



Bistriški Odmevi

glasilo Občine Ilirska Bistrica

| oktober 2019

| št. 86

| 5300 izvodov

| brezplačno



V BISTRIŠKI OBČINI PRIDNO
ČISTIJO ODLAGALIŠČA, KI
OSTAJAJO ZA ILEGALNIMI MIGRANTI

ŠESTI »FIRE COMBAT«
V ILIRSKI BISTRICI

DRŽAVNI PODPRVAK IN
REKREATIVNI PRVAK
MIHA VRH SE PREDSTAVI

Drage občanke in občani!

Pred vami je nova številka vašega občinskega glasila, v kateri boste izvedeli, kako je letos potekala gasilska preizkušnja *Fire combat*.

Pogovarjali smo se z mladim motokrosistom Miho Vrhom z Dolnjega Zemona, ki je aktualni državni podprvak in prvak v rekreativnem prvenstvu v razredu 65-kubičnih motorjev. *Iskrene čestitke in veliko uspeha na nadaljnji poti mu želi tudi uredništvo Bistriških odmevov!*

Križišče pri Špehu je postalo varnejše in preglednejše. Prometni režim je spremenjen, zato si preberite članek, da ne bo prihajalo do nepotrebne zmede na cestišču.

Vse kolesarje, motoriste in voznike je razveselila novica, da je odprta cesta na Sviščake. Pot po asfaltu je veliko lepša od zaprašene makadamske poti. V nadaljevanju je natančno predstavljeno tudi moderno turistično središče, ki bo na Sviščakih zraslo v prihodnosti.

Na terenu smo obiskali delavce JP Komunala in jih povprašali, kako poteka saniranje odpadkov, ki jih za seboj pustijo ilegalni migranti.

Častni občan Občine Ilirska Bistrica dr. Anton Prosen je ob stoletnici Fakultete za gradbeništvo in geodezijo Univerze v Ljubljani prejel srebrno priznanje za prispevek k razvoju in ugledu fakultete. *Iskrene čestitke našemu častnemu občanu tudi iz uredništva Bistriških odmevov!*

V Harijah so pripravili že enajsto Bučjado, ki je privabila celo nemško kanclerko Angela Merkel in Jeana Clauda Junckerja. Kako je potekal obisk, si lahko preberete na naslednjih straneh.

Udeležili smo se praznovanja stotega rojstnega dneva Rozalije Brožič. Slavljenska je v družbi sorodnikov, prijateljev in znancev slavila z ansamblom Snežnik. *Iskrenim čestitkam ob visokem jubileju se pridružuje tudi naše uredništvo!*

Ob tej priložnosti pozivam vse bralke in bralce, da aktivno sodelujejo pri ustvarjanju lokalnega glasila Bistriški odmevi. Veseli bomo vaših prispevkov!

Uživajte v listanju časopisa, toplih barvah jeseni, popoldanskih sprehodih in sončnih žarkih! Specite si kostanj in si ga privoščite v družbi svojih najdražjih! Uživajte življenje!

Tjaša Kaluža, odgovorna urednica

Vaše prispevke za novembrsko številko pričakujemo najpozneje do 15. novembra 2019 na elektronski naslov: odmevi@ilirska-bistrica.si

Vsa reklamna sporočila, plakate in vabila na delavnice nam pošljite v wordovih dokumentih, da se lahko lektorsko pregledajo.

AKTUALNO	
V bistriški občini pridno čistijo odlagališča, ki ostajajo za ilegalnimi migranti	3
Šesti »Fire combat« v Ilirski Bistrici	4
Državni podprvak in rekreativni prvak Miha Vrh se predstavi	6
OPPN za turistično središče Sviščaki	8
Do Sviščakov končno po asfaltu	10
Varnejša ureditev križišča pri Špehu	11
OBČINSKI ODMEVI	
Kontaktne podatke organov in javnih zavodov v občini Ilirska Bistrica	16
GOSPODARSTVO, KMETIJSTVO IN TURIZEM	
Prvi pohod po Brkinih	17
Priprava na kurilno sezono	18
ODMEVI IZ NAŠIH KRAJEV	
Prireditve ob 70. obletnici Vrtca Jožefe Maslo Ilirska Bistrica posvečena akciji Ciciban – planinec	20
Fakulteta za gradbeništvo in geodezijo se je poklonila bistriškemu častnemu občanu	22
Večne zaobljube sestre Martine Štemberger	23
Rozalija Brožič v DSO nazdravila svojemu stotemu rojstnemu dnevnu	24
Angela Merkel in Jean Claude Juncker na Bučjadi 2019	26
Šolanje človekovega najboljšega prijatelja	35
SOCIALNO VARSTVO IN ZDRAVJE	
September, mesec ozaveščanja o alzheimerjevi bolezni	39
Pravi moški prisluhne svojemu telesu	42
Zdravstveni dom Ilirska Bistrica	46
Krepitev duševnega zdravja preprečuje samomore	48
Kako na naraven način znižamo krvni tlak?	49
KULTURA	
Primorska kreativnost na ogled v Pavlovčevi galeriji	50
Šolarji upodobili lepote starega mestnega jedra	54
ŠOLSTVO IN ŠPORT	
Gimnazija Ilirska Bistrica se predstavi na tržnici srednjih šol	58
POTOPIS	
Z motorjem po ZDA – Katarina Škrab in Sebastijan Udovič iz MK Feistritz	61
NAPOVED DOGODKOV	
Koledar dogodkov v občini Ilirska Bistrica	63
RAZVEDRILLO	
Nagradna križanka Bistriških odmevov	64

Bistriški odmevi – glasilo Občine Ilirska Bistrica

Izdajatelj: Občina Ilirska Bistrica, Bazoviška cesta 14, 6250 Ilirska Bistrica | **Odgovorna urednica:** Tjaša Kaluža | **Uredniški odbor:** Boštjan Primc, Adrijana Kocjančič, Špela Barba, Maja Uljan, Stanislav Zver, Anja Zidar in Nevenka Ujčić | **Sedež uredništva:** Bazoviška cesta 14, 6250 Ilirska Bistrica | **E-naslov:** odmevi@ilirska-bistrica.si | **Lektoriranje:** Tamara Rojc (razen strani 31 in 51) | **Oblikovanje:** Ida Demšar, Design Demšar d.o.o. | **Grafična priprava in tisk:** PRESENT d.o.o., Dolenjska cesta 43, 1000 Ljubljana | **Naklada:** 5330 izvodov | **ISSN** 2536-2917 | Glasilo brezplačno prejmejo vsa gospodinjstva v Občini Ilirska Bistrica. | Uredništvo si pridružuje pravico krajšanja prispevkov in spremembe naslovov. Avtorica nepodpisanih člankov je odgovorna urednica. Prispevkov ne honoriramo. | **Fotografije:** Dejan Damiš, Tadeja Keš, Katarina Škrab, Elena Ujčić, Nataša Olenik, Sandra Olenik, Matjaž Vrh, Ivan Simčič, Helena Kalčič, Petar Nikolić, Kaja Boštjančič, Janez Logar, Franc Gombač, arhiv Mihe Vrha, arhiv družine Kompan, Stojan Spetič, Maja Uljan, Mateja Kakež, Tjaša Kaluža, KMS, DU3ŽO Ilirska Bistrica, KŠTD Tabor Kalc, DI Ilirska Bistrica, Društvo vezi, DZA Ilirska Bistrica, DU Ilirska Bistrica, DSO Ilirska Bistrica, Vrtec Jožefe Maslo Ilirska Bistrica, OŠ TT Knežak, Gimnazija Ilirska Bistrica, Društvo Ahec Jasen, ND Bistr. | **Fotografija na naslovnici:** Dejan Damiš

V BISTRIŠKI OBČINI PRIDNO ČISTIJO ODLAGALIŠČA, KI OSTAJAJO ZA ILEGALNIMI MIGRANTI

Po uspešno izpeljanem prvem krogu odstranjevanja odpadkov, ki so posledica nezakonitih migracij, delavci Javnega podjetja komunala, d. o. o., Ilirska Bistrica čistijo nahajališča v drugem sklopu sanacije. Prvi zahtevek za povrnitev stroškov sanacije divjih odlagališč, ki ga je Občina Ilirska Bistrica naslovila na državo, je že poravnan.



Prva faza čiščenja, ki je potekala v septembru, je zajemala odstranjevanje odpadkov na 19 lokacijah na območju Kočanije, Jelšan, Dolenj in Podgrada. Trenutno poteka druga faza čiščenja smeti, ki se nahajajo na področju Šembij, Koritnic, Mašuna, Sviščakov, Podgrada, Staroda, Račic, Industrijske cone Plama, Jelšan in Harij. V pripravi je tudi tretja faza, kjer je trenutno predvidena odstranitev odpadkov na 8 najdbiščih – od Kočanije proti Gomancem, na Sviščakih, proti Fabcem in v notranjosti občine.

Na podlagi sklepa vlade o finančni pomoči občinam, ki se soočajo z odvrženimi odpadki migrantov, je Občina Ilirska Bistrica podala že dva zahtevka za povračilo stroškov čiščenja. V prvi etapi čiščenja odpadkov, ki so jih za seboj pustili migranti, je bilo saniranih okrog 825 m² površin, za kar je Občina Ilirska Bistrica že prejela nakazilo za poslani zahtevek v višini 571 EUR na Urad Vla-



de Republike Slovenije za oskrbo in integracijo migrantov. Trenutno čiščenje v obsegu 2460 m² površin pa bo dražje, saj je občina na državo naslovila zahtevek v višini 2777 EUR.

POT DO ODLAGALIŠČA – ZBIRNEGA CENTRA GLOBOVNIK

Pri evidentiranju divjih odlagališč Občina Ilirska Bistrica dobro sodeluje z različnimi organizacijami kot so: gozdarji, lovci, planinci in ostalimi občani. Vsako posamezno lokacijo si ogledata občinski redar in policist. Na podlagi ogleda poli-

cist nedvoumno ugotovi, da je smetišče povezano z ilegalnimi migranti. Policist nato izmeri površino najdbišča in popiše vrsto odpadkov ter o najdbi obvesti Občino Ilirska Bistrica in ostale državne organe. Občina o lokaciji poroča JP Komunala, d. o. o., Ilirska Bistrica, ki na teren pošlje svojo ekipo. To sestavlja 8 zaposlenih, cepljenih proti klopnemu meningitisu, hepatitisu in tetanusu. Usposobljeni delavci v popolni zaščitni opremi odstranjujejo kupe odpadkov, ki se večinoma nahajajo na težko dostopnih terenih. Delo poteka počasi, saj je potrebno zbrane odpadke v velikih vrečah velikokrat ročno prenesti do ceste na tovarnjak. Ko odpadki prispejo v Zbirni center Globovnik, jih delavci komunale ločijo glede na vrsto. Največ odpadkov sodi v plastično embalažo – polietilen, ki ga migranti zašijejo in uporabljajo kot podlogo za spalne vreče, in platenke vode. Veliko je tudi zavrženih oblačil, obutve, nahrbtnikov in spalnih vreč ter ostankov hrane. Zbrane odpadke stehajo in na podlagi njihove teže bistriška komunala izračuna vrednost posamezne odstranitve odpadkov. ●



ŠESTI »FIRE COMBAT« V ILIRSKI BISTRICI

Že šesto leto zapored je Gasilska zveza Ilirska Bistrica organizirala gasilsko športno tekmovanje »Fire Combat Ilirska Bistrica 2019«, ki je potekalo v športnem parku Nade Žagar. Na tekmovanju so se pomerili najbolj pripravljeni operativni gasilci in gasilke iz Slovenije.



Tekmovanje je znano kot eno izmed bolj psihofizično napornih, saj morata tekmovalca, ki sta v popolni gasilski opremljeni, z izolirnim dihalnim aparatom, ki tehta skoraj 30 kg, premagati poligon, sestavljen iz različnih ovir, pri tem pa vsi stremijo k čim boljšim rezultatom. Tekmovalci morajo nedvomno pokazati veliko gasilskega kot tudi tehničnega znanja, saj se morajo z vrhno tehniko spustiti s 6 metrov visokega stolpa, prenesti lutko, ki ima 75 kg mrtve teže, in povleči B-cevovod.

Na poligonu, ki je bil prirejen za otroke in ni bil nič manj zahteven, se je pomerilo 44 ekip iz GZ Ilirska Bistrica, GZ Postojna in OGZ Koper. Otroci so se preizkusili v štirih različnih kategorijah, in sicer mlajši pionirji, starejši pionirji, mladinci in pripravniki, težavnost vaj pa je bila prilagojena posameznim kategorijam.

V kategoriji mlajših pionirjev je tretje mesto pripadlo ekipi iz PGD Knežak, drugo mesto PGD Nova vas in prvo mesto PGD Podgora-Podgraje. V kategoriji starejših pionirjev je tretje mesto osvojila dvojica iz PGD Pivka, drugo dvojica iz PGD Podgrad, najhitrejša v svoji kategoriji pa je bila dvojica iz PGD Knežak. Med mladinci je tretje mesto zasedla dvojica iz PGD Podgora-Podgraje, drugo mesto PGD Podgrad in prvo dvojica iz PGD Podgrad. V kategoriji pripravnikov je tretje mesto zasedla dvojica iz PGD Postojna, drugo in prvo mesto pa sta osvojili dvojici iz PGD Pivka. Po končanem otroškem delu se je tekmovanje z bučno podporo otrok preselilo na poligon za odrasle.

Med odraslimi se je pomerilo 28 dvojic in četvercev iz Slovenije, in sicer v



kategorijah člani do 30 let, člani nad 30 let, mešani pari in ženski pari ter 5 ekip četvercev. V kategoriji do 30 let je tretje mesto dosegla ekipa Bestića v sestavi Andrej Horvat in Anže Mužan iz PGD Dovje in PGD Rateče-Planica; druga je bila ekipa Vatrene dečka v sestavi Martin Pirih in Jaka Fidel iz PGD Ilirska Bistrica; prvo mesto pa je zasedla ekipa Ognjena škorpionja v sestavi Luka Leskovar in Miha Selinšek iz PGD Videž. V kategoriji nad 30 let je tretje mesto





zasedla dvojica Čifareli v sestavi Alen Dekleva in Nejc Križman iz PGD Podgrad; drugo mesto je zasedla dvojica Župenčar pa Županček iz PGD Kravčji vrh in PGD Gradnik; najhitrejši čas proge pa je postavila ekipa Nočna mora v sestavi Damijan Selinšek in Boštjan Vehovar iz PGD Videž. V kategoriji mešanih dvojic sta tretje mesto zasedla Martina Modic in Anže Čigon iz PGD Rakek in

PGD Postojna; drugo mesto je zasedla dvojica Hiti počasi v sestavi Boštjan Vehovar in Katarina Vehovar iz PGD Videž; najboljša pa je bila ekipa Petra in Anže v sestavi Anže Mužan iz PGD Hrušica in Petra Razinger iz PGD Rateče-Planica. V kategoriji ženskih dvojic sta se pomerili dve ekipi, in sicer Štajerke v sestavi Katarina Vehovar iz PGD Videž in Andreja Tič iz PGD Gorenje nad Zrečami, ki sta dosegli drugi čas, in Petra Razinger ter Petra Jaksetič iz PGD Hrušica in PGD Podgora-Podgraje, ki sta osvojili prvo mesto.

Za popestritev tekmovanja smo tudi letos pripravili nastop četvercev. Tretje



mesto je osvojila četverica iz PGD Knežak in PGD Podgora-Podgraje v sestavi: Janez Kastelic, Erik Delost, David Boštjančič in Stanko Fabec; Drugo mesto je zasedla četverica iz PGD Ilirska Bistrica v sestavi: Albin Škrab, Jaka Fidel, Miha Fajdiga in Marko Kresevič; najhitrejša pa je bila četverica iz PGD Videž v sestavi: Boštjan Vehovar, Damijan Selinšek, Miha Selinšek in Luka Leskovar.

Organizatorji se zahvaljujemo vsem prostovoljcem, ki so sodelovali pri izvedbi tekmovanja, Občini Ilirska Bistrica, vsem sponzorjem in donatorjem, različnim službam, ki so na prireditvi skrbale za varnost udeležencev in gledalcev, gledalcem za podporo in tekmovalcem, da so se udeležili tekmovanja in pokazali svoje znanje ter spretnosti. ●

Petra Jaksetič



DRŽAVNI PODPRVAK IN REKREATIVNI PRVAK MIHA VRH SE PREDSTAVI

Pogovarjali smo se z mladim motokrosistom Miho Vrhom z Dolnje-
ga Zemona, ki je aktualni državni podprvak in prvak v rekreativnem
prvenstvu v razredu 65-kubičnih motorjev. Zaradi prekrivanja dirke
za državno prvenstvo, ki se je odvijala v Slovenskih Konjicah, z dir-
ko za evropsko prvenstvo v Franciji se je Mihi letos zmagala na držav-
nem prvenstvu izmuznila iz rok, saj se je udeležil dirke v Franciji. Kot
obljubljajo organizatorji, bo v prihodnji sezoni koledar dirk v državnem
prvenstvu oblikovan bolj smotrno, Miho pa sedaj čakajo priprave in testi-
ranja za novo sezono, ki se prične marca. Po odlični pretekli sezoni smo ga
izbrali za našega sogovornika in mu čestitali ob pomembnem uspehu ter zaže-
leli še veliko športnih uspehov v prihodnosti.



Miha, koliko let imaš?

Star sem 11 let.

Koliko si bil star, ko si prvič sedel na motor?

Prvič sem sedel na motor pri 4 letih.

Čigav je bil motor?

Motor je bil od mojega starejšega brata.

Kdo te je navdušil za moto šport?

Ata.

Kdaj si se odločil, da se boš podal v svet moto športa?

Po nakupu prvega novega motorja sem se odločil za ta šport. Imel sem 7 let.

Kako sta z očetom prepričala mamo, da je to pravi šport zate?

Z rednimi treningi in resnim pristopom.

Kateri je bil tvoj prvi motor?

KTM 50 SX model 2006.

Koliko si jih do sedaj zamenjal in kateriga trenutno voziš?

Do sedaj sem zamenjal 9 motorjev. Trenutno imam dva motorja KTM 65 SX. Prvi je model 2019, drugi pa 2020, čeprav že razmišljamo o nabavi 85-kubičnega.

Na katerih tekmovanjih tekmuješ ozioroma katerih dirk se udeležuješ?

Tekmujem na rekreativnih in državnih dirkah, ki jih organizira AMZS, pa tudi na evropskih dirkah, v italijanskem državnem prvenstvu in če sem prost, se udeležujem tudi dirk Moto zveze Slovenije. Letos sem se prvič udeležil tudi svetovne dirke MX junior 65, ki je bila v Trentinu na progi Pietramuratta v Italiji.

Od kdaj do kdaj traja sezona?

Sezona se začne že marca in traja do novembra. Od novembra do marca potekajo priprave in testiranja za novo sezono.

Koliko tekem te čaka v posamezni sezoni?

Letos sem odpeljal 20 dirk.

Kako poteka tvoj trening? Kolikokrat na teden treniraš in kje?

Na motorju sem povprečno dvakrat na teden, trikrat na teden imam atletiko, enkrat tedensko smučarsko vadbo. Če imam vmes kakšno luknjo, pa za mojo fizično pripravljenost poskrbita mama in oče. Zelo radi kolesarimo, plavamo, smučamo in hodimo v hribe, kolikor nam dopušča čas.

Imaš svojega trenerja oz. kdo ti pomaga in daje nasvete?

Že od začetka me trenira oče, ki mi tudi svetuje.



Kaj spada v tvojo obvezno opremo?

Mojo obvezno opremo sestavljajo: čelada, očala, ščitnik vratu, ščitniki zgornjega telesa, ščitniki komolcev in kolena, škornji, rokavice in motoristični kombinezon.

Kako poskrbiš za svojo varnost?

Za svojo varnost skrbim z dobro fizično pripravljenostjo, kvalitetnim ogrevanjem pred vožnjo in koncentracijo na vožnjo.

Kdo skrbi, da tvoj motor deluje brezhibno?

Tudi za motor skrbi oče, pomaga pa mu moj brat. V zadnji sezoni smo imeli veliko smole in motorja nikakor nista hotela sodelovati. Zaradi nekonkurenčnega motorja sem se moral na dirkah še bolj truditi in garati.

Treningi in tekme so velik finančni zalogaj. Kako se znajdete? Vam pomagajo sponzorji?

Primorani smo se znajti sami. Sami servisiramo motor, trenira me ata, za fizično in psihično pripravljenost poskrbita ata in mama, podpora nam nudijo tudi stari starši, nekaj pa imamo tudi donatorjev, ki nas razumejo in podpirajo.

Je v tem športu huda konkurenca?

Da, konkurenca je huda.

Od kod prihajajo tvoji tekmeci?

Od vsepovsod.

Si se spoprijateljil s katerim od fantov?

S številnimi sem se spoprijateljil.

Se spomniš svoje prve tekme in kje se je odvijala?

Prvič sem tekmoval na kros progi Brnik.

Kako si se počutil in na katero mesto si se uvrstil?

Bil sem zelo presenečen, saj sem tekmo zaključil na odličnem drugem mestu.

Kdaj si prvič osvojil odličje?



Svoje prvo odličje sem si priboril v prvi sezoni leta 2016 v Semiču s 50 ccm motorjem.

Kolikokrat si se že povzpел na stopničke?

Velikokrat. Ne štejem več.

Katera zmaga ali tekma ti je najbolj ostala v spominu in zakaj?

Letošnja evropska dirka na Portugalskem, ker sem se prvič na takem nivoju boril za mesto med prvih pet.

Katere naslove si že osvojil?

S 50 ccm motorjem sem osvojil naslov državnega, rekreativnega prvaka in prvaka Moto zveze Slovenije. S 65 ccm motorjem pa sem podprvak v državnem prvenstvu in prvak v rekreativnem prvenstvu. Kot dober dosežek lahko šte-

jemo tudi uvrstitev v finale italijanskega prvenstva, a zaradi prekrivanja dirk z domačim prvenstvom dveh dirk nisem mogel odpeljati. Finala v evropskem in svetovnem prvenstvu sta mi tudi ušla za las.

Kakšni so vaši načrti za naprej?

Sezone še ni povsem konec. Trenutno smo v dilemi, ali nadaljevati v 65 ccm razredu ali prestopiti v 85 ccm razred. Želimo si tudi resnejše sponzorske pomoči.

Kaj pričakujete od nove sezone?

Malo več športne sreče. Ambicije in cilji so, je pa zelo odvisno od tega, kako bodo potekale priprave na novo sezono. V igri so tudi finančna sredstva. Moja želja je, da bi bil uspešnejši na evropskih dirkah in podobnih dirkah višjega ranga. ●



OBČINSKI PODROBEN PROSTORSKI NAČRT ZA TURISTIČNO SREDIŠČE SVIŠČAKI



Zasnova rekonstruiranega gospodarskega objekta ob parkirišču (Vir: Studio List)

Območje Sviščakov predstavlja veliko gozdno jaso v snežniških gozdovih na nadmorski višini okrog 1250 metrov. Severni del območja je urejen kot smučišča, južni del pa kot turistično naselje s 96-imi počitniškimi hišami. Osrednji objekt je planinski dom. Sviščaki so od Ilirske Bistrice oddaljeni 19 kilometrov. Do njih pelje državna cesta, prevozna v vseh letnih časih. Zaradi svoje lege in dobrih cestnih povezav so najpomembnejše izhodišče za izlete na 1796 metrov visok Snežnik.

Športno-rekreacijsko in turistično središče Sviščaki se je do sedaj urejalo z Odlokom o zazidalnem načrtu za območje Sviščakov iz leta 1967. Zaradi spremenjenih okoliščin, potreb in omejitev je Občina Ilirska Bistrica pristopila k izdelavi novega prostorskega akta, Občinskega podrobnega prostorskega načrta (OPPN).

Predmet občinskega podrobnega prostorskega načrta (OPPN) so prostorske ureditve na območju turističnega središča Sviščaki za potrebe razvoja turizma in rekreacije. Pravna podlaga za izdelavo OPPN-ja je Občinski prostorski načrt (OPN) Občine Ilirska Bistrica, v katerem je območje Sviščakov opredeljeno kot posebno območje za turizem, namenjeno gradnji hotelov, bungalovov in drugih objektov za turistično ponudbo

in nastanitev (območje SV 01) ter kot območje zelenih površin, ki so namenjene oddihu, rekreaciji in športu na prostem (območje SV 02). Velikost območja OPPN je približno 45 ha.

Urbanistična in krajinska zasnova območja izhaja iz reliefnih značilnosti, površinskega pokrova, obstoječe rabe prostora, oblike in lege parcel in dovoznih cest, arhitekturna zasnova pa poleg opisanega izhaja iz oblike in lege obstoječih objektov 02.

Na območju SV 01 je predvidena odstranitev več obstoječih objektov in naprav ter rekonstrukcija obstoječega planinskega doma. Poleg tega je načrtovana izgradnja hotela z depandansami in štirimi bungalovi. Na območju obstoječih počitniških hiš so predvidene: izgradnja 11-ih novih počitniških hiš

kot zapolnitev vrzeli med obstoječimi hišami ter obnova in preoblikovanje (rekonstrukcija) obstoječih počitniških hiš. Na robu velikega travnika je nasproti hotela predvidena ureditev manjšega ribnika, ob njem pa gostinskega objekta.

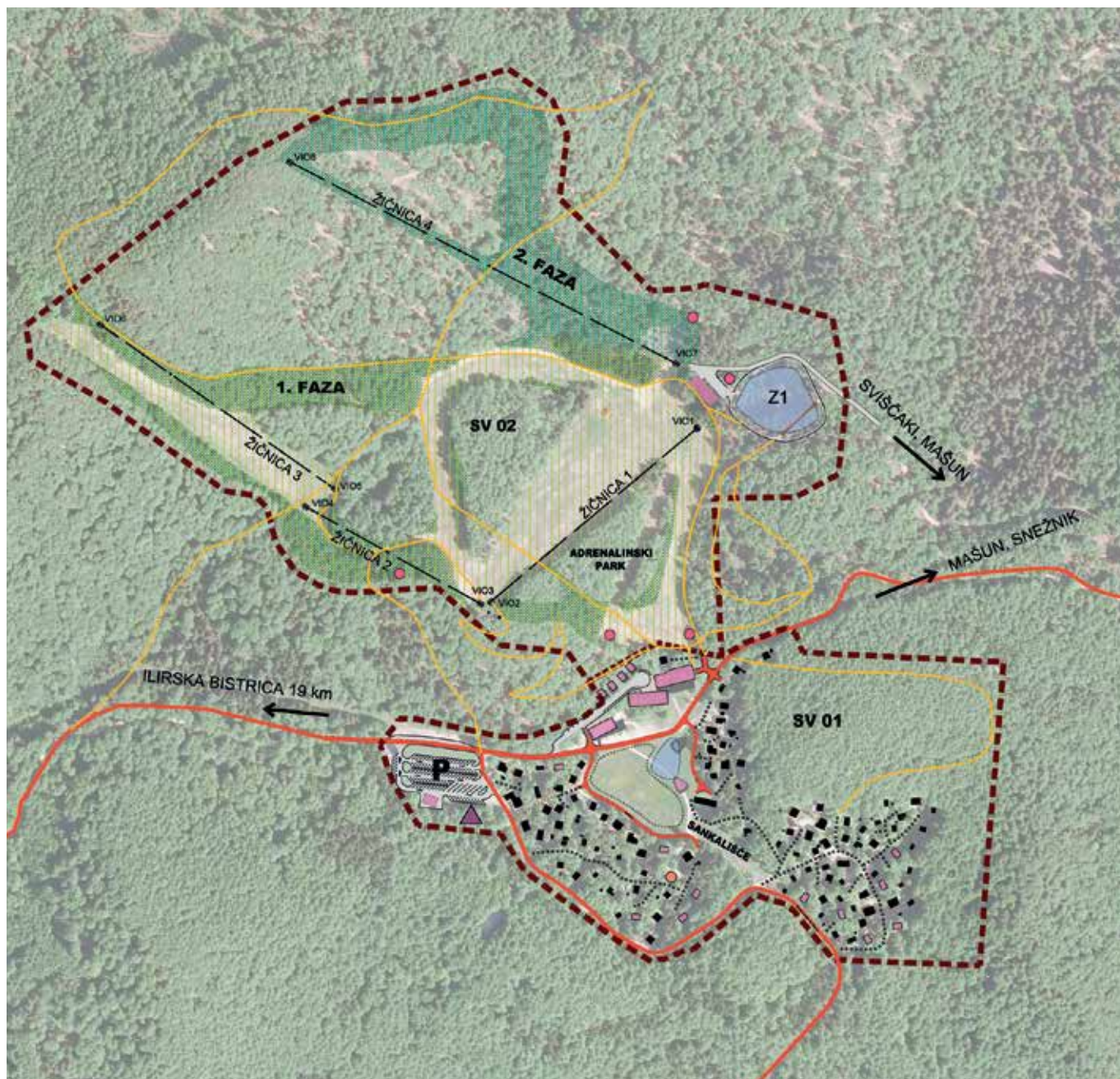
Načrtovana je preureditev obstoječega parkirišča, kjer bo možno parkirati približno 90 osebnih vozil, 12 avtomobov in 5 avtobusov. Na zeleni površini južno od parkirišča bo delno na travniku delno v gozdu urejeno manjše šotorišče. Preurejen ali na novo zgrajen bo gospodarski objekt, ki bo služil načrtovanemu šotorišču in parkirišču.

