

Sostrčan



December 2021

VESEL BOŽIČ IN SREČNO 2022!



Sostro ... eno samo veliko gradbišče

Konec aprila se je začelo ... s postavitvijo tabel o prvem zaprtju ceste in »urejenem« obvozu. A ob prvi izkopani luknji se je zdelo, da vsi vse vemo. Našli smo polno napak, opazki za nič krive delavce, predvsem pa smo svojo jezo strnili in jo stresali ... povsod. Nekateri so delili nestrpna mnenja, da bi mimo šole in pokopališča s »karjolo« in lopatami izkopali hitreje in naredili, kot se šika. Zgodba se razpleta tako, kot se, zaradi vseh, projektantov, izvajalcev, nadzornikov in krajanov. Moja tašča pravi, da je potrpežljivost božja mast, a ubog je tisti, ki se z njo maže. Vsi se mažemo. Zato bo najlažje, da naredimo kot Luka Dončić, korak nazaj in premislimo, preden podelimo nepremišljen komentar, ki boli vsakogar. Lahko nam je v tolažbo tudi znani rek iz risanke Mojster Miha: »Bomo zmogli? Bomo, ja!«

Tokratna številka nima poglavitne teme, je skupek polno zanimivih člankov, v katerih društva predstavljajo svoje dejavnosti. Nekateri se predstavljajo prvič. Poiščite jih.

Učenke in učenci Osnovne šole Sostro so z mentorjema Urško Lužar in Jožetom

Drabom odkrili vse vrhove naše okolice. Ne boste verjeli, kar 33 jih je in vse so opisali v knjižici. Potek raziskovanja pa v prispevku, ki ga najdete v rubriki Šola in vrtec. O življenju vrtca in radoživih aktivnostih najmlajših, ki so »raztreseni« na različnih lokacijah, piše pomočnica Vrtca Pedenped Mojca Laznik.

Mogoče ste opazili, da v vas prihaja poseben avtobus Ljuba in Drago. V rubriki Novo na vasi boste lahko prebrali o tem, kje, kdaj ga srečate in komu je namenjen.

V našem hribovitem predelu je končno iz pip pritekla čista pitna voda. Na kratko svoje razmišljanje podaja Marjanca Marn.

December se bliža in na predzadnji strani boste našli prijavnico za prvega dobrega moža, svetega Miklavža, ki nas bo obiskal 5. decembra 2021.

Najbrž se večina krajanov in krajanek bojuje z največjim izzivom. Ostati zdrav ali pa preboleti z najmanj posledicami. Ni prijetno. To je jasno vsem. A za skupno zmago se moramo potruditi vsi in vsak posebej. Poizkusimo razumeti, da smo vsi



Maruša Babnik
odgovorna urednica

odgovorni zase in za drugega, saj živimo v skupnosti.

Sostro bo še nekaj časa gradbišče, ki ga lahko sprejemamo kot razrite ceste, polne lukenj, neprijetnih dogodkov, ali pa ga sprejmemo kot gladek asfalt. Sama se bom odločila za drugega.

V mesecu, ki prihaja, naj se v vseh naselji mir in tiho pričakanje.

Za leto 2022 vam podarjam vrečo, napolnjeno z zdravjem, veseljem in srečo.

Želim vam prijetno branje!

Iz vsebine

Nagovor članov ČS Sostro	3
Komunala pa to	4
Iz poslanskih klopi	6
Društva na dlani	7
Kulturni utrip	20
Šola in vrtec	20
V dolini Besnice	23
V hribih se dogaja	24
Lepote podeželja	25
Duhovna misel	25
Športnik na vasi	27
V objemu narave	29
Novo na vasi	30
Dobro je vedeti	33
Glas ljudstva	35
Za najmlajše	36



Izdajatelj:
Mestna občina Ljubljana
Četrtna skupnost Sostro

Cesta II. grupe odredov 43
1261 Ljubljana Dobrunje
mol.sostro@ljubljana.si
www.cs-sostro.si

Odgovorna urednica: Maruša Babnik

Uredniški odbor:

Marjanca Marn
Domen Zajec
Mojca Eržen
Andreja Svetek.

Lektoriranje: Saša Grčman

Oblikovanje: Color.Id, Uroš Sterle s.p.

Tisk: Collegium Graphicum d.o.o.

Naklada: 2.500 izvodov.

ISSN 2670-7071

Dragi bralke in bralci, cenjeni krajanke in krajan Četrtna skupnost Sostro.

V tokratni številki vas nagovarjamo vsi člani Sveta Četrtna skupnost Sostro.

V naši četrti skupnosti se trenutno izvajajo veliki infrastrukturni projekti, ki smo jih vsi dolgo in nestrpnost pričakovali. V hribovitih delih se nadaljuje izgradnja vodovodov, ki poteka dokaj gladko in brez večjih zapletov, za kar se iskreno zahvaljujemo tako Oddelku za gospodarske dejavnosti in promet MOL kot tudi vsem sodelujočim krajanom. V nižinskem delu se izvaja težko pričakovana kanalizacija, ki bo zmanjšala zlivanje komunalnih odpadkov v naše vodotoke ter obenem tudi izboljšala prometno infrastrukturo. Zaradi epidemije koronavirusne bolezni, ki se s krajšimi prestanki vleče že dve leti, v našem kraju ni bilo javne predstavitve projekta, ki bi nam vsem omogočila seznanitev s predvidenim potekom del in bi predstavila, za kako obsežna dela gre. Zato izkoriščamo tokratni uvodnik, da vam na kratko predstavimo predviden časovni potek.

V času nastanka uvodnika je skoraj zaključen odsek Cesta II. grupe odredov od Križavke do mostu čez Dobrunjščico (manjka asfalt na pločnikih). Žal določeni deli projekta, kot je s ceste umaknjeno avtobusno postajališče nasproti osnovne šole, niso bili izvedeni zaradi nasprotovanja lastnika zemljišča. Čeprav je bila za kmetijsko zemljišče ponujena zelo dobra cena.

Odrpno je že gradbišče na ulici V Češnjico, kjer je predviden zaključek konec decembra. Obvoz je urejen prek Zagradišča in Pečarja na Litijsko cesto.

Odrpno se je tudi gradbišče Žabja vas, s predvidenim zaključkom aprila 2022. Obvoz za lokalni osebni promet poteka v smeri iz Centra skozi Sadinjo vas, desno (pri Svetku) in desno enosmerno po Mareški poti do Ceste 13. julija. V smeri proti Centru po Cesti 13. julija, naravnost po Podmolniški

cesti, skozi vas pri Birku nadaljujete levo po Podmolniški cesti vse do Mareške poti, kjer zavijete levo in nadaljujete enosmerno (mimo Rifla) do priključka na cesto proti Sadinji vasi. Tako imenovani »ajzenpon« je cesta v privatni lasti več lastnikov in ni namenjena obvozu, ker se z enim izmed lastnikov nikakor ni dalo ustrezno dogovoriti. Tudi na odseku ob Križavki so se pojavile težave pri dogovorih z lastniki zemljišč, tako da še iščemo alternativno rešitev za umestitev pločnika, da naših otrok ne bo treba v šolo voziti s kombiji.

V kratkem se bodo odprla gradbišča stranskih odcepov Sostrske ceste (pri Znamenšku).

Gradbišče Sostrska cesta se predvidoma odpira zgodaj spomladi 2022. Obvoz bo urejen po Cesti II. Grupe odredov.

Gradbišče Sadinja vas se bo odprlo šele po končanem odseku Žabja vas, ker se bo uporabljal isti obvoz za osebni promet.

Spoštovani krajan. Iskrena hvala za vaše razumevanje, strpnost in sodelovanje pri izvedbi obsežnega projekta. Naprošamo vse lastnike zemljišč, ki so namenjena

izboljšanju komunalne infrastrukture v naših krajih, da se strinjajo s prodajo. Če ne bo soglasja, se bo izvedba podaljšala, posamezni deli cest pa bodo brez pločnika, cestišče bo preozko ali pa celo ne bo mogoče položiti vse komunalne infrastrukture. Zavedamo se vaših vsakodnevnih težav in zamud zaradi del, teh smo deležni tudi sami. Še naprej vas pozivamo k strpnosti in potrpežljivosti, prosimo vas tudi za previdno in strpno uporabo obvoznih cest, ki so v času konic pogosto preobremenjene. Na voljo smo vam za dodatna pojasnila in pomoč pri odpravljanju težav ter tudi za vaše predloge. Čez nekaj let bomo na težave in zamude pozabili, ostali pa nam bodo urejena komunalna infrastruktura, nov asfalt, novi pločniki ter, upamo, da tudi kakšna kolesarska steza.

S to mislijo še enkrat ISKRENA HVALA za vaše sodelovanje, želimo vam vesel božič ter srečno, predvsem pa zdravo novo leto.

Svetnice in svetniki ČS Sostro: *Maruša Babnik, Jan Bitenc, Marjan Bitenc, Mojca Bončar Miklavec, Marija Gašperšič, Anton Goršič, Mira Kamšek, Igor Koprivnikar, Liljana Maren, Marjanca Marn, Stanko Miklavec, Tomaž Svete in Domen Zajec*



Aktivnosti za urejanje prostora in komunalno infrastrukturo

Izgradnja kanalizacije

Izgradnja kanalizacije je zahteven projekt, za katerega si Svet ČS Sostro želi, da se kakovostno in čim prej izvede. Seveda pa se pri sami izgradnji pojavljajo številne težave, včasih na strani izvajalcev, drugič na strani krajanov (predvsem glede zemljišč ter neprimerne obnašanja do delavcev). Svet ČS se trudi sproti reševati te težave tako s krajanmi kot tudi izvajalci. V ta namen je predsednik Sveta ČS imel številne pogovore s krajanmi, z nekaterimi je bil dosežen uspešen dogovor, z nekaterimi, žal, ne. Številni sestanki so potekali tudi z izvajalcem del in predstavniki OGDPA MU MOL, na katerih smo poskušali najti optimalne rešitve.

Ker so se v septembru pojavile težave glede varne poti otrok v šolo, ker kanalizacija na Cesti II. grupe še ni bila zaključena, je Svet ČS Sostro pozval izvajalca del, podjetje Hidrotehnik, naj v interesu varne poti otrok v šolo in iz nje poskrbi za varno šolsko pot ob izvajanju del. Svet ČS Sostro je zato predlagal, naj izvajalec dela začne ob 8.00, ko so otroci že v šoli, ter jih prekine med 13.00 in 14.00, ko otroci hodijo peš domov. Delavci so namreč izvajali dela, medtem ko so mimo otroci hodili peš, kar je bilo zelo nevarno. Hkrati je Svet ČS Sostro pozval k boljšemu izkoristku preostalega svetlega dela dneva, ko ni mimoidočih otrok.

Svet ČS Sostro je zaprosil izvajalca, naj pospeši izvajanje del, saj je bilo predvideno, da se bo do začetka šolskega leta (do septembra) cesta do šole že asfaltirala. Poleg tega je Svet ČS Sostro zaprosil, naj se ustrezno vzdržujejo ceste, kjer poteka obvoz, in ceste, kjer se izvajajo dela (redno polivanje v času lepega vremena ter posipanje in utrjevanje cest, kjer so udarne jame).

Svet ČS Sostro je ugotovil, da je nadzor nad izvajanjem del neustrezen, zato je pozval podjetje Hidrotehnik, naj izvajalca nadzora nad deli naloži bolj dosledno in boljše izvajanje nadzora. Prav tako je Svet ČS opozoril na ustrezno označitev obvoza s primerno prometno signalizacijo in na redno preverjanje signalizacije.

V času nastanka tega članka je skoraj zaključen odsek Cesta II. grupe odredov od Križavke do mostu čez Dobrunjščico (manjka asfalt na pločnikih). Žal določeni deli projekta, kot je s ceste umaknjeno avtobusno postajališče nasproti osnovne šole, niso bili izvedeni zaradi nasprotovanja lastnika zemljišča. Čeprav je bila za kmetijsko zemljišče ponujena zelo dobra cena.

Odrpto je že gradbišče na ulici V Češnjico, kjer je predviden zaključek konec decembra. Obvoz je urejen prek Zagradišča in Pečarja na Litijsko cesto.

Odrplo se je tudi gradbišče Žabja vas s predvidenim zaključkom aprila 2022. Obvoz za lokalni osebni promet poteka v smeri iz Centra čez Sadinjo vas, desno (pri Svetku) in desno enosmerno po Mareški poti do Ceste 13. julija. V smeri proti Centru po Cesti 13. julija, naravnost po Podmolniški cesti, skozi vas pri Birku nadaljujete levo po Podmolniški cesti vse do Mareške poti, kjer zavijete levo in nadaljujete enosmerno (mimo Rifla) do priključka na cesto proti Sadinji vasi. Tako imenovani »ajzenpon« je cesta v privatni lasti več lastnikov in ni namenjena obvozu, ker se z enim izmed lastnikov nikakor ni dalo ustrezno dogovoriti. Tudi na odseku ob Križavki so se pojavile težave pri dogovorih z lastniki zemljišč, tako da še iščemo alternativno rešitev za umestitev pločnika, da naših otrok ne bo treba v šolo voziti s kombiji.

V kratkem se bodo odprla gradbišča stranskih odcepih Sostrske ceste (pri Znamenšku).

Gradbišče Sostrska cesta se predvidoma odpira zgodaj spomladi 2022. Obvoz bo urejen po Cesti II. grupe odredov.

Gradbišče Sadinja vas se bo odprlo šele po končanem odseku Žabja vas, ker se bo uporabljal isti obvoz za osebni promet.

Ureditev odvodnjavanja meteornih voda – Gabrje pri Jančah

V vasi Gabrje pri Jančah je bilo v preteklem letu urejeno odvodnjavanje meteornih voda. V letošnjem letu se je meteorni jašek

zamašil in voda zastaja ter odnaša zemljo, zato je Svet ČS Sostro predlagal OGDPA MU MOL, naj čim prej očisti meteorni jašek. Pristojni oddelek si bo zadevo ogledal in ustrezno ukrepal.

Sanacija ceste v vasi Gabrje pri Jančah

Cesto v vasi Gabrje pri Jančah je treba preplastiti, ker je v slabem stanju, proti koncu vasi in do križišča za Vnajnarije pa je cesta zelo ozka in bi jo bilo tudi treba razširiti. Lastnik zemljišča je pripravljen dati soglasje za razširitev ceste. Svet ČS Sostro je zato navedeni odsek ceste dodal na seznam cest za asfaltiranje v ČS Sostro. Predlog za razširitev ceste pa je poslal v reševanje na OGDPA MU MOL.

Asfaltiranje ceste Volavljje–Brezova Ravan

Svet ČS Sostro je obravnaval pobudo krajana za asfaltiranje ceste Volavljje–Brezova Ravan. Ker je v ČS Sostro veliko število cest, ki jih je še treba asfaltirati, je Svet ČS Sostro navedeni odsek ceste dodal na seznam cest za asfaltiranje v ČS Sostro.

Asfaltiranje odseka ceste do Podmolniške 43, 45, 47, 45a in naprej do vodohrana Podmolnik

Svet ČS Sostro je obravnaval pobudo krajanke za asfaltiranje odseka Podmolniške ceste do objektov 43, 45, 47 in 45a ter predlagal, da odsek ceste asfaltira podjetje VO-KA Snaga, ker je to cesta, ki vodi do vodohrana Podmolnik. JP VO-KA je podalo odgovor, da bo cesto uredilo, ko bo vodovod prevzelo v upravljanje, prej pa ne. Zato je Svet ČS Sostro navedeni odsek ceste dodal na seznam cest za asfaltiranje v ČS Sostro.

Postavitev sistema izposoje koles Bicikelj v Sostru

V ČS Sostro ni postavljene še nobene postaje za izposajo koles Bicikelj, zato je Svet ČS Sostro predlagal OGDPA MU MOL vzpostavitev sistema za izposajo koles Bicikelj na območju Sostra. Svet ČS Sostro je predlagal tri lokacije: Pri OŠ Sostro, na končni postaji LPP št. 13 v Sostru ter na Poti heroja Trtnika. Iz OGDPA MU MOL so odgovorili, da vzpostavitev sistema Bicikelj

v Sostro še ni predvidena, da pa bodo predlog upoštevali, ko se bo sistem urejal na območju ČS Sostro.

Postavitev hitrostnih ovir na Cesti II. grupe odredov – krajani Ceste II. grupe odredov

Svet ČS Sostro se je seznanil s pobudo krajanov Ceste II. grupe odredov, da se na Cesti II. grupe odredov od Litijske ceste (od stare pošte) proti Cesti na Urh postavi hitrostne ovire, da se prepreči prehitra vožnja voznikov. Krajani so poleg pobude priložili tudi 15 podpisov krajanov, ki se strinjajo s postavitvijo hitrostnih ovir. Svet ČS Sostro je o pobudi razpravljal ter predlagal, da se umiritev prometa na delu Ceste II. grupe odredov uredi v okviru izvedbe krožišča Cesta II. grupe odredov in Litijske ceste, kjer se predvidi moderno krožišče s prehodi za pešce.

