

ŠENTJERNEJSKO

glasilo

GLASILO OBČINE ŠENTJERNEJ – Letnik XX – Številka 136 – Oktober 2019



02 : OBČINA OBVEŠČA

*Darka Brajdič – predstavnica
romske skupnosti v občinskem svetu*

08 : GOSPODARSKI UTRIP

*Kamini in peči Luzar –
Pričela se je kurilna sezona*

16 : OBRAZI OBČINE

*Sabina Topolovec –
Z začimbami do boljšega počutja*

OBČINA OBVEŠČA

- 03 Asfaltiranje ceste do centralne čistilne naprave in zbirno reciklažnega centra
- 04 Župan sprejel otroke ob Tednu otroka
- ZGODILO SE JE**
- 11 Odprtje razstave natečajev GZ Šentjernej
- IZ DELA DRUŠTEV**
- 12 Planinci obiskali bohinjske planine



PIŠE:

Sabina Jordan Kovačič,
odgovorna urednica

Spoštovane bralke in bralci,

»Jesen, že slutim te. Molče, potihom
hitiš zavita v pajčolan meglen ...
Pozdravljena, boginja vseh navdihov!
Pozdravljena, zasanjana jesen!«

(Janez Menart)

Jeseni se narava odene v čudovite barve. Kot bi se nam hotela na najlepši možen način zapisati v srce, preden se odpravi na zaslužen počitek. Vsakodnevno nam vzame dih s čudovitimi sončnimi zahodi, pisano paleta barv in nežnim vetrom, s katerim nas počasi pripravlja na mrzle dni, ki prihajajo. Mesec oktober je mesec požarne varnosti in tudi mesec boja proti raku dojk. V tokratni številki je naše pero zapisalo številne dogodke, ki so zaznamovali jesenske dni. Želim vam prijetno branje oktobrske številke, avtorjem se zahvaljujem za prispevke in vas vabim, da se nam zopet pridružite v novembrski številki Šentjernejskega glasila.



Šentjernejsko glasilo, glasilo občine Šentjernej, letnik XX, številka 136, oktober 2019. Odgovorna urednica: Sabina Jordan Kovačič, pomočnica odgovorne urednice: Anita Petrič, članice uredniškega odbora: Mojca Lampe Kajtna, Darija Kovačič, Andreja Topolovšek, izdajatelj: Občina Šentjernej, oblikovna zasnova in prelom: Uroš Duh, tisk: Tiskarna Jordan Krško, naklada: 2100 izvodov, fotografija na naslovnici: buče na šentjernejskem polju, avtor Bojan Duh. Šentjernejsko glasilo je vpisano v razvid medijev Ministrstva za kulturo RS pod zaporedno številko 138. ISSN 1581-6001. Prispevke lahko pošljete na elektronske naslove: sentjernejski@siol.net, jordan.sabina@gmail.com ali anita.petric@sentjernejski.si ter na naslov Občina Šentjernej, Prvomajska cesta 3a, 8310 Šentjernej, s pripisom "Za šentjernejsko glasilo". Uredništvo si pridržuje pravico do presojne o primernosti člankov glede na novinarski kodeks in po dogovoru z avtorjem članka.

NASLEDNJA ŠTEVILKA IZIDE KONEC NOVEMBRA 2019.
Vaše prispevke nam pošljite najpozneje do 15. novembra 2019.

POROČILO S 6. REDNE SEJE OBČINSKEGA SVETA OBČINE ŠENTJERNEJ

SVETNIKI POTRDILI MANDAT ČLANICI OBČINSKEGA SVETA – PREDSTAVNICI ROMSKE SKUPNOSTI DARKI BRAJDIČ

OBČINSKA UPRAVA OBČINE ŠENTJERNEJ

Občinski svet Občine Šentjernej je imel v sredo, 9. oktobra 2019, 6. redno sejo. Sejo je v odsotnosti župana in po njegovem pisnem pooblastilu vodil podžupan Janez Selak. Na dnevnem redu je bilo 12. točk. Občinski svet Občine Šentjernej se je seznanil s poročilom Posebne občinske volilne komisije Občine Šentjernej o izidu naknadnih volitev za člana Občinskega sveta Občine Šentjernej, predstavnika romske skupnosti, ki so bile 16. junija 2019. Na podlagi poročila Posebne občinske volilne komisije in pregleda potrdila o izvolitvi so svetniki potrdili mandat članici Občinskega sveta Občine Šentjernej, predstavnici romske skupnosti, Darki Brajdič. Prav tako so sprejeli Odlok o spremembi Odloka o ustanovitvi javnega vzgojno-izobraževalnega zavoda Vrtec Čebelica Šentjernej, namreč z novozgrajeno II. fazo Vrtca Čebelica Šentjernej so se zaprle enote Muca Copatarica, Kobacaj, Gradiček in družinsko varstvo Antončič ter Mohorič. Zaradi ukinitve enot je bilo potrebno spremeniti odlok, saj je podlaga za vpis v razvid izvajalcev. V nadaljevanju so svetniki sprejeli osnutek Odloka o podelitvi koncesijske dajatve za trajnostno gospodarjenje z divjadjo, ki ga je obravnaval tudi Odbor za okolje in prostor, in ga prekvalificirali v predlog. Na naslednji redni seji občinskega sveta, bodo svetniki odlok obravnavali v drugi fazi. Vodja inšpektorata in redarstva Nataša Rajak je svetnikom predstavila predlog Odloka o spremembah in dopolnitvah Odloka o ustanovitvi organa skupne občinske uprave – medobčinskega inšpektorata in redarstva. Sprememba odloka je bila potrebna zaradi spremembe sedeža organa na naslov Prvomajska cesta 3 a, kjer ima sedež tudi Občina Šentjernej. Svetniki so obravnavali tudi problematiko izvajanja gospodarske javne službe odlaganja ostankov pridelave ali odstranjevanja komunal-



Direktor občinske uprave Samo Hudoklin
je podal obrazložitev k 9. točki.

nih odpadkov na območju občine Šentjernej. Podrobnejšo obrazložitev je podal direktor občinske uprave Samo Hudoklin. Gradivo je obravnaval tudi Odbor za okolje in prostor. Po daljši razpravi so svetniki sprejeli dva sklepa. V prvem so se seznanili z namero Mestne občine Novo mesto, da doseže spremembo poteka občinske meje med Občino Šentjernej in Mestno Občino Novo mesto. V drugem sklepu so se zgolj seznanili z gradivom 9. točke ter

sprejeli odločitev, da občinska uprava ter župan zagotovijo dodatna strokovna pojasnila z obravnavo na naslednji redni seji. Predloga 2. Rebalansa proračuna Občine Šentjernej svetniki niso sprejeli. Poglavitni razlog priprave 2. rebalansa so investicijski odhodki, glede katerih so svetniki želeli slišati dodatne pojasnila s strani župana. Ob zaključku seje so sprejeli še sklepa o ukinitvi in vzpostavitvi statusa javnega dobra. ■

OBVEŠTILO

Obveščamo vas, da se je sedež organa skupne občinske uprave Medobčinski inšpektorat in redarstvo občin Šentjernej, Škočjan, Šmarješke Toplice in Kostanjevica na Krki preselil na naslov: Prvomajska cesta 3 a, Šentjernej (prostor Občine Šentjernej). ■

KDO SPREJEMA ODLOČITVE V OBČINSKEM SVETU?

Tokrat vam predstavljamo svetnika **SEBASTJANA KRUHA** iz svetniških vrst Slovenske ljudske stranke.

✎ SABINA JORDAN KOVAČIČ

📷 OSEBNI ARHIV SEBASTJANA KRUHA



Za svetnika je to sedaj prvi mandat v klopi Občinskega sveta Občine Šentjernej. Kot pravi Kruh, se je za kandidacijo odločil z željo po aktivnem sodelovanju v občini in spreminjanju stvari na boljše. Svetnik se je po sprejetju svetniške funkcije seznanil z vsebino statuta in poslovnika Občine Šentjernej. **»Udeležil sem se tudi izobraževanja za novo izvoljene občinske svetnike, katero mi je razjasnilo nekatere zadeve, ki jih pri delu v občinskem svetu potrebujem.«** S svojim znanjem in izkušnjami svetnik lahko predvsem veliko pripomore na področju gospodarstva in strojništva. Zelo dobro pa sta mu poznani tudi področji delovanja civilne zaščite in gasilcev. Z dosedanjim delom v občinskem svetu je v večini zadovoljen. Seveda pa se po njegovem mnenju vedno ponujajo možnosti, kako le-to izboljšati. Deloval bo razvojno, usklajeval-

no in povezovalno, za dobro vseh občanov. **»V tem mandatu se bom zavzemal za čim hitrejšo izgradnjo mostu v Mršeči vasi, izgradnjo makadamske ceste Prekopa–Šentjernej, preplastitev cest v občini in več denarne pomoči za gasilce.«** Podprl bo vse tiste projekte, kateri bodo dobri za občino in občane, ne glede na to kdo oziroma katera politična stran bo predlagatelj. Sebastjan Kruh prihaja iz Novega mesta in sedaj že 14 let živi v Ledči vasi. Po izobrazbi je diplomirani inženir strojništva. Kot učitelj je zaposlen na Srednji strojni šoli Novo mesto. Rad dela z mladimi in to mu predstavlja veliko veselje in ponos. Izkušnje in znanja iz preteklih zaposlitev sedaj prenaša na mlajše rodove. Veliko se ukvarja s športom. Rad smuča, se potaplja, leti z jadralnim padalom in se vozi z motorjem. ■

ASFALTIRANJE CESTE DO CENTRALNE ČISTILNE NAPRAVE IN ZBIRNO RECIKLAŽNEGA CENTRA

✎ JANEZ HROVAT & UROŠ JERIČ

📷 SAMO HUDOKLIN

Zdeli se je pričelo v četrtek, 26. 9. 2019, in sicer pri čistilni napravi in zbirno reciklažnem centru z izkopom ceste oziroma poglobitvijo zaradi pravilne izvedbe površinskega odvodnjavanja meteorne vode in izliva v obcestni jarek. Na dovozni cesti je bilo nekaj obstoječega tampona, tako da se je še dodatno navozilo ustrezno debelino tampona in vse skupaj izravnavalo in utrnilo. Asfaltiranje je potekalo v dveh fazah. V torek, 8. 10., so asfaltirali cesto ob čistilni napravi in zbirno reciklažnem centru, v sredo, 9. 10., pa je potekalo asfaltiranje ceste do ZRC. Cesta je bila vse od odprtja zbirno reciklažnega centra makadamska, kar je bilo moteče tako za obiskovalce ZRC in CCN, kot tudi za okoliška zemljišča zaradi prašenja. Asfalt je

položen v dolžini cca. 720 metrov in širine 4 metre. Gradbena dela je prevzelo podjetje JP EDŠ d. o. o. Šentjernej. Sedaj se izvajajo

zaključna dela, in sicer urejanje bankin in čiščenje obcestnega jarka. Celotna investicija je ocenjena na 56.300 evrov vključno z DDV. ■





NA TOLSTEM VRHU SO SE PRIČELA SANACIJSKA DELA

UROŠ JERIČ

Z dnem 16. 10. 2019, so se pričela izvajati sanacijska dela na Tolstem Vrh. Gre za plazenje terena in s tem posedanja cestišča kategorizirane ceste. Izvedena bo stabilizacija terena z jeklenimi profili, zabitimi v nosilno kamnino na globini 4 metrov. Do globine 2 metrov od cestišča se bo zamenjalo obstoječo zemljino z nasipom različnih frakcij. Odvajanje meteorne in zaledne vode bo izvedeno po asfaltiranem cestišču preko meteornih cevi. ■

ŽUPANOV SPREJEM OB TEDNU OTROKA – "NAŠE PRAVICE"

ANITA PETRIČ

V osrednji temi »Naše pravice«, ki je hkrati tudi izhodiščna pesem (avtorja Toneta Pavčka) ob letošnjem Tednu otroka, lahko med drugim preberemo, da je pravica pravic živeti, biti otrok, rojen za srečo, imeti mamo in očeta, s katerima si deliš objeme. Lepa pravica je tudi teči po trati, učiti se brati in biti enakovreden in spoštovan. Biti duša v svetu brez duše in ne biti nihče, temveč otrok, ki je vse. Ker se v letošnjem letu obeležuje 30 let od sprejetja Konvencije o otrokovih pravicah (20. novembra 1989 jo je sprejela Generalna skupščina Združenih narodov), so se v Zvezi prijateljev mladine Slovenije odločili, da bodo ravno pravice otrok osrednja tema letošnjega Tedna otroka.

Naše pravice so bile tudi izhodišče nagovora župana Radka Luzarja, ki je v Tednu otroka povabil malčke iz Vrtca Čebelica Šentjerneje, učence Osnovne šole Šentjerneje in podružnične šole Orehovica skupaj z njihovimi učiteljicami in vzgojiteljicami na že tradicionalni sprejem. Župan je izrazil veselje, da vsako leto lahko sprejme učence in da lahko skupaj spregovorijo o temah, za katere med letom enostavno zmanjka časa. S strani otrok je bilo podanih kar nekaj predlogov, za katere je župan obljubil, da jih bo občina preučila in skušala uresničiti. Prisotni otroci so ob koncu prejeli vrečko presenečanja in se posladkali. ■

nej in podružnične šole Orehovica skupaj z njihovimi učiteljicami in vzgojiteljicami na že tradicionalni sprejem. Župan je izrazil veselje, da vsako leto lahko sprejme učence in da lahko skupaj spregovorijo o temah, za katere med letom enostavno zmanjka časa. S strani otrok je bilo podanih kar nekaj predlogov, za katere je župan obljubil, da jih bo občina preučila in skušala uresničiti. Prisotni otroci so ob koncu prejeli vrečko presenečanja in se posladkali. ■



PRIŽGITE SVEČKO MANJ!

SONJA KOLENC,
Komunala Novo mesto d. o. o.

Nič ne pretiravamo, če rečemo, da je naša obsedenost z nagrobnimi svečami že zdavnaj presegla namen spominjanja na pokojne. Pa ste se kdaj vprašali, kaj to pomeni za okolje?

Odslužene in nepravilno odvržene sveče močno obremenjujejo okolje. Res jih v zadnjih letih recikliramo – v sekundarne sestavine je mogoče predelati vse tri glavne sestavine nagrobnih sveč. Vendar se s predelavo odpadnih sveč v Sloveniji ukvarja le eno podjetje. Vsak Slovenec pa v povprečju prižge 11 sveč na leto, vsi skupaj pa okrog 23 milijonov. Vse dni v letu bi se morali zavedati, da ni pomembna količina sveč, ki jih prižgamo na grobovih. Spominu na pokojne se lahko poklonimo tudi drugače. Na grobove lahko namesto sveč odnesemo žalne kamne, poslikane z različnimi motivi, kar so počeli že v prazgodovini. Prižgemo pa lahko tudi virtualno svečo, ne nazadnje živimo v dobi interneta. Odpadne nagrobne sveče pri nas predstavljajo tri odstotke vseh komunalnih odpadkov. Ena tona sveč, ki je ne recikliramo, obremeni

okolje s 330 kilogrami plastike, z 10 kilogrami kovin, 10 kilogrami baterij in 160 kilogrami nečistoč in drugih materialov. Če že ne morete brez sveč, upoštevajte načelo "manj je več". Odpadne sveče niso nevaren odpad, a kljub temu ne spadajo na odlagališča komunalnih odpadkov. Zaradi razkrajjanja plastike se namreč iz polivinilklorida (PVC) z izcednimi vodami v okolje sprošča tudi klor. Odlagamo jih v za to namenjene zabojnike na pokopališčih.

Sveče iz parafina so najcenejše, a najbolj obremenjujejo okolje. Gorijo do 48 ur, potem jih zavržemo. Parafin je nerazgradljiv stranski produkt predelave nafte, pri njegovem gorjenju nastajajo delci in strupeni hlapi, podobni tistim iz avtomobilskih izpušnih plinov.

Do 15 dni gorijo sveče s tekočim voskom. V primerjavi s parafinom je tekoči vosek veliko bolj ekonomičen, gori lepše in dalj časa v vseh vremenskih pogojih, saj ni dovzeten za temperaturna nihanja.

Tudi do 1000 dni pa gorijo solarne sveče. Najbolje je izbrati takšno s steklenim ohišjem, kajti steklo je odličen reciklat, hkrati pa svečo dodatno obteži, da je bolj stabilna v vseh vremenskih razmerah.



Bolj trajnostne so sveče, pri katerih menjamo le vložek. Na voljo so trajnejša ohišja iz keramike ali stekla.

Čedalje bolj pa so priljubljene elektronske sveče, a so z okoljskega stališča manj primerne, saj so v njih baterije in elektronska vezja, ki jih je težko reciklirati.

Zagotovo ima nagrobna simbolika izredno velik pomen, ki pa se lahko izraža tudi na drugačen, okolju bolj prijazen način. Primerno nadomestilo za množico nagrobnih sveč je okolju prijazna sveča ali droben cvet, ki ohranja spomin. ■

Pravilno ravnanje s kosovnimi odpadki

SONJA KOLENC,
Komunala Novo mesto d. o. o.

Obstajajo posamezniki, ki malomarno odlagajo razne gospodinjske aparate, pohištvo, celo nevarne kemikalije, gradbene odpadke in vrsto drugih odpadkov v naravo. Ti odpadki seveda sodijo v zbirni center. Nikoli ne puščajte kosovnih odpadkov v okolju ali naravi. Ni razloga za to. S tem se povzroča velika okoljska škoda, zniža se kakovost bivanja in ustvarjajo se nepotrebni dodatni stroški.

Kosovni odpadki so odpadki, ki zaradi svoje velikosti, oblike ali teže niso primerni za odlaganje v zabojnikih, posodah ali vrečah za odpadke. Zato jih moramo odstraniti na urejen in učinkovit način.

Kosovne odpadke lahko občani tudi sami pripeljejo in oddate brezplačno na zbirno reciklažni center. Proti plačilu je možno tudi dodatno naročilo kontejnerja za kosovne odpadke.