Na območju SV 02 so predvideni ureditev smučišča s štirimi žičnicami, izgradnja gospodarskega objekta za vzdrževanje smučišč in za gostinsko ponudbo, izgradnja vodnega zadrževalnika za potrebe zasneževanja in ureditev trim steze, doživljajskega in adrenalinskega parka ter prostorov za piknik.

Na celotnem območju Sviščakov bodo urejene sprehajalne poti, tematske poti,



Zasnova turističnih objektov planinski dom, hotel, depandansa, bungalovi (Vir: Studio List)



Kjh OPPN za turistično središče Sviščaki – prikaz načrtovanih ureditev (Vir: RC Planiranje, d. o. o., Celje)



počivališča, prostori za rekreacijo in otroško igro. Prav tako je na celotnem območju predvidena obnova, sanacija in dograditev obstoječega omrežja objektov in naprav gospodarske javne infrastrukture (GJI). Načrtovana je izgradnja kanalizacije z navezavo na čistilno napravo.

Na območju Sviščakov je več zavarovanih območij narave, zato se bodo na celotnem območju OPPN izvajali ukrepi za zaščito in varovanje okolja. Predpisana je uporaba okolju prijaznih materialov pri gradnji in drugih posegih v prostor; sanacija prizadetih površin zaradi gradbenih posegov pa se bo izvajala

po metodah sonaravnega urejanja. Na določene površine bo dostop omejen. Obiskovalci bodo usmerjeni na urejene površine za turizem in rekreacijo. Nekatere dejavnosti na območju ne bodo dovoljene oziroma bodo časovno omejene.

Z načrtovanimi ureditvami so soglašali vsi nosilci urejanja prostora. Odlok o občinskem podrobnem prostorskem načrtu za turistično središče Sviščaki je 26. 9. 2019 sprejel Občinski svet Občine Ilirska Bistrica, 18. 10. 2019 pa je bil objavljen v Uradnem listu RS, št. 62/2019. ●

DO SVIŠČAKOV KONČNO PO ASFALTU

Vse obiskovalce priljubljene izletniške točke ob vznožju Snežnika je razveselila novica, da je zaključeno asfaltiranje še zadnjega odseka makadamske ceste proti Sviščakom, kjer v prihodnosti nameravajo zgraditi moderen turistični center za letoletni turizem.

Direkcija RS za infrastrukturo je asfaltirala še zadnjih 6.965 metrov makadamske ceste RT-915, odsek 1376 Ilirska Bistrica-Grda Draga, od 11,950 km do 18,915 km. Projekt sanacije še zadnjega odseka neasfaltirane ceste proti Sviščakom je zajemal škarpiranje brežine, sanacijo opornih zidov, ureditev nakladalne rampe za posekan les in namestitev jeklene varnostne ograje ter asfaltiranje makadamskega vozišča.

Poleg asfaltiranja makadamskega odseka je DRSI poskrbela tudi za asfaltiranje 350 metrov dolgega odseka Jurčičeve ceste od križišča s Gregorčičevo cesto do mrliške vežice. Po v celoti asfaltirani cesti bodo z veseljem zapeljali vozniki

avtomobilov, motoristi in kolesarji, saj bo celotna pot lepša in hitrejša, predvsem pa brez nadležnega oblaka prahu, ki se je vil med vožnjo po makadamu.

RAZVOJ TURIZMA NA SVIŠČAKIH

Asfaltirana cesta je ključnega pomena za razvoj Sviščakov kot ene od najpomembnejših turističnih destinacij v bistriški občini, saj nameravajo na idiličnem koščku narave pod Snežnikom na nadmorski višini 1240 m ob prenovljenem planinskem domu urediti turistično središče za izlet, oddih, rekreacijo in šport na prostem, saj je neokrnjena narava snežniških gozdov privlačna in vabljiva v vseh letnih časih. ●



ZAHVALA

Za pomoč pri gašenju požara na gospodarskem objektu 8. oktobra 2019 se zahvaljujemo PGD Vrbovo, PGD Ilirska Bistrica, PGD Podgrad, KGZ Pivka in Simonu Prosenu, podjetju Instalacije Stojan Kovačič, s. p., Alešu Iskri, CZ Ilirska Bistrica, policijski patrulji Ilirska Bistrica, sosedom: Aleksu Valenčiču, Joži Logar, Vinku Logarju, Petru Kreseviču, Alojzu Primcu, Teodorju Brožiču, Jožetu Baši, Dragu Baši in Gregorju Derenčinu.

Iz srca se zahvaljujemo vsem sovaščanom in prijateljem, ki so kakor koli pomagali pri sanaciji požara!

Družina Čekada

VARNEJŠA UREDITEV KRIŽIŠČA PRI ŠPEHU

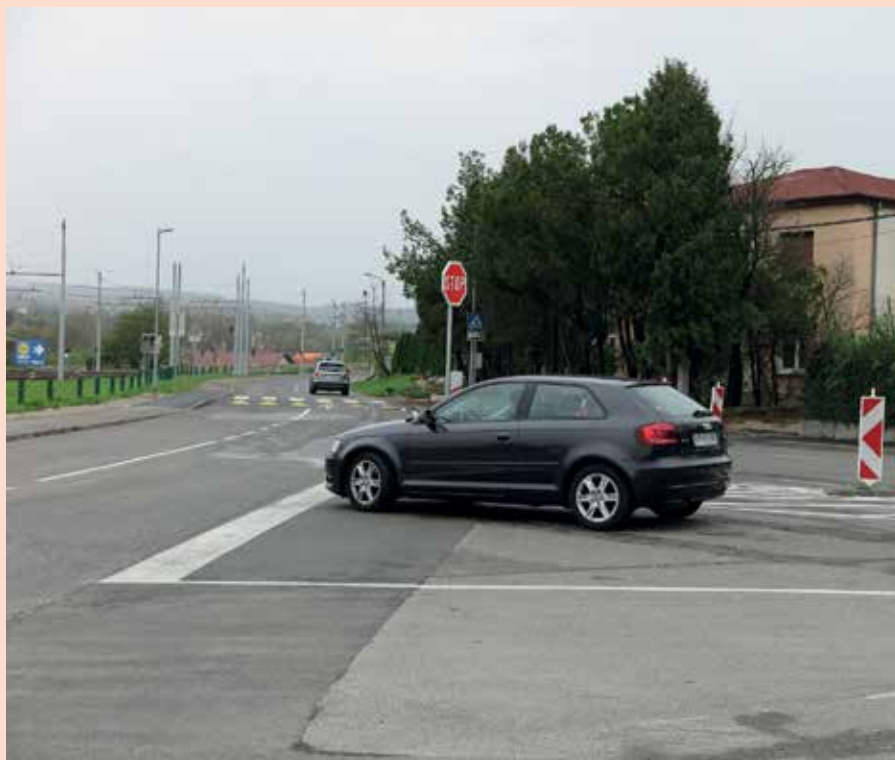
Zdaj je novo križišče pri Špehu varnejše za pešce, voznike in okoliške stanovalce.

Starejšo zasnovo križišča v obliki črke Y je zamenjala struktura pravokotnega T križišča, ki zadostuje evropskim standardom o večji varnosti v cestnem prometu. Novo križišče je enostavno, pregledno in veliko bolj jasno od starejšega koncepta križišča. Včasih se veliko voznikov ni zavedalo, katera cesta je prednostna, in so dostikrat izsiljevali voznike, ki so vozili po prednostni cesti. Nova zasnova križišča pa nedvoumno določa ulico Vojkovega drevoreda kot prednostno cesto, Gubčeva ulica pa je neprednostna cesta. Vozniki, ki prihajajo iz neprednostne Gubčeve ulice in želijo svojo pot nadaljevati po prednostni ulici Vojkov drevored, se morajo ustaviti pri znaku stop.

Stanovalce Gubčeve ulice sta razveselila nov pločnik in primerna ureditev dostopov do njihovih dvorišč, ki bosta močno olajšala njihovo vključevanje v promet.

Pešci se sedaj lahko gibajo po urejenih pločnikih, prečkanje ulic pa jim olajša-

jo kar trije urejeni prehodi za pešce – dvignjen prehod za pešce na Gubčevi ulici in običajna prehoda na Gubčevi ulici in v Vojkovem drevoredu. Preho-



di za pešce so opremljeni z vgrajenimi talni odsevniki, ki zagotavljajo večjo varnost pešcev v slabšem vremenu in nočnih urah. Dvignjen prehod za pešce pa učinkovito umirja promet in voznike opomni na spremenjeno prometno ureditev ceste.

Nepregledno križišče pri Špehu je tako postalo varno in urejeno, saj se je učinkovito omejila hitrost tako na Gubčevi ulici kot v Vojkovem drevoredu. Gradbena dela je izvedel EURO MB, d. o. o., za razsvetljavo in talne led smernike pa je poskrbel Ipil, d. o. o. V proračunu so bila za ta namen zagotovljena sredstva v višini 47.000 EUR. ●





DOM NA VIDMU SE ODSLEJ PONAŠA S KONCERTNIM KLAVIRJEM

Nov klavir je pomembna pridobitev za Veliko dvorano Doma na Vidmu, saj bo odslej lahko bistriška publika pogosteje prisluhnila igranju mladih nadarjenih učencev klavirja in uveljavljenih pianistov.

popušča, da se instrument uglesi. Strune nato potekajo prek kobilice, ki prenaša nihanje na resonančno ploščo, in so na spodnji strani z zatiči pritrjene na okvir.

Klavir je glasbilo s tipkami, ki se je razvilo iz čembala, spineta in njima podobnih glasbenih instrumentov. Od 18. stoletja je eno najbolj razširjenih glasbil in eden izmed najbolj priljubljenih

Klavir Yamaha C7X v dolžino meri 227 cm, širok je 155 cm, visok 102 cm in težak 415 kg. Uvršča se med salonske koncertne klavirje, ki jih večinoma uporabljajo na koncertih in v snemalnih studiih, saj imajo vsi toni zelo kvaliteten zvok. Klavirji z ležečimi strunami se uporabljajo tudi v glasbenih šolah za učenje klavirja, za domačo uporabo pa so predragi in zavzamejo preveč prostora.

Klavir ima 88 tipk in tri pedale. Bele tipke za »naravne« tone in črne tipke za zvišane tone na sprednji strani so pokrite s pokrovom. Za tipkovnico na treh nogah stoji masivno ohišje, znotraj katerega je železni okvir, na njem pa so napete strune. Te se z vijaki napenja ali



nih glasbenih instrumentov na svetu, saj se uporablja za klasično glasbo, jazz glasbo, solo nastope in komorno glasbo. Zelo je priljubljen tudi za komponiranje in vaje, zato bo uspešno obogatil različne koncerte in prireditve v Domu na Vidmu.

Občina Ilirska Bistrica je za nakup klavirja Yamaha C7X pri podjetju Benton iz Mengša odštela 42.000 EUR, na novo glasbilo pa je prvič zaigrala Nina Volk, ki na Glasbeni šoli Ilirska Bistrica poučuje klavir, korepeticije in komorno glasbo, poleg tega pa je tudi članica skupine Volk Folk, ki ohranja družinsko godčevsko tradicijo domačih krajev. ●

ODSTRANITEV KOSTANJEV NA TRGU MARŠALA TITA

Potem ko se je drevo pri bivšem gasilskem domu v maju nepričakovano zrušilo, se je Občina Ilirska Bistrica odločila za podroben pregled vseh obstoječih dreves na Trgu maršala Tita. Po pridobitvi soglasja o rušenju drevesa pri mesnici na Občini Ilirska Bistrica čakajo na mnenje stroke o treh mogočnih kostanjih, ki rastejo na platoju na Trgu maršala Tita.

Občina Ilirska Bistrica je pri javnem zavodu Arboretum Volčji Potok naročila arboristično mnenje o stanju drevnine v središču mesta na bistriškem »Placu«. Mnenje vključuje oceno trenutnega stanja in priporočila za nadaljnje ukrepanje za vsakega od treh kostanjev na platoju. Zavod Republike Slovenije za varstvo narave je že izdal soglasje za posek in odstranitev drevesa pri mesnici Puc, ki je delno votlo in zato obstaja resna nevarnost zrušenja. Ostala tri drevesa pa

čakajo na meritve. Z rezistometrom se bo ugotavljalo stabilnost drevesa in merilo njegovo trdnost, gostoto ter določilo vizualno oceno razkrojenosti.

Po opravljenih meritvah z rezistometrom in izdelanem poročilu o stanju dreves na platoju na Trgu maršala Tita bo Občina Ilirska Bistrica ravnala po navodilih pridobljenega strokovnega mnenja. V kolikor bo stroka ocenila, da so drevesa potencialno nevarna, se jih bo odstranilo. V kolikor pa bodo re-



zultati pokazali, da so drevesa v dobrem stanju, se jih bo pod strokovnim vodstvom zgolj obrezalo. ●



MOST ČEZ POTOK POSRTEV ZAKLJUČEN DO KONCA NOVEMBRA

Rekonstruiran most čez Posrtev bo zagotavljal ustrezno poplavno varnost in omogočal varen prehod avtobusom in tovornjakom.



Lokalna cesta Rečica-Zarečje-Bubec-Posrtvica v zgornjem delu doline potoka Posrtev predstavlja dostop do stanovanjskih objektov z naslovoma Čelje 40 in Zajelšje 30.

Strokovni izračuni so pokazali, da je imel most čez Posrtev (pri Deklevi) premajhen prost pretočni prerez in je predstavljal hidravlično oviro, zaradi katere je v preteklosti večkrat prihajalo do pre-

livanja preko mostu in vozišča ceste. Ker je bila konstrukcija mostu v zelo slabem stanju, most pa preozek in neustrezno opremljen za varen prehod vozil in pešcev, se je Občina Ilirska Bistrica odločila za njegovo temeljito rekonstrukcijo. Trenutno poteka temeljenje objekta, nato pa so predvideni rekonstrukcija mostu in ureditev odseka struge neposredno v območju mostu ter izvedba

nadvišanja levega brega struge zaradi zagotavljanja ustrezne poplavne varnosti objektov dolvodno od mostu.

Izvajalec del Map-trade, d. o. o., bo z deli zaključil predvidoma do konca novembra. Vrednost del znaša 165.853,82 EUR z ddv-jem. ●



VAŠ PARTNER, ZA VEČJO VARNOST NA CESTI Z NEVARNIM BLAGOM



ADR

- ▶ PREGLEDI VOZIL
- ▶ PREIZKUSI CISTERN
- ▶ USPOSABLJANJE VOZNIKOV
- ▶ VARNOSTNI SVETOVALEC PRI PREVOZU NEVARNEGA BLAGA
- ▶ KONTROLA TAHO IN OH



- ▶ TEHNIČNI PREGLEDI
- ▶ REGISTRACIJA VOZIL
- ▶ ZAVAROVANJE VOZIL
- ▶ PREPISI VOZIL
- ▶ CEMENT PREGLEDI



- ▶ PREGLEDI GASILNIKOV



modra številka

080 80 19

TIB STORITVE d.o.o., Šercerjeva 17, 6250 Ilirska Bistrica

info@tib-storitve.si

www.tib-storitve.si

SANACIJA MOSTU V DOLENJSKEM POTOKU

Občina Ilirska Bistrica ureja obstoječi most na lokalni cesti Dolenjski potok – odcep Mala Bukovica – ob glavni cesti Ilirska Bistrica – Jelšane. Obnovitvena dela bo financirala država na podlagi sprejetega programa o odpravi posledic neurij v oktobru 2018.

Vlada Republike Slovenije je 4. julija 2019 sprejela *Program odprave posledic neposredne škode na stvareh zaradi neurij s poplavami v letu 2018 v maju, juniju, juliju in oktobru*, s katerim so zagotovljena sredstva za obnovo poškodovane infrastrukture in izvedbo geotehničnih ukrepov. Občina Ilirska Bistrica je 27. avgusta 2019 podala vlogo za dodelitev sredstev za odpravo posledic naravne nesreče za obnovo občinske cestne in komunalne infrastrukture na mostu Dolenjski potok. Ministrstvo za okolje in prostor bo za plačilo obnovitvenih del pri odpravi posledic neurja z močnim vetrom in poplavami med 29. in 30.

oktobrom 2018 kot poseben transfer z državne ravni zagotovilo sredstva v višini 182.175,70 EUR.

PROJEKT SANACIJE

Obstoječi most je visok približno 1,49 metrov in širok 5 metrov, širina struge pa varira od 3,62 do 5,50 metrov.

Projekt sanacije zajema rekonstrukcijo mostu in obnovo vozišča, ureditev navezave na lokalno cesto Dolenjski potok – Mala Bukovica, cestnega priključka na glavno cesto Ilirska Bistrica – Jelšane in struge Dolenjskega potoka.

Dotrajani most bodo v celoti porušili in nadomestili z novim armirano-beton-



skim mostom z razponom v osi 11,20 metrov. Nov most bo širok 5 metrov. Bolje bo poskrbljeno za pešce, saj bo na njem tudi enostranski hodnik za pešce širine 1,75 metrov. Odprtina pod mostom in v cestnem propustu se dimenzionira za pretočno količino pogostosti pojava visoke vode Q100 z 0,5 metra varnostne višine.

Načrt prenove obsega tudi regulacijo struge, saj obstoječa ne prevaja pretokov s stoletno povratno dobo. Strugo bodo uredili gorvodno od mostu v dolžini 50 metrov in dolvodno od mostu v dolžini 50 metrov ter jo v tem delu očistili in uredil tudi naklon. Dno struge bo razgibano in enostransko poglobljeno za 30 centimetrov. Na območju mostu bodo dno struge in brežine tlakovali, prav tako bodo uredili naklon brežine. Pri izvajanju predvidenih posegov v Dolenjski potok se mora obstoječa obrežna vegetacija ohraniti v največji možni meri oziroma jo bo potrebno na odsekih, kjer je bila uničena, ponovno strnjeno zasaditi z avtohtonimi drevesnimi in grmovnimi vrstami, kot sta bela vrba in črna jelša.

Dimenzioniranje voziščne konstrukcije je izračunano za srednji promet. Cesta se bo s pomočjo prečnih in vzdolžnih nagibov odvodnjavala preko bankin v prosto ponikanje oziroma odvodni jarrek in nato v Dolenjski potok.

Izvajalec del MAP-TRADE se obvezuje, da bo z deli zaključil do 30. novembra 2019. ●



PODATKI ORGANOV UE

KONTAKTNI PODATKI ORGANOV IN JAVNIH ZAVODOV V OBČINI ILIRSKA BISTRICA

	uradne ure					telefon	e-naslov
	ponedeljek	torek	sreda	četrtek	petek		
Občina Ilirska Bistrica Bazoviška cesta 14 6250 Ilirska Bistrica	od 8. ure do 11. ure		od 8. ure do 11. ure in od 12. ure do 16.30		od 8. ure do 11. ure	05 71 12 300	obcina.ilirska-bistrica@ ilirska-bistrica.si
Upravna enota Ilirska Bistrica Gregorčičeva 2 6250 Ilirska Bistrica	uradne ure					telefon	e-naslov
	ponedeljek	torek	sreda	četrtek	petek		
	od 8.ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure	od 7.30 do 12. ure in od 13. ure do 17.30		od 8. ure do 13. ure	05 71 12 200	ue.ilirskabistrica@gov.si
Geodetska uprava RS Območna geodetska uprava Koper, Pisarna Ilirska Bistrica Gregorčičeva cesta 2 6250 Ilirska Bistrica	uradne ure					telefon	e-naslov
	ponedeljek	torek	sreda	četrtek	petek		
	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 17.30		od 8. ure do 13. ure	05 711 84 70	Pisarna.Guilbi@gov.si
Finančna uprava RS, Finančni urad Postojna, Sektor za davke, Pisarna Ilirska Bistrica Gregorčičeva cesta 2 6250 Ilirska Bistrica	uradne ure					telefon	e-naslov
	ponedeljek	torek	sreda	četrtek	petek		
	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure		od 7. ure do 12. ure in od 13. ure do 17. ure			05 700 16 00	po.fu@gov.si
CSD Primorsko- Notranjska, enota Ilirska Bistrica Gregorčičeva cesta 2 6250 Ilirska Bistrica	uradne ure					telefon	e-naslov
	ponedeljek	torek	sreda	četrtek	petek		
	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure		od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 17. ure		od 8. ure do 12. ure	05 711 01 40	gpcsd.ilirs@gov.si
Zavod za zaposlovanje, Območna služba Koper, Urad za delo Ilirska Bistrica Gregorčičeva cesta 2 6250 Ilirska Bistrica	uradne ure					telefon	e-naslov
	ponedeljek	torek	sreda	četrtek	petek		
	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 17. ure		od 8. ure do 13. ure	05 714 04 60	gpzrszkoper@ess.gov.si
Zavod za zdravstveno zavarovanje, Območna enota Koper, Izpostava Ilirska Bistrica, Bazoviška cesta 25 A 6250 Ilirska Bistrica	uradne ure					telefon	e-naslov
	ponedeljek	torek	sreda	četrtek	petek		
	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 15. ure	od 8. ure do 12. ure in od 13. ure do 17. ure		od 8. ure do 13. ure	05 66 87 244/ 05 66 87 245/ 05 66 87 247	oekp@zzzs.si

1. POHOD PO BRKINIH

Brkinski vasici Suhorje in Ostrožno Brdo sta 5. oktobra gostili pohodnike 1. pohoda po Brkinih. V luči razvoja trajnostnih turističnih produktov smo tokrat stopili skupaj TIC Ilirska Bistrica, Vaško društvo Suhorje in Krajevna skupnost Ostrožno Brdo. V želji po oblikovanju aktivnega in s tradicijo prežetega dogodka se je porodila ideja o vodenem pohodu po slikovitih Brkinih.

Na premierni izvedbi pohoda se je zbralo 40 pohodnikov, ki so pod vodstvom gospe Brigitte Volk iz Suhorja uživali v čarobnih zgodnje jesenskih Brkinih. Nezahtevna trasa 15-kilometerskega pohoda se je pričela na Suhorju in se po makadamski cesti nadaljevala do Ostrožnega Brda, kjer so pohodnike pričakali njegovi vaščani. Ti so za vse pripravili okrepčilo in voden ogled po spominski sobi v prostorih nekdanje ljudske šole.

Pohod se je nadaljeval po označeni pešpoti do Zalesja. Tam je pohodnike pričakal vodič po Partizanski bolnici Zalesje. Očarani nad skrivnostmi, ki se skrivajo v brkinskih gozdovih, in bogato naravo so pohodniki zavili nazaj proti Suhorju. Nazaj grede so odrasli premlevali zgodovino, otroci pa navdušeno iskali gobe in sledi živali. Pohod se je zaključil na Suhorju, ker so za vse pohodnike pripravili domačo joto, kruh in sladke dobrote. ●

Maja Uljan



PRAVLJIČNA
noč na gradu prem

sobota, 9. 11. 2019

Vstop prost!

16.00 - pripovedovanje z glasbo za OTROKE

17.00 - pripovedovanje z glasbo za ODRASLE

Pripoveduje pripovedovalska skupina Deveta dežela.

TIC Ilirska Bistrica



EKO SKLAD
SLOVENSKI OKOLJSKI
JAVNI SKLAD

EN SVET
NEODVISNO BREZPLAČNO
ENERGETSKO SVETOVANJE

PRIPRAVA NA KURILNO SEZONO

Čeprav nas topla jesen dolgo »razvaja«, se zima nezadržno bliža. Ali smo naše ogrevalne naprave pripravili na začetek ogrevalne sezone? Pripravili smo nekaj napotkov za pripravo ogrevalnih sistemov na kurilno sezono. Poleg nakupa kurjave je zdaj že skrajni čas, da opravimo tudi vzdrževalna in kontrolna dela na ogrevalnem sistemu, saj to poleg dobrega izkoristka vpliva tudi na varnost delovanja samega sistema.

KOTLOVNICA

Začeti moramo pri kotlovnici, ki mora biti čista, urejena in brez vse nepotrebne navlake. Pregledati moramo rešetke za dovod svežega zraka in jih po potrebi očistiti. Če kurimo na trda goriva, moramo za čistočo skrbeti sproti, z rednim odstranjevanjem pepela na požarno varno odlagališče.

Še večja čistoča je potrebna pri kurjenju s kurilnim oljem ali plinom. Gorilniki sesajo zrak, potreben za zgorevanje, in če pri tem sesajo tudi prah, ta povzroča motnje na delovanju gorilnika, s tem pa posledično nepopolno zgorevanje in s tem slabši izkoristek.

KOTLI NA TRDA GORIVA

Kotle za centralno ogrevanje moramo pregledati večkrat (2 do 3x), še posebej pa pred začetkom kurilne sezone. Kot produkt nepopolnega zgorevanja se pojavljajo katranske obloge. Vsak mm teh oblog pomeni tudi do 6 % izgub. Te obloge lahko sami očistite mehansko (z raznimi strgali in žičnimi ščetkami) ali pa s kemičnimi sredstvi. To so običajno tekočine, ki jih razpršimo po kurišču. S tem se točka gorenja katranskih oblog zniža pod 400 °C, te obloge pa pri naslednjem kurjenju zgorijo. Seveda lahko pokličete tudi dimnikarsko službo, ki opravlja dimnikarske storitve na vašem območju.

KOTLI NA TEKOČA IN PLINASTA GORIVA

Pri teh kotlih je zgorevanje veliko boljše, zato je tudi čiščenje manj pogosto

(1x letno). Pregled in po potrebi čiščenje priporočamo pred začetkom kurilne sezone. Če smo čiščenje kurišča že opravili sami, je nujno, da nam nastavitelj gorilnika opravi usposobljen in pooblaščen izvajalec.

Po opravljenem pregledu, servisu in nastavitvi mora serviser kontrolirati delovanje gorilnika in o meritvah izstaviti zapisnik (oz. merilni protokol), ki ga shranimo za primerjavo do naslednje nastavitve. Prihranki pri dobro nastavljenem gorilniku znašajo tudi do 10 %.

OSTALE OGREVALNE IN PREZRAČEVALNE NAPRAVE

Tudi druge ogrevalne naprave, kot so toplotne črpalke, klimatske naprave in električni kotli, potrebujejo servisni pregled. Kdaj, kakšen in kako pogosto naj bo pregled opravljen, je odvisno od zahtev proizvajalca naprave, zato ta navodila oziroma zahteve upoštevajmo. Seveda moramo upoštevati tudi zakonske predpise s tega področja.

DIMNIK

Čiščenje dimnika prepustimo dimnikarju, ki bo delo opravil strokovno. Pri kurjenju na trda in tekoča goriva je priporočljivo dimnik čistiti enkrat mesečno, pri plinastih gorivih pa vsaj dvakrat v sezoni. Naloge dimnikarske službe (določene z zakonom) so sledeče:

- pregledovanje malih kurilnih naprav, dimnih vodov, zračnikov in pomožnih naprav,

- čiščenje malih kurilnih naprav, dimnih vodov, zračnikov in pomožnih naprav,
- odstranjevanje katranskih oblog in izvedba protikorozijske zaščite,
- pregledovanje in čiščenje zračnikov.

Poleg kotlov, gorilnikov in dimnikov moramo kontrolirati tudi varnostne in merilne naprave. To delo lahko strokovno opravi serviser ali dimnikar ob svojem obisku.

Če boste sledili navedenim napotkom, boste poskrbeli za vse, kar je potrebno postoriti pred kurilno sezono in tako lahko mirno pričakali hladnejše jesenske oziroma zimske dni.

NE POZABIMO!

