

Šentvid na Ad Ljubljana

Brezplačno glasilo krajanov Četrtna skupnosti Šentvid

Jesensko srečanje ČS Šentvid



Sobota 10. september 2016 na rugby igrišču
Oval med 11. in 15. uro.

V primeru slabega vremena, bo srečanje v
Ljudskem domu (Prušnikova ul. 99) v Šentvidu

SPREMNA BESEDA UREDNICE

Znanka je na družabnem omrežju objavila slike svojega prvega pravega gorskega teka. 25 kilometrov. 1200 metrov višine. Prepotena. Izčrpana. A srečna. Na njeni majici je pisalo nekaj v smislu: »Pojdi stran, cona udobja!« Prijateljica sem pozimi srečala na Pokljuki, kjer je bilo več kot meter snega, in začudeno pogledala, kako hodi naokrog v lahkih supergah. Rekel je, da je ravno z Viševnika in nadaljeval, da je v življenju potrebno preizkušati svoje meje ... »Hm, kaj res? Ampak, zebe? Kaj pa plazovi, se jih ne bojiš?« »Ne, saj veš, da sem malo nor, rad preizkušam nove stvari.«

Danes pogosto slišite nasvet: Ven iz cone udobja! Ker naj bi bilo dobro za vas.

A kaj sploh je cona udobja? Navajenost. Naš vsakdan. Rutina. Kjer se počutimo varne. Kjer je vse predvidljivo. Kjer imamo vse pod kontrolo. Kjer se ne pretegnemo in nas nič ne boli. A prav tu, kjer čutimo varnost, zadovoljstvo, udobje, prav tu bomo tudi ostali. Če ne bomo česa spremenili. Če se ne bomo pretegnili. Vstali s kavča in zakorakali ven, ven iz cone udobja. Zamenjali službo, ker nas dela nejevoljne, a si ne upamo iz naše cone udobja. Morda vas bo skrbelo. Strah vas bo neznanega. A prav tu ponavadi pomaga, da smo bolj učinkoviti, da se počutimo bolj žive. Napredujemo. Rastemo. Čutimo se bolj izpolnjene, srečnejše.

In Slovenci pogosto najdemo izzive za skoke iz cone udobja prav v športu. Nekdanji lenuhi postanejo ultramaratonci. Kavč zamenjajo za športne copate, pivo za regeneracijski napitek. Tek, hribi, kolesarjenje ... ti poznoletni dnevi prav kličejo, da gremo v akcijo. Čeprav se nam z nekaj kilogrami, pridobljenimi na morju, in spomini na poležavanja na plaži pravzaprav ne da. A najtežji je začetek.

Nekdo je nekoč rekel: »Življenje je kot ladja. V pristanišču je sicer varnejša, a zato ni bila zgrajena.« In ta čas, ti dnevi so ravno pravi, da izplujete!

Odgovorna urednica Mateja Brus

IZ VSEBINE:

Delo sveta Četrtna skupnosti Šentvid.....	3
V Šentvidu smo proslavili 150 let šolstva in čitalništva.....	4
23. šentviški dnevi.....	5
Oživitve spomina na velikega slovenca.....	5
ČS Šentvid je prevzela ambasadorstvo zelene prestolnice Evrope...8	
Kotiček za najmlajše.....	14
Novice o zanimivih dogodkih v Šentvidu.....	15
Napovednik dogodkov jesen 2016.....	16

Jesenško srečanje

Sobota
10. septembra 2016
na ragbi igrišču Oval v Guncljah

Četrtna skupnost Šentvid vabi na srečanje društev, šol, vrtcev in drugih, ki delujejo na področju civilne družbe v okviru Četrtna skupnosti Šentvid. Pridružite se nam in si oglejte, kaj vse se da početi v prostem času v naši četrtni skupnosti. Gotovo najdete tudi kaj zase!

Izdajatelj:



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

Odgovorna urednica:
Mateja Brus

Uredništvo:
Aleš Perčič
Jože Sever
Andreja Bečan
Robert Ivanc

Lektoriranje:
Tjaša Kocjan
Oblikovanje:
Marko Vertačnik

Številka 3. Leto izdavanja VII.
Naklada: 5300 izvodov

Tisk: Mako R, d.o.o.



Na naslovnici:
JESENSKO SREČANJE

DELO SVETA ČS ŠENTVID

V mesecu juniju smo v Šentvidu obeležili 150. obletnico šolstva in čitalništva v Šentvidu.

Organizacijski odbor, v katerem so sodelovali Društvo Blaž Potočnikova čitalnica, Gimnazija Šentvid, BIC – Center kulinarike in turizma KULT316, Knjižnica Šentvid, ČS Šentvid, OŠ Alojzija Šuštarja, OŠ Franca Rozmana - Staneta, OŠ Šentvid, OŠ Vižmarje Brod in Škofijska klasična gimnazija, je pripravil kar devet dogodkov in nekaj spremljajočih prireditev, tako da se je vsak na svoj način poklonil visokemu jubileju. Veseli smo, da so bile prav vse prireditve dobro obiskane, saj nam je to potrditev, da se vsi v Šentvidu zavedamo pomena tradicije.

Da pa ne gre zgolj za dogodka lokalnega pomena, priča dejstvo, da sta o slovesnostih poročala tudi osrednja slovenska dnevnikarja Delo in Dnevnik, slišati in videti nas je bilo na Radiu Slovenija, na medvoški televiziji ter v mestnem glasilu Ljubljana in ne nazadnje, da je bil častni pokrovitelj prireditev župan Mestne občine Ljubljana, g. Zoran Jankovič.



Še pred odhodom na počitnice se je Svet ČS Šentvid sestal na 10. seji, na kateri je med drugim oblikoval predloge za dopolnitev prostorskih načrtov Mestne občine Ljubljana. Če zelo na kratko povzamem, si želimo obrtno-industrijsko cono, več urejenih zelenih površin, da se vendarle reši lokacija (sicer zaželenega) zbirnega centra komunalnih odpadkov, prav posebej pa smo izpostavili naša prizadevanja, da se šentviško pokopališče razširi in uredi, če ne gre drugače, vsaj za žarne pokope, ki po naši, sicer laični, oceni ne bi smeli biti problematični s stališča varovanja savskega vodonosnika.



V začetku meseca avgusta smo od ČS Rožnik prevzeli naziv Zelenega ambasadorja Ljubljane – zelene prestolnice Evrope. V času ambasadorstva smo skupaj z društvi, šolo in knjižnico pripravili pester program v sami četrtni skupnosti, predstavili pa smo se tudi na »Info točki« pred Mestno hišo v Ljubljani.

Naziv Zelenega ambasadorja smo po treh tednih predali ČS Bežigrad.



Kot sedaj že vrsto let tudi letos pripravljamo, tokrat 10. septembra 2016 med 11. in 15. uro, JESENSKO SREČANJE ČS ŠENTVID na rugby igrišču Oval v Guncljah. Spet se bomo zbrali vsi, ki delujemo na področju »civilne družbe« (društva, šole, vrtci, knjižnica ...), in predstavili svojo dejavnost skozi informativna gradiva in pogovor, praktične delavnice, na katerih se boste lahko sami preizkusili v dejavnostih konkretnega društva in se morda naučili kaj novega. Da pa bo še bolj živahno in zanimivo, bo ves čas prireditve na odru tekel kulturno-zabavni program, ki smo ga pripravili vsi udeleženci srečanja. Veselo bo in zanimivo ter za vsakogar nekaj. Vsekakor vredno družinskega sprehoda in obiska. Prav lepo vabljeni.

Pa še običajni zaključek. Spremljajte nas na www.cs-sentvid.si, ker lahko vedno dobite zadnje informacije o prihajajočih dogodkih in naši četrtni skupnosti.

Damijan Volavšek,
predsednik Sveta ČS Šentvid

MESTNA OBČINA
LJUBLJANA



ČETRTNA SKUPNOST
ŠENTVID

IN SLOVENSKO ZDRUŽENJE ZA POMOČ PRI DEMENCI
»SPOMINČICA« VAS VABIJO NA PREDAVANJE

KAJ JE DEMENCA – PREPOZNAVANJE PRVIH ZNAKOV DEMENCE

V SREDO, 12. OKTOBRA 2016, OB 17. URI
v sejni sobi Četrtne skupnosti Šentvid, Prušnikova ulica 106.

Predava: David Krivec, univ. dipl. soc.

KRAJŠA VSEBINA: Demenca je kronična napredujoča bolezen, ki prizadene možganske celice, odgovorne za spomin, mišljenje, orientacijo, razumevanje, računsko in učne sposobnosti govornega izražanja ter presoje. Najpogostejša oblika demence je Alzheimerjeva bolezen, ki predstavlja več kot 2/3 demenc. Svojci osebe z demenco potrebujejo čim več informacij o poteku bolezni in o tem, kako ravnati z osebo z demenco.

V A B L J E N I !



