

glasilo

Občine Šempeter-Vrtojba



Občinska nagrajenca
Zanimive osebnosti
Primorski tehnološki park praznuje
Malta in Sardinija

Foto: Uroš Ščurek

jesen 2020

september 2020

Spoštovane občanke, cenjeni občani!



Tako kot smo se nekoliko bali, sta bolezen Covid-19 in preprečevanje širjenja virusa še vedno temi, ki nas najbolj zaposlujeta. Virus, ki spominja na pozabljeno kugo izpred stoletij ali pa špansko gripo, ki se je morda tisti najstarejši med nami še spomnijo, je kljub številnim dognanjem vendarle nekaj novega. Globok razmislek kaže, kako krhko in ranljivo je človeštvo, kljub izjemnemu napredku v dobi sodobne medicine, informatike, umetne inteligence in biotehnologije, kako krhka je družba in kako ranljiv je vsak izmed nas.

Ukrepi, čeprav so bili poleti omiljeni, so nenadoma pomembno spremenili naše vsakdanje življenje. Ne glede na to, da smo se marsikje že navadili na drugačen način dela, manj srečevanja in manj javnih prireditev, življenje v takih razmerah vendarle ne poteka tako, kot si želimo. Ljudje, ki smo družabni, smo se morali naučiti socialne distance. Umivanje in razkuževanje rok smo sedaj verjetno vsi dokončno osvojili, izogibanje tesnim stikom tudi. Vse zato, da obvarujemo svoje zdravje in ne ogrožamo zdravja drugih. Če na začetku epidemije nihče ni natančno vedel, kako globoko nas virus lahko prizadene, zdaj v bistvu nihče ne ve, kakšne bodo dolgoročne posledice na gospodarstvu in v celotni družbi. Grožnji virusa in krize bosta še nekaj časa krožili med nami, pa če si to priznamo ali ne.

Seveda nas motijo različni ukrepi, ki nam na nek način grenijo vsakdanje

življenje, še bolj pa nas skrbi, kako bo z našimi dejavnostmi in zaposlitvijo. Razdražljivost, stiska, tesnoba, žalost ali občutek nemoči zato še ne pomenijo, da je z nami kaj narobe. Pomembno pa je, da med ukrepi negujemo občutek skupnosti, sodelovanja in povezanosti – tako znotraj družine in prijateljskega kroga kot širše. Da bomo to preizkušnjo kot družba preživeli, bo treba gospodarske in druge probleme reševati s poslušom za vse in s kar največjo možno mero solidarnosti.

V tem duhu je izzvenel tudi letošnji občinski praznik, ki je bil povsem drugačen in takšnega še nismo izkusili. Brez množičnega druženja, brez spremljevalnih dogodkov, le s tradicionalno svečano sejo občinskega sveta, ki pa se je je lahko udeležila le peščica vabljenih. Prvič se je tako zgodilo, da prejemniki in prejemniku občinske nagrade nismo mogli seči v roko. A vseeno smo s srcem in v mislih z njimi. Dovolite, da jima tudi na tem mestu čestitam in se jima zahvalim za vse, kar dobrega naredita za našo skupnost!

In že je tu september z vsemi novimi nalogami in izzivi, ki jih pred nas postavlja jesen in z njo začetek novega šolskega leta. Čeprav z veliko negotovosti, kako bo potekal pouk in kako se bosta lahko varno organizirala varstvo in vzgoja otrok v vrtcih, so vzgojno-izobraževalne ustanove vendarle odprle svoja vrata. Z vztrajnostjo, s potrpežljivostjo bomo premagali tudi težave pri organizaciji šolskih in predšolskih aktivnosti, brez katerih težko organiziramo tudi ostale delovne procese.

Ne glede na nove skrbi, ki nam jih povzroča Covid-19, se na občini trudimo, da bi vsakdanje življenje potekalo čim bolj normalno. Zavedamo se, da bo bolezen prej ali slej obvladana in takrat bomo lahko nadoknadili tudi kaj, kar sedaj zamujamo. Lahko bomo npr. izvedli kakšno slovesnejšo otvoritev, ki je sedaj zaradi omejitev ne moremo. Primerno obeležitev bi si gotovo zaslužila izvedena dela na obeh državnih krožiščih v Bazari, ki sta bili v uporabo predani že v juniju. Verjetno z mano delite mnenje, da sta krožišči danes veliko bolj varni kot prejšnji križišči, predvsem pa omogočata bolj tekoč promet ter navezavo na hitro cesto tudi iz poslovnih con Lavžnik in Polje.

Ta cilj želimo doseči tudi z gradnjo krožišča pri Hoferju. Konec poletja

je tako izvajalec začel dela, ki jih je v celoti naročila občina. Krožišče, ki bo omogočilo lažje in varnejše vključevanje vozil s stranske smeri na glavno cesto v smeri Šempeter–Miren ter umirilo promet na tem območju, bo predvidoma zaključeno še letos. V nadaljevanju pa bomo preučili možnosti za preusmeritev tranzitnega prometa iz Žnidarčičeve ulice ter Ceste prekomorskih brigad na državno cesto ob poslovnih conah in naprej na šempetrsko obvoznico, s čemer bi še dodatno pripomogli k večji prometni varnosti in čistejšemu urbanemu okolju.

Končno se je premaknilo tudi glede sanacijskih del na pregradi zadrževalnika Vogršček. Izvajalec je z gradbenimi deli, za začetek katerih smo si prizadevali že vrsto let, konec avgusta vendarle pričel. Glede na to, da bo po sanaciji zadrževalnika mogoč zajem zadostne količine kvalitetne vode za namakanje, nas v prihodnje čakata še prenova cevovodnega sistema in organizacija gospodarske javne službe oskrbe z vodo za namakanje. Proizvodnja kvalitetne hrane je namreč dolgoročnega pomena, saj jo bomo vedno potrebovali. Brez vode za namakanje pa bi bila taka proizvodnja danes v Vipavski dolini skorajda nemogoča. Zadostne količine doma pridelane hrane so tudi strateškega pomena, saj se v negotovih časih lahko zgodi, da je motena tudi proizvodnja ali promet s hrano, zato je zadostna samooskrba nujna.

Vpliva podnebnih sprememb pa vsako leto ne čutimo le prek sušnih obdobj, temveč so vedno pogostejši tudi padavinski dogodki in s temi povezane poplave. Da bi se izognili hujšim posledicam in škodi, moramo kot občina skrbeti za protipoplavno varnost. V ta namen kot partnerji sodelujemo pri evropskem projektu VISFRIM, iz katerega črpamo sredstva za opravljena dela na odprtem jarku med Čukljami in Zapučkami. Le-ta so skoraj končana, v naslednjih letih pa bo treba nadaljevati z naslednjimi fazami proti razdelilni transformatorski postaji.

To pa še ni vse. Da je poplavno ogroženost tako Šempetra kot Vrtojbe zaradi Vrtojbe treba zmanjšati, je vendarle prepoznala tudi država. Vlada je tako na podlagi Interventnega zakona za odpravo ovir pri izvedbi pomembnih investicij za zagon gospodarstva po epidemiji Covid-19 na seznam pomembnih investicij uvrstila projekt ureditve struge Vrtojbe. Za uresničitev tega projekta pa bo vendarle potrebnega

več časa. Dolgo strugo, ki poteka skozi strnjena naselja, bo namreč treba ustrezno obravnavati tako s prostorskega kot tudi z izvedbenega vidika.

Pa še to: na istem seznamu investicij, ki so ključne za zagon gospodarstva, interventni zakon pa jim daje osnovo, da se bodo hitreje realizirale, sta tudi prevzem in dokončanje večstanovanjskega kompleksa za starejše v Vrtojbi.

Naj za konec tokratnega uvodnika omenim še zadnjo veliko investicijo v športno infrastrukturo. Verjetno že veste, da smo v poletnem času uspeli urediti vse potrebno za nakup objektov športnega centra, ki jih bomo v teh dneh predali v upravljanje Javnemu zavodu za kulturo, šport, turizem in mladino Šempeter-Vrtojba. Na veliko veselje uporabnikov se bodo v prostorih v kratkem že lahko začele izvajati športne aktivnosti ter druge prireditve. Pridobitev športnega centra za občino in širšo skupnost pomeni veliko. Nov objekt podobne velikosti in s podobno opremo bi občino stal vsaj štirikrat več. Športna infrastruktura ni v slabem stanju in je vsestransko zelo uporabna. Verjamem, da bomo skupaj z javnim zavodom, ki bo z njim upravljal, uspeli najti dovolj programov, ki bodo objekt napolnili. Občina bo poskrbela tudi, da bodo priključki na komunalno infrastrukturo ter gretje in razsvetljava urejeni tako, da bodo stroški obratovanja objekta čim nižji in z njimi ne bomo obremenjevali občinskega proračuna.

Spoštovani!

V teh dneh se vam pogled v prihodnost morda zdi negotov, še posebej zaradi nestabilnega epidemiološkega stanja tako v naši državi kot drugod po Evropi. Kljub temu sem prepričan, da bomo s pravo mero odgovornega

ravnanja in zdrave pameti premagali tudi to zahtevno preizkušnjo. Medsebojno spoštovanje, zaupanje in sodelovanje, solidarnost in potrpežljivost naj prevladajo nad nepotrebnimi napetostmi.

To velja tudi za vas, dragi učenci, ki ste vstopili v negotovo, neobičajno in v marsičem izjemno šolsko leto. Bodite delovni, skrbni in redni, postavite si cilje, ki bodo nekoliko višji od vaših zmogljivosti, in trudite se zanje, saj ciljev ni moč dosegati brez dela, odgovornosti in velike angažiranosti. Pa veliko se smejte, saj je baje »smeš pol zdravja«, druga polovica pa sta v tem trenutku le varna razdalja in dobra higiena.

Pazite nase in na druge!
Ostanite zdravi!

*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 in dragi bralci!

Vstopili smo v prečudovito pisano jesen, ki je v trenutku, ko vam pišem to besedilo, še pravo pravcato poletje; zame eden izmed najlepših letnih časov. Jesen je neke vrste novo leto, čas, ko se prebudijo šole, vrtci, podjetja ponovno zaženejo delo s polno paro, vse je tako kaotično, a pozitivno. Spominjam se svojih šolskih dni, ko je bil september en sam adrenalin sreče, ko smo se s sošolci ponovno srečali, v naše glave vlivali novo znanje in rastli iz dneva v dan.



Studio E videoprodukcija

Letos pa je zame tisti september, ko sem prvič peljala svoja dvojčka v šolo. Ne morem verjeti, da sta že prestopila šolski prag, saj se mi zdi, kot da sem včeraj šla v porodnišnico. Ja, ko imaš otroke, čas hitro beži, saj ti dneve napolnijo s toliko novega in zanimivega, res te veliko naučijo. Letošnji prvi september je bil zame tako zelo čustven, morda malce stresen, a vendarle nepozaben in popoln. Ob tej priložnosti bi vsem šolarjem, dijakom in študentom zaželela izjemen začetek novega šolskega/študijskega leta, nadaljevanje pa naj bo za vsakega od vas posebno in prečudovito doživetje, polno znanja, izkušenj, smeha in dobre družbe.

Dragi starši, sedaj vem, kako se počutite, ko želite namesto svojih otrok nekaj narediti, občutiti njihovo bolečino ali iti skozi težke preizkušnje. Vendar prepustimo vse to njim, da bodo znali ceniti in ljubiti, naj se iz tega nekaj naučijo in zrastejo v odgovorne odrasle osebe.

Tudi tokrat vas vabim, da z nami soustvarjate zimsko številko Glasila Občine Šempeter-Vrtojba in nam pošljete vaše ideje, prispevke ter novičke najkasneje do 27. novembra 2020 na glasilo@sempeter-vrtojba.si. Obenem naj se zahvalim prav vsakemu posebej, ki si je vzel čas in z nami delil del sebe in svojega življenja v tej izdaji Glasila.

Uživajte jesen in se beremo decembra!

*Lara Soban,
odgovorna urednica*



Nagrajenca Občine Šempeter-Vrtojba za leto 2020

22. julija je svoj občinski praznik praznovala Občina Šempeter-Vrtojba. Zaradi povečanega epidemiološkega tveganja in nevarnosti širjenja bolezni SARS-CoV-2 (COVID-19) je praznovanje potekalo v bolj skrženi obliki, le z osrednjo prireditvijo, slavnostno sejo občinskega sveta Občine Šempeter-Vrtojba pred Coroninijevim dvorcem. Osrednji del dogajanja je predstavlja podelitev nagrad letošnjima občinskima nagrajencema, ki ju je na svoji 18. redni seji 18. junija 2020 izbral občinski svet na podlagi predlogov Komisije za mandatna vprašanja, volitve in imenovanja. Komisija je predloga za nagradi, ki ju je po slavnostnem nagovoru podelil župan mag. Milan Turk, obrazložila takole:

- **Nagrado Občine Šempeter-Vrtojba** za življenjsko delo, za izkazano posebno požrtvovalnost, nesebičnost prejme **Pavel Černe** iz Vrtojbe.

Pavel Černe je vsestransko aktiven in prisoten na najrazličnejših področjih

tako v Vrtojbi kot občini. Njegovi največji vrlini sta dobrosrčnost in nesebičnost, kar lahko potrdi vsakdo, ki ga pozna. Ne pozna besed "ne", "ne morem", "nimam časa", kot smo jih danes vajeni slišati. Vedno se znajde ob pravem času na pravem kraju. Dolga leta je bil zaposlen v Iskri Avtoelektrika, d. d., od leta 2007 je v pokoju in od takrat se še bolj aktivno vključuje v najrazličnejše aktivnosti.

Je dolgoletni voditelj Župnijske Karitas Vrtojba in večkrat v smehu prizna, da bo to najbrž njegova doživljenjska funkcija. V Župnijski Karitas nesebično in požrtvovalno deluje že več kot 25 let. Kot prostovoljec svoj čas posveča dobrodelnosti. Pomaga vsem pomoči potrebnim, skupaj z ostalimi člani obiskuje starejše in bolnike v domačem kraju in v domovih za ostarele ter jim s prijazno besedo skuša biti v oporo. Vsestransko je aktiven tudi v župniji Vrtojba, kjer je bil dolga leta član Župnijskega pastoralnega sveta.

Pavel Černe je nepogrešljiv član KD Tojva a.d. 1200 in eden izmed Šešarejv an Tobink. Kot član društva se udeležuje raznih prireditev tako doma kot pri sosedih. Od upokojitve dalje je tudi aktiven član Društva upokojencev Vrtojba, kjer je med drugim deloval v upravnem odboru. Prisoten je na vseh pomembnejših prireditvah v Vrtojbi in Šempetru, kot sta npr. Boreljada in praznik sv. Petra, pa tudi na ostalih prireditvah v kraju, župniji in občini. Skoraj vsako leto se skupaj s predstavniki občine udeleži tudi srečanj v pobrateni Medi v Italiji in Hodišah v Avstriji.

- **Nagrado za mlade Občine Šempeter-Vrtojba** za uspehe in dosežke na področju znanstvenega raziskovanja in kot spodbudo za nadaljnje ustvarjalno delo prejme **Tjaša Rijavec** iz Šempetra pri Gorici.

Tjaša Rijavec je že od osnovne šole dalje dosegala nadpovprečne rezultate. Svojo študijsko pot je začela na Fakulteti za kemijo in kemijsko tehnologijo na Univerzi v

Ljubljani. Med študijem je dosegala izjemno visoke ocene. Diplomsko z naslovom *“Sinteza in karakterizacija organokovinskih kompleksov z nekaterimi 2-merkaptopiridin-N-oksidi”* je predstavljala tudi na mednarodni konferenci *“Tehnologijada”*. Med dodiplomskim študijem je sodelovala pri raziskovanju na študentskem projektu *“Na kreativni poti do znanja”*. S študijem kemije je nadaljevala na magistrski stopnji. Rezultate magistrske naloge z naslovom *“Optimizacija derivatizacije nekaterih aminov in identifikacija njihovih razgradnih produktov”* je predstavila na mednarodni konferenci za mlade analitike *“YISAC 2019”*, kjer je bila izbrana za najboljšo predstavitev. Del njenega raziskovalnega dela je bil vključen v znanstveni članek z naslovom *“Accumulation of agmatine, spermidine, and spermine in sprouts and microgreens of alfalfa, fenugreek, lentil, and daikon radish”*.

Med magistrskim študijem je svoje raziskovalno delo predstavljala tudi na številnih konferencah, kot so Slovenski kemijski dnevi in Cutting Edge v obliki poster predstavitev. Udeležila se je tudi študijske izmenjave Erasmus na Češkem. V študijskem letu 2019/20 se je



vpisala na doktorski študij kemijskih znanosti. Poleg znanstvenih raziskav je sodelovala tudi pri izvedbi evropske naravoslovne olimpijade EUSO 2018 in pri objavi prispevka za strokovno revijo *Kemija v šoli in družbi*. Trenutno sodeluje na evropskem projektu APACHE, kjer postavljajo metode za spremljanje onesnaževal v muzejih in zbirkah kulturne dediščine po Sloveniji in drugih evropskih državah, raziskujejo razpadanje sodobnih materialov v muzejih, razvijajo nove sorbenčne materiale in pametne škatle za shranjevanje muzejskih objektov. Tjaša Rijavec je perspektivna mlada znanstvenica, ki

ima ob pričetku kariere že kar nekaj izjemnih dosežkov, vrednih dodatne spodbude.

Ker se zaradi priporočil za preprečevanje širjenja okužbe širša javnost seje ni mogla udeležiti, je bil dogodek posnet in si ga lahko ogledate na povezavi

www.youtube.com/watch?v=nNc8WWRm7dE&feature=youtu.be.

Mateja Poljšak Furlan

Počastitev dneva državnosti

Dvig slovenske zastave pri spomeniku v Šempetru in na Sv. Otu v čast naši domovini je letos žal potekal brez občinstva, saj so, kljub sproščanju ukrepov, še vedno veljali določeni priporočeni ukrepi NIJZ. Čeprav v komorni zasedbi prisotnih članov OZVVS Veteran Nova Gorica – sekcija Šempeter-Vrtojba in predstavnikov Občine Šempeter-Vrtojba, pa junijska dogodka nista bila nič manj slovesna kot vsa leta doslej.

Mateja Poljšak Furlan



Obeležili 29 let od osvoboditve mejnega prehoda Rožna Dolina



Društva veteranov Sever Severne Primorske, Mestne občine Nova Gorica, Občin Miren-Kostanjevica, Renče-Vogrsko in Šempeter-Vrtojba ter OZVVS Veteran Nova Gorica so ob dnevu državnosti in v spomin na osvoboditev mejnega prehoda v Rožni Dolini v osamosvojitveni vojni leta 1991 28. junija 2020 pripravila prireditev ob 29. obletnici dogodka. Zbrane je pozdravil **Angel Vidmar**, podpredsednik Zveze policijskih veteranskih društev Sever in predsednik Društva veteranov Sever Severne Primorske, slavnostni govornik pa je bil župan Občine Šempeter-Vrtojba **mag. Milan Turk**, ki je med drugim poudaril, da "Slovenijo kot tudi ostalo Evropo in

svet v naslednjih mesecih čakajo novi izzivi. Bolezen še ni prenehala in epidemija lahko ponovno izbruhne. Velik izziv bo tudi vzdrževanje gospodarske stabilnosti in blaženje posledic, ki jih bo tako stanje pustilo v gospodarstvu. Verjamem pa, da lahko s solidarnostjo in z zavedanjem, da moramo bremena v družbi med seboj pravično porazdeliti, Slovenijo ponovno na nek način obranimo in ji damo tudi nekaj ponovnega zagona. Vsakdo mora začeti pri sebi in danes."

Mateja Poljšak Furlan



Športni center bo kmalu spet zaživel

11. avgusta 2020 sta predsednik družbe Intra Lighting, d. o. o., Marino Furlan in župan Občine Šempeter-Vrtojba mag. Milan Turk podpisala prodajno pogodbo, s katero je Občina Šempeter-Vrtojba od družbe Intra Lighting, d. o. o., odkupila nekdanji Hitov športni center s pripadajočimi zemljišči.

Družba Hit, d. d., je lani prodala svoje nepremičnine, med katerimi je bil tudi kompleks nekdanjega Cimos, v katerem se med drugim nahaja Športni center Hit. Kupec tega kompleksa je bila družba Intra Lighting, d. o. o.. Za občino in širšo lokalno skupnost je bil pomemben tisti del, ki ga predstavlja športni center s košarkarsko oz. z roketno dvorano s tribuno, z garderobami, z atletsko dvorano in z drugimi pomožnimi prostori. Te površine namreč za športne aktivnosti in prireditve različnih vrst uporabljajo številni uporabniki iz širše regije in sosednje Italije. Čeprav omenjena športna infrastruktura ni bila zasnovana in zgrajena s tem namenom, pa danes omogoča tako razvoj različnih športov kot tudi organizacijo raznovrstnih večjih prireditev, ki jih sicer v našem prostoru ne bi mogli izvesti, saj podobnih objektov ni na voljo.

Da bi zadržali vsaj del objektov Športnega centra Hit v funkciji javne infrastrukture, namenjene športu, sta Občina Šempeter-Vrtojba in Mestna občina Nova Gorica s kupcem objektov, družbo Intra Lighting, d. o. o., 13. decembra 2019 dosegli dogovor in podpisali pogodbo o ustanovitvi odkupne pravice za objekte Športnega centra Hit. Občina Šempeter-Vrtojba je v skladu s to pogodbo odkupno pravico uveljavila sama in za okoli



1.192,767,00 EUR odkupila cca 5.000 m² pokritih površin ter cca 7.500 m² pripadajočih zemljišč.

Občina je zaenkrat objekte oddala v upravljanje javnemu zavodu KŠTM, župan pa ne izključuje možnosti, da del prostorov občina odda v najem kateremu od zainteresiranih izvajalcev športnih aktivnosti. Trenutno v objektih potekajo vzdrževalna in obnovitvena dela, ki bodo predvidoma zaključena konec septembra. Postopoma pa bo omenjene športne objekte občina prenovila tako, da bodo lahko obratovali s čim nižjimi stroški, kar bo tudi za uporabnike najceneje. "Zavedamo se, da so športne površine v pridobljenem objektu širšega



regionalnega pomena, ravno tako objekt gosti raznovrstne in največje prireditve v zaprtih prostorih na Goriškem. Vsekakor se bomo potrudili, da bo tako tudi ostalo. Morda bomo raven dogajanja še dvignili, tako da bodo objekti kot športna infrastruktura tudi v bodoče na voljo športnikom, rekreativcem, pa tudi ostali javnosti. V naslednjih letih bomo poleg lastnih sredstev poskusili poiskati tudi druge vire, da bi objekt ne samo obnovili, temveč ga še izboljšali," pravi župan Milan Turk.

Mateja Poljšak Furlan

DRŽAVNO PRVENSTVO
Minimoto, Skuter, MiniGP in Supermoto
Vrtojba, 11.10.2020
Ob 13.00 uri
Vstopnine ni

DRUŠTVO GAS VRTEJBA **AMZS**



Razpisi brezobrestnih posojil

Skupna višina razpisanih sredstev:
1.800.000 EUR

Gospodarstvo

- Posojila za obratna sredstva
- Investicijska posojila

Kmetijstvo

- Investicije
- Ureditev trajnih nasadov

Naslednja prijavna roka: 16. 10. 2020, 4. 1. 2021

Vsi razpisi so objavljeni na spletni strani:
www.jsmg-goriska.com

Izpostavljam

Razpis za ublažitev posledic epidemije COVID-19
 ½ stroškov zavarovanja krije Sklad

Podjetniške skupnosti ne zgradiš čez noč



Intervju z direktorico PTP Tajó Kožuh ob
20. obletnici Primorskega tehnološkega parka

Pobudo za ustanovitev je dalo več ljudi. Najbolj zaslužna sta podjetnik Rok Uršič, ki je tudi ustanovitelj družbe Instrumentation technologies, in sedanji rektor univerze v Novi Gorici Danilo Zavrtanik. Po eni strani sta se pobudnika zgledovala po tujih praksah, predvsem v ZDA, kjer so tehnološki parki dobro delovali – predstavljali so vez med raziskovalno sfero in gospodarstvom. Zagotovo so izhajali iz dobrih praks iz bližnjega sosedstva – predvsem Area Science park v Trstu – in so nekaj podobnega želeli razviti tudi tu.