Od 1. januarja 2017 Pravilnik o zahtevah za vgradnjo kurilnih naprav (Uradni list RS, št. 100/2013) določa, da moramo javljalik CO vgraditi v vse tiste bivalne prostore, v katerih uporabljamo kurilne naprave, ki za delovanje uporabljajo zrak iz prostora. O tem moramo seznaniti dimnikarsko službo.

Lastnik oz. uporabnik je dolžan pristojni dimnikarski službi prijaviti vsako novo ali rekonstruirano kurilno/dimovodno napravo ali spremembo energenta. Prav tako je lastnik oz. uporabnik dolžan odjaviti kurilno/dimovodno napravo, ki ni več v uporabi. Prvi pregled se opravi tudi na obstoječih napravah, ki že dalj časa niso obratovalle in jih uporabnik želi na novo zagnati.

Toplotne črpalke v deljeni (split) izvedbi, z več kot 3 kg hladiva, je potrebno registrirati pri Agenciji Republike Slovenije za okolje, jih vsaj enkrat letno ustrezno pregledati (opraviti preverjanje uhajanja plina) in poročilo poslati na ARSO.

Tudi zelo mrzla zima ni neprijazna, če jo opazujemo iz toplega doma.

Več informacij lahko dobite v vaši svetovalni pisarni ob petkih popoldne. ●

Lucjan Batista,
energetski svetovalec mreže ENSVET

SPE ILIRSKA BISTRICA

SVETOVALNA PISARNA ENSVET ILIRSKA BISTRICA

BREZPLAČNO ENERGETSKO SVETOVANJE ZA OBČANE

Mreža Ensvet občanom v lokalnem okolju nudi individualno, brezplačno, neodvisno energetsko svetovanje in informacijske izobraževalne in ozaveševalne aktivnosti za promocijo ukrepov učinkovite rabe energije in obnovljivih virov energije.

Mrežo Ensvet skupaj z občinami organizira Eko sklad, ki je hkrati tudi koordinator mreže in vodi delovanje občinskih svetovalnih pisarn mreže ter vanjo vključenih energetskih svetovalcev.

KAKO IN KJE DO NASVETA?

- Osebno svetovanje: SPE Ilirska Bistrica, Gregorčičeva ulica 2 (Dom na Vidmu), Ilirska Bistrica

Predhodno se najavite na telefonsko številko 05 711 23 00 ali 05 714 13 61. Dosegljivi smo vsak delovni dan občine. **Svetovanje: vsak petek od 15.00 do 19.00**

- Svetovanje po e-pošti: lucjan.batišta@ensvet.si ali ensvet@ekosklad.si.
- Brezplačna telefonska številka **080 16 69** nudi osnovne informacije in podatke o posameznih temah, svetovalnih pisarnah, omogoča pa tudi naročanje.

KDO IN KAJ SVETUJE?

V pisarni vas pričakujem Lucjan Batišta, energetski svetovalac Mreže Ensvet.

Skupaj z vami bom poskušal najti za vas najboljše rešitve z naslednjih področij:

- energetska sanacija stavb ali učinkovita energetska zasnova novogradnje,
- ustrezna zasnova zunanjega toplotnega ovoja stavbe,
- ustrezna izbira stavbnega pohištva in zasteklitve,
- pomoč pri izbiri ustreznega ogrevalnega sistema in za vas primerne energente,
- izbira primerne sistema za prezračevanje in hlajenje,
- uporaba obnovljivih virov energije pri ogrevanju stavbe in pripravi sanitarne vode,
- možnost pridobitve nepovratnih sredstev in kreditov za URE in OVE,
- vsa ostala vprašanja glede rabe energije v vašem gospodinjstvu,
- nakup novega ali predelanega električnega ali hibridnega vozila,
- proizvodnja električne energije za lastne potrebe.

Vsi nasveti so za občane brezplačni.



Občina Ilirska Bistrica v sodelovanju z RRA Zeleni kras, d. o. o., nudi svojim občanom vrsto podpornih storitev:

- **brezplačno svetovanje** (oblikovanje ali izvedbo vaše podjetniške ideje, pomoč pri vzpostavitvi poslovanja,

iskanje potrebnih finančnih virov (povratnih in nepovratnih) in podobno),

- **pripravo poslovnih načrtov** in/ali **vlog za javne razpise** z različnih področij, pri čemer Občina Ilirska

Bistrica subvencionira 70 % cene in zgolj 30 % plača prijavitelj.

Za več informacij se obrnite na **RRA Zeleni kras, d. o. o.**, Prečna ulica 1, Pivka.

e-mail: jana@rra-zk.si, 05 721 22 48 ali marinka@rra-zk.si, 05 721 22 33 ●

PRIREDITEV OB 70. OBLETNICI VRTCA JOŽEFE MASLO ILIRSKA BISTRICA POSVEČENA AKCIJI CICIBAN – PLANINEC



Leto 2019 je za Vrtec Jožefe Maslo pomembno in častitljivo leto, saj praznujemo 70. obletnico organizirane predšolske vzgoje na Bistriškem. V prazničnem letu smo v vrtcu pripravljali različne dejavnosti, otroci so s svojimi ilustracijami poslikali zid, ki obdaja naš vrtec. Vzgojiteljice so v Domu na Vidmu pripravile in odigrale lutkovno igrico *Bi se gnetli na tej metli*; izdali pa smo tudi zgi-

banko o našem vrtcu in predšolski dejavnosti skozi čas. Praznovanje smo sklenili z osrednjo prireditvijo na Mašunu, kjer smo se na prvo in prijetno sončno soboto v oktobru zbrali vsi zaposleni, otroci in njihove družine. Ker smo že sedem desetletij vseskozi močno povezani z naravo, gozdom in gibanjem, smo se na Mašunu skupaj sprehodili po tamkajšnji gozdni učni poti in se spomnili nekdanje odmevne akcije *Ciciban – planinec*, ki se je rodila in kalila prav v našem vrtcu.

Vzgojiteljice v našem vrtcu so že od nekdaj čutile, da otroci za svoj celovit, ustvarjalen, samozavesten in zdrav razvoj potrebujejo naravo, gozd, gibanje, druženje in raziskovanje. Prav to jih je tudi spodbudilo, da so začele za starejše predšolske otroke organizirati izlete

v naravo in bližnjo okolico. Daljnega 29. marca leta 1974 so se skupaj s kar osemdesetimi malčki odpravile na prvi organiziran planinski izlet na bližnje Gradišče in ti otroci so tedaj postali prvi cicibani – planinci. Dejavnost so z navdušenjem in zanimanjem sprejeli tudi starši in drugi vrtci po Sloveniji, tedanja Mladinska komisija pri Planinski zvezi Slovenije pa je dejavnost *Ciciban – planinec* uvrstila v svoj izobraževalni program in jo priporočila vsem vrtcem v Sloveniji. Naši otroci so tako postali



prvi ponosni cicibani – planinci v Sloveniji, tedanji Jugoslaviji in bržkone tudi prvi v Evropi. Planinske podvige so beležili v dnevnik Ringa-raja. Za vztrajnost in številne izlete so bili nagrajeni z našitkom cicibana – planinca.

Danes v vrtcu dihamo, vzgajamo in živimo tesno povezani z naravo. Pri našem strokovnem delu nas vodijo načela gozdne pedagogike. Z otroki redno zahajamo v gozdno okolje. Tam lahko raziskujemo, ustvarjamo, se razvijamo, krepimo in nabiramo najdragocenejšo izkušnjo za vse življenje. Tam smo svo-



bodni, strpni, iskreni, čuječni, samostojni in samozavestni. Tam lahko sanjamo in hkrati živimo svoje sanje. Mašunskemu srečanju pa lahko s ponosom in če-

stikami ob visokem jubileju zakličemo: »Srečno še naprej!«

*Petra Klanšček,
Vrtec Jožef Maslo Ilirska Bistrica*



FAKULTETA ZA GRADBENIŠTVO IN GEODEZIJO SE JE POKLONILA BISTRIŠKEMU ČASTNEMU OBČANU



Izredni profesor Anton Prosen je 12. septembra 2019 v Linhartovi dvorani Cankarjevega doma na slavnostni akademiji ob 100. obletnici Fakultete za gradbeništvo in geodezijo Univerze v Ljubljani prejel jubilejno srebrno priznanje za pomemben doprinos k razvoju in ugledu fakultete.

»Izredni prof. Anton Prosen je bil vedno odprt, komunikativen pedagog in strokovnjak, vedno pripravljen pomagati sodelavcem in študentom. Zelo pomemben je njegov prispevek k uveljavljanju in povezovanju geodezije in prostorskega načrtovanja. V študijske programe je po vzoru izkušenj z Bavarske uvajal vsebine upravljanja in urejanja zemljišč ter posebej poudarjal pomen geodetov pri komasacijah, v razvoju podeželja in na področju celostnega upravljanja prostora. Že v 80. letih je uveljavljal koncept trajnostnega razvoja prostora s poudarkom na razvoju podeželja. Vseskozi je bil družbeno aktiven. Svoja razmišljanja in poglede je pogosto objavljala v dnevnem časopisju, še posebej pa je pomemben njegov prispevek k razvoju Geodetskega vestnika, ki ga je dvignil v mednarodno ugledno znanstveno revijo,« so zapisali v obrazložitvi nagrade v Geodetskem vestniku.

Izr. prof. Anton Prosen je eden izmed petih predavateljev, ki ga je fakulteta nagradila ob svoji 100-letnici delovanja. Svojega bivšega profesorja, ki je že 10 let v pokoju, so za pomemben prispevek k razvoju fakultete in stroke na področjih geodezije, geoinformatike in prostorskega načrtovanja tokrat nagradili z jubilejno srebrno plaketo UL FGG. Zaslužnemu profesorju so namreč ob 90. obletnici Fakultete za gradbeništvo in geodezijo Univerze v Ljubljani podelili jubilejno zlato plaketo. Poleg predavateljev je bilo še 10 nagrajencev – med njimi tudi Tehniška univerza v Münchnu, Tehniška univerza na Dunaju, Geodet-

ski inštitut Slovenije in Znanstvenoraziskovalni center SAZU ter posamezniki.

Dr. Anton Prosen je s svojo diplomsko nalogo *Namenska raba površin v občini Ilirska Bistrica s posebnim ozirom na urbanizacijo* leta 1976 in kasneje še v doktorski disertaciji *Urejanje podeželskega prostora s poudarkom na ekološkem vrednotenju* leta 1993 pokazal, da bo njegova strokovna pot posvečena novim smerem v sonaravnem urejanju podeželskega prostora in sodobni geodeziji. Svoje znanje o vlogi geodezije pri upravljanju prostora je nesebično predajal dodiplomskim in podiplomskim študentom, mladim raziskovalcem in strokovnjakom študijskega programa geodezije in drugih študijskih progra-

mov na Univerzi v Ljubljani. Kot glavni in odgovorni urednik osrednje slovenske geodetske strokovne revije *Geodetski vestnik* je omogočil, da revija postane temelj za predstavitev najnovejših raziskav in strokovnih razprav ter forum za izmenjavo novic v slovenski geodetski stroki. Geodetski vestnik je s svojimi sodelavci dvignil na raven ugledne mednarodne strokovne publikacije. Dr. Prosen se je v tujini uveljavil kot priznan strokovnjak za ruralno planiranje, ekologijo, upravljanje zemljišč in razvoj podeželja. Kot vrhunskega intelektualca in zaslužnega profesorja ga je prepoznala tudi Občina Ilirska Bistrica, ki mu je leta 2016 podelila najbolj prestižno priznanje – naziv častnega občana. ●



VEČNE ZAOBLJUBE SESTRE MARTINE ŠTEMBERGER

Prva oktobrska nedelja je bila posebej slovesna za sestro Martino Štemberger, saj je v ilirskobistriški cerkvi svetega Jurija med sosestrami, starši, bratom, sorodniki, prijatelji in župljani izrekla svoje večne redovne zaobljube.

Šolska sestra svetega Frančiška Kristusa Kralja je mladost preživela v Ilirski Bistrici, danes pa živi in deluje v samostanu v Repnjah. Slovesno mašo ob izreku večnih zaobljub je 6. oktobra 2019 v praznično okrašeni cerkvi svetega Jurija ob somaševanju več duhovnikov vodil spodnjeidrijski župnik Miro Marinič, ki je v Ilirski Bistrici nekdanj deloval kot kaplan. Sestri Martini, ki si je za geslo zaobljub izbrala citat svetega patra Pija: »Pojdite k Mariji! Ljubite jo! Vedno molite rožni venec!«, je med pridigo položil na srce, naj postaja vedno bolj podobna Mariji. Prav Marija je sestri mnogokrat stala ob strani ob njenih življenjskih odločitvah, sestra pa je tudi večkrat romala k njej v Medžugorje, zato je v spomin prejela kip Device iz tega romarskega kraja. V dar je dobila tudi rožni venec izpod rok otrok iz Spodnje Idrije. Ilir-

skobistriški župljani so ji poklonili sliko domače trnovske cerkve, ki jo je z usti naslikala domača slikarka Dragica Sušanj. Slovesno mašo so s petjem popestrili pevci bistriškega *Cerkvenega mešanega pevskega zbora Zvon* in *Otroškega zbora Zvonček* ter zbor *Šolskih sester svetega Frančiška Kristusa Kralja*. Vesele ob dokončnem koraku redovnice se je nadaljevalo pri cerkvi ob dobrotah, ki so jih pripravile domače gospodinje, praznovanje pa je v družbi domačih in prijateljev ter ob prijetnem programu sosester sklenila na Turistični kmetiji Peternelj. Tako bistriške kot tudi ostale župljane je dogodek posebej razveselil, saj med drugim vliva upanje za večje odločanje o vstopanju v redovniški poklic. Minulo soboto je namreč, kot je povedal domači župnik Stanko Fajdiga,

večne zaobljube izrekla tudi sestra Irena Jurgec, doma iz Šempetra pri Gorici, ki zdaj živi v bistriškem samostanu Šolskih sester De Notre Dame.

Po podatkih Slovenske škofovske konference za minulo leto v šestih škofijah Cerkev v Sloveniji deluje 32 redovnih skupnosti ali ustanov z novo obliko Bogu posvečenega življenja. Leta 2004 je bilo v Cerkvi v Sloveniji 822 redovnic in redovnikov z večnimi zaobljubami, leta 2017 pa 764. ●

Župnija Ilirska Bistrica

Foto: Simon Avsec



ROZALIJA BROŽIČ V DOMU STAREJŠIH OBČANOV NAZDRAVILA SVOJEMU STOTEMU ROJSTNEMU DNEVU



Slavljenka je svoj jubilej praznovala v krogu družine in prijateljev ter svojega najljubšega ansambla Snežnik.

V sredo,
16. oktobra 2019, je
bil prav poseben

dan, saj je ravno na ta dan pred natanko sto leti na svet prirojala Rozalija Brožič roj. Uljančič. Že zjutraj so pričele deževati čestitke z vseh strani: od sosoanovaleev in sosoanovalek, sester, negovalk, do ostalih zaposlenih, ki jih Zalika, kot jo imenujejo vsi, ki jo poznajo, vsakodnevno srečuje v Domu starejših občanov Ilirska Bistrica. V treh letih bivanja na Medenovem hribu je namreč spoznala skoraj vse zaposlene, s katerimi rada poklepeta o aktualnem dogajanju. Napetost se je stopnjevala in po opoldanskem kosilu je običajni počitek izostal, saj je bilo pričakovanje pred dogodkom preveliko.

Končno je ura odbila 14.30 in Rozalija Brožič je prispela v večnamensko dvorano,

*Življenje – to niso dnevi,
ki so minili,
temveč dnevi,
ki smo si jih zapomnili.*

P. A. Pavlenko

kjer jo je pričakala številčna družina. Kot se za visoki jubilej spodobi, so člani družine s slavljenko v ospredju najprej pozirali fotografu, nato pa so jo zasuli s čestitkami, dobrimi željami in šopki rož. Dvorana se je vse bolj polnila s sorodniki, prijatelji, znanci in sovaščani in ko so se zbrali vsi, se je program lahko začel. Program pa za slavljenko ni bil preseenečenje, saj je sama že pred dvema mesecema izrazila željo, da jo na njen dan razveseli glasba ansambla Snežnik. Letošnji dobitniki spominske plakete člani ansambla Snežnik se z veseljem izpolnili željo Rozaliji Brožič, ji voščili polno malho zdravja in zaigrali njeno najljub-



šo skladbo *Starec in polje*. Vse zbrane je nagovoril zet, ki je obenem tudi predsednik KS Jelšane Ivan Ceglar, nato pa je pred mikrofonom stopila vnukinja Romana Kompan, ki je pripravila diaprojekcijo življenjskih mejnikov stoletne Rozalije.

Rozalija se je rodila 16. 10. 1919 pri Muzgovih v Jelšanah staršema Janezu in Mariji Uljančič. Ko je bila Rozalija stara sedem let, sta morali skupaj s starejšo sestro Mici skrbeti za mlajšo sestro, sedemmesečno dojenčico Fanico. Skupaj z očetom so se preživljali s kmetovanjem. Po drugi svetovni vojni je Rozalija spoznala bodočega moža Jožeta Brožiča Surinovega iz Dolenj. 16. februarja 1952 so jima zadoneli poročni zvonovi in v zakonu sta se jima rodili hčerki Martina in Jožica. Po poroki je živela doma in skrbela za svojo družino in očeta. Gospodinjala je doma in pridno obdelovala vrt ter njive. Ko sta hčerki odrasli, sta spoznali svoja soproga. Prva se je leta 1973 omožila Martina, ki je dahnila večni da ženinu Jožetu Šestanu. Leto kasneje pa je pred oltar stopila še Jožica, ki je vzela Ivana Ceglarja. Rozaliji sta hčerki podarili štiri vnuke: Romano, Patricijo in Petra ter Simona. Stoti rojstni dan pa je Rozaliji čestitalo kar pet vnukov: Ana, Jan, Jaka, Miha ter Urban.

Rozalijo so s domoljubno pesmijo *Slovenec sem* razveselili člani MPZ Drago-





tin Kette, Domski pevski zbor »Bo, kar bo«, pa ji je pod vodstvom Vesne Bizjak in harmonikarja Ivana Šuštarja posvetil pesmi *V dolinci prijetni* in *Veš o Marija*.

Slavljenki so iz srca čestitali direktorica DSO Ilirska Bistrica Jasmina Tomažič, predstavnica občinske uprave Tjaša Kaluža in vnukinja Ana Kompan, ki je posebno za to srečanje svoji noni spesnila pesem ter ji na violino zaigrala uspešnico skupine Abba s pomenljivim naslovom *I have a dream*.

Po uradnem delu programa je prišel na vrsto najslajši del dneva – rezanje velike sadne torte, ki je nastala v domski kuhinji. Z napitnico *Kol'kor kapljic tolko let* so vsi zbrani skupaj nazdravili Rozaliji, ki je ob tej priložnosti srknila malo penine.

Rozaliji Brožič je iz srca voščila tudi tašča od hčerke Jožice Emilija Ceglar, ki je konec oktobra praznovala 97 let, veliko zdravja pa so ji zaželele tudi članice Karitasa iz Jelšan ter člani Cerkvenega mešanega pevskega zbora iz Jelšan pod vodstvom Anemarije Surina. Ker je Rozalija Brožič zelo verna kristjanka, ki je celo življenje pridno molila in še danes moli rožni venec ter svoje bližnje rada priporoči bogu, sta ji božji blagoslov podelila tudi domači župnik Franc Raspor in pomočnik bistriškega župnika Bogdan Saksida.

Po druženje in plesu ob zvokih ansambla Snežnik, so vsi zbrani obljubili, da se znova skupaj zberejo čez leto dni in nazdravijo Rozalijinem 101. rojstnem dnevu, saj je Zalika korenina, ki ne poznebe. ●

Zeleni kalček iz zemlje pokuka na plano, je kot življenje, ki nam vsem je dano.

Počasi življenje nam steblo razvije, pa še kakšen list, da nam slabo prikrije.

Včasih pokaže nam tudi zobe, kot trn, ki nas zbode, pokaže gorje.

A trnov je malo, tako kot deževnih dni, sonce posije in smo brez skrbi.

Počasi, glej, prvi se popek razvije, zaprt je še, da lepoto nam skrije.

A kmalu kot mavrica se tudi cvet odpre, pokaže nam, kako lepo nam je.

Iz popka nastane rdeč cvet, ki je nežen in hkrati lep.

Vsako jutro ga rosa osveži, vsak večer se zapre in sladko zaspi.

Pravnukinja Ana Kompan



ANGELA MERKEL IN JEAN CLAUDE JUNCKER NA BUČJADI 2019

Ekologija in uspešno recikliranje sta predzadnjo nedeljo v oktobru na Bistriško privabila nemško kanclerko, ki si je z veseljem ogledala vsa bogastva Brkinov.

V skladu z evropsko prepovedjo proizvodnje in uporabe plastične embalaže za enkratno uporabo se v Harijah, majhni vasici nad Ilirsko Bistrico, izvaja pilotni projekt *Kajntplastik*, ki gre korak naprej od gole zavrnitve plastične embalaže in se usmeri v recikliranje. Bistvo omenjenega projekta je recikliranje in menjava okolju neprijaznih vrečk, ki gnijejo po več desetletij, za vrečke iz prvovrstnega blaga, ki prihajajo v Harije iz Trsta. V Harijah se tako pripravlja zbiralnica rabljenih oblačil, ki niso iz sintetičnih materialov, ampak iz prvovrstnega bombaža, čiste volne in svile. Iz zbiralnice bo blago odšlo v nadaljnjo predelavo v šivalnice, kjer bodo skrojili in zašili nove nakupovalne vreče za tržišče celotne Evropske unije.

Angela Merkel je v okviru zelenega tržnega gospodarstva prebivalcem Harij ponudila možnost za zaposlitev in stabilno delovno okolje s poudarkom na ekologiji in sloganu *Nazaj k naravi*. Da bi se prepričala, kako poteka obetaven

naravovarstveni projekt, je prispevala v Harije v družbi predsednika evropske komisije Jean Clauda Junckerja. Eminentna gosta so pripeljali v ekskluzivnem Volkswagnovem starodobniku in v spremstvu štirih motoristov varnostnikov. Potem ko si je ogledala in pohvalila harijsko proizvodnjo, je nemš-



ka kanclerka izkazala veliko zanimanje za domače suhomesnate proizvode, kot so domače klobase in okusna pance-ta. Njen kolega Juncker pa se ni mogel upreti odlični domači slivovki in čarom mičnih gospodičen. Omenjeno dogajanje je izzvalo salve smeha pri publiku v Harijah, ki je z zanimanjem spremljala zagonetke in komične pripetljaje odličnega amaterskega harijskega teatra z Alenko Penko, Alenko Dolgan in Heleno Strle v ospredju.

Po ogledu zanimive predstave je za vse obiskovalce prireditve sledila pogostitev z bučo v osrednji vlogi, ki jo Harijci častijo že 11 let zapored zaradi njenih pozitivnih učinkov na človekovo zdravje. »Ker se bliža čas prehladnih obolenj, naredite nekaj za svoje zdravje. Pripravite si bučo kot glavno jed, prikuho ali sladico, kajti buča vodi med ostalimi poljščinami po hranilni vrednosti in prehranskem pomenu. Ima šestkrat več pektinskih snovi kot jabolko in drobnjak. Bučno meso pa je bogato z vitaminom A, vsebuje vitamin C, E in B6 ter kalijevo sol in železo,« so svoj nasvet za zdravo prehrano, ki nas obvaruje pred boleznijo, dali v KETŠD Alojzij Mihelčič Harije. ●



JASENSKE POTI PO BALKANU

Tudi letos smo se člani »Društva Ahec Jasen« potrudili in za naše člane in simpatizerje organizirali izlet. Tokrat smo izbrali Bosno in Hercegovino - državo, ki nam je tako blizu in obenem tako daleč. Malo zato ker je blizu in zanimiva, malo zato ker nas večina zna tamkajšnji jezik in ker je cenovno dostopna.

Tako smo se odpravili na pot po Balkanu in preko novih hrvaških avtocest hitro prišli do Međugorja, kjer smo se ustavili in si ogledali svetišča. Od tu je samo korak do doline Neretve, tam pa je zanimivosti toliko, da je en dan skoraj premalo. Odločili smo se za starodavno mesto Počitelj, ki je zaznamovano z zelo pestro zgodovino, saj stoji na samem vходу v bogato in rodovitno mostarsko kotlino. Nadaljevali smo v Blagaju in pri tamkajšnjem izjemnem izviru reke Bune. Na samem izviru stoji derviški samostan, edinstven na svetu, ki je zares vreden obiska. Mostar in njegove znamenitosti so bile naš zadnji cilj tega dne. Krasno mesto in še lepši most ob katerem človek kar nekoliko pozabi na nedavno grenko zgodovino in aktualne probleme, ki pestijo starodavno mesto.

Drugi dan smo v Jablanici obiskali Muzej bitke na Neretvi in nadaljevali pot ob Neretvi do Konjica. Tam smo hodili po zaklonišču, ki si ga je vodstvo bivše države uredilo v popolni tajnosti, v primeru, da bi prišlo do atomske vojne. Pot smo ta dan zaključili v Sarajevu. Kar



nekaj nas je v preteklosti že obiskalo to prestolnico in bili smo si enotni, da je napredek v njej očiten. Baščaršija je bila seveda neizogibna, prav tako pa tudi iz-



vir reke Bosne. Tisti, ki so bili tukaj kot mladi fantje v vojski, so obujali spomine. Lepo se je vrniti v kraje, ki so nam kljub vsemu ostali v lepem spominu. V hotelu smo doživeli pravo sproščeno ozračje bosanske »pjevaljke«, nam v čast pa se je igrala tudi *Golica*. Hvala gostiteljem.

Naslednji dan smo bili vsi dodobra utrujeni, zato smo soglasno izpustili ogled bosanskih piramid, saj je bil vzpon nanje po splošni oceni prezahteven. Namesto tega smo na hitro obiskali Travnik in Jajce, kjer je bilo res krasno, potem pa nas je čakala pot nazaj proti domu.

Končni vtisi so seveda enkratni in že razmišljam, kam bi se odpravili naslednje leto. Smo enotnega mnenja, da mora človek malo po svetu – če ne zaradi drugega, pa zato da se zave, kako zelo lepo je doma. ●

Društvo Ahec Jasen

SPOMIN NA POGUMNEGA PRIMORSKEGA LETALCA JOSIPA KRIŽAJA ŠE VEDNO ŽIVI

Pred 71. leti se je na območju Jarmovca smrtno ponesrečil primorski pilot in velik domoljub Josip Križaj. Spomin na njegova pogumna dejanja skrbno ohranjajo mladi planinci iz OŠ Podgora Kuteževo, ki skrbijo za njegov spomenik.



8. oktobra 1948 je bil oblačen in mrzel dan. Vidljivost je bila zelo slaba, saj se je na širšem območju Snežnika razprostirala gosta megla. Na področju Jarmovca ob meji med Hrvaško in Slovenijo so pripadniki hrvaških delovnih brigad sekali drevesa, ko so zaslišali močno eksplozijo. Brigadirji so mislili, da gozdarji pripravljajo novo gozdno pot in minirajo morebitne ovire. Ko pa so se naslednji dan vračali domov, so ugledali strašno razdejanje. Polomljene in razcefrane smreke so dale slutiti, da se je zgodilo nekaj strašljivega. Člani delovnih brigad so tedaj opazili razbitine letala JAK-3, na katerem je svojo življenjsko pot končala legenda slovenskih in jugoslovanskih pilotov ter pilot treh vojnih letalstev Josip Križaj.

Sredi osemdesetih so na pobudo planincev, veteranov – letalcev in preko

morcev pričeli z aktivnostmi glede postavitve spomenika pogumnemu letalcu. Konec osemdesetih se je reški letalski oficir Miljenko Pavešič obrnil na generala Antona Tusa, komandanta vojaškega letalstva in protizračne obrambe v Zemunu, ki mu je bila ideja tako všeč, da je za izvedbo tega projekta zadolžil takratnega načelnika vojaškega muzeja Božidarja Arandelovića. Za osnovo spomenika so vzeli letalsko krilo, pokončno postavljeno na podstavek, za postavitev spomenika pa so izbrali mesto ob robu ceste Klanska polica – Leskova dolina, nedaleč od dejanskega kraja nesreče. 9 metrov veliko krilo MiG 19 so z vlakom prepeljali v Ilirsko Bistrico in z velikimi napori na Jarmovec ter ga postavili na ustrezen podstavek. V podnožje so vzdali znak Jugoslovanskega vojnega letalstva in ploščo, na kateri piše: »Tu je

v letalski nesreči 8. oktobra 1948 preminil Josip Križaj, pilot v španski revoluciji in NOB, kapetan JLA.« Spominsko ploščo so mu postavili soletalci, poveljstvo vojnega letalstva in protizračne obrambe ter planinsko društvo Snežnik. 22. julija 1989 se je na mestu odkritja spomenika zbrala velika množica ljudi.