Med kosovne odpadke sodijo:

- gospodinjski mali aparati in bela tehnika,

- električna in elektronska oprema,
- leseni odpadki,
- plastični odpadki,
- sanitarna oprema,
- vzmetnice,
- preproge,
- leseno, kovinsko ali oblaženo pohištvo.

Ne sodijo: gradbeni in nevarni odpadki.

Kam gredo kosovni odpadki?

Kosovne odpadke pripeljejo na zbirni center, kjer jih ročno sortiramo. Ločimo elektronsko opremo, leseno pohištvo, železo, plastiko in razne druge frakcije. Ločeno zbrane frakcije skladiščimo v namenskih boksih na zbirnem centru. Ko zberemo določeno količino posamezne frakcije, jo predamo pooblaščenemu prevzemniku.

Spomnimo, da so vsa gospodinjstva, ki so vključena v sistem rednega odvoza odpadkov, vključena v letni brezplačni odvoz kosovnih odpadkov. Naročite kosovni odvoz in se dogovorite o datumu in uri odvoza na naši recepciji. Pokličite **07 39 32 456** ali pišite na: **narocilo@komunala-nm.si**. Ne pozabite ob naročilu dodati telefonsko številko na katero vas lahko



pokličemo. Po prejemu naročila, vas pokličemo in se z vami dogovorimo za dan odvoza kosovnih odpadkov.

Za mojo lepo dolino, Komunala Novo mesto d. o. o. ■



SLOVENSKA
POSLOVNA
TOČKA



REPUBLIKA SLOVENIJA



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SKLAD ZA
REGIONALNI RAZVOJ



OBMOČNA
OBRTNO-PODJETNIŠKA
ZBORNICA
NOVO MESTO



Slovenski podjetniški sklad je objavil nov vavčer za uvajanje poslovne odličnosti

svetovalka BREDA KONCILJA, SPOT
Svetovanje Jugovzhodna Slovenija

Slovenski podjetniški sklad je dne 11. 10. 2019, v Uradnem listu RS št. 61/2019 in na svoji spletni strani, objavil nov javni poziv za vavčer za uvajanje poslovne odličnosti po modelu EFQM v mala in srednje velika podjetja.

Namen in cilj javnega poziva je podpreti **mala in srednje velika podjetja** (MSP) pri uvajanju poslovne odličnosti po modelu EFQM (European Foundation for Quality Management oz. Evropske fundacije za upravljanje kakovosti) v svoje poslovanje, s čimer se jim bo izboljšala konkurenčnost, povečala dodana vrednost in čisti prihodki od prodaje ter povečala možnost, da **kandidirajo za Priznanje RS za poslovno odličnost (PRSPO) – najvišje državno priznanje za dosežke na področju kakovosti proizvodov, storitev in poslovanja.**

S pomočjo vavčerja lahko mala in srednje velika podjetja pridobijo subvencijo **od 300,00 evrov do 9.999,99 evrov oz. 60 % sofinanciranja upravičenih stroškov**, ki se nanašajo na stroške uvajanja poslovne odličnosti po modelu EFQM.

Na spletni strani SPS je tako objavljenih že dvanajst (12) vavčerskih pozivov, in sicer:

- Vavčer za certifikate kakovosti,
- Vavčer za zaščito intelektualne lastnine,
- Vavčer za tržne raziskave tujih trgov,
- Vavčer za udeležbe na mednarodnih forumih,
- Vavčer za udeležbo v gospodarskih delegacijah v tujino,
- Vavčer za skupinske predstavitve slovenskega gospodarstva na sejnih v tujini,
- Vavčer za dvig digitalnih kompetenc,
- Vavčer za pripravo digitalne strategije,
- Vavčer za digitalni marketing,
- Vavčer za kibernetsko varnost,

- Vavčer za statusno preoblikovanje družb,
- Vavčer za uvajanje poslovne odličnosti po modelu EFQM.

Na že objavljene javne pozive vavčerjev, ki so dostopni na spletni strani Slovenskega podjetniškega sklada: <https://podjetniskisklad.si/sl/razpisi> lahko MSP odda vlogo elektronsko preko **ePortala**.

Za brezplačno pomoč pri pripravi vloge, identifikacijo podpisa pogodbe in oddajo zahtevka se lahko MSP obrne na točko SPOT Svetovanje JV Slovenija, tel. 030 700 170.

Vir: SPS

Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega sklada za regionalni razvoj. ■



POMEN IZOBRAŽEVANJA V PODJETNIŠTVU

➔ **MARIJA MARTINČIČ BAUMAN, SPOT Svetovanje Jugovzhodna Slovenija**

Kitajski pregovor pravi: »Če načrtuješ za eno leto, posadi seme, če za deset let, posadi drevo, če za sto let, uči ljudi. Če poseješ seme enkrat, boš imel eno žetev. Če učiš ljudi, boš imel tisoč žetev.« Tudi iz naše zgodovine izhaja rek »Kolikor znaš, toliko veljaš« in torej zavedanje kako je znanje/izobraževanje pomembno, ni nekaj novega. Izobraževanje je dejavnost povečevanja znanja. Sprva osvajamo veščine po svojih starših, nato v šolah, univerzah; formalno in neformalno. S tem, ko širimo obzorja znanja, svet dojemamo drugače, živimo bolj suvereno in svobodno. **Znanje je tudi odgovornost;** saj lahko nekemu posredovana informacija spremeni življenje. Znanje, zlasti tisto nespecifično lahko prodamo na trgu ponudbe in povpraševanja. Našemu delu daje večjo verodostojnost, ki jo moramo izražati v odnosu do stranke, da ima občutek varnosti, ko sodeluje z nami. Ob razvoju novih tehnologij znanje hitro zastara,

zato sta postala izobraževanje in investicije v nova znanja **temelj delovanja uspešnih podjetij** in orodje za zagotavljanje konkurenčnosti. Prihodnost podjetij je zato v veliki meri odvisna od izobraženih in motiviranih zaposlenih, ki so se sposobni hitro prilagoditi spreminjajočemu se poslovnemu okolju. Pomen človeškega kapitala in ustvarjanje dodane vrednosti svojim produktom prihaja v ospredje. Uspešna podjetja priznavajo to pomembnost, saj na ta način dosegajo zastavljene cilje. Podjetja, ki veliko vlagajo v izobraževanje zaposlenih in letnega dojemajo kot naložbo, imajo veliko konkurenčno prednost.

Lastna investicija v izobraževanje pa ni vedno potrebna, saj MGRT, SPIRIT Slovenija in EU (Evropski sklad za regionalni razvoj) preko **SPOT Svetovanja** vsem potencialnim podjetnikom ter mikro, malim in srednje velikim podjetjem omogočajo **dostop do povsem brezplačnega izobraževanja in usposabljanja iz aktualnih podjetniških vsebin.** Skozi delavnice, predavanja, usposabljanja itn. lahko pridobivate, razvijate in izboljšujete tiste

sposobnosti, veščine, navade in kompetence, ki vam omogočajo večjo učinkovitost in doseganje zastavljenih ciljev.

V novembru 2019 **pripravljamo nov akcijski načrt** za naslednje leto, vabimo vas, da ga z nami sooblikujete. To storite tako, da na e-naslov: spotjvslovenija@gmail.com ali marija.bauman@rc-koceveribnica.si **napišete teme, o katerih bi se želeli izobraževati.** Izobraževanja organiziramo v Novem mestu, na Kočevskem in v Beli krajini.

HVALA za odziv; čim več zaposlenih s potrebnim znanjem, primernimi izkušnjami, zlasti pa motivacijo za učenje in delo vam privoščim ter želim vse dobro – zasebno in poslovno.

Podjetniško svetovanje in regionalno povezovanje

tel.: +386 41 759 762 / +386 30 700 170

splet: <http://rc-koceveribnica.si/>

Projekt je sofinanciran s pomočjo Evropskega sklada za regionalni razvoj, Ministrstva za gospodarski razvoj in tehnologijo ter SPIRIT Slovenija, javna agencija. ■



Usposabljanje; Poslovna angleščina (avgust/september 2019), Kočevje.



Delavnica; Samozavestno mreženje, zanesljiva pot do uspeha (september 2019), Novo mesto.



Usposabljanje; ABC podjetništva (september 2019), Novo mesto.

Živahna jesen v Kulturnem centru Primoža Trubarja

➔ **ELIZABETA KUŠLJAN GEGIČ**

Kulturni center Primoža Trubarja ponovno zaživi vsako jesen, ko so pridelki pospravljeni, dnevi vse krajši in si ljudje zaželeli kvalitetnih glasbenih in gledaliških doživetij.

V novo (enajsto) sezono smo že vkorakali z nekaj predavanji, odprtjem likovne razstave Gasilske zveze Šentjernej, s praznovanjem ob Tednu

otroka in prvo predstavo otroškega abonmaja - Vidkova srajčica.

Pred nami je še bolj pestro obdobje, ki vsem generacijam ponuja doživetja, ki bodo v slehernem posamezniku pustila lepe sledi. Že v ponedeljek, **28. oktobra**, s pričetkom ob 19.30, vabljeni na predstavo iz SNG Nova Gorica z naslovom **REALISTI**. »Kabaret za pet igralcev, pijanca in občinstvo« je odlična glasbena komedija, ki se dotakne tako med sosedskih odnosov, odnosov med par-

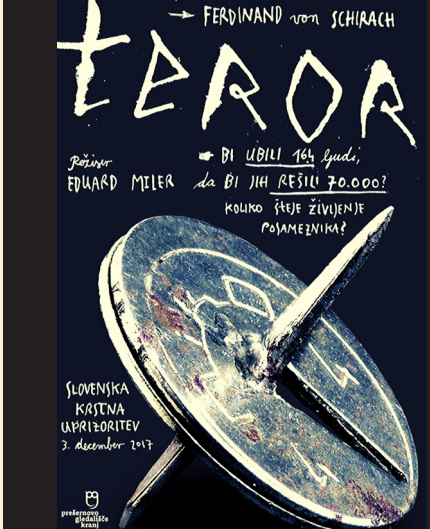
tnerji, begunske krize in odvisnosti od tehnologij. Poldrugo uro se na odru odvijajo skeči dopolnjeni z izvirnimi teksti za songe na vsem dobro znane melodije in živa klavirska spremljava. Predstava je prejela številne nagrade in naziv **Žlahtna komedija** (tako po izboru občinstva kot strokovne žirije).

Takoj po praznikih, v četrtek, **7. novembra**, pa vljudno vabljeni na drugo predstavo gledališkega abonmaja. Ta prihaja iz Prešernovega gledališča Kranj in je nekoliko drugačna od ostalih uprizoritev na našem odru. V sodobni oz. sodni drami z naslovom **TEROR** smo priča



sodnemu procesu. Obtoženi je pilot vojaškega letala, ki je po lastni presoji odločil o smrti 164 posameznikov drugega – potniškega letala, ki bi sicer strmoglavilo na poln nogometni stadion ... Presoja o njegovi krivdi oz. nedolžnosti se prepusti občinstvu – tako boste tudi gledalci v Kulturnem centru Primoža Trubarja prevzeli vlogo porotnikov. Igralci imajo pripravljena dva zaključna predstava – odvisno kako se publika odloči ... Vas tudi zanima, kajne?!

Teden po tem pa v KCPT-ju gostuje glasbena komedija **NUNE V AKCIJI** – zgodba o petih redovnicah, ki morajo zaradi finančne stiske v samostanu pripraviti dobrodelni show, v katerem pa hoče biti vsaka od njih prva zvezda. Gojmir Lešnjak – Gojc, Simona Vodopivec Franko, Alenka Godec, Marjan Bunič in Lea Bartha Pesek vas bodo navdušili, tako kot so že prej navduševali v muzikalu Mama Mia!.



FERDINAND VON SCHIRACH
TEROR
Režiser EDUARD MILER
BI UBIILI 164 ljudi,
DA BI JIH REŠILI 70.000?
KOLIKO ŠTEJE ŽIVljenje
POSAMEZNIKA?

SLOVENSKA
KROŠNA
UPRIČORITEV
3. december 2017



četrtek,
7. november
ob 19.30
za gledališki abonma in izven
sod(ob)na drama

Predsednik – Borut Veselko
Obtoženi – Miha Rodman
Branilec – Aljoša Ternovšek
Državna tožilka – Darja Reichman
Lauterbach – Peter Musevski
Gospa Meiser – Vesna Slapar
Stražnik – Ciril Roblek k. g.
Zapisničarica – Judita Polak k. g.



ČAROBNI POTOČEK
SREDA, 20. NOVEMBER
OB 17.00
za otroški abonma in izven



V sredo, **20. novembra**, pa vabljeni naši najmlajši na glasbeno lutkovno predstavo Melite Osojnik **ČAROBNI POTOČEK**. Zgodba govori o deklici Idi, ki ima skoraj vse kar si želi, le prijatelj nima, da bi se z njimi igrala. Nekega dne se domisli kako bi lahko našla prijatelje. S pomočjo potočka, seveda! Predstava je primerna za otroke stare 3 leta in več, traja pa 35 minut.

V novembru bomo gostili še **Fante z vasi z Martinovim koncertom**, gasilci bomo imeli posvet za mentorje mladine v dolenski regiji, **MePZ Vlaste Tavčar** bo pripravil koncert ob 40 letnici delovanja, družina **Frantič** pa koncert ob svoji 25 letnici. Za zaključek meseca novembra bo svoj letni koncert pripravil tudi **Šentjernejski oktet** z zanimivimi gosti. Vabljeni na številne dogodke v šentjernejskem hramu kulture! ■



SNG
NOVA GORICA

KULTURNI CENTER
PRIMOŽA TRUBARJA

Jure Karas
REALISTI
Režiserka Tijana Zinajč

ponedeljek
28. oktober, ob 19.30
za gledališki abonma in izven

kabaret za pet igralcev,
pijanca in občinstvo

KOMPLETNO ZMEŠANA GLASBENA KOMEDIJA

NUNE V AKCIJI!
KULTURNI CENTER
PRIMOŽA TRUBARJA
ŠENTJERNEJ
14. 11. ob 19.30

GOJMIR LEŠNJAK – GOJC,
SIMONA VODOPIVEC FRANKO, ALENKA GODEC,
MARJAN BUNIČ, LEA BARTHA PESEK,
MIRAN JUVAN



PROSPOT
d.o.o. Radovljica

Predstavljamo vam podjetje
KAMINI IN PEČI LUZAR, ZVONKO LUZAR s. p.

USPEŠNO NADALJUJE DOLGOLETNO DRUŽINSKO TRADICIJO

Ljudje se v prijetno ogrevanih prostorih počutimo dobro, udobno in domače. Zato lahko rečemo, da sta kamin ali peč srce vsakega doma. Ker ima vsak svoj dom rad in si zase in bližnje želi udobja ter prijetnega počutja, je pomembno, komu zaupamo delo, ko se odločamo za izdelavo kamina ali peči. Zato smo se odločili, da v tokratni jesensko obarvani številki predstavimo obrtnika ZVONKA LUZARJA iz Kamini in peči Luzar, Zvonko Luzar s. p.



➡ SABINA JORDAN KOVAČIČ

📷 ARHIV PODJETJA KAMINI IN PEČI LUZAR, ZVONKO LUZAR S. P.

Ste po poklicu pečar, kaj vas je popeljalo v te vode?

Ja, po poklicu sem pečar. Že od malega sem spremljal svojega očeta, ki je izdeloval vse vrste peči in vžidanih štedilnikov in kar velikokrat me je vzel tudi seboj na delo. Tako sem se navdušil za poklic in nadaljeval družinsko tradicijo.

Imate že dolgoletno tradicijo, ki jo sedaj nadaljuje že druga generacija. Koliko časa ste že obrtnik?

Tako je. Obrt je imel že oče, sedaj imam že sam 20 let samostojnega podjetništva.

Sami opravljate to delo ali vam še kdo pomaga?

V podjetju Kamini in peči Luzar, smo vpeti vsi družinski člani. Imamo pa tudi nekaj zunanjih kooperantov.

Na kaj vse je potrebno pomisliti in načrtovati pred nakupom kamina?

Pri načrtovanju vgradnje kamina, kot primarno ogrevanje prostorov, je kar nekaj pomembnih detajlov, ki vplivajo na kakovostno in optimalno delovanje.

Prvi pomemben detajl je vsekakor dimnik. Le-ta mora biti ustrezen glede na izbiro kakšen kamin želite vgraditi, pomemben je tudi premer dimnika, dolžina dimnika, pravilno izdelan dimnik s kondenzacijsko posodo, čistilnimi vrati ter ustreznim priključkom po 45° in ustreznim zaključkom na strehi. Drugi pomemben detajl je dovod svežega zraka, ki mora biti primeren glede na izbor zelenega kamina, peči, štedilnika ... Tretji detajl je ojačitev estriha, kjer bo stal kamin ter morebitna elektrika v primeru turbinskega razpihovanja ...

Kako izberemo ustrezen kamin?

Za ustrezno izbran kamin, da ga boste z veseljem uporabljali, se pravi kurili, je pomembna vaša notranja želja, vizualnost, kaj si želite, kaj vam je všeč. Do realizacije stankinih želja pa

pride le v primeru, ko so izolirani vsi ustrezni dejavniki, ki sem jih omenil v prejšnjem odgovoru. Tretja pa je zagotovo funkcionalnost, ali je res tisto, kar iščete ustrezno vašemu značaju, načinu in tempu življenja, ki ga živite. Predvsem moramo izbrati ustrezno moč kamina, glede na že postavljen dimnik in oblogo, ki je v večini primerov akumulacijska.

Kakšne vrste kaminov poznamo? Kako jih med seboj ločimo? In katera je najbolj priljubljena ogrevalna naprava v slovenskih domovih?

Kamine izbiramo glede na potrebo, kaj si želimo od kamina, ali je zgolj za ambient, ali za dogrevanje obstoječega sistema, ki ga že imate. Poznamo toplozračne peči na drva, toplozračne peči na pelete, vgradne kamine na drva ali pelete, toplovodni kamini, prostostoječe peči tako na drva kot pelete ter odprti kamini.