Leta 2000 so MO Nova Gorica, takratna Iskra elektrika (danes Mahle Electric drives Slovenia), Politehnika Nova Gorica in Slovenska razvojna agencija ustanovile PTP. Vzporedno se je na območju Občine Šempeter-Vrtojba ustanovil še Mednarodni tehnološki park Plejade, ki se je kasneje pripojil Primorskemu tehnološkemu parku, s čimer je tudi Občina Šempeter-Vrtojba postala lastnica, kasneje (z delitveno bilanco MO Nova Gorica) pa še Občina Renče-Vogrsko.

Se je poslanstvo Primorskega tehnološkega parka spreminjalo skozi čas?

Osnovno poslanstvo je ostalo ves čas enako. Prizadevamo si vzpostaviti stimulatívno okolje, ki bo vzpodbujalo zagon, razvoj in rast startup podjetij, ki razvijajo nove produkte in storitve na osnovi lastnega znanja z visoko stopnjo dodane vrednosti. Za tem stojijo ambiciozne osebe, ki želijo

graditi uspešna podjetja, zaposlovati izobražene kadre in mednarodno tržiti svoje produkte. Z vidika vsebine se je PTP razvil v institucijo, ki lahko parira ostalim podjetniškim inkubatorjem po svetu.

Goriške regije se ne takó povezuje s tehnološkim razvojem – prej morda pomislímo na turizem, igralništvo, vinarstvo, kulinariko ... Kakšno vlogo lahko tu odigra tehnološki park?

Besedo tehnološki bi morali pogledati širše. Inovacije lahko razvijamo tudi na področjih, ki niso neposredno povezana s tehnologijo, a v svoj poslovni model vnašajo novo znanje, ki omogoča rast. Zelo pomembne so ambicije podjetnikov, njihovo znanje, pripravljenost, da se učijo, prilagajajo trgu in da so svoje znanje pripravljeni nadgrajevati. Prav pri tem, pri pridobivanju novega znanja, razvijanju novih poslovnih modelov in povezovanju lahko PTP največ prispeva.

Na tekmovanju POPRI se je v reševanju problemov na podjeten način doslej preizkusilo 3489 mladih od 12. do 29. leta, ki so v poslovni načrt razdelali 1324 idej. Pri tem jim je pomagalo več kot 500 mentorjev iz več kot 300 izobraževalnih inštitucij, letos prvič tudi iz zamejstva.

PTP vodiš od leta 2012. Veliko delate na poslovnih modelih mladih podjetij. Kakšen pa je poslovni model PTP?

Cilj je, da podjetnik investira svoj čas in denar v razvoj lastnega produkta in podjetja. Za znanje, ki mu za to manjka, povezave in mentorstva pa poskrbi PTP. Vire financiranja za to uspemo pridobiti iz evropskih skladov – približno 85 %, ostalih 15 % pa investirajo v to okolje tudi občine solastnice – Občina Šempeter-Vrtojba, MONG in Občina Renče-Vogrsko.

Kaj pomeni, da se neko podjetje pri vas inkubira? Kaj se zgodi, ko nek podjetnik pride k vam?

Vsako pozna inkubatorje za nedonošenčke. To je zelo podobno. Če se dojenček rodi prezgodaj, potrebuje podporo in varno okolje, kjer se lahko razvija. Tudi podjetnik ima na začetku svoje poti veliko potreb, ki jih sam ne zna rešiti ali pa jih ne bi mogel tako hitro in učinkovito rešiti sam. Potrebuje podporo drugih podjetnikov, dostop do znanja in veščin. Vse to tukaj dobi. Poleg tega dobi tudi prostor pod ugodnejšimi pogoji.

Kdo je vaš tipičen uporabnik – bi se dalo najti kakšen skupni imenovalec?

To so podjetni posamezniki in obstoječi podjetniki, ki majo ideje, razvijajo nove podjetniške projekte, izdelke ali storitve, so ambiciozni in iščejo nova znanja in povezave. V PTP prihajajo večinoma tisti, ki

že imajo delovne izkušnje, a morda v obstoječih zaposlitvah ne morejo izkoristiti vseh priložnosti. Ali pa že imajo svoje podjetje in nov produkt, s katerim želijo uspeti na mednarodnem trgu. Večinoma so višje izobraženi, praviloma starejši od 30 let, po spolu pa je več moških kot žensk.

Kako se v praksi odraža ta vaša podjetniška skupnost?

Skupnosti ne moreš kar narisati in jo v trenutku vzpostaviti. To nastaja več let; predvsem na osebni ravni povezovanja ljudi. Najprej same ekipe PTP, ki je bila v stanju pritegniti ambiciozne podjetnike, povezovati jih med sabo, vključevati vanjo tudi znane in uspešne podjetnike, člane ožjih timov večjih podjetij, mentorje in investitorje, tako na Goriškem kot tudi po Sloveniji in širše. Počasi se je ustvarilo medsebojno zaupanje. V praksi zgleda to tako, kot bi bili tesno povezan team enovitega podjetja z več oddelki.

Iz razvojno ugodnega obdobja smo v goriški regiji po epidemiji prišli v krč. Preti beg možganov. Kaj lahko PTP stori, da bi to preprečili?

Na začetku smo bili vsi v negotovosti. Tudi sami startupi niso vedeli, kako bo z njihovim poslom. Dejansko pa se je izkazalo, da so prav ta majhna podjetja zelo fleksibilna in so izzive epidemije zelo dobro izkoristila; poiskala so nove priložnosti na trgu in so se znala prilagoditi novim razmeram. Do zdaj se startupom ni zgodilo nič tragičnega. Še več, ugotavljamo, da "naši" startupi v tem času zaposlujejo, medtem ko so nekatera druga podjetja primorana k odpuščanju. PTP predstavlja priložnost tudi tistim, ki jim preti izguba zaposlitve, saj lahko pri nas začnejo ali preizkusijo svoje podjetniške ideje.

Zakaj meniš, da je tekmovanje v podjetniških idejah mladih POPRI za regijo bistvenega pomena?

Tekmovanje POPRI razvija večino podjetnosti, ki jo potrebuje vsak, predvsem mladi, ko se prvič pojavijo na trgu dela. POPRI mladim omogoči izkušnjo, kako razvijati nove izdelke in storitve, ki so povezani s problemi ljudi in družbe, ki še niso ali pa še niso dovolj dobro rešeni. Proces razvoja kompetence podjetnosti

zajema tudi učenje medsebojnega komuniciranja, obvladovanja tveganj in sprejemanja odločitev, predstavitev idej. Namen tega je, da se vzpostavi nove generacije podjetnih posameznikov, ki bodo gonilna sila tega našega gospodarstva in družbe prihodnosti. Tekmovanje POPRI bomo letos izvedli že 18. leto zapored, v teh letih se je iz regionalnega razvilo v državno, povezali smo se z mednarodnim tekmovanjem Genius Olympiad v New Yorku, imamo pa tudi velike ambicije, da bi tekmovanje razširili na evropski nivo.

Zadnja leta si prizadevaš, da bi se PTP obrnil navzven v smislu mednarodnih projektov, novih znanj iz tujine, povezovanj.

Dve stvari sta bistveni. PTP se je tako razvil, da je primer dobre prakse v Sloveniji, je pa tudi zgled in referenca v okoljih, ki še niso tako razviti, zato vzpostavljamo vezi s podjetniškimi inkubatorji na Balkanu. Po drugi strani pa se PTP z namenom omogočanja lažjega vstopa na tuje trge in hitrejša internacionalizacije povezuje z naprednimi okolji v tujini.

Lani smo vzpostavili sodelovanje s kitajskim **Tianjin Beichen Zhongguancun Kexin Industrial Parkom**, ki skrbi za razvoj informacijsko-komunikacijskih storitev, biomedicine, spletnih tehnologij. Dogovor o sodelovanju smo sklenili tudi z **inovacijskim centrom Hetaitong Technology in AIRmaker Technology iz Pekinga**, ki delujeta kot inkubator oz. pospeševalnik za startup podjetja, ki želijo vstopiti na kitajski trg. Februarja 2020 pa smo se povezali tudi z AIM, največjo investicijsko platformo za srednji vzhod in severno Afriko, ter izpeljali selekcijski izbor startup podjetij iz Slovenije za uvrstitev na mednarodno investicijsko konferenco v Dubaju.

Tudi sama si vplivala na razvoj tega dinamičnega in perspektivnega podjetniškega ekosistema. Kaj te motivira?

Leta 2012, ko sem prevzela vodenje, je bil PTP po takratni gospodarski krizi v velikih težavah. Izziv je bil že to, da skušaš stvari postaviti na pravo mesto, jih zagnati in narediti zgodbo o uspehu. Danes poslujejo stabilno, v poslovni stavbi v Vrtojbi deluje več kot 70 poslovnih subjektov,

z nami aktivno sodeluje več kot 40 podjetniških mentorjev, povezujemo se s številnimi podjetji doma in v tujini, smo pa tudi prejemniki certifikata zlata bonitetne odličnosti. Najboljši motivator so naši podjetniki, ki usmerjajo naše delo. Stojimo jim ob strani, ko se soočajo z najtežjimi izzivi, hkrati pa se skupaj z njimi iskreno veselimo vsakega njihovega uspeha. Nanje in njihove uspehe smo tudi najbolj ponosni.

Marjana Simčič Humar



PTP v številkah

Primorski tehnološki park je v obdobju od leta 2000 do 2020 v inkubator sprejel 225 inkubirancev. Ob vstopu v inkubator je bilo formiranih:

- 94 (40 %) podjetij,
- 65 (70 %) podjetij je bilo ob vstopu v inkubator mlajših od 5 let,
- 131 (60 %) podjetniških ekip:
- 90 (69 %) ekip je ustanovilo novo podjetje kot rezultat inkubiranja,
- 10 (7 %) podjetniških ekip je še aktivnih,
- 31 (24 %) podjetniških ekip je razpadlo.

Skoraj 70 % podjetniških ekip, ki so vstopile v inkubator tehnološkega parka, je kot rezultat inkubiranja ustanovilo novo podjetje. Podjetja, inkubirana v Primorskem tehnološkem parku v obdobju 2000–2020, so v letu 2019 zaposlovala skupaj 879 zaposlenih (leto prej 842), kar je za 37 zaposlitev več glede na predhodno leto in 152 zaposlitev več v primerjavi z letom 2017.



Alias Plus – podjetje, ki je lahko velik plus za vas in vaše podjetje

Primorski tehnološki park je od februarja bogatejši za podjetje Alias plus – podjetje, ki pomaga drugim podjetjem pri črpanju nepovratnih finančnih sredstev in ugodnih kreditov. Pa ne samo to.

Naše poslanstvo je oblikovati dobre poslovne ideje in v sodelovanju s stranko soustvarjati projekt na tak način, da uspešno prejme nepovratna sredstva ali ugodni kredit kot finančno podporo pri realizaciji projekta. Stranko vodimo skozi celoten postopek prijave, od preučitve razpisnih pogojev in meril, priprave vloge, poslovnega načrta ter finančnih projekcij, če je to zahtevano, do samega projektnega poročanja in končnega izplačila sredstev.

Kdo so vaše potencialne stranke in katera so vaša področja delovanja?

Naša glavna področja, ki jih pokrivamo, so: internacionalizacija in digitalizacija, raziskave in razvoj, kmetijstvo in turizem. Iz tega izhajajo tudi naše potencialne stranke. To so po večini podjetja, ko govorimo o kmetijskih razpisih, pa tudi kmetijska gospodarstva.

Kako sodelujete s strankami, kakšni so postopki?

Sodelovanje s stranko bi lahko strnili v štiri ključne korake. Prvi je, da redno spremljamo aktualne in prihajajoče razpise ter glede na potrebe stranke iščemo najustreznejši

razpis za realizacijo projekta. Ko se stranka najde v nekem razpisu, sledi drugi korak, kamor sodi natančen pregled razpisnih pogojev in meril. Na podlagi tega ocenimo smiselnost prijave z realno presojo, ali bo vloga na razpisu uspela ali ne. V kolikor se stranka odloči za prijavo, sledi priprava celotne dokumentacije, skladno s pogoji razpisovalca. V zadnji fazi stranko vodimo še skozi realizacijo projekta, spremljamo terminski potek, mejnike, pravilnost izvedbe in pripravimo zahtevek za izplačilo. Vse z namenom, da je projekt pravilno izveden in ne pride do zniževanja dodeljene finančne podpore.

Kje vas lahko najdemo, kje lahko potencialne stranke izvejo kaj več o vašem poslovanju?

Imamo svojo spletno stran www.aliasplus.si, kjer se lahko obiskovalci prijavijo na brezplačne novice. Na tak način jih ciljano obveščamo o razpisih in novostih z njihovega interesnega področja. Prisotni smo tudi na socialnih omrežjih: imamo svojo FB stran in LinkedIn profil. Stranke nas lahko v času delavnika kadarkoli pokličejo ali pa se v živo srečamo na sestanku, da se pogovorimo o

konkretnih vprašanjih glede njihovih projektnih namer.

Podjetje ste ustanovile tik preden je nastopila karantena. Kaj je za vas pomenila tale nepričakovana kriza?

Situacija, povezana s koronavirusom, je bila za naše podjetje velik izziv. Ampak vsak izziv predstavlja tudi možnost napredka. Potrebna sta bila hiter miselni preskok in prilagoditev trenutnim tržnim razmeram. Ker je država omejila razpise s področja nepovratnih sredstev, smo večji fokus usmerili na področje ugodnih kreditov, saj je bilo to za mnoge podjetnike smiselna oziroma ponekod tudi nujna odločitev. Večjo vlogo smo namenili samemu svetovanju, iskanju pravih virov financiranja, saj smo vezni člen med strankami ter razpisovalcem. Sedaj se odpirajo tudi razpisi za nepovratna sredstva, namenjena med drugim tudi reševanju posledic koronavirusa, tako da smo aktivno vpeti v celovito spremljanje različnih področij.

Imate v vašem podjetju rešitve, opcije razpisov, plane, ki bi morda lahko pomagali vsem tistim, ki so bili v času krize najbolj prizadeti?

Pri svojem delovanju ne želimo delati zgolj kot pripravljavci razpisne dokumentacije, pač pa želimo svoje delo opravljati tudi v obliki svetovalca oz. sooblikovalca projektov, ki bi kar najbolje ustrezal podjetnikovim željam in nameram. Na srečo so tudi organi na državni ravni sprejeli pomembne odločitve ter prvotno planirana sredstva preusmerili v pomoč v krizi najbolj prizadetim sektorjem. Spremembe na tem področju redno spremljamo, smo v kontaktu s pristojnimi institucijami, saj lahko na tak način nudimo celovito svetovanje.

Kako ste se odločile za ustanovitev podjetja?

Vse tri soustanoviteljice imamo primerljive delovne izkušnje s predhodnih delovnih mest. Splet okoliščin nas je povezal. Zavedanje in želja, da želimo poslovanje peljati drugače, sta nas pripeljala do ustanovitve lastnega podjetja. K temu je botrovala tudi izbira imena podjetja. V latinščini beseda alias pomeni drugače, z drugim imenom. Me smo na svojo pot odšle z željo po vzpostavitvi drugačnega poslovnega modela in zato novo podjetje. Na drugi strani pa plus predstavlja rast, prosperiteto tako za nas kot za naše stranke.

Kako ste sestavile tako prijetno in simpatično ekipo?

Dobra medsebojna energija je tisto, kar nas povezuje in vodi k napredku. Čeprav smo si osebnostno različne, je med nami nek povezovalni element, ki nas skupaj dela boljše. Eno izmed glavnih vodil med nami je odkrit odnos. Zavedamo se namreč, da so odkriti pogovori o izzivih ter problemih najboljši način, da se težke situacije lažje prebrodi. Druga drugi si znamo biti v oporo in to nas dela kot ekipo še močnejše.

Kako vidite funkcijo ženske v poslovnem svetu?

Ženskih podjetnic je pri nas še vedno relativno malo, mogoče zaradi kulture slovenske družbe, ki je še vedno zelo moška. Ženske podjetnice potrebujemo spodbudo in zaupanje v lastne podjetniške sposobnosti. Pri odločanju za samostojno podjetniško pot se navadno porajajo vprašanja, ali sem sposobna, imam dovolj znanja, kaj če mi ne uspe. Moški navadno bolj

tvegajo in so bolj odločni, fokusirani. Tu so še vprašanja, povezana z otroki in družino, ki jih moški pogosto prezrejo. Zato se nam zdi pomembno, da se razvija podjetniško znanje, tudi s povezovanjem v podjetniške mreže. Same smo z vključenostjo v Primorski tehnološki park pridobile na samozaupanju v lastna znanja ter sposobnosti, hkrati pa nam to omogoča sodelovanje z drugimi podjetniki. In za konec se navežem še na izjavo igralka Helen Mirren, ki je v enem od svojih govorov dejala, da so najsrečnejše in najuspešnejše tiste civilizacije, ki dajejo žensko v enakovreden položaj moškim. Zato spodbujajmo žensko podjetništvo ter dobre prakse ženskih podjetnic.

Kaj bi svetovale nekomu, ki si želi ustanoviti lastno podjetje?

V našem primeru odločitev iti na samostojno pot ni bila lahka. Spremljajo te dvomi, če si dovolj dober, če ti bo uspelo. To so dvomi, ki so povsem razumljivi. Me smo si upale in smo hvaležne za to odločitev. Samostojno pot spremljajo številnimi izzivi, ampak ravno to dela podjetnika močnejšega in boljšega. Ne smemo se ustrašiti neuspeha. Neuspeh je lekcija do uspeha. Samostojno delo nudi veliko mero osebnega zadovoljstva, entuziazma. In to je tisto, kar nas žene naprej.

Ste tri mlade mamice. Kako to kombinirate s poslom?

Menim, da je pri tem pomembna osebna rast. Da ne rastemo samo kot podjetnice, ampak celostno. Energija doma se namreč odraža v energiji pri delu in obratno. Delamo na tem, da uspešno obvladujemo misli ter čustva.

Da znamo biti kos nepričakovanim situacijam. Dovolimo si delati napake. In dovolimo si reči, danes pa tega ne zmorem, ker s tem ni čisto nič narobe.

Ste inkubatorke Primorskega tehnološkega parka. Kako bi opisale to super priložnost in kako sodelujete z njimi?

Primorskemu tehnološkemu parku gre velika zahvala za ves doprinos, ki ga je imel v fazi ustanavljanja podjetja, pa tudi pri nadaljnjem delu. Miselnost podjetništva se ne zgodi čez noč. To je proces, ki traja. S pomočjo Primorskega tehnološkega parka delamo pomembne miselne preskoke. Primorski tehnološki park namreč nudi široko in kakovostno ponudbo sodobnega strokovnega znanja, pomoč v obliki mentoriranja, ki ima izredno dodano vrednost. Hkrati pa nudi odlično poslovno okolje za medosebne povezave s podjetniki, z različnim strokovnim osebjem in z drugimi deležniki.

Kakšni so vaši načrti za prihodnost?

Najprej želimo postati prepoznavno podjetje s področja sooblikovanja projektov ter pridobivanja EU sredstev na domačem trgu, potem pa svoje delovanje prenesti tudi v tujino. Želimo se pozicionirati kot povezovalni člen med prijavitelji ter odločevalnimi organi, imeti funkcijo povezovalca v konzorcijskih projektih. Hkrati pa želimo biti enakovreden člen v večpartnerskih projektih in s svojim znanjem ter izkušnjami kvalitetno oblikovati vsebino za boljši doprinos k družbi.

Lara Soban



Barbara Simsič: “Meni je moje delo moj način življenja.”

Tudi v frizerstvu se trendi iz meseca v mesec spreminjajo in super je, da si kot frizerka v koraku s časom. Dejstvo pa je, da ima prav vsaka frizerka svoj stil in svoj poseben umetniški način dela. O delu, karieri, trendih in seveda o negi naših las smo za to številko Glasila spregovorili s poznano lokalno frizerko Barbaro iz frizerskega salona Hair Studio, ki ni le frizerka s svojim stilom, ampak tudi ženska z izjemnim karakterjem, s pozitivno energijo in podjetnica, ki je na tržišču že 28 let.



Kaj si si kot otrok želela postati, ko boš “velika”?

Že kot otrok sem sanjalarila o tem, da bi rada postala frizerka. Spomnim se, da je bil zame najsrečnejši trenutek, ko sem z mamo lahko šla k frizerki. In prav pri tej isti frizerki, kamor sem hodila z mojo mamo, sem kasneje začela spoznavati ta poklic in ji v salonu pomagala že kot najstnica. O drugem poklicu nikoli sploh nisem razmišljala. Vse moje punčke so ostale brez las, ker sem se na njih učila striženja. (smeh)

Od kje strast do frizerstva?

Šolala sem se v Ljubljani na frizerski šoli, nato pa se zaposlila v frizerskem salonu v Novi Gorici. Pri mojih 25 letih sem v Šempetru odprla svoj salon.

Kaj te je vodilo k odprtju lastnega salona?

To so bila “zlata leta”, polna idej, ustvarjanja, improviziranja in

navdih, ki ga meni nikoli ni zmanjkalo. Še danes vem, da sem človek izzivov – pritegne me vse, kar je drugačno in nevsakdanje.

Kakšna je razlika med podjetništvom nekoč in danes?

Ko sem odpirala svoj salon, so bili to časi, ko je bilo odpreti salon veliko težje kot danes. Moral si imeti leta delovnih izkušenj, mojstrski izpit ... Je pa tudi res, da je biti podjetnik danes težje, kot je bilo takrat, saj je veliko več dela s samo birokracijo.

Katera je skrivnost frizerja, da toliko let ostane na tržišču?

Biti dober frizer pomeni, da si tudi malo umetniška duša in da te ni strah novih izzivov. Treba je biti v koraku s časom in slediti novim trendom. Kot frizer moraš biti enostavno odprt za vse, kar pride novega na tržišče. Trendi se menjajo iz meseca v mesec, iz leta v leto, zelo pomembno pa je, da si kot frizer v svoji karieri ustvariš in delaš svoj trend.

Meni je moje delo moj način življenja; ni ga dneva, ko ne bi zjutraj vstala s postelje in razmišljala o tem, kaj bom tisti dan ustvarjala. Ni bilo še dneva v mojem življenju, da bi se zbudila in ne bi imela želje ali energije za delo. To pri meni ne obstaja. To umetniško delo je zame vsakodnevni izziv, ki me polni, mi daje pozitivno energijo. Tudi ko grem na dopust, se vedno opremim z vsem potrebnim za friziranje, tako da lahko kreiram tudi na dopustu.

Kateri modni trendi so ti ostali najbolj v spominu?

Od vedno so me navduševali blond otenki in še danes ogromno improviziram v to smer. Mogoče zato, ker sem sama po naravi temnolasa in sem svetle barve vedno najprej eksperimentirala na sebi. V svojem salonu imam skoraj 95 % svetlolasih strank in še vedno mi to predstavlja velik izziv.