Spomin na neustrašnega pilota s skrbjo za vzdrževanje spomenika so prevzeli mladi planinci Osnovne šole Podgora Kuteževo, ki s ponosom prenašajo to čast na mlajše učence. Vsako leto na obletnico smrti obiščejo ta kraj in prižgejo svečko v spomin na pravega in klenega Primorca, čigar ime nosi Aeroklub v Ajdovščini, njegov spomenik pa krasi park pred upravno stavbo Aerodroma Portorož v Sečovljah.

Tudi letos so pester pevsko-literarni program na Jarmovcu pripravili mladi planinci Osnovne šole Podgora Kuteževo z ravnateljico Mirjam Vrh in vodjo planinskega odseka Marijo Štemberger. Pogumnemu borcu so se poklonili tudi predstavniki Občine Ilirska Bistrica in predstavniki Zveze borcev NOB Ilirska Bistrica s praporščakom Mišem Žbogarjem in predsednikom Stanislavom Zverom na čelu.

ŽIVLJENJSKA POT JOSIPA KRIŽAJA

Josip Križaj se je rodil 13. marca 1911 v Koprivi na Krasu. Kot vsi Primorci je že zelo mlad občutil tegobe fašizma in ko je prišel čas za služenje vojske, se je prijavil na razpis letalske šole v mestu



Capua, nedaleč od Neaplja. Zaradi mladostniške ljubezni do letal in pilotiranja je leta 1930 zaključil šolanje kot najboljši v svoji generaciji in bil kot edini tujec sprejet v t. i. »eskadron smrti«. Ko se je v Italiji okrepil fašizem, Križaju niso več zaupali pomembnejših nalog. Junija 1932 je pri opravljanju redne vojaške vaje pobegnil v Ljubljano. Po pristanku je takoj zaprosil za politični azil, a mu jugoslovanske oblasti niso zaupale in so ga zaprle. V Italiji pa so mu sodili v odsotnosti in ga obsodili na 16 mesecev zapora. Po dveh letih zapora v Bosni se je vrnil v Ljubljano, kjer je dobil jugoslovansko državljanstvo in bil sprejet v letalstvo. Pridružil se je organizaciji TIGR in se leta 1936 v španski državljanski vojni pridružil republikancem. Križaj je bil večkrat sestreljen in ranjen v letalskih zračnih napadih. Aprila 1938 se je vrnil v Jugoslavijo, kjer je kot inštruktor letenja poučeval na predvojaški pilotski šoli. Ob napadu na Jugoslavijo 6. aprila 1941 je bil mobiliziran in po-



slan na letališče pri Sarajevu. Tam je padel v nemško ujetništvo, od koder mu je uspelo pobegniti in se vrniti v porušen Beograd. Ob oblikovanju letalstva nove jugoslovanske vojske se je prijavil med pilote. Že decembra 1944 je postal inštruktor letenja in poveljnik eskadrilje v 11. lovski diviziji v Zemunu. V bojih na sremski fronti in bojih za zaključno osvoboditev dežele je sodeloval v podpori kopenskih sil in zavarovanju bombniških letal. Za sodelovanje v teh bojih je pridobil Medaljo in Red za hrabrost ter čin podporočnika. Že leta 1947 je postal stotnik in pomočnik poveljnika divizije za letalske zadeve.

8. oktobra 1948 je na poti iz Ljubljane njegovo letalo strmoglavilo v jugovzhodnem, zelo skalnatem in poraščenem predelu Jarmovca, približno 2 km zračne linije od vrha Snežnika.

Josipa Križaja so z vsemi vojaškimi častmi pokopali na pokopališču Žale v Ljubljani. Njegov častni vod pa so sestavljali njegovi najboljši piloti. ●

POČITEK PRI KAPETANOVI BAJTI ZAGOTOVLJEN



Občina Ilirska Bistrica ima mnogo naravnih lepot. Med najzanimivejše in najbolj obiskane kraje zagotovo spada Snežnik. Nanj se lahko povzpne iz različnih smeri, najpogosteje pa se njegovi obiskovalci odločijo začeti svoj pohod na Sviščakih. Pot, ki se vije skozi bukov gozd in nato prek ruševja do snežniškega vrha, je nezahtevna in polna raznovrstne flore in favne.

Snežnik oz. Veliki Snežnik je z višino 1796 m najvišji vrh v bližnji in daljni okolici, zato je z njega lep razgled po večjem delu Slovenije in sosednje Hrvaške. V lepem vremenu tako vidimo najvišje vrhove Gorskega Kotarja in Istre, kjer izstopajo Risnjak, Snježnik in Učka.

Na slovensko stran pa preko prostranih gozdov Notranjske vidimo tudi najvišje vrhove Julijskih Alp, Kamniško-Savinjskih Alp in Karavank.

Po pogovoru z županom Občine Ilirska Bistrica Emilom Rojcem smo se pri *Slovenskih državnih gozdovih, d. o. o.*, odločili, da z namenom krepite socialnih funkcij gozda v sodelovanju z lokalno skupnostjo ob poti na Snežnik

postavimo tri nove klopi. V sodelovanju s *Planinskim društvom Snežnik Ilirska Bistrica*, smo jih namestili pri *Kapetanova bajti*, do katere je še možen dostop z osebnim avtomobilom. Planinci, pohodniki in naključni sprehajalci se na njih spočijejo, se okrepčajo in si naberejo novih moči za nadaljnje podvige. ●

Janez Logar,
vodja gozdnega obrata Ilirska Bistrica,
PE Postojna

POD DEVETIMI GORAMI V TERSKI DOLINI, SKRINJI ZAKLADOV

Še pred začetkom novega študijskega leta se je Društvo Univerza za tretje življenjsko obdobje Ilirska Bistrica 24. septembra odpravilo na izlet in ekskurzijo v Tersko dolino, ki je le 25 km oddaljena od Vidma.



Nekje tam, v Beneški Sloveniji, kjer se Julijske Predalpe v visokih zidovih vzpenjo nad Furlansko nižino, teče potok Ter, ki izvira izpod Mužcev. Prav v porečju Tera ležijo nam vse premalo znani kraji, ki so lepi, samotni, predvsem pa imajo izjemno zgodovino, saj ležijo na prepihu narodov in kultur. Kljub temu se je tu vse do danes ohranilo največje bogastvo - živo slovensko tersko narečje.

Obiskali smo Bardo (Brdo) v istoimenski občini zgornje Terske doline. Po ozki ovinkasti cesti smo se prepustili odličnemu vozniku Rajku. Čudovita krajina in neokrnjena narava, polna zelenja, ki jo zaključijo mogočne gore, sta nas prevzeli. Ni čudno, da pravijo, da je to ena najlepših dolin v Furlaniji Julijski krajini. V vasi nas je pričakala gospa Luisa Cher. Po stopnicah smo se povzpeli do vaške cerkve sv. Jurija, gospa Luisa pa

nam je ob slikah predstavila kraj in okolico od nekdaj do danes.

V Julijski Predalpski svet so se Slovani verjetno naselili med 6. in 8. stoletjem. V 11. stoletju so prišli pod oglejske patriarhe, šele v 12. stoletju pa zasledimo prve zapise o slovenskih vaseh (Bardo, Ter). S prihodom Beneške republike (1400-1797) so prišli ti kraji iz izoliranosti. Benetke so opravile popis prebivalstva, začeli so skrbeti tudi za gozdo-ve. Prebivalstvu Terske doline je bila zaupana obramba gorskih prelazov in s tem so pridobili precejšnje privilegije, med drugim tudi uzakonjeno pravico, da vsaka tri leta izvolijo slovensko govorečega kaplana. Krščanstvo so misionarji med Slovence širili že v 9. in 10. stoletju. Po ukinitvi Beneške republike je do 1866 ozemlje prešlo pod avstrijsko oblast. Sledila so leta prve Italije, ki si je že na začetku zadala nalogo »Te

Slovane moramo iztrebiti ...«. Sledila je prva svetovna vojna, fašizem, ki je uvelodel popolno italijanizacijo, nemška okupacija po kapitulaciji Italije, partizanski boji, svobodno vzhodno ozemlje, razkol v odporiškem gibanju, osvoboditev in nova meja ter vojaški poligon proti vzhodu (Jugoslavija). Tajna organizacija je preganjala slovenske duhovnike, učitelje, izobražence in podžigala sovražstvo. Maja 1976 je prišlo do rušilnega potresa in izseljevanja.

Alessandra Ferrari, učiteljica, ki je prišla v Bardo 1916 in tam ostala 40 let, je prebivalce Terske doline opisala takole: »*Neutrudni delavci z močno voljo, izredno potrpežljivi, pripravljeni na prilagajanje in z veliko ljubeznijo do rodne dežele.*«. Ob našem obisku smo bili priča dejstvu, da se je ta majhna skupnost po vseh katastrofah spet postavila na noge. Po obnovi domov so začela nastajati združenja, manifestacije, pobude za ohranjanje, varstvo in vrednotenje nepojmljivo bogate in edinstvene jezikovne kulturne dediščine. Jezik, ki je ohranjen v Černejem rokopisu iz 15. stoletja, tukaj govorijo, pojejo in pišejo. Tudi znani župnik Don Renzo Calligaro (Furlan), ki je v Bardu že skoraj pol stoletja, v obredih ohranja nekaj slovenske terske govornice. V narečju berejo prevod enega berila in opravijo molitev po obhajilu. Pred nekaj leti ustanovljen pevski zbor ob drugih pesmih zapoje tudi nekaj narečnih ali slovenskih. Pred leti so celo izdali *Boavo besedo* (Božjo besedo, tri knjige evangelijev v slovenskem terskem narečju).

Cerkev je sama po sebi arhitekturni biser. Arhitekt Avon jo je postavil zraven



zvonika, ki je čudežno preživel potres. Vhod je odprl proti stopnišču, tako da gleda vas pod seboj in je s tem središče skupnosti. Notranja stran zidov je iz opeke, kar omogoča izredno akustiko. V cerkvi je še vrsta detajlov, tudi iz prvotne cerkve, ki tvorijo celoto. Velika dragocenost svetišča so orgle iz leta 1743, ki so delo dalmatinskega mojstra Nakića.

S številnimi predmeti obiskovalcu nudi pomemben vpogled v zgodovino tudi Etnografski muzej v Bardu. Za skupnost je to velika dragocenost, saj hrani zelo veliko materialno dediščino. Muzej, ki ima prostore v bivši mlekarni, hrani predmete, ki so jih uporabljali pri vsakdanjih opravilih, pri živinoreji, v gozdarstvu, pri rokodelskih dejavnostih in verskih obredih. Najzanimivejši predmet je lesen podplat za čevlje, s katerim so prekrivali luknje za sajenje. Posebnost so tudi »dolmini«, visoki leseni čevlji za hojo po močvirnih tleh. Danes je muzej odraz navezanosti terskih ljudi na preteklost in tradicije, ki jih nočejo pozabiti. Mislim, da smo ob pogledu na te predmete, ki so uspeli preživeti vse družbe-

ne in naravne katastrofe, pogledali v tla. Bilo nas je sram, saj naša skupnost še ni našla toliko moči ne ljubezni do dediščine, da bi jo pokazala potomcem in svetu.

Medtem ko smo se z gospo Luiso sprehajali po vasi, smo lahko na lično izdelanih tablah videli slovenska imena delov vasi. Pogovarjali smo se tudi o hrani. Najbolj cenjena, praznična jed je bila polenta, polita z maslom – »ocikana«. Od davnine so se ohranili tudi lepi in zanimivi običaji. »Kries«: kresove so včasih prižigali po vseh vaseh na dan Gospodovega razglasenja, to je na sveste tri kralje, 6. januarja. V Bardu je ta običaj še živ. Pust: na pustno soboto ob približno 14.30 praznujejo na trgu v vasi Sedlišča »veliki pust«, pustno rajanje za odrasle. Za to priložnost dve skupini iz Sedlišč in Barda pripravita in zaigrata komedijo, tudi v slovenskem terskem narečju, ki govori o vsakdanjem vaškem življenju ter predstavi dobre in slabe dogodke v minulem letu. Procesija: vsako prvo nedeljo v juliju se v Bardu praznuje Sveta Marija zdravja. Njen kip hranijo v

cerkvi. Že več stoletij se na ta cerkveni praznik v cerkvi zbere skupnost zgornje Terske doline. Dogodek se začne ob 9. uri z igranjem na zvonove, ki ga izvaja jo krajani, večji pritrkovanja, s čimer se oznani slovesna maša ob 11.30. Ponovnemu popoldanskemu srečanju v cerkvi sledi procesija z Marijinim kipom. Pot procesije ni ravno lahka: udeleženci se najprej spustijo po številnih stopnicah do trga vasi, nato se povzpnejo v zavetje svetega griča in se po stopnicah navzgor vrnejo na izhodiščno točko. Procesijo spremljata zvonjenje cerkvenih zvonov in glasba godbe. Cerkevna slovesnost se začne in konča z zelo starim obredom poljuba križa. Kot velewa običaj, slovesnosti sledi pogostitev. Ko pade mrak, se verniki poslovijo, na vzpetini pa se zariše obris svetlega križa Sedlišč, ki celo noč osvetljuje dolino.

Z zahvalo smo se poslovili od prijazne gospe Luise Cher in čudovite, vsestranske bogate Terske doline, ter nadaljevali pot proti novim naravnim lepotam, in sicer Belopeškim jezerom. ●

Marica Gaberšnik

USPEŠNO IZPELJAN SHOD V KNEŽAKU

Letošnje leto smo v okviru KŠTD Tabor Kalc že enajstič zapored ob 15. avgustu pripravili prireditev *Shod v Knežaku*, ki ga je tradicionalno zaznamovalo pestro popoldansko in večerno dogajanje za vse generacije.

V petek, 9. avgusta 2019, smo za najmlajše pripravili ustvarjalne delavnice in delavnico poslikave z airbrush tatuji, v večernem času pa zabavo z ansam-

blom *Šembidci* ter lokalno metal skupino *Black Ivy*.

V soboto, 10. avgusta 2019, smo poleg otroških delavnic in delavnice poslikave

z airbrush tatuji pripravili tudi tradicionalni turnir v škrebanju, ki vsako leto privabi večje število ekip. Večer se je nadaljeval z zabavo ob glasbi ansambla *Strel* in ansambla *Biseri*.

V času prireditve je bila v *Pumpa Baru* za obiskovalce na ogled fotografska razstava članov društva *Žarek* iz Sežane.

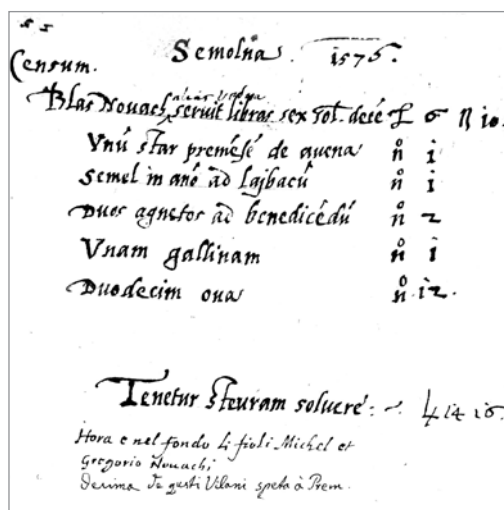
Upamo, da so vsi obiskovalci, teh se je zbralo kar lepo število, dobili svojo mero zabave. Vsem sponzorjem in podpornikom tega dogodka se zahvaljujemo za pomoč in podporo. ●

KŠTD Tabor Kalc 1869



HIŠNE ŠTEVILKE PRI NAS – DOLNJI ZEMON

Cesarica Marija Terezija je bila na čelu cesarstva od leta 1740 do leta 1780. Doba njene vladavine je sredi 18. stoletja cesarstvu prinesla velike reforme na vseh področjih življenja in dela. Reforme, ki jih je uvedla v obdobju svojega vladanja, so nastale kot posledica Avstrijske nasledstvene vojne s Prusijo in posledično sklenjenim mirom v Achnu (1748). Nasledstvena vojna je pokazala vse pomanjkljivosti cesarstva predvsem v gospodarstvu, financah in vojski. Tako je cesarica za potrebe modernizacije države zahtevala splošen popis prebivalstva, ki je bil prvič resnično izveden leta 1754. Z omenjenim popisom, ki naj bi potekal na tri leta, si je država utrjevala preglednost nad številom prebivalstva, kar je posledično pomenilo odmero davka in vojaških obveznikov za posamezno gosposko. Prebivalci Dolnega Zemona so do takrat plačevali fevdalne dajatve graščaku v vasi, posameznim gosposkam iz Jablanice in Prema ter Avguštinskemu samostanu na hrvaški Reki. Uradni popis je prikazal vse slabosti, ki so jih neuradno razlagali s sabotažo gospodstva, ko so načrtno prikazali manj prebivalstva, da bi plačevali manj prispevkov in prispevali manj vojaških nabornikov.



Glede na vse pomanjkljivosti popisa so se uradne oblasti odločile, da bodo uspešneje in natančneje določili popis prebivalstva, če bodo prebivalstvo lokalizirali s fiksiranjem ljudi na točno določeno lokacijo - hišo, in sicer s postavitvijo hišnih števil.

Cesarica je 10. marca 1770 izdala splošen razglasitveni patent (zakon) o popisu ljudi, vlačne živine in številčenju hiš. Tokrat so štetja opravili dvodelno: civilni popis vsega prebivalstva in vojaški popis mladeničev (nabornikov), sposobnih za vojaško službo. Deželne komisije so morale pred popisom s posebnimi razglasi obvestiti ljudstvo (tudi v slovenskem

jeziku) o pričetku popisa (konskripcije). Na nivoju okrožij (kresij) so popisno komisijo sestavljali uradniki okrožja in častniki lokalnih vojaških polkov. Za lažjo realizacijo popisa so okrožja razdelili v več števnih in numeracijskih oddelkov. Oddelke so sestavljale posamezne župnije, znotraj njih pa posamezna mesta in vasi. Popisne komisije so praviloma štele pet članov: predstavnik okrožja, vojske (častnik), dva vojaška in en civilni pisar. En vojaški pisar je bil zadolžen za popis krščanskih moških in vlačne živine, drugi pa za numeracijo oz. številko hiše. Civilni pisar je moral poleg

popisa krščanskih moških in vlačne živine popisati še judovske in ženske duše in s tem opravljati obsežnejše delo kot oba vojaška pisarja.

Popisna komisija se je premikala od vasi do vasi. Za potrebe kvalitetnega popisa so najemali lokalne vodiče, saj pomanjkljivo vrisane poti na zemljevidu niso bile prepoznavne v naravi. Delo komisije je bilo zelo natančno določeno, saj niso smeli izpustiti nobene lesene kajže ali osamljenega naselja. Komisije so morale rezultate svojega dela preveriti še na župnijskih uradih, da preverijo število izgubljenih in najdenih duš na osnovi opravljenega popisa. Pri popisu so poseben poudarek namenili moškim, ki so bili rojeni leta 1740 in so bili ob opravljenem popisu leta 1770 dovolj stari za nabor oz. vojaško obveznost. Ženske, starejše moške in judovsko prebivalstvo so ob popisu pomanjkljivo popisali, saj so večkrat izpustili ime in priimek in navedli samo hišno številko. Ženske so bile v podrejenem položaju kot nekakšen privesek pri popisu.

So pa zato temeljiteje popisali vlačno živino, vole in konje, ki so bili izjemnega pomena za vojsko. Zaključimo lahko, da je bilo leto 1770 čas, ko je popis prešel od župnika in graščaka pod okrilje popisne komisije okrožij. Po tem popisu so na Dunaju poznali vsakega polnoletnega moškega z imenom in priimkom, naslovom in drugimi osebnimi podatki. Popis prebivalstva je bil dejansko izgovor za

Semolna 1575

Činž:

Blaž Novak (Blas Nouach),

nadpisano: imenovan tudi (aliter) Urdna (?),

služi šest lir in deset soldov.

L 3, sol. 10

En star »premesa« od ovsa

št. 1

Enkrat na leto (tovori) v Ljubljano.

št. 1

Dvoje jagnjeti za blagoslov

št. 2

Eno kokoš

št. 1

Dvanajst jajc

št. 12

Dolžan je plačati davek.

L 14 16

Dva novejša dopisa:

Zdaj sta na posestvu sinova Mihel in Gregor Novak (Michel et Gregorio Nouachi).

Desetina teh vaščanov pripada Premu (Prem).

vojaški popis, s katerim so imele oblasti seznam za nabor. Mladenci niso smeli vedeti, ali sta jih popisni častnik in pisar vpisal v rubriko, da so sposobni za vojaško službo. Častnik je samostojno opravil delo nabora, brez predhodnih preiskav, ali je nekdo sposoben ali nesposoben za vojaško službo. Nabornik je bil seznanjen z odločitvijo vojaške popisne komisije šele takrat, ko so ga vojaški organi (biriči) odpeljali v vojaški stan.

Popisna komisija je konec leta 1770 k agregaciji (analizi) stanja podatkov ob popisu morala za potrebe dvornega vojnega sveta dodati še opisno oceno gospodarskega in socialnega stanja na podežlju. Opis socialnega in ekonomskega stanja je odkril zastrašujoče razmere o stanju prebivalstva, še posebej kmečkega, ki je na osnovi tega zapisa bistveno vplivalo na agrarno reformo, ki sta jo Marija Terezija in njen naslednik Jožef II. pričela uresničevati ob koncu 18. stoletja. Popisne komisije so na podežlju registrirale neznosne zdravstvene in higienske razmere, opazale so, da velika večina ljudi, razen na Krasu, živi v lesenih hišah, kriticah s slamo ali škodlami, pogosto skupaj z živino in domačimi živalmi. Ker je bilo prebivalstvo pod vplivom raznih bolezni, se mu je popisna komisija izmikala iz strahu, da se česa ne nalezejo, ko so morali prenočiti v odročnih krajih. Obenem je komisija opozorila dvorni vojaški svet, da se na območju Kranjske, Istre in Notranjske zaznava večje število bolj svobodnega življenja ljudi, pijančevanja in cestnega razbojništva kot so ga zaznali v avstrijski Istri.

Vse, kar smo predstavili, je spadalo v drugo polovico 18. stoletja, v čas razsvetljenega absolutizma, ki je povzdigoval delo in obsojal nedelo ter prosjačenje. Poglavitni cilj razsvetljenega absolutizma so bili koristni in dela zmožni državljani, ki redno plačujejo davek in so primerni za vojsko.

Številčenje hiš je ena največjih inovacij razsvetljenstva, ki je bilo obsedeno z redom in klasifikacijo ter z željo po obvladovanju prostora in prebivalstva ter željo oblasti po podrobnem pregledu notranjih zmožnosti države iz davčnih, policijskih in vojaških razlogov.

Numeracija hiš kot tehnologija klasifikacije in dodeljevanja naslovov hiš iz prvega

pomanjkljivega popisa prebivalstva leta 1754 je nakazovala primarno potrebo po podrobnem določanju lokacije prebivalstva z namenom čim natančnejšega popisa prebivalstva. Lokalne popisne komisije so morale na osnovi splošnega zakona (patenta) cesarice Marije Terezije z dne 10. marca 1770, v vsakem kraju oštevilčiti hišo, saj je bila s strani države do takrat hiša nepremičnina, izolirana od zunanjega sveta. Hiša je namreč skrivala bogastvo, po katerem je hrepenela država in si s pomočjo tega zagotavljala polnjenje državne blagajne. Tako lahko zaključimo, da je bila hiša zaprt objekt, dokler država ni vpeljala sistema adresiranja oz. oštevilčenja. Po novem je imela vsaka hiša številko in ljudje, ki so v njej živeli, so dobili naslov. Tako od leta 1770 dalje hišna številka postane zanesljivo znamenje identifikacije kraja in njegovih stanovalcev. Res pa je, da je bila identifikacija pred vpeljavo hišnih številk vezana na ledinsko ime pri hiši, ki je bilo znano samo lokalnemu prebivalstvu, gosposki in župniku, katerih interesi so bili v nasprotju z interesi države. Ledinska imena so se večkrat podvajala in ponavljala, kar lahko vidimo tudi pri Dolnjem Zemonu (Novak, Šimonč, Dem, Grill, Lukna, Paulin ...). Z določitvijo hišnih številk so prej omenjena ledinska imena dobila hišne številke (Novak, hišna št. D. Zemon 12–13, Šimonč, hišna št. D. Zemon 18–19 ...).

Dva dni po patentu (zakonu) marca 1770 je mati Cesarica določila, da je najvišja hišna številka hkrati poistovetena s številom hiš nekega kraja. Nespremenjeno in očarljivo enostavno logiko omenjene gospe ponovno najdemo pri popisu prebivalstva iz leta 1869. Obenem je bilo določeno, da v vsakem kraju dobi hišno številko 1 hiša, ki jo je popisna komisija najprej obiskala, nato pa sledijo ostale hišne številke. V večjih krajih in mestih je dobila številko 1 najbolj reprezentančna oz. pomembna hiša, kar pa ni bilo pravilo. Da sta obstajala oba načina zapisa hišnih števil, lahko ponazorimo na Dolnjem Zemonu. Tam je hišno številko 1 dobil graščak (Grad), kjer se je popisna komisija ustavila najprej, da bi svoje delo po navadi nadaljevala pri grajskem oskrbniku, predelavcu oz. »strž mojstru«. Na Dolnjem Zemonu se je tako

številčenje nadaljevalo pri Hurjovih (Vrh št. 2), Geržina (Vrh št. 3), Paulin (Vrh št. 4), Kmet Benčič (Vrh št. 5) in tako dalje.

Pri številčenju hiš se niso ozirali na cestno ali drugo infrastrukturo in na naseljeno oz. nenaseljeno hišo. S tem je številčenje dobilo tudi enakost (demokracija) glede velikosti objekta, ne glede na naseljenost oz. poznejše možnosti najema (ali fita) nenaseljene hiše. Tako imamo na Dolnjem Zemonu v tako poimenovanem modernem popisu prebivalstva 1857. leta nekaj nenaseljenih hiš (Dol. Zemon št. 53, Dol. Zemon št. 63). Popisne komisije so naletele tudi na nejevoljo prebivalstva, saj so pričeli ljudje, ko je pisar z oljno črno barvo nad vhodnimi vrati zapisal številko, glasno spraševati, ali ne pomeni ta ukrep požrešne države nov davek. Tako se je marsikje zgodilo, da so ljudje spraskali ali prebarvali hišno številko še preden je komisija zapustila naselje. Niso pa se upirali samo navadni ljudje, temveč tudi graščaki, ki se niso mogli sprijazniti z dejstvom, da jim bo država odvzela del davka, še bolj pa jih je prizadelo to, da so komisije njihova posestva označile z enakimi številkami kot jih nosijo navadne kajže in hiše. Dvorna komisija je kljub pritožbam vztrajala pri demokratičnem številčenju objektov, naj si gre za kajžo, hišo ali pa grajsko poslopje. Težave, ki so nastale z izbrisanimi hišnimi številkami in nastalo zmedo, je iznajdljiva okrajna popisna komisija rešila z nameščanjem varnostne kopije številke v notranjosti hiše. Poleg tega so gospodarju hiše naročili, naj skrbi za vidnost in prepoznavnost številke. Zagrožena denarna kazen je bila ob koncu 18. stol. šest cesarskih tolarjev, po dvornem dekretu pa 9 goldinarjev. Dvorni dekret za prekrške je bil izdan 15. decembra 1770.

Hiša je dobila hišno številko, ki je bila najprej nanesena s črno barvo in pozneje zamenjana s pločevinasto ploščico nad vhodnimi vrati, hišne stene pa so postale propustne za zunanji svet, saj so omogočile častnikom za nabor, izterjevalcem davkov in policiji dostop do notranjosti hiš. Hišna številka je omogočila tako imenovano državno prilaščanje, ki je z vidika absolutistične države ljudstvo spreminjalo v uporabno prebivalstvo. Posebej moram izpostaviti vojsko, ki si je najbolj prizadevala popisati prebival-

stvo in opraviti številčenje hiš, saj je od krepostnih državljanov zahtevala, da se ji podredijo in sooblikujejo skupnost poslušnih, ki so jo nadgradili s pozivom v vojaški stan. Absolutistična država je začela z realizacijo svojega cilja poslušnih, odgovornih, izobraženih in delovnih državljanov cesarstva. Odslej je bila hišna številka osnovna enota pri popisu kraja in je povezovala prebivalstvo pri popisu s popisno polo, ki jo je imela okrajna popisna komisija.

