

Šentvid na Ljubljano

Brezplačno glasilo krajanov Četrtnе skupnosti Šentvid



Jesensko srečanje ČS Šentvid
v soboto, 9. septembra 2023 med 11. in 14. uro.
V primeru slabega vremena bo prireditev v Ljudskem domu v Šentvidu.

SPREMNA BESEDA UREDNICE

Letošnje poletje je tako kot vsako minilo popolnoma prehitro. Spet smo na pragu novega šolskega leta, novih izzivov in novih dogodivščin. Pa saj prav paše, kajne? Če bi se počitnice nadaljevale v nedogled, bi bile popolnoma samoumevne in bi se jih le redko kdo še razveselil.

Letošnje poletje je bilo za marsikoga iz naše četrtni skupnosti tudi neprijetno zaradi grozovitih posledic avgustovskih poplav. A tudi tokrat se je pokazala naša solidarnost in sosedska povezanost. Lepo je videti, kako si znamo med seboj pomagati, pa čeprav se ne strinjamo vedno en z drugim. Letošnje poletje je bilo tudi v znamenju iskanja prijetnih dni med slabim vremenom, ki smo jih lahko namenili odličnim in nepozabnim druženjem. In letošnje poletje je bilo, žal, tudi poletje odhodov, ki v nas puščajo praznino, a tudi neskončno lepih spominov. Opominjajo nas na minljivost, a po drugi strani nam želijo dati zagon in energijo za naš preostali čas.

In nenazadnje je letošnje poletje, kljub vsem nepredvidljivostim, poskrbelo še za eno nepozabno obdobje in nas ovenčalo z mislijo, da je potrebno na življenje gledati s hvaležnostjo ter pozitivnostjo. Tako lahko rešimo marsikatero prepreko in se z radostjo podamo novim dogodivščinam naproti.

Dragi šolarji, želim vam obilo lepih in nepozabnih dni v šoli in okoli nje. Vsem ostalim pa želim, da iz poletja prenesemo le najlepše trenutke, ki nam bodo pomagali pri lažjem premagovanju delovnih dni do naslednjega zasluženega dopusta.

Mateja Brus,
odgovorna urednica



31. oktobra od leta 1992 v Sloveniji praznujemo **dan reformacije**, ki je dela prosti dan. Praznujemo ga v spomin in opomin o pomenu slovenskega jezika, za katerega v preteklosti ni bilo vedno samoumevno, da ga javno govorimo, beremo in pišemo. Prvo zapisano slovensko besedo smo dobili leta 1550, ko je Primož Trubar, slovenski protestantski duhovnik, napisal Katekizem in Abecednik. Primož Trubar je protestantsko misel prinesel v naše kraje iz Nemčije, njegovi začetki segajo v čas, ko je nemški katoliški duhovnik in avguštinski menih Martin Luther, 31. oktobra 1517 na vrata cerkve v Wittenbergu obesil 95 tez, s katerimi je zahteval cerkveno prenavo. Od tod tudi ime reformacija, saj je Luther zahteval ne samo versko, temveč tudi politično in kulturno prenavo. Ena od njegovih zahtev je bila tudi, da se omogoči vsem branje Svetega pisma v materinem jeziku, kar je bilo ključnega pomena za razvoj književnosti v mnogih jezikih, tudi za slovenski.

Vir: uredništvo mlad.si

IZ VSEBINE:

| | |
|---|----|
| Viki Grošelj - prvi Slovenec na seznamu rock & ice star | 3 |
| Novice iz BPČ..... | 4 |
| Živahno tudi v KRG Šiška..... | 6 |
| Kras mladi/slikarska kolonija Kobdilj 2021..... | 6 |
| KK Šentvid med najboljšimi..... | 7 |
| Glas iz DU Gunclje Male Vižmarje..... | 7 |
| Šentviški gasilci zelo aktivni..... | 8 |
| PGD Gunclje Male Vižmarje..... | 8 |
| Emonci na turjnem po Portugalski..... | 9 |
| Obnovitev življenjske sile - Joga..... | 10 |
| Opis izvedbe klovnovske točke (DSKU)..... | 11 |
| GCZZ že 9. leto pod tem imenom..... | 12 |
| Kako izboljšati zdravlje in počutje..... | 12 |
| Novice iz Zavoda sv. Stanislava..... | 13 |
| Teden Angleščine v Mednu | 13 |
| Stran za najmlajše..... | 14 |
| Jesen v Knjižnici Šentvid..... | 15 |
| Napovednik..... | 16 |

Izdajatelj:



Mestna občina Ljubljana
Četrtna skupnost Šentvid
Prušnikova ulica 106
1210 Ljubljana Šentvid
mol.sentvid@ljubljanasi
www.cs-sentvid.si

Odgovorni urednik:

Mateja Brus

Uredništvo:

Doroteja Mlakar
Jože Sever
Urša Sofranič Bogdanovič
Andreja Bečan

Lektoriranje:

Maruška Kerin

Oblikovanje:

Marko Vertačnik

Številka 3. Leto izdavanja XIV.

Naklada: 5300 izvodov

Tisk: Makor, d.o.o.

ISSN Številka 2385-9458; C507-2530



Na naslovnici:

Jesensko srečanje ČS Šentvid
Arhiv ČS Šentvid



Mestna občina Ljubljana,
Četrtna skupnost Šentvid



Društvo upokojencev
Vižmarje – Brod

Evropski teden mobilnosti; DAN MOBILNOSTI v ČS Šentvid

Pokrovitelj, Četrtna skupnost Šentvid, in organizator, Društvo upokojencev Vižmarje Brod,

V A B I V A

na **pohodniško – kolesarski dan**, sovpadajoč z Evropskim dnevom mobilnosti, ki bo **v soboto, 16. septembra 2023**, z začetkom **ob 11.30**. Zahtevnosti tras sta primerni za vse starosti udeležencev.

Zbor udeležencev bo **ob 11. uri** pred balniščem skupine krajanov Broda in Vižmarij, ki je pod daljnovodom pred nekdanjo trgovino Špica na Brodu. Dostop je z ulice Ob daljnovodu. Udeleženci se pred startom prijavite na vpisni točki ob balnišču.

Pohodniška trasa je predvidena do stanežiških roj, poteka pa po vižmarskih rojeh in pod delom vižmarske ježe. Priporočamo primerno obutev in pohodne palice. Dolžina trase je približno 4,7 km. Kolesarska trasa je predvidena do Knjižnice Medvode. Vsi kolesarji morajo imeti oblečene opozorilne telovnike, mladoletni pa še čelade. Potek te trase je pretežno po kolesarskih poteh na obeh straneh Save. Dolžina trase je približno 16 km.

Dobrodošli!

Organizacijski odbor

VIKI GROŠELJ – PRVI SLOVENEK NA SEZNAMU ROCK & ICE STARS



Sloviti alpinist Reinhold Messner je leta 2006, ko je odprl svoj največji gorniški muzej Firmian v Bolzanu, dal na steno pri vhodu vgravirati seznam imen svetovno znanih alpinistov in ga poimenoval Rock & Ice Stars. Za uvrstitev na ta ekskluzivni seznam, ki zajema razvoj tradicionalnega alpinizma od leta 1930 do danes in tudi v prihodnje, si je zamislil tri pogoje:

1. Ko alpinista izbere, mora ta soglašati, da bo njegovo ime na seznamu v Messnerjevem gorniškem muzeju v Firmianu.
2. Biti je moral ali je med najboljšimi alpinisti svojega časa in to v svetovnem merilu. Poleg tega mora imeti svojstveno filozofijo alpinizma ali pa je avtor več knjig, filmov, inovacij na tehničnem, medicinskem področju ter je zavezan humanitarnemu delu.
3. Biti mora star najmanj sedemdeset let, kar pomeni, da je v vsem svojem delovanju v alpinizmu moral preživeti do tega obdobja.

Seznam ostaja odprt in Messner ga dopolnjuje po posvetu s še živečimi plezalci s seznama.

V sedemnajstih letih je pogoje za uvrstitev na seznam izpolnilo trideset plezalcev iz devetih držav. Na njem so pomembna imena svetovne zgodovine alpinizma; Reinhold Messner kot pobudnik izbora sebe ni dal na seznam, tako da

lahko z njim vred trenutno govorimo o enaintrideseterici. Na seznamu je osem Američanov (Yvon Chouinard, Royal Robins, Fred Beckey, Thomas Hornbein, John Roskelley, Tom Frost, Jim Donini, Jeff Lowe), pet Nemcev (Rudi Peters, Anderl Heckmair, Sigi Hupfauer, Hermann Huber, Pit Schubert) štirje Francozi (Guido Magnone, Robert Paragot, Pierre Mazeaud, Bernard Amy), trije Italijani (Ricardo Cassin, Walter Bonatti, Erich Abram), trije Angleži (Joe Brown, Chris Bonington, Doug Scott), trije Avstrijci (Peter Habeler, Oswald Oelz, Wolfgang Nairz), dva Švicarja (Albin Shelbert, Max Niederman), en Poljak (Voytek Kurtyka) in od julija 2023 tudi en Slovenec (Viki Grošelj).

Ob uvrstitvi na seznam je Grošelj v Firmianu povedal, da je izjemno počaščen zaradi uvrstitve v tako ugledno družbo in da jo doživlja tudi kot poklon ter priznanje slovenskemu alpinizmu, skozi katerega se je oblikoval. V šali je dodal, da je po dolgem času lepo biti spet najmlajši v neki ekipi.



ŠENTVIŠKI DNEVI

Letošnji jubilejni 30. Šentviški dnevi so minili prehitro. Posvečeni so bili 100-letnici smrti slovenskega pisatelja Ivana Tavčarja. Zvrstilo se je 13 dogodkov v organizaciji lokalnih društev, župnije in drugih inštitucij (Ženski pevski zbor Rozka Usenik, Župnija Ljubljana-Šentvid, knjižnica Šentvid, Glasbeni center Zvočna zgodba, Društvo Blaž Potočnikova čitalnica). Zaključili so se s pozdravom Domovini, 25. 6., na trati za cerkvijo. Na prireditvi smo spremljali Ivana Tavčarja in njegovo življenjsko zgodbo. Povedal nam je, kako je v glavi slikal Cvetje v jeseni in kako je morala Meta umreti, da smo si Slovenci povest bolje vtisnili v spomin. Meto in Janeza sta odigrala Klara Klaus in Jan Kopač. Mehki zvoki citer tega znanega napeva so se prelivali skozi zrak in vzbujali nostalgijo. Scenarist in režiser prireditve je bil Brane Kopač. Za piko na i je ob spremljavi citer Dejana Praprotnika zapela sopranistka Manca Hribar pesem Ne bodi kot drugi.