Nekatera leta so mi resnično ostala v spominu, na primer, ko sem s svojima delavkama na Goriško prinesla pletenje umetnih kitk in tudi tukaj sem bila sprva sama model. Še pred tem smo veliko delale s podaljševanjem umetnih las. Ja, to so bili res lepi časi in dalo se je res veliko ustvarjati.

Kako bi opisala tvoj stil dela?

Nisem oseba, ki dela frizure po trenutnem trendu. Trend je pri meni to, kar čutim in kar mi stranka dovoli. Najsrečnejša frizerka na svetu sem v trenutku, ko dobim stranko na stol, ki mi reče: “Naredi, kar hočeš.” (smeh)

Kakšni so trenutni trendi?

Zdi se mi, da je kot pri oblačilih – vse je moderno in vsak stilist si zamisli svoj trend, potem pa je od frizerja odvisno, kaj ustvarja.

Poleti smo bili veliko na soncu, v slani vodi. Kaj priporočaš bralkam in bralcem za nego las in lasišča?

Poletje je čas, ko smo veliko na soncu, zato naši lasje v tem času potrebujejo veliko več nege. Las ne izpostavljam škodljivim vplivom, redno spirajmo slano vodo s svojih las in redno uporabljajmo različne zaščite za lase. V splošnem priporočam pogostejšo uporabo mask za lase, da le-te nahranimo in navlažimo. Z leti se tako kot koža starajo tudi lasje, a žal opažam, da ljudje za kožo veliko bolj poskrbijo kot za lase. Lasje so velik pokazatelj zdravega počutja oz. zdravja na splošno – ko je oseba pod stresom ali bolna, je to alarm tudi za lase.

Lara Soban



Inovativna rešitev startupa VseUk navdušuje najmlajše naravoslovce

Na pragu novega šolskega leta se zaradi preprečevanja širjenja koronavirusa soočamo z dejstvom, da bodo mnoge obšolske dejavnosti vsaj okrnjene, če ne odpovedane. Med njimi tudi krožek, kakršnega izvaja startup VseUk iz Kobarida, ki deluje v okviru GoStartup inkubatorja v Primorskem tehnološkem parku. Pri VseUku pravijo, da je njihovo poslanstvo navduševati otroke nad znanostjo. Njihove naravoslovne krožke je doslej obiskovalo več kot 400 otrok na 20 lokacijah po Sloveniji. Zaradi novonastalih razmer je izvajanje dejavnosti pod vprašajem. Ker pa so otroci krožek Mali radovednež zelo pogrešali, se je ekipa VseUka odločila, da poišče način, kako jim omogočiti, da kljub vsemu še naprej razvijajo svoje raziskovalne sposobnosti in naravoslovno znanje. V Primorskem tehnološkem parku so predstavili novo rešitev – Innobox zabojček za izvajanje poskusov doma z video navodili mentorjev.

Innobox je znanstveni zabojček s poskusi, ki otrokom na resno-zabaven način predstavi naravoslovje skozi zabavne poskuse. Otroci ga prejmejo po pošti, omogoča pa jim izvajanje poskusov z navodili mentorja v domačem okolju. Z Innoboxom dobijo vse materiale za poskuse, ki jih nato izvedejo s pomočjo video navodil v slovenskem jeziku.

Ustanoviteljica zagonskega podjetja VseUk Teja Bajt: "V Innobox smo vložili vse znanje in izkušnje preteklih 4 let. Veseli smo, da je odziv staršev in predvsem otrok zelo dober. Seveda se zavedamo, da je osebni stik še vedno najpomembnejši, vendar Innobox v danih razmerah nudi vsaj nekakšen približek. Obenem je Innobox dosegljiv veliko več otrokom in to ne samo v Sloveniji. Tako lokacija bivanja ni pomembna, saj otrok Innobox prejme domov po pošti in poskuse izvaja družina skupaj doma."

Odziv malih raziskovalcev in raziskovalk po Sloveniji na prvo poskusno serijo je bil zelo pozitiven, zato so se v startupu VseUk odločili s pripravo zabojčka nadaljevati in jo nadgrajevati. Gre za prvi tovrstni produkt na slovenskem trgu, ki pa ima velik tržni potencial – ne le v Sloveniji. Direktorica Primorskega tehnološkega parka Tanja Kožuh: "V obdobju negotovosti, ko se soočamo s koronavirusno boleznijo, so bila številna podjetja zaradi sprejetih omejitev primorana opustiti ali zmanjšati intenzivnost svojih aktivnosti; nekatera so celo izgubila kupce ali najpomembnejše trge. V startup podjetništvu so negotove razmere stalnica, ki se jim mlada podjetja morajo znati čim bolj učinkovito prilagajati. Ekipa Primorskega tehnološkega parka in

njeni mentorji že vrsto let proučujejo različne poslovne modele, s katerimi startup podjetja lahko presežejo negotove razmere. Poslovni model Innobox zabojčka je eden takšnih, inovativnih poslovnih modelov, ki je pravzaprav nastal tudi v sodelovanju med ustanoviteljico Tejo Bajt in njenim mentorjem Andrejem Peršoljo, prav tako podjetnikom iz Primorskega tehnološkega parka".

Teja Bajt je magistrirala iz molekularne in celične biologije na univerzi v Birminghamu v Veliki Britaniji. Ker jo je že od nekdaj poleg raziskovalnega dela navduševalo tudi delo z otroki, se je že v času študija v tujini odločila, da ustanovi svoje podjetje in na ta način prispeva k razvoju raziskovalnega in podjetniškega duha doma – v Soški dolini. V projekt je pritegnila tri mentorice naravoslovnih profilov: biologinjo, kemijsko inženirko in geologinjo. V zagonskem podjetju VseUk želijo pomagati pri odkrivanju naravoslovnih talentov malih nadobudnežev in pripomoči h kakovostnejšemu preživljanju prostega časa otrok. "V teh negotovih razmerah jim moramo še bolj kot kadarkoli prej stati ob strani," pravi ustanoviteljica Teja Bajt.

Marijana Simčič Humar

Leto 2020 je za šempetrske gasilce slavnostno, a tudi delovno



Leto 2020 se je za Prostovoljno gasilsko društvo Šempeter pri Gorici pričelo delavno. V tem letu društvo namreč praznuje častitljivo 70. obletnico delovanja. V ta namen smo članice in člani pripravljali gasilsko parado in slavnostno prireditev ter gasilsko veselico. Žal je v spomladanskem času udarila epidemija COVID-19 in nam prekrizala načrte. V upanju na boljše zdravstvene pogoje v državi smo proslavljanje 70. obletnice delovanja prenesli v leto 2021.

V začetku marca so se naši najmlajši člani udeležili kviza gasilske mladine v Novi Gorici. Dve naši ekipi – skupina pionirjev in skupina mladincev – sta se z uspešno opravljenim delom uspeli uvrstiti na regijsko tekmovanje, ki pa je žal zaradi trenutnih razmer do nadaljnega prestavljeno.

Zaradi epidemije nam ni uspelo v celoti izpeljati gasilskega krožka, kateremu v našem društvu posvečamo posebno pozornost, saj je namenjen izobraževanju bodočih prostovoljnih gasilk in gasilcev. Smo pa kljub vsemu konec junija imeli tradicionalen zaključek krožka z vodnimi igrami.

Upamo, da bomo s krožkom jeseni ponovno začeli, zato vas vabimo, da se nam pridružite pri soustvarjanju gasilskega krožka.

V času razglašene epidemije smo gasilci ob strogem upoštevanju vseh predpisanih varnostnih ukrepov nemoteno opravljali dejavnosti, vezane na gasilsko delo, saj nesreča ne počiva, oprema in vozila pa morajo biti ob vsakem trenutku delujoča. Tako smo ta čas izrabili za vzdrževanje gasilskega doma in njegove okolice, servisiranje in vzdrževanje gasilske reševalne opreme, za kar smo porabili 683 prostovoljnih delovnih ur. Tudi na operativnem področju dela ni manjkalo, saj smo operativne gasilke in gasilci do konca avgusta opravili 28 različnih posredovanj.

Poleg že navedenih posredovanj smo v marcu gasilci PGD Šempeter pri Gorici na prošnjo občinskega štaba civilne zaštite Občine Šempeter-Vrtojba nudili svojo pomoč ob izbruhu epidemije tako, da smo prevažali odvzete brise, in sicer od sprejemne točke v Urgentnem centru Šempeter pri Gorici do Inštituta za mikrobiologijo in imunologijo v

Ljubljani. V tem času smo večkrat prevzeli brise tudi v ZD Ajdovščina, saj se nahaja na poti med Šempetrom in Ljubljano, ter tako dodatno prispevali k celovitosti zdravstvene ekipe v že tako podhranjenem ZD. Med povratkom v Šempeter smo v centralnem skladišču Roje prevzemali material za potrebe sprejemne točke in ga dostavili v Urgentni center v Šempeter pri Gorici. V te namene smo gasilci PGD Šempeter pri Gorici opravili 31 voženj in prepeljali 319 brisov ter tako opravili 175 prostovoljnih delovnih ur.

Konec aprila smo bili aktivirani ob večjem požaru v naravi, ko je zagorelo v gozdu med Kastelcem in Petrinjami. Kolegom iz Obalno-kraške regije smo priskočili na pomoč drugi dan gašenja požara. Sodelovalo je šest naših gasilcev z dvema voziloma.

Po prenehanju uradnega stanja epidemije konec maja smo ponovno začeli izvajati vaje za pripadnike operativne enote ter ostale redne aktivnosti. Upamo, da bodo zdravstvene razmere v jesenskem obdobju dovoljevale nadaljevanje spomladi prekinjenih tečajev in specializacij, saj nam le permanentno usposabljanje zagotavlja varno opravljanje našega dela.

V juliju smo v društvu pridobili tudi novega poklicnega gasilca, ga v ta namen pred našim gasilskim domom pričakali in mu "po gasilsko" čestitali. Svoje delo bo opravljal v gasilski enoti Nova Gorica.

Oktober je tradicionalno mesec požarne varnosti, zato bomo predvidoma v začetku oktobra v društvu organizirali dan odprtih vrat. Obiskovalcem bomo prikazali gasilsko dejavnost, opremo in vozila s poudarkom na preventivni dejavnosti.

Več informacij o vsem dogajanju v društvu pa redno objavljamo na naši Facebook strani. Lepo vabljeni k ogledu.

PGD Šempeter pri Gorici

Projekt "Zeli za ljude"

Zavod GOST je bil ustanovljen z namenom razvoja turizma na Banjški in Trnovski planoti leta 2008, kasneje se je preoblikoval v socialno podjetje ter ustanovil dve organizacijski enoti in sicer:

- Vinoteko SOLUM v Novi Gorici, ki je namenjena promociji in prodaji vin od Goriških Brd do Istre. S pomočjo poslovnega sodelovanja s HIT-om Nova Gorica, ki skrbi za strokovnost dela, je vinoteka postala prepoznavna tako v Sloveniji kot tudi v tujini.
- Zeliščni center v Grgarskih Ravnah – s programom pridelave in predelave zelišč so pričeli pred desetimi leti pretežno s pomočjo prostovoljcev. Z leti so povečevali proizvodnjo izdelkov na osnovi zelišč, tako da imajo trenutno približno 40 različnih izdelkov.

Svojo ponudbo so dopolnili s turistično in z gostinsko dejavnostjo, vedno pa k sodelovanju vabili različne organizacije, ki vključujejo osebe iz ranljivih skupin. Uporabniki goriškega, ajdovskega in postojnskega SENT-a, so se vedno z veseljem odzvali povabilu na razne dogodke socialnega podjetja in tudi aktivno sodelovali.

Naše sodelovanje pa se je nadgradilo s tem, ko se je Zavod GOST prijavil

na razpis "Razvoj in profesionalizacija nevladnih organizacij in prostovoljstva 2019" Ministrstva za javno upravo s projektom "Zeli za ljudi", v konzorcij pa zraven povabil Medobčinsko društvo slepih in slabovidnih Nova Gorica ter ŠENT. Razpis je omogočil tri nove zaposlitve, za vsako od naštetih organizacij po eno zaposlitev. Skupne aktivnosti pa se izvajajo z uporabniki partnerjev projekta.

Cilji projekta so:

- priprava inovativnih, tržno zanimivih programov, vezanih na zelišča, ki bodo prispevali k socialni in delovni aktivaciji ranljivih skupin ter trajnemu razvoju organizacij, vključenih v konzorcij,
- razvoj novih turističnih programov, ki bodo zanimivi tako za domače kot tudi tuje obiskovalce,
- povezan, stabilen, manj razdrobljen ter trajnostno naravnani nevladni sektor,

- dobro razvit, učinkovit in inovativen nevladni sektor, ki je sposoben ustrezno identificirati in nasloviti potrebe svojega okolja ter se nanje učinkovito in uspešno odziva,
- trajnostno naravnana delovna mesta,
- kakovostno organizirano ter trajnostno naravnano prostovoljstvo.

Projekt je v polnem teku, trenutno delamo na povezovanju organizacij, medgeneracijskem sodelovanju, izobraževanju in prenosu znanja med ranljivimi skupinami, vključevanju ranljivih skupin v družbo, ohranjanju dediščine pridelave in predelave zelišč ter ohranjanju narave. Mnogi strokovnjaki so mnenja, da je delo, ki je prilagojeno specifičnosti ranljivih skupin, najuspešnejši način za njihovo ponovno vključevanje v družbo, kamor projekt "Zeli za ljudi" definitivno spada.

Edina Kovač Cvetko



Izdelava vrečk iz odpadnega materiala za potrebe socialnega podjetja

Prodaja – servis nove in obnovljene računalniške opreme

DELL



Apple

OKI
PRINTING SOLUTIONS



KYOCERA

Ecosis

lenovo
ASUS



za vas od
1995

Bilaz

Bilaz d.o.o.
Sedejeva 8
Nova Gorica

T: 05 333 19 00
M: 041 614 944

E: info@bilaz.si
www.bilaz.si
www.pcpoceni.si

Kam gredo naši biološki odpadki – ostanki hrane?

Povprečen Slovenec letno zavrže **72 kg** hrane, kar pomeni, da posameznik na leto v koš za smeti odvrže približno **200 EUR**!

Komunala Nova Gorica, d. d., s svojo dejavnostjo gospodarske službe pokriva okoli 58.000 občanov. Letno bi lahko zbrali cca **4.200 ton** bioloških odpadkov. V letu 2019 smo na Goriškem zbrali cca. **1.300 ton**. Za boljši pregled zbranih odpadkov z zunanjim izvajalcem izvajamo sortirne analize mešanih komunalnih odpadkov. V analizah proučujemo, katere odpadke odvržemo v posodo za mešane odpadke. Spodnji graf prikazuje delež posameznih odpadkov med mešanimi komunalnimi odpadki.

V letu 2019 smo v 6 občinah zbrali cca **12.300 ton** mešanih komunalnih odpadkov. Če bi vestno ločevali odpadke in med mešanimi komunalnimi odpadki ne bi bilo nič bioloških odpadkov, bi na leto ločeno zbrali nekaj manj kot **4.000 ton** bioloških kuhinjskih odpadkov, tj. ostankov hrane. Uvodni podatki kažejo, da ne odstopamo prav veliko od slovenskega povprečja zavržene hrane. Na Goriškem povprečno vsak občan zavrže za skoraj 200 EUR hrane.

Cena ravnanja z biološkimi odpadki je **precej nižja** od cene ravnanja z mešanimi komunalnimi odpadki. Če hrano odlagamo med mešane komunalne odpadke (zeleni zabojnik), je to enako, kot bi zavrgli nekaj manj kot 5 EUR na leto na prebivalca. **Ali**



bi res to naredili? To razliko v ceni pa krijemo vsi občani v obliki višjih položnic.

Če nam že nastajajo takšne količine odpadkov, ki so posledica določenega načina življenja, smo dolžni poskrbeti, da vsaj gredo v pravo smer – v posode za ločevanje odpadkov in ne v zelen zabojnik za mešane komunalne odpadke.

Oddaja odpadkov v nadaljnje ravnanje in pripravo za ponovno uporabo kateregakoli ločeno zbranega nenevarnega odpadka je nekajkrat cenejša kot oddaja mešanih komunalnih odpadkov v predelavo in odstranjevanje.

Ne le, da bi prihranili pri nižjih cenah storitev ravnanja z odpadki, temveč bi predvsem poskrbeli za okolje, kar pa je naša dolžnost in prioriteta.

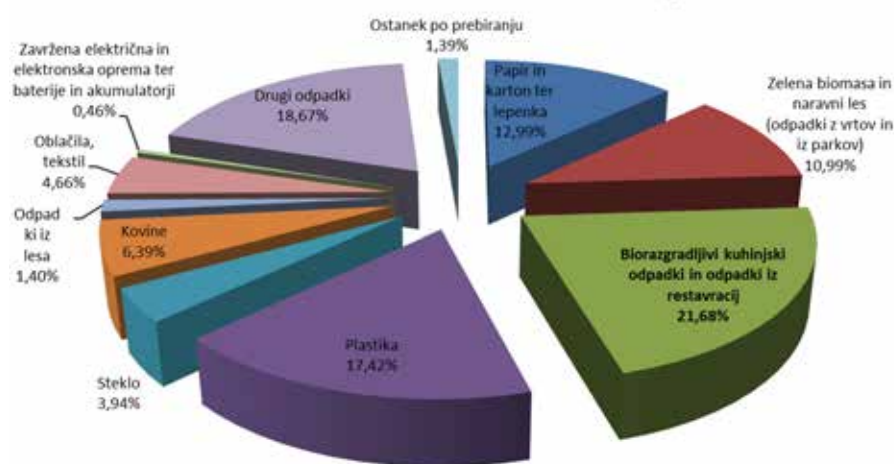
Zaradi vsega navedenega bi vas radi spodbudili k dodatnem ločevanju vseh vrst odpadkov s poudarkom, da nobeden odpadke ne sodi izven posode, saj v nasprotnem povzročamo neurejen videz okolice ekološkega otoka.

Vsak nepravilno odložen odpadke – bodisi v napačno posodo bodisi na tla – pomeni višjo ceno komunalnih storitev. V primeru, da ne vemo, kam sodi kateri odpadke, si lahko ogledamo abecednik odpadkov, ki nas usmerja k pravilnem ločevanju odpadkov. Dostopen je na naši internetni strani www.komunala-ng.si/abecednik-odpadkov/.

Zapomnimo si, da biološki kuhinjski odpadki sodijo v rjavo posodo.

Aljaž Urh

Sortirna analiza mešanih komunalnih odpadkov



BIO RAZGRADLJIVI KUHINJSKI ODPADKI



da kuhinjski odpadki (odpadki vseh vrst zelenjave in sadja, kavna usedlina, kavni filtri, čajne vrečke, netekoči ostanki hrane, jajčne lupine, pokvarjeni prehranski izdelki)

ne maščobe, cigaretni ogorki

Odpadke odložite brez embalaže.

LOČUJMO | VARUJMO

Hidrolati ali cvetne vodice

Že veliko let si pripravljam hidrolate za naravno nego svoje kože. Z veseljem vam predstavim te čudovite vodice, ki dišijo malo drugače kot rastline, iz katerih jih pridobivamo. Hidrolati oziroma cvetne vodice so stranski produkt pri parni ali hidro destilaciji rastlin, ki so bogate z eteričnimi olji. Vsebujejo vodotopne snovi rastline, ki jo destiliramo. Sama destiliram sivko, kamilico, vrtnico, poprovo meto, rožmarin, imurtelo. Predstavila vam bom tri meni najljubše hidrolate in njihovo uporabo.

Hidrolat sivka

Pridobimo ga pri destilaciji cvetov sivke.

Je nepogrešljiv:

- Kot tonik za nego normalne in mastne kože.
- Po depilaciji in britju – pomirja kožo.
- Pri pikih insektov in žuželk.
- Pri praskah in manjših opeklinah.
- Za nego otroške kože, lahko kot dodatek kopeli.

Hidrolat vrtnica ali rožna voda

Pridobimo ga iz cvetov ekoloških dišečih vrtnic. Je lahko čudovit naravni parum, ki sprošča telo in dušo. Sama ga vsakodnevno uporabljam kot tonik za nego zrele in občutljive kože. Z njim si lahko pripravimo **obkladek za utrujene oči**; kosček gaze prepojimo z rožno vodo, gazo pa nato 2-krat dnevno za 20 minut položimo na veke. Kot pršilo je super naravna osvežitev za obraz in lase.

Hidrolat kamilica

Destilat iz cvetov prave kamilice. Deluje pomirjujoče na kožo, saj je zelo nežen. Uporablja se kot tonik za vlaženje kože. Tudi ta hidrolat je primeren kot obloga na očeh, in sicer za omilitev podočnjakov.

Dva predloga uporabe hidrolatov po vaši izbiri

Maske za obraz:

Pripravimo si odlično masko za obraz iz gline in hidrolata, ki jo pustimo na obrazu 5–10 minut. Dobro speremo ter osvežimo s hidrolatom.

Losjon za telo:

- 25 ml hidrolata,
- 25 ml olja mandelj, jojoba ...

To zmešamo v steklenički, ki jo pred vsako uporabo dobro pretresemo. Poljubno lahko prilagodimo razmerje hidrolat : olje vašemu tipu kože.

Hidrolate hranite v temnem in hladnem prostoru. Izberite sebi najljubši hidrolat in uživajte v negi z njim. Vonj dišeče vodice vas popelje v svet izbrane cvetlice, vam da njeno energijo in moč. Pa še zanimivost o vplivu vonjav na razpoloženje. Ločimo 3 skupine vonjav: romantične (npr. vrtnica), pomirjujoče (sivka, kamilica), energetske (citrusi).

Kaj pa, če si izberete hidrolat z vonjem, ki je vam in vašemu razpoloženju najbližji in bo doprinos vašemu počutju?

Mojca Požar Gulin



GAS Vrtejba in AMZS za varnost v prometu



Ob prvem šolskem dnevu je Društvo GAS Vrtejba v sodelovanju z AMZS v bližini Osnovne šole Ivana Roba v Šempetru izvedlo akcijo "Še 365 dni", s katero so voznike opozarjali, naj bodo vse dni v letu in ne le ob začetku šolskega leta pozorni na prisotnost pešcev, še posebej najmlajših, in naj s svojim ravnanjem skušajo poskrbeti, da ne bi prihajalo do prometnih nesreč.

Vzor otrokom morajo biti v prvi vrsti tudi starši, a kot se je izkazalo ob izvedbi tokratne akcije, so marsikateri starši svojim otrokom tudi neprimeren zgled, saj so skupaj s svojimi otroki cesto prečkali izven prehoda za pešce. "Kot eno mlajših društev AMZS smo se kampanji "Še 365 dni" pridružili



z namenom voznike opozoriti na vnovično povečano prisotnost otrok v bližini šol in na poteh v šole. Predvsem pa voznike opomniti, da so otroci in tudi odrasli pešci v prometu prisotni vse dni v letu. Voznik je obdan s pločvino ima večji občutek varnosti, kar pa ne velja za pešce. In ker se vsak voznik vsakodnevno pojavi tudi v vlogi pešca, kjer njegova vloga v prometu takoj postane ranljivejša, pozivamo vse voznike, da so v prometu odgovorni," je po dogodku povedal Dejan Koglot, predsednik Društva GAS Vrtejba. Kot obljublja, bodo tudi v prihodnje skrbeli za izvedbo različnih prometnopreventivnih dogodkov.

Več o akciji AMZS "Še 365 dni" pa si lahko preberete na spletni strani: www.amzs.si/novice/aktualne-informacije/2020-08-26-za-varne-solske-poti-pogled-na-cesto-ne-na-mobilnik.