Pregled sprememb in dopolnitev OPN MOL

Svet ČS Sostro je na predlog sprememb in dopolnitev OPN MOL podal naslednje pripombe:

Svet ČS Sostro predlaga, da se pri bajerju v Žabji vasi št. pobude 60060, parcela št. 1707/4 k. o. Podmolnik, ki zajema vodno telo bajerja (del bajerja), izloči iz zemljišč, namenjenih gradnji gasilskega doma zaradi lažje izvedbe nadaljnjih postopkov. Svet ČS Sostro predlaga, da se pobudi KPL d. o. o. št.: 54860 in 54900 v celoti zavrneta. Svet ČS Sostro meni, da že obstoječi OPN MOL omogoča predelavo odpadkov v kamnolomu. Veljavno okoljevarstveno soglasje pa ne dovoljuje novega izkopavanja, zato ČS Sostro meni, da ni potrebe po novih površinah, namenjenih za delovanje kamnoloma. Svet ČS Sostro se boji, da bi širitev na področja, za katera ni potrebna izdelava OPPN, pomenila dodatno eksploatacijo območja, kjer je sedaj gozd in je že v neposredni bližini naselja. Hkrati je na tem območju vodni vir, ki s pitno vodo oskrbuje uporabnike treh lokalnih vodovodov (Podmolnik, Sadinja vas in Šentpavel).

Svet ČS Sostro predlaga, da se zemljišča za izgradnjo krožišča na Litijski cesti v križišču s Cesto II. grupe odredov načrtuje tako, da se čim manj posega na zemljišča pred objekti (na dvorišča objektov) na južni strani Litijske ceste, ter da se zemljišča, namenjena za ureditev krožišča, premakne bolj severno ob Litijski cesti, ker so tam zemljišča slabše kakovosti.

Svet ČS Sostro predlaga, da se območje ob južni strani Cesti II. grupe odredov ter predvideno novo cesto v Sadinjo vas, od

bencinske črpalke do OŠ Sostro, spremeni namenska raba zemljišč iz kmetijske rabe v območje stavbnih zemljišč. Zaradi izgradnje nove ceste je na tem delu smiselno urediti zaokroženo območje stavbnih zemljišč.

Svet ČS Sostro predlaga, da se ob podružničnih šolah v ČS Sostro predvidi površine, namenjene športnim dejavnostim, kjer se bodo lahko uredila športna igrišča, ki ga bodo lahko uporabljali učenci POŠ in tudi tamkajšnji krajani. Svet ČS Sostro predlaga, da se za ta namen predvidi naslednje parcele: V Besnici parcela št. 552/1 k. o. Javor (zemljišče, kjer je bila nekdanja KS Besnica), na Prežganju parcela št. 1598/4 k. o. Volavlje ter na Jančah parcela št. 2296/1 k. o. Volavlje.

Prometna ureditev ceste – Veliko Trebeljevo

V Velikem Trebeljevem se pojavljajo prometne težave zaradi preozke ceste. Večkrat se namreč zgodi, da večji priklopniki zgrešijo smer in peljejo po cesti, potem pa ne morejo več ne naprej in ne nazaj, ker je cesta preozka, obrniti pa tudi ne morejo nikjer. Svet ČS Sostro je zato predlagal OGDG MU MOL, da se na cesti JP 2 717260 stacionaža 22 m – v križišču, ki pelje proti objektom Veliko Trebeljevo 32, 33 in 30 postavi prometni znak »prepovedano za priklopnike« ter znak dovoljeno za lokalni promet. Prav tako naj se znak postavi iz nasprotnne smeri, stacionaža 211 m. OGDG MU MOL bo zadevo strokovno preučil in postavil ustrezno prometno signalizacijo.

Ureditev kolesarske steze na Cesti II. grupe odredov

Svet ČS Sostro je predlagal MOL MU OGDG, da se ob zaključku aglomeracij na Cesti II. grupe odredov uredi kolesarska steza oz. se v skrajnem primeru kolesarsko stezo zariše na cestišče. S takšno ureditvijo se bo povečala varnost kolesarjev na šolski poti, umiril pa se bo tudi promet na cesti, ki poteka mimo OŠ Sostro.

Postavitev stacionarnega radarja na Litijski cesti

Svet ČS Sostro ugotavlja, da številni vozniki po Litijski cesti vozijo prehitro in ne upoštevajo omejitve hitrosti. Zato je Svet ČS Sostro Direkciji RS za infrastrukturo predlagal, naj se na Litijski cesti pri stari pošti postavi stacionarni radar za merjenje hitrosti v obe smeri.

Svet ČS Sostro je prav tako vnovič prosil MOL za organizacijo sestanka za ureditev

krožišča Litijska cesta–Cesta II. grupe odredov.

Vnovična namestitvev hitrostnih ovir na Mareški poti

Svet ČS Sostro ugotavlja, da po Mareški poti poteka obvoz zaradi izgradnje aglomeracij na Cesti 13. julija, zato je na Mareški poti veliko prometa. Številni vozniki ne upoštevajo prometnih predpisov in vozijo prehitro. Svet ČS Sostro zato predlaga, da stanovalci Mareške poti zberejo podpise vseh stanovalcev ob Mareški poti, da se strinjajo z namestitvijo hitrostnih ovir. Če se bodo vsi krajani Mareške poti strinjali, bo ČS predlagala postavitev hitrostnih ovir na OGDG MU MOL.

Postavitev modrih odsevnikov na cestah po ČS Sostro

Svet ČS Sostro ugotavlja, da na številnih lokacijah divjad prehaja čez cesto, kar povzroča številne nevarnosti v prometu. Zato je Svet ČS Sostro predlagal OGDG MU MOL, naj ob lokalnih cestah Sadinja vas–Podlipoglav, Podlipoglav–Lipoglav, Podlipoglav–Javor, Podlipoglav–Repče namesti modre odsevnike, ki preprečujejo prehod divjadi čez cesto. Svet ČS Sostro je vnovič poslal dopis tudi na Direkcijo RS za infrastrukturo za postavitev modrih odsevnikov na Litijski cesti »Pri Micki« ter skozi dolino Besnice do Trebeljevega.

Informativni izračuni komunalnega prispevka

Številni krajani si želijo vedeti približen znesek, ki ga bo treba plačati pri priključitvi na javno kanalizacijo. Svet ČS Sostro je zato zaprosil ORN MU MOL, naj na sedež ČS Sostro pošlje tri vzorčne informativne izračune za komunalni prispevek za priključitev na javno kanalizacijo, za 100 m² velik objekt, in sicer za objekt, ki je neposredno ob glavnem vodu, za objekt, ki je od glavnega voda oddaljen 50 m, ter za objekt, ki je od glavnega voda oddaljen 100 m.

Ureditev športnega igrišča na Prežganju

Svet ČS Sostro si želi, da se na Prežganju čim prej uredi primerno igrišče za otroke in druge krajane.

Svet ČS Sostro je zato pozval ORN MU MOL, naj čim prej pripravi najemno pogodbo za zemljišče, kjer bi se lahko uredilo športno igrišče na Prežganju. Prav tako je Svet ČS Sostro pozval OŠ MU MOL, naj uredi igrišče na Prežganju. Na to

temo je na OŠ MU MOL potekal sestanek, na katerem je bil dosežen dogovor, da bo ORN MU MOL pripravil najemno pogodbo, nato pa bo OŠ MU MOL v prihodnjem letu uredil igrišče.

Prenova Vrtca Pedenjped – enota Učenjak in OŠ Sostro

V Zadvoru potekajo dela za dograditev in prenovo Vrtca Pedenjped, enota Učenjak. Vrtec se bo tako povečal za tri oddelke. Prenavlja pa se tudi OŠ Sostro, zato imata dva razreda učencev pouk v prostorih na sedežu ČS Sostro.

Prenova dvorane na sedežu ČS Sostro – ureditev ozvočenja in razsvetljave

V dvorani na sedežu ČS Sostro potekajo

dela zaradi ureditve ozvočenja in ustrezne razsvetljave v dvorani. Trenutno potekajo elektroinstalacijska dela. Izbran je tudi že izvajalec za ureditev ozvočenja in razsvetljave. Na novo urejena dvorana bo za vas pripravljena predvidoma v začetku prihodnjega leta.

Ureditev manjše poslovno-obrtne cone na Papirniški poti (področje bivšega avtosejma)

Predstavniki podjetij RAM Holding d. o. o., LCR d. o. o., Papirnica Vevče d. o. o. in VRD Dankon d. o. o. so imeli sestanek glede prostorske ureditve na parcelah nekdanjega avtosejma. Privatni investitorji bodo pripravili načrt izdelave podrobnega prostorskega načrta, ki bo smiselno

urejal parcele, namenjene graditvi skladiščnih in pisarniških prostorov mirne dejavnosti. Izdelava OPPN vključuje tudi novo ureditev Papirniške poti vključno s priklopom na Litijsko cesto.

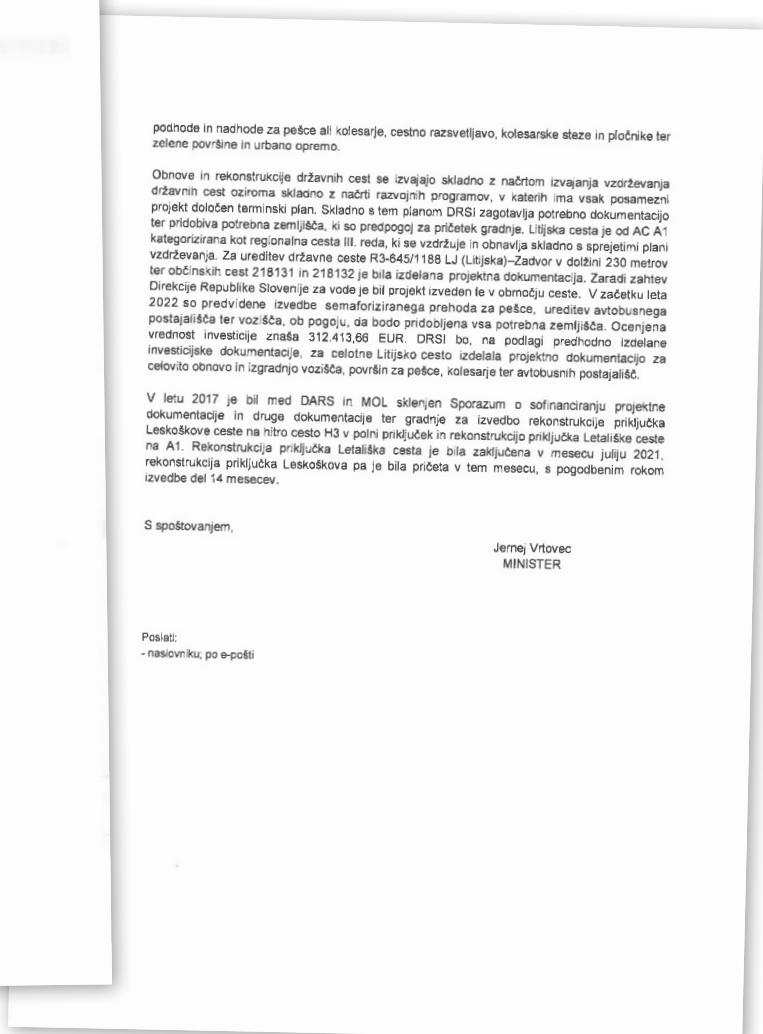
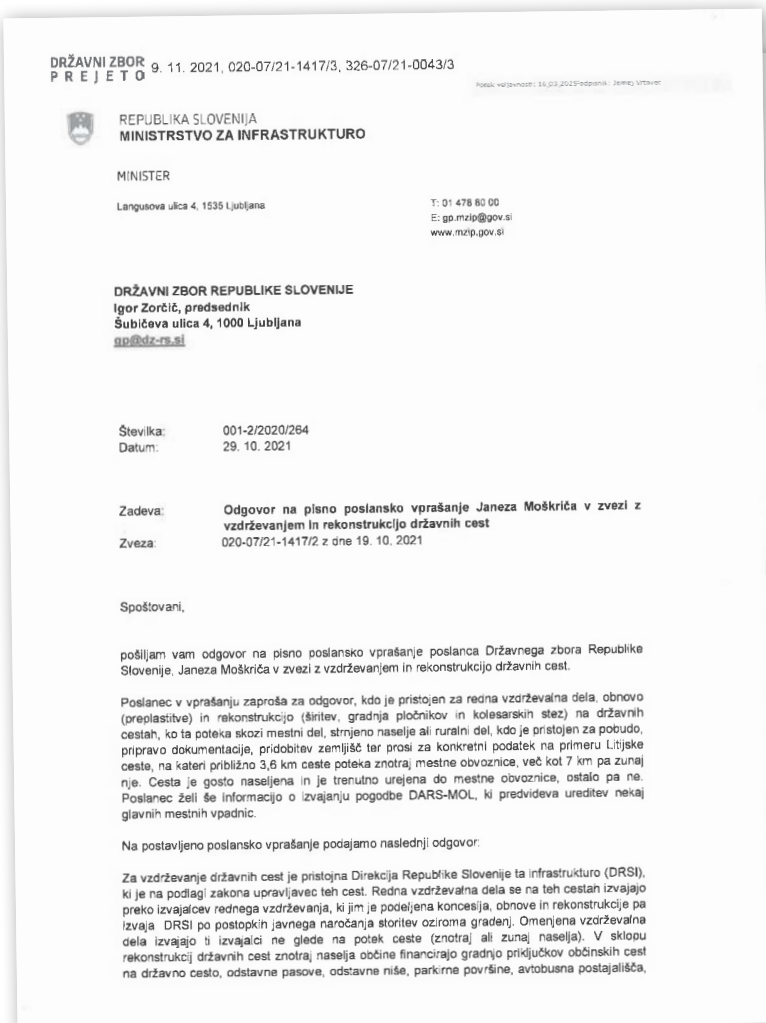
Brezje pri Lipoglavu

Zahvaljujemo se podjetju KPL d. o. o., ki je v okviru vzdrževanja cest pokrpalo večje udarne jame in utrdilo bankine na cesti Brezje pri Lipoglavu.

Igor Koprivnikar,
predsednik Sveta Četrtno skupnosti Sostro
in **Mojca Bokal**

Iz poslanskih klopi

Odgovor na poslansko vprašanje o Litijski cesti



»Ne da sovražim, da ljubim, sem na svetu.«

Na 1. november se spominjamo tistih, ki jih več ni. Tistih, ki smo jih imeli radi, a so v nekem trenutku v preteklosti izgubili borbo z življenjem. Ob obisku groba, kjer je pokojnik pokopan, se tako vsaj za kratek čas spomnimo nanj. Kot poslanec državnega zbora Republike Slovenije sem položil venec na grob številnih Slovencev, tudi mnogih ljudi iz naših krajev ČS Sostro, ki so svoj bridki konec doživeli na otoku Rab. Ob tej priložnosti sem prisotne nagovoril z naslednjimi besedami:

»Ne da sovražim, da ljubim, sem na svetu.«

Besede na katerih temelji evropska kultura, še več kultura civilizacije in človeškega dostojanstva. Kolikokrat, v naši zgodovini, so bila ta načela kršena, potlačena? Stojimo na kraju, kjer je za določen trenutek naše, evropske, skupne zgodovine zmagalo sovraštvo, jeza in nestrpnost.

Tiste nesrečne dni, mesece in leta je zmagala ideologija, ki si ne zasluži niti omembe njenega imena, pa vendar je imela vzornike v času in trenutku tudi v drugih deželah evropskega kontinenta. Koliko je danes sovraštva, jeze? Te ideje in težnje nimajo prihodnosti, vseskozi naše zgodovine je dokazano da ni mogoče da zmaga sovraštvo. Prihodnost nacij in

narodov temelji na spoštovanju človeškega življenja. Zmagala je želja po ljubezni in življenju. Človek je več kot živo bitje, je posoda duha in uma. Tega duha in uma se ne da umoriti, v takih trenutkih se ga celo utrdi.

Spoštovani!

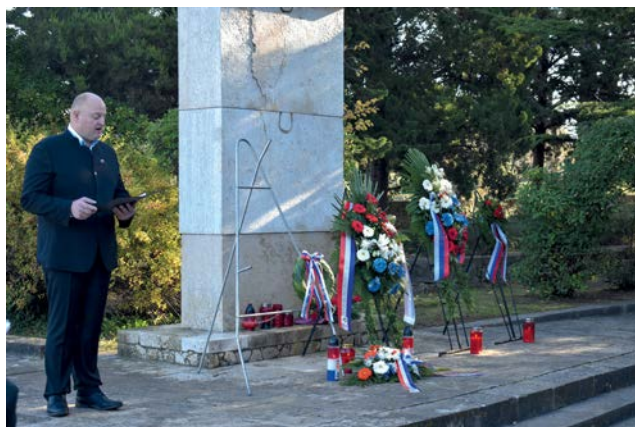
Danes stojim pred vami kot živa priča tega. Moj pokojni oče Jože Moškrič je preživel 9 mesecev trpljenja tega kraja v času, ko je bilo še vse življenje pred njim. Kot 22/23 letni mladenič se je soočil s tragedijo tega kraja. Še več, pokopavati je moral svoje umrle sotrpine. Vendar v njem niso ubili želje po življenju.

Upanja in nade se ne da umoriti. Prostor, na katerem stojimo, se je že 10 let po tragediji spremenil v prostor sprave in spomina. Je plod sodelovanja bratskih narodov, koliko krajev na evropskih tleh še čaka na ta trenutek, koliko krajev trpljenja in zablod je še pozabljenih. En bi bil preveč. Tukajšnji spominski park nas že desetletja spominja, da se moramo

nenehno hrepeneti po dobrem, po spravi po odpuščanju po spominu. Nikoli ni dovolj prizadevanj za mir in spoštovanje. Današnji spomin je namenjen vsem žrtvam taborišča, naše sporočilo pa govori živim!

V imenu Državnega zbora Republike Slovenije in kot sin taboriščnika se iskreno zahvaljujem vsem, ki skrbite za ta spominski park, predvsem pa vse prosim in rotim, da se nenehno trudimo za skupno dobro, da imamo nenehno pred očmi očete sedanje varne, združene, spoštljive in svobodne Evrope.