Koncert ženske vokalne skupine Brinke,
vir: Robert Vurušič



Pozdrav domovini,
vir: Robert Vurušič



Izlet Društva BPC,
vir: Helena Kopač



Vidova nedelja,
vir: Župnija Lj.-Šentvid

GALERIJA GUNCLJE

8. junija je bilo v galeriji Gunclje odprtje razstave umetnika Danila Cedilnika Dena. Avtor je svoje slike že razstavljal na nadmorski višini preko 4000 m. Prehodil je številne vrhove Hindukuša, Himalaje in domače alpske verige ter s svojimi vtisi prišel tudi v Galerijo Gunclje, kjer je ljudem omogočil, da se v prekrasnem večeru zastrmijo v strmine.



Studor, vir: Andreja Bečan



Tržaški svišč in Vrtača, vir: Andreja Bečan



Škratica večerna, vir: Andreja Bečan



Stipe in Viki, 50 let skupnega sodelovanja,
vir: Andreja Bečan

17. 8. je svojo razstavo odprl Viki Grošelj. Na razstavi je bilo okoli 60 ljudi, med njimi tudi nekaj znanih olimpijcev. Potujoča razstava prikazuje 50 let skupnega delovanja Vikija in njegovega prijatelja Stipeta. Govorniki so bili Viki Grošelj, Danilo Cedilnik Den, Vikijev mentor, nekaj besed pa so gostom namenili tudi predstavniki Planinskega muzeja iz Mojstrane.



Viki Grošelj v družbi prijateljev, vir: Andreja Bečan

Prihajajoče razstave:

6. september 2023, ob 18.00, odprtje in ogled spominske razstave akademskega slikarja Janeza Bernika, domačina iz Gunclje in enega izmed velikanov slovenskega slikarstva.

JANEZ BERNIK

Slikar in grafik Janez Bernik se je rodil 6. septembra 1933 v Guncljah pri Ljubljani kot tretji izmed štirih otrok. Umrl je 15. julija 2016 v Preboldu.

Leta 1955 je diplomiral na splošnem oddelku za slikarstvo na Akademiji likovnih umetnosti (ALU) v Ljubljani, kjer je kasneje služboval kot profesor. Študij je nadaljeval na specialki za slikarstvo in na specialki za grafiko. Leta 1959 se je kot štipendist francoske vlade študijsko izpopolnjeval v grafičnem ateljeju J. Friedländerja v Parizu.

Prvo samostojno razstavo je imel v Mali galeriji v Ljubljani leta 1960, sledilo je preko 80 samostojnih razstav doma in v tujini. Razstavljal je tudi v okviru Grupe 69, katere ustanovni član je bil. Njegova dela so razstavljena v številnih svetovnih

galerijah: v Benetkah, Buenos Airesu, v več mestih ZDA, Parizu, Montrealu, Amsterdamu, na Dunaju, Rimu, Riu de Janeiru, São Paulu, Tokiu, Varšavi, Beogradu, Zagrebu, Bremnu ... Izšle so tri njegove monografije, zadnja leta 1980, v njej so besedila domačih in tujih uglednih piscev. Bil je prejemnik številnih domačih in tujih nagrad; nagrade Prešernovega sklada za slikarstvo in grafiko, Jakopičeve nagrade in državnega odlikovanja Zlati častni znak svobode RS. Janez Bernik je za svojo dušo pisal poezijo (pisana beseda). Bil je izjemen v vseh pogledih; kot slikar, grafik, oblikovalec in kot človek. Do ljudi, ki jim je zaupal, je bil odprt, do javnosti, predvsem v poznih letih, zadržan, nedostopen, lahko bi rekli samotar. Tudi v bolnici ni pustil nikogar blizu. Janez Bernik je bil poročen z umetnico, grafičarko in slikarko Adrijano Maraž, a nista imela otrok. Dom sta si uredila v Breznici, idilični vasi pod Stolom. Ustvarjala sta tako v Ljubljani kot na Gorenjskem. Veliko časa je preživel skupaj s Francem Zavodnikom, mizarjem iz Vižmarij, ki mu je bil kakor sin. Franc je skozi pogovore in druženja vzljubil umetnost, Janez Bernik pa je vzljubil delo mizarjev. Izjavil je, da bi bil rad mizar. Les ga je privlačil. Janez Bernik je eden izmed velikanov slovenske umetnosti. Razstavo v galeriji Guncle je pod okriljem društva Blaž Potočnikova čitalnica pripravil njegov dober prijatelj Franc Zavodnik, in sicer v sodelovanju z nečakinjama Romano Bernik Gostič in Jano Marinček.



Janez Bernik, akademski slikar in grafik, vir: časopis Delo

Besedilo je vzeto iz vabila na razstavo Janeza Bernika, zapisa ge. Brede Ilich Klančnik iz slikarskega kataloga in pripovedovanj Franca Zavodnika.

Andreja Bečan
(Društvo Blaž Potočnikova čitalnica)



MORRIS GARAGES
Since 1924

7

7-LETNA GARANCIJA
/ 150.000 km



MG ZS

Že od **17.500 €***
Rezervirajte testno vožnjo

*cena velja do 30.09.2023 oziroma do preklica.

Poraba pri mešanem ciklu: 6,6-7,2l/100 km. Emisije CO₂: 149-163 g/km. Emisijska stopnja: EURO6DFull. Emisija NO_x: 0,0155-0,0193 g/km. Emisija trdnih delcev: 0,0211-0,0323. Ogljikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov. 7-letna garancija ali 150.000 km oziroma kar se zgodi prej. Navedena cena je priporočena maloprodajna cena. Priznujemo si pravico do napak. Slika je simbolična. Grand Automotive Adriatic d.o.o., Ljubljanska avenija 4, 10.090 Zagreb.



AVTOHIŠA MALGAJ[®]
Ljubljana

Ime s tradicija!

Avtuhiša MALGAJ d.o.o., PSC Ljubljana, Tržaška 108, 1000 Ljubljana,
Prodaja novih vozil T: 01 20 00 550, Prodaja rabljenih vozil T: 20 00 560, Servis T: 20 00 570

www.avtohisamalgalj.si

ŽIVAHNO TUDI V KRG ŠIŠKA

V Šentvidu je vse leto živahno. Tudi Klub za ritmično gimnastiko Šiška si med počitnicami prizadeva popestriti in športno obarvati prosti čas otrok v Šentvidu. Kar en teden smo se, v okviru projekta Hura prosti čas, dobro razgibavali in zabavali na brezplačnih dopoldanskih programih. Kombinacija raznovrstnih iger in učenja ritmične gimnastike je lahko zelo zabavna. Otroci so spoznavali številne športe: košarko, nogomet, odbojko, tenis, atletiko, osnove gimnastike in ritmične gimnastike. Tudi ustvarjali smo, risali in igrali družabne igre. Otroci so spoznavali nove prijatelje in uživali v medsebojnem druženju. Pod vodstvom trenerk KRG Šiška je aktivno preživljalo počitnice preko 40 otrok vseh starosti. Vsako leto ob koncu poletja klub organizira enotedenske priprave. Letos so bile v CŠOD Gorenje (Center šolskih in občolskih dejavnosti – OE Gorenje). V CŠOD Gorenje so dekleta lahko uživala v učenju novih elementov in sproščenem druženju s prijateljicami. Enotedenski program klubskih priprav vsakič skrbno pripravijo naše trenerke. S septembrom nadaljujemo z vadbo, zato vabimo vsa dekleta od 4. leta naprej, da se nam pridružijo in razvijajo koordinacijo, eleganco in gracioznost. Treninki potekajo na Osnovni šoli Vižmarje-Brod in Osnovni šoli Franca Rozmana Staneta v Šentvidu. Vadba v mesecu septembru je za nove članice brezplačna.

Zakaj ravno KRG Šiška? Nudimo različne nivoje vadb. Pri nas lahko najdete vse, in sicer od rekreativne vadbe, pa do vadbe, usmerjene v vrhunski šport. Pod vodstvom strokovne vodje Viktorije Rus, ki je bila kot tekmovalka svetovna in evropska prvakinja v skupinskih sestavah, v našem klubu vadi preko 100 deklet.

Z dekleti se preko sezone udeležujemo nacionalnih, prijateljskih in mednarodnih turnirjev. Poleg tega naš klub vsako leto organizira dve mednarodni tekmi. Prijateljski turnir poteka v mesecu juniju, Challenge turnir pa je na sporedu v novembru. Na obeh turnirjih si lahko ogledamo številne tuje tekmovalke in tudi vsa naša dekleta.

Rezultati in tekmovanja pa niso vse, najpomembnejše je, da se dekleta v našem klubu naučijo vztrajnosti, organiziranosti, spoštovanja in sodelovanja v skupini.

Kje nas najdete: Instagram: krg_šiška, Facebook: KRG Šiška – Rhythmic gymnastics, spletna stran: krg-siska.net mail: krg.siska@gmail.com, tel. št.: 051211047

Besedilo in slike:
Marjan Stankov



VABILO V SLIKARSKO ŠOLO UNIKATNA SANJALNICA, JESEN 2023

Vabljeni v jesenske termine, slikarska šola je namenjena otrokom, mladim in odraslim. Programi so fleksibilni in so namenjeni tako začetnikom kot tudi skupinam, ki so že vpeljane na slikarsko pot. Slikarska šola poteka vsak dan v popoldanskem terminu. Vse informacije dobite na metkagosar1@gmail.com ali na gsm: 031 533 280 (Metka)



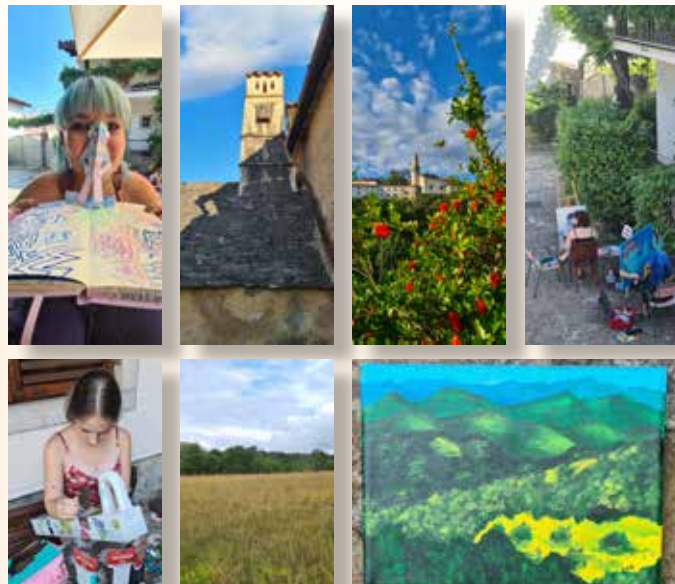
KRAS MLADI/SLIKARSKA KOLONIJA KOBILJ 2021

Kot že vrsto let nas je tudi letos v mesecu juniju pot zanesla na ljubi Kras. Tokrat sem kot mentorica preživela tam 14 dni. Bilo je doživeto in izpopolnjeno. Nekateri so se popolnoma spočili, predvsem pa smo si napolnili slikarske duše z novimi motivi. Vsekakor se naslednje leto zopet vrnemo h gostoljubni družini Fratnik, ki nas je vzela za svoje in nas očarala s toplino do vsakega posameznika.