Mestna občina
Ljubljana



Slovensko
Alzheimerjevo
društvo



V ŠENTVIDU SMO PROSLAVILI 150 LET ŠOLSTVA IN ČITALNIŠTVA

»Zakaj čitalnice so največ zato, da se v čisto domačem jeziku govoriti učimo, to je, da govorimo tako, da navadnih nemških besed med našo slovenščino ne mešamo. Dokler jezik ni čist, nima veljave; dokler pa jezik veljave ne bo imel, bodo nas drugi narodi zaničevali, posebno Nemci, ke se njih nareče na posodo jemljemo,« je tajnik Janez Kunovar med drugim nagovoril zbrane davnega 9. septembra 1866 ob prvi družabni prireditvi šentviške čitalnice, Slovesni Bésedí (Delo 27. 6. 2016).

Te besede, izrečene pred 150 leti, so žal veljavne še (spet?) danes, le da bi morda nemški jezik zamenjali z angleškim.

V Šentvidu se zavedamo pomena materne jezika in smo ponosni, da so ravno tukaj pred 150 leti ustanovili eno prvih državnih šol, kjer so poučevali v slovenskem jeziku, sočasno pa tudi čitalnico, ki je pomen vsakodnevne pravilne rabe materne jezika širila tudi med starejšim prebivalci Šentvida nad Ljubljano.



Sklenili smo, da tako pomembna obletnica zasluži primerno obeležitev. Prve priprave so se začele že v mesecu novembru 2015. Organizacijski odbor v sestavi: Društvo Blaž Potočnikova čitalnica, Gimnazija Šentvid, BIC – Center kulinarike in turizma Kult316, Knjižnica Šentvid, Četrtna skupnost Šentvid, Osnovna šola Alojzija Šuštarja, Osnovna šola Franca Rozmana - Staneta, Osnovna šola Šentvid, Osnovna šola Vižmarje Brod in Škofijska klasična gimnazija je na mesečnih srečanjih oblikoval pester program, sestavljen iz kar devetih glavnih dogodkov. Posebna zahvala gre tudi oblikovalcu Jerneju Vidmarju, ki je brezplačno pripravil celostno grafično podobo obletnice.

Začeli smo 1. junija 2016 z otvoritveno slovesnostjo »Naj sije v očeh«, ki je obiskovalce skozi glasbeno retrospektivo popeljala v čas, ko je bil Šentvid še dolga vas. Že naslednji dan so se na koncertu pevskih zborov in nastopu folklorne skupine predstavili otroški in mladinski pevski zbor OŠ Šentvid, združeni pevski zbor OŠ Šentvid in OŠ Dravljje ter folklorna skupina OŠ Šentvid.



V petek, 3. junija, smo praznovali s knjižnico Šentvid. Otroci, pa tudi malo starejši, so se naučili, kako popraviti poškodovano knjigo, obiskala jih je Pika Nogavička, za glasbeni zaključek pa je poskrbela glasbena skupina »Same Babe«.

V ponedeljek, 6. junija, sta nas Manca Košir in Slavko Pregelj skozi sproščen pogovor popeljala v čas njunega otroštva in mladosti v Šentvidu, pa tudi kakšno pikro besedo je bilo slišati na račun mačehovskega in včasih absurdno birokratskega odnosa države do kulture in kulturnikov.

Dan kasneje je bila v Meršolovem atriju Zavoda sv. Stanislava odprta razstava izbora likovnih in fotografskih del, ki so prispela na natečaj na tematiko 150. obletnice šolstva in čitalništva v Šentvidu, podeljene so bile nagrade za zmagovalna dela, ki so zajemala tudi prispevke, prispela na literarni natečaj, ki je potekal sočasno.



V sredo, 8. junija, so se osnovnošolci vseh štirih osnovnih šol v Šentvidu ob pomoči dijakov Gimnazije Šentvid in Škofijske klasične gimnazije pomerili na kvizu v poznavanju Šentvida.

Istega dne je Knjižnica Šentvid pripravila literarni večer z Milanom Jesihom, ki se je v razgovoru z dr. Ignacijo J. Fridl sprehodil skozi zgodovino in najpomembnejše mejnike nastajanja njegovega bogatega pesniškega opusa.



Četrtek, 9. junij, se je pričel z odprtjem prve šolske mikropivovarne v Sloveniji, nedvomno velike pridobitve za učence Biotehničnega izobraževalnega centra, ne nazadnje pa tudi za pivske sladokusce.



Zvečer nas je sam Blaž Potočnik, ki ni bil le duhovnik, temveč tudi velik učitelj, pesnik, skladatelj in narodni buditelj, popeljal v čase prve šole v Šentvidu. S slavnostno zaključno akademijo se je tudi zaključilo praznovanje 150. obletnice šolstva in čitalništva v Šentvidu nad Ljubljano. Vzporedno z bogatim programom dogodkov je bila v Knjižnici Šentvid odprta razstava Šolstvo in čitalništvo skozi čas. Razstavo si lahko ogledate do konca meseca septembra. V parku pred Osnovno šolo Šentvid so bila razobešena (dobesedno) literarna dela, prispela na natečaj, restavracija KULT316 pa je v času praznovanja pripravila prav posebno ponudbo značilnih šentviških dobrot.



Natisnjen je bil tudi »Zbornik nagrajenih del z natečajev ob 150. obletnici šolstva in čitalništva v Šentvidu nad Ljubljano«.

O pomenu obletnice, pa tudi kvaliteti programa, ki smo ga pripravili, pričajo tudi objave v osrednjih slovenskih častnikih Delo (27. 6. 2016) in Dnevnik (6. 6. 2016) ter glasilu Ljubljana (3. številka letnik XXI). Slišati nas je bilo tudi na Radiu Slovenija v oddaji »Sledovi časa«, prispevek pa je pripravila tudi televizija Medvode.

Robert Golavšek

Foto: Arhiv ČS Šentvid

23. ŠENTVIŠKI DNEVI



23. Šentviški dnevi so bili posvečeni praznovanju 150-letnice šolstva in čitalništva v Šentvidu nad Ljubljano. Vključno s slavnostnimi prireditvami ob omenjeni obletnici se je na letošnjih šentviških dneh zvrstilo kar 26 dogodkov. Fotografije si lahko ogledate na www.facebook.com/DrustvoBPC ali na naši stojnici na srečanju Četrtna skupnosti Šentvid na rugby igrišču Oval, 10. 9. V kolikor kdo izmed

sodelujočih potrebuje fotografije z dogodka, kjer je sodeloval, naj nam piše na drustvobpc@gmail.com.

Prvič je na Šentviških dnevih potekalo srečanje starodobnikov iz Šentvida in okolice. Organizirala sta ga društvo BPC in župnija. Zbralo se je kar lepo število vozil, starih nad 30 let, med njimi tudi motor in traktor. Adi Smolar je s svojimi življenjskimi anekdotami in pesmimi popestril poletni večer. Franetovega memoriala, teka in kolesarjenja po obronkih Šentvida, pa se je tokrat udeležilo 60 tekmovalcev, od tega 12 kolesarjev. Najboljši čas proge sta imela tekač Bašir Rizaj in kolesar Janez Klančnik. Med tekačicami je bila najhitrejša Maja Peperko, med kolesarkami Eneja Osterman. Prvič je bil dogodek povezan s tekom na Rašico in rekordom Šmarne gore.



Šentviški dnevi so se zaključili z akademijo Pozdrav domovini, ki je bila jubilejna. Praznovali smo 150-letnico čitalništva v Šentvidu, 20-letnico delovanja društva Blaž Potočnikove čitalnice in 25-letnico samostojne Slovenije. Prav pred 25 leti pa je bila tudi prva izvedba akademije Pozdrav domovini, ki se je odvila kar na stopnicah današnjega Vidovega doma. Tam so pevci takratnega mešanega pevskega zbora Blaž Potočnik pod vodstvom Ane Erman prvič v čast samostojni domovini zapeli nekaj pesmi. Vse od takrat se ni spustilo leto, ko Šentvidčani ne bi priredili akademije v čast domovini Sloveniji. Tokrat smo se na akademiji podali v staro šentviško čitalnico. Narodne noše so bile zbrane ob dvigu slovenske in evropske zastave. V stilu čajanke v čitalnici sta nam Marko in Bernarda skozi branje člankov orisala dogajanje na slovenskih tleh konec 19. stoletja. V čitalnici je na prireditvi, ki so jo imenovali »béseada«, najprej tajnik povedal nekaj pravil iz statuta čitalnice. Nadaljevala je Lucinka Kraljičeva z recitacijo. Na odru čitalnice so se zvrstili še: mlada šentviška igralca, pevci in pevke, telovadci – Seniorsko društvo Sokol, gasilci iz PGD Šentvid, na koncu pa sta Maja in Marija osvetlili položaj slovenščine danes. Če smo se takrat javno zoperstavljali nemškemu jeziku, nas danes subtilno preplavlja angleški jezik. Na koncu so bili predstavljeni tudi odborniki današnjega društva Blaž Potočnikova čitalnica, kar 17 jih je. Predsednik Brane Kopač jim je ob obletnici čestital in se zahvalil za njihovo vztrajno delovanje v društvu.