Društvo GAS Vrtejba

Dobrodelna akcija "Vrtec Primorske 2020"



Z veseljem in s hvaležnostjo vam sporočamo, da je bila enota Sonček v Vrtojbi, ki deluje pod okriljem OŠ Ivana Roba Šempeter pri Gorici, izbrana za realizacijo dobrodelne akcije v okviru sponzorsko-donatorskega programa Mavrica nasmehov za več pozornosti podjetja HGtrade. Podjetje je skupaj s skupino Helios akcijo izvedlo tudi v vrtcu v Kostanjevici na Krasu.

V soboto, 4. julija 2020, smo po končanih delih imeli zaključno prireditev v vrtcu v Kostanjevici na Krasu, katere so se udeležili tudi predstavniki Obrtne zbornice Slovenije, gospodarstveniki, predstavniki ustanoviteljic

obeh zavodov, vodstvo obeh zavodov, strokovni delavci vrtcev, polagalci parketa in predstavniki podjetja HGtrade.

Zaključna prireditev je bila namenjena zahvali vsem izvajalcem del in podjetju, ki nam je omogočilo obnovo dotrajanega parketa.

Za izvedeno delo se iskreno zahvaljujemo vsem polagalcem parketa in podjetju HGtrade, ki so v kratkem času poskrbeli, da so naše igralnice ponovno zasijale. Otroci se z neizmernim navdušenjem igrajo, ustvarjajo, rajajo in veselijo.

Kolektiv enote Sonček



Gorazd Humar, dobitnik Bevkove nagrade za leto 2020



Mestna občina Nova Gorica je letos svojo najvišjo nagrado, to je Bevkova nagrada, podelila Gorazdu Humarju iz Šempetra pri Gorici. Podelitev je potekala na slavnostnem večeru ob prazniku Mestne občine Nova Gorica 4. septembra 2020. Bevkovo nagrado je Gorazdu Humarju izročil župan novogoriške mestne občine dr. Klemen Miklavič.

V obrazložitvi za nagrado je pisalo, da je nagrada Gorazdu Humarju podeljena za njegovo raziskovalno in publicistično delo o slovenskih mostovih, s katerim ni samo populariziral železniški solkanski most kot most z največjim kamnitim lokom na svetu in kot eno najpomembnejših turističnih znamenitosti Goriške, pač pa se je z raziskovanjem gradbene oziroma kulturne dediščine na Primorskem in v Sloveniji ter širše v mednarodnem prostoru uveljavil kot izjemen poznavalec tega področja. S svojim delom je nedvomno obogatil kulturno življenje na Goriškem in tako pomembno prispeval k širši prepoznavnosti Goriške.

Dragica Mavrič

Izposodi-vzgoji-deli: knjižnica semen v Goriški knjižnici

Februarja letos je v Goriški knjižnici začela delovati knjižnica semen. Gre za projekt, na katerega smo se dolgo pripravljali in ki je v dobi vse večjega spraševanja o ekološki zavesti človeka zelo aktualen. Z njim si prizadevamo, da bi tudi mi kot proaktivna splošna knjižnica opozarjali na pomembnost spoštovanja narave, sonaravnega vrtnarjenja in samooskrbe ter ozaveščali ljudi o pomenu avtohtonih sort in biotske raznovrstnosti.

Ideja o t. i. knjižnicah semen je nastala in je že dolgo razširjena v Združenih državah Amerike. Prav po njih smo se zgledovali, ko smo postavljali temelje za našo knjižnico semen. Namenjena je vsem, ki na svojih vrtovih, manjših ali večjih, že pridelujete svojo zelenjavo in vzgajate semena ali pa bi radi to počeli. Če se želite vključiti v krogotok vzgoje in izmenjave semen, pa je postopek sledeč: član knjižnice semen lahko postane vsak, ki ima veljavno člansko izkaznico Goriške knjižnice (v letu odprta knjižnica semen je vsak, ki se vključi, oproščen plačila članarine v Goriški knjižnici!). Iz naše baze si lahko ob enem obisku izposodite 3 vrečke, skupno pa imate lahko izposojenih 10 vrečk semen. V ta namen nam je podjetje Ekosplet razvilo spletno aplikacijo za izposajo semen, ki je zelo enostavna in namenjena samostojni uporabi ter vas vodi skozi celoten proces prve registracije ter izposoje oziroma vračanja.

Izposojena semena boste doma posejali, vzgajali novo rastlino in iz nje novo generacijo semen – delček teh pa boste vrnili nazaj v knjižnico semen, kjer bo na voljo drugim uporabnikom za ponovno izposajo. Če vam slučajno seme ne vzkali ali rastlina ne zraste ali imate kakršenkoli drug razlog, da vam ni uspelo pridelati semen, lahko to v našem programu označite.

Knjižnica semen je po kratki »koronski« pavzi ponovno odprla svoje predale prejšnji ponedeljek. Odprta je v času delovanja Goriške knjižnice. Nahaja se v prvem nadstropju zraven oddelka za strokovno literaturo, kjer lahko najdete veliko zanimivega čtiva na temo vrtnarjenja in pridelave semen. Poleg tega imamo na voljo brezplačno brošuro o knjižnici semen za vse naše uporabnike. Veliko informacij pa najdete tudi na spletni strani Goriške knjižnice pod zavihkom knjižnica semen. Tu si med drugim lahko ogledate, katera semena imamo v naši bazi, preberete nekaj prispevkov, ki smo jih pripravili za vse začetnike na tem področju, ter spremljate obvestila o delavnicah in predavanjih, ki jih bomo organizirali v okviru naše knjižnice semen.

Franka Koren, GKFB





Gremo v gledališče?

Utrinek iz mračne komedije Hanoha Levina Jakiš in Pupče iz pretekle sezone

Kljub negotovosti spričo prisotnosti novega virusa COVID-19 so v novogoriškem gledališču pripravili bogat program, ki ga bodo uresničevali ob upoštevanju varnostnih priporočil NIJZ. Vpis abonmajev za novo sezono 2020/21 so podaljšali do 30. septembra 2020.

V rednem programu načrtujejo sedem novih predstav, prva bo na sporedu septembra. **Evropa, mati mila** je avtorski projekt, kolaž besedil različnih avtorjev, spleten v dramsko plesno predstavo, ki so ji nadeli oznako "ljubezenska propaganda". Sledila bo poetična tragedija po besedilu Garcie Lorce **Hiša Bernarde Alba**, ki bo spregovorila o tiraniji moralnih in družbenih zakonov. Za najmlajše bodo novembra premierno uprizorili slavno pravljico **Janko in Metka**, decembra pa bo vedro vzdušje prinesla glasbena revija **Stoletje muzikala**, ki je nastala v koprodukciji treh primorskih gledališč in bila prvič uprizorjena že na Primorskem poletnem festivalu. V začetku leta 2021 se obeta veseloigra v narečju priznane sodobne avtorice Simone Semenič, ki je doma iz Ajdovščine.

Igra **jerebika, štrudelj, ples pa še kaj** se dogaja leta 1963 v Vipavski dolini, ko vaščani pripravljajo dva dogodka ob isti uri – mašo za veliki šmaren z gospodom škofom in proslavo za dan graničarjev JNA s tovarišem sekretarjem centralnega komiteja. Pri uprizoritvi velike ansambelske predstave se bodo novogoriški igralci združili z igralci Slovenskega mladinskega gledališča iz Ljubljane. Tudi za zaključek sezone načrtujejo velikopotezno predstavo – dramatizacijo ruskega satirično-fantazijskega romana **Mojster in Margareta**. Edina predstava abonmajskega programa na malem odru bo sodobna družinska igra **Ime** norveškega avtorja Jona Fosseja, vse ostale bodo letos postavili v veliko dvorano, v kateri lažje zagotavljajo priporočeno razdaljo med gledalci, pa tudi razdaljo med občinstvom in nastopajočimi.

Poleg domačih novih uprizoritev in ponovitev iz minulih sezon (vsekakor ne zamudite zadnje uspešnice Iztoka Mlakarja **Tutošomato**, komedije **Jakiš in Pupče** ter muzikala **Božična pesem**) bodo gostili tudi najrazličnejše predstave drugih gledališč, ki jih v

letošnji sezoni sicer niso razporedili v abonmaje Veliki oder, Mali oder in Plesni abonma, saj je trenutno riziko izvedbe prevelik. Razpisali pa so vse redne abonmaje, abonma Nedelja popoldne in Nedeljska gledališka srečanja, nekaj mest je kljub bolj omejenemu številu sedežev še na voljo, zato je vpis podaljšán do konca meseca. Pričakujejo, da bo letos večje zanimanje za abonma Konto, v katerem si gledalec sam izbere naslov in datum izvedbe predstave.

Gledališče je v svoji zgodovini uspešno prebrodilo najrazličnejše krize in zagotovo bo preživelo tudi v teh izjemnih razmerah, ko je odgovornost ustvarjalcev in gledalcev drugačna kot doslej; če občutite bolezenske znake ali ste napoteni v karanteno, ostanite doma, kupljeno ali rezervirano vstopnico pa odpovejte ali zamenjajte za drug termin. Tako boste omogočili drugim, da jim gledališče še naprej bogati in osmišlja bivanje v času, ko je poleg zdravja in solidarnosti z ranljivimi skupinami pomembna tudi hrana umetnosti.

Martina Mrhar
SNG Nova Gorica

Ples – rekreacija za vsakogar



Ples je čudovita dejavnost, ki združuje zabavo, šport in umetnost. Številne študije kažejo, da ples izjemno pozitivno vpliva na zdravje in počutje, ne glede na to, ali se nekdo s plesom ukvarja profesionalno ali zgolj rekreativno. V pogovoru s plesnim učiteljem in predstavnikom sekcije plesne rekreacije pri **Plesni zvezi Slovenije Andrejem Rebulo** smo izbrali le nekatere pomembnejše ugotovitve.

1. Ples poskrbi za zdrav razvoj

Med plesom se aktivirajo mišice celega telesa, poleg tega sta potrebna dobra koordinacija in nadzor nad telesom. Ples povečuje tudi našo fizično kondicijo. Pri plesu se iz telesa izločajo škodljive snovi, kar razstruplja organizem in pripomore k izgorevanju maščob. Raznolikost gibanj pri plesu (fluidni gibi, odločni in direktni gibi, veliki in majhni gibi ...) omogoča, da telo deluje kot celota in da se krepijo različne mišične skupine. Mišice postajajo prožne, hkrati pa se krepijo notranji stabilizatorji in fizična moč.

2. Ples krepi imunski sistem

Ples ima pozitiven učinek na srce in ožilje, krepi mišice, kosti in sklepe, pospešuje cirkulacijo, znižuje pritisk, odganja stres, pomaga pri nespečnosti in počasni prebavi. S plesom lahko tako tudi okrepimo imunski sistem.

3. Ples izboljšuje spomin

Ker si moramo pri plesu zapomniti najprej lažje, nato vedno težje plesne korake, gibe ali koreografije, urimo svoj spomin in ga na ta način tudi izboljšujemo. Pri plesu so možgani ves čas aktivni, kar pospeši cirkulacijo in krepi spomin. Plesanje po prostoru nas uči tudi prostorske orientacije, še posebej, kadar je v prostoru več plesalcev.

4. Ples povezuje v vseh starostnih obdobjih

Ne glede na to, koliko ste stari, lahko plešete. Tega vam ne more "vzeti" nihče. Pravzaprav se ples lahko začne že v trebuščku, na plesnih vajah za nosečnice, plesnih vajah za otroke, valeti, maturantskem plesu ali plesnem tečaju za odrasle. Ples je lahko izredno dragocen način preživljanja časa s svojim

partnerjem ali prijatelji. Ples in glasba že od nekdaj združujeta ljudi, povečujeta intimnost in zaupanje med partnerjema ter krepita ljubezen in radost.

5. Ples dviguje samozavest in samopodobo

Ples zahteva veliko vaje in zadovoljstvo ob uspehu, ki ga dosežete s trudom, prinese ogromno samozavesti. Ko nam pri plesu nekaj uspe ali ko nas plesni učitelj spodbuja in pohvali ter pridejo na plano naši dobri notranji občutki, lahko vse to izredno pozitivno vpliva na našo samozavest.

6. Ples nas preprosto zabava

Ples je zabavna oblika rekreacije, ki vam odpira nešteto novih možnosti in vam ponuja priložnost, da se zabavate. Je odličen hobi, preko katerega spoznavate nove ljudi in lahko sklepate nova prijateljstva, ki imajo podobne interese kot vi. Čas, ki ga namenite za to, da se ukvarjate z nečim, kar vas veseli, pa vam pomaga znižati raven stresa.

Zaplešite tudi vi!

Vse to in še mnogo več je razlogov, zakaj toliko ljudi ljubi glasbo in ples. Nikoli ni prepozno za ples. Kadarkoli se lahko vpisete v plesni tečaj, s partnerjem ali brez, s prednanjem ali brez. Dovolite si uživati in izkušati vso lepoto in blagodejne učinke teh dveh najstarejših človeških izraznih oblik; plesa in glasbe.

Že ta mesec se lahko udeležite začetnih ali nadaljevalnih tečajev v **Plesni šoli Rebula**: razpisani so začetni in nadaljevalni tečaje **za otroke**, prvič tudi začetni tečaj Line dance (za vse brez plesnega partnerja), začetni in nadaljevalni tečaj **družabnih plesov za odrasle** in še in še.

Še več informacij in možnost vpisa v tečaje lahko najdete na spletni strani **www.rebula.com**. Dobrodošli!

Maja Junčaj



Štirje zadetki za četrto zvezdico "Gwrnje Vrtejbe"

V soboto, 5. septembra, se je v Biljah odvila že peta tradicionalna nogometna tekma med gornjim in dolnjim delom Vrtojbe, poznana kot Bala Vrtejbe. Letošnja izvedba je bila nekoliko drugačna kot prejšnja leta, saj zaradi koronavirusa in omejitve števila ljudi nismo spremljali tekem "vrtejbnskega podmladka", žal pa so manjkali tudi gledalci, ki so na preteklih tekmah napolnili tribune igrišča v Biljah in z bučnim navijanjem, ki se ga je slišalo daleč naokoli, svojim varovancem dali dodatno energijo. "Zaradi koronakrize smo morali letošnjo Balo Vrtejbe organizirati na malo bolj okrnjen način," pove eden izmed organizatorjev dogodka in kapetan "Gwrncev" Gregor Černe. "Res je škoda, da gledalcev ni bilo na tekmi, saj bi bil potem spektakel še večji, ampak se bomo potrudili, da se jim

na najboljši možen način oddolžimo prihodnje leto."

Skoraj prazne tribune pa niso pomenile, da bo tekma bolj dolgočasna. "Tekma je bila kljub končnemu rezultatu zelo napeta," prizna Černe. Še posebej prvi polčas je bil zelo zanimiv. "Gwrnci", ki so znani po svoji nesporni kvaliteti, so začeli bolj taktično in se povlekli nazaj, kar je dalo možnost "Dwlncem", da sami ustvarjajo ritem igre. Slednji so se pokazali v čisto drugačni luči kot prejšnje leto, kjer so si ob porazu s 3 : 0 ustvarili le eno priložnost. Letos se je zdelo, da bo "Dwlnja" po treh letih znova tisti zmagoviti konec Vrtojbe. Imeli so posest žoge in si ustvarili kar nekaj zrelih priložnosti za zadetek, v prvem polčasu sta bila nevarna Kenny Jan s prostega strela in Boštjan Ferfolja s

protinapada, a je mreža "Gwrncev" mirovala.

Kdor ga ne da, ga dobi. In tako so "Gwrnci" v prvem resnejšem napadu na tekmi prišli do vodstva. Z leve strani je predložek poslal Aljoša Gorjan, v kazenskem prostoru pa je nespreno reagiral Luka Soban, ki je premagal lastnega vratarja. "Dwlnci" se niso predali in za svoj trud so bili nagrajeni. Tik pred iztekom prvega polčasa je po podaji novopečenega Vrtojbenca Tilna Persiča Aljoša Gorjan na nedovoljen način oviral Patrika Zoretiča, slednji je padel, glavni sodnik Bojan Černe, sicer iz Deskel, pa je dosodil enajstmetrovko. Najstrožjo kazen je uspešno realiziral Kenny Jan in na odmor se je odšlo z neodločenim rezultatom 1 : 1.



“Dwlnci” so v nadaljevanje vstopili samozavestno in polni upanja, a je bil drugi polčas povsem drugačen od prvega, saj se je tehnika povsem obrnila na stran “Gwrnje Vrtejbe”. “Gwrnci” so prevzeli vajeti v svoje noge in začeli igrati tako, kot sami najbolje znajo. Nismo čakali dolgo na prvi zadetek v drugem polčasu, saj je že po nekaj minutah hitronogi Klemen Peloz ušel nepozorni obrambi “Dwlnje Vrtejbe” in premagal Igorja Zoretiča za 2 : 1. Ko se je zazdelo, da so se “Dwlnci” spravili k sebi, je sledil nov zadetek za “Gwrnjo”. Aljoša Gorjan je s prostega strela zadel prečko, žoga se je nato odbila do Tomaža Pahorja, ki je z glavo zadel vratnico, žoga se je pred vrati “Dwlnje” odbijala sem ter tja in se na koncu znašla na nogi Klemna Peloz, ki mu z enega metra ni bilo težko zadeti za njegov drugi zadetek na tekmi.

Nismo dolgo čakali niti na četrti zadetek – Rok Pavlin, zlata kopačka iz leta 2017, je odlično preigraval v kazenskem prostoru in podal do osamljenega Tomaža Pahorja, ki je poslal še četrto žogo v “dwlnsko” mrežo. Modri so tako lahko igrali sproščeno do konca tekme, zeleni pa so

poskušali doseči vsaj še kakšen zadetek. Pred vrati “Gwrnje” so poskušali Chris Kulot Mango, Žiga Jarc in Teo Božič, a so vsi omenjeni svoje priložnosti zapravili, tako da je ostalo pri rezultatu 4 : 1.

Piko na i fantastičnemu dnevu “Gwrncev” pa je prispeval Anej Batistič, ki je dobil nagrado zlata kopačka za najboljšega igralca Bale Vrtejbe za leto 2020. “Dwlnci” tako že tretje leto zapored ostajajo brez ekipne ali individualne nagrade.

Kot se za tako velik dogodek spodobi, so se po tekmi vsi Vrtojbenci skupaj podružili na pikniku nad gramoznico, kjer so pekli, peli in plesali vse do jutranjih ur.

Kenny Jan



Foto atelje Pavšič Zavodlav



Foto atelje Pavšič Zavodlav

Nogometna šola, ki izobražuje, vzgaja in navdušuje mlade športnike

Naloge otroškega in mladinskega pogona ND Bilje so v prvi vrsti vzgoja, izobraževanje in navduševanje otrok nad športom ter v naslednjih korakih ustvarjanje mladih kakovostnih nogometašev.

Letos ND Bilje premierno nadgrajuje sodelovanje z osnovnimi šolami v prav posebnem programu gibalnega opismenjevanja, ki bo tako deklicam kot dečkom ponujal dodatno možnost razvoja splošnih motoričnih znanj in spretnosti že v predšolskem obdobju.

Desetletja pravilnega in kakovostnega delovanja kluba se danes kažejo v vseh porah slovenskega športa. Poleg

odličnih nogometnih igralcev iz Šempetra pri Gorici Valterja Birse, Tima Matavža in Mihe Zajca je članska ekipa ND Bilje že tretje leto zapored član 2. SNL.

V programe nogometne šole je danes vključenih 250 otrok različnih starosti, in sicer od 6. do 19. leta. V strokovnem kadru deluje 12 domačih trenerjev. V veliko pomoč pri organizaciji dela v šoli so starši mladih športnikov, ki spremljajo in podpirajo svoje otroke na njihovi športni poti, kar samo še potrjuje dejstvo, da je Nogometna šola Bilje odlična odskočna deska za življenje.

ND Bilje



Premagovanje stresa s trebušnim dihanjem

Gojenje zavedanja o dihu in razvijanje dobrih navad dihanja sta ključna sestavna dela zdravljenja, preobrazbe in duhovne prakse. Vdih je najbolj dostopno in koristno orodje za napredek na teh področjih. Zlasti trebušno dihanje uravnava živčni sistem, podpira fizično, duševno in čustveno zdravje ter dobro počutje. Dihanje je nekaj, za kar vsi vemo, kako ga delati. Pa vendar večina odraslih in najstnikov pozabi na svoje naravne zmožnosti dihanja v celoti.

Z odraščanjem se naučimo nadzirati svoje občutke in čustva, zato se naše mišice zakrčijo in dihalni vzorci postanejo omejeni. S preplitvim dihanjem se izpostavljammo resnim bolezenskim tveganjem ter vplivamo na naše duševno in fizično počutje.

Naučimo se lahko veliko veččin za pravilno dihanje, ki nam bodo pomagale v vseh pogledih našega življenja. Poglejmo si eno.

Trije koraki za pravilno dihanje

1. Nosno dihanje
Oblikujte navado dihanja skozi nos in ne skozi usta.
2. Osredotočite se
Razvijajte sposobnost osredotočanja na vdih in izdih. To pomaga trenirati dihanje globlje in enakomerno.
3. Trebušno dihanje

Naučite se dihati trebušno, ne pa v prsih. Za lažji začetek je najbolje, da se uležete na tla, kolena malo pokrčite, tako da spodaj položite kakšno zvito brisačo in na trebuh položite dlan. Ko vdihnete, se diafragma spusti navzdol, zaradi česar se trebuh razširi. Ko izdihnete, se membrana sprosti in trebuh pade. Dihamo skozi nos in se osredotočimo na dihanje in opazujemo dlan na trebuhu, ki se dviga in spušča. Ko osvojimo trebušno dihanje, ga lahko izvajamo sede.

Med dihanjem opazujte dogajanje v vašem telesu. Diafragma je glavna mišica dihanja. Naš trup deli na dva ločena dela: prsni koš in trebuh. Diafragma leži pod pljuči. Ko vdihnemo, se stisne in potegne pljuča

navzdol, razširi jih od spodaj navzdol in navzven. Med tem krčenjem diafragma pritiska na notranje trebušne organe, zaradi česar se trebuh razširi. Medtem ko izdihnemo, se membrana sprosti in pljuča se povlečejo navzgor.

Vdih je barometer za živčni sistem. Ko živčni sistem postane neuravnotežen, se naše dihanje spreminja, postaja vse bolj plitvo, napeto in sunkovito. To spremembo nato registrira um in začne ustvarjati notranjo stisko, ki vzdržuje slabo dihanje. Stres nato prevzame življenje po svoje. Naučiti se pravilno dihati z zavedanjem je edini način, da prekinemo ta cikel.

Z dihanjem iščemo ravnovesje in določeno mero obvladovanja živčnega sistema. Priporočljivo je, da uporabimo prakso joge, da lahko najdemo notranje ravnovesje. Joga nam pomaga, da vzpostavimo in vzdržujemo to ravnovesje, predvsem pa, da se kdaj pa kdaj umirimo, zadihamo in občutimo svoje telo.

Hiša rekreacije

Drevesne naravne vrednote v Občini Šempeter-Vrtojba

V Občini Šempeter-Vrtojba nimamo zavarovanih območij. Imamo pa sredi Šempetra dve zanimivi drevesni naravni vrednoti lokalnega pomena, ki kar kličeta po ogledu in občudovanju ...

Na pokopališču v Šempetru uspeva skupina petnajstih cipres, ki so po nekaterih virih stare nad 300 let. Med njimi izstopajo štiri – tri ob severnem pokopališkem zidu ter ena ob mrliški vežici. Vse štiri imajo obseg debla preko 250 cm in so zaradi svojih izjemnih dimenzij uvrščene med naravne vrednote. Najdebelejša je imela ob zadnjem popisu 410 cm, od takrat pa je gotovo pridobila še nekaj centimetrov!