Janez Moškrič
Poslanec DZ



Društva na dlani

Društvo Ajda Sostro / Svetovno Platonsko leto

Ezoterično izročilo govori o dolgem obdobju razvoja Zemlje in človeštva. Pri tem je vsako od obdobjev povzročilo korenite spremembe Zemlje in oblik življenja na njej. Življenje se je prilagajalo kakovosti energij, ki jih je Zemlji posredovalo vesolje. Po izročilu so štiri velika obdobja razvoja Zemlje naslednja: hiperborejsko, lemurijsko, atlantsko in arijsko obdobje razvoja Zemlje. Zadnje, v katerem smo, se je začelo pred 11.000 leti.

Svetovno platonsko leto traja 25920 let in je čas, ko pride Sonce, gledano z Zemlje, v spomladanski točki na točno isto mesto pred zodiakom. Svetovni mesec je čas, ko Sonce spremeni svojo pozicijo pred zodiakom za dvanajsti del, torej 30° svetovnega platonskega leta in traja v



povprečju 2160 let. Na razvoj življenja in kulture na Zemlji vplivajo kakovosti sil, ki jih posreduje na Zemljo Sonce izpred določenega ozvezdja zodiaka, pred katerim je v spomladanski točki. Širina zvezdnih slik zodiaka je različna, tako da so različno dolga tudi od zodiaka spodbujena kulturna obdobja razvoja človeštva:

Ozvezdje Sonce pride pred to ozvezdje in ostane tam

Devica	13.800 pr. n. š.	3300 let
Lev	10.500 pr. n. š.	2600 let
Rak	7900 pr. n. š.	1400 let
Dvojčka	6500 pr. n. š.	000 let
Bik	4500 pr. n. š.	2600 let
Oven	1900 pr. n. š.	1800 let
Ribi	100 pr. n. š.	2600 let
Vodnar	2500 n. š.	1900 let
Kozorog	4400 n. š.	1900 let
Strelec	6300 n. š.	2300 let
Škorpjion	8600 n. š.	2200 let
Tehnica	10.800 n. š.	1300 let

Pred 11.000 leti je prišlo Sonce v pomladanski točki od zvezdne slike Devica, ki je prinašala ledeno dobo in je hromila življenje na Zemlji, pred toplotno sliko Leva. Toplota, ki je pritekala od te zvezdne slike, je topila velike količine ledu. Gladina morij je narasla, Atlantida se je potopila. Dogodek je v mitologiji opisan kot velik potop, v bibliji kot vesoljni potop. Znanost govori o prehodu paleolitika v neolitik.

Medtem je prišlo Sonce v spomladanski točki pred ozvezdje Raka: govorimo o razvoju kulture v Indiji; prebivalci Zemlje so se začeli ukvarjati z lovom in ribolovom. Ko je prišlo Sonce v spomladanski točki pred ozvezdje Dvojčkov, je spodbudilo staroperzijsko kulturo, človek se je bolj povezal z zemljo in jo začel obdelovati. Pozna sile, ki pritekajo od planetov in iz divjih rastlin vzgoji kulturne rastline, iz trav žita. Udomači živali.

Ko je prišlo Sonce pred ozvezdje Bika, so se razvile velike kulture ob Nilu in v Ameriki. Človek je na novo odkril mineralni svet in gradil iz kamenja tempelje in piramide, pri katerih je upošteval zakone astronomije. Poznal je gama žarke in jih koncentrirane uporabil za zaščito kraljevskih grobov.

Sonce je potovalo naprej in prišlo v spomladanski točki pred ozvezdja Ovna. Zevs, oče bogov, še uporablja podobo bika, da bi »Evropo« privedel prek morja in utemeljil novo kulturno epoho.

Leta 100 pred našim štetjem je prišlo Sonce v spomladanski točki pred ozvezdje Rib. Prvi kristjani so se prepoznavali po svojem simbolu – ribah, nekaj apostolov je bilo ribičev. Zemlja se je znašla na robu obstoja. Prebujeno iz tega opoja človeštvo upa na Vodnarjevo dobo.

Ta prihaja okoli leta 2500. Šele takrat bo za božično noč vzhajala na vzhodnem horizontu zvezdna slika Leva in se bo velikonočna polna Luna dvignila iz ozvezdja Leva. V ozvezdju Leva so namreč spravljene sile za seme prihodnosti. To seme bo dobil Vodnar, ki v svoji torbi zbira zlata zrna. Orosil jih bo s silami življenja in sile Rib preobrazil v novo klasje. Pomen, ki ga je imelo velikonočno jagnje za čas Ovna, ki so ga imele Ribe za obdobje Rib, bo imelo za obdobje Vodnarja zrno, rog novih moči in klas.

Človek je otrok kozmosa. Njegovo življenje je odmerjeno na 72 let, njegov srčni utrip na 72 v minuti. Sonce potrebuje, da se premakne v krogu svetovnega platonskega leta za eno stopinjo, 72 let. Če je to, svetovno platonsko leto s 25920 leti ritem kozmičnega dihanja, mu človek s svojimi 25921 vdih v enem dnevu v malem sledi. Voden in svoboden obenem. Postavljen pred odločilno vprašanje: ostanem na kolektivni poti Lune ali se podam na individualno pot Sonca?

Povzeto: Setveni koledar Marie Thun, 1997, Založba Ajda Vrzdenc

Alenka Svetek,
predsednica društva Ajda Sostro

Čebelarstvo društvo Moste Polje

Člani čebelarskega društva Ljubljana Moste - Polje smo poleti in jeseni opravili kar nekaj dejavnosti.

1. 9. Na ČZS smo obiskali slovesno odprtje virtualne čebele, kjer smo spremljali zanimivo predstavitev kranjske sivke v povečani velikosti.

2. 9. Na ČZS smo si ogledali slikarsko galerijo. Po njej nas je popeljal podpredsednik ČZS gospod Marko Alauf.

13. 9. Pohodniki dobrodelnega pohoda ČZS so se v noči na soboto ustavili na Velikem Trebeljevem, kjer smo jih pričakali s čebelarstvo pesmijo in toplim medenim čajem. Pohod se je začel v Komendi, končal pa na gradu Lanšprež, kjer sta bila tudi prireditve in zaključek.

14. 9. Predstavniki društva so obiskali Fermedico. Ogledali so si proizvodnjo in degustirali medene proizvode.

19. 10. Na Jančah je potekal kostonjev piknik čebelarjev. Otroci vrtca Pedenjped so si ogledali Čebelarstvo Šubelj. Čebelar Darko jih je

že tradicionalno postregel z medenjaki, medenim čajem in napitki.

29. 9. Ekipa Čebelarskega društva Ljubljana Moste - Polje se je predstavila na Festivalu za tretje življenjsko obdobje v Cankarjevem domu.

22. 10. V Bojanovi Medeni hiški smo se čebelarji predstavili na vseslovenskem projektu Dan odprtih vrat slovenskih čebelarjev. Združili smo ogled čebelnjaka, degustacijo in prijetno druženje v prostoru API-terapije.

Dolina Besnice je bila letos kar radodarna s cvetenjem kostonja. Na pašni rajon Čebelarskega društva Ljubljana Moste - Polje je bilo tako kot vsako leto pripeljanih kar nekaj prevoznih enot čebeljih družin. Prerazporejenih je bilo 19 prevoznih enot, ki so skupno štejele 762 panjev oz. čebeljih družin. Seveda niso manjkali člani našega društva, ki so na svoje tradicionalne pozicije pripeljali še 8 prevoznih enot. Posebna zahvala za brežibno logistiko razporejanje in nadzor pa gre našemu čebelarju, upravniku pasišča ČDLJMP gospodu



Janku Jeretu, ki že dolga leta skrbi, da se kostonjeva paša v naši prelepi dolini Besnice in njeni okolici karseda najbolje izkoristi.

Kjer je volja, tam je pot in tam smo čebelarji s svojimi kranjskimi sivkami.

Zahvala vsem! Naj med!

Tomaž Svete,
predsednik Čebelarskega društva
Ljubljana Moste - Polje

Društvo podeželja Lipoglav

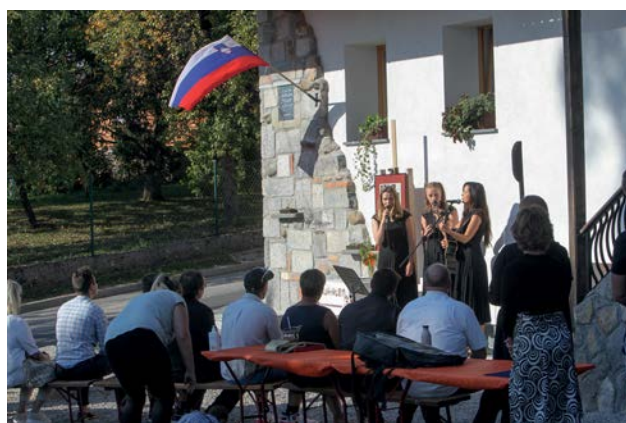
Odkritje spominske plošče Antonu Grumu na Lipoglavu

Na naši domačiji Pri Jurjovčku smo 12. septembra odkrili spominsko ploščo gospodu ANTONU GRUMU, ki je bil leta 1877 rojen v naši hiši.

Anton Grum je bil eden večjih slovenskih skladateljev, ki je ustvaril okoli tristo skladb, od tega polovico ljudskih, polovico pa cerkvenih. Njegove pesmi še vedno prepevajo v slovenskih cerkvah.

Anton Grum ni bil le skladatelj, ampak tudi zborovodja in orglavec. Bolj znan je bil na Hrvaškem, kamor se je leta 1938 preselil s svojim sinom prof. Danijelom Grumom. Skupaj s slovenskim župnikom Jernejem Seljakom sta bogoslužju dala novo noto z ustvarjanjem poduhovljenih cerkvenih skladb. Deloval je na Pelješcu, Stonu in na koncu v Dubrovniku, kjer je tudi pokopan. Umril je leta 1975, in sicer na svoj 98. rojstni dan.

Po mnenju kritikov spadajo med najboljša Grumova dela Staroslovenska misa (1938), Slovenska maša v čast sv. Antonu Padovanskemu (1937), Himne krepko in slovensko donijo (1930), Tebe boga molimo (1930) in Hvalnica (1934).
Moj mož Mirko Grum in njegov bratranec



Franci Virant sta se več let pogovarjala, kako bi opozorili na veličino tega umetnika in našega sorodnika.

In potem je prišla korona. Mož med ustavitvijo javnega življenja ni imel dela, zato je začel obnavljati hišo, v katero je vzdikal tudi spominsko ploščo. Dela so stekla, postavili smo datum otvoritve, s katero so se dela tudi končala. Na otvoritvi so pevke skupine MJAV zapele nekaj ljudskih pesmi, ki jih je priredil Anton Grum. Saša Grčar je predstavila njegov življenjepis in skupaj s Francijem Virantom sta naredila prekrasno zgibanko o življenju in delu Antona Gruma. Župnik Martin Golob je blagoslovil domačijo in spominsko ploščo.

Domačinka Branka Androjna je zelo čustveno deklamirala njegovo pesem, ki jo je posvetil svoji rojstni vasi. »O, Lipoglav, moj dragi dom, nikdar pozabil te ne bom ...« je zapisal. Pesem je v originalu zapustil Jožefi Grum leta 1972, ko je še zadnjič obiskal svojo rojstno hišo. Otvoritve sta se poleg ostalih sorodnikov udeležila tudi glasbenikov vnuk Andrej in vnukinja Zdenka z družinama.

Naša hiša stoji ob krožni poti okoli Pugleda, tako da si vsak pohodnik ali obiskovalec naših krajev lahko ogleda ploščo na hiši.

Mihaela Grum

predsednica Društva podeželja Lipoglav

Zeliščarka Mihaela svetuje

V prejšnjih številkah smo že govorili o prehladu, tako da bom danes napisala nekaj o holesterolu, ki je postal že pogosta zdravstvena težava. Zdravniki hitro predpišejo zdravila za zniževanje holesterola, vendar se ga **kljub zdravilom** lahko lotimo tudi sami, z naravnimi pripravki.



Najbolj pripravno je to delati spomladi, ko nam narava pomaga v izobilju. Zgodaj spomladi imamo regrat. Cela rastlina ima učinke razstrupljanja, v jeseni ima korenina regrata več inzulina, ki pomaga pri zniževanju sladkorja v krvi. Poleg regrata imamo še čemaž, ki ga moramo seveda dobro poznati. Lahko jemo svežega, naredimo pesto za pozneje ali ga damo v alkohol ali vino.

Svetujem, da spomladi nabereite nekaj korenin čemaža in ga posadite doma na vrtu, če imate seveda to možnost. Najbolje bo uspeval pod drevesi, v malinah, tam, kjer bo v senci. V nekaj letih ga boste imeli dovolj za lastno uporabo. Poleti in pozimi pa uživajmo čim več česna.

Česen in čemaž naj previdno uživajo ljudje z nizkim pritiskom in tisti, ki uživajo zdravila za redčenje krvi.

Jabolčni kis na tešče znižuje holesterol.

V boju proti holesterolu pomagajo tudi listi artičoke (obvezno posušiti) in seme pegastega badlja. Lahko v čaj (listi artičoke in badlja), še bolj učinkovit pa je alkoholni izvleček teh rastlin. Brez diete ne bo šlo. Jeseni jemo buče, stročnice, zelje ... vse, kar ima veliko vlaknin. Sadje in zelenjavo vsaj dvakrat na dan.

Ne pozabimo na vsakodnevno aerobno telovadbo.

RECEPT pri povišanem holesterolu in zvišanem tlaku

7 dcl vode, zavri in ohladi

2 glavi česna

2 bio limoni, celi

Zmiksaj, stoji naj 4 dni, uživaj na tešče 0,2 cl, torej šilce oziroma »stampeljček«.

Ostanite zdravi in upoštevajte priporočila NIJZ.

Mihaela Grum

www.zeliscamihaela.si

Društvo upokojencev Zadvor

Aktivnosti DU Zadvor v letu 2020

Za nami je štiriletni mandat uspešnega delovanja društva v sedanji sestavi. Lani naj bi izvedli volitve novega vodstva za naslednja štiri leta, vendar pa to zaradi ukrepov vlade v zvezi s covidom-19 ni bilo mogoče.

Leto 2020 je zaznamovala epidemija koronavirusne bolezni.

Člani DU Zadvor smo to občutili predvsem v odpovedih načrtovanih aktivnosti, predvsem izletov, ki smo jih načrtovali kar osem.

Izpeljali smo občni zbor, imeli smo tri seje upravnega odbora (3. seja je bila dopisna), sodelovali smo v čistilni akciji v sodelovanju s TD Zadvor. V sodelovanju s ČS smo razdelili 700 mask našim upokojencem. S finančnim prispevkom ČS smo obdarili 160 starejših nad 80 let. Udeležili smo se proslave ob krajevnem prazniku 13. julija. Za okrnjene izvedene aktivnosti pa gre zaslug vodstvu društva, članom UO, predvsem pa našim poverjenikom, ki so dvakrat obiskali vse člane, in pa našim prostovoljcem v okviru Projekta SZS, ki so obiskali starejše od 69 let.

Pogrešali pa smo najpomembnejšo obliko našega delovanja, druženje. V »normalnih« letih se je naših aktivnosti udeležilo več kot 800 članov. Vsakoletni občni zbor ni samo poročanje vodstva društva o izvedenih aktivnostih v prejšnjem letu, saj smo se po uradnem delu povesečili ob zvokih ansambla iz domačih logov.



Covid-19 pa je prisilil društva, da so se ravnala po členu v statutu, ki omogoča izvedbo občnega zbora v okrnjeni sestavi in pa na daljavo. Mi smo izkoristili možnost korespondenčnih oziroma dopisnih sej. V našem društvu imamo specifičen problem, saj od 450 članov lahko kontaktiramo z okrog 20 člani, ki imajo elektronsko pošto. Tudi za leto 2021 smo načrtovali devet aktivnosti. Dve sta že odpadli, kako bo naprej, se še ne ve. Če se bodo ukrepi v zvezi s korono umirili, bomo v juliju začeli izlete s kopianjem v Izoli. Datumi so

navedeni v Koledarčku, ki so ga vsi člani prejeli od svojih poverjenikov. Lani je minilo 45 let od ustanovitve Društva upokojencev Zadvor. Ob tem častitljivem jubileju sem čestital članom prek Prvega programa Radia Slovenija v oddaji Pozdravi in čestitke naših poslušalcev v nedeljo, 25. aprila.

Ostanimo zdravi in izkoristimo možnost zaščite s cepljenjem.

Franc Košir,
predsednik DU Zadvor

Društvo žena in deklet Moste - Polje

Prišla je lepa pisana jesen, z njo pa tudi deževni dnevi. Ravno pravi čas, da si vzamemo malo časa za prispevek za novo izdajo lokalne revije Sostrčan. Ravno smo se malo odpočile od spravljanja pridelkov z vrtov in njiv, že

nadaljujemo delo v društvu žena in deklet. Pripravile smo piknik z delavnico, kjer smo ustvarjalno žilico razvijale z okrasitvijo cvetličnih lončkov. Presenetile so nas naše starejše članice z velikim prijetnim druženjem ob domačih dobrotah, kar

nekaj članic je praznovalo 80 let. Ob tej priložnosti smo jim zaželele še veliko skupnih druženj v društvu. V septembru bi se morali pripravljati na srečanja z drugimi društvi v naši lokalni skupnosti, toda zaradi razmer je bila velika



prireditve Praznik jeseni odpovedana. A naše društvo ni počivalo. Pomagale smo našim prijateljem. Zopet čistile buče »golica«, prebirale fižol »češnjevce«, čistile čebulo. Pridnih rok ni nikoli preveč. »ROŽNATI OKTOBER«. Že tradicionalno tretje leto zapored smo »štrikale in kvačkale« doma za našo podporo društvu Donna. Društvo žena in deklet zelo podpira dejavnosti in program Europe Donne. Članice smo v letošnjem letu okrasile kar dve drevesi pred Zadružnim domom Zadvor. Žene in dekleta si moramo same zaupati svojim rokam in se pregledovati. Prijetno smo bile

presenečene, saj smo bile povabljene na Festival tretje življenjsko obdobje. Pripravile smo stojnico in prikazale naše delovanje. Prijetno smo sodelovale tudi pri izdelavi vizitk za naše starejše upokojence v našem lokalnem okraju Sostro. Naše delo z veseljem predstavimo in se nadejamo prijetnejših trenutkov. Upanje umre zadnje, zato se že veselimo dela in dogodkov v letu 2022. V svoje vrste vabimo vse dekleta in žene, da se nam pridružijo.