Pojasniti moram, da je bila v praksi numeracija hiš v Habsburški monarhiji nekoliko starejša, kot jo poznamo iz omenjenega splošnega zakona (patenta) iz leta 1770. Prvo številčenje hiš v Evropi so opravili v Madridu leta 1750 in že leta 1754 v našem Trstu, ki je bil oštevilčen pred cesarskim Dunajem. Istega leta so oblasti v cesarskem mestu razpravljale o številčenju hiš, vendar iz strahu pred velikim odporom prebivalstva in velikimi finančnimi stroški to ni bilo izvedeno. Vze-

li so si čas in prebivalstvo prepričevali, da bodo opravili popis in številčenje hiš zaradi večje varnosti, ki jo bodo zagotovili, ko bodo popisali brezdomce, berače, kriminalce in ostale mestne vsiljivce. V cesarskem mestu so tako številčenje hiš in popis opravili šele v letu 1770.

V poznejšem obdobju so hišne številke postale uporabne, koristne, razširjene in nepogrešljive. Ljudje na vasi in mestu so sprejeli numeracijo in spoznali praktičnost ter uporabnost hišnih števil v vsakdanjem življenju. O tem v naslednjih desetletjih, predvsem pa v 19. stoletju, pričajo časopisni oglasi za prodajo hiš, najem stanovanj in trgovske storitve. Po Terezijanski dobi se je uveljavila poštna komunikacija, ki je omogočala uporabnost, in natančno določanje naslova poštnega prejemnika oz. pošiljatelja. Na tem mestu moramo priznati tudi nadaljnjo uporabnost hišnih števil, ki so bile osnova za poznejši seznam hišnih gospodarjev oz. posestnikov, ta pa je bil

osnova za delitev zemlje in urejanje katastrskih izmer ter map v 19. in 20. stoletju. Če analiziramo vpliv vzpostavitve hišnih števil v letu 1770 z današnjim časom, lahko vidimo sorodne namene države. S hišno številko smo zaznamovani od rojstva kot stalnega ali začasnega prebivališča, ki nam daje identifikacijo, kje na Dolnjem Zemonu živimo, kam nam pošljejo pismo, ki vsebuje davčno odmero, letno dohodnino in položnice za elektriko, smeti, vodo, televizijo itd. V današnji digitalni dobi 21. stoletja nam preko satelitskih povezav določijo lokacijo bivališča, ki jo interpretirajo prav s hišno številko. ●

Viri

- Škofjski arhiv Koper (ŠAK).
- Državni arhiv na Reki (DAR).
- Inštitut za novejšo zgodovino, Ljubljana; Arhiv Republike Slovenije, Ljubljana 2018.

Ivan Simčič,
kustos zgodovinar

HIŠNE ŠTEVILKE DOLNJEGA ZEMONA OB PRVEM MODERNEM POPISU LETA 1857

Hišna št.	Ledinsko ime pri hiši	Priimek
1.	Grad	Scribani - Rossi
2.	Hur	Vrh
3.	Vrh	Geržina
4.	Paulin	Vrh
5.	Kmet	Benčič
6.	Fatur	Perusin
7.	Čače - Čadec	Štemberger
8.	Potepan	Vrh
9.	France	Potepan
10.	Šinda	Potepan
11.	Mihovček	Primc
12.	Novak	Novak
13.	Novak	Novak
14.	Škrl	Škrl
15.	Škrl	Potepan
16.	Petre	Škerl
17.	Čuš	Lavrenčič
18.	Šimonč	Primc
19.	Šimonc	Misgur
20.	Benigar	Benčič
21.	Greh	Baša
22.	Dem	Logar
23.	Dem	Batista
24.	Lenčaj	Šircel
25.	Hlaider	Verh
26.	Laurenč	Verh
27.	Baroš	Štemberger

28.	Pecelin	Verh
29.	Lovrič	Benčič
30.	Poštar	Škerl
31.	Falaj	Verh
32.	Čebren	Primc
33.	Oštar	Štemberger - Verh
34.	Ferjan	Verh
35.	Godec	Žagar
36.	Poštar	Škerl
37.	Godec	Žagar
38.	Bizma	Benčič
39.	Čipč - Čubec	Benčič
40.	Fetlin	Štemberger
41.	Grill	Verh
42.	Grill	Grill
43.	Kepc	Dougan
44.	Matična	Dougan
45.	Jakove	Čeligoj
46.	Lukna	Verh
47.	Lukna	Batista
48.	Serpan	Šircel
49.	Rusc	Serpan
50.	Hodnik	Hodnik
51.	Bizem - Čadec	Škerl
52.	Hramovc	Misgur
53.	/	/
54.	Janežouc	Verh
55.	Oštar	Štemberger
56.	Potepan	Verh
57.	Mihel	Vrh
58.	Čubc	Benčič

59.	Lukno	Verh
60.	Benigar	Škerl
61.	Grill	Grill
62.	Vence	Benčič
63.	/	/
64.	Jožič	Škerl - Štemberger
65.	Bizmo	Benčič
66.	Paulin	Verh
67.	/	Štemberger
68.	Lenčaj	Šircel
Nove številke po letu 1875		
69.	Paulin (iz št. 4)	Vrh (Miha)
70.	Vahnca	/
71.	Šola	/
72.	Jakopovi (iz št. 12)	Novak
73.	/	Šircelj (Anton)

ŠTEVILO PREBIVALCEV OD 1857 DO 2019 NA DOLNJEM ZEMONU

Naselje/leto	1857	1869	1910	1953	2009	2019
DOLNJI ZEMON	430	443	529	480	523	508

Dolnji Zemon je imel v prvi polovici 19. stoletja naslednje najpogostejše priimke:

Priimek	Število
Verh - Vrh	16
Benčič - Bevčič - Belčič	8
Škrl - Škerl - Škrlj	7
Štemberger	7
Primc	3
Šircel - Šircelj	3
Potepan	3
Grill - Grilj	2
Misgur	2
Novak	2
Batista	2
Dougan - Dovgan - Dolgan	2
Žagar	2
Scribani - Rossi	1
Geržina	1
Perusin - Peruzin	1
Lavrenčič	1
Baša	1
Logar	1
Čeligoj	1
Serpan	1
Hodnik	1

ŠOLANJE ČLOVEKOVEGA NAJBOLJŠEGA PRIJATELJA

Marsikdo, ki bi ga vprašali, kdo je človekov najboljši prijatelj, bi verjetno brez razmišljanja odgovoril »pes«, pri nas v Ilirski Bistrici pa »pos«.

Tem prikupnim štirinožcem je uspelo, da so se v tisočletjih od dobe, ko je pračlovek še prebival v jamah in iz njih metal obglodane kosti, s svojo zvestobo, prilagodljivostjo in učljivostjo prebili iz pred jam prav v sredino našega življenja. Postali so čuvaji hiš, pomočniki ljudem, ki nekaterih opravkov zaradi bolezni ne zmorejo, vodniki slepim, terapevtski psi, službeni psi v vojski in policiji, reševalni

psi, spremljevalci na sprehodih, družabniki, družinski člani in ljubljenci, ali pa tekmovalci v različnih disciplinah in še mnogo drugega.

Danes vsakdo, ki kupi psa, ve, da ga mora za bivanje v družini in družbi naučiti nekaterih pravil obnašanja. V ta namen je bilo pred 26 leti ustanovljeno *Kinološko društvo Ilirska Bistrica*. V teh letih je šolanje obiskovalo približno 850

psov, ki jim je do znanja pomagalo pet članov društva z licenco inštruktorja. Res je, da lahko svojega pasjega prijatelja marsikaj naučimo sami, a za marsikatero vaje in znanja je potrebno in nujno, da se z vodniki in psi ukvarjajo šolani inštruktorji, saj lahko samo tako zagotovimo, da bomo na svojega psa pravilno prenesli naučeno.

Nedeljski dopoldnevi na našem vadišču Črne njive so zelo živahni. Prvo septembrsko nedeljo smo pričeli z jesenskimi tečaji šolanja. Nekateri lastniki bodo s kužki obiskovali začetni tečaj oz. malo šolo, drugi bodo svoje znanje dopolnjevali v nadaljevalnem tečaju, spet tretji bodo vadili zahtevnejše vaje za tekmovanja *Rally obedience*, na katerem je bila v lanske sezoni naša ekipa zelo uspešna.

Vsem novim lastnikom priporočamo, da se vpišejo v tečaje in se šolanja redno udeležujejo. Tudi če ste zamudili septembrski vpis, se kar oglasite na vadišču. Naši »kosmatinci« niso pozabljivi in bodo svoje znanje, pa tudi obnašanje, uporabljali ves čas, ko bodo v naši družbi. ●

IŠ/KD



SREČANJE OB 35-LETNICI ZAKLJUČKA OSNOVNE ŠOLE

V življenju praznujemo veliko osebnih praznikov in obletnic. Spominjamo se preteklih dogodkov in pripetljajev. Še posebej smo pozorni na okrogle obletnice, ki jih obeležimo s prijateljskimi srečanji in druženji. Letos mineva 35 let, odkar je Osnovno šolo Dragotina Ketteja v Ilirski Bistrici zaključila generacija učencev, rojenih v letih 1969/70. S tem namenom smo priredili skupno praznovanje vseh štirih razredov. To je 21. generacija učencev, ki je osnovno šolo zaključila v šolskem letu 1983/84.



Skupno praznovanje je potekalo 5. oktobra 2019 v Domu na Vidmu, kjer se nas je na sončno jesensko soboto zbralo 67 udeležencev. Vabljeni so bile tudi vse štiri razredničarke, a žal se je srečanja udeležila le učiteljica Alenka Šircelj.

S praznovanjem smo pričeli ob 18. uri ob lepo okrašenih in polnih mizah. Zanje je poskrbela Polona Česnik Novak iz Koritnic, za kar se ji še enkrat zahvaljujemo. Postregla nam je z dobro domačo pijačo, hrano in vrhunskimi sladicami.

Na vabilu je pisalo, da je čas, da obudimo lepe spomine in ustvarimo nove. Da to ne bo pretežko, nam je z lepimi fotografijami pomagal *Damirov Foto Kutak - Foto Kantunič* z Matuljev.

35 let ni malo in z nekaterimi smo se videli prvič po končanem šolanju, zato objemov in poljubov ob ponovnem snidenju ni manjkalo. Večer je minil ob pogovorih, smehu in plesu. Za glasbo sta poskrbela Domen Barbiš in Matej Ujčič. Polni vtisov in novih spominov smo se v zgodnjih jutranjih urah razšli z obljubo, da se čez nekaj let ponovno srečamo.

Po plačilu vseh računov za praznovanje nam je ostalo še nekaj denarja, ki ga bomo podarili OŠ Dragotin Kette. Z ravnateljico se o tem še dogovarjamo, bo pa to nekaj, kar bo prišlo prav vsem otrokom in zaposlenim na šoli.

Za konec še zahvala ljudem, ki so mi pomagali pri organizaciji srečanja. Helena, Renato, Mirjam, Radica, Diana, Veronika in Klemen, hvala, da ste se na vsak moj klic takoj odzvali in da je bil vsak naš sestanek eno majhno srečanje. ●

Elena Ujčič



ŠOLSKI CENTER POSTOJNA
SREDNJA ŠOLA
Gimnazija Ilirska Bistrica

Gimnazija Ilirska Bistrica
Ulica IV. armije 1, Ilirska Bistrica

vabi na brezplačne delavnice

UPORABA RAČUNALNIKA IN PAMETNEGA TELEFONA,

ki bodo potekale

od ponedeljka, 18. 11. 2019,
do petka, 22. 11. 2019,
od 16. do 18. ure
v prostorih Gimnazije
Ilirska Bistrica.

VSE ŽIVLJENJE SE UČIMO!

**NADALJEVALNE
DELAVNICE**

Prijavite se lahko preko spletnega obrazca, ki je dostopen na spletni strani šole www.ilb.scpo.si. Prijave sprejemamo tudi vsak dan med 8. in 15. uro na GSM številki 041 343 690 ali na e-poštnem naslovu gimnazija.ilb@scpo.si.

SIMBIOZA
ŠOLA

SIMBIOZA
MED GENERACIJAMI

NA »MEDNARODNI DAN ŠOLSKIH KNJIŽNIC« UPOKOJENCI OBISKALI ŠOLARJE

Pred natanko dvajsetimi leti so knjižničarji na četrti mesec v letu začeli praznovati »Mednarodni dan šolskih knjižnic«, v Sloveniji pa so s tem začeli šele leta 2007, in sicer 22. oktobra. Praznovanje je zajelo vse več držav in s tem vse več šolskih knjižnic, dan je prerasel v mesec, knjižničarji pa so sami določili dan, ki jim je najbolj ustrezal.

Tudi vodja šolske knjižnice na Osnovni šoli Dragotina Ketteja v Ilirski Bistrici Heda Vidmar se je v sodelovanju z vodstvom šole in pobudnikom za skupno praznovanje Francem Gombačem, članom recitacijsko-literarne skupine bistriških upokojencev, odločila za 15. oktober 2019. Izbrali so učenke in učence 5. razreda z razredničarko Mirjano Tomažič.

Geslo letošnjega praznovanja je »Predstavljamo si ...« in razumeli smo ga eni in drugi. Gostje so obljubili, da bodo predstavili svoje snovanje in literarno ustvarjanje, učenci pa bi jim predstavili svoj odnos do knjige, branja in poslušanja.

»Rečeno - storjeno,« si je mislila Danica Pardo, pesnica in pisateljica, ki je v roke prišla že svojo peto zbirko pesmi in proze *Mrvice*, v kateri, kot pravi sama,

pove to in ono otrokom in odraslim. Malim radovednejšem je položila na srce, naj ohranjajo svoj jezik, navade in ljubezen do govornice drobnih bitij in vsega lepega. O ljubezni do branja in seveda pisanja je pripovedovala sedanjim bralcem in bodočim piscem, ki so rado-

vednih pogledov z zanimanjem prisluhnili dvema zgodbicama iz knjige *Zgodbe in zgodbe* pisateljice Nete Vergan.

Franc Gombač je pripovedoval o dečku Franetu, ki je šolo začel obiskovati tik po drugi svetovni vojni in mu je zaradi izostanka od pouka zaradi bolezni računstvo delalo preglavice, učiteljeva kruta kazen pa je bila vzrok, da šole ni maral in jo je »šprical« vse, dokler ga mati ni s palico prignala v razred. Poudaril je tudi, da je ta deček kasneje postal učitelj in bil nekaj let tudi ravnatelj njihove osnovne šole.

Danica Pardo je učencem razdelila izvodne svoje pesmi, ki so imeli na hrbtni strani slike Nejke Selišnik, in na katere smo se podpisovali, kot bi bili znane »zvezde«.

»Pa boste še prišli?« so nas vprašali. »O, ja, z veseljem, pa ne samo k vam!« ●

FG



REŠUJMO KRIŽANKE IN RAZGIBAJMO NAŠE MALE SIVE CELICE

Bistriški upokojenci so si v program dela za tekoče leto med drugim zastavili vrsto dejavnosti na področju športa. Poleg rekreacije in tekmovanj na pokrajinskih in republiških srečanjih so se dogovorili tudi za srečanja oziroma turnirje znotraj društva.

Balinarji, strelci, šahisti in križankarji so se že srečali, igralce pikada pa tekmovanje še čaka. Križankarji so se srečali že drugič v zadnjem letu, spomladi naslednjega leta pa že načrtujejo izborni turnir za udeležbo na upokojenskih športnih igrah primorske pokrajine.

Res je, da je med njimi veliko križankarjev, a zadnjega srečanja se jih je udeležilo le devet, kar pa po mnenju vodstva društva niti ni tako malo. Reševanje je potekalo po ustaljenih predpisih, ki določajo potek in ocenjevanje. Po preteku določenega časa je komisija tekmovanja - vodja Franc Gombač s članoma An-

gelco Vrh in Dimitrijem Grljem - pregledala rešitve, jih ocenila in objavila rezultate. Največ točk in prvo mesto je pripadlo Stanki Štemberger, druga je bila Alda Maljevac, tretji pa Dimitrij Grlj. Odločili so se, da si vsi ostali delijo četrto mesto. ●

FG

SREČANJE S SVOJCI NA MEDENOVEM HRIBU

V soboto, 12. oktobra, smo praznovali 28. obletnico ustanovitve Doma starejših občanov Ilirska Bistrica. Zbralo se je veliko število svojcev, prijateljev in zaposlenih. Družili smo se ob kulturnem programu in se gostili ob sladkih dobrotah, ki so jih pripravili domači kuharji.

Vsako leto je druga sobota v oktobru namenjena obeleženju obletnice ustanovitve doma. Na prireditve se pripravljamo kar nekaj časa in jo imamo za naš vsakoletni »shod«. Institucionalno varstvo in oskrba starostnika vključujeta tudi sodelovanje z družino, zato so taka srečanja zaželena in pomembna za vse. Na ta dan se družimo v neformalnem okolju in vsaj za nekaj časa umaknemo skrbi na stran.

Obiskovalce je nagovorila direktorica Jasmina Tomažič, ob tem pa je podelila priznanje in zahvalo gospe Mimici Primc ob 30. obletnici prvega srečanja



Skupine za samopomoč v naši občini. V kulturnem programu so sodelovali mladi harmonikarji šole Nika Polesa, Pevska skupina Kalina, domski pevski zbor Bo, kar bo in gospa Alenka Volk Penko s skečem, v katerem je pojasnila, kako je z novimi kompetencami medicinskih sester. V avli smo pripravili razstavo izdelkov, ki so nastajali čez leto in izdali novo številko internega glasila *Darilo jeseni*.

Naš dom široko odpira svoja vrata vsak dan in vse dni v letu. Vedno ste dobrodošli vsi, ki veste, da lahko vaš obisk nekemu polepša dan. ●

DSO Ilirska Bistrica



SEPTEMBER, MESEC OZAVEŠČANJA O ALZHEIMERJEVI BOLEZNI

Pred osmimi leti je Mednarodno združenje za Alzheimerjevo bolezen september določilo za mesec ozaveščanja o demenci. Na svetu je več kot 44 milijonov bolnikov z demenco, v Sloveniji pa zaradi posledic te bolezni trpi več kot 32.000 bolnikov in njihovih svojcev.

V domu smo temu namenili lepo številno aktivnost. Na enotah Draga in Sušec smo gostili gospo Metko Hribar, ki nas je popeljala v svet gongov, z glasbo nas je razvedril harmonikar Ivan Šuštar, ob vodstvu delovne terapevtke pa smo skupaj telovadili. Iz naših kuhinj je večkrat zadišalo, saj smo si skupaj z osebjem pripravili kosilo in pekli pecivo.

S stanovalci smo se zabavali ob kvizu *Razgibajmo možgane*, v dobro voljo pa

sta nas ob tem spravila tudi mlada harmonikarja Denis in Leon.



Ob dnevu Alzheimerjeve bolezni, 21. septembra, smo se sprehodili po parku Nade Žagar in se ob kavici družili v baru Oranž.

Zaposleni so nas na predavanju z naslovom *Krepitev kognitivne kondicije v aktivni delovni dobi* seznanili s procesom nastajanja in ohranjanja spomina in pomenom vadbe miselnih poti.

Demence žal še ne znamo pozdraviti, lahko pa skrbimo za preventivo in z ozaveščanjem širše javnosti zgodaj prepoznamo prve znake. Najpomembnejše je, da bolnike spoštujemo in jim ponudimo pomoč, ko jo potrebujejo. ●

Vesna Bizjak,
delovna terapevtka



Vsako 1. sredo v mesecu ob 18. uri je v Domu starejših občanov Ilirska Bistrica srečanje *Skupine za pomoč pri demenci Primorske spominčice*, skupina Ilirska Bistrica. Vabljeni svojci, ki skrbite za osebe z demenco, in bolniki. Skupina je odprtega tipa, članstvo ni obvezno. Namen srečanj je pridobitev informacij v zvezi z demenco, usmeritev v iskanje primerne pomoči in razbremenjevanje stisk svojcev.

Zaželeno je, da pred prihodom pokličete na tel. št. 070 550 578 (Vesna), ali 041 275 172 (Nadja).

Lepo vabljeni!



DRUGA POŠILJKA HOBOTNIC V PORODNIŠNICO LJUBLJANA

Na Osnovni šoli Antona Žnideršiča Ilirska Bistrica svoj prosti čas preživlja skupina, ki šteje že deset članov. V skupini smo učiteljice, tehnično osebje in starši. Svoje znanje prenašamo na druge in tako smo se priključile vseslovenskemu projektu »Projekt hobotnica«.

HOBOTNICE LJUBEZNI – KVAČKANJE ZA NEDONOŠENČKE

Samo idejo je prinesla študentka babišstva Sandra Olenik, ki nam je priskrbel navodila za delo.

Hobotnice imajo poseben pomen. Ko so prvo hobotnico položili k nedono-

šenčku, so se kmalu pokazali pozitivni terapevtski učinki, zato je projekt zaživel tudi v Sloveniji (septembra 2017). Nedonošenčki, ki se v inkubatorju stiskajo k hobotnici, imajo bolj stabilen srčni utrip, dihanje in višjo raven kisika

v krvi. Izdelujemo hobotnice in meduze, ki zaradi zavrtih lovč spominjajo na popkovo v maternici. Pomembno je,



da so izdelane iz preje 100 % bombaža, da pri pranju ne spreminjajo svoje oblike. Napolnjene so s sintetičnim polnilom, ki je pralen pri vsaj 60 °C.

V naši skupini smo prvo pošiljko 32 hobotnic oddali v Porodnišnico Postojna v spomladanskem času. S kvačkanjem smo nadaljevale, saj smo iz projekta dobile dodatno prejo. To podarjajo ljudje, ki ne znajo kvačkati, a vseeno želijo prispevati k projektu. Tako je nastala še skupina 27 hobotnic in meduz, ki smo jih podarile Porodnišnici Ljubljana v jesenskem času.

V Postojni in Ljubljani so naše hobotnice z veseljem sprejeli, saj z njimi razveseljujemo tako nedonošene otroke kot njihove starše. Tudi v letošnjem letu smo s skupino že začeli z ustvarjanjem. Veselimo se novih projektov in idej. ●

Nataša Olenik

KAKO PRIPELJEMO DOJENČKA (0–4 MESECE) S HRBTNEGA DO TREBUŠNEGA POLOŽAJA?

Dojenček leži na hrbtu. Če se želimo premakniti v našo desno in preko otrokovega levega boka, z desno roko primemo dojenčka za medenico (slika 1), mu pokrčimo njegovo desno nogo in v primeru, da roka ne sledi, jo primemo. Z drugo roko primemo za ritko in sledimo gibanju. Otroka pripeljemo preko medenice do boka, ko pa ima zanimanje

za igračko, ga tudi s pogledom in seganjem za igračko povabimo do položaja na boku, tako da čim več naredi sam. Pomagamo mu ravno toliko, kolikor v določeni situaciji potrebuje. Ko je na svojem levem boku, z rokami potisnemo njegovo medenico proti tlorazu in hkrati povlečemo rahlo navzdol proti nogam (slika 2). Roke mu ne popravljamo

mo izpod telesa, ampak mu pomagamo na način 1, da jo izvleče sam. To naredimo tako, da ga preko medenice povlečemo navzdol, če je roka še vedno pod telesom, pa teža telesa prenesemo na dojenčkov drugi bok (tistega, kjer roka ni ostala pod telesom - slika 3). S tem mu omogočimo prostor, da roko sam reši izpod telesa. Ko je na trebuhu, mu rokice potisnemo naprej, da so komolci čim bolj pod rameni. Čas na trebuščku postopno podaljšujemo. Pomembno je, da dojenček čim več naredi sam, mi pa mu pri tem le pomagamo, kolikor je v dani situaciji potrebno. ●

Svetuje Tjaša Pecman Poles (Terapevtski dotik Tjaša), dipl. delovna terapevtka, razvojno nevrološke obravnave.



BALINARSKI TURNIR V ZABIČAH

Balinarski klub »Društva Vezi« je leta 2008 začel v javnem socialnovarstvenem programu »Mreža dnevnih centrov«, in sicer na pobudo uporabnikov z željo po druženju, večji telesni aktivnosti in povezovanju z lokalno skupnostjo. Vse uporabnike naših socialnovarstvenih programov spodbujamo k športnim aktivnostim in gibanju s ciljem ohranjanja psihofizičnih zmogljivosti, krepitve notranje moči in večje socialne vključenosti.

medalje, ki smo jih naredili v Dnevnom centru Ilirska Bistrica. Medalje za udeležbo so prejeli tudi vsi ostali.

Ob tej priložnosti se zahvaljujemo Balinarskemu klubu Zabiče, ki nam vsako leto omogoči strokovno vodeno balinanje in brezplačno uporabo dvorane. ●

Barbara Uljan, strokovna delavka

Z ekipo iz Doma starejših občanov, VDC Koper, enota Ilirska Bistrica, in člani Balinarskega kluba Zabiče, ki so istočasno tudi predstavniki drugih društev v Ilirski Bistrici, že nekaj let v Zabičah organiziramo turnir v balinanju.

Septembra smo tekmovali v sestavi štirih mešanih ekip. Člani Balinarskega kluba Zabiče so vodili tekmovanje po pravilih, dvakrat po petinštirideset minut. Navijači smo glasno navijali za svoje favorite. Po finalnem delu smo razglasili vrstni red ekip in najboljšim podelili



**Prisluhni
telesu!**
Poskrbi zase!



**PRAVI MOŠKI
SKRBI ZASE!**
izogniseraku.si



PRAVI MOŠKI PRISLUHNE SVOJEMU TELESU IN POSKRBI ZASE

Moški so običajno manj pozorni na svoje zdravje, za rakom pa zbolevalo pogostejše kot ženske. Težje odkrito spregovorijo o bolezni, k zdravniku pa gredo šele takrat, ko je že res hudo. To so izhodišča za vseslovensko komunikacijsko akcijo »Pravi moški«, ki jo že četrto leto izvaja Društvo onkoloških bolnikov Slovenije v sodelovanju z Ministrstvom za zdravje RS, Onkološkim inštitutom Ljubljana, Fakulteto za šport in Nacionalnim inštitutom za javno zdravje z namenom ozaveščanja širše javnosti o problematiki raka pri moških. Cilj tega dolgoročnega projekta je, da bi v Sloveniji čim manj moških zbolelo za rakom in čim več obolelih premagalo bolezen. Letošnja akcija s sloganom »Prisluhni telesu, poskrbi zase!« moške spodbuja, da so pozorni na telesne spremembe; da ne oklevajo in pravočasno obiščejo zdravnika; da se izogibajo slabim navadam in se odzovejo vabilom na presejalne teste programa SVIT. Na ta način želi prispevati k zgodnejšemu odkrivanju raka in večji možnosti preživetja, z opozarjanjem na dejavnike tveganja pa zmanjšati število obolelih.

STATISTIKA NI SPODBUDNA.

V Sloveniji je rak, podobno kot v drugih evropskih državah, med najpogostejšimi vzroki smrti, in sicer na drugem mestu, pri moških pa celo na prvem. Med rojenimi leta 2015 bo predvidoma vsak drugi moški do svojega 75. leta zbolel za rakom. V Sloveniji je leta 2015 za rakom zbolelo 14.329 ljudi, od tega 7.859 moških in 6.470 žensk, umrlo pa je 3.484 moških in 2.732 žensk (skoraj 55 % vseh obolelih in 56 % umrlih predstavljajo moški). Večina moških zboli po 65. letu starosti. Med najpogostejšimi raki, ki pestijo sodobnega moškega, so rak prostate (1.599 primerov), rak pljuč (976), rak debelega črevesa in danke (784), rak glave in vratu (380) ter rak mod, ki je sicer redek (144 obolelih), a ogroža predvsem mlade moške med 20. in 40. letom starosti. Obolevnost za rakom se povečuje in pričakovati je, da se bo zaradi staranja prebivalstva v prihodnosti še zviševala.