Naj zaključim z besedami prezgodaj umrlega pesnika Srečka Kosovela:

*Tiha misel zablestela
nad večernim krajem,
duša odblestela
z zlatim je sijajem.
Tiha – kam odšla je
duša zastrmela,
kakor da je ptica
večer preletela?...*

Besedilo in fotografije:
Metka Gosar, ment. in slikarka



KOŠARKARSKI KLUB ŠENTVID MED NAJBOLJŠIMI V SLOVENIJI



Letošnja tekmovalna sezona je bila za šentviške košarkarje ena boljših v zadnjih letih. V preteklosti so že krojili sam vrh slovenske pionirske košarke in v sezoni 2016/17 postali državni prvaki v kategoriji U15. Kakovostno delo trenerjev se je zopet obrestovalo in prineslo izvrstne uspehe.

Strokovno delo z mladimi igralci so prepoznali številni starši in tako danes v klubu trenira preko sto otrok (dečkov in deklic). Košarkarski klub Šentvid, ki je svoje delovanje usmeril predvsem v razvoj mladih košarkarjev, je na svoj podmladek izredno ponosen. Poleg napredka v znanju košarke je v ospredju celostni razvoj mladih. Redno športno udejstvovanje neposredno razvija psihomotorične sposobnosti, izboljšuje kondicijo ter ima številne koristi za telesno in duševno zdravje. Z ustreznim športnim programom pa vplivamo tudi na razvoj pozitivne samopodobe, notranje motivacije, socializacije ter na oblikovanje lastnosti, kot so odločnost, vztrajnost, discipliniranost, borbenost ipd. Dokazana je tudi povezava z boljšim učnim uspehom.

Prav vse ekipe so pokazale kar precej lepih košarkarskih predstav v državnem prvenstvu, vrhunec sezone pa je bila uvrstitev ekipe U16 med najboljših osem ekip v državi. V dramatični končnici so mladi košarkarji v kvalifikacijah za finalni turnir s košem Marka Bukviča v zadnji sekundi izločili ekipo Nove Gorice in dokazali, da spadajo med najbolj nadarjene igralce svoje generacije. Zaključni turnir elitne osmerice, ki se je odvil v Postojni, je bil nagrada za trdo in požrtvovalno delo v zadnjih sezonah.

Vztrajno in ciljno usmerjeno delo je bilo prepoznano tudi na reprezentančnem nivoju, saj je bilo kar nekaj igralcev vpoklicanih na izborne treninge reprezentance. Tako se je treningov regijskega selekcioniranja za igralce letnikov 2009 in 2010 udeležilo kar sedem naših igralcev. Na širše sezname posameznih reprezentanc pa so bili vključeni naši igralci letnikov 2007 in 2008. Šestnajstletni Marko Bukvič je branil barve državne reprezentance Slovenije na Evropskem prvenstvu U16, ki je potekalo v Skopju.

Košarkarska šola deluje na različnih osnovnih šolah v Šentvidu in v Dravljah. Treningi za začetnike so organizirani na športno-rekreativnem centru ŠD Šentvid na Bokalovi ulici 14. Vpis bo potekal meseca septembra, in sicer ob ponedeljkih in torkih med 17. in 18. uro na športno-rekreativnem centru ŠD Šentvid.

Besedilo in fotografije:
Jožica Markovič, ŠD Šentvid

GLAS IZ DU GUNCLJE MALE VIŽMARJE

Še pred začetkom poletja smo se člani društva upokojencev Gunclje Male Vižmarje z dobro voljo in polni energije odpravili na odlično načrtovan izlet v Ribnico. Obiskali smo Škrabčevo domačijo, ribniški grad, razstavo o čarovnicah, demonstracijo pletarstva in izdelave suhe robe. Bilo je zanimivo, zabavno, nasmejano, veliko pa smo se tudi naučili.

Tudi čez poletje smo bili aktivni: nekateri na vrtu, nekateri na pohodih, na morju, na izletih, na jutranji telovadbi idr. Naša torkova srečanja v galeriji na Kosijevi 1 so res živahna, saj imamo veliko tematike za klepet in deljenje izkušenj z vseh področji. Običajno nam kar zmanjka časa za druge dejavnosti (šah, karte, ročna dela idr.). Jeseni in pozimi bo še veliko bolj pestro, saj nas čaka kup zanimivih predavanj naših članov, pa tudi zunanjih predavateljev. Prav tako se veselimo tudi naslednjega izleta, Martinovanja itd.

O vsem boste pravočasno obveščeni na naši oglasni deski na Kosijevi ulici 1 v Guncljah.

Vabljeni, da se nam pridružite.



Za društvo upokojencev Gunclje Male Vižmarje Irena Lenarčič

NAJBOLJŠE NEGE V MESTU

SALON 20

Kozmetični salon za nego in lepoto telesa

Tacenska cesta 20

☎ 01 292 60 12

1210 Ljubljana Šentvid

🌐 www.salon20.si

KLASIČNA NEGA SPECIALNE NEGE:

NAJSTNIŠKA NEGA
KISIKOVA NEGA
DIAMANTNA NEGA

ZLATA NEGA
KRALJEVSKA NEGA
MICRONEEDLING

Poskrbite za svojo kožo!

Naročnik oglasa je HITELEKTRONIK d.o.o.

ŠENTVIŠKI GASILCI ZELO AKTIVNI

Še malo nas loči do začetka novega šolskega leta. Sami lahko le rečemo, da je neverjetno hitro minilo že več kot pol leta druženj, intervencij, organizacije dogodkov in dela z mladino v novem letu, ki je bilo pestro in polno izzivov.

Prostovoljno gasilsko društvo in delovanje se v tem času ni nič spremenilo. V februarju smo po petletnem mandatu izvolili nove člane, ki so prevzeli določene funkcije in bodo v nadaljevanju pomagali pri vodenju in odločanju v društvu. Leto smo nemoteno nadaljevali na področju operativnega delovanja kot tudi dela z mladino. Mladina namreč vsak torek pridno osvaja gasilska znanja in veščine, hkrati pa nam ne uidejo tudi izleti ali ekskurzije, na katerih se otroci in mentorji vedno naučimo kaj novega. Tako smo v začetku leta obiskali Gasilsko brigado Ljubljana, kjer so nas poklicni gasilci popeljali po svojih prostorih. Z mladino smo v aprilu odšli z vlakom v Zagreb in si tam ogledali njihov živalski vrt.



Operativni člani so se odzvali na intervencije in pomagali sokrajanom, če je bilo to potrebno. V vmesnem času smo se kot vsako leto pripravljali in nato v maju izvedli tradicionalno šentviško veselico, ki je po zaslugi vseh obiskovalcev in sokrajanov preseгла vsa naša pričakovanja. To leto nam je prizanesclo tudi vreme. Seveda upamo, da se vidimo tudi prihodnje leto ob istem času.



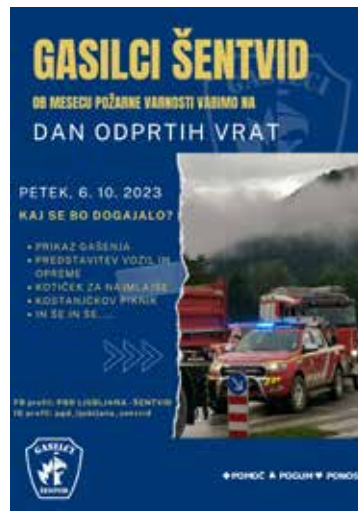
Po veselici nismo odhiteli na oddih, ampak smo v sodelovanju s taborniškimi društvom Rod Beli bober zopet poskrbeli za organizacijo Gasilsko-taborniške orientacije Šentvid. Po zaslugi delovne ekipe in donatorjev se je zbralo več kot sto tabornikov in gasilcev iz vse Slovenije. Cilj orientacije je druženje prostovoljnih članov v skupni

tekmovalni disciplini, ki smo jo popestrili z ovirami in različnimi tematskimi nalogami. Na koncu so za najuspešnejše sledile nagrade, vsi pa smo se lahko povesečili ob dobrih hamburgerjih na Osnovni šoli Franca Rozmana Staneta, kjer so nam odstopili svoje prostore za izvedbo dogodka.

Ob koncu šolskega leta so naši člani mladine z mentorjem za en teden odšli v Poletno gasilsko šolo v Bohinj, kjer je gasilska mladina izkusila taborjenje, povezano z gasilstvom, naravo in vsakodnevnimi zabavnimi ter poučnimi aktivnostmi.



Naše poletje je zaznamovalo avgustovsko, ne ravno poletno vreme, ki jo je zagodlo po vsej državi. Operativni gasilci so se tako kot ostali odzvali na poziv in se v znamenju medsebojne pomoči ter reševanja odpravili na teren. Delo v gasilskem domu tako nikoli ne počiva; včasih smo prisotni na terenu, v ostalih dneh pa opravljamo bolj organizacijsko delo ali operativne vaje, s katerimi tedensko skušamo nadgrajevati znanje in sodelovanje v društvu.



V začetku septembra bomo zopet pričeli z mladinskimi vajami, mesec oktober pa bo kot vsako leto v znamenju požarne varnosti, v sklopu katerega vas želimo povabiti na Dan odprtih vrat PGD Šentvid, ki bo potekal v petek, 6. 10. 2023. Vaščani in ostali obiskovalci se boste zopet lahko družili s prostovoljnimi gasilci, pred gasilskim domom bomo poskrbeli za predstavitev vozil in opreme, za informiranje prebivalcev pa bomo izvedli tudi nekaj prikazov gašenja. Mladini bo namenjen kotiček za najmlajše, dogajanje pa bomo popestrili s kostanjčkovim piknikom. Upamo, da se vidimo v oktobru, do takrat pa vam želimo lep in miren začetek novega šolskega leta in

NA POMOČ!