Olga Černe,

predsednica Društva deklet in žena Moste - Polje



Sadjarstvo – vrtnarsko društvo Janez Evangelist Krek - Sostro

Delovanje Sadjarsko-vrtnarskega društva J. E. Krek – Sostro v letu 2021

Na žalost nam že drugo leto epidemija omejuje običajno delovanje društva. Vsako leto smo začeli dejavnosti z občnim zborom društva in nadaljevali s predavanji pet zaporednih ponedeljkov v februarju in marcu. Upamo, da se bo epidemija umirila, morali se bomo naučiti in upoštevati priporočila epidemiološke stroke. Nismo izpeljali spomladanske in jesenske strokovne ekskurzije po Sloveniji. Odločili smo se, da tradicionalni Praznik jeseni v Osnovni šoli Sostro preložimo v prihodnje leto. Hkrati je spomladanska pozeba v celoti oklestila pridelek sadja. Z odpovedjo razstave smo želeli zaščititi osnovnošolce in zaposlene pred okužbami s koronavirusom. Dejavnosti, ki jih je bilo mogoče izpeljati v naravi, vključno s pohodom, so bile uspešno izvedene.

Predavanja, ki niso bila izvedena, bomo opravili v prihajajočem letu 2022:

- **Blagodejni učinki ekološko pridelane hrane na naše zdravje**, g. Jan Bizjak;
- **Z naravnimi pripravki do krepih rastlin**, ga. Jerneja Jošar;
- **Ekološki vrt brez okopavanja, prekopavanja in pletja**, ga. Jerneja Jošar;
- **Ekotika na vrtu**, g. Jernej Mazej;
- **Zaščita sadja in vrtnin za okolje prijaznimi sredstvi**, g. Primož Štepic.

Navedene vsebine predavanj, datum in ura bodo objavljeni na spletni strani društva.

sadjarskodrustvosostro.si

Želimo, da bi se v prihajajočem letu spet začeli družiti na predavanjih, strokovnih

ekskurzijah in drugih dejavnostih društva. Lepo bi bilo se zopet popeljati po naši lepi Sloveniji, si ogledati kakšen sadovnjak, vrtnarijo in kakšen muzej. Veliko je odvisno od nas, zato se zaščitimo, kot priporoča epidemiološka stroka, in tako bomo prebrodili dolge zimske noči in kratke jesenske dneve. Bližali se bomo božično-novoletnim praznikom in treba bo razmišljati na novo raso sezono.

Sadjarji želimo vsem krajanom in krajanom zdravo in uspešno prihodnje leto, pridružite se nam pri dejavnostih društva, da se pripravimo na pridelavo zdravih čim bolj ekoloških pridelkov in povečamo samooskrbo.

Marjan Bitenc

predsednik S. V. D. J. E. Krek - Sostro



Športno društvo Zadvor

Septembrska rekreacija

Ste nemara že brali, da je za Športno društvo Zadvor september že tradicionalno najnapornejši mesec v letu. O nekaj projektih tega časa lahko preberete v samostojnih člankih, tule pa dodamo še nekaj alinej. Precej naporna je septembrska kulminacija zato, ker se po avgustovskih dopustih vedno znova začne s polno paro. Niso tu samo prireditve, ampak tudi vsakič znova zagon rednih tedenskih vadb, ki že same po sebi sprožajo precej vprašanj kljub utečenosti. Ko se v enačbo doda še virusna obolevanja in s tem povezane zagate, je zabava zagotovljena. Na polno. Pa smo zadeve spet zvozili. Nekako. In ob sodelovanju vseh sodelujočih. Nekako od konca septembra dalje v okviru mogočih gabaritov spet ponujamo rekreacijo za vse. V različnih oblikah. Preverite na spletni strani, na Facebooku, pri vaditeljih, ljudski glas, povsod. ŠDZ živi. To šteje. In sede. Tudi zaradi razumevanja vseh sodelujočih, da je zdrav življenjski slog pomemben in da je treba delovati povezovalno. Tako nekako zgodbo od zapleta do zapleta, tja do vzpostavitve redne tedenske vadbe peljemo tudi letos. Zato hvala vsem vpletenim in prošnjo za vse uporabnike/udeležence vadb in rekreativnih uric: upoštevajte te protikoronske ukrepe, da končno »preguramo« to mikrobiologijo.

Ampak, kot rečeno, ni šlo septembra v ŠDZ zgolj za vzpostavitev redne tedenske vadbe. Za nameček smo sodelovali še v evropskem tednu mobilnosti, kot po navadi pa smo pripravili tudi Športni dan ČS Sostro. Vanj je bilo vključenih kar nekaj

dejavnosti. Od košarke, bootcampa do nogometa, pa pohoda na Orle, vodene vadbe po trim stezi in tradicionalnega kostanjevega kolesarskega maratona. Vikend je bil v nasprotju z lanskim, ko je močno deževalo, sončen, udeležba pozitivna. Vse skupaj smo našli več kot 100 udeležencev, kar za nas, ki delujemo v tem društvu, pomeni veliko zadovoljstvo in zahvalo, saj to pomeni, da prizadevanja za zdravje niso zaman. Nismo edini, ki razumemo korelacijo rekreacije za zdravje v neposredni bližini doma. Smo vam povedali, da na ta način lahko opravite tudi tekaško vadbo? Poiščite Evo Kavka – to je vse, kar morate vedeti: teče, obvlada, huda skupina teče z njo. Hvala!

Se še spomnite, da je bil v začetku odstavka omenjen evropski dan mobilnosti. Ta je potekal v septembru in je bil namenjen promociji odgovorne logistike. Torej manj avtomobilov, več zdravja, manj izpušnih plinov, več premišljenega premikanja in kar je še tega. V ŠDZ smo se tega lotili zdravorazumsko, zaradi česar smo pripravili dva kolesarska projekta. Navdušeni cestni kolesarji so tisti četrtek odšli proti Pancam, gorski kolesarji so kurili zavore na spustu od Žagarskega vrha proti Dolencu. Kasneje so preklinjali klance proti Pugledu in se za konec, razgibanim telescem in bistrim glavam navkljub, podali še na analizo pri omiljeni mizi. Odstremo skrivnost, da je ob cesti in da ste naslednjič vabljeni zraven. Na tortico, napitek, kondicijo ali pa nemara na kurjenje zavor. Vseeno. Toliko, da pridete. Navihanost se skriva v zdravi rekreaciji. Zdi se, da ta vedno prav pride. Sploh v teh časih.

Dovolj trmasti tudi za 40. izvedbo Molniškega teka

Razmere za organizacijo najrazličnejših prireditev letos res niso bile ugodne. Vremenskim neprilikam so se pridružili še covidni zapleti in infrastrukturni projekti na trasi teka, zato je bila organizacija letošnjega, jubilejnega 40. Molniškega teka še posebej pestra. Bilo je vsega: od premikanja datuma prireditve do izpolnjevanja PCT-pogojev, od skrbi z visoko travo in vremenom, do pridobivanja sponzorjev. Ampak na koncu se je vse skupaj razpletlo več kot dobro. Tudi zaradi trme, ki je preglasila razumljiv dvom. Na dan prireditve je bilo sončno, cesta še ni bila prekopana, trava ravno prav nizka in podlaga ravno pravšnja za pospeške. Prištejmo zraven še dobro voljo udeležencev vseh starosti, okusne pleskavice, mrzle napitke ter prijetne nagrade, in tako ugotovimo, da je jubilejna prireditev minila v maniri, za katero si Športno društvo Zadvor vseskozi prizadeva. Bila je prijazna prireditev za rekreativce vseh sort, še posebej smo bili organizatorji veseli že tradicionalnih udeležencev, tekačev, ki so prireditve že pred veliko leti vzeli za svojo in se še vedno vračajo nanjo z veseljem. Tisti, ki so se teka večkrat udeležili, pravijo, da je to tek za prijatelje in uživače v zeleni oazi na vzhodu Ljubljane. Približno 100 tekačev je odteklo vsaj en 5-kilometrski krog, dva ali štiri v dolini pod Urhom. Začetek in konec proge, ki gre skozi gozd, po njegovih obronkih, čez travnike, delno po makadamu in nekoliko po asfaltu, sta bila pri Zadržnem domu Zadvor, ki je zadnja leta postal osrednje prizorišče





ponovno povabi na pohodništvo proti Orlam. Tako kot že preteklih osem let tudi v letu 2022 organiziramo GREM, GREVA, GREMO NA ORLE – devetič zapored.

Preizkušenega koncepta nismo spreminjali: vabimo k rednemu pohajkovanju po Golovcu, Zadvorskem hribu in vseh ostalih poteh, ki pripeljejo na Orle, namen je spodbujanje redne in zdrave rekreacije v bližini doma. Še vedno gre za zbiranje žigov od 1. 1. 2022 do 31. 12. 2022. Kot običajno se kartonček oddaja do 10. 1. naslednje leto. V tej ediciji gre za leto 2023.

V družinah, kjer so vključeni starši ali stari starši in otroci do 15. leta, ne plačajo članarine. Še vedno pride s kartončkom tudi vsakokratni popust v Gostilnici Orle.

Kot je zdaj že v navadi, se lahko vključite v GOSTILNICI ORLE, še bolje pa bo, če kontaktirate Marijo Pavlič (031 657 923) in se dogovorite za prevzem kartončkov oz. prijavnice.

Ker so izleti na Orle primerni tako za pohodnike in tekače kot tudi za kolesarje, je nedvomno na mestu opozorilo, da z vzajemnim spoštovanjem in upoštevanjem pravila, da imajo počasnejši prednost, udeleženci omogočite mirno sožitje na gozdnih stezah ter prav vsem privoščite uživanje narave, saj je tam zagotovo dovolj prostora za vse strpne rekreativce. Več o akciji preberite na spletni strani društva.

Športno društvo Zadvor išče novinarje! Športno društvo Zadvor vabi k sodelovanju vse, ki vas zanima upravljanje družabnih omrežij, ustvarjanje vsebin na spletni strani, ob tem pa so seveda še športni navdušenci. Izkušnje niso pogoj, so pa dobrodošle.

Sprejmemo vas v svojo družbo, ponudimo izkušnje, mentorstvo, priložnost za rast v spletnih veščinah. Natančen delokrog (krog dejavnosti), delno vezan tudi na vaše želje in odlike, bomo dorekli skupaj. Kot tudi, kaj boste poleg časti in slave še prejeli v zameno. Kratko predstavitev z opisom zanimanj in izkušenj pošljite na obvestila@sportnodrustvozadvor.si ali pa prek zasebnega sporočila. Veselimo se skupnega ustvarjanja!

Primož Leban,
predsednik Športnega društva Zadvor

naše dirke. Društvo se ob tej priložnosti vsem, ki prireditvi že dolgo leta stojijo ob strani, iskreno zahvaljuje za vse različne oblike pomoči, ki omogočajo, da Športno društvo Zadvor lahko izvaja rekreativne dejavnosti v smislu športa za vse. Kot o vseh društvenih dejavnosti lahko tudi o tej več preberete na društveni spletni strani in Facebooku, tam so objavljeni tudi letošnji rezultati in za okus tudi fotografije, ki pričarajo sonce na še tako deževen dan. Na koncu ostane še pogled v prihodnost. Ta narekuje, da bo tek naslednje leto, ob pričakovanju običajnih razmer, spet v obdobju pred prvomajskimi počitnicami. To se vseeno zdi najugodnejši termin za največjo lokalno rekreativno prireditev, ki spodbuja zdrav način življenja.

Veter v laseh

V petek, 15. 10. 2021, je Športno društvo Zadvor v sodelovanju z OŠ Sostro in s pomočjo Sankukai karate Ljubljana spet pripravilo lokalni dogodek v okviru vseslovenske akcije Veter v laseh – s športom proti zasvojenosti, ki ga Športna unija Slovenije organizira že vrsto let.

Z njo v navezi tudi naše društvo vedno znova pripravi dogodek, na katerem poskusi učencem OŠ Sostro približati gibanje v naravi, in sicer na način, da jih odpeljemo v bližnji gozd na pustolovščino. Ta pustolovščina je seveda rekreativne narave in se dogaja v točno tistem gozdu na našem koncu, kjer je speljana tudi trim steza. V okviru akcije po njej popeljemo učence od 1. do 5. razreda, jim predstavimo trim vaje ter jih

vedno znova presenetimo še s kakšno novo dejavnostjo, ki je sicer na druge dni v letu na trim stezi ni mogoče najti. Otroci so se tako letos dodatno spoznali s hojo po vrvi, pri vlečenju vrvi so raziskovali razredno moč, vmes splezali po viseči mreži drevesnim krošnjam naproti in se za nameček pomerili še v ciljanju košare. Kot zadetki kljub jesenskem razpoloženju niso šteli kostanji v košarici, temveč je morala za pravilen zadetek v koš romati žoga. Za rekreacijo spodnjih okončin smo poskrbeli z oviro, ki je promovirala gibanje v predklonu. Ob prihodu v šolo so jih pričakali še karateisti iz Sankukai karate Ljubljana, ki so za vsak razred posebej predstavili eleganco gibanja in nadzorovanih gibov.

Konec dneva se je zato spečen kostanj na igrišču še kako prilegel. Za statistiko še povejmo, da je vsak od 300 otrok ta dan prehodil vsaj tri kilometre (toliko je dolga trim steza) ali več. Na poti se je seznanil s pomenom rednega gibanja za zdravje, pravilno uporabo telovadnih postaj na trimu, za povrh pa je še krepil skupnostno sodelovanje v igrah, kot so bile zadeni košarico in razredno vlečenje vrvi.

Še 9. zapored POHAJKUJEMO NA ORLE

Športno društvo Zadvor tudi v letu 2022 vstopa optimistično. V mislih je še vedno redna rekreacija, ki je zdravju zelo prijazna dejavnost in na sploh vpliva na psihofizično počutje vsakega posameznika. Zato društvo izkorišča priložnost, da na straneh Sostrčana

Prostovoljno gasilsko društvo Sostro, 1920–2020

Slavnostna akademija v počastitev 100. obletnice ustanovitve PGD Sostro

Članice in člani PGD Sostro smo 3. septembra izvedli 101. redni občni zbor, na katerem smo sprejeli in potrdili vsa poročila organov društva ter razglasili in nagradili vsa napredovanja članic in članov PGD Sostro, nato pa je sledilo povabilo na slavnostno akademijo, na katero smo se pripravljali že dalj časa in bi morala biti izvedena v okviru praznovanja 100. obletnice v jubilejnem letu 2020. Skozi posebej v ta namen opremljeno in okrašeno predverje ter dvorano Zadružnega doma Zadvor smo povabili visoke goste, gospoda župnika, povablence prostovoljnih gasilskih društev GZL ter društev, ki delujejo znotraj ČS Sostro in s katerimi že vsa leta z gledno sodelujemo.

Po uvodnem skeču, ki je na hudomušen način predstavil alarmiranje in osebno zaščitno opremo gasilca skozi stoletje, je sledil kratek kulturni program, v katerem sta nam gostujoča pevka, članica PGD Podgorica - Šentjakob Lucija Kovač in član našega društva, virtuoz na klavirski harmoniki Martin Oven, predstavila lepote Slovenije.

Skozi slavnostne nagovore predsednika PGD Sostro tovariša Matjaža Miheliča ter namestnika poveljnika GZL tovariša Cveta Šumca, ki sta predstavila pomen in vizijo PGD Sostro znotraj GZL in GZS, smo bili deležni pohval in zahval podžupana MOL g. Dejana Crneka ter predsednika sveta ČS Sostro g. Igorja Koprivnikarja z obljubo podpore in sodelovanja, predvsem pri urejanju dokumentacije ter pridobitvi prepotrebne zemljišča za nov gasilski dom PGD Sostro tudi v prihodnje. Sledila je podelitev odlikovanj GZL in GZS,



nagrad in zahval zaslužnim članicam in članom društva, spominskih plaket in priložnostnih daril povablencem ter listine častni članici PGD Sostro tovarišici Frančiški Peterlin za dolgoletno in nesebično delo. Voditeljica ga. Silvestra Sadar je prireditev domiselno ter z veliko mero poznavanja zgodovine PGD Sostro rutinirano pripeljala do konca, sostrski gasilci pa smo spet na izviren način povabili vse prisotne na prijetno druženje v predverje Zadružnega doma Zadvor.

Spoštovani Sostrčani, prav z veseljem bi praznovali z Vami, ker se še kako dobro zavedamo, da se je le z vašo podporo delovanje PGD Sostro lahko obdržalo skozi stoletje, Vas bomo pa zagotovo obiskali v dneh, ki prihajajo, da vam voščimo vesele praznike ter vse dobro v letu 2022.