Kamine ločimo na vgradnje, ki jih z ustreznimi materiali obdelamo in tipski kamini, ki so montažni ter so hitro sestavljeni.

Najbolj priljubljen je vgradni toplozračni kamin na drva.

Kako se današnji kamini razlikujejo od kaminov iz preteklosti?

Včasih so bili predvsem odprti kamini brez steklenih vrat in so zato morali uporabljati brezov



Zvonko Luzar s ponosom pokaže sadove svojega dela.

les, zaradi manjše vsebnosti dima ter presketa nja lesa. Danes lahko v zaprtih kuriščih z vrati kurirno praktično vse vrste lesa vključno z briketi.

Lončene in krušne peči so že več stoletij del naše tradicije. Ali je povpraševanje še veliko?

Današnji trend sodobnih gospodinjskih časovno ne dopušča več možnosti priprave krušnih peči za peko, kruha in potic, zato se raje odločajo za električno peko. Predvsem je potrebno poudariti, da je za ogrevanje objektov sedaj na voljo mnogo različnih energentov, včasih pa je bila krušna peč glavni vir ogrevanja, zato se za krušne peči odloči vse manj ljudi.

Ali na izbiro kamina vpliva tudi vrsta gradnje objekta in kako?

Seveda. Glede na vrsto objekta se prilagodi tudi kaminski vložek. Najlažje razložim na primeru: če imamo pasivno stanovanje z rekuperacijo, potem izberemo kaminski vložek s certifikatom o zrakotesnosti kamina ter ustrezne moči. Pri klasični gradnji pa ni potrebnega certifikata o zrakotesnosti in imamo širši razpon pri možnosti izbire.

Katere vrste drv dajejo najvišjo toplotno vrednost?

Najvišja toplotna vrednost dajejo iglavci, lahko se pa kuri vse vrste lesa od sadja do breze, bukev, hrast, smreka, bor, javor ... Paziti moramo le, da ima les minimalno 20 % vlago ali manj.

Pravijo, da naj bi se drva pred kurjavo dva do tri leta zračila. Se strinjate z napisanim?

Absolutno se strinjam z napisanim, to je zelo pomembno. Vendar je še pomembnejše, da je les na suhem in pokrit.

Zagotovo je velika dilema kakšna kuriva uporabljati. Drva, pelete ali kombinacijo obojega?

To je stvar posameznika, kaj želi od kamina ali kaminske peči. Potrebno pa je izpostaviti, da imajo peči na pelete ali kombinirane peči peleti/drva možnost uravnavanja temperature v prostoru in so varčnejše.

Kljub dobremu izgorevanju uporabniki kaminov ne smejo pozabiti, da je kamin na drva potrebno vsaj enkrat letno omešiti znotraj. Kako je, če uporabljamo pelete oziroma kombinacijo obojega?

Vse kurilne naprave na trda goriva imajo vsaj enkrat na leto obvezno čiščenje dimnih kanalov nekatere pa celo 2-krat letno.

Ogljikov monoksid je zelo strupen plin brez okusa, barve, vonja in je smrtno nevaren. Ali vaše stranke o tem posebej opozorite, da se ustrezno zaščitijo?

Vse naše stranke o tem obvestimo in jim tudi po potrebi ter na njihovo željo namestimo detektor monoksida, za večjo varnost in dodatno zaščito.

»Kamine izbiramo glede na potrebo, kaj si od kamina želimo, ali ga želimo imeti zgolj zaradi boljšega ambiena, ali za dogrevanje že obstoječega sistema.«



Kako prihajate do novih strank? Se udeležujete raznih sejmo, poslužujete oglaševanja ipd.?

Največ strank dobimo iz priporočil, takoj za tem pa preko oglaševanja na spletu. Kolikor nam omogoča čas se udeležimo tudi raznih sejmov in dogodkov.

Kako je s konkurenco? Jo sploh občutite? Kakšne so vaše prednosti v primerjavi z drugimi?

Veseli smo, da nekdo hodi po naših poteh. Le tako smo lahko skupaj boljši, uspešnejši in si pomagamo pri nabavi ali storitvi potrebnih produktov. Z izmenjavo izkušenj in nasvetov se vsi skupaj učimo biti boljši.

Naša konkurenčna prednost je dolgoletna tradicija, saj smo prisotni na trgu že več kot 50 let, zato nam stranke tudi zaupajo.

Kurilna sezona se je že začela. Tisti, ki morebiti razmišljate o zamenjavi ali izgradnji novega kamina, kontaktirajte nas in z veseljem vam bomo svetovali. Več informacij najdete: www.kamini-luzar.si, info @kamini-luzar.si ali gsm: 041 575 176.

Uredniški odbor Šentjernejskega glasila podjetju Kamini in peči Luzar, Zvonko Luzar s. p. čestita za uspešnih 20 let na samostojni podjetniški poti. ■



Kamini v današnjem času predstavljajo pomemben člen pri ustvarjanju ambiena prostora.

POSKRIBIMO ZA LEGALIZACIJO NEDOVOLJENE, NESKLADNE, NELEGALNE GRADNJE



 PETRA KLAVŽAR JAMNIK

Gradbeni zakon omogoča več možnosti legalizacije objektov, za katere ni mogoče pridobiti gradbenega in uporabnega dovoljenja po redni poti. Z legalizacijo objektov se vzpostavi zakonska domneva, da objekt ni nelegalen ali neskladen in da ima uporabno dovoljenje.

MOŽNOSTI LEGALIZACIJE:

1. legalizacija dopustnih manjših odstopanj s pridobitvijo uporabnega dovoljenja na objektih, zgrajenih pred uveljavitvijo Gradbenega zakona (113. člen Gradbenega zakona) s pridobitvijo uporabnega dovoljenja

Prva možnost legalizacije, ki jo ureja gradbeni zakon, se nanaša na objekte, ki so pred uveljavitvijo gradbenega zakona sicer zgrajeni na podlagi gradbenega dovoljenja, ampak je gradnja neskladna. Dopustna odstopanja so tista, ki:

- ne posegajo na druga zemljišča, kot so določena v gradbenega dovoljenja (v nadaljevanju GD),
- so skladna z določbami prostorskega izvedbenega akta, ki je veljal v času izdaje GD, ali s pogoji, določenimi v lokacijski preveritvi,
- posamezne zunanje mere stavbe, določene v GD (širina, višina, dolžina, globina, polmer in podobno), se ne povečajo za več kot 0,3 m ali se posamezne dimenzije zmanjšajo,
- ne vplivajo na mnenja pristojnih organov in njihove pogoje, določene v GD, in so skladna s predpisi s področja mnenje dajalca,
- so ne glede na drugačno tehnično rešitev od potrjene v GD izpolnjene bistvene in druge zahteve po predpisih, ki so veljali v času njegove izdaje in
- v samem bistvu ne spremenijo objekta in njegove namembnosti.

Za legalizacijo se vloži vlogo za pridobitev uporabnega dovoljenja na upravno enoto, na katere območju leži objekt, izdaja uporabnega dovoljenja pa pomeni, da objekt ni več nelegalen. Zahtevi se mora predložiti obsežno in natančno definirano dokumentacijo, pripravljeno s strani pooblaščenega arhitekta. Za pripravo dokumentacije, ki se priloži zahtevi za izdajo

uporabnega dovoljenja, se uporabljajo predpisi, ki so veljali v času gradnje objekta, ali predpisi, veljavni v času izdaje uporabnega dovoljenja, če je to za vlagatelja zahteve za legalizacijo ugodnejše.

2. legalizacija objektov, zgrajenih pred uveljavitvijo Gradbenega zakona (17. 11. 2017) z možnostjo legalizacije skladno s predpisi, ki so veljali v času gradnje objekta, v roku 5 let po uveljavitvi Gradbenega zakona (114. do 116. člen Gradbenega zakona)

Pogoj za takšno legalizacijo je, da je objekt zgrajen pred uveljavitvijo Gradbenega zakona. Zahtevi, ki se jo vloži na upravni enoti, se mora predložiti obsežno in natančno definirano dokumentacijo, pripravljeno s strani pooblaščenega arhitekta. Zahteva za legalizacijo objektov iz te točke se lahko vloži do 17. 11. 2022. Po tem datumu bo zahteva za legalizacijo po prehodnih določbah zavržena kot prepozna.

S tem postopkom bo mogoče legalizirati objekte, ki bi v času njihove gradnje lahko pridobili gradbeno dovoljenje, zaradi kasnejše določitve strožjih pogojev iz prostorskih aktov ali drugih predpisov, ki so bili naknadno spremenjeni, pa je bilo to onemogočeno. Gradbeni zakon za te objekte izrecno omogoča tudi izognitev postopka spreminjanja prostorskega akta zaradi spremembe namembnosti iz kmetijskega v stavbno zemljišče. Če je boniteta kmetijskega zemljišča manjša od 40 in če občina to odobri v postopku lokacijske preveritve, lahko takšen objekt ne glede na (ne)skladnost s prostorskimi aktom brez predhodnega postopka njegovega spreminjanja dobi odločbo o legalizaciji. Z izdajo odločbe o legalizaciji nastopi domneva, da objekt ni več nelegalen ali neskladen in da ima izdano uporabno dovoljenje.

3. legalizacija objektov daljšega obstoja, zgrajenih pred 1. 1. 1998 (117. člen Gradbenega zakona)

Za vložitev zahteve na upravno enoto, na območju katere leži objekt, ni treba dokazovati skladnosti s predpisi (prostorskimi akti, gradbenimi in drugimi predpisi ter predpisi, ki so podlaga za izdajo mnenj), dokazati pa je potrebno:

- da je bil objekt res zgrajen pred letom 1998 (to se dokazuje z aerofotografijami, fotografijami, izjavami prič, računi ipd.),
- lastništvo nepremičnine, na kateri stoji objekt,
- da je objekt evidentiran v katastru stavb (nepremičnin),
- predložiti je treba tudi načrt objekta, to je posnetek obstoječega stanja (tlorisi, prerezi, dimenzije objekta, vsi preračuni površin), ter plačati:
- nadomestilo za degradacijo in uzurpacijo,
- upravno takso in
- komunalni prispevek.

Dovoljenje ne bo izdano, če gre za nevaren objekt, kar lahko odloči gradbeni inšpektorat. Dovoljenje za objekt daljšega obstoja velja pogojno in ga pristojni upravni organ za gradbene zadeve lahko razveljavi na zahtevo vlade ali občine brez odškodninske odgovornosti, če je to potrebno zaradi zavarovanja javnega interesa po predpisih, veljavnih v času gradnje objekta, in sicer ob neposredni ogroženosti zdravja in življenja ljudi ter delov okolja v skladu s predpisi, ki urejajo varstvo okolja. Razveljavitev ni mogoča, če je ogroženost mogoče odpraviti z drugimi milejšimi sredstvi.

4. legalizacija objektov daljšega obstoja, zgrajenih pred letom 1968, po določbah 197. in 198. člena ZGO-1 (118. člen Gradbenega zakona)

Gradbeni zakon ohranja možnost legalizacije objektov iz predhodne zakonodaje (ZGO-1), ki je vzpostavljala domnevo pridobljenega uporabnega dovoljenja za objekte, zgrajene pred 31. 12. 1967, objekte gospodarske javne infrastrukture, zgrajene pred osamosvojitvijo RS, enostanovanjske stavbe z izdanim GD in nekatere obrambno-zaščitne objekte. Ti objekti se bodo lahko še naprej legalizirali pod enakimi pogoji, kot jih je omogočal že stari zakon. Za vložitev zahteve na upravni enoti je potrebno dokazati, da je bil objekt zgrajen pred 31. 12. 1967 in v uporabi od 1. januarja 2003, da se mu namembnost po navedenem datumu ni bistveno spremenila in da se stavba na predpisan način evidentirana v zemljiškem katastru ali katastru stavb. ■



Mesec požarne varnosti v likovnih izdelkih otrok

✎ ELIZABETA KUŠLJAN GEGIČ

📷 EMIL TURK

V torek, 8. oktobra, je bila v Kulturnem centru Primoža Trubarja odprta razstava natečajev Gasilske zveze Šentjerneje na temo požarne varnosti. Razstavljeni so likovni izdelki in literarni prispevki – tako spisi kot otroške pe-

smice. Na ogled je retrospektiva prispevkov, ki so jih v šoli in vrtcu ustvarjali otroci pred nekaj leti – razstavili so dela kar 32 posameznikov. Kot je na odprtju povedal poveljnik GZ Šentjerneje Jože Grubar, je mnogo razstavljalcev danes zvestih gasilcev, ki so tekom let pridobili različna znanja s področja gasilstva. »Gasilstvo ni samo biti gasilec, pomagati v stiski. Gasilstvo je delovati preventivno – to je že

način življenja,« je poudaril Grubar. Sicer pa je oktober kot mesec požarne varnosti namenjen predvsem pripravam na kurilno sezono – pregledu peči, dimnikov, trošil – vse v skupni skrbi po varni kurilni sezoni.

Naslednje leto bo Gasilska zveza Šentjerneje obeležila 20 let delovanja. Tokratna razstava pa bo na ogled do konca novembra. ■

90 LET NEŽKE BELE

✎ MARTINA VIDRIH

📷 ANITA PETRIČ

K onec septembra je visok življenjski jubilej 90 let praznovala Nežka Bele iz Zameškega. Rodila se je 26. septembra 1929 v Mršči vasi kot edinka očetu Jožetu in mami Neži. Komaj pri treh letih ji je bolezen vzela mamo in tako je rasla ob očetu ter tetah ob zeleni Krki. Potem je prišla vojna, v kateri je izgubila še očeta in ob

požigu vasi tudi svoj dom. Sledila so trda leta pomanjkanja, garaškega dela po poljih, travnikih in gozdovih. Pa vendar, ko opisuje te težke čase, Nežka pove tudi o svojem veselju do risanja, kvačkanja, igranja na orglice, rož, petja in druženja. Pri dvajsetih letih je spoznala Jožeta Beleta s Hrvaškega Broda in se z njim poročila. Rodili so se jima štirje otroci, sin in tri hčerke. V Zameškem sta zgradila hišo in jo napolnila s toplino in ljubeznijo. Pri 48 letih je izgubila še svojega moža. Danes še vedno živi doma, s svojo najmlajšo hčerko Vido in njeno družino. Pri devetdesetih je še kar zdrava, vesela, rada ima obiske in je rada v družbi. S svojim pogu-

mom, odločnostjo, predanostjo ter z veliko ljubezni je premagovala življenjske preizkušnje in izgube. Danes je navdih svojim osmim vnukom in v veliko veselje enajstim pravnukom. Ob njenem jubileju so jo poleg domačih, sorodnikov in prijateljev, obiskali in ji

čestitali tudi župan Radko Luzar s sodelavko ter člani KORK Šentjerneje in Društva upokojencev Šentjerneje. ■



Predavanje SKRB ZA ZDRAVJE SRCA IN OŽILJA dobro obiskano

✎ 📷 DKB DOLENJSKE & BELE KRAJINE

V sredo, 16. oktobra 2019, je v rdeči dvorani Kulturnega centra Primoža Trubarja potekalo predavanje Skrb za zdravje srca in ožilja, asist. mag. Sabine Jakše





Hren, dr. med. Predavanje je bilo zelo dobro obiskano, udeleženci pa so predavanje spremljali z velikim zanimanjem.

Tudi številna vprašanja ob zaključku predavanja potrjujejo, da se ljudje zavedajo, da za svoje zdravje lahko postorijo veliko tudi sami. Glede na velik interes bodo v novembru pričeli redno strokovno vodeno vadbo koronarnih bolnikov tudi v Šentjerneju. Potekala bo dvakrat tedensko v prostorih Kobre v Šentjerneju. ■

IZ DELA DRUŠTEV

OKTOBER – MESEC POŽARNE VARNOSTI

📷 KLEMEN RUPERČIČ

Oktober je mesec požarne varnosti. V tem mesecu se gasilci še posebej trudimo v osveščanju prebivalstva z naravnimi nesrečami ter preventivnimi ukrepi, da do njih ne pride. Tudi sami s tem namenom organiziramo razne aktivnosti, s katerimi razširimo ter obnovimo svoje znanje. Letos je bila tovrstna vaja organizirana v Cerovem Logu, deloma na igrišču, deloma pa v prostorih gradu Prežek ter v gozdu ob njem. Obnovili smo teoretično znanje uporabe komunikacijskih zvez ter pozivnikov, to znanje pa smo kmalu zatem obnovili v praksi. Gasilska zveza Šentjernej je v sodelovanju s PGD Cerov Log in K-9 kinološkim društvom Novo mesto pripravila vajo iskanja pogrešanih oseb na prostem ter v ruševinah. Predstavili so nam

tehnologijo in tehnike iskanja oseb v gozdu ter našo vlogo v tovrstnih iskalnih akcijah. Zatem je sledil tudi prikaz iskanja pogrešanih oseb s pomočjo posebej treniranih reševalnih psov. Zanimiv prikaz so nadgradili tudi z iskanjem pogrešanih oseb v ruševinah, pri čemer so psi postali nepogrešljiv del po naravi težkih iskalnih akcij. Tovrstne vaje in ostale aktivnosti so pomemben del gasilstva, tako druženja ter medsebojnega sodelovanja in zaupanja, kot tudi pripravljenosti na kritične trenutke, ko sta hitrost in učinkovitost ključnega pomena. Za uspešno vajo gre zahvala Gasilski zvezi Šentjernej ter članom in članicam PGD Cerov Log, posebna zahvala seveda K-9 kinološkemu društvu Novo mesto. Zahvala za obisk in besede tudi podžupanu Janezu Selaku, na koncu pa seveda vsem članom in članicam vseh gasilskih društev občine Šentjernej, ki so se vaje udele-

žili. To so ljudje, ki bodo v najtežjih trenutkih priskočili na pomoč in pomagali ljudem v stiski. Glede na število sodelujočih na tovrstnih vajah se nam za varnost ni potrebno bati, vseeno pa si v mesecu požarne varnosti vzemimo trenutek in pogledjmo, kaj lahko sami naredimo za svojo varnost. ■



📷 VINKO ŽUPAN

📷 ANA HOSTA

PD Šentjernej in TD Vrhpolje smo se v soboto, 12. oktobra, odpravili na bohinjske planine. Naš cilj sta bili Planina Krstenica in Planina v Lazu. Meglo, ki nas je spremljala večina poti, je izpodrinilo jutranje sonce na Planini Blato, od koder je bilo naše izhodišče. Z nekaj postanki, smo v dveh urah premagali razgibano in ne preveč naporno pot do Planine Krstenica. Ta se bohoti na 1670 m. Krstenica je ena od najlepših in zaradi svoje odprte lege najbolj razglednih bohinjskih

ISKANJE ZLATIH MACESNOV

planin, še posebej v jeseni, ko se macesni obarvajo rumeno. Na planini je večje število pastirskih koč in v eni od teh smo si privoščili malico, skuhalo kavo in popili planinski čaj. Jasnina in lepo sončno vreme sta nam omogočala predhodovit pogled na bližnje in daljne vrhove. Po daljšem počitku smo zapustili Krstenico in se veseli podali proti Planini v Lazu. Planina leži na dnu široke kotline, ki jo obdajajo dvatisočaki.