Andreja Bečan
Foto: Foto Zvone

OŽIVITEV SPOMINA NA VELIKEGA SLOVENCA

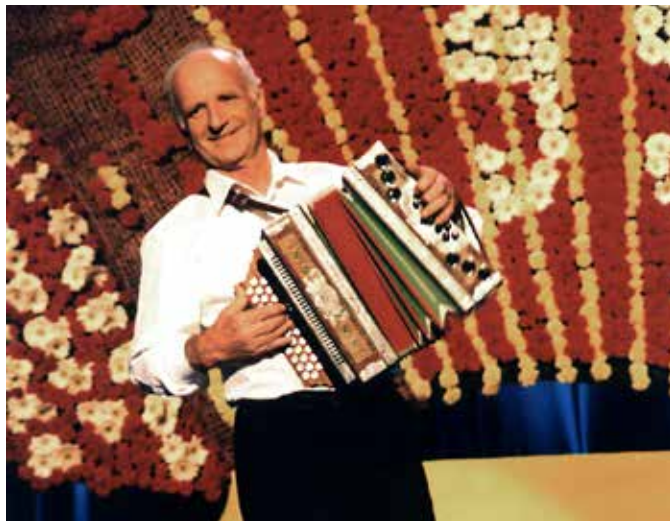


Foto: Družinski arhiv Lojzeta Slaka

»Slak, beli lep cvet, ki se ovija in pne navzgor, vzpenjalka in ovijalka, je znanilka čistosti, je kakor na tipki čist poln ton, ki zveni in diši. A če slak išče opore, je Lojze Slak šel brez podpor od tal navzgor, iz nič a v veličino. Njegova zvezda vodnica je narodna ljudska pesem, več, je glasba njegove pokrajine, rodne Dolenjske.«

S temi besedami je Lojzeta Slaka, legendo slovenske narodno-zabavne glasbe, opisal njegov rojak in prijatelj, pokojni pesnik Tone Pavček. V več kot šestdesetih letih je Lojze Slak s svojim igranjem na diatonično harmoniko osvajal srca Slovencev ter zaznamoval našo množično duhovno kulturo ne le doma, pač pa jo je ponosel daleč v svet, k našim rojakom in tudi tujcem. Kako tudi ne, saj je glasba univerzalna govorica, ki ljudi druži in jih plemeniti.

Njegovo bogato življenje je bilo eno samo dolgo popotovanje od srca do srca. Od človeka do človeka, od melodije do melodije. V svoji bogati glasbeni karieri je posnel vrsto plošč in kaset in za njih prejel mnogo uglednih priznanj in nagrad. A Lojze Slak je vsej slavi navkljub ostajal preprost, skromen, odprt in razmišljujoč človek. Ponosni smo, da je precejšen del svojega življenja preživel v naši bližini, saj si je dom ustvaril v Guncljah.

Letos konec septembra bo minilo pet let, odkar je glas harmonike kralja polke in valčkov za zmeraj utihnil. Bogata zapuščina njegove izvirne glasbene poti pa preko mnogih ansamblov nove generacije živi naprej.

V društvu Blaž Potočnikova čitalnica iz Šentvida nad Ljubljano vemo, da z dušo Lojze Slak ni odšel od nas. Pregloboko se je vtisnil v naš spomin, v našo zavest. Preveč se nas je dotaknil, da bi ga lahko kdaj koli pozabili. Preblizu nam je, da ne bi za vedno ostal del vsakega ljubitelja domače glasbe. Zato smo se odločili, da se mu za njegovo življenjsko delo poskušamo vsaj malo oddolžiti in se pokloniti njegovemu spomenu.

Z odobritvijo Lojzetove družine nam je pri tej zamisli na pomoč priskočil dramski igravec Roman Končar, ki je po literarni predlogi napisal scenarij za gledališko igro, v kateri bo upodobljena glasbena pot Lojzeta Slaka. Naslonil se je na resnične dogodke glasbenikovega življenja, ki jih je po pripovedovanju Lojzeta v knjigo strnil slovenski pisatelj Ivan Sivec. Upodobljeno bo življenje iz otroških dni pa vse do velikega gala koncerta v Cankarjevem domu. V dramsko besedilo bo vključenih preko 10 Slakovih melodij, ki bodo zaigane in zapete v živo. Nastopajoči bodo hkrati dramski igralci, pevci in instrumentalisti. Skupaj bo odigranih 43 vlog, kar je izjemno zahteven projekt. Tudi tehnična podpora in scena sta zelo zahtevni. V sam projekt gledališke predstave je vključenih preko 50 sodelujočih. Premiero načrtujemo v sredini novembra, do konca novembra pa naj bi v Šentvidu izvedli vsaj še 5 ponovitev. Upamo, da bomo tako skupaj z gledalci preko glasbe oživili spomin na velikega umetnika. Datumi premiere in predstav bodo objavljeni v oktobru na spletnih straneh društva www.facebook.com/DrustvoBPC in ČS Šentvid www.cs-sentvid.si/.

Helena Kopač

TAIJIQUAN, QIGONG, TAO VAJE IN DAO YIN STARODAVNE KITAJSKJE VEŠČINE

Namesto uvoda

Globalizacijski procesi so pustili svojo sled tudi na razmahu vzhodnjaških veščin po vsem svetu. V zgodnjih devetdesetih letih prejšnjega stoletja smo na zahodu dobili prve skromne informacije o tradicionalnih kitajskih veščinah. Danes pa imamo pravo poplavo informacij o nastanku, pomenu, vsebini in načinu prakticiranja teh veščin, na kar je brez dvoma vplival hiter razvoj tehnologije in interneta. V širnem medmrežju tudi o tej vsebini naletimo tako na dobre kot na slabe informacije. Slednjih nepoučena oseba ni zmožna zaznati in se zato težko pravilno in objektivno odloča.

Prve informacije o tradicionalnih kitajskih veščinah so v Slovenijo prišle na osnovi njihovega izvajanja na zahodu, predvsem iz ZDA. Medtem so doživele spremembe in prilagoditve zahodni mentaliteti, kar je v določeni meri vplivalo tudi na njihovo popačeno razumevanje.

Nastanek taijiquana in vsebina tradicionalnih kitajskih veščin

Tvorec taijiquana je Chen Wanting, ki je živel od leta 1600 do leta 1680 v vasi Chenjiagou v provinci Henan na Kitajskem. Kot general v pokoju je bil za tiste čase nadpovprečno vsestransko izobražen in izkušen.

V vsak gib taijiquana je genialno združil štiri prvine:

- (1) borilno tehniko,
- (2) princip jin–jang kot odraz taoističnega pogleda na svet,
- (3) gibanje življenjske energije (kitajsko: qi) po meridijanih in akupunkturnih točkah, pri čemer je upošteval načela tradicionalne kitajske medicine in
- (4) dao yin sistem usklajenega dihanja z gibanjem.

Tako je Chen ustvaril taijiquan stil, iz katerega so se kasneje razvili vsi ostali stili: yang, wu hao, wu in sun.

Tradicionalne kitajske veščine qigong, tao vaje in dao yin so starejše od taijiquana. Upoštevaajo predvsem usklajenost dihanja z gibi in kroženje življenjske energije. Navedene veščine pa ne vsebujejo borilne tehnike in principa jin–jang. Taijiquan pa vse že zgoraj naštetu združuje, zato je najmočnejša in vseobsegajoča tradicionalna kitajska veščina. O tem govori

taijiquan

qigong - tao vaje



**DRUŠTVO SKRITI ZMAJ ORGANIZIRA
ZAČETNI TEČAJ ZA SEZONO 2016 / 2017**

**VPIS DO ZAPOLNITVE SKUPINE POTEKA
V ŠENTVIDU NAD LJUBLJANO OB TORKIH
od 13. 9. 2016 med 18.00 in 19.30**

MaxxFIT, Ulica Jožeta Jame 14a, Lj-Šentvid

**PRVI TRENING
JE INFORMATIVEN IN BREZPLAČEN**

INFORMACIJE:
www.skritizmaj.si
skritizmaj@gmail.com
 GSM: 030 38 22 55

tudi pomen besede taijiquan – neomejena, vrhovna ali zelo velika pest ali enostavno vrhovno, neomejeno, zelo veliko.

Ker je taijiquan kompleksen, njegovo prakticiranje zahteva počasne gibe. To je tudi edini način, da praktikant doseže usklajenost, ubranost ter pravilnost gibov. Našteto je nujno za razvoj notranje življenjske energije, ki jo taijiquan kultivira, zato ga tudi imenujemo notranja oziroma mehka borilna veščina.

S pravilnim prakticiranjem taijiquana lahko dosežemo notranji mir in postopno izboljšanje zdravstvenega stanja. Napredek je seveda odvisen od vztrajnosti in pogostosti treniranja. Spol, starost ter fizična kondicija pa neposredno ne vplivajo na razvoj in doseganje višjih nivojev notranje energije.

V svetu je znano vedno več primerov, ko so posamezniki z vztrajno, redno in seveda pravilno vadbo tradicionalnega taijiquana pozdravili svoje akutne ali kronične bolezni. Žal je tudi vedno več posameznikov, ki propagirajo razne oblike taijiquana (plesni, akrobatski ...) oziroma njegove posodobljene izvedenke, ki imajo z izvirno, tradicionalno obliko deloma skupno le koreografijo, izgubile so pa svojo prvobitnost in s tem moč učinkov.

Taijiquan v Šentvidu nad Ljubljano

V Šentvidu od leta 2008 deluje Društvo ljubiteljev tradicionalnih kitajskih športnih veščin Skriti zmaj. Osrednja vadba v društvu je tradicionalni, izvirni in najbolj pristen taijiquan. V društvu prakticirajo tudi veščini qigong in tao vaje.