Letos nam res ni uspelo izpeljati vseh načrtovanih dejavnosti, ki so roko na srce

glavnina vseh prihodkov za nemoteno delovanje društva, smo pa kljub temu zbrali in popisali bogato zgodovino PGD Sostro v knjigi z naslovom Kronika ob 100-letnici Prostovoljnega gasilskega društva Sostro. Izvod knjige je sicer brezplačen, saj menimo, da kronika društva, ki je tako močno vpeto v vsakodnevno dogajanje lokalne skupnosti, sodi na knjižno polico v prav vsakem domu. Vseeno pa se ne bomo branili vašega prostovoljnega prispevka tako v materialni kot v obliki nakazila na tekoči račun društva.

Prednaročilo knjige sprejemamo na elektronski naslov info.sostro@gzl.si. PGD Sostro TRR:02034-0012117485 Zato se Vam s spoštovanjem za vso izkazano pomoč res iskreno zahvaljujemo in Vas pozdravljamo z gasilskim pozdravom

NA POMOČ!

Matjaž Mihelič,
predsednik PGD Sostro

Društvo ljubiteljev rejcev drobnice Ljubljana Sostro

Naš cilj je obveščanje članov in povečanje prepoznavnosti rejcev drobnice, same reje in izdelkov s kmetije. Namen delovanja našega društva je, da s svojimi dejavnostmi približa drobnico morebitnim rejcem in porabnikom, obenem pa kupce seznanja s kakovostnimi proizvodi domačega izvora in s tem pomaga svojim članom pri prodaji. Društvo skrbi za druženje med rejci, ki je potrebno za izmenjavo mnenj in izkušenj pri delu, predstavitev kmetijstva navzven, s čimer

se želimo približati lokalnemu prebivalstvu MOL in obdržati zaupanje med porabnik. Društvo rejcev drobnice v svojih vrstah združuje rejce ovc in koz ter potencialne težav. Društvo je bilo v oktobru vabljeno na tečaj predelave mleka v okviru poskusnega projekta IZBOLJŠANJE PRAKSE IN PROCESOV NA PODROČJU SIRARSTVA. Enodnevne tečaje se je udeležilo pet pridelovalcev mleka oz. reje drobnice (koze in ovce), ki so se

odločili, da osnovni prireji mleka dodajo dodano vrednost skozi predelavo mleka v najrazličnejše mlečne izdelke. Spoznali smo osnove higienske prakse pri pridelavi mleka, naredili jogurt, sveži sir in mehki sir. Vsi tečajniki razmišljajo o dopolnilni dejavnosti – predelavi mleka kot ponudbi na kmetiji. Vsi člani društva sodelujejo v lokalnem okolju, na prireditvah in v Zvezi društev drobnice.

Andreja Jenko

Turistično društvo Zadvor

Dejavnosti v TD Zadvor v letu 2021

Pandemija je dodobra oklestila delovanje društev, tudi našega. Vsak dan smo pogledovali, kdaj bomo lahko odprli brunarico, v kateri najemnica opravlja gostinsko dejavnost, in s tem izpeljali zastavljen načrt dela.

Kljub dolgemu zaprtju lokala smo bili veseli, da nismo imeli opraviti z vandalizmom, ki bi nam povzročil še dodatne stroške. Toda v začetku aprila smo razočarani ugotovili, da se je nekdo spraval na otroška igrala in rekvizite. Za lažji nadzor nad objektom in vrtom smo dopolnili videonadzor. Tudi delovanje društva se ni čisto ustavilo. Delovali smo, kolikor so dovoljevali predpisani pogoji.



Tako smo v soboto, 17. aprila 2021 izpeljali tradicionalno akcijo spomladanskega čiščenja »ZA LEPŠO LJUBLJANO«, ki jo vsako leto simbolično začnemo ob svetovnem dnevu vode (22. marec) in jo zaključimo ob svetovnem dnevu Zemlje (22. april). ČS Sostro je priskrbelo vreče in rokavice. Že tu se je zapletlo, saj se vedno pregovarjamo, koliko vreč in rokavic potrebujemo. Teren je velik, zato potrebujemo tudi večje število materiala. Nekako se je uskladilo z nakupom dodatnih rokavic (ŠD Zadvor) in s prinesenimi rokavicami od doma. Delo se je začelo v soboto, 17. aprila 2021, kmalu pa smo ugotovili, da so rumene vreče tanke in se ob malo večji količini trgajo in s tem predstavljajo dodatno delo. Zelo nas je zmotilo obvestilo JP VOKA-SNAGA d. o. o., da večjih odpadkov v tej čistilni akciji ne zbirajo. Živimo na obrobju mesta Ljubljane, obdani z gozdom, in na to območje so zelo velikokrat pripeljani večji kosi odpadkov, v naravi pa jih ne želimo pustiti. Da bi pobirali samo plastenke, pločevinke, manjše kose embalaže, vse ostalo pa pustili, se nam zdi smešno. Dogovorili smo se, da pospravimo,

kar lahko, in nabrano nesnago pripeljemo na vnaprej določena zbirna mesta, za katera smo obvestili pristojne na VOKA SNAGA d. o. o., vendar so nam povedali, da odvoza v soboto ne bo, temveč se vse prestavi na ponedeljek. Opozorili smo jih, da lahko ljudje na zbrana odlagališča pripeljejo stvari iz svojih dvorišč, pravzaprav se lahko smeti prevračajo in se išče še kaj uporabnega. Kljub začetnim težavam z odvozom je bil dokončen odvoz 21. aprila 2021, za kar smo hvaležni g. Krištofu Mlakarju, direktorju JP VOKA-SNAGA.

Širše čistilne akcije ZA LEPŠO LJUBLJANO 2021 se je udeležilo 166 udeležencev društev iz nižinskega dela ČS Sostro in krajanov. Pri akciji so tako kot vsako leto sodelovali tudi člani in članice Društva podeželja Lipoglav in PGD Lipoglav. Po končani čistilni akciji smo za vse prisotne v društvu pripravili malico in pijačo, ki pa so jo udeleženci morali pojesti doma, saj zaradi razmer družbenje v večjem številu še vedno ni bilo dovoljeno. Za finančno pomoč se zahvaljujemo ČS Sostro, saj bi brez njene pomoči tudi letos ostali brez okreplila. Tudi letos nam je Turizem Ljubljana podaril nekaj majic. Glede na to, da jih ni bilo dovolj za vse udeležence, smo se odločili, da z njimi nagradimo Društvo podeželja Šentpavel in del članic Sadjarskega društva, preostale pa smo izročili PGD Sostro.

Po zaključku ima človek boljši občutek, da je naredil nekaj koristnega, čeprav si ne dela utvar, da nekateri ne bodo zopet packali naše narave, ki pa se nam že zdaj pošteno maščuje. Verjetno bo treba ob letu spet organizirati širšo čistilno akcijo, vendar mislimo, da bo treba skupaj sestiti in se dogovoriti, kako bomo vse skupaj izpeljali, da ne bo nepotrebnih slabe volje in jeze. Mi smo vedno pripravljeni na dialog. Pa o tem prihodnjič.



Morda pa bi se naša rešitev in bi vsak posameznik že danes razmišljal, če bi vedel, da na našem območju deluje majhno družinsko podjetje, ki se ukvarja z odvozom nenevarnih odpadkov – smeti, gradbenih odpadkov, zelenega odreza, stekla, železa in kosovnega materiala. Na zeleno lokacijo dostavijo zabojnik in ga ob zapolnitvi odpeljejo in izpraznijo. Čudovita ideja, vredna razmisleka.

Kmalu nas je razveselila novica, da se bo 25. aprila 2021 odprla naša brunarica. Na žalost kresovanja ni bilo. Veselili smo se prvomajskega pohoda na Molnik, saj je bilo druženje do sto ljudi dovoljeno. Čez noč so se pogoji druženja spremenili na deset ljudi in naš tradicionalni pohod se je spremenil v udeležbo petih članov, ki smo s pohodom na Molnik zaznamovali praznik dela.



V petek, 4. junija 2021, smo v brunarici Zadvor izvedli 14. salamijado. V ocenjevanje se je prineslo 15 salam, ki jih je ocenjevalo 13 udeležencev ocenjevalcev. Veseli smo, da je bila letos zmagovalna salama narejena na našem območju, g. Jožetu Bitenc pa čestitamo za zmago.

Z veseljem smo dočakali priklop na optiko in s tem odpravo težav pri uporabi elektronskih komunikacijskih storitev. Sredi junija smo pomagali organizatorju z varovanjem pri vseslovenskem projektu Dirka po Sloveniji. Skrbeli smo za nemoten potek kolesarske karavane na delu Litijske ceste. Glavno besedo je imela seveda policija, vendar smo prostovoljci pomemben člen pri izvedbi.

Pred brunarico Zadvor smo se na povabilo ČS Sostro in Krajevne organizacije ZD za vrednote NOB Zadvor 10. julija 2021 udeležili srečanja krajanov in članov ob 30. obletnici samostojne Slovenije, krajevnem prazniku 13. julija ČS Sostro in 80. obletnici ustanovitve Molniške čete, prve slovenske partizanske čete.

Konec avgusta nas je pretresla vest, da nas je zapustila ga. Majda Bricelj, žena pokojnega predsednika ŠD Zadvor g. Milana Briclja, nekaj dni za njo pa še ga. Ivanka Prepeluh, žena ustanovnega člana TD Zadvor pokojnega g. Jožeta Prepeluha. Kljub želji po druženju in zabavi ugotavljamo, da trenutno stanje ni nič obetavno. Uvedba PCT-pogojev je marsikoga odvrnila od organizacije

prireditve in srečanj. Tako smo na žalost tudi letos odpovedali našo največjo prireditev – golažijado in še kar nekaj dejavnosti in srečanj.

Glede na to, da se epidemične razmere iz dneva v dan slabšajo, bodimo ponosni na to, kaj vse smo že dosegli, in zaupajmo, da lahko dosežemo in zmoremo s skupnimi močmi še več.

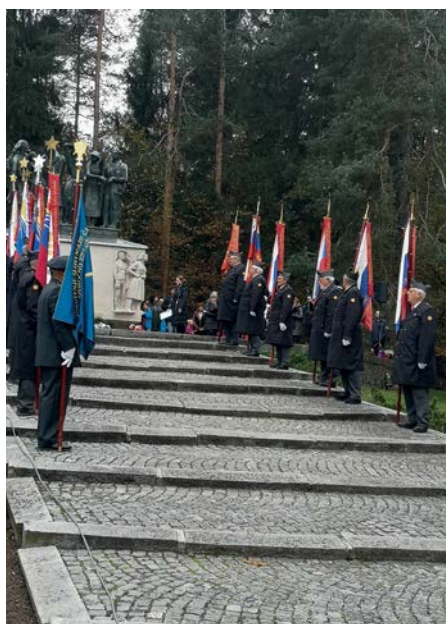
Naj nam odzvanjajo besede Charlieja Chaplina: **»Najbolj zapravljen dan v življenju je dan, ko se ne smejimo.«** In vam zaželim, da ostanete zdravi, in pogumno v nov dan.

Mojca Eržen,
predsednica TD Zadvor

Krajevna organizacija zveze društev za vrednote NOB (ZZB NOV) Slovenije

Delo krajevne organizacije ZB Zadvor – Sostro v letu 2021

Naša Krajevna organizacija ZB Zadvor - Sostro tudi v teh zapletenih in negotovih časih, zaznamovanih z nepredvidljivo pandemijo covid, vztrajno nadaljuje svoje dejavnosti. Poudarek je seveda na našem poslanstvu ohranjanja zgodovine NOB, upošteva nove okoliščine (splošne spremembe v družbi) in pogoje (zmanjšanje finančnih sredstev za delovanje organizacije). Zadovoljni smo, da v našo skupnost še niso prodrli splošno negativno družbeno razpoloženje, nestrpnost, sovražni govor in razkol. Še smo zmožni sodelovanja različno mislečih, ki smo ga toliko let medsebojno gradili v krajevni civilni družbi. Žal raven medsebojne komunikacije določajo ljudje na najvišjih položajih v državi in s svojim vplivom pehajo vse državljane na raven gostilniških govoric in vedenja. Sleherni od nas, predstavnikov občanov nosi odgovornost, da ohranimo naše dobre medsebojne odnose. Prav zato so nas zelo prizadeli napadi na spominska znamenja, ki so se kar vrstila od lanskega poletja naprej. Naj podam nekaj primerov takega početja:



poskus razbitja spominske plošče na pokopališču Sostro, uničenje več vencev in odtujitev venca v Dobrunjah, odstranitev vaz in cvetja s spominskih plošč na Združenem domu Zadvor. Še posebej boleča pa je nekajkratna skrunitev spomenika Molniški četi in pred Spominsko hišo v Podlipoglavu s človeškimi in pasjimi iztrebki.

Kmalu po proslavi ob 80. obletnici ustanovitve Molniške čete so neznanци napadli obnovljena spominska znamenja na Pugledu (opisano v izjavi o vandalizmu), in sicer celo dvakrat zapored (v juliju in avgustu 2021) s prebarvanjem rdečih zvezd v rumeno. Povzročena škoda je bila takoj sanirana s prostovoljnim delom in strokovnimi izvajalci ob finančni podpori MOL, Oddelka za kulturo. Četudi je škoda popravljena, ostaja grenak občutek glede zavrnjenih dejanj posameznikov.

Med partizanskimi borci je bila velika večina vernih ljudi in že zaradi njih je skrunitev skrajno zavržno dejanje, ki največ pove o storilcih. Zato vsi obsojamo vsa nasilna dejanja in vandalizem, ne glede na katerem spomeniku našim pokojnim.

Naša osrednja prireditev v letu 2021 zadeva počastitev 80. obletnice ustanovitve Molniške čete in zaznamovanje krajevnega praznika ČS Sostro. Molniška četa je bila prva slovenska partizanska četa in ima velik vojaški pomen. Ob tej pomembni obletnici smo izdali tudi posebno brošuro z naslovom 80 let Molniške čete. Več o proslavi je objavljeno v posebnem članku.

Združenje za vrednote NOB Ljubljana Moste - Polje je priredilo proslavo ob 79. obletnici bojev II. grupe odredov na Jančah in Tujem Grmu, dogodek je posebej objavljen v članku.

Skrbimo tudi za urejenost spominskega območja Urh. Razstava 1941–45 v stavbi

nekdanje Mežnarije na Urhu je odprta vsak dan od 8.00 do 13.00. Obiskovalcem so na razpolago tematske brošure in razglednice, po dogovoru pa za organizirane skupine pripravimo program vodenega ogleda ter predstavitev medvojnih dogajanj na Urhu. Žal pa obiskovalcem še vedno niso na voljo ustrezne sanitarije, zato spet pozivamo pristojne v ČS Sostro, da spodbudijo mestno oblast k ureditvi vodovoda ter kanalizacije ter s ter zagotovijo pogoje za normalno delovanje našega zgodovinskega bisera, ki ni pomemben le za naše okolje, ampak za mesto Ljubljana Heroj, nasploh.

Z veseljem pa vas obveščamo, da je izšla tudi nova brošura z naslovom URH v izdaji Združenja za vrednote NOB Ljubljana in Mestnega muzeja Ljubljana. Avtor brošure je zgodovinar dr. Martin Premk.

Ob dnevu spomina na mrtve smo očistili in uredili okolico vseh naših spominskih znamenj, ki jih je na našem območju kar 20. Pri tem nam pomagajo ustrezne službe MOL in ČS, podjetji Žale in Želva. Vsem se lepo zahvaljujemo!

V znak spoštovanja do naše preteklosti in vseh padlih žrtev NOB so se njim v spomin darovale maše: gospod župnik Aleš Tomašević na Urhu in gospod župnik Robert Golob (maša za partizane). V Stari Gori nad Gorico je partizansko mašo daroval pater Bogdan Knavs. Izrekamo spoštovanje in zahvalo.

MOL, Oddelek za lokalno samoupravo, in ČS Sostro sta leta 2020 naši organizaciji predali v najem in soupravljanje prostore v spominski hiši v Podlipoglavu. Že vse leto zbiramo in dopolnjujemo lokalno arhivsko zbirko, ki je namenjena ohranjanju in hrambi predmetov iz časa druge svetovne vojne in prvih povojnih let. Vabimo vse občane, da sodelujejo pri vzpostavljanju

zbirke in nam prinesejo predmete iz vojnega in povojnega časa: knjige, zapiske, pričevanja, dokumente iz zasebnih zbirk, pisma, partizanski denar, dele orožja ipd. Namen zbiranja teh predmetov je skrb, da se ti ohranijo in postanejo del naše vojne dediščine. Vse pogoje predaje in prevzema bomo objavili v prihodnji številki Sostrčana,

že zdaj pa lahko pridobite vse informacije na 041 684 836 – KO ZB oz. e-naslov: kozb.zadvorsostro@gmail.com.

Naj se na koncu leta še zahvalim vsem, ki so v tem letu sodelovali z nami, nam pomagali v različnih oblikah, se družili na prireditvah in drugje in z dobronamernostjo in

sprejemanjem naredili naše delo smiselno. Vsem krajanom, organizacijam in bralcem Sostrčana pa srečno novo leto.

Mija Marija Kocijančič,
predsednica KO ZB Zadvor - Sostro
Foto: Grega Dolenc

Praznovanje 80. obletnice ustanovitve prve partizanske slovenske čete – Molniške čete

V Četrtni skupnosti Sostro smo letos praznovali pomembno obletnico, 80 let ustanovitve prve slovenske partizanske čete – Molniške čete, 13. julija 1941. Hkrati je ta dan tudi krajevni praznik ČS Sostro, ki sodeluje pri izvedbi praznika in ga tudi podpira.