Ob navdušenju nad lepoto planine in krajšem postanku, smo se spustili proti našemu izhodišču, kjer nas je čakal avtobus. Rahlo utrujeni, smo se odpeljali na zasluženo kosilo k Pistavcu v Polje pri Bohinjski Bistrici. Analiza izvedene ture je pokazala, da je bila le-ta izpeljana po načrtu, da so bili pohodniki zadovoljni, za kar pa se je treba zahvaliti organizatorjem – vodnikom PD Šentjernej in Borisu Kovačiču. ■



DU ŠENTJERNEJ: SEKCIJA »HOJA«

✍️ JOŽICA KODELIČ

📷 ARHIV DU ŠENTJERNEJ

V mesecu septembru je bilo Društvo upokojencev Otočec organizator pohoda »Spoznavajmo Dolenjsko«. Pohoda se je udeležilo 157 članov dolenjskih društev upokojencev, med njimi tudi 10 pohodnikov iz DU Šentjernej. Kot je že običajno za poletne mesece, smo se ob 8. uri zbrali pri gasilskem domu na Otočcu. Že pred štartom smo izvedeli kar veliko o sami zgodovini KS Otočec – Šempeter ter o življenju sedanjega prebivalstva v tamkajšnjih 23 vaseh. Nato smo se podali na



9 km dolg pohod. Občudovali smo naravo, prečkali avtocesto ter po gozdnih in poljskih poteh, mimo teniškega centra Otočec, prispeli na Lutrsko selo in naprej v Gorenje Kronovo. Tu smo imeli na domačiji Teropišč malo daljši postanek, kjer nam je gospodar Jože predstavil razvoj njihove obrti cementnarstva in čebelarstva. Tu smo imeli možnost degustirati njihove čebelarске izdelke in jih seveda tudi kupiti.

Po daljšem veselem druženju smo se podali na še zadnji del poti, ki je bil zelo slikovit. Pot nas je vodila do reke Krke, obhodili smo grad Otočec in po levem bregu Krke nadaljevali pot proti Gumberku in nazaj do našega prvotnega izhodišča.

V septembru pa smo pohodniki naredili še nekaj zelo zanimivih pohodov. Tako smo se 10. septembra povzpeli na Špilarjevo špico. Tega dne je bilo vreme v dolini zelo megleno. Kmalu, ko smo se začeli iz Javorovice vzpenjati proti našemu cilju, smo ugotovili, da nas bo na Špilarjevi špici pričakalo sonce. In res je bilo tako. Pogled proti dolini je bil nepopisno lep. Zgoraj čisto nebo, dolina pa ovita v meglo. Na tem prečudovitem pohodu so se nam pridružili tudi pohodniki iz RIC-a iz Novega mesta.

Zadnji tork v septembru pa je nas pot vodila proti Bučki. Pridružile smo se zopet pohodnikom iz RIC-a. Od zbirnega mesta pri cerkvi sv. Matije na Bučki smo se podali na 9 km dolg pohod po »Mlinarjevi poti«.

Sledili smo kašipotu mlinarja in po zelo lepi panoramski poti s pogledom proti avtocesti in naprej proti Gorjancem kmalu prispeli do potoka Čolnišček. Nadaljevali smo pot mimo športno rekreativnega centra in kmalu zagledali prvi mlin, in sicer Košakov mlin. Od tu dalje nas je pot kar nekaj časa peljala ob potoku Čolnišček, sledili smo oznakam, občudovali lepo naravo, prisluhnili šumenju listja v gozdu, žuborenju potoka in žvrgolenju ptic. In tako smo med potjo kmalu zagledali ostanke drugega mlina, ki se imenuje Sedlarjev mlin, sledila sta še Marjetičev in Hrovatov mlin. Od tu smo pot nadaljevali preko travnika in po cesti do vasi Dolenje Radulje, kjer stoji Vajsov mlin. To je še edini delujoči mlin na tem področju, ki je bil leta 1991 obnovljen. Nadaljevanje poti vodi po cesti še do zadnjega Remičevega mlina, ki je preurejen v počitniško hišico. Na mlin spominja le mlinsko kolo, ki ga je lastnik namestil na zadnjo steno hiše. Notranjost je popolnoma preurejena in namenjena občasnemu bivanju lastnikov. Sledila je hoja preko travnika do potoka, kjer po lesene brvi zadnjič prečkamo potok in se po dokaj strmi gozdni stezi povzpemo do lovskega doma. Pred nami je še kratka pot skozi gozd do Bučke in mimo šole ter nazaj do cerkve, kjer je zaključek »Mlinarjeve poti«. ■

IZ DRUŠTVA UPOKOJENCEV ŠENTJERNEJ

✍️ JOŽE SMREKAR

📷 ARHIV DU ŠENTJERNEJ



4. 9. 2019 PETANKA – SEMIČ

V Semiču je tekmovalo 28 ekip, ekipa DU Šentjernej je zasedla 22. mesto.

5. 9. 2019 BALINANJE – STRAŽA (ženske)

Ekipa DU Šentjernej je med osmimi ekipami zasedla 8. mesto.

6. 9. 2019 PIKADO – GABERJE (moški in ženske)

Ženska ekipa DU Šentjernej je zasedla 5. mesto. Moška ekipa DU Šentjernej je z osvojenimi 2843 točkami zasedla 3. mesto. Igrali so: Marko Boršan, Jože Župan, Jože Vovk in Milan Jakše.

7. 9. 2019 BALINANJE – GABERJE (moški in ženske)

Ženska ekipa DU Šentjernej je zasedla 2. mesto. Igrale so: Metka Dragan, Antonija Pavlič in Meta Grabnar. Moška ekipa DU Šentjernej je zasedla 5. mesto.

10. 9. 2019 BALINANJE – STRAŽA (moški)

Moška ekipa DU Šentjernej je med 11. ekipami zasedla 8. mesto.

28. 9. 2019 CIRKOVCE – DRŽAVNO PRVENSTVO V PIKADU

Moška ekipa DU Šentjernej se je že drugo leto po vrsti udeležila tekmovanja na državnem prvenstvu v pikadu za moške. Tokrat je tekmovanje potekalo na Ptujskem polju v Cirkovcih. Tudi tokrat so si priigrali naslov državnega prvaka in si zagotovili udeležbo na državnem prvenstvu za naslednje leto pod vodstvom športnega referenta Jožeta Smrekarja. Sode-

lovali so: Slavko Francič 786 točk, Nace Župan 756 točk, Milan Jakše 722 točk, Jože Župan 717 točk, Jože Vovk 664 točk. Skupno so zbrali 3064 točk. Državno prvenstvo je bilo zelo dobro organizirano, tekmovalci pridejo iz vse Slovenije. Lepo so nas pogostili in druženje je bilo zelo

lepo. Srečni in veseli smo se z lepim pokalom vračali domov.

30. 9. 2019 MALI SLATNIK – PIKADO (moški in ženske)

Moška ekipa DU Šentjernej je zasedla 1. mesto, osvojili so 2865 točk. Sodelovali so: Nace

Župan, Jože Vene, Jože Jordan in Milan Jakše. Ženska ekipa DU Šentjernej je zasedla 2. mesto, osvojile so 2224 točk. Sodelovale so: Jožica Kodelič, Milena Rodič, Marija Vene in Nada Penca. Posamežno je Jožica Kodelič osvojila 1. mesto (786 točk). ■

KAKO JE V KALININGRADU AVE ZAMESIL VIŠAVE

NEŽA CERINŠEK

TEA LAJKOVIČ, ARHIV ORKESTRA AVE

24 -urna vožnja – v eno smer!, 3-urni »prisilni« postanek na ruski meji in 60-sedežni avtobus, na katerem je bilo ravno toliko glav, ravno toliko koncertnih oblek in še nekaj več inštrumentov, ni recept, ki bi obljubljal pretirano mero sladkobe udobja. A smo našo malo pustolovščino v rusko enklavo vseeno začeli nasmejani in polni prijetnega pričakovanja, čeprav zaradi neodzivnosti organizatorja nismo natančno vedeli, kam gremo in kolikokrat bomo igrali. Vožnjo skozi Avstrijo, Slovaško, Češko in Poljsko so nam krajšali filmi, pogovori, igre in počitek, ki nam je vsem prišel prav, saj smo vedeli, da nas čakajo naporni, četudi zanimivi dnevi. Naš razigran, mladosten duh so malenkost zameglili cariniki na ruski meji, na kateri smo se zadržali precej dolgo, a smo ga kmalu spet osvobodili, ko smo ugotovili, da je imel s štetjem nas, avetarjev, težave več kot le eden iz njihove vrste, saj so trdili, da nas na 60-sedežnem avtobusu sedi kar 61. Morda pa smo jim za ta mali pripetljaj lahko hvaležni, saj smo se tako lahko še nekajkrat pošalili na njihov račun. Na vstop v povsem drugačen svet sta nas spomnila arhitektura in mraz, ki ob srečanju z nami ni bil sramežljiv. Po nastanitvi, organizacijskem pogovoru, večerji in druženju je sledil počitek, saj se je že naslednje jutro prebudilo v našo prvo in edino vajo v Kaliningradu. Tako so bile tistega sončnega tekmovalnega dne mnoge naše misli in dejanja usmerjena k temu, da bomo zaigrali, kakor le najbolje znamo. Dvorana nam ni bila naklonjena, nekaj težav pa smo imeli tudi s tolkalo in stojali, ki jih kljub organizatorjevi obljubi ni bilo na odru. A nismo dovolili, da bi nas to zmotilo, in tako smo melodijam, spojenimi z našo naklonjenostjo do tega, kar ustvarjamo in živimo, dovolili, da zaplešejo v dvorano. Zadnji dan v Rusiji smo izkoristili za raziskovanje mesta in ga zaključili z najslačšim dogodkom – podelitvijo nagrad, ki nam je prinesla najvišje, **grand prix priznanje tega WASBE tekmovanja**, saj se poleg osvojenih **100 točk** lahko pohvalimo tudi z **nazivom Laureate**. Ponosni smo lahko tudi na to, da se je na koncertu v prestižni cerkvi, kjer se je odvijal zaključek, naš Miro postavil ob bok številnim izvrstnim in priznanim dirigentom, saj je dirigentsko paliči-

co vihtel združenemu festivalnemu orkestru z glasbeniki s celega sveta. Pot domov je zapolnil še 9-urni postanek v češkem vodnem parku, ki je eden večjih v tem delu Evrope in je iz nas posrkal še zadnje atome moči, tako da smo se polni vtisov in zgodb prijetno utrujeni, a željni krepčilnega počitka, vrnili v domovino. Tekmovanje v Rusiji nam je poleg številnih laskavih nazivov dalo tudi kopico novih izkušenj, med nami pa spletlo še trdnjše prijateljske vezi in ustvarilo trenutke, ki jih bomo z veseljem vgradili v naš mozaik spominov. Pomagalo nam je, da še z večjo vnemo rastemo in še raje in vztrajneje vsak dan postajamo boljši. Začetni recept morda res ni bil obetaven. A če nanj potrosimo vso radoživost, srčnost in ljubeznivost

našega orkestra, v našo mladost zamesimo ves trud in vse prizadevanje ter ga okrasimo s prvo nagrado mednarodnega WASBE tekmovanja, osvojenimi vsemi možnimi 100 točkami, prejeti nagradi grand prix in naziv Laureate, dobimo slaščico, ki morda ni najprestižnejša, najpopolnejša ali vizualno najbolj privlačna, a je najslajša, ker je naša. Z zlatim obrobljena, nikdar pozabljena. In ponosni smo nanjo.

Z radostjo pa pričakujemo tudi naš naslednji koncert, zato vas **v soboto, 16. 11. 2019, vabimo v Kulturni center Janeza Trdine v Novem mestu** na glasbeni dogodek z naslovom **Anin večer**, pri čemer bomo po našem svetu glasbe popeljali vse, ki vanj radi vstopate. Prisrčno vabljeni! ■



KRISTALIZACIJA MEDU

NATAŠA LILEK, *svetovalka za zagotavljanje varne hrane*

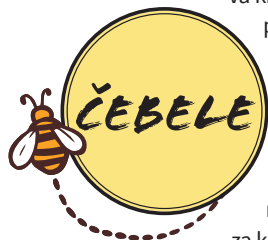
ARHIV ČZ SLOVENIJE

Med je zelo cenjeno živilo in sladilo. V največji meri ga sestavljata enostavna sladkorja fruktoza in glukoza, v manjši meri pa tudi saharoza. Poleg sladkorjev med vsebuje še vodo, raz-

lične kisline, encime, aromatične snovi in ostale spojine, ki so koristne za delovanje človeškega organizma. Zaradi velike vsebnosti enostavnih sladkorjev, ki jih naše telo lažje izkoristi, in ostalih bioaktivnih snovi je med veliko bolj cenjeno sladilo v primerjavi z navadnim, belim, konzumnim sladkorjem, ki ga sestavlja le saharoza. Velikokrat se zgodi, da nam med, še preden ga porabimo, kristalizira v kozarcu. To pomeni, da



se iz tekočega, viskoznega stanja spremeni v trdno v obliki drobnih kristalčkov. Žal še zmeraj veliko ljudi misli, da je kristaliziran med pokvarjen. Vendar temu ni tako. Kristalizacija medu je popolnoma naraven pojav, ki ne vpliva na kakovost medu in ne povzroča nobenih kemijskih sprememb v medu. V kolikor med kristalizira ste lahko prepričani, da ste kupili naraven, kakovosten med, ki so ga pridelale čebele. Do pojava kristalizacije medu pride pri vseh vrstah medu. Hitrost pojava kristalizacije pa je odvisna od vrste medu in razmerja sladkorjev v njem. Tako med, ki ima večjo vsebnost fruktoze, ki je v vodi dobro topna, kristalizira počasneje (npr. akacijev, kostanjev med), medtem ko je kristalizacija hitrejša pri medu, ki vsebuje več glukoze, ki v vodi ni dobro topna (npr. cvetlični med). Kristaliziran med je v primerjavi s tekočim tudi za kakšen odtenek svetlejši barve.



Značilna lastnost medu je, da kristalizira. V preteklosti so ga imenovali tudi STRD.

Poleg vsebnosti in razmerja sladkorjev v medu na hitrost kristalizacije vplivajo tudi temperatura in čas skladiščenja medu, vsebnost vode v medu in prisotnost kristalizacijskih jeder. Kristalizacija medu pospešuje shranjevanje medu na temperaturi med 10 in 18 °C, nižje temperature shranjevanja pa proces kristalizacije upočasnijo. Ravno tako med, ki vsebuje manjšo vsebnost vode kristalizira hitreje v primerjavi z medom, ki vsebuje več vode. Velikokrat se lahko zgodi tudi, da med kristalizira nepravilno. Govorimo sicer o napakah kristalizacije, vendar le-te na samo kakovost medu v največjem številu primerov nimajo prevelikega vpliva. Če imate doma v kozarcu kristaliziran med in so se po kozarcu pojavile bele lise, nikar ne bodite zaskrbljeni. Takšna kristalizacija nastane v medu, ki ima zelo nizko vsebnost vode. Med kristalizacijska jedra se ujame zrak in površina postane bele barve (pojavu belih lis pravimo »cvet«). Pojav »cveta« velja za znamenje kakovostnega medu, saj gre za med z zelo nizko vsebnostjo vode. Včasih se kristalizacija medu pojavi tudi v obliki razslojevanja. Nevarnost razslojevanja je predvsem pri medu, ki vsebuje visoko vsebnost vode (več kot 18 %), saj spodnji del medu kristalizira, zgornji pa ostane tekoč. V tekočem delu je tako povečana vsebnost vode, kar predstavlja idealno okolje za razvoj kvasovk, ki lahko povzročijo fermentacijo medu.

Za domačo uporabo medu se priporoča, da ga utekočinite v vodni kopeli na največ 40 °C. Če je temperatura utekočinjanja previsoka, se v medu poškodujejo ali celo uničijo toplotno občutljive sestavine, kot so encimi, hormoni in toplotno občutljivi vitamini. Biološka vrednost medu je tako izgubljena in postane uporaben zgolj kot sladilo brez dodane vrednosti.

Da ohranite biološko vrednost medu, ga nikoli ne dajte v prevroč čaj.

Med pa ni uporaben le kot namaz na kruhu in sladilo v različnih napitkih, ampak se lahko uporablja pri pripravi tako zelenjavnih kot mesnih jedi, za pripravo različnih marinad in pekarskih ter mlečnih izdelkov. Med je slajši od sladkorja, zato se ga v receptih dodaja manj kot navedenega sladkorja, jedem pa podari bogato aromo. Priporočljivo je, da ga jedem dodajamo, tam kjer je mogoče, po toplotni obdelavi oz. uporabimo nižje temperature peke.