- **Rak prostate** je pogost, vendar dobro obvladljiv. Med najpogostejše dejavnike tveganja se uvrščata starost in pojav raka prostate v družini.
- Kajenje poveča tveganje za nastanek **raka pljuč** in tudi mnogih drugih rakov.
- **Rak debelega črevesa in danke** je dobro ozdravljiv, še posebej, če se odkrije zgodaj. Zato se na povabilo programa SVIT odzovite brez omahovanja!
- **Za rak glave in vratu** sta najpogostejše kriva kajenje in sočasno uživanje alkohola ob manj kakovostni prehrani in pomanjkljivi ustni higieni.
- **Rak mod** ogroža predvsem mlajše moške, lahko pa za njim zbolijo tudi moški v zrelih letih. Ne pozabite se samopregledovati!

PRISLUHNI TELESU! PREPOZNAJTE PRVE ZNAKE!

Kljub hitremu razvoju medicine lahko za svoje zdravje še vedno največ naredimo sami, zato je treba govoriti o raku in preventivi, kar je tudi cilj vseslovenske kampanje **Pravi moški**. Pravi moški se zaveda, da s svojim zdravjem skrbi tudi za srečo svojih najbližjih, zato z zdravim načinom življenja zmanjša tveganje za razvoj raka, s poznavanjem zgodnjih znakov in simptomov raka pa omogoči, da se bolezen pravočasno odkrije, kar bistveno poveča možnosti ozdravitve. Večina rakov je ozdravljivih, če jih odkrijemo dovolj zgodaj, ko se še niso začeli širiti po telesu.

Zato je zelo pomembno, da prepoznamo prve znake in simptome bolezni* ter takoj poiščemo zdravniško pomoč!

- pogosto uriniranje, zlasti ponoči, slaboten ali prekinjen tok urina, bolečina ali pekoč občutek med uriniranjem, krvav seč → rak prostate
- novonastali ali spremenjeni dolgotrajni kadilski kašelj, ponavljajoče se pljučnice, kri v izpljunku, težko dihanje, bolečina v prsih → rak pljuč
- bolečine v trebuhu, napenjanje, vetrovi, mehkejša ali trša blata, spremembe v odvajanju blata, zaprtost, kri na blatu, krvavitve iz danke → rak debelega črevesa in danke
- težave pri žvečenju, požiranju ali dihanju, trajna neprehodnost nosnih votlin ali ponavljajoče se krvavitve iz nosu, dolgotrajna hripavost ali sprememba barve glasu, zmanjšana gibljivost jezika, občutek tujka v žrelu, grlu in vratu → rak glave in vratu
- zatrdlina v modu, sprememba strukture moda, trše modo, povečanje ali zmanjšanje moda, občutek napetosti, teže in neugodja v modu, bolečina, ki seva proti dimljam in medeničnemu dnu → rak mod

* Številni izmed naštetih bolezenskih znakov (simptomov) so neznčilni. Nekateri bolniki nimajo nobenih težav. Nekateri znaki so povezani tudi z drugimi obolenji.

PRAVI MOŠKI SKRBI ZASE!

Prej kot odkrijemo raka, večje so možnosti za uspešno zdravljenje. **Prof. dr.**

Primož Strojan, dr. med., z Onkološkega inštituta Ljubljana ocenjuje: »Moški so običajno manj pozorni na svoje telo in zdravje ter za rakom zbolevajo pogostejše kot ženske. Vzrok za zanemarjanje zdravja pri moških je bodisi nevednost, prezaposlenost ali samo »moški ponos«, ki pojmuje vsako skrb zase kot izraz šibkosti.«

Pri nas moški še vedno manj skrbijo za zdravje kot ženske; preveč pijejo in kadijo; težko se odpovejo dobri hrani; se premalo gibajo oziroma pretiravajo s tekmovalnostjo pri športu; se slabo odzivajo na presejalne teste in kljub simptomom odlašajo z obiskom zdravnika. Razlike so posledica osebnostnih lastnosti pri obeh spolih. Te vplivajo tudi na vedenjske navade, ki olajšajo ali pa ovirajo skrb za zdravje. Moški na bolezen gledajo kot na grožnjo, ki prina-

ša spremembe v življenju in na njihove predstave o samem sebi v smislu ,meni se ne more nič zgoditi'. Potlačitev težav je njihov tipičen obrambni mehanizem, odlašanje z obiskom pri zdravniku pa opravičujejo s pomanjkanjem časa in drugimi izgovori. Kako jim lahko pri tem pomagamo njihove boljše polovice? Psiholog **prof. dr. Peter Umek** odgovarja: »Moramo preseči svoj ego in se pravočasno zglasiti pri zdravniku. Zato ne bomo nič manj moški.«

Marjan Doler je v zrelih letih zbolel za rakom prostate. **Žal med zdravljenjem** ni imel nikogar s tovrstno izkušnjo, od kogar bi dobil prepotrebne nasvete ob nastalih težavah in nevšečnostih, zato si je obljubil, da bo po okrevanju kot prostovoljec Društva onkoloških bolnikov Slovenije svojo prehojeno pot delil z vsemi, ki potrebujejo pomoč: »Z

velikim navdušenjem sodelujem pri projektu »Pravi moški« predvsem zato, ker je ključnega pomena zavedanje, da lahko razvoj obolenj preprečimo z ozaveščanjem, zdravim načinom življenja in rednimi preventivnimi pregledi. **Žal se tega prej nisem zavedal, sedaj pa živim bolj kvalitetno življenje kot pred boleznijo.** Moškim poлагam na srce, naj ne bodo preveč ,mačoti' in naj skrbijo za svoje zdravje, da nas bo še več prišlo iz te bitke kot zmagovalci.«

KAKO NAJBOLJE POSKRBE TI ZASE?

Na srečo so dejavniki tveganja za razvoj različnih vrst rakov poznani in se jim z dovolj odločnosti in volje lahko izognemo ter s tem zmanjšamo tveganje za nastanek bolezni. **Zmanjšajte tveganje z upoštevanjem 12 nasvetov proti raku, ki so ga izdelali strokovnjaki Evropskega kodeksa proti raku!**

1. Ne kadite oziroma ne uporabljajte tobačnih izdelkov v kakršni koli obliki! Izogibajte se pasivnemu kajenju!
2. Vzdržujte zdravo, normalno telesno težo!
3. Vsak dan bodite telesno dejavni!
4. Uživajte uravnoteženo prehrano z veliko sadja in zelenjave, ki vsebuje veliko vlaknin!
5. Omejite vse vrste alkoholnih pijač!
6. Previdno se sončite!
7. Na delovnem mestu se zaščitite pred nevarnimi snovmi, ki povzročajo raka, in upoštevajte predpise za varnost in zdravje pri delu!
8. Varujte se pred ionizirajočim sevanjem (radioaktivni element radon), tako da redno zračite prostore!
9. Odstranite morebitne črevesne polipe - spremembe, ki vodijo v razvoj raka!
10. Udeležujte se organiziranih presejalnih programov! Po 50. letu starosti opravite test na prikrito krvavitev v blatu, ki vam ga omogoča program SVIT!
11. Redno si enkrat mesečno pregledujte moda, najbolje vedno isti dan v mesecu. Tako boste lahko spoznali normalno obliko in strukturo svojih mod ter hitro prepoznali morebitne neobičajne spremembe.
12. Pri sumljivih znakih takoj pojdite na posvet k izbrnemu zdravniku!

Dragi moški,

obstaja veliko tehničnih razlogov za to, da prisluhnete svojemu telesu in poskrbite zase, s tem pa tudi za svoje najbližje.

Več o najpogostejših vrstah raka pri moških, simptomih in dejavniki tveganja najdete v publikacijah Društva onkoloških bolnikov Slovenije in na spletni strani www.izogniseraku.si.

Fotografije in materiali: <https://drive.google.com/open?id=1vvbVNHFnJAwBhlzvtanFBDdbSnP3Jq979>

Dodatne informacije:

Zala Grilc, zala.grilc@sm-studiomarketing.com, 040 481 210

Breda Brezovar Goljar, Društvo onkoloških bolnikov Slovenije, dobslo@siol.net, 041 640 435

Nosilec akcije:



DRUŠTVO
ONKOLOŠKIH
BOLNIKOV
SLOVENIJE

V sodelovanju z:



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

ONKOLOŠKI
INŠTITUT
LJUBLJANA



INSTITUTE
OF ONCOLOGY
LJUBLJANA

AMBULANTA DRUŽINSKE MEDICINE 5

Obveščamo vas, da ima ADM5 – Štemberger Anja, dr. med., spec. druž. med. s 1. 10. 2019 **NOV URNIK**, tel. št. pa ostane nespremenjena.

ORDINACIJSKI ČAS

	Dopoldan		Malica	Popoldan	
PONEDELJEK			18.15–18.30	16.15	19.45
TOREK	7.15	10.45	9.15–9.30		
SREDA	7.15	10.45	9.15–9.30		
ČETRTEK	11.15	14.45	13.15–13.30		
PETEK	7.15	10.45	9.15–9.30		

Opombe

ČAS ZA INFORMACIJE IN TEL. NAROČANJE:

dopoldan 10.00–10.45;
popoldan 14.00–14.45 in 19.00–19.45

NENAROČENI NUJNI BOLNIKI:

dopoldan 7.15–8.00;
popoldan 11.15–12.00 in 16.15–17.00

Na pregled se morate naročiti osebno ali telefonsko pri medicinski sestri vašega osebnega zdravnika v ADM5, elektronsko preko e-naročanja na internetni strani www.zdib.si ali po pošti (ZD ILIRSKA BISTRICA, Gregorčičeva cesta 8, 6250 Il.Bistrica).

V ZDRAVSTVENEM DOMU ILIRSKA BISTRICA BOGATEJŠI ZA NOVE PROSTORE RENTGENA IN RTG APARAT

V ZD Ilirska Bistrica smo v sredini septembra odprli prenovljene prostore rentgena in nov digitalni rentgenski aparat Vision V – produkt proizvajalca medicinske opreme visoke tehnologije Visaris iz Beograda.

Sredstva za prenovu prostorov in nov digitalni RTG aparat s PACS sistemom in delovno postajo za odčitavanje RTG slik zdravstveni dom zagotavlja iz lastnih virov.

Z novejšo digitalno tehnologijo rentgenskega slikanja so doze RTG sevanja za paciente in osebje nižje, saj so detektorji bolj občutljivi za rentgenske žarke. Slike je možno računalniško obdelati in izboljšati; mogoče je narediti več kopij, ne da bi osebo ponovno izpostavljali sevanju. Tehnologija omogoča tudi odčitavanje RTG slik na daljavo. Digitalna radiologija je ekološko čistejša. V naših prostorih za rentgen lahko poleg RTG slikanja kosti opravite tudi slikanje posameznih zob in ortopansko slikanje.

Za vse rentgenske storitve se je potrebno predhodno naročiti od ponedeljka do petka med 13.00 in 13.30 na tel. št. **05 71 12 134**.



RTG APARAT



ORTOPANSKO SLIKANJE

NOVIČKE O PREVENTIVNIH CEPLJENJIH

Bliža se sezona prehladov in gripe. Cepivo proti gripi bo na voljo od 23. oktobra dalje. Za cepljenje se obrnite na vašega izbranega zdravnika. Novost v letošnjem letu je, da bolnikom s kronično boleznijo, osebam starejšim od 65 let, nosečnicam in osebam, pri katerih je ITM 40 in več, strošek cepljenja pokrije obvezno zdravstveno zavarovanje in je za njih popolnoma brezplačno. Za ostale osebe je cena cepljenja 14 EUR.

Cepljenje priporočamo vsem aktivnim, zdravim osebam, ki so vsakodnevno izpostavljene kontaktom z ljudmi

(zdravstveni delavci, delavci na poštah, bankah, uradih, prodajalci, učitelji, vzgojitelji in drugi). Čeprav je pri zdra-

vih ljudi lahko potek gripe blažji, se ob pojavu prave gripe pojavijo simptomi, ki vas vsaj za nekaj dni poležejo v posteljo.

Ob skrbi za preventivo s cepljenjem zaščitimo sebe in vse v svoji okolici, tako doma kot v delovnem okolju. Spodbujamo vašo odločitve, da se cepite, zato to storite čim prej. Z zgodnjim cepljenjem pomagata imunskemu sistemu izdelati zaščito pred pojavom okužb z virusi gripe.

Prav tako vam priporočamo cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu in vas obveščamo, da smo znižali ceno samoplačniškega cepljenja. **Cena cepljenja za otroke s cepivom Encepur znaša 22 EUR, cena cepljenja za odrasle s cepivom FSMME IMUN pa 25 EUR.**

Zahvaljujemo se Občini Ilirska Bistrica (Uradu župana), ki je letos odobrila sofinanciranje **HPV cepljenja za dečke v 6. razredu osnovne šole** in s tem omogočila zaščito ter učinkovito preprečevanje okužbe s HPV virusom tako za deklice kot dečke. ●

Andreja Rebec, dipl. san. inž.

SKUPŠČINA DZA ILIRSKA BISTRICA

Leto je naokoli in 14. septembra smo se ponovno zbrali vsi člani domačega društva in člani iz drugih 14 društev, ki so vključeni v Zvezo zdravljenih alkoholikov Slovenije. Skupščina je potekala v vaškem domu Kulturnega društva Ahec v Jasenu.

Terapevtka Jasmin Tomažič je najprej podala poročilo o delu v društvu. V tem letu so bili člani in njihovi svojci aktivni, delavni in ustvarjalni ter tako s svojim delom potrdili, da nas delo v skupini pripelje daleč v življenju. Od tu izhaja tudi geslo, ki je vodilo našega kluba: »Če hočeš hiteti, pojdi sam. Če hočeš priti daleč, pojdi v skupini.«

V tem letu smo predelali nekaj knjig, si izmenjevali mnenja in podajali izkušnje (knjige: Žabca, Potovanje gospoda Henrija ...). Predelali smo tudi nekaj zanimiv tem, in sicer:

- kakšen odnos imamo do članov kluba;
- medsebojni pogovori, ali se znamo poslušati;
- kako poteka življenje partnerjev po končanem zdravljenju;
- razglabljali smo pomen stavka: »Živi in pusti drugim živeti!«;



- razna čustva: pozitivna - ljubezen, hvaležnost, sreča, in negativna - jeza, sovraštvo, ljubosumje.

Organizirali smo predavanja z zunanjimi predavatelji: dr. Sanja Rozman, dr. Andrej Perko, dr. Anton Prosen in drugi. Predstavil se nam je tudi član DZA in opisal delovanje svojega kluba. Imeli smo delavnice v naravi, piknike in zaključni izlet.



Tekom leta smo izdelovali različne izdelke in z njimi sodelovali na razstavah na Premu, v Knjižnici Maksa Samsa Ilirska Bistrica in na novoletnem sejmu bistrskih društev. Z oglaševanjem akcije 40 dni brez alkohola smo se večkrat predstavili na stojnici in meščane obveščali o našem delovanju. V tem času smo v cerkvi sv. Jurija organizirali tudi sveto mašo za vse meščane.

Udeležujemo se vseh srečanj, ki jih organizirajo ostala društva v zvezi in tako krepimo skupna prijateljska srečanja. Terapevtka pripravlja teme, ki jih obravnavamo na srečanjih, organizira razna predavanja, sodeluje na vseh supervizijah, ki jih organizira Zveza zdravljenih alkoholikov Slovenije, in se udeležuje vseh organiziranih predavanj.

Po predstavitvi dejavnosti kluba je sledilo poročilo o delu in finančno poročilo, ki ga je podal predsednik DZA.

S svojo življenjsko zgodbo nas je seznanil dolgoletni abstincent, ki je bil član našega kluba in sedaj uspešno stopa po poti brez alkohola.

Program so povezovali *Kergelci izpod Ahca* in amaterska gledališka skupina iz Harij. Zahvale za sodelovanje v društvu so prejeli dr. Anton Prosen, ki je pripravljen svoje znanje prenašati na člane naših skupin, in terapevtka Jasmin Tomažič za 10-letno terapevtsko vodenje društva. Večer smo zaključili ob dobri hrani in glasbi, predvsem pa s skupnim druženjem.

Zahvaljujemo se vsem, ki ste po svojih močeh in z dobro voljo pomagali k organizaciji tega srečanja. ●

Terapevtka Jasmin Tomažič

KREPITEV DUŠEVNEGA ZDRAVJA PREPREČUJE SAMOMORE



Svetovni dan duševnega zdravja obeležujemo 10. oktobra. Letos ta dan poteka v luči prizadevanja za preprečevanje samomorov. Še vedno velike absolutne številke zabeleženih samomorov v svetu in v Sloveniji predstavljajo pomemben javno zdravstveni problem.

Kar polovica vseh duševnih motenj se lahko pojavi v katerem koli življenjskem obdobju. Pogosto se prvi znaki pokažejo že v zgodnjem mladostništvu, vendar jih nemalokrat v začetni fazi spregledamo, zato je preventivna skrb za duševno zdravje pomembna že od otroštva in zgodnjega mladostništva, prav tako pa tudi v kasnejšem obdobju odraslosti in starosti. Krepitev duševnega zdravja razumemo kot pozitiven in realen odnos do sebe in drugih, samospoštovanje, dobre medosebne odnose, sposobnost uspešnega soočanja z vsakodnevnimi težavami in doprinos posameznika k skupnemu dobremu. V ospredje tako postavljamo ukrepe ali tehnike za krepitev psihične odpornosti, ki predstavljajo sposobnosti posameznika, da se uspešno sooča s stresnimi situacijami in obvladuje dnevno soočanje s težavami. S krepitvijo duševnega zdravja preprečujemo pojav številnih duševnih težav in posledično samomorov.

Samomorilni količnik, ki smo ga zabeležili v letu 2018, kaže na vpad samomorov v Sloveniji, saj je najnižji v zadnjih dveh desetletjih in nižji od samomorilnega količnika vse do leta 1965.

Kljub trendu upadanja samomorilnega količnika je Slovenija še vedno nad evropskim povprečjem (11 na 100.000 prebivalcev) po pojavu samomorov. Tako kot v Sloveniji je tudi v svetu opaziti upadanje umrljivosti zaradi samomora.

KAM PO POMOČ?

Delavnice in individualna pomoč v Zdravstveno-vzgojnem centru:

- spoprijemanje s stresom,
- podpora pri spoprijemanju z depresijo,

- podpora pri spoprijemanju s tesnobo,
- tehnike sproščanja.

V ZD Ilirska Bistrica kontaktna oseba Tamara Povh, dipl. psih., tamara.povh@zdbi.si.

Pokličete lahko tudi na tel. št. 05 711 21 55 vsak četrtek od 13.00–15.00.

Skupine za samopomoč pri Društvu DAM.

Informacije najdete na spletni strani: www.nebojse.si.

INDIVIDUALNA POMOČ

Obstaja mreža psiholoških svetovalnic, ki na različnih lokacijah po Sloveniji ponujajo brezplačno strokovno psihološko pomoč. Svetovanje je namenjeno odraslim, starejšim od 18 let. Za udeležbo ni potrebna napotnica. Po informaciji in za naročanje se lahko obrnete na: o info@posvet.org (031 704 707); o svetovalnica@nijz.si (031 778 772).

PSIHOTERAPEVTSKA POMOČ

V Sloveniji so na voljo različne oblike psihoterapij, ki so večinoma samoplačniške. Spodaj navajamo spletne naslove nekaterih psihoterapevtskih organizacij, kjer lahko najdete kontaktne podatke in primerjate cene ponujenih storitev:

- Slovenska krovna zveza za psihoterapijo - www.skzp.org
- Združenje psihoterapevtov Slovenije - www.zps.ordinacija.net
- Društvo za vedenjsko in kognitivno psihoterapijo Slovenije - www.drustvo-vkt.org
- Združenje zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije - <http://zdt.si>
- Najdi.psihologa (v okviru Društva psihologov Slovenije) - <http://www.dps.si/>

Ko je v stiski potrebna takojšnja pomoč, se lahko obrnete na izbranega osebnega zdravnika ali družinskega zdravnika, ki ga nadomešča, na reševalno službo (112), dežurno ambulanto najbližje psihiatrične bolnišnice ali urgentno psihiatrično ambulanto v Centru za izven-

bolnišnično psihiatrijo v Ljubljani (01 4750 670).

TELEFONI ZA POMOČ V STISKI

- Za podatke o ustreznih oblikah pomoči ali samo za podporo in pogovor se lahko obrnete tudi na telefonsko pomoč: Klic v duševni stiski: 01 520 99 00 (vsak dan med 19. in 7. uro zjutraj).
- Zaupna telefona Samarijan in Sopotnik 116 123 (24 ur/na dan, vsak dan) Klic je brezplačen.
- Društvo SoS telefon za ženske in otroke žrtve nasilja 080 11 55 (pon.–pet. med 12. in 22. uro; sob., ned., prazn. med 18. in 22. uro)
- TOM telefon za otroke in mladostnike 116 111 (vsak dan med 12. in 20. uro) Klic je brezplačen.

INTERNET KOT PODPORNİ MEDIJ OB DUŠEVNI STISKI

- tosemjaz – spletni portal namenjen otrokom in mladostnikom: www.tosemjaz.net
- Med.Over.Net – spletni portal na temo zdravja, duševnega zdravja in drugih področjih: www.med.over.net
- NeBojSe – spletni portal Društva za pomoč osebam z depresijo in anksioznimi motnjami DAM: www.nebojse.si
- Spletna postaja za razumevanje samomora in pomoči: www.zivziv.si

Vabimo vas v Zdravstveni domu Ilirska Bistrica, kjer si lahko ogledate slikarsko razstavo dijakov Gimnazije Ilirska Bistrica na temo duševnega zdravja. Dijaki pripravljajo razstavo pod mentorstvom prof. Mihaela Stražišar že tretje leto in je v Zdravstvenem domu na ogled v mesecu oktobru. Vabljeni, da si ogledate razmišljanja in prispevke dijakov.

Več o duševnem zdravju lahko preberete na spletni strani: <https://www.nijz.si/sl/krepitev-dusevnega-zdravja-zapreprecevanje-samomora-0> ●

Andreja Rebec, dipl. san. inž.

KAKO NA NARAVEN NAČIN ZNIŽAMO KRVNI TLAK?



Visok krvni tlak/hipertenzija je pomemben dejavnik tveganja za prezgodnjo smrt. Prizadene več kot četrtno svetovne populacije, zato je to velik zdravstveni problem. Dobro je, da sami poskrbimo, da imamo krvni tlak pod nadzorom. Normalen krvni tlak je v območju 120/80 mmHg.

Ugotovili so, da že blaga oblika hipertenzije oz. krvni tlak na zgornji meji normalnega (120–129/80–84 mmHg) zviša možnost smrti zaradi kardiovaskularnih bolezni v povprečju za skoraj 50 %. Za ženske je to tveganje malo nižje, za moške pa višje – skoraj 80 % (odvisno od starosti).

Problem še poslabša odkritje, da terapija z zdravili za nižanje krvnega tlaka pri blagem povišanju le-tega ni učinkovita.

Kot za večino kroničnih bolezni je vzrok za povišanje krvnega tlaka mešanica naših genov, moderne prehrane in življenjskega stila.

Krvni tlak pa lahko znižamo tudi sami. Poglejmo si nekaj načinov kako.

PREHRANA

- **Sladkor:** povečan vnos sladkorja, predvsem sladkih pijač dokazano zvišuje krvni sladkor. Z znižanjem vnosa sladkorja v telo se zniža tudi krvni tlak.
- **Kalij:** visok vnos kalija s prehrano je povezan z nižjim krvnim tlakom. Kalij najdemo v avokadu, sladkem krompirju, špinaci, meloni, kokosovi vodi, fižolu, paradižniku, bučah, suhih marelicah ...
- **Ribe:** EPA in DHA omega-3 maščobni kislini. Še posebej DHA je zelo učinkovita pri nižanju krvnega tlaka. Maščobne kisline lahko v telo vnesemo s prehrano ali s prehranskim dodatkom (ribje olje). Predvideva pa se, da proteini iz ribjega mesa prav tako nižajo krvni tlak.

- **Magnezij:** visok vnos magnezija s hrano prav tako niža krvni tlak, ne dosežemo pa tako močnega znižanja kot pri kaliju. Oreščki, semena, špinaca in pravi kakav so najboljši viri magnezija. Magnezij je zelo učinkovit v kombinaciji s kalijem.
- **Čemaž:** zelo uspešno niža krvni tlak. Lahko si pripravimo namaz oz. pesto in ga uživamo celo leto.
- **Česen:** tako kot čemaž tudi česen učinkovito niža krvni tlak.



ŽIVLJENJSKI STIL

- **Izguba telesne teže:** preveč telesne maščobe lahko dvigne krvni tlak in obratno.
- **Telovadba:** vzdržljivostna vadba, trening moči, visoko intenzivna intervalna vadba in že samo premikanje ter hoja uspešno nižajo krvni tlak.
- **Spanje:** dobra kvaliteta spanja in zadostna količina spanja vplivajo na krvni tlak.
- **Dnevna svetloba:** izpostavljenost sončni svetlobi (ultravijoličnim žar-



kom) poveča nastajanje molekule NO – dušikovega oksida, ki sprošča žilne stene in niža krvni tlak.

- **Meditacija/sproščanje:** sproščanje živčnega sistema učinkovito niža krvni tlak.
- **Globoko in počasno dihanje:** umirimo, upočasnimo in poglobimo svoj dihanje in bomo tudi znižali krvni tlak. Naučimo se pravilnega dihanja in bomo rešili marsikatero zdravstveno težavo.

PREHRANSKI DODATKI

- **Magnezij:** magnezijev glicinat v dozah med 500–1000 mg/dan črevesje dobro prenaša in učinkovito niža krvni tlak.
- **Kalij:** če se odločimo za prehranski dodatek s kalijem je pomembno, da spremljamo nivo kalija, saj so visoke doze kalija dolgoročno nevarne, ker porušijo ravnovesje mineralov v telesu.
- **Česnov ekstrakt:** vnos 10 000 enot alicina – učinkovine iz česna, ki niža pritisk, je pri večini dovolj, da se krvni tlak zniža za skoraj 10 mmHg (tako sistolični kot diastolični). Takšno količino alicina najdemo v približno 4 strokih česna.
- **CoQ10:** je odličen antioksidant, ki ščiti srce in nam daje energijo. Nastajanje se na žalost manjša s starostjo, porabljajo ga pa tudi vnetja v telesu, srčne bolezni, oksidativni stres, diabetes tipa 2, statini (zdravila za nižanje holesterola) ... Odmerek med 100–200 mg na dan zniža sistolični krvni tlak do 15 mmHg, diastolični pa do 10 mmHg. Ker je CoQ10 v maščobah topni antioksidant, je dobro, da ga uživamo z obrokom, ki vsebuje maščobe. Oblika CoQ10, ki je učinkovita in se dobro absorbira, je ubiquinol.

Najbolj lahko poskrbimo za svoje zdravje sami, zato pazimo, kaj jemo; poskrbimo za gibanje, spanje; bodimo čim več na prostem; krotimo stres, saj je to pomemben vzrok za povišan krvni tlak, in če ne gre drugače, si pomagajmo s kvalitetnimi prehranskimi dopolnili. ●

Asja Frank, mag. farm. in praktikantka funkcionalne medicine

VGC DOM NA VIDMU – MOŽNOST IN PRILOŽNOST

DEJAVNOSTI V MESECU NOVEMBRU 2019

Začetek jeseni nas je razvajal z obiljem lepega vremena in z ognjenimi krošnjami dreves, kar nam je dvigalo vibracije in položanje. V Večgeneracijskem centru Dom na Vidmu je bilo v oktobru zelo pestro. Poleg že utečenih tedenskih dogodkov je VGC organiziral še številne priložnostne, ki so nudili možnost za učenje, sodelovanje, sprostitve, medsebojno bogatitev itd. Veliko vsebin je bilo na temo zdravja in kar nekaj od njih nas je nagovarjalo k boljši skrbi za duševno in telesno zdravje. Vsem, ki so želeli obogatiti svoje znanje iz fotografije smo v sodelovanju s Foto klubom Sušec to omogočili, tako na ravni teorije kot tudi s praktičnim delom v naravi.

November bo čisto malo že dišal po cimetu in klinčkah ter nas vabil v stare in nove svetove po starih in novih poteh. Veseli bomo, če boste izbrali tudi pot, ki pelje v Točko moči na Vidmu.