Društvo aktivno deluje na mednarodni ravni in pri tem sledi svojemu sloganu: »Pij vodo iz izvira, ker je tam najčistejša!«

Zato je Društvo Skriti zmaj povezano z najstarejšo in najbolj priznano taijiquan šolo, ki se nahaja v vasi Chenjiagou. Šolo vodi družina Chen, pri kateri je nastal taijiquan in je edina, ki še ohranja pristen, izviren in prvinski pristop do poučevanja taijiquana.

Društvo ohranja redne stike tudi z izpostavo kitajske šole, zadolženo za Evropo, iz Manchestra. V Sloveniji soorganizira dva do tri seminarje na leto, ki jih vodijo mojstri šol iz Kitajske in Velike Britanije. Člani društva pa občasno obiskujejo obe šoli ter se udeležujejo tudi drugih seminarjev in delavnic v tujini, ki jih vodijo predstavniki izvirnega Chen stila taijiquana.

Leta 2015 je bilo društvo Skriti zmaj soorganizator mednarodnega Chen taijiquan tabora v Planici, ki so ga vodili svetovno priznani velemojster Chen XiaoXing ter mojstra Chen ZiQiang in Chen ZiJun. Udeležili so se ga nekateri najboljši evropski mojstri Chen taijiquana: Jan Silbestorff, David Gaffney, mnogi trenerji tega stila ter praktikanti s celega sveta.

Društvo pri svojem delovanju sledi ohranjanju avtentičnosti taijiquana, vzdržuje visoke standarde poučevanja ter omogoča napredek učencev z najbolj kvalitetnimi in priznanimi učitelji na svetovni ravni.

Dragan Lazarević

Fotografije:
arhiv Društva Skriti zmaj



Udeleženci delavnice v Šentvidu pod vodstvom mojstra Chen ZiQiang



Udeleženci mednarodnega taiji tabora v Planici

SORARMONICA

Kulturno društvo SORARMONICA, ki je bilo ustanovljeno 20. januarja letos in je od 5. maja registrirano v Četrtni skupnosti Šentvid, dejansko predstavlja Koncertni ansambel ustnih harmonik, oktet v uravnoteženi žensko-moški sestavi različnih generacij, ki uspešno nastopa po svetu. Ansambel se je poln čudovitih vtisov vrnil z gostovanja v Tajvanu, kjer je bil gost ogromnega azijsko-pacifiškega festivala ustnih harmonik. Festival je s svojimi 2800 udeleženci, 1500 tekmovalci, 9 tekmovalnimi kategorijami s 40 podskupinami daleč največji na svetu. In že za širše evropske, kaj šele za naše slovenske razmere je takšen festival domala nepredstavljen.



10. septembra nam bo v veselje predstaviti naše delovanje in se spoznati tudi z drugimi, zlasti kulturniški skupinami lokalnega okolja. Na stojnici bomo predstavili naš novi CD (in nekaj poprejšnjih vodje ansambla), ki bo – ob prostovoljnem prispevku zanje – na voljo tistim, ki bi jih želeli nesti domov. Prav tako bomo razstavili različne vrste ustnih harmonik, zainteresiranim obiskovalcem in »sopredstaviteljem« pa bomo z veseljem povedali in pokazali tudi kaj več o načinu igranja na ustno harmoniko: od najosnovnejših elementov do našega koncertnega načina izvajanja še zlasti t. i. klasične, resne glasbe.

Na odrskem nastopu pa bomo, po dogovoru z organizatorji, zaigrali nekaj skladb, primernih za predstavitev čim širšemu krogu poslušalcev. Potem pa se bomo zvečer podali še na nastop v Osek na Vipavskem.

Veselimo se skorajšnjega dogodka!

Vladimir Hrovat in ostali člani ansambla SORARMONICA

O TAJVANU – PO TAJVANU

Po dolgotrajnih pripravah, dopisovanjih, organizaciji potovanja, zbiranju donatorskih sredstev za kritje stroškov potovanja (ki bo trajalo še kar naprej) je Koncertni ansambel ustnih harmonik SORARMONICA uspešno izpolnil svoj načrt gostovanja v Tajvanu ob priložnosti 11. azijsko-pacifiškega festivala ustne harmonike – Hsinchu 2016. Pri tem bialnem festivalu gre za velikanski projekt, ki je za naše razmere domala nepredstavljen. Ob 2800 prijavljenih udeležencih,

1500 tekmovalcih v skoraj 900 skupinah, ob 9 tekmovalnih kategorijah s 40 podkategorijami, ob številnih gala koncertih in manjših posebnih koncertih na t. i. odprtem odru, jam sessionih, stojnicah številnih proizvajalcev ustnih harmonik itd. je ta festival daleč največji in tudi najkakovostnejši na svetu!

Ansambel SORARMONICA je bil izjemno počaščen ob čudovitem povabilu k sodelovanju na tako imenitem festivalu, brezplačno bivanje za časa festivala v Hsinchuju pa je »v živo« preseglo vsakršna pričakovanja. Organizatorji in izvajalci uslug so se izkazali kot izvrstni gostitelji, tako na ravni hotelskega bivanja kot neverjetnih opoldanskih in večernih obrokov. Vsak član ansambla je kot VIP prejel darilno vrečko s poimenskim darilom, vodja ansambla pa, kot sodnik v več tekmovalnih kategorijah, celo krasen komplet ustnih harmonik s svojim imenom na njih! Člani ansambla smo se na lastno željo prijavi tudi na več tekmovanj (in prejeli ocene odlično), poleg nastopa na enem od gala koncertov pa smo imeli v okviru festivala tudi lasten polurni nastop, ki so ga organizatorji poimenovali Slovenski odprti oder, na katerem smo izvajali izključno slovensko glasbo (!), za bis pa potem dodali še tajvansko.

Pomembno dejanje našega ansambla v Tajvanu je predstavljala samostojni celovečerni koncert v Veliki baptistični cerkvi sredi glavnega mesta, Taipeija, v okviru rednih klasičnih petkovih večernih koncertov, kjer je številčno koncertno občinstvo ob krasni akustiki izjemno toplo sprejelo do tedaj neznan zvok ansambla ustnih harmonik v koncertnem okolju. Po drugem dodatku smo se vendarle ustavili, saj je bilo poslušalstvo pripravljeno vztrajati še kar naprej. Bil je res krasen dogodek, ob katerem smo začutili lepoto vzajemnosti podajanja in sprejemanja glasbe. Vse skupaj je bilo na koncu obogateno še s čudovitim bujnim šopkom rož v solistkinih rokah!

Ob vsej krasoti do sedaj zapsanega pa ima grenak priokus nekoliko omalovažujoče nerazumevanje pglavitnih slovenskih državnih organov, saj se je, kljub vsem dokazilom in predločenju kar neverjetnega vabila s strani tajvanskih organizatorjev, na najvišji ravni razlaga o nedodelitvi denarnih sredstev celo glasila, da naš »orgličarski ansambel ne predstavlja nič posebnega« (!), vrednost samega festivala, kot edini res oprijemljivi dejavnik, pa je ocenjena bistveno prenizko. Tako smo ostali le pri denarnih prispevkih prijaznih manjših donatorjev in smo še precej oddaljeni od pokritja zaenkrat izposojenih sredstev.

Vendar gremo svojo pot naprej, saj nas takšne zadeve ne smejo ustaviti.

Vladimir Hrovat,
vodja ansambla in predsednik društva SORARMONICA





SENDTVIČ

VREDNOSTNI BON

za drugi listi

STRAHEC

GRATIS!



Delovni čas:
pon - pet od 7^h do 18^h
sobota, nedelja in prazniki
zaprto

www.sendtvic.com

Sendtvič d.o.o., Prušnikova 87,
Ljubljana - Sentvid,
Naročila: **041/560 206**

ČETRTNA SKUPNOST ŠENTVID JE PREVZELA AMBASADORSTVO ZELENE PRESTOLNICE EVROPE

Zelena prestolnica Evrope je pobuda Evropske komisije. Naziv »Zelena prestolnica Evrope« vsako leto prejme mesto z visokimi okoljskimi standardi in z zavezo k ambicioznim ciljem za nadaljnje okoljske izboljšave in trajnostni razvoj. Cilj te pobude je izreči priznanje in nagraditi lokalna prizadevanja za izboljšanje okolja, gospodarstva in kakovosti življenja v mestih.



Naziv je bil prvič podeljen leta 2010, ko ga je prejel Stockholm, Zelene prestolnice Evrope pa so bile do zdaj še Hamburg, Victoria-Gasteiz, Nantes, Kopenhagen in Bristol.

V finalu boja za naziv Zelena prestolnica Evrope 2016 so bili poleg Ljubljane še Essen (Nemčija), Nijmegen (Nizozemska), Oslo (Norveška) in Umea (Švedska) (Vir: <http://www.ljubljana.si/si/zivljenje-v-ljubljani/v-srediscu/89827/detail.html>).

V okviru projekta Ljubljana – zelena prestolnica Evrope aktivno, kot zeleni ambasadorji, sodelujejo tudi četrtne skupnosti Mestne občine Ljubljana. V času ambasadorstva, ki traja tri tedne, četrtne skupnosti pripravljajo različne programe, ki še dodatno oplemenitijo in popestrijo aktivnosti projekta Zelene prestolnice Evrope.