V kolikor je med ustrezno skladiščen je njegov rok uporabe zelo dolg. Priporoča se uživanje medu iz lokalnega, domačega okolja, saj ima takšen med za nas večjo biološko vrednost. S kristaliziranim medom ni popolnoma nič narobe, in naj vas kristalizacija medu ne odvrne pri poskušanju in spoznavanju pestrosti okusov slovenskega medu. ■

➡ SABINA JORDAN KOVAČIČ

S KNJIŽNIH POLIC



Adam Kay: **TOLE BO BOLELO**

Adam Kay opisuje svoje delo v javnem zdravstvu. Svoje začetke, kako in zakaj se je odločil za ta poklic, napredovanja ter zakaj je svojo kariero zdravnika opustil in postal

komik, pisec in scenarist. Knjiga je nanizana v dnevniške zapise avtorjeve prakse. V njej se ves čas prepletajo humorne, prisrčne, pogosto tudi šokantne podrobnosti njegovega poklica. Takoj ob izidu je knjiga postala svetovna uspešnica, kajti avtor jo je uporabil za povsem neobičajno obliko zdravljenja družbe kot smo ga vajeni.



Suzanne Chiew: **JAZBEC IN VRATOLOMNA PUSTOLOVŠČINA**

Nekega jesenskega dne osamljenega jazbeca presenetijo tri male ptičice. Ena izmed njih se je med letom poškodovala in zato so izgubile svojo jato. Prijazni jazbec jih povabi v svoj dom. Ranjena ptičica se pozdravi, skupaj pa si krajšajo čas med dolgo zimo. Zunaj že diši po pomladi in ptičice bi se morale vrniti k svoji družini. Le kako naj najdejo svojo jato? Jazbec skupaj z gozdnimi prijatelji izdelata letalo in ptičje prijateljice pospremi do njihove družine.



Maria Semple: **KAM SI ŠLA, BERNADETTE**

Družina Branch ni povsem navadna družina. Mama Bernadette Fox je nadarjena arhitektka, ki je svojo kariero obesila na klin in se posvetila družini. Popolnoma se je odmaknila od družbe. Izogiba se stikov s sosedi, prav tako pa noče imeti nobenega opravka s starši sošolk njene hčerke. Najbolj zaupa svoji spletni pomočnici, ki namesto nje skrbi za vsakdanje obveznosti (plačevanje položnic, spletno nakupovanje ...). Ob zaključku osnovne šole hčerka prinese domov odlično spričevalo in si zaželi družinskega potovanja na Antarktiko. Takrat Bernadette preprosto izgine. Zgodba je polna družinskih presenečenj, ki bralca ne pusti ravnodušnega.



SABINA TOPOLOVEC – avtorica,
predavateljica in zagovornica zdravega življenja

ŠČEPEC ZAČIMB VSAK DAN, PREŽENE TEŽAVE STRAN

V jesensko obarvani številki Šentjernejskega glasila smo se pogovarjali s SABINO TOPOLOVEC. Že od otroških dni jo z naravo povezuje nekakšna posebna vez, ki jo še dandanes skrbno neguje in utrjuje. Razkrila nam je marsikatero zanimivost o skrivnostni moči začimb in njihovi vsakdanji uporabi.

✍ SABINA JORDAN KOVAČIČ

📷 OSEBNI ARHIV SABINE TOPOLOVEC



Kdaj in kako se je pojavila vaša žilica za raziskovanje rastlin?

Strast do narave me spremlja že od otroških dni. Moja najboljša prijateljica iz otroških dni mi je pred leti, ko sva se po dolgem času srečali, rekla, da je ne čudi, s čim se ukvarjam, da sem bila takšna že kot otrok.

Ste imeli zdravo otroštvo? Kako nanj gledate sedaj, s tem znanjem/védenjem?

Zagotovo sem imela precej brezskrbno otroštvo, povsem zdravo pa ni bilo. Prebolevala sem angino za angino in jemala antibiotik za antibiotikom, kar takrat ni veljalo za nič nenavadnega. Eden od zdravnikov, ki se ga mnogi še spomnijo, je na vsakem pregledu z nasmehom rekel: »Sabina, to nije ništa.« V tistem času smo imeli antibiotike doma, za vsak slučaj, za preventivo. Kaj takšnega seveda danes ni ne dopustno, niti dovoljeno.

Sodelujete s Sanjo Lončar, znano avtorico prispevkov o zdravem načinu živ-

ljenja in zdravi prehrani. Kdaj in kako se je vajino sodelovanje začelo? Kaj vaju združuje?

Spoznali sva se na enem seminarju. Sanja mi je takoj padla »v oči«, ker je postavljala zelo jasna vprašanja, na katera ji pristojni z ministrstva niso znali odgovoriti. Do nje sem pristopila v prvem premoru in takoj sva se začutili. Izročila mi je tiskane novice Skupaj za zdravje človeka in narave, ki so takrat imele le eno A4 stran. Ta je bila na drobno popisana z zanimivimi dogodki in sama sem se še isti teden udeležila njenega predavanja na temo zdrave prehrane. Mislim, da se mi je takrat odprl nov svet, ker sem končno dobila potrditev tistega, kar sem tudi sama čutila. Ko je zbolela moja najboljša prijateljica, sem najprej poklicala Sanjo, ker sem želela pomagati pri prevodu ene knjige. No, Sanja me je ob tem povabila k sodelovanju in predlagala, da bi raje mi napisali svojo. Mislim, da sem bila tistega dne tri metre nad tlemi. Hči je bila stara tri mesece, zelo veliko je spala, tako da sem se kar takoj zapodila v raziskovanje in pisanje ... Vse od takrat sodelujeva.



Sodelujete v projektu Skupaj za zdravje človeka in narave. Nam lahko kaj več poveste o tem?

Smo največji nevladni projekt na področju iskanja naravnih rešitev za najrazličnejše težave. Izdajamo brezplačne tiskane novice, ki jih bralci lahko vsak mesec vzamejo v knjižnici ali pa si jih naročijo na dom. Ker imajo omejen obseg, veliko več zapišemo v knjigah, izdali smo jih že 21. Ves čas pa o vsem tem tudi predavamo, prirejamo delavnice in seminarje. Odkar se intenzivno ukvarjamo z začimbami, tudi v Nemčiji, je mnogo naših knjig prevedenih tudi v nemščino.

»Pojem zdrave prehrane se dandanes precej zlorablja. Pa je po moje povsem preprosto. Zdrava hrana ne raste v trgovini. Zraste doma ali čim bližje domu. Pridelana je sonaravno, brez uporabe pesticidov in umetnih gnojil.«



Koliko časa ste že v začimbni vodah?

Odkar sodelujem v projektu, torej vsaj deset let. Katere koli teme smo se do sedaj lotili, vedno so se kot rešitev pokazale tudi začimbe. To je vzbudilo našo pozornost in pričeli smo jih podrobneje proučevati. Iz tega je nastala trilogija Ščepce, ki vsebuje preko tisoč strani. Pa še nismo povedali vsega.

Katera rastlina je vaša ljubljanka?

Vrtnica, ker poboža z milino, lepoto in čudovitim vonjem. Seveda takšna, ki jo negujeta le dež in sonce in ki jo lahko takoj zaužijem.

Na kakšen način svoje znanje in védenje predajate drugim?

Mislim, da največ skozi članke, knjige ter predavanja in delavnice. Z veseljem se odzivam na povabila različnih društev, knjižnic, šol, vrtcev in podobno. Nekajkrat letno predavam tudi v Nemčiji in Avstriji, kjer je zanimanje za začimbe vsaj tolikšno kot pri nas.

Lahko izpostavite, kaj vas je v zadnjem



Najboljše so rastline, ki so si same našle svoj prostor pod soncem. Nabiranje origana na otoku Lastovo.



Tortica iz kuhanega žita, brez sladkorja in z obilico slastnih začimb.

času pri vašem raziskovanju najbolj presenetilo?

Vsakič znova sem očarana nad bogatim védenjem naših prednikov, ki so se znali sami pozdraviti in preživeti v razmerah, ki si jih danes niti predstavljati več ne znamo. Če ljudje ne bi takrat natančno vedeli, s katero rastlino si pomagati, bi bila starostna statistika precej drugačna. Čeprav tudi te ne gre jemati povsem dobesedno. Sveta Hildegarda je denimo pisala



tudi o tem, kako pogosto je treba kri puščati tudi sto- in več letnikom. Pustimo ob strani metodo zdravljenja, gre za to, da stoletniki takrat očitno niso bili v takšni manjšini. In kar me ob tem še bolj preseneča, je to, da so naši predniki pogosto imeli zelo prav. Mnoge njihove modrosti so namreč danes podprte z znanstvenimi raziskavami.

Večkrat slišimo, kako močno smo danes napredni, kako živimo vedno dlje, po drugi strani pa že marsikatero vnetje v telesu prinaša smrtno obsodbo, če denimo antibiotik ne »prime«. Da ne omenjam naše odvisnosti od interneta, brez katerega si ne predstavljamo več niti najpreprostejših opravil v življenju.

Ste katero od rastlin oz. začimb preverili tudi na sebi ali znotraj vaše družine?

Moram reči, da odkar uživamo toliko začimb, skoraj ne rabimo zdravnika. Seveda pa so primeri, ko sem preizkusila moč rastlin in bila naravnost navdušena nad delovanjem. Tisto, o čemer raziskujem in pišem, še kako deluje! Prav letos

»Vsakič znova sem očarana nad bogatim védenjem naših prednikov, ki so se znali sami pozdraviti in preživeti v razmerah ...«

poleti sem preizkusila gabez, ki mi je le v nekaj dneh dobesedno izbrisal precej hude odrgnine in modrice, ki sem jih dobila pri nesrečnem padcu s kolesa. Lani mi je lovor tako rekoč preko noči odpravil zelo hudo, več dni trajajočo bolečino v ramenu, za katero bi mi zdravnik predpisal blokado. Preizkusila sem tudi močno delovanje žajblja in ameriškega slamnika pri vnetju grla in se tako izognila antibiotiku. Obkladek iz mirte mi je pred leti le v nekaj urah pozdravil vnet sinus in tako sprostil spremljajoč glavobol. S preslico sem pregnala vnetje mehurja ... in še bi lahko naštevala. Modrost rastlin me vsakič znova navdušuje in napolni s hvaležnostjo.

Ste zagovornica zdravega načina življenja in prehrane. Kako to poteka pri vas doma v praksi? Se oskrbujete s svojega vrta?

Pojem zdrave prehrane se dandanes precej zlorablja in marsikdo sploh več ne ve, kaj naj bi to pomenilo. Pa je po moje povsem preprosto. Zdrava hrana ne raste v trgovini. Zraste doma ali čim bliže domu. Pridelana je sonaravno, brez uporabe pesticidov in umetnih gnojil. Je sveže pripravljena in kar najmanj predelana, torej polnovredna. Takšna zraste tudi na našem zelenjavnem in zeliščnem vrtu, ki mi je v veliko veselje. Meso, jajca in mleko dobimo na kmetiji pri moževih starših. Če potrebujemo več, se obrnemo na kmete, ki hrano pridelujejo sonaravno. Možnosti je veliko in ni lepšega kot podpreti človeka, ki se trudi za dobro narave in človeka. Seveda kakšno stvar kupimo tudi v trgovini, a so to pretežno le najbolj osnovna živila. Še nekaj pomembnih stvari se držimo doma: ne uporabljamo t. i. »belih strupov« (belega sladkorja, moke in prečiščene soli) in rafiniranih olj, pijemo vodo in jemo hrano v najbolj izvorni različici. Takšna hrana kipi od okusov (tudi zaradi obilja uporabljenih začimb) in je vse prej kot draga, kot marsikdo povsem zmotno misli. Sami meljemo žito, pečemo kruh in vse ostale dobrote iz moke. Doma pripravljamo tudi različne namaze, marmelade, celo domačo »nutello«. Pojemo veliko zelenjave in sadja. Lani smo vložili 40 kozarcev kislega zelja in vse je izginilo čez zimo. Zelo rada kuham, pa tudi vrtnarim. Delo na vrtu je nekaj najbolj



Na predavanju *Kako z začimbami rešiti zdravje otroka* v Škofji Loki.

sproščujočega in navdihujočega, pa še bogato nas obdari s plodovi.

Kaj vse od začimb raste na vašem vrtu?

Večina tistega, kar uspeva pri nas, torej česen, čebula, peteršilj, drobnjak, vse vrste zelene, več vrst bazilike, citronka, koromač, koper, timijan, origano, žajbelj, sivka, hren, meta, melisa, vrtnica, pehtran, pelin ...

Za vami je več karier. Kako ste začeli?

Ker sem študirala nemščino, sem že med študijem poučevala odrasle na jezikovni šoli v Ljubljani. Kasneje sem učila tudi na nekaj šolah na Dolenjskem. Moja prva redna služba pa je bila pravzaprav bolj povezana z ekonomskim študijem, nekaj let sem namreč delala v turizmu, kjer sem skrbela za italijanske goste. Prav v tistem času sem se pričela intenzivneje ukvarjati tudi s pisanjem. Med ostalim sem pripravila besedilo za zloženko wellness storitev, ki je bilo zelo dobro sprejeto. Snovanje besedil me res osrečuje, ker sem pri tem lahko ustvarjalna. Zelo sem vesela, da lahko pri vsakem delu združujem več svojih strasti. Znanje tujih jezikov je danes velika prednost in to mi koristi tako pri raziskovanju različnih tujih virov kot pri prevajanju in komunikaciji nasploh. Zelo rada imam tudi slovenščino, že od nekdaj veliko berem in najbrž tudi zato tako rada in z lahkoto pišem. Seveda pa o temah, ki jih preučujem, rada tudi spregovorim, saj nimam strahu pred nastopanjem.

Kakšni so bili prvi podvigi na področju, kjer ste dejavni še danes?

V projektu sem bila edina, ki govori nemško, tako da sem se zakopala v raziskovanje nemških virov, pričela pisati prve članke, že kmalu zatem tudi knjige in skoraj sočasno tudi predavati, najprej v Sloveniji, potem pa tudi v Nemčiji in Avstriji. Sanja me je kar vrgla v vodo in rekla – plavaj. In sem. Pa še zelo uživam v tem. Ob vsem tem tudi urednikujem, že vrsto let sem urednica spletnih novic Skupaj za zdravje človeka in narave in Zdravstvenih novic A. Vogla.



V kulinaricnem kotičku na spomladanskem sejmu Alteredmed.

Ste tudi soavtorica knjig Ščepec rešitve, Ščepec védenja in Ščepec ustvarjanja ter avtorica knjige z naslovom Zdravilna moč začimb za otroke. Se vas je pri proučevanju gradiva za le-te kaj posebej dotaknilo?

Predvsem to, da sem pri svojih otrocih storila najbolj prav, ko sem sledila svojim občutkom. Moja otroka sta najbrž najbolj »začinjena« v Sloveniji in očitno sem ravnala prav. Tudi drugod po svetu, predvsem v bolj tradicionalnih deželah, kjer uporabljajo več začimb, imajo otroci znatno manj zdravstvenih tegob kot otroci pri nas. Tu še vedno vlada strah pred njimi, ki pa je povsem neupravičen in temelji na nepoznavanju zdravilne moči začimb. Ta seveda ne deluje le pri otrocih, temveč pri vseh generacijah. V deželah, kjer je ohranjena tradicija uporabe začimb, je lekarn znatno manj. Ko sva s sestro pred leti potovali po Maroku, sem zgolj iz radovednosti domačine povprašala, kje v mestu je kakšna lekarna. Odgovorili so mi, da je le ena, nekje skrita. Uporabljajo jo zgolj turisti.

Zaščitnica zelišč in dišavnih vrtničkov je sveta Hildegarda iz Bingna. So vam njeni zapiski v pomoč pri vašem delu?

Seveda, tradicionalno znanje smo črpali iz njenih zapisov, pa tudi iz zapisov Paracelzusa, tradicionalne kitajske medicine, ajurvede, slo-

»Začimbe so med najmočnejšimi in najcenejšimi antioksidanti na planetu.«



venskega in evropskega zeliščarstva ... Ob tem smo preučevali tudi bazo znanstvenih podatkov, ki je veliko tega tudi potrdila s sodobnimi znanstvenimi pristopi. Le poklonimo se lahko vsemu védenju naših prednikov.

Katera je po vašem mnenju najbolj priljubljena začimba pri Slovencih?

Sol in poper sta še vedno prva izbira. Slovenci imamo radi tudi mleto papriko, peteršilj, česen. Želela bi si, da bi uporabljali tudi več bazilike, origana, rožmarina in drugih domačih začimb. Pa seveda cimeta, kurkume, ingverja ... Prepričana sem, da bi bile vrste v ambulantni precej manjše.

Kje vse vidite moč začimb danes, v vsakdanjem življenju?

Skorajda ni področja, kjer začimbe ne bi koristile. Že to, da so med najmočnejšimi (in najcenejšimi) antioksidanti na planetu, veliko pove. Ščepec začimb vsak dan prežene vse težave stran, pa naj bo to navaden prehlad, pogosto pa tudi resnejša stanja, kot so srčno-žilna obolenja, bolečine, alergije, diabetes, rak ...

Kako izbrati prave začimbe? Kje jih dobiti in na kakšen način jih hraniti?

Začimb na domačem vrtu ne razvajajmo preveč z zalivanjem in gnojenjem ... Manj kot jih bomo mi razvajali, več zdravilnih moči bodo razvile. Pri tistih, ki jih kupimo, iz enakega razloga, pazimo na to, da so pridelane ekološko. Le takšne so lahko razvile celoten spekter zdravilnih moči, pa še telesa ne bodo obremenjevale z ostanki pesticidov. Ekološko pridelane začimbe danes ponujajo tudi nekatere čisto običajne trgovine in jih lahko kupimo tudi v manjših krajih. Po odprtju jih hranimo na suhem, temnem

in v ne pretoplem prostoru, najbolje v majhnih steklenih kozarčkih (npr. od marmelade).

Bi se strinjali z naslednjim zapisom? Čim več začimb v življenje ...

Seveda, v življenju potrebujemo mnoge. V prvi vrsti naj bo to ljubezen. In da bo ta čim bolj goreča, rabimo tudi začimbe v pravem pomenu besede, saj so mnoge med njimi močni afrodisiaki. Da ne bo pomote, to moč lahko vsekakor izkoristimo tudi za nov val energije, ki je danes mnogim primanjkuje.