Pod pobočjem Marka, med bolnišnico in železnico, pa lahko občudujemo mogočno platano. Obseg njenega debla že presega šest metrov. Platana ni tako stara kot ciprese, jo

pa odlikuje izjemno hitra rast. Čeprav je votla, je vitalna in ni ogrožena. Bo pa gotovo hvaležna, če svojih avtomobilov ne bomo parkirali pod njo, saj teža avtomobilov povzroča zbijanje tal in s tem slabša stanje njenega koreninskega sistema.

*Jana Laganis,
Zavod RS za varstvo narave,
OE Nova Gorica*



Navadni oleander



Je zimzeleni grm ali majhno drevo iz družine Apocynaceae. Oleander izvira in raste v Maroku, na Portugalskem, na Mediteranu, v južni Aziji. Zraste do višine 6 metrov, listi so temno zelene barve, cvetovi rastejo v skupinah in na koncu vsake veje. Poznamo bele, roza, rdeče, vijola in rumene barve. Listi so v parih ali v troje, razporejeni so spiralasto. So zelo strupeni in neužitni.

Oleander dobro raste v toplem subtropskem območju kot okrasna rastlina. Prenese temperaturo do -10°C . Je ena najbolj strupenih rastlin na svetu, zlasti za otroke in živali, zato jih ne zasajajmo ob igriščih in na dvoriščih, ob šolah in vrtcih ter na pašnikih. Sadimo ga okrog oljčnikov, ker preganja oljčno muho.

Uporabljamo ga tudi v medicini in je učinkovit

protistrup v primeru pikov kač v kombinaciji z vinom in rutico. Oleander je potencialno zdravilo za kožnega raka in protivirusna učinkovina. Oleandri so zelo trpežni grmi. Cvetijo od pomladi do septembra. Cvetenje spodbujamo z obrezovanjem, ki ga opravimo v septembru in v začetku oktobra, ko se zaključi cvetenje. Obrezujte z rokavicami brez prisotnosti otrok.

Oleander zelo dobro uspeva na sončnih legah in skupaj s sončnicami. Zemlja naj bo srednje rahla do težka. Dodajamo tudi ilovico, saj mora dobro zadrževati vlago. Škodljivci kapar in uši se pojavljajo pozimi. Škropimo jih s pripravki iz detergenta in maščobnih kislin. Oleander bo dobro cvetel, če bo redno in pravilno obrezan in če mu vsako leto zamenjate vsaj 5 cm gornje plasti zemlje.

Dominik Soban

Maša Lancner – drugačnost preko fotografije



Kar nekaj mladih iz Vrtojbe se je uspešno uveljavilo doma in v tujini na različnih področjih študija. Da se naša mladina v današnjem času lahko uveljavlja tako doma kot tudi v tujini, so prav gotovo omogočili programi EU na področju izobraževanja in usposabljanja, kot sta Erasmus+ in Erasmus za mlade podjetnike. Njihovi nameni so krepitev sistemov izobraževanja, izmenjava študentov in delovanje v širšem EU prostoru. Vsekakor sta tu še interes posameznika in vedoželjnost po spoznavanju tujih kultur ter širšem znanju.

Maša se je sprva posvetila študiju jezikov – španščine in japonščine. Na Filozofski fakulteti UL, kjer je študirala, se je poleg jezikov seznanila tudi s tujimi kulturami. S potovanji in z izmenjavami po Španiji, Južni Ameriki in Japonski je svoje znanje še dodatno nadgradila. Ljubezen do umetnosti jo je vodila še na študij fotografije na Višjo strokovno šolo za fotografijo v Sežano. Študij jo je popolnoma prevzel, zato se je odpravila na izmenjavo v E-Artsup v Pariz, nato pa še na Erasmus prakso za mlade podjetnike v Madrid. Svoja fotografska dela je predstavila na več skupinskih in samostojnih razstavah v Sloveniji in tujini.

Zakaj si se odločila za študij jezikov, še posebej japonščine?

Moja želja je bila študirati arheologijo ter skozi zgodovino spoznavati tuje kulture. Ker se ni ugodno izšlo, sem se vpisala na študij jezikov – španščine in japonščine. Že pred študijem sem obiskala jezikovni tečaj v Salamanci (Španija), zato o študiju španščine ni bilo dvoma. Treba je bilo poiskati še “drugo polovico”. Odločila sem se za zame (takrat) precej neznan jezik –

japonščino. Po obisku Japonske me je zelo prevzela njihova umetnost.

Kako si se, ko si spoznavala tuje kulture, razvijala kot osebnost?

Vedno mi je bilo pomembno kvalitetno potovanje, kjer sem lahko pridobila najrazličnejša znanja in izkušnje, ki so postala del mene in me bogatijo. Seveda je bila na začetku želja po spoznavanju tujih krajev; se povzpeli na Machu Picchu, obiskati plavajoče otoke Uros na Titikaki v Peruju, obiskati Kyoto, se opraviti v Argentino z ladjo (prepluti Atlantski ocean) ... Z leti, ko sem zastavljene cilje osvojila, pa sem se v določene dele vračala z drugačnimi nameni, in sicer povezati prejšnje znanje z umetnostjo in spoznavati ljudi, s katerimi nas združujejo podobni interesi.

Obiskala si več držav in se s tem bogatila, spoznavala življenjske navade daljnih dežel. Kaj lahko poveš o tem?

Prav vsako potovanje je bilo nekaj posebnega. Moja prva potovanja so bila osredotočena na Evropo,

velikokrat na Španijo, kjer sem pridobivala znanje o jeziku in kulturi. Pozneje me je pot zaradi študija najprej popeljala na Japonsko in nato v Čile. Japonska je tista država, ki me je najbolj “razorožila” – dežela, ki združuje moderno in tradicijo (starodavni templji, bonsaji, ukiyo-e ... in moderna tehnologija, transport ...). Največje “bogastvo” bivanja na Japonskem je bilo bivanje pri starejši gospe, kjer sem občutila “tradicionalni način bivanja”; spanje na futonu (japonske blazine), tradicionalna hrana na kotatsu (nizka mizica, ob kateri smo sedeli po tleh). Potovanje v Čile je bilo drugačno, saj sem odšla z namenom zbiranja literature za diplomu in pisanja le-te. Živela sem pri prijateljih – igralcih Cecilii Carvajal in Marcu Monsalvu. Ker sta sama poučevala na igralski šoli, sem imela priložnost od blizu spoznati, kako poteka učenje igre, spoznati mlade igralce ter se udeležiti različnih umetniških dogodkov. Obiskala sem tudi hišo čilskega pesnika Pabla Nerude. Južna Amerika me je od nekdaj privlačila, zato sem jo obiskala kar trikrat.

Kdaj si začutila, da te je prevzela ljubezen do fotografije?

Moja želja po fotografiranju se je rodila že zelo zgodaj – pri 9 letih, ko sem v pralnem prašku dobila svoj prvi fotoaparat. Kasneje sta mi nona in nono kupila boljši kompaktni fotoaparat, s katerim sem uspešno posnela kar nekaj filmov. Pri 18 letih pa sem dobila svoj prvi zrcalnorefleksni fotoaparat, vendar



sem se za študij fotografije odločila šele leta 2009, ko so odprli šolo za fotografijo v Sežani. Že v času študija sem začela z realizacijo svojih prvih fotografskih projektov v tujini in doma, odšla sem tudi na izmenjavo v Francijo. Študij sem zaključila z diplomsko nalogo o japonski fotografiji.

Vsekakor imajo tvoje fotografije neko globlje sporočilo ...

Moji fotografski projekti so zgrajeni na konceptu ali zgodbi, ki mi je v določenem trenutku v življenju zanimiva. Od nekdaj sta me zanimala koncepta "pripadanja" ter "identitete". Moj prvi projekt je bil "Življenje ob meji". Takrat sva skupaj z mentorjem Jožetom Suhadolnikom odšla na SV naše države, kjer sva obiskala tri skupine – Rome, osebe z motnjami v duševnem razvoju ter starejše ljudi. Takratni obisk v CUDV Črna na Koroškem je pustil v meni tak pečat, da sem kasneje postala tudi prostovoljka v VDC Stara Gora. Nato sem dve leti spremljala plesalko z Downovim sindromom Evo Pirnat. To sta le dva od mojih projektov.

Ali so tvoje fotografije vtisi in notranji vzgibi potovanj?

Včasih sem mislila, da moram za zanimive projekte daleč stran. Seveda je tudi to včasih potrebno in še kako pomembno. Je pa tudi kar nekaj takih projektov, ki sem jih realizirala v domačem okolju.

Kje vse si razstavljala?

Svoja dela sem razstavljala v Sloveniji (Nova Gorica, Ljubljana, Trbovlje, Kranj, Celje, Koper ...) in v tujini (Italija, Portugalska, Nizozemska, Indija, Gruzija ...). Bila sem izbrana na 3. trienalu mladih umetnikov – Premiera 2015 ter "Mladi



vizualni umetniki na Goriškem". Poleg tega sem prejela tudi nagrado za projekt "Metamorfoza" ter več priznanj.

Kdaj si ustanovila zavod iManaLAB?

Leta 2018 sem odšla na večmesečno izmenjavo za mlade podjetnike v Madrid. Prakso sem opravljala na fotografski šoli Blanco y Negro. Prvi del prakse je zajemal spoznavanje okolja in ljudi (tako učiteljev kot učencev). Pomagala sem pri administraciji, asistiral pri praktičnem pouku v studiu ter (proti koncu) vodila praktične vaje. V drugem delu sem se tudi bolj osredotočila na razvoj "moje ideje". Od nekdaj sem si želela ustanoviti zavod, ki bi nudil neformalno izobraževanje in združeval ljudi, ki jih zanima umetnost in kultura. Po vrnitvi iz Madrida

sem ustanovila zavod iManaLAB.

Kaj vse vključuje zavod in kaj je njegova naloga?

iManaLAB je zavod za umetniško in izobraževalno dejavnost, s katerim želimo umetnost in kulturo približati širšemu krogu ljudi, in sicer preko izobraževanja in poučevanja o umetnosti. Za doseganje svojih ciljev v zavodu organiziramo različne dejavnosti, ki so namenjene promociji umetnosti in družbeno odgovornemu kulturnemu povezovanju.

Kaj zajema tvoje sedanje delo?

Lahko rečem, da je moje življenje precej pestro. (smeh) Polovično sem zaposlena v Varstveno delovnem centru Nova Gorica, kjer delam kot varuhinja, polovično pa

sem samozaposlena v kulturi. Moje delo preko statusa zajema realizacijo komercialnih ter avtorskih projektov. Preko zavoda pa organiziram različne dogodke (razstave, pogovorne večere, natečaje) in vodim kulturno-jezikovne ter fotografske delavnice.

Kako te napolnjuje tvoje sedanje delo?

Takšen način življenja je precej razgiban. Dopolnjuje mi zmerno mero svobode ter me bogato dopolnjuje, saj delujem na področjih, ki so mi res všeč.

V največjih izzivih so skrita dragocena spoznavanja in rezultati le-teh so vidni pri ustvarjanju posameznika.

Haideja Černe

Glina je kot potica – nikoli ne veš, kakšna bo prišla iz peči

“Glina te upočasni, si prisoten v trenutku. Meni daje veliko, saj me poleg vsega tega ves čas tudi meče iz cone udobja. In to je bistvo življenja.”

Ob kavi sem z Urško Petrovčič iz Šempetra poklepetala o glini – zaupala mi je, kje se je njena pot z glino začela in kje želi, da se nadaljuje. Njena osebnost me je prevzela in čutim, da se bodo najine poti tudi v prihodnje še srečale – morda pa ravno ob glini.

Od kje izvira tvoj smisel za umetnost? Si od vedno bila umetniška duša?

Sicer smo vsi v osnovi kreativni; eni v kuhinji, drugi pri oblačenju, tretji v oblikovanju ... odvisno, koliko si v stiku s seboj. Predvidevam, da pri meni to izvira podzvestno že iz otroških let. Mama je šivilja in nama je s sestro vedno rada šivala takšne obleke, kot sva si jih zamislili. Nekako je spodbujala najino domišljijo, da sva sami ustvarjali in risali svoje obleke. Sama sem pristala v glini, sestra je pa arhitektka.



Kdaj si se prvič srečala z glino? Ali je bila to ljubezen na prvi dotik?

Rada sem hodila na različne krožke kreativnosti in glina me je že pred leti kar glasno klicala. Takrat sem zasledila tečaj, v katerega pa nisem bila pripravljena vložiti toliko časa in financ. Ker pa se je pred dobrimi 2 leti ta glas ponovno oglasil, ki je bil precej bolj jasen in glasen, sem se odločila, da glini dam priložnost. V umetniški trgovini v Ljubljani imajo sistem, kjer kupiš 1 kg gline, se usedeš in ustvariš kar ti srce poželi. Takrat sem oblikovala krožnik, ga pobarvala, v trgovini pa so ga še žgali in dodali glazuro. Čas se je ustavil in moja planirana ura v tej trgovini se je podaljšala v nekaj ur. Takrat sem vedela, da je to tisto, kar želim v življenju početi, in da je čas, da se temu popolnoma predam. Na internetu sem našla tečaj in moje potovanje z glino se je pričelo.

Zakaj ravno glina?

Kreativnost sem izražala v delu v marketingu, na krožkih, vrtu ... potem pa sem začutila, da potrebujem nekaj več. Nekaj, kar bi mi prinašalo stik s seboj, kjer bi se resnično počutila izpopolnjeno. In glina to daje. Glina te upočasni, si prisoten v trenutku. Meni daje veliko, saj me poleg vsega tega ves čas tudi meče iz cone udobja. In to je bistvo življenja.

Kaj vse ustvarjaš in na kakšen način? Nam lahko opišeš svoje unikatne izdelke?

Ustvarjam različne izdelke iz različne gline. Trenutno uporabljam krem, belo in pikčasto glino. Všeč mi je tudi črna, vendar sem samo na začetku naredila eno serijo. Bo še čas zanjo.

Izdelujem krožnike, pladnje, skodelice, posode, vaze ... in kaj bolj abstraktnega, ponavadi za razstave, ki jih imamo z društvom Goriška paleta. To me tudi navdušuje, ko se čisto prepustim ... in ponavadi se oblike kar sproti ustvarjajo.

Vse keramične kose pa lahko uporabljaš tako za sladko kot slano, tudi skodelico lahko uporabiš npr. za sukulente, manjše kaktuse. Sama imam na manjšem krožniku kristale, svečke. Najbolje, da domišljiji pustiš prosto pot.

Kakšen je postopek izdelovanja glinenih izdelkov?

Odvisno, katero tehniko izberem. Če delam krožnike, pladnje, glino, najprej razvaljam in pustim dobro uro do primerne trdote, ko lahko ukrivim robове. Če se lotim česa, kar gre bolj v višino, npr. vazo, pa najprej oblikujem t. i. kačice in iz njih potem "gradim" zeleno višino. To se suši 5–7 dni, odvisno od debeline in velikosti izdelka. Žgem jih 2-krat. Najprej jih pobarvam, porišem in dam žgat za približno 7 ur nad 1000 °C. Po dveh dneh, ko se peč ohladi, izdelkom dodam še glazuro (tj. sijaj, da postanejo primerni za prehrano in da je vaza nepropustna) in ponovno v peč nad 1000 °C.

Je glina primerna za vsakogar? Kdo vse lahko izdeluje iz gline?

Glina je primerna prav za vsakogar. Veliko jih je mnenja, ko vidijo moje izdelke, da sami ne bi bili sposobni ustvariti kaj takšnega. Pa jih hitro popravim, da lahko. Vsi smo kreativni in samo um nas omejuje, da se česa takšnega ne lotimo.

Tudi otroci v šolah izdelujejo iz različnih mas. Kaj je tisto, kar izdelovanje iz gline daje otrokom?

Ravno otroci so lep primer ustvarjanja. Ko dobijo nek material v roke, se ne sprašujejo, kako jim bo to uspelo in ali jim sploh bo uspelo, ampak se samo lotijo. In vedno naredijo krasne stvari. Lani sem jih nekaj videla v osnovni šoli in se nisem mogla načuditi, kako kreativni so. Včasih kakšen kos izgleda, kot da ga je naredila odrasla oseba.

Glina je naraven material in vseh mi je, da jo imajo otroci možnost spoznati že v osnovni šoli. Krepi domišljijo, umirja, prizemljuje in te daje v stik s seboj. Pa še otrok je zelo zadovoljen, če naredi kakšen uporaben izdelek, ki se potem v gospodinjstvu uporablja vsakodnevno. Tudi če naredi kakšen lik, ga lahko uporablja med igro. Pri oblikovanju je le malo bolj treba paziti, da ne pride mehurček v glino, ker potem izdelek pri žganju poči. Kosi, ki odletijo, lahko poškodujejo še ostale.

In ja, izdelke je treba odžgati. Ni dovolj samo sušenje na zraku ali celo v navadni pečici, ker se bodo prej ali slej strli. Glina se mora odžgati na okoli 1000 °C.

Včasih otrokom, če imajo na voljo samo to oranžno, lončarsko glino,

ki pa je sicer zelo hvaležna za oblikovanje, glina ni zanimiva. Tudi meni na enem tečaju ta ni bila najbolj všeč in menim, da če bi otroci imeli na izbiro tudi svetlejšo glino, bi jih tovrstno ustvarjanje bolj interesiralo.

Se še spomniš svojega prvega tečaja, izdelka?

Spomnim se tečaja v Večgeneracijskem centru Nova Gorica. Morali smo narediti skodelico s pinching tehniko. To je tehnika, ko vzamemo kroglo gline in jo "ščipamo", dokler ne dobimo zelene oblike in debeline skodelice. Takrat mi ta tehnika res ni bila pri srcu, saj sem si tako želela narediti krožnik. (Smeh) Sem pa to tehniko sčasoma vzljubila.

Na socialnih omrežjih vidim, da vsi izdelki izgledajo tako brezhibno. Koliko izdelkov se je izneverilo na začetku?

Uf ... ne štejem več. Raje ne; motivacija bi mi upadla. (Smeh) Kar nekaj jih je že bilo. Nekateri izdelki počijo zaradi zraka v glini, pri drugih sploh ne ugotoviš vzroka, ponekod se glina in barva/glazura ne ujemata ali pa temperatura ni prava, spet tretji postanejo po žganju miniaturi, saj se zelo skrčijo. Glino spoznaš ves čas. Pravijo, da je glina kot potica – dokler se ne speče, ne veš, kakšna bo. In bolj se ne bi mogla s tem strinjati. Vsakič si v pričakovanju, kako ti je uspelo.

Ti poleg gline še kakšen hobi polni urnik?

Moj vsakdan vsebuje jutranjo meditacijo, popoldne po delu pa si "napolnim baterije" v naravi. To je moja osnovna higiena. Večina ljudi začne jutro s kavo ali ob telefonu, jaz pa z meditacijo. Tako popredalčkam svoje misli in se naravam za dan. V današnjem času, ko si radi dan prenatrpamo z obveznostmi, ko se izgublja stik z nami, bližnjimi, v različni tehnologiji, bi meditacijo priporočala prav vsakemu. Toliko jasnosti, odgovorov nam daje, dviguje razpoloženje, pa še zastoj je. Kar narediš, je, da se usedeš, zapreš oči in 20 minut samo dihaš. Prav vsak si lahko najde toliko časa v dnevu.

Kako združuješ te hobije?

V meditaciji in naravi pridem v stik s seboj in do dodatne energije. Včasih se ustvarjanje z glino zavleče tudi v

noč in naslednji dan grem lažje čez dan, saj drži, ko pravijo, da meditacija da eno uro najglobljega spanca. Tako lahko moji izdelki zares izražajo mojo pravo energijo in upam, da to zaznajo tudi stranke, ki se odločijo za nakup mojih izdelkov.

Kakšni so tvoji cilji za prihodnost?

Želela bi, da glina postane moja glavnina, saj imam sedaj še službo in z glino ustvarjam predvsem zvečer. Da mi vse to uspe, sem hvaležna tudi partnerju, ki čez teden pogosto prevzame gospodinjstva opravila. V prihodnosti imam vsekakor plan imeti svoj atelje, v katerem bom tudi drugim približala glino in nekega dne nudila kakšne tečaje.

Če bi bila glina – kakšna glina bi bila?

Hmm ... Najverjetneje (brisati: navadna) bela glina, ker mi predstavlja takšno čistost. Če bi pa lahko izbirala izdelek, bi vsekakor bila vaza "nepravilnih" oblik. (Smeh)

Kontaktne podatki:
UP unikatna keramika
Facebook: Urška Petrovčič
Instagram: @up_urskapetrovcic
Tel.: 041 911 712

Ana Stergulec



Z nasmehom za nasmeh

Vrtojbenska Nelida Casarsa, kot se je sama poimenovala: "... tista s ta rdečimi lasmi in z očali, ki težko reče "r", je med otroki zelo poznana, saj v vrtcih in šolah izvaja zobozdravstveno vzgojo in preventivo. Lahko bi ji rekli pomočnica zobne miške. Preko pogovora spoznajte njeno zgodbo in prečudovito delo, ki ga opravlja z vsem srcem.



Kaj ste kot otrok želeli postati, ko boste "veliki"?

Oooo, ne spomnim se, da bi imela kakšne posebne sanje glede tega. Všeč mi je bilo, da sem imela lepe zvezke, knjige na policah. Želela sem si pisanih svinčnikov, risanja po tabli. Mogoče sem si želela postati učiteljica, ker sem ta poklic poznala. Ali pomagati drugim? Pisati poezijo? Vse prepleteno s ščepcem ustvarjalnosti. No, ko o tem razmišljam sedaj, so se mi sanje uresničile. Skoraj.

Kako ste se odločili za študij za višjo medicinsko sestro?

Po končani osnovni šoli v Šempetru se mi je zdelo učiteljske v Tolminu strašno daleč, tako sva z mamo izbirale med programi v Naravoslovnem srednješolskem centru v Novi Gorici. Po končani srednji šoli me je čakalo razpoteje. Razmišljala sem o Pedagoški fakulteti

v Ljubljani ali Višji zdravstveni šoli za zdravstvene delavce. Odločila sem se za slednje, saj mi je bilo področje znano. Ob tem sem razmišljala, ali me bo pot popeljala tudi na pedagoško področje, ki mi je bilo všečno.

Kje ste začeli z delom po zaključenem študiju?

Po končanem študiju sem se leta 1990 zaposlila v Splošni bolnišnici "Dr. Franca Derganca" Nova Gorica. Opravila sem kroženje v času pripravništva in strokovni izpit ter začela z delom na oddelku za invalidno mladino v Stari Gori. V tem času sem si ustvarila družino in dežurstva so postala obremenjujoča, zato sem se prijavila na delovno mesto "pedagoške medicinske sestre" in združila zdravstveno nego ter pedagoško dejavnost. Študij sem nadaljevala na Filozofski fakulteti UL na oddelku za pedagogiko in andragogiko, opravila vse izpite, vzela pa pavzo za diplomsko delo

... No, pavza je bila kar neskončna. (Smeh) Kroženje po vseh oddelkih bolnišnice mi je omogočilo vsaj informativno spoznati specifično delo oddelkov in osebje. Pripravniki na področju zdravstvene nege, ki sem jih vodila do strokovnega izpita, so mi bogatili dneve in z veseljem jih srečujem na različnih deloviščih. Kar nekaj generacij se je zvrstilo v 15 letih. Po pridobljenih izkušnjah sem prevzela mesto pomočnice direktorja za zdravstveno nego v Zdravstvenem domu Nova Gorica. V kolektiv sem se hitro vključila in zagrizla v vodenje. Med sodelavci, medicinskimi sestrami, zdravniki, tehničnim osebjem ali na upravi sem se vedno dobro počutila in hvaležna sem za vse pridobljene izkušnje ter znanje.