Četrtna skupnost Šentvid je naziv ambasadorja prevzela od Četrtna skupnosti Rožnik v ponedeljek, 8. avgusta 2016, s kratko slovesnostjo pred Ljudskim domom v Šentvidu.

Zanimiv in na trenutke šaljiv kulturni program je pripravilo Društvo Blaž Potočnikova čitalnica.

Slovesnost je potekala v zelo sproščenem vzdušju z veliko šale in smeha. Župan Mestne

občine Ljubljana, g. Zoran Jankovič, je odgovoril tudi na nekaj naključnih vprašanj o projektih na področju ČS Šentvid, ki so mu jih zastavili obiskovalci prireditve.

Prireditve je zaključila članica društva BPC Vesna Jelena Kirbiš, ki je predstavila pesem o Ljubljani, ki jo je napisala prav za to priložnost.

Že takoj naslednji dan je Športno društvo Šentvid pripravilo prvi dogodek v okviru ambasadorstva – Zdravo gibanje za vse generacije, s katerim so predstavili številne možnosti aktivnega športnega preživljanja prostega časa, ki jih nudijo v okviru društva.

Sledil je razgovor – klepet na temo Trajnostni turizem kot poslovna priložnost, ki ga je v prostorih ČS Šentvid pripravil Zavod VRTNICA.

V rugby klubu Ljubljana so pripravili čistilno akcijo, dogodka pa je zaokrožilo društvo Unikat s predstavo za otroke Gremo na vlak.

Kot Četrtna skupnost Šentvid smo se predstavili tudi na info točki pred mestno hišo.

Društvo DRAiSS je skozi prav za to priložnost narejen video posnetek predstavilo raznovrstno dejavnost, ki jo pripravljajo za starejše sokrajane. Predstavniki Osnovne šole Franca Rozmana - Staneta so pripravili delavnice, na katerih ste se lahko naučili, kako iz na videz odrabljene stvari narediti nekaj novega in uporabnega.

Knjižnica Šentvid je svojo predstavitev zasnovala okrog Eko tedna – projekta, ki ga že nekaj časa redno izvajajo v knjižnici in vsebuje raznovrstne dejavnosti s področja ekologije. Ne gre spregledati dejstva, da je bila prav knjižnica Šentvid v okviru Mestne knjižnice Ljubljana izbrana za poizkusno uvajanje knjigomatov, ki omogočajo obiskovalcem knjižnice, da brez posredovanja zaposlenih vrnejo ali pa si izposojajo knjige. Društvo Blaž Potočnikova čitalnica je predstavilo četrtno skupnost in svojo dejavnost s težiščem na kulturi in letošnji 150. obletnici šolstva in čitalništva v Šentvidu nad Ljubljano.

Prav na zadnji dan, 28. avgusta 2016, ko je Četrtna skupnost Šentvid predala naziv zelenega ambasadorja Četrtni skupnosti Bežigrad, pa so v KUD Šentvid nad Ljubljano pripravili pred mestno hišo animacijske delavnice za otroke (pa tudi malo starejše), v katere so vpletli predstavitev čisto novega abonmaja ŠODRČEK v sezoni 2016/17, ki je v prvi vrsti namenjen najmlajšim.

Priznati moramo, da smo bili kar skeptični, ko nam je žreb določil termin zelenega ambasadorstva ravno časa, ko je višek poletnih počitnic in dopustov. A smo se na srečo zmotili. Ponovno se je izkazalo, da ima Šentvid tako zelo bogato paleto dejavnosti, da smo tudi v času 'kislih kumaric' uspeli skupno pripraviti in izvesti zanimiv in pester program, v katerem je lahko vsakdo našel nekaj zase.



Vesna Kirbiš
Foto: Arhiv ČS Šentvid

Ljubljana

Mnogo,
mnogo je ljudi,
mnogo je cest,
mnogo je mest,
za mnoge domov,
mnogo prestolnic,
lepih, majhnih, revnih in bogatih,
le ena je,
prelepa,
Ljubljana.

Veter,
ki jadra zgreši
zaveje med ljudi v kotlini pradavnine,
sred' barja,
se na otoku prsti rodi,
obdana z gorami,
obkrožena z vodami,
ljudem predana,
Ljubljana.

Mnogo je besed v zgodbe stkanih,
mnogo dolgih truda poti,
mnogo dejanj
v razvoj vpletenih.

Nekoč deklica z Evropo le sramežljivo
spogledljiva,
danes nežna,
kot zaljubljena žena,
vendar
odločna in napredna,
mnogim, premnogim,
zatočišče ljubezni.

S tisočeriimi zgodbami ustvarja
zgodbo zanosa,
vdanosti v skupne cilje in s svobodno
voljo ljudi vodi k Evropi.

Zelena je, nekdo
bela Ljubljana.

Prestolnica,
ne v preteklost,
v prihodnost zazrta smelo k
napredku,
prestolnica zadovoljnih ljudi,
le ena je,
edina,
prelepa,
Ljubljana.

JESENSKO SREČANJE ČETRTNE SKUPNOSTI ŠENTVID 2016

V Četrtni skupnosti Šentvid vas vabimo, da se nam pridružite na vsakoletnem srečanju društev in drugih nevladnih organizacij ter skupin, Jesenskem srečanju ČS Šentvid.



Vas zanima, kaj vse se dogaja v našem, vsaj na videz, zaspanem Šentvidu?



Potem se nam pridružite v soboto, 10. septembra 2016, med 11. in 15. uro na rugby igrišču Oval v Guncpljah.

Lahko si boste ogledali, kaj počnejo v naših društvih, se preizkusili v njihovi dejavnosti na praktičnih delavnicah ter si ogledali bogat kulturni program na odru.



Menda se bo dalo zadeti tudi kakšen brezplačni abonma ŠODRČKA za sezono 2016/17.



Tudi najmlajšim ne bo dolgčas, saj se bodo lahko, če jih ne bodo pritegnili gasilci ali kaj podobno zanimivega, spustili po napihljivem gradu.



In seveda. Poskrbeli smo tudi, da se boste lahko okrepčali in odžejali. Upamo le, da bo sodelovalo tudi vreme. Če pa ne, bo prireditev na rezervni lokaciji v Ljudskem domu v Šentvidu (Prušnikova ul. 99). O tem boste seveda pravočasno obveščeni preko spletne strani in plakatov.

Veliko razlogov, da nas obiščete, kajne?

Četrtna skupnost Šentvid

EX TEMPORE 2016



Po težkem letu, letu premora, ko smo izgubili našo dolgoletno organizatorico, pobudnico in ustanoviteljico šentviškega Ex Tempora, gospo Dano Sovre, ki je v projekt z vsem srcem verjela, smo se odločili, da bomo pot, zasnovano z akademskim slikarjem Savom Sovretom pred 22 leti, tudi nadaljevali.

- Odprtitev razstave 25. 5. 2016 ob 18. uri
- v Meršolovem atriju Zavoda Sv. Stanislava, Štula 23, Ljubljana Šentvid

• Tema EX TEMPORA 2016: SPOMINI

Sodelovalo je 22 ustvarjalcev. Trije ustvarjalci so razstavili dve likovni deli. Kot zanimivost, v letošnjem letu je bila najmlajša udeleženka 15-letna Manca Velkavrh. Za kulturni program je poskrbela glasbena šola Zavoda Sv. Stanislava. Odprtitev je vodila ga. Anamarija Stibilj Šajn, umetnostna zgodovinarica in likovna kritičarka. Strokovna žirija pa je bila v sestavi:

- Jelka Reichman, slikarka in ilustratorica,
- Svetlana Sovre, prof. lik. ped.,
- Anamarija Stibilj Šajn, umetnostna zgodovinarica in likovna kritičarka.



Razstava je bila na ogled 14 dni. Sodelujoči so bili navdušeni nad ponovno obujenim projektom.

Svetlana Sovre

POLETNI DNEVI 2016 V GLASBENEM CENTRU ZVOČNA ZGODBA

V Glasbenem centru Zvočna zgodba, ki ima prostore v Domu sv. Vida, se že pripravljamo na novo šolsko leto. V septembru bomo nastopili na dogodku četrtne skupnosti v Guncijah, kjer se boste lahko udeležili naših delavnic, v katerih bomo predstavili nekaj glasbenih dejavnosti, ki so del naših glasbenih ur.

Nekaj posebnega je bil naš aprilski Pomladni nastop, ki je bil v Ljudskem domu. Pred polno dvorano smo izvedli glasbeno bajko Jezerski zmaj. To zanimivo pohorsko uglasbeno bajko smo ponovili tudi v juniju v okviru Šentviških dnevov.



Pohvalimo se lahko s sodelovanjem naših učencev godal in njihove mentorice Ule Ulaga na Tartinijadi v Piranu, ki je bila za vse izjemno doživetje. Naš mladi pianist Matej Rupar se je udeležil Koroškega klavirskega tekmovanja in prejel srebrno priznanje ter še posebno pohvalo za najmlajšega udeleženca.



V juliju smo že tretjič organizirali Poletne glasbene dneve. Tudi letošnja ponovitev je jasno pokazala, da druženje mladih ob glasbi pomeni vedno bogato izkušnjo, tako za udeležence kot tudi za nas mentorje.