Potrošništvo in materializem zapolnjujeta že skoraj vse vrzeli našega življenja. Vi pa dokazujete, da imamo na voljo tudi drugo pot. Kaj po vašem mnenju potrebujemo za kvalitetno in zadovoljivo življenje?

Zelo malo. Najbolje je prisluhniti svojemu srcu, kjer je vse zapisano. Zelo malo ljudi v resnici osrečuje nakupovanje in vedno več jih srečo najde v naravi. Opažam, da tudi tu na podeželju, ne velja več za nepredstavljivo, da se človek sredi dneva odpravi na sprehod, tek, kolesarjenje ... Lepo je, če si znamo prisluhniti in se imamo radi. Najpomembnejši so lepi odnosi, do vsega, do samih sebe, do soljudi, do narave. Vsi smo eno.

Prihaja čas, ko je potrebno poskrbeti za dvig odpornosti. Kaj nam priporočate?

Katerega od začimbnih pripravkov v medu, ki jih lahko pripravite sami, denimo s česnom ali cimetom, ingverjem, črno kumino. Izberite domač, nesegret med in začimbe najboljše kakovosti. S takšnim pripravkom se bomo obvarovali pred virusi in bakterijami hkrati. Seveda pa ob tem ne pozabimo na pitje vode

(vsaj dva litra dnevno), zdravo prehrano, gibanje na svežem zraku, dovolj spanca in lepe odnose z bližnjimi. Prisluhnite sebi in ostanite zdravi! ■



Knjižnica Šentjernej, četrtek, 21. november, ob 18. uri

Sodoben čas prinaša tudi vse več zdravstvenih težav, s katerimi naši predniki niso imeli veliko opravka. Vse bolj odporne bakterije, motnje pozornosti, propadanje živčevja, depresije, alergije, diabetes ... niso več boleznijo zgolj tretjega življenjskega obdobja. Dolgoročno jemanje močnih sinteznih zdravil s številnimi stranskimi učinki ne bo modra rešitev. Ali poznamo kaj boljšega?

Seveda ... že tisočletje!

O tem, kakšne moči se skrivajo v začimbah, bo predavala **SABINA TOPOLOVEC**, soavtorica trilogije o začimbah Ščepec in avtorica knjige Zdravilna moč začimb za otroke.

VSTOP JE PROST.

IZ ŠOLSKIH KLOPI

TEDEN OTROKA PRI PRVOŠOLČKIH

✎ NATAŠA BREGAR

Prvošolci OŠ Šentjernej smo teden otroka preživeli pestro. Kot uvod v teden otroka smo si ogledali bibliobus. Knjižničar Luka nam ga je predstavil, knjižničarka Sabina pa nam je prebrala pravljico. Bili smo presenečeni nad številom knjig v potujoči knjižnici.

V četrtek smo se takoj po malici odpravili v Kulturni center Primoža Trubarja, kjer sta nas dobro nasmejela klovna Beni in Zupi v gledališki predstavi Skoraj najboljši cirkus v izvedbi Teatra Cizamo. Bila sta prepričana, da nastopata z najboljšo cirkuško predstavo na svetu. Seveda so se jima načrti že takoj na začetku podrli, ampak ob stalnem sodelovanju otrok je to res postal

skoraj najboljši cirkus na svetu. Po vrnitvi v šolo smo v veselem razpoloženju nadaljevali dan in izdelovali živopisane lutke, s katerimi bomo igrali igrico.

V petek smo spoznavali stare igre in igrače. Tudi

preizkusili smo jih kar nekaj. Bilo je zanimivo in zabavno. Najbolj nestrpno pa smo čakali igralno urico, med katero smo se igrali s svojimi igračami, si jih izmenjevali in tako nasmejani in zadovoljni zaključili dan ter tudi teden otroka. ■





➡ ANTON TRPIN

📷 ŽUPNIJA ŠENTJERNEJ

POSLAVLJANJE.

Vsi se poslavljamo. Zjutraj, ko odhajamo na delo, v službo, v šolo. Vedno odmeva v dnevno razpoloženje: »Z Bogom ali Na svidenje.« To je naš vsakdanjik, dokler smo še na tem popotovanju. Z vsakim korakom pa smo bližje tistemu trenutku, ko bomo za vedno rekli: »Z Bogom in Na svidenje.« Poslovili se bomo od tega sveta, vseh svojih dragih in zapustili prav vse. Nič, a prav nič, ne bomo odnesli na to zadnjo pot. Morda bomo zapustili lepo človeško duhovno podobo.

SLOVO OD POKOJNIH.

Večina ljudi danes umira v bolnišnicah ali v domovih za ostarele. Malokateri umre na svojem domu. Današnji človek nima možnosti, da bi doživel smrt v domači hiši ali smrt svojega najbližjega. Vedno bolj je smrt in slovo za sodobnega človeka velik tabu. Zato vse to odmika proč iz življenja. In vendar kolikor bolj odmika te stvarnosti, toliko manj je v njegovi notranjosti prostora za umevanje teh stvari. Sam sem doživel smrt svoje mame. Bal sem se tega trenutka, ker sem jo imel neizmerno rad. Ko sem videl, da prihaja ura njene smrti, sem ob njeni smrtni postelji še odmaševal. Z menoj je bila še moja sestra in ena gospa. Težko sem gledal njene vzdihne, njeno slovo. In ko smo skupaj še pomolili, je izdihnila. Skozi solze in tiho jokanje sem jo pospremil v večnost. To doživeti me

OB SLOVESU

spremlja vseskozi življenje. To je nekaj velikega in ne strašnega. To je dar, je milost, ki te napolnjuje s posebnim upanjem in ljubeznijo. Danes so pripravljene za slovo posebne hiše, ki jim pravimo mrliške vežice. Kaj pomeni veža, vežica v vsakem domu dobro vemo. To je tisti kraj, ki ima to nalogo, da odložiš vse kar ni za notranjost hiše (sobe). Tam se sezuješ, slečeš plašč itd. In te poslovilne kraje so v socialistični dobi poimenovali »mrliške vežice«. Torej najbolj skromni prostor za dokončno slovo. S tem so se izognili, da bi ta prostor poimenovali v kapelo. Arhitekt Plečnik na Žalah ni delal mrliških vežic, ampak kapele poimenovane po svetnikih. Smrti se vsi bojimo, čeprav ji vsak dan gledamo iz oči v oči. Soočiti se s poslednjimi dejstvi (smrt, večnost, slovo) so življenjska dejstva iz katerih se lahko marsikaj učimo. Čim bolj se sprijaznimo s temi realnostmi, tem bolj bo naše zemeljsko življenje umirjeno in lažje so bomo sprijaznili s smrtjo svojih najdražjih in s svojo smrtjo. Pa tudi zemeljsko življenje ima svoj navdih ob misli na poslednje reči. V zadnjem času so se uveljavile različne oblike slovesa – pogrebov. Malo je še klasičnih pogrebov s krsto. Večji del predstavljajo žare, nekaj je tudi raztrosov pepela po posebnem kraju (doma, morje ali reka itd.). Vse to dokazuje neko novo gledanje na poslednje reči in izničenja človekovega telesa in tudi spomina. Nekoč je bila navada, da so ljudje zvečer bdeli ob mrliču. Tu je bila predvsem molitev in pogovor. Danes vse to izginja. Pogrebniški po dogovoru domačih pripeljejo pokojnika še isti dan v poslovilni prostor in tu čaka na pogreb. Tudi tukaj smo pripravili trenutek zase in za pokojnika – molitev. V spomin se mi je zarisal dogodek, ki sem ga doživel pred nekaj leti. Prijatelj me je povabil, če grem z njim k slovesu njegove mame. Privolil sem. Pogrebnu podjetju je naročil, naj nje-

govo mrtvo mamo pripravijo preden bo odšla v kremiranje. In tako je bilo. Stopila sva v ta poseben prostor, kjer je mama ležala v krsti, lepo oblečena in s cvetjem okrog krste. Stopil sem do krste, pokropil, molil in se malo odmaknil. Nato je pristopil še njen sin s solznimi očmi in bolečino v srcu. Prijel je mamo za mrzlo roko in ji v žalosti in v solzah, rekel: »Mama, hvala ti za vse.« Nekaj svetega in blagodejnega je leglo v mojo dušo in tega ne bom nikoli pozabil. Škoda, da smo tudi ta trenutek zapravili. Lahko bi se vsaj domači poslovili od svojih domačih na ta način – mrtvih (od trupla).

SLOVO – POGREB.

Tudi sam pogreb dobiva vse drugačne oblike. V uteho svoji duši in za ljudsko vedenje se oblikuje mnogo sicer lepih dejanj, ampak prav vse pa ni primerno za krščanski pogreb. Bistvo krščanskega pogreba sta molitev in sveta maša. Zato so vsi pogrebi s sveto mašo. Ob polaganju pokojnika v grob – jamo, pa naj bo to krsta ali žara, najprej duhovnik izreče besede, ki označujejo vsebino in pomen obreda. Šele potem so druge stvari (pesem, sirena ali kaj podobnega). Tudi pogreb, kot slovo, hočemo »modernizirati« in s tem zakriti skrivnost smrti in večnosti. V ta namen se namesto molitve pojavlja glasba različnih zvrsti. Govore naročimo in zanje plačamo. Na ta način si blažimo bolečino in menimo, da smo podarili svojim dragim vse. Ob slovesu si niti ne dovolimo, da bi se izjokali. In vendar imamo pravico, da svojo bolečino, žalost izjokamo. Sicer ostane v nas, če je res žalost. Novembrski prazniki se bližajo. Naj bodo dnevi notranje zbranosti, tihega domotožja, lepih in tudi trpkih spominov. Naj bo obhod ob naših grobovih sprehod v zavesti, da je ta kraj naš dom. Da se bomo pridružili množici, ki že počivajo v tej posvečeni zemlji. In prav zemlja je tista prvina, ki nas vedno bolj vabi k sebi. Kolikor bolj se staramo, toliko bolj se sklanjamo k materi zemlji. K njej bomo odšli. Ali v krsti, ali v pepelu. K njej se vračamo. ■

Bilo je nekoč: SPOMINI ZAPISANI V SRCIH – TALCI



Šentjernej, 23. 10. 1999.

➡ 📷 EMILIJA LAUŠEVIČ

Minilo je 76 let odkar so očetje iz Šentjerneja še zadnjič stopali po ljubljenski rodni grudi na ukaz okupatorjev in domačih kvizlingov proti Ajdovi njivi. Eden od strelcev je iz frčade zakričal v lepi slovenščini: »Tecite!« Snopiči ajde so bili zloženi v razstavke, kope. Potem je strnišče močila kri sovaščanov in gospodarja. Moj oče je bil najmlajši, star komaj 36 let, ki je prvi pretekel skoraj do potoka, kjer je ranjen padel na z grmovjem poraslo potko ob potoku. Vsa trupla postreljenih mož je okupator pregledal, če so mrtvi, le moj oče je bil ranjen. Vojak ga je

z mitraljezom surovo prerešetal na polovico. Masakra še ni bilo konec. Na mlinski prag so privlekli bolnega starčka in ga pred očmi otrok pokončali. Ubili so tudi očeta štirih otrok, mati pa jim je umrla že pred časom. Te sirote so v rokah nosile vodo iz bližnjega potoka in polivali mrtvega očeta, da bi ga obudili. Šentjernejska dolina se je spremenila. Žalost, teror, strah, objokovanje najdražjih, mnoge kmetije so izgubile edino moško moč. Ob spominu na nežna izropana otroštva so še sedaj neprespane mnoge noči. Še nekaj nas je takih v Šentjerneju že v visoki starosti, ki se ob srečanjih vedno vračamo v čas vojne in smrti naših ljubljenih in obujamo, kako nesrečno in samotno smo odrasli. ■

ŠENTJERNEJČAN TOMAŽ SMOLIČ JE ŽE PRED 37. LETI IZDELAL KOLO NA ELEKTRIČNI POGON

✎ JANEZ KUHELJ

V letošnjem letu je veliko govora o prevoznih sredstvih na električni pogon – avtomobilih, kolesih, skirojih ... O teh pogonskih spremembah na vozilih pa se je govorilo že veliko prej. Tako tukaj ne moremo iti mimo Šentjernejčana **Tomaža Smoliča**, ki je že pred 37. leti naredil kolo na električni pogon.

Tomaž je bil rojen v vojnem času. Doma je bil v Šentjerneju, kjer je tudi obiskoval osnovno šolo. Nato se je šel učiti za avtoelektričarja v Pionir v Novo mesto. Kasneje se je zaposlil v Agroservisu v Novem mestu, kjer je bil vodja delavnice. Prav gotovo je bil eden redkih, ki mu je uspelo izdelati električno prevozno sredstvo. Električno kolo je nastalo po Tomaževi zamisli s pomočjo delavcev v delavnici Agroservisa. Kot vse kaže, je bil Tomaž resnično raziskovalna in inventivna duša, saj je načrtoval, da bo izdelal tudi avto – »fička« na električni pogon. Vendar pa mu žal te zamisli ni uspelo uresničiti. Kot direktor Agroservisa se je upokojil in med drugim užival v delu v svojem vinogradu. Vendar mu je niti življenja v 62. letu starosti pretrgala smrt. Težko je pozabiti takega človeka, ki je imel še polno tehničnih načrtov v glavi, pa mu je prezgodnja smrt preprečila udeležiti ideje. Prav je, da se ga Šentjernejčani spominjamo. ■

PISMO TEBI

Pišem ti pismo nocoj,
že dolgo je kar te ni,
že zarasle so najine poti,
sem starejša, lasje so osiveli,
a moji spomini nate niso zbledeli.
Vse se je spremenilo,
vsa sreča je odšla,
pri meni je ni doma.
Sama žalost vsa ta leta,
vem, nič dobrega se mi ne obeta,
saj isto ni, ko bil si ti,
moški moj, prelepih oči.
Ko znal si me potolažiti, objeti,
le dobro mi želeti.
Na prvo mesto mene si postavljaj,
od ust si trgal, meni dajal.
Pišem pismo ti nocoj,
o kako hud preživljam boj,
ker te ni, ni z menoj,
sama s spomini, sem s seboj!

Vera Žabkar

NAVČEK

Danes tebi, jutri meni navček bo zapel,
taka naša je usoda, vse čas nas bo vzel.
Danes tebi zvonovi pojo, saj več te ne bo.
Jutri tudi zame zvon bo zvenel,
saj vrag šalo bo vzel.
Zato danes uživajmo kar nam je dano,
skrbi vrzimo čez ramo,
bodimo veseli, da smo še,
da lahko objamemo se.
Ko snidemo se, lepo se poslovimo,
saj ne vemo, če še jutri se dobimo.
Pustimo prepir, naredimo spravo,
saj živeti brez jeze, bolj bo zdravo.
Ko v grobu bomo spali,
ne ne bomo se jezili, brez zavesti,
kot je kamen ob cesti.

Vera Žabkar

BREZ TEBE

Brez tebe zdaj moram naprej,
čez trnje si pot bom izbrala,
saj moram čez vse ovire, zdaj sem sama.
Brez tebe si nove poti bom iskala,
kaj čaka me tam, ne bom premišljevala.
Brez tebe ponoči bom spala, na blazino
tvojo majico dala,
v njej tvoj vonj iskala.
Brez tebe bom, a ne bom sama ostala,
spomine nate imam, ki najina ljubezen
jih je stkala.

Vera Žabkar

Priloga 82
Mosko kolo na dva konja
Tomaž Smolič iz Novega mesta izdelal kolo na električni pogon – Brez polnjenja trideset kilometrov daleč
Akumulator se med vožnjo prazni in polni

Tomaž Smolič, vodja delavnice Agroservisa v Zabji vasi, je zagotovo eden redkih, ki mu je uspelo izdelati prevozno sredstvo na električni pogon. Pravzaprav gre, za čisto navadno mosko kolo, ki ima na zadnjem kolesu obojen akumulator, motor z verižnim prenosom. „Elektrokolo“ je zelo enostavno upravljati. Sedeš nanj, pritisneš na stikalo in že te potegne z mesta. Hitrost je precej odvisna od teže kolesarja in vzpetine, ki jo naprava premaga. Naj zapišemo, da ima njegov konstruktor prek 100 kilogramov, pa mu vožnja od Zabje vasi proti Šentjerneju ni delala težav.

„Elektrokolo“ je nastalo po Tomaževi zamisli in s pomočjo so-delavcev v delavnici Agroservisa, iz službenega kolesa. Od stare vespe ga predelal tako, da je nastal glavni stični motor moči dveh konjev. Ta ima to lastnost, da je lahko pogon-ski ali pa se spremeni v dinamno-polni akumulator. Stikalo na krmilu pogon.

V doline, ko kolo samo teče, v motor postane dinamno in pošilja tok preko navadne galove verige v raz-torja salamsko težko. Če bi ob predolgem vozarjenju le izpraznili akumulator, je moč „elektrokolo“ poganjati tudi na običajen pogon s



PREMAGA VSAK HRIB – Tomažev „Elektrokolo“ zmog- re z lažjim kolesarjem tudi do 30 km/h na ravni cesti.

pedali. Zvečer pa na polnjenje aku- mulatorja. V Tomaževi glavi nastaja že nov načrt „reševanja energetske krize. Prirediti želi fička, ki bo imel kombiniran pogon. Po mestnih uli- cah naj bi ga poganjala elektrika, na daljše vožnje pa manjši benzin- ski motor, ki bo istočasno polnil aku- mulatorje.