Vsak ponedeljek 8.00–9.00 v VGC Dom na Vidmu	BANKA NEFORMALNE POMOČI , predstavitev in pomoč pri uporabi storitev banke, izvajalec Danijel Beletič
10.00–11.00 v Domu starejših občanov	NA KRILIH BESED , branje za bogatenje človeka, Izvajalec Jerica Strle
17.00–18.00 in 18.00–19.00 v VGC Dom na Vidmu	SREČEVANJE ZDRAVLJENIH ALKOHOLIKOV , poteka v dveh skupinah, prijave na tel. št. 040 683 015, Jasmin Tomažič.
19.00–22.00 v VGC Dom na Vidmu	ACCESS BARS IZMENJAVE , facilitatorji in praktiki, kontakt 05 71 45 022 v dopoldanskem času
Vsak torek 9.00–11.00 na Kresnički, Prešernova 25a	KUHANJE KOT ZABAVA , sodelovanje z VDC-jem, kontaktna oseba Jerica Strle, tel. števil. 041 484 937
9.00–10.30 v VGC Domu na Vidmu	NADGRADIMO SVOJE ZNANJE , tečaj slovenščine za tujce, izvajalka Romana Morano, kontakt 05 71 45 022 v dopoldanskem času
14.00–17.00 v VGC Dom na Vidmu	SVETOVALNICA ZA OSEBE S TEŽAVAMI Z ODVISNOSTJO , svetovanje, informiranje in motiviranje, prijave na tel. št. 040 683 015, Jasmin Tomažič
Vsako sredo 9.00–12.30 v VGC Dom na Vidmu	SLOVENŠČINA ZA TUJCE , izvajalka Jerica Strle
16.00–17.30 na OŠ Antona Žnidaršiča	RAČUNALNIŠKI TEČAJI , izvajalec Marjan Uljančič, prijave na 05 71 45 022 v dopoldanskem času

Vsako prvo sredo v mesecu od 18.00 dalje	MEDITACIJE IN ENERGIJSKE TERAPIJE , dodatne informacije na tel. št. 031 781 461, Martina Zorša, zaželen je prostovoljni prispevek.
Četrtek 10.00–12.00 v VGC Dom na Vidmu	RAČUNALNIŠKI TEČAJ ZA ZAČETNIKE (ena na ena), predhodni dogovor z Jerico Strle na tel. št. 041 484 937
Vsak četrti četrtek v mesecu od 13.00 dalje v VGC Domu na Vidmu	DRUŠTVO INCA , informacije o vsebini in delovanju društva na tel. št. 05 62 73 824, Diana Pelosa ali drustvo.inca-oso@siol.net
Vsak petek 9.00–12.00 v VGC Dom na Vidmu	SVETOVALNICA ZA OSEBE S TEŽAVAMI Z ODVISNOSTJO , svetovanje, informiranje in motiviranje, prijave na tel. št. 040 683 015, Jasmin Tomažič
10.00–11.00 V Domu starejših občanov	KDOR POJE, SLABO NE MISLI , sodelovanje z zborom v DSO (Vabljeni ljubitelji ljudskega načina petja.) Kontakt: Jerica Strle, tel. št. 041 484 937
od 15.30 dalje po predhodnem dogovoru z izvajalcem v VGC Dom na Vidmu	ENERGETSKO SVETOVANJE ZA OBČANE , energetski svetovalec Lucjan Batišta, prijave na tel. št. 05 71 12 300, 05 71 41 361
Vsak tretji petek 8.00–9.00 v VGC Dom na Vidmu	SVETOVALNO SREDIŠČE ZA INFORMIRANJE ODRASLIH , Ljudska univerza Ilirska Bistrica

Vsi programi VGC-ja so brezplačni, zato bi jih bilo škoda zamuditi. Cilji VGC-ja so: informiranost, socialna vključenost, znanje in aktivacija. Prisrčno vabljeni, da damo življenju več radovednosti.

1. DELAVNICA ZA SAMOPOMOČ: »Tudi vi se lahko prerodite«

Torek, 12. 11. 2019, ob 18.00 v VGC Točka moči Dom na Vidmu

Novembra bomo nadaljevali s **krepitevijo spolne čakre**, ki vpliva na samozavest, samospoštovanje, čutenje in izražanje svojih občutkov, sprejemanje znanja, posel, kariero. Kaj jo slabi? Kar se je dogajalo med 3. in 6. letom življenja, podzavestna prepričanja, da nismo sposobni, vredni, da si ne zaslužimo.

Naučili se bomo osvobajati blokade in krepiti povezanost z meditacijo, afirmacijami in fizičnimi vajami.

Ob 19.30 vsi vabljeni na **meditacijo ob polni luni**.

Hvaležni za prostovoljne prispevke.

Izvajalka in prijave: **Jožica Ramšak**

2. »ZA DOBRO POČUTJE IN IZGLED POMAGAJMO CELICAM V NAŠEM TELESU«

Četrtek, 21. 11. 2019, ob 18.00 v VGC Točka moči Dom na Vidmu

Vsi si želimo zdravja in dobrega počutja, da bi lahko v vsakdanjem življenju delovali polni energije, zadovoljni s sabo in okolico. V sodelovanju s Prerojen.si in družbo Neolife bomo govorili o imunski odpornosti, **ki je pomembna za preprečevanje virusnih in prehladnih obolenj v zimskih mesecih ter preprečevanje pomladanskih alergij. Predstavili bomo rešitve za fizično podporo in sproščanje miselnih ter čustvenih blokad. Pridružite se nam na predavanju in predstavili vam bomo rešitve.**

Izvajalka in prijave: **Jožica Ramšak**, tel. 041 289 632

3. CELODNEVNE IZKUSTVENE DELAVNICE

Sobota, 30. 11. 2019, in glede na zanimanje nedelja, 1. 12. 2019, od 9.00 do 17.00 v VGC Točka moči Dom na Vidmu

Potreba po popolnosti in absolutnem: hrepenenje po celoviti in brezkompromisni popolnosti je Plutonov del. Poleg tega, da lahko odpelje v prepad, je to del, ki lahko z gotovostjo pripelje neposredno k Bogu.

Ob prijavi sporočite vaše rojstne podatke in uro rojstva, da preverimo, v kateri hiši in v katerem znamenju je vaš Mars. Več o tem na Prerojen.si.

Prijave in dodatne informacije na 041 289 632, **Jožica Ramšak**

4. TAPKANJE – EFT METODA

Ponedeljek, 18. 11. 2019, ob 9.00 v VGC Točka moči Dom na Vidmu

V novembru vabimo na delavnice, kjer spoznavamo uporabo metode EFT, ki pomaga pri razreševanju neprijetnih čustvenih in telesnih težav ter pomaga tudi pri doseganju željenih ciljev. Srečanja bodo potekala vsak tretji ponedeljek v mesecu pod strokovnim vodstvom EFT izvajalke II. stopnje Darije Adam. Vabljeni vsi, ki ste delavnice že obiskovali in vsi, pripravljeni na novo izkušnjo.

Izvajalka in informacije: **Darija Adam** (adam.darija@gmail.com)

5. IZDELAVA ADVENTNIH VENČKOV

Četrtek, 28. 11. 2019, ob 18.00 v VGC Točka moči Dom na Vidmu

Prvo nedeljo v decembru je po krščanski tradiciji prva adventna nedelja. Po večini domov je to čas, ko se na mizah ali vratih pojavijo **adventni venčki**. Prva sveča na venčku simbo-

lizira pričakovanje ali upanje, druga simbolizira mir, tretja pa simbolizira veselje, zato je ponekod roza barve. Četrta sveča predstavlja ljubezen. **Pridružite se nam in pripravite svoj adventni venček. Zaželeno je, da prinesete svoje sveče.**

Izvajalka: **Jerica Strle**

6. NOVOLETNI OKRASKI IZ NARAVNIH MATERIALOV

Torek, 3. 12. 2019, ob 18.00 v VGC Točka moči Dom na Vidmu

December je v zimskem času poseben mesec, ko vso deželo preplavijo lučke in okraski, ki oplešajo, popestrijo domovanje, pričarajo prijetno praznično atmosfero in nas ovijejo v še lepše decembrsko vzdušje. **Vabljeni na delavnico izdelovanja novoletnih okrasov iz naravnih materialov** (les, blago, pluta...).

Izvajalka: **Jerica Strle**

7. JAMA PRI TRNOVSKEM STUDENCU – JAPODSKA JAMA

Sreda, 20. 11. 2019, ob 18.00 v Mali dvorani Doma na Vidmu

V jami pri Trnovskem studencu se nahajajo petroglifi, ki še vedno niso natančno časovno opredeljeni in razloženi. Kaj predstavljajo omenjeni simboli in čigavo delo so? Na predavanju se bomo po njej sprehodili skozi oči likovnika in arheologinje. Spoznali bomo različne teorije, ikonografijo jamskih upodobitev, mitologijo jam in slovanske mitološke predstave prostora.

Predavala bosta **akademski slikar Erik Dovgan in arheologinja Sabina S. Pugelj**.

8. RASTLINSKA PREHRANA KOT PREVENTIVA PRED SODOBNIMI BOLEZNIMI

Sreda, 27. 11. 2019, ob 18.00 v VGC Točka moči Dom na Vidmu

Nepravilna prehrana lahko privede do številnih resnih obolenj, kot so: sladkorna bolezen tipa 2, srčno-žilne bolezni, zamaščenost jeter, osteoporoza, debelost, demenca in tudi številna rakava obolenja.

Na razumljiv in praktičen način bo predstavljeno:

- **kaj je polnovredna rastlinska prehrana** in temeljni motiv za prehod na ta način prehrane;
- **kako ta prehrana vpliva na različne skupine ljudi** (nosečnice, otroke, mladostnike, odrasle, športnike, ostarele...) in kako s pomočjo rastlinske prehranske intervencije izboljšati zdravje in počutje;
- **najpogostejši stereotipi, bojazni in predsodki** o rastlinskem prehranjevanju;
- **najdlje živeča ljudstva in rastlinska prehrana**;
- **kako ta način prehrane vpliva na planet in na našo denarnico.**

Vabljeni, skupaj bomo pretehtali vaša vprašanja, pomisleke in kritike!

Izvajalka: **Suzana Poharič**

PRIMORSKA KREATIVNOST NA OGLED V PAVLOVČEVI GALERIJ

Bistriški hram likovne umetnosti je 19. oktobra obogatila razstava primorskih umetnikov, ki so Bistričane prepričali s kontrastom med oblim in oglatim.

Pavlovčeva galerija je gostila Regijsko razstavo južne Primorske, in sicer dvajset umetnikov iz Sežane, Postojne, Kopra, Izole, Pirana in Ilirske Bistrice, ki so se predstavili z likovnimi deli, kipi in fotografijami. Dvajset ustvarjalcev je svoja dela letos posvetilo izbrani tematiki z naslovom *Oblo in oglati*. Razmerje med oblimi in oglatimi oblikami v likovnih delih ustvarjajo dramatične napetosti, saj je vsaka umetnina ustvarjena iz barvnih, tonskih ali oblikovnih nasprotij, s katerimi ustvarjalci oblikujejo harmonično celoto in poudarijo izbrano vsebino.



Del razstave so tri kiparska dela. Glinena skulptura Marije Gombač prikazuje stilizirano jadnico. Jelka Suklan je predstavila kombinacijo krogle z valjem in abstraktnima prizmama. Ovalne in lomljene forme zmečkanih gmot v kontrastnih barvah pa zasledimo pri umetniški stvaritvi Danijela Tomažiča.

Likovnice Vanda Nedič, Stanislava Vodopivec in Irena Furlanič so se posvetile urbanim mestom in njihovi arhitekturi. Splet arhitekture in lepote žive narave pa je predstavila Maja Gržina Cergolj. Ustvarjalki Neva Macarol in Tatjana Fičur sta upodobili kontrastna razmerja med oblim in oglatim v tihožitju. Aleksandra Kovačič, Blaženka Rocco, Na-



taša Zirenstein in Zdenka Vinšek so se posvetile razčlenjevanju figur in likovnega prostora.

Svet abstrakcije in geometrijskih form sta pričarali Vesna Jogan in Silva Pangos, upodobitev glasbe kot kompleksne strukture oblikovno različnih likov pa je upodobila Maja Alessio. Omehčane



geometrične oblike prepoznamo v delih Dajane Čok in Boruta Kavčiča – glasbenika. Množico krivih in lomljenih linij ter geometrijskih likov je prispevala Irena Lorget Lipovec. Fotografija Cvetke Šemrov pa odseva velik kontrast med ovalom portretirankinega klobuka in lesenim okvirom.

Otvoritev razstave *Oblo in oglati*, ki jo je organiziral Javni sklad Republike Slovenije za kulturne dejavnosti z namenom širjenja ustvarjalnih obzorij likovnih ustvarjalcev, je s podrobno predstavitvijo umetniških del popestrila likovna kritičarka Nataša Kovšca, program pa je povezoval vodja bistriške izpostave JSKD Igor Štemberger. Program so z glasbenimi vložki obogatili glasbeniki skupine *Lojze Bajc s prijatelji*, *KD Nostalgija*. ●



KO ZADIŠI PO KLASIKI

Naveličanost ljudi sterilnih in minimalističnih oblikovalskih rešitev je rodila nov slog - moderno klasiko, ki zmore oživiti arhetipske oblike različnih stilnih obdobji na inovativen način. Željeno razmerje klasike in sodobnosti v prostoru je v domeni načrtovalca in okusa uporabnika, zato je slog čedalje bolj zanimiv tudi mlajšim generacijam. Za kakovost bivanja je poleg strehe nad glavo zelo pomembno tudi naše počutje pod njo. Premišljeno oblikovanje končne podobe interierja se vse prevečkrat nadomesti z investitorjevo improvizacijo in suhoparnimi rezultati, ki se obnesejo le za nekaj let.

Svojevrstno zgodbo izpoveduje celostna prenova staromeščanske hiše po načrtu arhitektke Helene Kalčič. Izrezljan plemeniti les izpod rok spretnih obrtniških mojstrov in subtilne tkanine poskrbijo za elegantno vzdušje in klasičen značaj. Zemljiska preproga iz terakote in ščepec marmorja pa so v realizaciji zaokroženi s kančkom modrine in pozlat.

Helena Kalčič, univ.dipl.inž.arh.

Namen prispevka je dvig vsesplošne zavesti o kulturi bivanja.

Če prenavljate prostor ali okolico in bi potrebovali nasvet arhitektke Helene Kalčič, pišite na naslov odmevi@ilirska-bistrica.si!



JEZIKOVNI NASVETI

KO SI MILKA PRIVOŠČI MILKO

Nikakršna novost ni, da nam jo pravopis pogosto zagode. Zlasti pravilna raba velike in male začetnice vedno znova sproža ugibanja in negotovosti, čeprav se nam na prvi pogled zdi, da poznamo razliko med zapisoma: *Rada imam Milko*. IN *Rada imam milko*. Pa ste prepričani, da veste, v katerem primeru ste pravilno povedali, da se radi sladkate s čokolado?

KDAJ TOREJ MILKA IN KDAJ MILKA?

V prvem primeru (Milka) mislimo na žensko Milko. Ker gre za osebno lastno ime, ga po pravopisnih pravilih vedno zapisujemo z veliko začetnico.

Če želimo povedati, da radi jemo čokolado, moramo besedo zapisati tako, da bo bralcu jasno, da gre za izdelek, ki po kategorizaciji spada v skupino stvarnih imen.

Če bi obe besedi zapisali na enak način, tj. z veliko začetnico, bi se lahko pojavili neljubi zapleti in dvomni pomeni, zato velja, da lahko za preprečitev dvomov imena trgovskih znamk zapisujemo po pravilu:

VRSTNO IME + IMENOVARNI PRILASTEK
čokolada Milka

Vrstno ime nam pove, za kakšno vrsto izdelka gre (čokolada), imenovalni prilastek pa za katero trgovsko znamko čokolade gre. Čokolada Milka je tako

natančneje opredeljena, zato vemo, da ne gre za katero koli čokolado, temveč za točno določeno znamko čokolade.

Na tem mestu je treba izpostaviti, da lahko zgornjo strukturo zapišemo tudi krajše. Pri tem izpustimo vrstno ime, preostali del besede pa zapišemo z malo začetnico: *Rada jem milko*. NAMESTO *Rada jem čokolado Milka*.

Poglejmo si še nekaj primerov:

Stari Vipavec (prebivalec Vipave) redno pije vipavca (pijača) ALI Stari Vipavec prisega na vino Vipavec.

S Fordom (priimek) se je peljal v ford (avtomobil). ALI S Fordom se pelje v avtomobilu Ford.

Komarje bo uničil z rapršilcem Pips. ALI Komarje bo uničil s pipsom.

Kadim cigarete Marlboro. ALI Kadim marlboro.

Zapis začetnice je odvisen od tega, ali govorite o znamki (Intel Pentium, Microsoft Windows) ali o vrsti izdelka (adidaske). Znamka je namreč zaščitena, zato jo je treba pisati z veliko začetnico.

Če govorimo o vrsti izdelka, ime tega izdelka pa je izgubilo lastnoimenske lastnosti, ga pišemo z malo začetnico (vileta, jogi, kalodont ...). Umivati si zobe s kalodontom tako lahko danes pomeni, da si zobe umivamo s katero koli zobno pasto.

Če se spomnite še kakšnega izdelka, ki se je iz imena blagovne znamke spremenil v generični izraz, mi pišite na troj3@gmail.com. ●

Tamara Rojc, profesorica slovenščine



KOZMETIČNI STUDIO MOJCA
Mojca Kljun,
Harije 81a,
Ilirska Bistrica

Zasižite od glave do pet

- pedikura,
- manikura,
- trajni lak,
- nega obraza,
- nega telesa,
- masaža,
- depilacija,
- oblikovanje telesa,
- pomlajevanje obraza,
- trajno odstranjevanje dlavic

Za termin pišite na
info@studiomojca.si ali
pokličite 05 71 45 990.

ONA ZNA, PRAV VEDNO ZNA ...

Tokrat sem napisal malce bolj hudo mušen članek, in sicer s pomočjo vseh mojih »otrok«, ali kot bi nekoč rekel hrvaški mojster Čolić: »Ti si mi u krvi ... « Sam tokrat to tematiko razpletam na malo bolj dolg in širok način. Pa saj

mi ne bo Miša nič zamerila, staremu siromaku – za vse te že četrto stoletja stare »žlahtne brčinske štorije«. Takole imamo, kaj hočemo ...

V mali in zanimivi brkinski vasici pod belimi kostanji je na leseni klopici ob

kamniti mizi nekoč davno, davno sedela simpatična mlada in vroča *Debeluška*. Čakala je svojega princa na belem oziroma olivno zelenem konju in ravno ko sta se s princem pripravljala na *Noč pred poroko*, jo je prešinila *Le ena misel*, ki je bila svetla in pametna: »Šment, pa saj to je pravzaprav bolj ubogi proletarski Sin, ki se nječe žjenet, kot pa moj »gospod pravi« iz dekliških sanj!« Malo jezna in precej razočarana mu je dejala:

»A veš kaj model? Poslušaj, Le prijatelja bodiva! Spet bo migal moj Mezinček in raje še ostale fante vabil na plesišče.«

Postala je žalostna in poslej se je venomer spraševala, komu bi le lahko podarila Del srca. Prišel je resnejši in bolj perspektiven fant z novejšo škodo in ji takoj ukradel Košček sanj. Rekla mu je pač tedaj tako: »Poslušaj ti dragi in simpatični Moj Pepi. Moje srce pa še vedno hrepeni. A si morda za »akcijo«?« Ta

deklica se mu je zazdela Popolna. Ko sta se pozneje sprehajala Med narcisami in zaužila Pomlad na gorskih stezah, ji je rekel: »Seveda bom vedno ob tebi draga, saj to bodo Neskončni večeri s teboj.« Vroče ga je od veselja poljubila, on pa ji je zašepetal: »To mi deli, miška mala, saj vseč mi res je zdaj Ta tvoja igra.« Bila je deklica res Lepa, slepa, nežna, grešna in šla sta pred oltar. Rekla mu je: »Ljubbi, Jaz čakam te. A vroč Spomin na pole-

tno noč mi pričaral bo Le tvoj parfüm.« A brez »oltarja« res ni šlo. To pa ne. Zakaj? Hmm!

To lepo in romantično zgodbo dvojine, ki spleta nov Krog življenja v novo jesen, lepo glasbeno nadaljujejo člani Ansambla Lun'ca, ki v bolj modernih, poskočnih in hitrih ritmičnih polke povedo, da ... Ja, ja ... kaj hočemo! Pač ona zna! ●

Matjaž Vrh

ONA ZNA

(L. Pintarič/M. Vrh/L. Pintarič)

Prav res, da v vsaki vasi
cveti najlepši cvet,
saj v tej deželi naši
je tisoče deklet.
Najlepše tam med njimi
pa moje je dekle.

Že davno, davno ... ukradla je srce.

Letim spet nad oblaki,
ko se približam ji.
Mi fantje radi pač
sanjamo noči.
Ko bi ob njej prespali,
čakali jutro spet
in prav do zadnje kaplje
polizali ves med.

REFREN

A ona zna, prav vedno zna
pokazat meje mi neba,
mi pravi, da pri njej bom spal
še, ko prstan ji bom dal.
A ona zna, prav vedno zna
pokazat pot mi do neba,
na poti tej pa mi stoji
le farna cerkva ...

USPEŠNO LETO ZA DOMAČE FOTOGRAFE

V letošnjem letu Foto klub Sušec praznuje petnajstletnico delovanja. Nismo še prav nič utrujeni, čeprav smo si v tem letu zadali in tudi že opravili veliko dela.

Marca smo v Pumpa baru v Knežaku postavili razstavo Prvih petnajst, na ka-

teri se je vsak član predstavil z eno fotografijo po svojem izboru. Septembra



pa smo (v okviru istega projekta petnajstletnice) v istih prostorih razstavili fotografije na temo Portret, ki so ogledovalcem ponudile veliko raznovrstnih obrazov in razpoloženj.

11. oktobra so se predstavili prijatelji iz zamejstva – člani FS Kulturno-prosvetnega društva Bazovica z Reke – s fotografijami na temo Kontrast. Do 22. novembra se še lahko sprehodite med 27 motivi različnih vrst porabe in različnosti, ki izhaja iz vere, prepričanja, statusa, kontrastov senc, barv in veliko drugega, kar nam ponuja vsakdanje življenje.

Takrat bo v Pumpa baru spet živahno. Ogledali si bomo fotografije in njihovo projekcijo ter podelili nagrade. Prav te dni se bo sestala žirija, ki bo izbrala najboljše med številnimi dobrimi fotografijami, ki so nastale na našem Ex-tempore Snežnik 2019. Omenjeni dogodek, ki je potekal na območju Občine Ilirska Bistrica med 19. in 20. oktobrom 2019, je privabil fotografe, da so se pomerili med seboj na temo Prosto in letošnjo dodatno temo Vzorci in teksture. Motivov je bilo veliko, zato bo tudi ta razstava zanesljivo zelo zanimiva. ●

IŠ/FKS

ŠOLARJI UPODOBILI LEPOTE STAREGA BISTRIŠKEGA MESTNEGA JEDRA

32 mladih umetnikov iz bistriške in pivške občine je na 29. likovnem »Ex-temporu Snežnik« upodobilo stare meščanske vile v središču mesta Ilirska Bistrica. Za jubilejno 30. srečanje organizatorji obljublajo vrnitev pod Snežnik, kjer so z »Ex-temporom« tudi pričeli.

Vencinova hiša z bogato čebelarstvo zbirko, Hodnikov mlin s pilo venecijan-ko, spominska zbirka čevljarstva obrti v info točki in nekdanji brivnici na Placu ter lepote starih meščanskih hiš so s svojimi arhitekturnimi posebnostmi navdihnile mlade likovne ustvarjalce, ki so s svinčniki in čopiči ovekovečili pestro bistriško zgodovino. Kot nam je zaupala predsednica Planinskega društva Snežnik Darinka Dekleva, ki skupaj z bistriško izpostavo JSKD organizira tovrstna srečanja, so bili učenci navdušeni nad starim mlinom in pilo, saj jih je prevzel duh po starem. Ponosni so na čudovite stare meščanske hiše v Guranjem kraju, ki jih vedno znova očarajo. Kot zagotavljajo, na ta način ne ohranjajo samo likovne kulture ampak tudi domoljubje, saj v svojih delih ovekovečijo kulturno dediščino mesta.

Na letošnjem likovnem srečanju so se zbrali nadarjeni likovniki iz vseh bistriških osnovnih šol in ustvarjalni pivški osnovnošolci. Kot poudarjajo organi-



zatorji, *Ex-tempore* ni tekmovalnega značaja, ampak je namenjen predvsem druženju in ustvarjanju učencev višjih razredov osnovnih šol, ki s svojimi mentorji zapustijo varno zavetje učilnic in se podajo v naravo, kjer si poljubno izbirajo motive in tehniko slikanja ter primerjajo končne izdelke. Likovna dela potem razstavijo in predstavijo na vseh šolah, ki so sodelovale na *Ex-temporu*.

Prvi *Ex-tempori* so se odvijali na Sviščakih, Mašunu in Črnem dolu, zato so

dobili ime po najvišji gori tega območja. V skoraj treh desetletjih umetniškega izražanja so nadarjeni učenci ustvarjali tudi na Premu in v ostalih vaseh z bogato kulturno dediščino, večkrat pa so v svojih delih ovekovečili tudi lepote domačega mesta. Za naslednje leto organizatorji napovedujejo vrnitev v objem Snežnika in Sviščakov, kjer se je začela pisati zgodba o tradicionalnem slikarskem druženju mladih umetnikov na Bistriškem. ●



TEDEN OTROKA V KNJIŽNICI

Oktober je posvečen otrokom, saj ravno v tem mesecu praznujemo »Teden otroka«. Ker letos obeležujemo 30 let od sprejetja »Konvencije o otrokovih pravicah«, so ravno pravice otrok osrednja tema letošnjega »Tedna otroka«.



Knjižnica Makse Samsa je v tem času za osnovnošolce pripravila različne dejavnosti. Sedmošolci so obiskali knjižnico v okviru projekta *Rastem s knjigo*, obiskala pa sta nas tudi dva tretja razreda OŠ Dragotin Kette. Za vse učence smo pripravili zanimiv program.



Z besedami dobrodošlice jih je sprejela direktorica Damijana Hrabar in jim v uvodnem ugovoru podala nekaj koristnih napotkov, kako pomembna sta za njih knjiga in knjižnica. Knjiga je in bo ostala pomemben dejavnik pri razvoju človeka, zato je pomembno, da osnovnošolci vzljubijo knjige. Branje pomeni bližino, pozornost, skupni čas, spoznavanje različnih svetov in učenje. Brez knjige ni pravega otroštva.

V nadaljevanju programa so si osnovnošolci ogledali predstavitev na temo *Jesen in njene značilnosti* in *Gozd v jesenskem času*. Nato jim je pravljčarka predstavila knjigo *Ježek najde družbo*, s katero jih je popeljala v otroški svet dejavnosti v knjižnici, osnovnošolci pa so se preizkusili tudi v reševanju ugank. Ob zaključku so si izdelali papirnatega ježka, ki jih bo spominjal na predstavljeno pravljico. ●

Vlasta Kirn

OBISK PREDSEDNIŠKE PALAČE

Številni uspehi slovenskih športnikov na mednarodnih tekmovanjih so spodbudili predsednika države Boruta Pahorja k predložitvi pobude za nov slovenski državni praznik, praznik športa, ki naj bi ga praznovali 1. oktobra. V ta namen je v svojo predsedniško palačo preko športnih zvez k sebi povabil tudi mlade perspektivne športnike.

Z veseljem smo se odzvali na vabilo Športne zveze Postojna in na učiteljskem zboru OŠ Toneta Tomšiča Knežak skupaj izbrali dva učenca z naše šole. Katja Tomšič, učenka 6. razreda, trenira atletiko in košarko. Pri obeh športih je uspešna in iz dneva v dan dosega boljše rezultate. Žiga Rebec, učenec 9. razreda, ravno tako trenira košarko in zastopa barve bistrškega kluba v prvi ligi kategorije U15. Oba sta vzorna učenca, obe-tajoča športnika, predvsem pa ju učitelji lahko postavimo za zgled ostalim učen-

cem, saj kljub številnim treningom pri-dno opravljata vse šolske obveznosti.