Organizatorja proslave, ki je bila 10. julija 2021 pri spomeniku Molniške čete ob Brunarici Zadvor, sta bila: ZZB Moste - Polje in KO ZB Zadvor - Sostro. Vabljeni so bili člani ZB Slovenije, MO Ljubljana in lokalnih KO, četrtini svetniki, predstavniki MOL in vsi predsedniki društev ČS Sostro, PGD in LD Pugled. Prvič, odkar slavimo krajevni praznik, smo povabili praporščake vseh društev (odzvalo se je šest društev), ki so se v slavnostnem prihodu pridružili petim praporom našega združenja in praporu Policijskega veteranskega društva Sever. Vsi prisotni smo bili navdušeni nad nastopom Papirniškega pihalnega orkestra Vevče, Vevške godbe, katere nastop je donirala Papirnica Vevče. Navdušila je tudi recitatorica pesmi Mateja Bora gospa Barbara Jozelj ob spremljavi

harmonikarice Neje Štrubelj, ki je z igranjem popestrila tudi naše druženje. Kako lepo so zadonele partizanske pesmi v gozdovih, kjer se je pred 80 leti zbralo 13 pogumnih mož in se odločilo braniti domovino! Proslavo je povezovala predsednica KO ZB Zadvor - Sostro Mija Kocijančič. Goste je pozdravila predsednica ZZB Moste - Polje Branka Kastelic in se spomnila vseh pomembnih letošnjih obletnic (80 let ustanovitve OF in začetka upora v krajih pod Pugledom). Vse prisotne je pozvala k minuti molka v spomin na vse padle in umrle NOB.

Nato je vse udeležence pozdravil poslanec DZ RS gospod Janez Moškrič, ki je bil 16 let predsednik ČS Sostro in je ves čas deloval v prid povezovanja in strpnosti med različno mislečimi. Poudaril je boj za neodvisno Slovenijo skozi več rodov Slovencev. Žal ni bilo predsednika ČS Sostro zaradi zdravstvenih težav, zastopala ga je gospa Maruša Babnik, mestna in četrtina svetnica SDS in urednica lokalnega glasila Sostrčan. Poudarila je napredek ČS Sostro v razvoju infrastrukture in zgledno sodelovanje z MOL. Slavnostni govornik je bil generalni

sekretar ZB Slovenije tovariš Aljaž Verhovnik, ki je povzel zgodovinsko dogajanje pred drugo svetovno vojno in razmere, ki so pripeljale do tako zgodnjega upora, ki je uspel predvsem zaradi široke podpore prebivalstva. Govor je požel številne pohvale.

Na nastanek partizanske čete in prvih odredov na območju Molnika in Pugleda nas danes spominjajo številni spomeniki (18 na območju KO ZB Zadvor - Sostro) in imena ulic (Cesta 13. julija, Cesta II. grupe odredov, Ulica Molniške čete). Še posebej ponosni smo na veličasten spomenik Molniške čete in vseh žrtev in padlih v NOB. Ima obliko petih pušk, ki simbolizirajo posamezne skupine žrtev okupatorjev in domačih izdajalcev. Službe Oddelka za kulturo na MOL so poskrbele za čiščenje spomenika in obnovo petih spominskih tabel in črk.

Ob obletnici smo gostom ponudili novo brošuro o Molniški četi in priložnostne magnetne ploščice, urednica Sostrčana pa je podelila večje število glasil, v katerem je bil obširen zapis o vseh naših letošnjih dejavnostih (predvsem na Spominskem območju Pugled). Delegacija Zveze borcev je k spomeniku položila venec, delegacija Mestnega odbora Levice pa cvetje. Spopadali smo se tudi z omejitvami NIJZ, zato smo morali biti previdni pri organizaciji, a je kljub vsemu prišlo skoraj 150 ljudi. Po proslavi smo se še dolgo družili ob odličnem golažu, ki so nam ga pripravili v restavraciji Ham-ham po »sindikalni« ceni, osebje Brunarice Zadvor je poskrbelo za pijačo, vsi skupaj pa smo uživali v druženju in lepih zvokih.

Zahvala velja tudi številnim prostovoljcem, ki so zagotovili uspešno izvedbo. Bilo je res posebno in lepo doživetje.

Tovariški pozdrav vsem članom ZB za vrednote NOB!

Mija Marija Kocijančič,
predsednica KO ZB Zadvor - Sostro
foto: Franc Košir



Praznovanje na Jančah

Pri Planinskem domu na Jančah je bilo 30. maja srečanje, ki ga je pripravilo Združenje borcev za vrednote NOB Ljubljana Moste - Polje, in sicer ob 79. obletnici boja II. grupe odredov NOV in POS, ustanovitve prve partizanske čete v Sloveniji, imenovane Molniška četa, ob 80. obletnici ustanovitve OF in 152. obletnici spopada slovenskih kmetov in nemških »turnerjev« na Jančah.

Slavnostni govornik je bil Miha Butara, častni predsednik Zveze slovenskih častnikov in poveljnik TO Ljubljanske pokrajine v vojni za Slovenijo leta 1991. Zbrane so nagovorili tudi Branka Kastelic, predsednica ZB za vrednote NOB Ljubljana Moste - Polje, župan Mestne občine Ljubljana Zoran Jankovič in župan občine Litija Franci Rokavec.

»Danes živimo v svobodni samostojni in neodvisni državi Sloveniji. Pot do njenega nastanka ni bila lahka. Bila je dolga in prepojena s številnimi težkimi in velikimi preizkušnjami. Zato ni naključje, da smo državotvornost počasi, a zanesljivo utrjevali skozi stoletja in se tako korak za korakom bližali svetlemu cilju. Velikokrat smo se znali iz največjih zagat izvleči z najboljšimi rešitvami in si ustvariti za tiste čase solidno podlago, na kateri smo lahko gradili naprej,« je med drugim dejal Miha Butara. Dotaknil se je dogajanja skozi stoletja, govoril o upornosti in svobodoljubju našega naroda,

o naših ljudeh in pokončnih prednikih. Posebno pozornost je namenil 80. obletnici ustanovitve OF: »Ta veličastni zgodovinski dogodek in odločitev naprednih svobodoljubnih ljudi za upor proti okupatorju sta nas uvrstila med zavezniške sile v vrsti narodov zmagovalcev nad največjim zlom v zgodovini, nad nacizmom, fašizmom in klerofašizmom. Ob boku s silami Združenih držav Amerike, Velike Britanije, Sovjetske Rusije in Francije je stopala Titova slovenska partizanska vojska.« Poudaril je, da so se klicu upora proti okupatorju odzvali domačini iz teh krajev, kmetje, delavci, meščani in drugi svobodoljubni ljudje. Vključili so se v enote Titove partizanske vojske in so prav tu na Jančah leta 1942 zbrani v najmočnejši partizanski enoti vodili hud boj z nemškim okupatorjem in njegovimi slovenskimi pomagači, ki so mu prisegli zvestobo, domačimi izdajalci.«

Sklep svojega slavnostnega govora je ob koncu namenil 30. rojstnemu dnevu Slovenije. Med drugim je dejal, da so se takrat borili za to, da bi vsi živeli boljše in lepše življenje. »Nismo pričakovali, da



nas bodo izdali ljudje, ki smo jim takrat tako močno zaupali. Številni so nas izdali zaradi koristoljubja in pohlepa, zaradi svoje nenasitnosti in želje po nadvladi. Temu početju moramo reči ne in se jim zahvaliti za njihovo 30-letno lomastenje po naši državi.«

Privediteva sta s svojimi pesmimi popestrila Partizanski pevski zbor in Barbara Jozelj z deklamacijami. Položili so tudi cvetje v spomin padlim na Tujem grmu in podelili priznanja združenja in ZZB NOB Slovenije za prizadevno delo in ohranjanje vrednot narodnoosvobodilnega boja posameznikom in organizacijam.

Jani Alič in Miha Butara

Foto: Matjaž Špat

Vandalizem nad državnim spomenikom na Pugledu

Izjava za javnost - 27. 7. 2021

Dne 16. 7. 2021 nas je občanka v ZB NOB Moste - Polje obvestila o poškodbah in vandalizmu na spomenikih, ki so del spominskega kompleksa na Pugledu. Nemudoma smo ukrepali. Po ogledu na kraju dogodka smo o uničenju obvestili policijsko postajo Moste. Na ogled kraja je prišel vodja policijskega okoliša Ljubljana – Četrtna skupnost Sostro, ki je 20. 7. ob prisotnosti predsednice Krajevne organizacije Zadvor - Sostro opravil podroben ogled kraja in popisal storjeno škodo.

Ugotovljeno je bilo:

1. Rdeča zvezda, simbol upora, na osrednjem spomeniku na vrhu Pugleda je bila oskrunjena z barvanjem z rumeno barvo.
2. Nasilno je bil izpuljen podstavek s smerokazi do drugih znamenj in

namerno, s silo, zvite puščice na smerokazih.

3. Rdeča zvezda, simbol upora, na Stražarskem mestu št. 2 je bila oskrunjena z barvanjem z rumeno barvo.

Policiji je bilo naznanjeno kaznivo dejanje »Poškodovanja ali uničenje stvari, ki so posebnega kulturnega pomena ali naravne vrednote« po 219. členu kazenskega zakonika. Zagrožena zaporna kazen za to dejanje je pet let, podana je bila tudi ovadba zoper neznan/-ga storilce/-a. O dogodku smo obvestili pristojne na Mestni občini Ljubljana in prostovoljce ter donatorje, ki so s svojim delom in trudom pred nedavnim spomenike na Pugledu očistili in obnovili (tovariš Zdenko Kralj, MNOB, Levica Ljubljana). Poškodovanje spomenika kaže na

sovrastvo in nesprejemanje junaške zgodovine slovenskega naroda in to prav v času praznovanja 80. obletnice Molniške čete v skupnem nastopu vseh društev ČS Sostro in po vseh naporih številnih prostovoljcev, ki so temeljito obnovili piramido na Pugledu, skupaj z drugimi spominskimi znamenji – stražarskimi mesti, ki sestavljajo spominsko območje Pugled.

Storjeno skrunitev spomenika, zlasti pa rdeče zvezde, ki je simbol upora, obsojamo kot skrajno nekulturno in sprevrženo dejanje. Naši dedje in očetje pred 80 leti so se sprva goloroki uprli do zob oboroženemu okupatorju in nekateri so dali tudi svoja življenja za našo svobodo.

Ljubljana, 23. 7. 2021

ZB NOB Ljubljana Moste - Polje

Lovska družina Pugled

Lovska družina Pugled spada po površini med največje v Zasavskem upravljavskem območju. Ustanovljena je bila leta 1946 in šteje 51 članov. Naše lovišče se nahaja v neposredni bližini Ljubljane, na skrajno zahodnem delu. Prepoznano je kot primestno lovišče, kjer obiskovalci množično izvajajo rekreativne dejavnosti. Skupna površina lovišča je 8165 ha, od tega je 5715 lovne površine, 2450 ha pa je nelovne (urbana naselja, Ljubljanska obvoznica ...).

Lovska družina je dobila ime po vrhu Pugled, ki je tudi najvišja točka v lovišču z nadmorsko višino 615 m, in se nahaja med



Podlipoglavom in Velikim Lipoglavom. Z vrha, na katerem stoji spomenik NOB, je zaradi gozda razgled omejen. V območju je pretežno gozdnata krajina, razen na zahodni poti in v samem delu mesta Ljubljana, kjer sta urbana in kmetijska krajina. Lovišče s svojo konfiguracijo in deležem gozdov (bukev, kostanj, hrast, javor in smreka) ponuja ugodne pogoje populacijam divjadi.

Glavne vrste lovne divjadi so divji prašič, srnjad, jelenjad. Od male divjadi sta prisotna zajec in raca mlakarica, od malih zveri pa lisica in jazbec. Lovci vse več opažajo medvedovo prisotnost. V zahodnem delu območja pa je pogosta siva vrana. V hribovitem predelu lovišča sta popolnoma izginila veliki divji petelin in gozdni jereb, v nižinskem predelu pa fazan.

Člani LD Pugled imajo v lovišču tudi naloge in obveznosti:

- vzdrževanje in obnova tehničnih objektov (preže za opazovanje in izvajanje lova),
- biotehnična dela v lovišču (delo na krmnih njivah, delo, povezano s košenicami, grmišči, čiščenjem gozdnega roba, vzdrževanje napajališč – kaluž).

Vse dejavnosti so povezane z obdelovalci kmetijskih zemljišč, s katerimi odlično



sodelujemo. Lovci vabimo v svoje vrste, da se nam pridružijo članice in člani zelene bratovščine.

Z lovskim pozdravom **Dober pogled.**

Janez Šubelj in Miki Grča

Društvo podeželja Šentpavel

Iz Šentpavla na Molnik

Molnik je postal vse bolj priljubljena izletniška točka med Ljubljančani in tudi drugimi obiskovalci. Število teh se je namreč, verjetno tudi zaradi popolnih zaprtij, zelo povečalo. Prebivalci vasi Šentpavel, ki leži pod vznožjem ene izmed priljubljenih poti na Molnik, smo opazili, da obiskovalci velikokrat iščejo pravo pot, zato smo začutili dolžnost, da pot iz vasi Šentpavel označimo s smerokazi.

Člani Društva podeželja Šentpavel smo tako v poletnih mesecih s finančno pomočjo Četrtna skupnosti Sostro poprijeli za delo ter se lotili postavitve smerokazov. Najprej sva z Rizom opravila časovne meritve hoje na Molnik. Zatem je Drago, ki je med drugim tudi priznani rezbar, izdelal sedem smerokazov v obliki puščice in jih opremil z napisom Molnik, enega pa z napisom Orle ter časom hoje. Z Rizom sva table namestila na prej določene točke,

kot rečeno, pa je bil dodan še smerokaz za Orle, ki označuje pot z vrha Molnika na sosednji hrib. Člani društva smo bili prijetno presenečeni, ko smo opazili še nekaj drugih tabel, ki označujejo okoliške vrhove okoli Sostra. Vsako tako akcijo, ki doprinese k prijetnejšemu občutku obiska hribov, pozdravljamo.

Upamo, da bodo smerokazi koristni za obiskovalce naših vrhov, zlasti pa upamo, da bodo obiskovalci začutili čistost in neokrnjenost tega dela Ljubljane ter okolice, ki s svojim videzom spominja na druge, bolj znane in obiskane turistične kraje v Sloveniji. Želimo si tudi, da bi obiskovalci ohranjali naravo čisto in jo cenili ter v njej uživali in krepili zdravje telesa in duha.

Gregor Rigač,
predsednik Društva podeželja Šentpavel



Kulturni utrip

Svizci – Gledališka skupina

Smo gledališka skupina Svizci. Za nami sta že dve uspešno opravljene predstavi z več ponovitvami.

Prvo predstavo z naslovom Trije snubci smo premierno odigrali marca 2018. Naslednja predstava z naslovom Servus Petelinček je bila decembra 2019, pri kateri se je že očitno videl napredek skupine kot celote.

Leta 2020 pa so, kljub velikim željam po nadaljnem ustvarjanju, prišle številne omejitve, zaradi katerih nam je bilo onemogočeno vnovično uprizorjanje starih

in novih iger. Letos pa se končno vračamo. Za vas smo pripravili novo komedijo z naslovom Tonček se ženi.

Naša mala skupina je nastala davnega leta 2017, ko smo ugotovili, da se v domačem gledališču, kar zadeva gledališke predstave, ne dogaja prav veliko. Spomnili smo se časov, ko je sostrska mladina pred vsakim božičem pripravila predstavo, v kateri smo uživali prav vsi. Z željo po ustvarjanju podobnih občutkov za domačo publiko smo se odločili, da bomo tudi mi enkrat letno ustvarili spektakel v Zadržnem domu Zadvor.

Na samem začetku nas je bilo šest in na večini vaj nismo imeli nikogar, ki bi nas gledal in popravljal. A sčasoma je skupina dobila nove in nove prostovoljce, kar nas je privedlo do trenutne zasedbe, ki se ob svojem kreiranju neizmerno zabava. Že od samega začetka nas je združevala želja po igri, smehu ter druženju. Vse to je tudi mogoče videti na naših predstavah. Slednje imajo prost vstop, zato je vabljen prav vsak, ki se želi dodobra nasmejati in ob izhodu darovati kakšen evro ali dva.

Skupino trenutno sestavljajo sedem nadarjenih igralcev, režiserka ter tehnični

pomočnik. Vadimo od dva do tri mesece prej, približno enkrat na teden, v zadnjih tednih pred predstavo pa po potrebi tudi več.

Ekipo sestavljamo: David Janušič, Jernej Birk, Jošt Kavka, Lea Fugger, Luka Perkovič, Timotej Jereb Bec, Žiga Košir, Živa Jereb Bec in Živa Peterca.

Glede na uspešne podvige v preteklosti imamo jasne cilje za prihodnost: želimo še naprej uprizorjati uspešne dramske igre v domačem okolju in drugod po Sloveniji. Ena stvar pa se definitivno ne bo spremenila. Vedno bomo najbolj veseli igranja pred našim sostrskim občinstvom. Saj veste kako pravijo: »Povsod je lepo, a doma je najlepše.«

Glede na vsem znane razmere težko kar koli povemo o naši naslednji igri. Naša trenutna želja je, da bi lahko januarja znova oživili oder v našem Zadržnem domu, ki res že predolgo sameva.

Za točne datume gledaliških predstav in preostale novice nas lahko spremljate na Facebook strani Gledališka Skupina Svizci.

ekipa Svizci



Šola in vrtec

33 vrhov šolskega okoliša OŠ Sostro

Vsaka stvar je za nekaj dobra, pravijo.