Avtor članka: Lea Ulčar
Slikovno gradivo: Arhiv PGD Ljubljana Šentvid

PGD GUNCLJE – MALE VIŽMARJE

Spoštovane krajanke in spoštovani krajanj, v začetku meseca septembra bo minilo pol leta mojega predsedovanja v PGD Gunclje – Male Vižmarje. Skupaj z našimi člani in članicami smo opravili kar nekaj nalog, ki bi jih izpostavil:

- v pomladnih mesecih smo uredili okolico gasilskega doma in požagali stare ter nevarne smreke;
- naši najmlajši člani in članice so se udeležili čistilne akcije ČS Šentvid;
- člani in članice ter veterani so se vrnili z bronasto medaljo z gasilskega tekmovanja;
- v poletnih mesecih smo organizirali vrtno veselico, ki je bila kot vsako leto lepo obiskana;
- v mesecu avgustu smo zaradi poplav in naraščajočih voda opravljali intervencije na območju Medvod, Broda, Kašlja in Ljubnega ob Savinji;
- konec meseca avgusta in v začetku meseca septembra smo opravili pregled hidrantnega omrežja v Guncljah.

Vsem članom in članicam, ki so sodelovali v vseh izpostavljenih nalogah PGD Gunclje – Male Vižmarje, se zahvaljujem za njihovo pomoč.

Pri opravljanju nalog smo tudi mi utrpeli poškodbe na opremi, zato vas prosimo, da v kolikor imate možnost donirati del sredstev, lahko to opravite na račun PGD Gunclje – Male Vižmarje, Kosijeva ulica 13, 1210 Ljubljana, odprt pri NLB d. d. IBAN: SI56 020850019213446 s pripisom »donacija za opremo«. Prav tako nam lahko namenite del dohodnine V mesecu oktobru vabimo nove gasilke, gasilce in mladino, da se pridružijo našim vrstam.

NA POMOČ!

Matej Petrovčič
Predsednik PGD Gunclje – Male Vižmarje



EMONCI NA TURNEJI NA PORTUGALSKEM – FOLK FEST ALFENA 2023

Folklorna skupina Emona se je udeležila folklornega festivala na Portugalskem v mestu Alfena. Festival je potekal od 31. julija do 7. avgusta. Poleg naše skupine so nastopile še tri



domače folklorne skupine, mladinska skupina iz Severne Makedonije in iz Češke.

FS Emona pred lokalno cerkvijo v Alfeni;
avtor Darko Mencin



FS Emona, nastop pred DSO Alfena;
avtor Dare Fabjan

V nedeljo, 30. julija 2023, smo se ob najhujšem nalivu zbrali na Dolgem mostu v Ljubljani. V hecu bi lahko dejali, da je tudi nebo »jokalo« ob našem odhodu. Dežniki so bili premalo, dežne jakne ne bi pomagale in le čim hitrejši skok na avtobus je najbolj urnim plesalcem in glasbenikom omogočil, da smo ostali vsaj malo suhi.

Ob prihodu na letališče v Trevisu je trajalo kar nekaj časa, da smo vsi, saj nas je bilo v skupini 25, oddali svojo prtljago, katere veliki del so zajemale noše in inštrumenti.

Malce čakanja, kava v dobri družbi, prežeta z veseljem, in že smo bili na Portugalskem. Pričakali so nas organizatorji, ki so nas pristrčno in prijazno sprejeli ter nas namestili v prostorih osnovne šole v Alfeni. Alfena je mesto SV od Porta in ima okoli 20.000 prebivalcev. Domačini pravijo, da je to spalno naselje in res je bilo mirno vse do našega prihoda oz. do prihoda skupine iz Makedonije, ki je štela okoli 40 plesalcev in glasbenikov.

Po začetni nastanitvi in prespani noči nas je čakala organizacija slovenskega večera v bližnjem parku.

Prav neverjetno je bilo, koliko domačinov se je zvečer zbralo na obzidju v parku in zdelo se je, da je večerna ohladitev ozračja privabila na plan »staro in mlado«.

Člani FS Emona smo pripravili stojnico s predstavitev etnoloških in turističnih znamenitosti Slovenije, kulinarčno stojnico z degustacijami hrane in pijače ter seveda nastop. Ob koncu smo pripravili FLASH MODE, ki je na plesni oder privabil ogromno ljudi vseh starosti in nacij.

Večer smo zaključili veseli, nasmejani in zadovoljni, saj smo poleg predstavitev našega folklornega izročila vzpostavili tudi dialog z domačini, ki so izjemno umirjeni, prijazni in komunikativni.

Naslednji dan smo skupine nastopile za oskrbovance DSO Alfena. Svoje plesno-glasbeno izročilo smo predstavile vse sodelujoče skupine in oskrbovanci doma so z zanimanjem spremljali program. Lahko bi rekli, da smo imeli izjemno občinstvo in nezavidljive vremenske pogoje, saj je temperatura presegala 30 °C. Kljub vročini smo plesali, peli in se smejali, kot da nam vročina ne more do živga.

V sredo so nas gostitelji odpeljali na ogled mesteca Valonga (glavno mesto tega okrožja), kjer smo si poleg mesta ogledali muzej kruha in piškotov. V preteklosti so iz tega kraja oskrbovali Porto s kruhom in drugimi pekovskimi izdelki.

Gostitelji so nas popeljali tudi po Alfeni, nam razkazali znamenitosti in male, skrivne potke ter nas seznanili z bogato zgodovino mesta.

Večerni in zaključni nastop festivala v Alfeni se je odvijal na ulicah centra Alfene, vendar se je naše plesanje, petje in igranje nadaljevalo še naslednji dan, ko smo gostovali na

65. Folklornem festivalu v Santa Marta de Portuzelo. Prav neverjetno je bilo, ko smo po 3 letih gostovanja v Čilu srečali in ponovno občudovali plesalce čilenske folklorne skupine. Naslednje dni do odhoda domov smo izkoristili za obisk turističnih znamenitosti Porta in okoliških mest. Tako smo v eni izmed skupin odšli z vlakom na ogled mesteca Guimaraes. Ogledali smo si staro mestno jedro, navdušeno opazovali cvetlične nasade, ki premišljeno in dovršeno krasijo vsak zeleni košček Guimaraesa, ter svoje želodčke podkrepili z lokalno kulinariko in osvežilnimi napitki. Na poti nazaj v Alfeno nas je nekatere premagal spanec.

Naše potepanje se je nadaljevalo z obiskom mesta Braga, ki je 3. največje mesto na Portugalskem. Obiskali smo baziliko Bom Jezus do Monte na griču nad mestom. Do bazilike vodi najstarejša delujoča vzpenjača na svetu, ki uporablja za pogon sistem vodne bilance. V ljubkem mestecu Ponte de Lima pa smo videli lepo ohranjen most iz rimskih časov.

Dobre volje in polni energije smo se odzvali predhodnemu povabilu častnega konzula Republike Slovenije g. Francisca Silva de Calherios, ki živi v kraju Porte de Lima. Gospod konzul nam je razkazal svoje domovanje - graščino, nas seznanil z zanimivo zgodovino svoje rodbine in nam povedal marsikaj zanimivega. Sprehodili smo se po okolici in občudovali razgled ter izjemno naravo. Svoj obisk smo zaključili s slovensko pesmijo in stiskom rok.



Vsi udeleženci festivala v Alfeni-Portugalska; avtor Darko Mencin

Čakal nas je še zadnji večer in pakiranje kovčkov. Prespali smo noč (bolj malo) ter zjutraj po obilnem zajtrku, ki so ga prostovoljci ponovno pripravili, prišli do točke, ko smo se morali posloviti. Stiske rok so zamenjali objemi, prežeti z besedami, ki jih nismo razumeli, a so pomenile le dobro. Skromni, preprosti, srčni, vedno dobrovoljni in nasmejani so z vso predanostjo za nas in naše dobro počutje, vključujoč vse obroke, skrbeli vseh deset dni.

Ob vsem tem delu pa so njihovi obrazi vedno izkazovali veselje, spoštljivost in prijaznost.

Let do Ljubljane je hitro minil in že smo bili nazaj na Dolgem mostu.

Morda malce daljši zapis, a z nekaj besedami: folklor, prijetna in zabavna družba, čudovita narava in arhitektura, izjemni gostitelji, ki so s svojo srčnostjo in preprostostjo ponovno dokazali, da dobro srce res zmore prav vse.

Hvala vsem, s katerimi smo se imeli nepozabno lepo ob širjenju tega, kar imamo najraje - ohranjanje in prenašanje naše kulturne dediščine po svetu.

In naj velja, KDOR POJE IN PLEŠE RAD, TA BO V SRCU VEDNO MLAD

Za Folklorno skupino Emona, Andreja Absec

Vabljeni na JESENSKO DRUŽENJE ČS ŠENTVID, ki bo v soboto, 9. septembra 2023, kjer se bo FS Emona predstavila s krajšim programom, na stojnici pa vam bomo predstavili vpis novih članov.

OBNOVITEV ŽIVLJENJSKE SILE - JOGA

Lahkotnost v gibu – lahkotna joga za obvladovanje bolečin

Joga naj bi predstavljala ljudi, ki želijo ostati fit in sproščeni, ki želijo ohraniti vitalnost in mladostni videz, a se znanost joge zelo dobro aplicira tudi v terapevtske namene, za zdravljenje kroničnih bolečin hrbta, bolečin v vratu, pri artritisu, diabetesu, kardiovaskularnih obolenjih, depresiji in drugih zdravstvenih težavah. Poznamo različne zvrsti joga prakse. Za začetnike (ob stresu in pri kroničnih bolečinah) se najbolj priporoča lahkotna hatha joga, ki se lahko z napredovanjem posameznika v redni vadbi tudi nadgrajuje.