Kako ste iz zdravstva prešli v zobozdravstvo?

Odločila sem se, da odidem v izvajanje zdravstvene vzgoje in tako ponovno združim področji zdravstva in pedagogike. Geni, bi nekateri rekli, saj je bila mama učiteljica na OŠ v Šempetru.

Zobozdravstvena preventiva – kdo ste in kakšno je pravzaprav vaše delo?

Zobozdravstveno vzgojo in preventivo izvajava z Jasmino Komel v osnovnih šolah in vrtcih za goriško področje. Kot tim dobro sodelujeva in se dopolnjujeva. Pedontologinja Lijana Jurečič, vodja preventivnega zobozdravstva severnoprimorske regije, nam je vsem v strokovno podporo. Začetki segajo več kot 35 let nazaj. Medicinski sestre Irena Kodrič in Zvona Brezavšček sta bili začetnici delovanja na Goriškem pod vodstvom prim. mag. Rafaela Podobnika.

Delate samo na terenu ali je vaše delo tudi v ambulanti?

Izvajanje zobozdravstvene preventive pretežno poteka v šolah in vrtcih. Ob tem izvajava kontrolo čistosti zob, fluorizacijo zob (premazi zob s fluoridnim gelom), demonstracijo ščetkanja, predavanja in drugo zdravstvenovzgojno delo. Individualne obravnave otrok in staršev pa potekajo v kabinetu ustne higiene, kar omogoča dodatno motiviranje otrok in svetovanje staršem. Z mladostniki se srečava tudi pred namestitvijo ortodontskega aparata, ko podajava specifične

informacije glede ustne higiene z aparatom. Ne sodelujeva pa v zobnih ambulantah pri "vrtanju zob", kar so naju učenci spraševali. Sedaj že vedo, da sva "učiteljici ščetkanja zob" ali kar "zobna preventiva".

Vaše delo poteka tudi v vrtcih. Kako potekajo vaši obiski?

Z našimi najmlajši se srečujeva v vrtcih po predhodnem dogovoru z vzgojiteljicami ter od soglasju staršev. Delo je prilagojeno najmlajšim; "risanke" o zobkih, bereva pravljice z vzgojno vsebino (Zara, zobna miška in mišek Šim), barvamo, sestavljamo sestavljanke miške Zare, se učimo ščetkati z maskotama Janom in Lenčo ter podelimo pohvale za ščetkanje zob. Ob obiskih sva do sedaj izvajali tudi kontrolo čistosti zob in demonstracijo ščetkanja.

Kako pa je v šolah?

V osnovnih šolah potekajo mesečni obiski, izvajamo kontrolo plaka in fluorizacijo ob soglasju staršev. Ob tem izvedemo tudi demonstracijo ščetkanja, učenci potrebujejo vzpodbudo ali potrditev oz. povratno informacijo. Zdravstvenovzgojni nasveti o ustnem zdravju (sladka hrana in pijača, pomoč pri poškodbi zob, izbira pripomočkov ...) so nenadomestljiv del najinih obiskov.

V šolah imate neke vrste tekmovanje, ki ga zaključite s posebno prireditvijo, kajne?

Tekmovanje "Čisti zobje ob zdravi prehrani" je zastavila šolska zobozdravnica Tatjana Leskošek Denišlič kot preventivno akcijo, ki se je nato razširila na vse slovenske osnovne šole. Pred leti je preventivna akcija dobila tudi svetovno nagrado za zelo uspešen preventivni program. V razredu se mesečno izvaja kontrola čistosti zob s kontrolno tabletko. Ob tem se beleži točke in razred z največ točkami postane zmagovalni razred na šoli. Učenci dobijo nagrade, broške, pohvale in se udeležijo zaključne prireditve v Novi Gorici. Najboljši razred v regiji se udeleži še zaključne prireditve v Ljubljani, kjer se zberejo učenci zmagovalnih razredov vseh slovenskih šol. Ob tem bi se radi zahvalili tudi vsem sponzorjem in donatorjem, ki omogočajo, da nagradimo najboljše učence in izpeljemo prireditev. Iskrena hvala iz srca.

Ko sem bila majhna, sem se vedno prestrašila, ko je prišla medicinska sestra na kontrolo zob. Kako je s tem pri otrocih danes?

(Smeh) No, moram povedati, da so nasploh drugačni časi in najino delovanje ne temelji na zastraševanju, ampak sodelovalnem učenju. Mogoče je tudi pogled izvajalk drugačen od pogleda otrok. Posamezni otroci imajo tremo, ki jo pa skušava omiliti. Saj to ni "ocenjevanje", bolj svetovanje in povratna informacija o učinkovitem ščetkanju zob. Vloga staršev pa je pri tem zelo pomembna. Učenci radi z nama poklepetajo tudi izven šole in nam hitijo pripovedovati, da so si zobke umili ali bili pri zobozdravniku. Najmlajši nama narišejo risbice ali napišejo prisrčna sporočila. Poleg strokovnega pristopa skušava biti vedri, sproščeni in v razred ali skupino vstopiti z nasmehom. Me prav zanimajo komentarji otrok, ko naju bodo videli v časopisu. (Smeh)

Starši, none in nonoti, kar pokažite jim sliko, naj nama pošljejo risbico ali sporočila. Z veseljem sprejemava pošto!

Ali vas otroci prepoznajo tudi, ko vas srečajo na cesti? Vas ustavijo, ogovorijo?

Otroci, šolarji in mladostniki ter njihovi starši naju na ulici, v trgovini ali kjerkoli drugje prepoznajo, pozdravijo, se nerodno nasmehnejo ali pa samo nekaj zašepetajo staršem. Včasih veselo pritečejo povedat novosti o obiskih zobne miške ali pa naju obvestijo, da "so danes pa res pozabili umiti zobe". Občutek je prijeten, ob tem se pa tudi zavedava odgovornosti vzgoje, ki temelji na vzgledu in odnosu.

Imajo otroci danes boljše zobe kot nekoč?

Ustna higiena se izboljšuje. Pri otrocih se ščetkanje zob oblikuje v navado ali obred ob vzpodbudi in z zgledom staršev. Starši že v času nosečnosti v šoli za starše, nato na roditeljskih sestankih pridobijo informacije o ustnem zdravju. Preventivna dejavnost v šolskih zobnih ambulantah je razvita. Dostopnost informacij je tudi z internetom, s TV in z ostalimi mediji večja.

Kaj bi priporočali staršem, da bodo imeli otroci čiste in predvsem zdrave zobe?

Ustno zdravje gradimo na več temeljih: raznolika in uravnotežena prehrana, redno in temeljito ščetkanje zob in redni obiski pri zobozdravniku. Ščetkanje zob je navada, ki jo moramo zgraditi in osvojiti. Zobe ščetkamo zjutraj in zvečer. Ščetka naj bo primerna otrokovi starosti, glava ščetke naj bo majhna, mehka z gostimi ščetinami. Zobno pasto izbiramo glede na otrokovo starost glede vsebnosti fluoridov. Upoštevamo priporočilo glede količine paste, zrno graha oz. pasto nanašamo prečno na zobno ščetko. Ščetkamo od dlesni proti zobkom, vsak zobek 8-krat. Ust po ščetkanju ne izpiramo obilno. Najmlajšim otrokom ščetkajo zobke starši, ob tem ga vzpodbujajo in učijo samostojnosti. Otrok je motorično dovolj spreten za samostojno, natančno ščetkanje zob okrog 9., 10. leta. Do takrat si otrok zobe početka sam, nato starši izvedejo zvečer še "zadnji krog". Prehrana naj bo pestra, omejimo sladke prigrizke, med obroki pijemo vodo ali nesladkan čaj. Sladko pijačo omejimo, ne ponujamo je najmlajšim, ne pijemo je po požirkih ali otroški steklenički. Omejimo sladko, lepljivo hrano. Zobki imajo tudi funkcijo grizenja in to upoštevamo pri izbiri živil. Zobozdravnika obiščimo še preden nastanejo težave, da bo obisk pozitivna izkušnja. Prvi obisk naj bo že pri enem letu starosti. Starši naj ne prenašajo svojega strahu na otroka. Starši pa so vabljeni tudi na individualne posvete, ki potekajo v kabinetu za ustno higieno, nasvete glede ustnega zdravja lahko dobijo še na FB profilu: Zobozdravstvena preventiva Nova Gorica. Vabljeni na internetni obisk!

Lara Soban



Program Svit v zdravstveni regiji Nova Gorica

Polletno poročilo o delovanju programa Svit za obdobje od 1. januarja do 30. junija 2020

Program Svit, državni program presejanja in zgodnjega odkrivanja predrakavih sprememb in raka na debelem črevesu in danki, je v lanskem letu obeležil svojo 10. obletnico delovanja. V tem obdobju je program Svit dosegel, da je pojavnost raka na debelem črevesu in danki v Sloveniji padla na četrto mesto. Tako je bilo leta 2015 na ravni populacije odkritih skoraj 400 primerov manj rakov debelega črevesa in danke kot leta 2010. Poleg tega je program Svit v desetih letih odkril več tisoč začetnih rakov in predrakavih sprememb, ko je zdravljenje zelo učinkovito in ljudem omogoča kakovostno nadaljevanje življenja.

Uspehi programa so plod sodelovanja številnih institucij in posameznikov, saj sta v programu združena strokovno znanje in prostovoljno delo.

V prvi polovici leta 2020 je bilo v program povabljenih 159.719 oseb, izjavo o sodelovanju pa je vrnilo 101.155 oseb (63,60 % povabljenih).

Najvišjo odzivnost v program so zabeležili v zdravstveni regiji Nova Gorica. Odzvalo se je kar 67,81 % vabljenih.

Rak na debelem črevesu in danki se v telesu razvija več let, preden se pojavijo prvi simptomi. Mnogokrat je takrat, ko simptome opazimo in pomislimo, da z našim zdravjem morda nekaj ni v redu, že pozno. Zato je pomembno, da se vsi, ki prejmejo vabilo programa Svit, nanj odzovejo. V zdravstveni regiji Nova Gorica se namreč kar vsak tretji prebivalec, ki je prejel povabilo v program Svit, nanj ne odzove.

Ljudi v ciljni populaciji želimo opomniti, da se je treba v presejalni program odzivati redno, na vsaki dve

leti. Tudi če je naš test vsaki dve leti negativen – toliko bolje! Program Svit je namenjen zdravim ljudem, da svoje zdravje tudi ohranijo.

Zdravstvena regija Nova Gorica

Od 1. januarja do 30. junija 2020 je bilo v program povabljenih 8.278 oseb, od tega 4.080 moških in 4.198 žensk. 8.261 osebam, od tega 4.068 moškim in 4.193 ženskam, je bilo vabilo tudi vročeno. Izjavo o sodelovanju je vrnilo 5.602 (67,81 %) oseb, od tega 2.481 (60,99 %) moških in 3.007 (71,71 %) žensk. Zaradi začasnih ali trajnih izključitvenih kriterijev (kolonoskopija v zadnjih treh letih z odstranjenimi polipi ali brez, rak debelega črevesa ali danke in kronična vnetna črevesna bolezen) je bilo izključenih 326 (5,82 %) oseb, od tega 156 moških in 170 žensk. V programu nista želeli sodelovati 2 osebi (0,02 %), od tega 1 moški in 1 ženska. Od 4.597 vrnjenih kompletov vzorcev blata, primernih za analizo, je bilo 4.312 (93,80 %) testov negativnih in 285 (6,20 %) testov pozitivnih. Presejane je bilo 58,29 % povabljenih populacije. Odzivnost vabljenih po občinah prikazuje tabela 2.



Odzivnost na pričakovani ravni

Po podatkih Nacionalnega inštituta za javno zdravje, ki upravlja program Svit, odzivnost vabljenih iz leta v leto nekoliko niha, vsekakor pa skozi leta zaznavajo trend naraščanja odzivnosti. V prvem polletju v letu 2020 je bila odzivnost v Sloveniji 63,6 %, v zdravstveni regiji Nova Gorica 67,81 %. Podatki o odzivnosti po občinah znotraj goriške regije pa so precej različni.

Izmed naših občin se najboljše odzivajo prebivalci Občine Šempeter-Vrtojba. V desetletnem obdobju je bila povprečna odzivnost občanov v program Svit 67,33-odstotna. Najnižjo povprečno odzivnost v desetletnem obdobju v naši regiji zaznavamo v Občini Kanal ob Soči.

Še vedno velja, da se v program Svit slabše odzivajo moški.

Ko na dom prejmete vabilo v program Svit, ga pozorno preberite ter izpolnite in pod, boste v program Svit ponovno vabljeni čez dve leti. Če pa je vaš izvid pozitiven, vas bomo napotili na kolonoskopijo, kjer bo zdravnik specialist ugotovil, kaj je vzrok krvavitve.

NIJZ OE Nova Gorica in Program Svit

Vir: Nacionalni inštitut za javno zdravje, Center za zgodnje odkrivanje raka

Zdravstvena regija	Odzivnost	Odzivnost – moški	Odzivnost – ženske
Celje	63,59 %	55,71 %	69,11 %
Koper	60,39 %	53,44 %	64,96 %
Kranj	66,96 %	59,50 %	71,25 %
Ljubljana	63,74 %	55,13 %	69,32 %
Maribor	61,11 %	53,58 %	66,45 %
Murska Sobota	62,14 %	54,56 %	67,29 %
Nova Gorica	67,81 %	60,99 %	71,71 %
Novo mesto	65,25 %	55,33 %	72,18 %
Ravne na Koroškem	64,58 %	55,77 %	70,61 %
Slovenija	63,60 %	55,56 %	68,93 %

Tabela 1: Odzivnost vabljenih v program Svit na ravni Slovenije in po zdravstvenih regijah v prvem polletju 2020

Občina	Odzivnost	Odzivnost – moški	Odzivnost – ženske
Miren-Kostanjevica	73,72 %	66,67 %	76,29 %
Šempeter-Vrtojba	70,46 %	62,55 %	74,91 %
Kobarid	70,29 %	68,42 %	69,82 %
Bovec	70,15 %	62,40 %	76,22 %
Ajdovščina	68,69 %	61,48 %	73,67 %
Vipava	68,55 %	59,18 %	73,46 %
Renče-Vogrsko	67,55 %	62,78 %	68,88 %
Tolmin	67,23 %	60,08 %	72,55 %
Nova Gorica	66,65 %	60,45 %	69,29 %
Brda	64,78 %	60,34 %	67,08 %
Kanal	64,30 %	52,70 %	74,11 %
Zdravstvena regija Nova Gorica	67,81 %	60,99 %	71,71 %

Tabela 2: Odzivnost vabljenih v zdravstveni regiji Nova Gorica po občinah v prvem polletju 2020

Občina	Povprečna odzivnost v desetletnem obdobju (2010–2019)
Šempeter-Vrtojba	67,33 %
Tolmin	67,08 %
Miren-Kostanjevica	66,86 %
Kobarid	65,62 %
Vipava	65,10 %
Ajdovščina	64,90 %
Renče-Vogrsko	64,68 %
Zdravstvena regija Nova Gorica	64,6 %
Bovec	64,11 %
Nova Gorica	63,49 %
Brda	62,62 %
Slovenija	61,5 %
Kanal ob Soči	60,85 %

Tabela 3: Povprečna odzivnost v program Svit v obdobju 2010–2019





Z obiski na domu do boljše obravnave oseb s težavami v duševnem zdravju

Nova enota v Zdravstvenem domu Nova Gorica – skupnostna psihiatrična obravnava

V Zdravstvenem domu Nova Gorica so od pričetka letošnjega leta bogatejši za delovanje nove enote, namenjene izboljšanju duševnega zdravja občanov. Psihiatrična ambulanta v Zdravstvenem domu Nova Gorica se je namreč reorganizirala v novo enoto – **Center za duševno zdravje odraslih**.

Center za duševno zdravje odraslih je sestavljen iz dveh ločenih enot, in sicer iz dela, ki nudi **ambulantno obravnavo**, in dela, ki nudi **skupnostno psihiatrično obravnavo posameznika (SPO)**. SPO je novost v sistemu zdravstvenega varstva v slovenskem prostoru in je **program za dolgotrajno, nepretrgano in celovito obravnavo oseb s težavami v duševnem zdravju v njihovem domačem okolju**.

Manca Križman, psihologinja v Centru za duševno zdravje odraslih, nam je predstavila program **skupnostne psihiatrične obravnave** in poudarila pomen timskega dela in sodelovanja, ki je za delovanje takšne enote nadvse pomemben.

Kaj pomeni skupnostna psihiatrična obravnava in komu je namenjena?

Skupnostna psihiatrična obravnava je namenjena osebam s hudimi in ponavljajočimi se duševnimi motnjami (npr. kronična depresija, samomorilna ogroženost v preteklosti, shizofrenija, trajne blodnjave motnje, bipolarna motnja). Osebe, ki so bile v preteklosti večkrat hospitalizirane ali imajo za sabo dolgotrajne hospitalizacije, imajo lahko velike težave ob vrnitvi v domače okolje, ko

se morajo soočiti z vsakodnevnim življenjem in različnimi težavami. Brez strokovne podpore ne zmorejo funkcionirati v domačem okolju. Namen psihiatrične obravnave v skupnosti je, da tem osebam omogoči nepretrgano in dolgotrajno zdravljenje, spremljanje in podporo s strani različnih strokovnjakov, saj je takšno sodelovanje ključno za uspešno obvladovanje duševnih motenj. Naš tim je torej sestavljen multidisciplinarno iz različnih strokovnih profilov, ekipo sestavljajo psihiater, psiholog, delovni terapevt, socialni delavec in medicinske sestre.

Kako se oseba lahko vključi v program (vas lahko pokličejo svojci takšne osebe, je treba imeti napotnico itd.)?

Za vključitev v našo obravnavo oseba ne potrebuje napotnice. Obravnavo v skupnostni psihiatrični obravnavi lahko osebi predlagajo (in stopijo v kontakt z nami) psihiater ali osebni zdravnik (zaposlen v zdravstvenem domu ali zasebnik), patronažna služba, bolnišnica, center za socialno delo, socialnovarstveni program ali nevladna organizacija s področja skrbi za duševno zdravje. Lahko nas kontaktirajo tudi svojci osebe oz. pomembni drugi, oseba pa lahko seveda vzpostavi kontakt tudi sama (kontakti so objavljeni na spletni strani zdravstvenega doma). Obravnavo lahko predlagajo tudi služba nujne medicinske pomoči, zavod za zaposlovanje, organizacija ali delovno okolje, ki pri posamezniku zazna težave v duševnem zdravju.

Kako poteka obisk na domu?

Ko pride oseba v obravnavo, z njo (oz. njenimi svojci) najprej vzpostavimo telefonski kontakt, kjer se dogovorimo za obisk na domu. Prvi in drugi obisk navadno izvedeta dva člana našega tima, namen pa je vzpostavljanje kontakta, zaupnega odnosa in skozi usmerjen pogovor ugotavljanje stanja in potreb osebe – na katerih področjih potrebuje dodatno pomoč, podporo in svetovanje. Na timskem sestanku nato, glede na te potrebe, skupaj določimo, kateri član tima bo koordinator osebe. Ta povezuje delo, ocenjuje napredek ter se povezuje s svojci in z drugimi službami. V dogovoru z osebo in s sodelovanjem vseh vpletenih služb pripravimo tudi individualni načrt obravnave in določimo kratkoročne in dolgoročne cilje. Število oz. frekvenca obiskov je določena glede na klientove potrebe in se lahko po potrebi spreminja. Vsak član tima nato v obliki nadaljnjih hišnih obiskov obravnava osebo v skladu s strokovnimi smernicami svoje stroke, vsi pa si prizadevamo doseči skupne cilje. Ravno zaradi raznolikosti potreb klientov je pomembno, da v obravnavi sodelujemo vsi člani tima, saj vsak član s svojimi specifičnimi znanji prispeva k čim bolj celostni in kvalitetni obravnavi.

Kakšna je prednost takšne skupnostne službe?

Skupnostne službe imamo prednost predvsem glede dostopnosti za ljudi – s tem se zmanjša število "izgubljenih" klientov (takšnih,

ki opuščajo zdravila, zavračajo ali ne hodijo redno na ambulantne kontrolne preglede ipd.), na domu pa tudi lažje ocenjujemo funkcioniranje posameznika in pridobimo širšo sliko. Z našo obravnavo poskušamo zmanjšati število hospitalizacij klientov, saj težave rešujemo sproti, hkrati pa se trudimo, da so osebe čim bolj samostojne in se čim bolj normalno vključujejo v socialno okolje. Ne smemo pa pozabiti tudi na to, da obravnavamo in nudimo podporo tudi mamici s poporodno depresijo ali z drugimi poporodnimi stiskami, saj le-te težje dostopajo do ambulant. Nazadnje pa lahko predstavlja skupnostna psihiatrična obravnava tudi prvi stik z osebo s sumom na duševno motnjo.

S katerimi službami in institucijami še sodelujete pri svojem delu?

Skupnostna psihiatrična obravnava v osnovi predstavlja zelo pomembno povezavo med zdravstvom in socialnim varstvom, saj se le tako lahko omogoči nepretrgano zdravljenje, urejanje bivanja, zaposlitev in socialno podporo. Sodelujemo torej z drugimi službami znotraj našega zdravstvenega doma (s psihiatrično in klinično psihološko ambulantno, s patronažno službo, z zdravniki družinske medicine, s službami nujne medicinske pomoči, s Centri za krepitev zdravja, s Centrom za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog, z

drugimi specialisti na vseh ravneh) in s psihiatričnimi bolnišnicami (najpogosteje s Psihiatrično bolnišnico Idrija), pa tudi s socialnovarstvenimi zavodi in z institucijami, ki nudijo druge oblike organiziranega bivanja, z domovi starejših občanov, z izvajalci pomoči na domu, z varstveno delovnimi centri, s centri za socialno delo, s službami za zaposlitveno rehabilitacijo in z nevladnimi organizacijami (Šent, Ozara, Želva, Hospic in mnoge druge).

Kaj je za vas najlepše pri takem delu?

Najlepše pri našem delu se nam zdi to, da ljudi obravnavamo v njihovem domačem okolju, vstopamo v njihove domove, kjer se počutijo varne in sproščene, s čimer se jim lahko bolj približamo, saj vse to med drugim pripomore k enakopravnejšemu odnosu med nami. Še ena prednost psihiatrične obravnave v skupnosti je ta, da veliko delamo timsko, torej sodelujemo, se med seboj konstantno podpiramo in si izmenjujemo ideje, s čimer postane obravnava kvalitetnejša. Glede na to, da je takšen način obravnave v skupnosti v Sloveniji dokaj nov koncept, je potrebnih precej iznajdljivosti, fleksibilnosti in poguma, kar nam predstavlja poseben izziv.

Nina Bizjak



5 znakov, da vam primanjkuje vitamina D



Kljub temu, da se o vitaminu D ogromno govori, veliko ljudi še vedno ne ve, da moramo ta tako zelo pomemben vitamin dodajati celo jesen, zimo in pomlad, če ne želimo, da v našem telesu pride do njegovega primankljaja. Pomanjkanje vitamina D je postalo tako rekoč svetovni problem! Trenutne ocene namreč kažejo, da je verjetnost, da vam primanjkuje vitamina D, tolikšna, kot je verjetnost, da imate odprt Facebook profil, to je 50 %. Z drugimi besedami, če vam ne primanjkuje vitamina D, ga primanjkuje osebi zraven vas.