Tudi spomladanska omejitve na meje občin je bila dobra, saj je spodbudila k raziskovanju domačega kraja. Tako se je porodila ideja o označitvi opaznejših vrhov v okolici osnovne šole Sostro. Projekta se je lotilo 17 učencev osmih in devetih razredov ter dva učitelja. Pred poletnimi počitnicami so naredili table, jeseni pa jih namestili. Projekt je financirala tudi Mestna občina Ljubljana v okviru projekta Vzgoja za tehniko, oblikovanje in prostor.

Šolski okoliš osnovne šole se razprostira na jugovzhodu Mestne občine Ljubljana (MOL). Je precej obsežen in hribovit, saj tu lahko najdemo kar 85 vrhov, ki so med

najvišji v MOL. Najvišji vrh je Janški hrib s 794 m nadmorske višine. Hribovje je sicer del Posavskega hribovja.

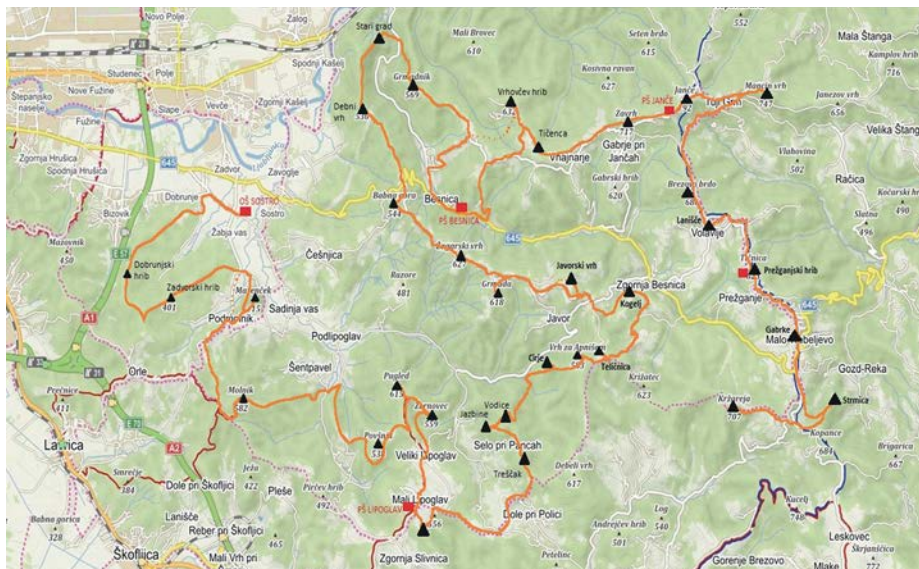
Izmed 85 vrhov so izbrali 33 vrhov, ki jih priporočajo za obisk. Na večino vodijo markirane ali nemarkirane poti in celo ceste. Na nekatere pa poti ni in bo treba najti način, kako po brezpotju na vrh.

Na vseh 33 vrhov so postavili lesene tablice z znakom OŠ Sostro, imenom vrha in nadmorsko višino ter simbolom za vrh. Ta lahko služi namesto žiga za vse, ki bodo izpolnjevali knjižico.

Za postavitev tablic na vrhove so predhodno pridobili soglasja lastnikov.

Za vsa soglasja se lastnikom zemljišč lepo zahvaljujejo.

Vse vrhove so povezali v vezno pot. Poimenovali so jo Merjaščeva pot, saj lahko na tem območju pogosto srečamo merjasce. Ni nujno, da se opisane poti držimo, lahko gremo tudi po svoje. Pot so zasnovali tako, da se začne pri centralni šoli in poteka mimo vseh štirih podružničnih šol (PŠ Lipoglav, PŠ Besnica, PŠ Janče in PŠ Prežganje). Konča se na razglednem vrhu na skrajnem jugovzhodu Mestne občine Ljubljana ter nikoli ne prečka občinske meje. Skupno je pot dolga približno 78 km in ima okoli 3700 m vzpona. Zanj bi povprečen hodec potreboval slabih 22 ur hoje brez daljših počitkov.



1. Dobrunjski hrib, 430 m
2. Zadvorski hrib, 387 m
3. Marenček, 415 m
4. Molnik, 582 m
5. Povšnik, 538 m
6. Pugled, 615 m
7. Žernovec, 559 m
8. Mali Boršt, 548 m
9. Treščak, 566 m
10. Jazbine, 563 m
11. Vodice, 605 m
12. Cirje, 512 m
13. Vrh za Apnišem, 583 m
14. Teličnica, 651 m
15. Kogelj, 578 m
16. Javorski vrh, 641 m
17. Grmada, 618 m
18. Žagarski vrh, 627 m
19. Babna gora, 544 m
20. Debni vrh, 530 m
21. Stari grad, 451 m
22. Grmadnik, 559 m
23. Vrhovčev hrib, 632 m
24. Tičenca, 684 m
25. Zavrh, 718 m
26. Janški hrib, 794 m
27. Vrh zidu (Mancin vrh), 747 m
28. Brezovo brdo, 686 m
29. Lanišče, 681 m
30. Prežganjski hrib, 658 m
31. Gabrke, 604 m
32. Strmica, 608 m
33. Kržareja, 707 m

Učenci so ustvarili tudi knjižico Merjaščeva pot, ki bo pohodnikom služila kot dnevnik poti. V njej je podroben opis vezne poti med vrhovi, zemljevid, opis vsakega izmed vrhov (nadmorska višina, lokacija, GPS-koordinate) in prostor za zaznamke pohodnikov. Knjižico lahko naročite pri

učitelju Jožetu Drabu (040-30-30-27 ali po elektronski pošti: joze.drab@guest.arnes.si).

Urša Lužar, Jože Drab

učitelja na Osnovni šoli Sostro

foto: Urša Lužar, Jože Drab, Neža Likovič



Vrtec Pedenjped, enota Učenjak

Vrtec v obnovi – kje pa so otroci?

Kot je g. Janez Moškrič v glasilu Sostrčan že lepo predstavil namero in vsebino obnove vrtca v Zadvoru, se je projekt na našo veliko veselje začel uresničevati v začetku julija 2021.

Z obnovo želimo povečati in celovito prenoviti prostore vrtca, dozidati zaklonišče ter zagotoviti energetska sanacijo stavbe.

S prizidavo bomo pridobili tri dodatne igralnice s pripadajočimi sanitarijami, osrednji večnamenski skupni prostor, prostor za gibanje s športnimi pripomočki, večjo in bolj funkcionalno razdelilno kuhinjo ter ustrezne prostore za strokovne delavce. Na novo bosta urejena ločena vhoda v prvo in drugo starostno obdobje ter nov nadkrit gospodarski vhod. Na južni strani bodo vse igralnice v pritličju dobile zunanje nadkrite igralne površine ter senčnice. Na novo bo urejeno funkcionalno igrišče.

Pri načrtovanju obnove je bila skrb vodstva vrtca poiskati primerne prostore za vse otroke. V času vpisa za novo vrščevsko leto 2021/2022 smo namreč prejeli toliko



vlog, da smo že zapolnili deset oddelkov, kolikor jih bo po obnovi v enoti Učenjak. Pomembno nam je bilo, da v času obnove zagotovimo otrokom primerne prostore za predšolsko vzgojo, kar nam je s pomočjo drugih moških vrtcev tudi uspelo. Med seboj vrtci že vrsto let zgledno sodelujemo in vsako leto skupaj izvedemo kulturno prireditev REVIJO PETJA IN PLESA oziroma športno prireditev POLŽJE IGRE, ki povezuje pet moških vrtcev. Sodelovanje pa se ne ustavi samo pri lepih dogodkih – v

času obnov posameznih vrtcev si med seboj pomagamo in vsak primeren prazen prostor ponudimo drug drugemu v uporabo.

Naše skupine otrok so tako nameščene v prostorih vrtcev Otona Župančiča in Jarše ter po enotah našega vrtca Pedenjped (na Fužinah, v Kašlju in Zalogu).

Ta čas gradbena dela napredujejo in je že vidna nova podoba vrtca.

Kako pa se imajo naši otroci?

Pedenjped v Hrušiči in Štepanjskem naselju

V Vrtcu Otona Župančiča, enoti Čebelica na Hruševski cesti sta dve najstarejši skupini otrok. Prostor in igrišče so že spoznali, saj smo poletje vsi iz enote Učenjak preživeli prav tam. Veliko dejavnosti izvajamo na prostem, kar so opazili tudi okoliški prebivalci, ki nam izrekajo pohvale na ta račun. Ker je gozd zelo blizu, lahko še naprej obiskujemo svojo učilnico v naravi, kjer spoznavamo gozdni bonton, urimo

gibalne spretnosti in odkrivamo zakonitosti narave. Podajamo se na daljše sprehode in spoznavamo novo okolico in njene posebnosti. Odlično sodelujemo z otroki in delavci Vrtca Otona Župančiča, ki se ves čas trudijo, da se dobro počutimo, za kar smo jim iskreno hvaležni.

Najmlajši dve skupini gostujeta v enoti Čurimuri v Štepanjskem naselju, kjer so nam z reorganizacijo odstopili dve igralnici z vso potrebno opremo za najmlajše.

Za nekatere otroke so bili septembrski dnevi prvi koraki v vrtec. Topli objemi, igrače, instrumenti, glasba, barve, žoge so pritegnile pozornost otrok, ki se z vsakim dnevom počutijo v vrtcu bolj domače. Teden mobilnosti smo izkoristili za spoznavanje okolice – eni z vozički »mini bus«, drugi pa že kar ob varovalni vrvič peš. Kljub urbanemu naselju je v okolici veliko prijetnih varnih zelenih poti in veliko možnosti za opazovanje reke in rečnih prebivalcev.



Pedenjpedi na Fužinah

Štiriletniki in skupinica najmlajših otrok ter vodja enote gostujemo v našem vrtcu, v popolnoma obnovljeni enoti Šlik šlak. Poleg varnih zelenih poti in novih igral na igrišču otroke navdušuje reka Ljubljanica s svojimi mostovi in račkami, ki jih tako radi opazujejo. Za kondicijo in zdravje skrbimo v telovadnici in številnih pešpoteh, pa tudi s kar precej dolgo potjo od parkirišča do igralnice, zato se staršem zahvaljujemo za razumevanje v danem položaju. Ves trud, ki ga v teh mesecih starši namenjajo poti do posameznih lokacij, je poplačan z zadovoljstvom in dobrim počutjem otrok v vrtcu.

Najmlajši pedenjpedi v Kašlju in Zalogu Po eno skupinico najmlajših, ki letos prvič vstopajo v vrtec, imamo v enoti Pedenjcarstvo in v enoti Sladkosned. Tam so nam starejše skupine odstopile

igralnice z namenom, da bodo imeli najmlajši vso potrebno oskrbo in nego. Starejši otroci so se ta čas preselili v večnamenski prostor oz. v telovadnico. Pa vendar se z dobro voljo vsi zelo dobro počutijo in prijetno sobivajo.

Pedenjpedi v Jaršah

Medtem ko prenova našega vrtca v Zadvoru lepo napreduje, gostujeta skupini otrok, starih 3 do 4 leta, v vrtcu Jarše. V enoti Kekec so nam odstopili velik večnamenski prostor, ki smo ga s pohištvom preuredili v dve igralnici. Čeprav gostujemo in smo jim zasedli tako zaželen prostor za športne in kulturne dejavnosti, so nas prav vsi lepo sprejeli, za kar smo jim zelo hvaležni. Z dobro voljo in podporo naših staršev smo se sprostili in radovedno začeli spoznavati novo okolico, ki je seveda tako drugačna od

našega podeželja. Vendar so tudi v Jaršah mogočna drevesa in zelenice in knjižnica, ki jo redno obiskujeta obe skupini.

Na igrišču vrtca spoznavamo nove prijatelje in se vzporedno družimo ob različnih dejavnostih, kot so kolesarčkov dan, orientacijski pohod, kros, kostanjev piknik in gibalne minutke z upokojenkami. Preizkusili smo plezalno steno in našli nove sprehajalne poti.

Vsekakor se naše izkušnje bogatijo z novim okoljem. Hvaležni za razumevanje staršev in prijaznost naših gostiteljev pa si želimo, da bi bil naš vrtec čim prej obnovljen, da bi se lahko vrnili v domači kraj.

Mojca Laznik,

pomočnica ravnateljice Vrtca Pedenjped

V dolini Besnice

Kolesarski maraton letos že desetič zapored skozi Besnico



Letošnjo jesen se je kolesarski maraton, ki sicer poteka v okviru dogodka Ljubljana Bike Festival, v Besnici ustavil že desetič. Gre pravzaprav za kulturno-športni dogodek, ki je imel letos štiri trase. Te so se med seboj razlikovale po dolžini in zahtevnosti. Najkrajša, t. i. mala družinska trasa, je bila dolga 35 kilometrov, najdaljša, t. i. PRO trasa, pa 120 kilometrov. Vsi kolesarji so imeli start in cilj v središču mesta. Tudi termin v prvi polovici septembra je zdaj že tradicionalen. Dan, ko se v Besnici postavijo stojnice z okrepčili in ko se okoli njih zbere vesela kolesarska družina v živobarvnih dresih, je vedno nekaj posebnega. Če se vse skupaj dogaja še na sončen dan, ko se meša vonj poznega poletja in zgodnje jeseni, je vse toliko lepše. Tudi letos je bil duhovni oče dogodka Nino Cokan: »Veseli

smo, da lahko udeležencem, ki ne prihajajo samo iz Ljubljane, pač pa iz različnih delov Slovenije, razkažemo lepote doline Besnice. Gre za razgibano traso, ki jo bogatijo čudovita narava in pristrčni ljudje. Zaradi tega se vračamo že deset let in upamo, da se bomo tudi v prihodnje. Zadeva ni povsem samoumevna. V teh čudnih časih so sponzorji in partnerji vse težje dosegljivi. Tudi na Mestni občini Ljubljana posluha za finančno pomoč pri organizaciji že dolgo ni več. Ob tej priložnosti izražam zahvalo domačinom, ki čutijo dogodek in se zavedajo, da dobre želje in entuziazem štejejo. Kot rečeno, upamo, da bo dovolj dobre volje pri vseh deležnikih, da se bo ta dogodek ponavljal tudi v prihodnje. Želimo si, da bi tradicijo lahko ohranjali.«

Martina Novak

Župan obljubil defibrilator



V času priprav na septembrski kolesarski dogodek se je v Besnici oglasil tudi župan Mestne občine Ljubljana. Glede na kontekst dogodka in dejanske potrebe je beseda nanesla tudi na defibrilator. Župan je zagotovil, da bo MOL uredila vse potrebno za namestitev defibrilatorja v Besnici.

Martina Novak

Tudi v hribih se dogaja

Voda je življenje

Voda je življenje, izvir, globina za vsakega, ki ima pogum pluti po valovih življenja. Prinaša radost, otrokom in odraslim, ki znajo gledati s srcem. Čista pitna voda je najdragocenejši dar, ki pa še vedno ni vsem dana. Do nedavnega tudi nam voda ni bila nekaj samoumevnega. Zanj so se morali pošteno truditi že naši očetje, ki so vzorno skrbeli za vaške vodovode in pridobivali finančno pomoč iz takratne krajevne skupnosti. Kasneje so njihovo delo prevzeli mladi in posamezni krajan, ki so iskali sogovornike za rešitev problema na različnih ravneh lokalne skupnosti in nazadnje tudi na lokalni akcijski skupini, ki s pomočjo sredstev EU pomaga izpeljati marsikateri projekt na podeželju. Ključno vlogo pa je seveda imela Mestna občina Ljubljana, saj nam je prisluhnila in odobrila precejšnja finančna sredstva. In danes jo imamo in se zavedamo pomena pridobitve, zato je bilo vredno proslaviti jo.

V četrtek, 26. avgusta 2021, smo se zbrali na vrhu Janč in v družbi Zorana Jankovića, župana MOL, Dejana Crneka, podžupana, Aline Cunk Perklič iz kabineta ministra Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, Josipa Pintarja, vodilnega partnerja Lokalne akcijske skupine Sožitje med mestom in podeželjem, strokovnih sodelavcev Oddelka za gospodarske dejavnosti in promet, Davida Polutnika, vodje oddelka, Miha Zorna, vodje projekta Povezovalni vod Volavljje - Janče, Uršule Longar, vodje odseka za promet, Gorazda Masla, vodje odseka za razvoj podeželja in člana Upravnega odbora



LAS SMP, predsednika ČS Sostro Igorja Koprivnikarja in drugih članov Sveta ČS Sostro, nekdanjega predsednika Janeza Moškriča, domačinov in otrok zaznamovali zgodovinski dan ter slovesno odprli vodovod, ki sedaj oskrbuje domove s kakovostno pitno vodo v vaseh Gabrje, Janče in Tuji Grm ter podružnično šolo Janče.

Kot se za Janče spodobi, so kulturni program izvedli janški šolarji. S pesmijo Na Janče zdaj gremo so začeli slovesnost, ki se je nadaljevala s pozdravnimi nagovori, prepevanjem šolarjev in gostov, recitacijo Janče so dobile kakovostno pitno vodo, kjer smo vsi skupaj nazdravili s čisto pitno vodo in igranjem na harmoniko. Slovesnost se je sklenila z rezanjem traku pri vodohranu Janče. Za konec so šolarji poklonili simbolična darilca vsem, ki so pomagali, da

se je zgodil dan, ko smo dobili tako želeno pitno vodo.