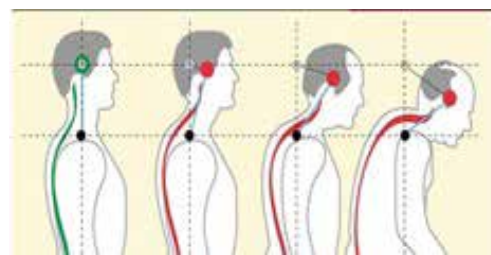
Ha-tha (ha-sonce, tha-luna) joga prinaša ravnovesje sonca in lune v nas, kar pomeni uravnovešanje moške in ženske energije v telesu. Je fizični aspekt starodavne indijske jogijske znanosti o telesu in duhu, ki prinaša notranji mir in srečo. Hatha joga okrepi imunski sistem, sprošča telo in duševnost, zmanjšuje napetosti in stres. Ohranja zdravo živčevje in hrbtenico. Hatha joga krepi in tonira vaše celotno telo. Preprečuje prenašanje in omogoča boljši spanec. Za doseganje polnega potenciala ravnovesja v telesu je potrebno postopno, pravilno in redno izvajanje jogijske prakse. Redna jogijska praksa je najboljši način za obvladovanje stresa in posledično obvladovanje kroničnih bolečin.

Ljudje zbolijo ali imajo kronične težave in bolečine, ker življenjska energija telesa ne teče prosto, se blokira ali ustavi. Tako nimajo dovolj življenjske sile, nimajo volje, da bi delali stvari, ki bi jih želeli. Artritis in bolečine hrbta sta najbrž dve najpogostejši obliki kroničnih bolečin, a tudi fibromialgija in rakava obolenja pogosto spremlja huda kronična bolečina. Rešitev je pridobitev nekaj gibanja, kar je enako kot sprostitvev pretoka energije skozi meridiane – energijske poti, fascije – mehka vezivna tkiva in mišice. V času razvoja jogijske prakse in iskanja rešitev za lajšanje bolečin se je izkazalo, da ima joga veliko moč v obvladovanju bolečin.

Jogijski položaji – asane lahko pomagajo lajšati bolečine na več načinov. Najhitreje zaznavna je sposobnost dobro zaokrožene vadbe joge, da zniža raven stresa. Stres povečuje verjetnost, da mišice preidejo v krč, mišični krči pa prispevajo k akutni in kronični bolečini. Ob stresu nezavedno začnemo zategovati in krčiti mišice, kar povzroči dolgotrajno zatrdelost mišic in napetosti vezivnih tkiv – fascij, ki obdajajo naše mišice in organe ter povezujejo celotno telesno strukturo v enoten organizem. Posledično v telesu začnejo zastajati telesne tekočine, napetost povzroča omejenost giba posameznih delov telesa in pritiska na mehka tkiva ter živčevje v telesu, kar povzroča bolečinske sindrome na prizadetih delih telesa. Nezavedno mišično zategovanje lahko povzroča najrazličnejše simptome; od glavobolov do sindroma karpalnega kanala, napetosti v vratu, ukrivljen nožni palec – hallux valgus, zdrs medvretenčne ploščice, bolečine v rami, kolku in kolenu. Lahko se kažejo težave v prebavnem in srčno-žilnem sistemu, ki jih sporoča avtonomni živčni sistem, katerega zavestno ne moremo nadzorovati. Pomembno je biti pozoren na signale sproščanja in napetosti iz mišično-skeletnega sistema, iz fascij, kit in mišic. Dejansko so v primeru bolečin hrbta navadno prisotne tesne, boleče mišice, katerih vzrok so lahko tudi manjše poškodbe kit, vezi ali drugega vezivnega tkiva. Pravilno izvajanje posamezne vaje – asane povzroči sprostitvev in je lahko učinkovit način za lajšanje mišične napetosti. V nasprotju z mnogimi drugimi oblikami vadbe joga spodbuja moč in prožnost mišic, hkrati pa tudi popolnoma sprosti napetosti. Spodbuja drsnost mišičnih vlaken in fascij, gibljivost in prostornost telesa, kar omogoča prosto pretakanje telesnih tekočin, življenjske energije in preprečuje kopičenje škodljivih snovi v telesu, kar omogoča harmonično delovanje notranjih organov.

Redna vadba joge pod strokovnim vodstvom učitelja nas nauči, da vključimo mišice, ki so neaktivne in sprostimo tiste, ki so v stalni napetosti. Tako svoje kosti bolje poravnamo, lajšamo stiskanje sklepov in mehkih tkiv. S povratnimi informacijami med vadbo učitelj pomaga ozaveščati učencem področja v telesu, ki rabijo največ pozornosti in sproščanja. Tako vplivamo na zdravo in pokončno telesno držo, ki ima veliko vlogo pri bolečinah v hrbtu,

vratu, sindromu karpalnega kanala, glavobolih, omotici, tinitusu in številnih drugih bolečinskih stanjih. Pri pravilni drži telesa glava balansira direktno nad rameni, tako da je uho poravnano z ramo. Sedeče delo za računalniki in gledanje v mobilni telefon navzdol, negativne misli, dihanje skozi usta, disfunkcija vagusa (X. možg. živec – obremenjen zaradi stresa), pooperativno zlepljanje mehkih tkiv, osteoporoza in šibke trebušne mišice so glavni krivci degenerativnih sprememb v telesni drži. Ob dolgotrajnem sedenju in prisilnih držah so mišice in sklepi v zelo neugodnem položaju, kar vpliva tudi na zmanjšano delovanje limfnega sistema. Ukrivljen hrbet in naprej potisnjen vrat (padec vratu v obliki črke C) lahko ogrozi prevodnost živcev in pretok krvi v roke. Ko je glava postavljena neposredno nad hrbtenico, je potrebno relativno malo truda, da se ohrani njen položaj. Ko večino časa držite glavo pred hrbtenico, se mišice v zadnjem delu vratu in zgornjem delu hrbta raztegnejo in lahko postanejo boleče, kar je eden od razlogov, zakaj so tesnost in bolečine v vratu, hrbtu in ramenih tako pogoste. Glava, ki je težka okoli pet kilogramov, pri takšni telesni drži vleče z veliko večjo silo telo naprej, kot če bi bila poravnana direktno nad rameni – mišice na nasprotni strani morajo zato vleči z večjo močjo nazaj, da se ne prekucnemo naprej. To neporavnano običajno spremlja nezdrava rotacija nadlakti, kar še poslabša problem. Vsak centimeter zamika glave naprej pomeni okoli kilogram in pol dodatnega bremena za hrbtenico. Drža telesa se posledično s časom redne prakse joge popravi, da je telo bolj pokončno, pretočno, v ravnovesju, bolečine in težave pa se zmanjšajo oz. odpravijo. Tako zmanjšamo tudi utrujenost in zvečamo vitalnost telesa.



Vratna grba (naprej zamaknjena glava)

Kjerkoli se najdeš danes, je dober prostor in čas za začetek ali nadaljevanje potovanja h kvalitetnejšemu bivanju skozi gibanje telesa in umirjanje uma. Ne poznam boljše poti, kot je pot joge za doseganje telesne in duševne harmonije, za izboljšanje in ravnovesje zdravja in dobrega počutja, za izgradnjo dobrih medsebojnih odnosov in pozitivnega mišljenja, za prebuditev intelektualnih, kreativnih in duhovnih zmožnosti, za notranji mir, zavedanje, radost in ljubezen.

Kombinacija fizičnih vaj, dihalnih tehnik, položajev rok, zvočnih vibracij in meditacije je idealna za harmonično vzpostavljanje ravnovesja telesa in ohranjanje zdravja ter dobrega počutja. Program vadbe za bolečine vratu in hrbta lahko izvajajo tudi tisti, ki ne prakticirajo redno joge, saj je sestavljen iz vadbe raztezanja, krepitev mišic in zelo lahkega aerobnega dela.

Ob vadbi plega fizičnega telesa krepimo tudi psihični in duhovni aspekt, zato joga ni le vadba z našim fizičnim telesom, ampak je način življenja, je poslušanje in zavedanje svojih misli, telesa in aktivnosti. Je odgovornost za svoje zdravje, počutje in kakovostno življenje. Je notranji mir in radost, je sprejemanje skrivnosti življenja, ki ga živimo. Je izbira za bolj srečno, pretočno in lahkotnejše bivanje tukaj in zdaj.

Ob koncu poletja in začetku jeseni, ko je energija elementa Zemlje najbolj aktivna, je primeren čas za začetek poti v lahkotno jogijsko prakso, saj nas podpirajo naravni procesi v lažji premik k tovrstni aktivnosti. Tako imamo priložnost začeti graditi trdne temelje v spoznavanje samega sebe, v zdravljenje in ohranjanje zdravja ter dobrega počutja z manj bolečin in stresov.

Za informacije o novih skupinah začetnikov v učenje jogijske prakse me lahko pokličete na tel. 031/510-770 ali pišete na mail: zavodzen@gmail.com

Zapisa: Petra Globočnik, dipl.med.sestra, shiatsu in joga terapevtka

OPIS IZVEDBE KLOVNOVSKE TOČKE V TOZD KABARET ZA CRKNT

Na delavskem svetu izvoljeni predstavnik delavcev sekretariata za kulturnoumetniško ustvarjanje napove tovariša čarodeja, zvezdo odrov Socialistične federativne republike Jugoslavije, ki je nastopal v vseh socialističnih republikah in avtonomnih pokrajinah SFRJ – vse od Titograda do Titovega Velenja. Po napovedi predstavnik delavcev odide z odra in oglosi se pesem Od Vardara pa do Triglava, ki traja ves čas točke.



Ob pesmi na oder pride tovariš čarodej, ki je oblečen v elegantno moško obleko TOZD Mura iz bleščečih tkanin, na glavi ima čarodejski klobuk TOZD Tovarne klobukov Šešir Škofja Loka, v rokah pa nosi manjšo skrinjo na stojalu (TOZD Lesna industrija Bled). Elegantno se prikloni občinstvu, ki ga sestavljajo delavci, kmetje, študenti,

upokojenci ter uradni predstavnika Komunistične partije SRS in Milice SRS, ki si vsi po dolgem delovnem dnevu želijo kulturno-zabavne sprostitev. Tovariš čarodej z estetiziranimi gibi odpre skrinjo in iz nje potegne črno-belo sliko tovariša Tita iz bitke na Sutjeski. V drugo roko tovariš čarodej prime zavesico na palici, pomaha z njo, da dokaže, da v njej ni nič skritega, jo postavi pred sliko, umakne zavesico in slika našega draglega tovariša Tita v maršalski uniformi zablesti in barvah, okrašena z bleščečimi novoletnimi trakovi barv jugoslovanske zastave ter s srpom in kladivom. Prične se refren pesmi, čarodej zapleše nekaj korakov kola in pospravi sliko.

paprika začne lebdeti med njegovima dlanema. Ko konča, spet trdno prime papriko z obema rokama, se sprosti po napornem usmerjanju misli, ugrizne v papriko, jo zaluča v občinstvo (v dokaz, da ni bilo nobenega trika) in naredi nekaj korakov kola ob refrenu.