V spremstvu učitelja športa Uroša Jenka sta se tako v torek, 1. oktobra, udeležila obiska v Ljubljani, kjer je ob tej priložnosti potekala tudi krajša prireditev v predsedniški palači. Prireditve so se poleg gospoda Pahorja udeležili tudi znani Slovenci, ki so podporniki predloga. Med njimi so bili kolesar Primož Roglič, telovadec in olimpijec Miro Cerar in podpredsednik Olimpijskega komiteja Slovenije Janez Soderžnik. ●

OŠ Toneta Tomšiča Knežak



TEDEN OTROKA NA OŠ KNEŽAK

Letošnji teden otroka je potekal pod sloganom »Naše pravice«. O njih so učenci razmišljali na šolskem parlamentu, risali so jih v podaljšanem bivanju in jih predstavili na panojih po šoli, ure sničevali pa smo jih na vseh ravneh.

Teden smo zaključili s tradicionalnim »banana piknikom«, kjer vse skupine skupaj rajajo in plešejo na šolskem igrišču in se na koncu posladkajo z bananami, ki jih po svojih željah in okusih okrasijo z različnimi posipi. ●

Martina Batista



Šolska skupnost je pripravila nekaj predlogov za dejavnosti in tako so imeli učenci aktivne odmore, med katerimi so igrali izbrane športne igre ali se na hodnikih igrali družabne igre iz odpadnih materialov. V sredo so potekale napete volitve predsednika šolske skupnosti, na katerih je bil v drugem krogu izvoljen devetošolec Matic Tomažinčič. Učenci so z anketo izbrali naj malico in kosilo, ki smo ga v tem tednu tudi realizirali – pica in hamburger.

Tudi v vrtcu je bilo pestro. Najmlajši iz skupine *Zvezdic* so se družili s *Sončki* in si priredili igralni dopoldan, drugi dan pa glasbeno urico, na kateri so ob zvokih harmonike peli in plesali. Pri *Mavricah* so imeli gibalne igre s padalom, žogami, obroči in tunelom, otroci iz skupine *Lunce* pa so pripravili in ostalim z ročnimi lutkami zaigrali igrico z naslovom *Kako ujeti zvezdni utrinek* ter jo popestrili s pesmijo *Jesenska*. *Lunce* so v začetku tedna medse povabile stare starše, s katerimi so se skupaj sprehodili do gradu Kalc. Tam jim je upokojena vzgojiteljica Sonja Tomšič pripovedovala pravljico o palčku Piskalčku, ki je za otroke pripravil sladko presenečenje.



»PEŠBUS«

Na šoli smo med 23. septembrom in 4. oktobrom organizirali »Pešbus«. Namen te aktivnosti je bil spodbuditi čim več otrok, da bi v šolo prihajali peš. Naša ciljna skupina so bili učenci od 2. do 6. razreda, ki prihajajo z Bača in iz Knežaka.

K sodelovanju smo povabili starše in stare starše, ki so otroke s *Pešbusom* spremljali do šole. Odziv je bil z obeh strani velik. Sodelujoči so bili zadovoljni in si želijo, da bi se takega načina prihoda v šolo držali vsi. Imeli smo dve progi in 4 postaje, sodelovalo pa je 25 učencev in 14 spremljevalcev, večinoma staršev.

MNENJA »PEŠBUSOVCEV«

- »Bilo mi je všeč, ker sem se nadihal/-a svežega zraka in opazoval/-a naravo.«
- »Razgibal/-a sem se in se počutil/-a veliko bolje.«
- »Družil/-a sem se s prijatelji in sošolci ter se z njimi lahko pogovarjal/a že pred poukom.«
- »Spremljevalci so bili prijazni.«
- »Vesel/-a sem bila žigov na vozovnici.«
- »Želim si, da bi bil Pešbus obvezen za vse celo šolsko leto.«
- »Zelo sem navdušen/-a.«
- »Po zaključku Pešbusa kar nekaj otrok verjetno ne bi hodilo peš (ker bi bili brez premstva ali sami).«



Spremljevalci: Vanja Delost (vsak dan), Miroslava Knafelc, Mira Kirn, Adrijana Širca, Silvija Ludvik, Boštjan Paveo, Uroš Tomšič, Tanja Šircelj, Tadeja Zadelj, Maja Kočar Škrli, Sandra Kastelic, Dragica Ludvik, Jožica Škrli, Jana Prosen Tomšič.

Glede na besede spremljevalcev lahko zaključimo, da so radi sodelovali pri

spremistvu učencev. Kar nekaj jih je že stalnih (3 leta zapored oz. od začetka) in vsi so izrazili željo po sodelovanju tudi v prihodnje.

Hvala vsem, ki ste se vključili v to aktivnost, še posebej pa spremljevalcem, ki so bili pripravljeni sprejeti tako veliko odgovornost. ●

Anica Prosen,
koordinatorka Pešbusa
na OŠ Toneta Tomšiča Knežak

GIMNAZIJA ILIRSKA BISTRICA SE PREDSTAVI NA TRŽNICI SREDNJIH ŠOL

V ponedeljek, 21. oktobra, je ob 18. uri na OŠ Dragotina Ketteja v Ilirski Bistrici potekala tržnica srednjih šol. OŠ Dragotina Ketteja je v sodelovanju z ostalimi osnovnimi šolami Občine Ilirska Bistrica tržnico srednjih šol pripravila z namenom, da si učenci osnovnih šol pridobijo informacije, ki jih nujno potrebujejo pri izbiri srednje šole, v katero se želijo vpisati.

Na tržnici se je s svojo atraktivno stojnico predstavila tudi Gimnazija Ilirska Bistrica, in sicer smo predstavili izobraževalna programa, ki ju izvajamo na naši šoli – gimnazijski program in program tehnik računalništva – ter druge šolske in obšolske dejavnosti. Razstavili smo slikovne in video izdelke naših dijakov, plakate z različnimi učnimi temami in računalniške predstavitve o šoli ter dejavnostih dijakov. Obiskovalci so si lahko ogledali kemijske poskuse, ki so jih izvajali dijaki naše šole. Predstavili smo animacije in druge multimedijske izdelke, ki so jih ustvarili dijaki programa tehnik računalništva, ter računalniške aplikacije, ki se jih učijo programirati dijaki na naši šoli.

Z namenom, da bi privabili čim več osnovnošolcev k naši stojnici, smo obiskovalcem razdelili liste z nagradnim kvizom. Na zastavljena vprašanja kratkega kviza so lahko odgovorili tako, da so obiskali našo stojnico in iz predstavitev naše šole razbrali pravilne odgovore. Vsi, ki so na vprašanja pravilno odgovorili, so se razveselili sladkih in uporabnih nagrad, pa še nekaj novega so se naučili.

Poleg Gimnazije Ilirska Bistrica so se na tržnici predstavile naslednje srednje šole: Šolski center Postojna, Srednja gozdar-

ska in lesarska šola Postojna, Srednja gradbena, geodetska in okoljevarstvena šola Ljubljana, Šolski center Srečka Kosovela Sežana, Srednja šola tehniških strok Šiška, Srednja šola Venca Pilon Ajdovščina, Škofijska klasična gimnazija Ljubljana, Srednja šola za oblikovanje in fotografijo Ljubljana, Elektro in pomorska šola Piran, Šolski center Nova Gorica, Srednja šola za farmacijo, kozmetiko in zdravstvo Ljubljana ter Biotehniški izobraževalni center Ljubljana.

Tržnica je bila množično obiskana, udeležili pa so se je devetošolci in drugi osnovnošolci OŠ Dragotina Ketteja, OŠ Antona Žnidaršiča, OŠ Podgora Kuteževu, OŠ Jelšane, OŠ Knežak, OŠ Pregarje, OŠ Podgrad in OŠ Košana ter njihovi starši. ●

Gimnazija Ilirska Bistrica



Vabimo vas, da doživite življenjski in delovni utrip naše šole.

sreda in četrtek,
4. in 5. december 2019,
ob 12.30

www.facebook.com/srednjasola.ilb
www.ilb.scpo.si
gimnazija.ilb@scpo.si
 (05) 711 11 11

Preko Skypa in v živo se boste lahko pogovorili z našima bivšima dijakoma, ki bosta predstavila svoja srednješolska leta na naši šoli.

Vključili se boste lahko v multimedijsko, računalniško, naravoslovno, družboslovno in jezikovno delavnico.

GAMBIJA, DEŽELA NASMEJANIH LJUDI

Vsako jesen KŠIB-ovci organiziramo potopisno predavanje in tokrat smo v goste povabili prav posebno osebo, ki je še iz naših, študentskih vrst. To je Elen Stanič, študentka razrednega pouka in inkluzivne pedagogike, ki se je letos poleti za kar šest tednov odpravila v Gambijo, kjer je opravljala prostovoljno delo. V petek, 18. oktobra, nam je v Sokolskem domu pričarala pravi afriški večer.

Na začetku je predstavila omenjeno državo kot deželo nasmejanih ljudi. Povedala je, da je potovala preko društva *Za otroke sveta*, ki je pred samim podvigom pripravilo tudi predavanja, na katerih so prostovoljcem predstavili tamkajšnji način življenja in njihovo kulturo. Zbirali so tudi denar in materialne stvari za Gambijske otroke in zbrali kar za cel smetnjak materialnih donacij. Za več kot 100 otrok so prostovoljci vsak dan kupili in razdelili malico, kar je zelo pohvalna in spodbudna informacija.

Ekipa prostovoljcev je pomagala pri poletnem taboru. Delali so v laboratoriju, bolnišnici, na področju medijske

produkcije in izobraževanja. Elen je pomagala na področju izobraževanja. V šolo so hodili revni otroci, ki jim starši šolanja ne morejo plačati. Z otroki so imeli razne vzgojno-izobraževalne, plesne, športne, ustvarjalne in druge delavnice. Pri sami izvedbi delavnic so se povezali tudi z lokalnimi umetniki. Elen je poleg študija zaposlena kot učiteljica na osnovni šoli in prav zaradi tega opazi razliko med afriškimi in slovenskimi otroki. Tam hodijo v šolo zaradi lastne želje, pri slovenskih otrocih pa prevladuje zunanja motivacija, kar pomeni, da se učijo zaradi ocen, staršev in ker je šolanje obvezno.

Predavanje je obogatila s čudovitimi slikami, na katerih nam je pokazala otroke, kraje, celo kombi, s katerim so se vozili, njihovo prenočišče itd. S temi slikami nas je tudi močno ganila, da je marsikdo v dvorani dobil kurjo polt in potočil kakšno solzico. Še posebej sta nas ganila prizor iz sirotišnice in slika deklince, ki skrbi za svojo nekaj mesečno sestrico. Tam namreč velja, da je med sorojenci močna vez in morajo nenehno skrbeti drug za drugega. Pokazala nam je tudi slike naravnega rezervata, ki ga je obiskala, in posnetek ribiške vasice, ko pridejo tamkajšnji ljudje iz ribolova. Takrat se zbere cela vas na obali in čaka na ribe.

Za zaključek predavanja nam je Elen postregla še z videoposnetkom otrok, ki jim mahajo v pozdrav. Pravi, da si ga vsak dan ogleda. Čeprav je bila to naporna izkušnja, je bila zanj ena najlepših.

Večer je zaključila z mislijo društva *Za otroke sveta* in nam pustila trenutek, da se zamislimo: »Začne se pri meni, začne se pri tebi.« ●

Kaja Boštjančič,
Klub študentov Ilirska Bistrica



»3. MEDNARODNI NOGOMETNI TURNIR« V ORGANIZACIJI ND BISTRIC

V soboto, 30. novembra, nedeljo, 1. decembra, in soboto, 7. decembra, bo v športni dvorani Osnovne šole Antona Žnideršiča potekal že »3. Mednarodni nogometni turnir« v organizaciji Nogometnega društva Bistrice. Namenjen bo otrokom, ki so vključeni v selekcije U7, U9, U10, U11 in U13. Mladi nogometaši se bodo pomerili s svojimi vrstniki iz Slovenije, Hrvaške in Italije.



Ko smo junija 2017 ustanovili ND Bistrice, smo si želeli predvsem to, da bi najmlajšim omogočili usmerjeno preživljanje prostega časa; jim pomagali uresničiti nogometne želje in razvijali moralne vrednote, kot so poštenost in skrb za sočloveka.

Z roko v roki delujemo trenerji, igralci, ljubitelji nogometa, sponzorji in starši, ki nam zaupajo in svoje otroke spodbujajo pri razvijanju nogometnih spretnosti in veščin. Uresničevanje zastavljenih ciljev nam uspeva tudi s podporo Občine Ilirska Bistrica.

Skupaj smo organizirali že dva turnirja, ki sta bila odlično obiskana, odzivi nanje pa zelo pozitivni. Naj spomnimo, da smo prvo leto turnir izvedli 23. decembra 2017, in sicer za otroke, vključene v selekciji U7 in U9. Preteklo leto je nogometni turnir trajal dva dni, in sicer za selekcije U7, U9, U10 in U12. Dogodek se je dotaknil slehernega posameznika in bil deležen odličnih pohval s strani staršev, trenerjev, obiskovalcev in drugih. Lani se je za žogo podilo kar 470 otrok, ki so jih s tribun bodrili zavzeti

navijači. Dobrih 1500 obiskovalcev si je ogledalo nogometni spektakel na Bistrškem in bučno navijalo za vse nogometne nadobudneže.

To leto na turnirju pričakujemo do 650 otrok in 2000 obiskovalcev. Vse ekipe bodo za sodelovanje na turnirju prejele medalje, najboljše štiri ekipe iz vsake selekcije pa tudi pokal. Podelili bomo nagrade za najboljšega vratarja in najboljšega igralca turnirja v posamezni selekciji. Tovrstni dogodek predstavlja velik finančni zalogaj, zato nam je na pomoč priskočila Občina Ilirska Bistrica, ki je generalni pokrovitelj dogodka.

Županu Ilirske Bistrice Emilu Rojcu se za hvaljujemo za pomoč in podporo. Velika

zahvala gre tudi vsem ostalim sponzorjem, ki so nam omogočili, da bomo tudi letos dobrodelni. Del zbranih sredstev na srečanju bomo namenili organizaciji Sonček.

Želimo si, da bi dogodek pričaral nasmehe na obraze otrok in bi skupaj organizirali še en uspešen nogometni turnir. Da skupaj zmoremo več, smo dokazali že velikokrat. Verjamemo, da bo tudi tokrat tako.

Lepo vabljeni na 3. Mednarodni nogometni turnir, da skupaj navijamo za mlade nogometne upe, še posebej pa za naše fante, igralce ND Bistrice. ●

Petra Valenčič



Z MOTORJEM PO ZDA – KATARINA ŠKRAB IN SEBASTIJAN UDOVIČ IZ MK FEISTRITZ

2. DEL

Viva Las Vegas! Res še čisto malo. Zapeljala sva čez znamenit Hooverjev jez. Hoover Dam je velik hidroelektrični jez na reki Kolorado. Nahaja se na meji med ameriškima državama Arizono in Nevada in je poln presežkov. Čez jez poteka tudi meja med dvema časovnima pasoma – Pacifiškim in Gorskim časom. Jez so zgradili v petih letih, med letoma 1931 in 1936, skoraj dve leti pred predvidenim rokom. V času gradnje je veljal za pravi čudež gradbeništva, kar je za mnoge še danes. Poimenovan je po ameriškem predsedniku Herbertu Hooverju. Za jezom je nastalo jezero Lake Mead, ki je največje zbirališče sladke vode v ZDA. Konec leta 2010 so odprli most čez Hooverjev jez, s katerega je lep razgled na to čudo gradbeništva.

Zanimivo je, da sploh nisva razmišljala o tem, da sva se na najinem potovanju peljala čez štiri časovne pasove – Vzhodni, Centralni, Gorski in Pacifiški čas. Ko sva vozila iz vzhoda na zahod, sva pridobivala čas in vedno prispela na cilj podnevi. Tako sva imela čas za raziskovanje mesta, kjer sva prenočila. No, drugače pa je bilo, ko sva potovala z zahoda na vzhod. Na cilj sva vedno prišla v temi in sva se spet čudila, kako to, da sva se tako dolgo vozila. Tukaj pa je bila še Arizona, ki je edina država v ZDA, ki nima poletnega časa.

V mesto sredi puščave sva prispela zgodaj popoldan. Sebastijan nama je preko bookinga rezerviral dve nočitvi v apartmaju v hotelu blizu Strip ulice – glavne ulice v Vegasu. Najprej sva se šla osvežit v bazen in jacuzzi, nato pa sva se podala v nočno življenje. Las Vegas je boljše obiskati sredi tedna, saj so takrat cenejše nočitve in manjša gneča. Sprehodi sva se po znamenitih hotelih in njihovih igralnicah. Hoteli so tematski, kar pomeni, da večina izmed njih predstavlja neko mesto ali znamenitost v miniaturni izvedbi z igralnicami, restavracijami, gledališči ... Preizkusila sva se tudi



Las Vegas: Hotel New York New York v Las Vegasu

na aparatih za srečo in si v hotelu New York New York priigrala denar za nočitev v Vegasu. Hotel New York New York predstavlja legendarno silhueto Manhattan. Najbolj sva bila navdušena nad hotelom Venetian, ki je lepši od samih Benetk. V njem se praktično sprehajaš po ulicah ali voziš po kanalih Benetk. Na gondoli se lahko pelješ pod znamenitim mostom vzdihljajev, na trgu sv. Marka pa lahko spiješ drago italijansko kavo. Tudi hotel Bellagio, poznan iz filma Oceanovih 11, naju ni pustil rav-

nodušna, saj sva uživala v predstavi na fontani pred hotelom – malo romantike ne škodi. Drugi dan sva šla pozirat pred znak »Welcome to faboules Las Vegas«, nato pa obiskala znamenito zastavljalnico Rick Harrison's Gold & Silver Pawn Shop. Lastnikov takrat žal ni bilo v trgovini, sva pa v zameno za suvenir iz Slovenije, ki sva jim ga prinesla, dobila fotografijo glavnih junakov z njihovimi podpisi. Popoldan sva spet uživala na bazenu in kramljala z ostalimi gosti. Spoznala sva Indijanko, ki je odrasla v



Venetian – Las Vegas in hotel Venetian, počutiš se, kot da si sredi Benetk

rezervatu, in prisluhnila zgodbi gospe, ki je odraščala v revni četrti, imenovani »Project«, ki jo najdemo v vseh večjih ameriških mestih. Zvečer sva se ponovno sprehodila po ulici Strip in uživala v mestu, ki nikoli ne spi. Privoščila sva si tudi vožnjo z vlakcem smrti, ki je speljan okrog hotela New York New York. Vlakec v spirali obkroži glavno, 20 nadstropij visoko stolpnico, nato pa strmoglavi preko glavnega vhoda v hotel in po nekaj zavojih pristane na izhodišču v varnem zavetju igralnice. Moram priznati, da sva dala duška najinim glasilkam.

Po dvodnevnem »počitku« je napočil čas za Kalifornijo. Peljala sva mimo Area 51, znanega tudi kot Območje 51, kjer je baza Ameriških letalskih sil, v kateri so v preteklosti razvijali in testirali skrivnostne vojaške projekte, področje pa je znano tudi po tem, da so tam ljudje videli NLP-je in vesoljce. Nato sva se spustila v Death Valley – Dolino smrti. To je slana puščava, katere pokrajina je zelo dinamično razgibana, saj lahko v njeni prostranosti občudujemo peščene sipine, kanjone in gorske grebene, ki z vseh strani obdajajo dolino. Peljala sva se 54 m pod morsko gladino. Sicer je najnižja točka v Dolini smrti 86 m. Temperatura je bila 39 °C (julija oz. avgusta se dvigne tudi do 47 °C). Dolina smrti drži tudi uradni rekord za najbolj vroč kraj na svetu, in sicer je leta 1913 termometer pokazal 56,7 °C. Hitela sva naprej preko prelaza Towne na višini 1510 m proti vznožju gorovja Sierra Nevade. Peljala



Nacionalni park Sekvoj



Golden Gate Bridge – mostnina znaša \$8, plača se jo preko interneta, vendar samo v eno smer, iz severa proti jugu

sva se po prelepi panoramski cesti ob reki Kern in pri mestu Bakersfield zavila desno do mesta Visalia – najinega izhodišča za park sekvoj.

National park Sequoia se nahaja na južni strani gorovja Sierra Nevade in je bil ustanovljen 25. septembra 1890 kot drugi narodni park v ZDA. Znotraj parka je gigantski gozd, v katerem je 5 od 10 največjih dreves na svetu. V park sva vstopila na nadmorski višini 520 m in se vzpenjala po strmi, ozki, vijugasti cesti, ki preide v prelepo panoramsko Cesto generalov, kamor sva si šla ogledat sekvojo, poimenovano po generalu Shermanu. Ta orjaška sekvoja, ki se nahaja na nadmorski višini 2103 m, v višino meri 83,8 m, premer ima 7,7 m, na tleh celo 12 m, tehta blizu 2000 ton, stara pa je med 2.300 do 2.700 let. Veje drevesa imajo premer tudi do 2 m. Prav neverjetno se je bilo tam peljati in sprehajati. Dobiš občutek, kako si majhen. Sebastijan pa je razmišljal o tem, koliko motornih žag bi bilo potrebnih za podiranje takšnega drevesa. Nekoč so jih res podirali. 25 mož je 10 dni trdo delalo, da so posekali drevo, vendar so se sekvoje, ko so padle na tla, raztreščile na drobne kose, zato so sečnjo opustili. Orjaška sekvoja ali mamutovec spada med najredkejšje in najbolj ogrožene drevesne vrste na svetu. Mamutovci v naravi rastejo na zahodnih pobočjih Sierra Nevade, v narodnih parkih in rezervatih na nadmorski višini med 1400 in 2500 m. Drugje po svetu so jih posadili kot okras in botanično zanimivost. Orjaške sekvoje pa niso najvišja niti najdebelejša niti najstarejša drevesa. Po skupni lesni prostornini in teži pa se z njimi ne more

primerjati prav nobena druga drevesna vrsta. Zrastejo lahko do 100 m visoko in dosežejo obseg debla več kot 30 m. Mamutovci so samotarska, nedružabna bitja, zato v njihovi neposredni bližini navadno rastejo le precej nižje jelke, bori in druga drevesa. Okrog sebe potrebujejo veliko prostora, da lahko razvijejo debelo skorjo, tudi do 60 cm.

Najin naslednji cilj je bil San Francisco oz. ogled mostu Golden Gate – glavnega simbola mesta. Golden Gate Bridge je najbolj znan viseč most na svetu, dolg 2737 m, zgrajen leta 1937. Povezuje okrožje Marin in San Francisco. Preko njega je speljana znamenita državna cesta 1. Za most na vhodu v zaliv San Francisco sta značilni rdeča in oranžna barva, ki služita kot pomoč v gosti megli, ki pogosto ovija mesto. Ko sva se vozila proti mostu, sva od daleč iskala kraj, od koder bi naredila najlepše fotografije. Vedno bolj sva mu bila blizu in na koncu zgrešila izhod ter zapeljala čez most. Nekje sva prebrala, da je most potrebno plačati, na drugi strani pa so bile vse zapornice dvignjene in svetila je zelena luč, zato sva mislila, da ni več mostnine. Še na drugi strani sva malo zaokrožila in iskala dobro pozicijo ter ugotovila, da morava nazaj, saj so bile na severni strani res najboljše razgledne točke za fotografiranje. Po foto shootingu sva še tretjič prečkala most brez plačila mostnine. Vzpenjala in spuščala sva se po značilnih strmih ulicah, se peljala mimo nešteti vrstnih hiš in si kar z motorja ogledala del San Francisca, multietničnega mesta, ki slovi kot najbolj prijazno mesto drugače mislečim. ●

... se nadaljuje

KOLEDAR DOGODKOV V NOVEMBRU

7. 11. 2019 ob 18.00	MIRKO BOGIĆ – DALMATINEC, KI JE NAUČIL SLOVENCE JADRATI, KMS
9. 11. 2019 ob 19.00	OTVORITEV LIKOVNE RAZSTAVE ELISABETTE BACCI, Pavlovčeva galerija
12. 11. 2019 ob 18.00	TUDI VI SE LAHKO PRERODITE, VGC Točka moči Dom na Vidmu
14. 11. 2019 ob 18.00	NOVINARJEVA ZGODBA S TONETOM HOČEVARJEM, KMS
15. 11. 2019 ob 19.00	PREDAVANJE ASJE FRANK: KAKO SI POMAGATI PRI TEŽAVAH Z NESPEČNOSTJO? sejna soba na Jurčičevi 1
18. 11. 2019 ob 9.00	TAPKANJE - EFT METODA, VGC Točka moči Dom na Vidmu
20. 11. 2019 ob 18.00	JAMA PRI TRNOVSKEM STUDENCU – JAPODSKA JAMA, Mala dvorana Doma na Vidmu
21. 11. 2019 ob 18.00	ZA DOBRO POČUTJE IN IZGLED POMAGAJMO CELICAM V NAŠEM TELESU, VGC Točka moči Dom na Vidmu
21. 11. 2019 ob 18.00	ZAKLJUČEK BRALNE ZNAČKE ZA ODRASLE »PRIMORCI BEREMO 2019« IN DAN SPLOŠNIH KNJIŽNIC Z GOSTJO BRONJO ŽAKELJ, KMS
27. 11. 2019 ob 18.00	RASTLINSKA PREHRANA KOT PREVENTIVA PRED SODOBNIMI BOLEZNIMI, VGC Točka moči Dom na Vidmu
28. 11. 2019 ob 18.00	IZDELAVA ADVENTNIH VENČKOV, VGC Točka moči Dom na Vidmu
28. 11. 2019 ob 18.00	PREDAVANJE O NARAVI IN LJUDEH SNEŽNIKA IN DOLINE REKE, VPLIVNEGA OBMOČJA PARKA ŠKOCJANSKE JAME, KMS
30. 11. 2019 in glede na zanimanje 1. 12. 2019 od 9.00 do 17.00	CELODNEVNE IZKUSTVENE DELAVNICE, VGC Točka moči Dom na Vidmu
1. 12. 2019 ob 19.00	KRIZA SREDNJIH LET Z RANKOM BABIČEM, Velika dvorana Doma na Vidmu
3. 12. 2019 ob 18.00	NOVOLETNI OKRASKI IZ NARAVNIH MATERIALOV, VGC Točka moči Dom na Vidmu
5. 12. 2019 ob 18.00	PREDSTAVITEV KNJIGE BOGDANA BIŠČAKA: IGRA IN BISERI - KAKO SEM HČERKI Z ALPINIZMOM RAZLOŽIL ŽIVLJENJE, KMS
12. 12. ob 18.00	»BISTRIČANI BISTRIČANOM« Z JOŽETOM MALJEVCEM, KMS



Veseli
DECEMBER
v Ilirski Bistrici

Park Nade Žagar

petek,
6. 12.

17.00 Miklavžev sejem

17.30 Otroška predstava
"Rudi in praznične kremšnite" | obisk
Miklavža

18.00 Prižig prazničnih lučk | Otvoritev drsališča

TIC ILIRSKA BISTRICA

*Ni smrt tisto, kar nas loči
in življenje ni, kar druží nas.
So vezi močnejše. Brez pomena zanje
so razdalje, kraj in čas.*

(Mila Kačič)



ZAHVALA

V lepem jesenskem dnevu se je od nas poslovila

MARIJA ZIDAR

Ob bolečem slovesu od naše drage mame se iskreno zahvaljujemo vsem sorodnikom, prijateljem in sosedom za darovano cvetje, sveče in izrečeno sožalje. Hvala vsem, ki ste jo spoštovali, jo imeli radi in ste bili z nami na njeni zadnji poti.

Hvala gospodu župniku Stanku Fajdigi, Mešanemu cerkvenemu pevskeemu zboru Podgrad, Javnemu podjetju Komunala Ilirska Bistrica in reševalcem Zdravstvenega doma Ilirska Bistrica.

Žalujoci: sinova Dušan in Bernard z družinama

Podgrad, Ilirska Bistrica, oktober 2019

NAGRADNA KRIŽANKA BISTRIŠKIH ODMEVOV

							AVTOR: MATJAŽ HLADNIK	TROPSKO DREVO Z DEBELIM DEBLOM, KRUHOVEC	ODPIRAČ	MOČEN, REZEK GLAS OB STRELI	RELEJNA NAPRAVA	IVAN SIVEC	AVSTRAL. FILMSKI IGRALEC (HUGH)	STARO-DAVNOST
							GOSTIJA OB KRSTU, BOTRINJA, BOTRINA							
							SEZNAM NASLOVOV, IMENIK							
							NEMŠKI AVTO					CHARLTON HESTON		
							DOMAČA PTICA, PEGAT					ZORANA ZEMLJA		
							TLA							
											STAR CITROËN			
											SUMA, SEŠTEVEK			
											ŽELEZNIŠKA KOM-POZICIJA TROPSKI SADEŽ			