J. PAVLIN

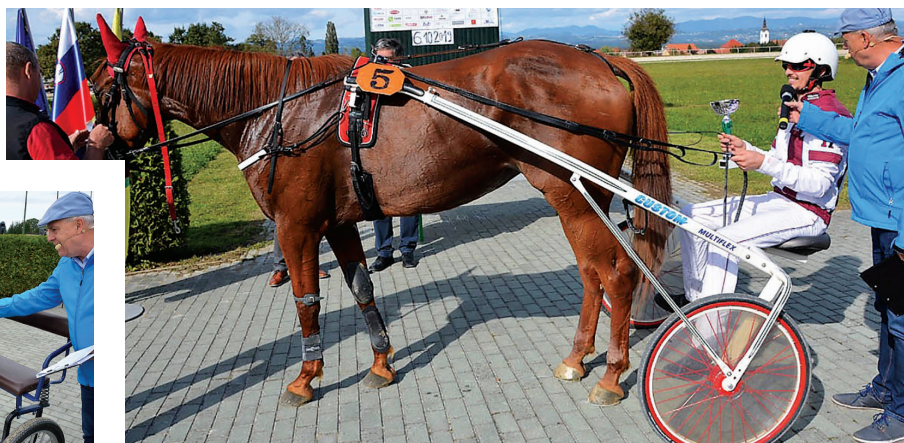
Iz Kuhljere zakladnice



Petelin Jernej je v živo spremljal finalno tekmo srebrnih slovenskih odbojkarjev v Parizu. Nepozabno vzdušje in navijanje ... Nekaj foto utrinkov iz glavnega mesta galskih petelinov, finalne tekme in sprejema na Kongresnem trgu v Ljubljani. / STANE BREGAR

ŠPORT

TROJČEK DOMAČIH ZMAG ZA KONEC SEZONE NA HIPODROMU V ŠENTJERNEJ



LANA ZRINJANIN

EMIL TURK

V nedeljo, 6. oktobra 2019, so člani Kluba za konjski šport Šentjernej pripravili še zadnje letošnje kasaške dirke na domačem hipodromu. Poleg 8 kasaških dirk so pripravili še pester spremljevalni program z dirko ponijev, promocijsko dirko dvovpreg ter promocijsko dirko dvosedov.

Kljub dejstvu, da se kasaška sezona bliža koncu, smo bili priča lepo popolnjenim dirkam ter izvrstni formi, ki so je v čudovitem jesenskem vremenu pokazali konji kasači. Domači tekmovalci so poskrbeli za nekaj izjemnih rezultatov. V 3. točki sporeda je krstno zmago v svojem 10 štartu kariere slavila **4-letna Sarah na vajetih Roka Hočevarja** s hitrim časom 1.20,0 na razdalji 1680 m. Za novo slavlje domačinov sta v 6. točki sporeda poskrbela **Rucoea Spritz in Andrej Simončič** s časom 1.21,3 na 1680 m. Šentjernejčani so dosegli še dve tretji mesti (Brendy z Vesno Šuštaršič in Avgusto z Andre-

jem Simončičem) ter tri četrta mesta (Planet s Slavkom Frankom, Alja Star iz hleva Antončič ter Tamerice in Vesna Šuštaršič).

V promocijski dirki dvovpreg, kjer so se pomerile dvovprege s hladnokrvnimi konji, s športnimi konji in kasači, je kljub dodatku 200 metrov slavila dvovprega s kasaškimi konji Ty-

mish NP in Palmarivatekihova na vajetih Primoža Simončiča iz Šentjernejske konjenice. Vsem gledalcem, ki so z nami delili to čudovito nedeljsko popoldne ter popestrili dogajanje s športnim navijanjem, se zahvaljujemo in upamo, da se vidimo na hipodromu v Šentjerneju tudi prihodnje leto. ■



Kolesarsko društvo JB Team in ŠD Petelini so v soboto, 21. 9. 2019, organizirali že 4. kolesarski vzpon na Javorovico. Na vrhu Javorovice (618 m) so svojemu namenu predali tablo gorski cilj. Zbrane kolesarje sta nagovorila župan Radko Luzar in podžupan Janez Selak. / EMIL TURK

SLADKI KOREN

➡ ANDREJA TOPOLOVŠEK

ZDRAVILNE
RASTLINE

Čaj iz korenine sladkega korena.

PREDSTAVITEV RASTLINE

Sladki koren je 1–2 m visoka trajnica z raztegnjenim koreninskim sistemom, ki ga sestavljajo dolga, močna korenika, iz katere kasneje zrastejo stranske korenine in številne zelo dolge pritlike. Korenine so sladkega okusa. Na olesenelih steblih rastejo lihopernati ozki suličasti listi, poraščeni z lepljivimi žleznimi laski. Iz zalistja poganjajo klasasta pokončna socvetja, dolga 10–15 cm, s številnimi modro-vijoličnimi, modro-rožnatimi ali rožnatimi metuljastimi cvetovi. Rastlina cveti od junija do septembra. Plodovi se razvijejo v 2,5 cm dolgih ovovih. Korenine nabiramo jeseni.

UPORABNI DELI RASTLINE

Za zdravilno uporabo uporabljamo korenino in sok sladkega korena. Korenino sladkega korena sestavljajo številne posušene olupljene ali neolupljene korenine in podzemni stranski poganjki, grobo zdrobljeni ali v daljših kosih. Sok sladkega korena pa je vodni izvleček korenin, iz katerega s sušenjem pridobimo črno rjave paličaste kose (lakricio ali črni sladkor).

Sladki koren uporabljamo kot naravno sredstvo za:

- lajšanje izkašljevanja in izločanja sluzi;
- uničuje nalezljive klice, spodbuja delovanje žlez slinavk in krepi izločanje prebavnih sokov;
- deluje proti glivicam, ki povzročajo sor in proti nekaterim bakterijam;
- pomaga tudi pri vnetih sklepih in artritisu;
- zavira razne vrste virusov, kužne na sluznicah, tudi herpes. V pomoč je celo pri zdravljenju hepatitisa B.

Čaj iz korenine sladkega korena

Korenina sladkega korena je že dolgo izjemno cenjena tudi v naravnem zdravilstvu.

Kako pripraviti čaj iz sladkega korena?

Za pripravo čaja potrebujete približno 2 žlički

posušenega sladkega korena in 2,5 decilitra vode. Vodo najprej zavrite, nato pa vanjo stresite sladki koren in jo odstavite s štedilnika. Po približno 5 minutah mešanico popijte. Ker je čaj že naravno nekoliko sladek, verjetno ne boste potrebovali dodatnih sladil. Priporočajo se največ tri skodelice čaja dnevno.

Pomoč pri težavah s kožo

Ljudem, ki se soočajo z različnimi težavami s kožo, se načeloma bolj priporoča zunanja uporaba čaja iz sladkega korena, čeprav je lahko zelo koristno tudi pitje čaja. Sladki koren lahko pomaga predvsem pri lajšanju težav s pretirano suho kožo, tudi pri ekcemih. Antioksidanti, s katerimi je sladki koren izjemno bogat, poskrbijo tudi za upočasnitev procesa staranja in za ublažitev vnetij.

Dobra izbira, če se soočate s prenizkim krvnim tlakom

Precej pogosto se govori o kronično povišanem krvnem tlaku oziroma o hipertenziji, vendar ima mnogo ljudi tudi nasprotno težavo – prenizek krvni tlak. V takšnih primerih je lahko dobra izbira prav čaj iz sladkega korena, ki pomaga dvigniti krvni tlak na normalno raven. Tako se vam ne bo treba več soočati s simptomi, kot so pomanjkanje energije in omotičnost. Po drugi strani pa seveda pitje čaja iz sladkega korena ni najboljša izbira z ljudi, ki imajo že v osnovi težave s povišanim krvnim tlakom.

Ublažitev menstrualnih bolečin oziroma krčev

Čaj iz sladkega korena velja tudi za tradicionalno pomoč ženskam, ki imajo težave z menstrualnimi krči oziroma hudimi bolečinami, ki spremljajo menstruacijo. Poma-

ga lahko tudi pri blažitvi drugih neprijetnih simptomov, ki so povezani s t. i. predmenstrualnim sindromom.

Lepši in bolj zdravi lasje

Tudi če želite s pomočjo čaja iz sladkega korena izboljšati zdravje in videz svojih las, imate podobno kot pri negi kože dve možnosti: pitje ali izpiranje las s čajem. Čaj iz sladkega korena lahko pomaga lajšati težave z zelo suhim lasiščem in prhljajem, koristen pa naj bi bil celo za preprečevanje prekomernega izpadanja las.

Krepitev imunskega sistema in ublažitev vnetij zgornjih dihalnih poti

Pitje čaja iz sladkega korena je lahko še posebej koristno za vse, ki se spopadate z vnetji zgornjih dihalnih poti. Gre za eno najboljših naravnih izbir. Čaj iz sladkega korena bo po-



Prah sladkega korena.



Korenina sladkega korena.



magal zmečhati sluz in ublažiti vnetje, poleg tega pa bo okreplil imunski sistem, zato bo telo lažje odpravilo sam vzrok težav.

Diuretiki in razstrupljevalni učinki čaja iz sladkega korena

Sladki koren velja za odličen naravni diuretik. S pitjem čaja iz sladkega korena lahko tako tudi spodbudite proces razstrupljanja telesa. To bo razbremenilo ledvice, obenem pa tudi jetra. Seveda pa s čajem ne smete pretiravati, da ne pride do dehidracije.

Naravna pomoč ljudem z depresijo in anksioznostjo

Uživanje čaja iz sladkega korena, še posebej v kombinaciji s šentjanževko, se priporoča tudi ljudem, ki se spopadajo z depresivnimi občutki in tistim, ki imajo težave z anksioznostjo. Čaj lahko namreč pomaga pri uravnavanju stresnih hormonov v našem telesu. Na žalost pa pitje tega čaja ni združljivo z jemanjem antidepresivov.

Zanimivosti

Ljudska imena za sladki koren so tudi likviri-

cija, sladčica, sladki les in sladkirica. Korenina sladkega korena lahko vsebuje aktivne učinkovine celo po 1200 letih, kar so dokazali v prejšnjem stoletju z analizo rastline iz leta 756.

Pomembno opozorilo

Sladki koren smemo uživati samo v predpisani količini in obliki kure (ne dlje kot štiri do šest tednov). Pri dolgotrajni uporabi in visokih odmerkih lahko pride do povišanega krvnega tlaka in drugih nezaželenih stranskih učinkov. ■

Pravi moški skrbi zase! Zato prisluhni telesu in poskrbi zase!

✎ MOJCA KOKOVE, dipl. m. s. (Zdravstveno vzgojni center; ZD Novo mesto)

November. Mošt, mušice, vino in veselje. V zadnjih letih pa tudi poznan kot movember. Gre za mednarodno gibanje, katerega namen je ozaveščanje javnosti o zdravju in boleznih, ki prizadene moško populacijo, s poudarkom o raku prostate in testisov. Številni moški, si namreč v podporo obolelim, pustijo v tem mesecu rasti brke. Za rakom letno po svetu zboli več kot 12 milijonov ljudi, pri čemer je rak prostate najpogostejše diagnosticirana oblika raka pri moških. Sledijo mu kožni rak,



rak pljuč, debelega črevesja in danke, glave in vratu ter mod. Straši tudi podatek, da naj bi vsakega tretjega moškega v življenju čakal boj z eno najtežjih bolezni sodobnega časa – rakom. Raziskave so pokazale, da so ženske veliko bolj odgovorne do svojega zdravja in se hitreje odločijo za obisk zdravnika. Moški pa so pri tem veliko počasnejši. In ravno v ta namen, je slogan, **PRISLUHNI TELESU! POSKRBI ZASE!**, kot spodbuda namenjen moškim, naj bodo pozorni na kakršne koli telesne spremembe, da ne oklevajo in pravočasno obiščejo zdravnika ter se v čim večji meri izogibajo slabim navadam. Prav tako je velik poziv k rednim obiskom programa SVIT, s katerim lahko moč-

no pripomoremo k zgodnejšem odkrivanju raka in večji možnosti preživetja.

IN KAKŠEN JE PRAVI MOŠKI?

- je telesno dejaven in uživa uravnoteženo prehrano,
- se izogiba slabim navadam, med drugim kajenju in prekomernemu pitju alkohola,
- se odzove vabilom na presejalne teste,
- je pozoren na telesne spremembe in
- pravočasno obišče zdravnika.

Zato, dragi moški, potrebno se je zavedati, da z zgoraj naštetimi dejanji lahko preprečimo razvoj rakavih obolenj ali pa vsaj močno pripomoremo k boljšemu izidu bolezni in ozdravitvi. Ne nazadnje s skrbjo za svoje zdravje skrbite tudi za srečo svojih bližnjih in to je vse kar šteje. VIR: <https://izogniseraku.si/> ■

Rožnati oktober

✎ MOJCA KOKOVE, dipl. med. sestra & PETRA JUDEŽ, dipl. med. sestra (Zdravstveno vzgojni center; ZD Novo mesto)

Vinotok, za nekatere pa rožnati oktober. Vinogradniki opravljajo trgatve in si pripravljajo vino, medtem ko drugi pridno ozaveščajo o raku dojke, saj deseti mesec v letu velja za svetovni mesec raka dojke.

V Sloveniji je rak dojke najpogostejši rak pri ženskah. Dejstvo pa je, da rak dojke ni izključno bolezen žensk, saj sta med obolelimi tudi eden do dva odstotka moških. Leta 2015 je za to trdovratno boleznijo zbolelo 1319 žensk in 8 moških. Najpogostejše se pojavlja predvsem pri ženskah, ki so stare med 50 in 69 let. Eno izmed zanimivih dejstev je, da je rak

dojk povezan z rodnostjo. Pogostejše se pojavlja pri ženskah, ki so bile stare 30 ali več ob prvem porodu pa tudi pri tistih ženskah, ki sploh niso nikoli rodile.

Pozni znaki raka dojke so trda, grčasta, neboleča bula v predelu dojke ali pazduh. Značilna je tudi vdrti koža ali bradavica. Pojavi pa lahko krvav ali bister izcedek iz bradavice. Na drugi strani, pa zgodnji znaki raka dojke nimajo tipičnih znakov, zato ga je težje prepoznati, kot si mislimo. Bulo najlažje zatipamo, če si redno pregledujemo dojke. S samopregledovanjem pričnemo po 20. letu. Takrat je naše telo že izoblikovano in ne pričakujemo več večjih sprememb, hkrati pa dojke že imajo svojo obliko in velikost, ki jo dobro poznamo. Pregledujemo se vsaj enkrat mesečno. Najbolj primerno nekje 7. do 10. dan po menstruaciji. To počnemo vedno na isti dan v mesecu, vse do menopavze. Po menopavzi pa si ženska sama določi dan v mesecu, ko bo dojke pregledovala. Ženske po 50. Letu starosti so vključene v **državni presejalni program DORA**. Povabljenе so na preventivno mamografijo in zanjo ne potrebujejo napotnice in ni potrebnih dodatnih plačil. Gre za rentgensko slikanje dojke in jo uvrščamo med najzanesljivejše metode za prepoznavanje rakavih sprememb. Postopek je sam po sebi malo neprijeten, medtem ko je us-

pešnost postopka visoka. Pri slikanju se dojke stisne med dve plošči. Dojka je tako sploščena približno pol minute. V tem času naprava poslika dojko iz treh smeri. Kasneje rentgenolog pregleda slike in ugotavlja ali so v dojki sumljive spremembe. Prednost mamografije je, da prepozna sumljive spremembe, še predno so tako velike, da bi jih ženska lahko zatipala med spregledovanjem. V primeru, da so vidne sumljive spremembe, bolnico napotijo na nadaljnjo obravnavo, če pa vidnih sprememb ni, bolnico zopet pisno povabijo na pregled čez nekaj časa. Poleg programa DORA, pa v Sloveniji poznamo še neprofitno **organizacijo EUROPA DONNA**, ki letos v ospredje postavlja slogan **ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG DANES ZA ZDRAVJE V PRIHODNOSTI**. Številne raziskave namreč kažejo povezavo med zdravim načinom življenja in manjšim tveganjem za razvoj raka dojke, saj naj bi prekomerna telesna teža in pomanjkanje gibanja povzročila kar 25 do 33 odstotkov primerov raka na dojke. Če povzamemo, lahko zaključimo, da so zdrav način življenja, redno gibanje, zdrava in uravnotežena prehrana ter ohranjanje normalne telesne teže ene od ključnih odločitev, da ostanemo zdravi. Zdravje pa je največkrat prvi pogoj, da smo lahko srečni in zadovoljni. ■



VICI

Češnje na drevesu

Polž pleza po deblu češnje. Mimo prileti kos in mu reče:

»Nima smisla, da plezaš po drevesu, saj ni nič češenj!«

»Ko bom na vrhu, bodo že!«



Znak za pešce

Policist je na mostu zaustavil kmeta, ki je s seboj vodil bika.

»Na začetku je prometni znak, ki dovoljuje promet samo za pešce,« je rekel policist.

»Ja, in? Se mar moj bik pelje?«

Zakon težnosti

Desetar razlaga vojakom zakon težnosti:

»Če vržete kamen v zrak, pade nazaj na zemljo. To je zakon težnosti.«

»Kaj pa če pade v vodo?« vpraša vojak.

»To pa ni več naša stvar, s tem naj se ukvarjajo pri mornarici!«

Policaji in predstava

Pride komandir na postajo in razdeli vstopnice za ogled predstave Figarova svatba. Naroči, da naj se sicer lepo oblečejo, da pa ni potrebno priti v frakih, saj je to samo predstava in ne poroka. Pa reče en policaj drugemu:

»Kaj se bo hvalil?! Zadnjič, ko smo šli gledati Labodje jezero, je pa edini prišel v kopalkah!«



RIŠE: Darinko Ruden

PREGOVORI ZA OKTOBER

Če listje hitro odleti, vsak naj zime se boji. / Če je Gal suhoparen, oznanjuje, da ob letu suša pripotuje. / Vlažen, mrzel Luka (18. 10.) kmalu sneg prikuka. / Če jeseni ni kam devati, spomladi ni kje jemati. / V oktobru burja in mraz, januarja sončen čas. / Kakršno vreme Urša (21. 10.) prinese, tako se rada jesen in zima obnese. / Če se drevje zgoda obleti, polje ob letu dobro rodi. / Če se polž globoko zakoplje, se huda zima prikoplje.

V prejšnji številki glasila smo vas spraševali, kaj je bilo na objavljeni fotografiji. Za pravilen odgovor, da je na objavljeni fotografiji Gracarjev Turn v Hrastju, se zahvaljujemo MELITI SKUMAVEC iz Zapuž. Nagradjenki, ki je pravilno odgovorila, čestitamo in jo prosimo, da pride na občino, kjer bo prevzela nagrado gostilne Pri Jerneju, ki se ji za nagrado najlepše zahvaljujemo.