Iz skrinje vzame steklenico s slivovico, naredi požirek, sname klobuk, vanj natoči slivovico, iz skrinje izvleče velik zavoj Vegete (SOUR Podravka), jo nekaj strese v klobuk (kot bi bil to čarobni prašek) in si klobuk slavnostno posadi na glavo, kot bi bil ponosen vojak JNA, pri čemer tovarišu čarodeju slivovica ne steče ven. Spet se prične refren naše pesmi in tovariš čarodej zapleše nekaj korakov kola.

Nato iz skrinje potegne rdečo žametno čarodejsko vrečo na obroču (izdelana iz tkanine TOZD Dekorativna), jo obrne in s tem pokaže, da je prazna. Iz skrinje vzame jugoslovansko zastavo s peterokrako zvezdo, jo stlači v vrečo, posuje s ščepcem Vegete, pomeša in iz čarodejske vreče povleče vrstico, na kateri so pripete zastavice, ki so jih po preobrazbi socialističnega samoupravnega družbenega sistema prevzele bivše socialistične republike in ena od avtonomnih pokrajin: Slovenija, Hrvaška, Bosna in Hercegovina, Srbija, Črna gora, Makedonija in Kosovo. Z zastavicami, ki visijo med iztegnjenima rokama, tovariš čarodej naredi ob refrenu nekaj korakov kola in se slavnostno prikloni. Nato hitro pospravi zastavice v skrinjo in ob zadnjih akordih pesmi odide z odra v žaru novega uspeha Socialistične zveze delovnega ljudstva, Sekretariata za kulturnoumetniško ustvarjanje in tovarišev iz TOZD Kabaret Za crknt.*

* Po eni od izvedb na odru Siti teatra v Ljubljani je ekipa ustvarjalcev prejela nesprejemljiv komentar dr. doc. Žlavoja Siska, ki ga navajamo v celoti: "Magična roka je v komunizmu prerazporejala dobrine od proizvajalcev k ljudstvu. Mag je prototip Marxovega Strica iz ozadja, ki skrbi zato, da delavci ne vidijo natega oz. vidijo zgolj del podobe, ki pa jih tako očara, da ne prepoznajo nepravilne porazdelitve dobrin, ki pa ni odvisna od ur opravljenega dela, predanosti kolektivu ali prihranjenih voženj. In v tem je paradoks. Mag kot neznana velika sila navsezadnje razbije tudi Jugoslavijo brez obeta po pravičnejši družbi."

foto: arhiv društva

Društvo za sodobno klovnovsko umetnost

RENAULT MEGANE E-TECH

100% electric



prihranki v višini 10.000 €*
5 let jamstva**
8 let jamstva na baterijo**

*Akcijska cena za Renault Megane E-Tech 100% electric (equipped EVS) 150kW s prihranki v višini 10.000 €, ki vključujejo subvencijo Riva sklada v višini 4.500 € ter popust na zalogov višini 1.000 €. Velja za novo vozilo iz zaloge. **Kupci s pravno 5 let, 100.000 km in 8 let jamstva na baterijo. V obsevu z letno odkupno vrednostjo vozila velja tovarniška garancija. Po pretvorni tovarniški garanciji sledi 3 leta podaljšanega jamstva (do skupno 100.000 km) slika kot se zdi pri. Povprečne emisije CO₂ 0 g/km, doseg do 470 km po standardu WLTP, pri različnih konfiguracijah. Priporočamo si pravico odzvojnega. Več informacij o ponudbi, nakupnih pogojih in kupca je na voljo na renault.si. Slike so simbolične. G.A. Adria d.o.o., Dunajska 22, 1000 Ljubljana.

Renault priporoča Castrol

renault.si

Avtohiša REAL

Avtohiša Real d.o.o., Vodovodna c. 193, Ljubljana

Simon Blaznik, 041 601 760 | Peter Kocij, 051 319 186

GLASBENA ŠOLA GLASBENI CENTER ZVOČNA ZGODBA (GCZZ)

Glasbena šola Glasbeni center Zvočna zgodba (GCZZ) že 9. leto deluje pod tem imenom, naši začetki pa segajo v leto 2012/2013, ko smo se iz centra Ljubljane, kjer smo delovali, razširili še v Šentvid. Najprej smo izvajali samo skupinski pouk za predšolske otroke, v jeseni 2012 pa smo začeli tudi s poučevanjem inštrumentov. Najprej violine, klavirja in kljunaste flavte. Tem trem inštrumentom smo v kasnejših letih dodali še violončelo, klarinet in rog.

V letošnjem šolskem letu 2023/2024 našo glasbeno-pedagoško ponudbo razširjamo še na predšolsko glasbeno vzgojo (za 5-letne otroke) in glasbeno pripravnico (za 6-letne otroke). Sicer smo že v prejšnjih letih vodili glasbeno vzgojo in izobraževanje za predšolske otroke, a ne po javno veljavnem programu. To je letošnja novost.



Foto: arhiv GCZZ



Rekli boste, da tako mladi ljudje ne potrebujejo rednega glasbenega profesionalnega vodenja. Pa ni tako. Dognanja različnih glasbenih pedagogov in raziskovalcev kažejo, da se lahko otroku ponudi glasbeno vzgojo na primeren način že v najzgodnejših letih, saj se na ta način oblikuje trdna podlaga za vse nadaljnje glasbeno ali drugo izobraževanje.

Ula Ulaga, ravnateljica GCZZ

KAKO IZBOLJŠATI ZDRAVJE IN POČUTJE S POMOČJO TRADICIONALNIH KITAJSKIH VEŠČIN

Taijiquan večkrat opisujejo kot »meditacijo v gibanju«, lahko pa bi tudi rekli, da je taijiquan »zdravje z gibanjem«. Splošno znano je, da vpliva tako na fizični kot emocionalni aspekt našega življenja, kot je izboljšanje kondicije in kognitivnih sposobnosti, zmanjšanje anksioznosti in depresije.

Harvard medical school pravi, da vadba taijiquana ohranja moč, prožnost in ravnotežje ter je zato lahko popolna vseživljenjska vadba. Vse več je namreč raziskav in dokazov, da ima ta praksa telesa in duha pozitivne vplive pri zdravljenju in preprečevanju številnih zdravstvenih težav.



Polno vodba Društva Skriti zmaj, avgust 2023, Šentvid nad Ljubljano

Taijiquan ima še eno pomembno prednost; lahko ga prakticirate, tudi če niste v najboljši formi ali če niste najboljšega zdravja.

Pozitivni vplivi vadbe so:

- krepi mišice, vezi in skelet,
- zmanjšuje stres in izboljšuje razpoloženje,
- izboljšuje kakovost spanja, znižuje telesno težo,
- izboljšuje kognitivne sposobnosti,
- zmanjšuje število padcev pri starejših osebah,
- izboljšuje stanje pacientov s fibromialgijo, s KOPB, artritisom,
- izboljšuje ravnotežje in moč pri bolnikih s Parkinsonovo boleznijo,
- Taiji je varen pri koronarnih in kardiovaskularnih težavah idr.



Delavnica Društva Skriti zmaj, julij 2023.

Taijiquan je celostna praksa, ki ne le obljublja, ampak prinaša tudi številne koristi. Obsežna analiza Healthline potrjuje, kar so mnogi izkusili na lastni koži, taijiquan ni le vadba, to je pot proti bolj živahnemu, uravnoteženemu in obogatemu življenju.

Vabimo vas, da se odpravite na to pot skupaj z nami, Društvom Skriti zmaj, in odkrijete še nerazkrite zdravstvene koristi.

V Šentvidu delujemo že od leta 2008. Vpisi v začetno skupino taijiquana in qigonga bodo 18. 9. 2023 ob 18.30 na Osnovni šoli Franc Rozman Stane, vadba pa bo potekala na istem naslovu vsak ponedeljek od 18.30 do 20.00 v mali telovadnici v prvem nadstropju.

Zapisala:

Dragomir Lazarevič, predsednik Društva Skriti zmaj
Irena Marčan, blagajnik Društva Skriti zmaj

Viri:

<https://www.healthline.com/health/tai-chi-benefits#improves-mood>
<https://www.health.harvard.edu/staying-healthy/the-health-benefits-of-tai-chi>
arhiv Društva Skriti zmaj

POGOVOR Z AKADEMIKOM PROF. ANDREJEM JEMCEM

V Zavodu sv. Stanislava smo v sodelovanju s Slovensko matico v sredo, 14. junija, v dvorani Matije Tomca pripravili pogovorno srečanje z akademikom prof. Andrejem Jemcem, slikarjem in grafikom. Srečanje je bilo posvečeno predstavitvi obsežne monografije Andrej Jemec: Slike, ki jo je letos izdala Slovenska matica.

Andrej Jemec, rojen v Vižmarjah leta 1934, je ustvaril obsežen, tehten in velikokrat nagrajen slikarski in grafični opus (med drugim je tudi prejemnik Prešernove nagrade za življenjsko delo leta 1994), poleg tega pa se je uveljavil tudi s pedagoškim delom na Akademiji za likovno umetnost

in oblikovanje v Ljubljani. Kot svetovalec je sodeloval pri vprašanih likovne podobe prostorov ter kot premišljevalec pri družbenih in kulturnih vprašanih.

Pogovor je vodila dr. Ignacija Fridl Jarc, tajnica in urednica Slovenske maticе, ki je predstavila ta izjemen projekt, obsežen monografski pregled slikarskega opusa Andreja Jemca. Med pogovorom smo obiskovalci lahko na platnu spremljali kronološko urejen izbor reprodukcij njegovih likovnih del in nekaterih dokumentarnih posnetkov. Cenjeni gost, akademik prof. Andrej Jemec, se je v svojih spominih dotaknil mladih let v Šentvidu in študijskega obdobja na ljubljanski akademiji, iskanja in razvijanja svojega osebnega slikarskega sloga, spregovoril pa je tudi o svojih pogledih na mesto likovne umetnosti v šolskem sistemu. Ob tem je izpostavil nekaj pomenljivih kritičnih vprašanj o našem odnosu do likovnega jezika v sodobnem (s podobami nasičenem) svetu. V pogovoru je sodeloval tudi akademik prof. dr. Jožef Muhovič, slikar, filozof in likovni teoretik, ki je z izbranimi besedami orisal portret Andreja Jemca kot profesorja, kakršnega je spoznal najprej kot študent in kasneje kot profesorski kolega na likovni akademiji, in kot slikarja, ki se v svojih suvereno zasnovanih kompozicijah in močnih simbolnih podobah razkriva kot mojster barve in svetlobe.