Ker je strah pred soncem vse večji, življenjski slog pa vse bolj sedeč in v zaprtih prostorih, je izpostavljenost soncu dramatično upadla, to pa je privedlo do pomanjkanja aktivnega vitamina D. Koža ne more tvoriti vitamina D, če jo namažemo s kremo za sončenje ali pokrijemo z oblačili, saj krema za sončenje s SPF 15 zmanjša sposobnost kože za sintezo vitamina D za več kot 95 %. Pomanjkanje vitamina D običajno ne zaznamo, vendar pogosti znaki in simptomi vključujejo bolečine v mišicah, utrujenost, slabo razpoloženje, pridobivanje teže itd. Vitamin D pripomore k ohranjanju zdravih zob, zdravju kosti, ohranjanju dobre mišične funkcije ter normalni funkciji imunskega sistema. Pri otrocih je vitamin D tako zelo pomemben, ker je nujno potreben za normalno rast in razvoj kosti.

5 najpogostejših simptomov pomanjkanja vitamina D3

Šibek imunski sistem

Ena od najpomembnejših vlog vitamina D3 je ohranjanje močnega imunskega sistema, sposobnega za uspešen boj proti virusom in bakterijam, ki povzročajo bolezni, saj neposredno sodeluje s celicami, odgovornimi za boj proti okužbam. Sposobnost telesa, da se brani pred okužbami, je zelo odvisna od vitamina D, saj ima nizka raven vitamina D za posledico slab imunski odziv.

Utrujenost in izčrpanost

Vzrokov, da se počutimo izčrpani in utrujeni, je lahko več; pomanjkanje vitamina D je eden od ključnih, vendar žal vse prevečkrat ostane spregledan. Študije primerov so pokazale, da lahko zelo nizka raven vitamina D v krvi povzroči utrujenost in negativno vpliva na kakovost našega življenja.

Bolečine v kosteh in sklepih

Vitamin D na več ravneh pomaga ohranяти zdravje kosti – tudi zato, ker sodeluje pri vsrkavanju kalcija v telo. Bolečine v kosteh, sklepih in spodnjem delu hrbta so lahko povezane z nezadostno ravno vitamina D v krvi.

Nihanje razpoloženja in depresija

Žalost in depresija se lahko v zimskih mesecih še poslabšata, pri tem pa ključno vlogo igrata prav pomanjkanje sončne svetlobe ter posledično nizka raven vitamina D. Raziskava, ki je analizirala učinke vitamina D3 (v obliki prehranskega dopolnila) v zimskih mesecih, je pokazala, da ima jemanje vitamina D3 zelo pozitivne učinke na te simptome, prišlo je do znatnega zmanjšanja depresije, razdražljivosti, utrujenosti, nihanj razpoloženja, težav s spanjem, šibkosti, slabe koncentracije in bolečin.

Bolečine in krči v mišicah

Vzroke za bolečine v mišicah je

pogosto težko odkriti. Obstaja nekaj dokazov, da je lahko pomanjkanje vitamina D možen vzrok za bolečine in krče v mišicah pri otrocih in odraslih. Z eno od raziskav so ugotovili, da je imelo 71 % ljudi s kroničnimi bolečinami premalo vitamina D v krvi. Receptor za vitamin D je namreč prisoten v živčnih celicah, imenovanih nociceptorji, ki zaznavajo bolečino.

Kje lahko najdemo vitamin D?

Prehranski viri, kot so jajca, mleko in mastno ribje meso, ne zagotavljajo zadostnih količin vitamina D, zato je priporočljivo vsakodnevno jemanje prehranskih dopolnil od oktobra do marca, pa tudi v poletnih mesecih za otroke, starejše in vse, ki ne preživijo dovolj časa na prostem. Izraz "vitamin" je namreč zavajajoč. Vitamini so navadno prisotni v živilih, vendar je vitamin D izjema – čeprav ga je malo tudi v hrani, velika večina količine, ki jo telo potrebuje, nastane zaradi sonca. Jeseni, pozimi in spomladi vitamin D3 dodajajte vsak dan, poleti pa ga lahko izpustite, ko ste na morju ali v visokogorju.

Kateri vitamin D izbrati?

Izbira dopolnila je lahko zapletena. Najpogosteje prodajana dopolnila z vitaminom D3 so pridobljena iz lanolina v ovčji volni in so zato neprimerna za vse, ki se želijo izogniti živalskim proizvodom. Poskrbite, da boste vedno izbrali med naravnimi oblikami vitamina D3 – prav takšne lahko najdete v **Vitalina natura trgovini!** Naravno pridobljene iz lišajev, brez vseh dodatkov, v tekoči obliki ali v kapsulah, za otroke in odrasle.

Če še vedno niste prepričani, kateri vitamin D izbrati, lepo vabljeni v **Vitalino** – trgovino z zdravo prehrano, naravnimi prehranskimi dopolnili, naravno kozmetiko in naravnimi čistili. Nahajamo se v Šempetru na Bratuževi 1, kjer vam nudimo tudi strokovno in skrbno svetovanje. Obiščite še našo spletno stran www.vitalina.si, Facebook profil **Vitalina – natura trgovina**, lahko pa nas preprosto pokličete na tel. 030 22 33 66.

Maja Junčaj,
Vitalina – natura trgovina

Krepimo svojo odpornost z uživanjem čebeljih pridelkov

Alexander Mills

Poleti se spočijemo in si nabereemo novih moči. Ko se začnejo dnevi krajšati in jutra postajajo hladnejša, pa kaj hitro ugotovimo, da bomo morali posegati po živilih, ki bodo okrepila delovanje našega imunskega sistema in nas varno pospremila v zimo ter ohranjala v dobri kondiciji.

Prisluhnimo naravi in uporabimo čebelje pridelke slovenskih čebelarjev, ki s skrbnostjo, z bogatim znanjem in z veliko pozornostjo pridelujejo kakovostne čebelje pridelke.

Cvetni prah – naravna zakladnica hranilnih snovi

Cvetnemu prahu pravijo tudi popolno živilo, saj vsebuje vse, kar naš organizem potrebuje za normalno delovanje. Energijska vrednost cvetnega prahu je nizka, zato se njegova uporaba priporoča tudi pri nizkoenergijski prehrani in v prehrani sladkornih bolnikov. Predstavlja dober vir prehranske vlaknine, ki ugodno vpliva na peristaltiko debelega črevesja. Pestra elementna sestava pa pripomore k zagotavljanju priporočenih dnevnih količin po elementih.

Študije kažejo, da uživanje cvetnega prahu ugodno deluje na imunski sistem in povečuje odpornost organizma.

Propolis – naravni antibiotik čebel

Propolis deluje proti številnim bakterijam, virusom in glivicam. Dodano vrednost temu čebeljemu pridelku dajejo predvsem fenolne

spojine. Največkrat se uporablja v obliki premazov za obolele dele kože, pa tudi sluznic v ustni votlini in na dlesnih ali v obliki tinktur.

Med – naravno sladilo in krepčilo

Med je zakladnica več tisoč snovi, ki jih vsebuje in potrebuje človeško telo! Med sestavinami medu poleg fruktoze in glukoze, encimov, mineralnih snovi, hormonov, vitaminov ... najdemo tudi protibakterijske snovi. Med deluje uničevalno na nekatere bakterije in tudi viruse, ki so pogosto vzrok bolezni dihal in drugih bolezni (prehlad, gripa ...).

Kupujmo kakovosten med!

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

Kaj pridobimo z nakupom medu višje kakovosti?

Kontrolirano kakovost, znano poreklo, zagotovljeno sledljivost. Prepoznamo ga po evropskih zaščitnih oznakah na nalepki ali prelepki izdelka.

Ljudje smo vedno bolj ozaveščeni o pomenu kakovosti živil, ki jih uživamo. Pomembno je, da zaupamo v izdelek, ki ga kupimo. Slovenski čebelarji zaupamo v čebelje pridelke, saj so njihovo naravno moč s pridom uporabljale že naše babice, prababice ... Izkoristimo prednost bogatega znanja slovenskih čebelarjev in čebelje pridelke kupujemo direktno pri lokalnih čebelarjih.

Obiščite spletno stran Čebelarstva zveze Slovenije: www.czs.si. Ponudnike slovenskih čebeljih pridelkov najdete na: www.slovenskimed.si/Si/.

Čebelarstva zveza Slovenije

Na voljo je slovenska aplikacija COVID-19 za pametne telefone #OstaniZdrav

Mobilna aplikacija za varovanje zdravja in življenja ljudi #OstaniZdrav je pripomoček, ki vam sporoči, ali ste bili v stiku z okuženo osebo. Z njeno uporabo in upoštevanjem priporočil vsak izmed nas pripomore k obvladovanju širjenja virusa ter varovanju zdravja nas samih, naših bližnjih in celotne družbe.



Vlada Republike Slovenije je tako kot več evropskih držav vzpostavila aplikacijo za varovanje zdravja in življenja ljudi #OstaniZdrav, ki je za uporabnike prostovoljna in brezplačna, prav tako je tudi prilagojena slovenskim standardom varovanja osebnih podatkov. Njen osnovni in edini namen

je, da državljanom in državljanom omogoči, da izvejo, ali so bili morda v stiku s kom, ki je okužen z novim koronavirusom.

Uvedba aplikacije je dodatni preventivni ukrep in ščiti tako zdravje posameznikov kakor javno zdravje. Njena uporaba je v veliko pomoč epidemiologom pri obvladovanju širjenja virusa. Aplikacija #OstaniZdrav pomaga pri zaježitvi in obvladovanju širjenja okužb z novim koronavirusom, zmanjšuje obremenjenost zdravstvenega sistema in tako omogoča, da država z milejšimi ukrepi obvlada virus.

Aplikacija za obveščanje glede stikov z okuženimi je v slovenskem, italijanskem, madžarskem in angleškem jeziku, pri njeni uporabi pa ne gre za sledenje, saj nima dostopa do lokacijskih podatkov. Aplikacija, ki deluje s pomočjo tehnologije bluetooth, bo ob stiku z drugim telefonom z nameščeno aplikacijo uporabnika opozorila na stopnjo morebitnega tveganja. Aplikacija za Applove mobilne telefone pa bo na voljo predvidoma do konca meseca.

Namestitev mobilne aplikacije #OstaniZdrav

Uporabniki pametnih telefonov z operacijskim sistemom Android si lahko aplikacijo pridobijo in namestijo v spletni trgovini z aplikacijami Google Play. Uporabniki pametnih telefonov z operacijskim sistemom iOS pa si lahko aplikacijo pridobijo in namestijo na spletnem mestu Apple. Pri obeh sistemih je aplikacija dostopna z oznako #OstaniZdrav.

Vse potrebne informacije ter pomoč pri nameščanju in uporabi mobilne aplikacije za varovanje zdravja #OstaniZdrav uporabnikom zagotavljajo svetovalci klicnega centra na tel. št. 080 17 87. Več najdete na spletni strani www.gov.si.

Pri obvladovanju koronavirusa smo lahko uspešni le skupaj, zato je pomembno, da si aplikacijo #OstaniZdrav naloži čim več uporabnikov in s tem, poleg seveda doslednega upoštevanja navodil stroke (nošenja mask, upoštevanja razdalje, umivanja rok oz. razkuževanja in higijene kašlja), vsi skupaj pripomoremo tudi k ozaveščenosti in odgovorni zaščiti sebe in svojih bližnjih.

Zdravje je naše največje bogastvo, bodimo odgovorni in privoščimo ga sebi, pa tudi drugim!

Mateja Poljšak Furlan

ZAKAJ POTREBUJEMO APLIKACIJO #OSTANIZDRAV?

- Aplikacija pomaga **zaježiti širjenje** COVID-19.
- Obvešča o stikih z osebami, **okuženimi** s COVID-19.
- Pomaga nemudoma **izolirati** potencialno okužene osebe od ostalih.
- Razbremenjuje epidemiološko službo z odkrivanjem stikov.
- Prispeva k **zmanjševanju omejevalnih ukrepov** v družbi.



www.gov.si/ostanizdrav

#OstaniZdrav



REPUBLIKA SLOVENIJA
VLADA REPUBLIKE SLOVENIJE

Robinova turneja tudi v Šempetru na placu

nogometno ime **Jan Oblak**, ki je podaril dres s podpisom, rokavice in nogometne čevlje. Z akcijo smo zbrali 11.430 EUR, donirate pa lahko še do konca tega meseca. Dres je prejelo podjetje BIA Separations in ga podarilo Mihi, rokavice pa podjetje Vama Trade.”

V petek, 10. septembra, je Robin obiskal tudi šempetrski plac, kjer je bilo zanimivo in pisano, polno krasnih dogodivščin. Društvo žena in deklet Šempeter je poskrbelo, da so Robinovci imeli nekaj okusnega za pod zob, spregovoril je župan Milan Turk, predstavili so se tudi člani Gwrnje in Dwlne Vrtejbe, ki organizirajo Balo Vrtejbe.

Z Robinovo turnejo najbolj poslušani radio na severnoprimorskem praznuje svoj 26. rojstni dan, letos pa je prejel tudi nagrado Mestne občine Nova Gorica za dolgoletno skrb za vsesplošno podajanje informacij s poudarkom na lokalni informiranosti poslušalcev, za organizacijo družabnih dogodkov ter za redno brezplačno promocijo in aktivno udeležbo pri humanitarnih dejavnostih na Goriškem. V ekipi radia Robin so nagrade zelo veseli, ker je prepoznana vloga lokalnega medija v prostoru, predvsem pa, kot pravi urednica: “Smo vezivo med kraji in ljudmi, zavedamo se, da sta pri radijskem delu najpomembnejši odgovornost in zavzetost sodelavcev, predvsem pa sem zadovoljna, ker znamo stopiti skupaj, ko pada dež, in se veseliti, ko sije sonce.”

Lara Soban



Radio Robin si je namesto tradicionalne Robinove zabave, ki je zaradi negotove situacije, skrbi za zdravje ter varnost obiskovalcev in sodelujočih letos ni bilo mogoče organizirati, zastavil drugačen izziv in se med 5. in 11. septembrom podal na **Robinovo turnejo 2020 #SkupajZmoremo**, s katero je Robinova ekipa z mobilnim studiem obiskala 13 krajev.

Vodja projekta Klemen Mozetič: “Na ta način se želimo predvsem približati poslušalcem, saj smo vpeti v lokalni prostor in smo tako zajeli večino

občin, kamor sega naš signal. Rdeča nit ostaja dobrodelnost, ki nas še bolj povezuje. Povsod smo bili toplo sprejeti, enotedensko pot pa smo sklenili v Novi Gorici.”

Martina Arčon, glavna in odgovorna urednica Radia Robin: “Običajno pridejo poslušalci k nam, tokrat pa smo se mi selili k njim domov, s čimer nenazadnje kažemo svojo inovativnost. Posebej smo veseli, da je ambasador dobrodelne akcije v sklopu Robinove turnee za **pomoč 11-letnemu Mihi iz Vipavske doline**, ki se bori z mišično distrofijo, veliko





Korona poletje in turizem 2020

Letošnje leto je res zelo posebno leto, ki je v naša življenja prineslo vihar, kaos, nekaj strahu in negotovosti, prav tako je ta trenutek dodobra načel naše gospodarstvo. Izjemno škodo je utrpel turizem in o tej problematiki smo spregovorili z domačo turistično agencijo Gea.

Kako bi v vaši agenciji opisali letošnjo turistično sezono?

Letošnje poletje je en velik kaos s skoraj 100-% številom odpovedi rezervacij, opravljenih do meseca marca. Za nas je to poletje res en šok. Zgodil se je trenutek, ki ga nihče od nas ni pričakoval – še vedno ne vemo, kako se bo vse to odvil. Čez noč se je zgodil ta presek, rez, pa čeprav smo ga čutili že malo pred tem, ko se je začela situacija zaostrovati pri sosedih Italijanih. Trenutno se stanje malce stabilizira, upajmo, da bo turizem ponovno normalno zaživel v najkrajšem možnem času.

Se gostje odločajo za dopust?

Seveda se odločajo za dopust, vendar so zelo previdni pri izboru

destinacije, preverjajo vse mogoče, tudi podrobnosti, ki jih do letos nikoli niso.

Kolikšen upad prometa ste opazili?

100-% upad. Sedaj se stvari stabilizirajo, vendar je kazalo res grozno. Če pogledamo trenutno situacijo in jo primerjamo z lansko sezono, lahko rečemo, da je povpraševanje kar upadlo. Gre pa tukaj bolj kot ne za neko reorganizacijo dopustov, sploh tistih gostov, ki so bili primorani odpovedati dopuste med in takoj po karanteni. Ker so pa informacije, ki jih prejemo, dokaj negotove, so tudi gostje negotovi in do zadnjega niso prav prepričani v samo izbiro dopusta. Ne vedo, ali bo dopust sploh lahko izvedljiv.

Kam se odpravljajo tisti, ki se za dopust odločijo?

V večini se odločajo za slovensko obalo, zdravilišča in s tem seveda koristijo turistične bone. Gostje, ki se odpravljajo v tujino, pa izbirajo Hrvaško, grške otoke in križarjenja po Sredozemlju.

Kako je poteklo vaše poslovanje v prvi polovici leta?

Leto se je začelo res fenomenalno, veliko je bilo first minute rezervacij, imeli smo ogromno realizacijo avtobusnih izletov za zaključene skupine, a žal smo bili primorani zaradi nastale situacije vse stornirati. Že vplačane akontacije pa hotelirji žal ne vračajo.

Je država dovolj dobro poskrbela za turistična podjetja v času karantene in po njej?

Na tržišču smo že 32 let in menim, da je v tej situaciji država sprejela zelo pozitivne odločitve tako za zaposlene kot za podjetja. Poleg reševanja turizma je to izjemna poteza za spoznavanje naše prelepe domovine.

Povpraševanje po obisku slovenskih destinacij je zagotovo večje kot v prejšnjih letih?

Seveda, povpraševanje po slovenskih destinacijah se je izredno povečalo. Veliko zanimanja je, kot omenjeno, za slovensko obalo, zdravilišča, pa tudi za kmečke turizme in apartmaje. Srčno upam, da se bodo ponudniki v tej situaciji končno lahko prepričali, kako dobri turisti smo Slovenci, in da bodo bolj cenili slovenskega, domačega gosta.

Se gostje večinoma odločajo za unovčitev vavčerjev?

Skoraj vsaka stranka, ki se odloča za dopustovanje, se odloča za koriščenje bonov v Sloveniji. To me zelo veseli, hkrati pa mislim, da smo vsi, ki delamo v agencijah, finančno prikrajšani, saj še vedno trdim, da smo turistične agencije "povezovalni" člen med agencijo, stranko in ponudnikom. Sedaj se tako hotelirji, kmečki turizmi, pravzaprav vsi, ki oddajajo prenočitvene zmogljivosti, ukvarjajo z dokumentacijo, ki je ni malo, oz. z delom, ki ga opravljamo v turističnih agencijah.

Kako pa tuji gostje?

Letos skoraj ne zaznavamo turistov, saj so tako letalski kot avtobusni prevozi zelo omejeni. Večina strank je domačih gostov.

Kakšna je vaša napoved za prihajajočo jesen?

Dnevno spremljamo situacijo in ugotavljamo, da so tudi stranke zelo uživale v to dogajanje, ki ga je

prinesel virus, tako da pripravljamo ponudbe za jesen, vendar je vse odvisno od same situacije. Tudi glede bonov ni nobenega problema, saj jih lahko unovčite do 31. decembra 2020, organizirali bomo še večdnevne izlete, kjer boste le-te lahko unovčili. Vse bralce, ki še niso vnovečili bonov, vabimo, da se oglasijo v Turistični agenciji GEA v Šempetru pri Gorici, kjer vam bomo priskrbeli nepozabne počitnice ali le svetovali, kako jih najbolje izkoristiti.

Lara Soban



Smo Turistična agencija GEA s sedežem na Trgu Ivana Roba 4 v Šempetru pri Gorici, ki je bila ustanovljena leta 1988 kot ena prvih zasebnih turističnih agencij v Sloveniji.

Smo ena redkih malih agencij, ki ji je uspelo v vseh teh letih prebroditi marsikatero krizno situacijo. Naše delovanje je usmerjeno v pestrost ponudbe ter pripravo programov za skupine; po želji z različnimi prevoznimi sredstvi.

Poslovanje temelji na kvalitetni turistični ponudbi ter hitrih in učinkovitih storitvah.

Naš cilj je omogočiti strankam, da na enem mestu uredijo vse potrebno za svoje potovanje: rezervacijo potovanja, ureditev zavarovanja, vize, nakup železniške, letalske ali ladijske vozovnice, transfer in še in še ...

Sodelujemo z velikim številom turističnih agencij tako v Sloveniji kot v tujini.

Zavedamo se, da lahko na tržišču uspemo le z odličnim servisom strank, zato nam je osnovno vodilo kvaliteta in posledično zadovoljna stranka.

Upamo, da boste tudi vi kmalu ena izmed naših zadovoljnih strank.



Malta ali Sardinija?

Za nas popotnike je obdobje, v katerem smo se znašli, precej neugodno. Zagotovo vsi že komaj čakamo, da se podamo na novo dogodivščino ... na drugi konec sveta. Do takrat pa je mogoče čas, da obiščemo zanimive destinacije bolj blizu nas – dve izmed njih sta Sardinija in Malta. Raznoliki, lepi, posebni, vredni obiska.



O MALTI ...

Je majhna otoška država v osrednjem Sredozemskem morju in prava dežela mediteranskega temperamenta, prepletena z angleško uglasjenostjo, italijanskim videzom in arabsko zvanečo govorico. Sestavlja jo 20 otokov, stalno naseljena sta le Malta in Gozo, občasno pa je naseljen še otok Comino. Malteške zgodbe pišejo dišeče cvetje, gostoljubni domačini, prijetno podnebje in živahno nočno življenje. Imajo izvrstno kulinariko, saj se v njej čutijo arabski, evropski in afriški vplivi.

Kaj doživeti?

Če greste na Malto, morate obiskati barvito ribiško vasico Marsaxlokk, ki je znana po svojih pisanih ladjicah. Čeprav je zelo majhna, je sprehod po njej zelo prijeten – ob nedeljah lahko na ribji tržnici kupite svež ulov. Na severozahodu otoka se nahaja Popajeva vasica, nastala leta 1980 kot prizorišče za muzikal Popaj. Še posebej je zanimiva za otroke, saj ponujajo razne predstave, trgovinice, vožnjo z barčico ... Glavno mesto Valletta je v celoti pod okriljem

dediščine UNESCO. Simpatične ozke ulice, barviti balkoni. Tam je tudi tretje najstarejše gledališče v Evropi, sprehod skozi vrtove Barraca Gardens pa ponuja prelep razgled na pristanišče Grand Harbour. Če imate srečo, lahko ujamete streljanje topov iz 16. stoletja. V tem obmorskem mestu je res veliko za videti in doživeti. Srednjeveško mestce Mdina, nekoč glavno mesto Malte, se nahaja na vrhu hriba. Obdano je z obzidjem, ima katedralo in palačo. Znano pa je predvsem po barvnem steklu – Mdina Glass. Pihanje in oblikovanje stekla lahko tam doživite tudi v živo. Z ladjico se popeljite v Modro jamo – v tej veličastni jami se voda blešči nebesno modro. Oglejte si klife Dingli Cliffs, ki ponujajo fascinantne razglede, katakombe sv. Pavla, kjer vas skrivnostni labirint hodnikov vodi do grobov, ali cerkev s tretjo največjo neodprto kupolo na svetu v Mosti. Zabavajte se v enem izmed vodnih parkov, kjer lahko občudujete delfinjo predstavo in hranite ptice, ali uživajte na kateri izmed plaž, čeprav le-te na Malti niso nič posebnega. Otok je precej majhen in vse kotičke z lahkoto odkriš kar z javnim prevozom (avtobus), ki je precej poceni.