ALI
POZNATE
SVOJO
OBČINO?



TOKRAT VAS SPRAŠUJEMO, KJE JE BILA POSNETA FOTOGRAFIJA. Vaše odgovore pričakujemo do četrтка, **15. novembra 2019**, na naslovu: Uredniški odbor Šentjernejskega glasila, Občina Šentjernej, Prvomajska cesta 3 a, 8310 Šentjernej ali na e-naslovu: sentjernejski@siol.net.

IZBRANI
RECEPT
MESECA

Jabolčni kolač

Za model s premerom 26 cm. Priprava 30 minut, pečenje 50 minut.

SESTAVINE

750 g jabolk / limonin sok / 160 g zmešanega masla / 125 g sladkorja / 1 zavitek vanilijevega sladkorja / ščepec soli / 1 žlička naribane bio limone / 3 jajca / 250 g ostre moke / 2 žlički pecilnega praška (lahko tudi vinski kamen) / 1–2 žlici mleka / masčoba za model / sladkor v prahu za posipanje

POSTOPEK PRIPRAVE

Električno pečico vklopimo na 200 °C.

1. Jabolka olupimo, narežemo na četrtine, odstranimo peščice in narežemo na tanke krlje. Pokapamo jih z limoninim sokom. V ponvi raztopimo tri žlice masla in na njem opečemo jabolčne krlje, da dobijo zlatorumeno barvo. Vzamemo jih iz ponve in ohladimo. **2.** Z ročnim mešalnikom umešamo v skledi preostanek masla in postopoma dodajamo sladkor, vanilijev sladkor, sol ter limono lupino. Nato eno za drugim dodamo jajca in jih dobro razmešamo. **3.** Moko zmešamo s pecilnim praškom ter primešamo zmesi masla z jajci, da dobimo gosto tekoče testo. Če je testo pregosto, dodamo še 1–2 žlici mrzlega mleka. Model za kolač premažemo z masčobo in posipamo z moko, vanj vlijemo testo in ga zravnamo z lopatico. Krlje jabolk nato polagamo po površini testa kot strešnike. Pečemo na 200 °C, 40–50 minut. **4.** Kolač vzamemo iz pečice, ga ohladimo na žičnati podlagi in zvrnemo iz modela. Po vrhu kolač nato posipamo z mletim sladkorjem in narežemo na 12 kosov.

Dobri tek!

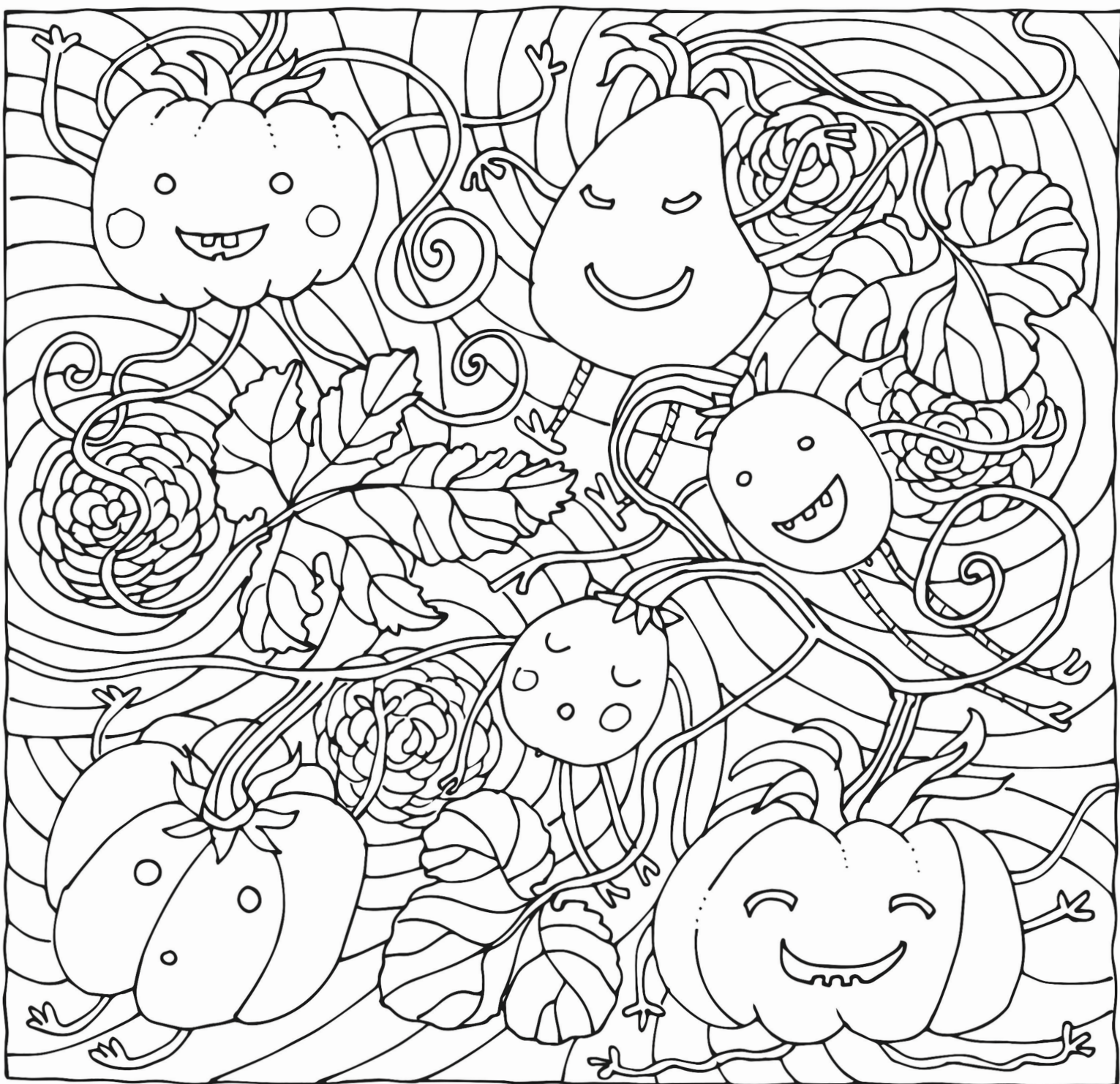
Recept je preizkusila Darja Kovačič.





POBARVANKA ZA NAJMLAJŠE

RIŠE:
Mojca Lampe
Kajtna



PLATIŠČA • AVTOOPTIKA HITRI SERVIS • REZERVNI DELI

TRGOVINA Z AVTODELI

Telefon : 07 30 82 362

akumulatorji • olje in maziva • dodatna oprema • polnjenje klim • avtopralnica



VULKANIZERSTVO
KOVAČIČ

Bučarjeva cesta 9, 8310 Šentjernej

Telefon : 07 30 82 360 / Mobitel : 041 745 860 / Servis : 031 312 493

www.vulkanizerstvo-kovacic.si

UGODNE CENE PNEVMATIK
HRAMBA PNEVMATIK



CVETLIČARNA MIKLAVČIČ

NAŠA PONUDBA

rezano cvetje • mačehe, rese in trajnice • lončne krizanteme • darilni, poročni in žalni program • lončnice • aranžiranje daril • zemlja in pesek • aranžiranje z baloni in darila v balonu • darilni boni Hiše daril

**SPREJEMAMO
NAROČILA ZA
PRVI
NOVEMBER**

Gorenja Brezovica 2, Šentjernej / T: **041 73 83 55** ali **041 59 77 70**



ZAHVALA

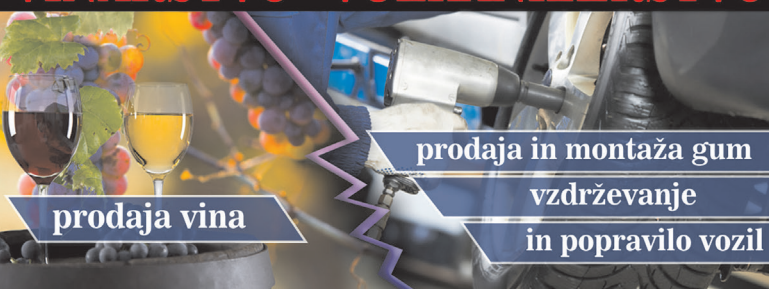
V 61. letu starosti nas je zapustil
dragi mož, oče, stari oče, stric in boter

IVAN ERBAN

Sela pri Šentjerneju 12

Ob nepričakovani nenadni izgubi se iskreno zahvaljujemo vsem
sorodnikom, sosedom, vaščanom, prijateljem in znancem za izrečena
sožalja, darove sveč, denarno pomoč in podporo v težkih trenutkih.
Zahvaljujemo se pogrebni službi Blatnik, podjetju Revoz d. o. o., podjetju
EDMS d. o. o. iz Šentjerneja, Marijanu Ušeničniku, g. kaplanu Romanu
Ivanetiču za lepo opravljen obred in gospe Meliti za govor ob slovesu.
Hvala vsem in vsakemu posebej, ki ste ga imeli radi in ste ga v tako velikem
število pospremili na njegovo zadnjo pot.
Žalujemo vsi njegovi.

VINARSTVO VULKANIZERSTVO



prodaja in montaža gum

vzdrževanje

in popravilo vozil

prodaja vina

Tomaz Junc s. p.
Polhovica 4 c, 8310 Šentjernej
041 331 901
tomaz.junc@gmail.com



VPISUJEMO DEČKE IN DEKLICE V NOVO SEZONO

Nogomet, druženje, zabava in veselje

NOVOST

**Vpeljujemo atletske treninge za pravilni
športni razvoj otroka**

POSEBNA PONUDBA

**Pripeljite otroka na trening,
starši pa v Fitnes center Rooster Šentjernej**



**10%
popust
za
fitnes***

Informacije: **07 600 30 10** ali info@nk-sentjernej.com



* popust velja, če vaš otrok trenira v klubu



KUŠLJAN

TISK

MAJICE IN KAPE S TISKOM PO VAŠI ŽELJI

**NOVOLETNI PROGRAM
(VŽIGALNIKI, KOLEDARJI,
ROKOVNIKI, DEŽNIKI, SVINČNIKI)
IZREZ FOLIJE (NALEPKE)**

KVALITETNO IN UGODNO!

tisk.kusljan@gmail.com

POUČEVANJE:

- DIATONIČNE HARMONIKE**
- KLAVIATUR**
- KITAR**

041/556-590

Glasbene storitve "TINA"



Pričenjamo z vadbo za predšolske otroke

IGRE Z ŽOGO

- razvijanje motorike
- orientacija v prostoru
- gibanje skozi igro
- učenje sodelovanja
- različne igre z žogo



Informacije:
info@nk-sentjernej.com
07 600 3010

FANTJE Z VASI

vas vljudno vabimo na

Martinov koncert

ki bo v petek, 8. novembra, ob 19. uri
V KULTURNEM CENTRU PRIMOŽA TRUBARJA, ŠENTJERNEJ

GOSTJE VEČERA:

Šentjernejski oktet
pevska skupina Mavrice
ljudski godci Fantje iz Lukarije

Vstopnice so že na voljo na blagajni Kulturnega centra Primoža Trubarja.

*Pridite,
lušno bo!*

MARTINOV POHOD

Društvo vinogradnikov Šentjernej organizira
Martinov pohod z MARTINOVANJEM dne
9. novembra 2019.

Pričetek pohoda bo ob **10. uri** s startom
na **sejmiščnem prostoru.**

Pohod bo potekal po vinskih gorica s postanki in
malico. Degustacija vina bo na Kmetiji Karlovček.
Zaključek pohoda z Martinovanjem bo potekal pod
kozolcem pri Grabnarju na Razdrtem.

**Prijava na pohod (18 €) je obvezna in jih
sprejemajo v trgovini Obutev-Stil.**

KONTAKT:

Ivan Zore 041-852-330 / Franc Grabnar 041-311-248

Vljudno vabljeni



• Design: www.studio-ajd.si • Fotografije: www.bottleshooters.eu

JOMI
LABELS

• Wien
• Graz
• Zagreb
• Venezia
www.jomi.si
+ 386 (0)3 56 87 621



POTREBUJETE SEČNJO IN SPRAVILO LESA ALI ŽELITE LES SAMO PRODATI

GOZDNO GOSPODARSTVO NOVO MESTO
je vaš zanesljiv partner!
(Smrečnikova ulica 45,
07 3321 065, gg-nm.uprava@siol.net)

POKLIČITE
našega področnega predstavnika:
Klemen Hosta, 031 528 334

Hvala vam za zaupanje

www.ggnm.si



								AFRIŠKA OTOŠKA DRŽAVA (GL.MESTO MORONI)	OTO PESTNER	UDAREC S SEKIRO	PLOČNIK	 Občina Šentjernej			
						OPERNI PEVEC						REZULTAT	SANJE	PO NJIH HODIMO	
						TEŽA VODE, KI JO SPODRINE LADJA, SPODRIV									
						DUŠAN MRAVLJE			KOŽJI SAMEC IRSKI IGRALEC (LIAM)						
						VEK, ERA				SMUCARKA MAZE					
						SADNA PLJAJA				RADIJEV IN IMITATOR (SAŠO)					
														MOČAN PRIJEM	PRIMORSKA JED IZ TESTENIN
		AVTOR: MATJAŽ HLADNIK	MAJHEN SOM	DEŽELA PRŠUTA IN TERANA	LOVRO INKRET	VEČJA PTIČJA KLETKA ODKOPAVANJE						SERGEJ PAHOR POJASNILO, PRIKAZ			
		LEVI PEDAL V VOZILU ČOPASTI PAPAGAJ						OTROK BREZ STARŠEV KOS SUKANCA							
ZVEZNA DRŽAVA V ZDA								DOMIŠ-LJAVEC				OSTER, MOČEN VETER LOJZE UDE			
								MAVRAH							
GLAVNO MESTO ITALIJE (IZVIRNO)					PREISKO-VALEC ZLOČINOV TATUM O'NEAL										
PRIPADNIK ARISTOKRACIJE, PLEMIČ									MRAVLJA RDEČE BARVE, ROSICA						
PRETIRANO LEPI IZDELKI				VSA DELA KAKEGA AVTORJA				DEPLASMA - teža vode, ki jo spodrine ladja, spodriv NEESON - irski film. igralec (Liam, roj.1952, Schindlerjev seznam) VOLIERA - večja kletka, v kateri se ptič lahko preletava							

MEGA foto

center za fotografijo in mobilno telefonijo

Cesta oktobrskih žrtev 2, Šentjernej

Sestavite TV shemo po svojem okusu.

A1 Kombo M

29⁹⁹ €
na mesec

2 leti
garantiran popust

07 30 81 111 040 410 645 www.megafoto.si



The advertisement is set against a light blue background. At the top left is a blue key icon. To its right, the company name 'ČEVLJARSTVO IZDELAVA KLJUČEV' is written in large, bold, black capital letters. To the right of the text is a photograph of a black men's dress shoe and a red women's high-heeled shoe. Below the company name, 'Zoran Zrnić s.p.' is written in bold black text. In the center, 'DELOVNI ČAS' is written in red capital letters. Below that, the days 'PONEDELJEK, SREDA, PETEK' and the time range '9.-12. in 14.-17.' are written in large red capital letters. At the bottom, a black banner contains the address 'C. O. ž. 9. 8310 Šentjernej.' and the phone number 'tel.: 07/30 81 726' in white text.



40

**LETNICA
MePZ
VLAŠTE
TAVČAR**

Vabito na koncert

23. november 2019, ob 19. uri, Kulturni Center Primoža Trubarja Šentjernej



Francič
ansambel—

KONCERT
ob 25. obletnici

**24. 11. 2019,
ob 15. uri**

**Kulturni center Primoža Trubarja
ŠENTJERNEJ**

Nastopajoči:

Ans. FRANČIČ, Ans. PETRA FINKA, Ans. PRAVA STVAR,
Ans. NEBO, Ans. ANDREJA BAJUKA, DRUŽINA FRANČIČ
Voditelj in humorist gasilec SAŠO

**Prodaja vstopnic po 10 €
v Kulturnem centru Primoža Trubarja**

Obiskovalci po koncertu prejmejo darilo,
novi CD ansambla FRANČIČ, ki bo izšel na dan koncerta.

NE
IŠČITE
KANALOV,
IŠČITE
VSEBINE.



LED TV
PHILIPS
43PFS5503

ZA NOVE
NAROČNIKE

ŽE ZA
1€*

*Akcijska ponudba izdelkov za 1 EUR velja za nove naročnike paketov NEO ob vezavi za 24 mesecev in se izključuje z akcijsko ponudbo znižane mesečne naročnine paketov NEO. Ponudba izdelkov velja do 14. 11. 2019 oz. do razprodaje zalog. Cene so v EUR z DDV. Za več informacij o ponudbi obiščite www.kobra.si ali pokličite 041 600 700.



TelekomSlovenije

KOBRA

041 600 700 · info@kobra.si · www.kobra.si

TELEKOM SLOVENIJE • POOBLAŠČENI PRODAJALEC

Prihaja JESEN NA PLAC'

Občina Šentjernej vas vabi na dogodek
JESEN NA PLAC',
ki bo v petek, 25. oktobra 2019, ob 17. uri.

Z nami bodo: Ekipa krompirček Šentjernej, Društvo vinogradnikov Šentjernej, Društvo kmetič Šentjernej, Turistično društvo Zvon Gradišče, Turistično društvo Šentjernej, Kulturno društvo Ajda Orehovica

**Za veselo vzdušje bodo skrbeli HARMONIKARJI JANEZA
LEKŠETA in PEVKA JANA BEVC**

**POKUŠINA PLEČNIKOVEGA ČAJA IN FIT COFFEE
DRUŽABNE IGRE**

Poveselite se z nami ob dobrotah in dobri kapljici.
Vsem soustvarjalcem prireditve se iskreno zahvaljujemo za prostovoljno sodelovanje.

VLJUDNO VABLJENI!