S sonato za dve violini sta dogodek obogatili dijakinji Škofijske klasične gimnazije Ljubljana Elizabeta in Julija Tomac. Ob tej priložnosti je bila v Meršolovem atriju postavljena tudi razstava izbranih del akademika Andreja Jemca.



50 LET SMRTI STANETA KREGARJA



1. avgusta 2023 je minilo 50 let od smrti slikarja in duhovnika Staneta Kregarja (1905–1973).

Stane Kregar je z Zavodom sv. Stanislava močno povezan, zato leto 2023 v zavodu zaznamujemo kot

Kregarjevo leto. Do sedaj smo ob tem jubileju pripravili že več dogodkov, v začetku novega šolskega leta pa bomo postavili tudi razstavo Antični motivi v slikarstvu Staneta Kregarja.

Na dan obletnice je bila na spletni strani RTV Slovenija (<https://www.rtvsl.si/kultura/vizualna-umetnost/stane-kregar-50-let-po-smrti/676643>) objavljena spominska predstavitev Kregarjevega življenja in dela z naslovom »Stane Kregar 50 let po smrti«, ki jo je pripravil umetnostni zgodovinar dr.

Andrej Doblehar, poznavalec Kregarjevega slikarstva. Na TV Slovenija pripravljajo tudi dokumentarni film o Stanetu Kregarju.



zbrala Irena Jamnik

TEDEN ANGLEŠČINE V MEDNU – ŽE ENAJSTIČ!

V Mednem je letos med 7. in 18. avgustom potekal že enajsti Teden angleščine (letos kar dva tedna), dogodek, ki je nastal v sodelovanju z gasilskim društvom Medno.

Projekt je nastal na pobudo treh strokovno usposobljenih in nadobudnih Medank ter gasilk (magistic poučevanja na razredni stopnji z angleščino Ane Petelin, Sabine Krajnik ter Katarine Čepič, prof. pedagogike in angleščine), s skupno vizijo – na sproščen in zanimiv način približati angleščino osnovnošolcem, vzgajati trajnostno ter pokazati vse prednosti, ki jih nudi vaška skupnost. Več let pri projektu pomaga še nepogrešljiva učiteljica Vita Čepič, magistrica likovne pedagogike, in najnovejša pomoč, Neža Rezar.



Pouk je potekal v treh skupinah (začetna skupina in nadaljevalni skupini) in je vključeval poleg učenja besedišča tudi slovnico ter zanimive delavnice. Poleg jezika so otroci spoznavali zelišča, izvedeli marsikaj novega o dejavnosti lovcev, se poizkusili v kmečkih delih, se igrali družabne igre, se urili v impro gledališču, se pogovarjali s strokovnjakom o umetni inteligenci, peli himno, obiskali sosedovo kmetijo in imeli zanimivo delavnico o Japonski. Vrhunec in zaključek pa so bile gasilske igre z vodo in peno, prva pomoč in seveda piknik s čevapčiči in šmornom. Letos zaradi odtrgane medanske brvi nismo mogli na Šmarno goro, odkrili pa smo zanimivo gozdno učno pot koconogega čuka na Golem Brdu. Ob vsem tem je poskrbljeno tudi za lačne želodce – udeleženci imajo na voljo malico in kosilo, za kar z domačimi dobrotami poskrbijo sovaščani. Za pripravo in pomoč smo jim zares hvaležni. Posebno bi se zahvalili medanskim kmetijam Pr' Kodran, Pr' Gajštru, Pr' Šublu – z njihovimi sestavinami je naša kuhinja imela okus po zdravih jedeh naših babic.

V prihodnosti bi se gasilke želele povezati z vsemi, ki bi želeli organizirati podoben neprofiten lokalni projekt varstva in izobraževanja v svojem kraju. Pripravljene smo pomagati s svojimi pridobljenimi izkušnjami.

Živi lokalno, misli globalno!

Se vidimo na dvanajstem Tednu angleščine 2024!

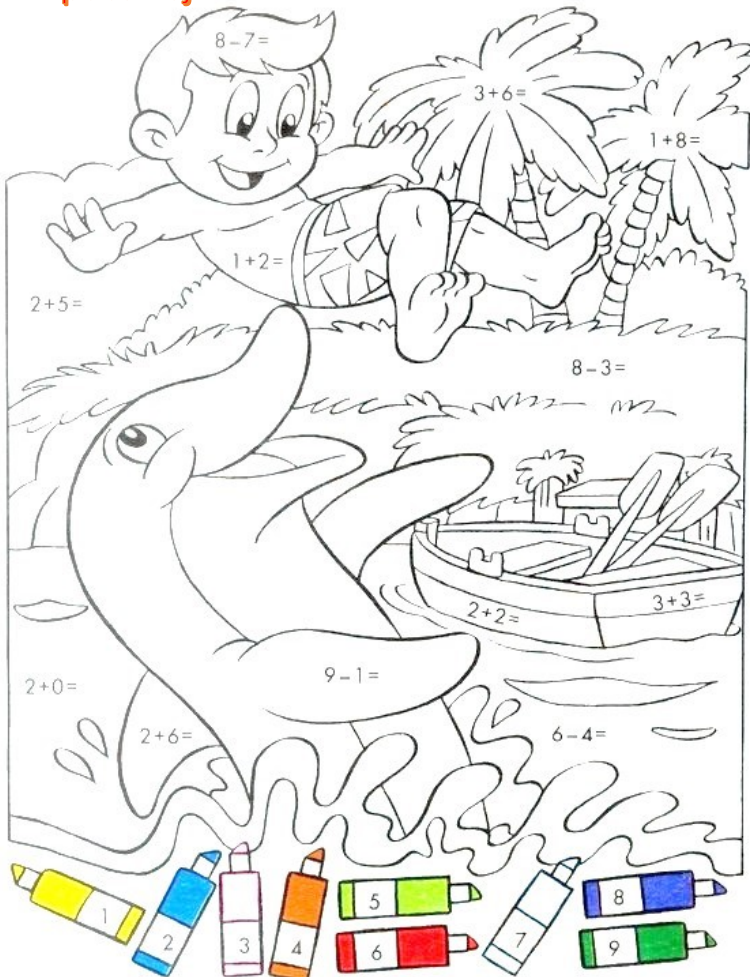
Besedilo in fotografije: Katarina Čepič

Otroci bi radi prišli do avtobusa za šolo.

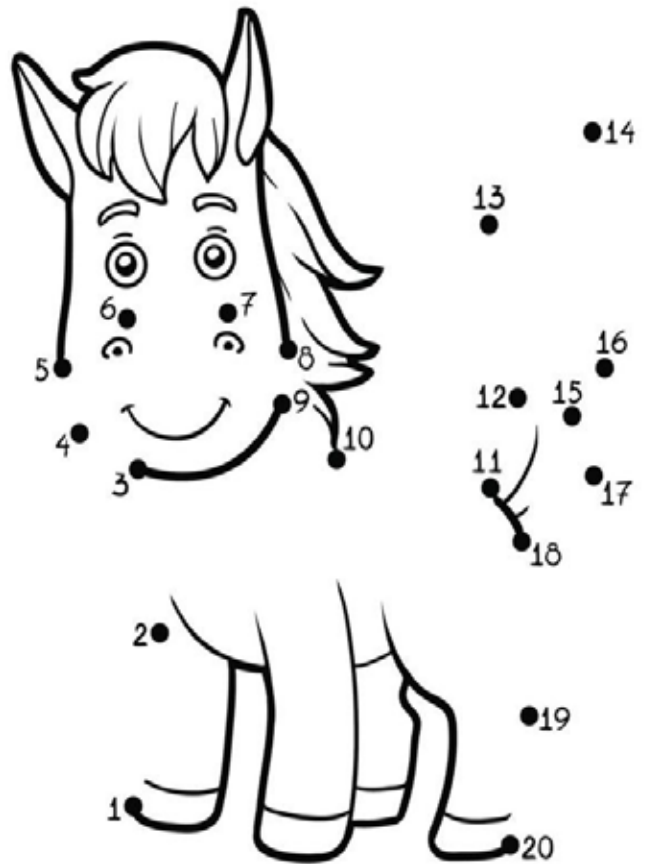
Jim pomagaš?



Reši enačbo, najdi pravo barvico (spodaj) in pobarvaj!



Poveži števila po zaporedju in pokazal se bo ???



Četudi potuje,
je vedno doma,
za sabo sled pušča,
rožičke ima.

Zlodec

JESEN V KNJIŽNICI ŠENTVID

Dragi bralci, počitnice so za večino že minile in zopet se vračamo nazaj v ustaljen red, službo, šolo, vrtec. V knjižnico se vračajo ogromne količine prebranih knjig, še več pa jih čaka, da jih preberete. Pri nas najdete vedno kaj novega!

Jesen bo v knjižnico prinesla obilo novih knjig, dogodkov in prireditev. Tako bomo v mesecu oktobru v Knjižnici Šentvid začeli z rednimi urami pravljic, ki potekajo vsak četrtek ob 17. uri. Zopet bo s srečanji začela naša bralna skupina, ki jo vodi Mateja Kobal.

Pester program pa prinaša tudi jesenski EKO TEDEN:



TOREK, 10. OKTOBER:

- 17.00: delavnica Izdelovanje negovalnega balzama (Ula Hribar Babinski)

Dnevna nega ustnic je prav tako pomembna kot nega drugih delov kože. Ustnice so prvi indikator suhega zraka, ki jih izsuši in povzroča poškodbo kože. Uporabili bomo naravne vlažilce, da bodo vaše ustnice sijale od zdravja.

Prijava: prireditev@mklj.si

- 19.30: predavanje in predstavitev knjige Narava v kuhinji: divje rastline v slastnih jedeh za vsak dan in posebne priložnosti (Alenka in Lovro Rozman)

Narava na krožniku? Zakaj pa ne! Rastlinsko bogastvo Slovenije je izjemno in divje rastline so od nekdaj del naše kulinarike. S knjigo Narava v kuhinji bodo slastni koščki narave na jedilniku prav vse leto, saj so okusni, zdravi in blizu, le nabrati jih je treba.