Počitnic na Malti ne morete zaključiti brez obiska otočkov Comino in Gozo. Prvi je najmanjši, a ima najlepšo od vseh malteških plaž. Modra laguna je s svojim turkiznim morjem res čudovita, voda je mirna in daje vtis ogromnega bazena. Minus je le, ker je na njej ves čas velika gneča. Ko se z ladjico vozite proti njej, vidite še jame Comino caves, kjer imate prav tako priložnost za skok v vodo v enem izmed zalivov. Na Gozu je najbolje izkoristiti turistični avtobus, ki vas popelje do vseh znamenitosti otoka. Najbolj znano je zagotovo bilo azurno okno, ki se je leta 2017 porušilo. Na srečo ga je nam še uspelo videti. Bil je 28 metrov visok apnenčast naravni lok, ki je nastal z zrušitvijo morske jame. Naravna erozija je najedala skale in povzročala, da so deli loka padali v morje. Čudežna stvaritev narave.

Na Malti vam, kot vidite, ne bo dolgčas, saj je primerna za tiste popotnike, ki si želite aktivnih počitnic. Res ima bogato zgodovino in je polna znamenitosti.



O Sardiniji ...

Je drugi največji otok v Sredozemskem morju, čigar bogata zgodovina se je začela že 150.000 let pred našim štetjem. Najbolj zanimive sledi je za seboj pustila nuraška civilizacija, ki je gradila svetišča in grobnice. Sardinija je pravi raj za gurmane – testeninske specialitete, ribe, pice in pregrešno dobri siri. Znamenit je tudi kruh; nekateri izmed receptov so stari več kot 200 let. Notranjost otoka je precej pusta, se pa lahko zato obala pohvali s prečudovitimi peščenimi plažami in zalivi. Imenujejo jih evropski Maldivi in zares so osupljivo lepe.

Kaj doživeti?

Sardinija je velik otok in če jo želite raziskati, je najbolje, da najamete avtomobil. Z juga na sever je več ur vožnje, prelepih plaž in mest(ec) je veliko, zato si za počitnice vzemite minimalno en teden in jo raziščite podolgem in počez. Glavno mesto je Cagliari – lepo in živahno tradicionalno srednjeveško mesto, večja mesta so še Sassari, Olbia, Oristano, za mnoge pa je najlepše sardinsko obmorsko mesto Alghero,

ki mu pravijo mini Barcelona. Čeprav imate lahko na Sardiniji precej aktivne počitnice, pa je najbolj primerna za oddih in poležavanje na pravljičnih plažah.

Najlepše so na severu in severovzhodu otoka. Res jih je ogromno in težko izbereš najboljšo. Mi smo največ časa preživel v San Teodoru, kjer so na manjši razdalji plaže Isuledda, La Cinta, Lu Impostu in prekrasna Cala Brandinchi. Res imaš občutek, da si na Maldivih,

piko na i pa dodajo bele zasidrane jadrnice. Magičen sončni zahod si lahko ogledate na rtu Coda Cavallo, čudoviti razgledni točki, kjer je naselje luksuznih vil. Zagotovo vam je poznana tudi Costa Smeralda na severu, ki je ena najbolj luksuznih obal na svetu. Je pravi raj za bogataše in yachting turizem, polna znanih obrazov in debelih denarnic. Na severozahodu otoka je precej občudovana še plaža La Pelosa, ki prav tako slovi po turkiznem morju in belem pesku. Vse plaže so zelo oblegane in Sardininci se bojijo, da bi lahko bele sipine za vedno izginile, zato je odnašanje mivke s plaž strogo prepovedano, kazni so visoke. Bel pesek je tako dragocen, da lokalne oblasti razmišljajo celo o prepovedi brisač in velikih torb na plažah, ker da se nanje ujame preveč peska.

Če je le mogoče, se na izlet z ladjico odpravite še na arhipelag La Maddalena. Otočki s prelepimi zalivi, plažami, naravnimi bazeni. Posebni doživetji sta plaža na otočku Isola di Spargi, kjer vas med poležavanjem lahko obiščejo manjši divji prašiči, in spiaggia rosa, ki slovi po bleščečem roza pesku – dovoljeno je le fotografiranje. Za konec pa še snorkljanje med pisanimi ribicami v zalivu Cala Coticcio, ki mu pravijo italijanski Tahiti.

...

Ne glede na to, za katero destinacijo se boste odločili, se boste domov vrnili navdušeni. In čeprav je odkrivati razne kotičke sveta nekaj najlepšega, je najbolj pomembno, kdo jih odkriva z nami.

Nika Birska





Toplotni udar: kako prepoznati znake in kako nuditi prvo pomoč?

Tokrat bi rada z vami delila zgodbo, ki se je globoko dotaknila mojega srca. Tisti, ki me poznajo, vedo, da sem velika ljubiteljica živali – vedno sem sanjarila, da bom postala veterinarica, doma sem od nekdaj obkrožena z živalmi in marsikatero ranjeno živalco sem prinesla domov in jo obdržala. Od nekdaj sem noro zagledana v samojeda, belega nasmejanega puhastega kužka, ki mi vedno segreje srce. Zame je to res najlepši kuža in pred letom dni sem na Instagramu zasledila Gino, prekrasno samojedko, ki mi je vsakodnevno virtualno polepšala dan. Konec avgusta pa je Gino doletela kruta usoda, na večernem sprehodu po gozdu je doživela toplotni udar, ki je bil žal zanj usoden. Z Ginino lastnico in veterinarjem bi rada v sledečem prispevku opozorila na to problematiko, ki se lahko dotakne vseh nas, ki imamo doma štirinožne prijatelje. Upam, da bomo preko

Ginine zgodbe in veterinarjevih napotkov lahko preprečili tovrstne nesreče.

Pa spoznajmo Gino, krasno nasmejano samojedko, ki nam jo je njena lastnica Jana Birsa opisala takole: “Gina je bila najbolj scrkljan kuža, ki je oboževal čohanje, objemčke in poljubčke. Tudi otroke je oboževala, saj sta nečak in nečakinja praktično odrasčala z njo. Bila je zelo ljubezniv pes, sicer zelo slab hišni čuvaj, saj se je želela crkljati prav pri vsakem, ki je šel mimo naše hiše. Z njo smo postali vsi bolj aktivni, začeli smo hoditi na sprehode, izlete, vse se je vrtelo okoli Gine, tudi planiranje dopustov, da smo jo lahko vedno vzeli s seboj. Stara je bila 2 leti, zdrava psička, ki je ravno prehajala iz t. i. pubertete v odraslo fazo. V zadnjem letu se je zelo spremenila, saj je postala bolj poslušna. Res je bilo lepo občutiti, kako zelo je bila navezana na nas.

Vsake toliko je pokazala njeno trmo, ampak nihče ji ni zameril; to je tudi del karakteristike te pasme. Veste, Gina je hodila z menoj tudi v službo in je v naši pisarni bila naša puhasta maskota. Bila je del naše družine, del nas ...”

Gina se je redno sprehajala v bližnjem gozdu, to je bilo nekaj vsakdanjega. Lastnica in domači so glede na pasmo psa dali veliko pozornosti temu, da je Gini toplo, zato so jo v poletnih dneh imeli pod klimo in na sprehode je odhajala le, ko se je zunaj res ohladilo. Tako je bilo tudi tistega usodnega večera, ko je šla Gina na večerni sprehod z Janino sestro Evo v sosednji gozdiček, kjer se je prosto sprehajala kot vsak večer do tedaj: “Tako je, Eva je peljala Gino po gozdni senčni poti, kjer pa je kar nekaj hriba. Gina se je prosto sprehajala, kot je to vedno počela, ampak tokrat je, kot kaže, šla čez vse meje, ker se zaradi

nagona večkrat ni bila sposobna umiriti. Ko sta se z Evo vračali proti domu, je začela Gina težko dihati, cviliti in opletati, jezik ji je visel iz gobčka in imela je penasto slino. Sestra se je prestrašila, da se je Gina zastrupila. Ker je tudi noge niso več držale, jo je prijala in prinesla domov. Takoj smo se odpravili k veterinarju v Novo Gorico, saj smo takoj vedeli, da je nekaj hudo narobe. Veste, stanje je bilo iz minute v minuto slabše. Ko smo končno prišli do veterinarja, je le-ta povedal, da ima Gina 43 vročine, kar pomeni, da je doživela toplotni udar. Takoj so ji začeli pomagati, nesli so jo pod hladen tuš in jo začeli hladiti s hladnimi obkladki. Po eni uri hlajenja se njena odzivnost ni spremenila. Ker je s tem samo trpela, smo jo morali žal uspavati ...”

Gino je žal doletela žalostna usoda, vendar, kot pravi Jana, če bi prej poznala znake in prvo pomoč toplotnega udara, bi bilo danes lahko drugače: “Vsem lastnikom štirinožnih prijateljev toplo polagam na srce, da si preberejo, kaj so toplotni udar, zastrupitev, pik insektov ... in kaj to pomeni za vašega kosmatinca, kako odreagirati v primeru, da se srečate z meni podobno situacijo. Hitro prepoznavanje znakov in hitra reakcija sta v teh trenutkih ključnega pomena. Če bi sami prepoznali prve

znake toplotnega udara, bi lahko bilo danes drugače. Noben ni niti pomislil, da lahko pes ob takšni uri na sprehodu v senci doživi šok.”

O toplotnem udaru smo se pogovorili z dr. vet. med. Leonom Koršičem iz Veterine Gorica, ki nam je o toplotnem udaru povedal sledeče: “Toplotni udar pomeni prekomerno pregrevanje organizma zaradi zunanjih dejavnikov, pri katerem odpovejo regulatorni mehanizmi za ohlajanje oz. zniževanje temperature. To se seveda najpogosteje zgodi, ko hišne ljubljence pustimo poleti v zaprtem avtomobilu, kjer lahko temperature dosežejo tudi do 60 °C ali več. Psi in mačke se ohlajajo preko ustne votline ter preko kože na tačkah, kjer imajo znojnice. Zaradi tega se lahko zgodi, da pride v poletnih mesecih do pregrevanja. Prvi znaki pregrevanja so pospešeno dihanje, pordela ušesa, kasneje se pojavi nemirno obnašanje, v hudih primerih bruhanje, driska, motnje v koordinaciji, komatozno stanje in nenadno tudi smrt. V kolikor posumimo, da bi pri psu ali mački prišlo do toplotnega udara, poskušamo žival nemudoma ohladiti. Ohlajamo jih postopoma s hladno vodo – nikakor z ledeno vodo in celo telo hkrati, saj bi to lahko privedlo do šoka. Vsekakor je pri

tem najboljša preventiva, na primer sprehodi v jutranjih in večernih urah (vsaj poleti) ter izogibanje puščanja ljubljencev med vročim delom dneva v avtomobilu. Boljši je počitek v senčnem hladu z osvežilno pijačo v naši roki in s polno posodico vode za našega štirinožnega spremljevalca.”

Poletje je za naše ljubljence malce težji del leta, kjer moramo biti lastniki precej pozorni na njihovo hidracijo in seveda paziti, da so v hladu in v miru. Žal nam je Ginina zgodba priča, da se, četudi smo zelo pazljivi, v njihovem telesu dogaja marsikaj – bodite torej pozorni na simptome toplotnega udara! Tebi, Gina, pa hvala za prečudoviti dve leti, ki si nam jih podarila, hvala, ker si v tvoj dom prinesla veliko ljubezni in dobre volje, ki si jo z nami veselo delila tudi na socialnih omrežjih. Tudi v moj dom si vstopila vsak dan in mi narisala nasmešek. Naj bo tvoja zgodba dobra lekcija za vse, ki imamo hišne ljubljence!

Lara Soban

 **VETERINA**
GORICA
d.o.o.
PRI HRASTU 18, 5000 NOVA GORICA SLOVENIJA





Tudi to poletje ste pridno reševali križanke. V naše uredništvo smo jih prejeli kar 25, nagrade pa so prejeli le trije srečneži. Izžrebani so bili: **Darjan Simovič, Ina Rakas in Nives Gregorič**, ki so prejeli krasne nagrade sponsorja **Evitas Shop**.

Tudi v jesenski številki smo vam pripravili nagradno križanko z unikatnimi nagradami, zato le pohitite k reševanju! Rok za oddajo križank je 13. november 2020. Srečno pri žrebu.

Uredništvo

Sodeluj, glasuj, spoznaj, zmagaj!

Sodelujte v nagradnem glasovanju za "Najboljše PGD 2021" in osvojite nagrado – 7 dni toplíc za dve osebi po lastni izbiri. Kupon z nagradnim geslom zalepite na dopisnico in pošljite na naslov: **Gasilec pohiti – preventivna požarna varnost, d. o. o., Gradnikove Brigade 19, 5000 Nova Gorica**.

Super nagradna križanka – teden dni počitnic za dve osebi

					POVABLJENKA		PISATELJICA LINDGREN	NEPOPUSTLJIVOST	CVETICA PERUNIKA	MOČVIRSKA RASTLINA, LOČEK	REDEK ZLAHTNI PLIN (Xe)	AM. IGRALEC (TOM); IZ CRK STANKI
ČLANICA GASILSKEGA DRUŠTVA												
NABRUŠENOST								2				
MAMIN ALI OČETOV BRAT (LJUBKOVALNO)												
SEME PRI GOBAH								5	NIKEJ		9	
IRSKI PLES ZGODNJE VINO									SEJANJE			
								PRITOK GANGESA (IZ CRK NOS)				
								BISTVO (IZ SEN)				
								MEHKO USNJE				
PRIPRAVA ZA GAŠENJE OGNJA		UČITELJ	GAZELA S TEMNIMI LISAMI	PRIPADNICA GALCEV	OTOK ČAROVNICE KIRKE (IZ: AAJ)	PISATELJ MURNIK POČITNIŠKA HIŠICA						
GASILSKA ENOTA	1						KRALJ ZAHODNIH GOTOV (IZ: KILARA)	OZNAKA ZA SLOVENSKI TOLAR		NOMADSKO LJUDSTVO V SIBIRIJ	IZDELOVALEC KRAVAT	
INDIJSKI JUNAŠKI EP O PRINCJU RAMI								GLAS PRI EKSPLOZIJ ZIDARSKO ORODJE			6	
IZROČITEV DENARJA ZA DELO							13	VELIK HRVAŠKI OTOK			7	
ZEMLJA, VODA, OGENJ IN ----					VELIKA POKRAJINA V VIETNAMU			VOJAK, KI KOPLJE ROVE	REŠITE JO, NI TEŽKA!	MAKARSKA GL. MESTO PERLJA		
ANGELA (KRAJŠE); IZ CRK LEGA					POŠAST, KI BRUHA OGENJ	GR. BOG VOJNE DEL STOPALA	3		ZASLEDOVANJE DIVJADI VOJVODINEC	10		
IME PESNICE SKERL		12		ZVEZA PRIJATELJEV TELESNA TEKOČINA	4	SOSEDNA DRŽAVA 4. IN 10. CRKA						
LUKA NOVAK			ZDRAVO RAZMISLIJANJE TOM CEVC	14								
SOLI DUŠIKOVE KISLINE						DEL GASILSKE OPREME				11		
DELOVANJE GASILCEV					15	SESTAVIL JOŽE PETELIN	VELIKA DOLGOREPA PAPIGA			SIMBOL ZA IRIDIJ		

NAGRADNI KUPON IZPOLNITE Z **VELIKIMI TISKANIMI** ČRKAMI IN POŠLJITE NA NASLOV;
Gasilec pohiti d.o.o. preventivna požarna varnost,
Gradnikove Brigade 6, 5000 Nova Gorica

NAGRADNO GESLO - NAGRADNI KUPON

1 B 2 3 4 5 6 7 8 B 9 10 11 12 13 14 15

IME PRIIMEK* _____ MOBILNI TELEFON* _____

NASLOV* _____ POŠTA KRAJ* _____

PODPIS* _____ E-MAIL: _____

podpisani se strinjam s pravili nagradne igre - križanke
 Pravila so objavljena na: <http://bit.ly/nagradnoglasovanje>



Ozaveščanje skozi družabno igro Gasilec pohiti

Gasilec pohiti je prva unikatna slovenska družabna igra za otroke in starejše na področju izobraževanja in ozaveščanja glede preventivne požarne varnosti. Igra je nastala ob tesnem sodelovanju Gasilske zveze Grosuplje in Osnovne šole Brinje s celotnim učiteljskim zborom.

Že pred 5 leti smo izvedli vseslovenski izobraževalni nagradni natečaj na osnovnih šolah pod imenom "Brez skrbi od doma", v katerem je sodelovalo več kot 100 osnovnih šol z ekskluzivnim sponzorjem; podjetje MIK Celje. V letu 2020 pa smo se odločili, da bomo izvedli nagradno glasovanje pod imenom "Najboljše PGD 2021". Vsi sodelujoči bodo ob ozaveščanju glasovali za njihovo PGD ter postali finalisti žrebanja in tako pripomogli, da bo prav njihovo PGD zbralo 100 glasov, s čimer se bo uvrstilo v finalno žrebanje, kjer jim bo generalni sponzor kampanje, podjetje Avto Krka – tehnični pregledi, podaril 1000 EUR donacije.

Organizator reklamne kampanje in nagradnega glasovanja je podjetje AM&PM Global iz Nove Gorice, ki ima več kot 30 let izkušenj. Poslanstvo hčerinskega podjetja Gasilec pohiti, preventivna požarna varnost, d. o. o., je ozaveščanje na področju varnosti slehernega doma z unikatnimi rešitvami v času, ko nam je poleg zdravja varnost našega doma na prvem mestu.

Na pomoč iz ekipe Gasilec pohiti – www.gasilecpohiti.si.

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 3

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 Birska
Oblikovanje: Blaž Erzetič
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 Glasilu se proti plačilu v skladu s sprejetim cenikom objavljajo tudi oglasna sporočila pod pogoji navedenimi v ceniku

Šempeter pri Gorici, september 2020

Paket
**ORANŽNI
START**
+
**BREZPLAČNE
ČASOVNE FUNKCIJE**

27⁷⁴€
NA MESEC*

Redna cena 36,99 €

**OBIŠČITE NAS V
SUPERNOVI NOVA GORICA**
T 064 160 160

* Akcijska ugodnost ob naročilu paketa Oranžni Start in storitve časovnih funkcij velja za nove naročnike T-2, ob hkratni vezavi sklenjenega naročniškega razmerja za 24 mesecev. Akcija velja le ob sklenitvi naročniškega razmerja v poslovalnici Pooblaščen prodajalec T-2 Nova Gorica Supernova (Prvomajska ulica 35) in sicer do vključno 30.11.2020. Popusti iz različnih akcij se ne seštevajo. Popust velja za prvo leto obdobja vezave. Po izteku akcijskega obdobja se obračunavajo redne cene po vsakokratnem veljavnem ceniku. Akcija ne velja za poslovne uporabnike. Vse cene so v EUR in vključujejo DDV. Za več informacij o ponudbi, ceniku in splošne pogoje obiščite T-2 spletno stran www.t-2.net, eno izmed poslovalnic T-2 ali pokličite številko 064 064 064. Za ponudbo veljajo splošni pogoji, objavljeni na <http://www.t-2.net/splosni-pogoji-podjetja>.



										AVTOR: GREGA RIHTAR	PRIPRAVA ZA VEČ- KRATNO IZ- DELOVANJE PREDMETA	AMERIŠKA IGRALKA PARKER	KONEC ŽIVLJENJA	ZGODNJA SPOMLA- DANSKA CVETLICA	MESTO V JUGO- VZHODNI ETIOPIJI	LANENO PREDIVO	ORANŽADA
										PRIPRAVA ZA RISANJE KROGOV							
										PRIŽNICA V SINAGOGI							
										NEKDANJA ŠTIRI- SEDEŽNA POKRITA KOČIJA							
										NEKDANJI POLJSKI NOGOME- TAŠ (GR- ZEGORZ)					SLOVENSKI HOKEJIST V LIGI NHL	SLAB PESNIK	OPERNA PEVKA OGNJA- NOVIČ
										OMAR NABER			GOROVJE V NEMČIJI STROJNI DEL V VALJU				
										SIPEK PESEK							
AMERIŠKA FILMSKA IGRALKA JUŽNO- AFRIŠKEGA RODU (ONE SO BOMBE)	VELIKA BLAGOV- NICA	DOMOVINA ELAMUJEV	KRUTI VLADAR, TRINOČ	LOMLJENJE	IVO SVETINA	RUSKI VOJAŠKI PILOT (VALERIJ)	IMITATOR VIŠJIH SLOJEV ZNAK ZA TON								AFRIŠKI VELETOČ		
															NARAVA, ČUD		
LESENO KORITO S CVET- LICAMI																	
OPTIČNA PRIPRAVA ZA OPAZO- VANJE SONCA											HRVAŠKI OTOK SEVERO- ZAHODNO OD MOLATA	AM. AKTER WILLIAMS SANI ZA VOŽNJO HLODOV					
ZVOČNI ZNAK ZA NEVAR- NOST					SVETLA ZVEZDA V ORLU HITER DVIG OD TAL								GL. MESTO GANE KOMPAKT. OBLOGA TAL				
JEDRO STAVKA ALI POVEDI				VELIKA ČUTNA ŽELJA				IGRALEC ŽIGON MOČNA OVJALKA NA DREVJU								GRŠKA BOGINJA MODROSTI	SRBSKI TENIŠKI IGRALEC DJOKOVIČ
				ŠIVANKA													
LARA BARUCA		PESNIK GRAFE- NAUER DERIVAT AMONIAKA					ZOŽITEV								GOSPOD PRI POLJAKIH		
							MESTO NA JUGU POLJSKE										
JEZIK BANTU CRNCEV			GOVOR- JENJE NORDIJSKI VRHOVNI BOG							ČRTOMIR TAVZES REKA NA SZ KALI- FORNIJE				JAP. SMUČ. SKAKALEC (DAIKI) INOSLAV (KRAJŠE)			
ZAMOL- ČANJE						SPRAVA, POBOTANJE KRZNAR- SKA PRIPRAVA											
ZEVSOV ŠČIT					OBDOBJE NASELJE V ZGORNJI POLJANSKI DOLINI							SUMERSKA BOGINJA PLODNOSTI					
NEMŠKI NOGO- METAŠ KROOS				PLOD HRASTA SL. NOGOM. VRATAR (JAN)								SLOVEN- SKA PIA- NISTKA (MARINA)					
HARIS VUČKIČ		FRANČOSKI IGRALEC (PHILIPPE) ZEMELJ- SKA OBLA															
BITJE V SHOLA- STIČNI FILO- ZOFIJI			MESTO JV. OD TORINA, JUŽNO- AMERIŠKA KUKAVICA			JAPONSKA DENARNA ENOTA	LISTINA PRAVNE NARAVE										
TEKMICA																	
SODBA O KAKO- VOSTI IZDELKOV					SLOVENSKI NOGO- METNI SELEKTOR (MATJAZ)												
KONIČAST KONEC ORODJA, NASADILO					STARI SLOVAN												

POMOČ: ALMEMAR-prižnica v sinagogi, DERANKA-krznarska priprava, ESTRIH-kompaktna obloga tal, OPOLE-mesto na jugu Poljske, ZAMOLK-zamolčanje

Rešeno križanko nam s potrebnimi podatki pošljite do 13. novembra 2020 na:
Občina Šempeter-Vrtojba, Trg Ivana Roba 3a, 5290 Šempeter pri Gorici, s pripisom
Nagradna križanka.

Unikatna keramika nagrajencem poklanja:

1. nagrada: skleda,
2. nagrada: krožnik,
3. nagrada: skodelica.

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