Za vse, mlajše in tudi starejše, pa velja prijazno vabilo k vpisu v naše programe. Naša spletna stran www.zvocnazgodba.si.

Ula Ulaga

Foto: Arhiv: Glasbeni center Zvočna zgodba

DRAISS



V Ljubljani, Zelene prestolnici Evrope 2016, v Četrtni skupnosti Šentvid kreira svojo tretjo življenjsko obdobje tudi veliko starejših občanov. Društvo seniorjev DRAiSS, ki večino svoje dejavnosti izvaja v dvorani Na Gmajni 1 (Vižmarje-Brod), bo predstavilo svojo pestro aktivnost na prazniku četrtnih skupnosti na igrišču Oval v Guncljah 10. 9. 2016. Društvo člane spodbuja k udeleževanju v fizičnih in umskih aktivnostih. Druženje poteka na igriv, prijazen in nevsiljiv način.

Žal ne gre tako, da bi na zrela

leta izjemno povečevali umske ali fizične sposobnosti in po končani delovni dobi nadomestili vse, česar prej obveznosti niso omogočale. Čudovitih naravnih dobrot v naši lepi okolici se starejši, če ne poskrbijo za svoje umsko in fizično zdravje, sčasoma ne morejo več udeleževati. Tu nastopi Društvo DRAiSS s svojimi programi, kjer je glavni namen osveščanje o zdravem načinu življenja, vseživljenjskem izobraževanju in primerni skrbi za fizično zdravje.

V naše društvo prihajajo seniorji, ki imajo voljo do aktivnega in radovednega preživljanja tretjega življenjskega obdobja. Družimo se pri pomenkih in klepetanjih v tujih jezikih, velik poudarek dajemo tudi osveščanju o pomembnosti pravilne telovadbe, občasno, enkrat mesečno, pa se srečujemo tudi na plesnih druženjih. Velika želja seniork so tudi plesi v vrstah. Zagotovo se bomo srečevali ob plesnih ritmih, le primerne vaditelje – prostovoljce za vodenje moramo najti, kajti društvo deluje na prostovoljni osnovi.

Društvo seniorjev DRAiSS se razvija v smer malega centra aktivnosti

starejših na primestnem območju, seniorjem nudi aktivnosti, ki jih imajo večji podobni centri po Ljubljani (DCA, CAF, univerza za tretje življenjsko obdobje). Vse aktivnosti potekajo v majhnih skupinah z namenom, da imajo sodelujoči aktivno vlogo.

Skrbimo za kvalitetne predavatelje, seniorji za seniorje. Želimo, da svoje znanje redno izpopolnjujejo, da se udeležujejo konferenc, seminarjev in da predavanja ter druga srečanja potekajo po naj sodobnejših smernicah. Ne bomo se branili mlajših prostovoljcev, le vedeti morajo veliko o kognitivnih in telesnih sposobnostih



starejših. Seminarska naloga našega vaditelja o vadbi starejših, je bila na fakulteti za šport ocenjena s precej boljšo oceno, kot so jih naredili redni študenti.

Predstavitev raznovrstnih aktivnosti smo predstavili v okviru nagrade Zelene prestolnice na Mestnem trgu 16. 8. Kot smo že omenili, se bomo predstavili tudi na Jesenskem srečanju na igrišču Oval. Približno ob 15. uri bomo predstavili tudi tri plesne vrstah – sambo, rumbo in sirtaki. Če bodo obiskovalci želeli (ne glede na leta), jih bomo ob stojnici občasno naučili tudi, kako se zpleše SIRTAKI.

Z aktivnostmi v tem šolskem letu začnemo seniorji društva DRAiSS v torek, 20. 9., dopoldne, od 8.00 do 12.00 in sredo, 21. 9., od 19.00 do 22.00 z dnevi odprtih vrat v dvorani ČS NA Gmajni 1. Predstavili bomo telovadne vadbe, plesne vrstah, malo pa bomo tudi poklepotali v tujih jezikih.

Jaka Sadar

Foto: Arhiv društva seniorjev DRAiSS

Vozi, kar si.

5 let vzdrževanja za 1 EUR*



RENAULT
Passion for Life



*Velja ob nakupu preko Renault Financiranja in poleg vzdrževanja vključuje tudi 5 let jamstva ter obvezno in kasko zavarovanje za prvo leto. 5 let jamstva obsega 2 leti tovarniške garancije in podaljšano jamstvo za 3., 4., in 5. leto ali 100.000 km, karkoli se zgodi prej. Brezplačno vzdrževanje velja 5 let ali 100.000 km, karkoli se zgodi prej. Več informacij o ponudbi, nakupu in pogojih nakupa je na voljo na renault.si.

Poraba pri mešanem ciklu 3,3–5,6 l/100 km. Emisije CO₂ 85–127 g/km. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerni povišanem koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov.

Renault priporoča renault.si

AVTOHIŠA
L j u b l j a n a

MALGAJ
Ime s tradicija!

Vaš trgovec v Ljubljani
AVTOHIŠA MALGAJ

Tržaška 108, 1000 Ljubljana, tel.: 01/2000 550

TILEN ARTAČ IN MAME NOGOMETAŠEV GLAVNA ATRAKCIJA NOGOMETNEGA ZAKLJUČKA TABORCEV

Lokalni nogometni klub NK ARNE TABOR 69, Vižmarje-Brod je tudi letos za svoje člane pripravil imeniten zaključek, ki se ga je udeležilo prek 500 članov in podpornikov kluba. Na začetnih tekmah med članskim in veteranskim moštvom NK ARNE TABOR 69 ter gostujočo bankirsko ekipo ŠD Sberbank smo se Taborci izkazali za prijazne domačine in zmagovo prepustili bankirjem.



Člani in veterani Tabora

Sledila je napeta tekma selekcije najmlajših (U-8) proti očkom, ki so jo tesno dobili prvi, ter vrhunec dneva, tekma selekcij mladeničev, mlajših od devet (U-9) ter mlajših od 10 let (U-10), proti ekipama mam fantov teh selekcij.



Mamice u-9

Pod vodstvom trenerjev Svetlina in Ilinčiča so mamice, ki so se predhodno disciplinirano udeležile tudi treningov, dolgo držale ravnotežje v igri, na koncu pa le podlegle fizično boljše pripravljenim malčkom. Nevednež bi si glede na lepote naših mamic mislil, da je na manekenski pisti in ne na prelepo urejenem igrišču Tabora v Maksovem gaju. Sledile so tekme starejših selekcij, bogat srečelov ter še drugi vrhunec dneva, nastop zmagovalca šova Znan obraz ima svoj glas Tilna Artača.



Predsednik, Artač, srečni dobitnik in lastnik družbe VELO, Pavle Fišer, ki je donirala kolo

Slednji je z malčki tudi »odbrcal« nekaj iger in znova navdušil s svojimi imitacijami. Zabava ob odličnih kulinaricnih vložkih, avtor enega je bila tudi gostilna Mihovec s svojimi jetrci, je trajala do poznih ur, Taborci pa smo si bili enotni, da se boljši in številčnejši vrnemo v naslednji sezoni, ki se začne avgusta.

PRIDRUŽITE SE NAM VSI PRIVRŽENCI NOGOMETA, GIBALNEGA NAPREDKA IN KAKOVOSTNEGA DRUŽENJA V PRELEPEM OKOLJU MAKSOVEGA GAJA!

ODBOJKARIADA

Že 5. poletna Odbojkariada kljubovala dežju in zopet navdušila mlade odbojkarice

V nedeljo, 19. junija, so mlade odbojkarice iz celotne Ljubljane in okolice ponovno uživale na peščenih in travnatih igriščih v ŠRC Športnega društva Šentvid – Ljubljana, kjer se je odvijala že peta poletna Odbojkariada. Festival odbojke na mivki, ki je potekal v organizaciji Ženskega odbojarskega kluba Šentvid, je privabil skoraj 200 odbojkaric, njihove prijatelje in starše ter ljubitelje odbojke.

V dopoldanskem času so potekale tekme trojk v kategorijah mini in male odbojke, kjer je tekmovalo 19 ekip, v popoldanskem času pa so odlično odbojko na mivki prikazala starejša dekleta. V kategorijah starejših deklic (rojene 2001 in mlajše) ter kadetinj-mladinke (rojene 1998 in mlajše) se je za naslov najboljših na Odbojkariadi 2016 borilo kar 31 ekip. Domače šentviške odbojkarice so na veselje domačih navijačev v obeh starejših kategorijah osvojile tretja mesta.

Odbojkarstvo dogajanje je popestril še animacijski program z zumba ogrevanjem ter peko palačink ter kolo sreče s prostovoljnimi prispevki, s katerim so šentviške odbojkarice zbirale sredstva za nakup novih žog.

Ženski odbojarski klub Šentvid se ob tej priliki tudi zahvaljuje vsem donatorjem nagrad za kolo sreče, drugim podpornikom in sponzorjem in še posebej Športnemu društvu Šentvid – Ljubljana in podjetju Ten-Igra za gostiteljstvo dogodka na njihovih športnih površinah ter Četrtni skupnosti Šentvid, ki nas vsako leto podpre pri izvedbi dogodka.



