKI POLITIK (MOŠE)
					NASELJE NAD SELSČICO PRI ŠKOFJI LOKI										
					PRIPRAVA ZA MERJENJE SEVANJA										
					VITAMIN B ₆								SELEN		
					ISLAMSKA VERSKA STRUJA, ŠITI				PREHRANA ZA HUŠANJE ŽUŽKO- SLOVEC				TRAJNA ZELIKA NEBINOVKA		
					MESTO V NEMČIJI SMER V RUSKI UMETNOSTI						NEKDANJI FRANCOSKI STRELEC (JEAN- PIERRE)	MESTO V BELGIJI NALEPO- TIČENA ŽENSKA			
NAJDALJŠI JAMSKI SPLET V SLOVENIJI, V NEPOSREDNI BLIŽINI POSTOJNE	NAPRAVA ZA NADZOR ZRAČNEGA TLAKA V AKVALUNGI	ŽUŽELKA IZ DRUŽINE MURNOV	ANTIČNO IME REKE NERE	STARI SLOVAN NAŠA POSLANKA (EVA)			RUSKA VARUŠKA								IVANO EDALINI
S TRAVO PORASEL SVET, NAMENJEN ZA PAŠO						KONICA				ITALI- JANSKI IGRALEC (ETTORE)					
POVEST JANEZA JALNA						MESTO V AZER- BAJDŽANU				AM. PISA- TELJICA WALKER OSKAR NEDBAL					
AMERIŠKI REŽISER (JOHN)							OMOTIČNO SREDSTVO (ZASTAR.) OSKAR KOGŮJ								ERIC IDLE
TRENJE			BELA SLIKARSKA BARVA ČESKI POET (JOSEF)							ŠTEFAN ADAMIČ				NEKDANJI FRANCOSKI DIPLOMAT (JEAN)	NEKDANJI BURMAN- SKI DIPLOMAT (SITU)
LISTNATO DREVO Z MOČNIMI VEJAMI				MESARSKO OPRAVILLO						OLOF PALME			NEDA UKRADEN ITALIJAN. IGRALKA (VIRNA)		
PRIPRAVA ZA MERJENJE GLOBINE Z ULTRAZV.				IGRALEC FURIJAN						ZAKOVICA					
NACE SIMONČIČ		SPOJ ROKE S TRUPOM VRSTA DALMATIN. VIŠNJE					SPOJINA NATRI- JEVEGA SULFO- KSILATA								
NEKDANJI BELGIJSKI POLITIK (PAUL HENRI)					TANKA MREŽASTA TKANINA ZA ZAVESE	PETER TANCIG FRANCOSKI PISATELJ (LOUIS)			SKUPINA ORGA- NIZMOV						
AMERIŠKA IGRALKA BASINGER			SL. ŠPORT. NOVINAR (ANDREJ) DEL OKOSTJA						AMERIŠKA BLUES PEVKA, KITARISTKA, BESEDILOPISKA IN AKTIVISTKA (BONNIE)						
ORIENTALSKO RIŽEVO ŽGANJE				PREBIVA- LEC IRSKE											
ČEŠKI PISATELJ HAŠEK				ZLIV VEČ REK				JAPONSKA TENIŠKA IGRALKA HIBINO							
POTRDILO, SPRIČE- VALO (ZASTAR.)					INSTINKT										
GORSKA SKUPINA V ŠVICAR- SKIH ALPAH					ROBERT OWEN										
DOLGO- REPA PAPIGA			RAČUN V KNJIGO- VODSTVU												

POMOČ: AVTORESPIRATOR-naprava za nadzor zračnega tlaka v akvalungi, HORA-češki poet (Josef), MAJNICA-trajna zelika nebinovka, STEK-zliv več rek

Rešeno križanko nam s potrebnimi podatki pošljite do 5. februarja 2021 na:
Občina Šempeter-Vrtojba, Trg Ivana Roba 3a, 5290 Šempeter pri Gorici, s
pripisom Nagradna križanka.

PoceniPC.com poklanja:
3-krat bon za 20 EUR ob nakupu prenosnika ali računalnika.

Pravila nagradne križanke in ostale informacije najdete na naši spletni strani
www.sempeter-vrtojba.si.

Pomagamo vam
privarčevati do 50 % pri
nakupu prenosnika.



PoceniPC.com
Making IT better