SREDA, 11. OKTOBER:



- 17.00: družinska delavnica Izdelava semenskih kroglic (Društvo Ekoci) Naredili bomo semenske kroglice s semeni, ki so prilagojena našemu okolju. V vrtičkarstvu in samooskrbi so posušene semenske kroglice učinkovit način shrambe semen, ki lahko postanejo tudi lepo in uporabno darilo.

ČETRTEK, 12. OKTOBER:

- 17.00: Eko pravljica z Mašo Uran
- 19.30 strokovno predavanje meteorologa in znanega obraza s televizije Andreja Velkavrha

Verjemite, da bo jesen pestra in polna vsakovrstnih dobrot. Ker pa nas velikokrat preseneti še kakšno predavanje, ki ga nismo napovedali, vas vabim, da spremljate prireditve na spletni strani Mestne knjižnice Ljubljana www.mklj.si ali se naročite na e-novice, da boste vedno na tekočem z dogajanjem.

Se vidimo v knjižnici!
Karmen Jančar – Vodja Knjižnice Šentvid

DACIA

REPREZENTACIJA VSE

DACIA SPRING

ŽE ZA
16.400 €*

s subvencijo EKO SKLAD*

5 let jamstva**

kasko zavarovanje**

*Cena velja za model Dacia Spring Essential. Elastični 45. Navedena začetna cena 16.400 € je realizirana pogojena tema in še vključuje nepovratno finančno spodbudo v vrednosti 6.500 € z DDV, ki jo odobrava EKO sklad in jo lahko kadarkoli sprejmete. Več informacij o EKO subvenciji je na voljo na <http://www.ekosklad.si/pribravnalski-gradskate-spodbudi> in na spletni strani www.dacia.si. **V obdobju 3 let od nakupa vozila velja tovarniška garancija. Po preteku tovarniške garancije za 4 in 5. leto sledi 3 leti podaljšane jamstva Dacia oz. 100.000 km, kar koli se zgodi prej. Zavarovanje Splošni kasko je v prvem letu financiranja ob nakupu z Mobilox Financial Services subvencionirano in je za kasko brezplačno. Poraba energije: 13,9–14,5 kWh/100 km, emisije CO₂: 0 g/km, doseg do 230 km po standardu WLTP. Slika je simbolična. Pristojamo si pravico do napak. Več informacij o nakupu in pogojih nakupa je na voljo na www.dacia.si. GA Adriatic, d. o. o., Dunajska 22, 1000 Ljubljana.

Dacia priporoča Castrol!

DACIA.SI

Avtohiša REAL
Avtohiša Real d.o.o., Vodovodna c. 83, Ljubljana

Simon Blaznik, 041 601 750 | Peter Koci, 061 319 104



Juhuuuu, ŠODRČEK bo tudi letos tu!

KAJ: Otroški abonma ŠODRČEK

KDAJ: od oktobra 2023 do maja 2024, eno sredo v mesecu ob 18. uri

KJE: Dvorana Ljudskega doma Šentvid

ZAKAJ: Ker je gledališče pač čarobno in zakaj ne bi v njem uživali in se čudili svetu?

ZA KOGA: za vse male in velike od 3. leta dalje

KOLIKO: 5€ na osebo

Šodrček bo letos še bolj svež, zanimiv, zabaven in razigran! Od oktobra 2023 do maja 2024 se bo zvrstilo kar osem gledaliških predstav. Vabljeni, da se nam pridružite in si ogledate Ježa Milana in Veverico Vlasto, Velikonočnega zajčka, prisluhnete pripovedovanju Boštjana Gorenca Pižame in uživate v še veliko drugih pisanih, smešnih, zabavnih, resnih in posebnih gledaliških vragolijah, ki nam bodo tudi letos bogatile sredine večere.

Vpis v abonmaje bo potekal na dan prve predstave, in sicer, 11. 10. od 17. ure dalje na blagajni Ljudskega doma Šentvid. Vse informacije v zvezi z abonmajem boste dobili pri Tini na njeni telefonski številki 070 616 285. Kar pogumno telefon v roke!

Povabite še svoje prijatelje, tetke, sodelavke, nečake, bratce in sestrice, da se skupaj popeljemo skozi gledališko pravljico.

DRUŠTVO
BLAZI POTOČNIŠKOVNA ČITALNICA
Prebivalstva in Šentvidsko Ljubljano

**GALERIJA GUNCLJE
6. 9. - 21. 12. 2023**

Odprtje spominke razstave bo 6. 9. 2023 ob 18. uri.
Ogled bo možen vsak četrtek med 17. in 19. uro do vključno 21. 12. 2023.
Galerija Gunclje, Kosijeva 1, Ljubljana Šentvid

GREC, STARMAN

Najava dogodkov – Zavod sv. Stanislava
**Letni koncert Dekliškega zbora sv. Stanislava
Škofijske klasične gimnazije**
8. oktober 2023

Akademija ob prazniku sv. Stanislava

Zavod sv. Stanislava, športna dvorana OŠ Alojzija Šuštarja
14. november 2023 ob 17.30

Adventni dobrodelni sejem

Zavod sv. Stanislava, avla OŠ Alojzija Šuštarja in Kregarjev atrij
1. 12. 2023 med 14. in 17. uro

**Predpraznični koncert (Z)Mešanega zbora, Dekliškega
zbora 1. letnika in Fantovskega zbora 1. letnika
Škofijske klasične gimnazije**
19. december 2023

Podrobnejše informacije bodo pred dogodi objavljene na www.stanislav.si.



GALERIJA STANETA KREGARJA

- Vabimo vas na ogled **razstave** ljubiteljskega slikarja **Valentina Erjavca – Tinka Sveta domovina**, ki jo bomo odprli v ponedeljek, 28. avgusta, ob 18. uri v Meršolovem atriju. Razstava bo na ogled do 5. septembra.
- Ob 50-letnici smrti slikarja in duhovnika Staneta Kregarja (1905–1973) vas ob vstopu v novo šolsko leto, v katerem se spominjamo 30-letnice ponovne ustanovitve Škofijske klasične gimnazije in tudi Galerije Staneta Kregarja, vabimo v Kregarjev atrij na ogled **razstave Antični motivi v slikarstvu Staneta Kregarja**. Razstavo bomo odprli v ponedeljek, 4. septembra, ob 19. uri, na ogled pa bo do 2. oktobra.
- Vabimo vas na ogled **razstave grafik** nemškega slikarja **Karla-Heinza Hauserja**, ki smo jo ob vstopu v novo šolsko leto postavili v Meršolovem atriju. Razstavo bomo odprli v sredo, 6. septembra, ob 14. uri, na ogled pa bo do 3. oktobra.
- Ob 90-letnici rojstva slikarja, grafika, pesnika in akademika prof. Janeza Bernika (1933–2016) smo postavili razstavo sitotiskov iz grafične mape **Katharsis ad infinitum**, ki je na ogled od 6. septembra do 20. oktobra v atriju pred zavodsko cerkvijo. S to postavitvijo se pridružujemo **spominski razstavi slik in grafik Janeza Bernika** iz zbirke Romane Bernik in Jane Marinček, ki je na ogled v **Galeriji Gunclje**.
- V počastitev 100-letnice rojstva pesnika in nekdanjega zavodarja **Ivana Hribovskega** (1923–1945) smo v sodelovanju s Knjižnico A. T. Linhart in Radovljice na hodniku v pritličju gimnazije postavili **dokumentarno razstavo** ter nekaj lirčnih in refleksivnih pesmi, v knjižnici pa **izbor dokumentarnega in knjižnega gradiva**. Avtorja razstave sta prof. France Pibernik in dr. Janez Zaletel, pregled knjižnega gradiva iz Hribovske knjižnice pa je pripravil mag. Jure Sinobad, ki je ob tem jubileju izdal tudi monografijo o knjižni zapuščini iz knjižnice pesnika Ivana Hribovskega, ki jo hranijo v Domoznanski zbirki Knjižnice A. T. Linhart Radovljica.
- V okviru Dnevo evropske kulturne dediščine bo med 20. septembrom in 10. oktobrom v avli OŠ na ogled **razstava o ščeterskem podjetju družine Naglič** iz Šmarce pri Kamniku, na hodniku v Škofijski klasični gimnaziji pa **razstava fotografij Zeleni pas Teje Gregorič**.
- Ob **100-letnici rojstva** slikarja in likovnega teoretika **Milana Butine** v sodelovanju s Pokrajinskim muzejem Kočevje, Slovenskim gledališkim inštitutom in Galerijo Hest vabimo v Kregarjev in Meršolov atrij na ogled **Spominke razstave: Milan Butina (1923–1999)**. Razstavo tihotžitij, scenjskih osnutkov in scenografske makete bomo odprli 5. oktobra ob 18. uri, na ogled pa bo do 5. novembra.
- V okviru praznovanj ob godu zavodskega zavetnika in 30-letnici ponovne ustanovitve Zavoda sv. Stanislava vabimo v Kregarjev in Meršolov atrij na ogled **razstave nekdanjih dijakov Škofijske klasične gimnazije**, ki ustvarjajo na področju arhitekture in oblikovanja. Razstavo bomo odprli 8. novembra ob 18. uri, na ogled pa bo do 20. decembra.

Morebitne spremembe in druge informacije o kulturnih dogodkih v Zavodu sv. Stanislava objavljamo na spletni strani www.stanislav.si.

| DRUŠTVO SENIORJEV DRAISS | | | | | |
|--|---------------------------|-------------|----------------------------|------------|-----------------------|
| URNIK AKTIVNOSTI 2023/2024 | | | | | |
| TOREK | SREDA | | ČETRTEK | | |
| URA | AKTIVNOST | URA | AKTIVNOST | URA | AKTIVNOST |
| 8:00-9:00 | TELOVADNO druženje | | | 8:00-9:00 | TELOVADNO druženje |
| 9:30-11:00 | ANGLEŠČINA klepet | | | 9:00-10:15 | ITALIJANŠČINA |
| 11:15-12:45 | ANGLEŠČINA začetni | | | 9:10-10:10 | PLESI v vrsti začetni |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| 19:00-20:30 | PLESI v vrsti - nadaljev. | 19:00-20:00 | TELOVADNO druženje | | |
| | | 20:15-21:15 | PLESI v vrsti začetni | | |
| | | | | | |
| Janez Sedar | 051 577 744 | IT., ANGL. | | | |
| Jaka Sedar | 080 278 480 | TEL., PLESI | | | |
| e-mail: društvo.seniorjev.draiss@gmail.com | | | Začnemo s torkom 26.9.2023 | | |
| Dvorana MOL-a Vilmarjevo Sred. Na Gimnaziji 1 | | | | | |