Zumba ogrevanje

Skupinska fotografija ekip mini in male odbojke



Tekmovanje je potekalo na kar sedmih za ta namen preurejenih peščenih igrišč

Najboljše v kategoriji starejših deklic; z desne igralki ŽOK Šentvida Naja Boisa in Lara Bednar



Najboljše v kategoriji kadetinj-mladinke, z desne igralki ŽOK Šentvida Nika Hrovat in Nika Benedik Bevc

ŠPORTNO DRUŠTVO ŠENTVID – LJUBLJANA



je na povabilo Četrtnih skupnosti Šentvid, MO Ljubljana, organiziralo prikaz športnih dejavnosti v sklopu prireditev

LJUBLJANA, ZELENA PRESTOLNICA EVROPE 2016.

Društvo je s pomočjo animatorjev in trenerjev v športno-rekreacijskem centru Športnega društva Šentvid – Ljubljana, Bokalova ulica 14, Ljubljana Šentvid, v torek, 9. 8. 2016, uspešno prikazalo športne dejavnosti od igranja tenisa, košarke, odbojke na mivki,



malega nogometa, karateja, skokov na ponjavi do drugih družabnih iger.

V celodnevem druženju so sodelovale vse starostne kategorije občank in občanov od otrok do starejših; otroke je obiskala tudi prof. Dušica Kunaver, ki jim je pripovedovala razne pripovedke: npr. kako je nastala Šmarna gora in še ...; skupaj so veselo pokramljali in peli. V popoldanskem času se je s pripravo zdrave prehrane na prostem predstavil tudi znani TV kuhar Primož Dolničar.

Celodnevna prireditev je lepo uspela, tako da so vsi udeleženci lahko domov odšli razgibani, sproščeni in zadovoljni.

RUGBY KLUB LJUBLJANA

Rugby, tretji najbolj popularen šport na svetu (za nogometom in kriketom), tudi v Sloveniji vedno bolj pridobiva na razpoznavnosti. V veliki meri smo za to odgovorni prav v našem klubu, saj v zadnjih letih aktivno delamo na širjenju rugbyja in pridobivanju novih igralcev. V ta olimpijski šport ste vabljeni mladi, pridružite se rugbyju, ne glede na velikost, težo ali starost. To je šport, ki gradi celo telo. Pri nas se vsi igralci, člani in simpatizerji dobro počutimo. To je kolektivni šport, ki od vsakega posameznika zahteva fizično in psihično pripravljenost. Na igrišču se učimo discipline, spoštovanja soigralca, nasprotnika in sodnika, tovarštva in solidarnosti!

Treningi mladinskih selekcij potekajo 3x tedensko na igrišču Oval v ŠC Stanežiče. Po dobrih treningih si igralci seveda zaslužimo tekme, kjer lahko preizkusimo in pokažemo pridobljeno znanje. Tekme imamo ob sobotah ali nedeljah – ali v naši organizaciji ali pa smo vabljeni v goste

(Ljubljana, Zagreb, Celovec, Dunaj ...). Poleg tekem se udeležujemo turnirjev in športnih festivalov (Prague Youth Rugby Festival, United World Games Klagenfurt, Esztergom Madžarska, Rugby Turnir Krtica Zagreb, turnir v Josip Dolu ...). Letošnjega UWG v Celovcu se nas je udeležilo več kot 8000 igralcev iz celega sveta (v različnih športih). Tu smo U16 dosegli drugo, U12 pa četrto mesto. Oktobra gremo po nove uspehe na Madžarsko. Letos naš klub ustanavlja ligo za mladinske selekcije, v kateri bomo trdo delo s treningov potrjevali na tekmah z ekipami iz Slovenije, Hrvaške, Srbije, Avstrije in Italije.

Vabljen, da se nam pridružiš v čudoviti igri! Več si lahko prebereš na:

- naši spletni strani www.rugbyljubljana.si/splosno/novice/,
- facebooku www.facebook.com/RugbyKlubLjubljana,
- UWG strani www.unitedworldgames.com/en/.



UWG 2016 – najboljša ekipa z rugby Strpo poslušamo sodnikova navodila, dušo, eden z drugim na treningu, spoštujemo njegove odločitve in jih tekmi in po njej prenesemo na svojo ekipo.



Veselimo se zmag! A tudi poraz je za nas zmaga, saj je nova izkušnja, s katero rastemo!

20 LET DELOVANJA KŠRG ŠIŠKA

Klub za športno ritmično gimnastiko Šiška (KŠRG Šiška) v letošnjem letu praznuje 20 let obstoja. Kljub temu da spada med mlajše slovenske klube v ritmični gimnastiki, ne gre prezreti njegovega doprinosa k popularnosti in prepoznavnosti ritmične gimnastike v Sloveniji. Ker je ritmična gimnastika športna panoga, kjer se združujejo gimnastika, ples in prvine baleta, so dekleta od 4 do 20 let navdušena nad tem športom. Tiste, ki se ukvarjajo z ritmikco, odlikujejo gibčnost, ravnotežje, smisel za glasbo, spretnost, koncentracija in, ne nazadnje, tudi moč. Naučijo se tudi rokovanja s petimi rekviziti: kolebnico, obročem, žogo, kiji in trakom. Klub vsako leto organizira novoletni nastop deklet za starše, dve tekmovanji pod okriljem Gimnastične zveze Slovenije in dva mednarodna turnirja: Prijateljski in Challenge turnir.

Dekleta so številna leta trenirala v telovadnici Gimnazije Šentvid. Z novim šolskim letom bodo treningi v Šentvidu potekali na Osnovni šoli Franc Rozman - Stane in na Osnovni šoli Vižmarje Brod. Nove članice imajo septembra omogočeno brezplačno vadbo. Vabljeni vsa dekleta od 4. leta naprej!



Foto: Arhiv KŠRG Šiška

KOTIČEK ZA NAJMLAJŠE

MARJETA BILBAN

Dragi otroci, počitnice so za nami. Novo šolsko leto ponuja veliko izzivov. Nekaj vam jih ponujamo tudi mi. Prvega septembra je šolski prag prestopilo 20.368 letošnjih prvošolcev in 18.989 dijakov prvega letnika srednjih šol. Nekateri se šole veselijo. Nekatere pa je strah. Ta strah je odveč, če si želite raziskovanja. Henry Brooks Adam pravi: »Kdor se zna učiti, zna dovolj.« »Ne učimo se za šolo, marveč za življenje,« pa nas pouči Seneka. Za kaj se učiš ti? Se rad učiš? Premisli in se nato preizkusi v naslednjem kvizu. Za vsak pravičen odgovor si daj eno točko. Če imaš manj kot 5 točk, bi bilo dobro vzeti kakšno knjigo v roke.

Pod kvizom so rešitve, skrbno jih skrivaj. Poglej jih šele, ko odgovoriš na vsa vprašanja.

1. Koliko jajc na dan znese petelin?

- a. ENO b. NOBENEGA c. DVE d. TRI

2. Katere živali ne štejemo med domače?

- a. KRAVA b. PES c. PAV d. KURA

3. Kaj je trot?

- a. ČEBELJI SAMEC b. OSJI SAMEC c. VRSTA MRAVLJE
d. VRSTA TERMITA

4. Za varnost in čistočo na cestah morajo skrbeti samo policisti.

- a. DA b. NE

5. Kjer je zebra, tečem čez cesto, kolikor morem, saj je to prostor samo za pešce.

- a. DA b. NE

6. Čez cesto grem lahko kjerkoli, saj se avto takoj ustavi.

- a. DA b. NE

7. Če nosim kresničko, sem v prometu bolj viden.

- a. DA b. NE

8. Koledarska jesen nastopi 21. decembra.

- a. DA b. NE

9. Januar ima 28 dni.

- a. DA b. NE

10. Prestopno leto je na vsakih 5 let.

- a. DA b. NE

(vir za vprašanja: <http://www.piki.si/kviz.htm>, <http://uciteljska.net/kvizi/HotPot/Promet%20-%20kviz/PrometKviz.htm>)

REŠITVE:

1. odgovor B, 2. odgovor B, 3. odgovor A, 4. odgovor B, 5. odgovor B, 6. odgovor B, 7. odgovor A, 8. odgovor B, 9. odgovor B, 10. odgovor B.

Še uganka za pokušino in za urjenje malih sivih celic:

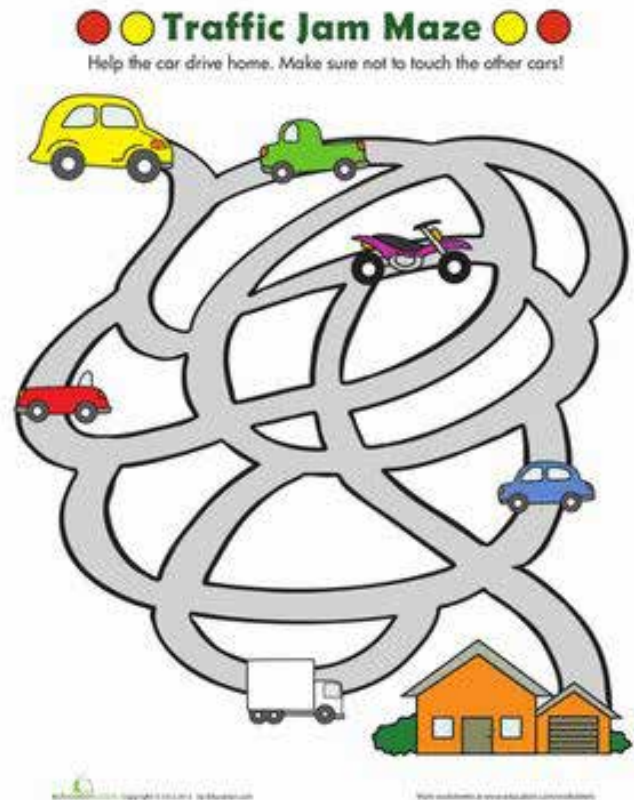
OBLEKE ŠTIRI V LETU DNI,

KDO ZAMENJA, UGANI TI.

Pavel Gregorc

(REŠITEV: LETO – ŠTIRJE LETNI ČASI, vir: <http://med.over.net/forum5/viewtopic.php?t=2116886>)

V naslednjem labirintu pomagaj avtomobilom, da se pripeljejo varno domov brez trkov.



(vir: <https://www.pinterest.com/pin/345651340128597143/>)



Prišel je čas, ko se od vas poslovimo iz uredništva. Pojdite po poteh, kjer je prostor za pridobivanje novih spoznanj in raziskovanje. Saj ... kdor zna, ima znanje. Kdor ima znanje, se v življenju znajde. Kdor ima znanje, pozna znanost, znanost življenja.

Iz uredništva se poslavljamo do naslednjic z željo, da bo v novem šolskem letu veliko uspehov, veliko poti do novih spoznanj in idej.

IZLET BPC



Foto: internet

Letošnjo jesen, 1. oktobra, se bomo podali na izlet po Notranjski. Med drugimi bomo raziskali skrivnostno Cerkniško jezero, si ogledali »živo« maketo njegovega nastanka, se s čolnom zapeljali po Križni jami, šli na obisk v grad Snežnik in imeli sv. mašo. Tudi za želodčke bo poskrbljeno. Prijave zbiramo na e-poštnem naslovu drustvobpc@gmail.com ali na tel. št. 040 598 708 do 27. septembra. Vabljeni tudi nečlani društva Blaž Potočnikova čitalnica, da se nam na izletu pridružite! Vse ostale informacije izveste ob prijavi.

RUGBY KLUB LJUBLJANA DO ŠTIRIH LOVORIK V SEZONI 2015/16



Sezona 2015/16 je končana in za Rugby klubom Ljubljana je ena izmed najuspešnejših sezon v zgodovini kluba. Pred štirimi leti, ko je prišlo v članski ekipi do velikih sprememb zaradi menjave generacij, nihče ni pričakoval, da bo pomlajena ekipa nekaj let kasneje postala ena izmed vodilnih ekip v regiji. Po dveh letih kaljenja v avstrijski ligi pod vodstvom Andrewa Fentona se je vodstvo kluba odločilo, da je čas za nove izzive in RK Ljubljana je ponovno nastopila v Regionalni ligi RRC, hkrati pa se je kot pridružen član priključila hrvaškemu prvenstvu.



Foto: arhiv RK Ljubljana

Članska ekipa je presenetljivo osvojila naslov prvaka regionalne lige kot tudi naslov prvaka razširjenega hrvaškega prvenstva. V domačih tekmovanjih pa so se igralci veselili naslova državnih prvakov v ragbiju, kot tudi naslova v olimpijski različici ragbi 7s. Pred vrati je že nova sezona, v kateri bodo Želve poizkušale ubraniti osvojene naslove pretekle sezone.

ARNE TABOR

Nogometaši NK Arne Tabor 69, Vižmarje-Brod, selekcija do deset let, so v letošnji ligaški sezoni premagali vse svoje nasprotnike. Po dvakrat so moči modrih mladeničev podlegli viška Svoboda, Jevnica, Kresnice, Ivančna gorica, ŽNK Radomlje, Vrhnika ter Kamnik. Fantje so naslov proslavili v domačem Maksovem raju, se opravičujemo, gaju. Se že veselimo novih izzivov.



Foto: arhiv NK Arne Tabor



VABI



petek, 7. oktober 2016, ob 18.00, Dvorana Vižmarje-Brod (Na gmajni 1)
Gledališče Unikat: **Od kod si, kruhek?**
Deklica Ana najde v Zemljici zlat prstan. Takoj prične iskati, kdo ga je izgubil. Spretno se izmika lažnivemu trgovcu in običje peka, mlinarja in kmeta, pri tem pa se kot za šalo nauči, kako nastane kruh.



petek, 28. oktober 2016, ob 18.00, Dvorana Vižmarje-Brod (Na gmajni 1)
KUD Ljud: **Gusarsko gledališče kapitana Dade**
Interaktivna predstava
Kapitan Letečega delfina se je odločil zapečatiti svojo gusarsko usodo in se posvetiti predstavam za vas in z vami. Vabi vas, da se mu skupaj s posadko pridružite pri reševanju uganke skrivnostnega zemljevida in skupaj poiščete zaklad! Do obzorja, čez rob in do dna!



petek, 25. november 2016, ob 18.00, Dvorana Vižmarje-Brod (Na gmajni 1)
Teater Cizamo: **Skoraj najboljši cirkus**
Beni in Zupi sta prepričana, da nastopata z najboljšo cirkuško predstavo na svetu. Seveda se jima načrti, v največje veselje gledalcev, podrejo že takoj na začetku. Pa kaj potem! S pomočjo otrok naredita skoraj najboljši cirkus na svetu! Humorna, barvita, klovnsko in cirkuško obarvana predstava!

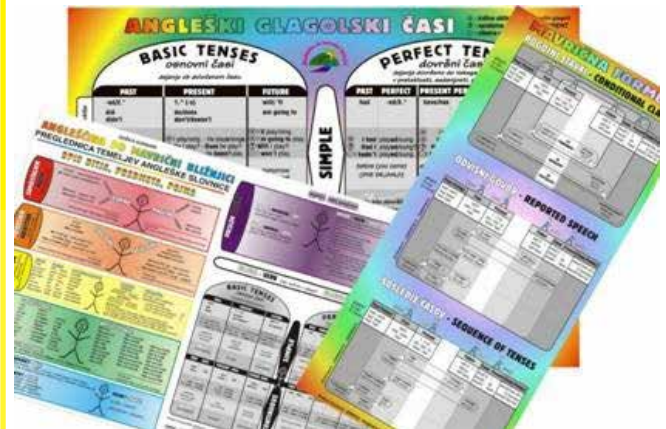
UČENJE ANGLEŠČINE JE LAHKO TUDI LOGIČNO IN ZABAVNO (TEMELJI ANGLEŠČINE PO MAVRIČNI BLIŽNJICI)

Kako preprosto je priti do temeljev angleščine po mavrični bližnjici se bomo lahko prepričali 5. oktobra ob 18. uri, ko bo avtorica te inovativne metode, Dušica Kunaver, predavala v Ljudskem domu v Šentvidu.

Angleščino in s tem tudi slovenščino in vse ostale evropske jezike je postavila na mavrične barve – sedem mavričnih barv za sedem elementov jezika (od rdečega samostalnika, oranžnega pridevnika do belega glagola). Temeljne zakonitosti teh elementov jezika je »narisala« na preglednico. Poleg številnih učnih gradiv je pripravila tudi didaktično igrabo za zgodnje učenje angleščine.

Ob njenem predavanju bomo spoznali, kako naj se tujih jezikov učimo »z očmi in rokami«! Metodo mavrične bližnjice je potrdil republiški strokovni svet.

Vabljeni učenci, pa tudi starši in seveda vsi, ki vas to zanima!



Dragi mali in veliki otroci!

Tudi letos vas pristrčno vabimo v Ljudski dom Šentvid, kjer se bo eno sredo na mesec ob 18.00 zgodila čisto prava gledališka predstava.

V pravljčni svet gledališča nas bodo popeljali Družinsko gledališče Kolenč, Gledališče Bicikleta, Gledališče Smejček, Miškino gledališče KU - KUC, ŠODR Teater, Kud Ljud in Teater Cizamo ...

Vse informacije v zvezi z abonmajem ŠODRČEK bodo na voljo na naši spletni strani sodr-teater.com in po telefonski številki 040 472 224.

Se vidimo v gledališču, kjer se bomo celo leto družili, se učili in uživali v gledališču! Mi se že veselimo ...

Vaš ŠODR Teater



MESTNA OBČINA LJUBLJANA

VABI UPOKOJENCE NA

BREZPLAČNE RAČUNALNIŠKE TEČAJE

ZAČETNI, NADALJEVALNI IN IZPOPOLNJEVALNI RAČUNALNIŠKI TEČAJI

(WINDOWS, WORD, INTERNET, E-POŠTA, EXCEL, DIGITALNA FOTOGRAFIJA, SOCIALNA OMREŽJA)

PRIJAVITE SE LAHKO NA SEDEŽU ČETRTE SKUPNOSTI ŠENTVID - tel. št. 512 46 07, 512 41 22, ali v SLUŽBI ZA LOKALNO SAMOUPRAVO, tel. 306 48 62, GA. VESNA BOLLE.

PRISRČNO VABLJENI!