Tako kot je pitna voda nujna za življenje, tako je tudi modernizacija cestne povezave ključnega pomena za razvoj vasi, saj izboljša dostopnost prebivalcem do svojih domov, izboljša prometno varnost, varnejšo dnevno migracijo, zmanjšuje odseljevanje mladih in s tem preprečuje upadanje števila prebivalcev, ohranja poseljenost in ne nazadnje zmanjšuje stroške vzdrževanja cestišč. Tega se močno zavedajo prebivalci vasi Ravno Brdo. K njim sta namreč do nedavnega vodili dve makadamski cesti, ena bolj vijugasta in strma kot druga. Letos so dočakali rekonstrukcijo in asfaltiranje cestne povezave iz smeri Javor. V smeri iz vasi proti dolini Besnica so dobili asfaltiran strmejši in vijugasti del (klanec) v dolžini 900 m. Približno toliko metrov asfalta še manjka do celotne povezave z Besnico. Tu pa je namreč najprej predvidena gradnja vodovodnega omrežja za celotno dolino Besnice.

Novo cestne pridobitve s postavljenimi znaki in ograjami prebivalcem omogočajo kakovostnejši dostop ter veliko bolj varno in udobno vožnjo tako zanje kot za njihova vozila. Krajanje vasi Ravno Brdo so presrečni zaradi novih pridobitev.

Na hribih se res dogaja, občina nam ureja prepotrebno infrastrukturo, za katero smo zelo veseli in iz srca hvaležni Mestni občini Ljubljana.

Marjanca Marn



Lepote podeželja

Rajski vrt na Prežganju

Že nekaj let se ljubiteljsko ukvarjam z zelišči. Začel sem v župniji sv. Vida na Vidmu pri Ptujju, kjer sem imel Božjo lekarno sv. Vida. Sodeloval sem s tamkajšnjim društvom žena, ki tudi zdaj, ko sem z Vidma odšel in prišel na Prežganje, občasno poskrbijo za moj zeliščni vrt.

Želel sem, da bo tudi prežganjski vrt lep, zato smo morali najprej menjati že dotrajano ograjo. Ko je bilo to opravljeno, so nekatere članice društva žena z Vidma pri Ptujju pripeljale nekaj sadik zelišč in te tudi posadile. Vrt smo pozneje polepšali še s tablami, na katerih so napisana imena zelišč, s tablo in napisom pa je ozaljšan tudi vhod na Rajski vrt, kakor smo ga poimenovali. Kmalu za tem je začela

nastajati Kašča. Nekdanja kašča, ki je bila v že zelo slabem stanju, se mi je zdela idealna za majhno trgovinico z zelišči. Tako je nastala čudovita kašča oziroma Kašča, saj smo jo tako tudi poimenovali, prostor, kjer si lahko ogledamo zeliščne proizvode in, po želji, s prostovoljnimi prispevki tudi kupimo kaj za boljše počutje.

Imamo mazila, čaje, likerje, grenčice, tinkture.

Nastala je tudi zeliščna pot, ki se začne s koticom svetnikov (kapelice s kipci svetnikov), nadaljuje pa pod pokopališčem, kjer so lovor, borovnica ... konča se z manjšim nasadom vinske trte (črno grozdje), potem pridete do panja s

čebelami, naprej so breskve, hruške, aronija, murva ... in spet do drugega manjšega nasada vinske trte (belo grozdje). Tako naredite en krog in pridete do Rajskega vrta, kjer je vse več zelišč.

Nastaja še en vrt v Štangi, ki se imenuje Antonov vrt.

Na praznik Marijinega vnebovzeta, 15. avgusta, imamo mašo in blagoslov zelišč. Če je primerno vreme, še procesijo z Marijinim kipom. Vabljeni!

Janez Ferlež,
župnik na Prežganju



Duhovna misel

Cerkev Sv. Urha v Zavogljem

O nastanku in zgodovini cerkve sv. Urha v Zavogljem nimamo trdnih podatkov. Nekaj ohranjenih letnic ter arhitekturni in likovni ostanki preteklosti, ki jih je mogoče približno datirati, pa še ne zadoščajo, da bi mogli zanesljivo rekonstruirati njeno prvotno obliko in določiti čas nastanka. Zagotovo pa lahko trdimo, da sodi med starejše cerkve v ljubljanski okolici; po nekaterih podatkih je stala že v 15. stoletju. O njej je govoril Janez Vajkard Valvasor v svoji knjigi Slava Vojvodine Kranjske (Prim. J. V. Valvasor, Slava Vojvodine Kranjske, VII. knjiga, 787). V njegovem času je imela oltarja sv. Ulrika in sv. Marka, vendar je bilo glavno žegnanje ob prazniku sv. Lovrenca.





Tretji oltar je bil dograjen leta 1753. Po vsej verjetnosti so cerkev zgradili lastniki propadlega gradu Osterberg. Cerkev je bila v zgodovini božjepotna cerkev. Največ obiskovalcev je prihajalo za praznik sv. Roka. Ker sta bila sv. Rok in sv. Marko zaščitnika proti kugi in so ju častili zlasti v času razsajanja te bolezni, ki je močno zmanjšala število prebivalcev na Kranjskem v 17. stoletju, je treba gradnjo postaviti v ta čas. S precejšnjo gotovostjo je mogoče reči, da se je tudi ta božja pot začela v tem času in da je bila cerkev, zlasti če gledamo na letnico 1633 nad portalom stranske ladje, v 17. stoletju tudi pregrajena.

Vsekakor so augsburškega svetnika sv. Urha častili pri nas že v romanski dobi, od 11. do 13. stoletja, v spomin na njegovo pomoč ob zmagi nad Madžari leta 955.

K. Črnologar je o zavogeljski cerkvi zapisal, da je iz 15. stoletja in da so jo v 17. stoletju, ko je zaradi stalne nevarnosti kuge postala božja pot, prezidali in ji dozidali zvonik.

Pomemben podatek o cerkvi se je ohranil v pontifikalnih protokolih ljubljanskega škofa Tomaža Hrena, ki je 12. 9. leta 1604 posvetil cerkev in pokopališče skupaj s tremi oltarji: sv. Urha, sv. Marka in sv. mučencev Boštjana in Fabijana.

Od nekoč baročnega velikega oltarja so ostali le kipi, ki so jih v drugi polovici 19. stoletja namestili v leseno neogotsko arhitekturo. V okenski niši je kip sv. Urha, ob njem stojita škofa sv. Miklavž in sv. Martin. Ob zunanjih straneh pa sta še kipa sv. Janeza Krstnika na desni in nekega apostola na levi. Na starejšo kamnito menzo je postavljen neogotski tabernakelj, ki ima na vrhu sv. Trojico z atiko nekdanjega baročnega oltarja.

Desni stranski oltar je posvečen sv. Bolfenku. Verjetno so ga postavili leta 1753



namesto oltarja sv. Boštjana, ki ga je bil posvetil škof Hren. Ob škofu Bolfenku sta kipa apostola Matija in apostola Jakoba starejšega. Na loku vrh oltarja stoji na padlem hudobcu nadangel Mihael in tehta duše.

Oltar sv. Marka v severni ladji je baročen. Na tiskanih kanonskih tablicah je letnica 1769. V oltarni niši je kip sv. Marka z levom, ki mu



delata družbo sv. Anton Puščavnik in sv. Pavel Puščavnik.

Zgodba, ki naj bi se pred mnogimi leti dogajala v Zavogljju in jo starejši vaščani še poznajo, pravi: »Na vzhodnem obrežju Ljubljani je pred mnogimi leti stal dvorec. Posedstva tamkaj živeče gospode, ki so jo imenovali tudi kosezi, je obsegala pretežen del današnje župnije Sostro.



Tisto usodno poletje je bilo neznosno vroče, dežja ni in ni bilo. Skoraj popolnoma je presahnila Dobrunjščica, struga Ljubljance pa je bila na določeni mestih taka nizka in ozka, da si jo lahko preskočil. Vaščani so se v tistih pasjih dneh zatekali k reki pod drevesa, otroci pa so dirjali po strugi in se v njej hladili. Popoldansko sonce je močno pripekalo, nad kašeljškimi hribi so se začeli zgrinjati debeli oblaki. Kmetje so hoteli s pospravljanjem otave, zvon zavogeljske cerkvice je naznanjal prihod hude ure. Nenadoma je zapihal močan veter, ulilo se je, kot da bi se iz neba utrgal oblak, bliskalo se je in grmelo. Ljudje so bežali v zavetišča in se ozirali proti nebu s prošnjo, naj bo hude ure čim prej konec. Zdelo pa se je, kot da so njihove prošnje neuslišane, kajti lilo je vse bolj in bolj. Po vaških cestah je drla voda. Strugi Dabrunjščice in Ljubljance sta v hipu narasli in začeli prestopati bregove. Vihar se je pomiril šele proti večeru. Ljudje so iz svojih domov prišli pogledat razdejanje, ki ga je naredila nevihta.

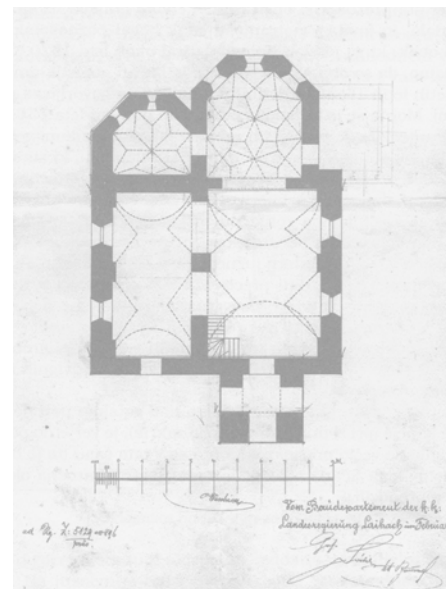
Temnilo se je že, ko se je iz dvora zaslišal neutolažljiv jok. Tistega popoldneva sta se, kot mnoga poprej, na obrežju Ljubljance, ob dvoru, igrala mala sinova dvornega gospodarja. V otroški razposajenosti nista opazila črnih oblakov na nebu. Nihče ni

vedel, kam in kako sta izginila. Menda naj bi utonila v deroči reki, saj ju po tistem usodnem popoldnevu ni videl nihče.

Morda je bila zgodba namenjena le v poduk otrokom, ki so se v poletnih mesecih radi igrali na bregovih Ljubljance. Verjetno pa je v tej zgodbi tudi nekaj resnice. Kapela sv. Marka, v kateri najdemo na oltarju kipa dveh dečkov, naj bi dal zgraditi dvorni gospod v spomin na svoja izgubljena otroka.«

Zakaj vse to pisanje? Cerkev sv. Urha v Zavogljem je zagotovo največji biser v naši župniji in eden od največjih biserov v ljubljanski okolici. Žal pa je bila ta cerkev tudi v najslabšem stanju. Z Ministrstvom za kulturo smo podpisali pogodbo za obnovo oltarjev in prižnice. Obnovitvena dela bo izvedlo restavradorstvo Triptih d. o. o, ki je poslalo najboljšo ponudbo. Poleg tega bi radi še zaščitili klopi (ki so iz leta 1841), popravili okna in cerkev prebelili.

Samo obnova oltarjev in prižnice je velik finančni zalogaj za našo župnijo. Govorim o vsoti 50.600 evrov oziroma z 22 % DDV-ja 61.700 evrov. Štirideset tisoč evrov bo prispevalo Ministrstvo za kulturo, preostalo moramo zagotoviti farani sami. Dar za



obnovo lahko prinesete v župnišče ali pa ga nakažete na TRR župnije (Nova KBM SI56 0430 2000 3007 469, s pripisom za obnovo Zavoglje).

Hvala in Bog povrni za vsak vaš dar!

Aleš Tomašević,
župnik v Sostrem

Športnik z vasi

Tor des Géants, pretekel sem 350 km

Sanje so dosanjane, uspelo mi je preteči in prehoditi eno najtežjih in najdaljših tekaških tekem na svetu, sloviti Tor des Géants (TOR), v dolžini 350 km in 25.000 višinskih metrov. Tekma je potekala po prelazih nad čudovito dolino Aosta v Italiji. Start je bil v Courmayeurju pod Mont Blanc. Vsi so vedeli za to mojo »odpiljeno« željo, odkar sem prvič slišal za TOR.

In lani, za Abrahama, so mi prijatelji dali darilo, skoraj vso startnino, preostalo je dodal sponzor.

Leto pred tekmo so se začele priprave, najprej sem treniral dolžino, kar sem zaključil z Vranovim letom v dolžini 280 km, potem sem začel trenirati višino, v tem času sem opravil izziv Everesting in dvakrat polovični Everesting. Moja najljubša trening proga pa je krog zadvorski petorček, ki vključuje vrhove Mareček, Molnik, Pugled, Žagarski vrh in Debni vrh, v dolžini 22 km. To progo sem pretekel vsaj enkrat tedensko. V Aosto sem prišel spočit, vendar z eno težavo, teden prej sem namreč

prebolel prehlad (ni bila korona) z vročino, od katerega mi je ostala sluz v grlu. Vseeno sem bil dobro razpoložen.

Opravili smo vso proceduro s startnimi številkami in pripravili torbe za tranzicijo. V njo sem zložil vse, kar naj bi potreboval na tekmi. Torbo je organizator vsakokrat dostavil na tranzicijo. V nedeljo ob 12.00 sem stal v startni vrsti povsem na koncu, kjer sem čustveno doživljal startno proceduro. Solze so tekle in ko se je začelo odštevanje 712 tekmovalcev, je bilo vzdušje noro in neponovljivo. Startal sem seveda med zadnjimi in skozi stari del mesta sem šel povsem zadnji, po dveh kilometrih sem tekkel mimo navijačev, družine in prijateljev. Veselo smo se pozdravili in sem šel naprej. Pot na prvi prelaz Col d'Arp, 2570 n. m., je potekal v strnjeni koloni, tempo ni bil prehud, kar mi je izredno ustrezalo. Seveda sem se spustil v dolino in spet dvignil na naslednji prelaz Paso Alto, 2857 n. m., po katerem sta sledila spust in vzpon





na zadnjih 1000 višinskih metrov na Col Crosatie, 2829 n. m. Ta je psihično izredno naporen, ubijajoč, saj vidiš kolono luči vse do vrha. Od tu sem šel proti prvi tranziciji v Valgrisenche, za mano je 54 km in 4500 višinskih metrov. Počutil sem se odlično, limit sem prehitel za uro in pol, nasploh pa mi limit ni predstavljal nobene težave. Na tranziciji sem opravil vse potrebno delo, se pravi polnjenje baterij, lučk, mobitela ... lepo sem se najedel, napolnil bidone in poskušal zaspati za pol ure, nato sem šel v drugi dan. Čakali so me trije prelazi, prvega, Col Fenetre, 2840 m, sem oddelal zelo dobro, na drugega, Col Entrelor, 3002 n. m., (moj prvi tritisočak) sem tudi splezal zelo suvereno. Za najvišjo točko, 3299 n. m., pa sem dobil spremstvo, Vida, Mateja in Bojano. No, tale mi je dal vetra oz. povzročil kar nekaj težav, ki so tudi kasneje prihajale na plano v obliki astme oz. močnega pomanjkanja kisika v pljučih. Na Col Loson, 3299 n. m., sem splezal resnično počasi in ob psihični pomoči prijateljev in ventolina mi je to s skrajnimi močmi tudi uspelo. Takoj čez prelaz so težave izginile in navzdol tekem brez problema. Po dolgem spustu sem prispel na drugo tranzicijo, kjer me je že čakala žena Mateja, ki mi je pomagala opraviti vse potrebno. Počasi sem namreč prehajal v stanje, ko sem samo gledal v torbo in mi popolnoma nič ni bilo jasno, zakaj je ona tam. Mateja je poskrbela, da sem vse lepo po vrsti uredil in šel celo spat za 45 min. Tretji dan me je čakala malo lažja etapa, saj je bil na sporedu samo en vzpon na Fenetre di Champorcher, 2827 n. m., in še nekaj manjših »kucljev«. To sem suvereno oddelal, potem pa je bila na vrsti tranzicija

na 148 km v Donnasu, ki je tudi najnižja točka TOR-a, na 300 n. m. Tu sem šel spat za uro in 45 minut.

In smo šli v četrti dan, lahko rečem, dan poln preizkušenj, z zelo težkim terenom, ki ga ni bilo konca; tisto kočo ob jezeru so kar odmikali, se mi zdi. Prvi je bil vzpon po stopnicah na Sassi sicer samo 1300 n. m., ampak mi je ubil vsako spočitost in dobro voljo, grozen vzpon! Od tu dalje na prelaz Coda na 2224 n. m, tu je kar precej pihalo in deževalo, posledično je bilo precej težko, pa še problemi s pljuči so se z utrujenostjo stopnjevali. Hvala bogu, sem imel od Sassija naprej spremstvo prijatelja Mateja in Bojane, ki sta mi bila v odločilno oporo. Končno sem se prebil do jezera Vargno, kjer sem si nabral moči še za dva prelaza, spust v Niel, kjer se je spremstvo poslovilo, spet skoraj pretečem. Sam sem opravil še vzpon na prelaz Col Lasoney na 2364 n. m. in se spusti po najbolj groznih mokrih kamnih na tranzicijo v Gressoney ... juuuuu ... sem krepko čez polovico, videti sem bolje kot, sem pričakoval, če zanemarim pljuča,

drugih težav nimam, nobenega žulja. Na tranziciji sem se oskrbel in šel spat. Po dveh urah spanja so me čakali dolga ravnina, nato oster vzpon na Col Pinter, 2776 n. m., po dolgem spustu pa zopet vzpon na Col di Nana na 2770 n. m. in tekaški spust na tranzicijo v Valtournenche na 239 km. Po vnovični oskrbi sem se povzpел do umetnega jezera na 2157 m visoki Barmasse in naprej na 2738 m visoki Fenetre du Tsan, tam sem bil že presneto utrujen in prav vesel sem bil spusta, kjer sem spet lahko tekem do kočice Maggia na 2007 n. m. Sledil je zelo naporen odsek z več prelazi, zadnja med njimi sta Col de Vessonaz na 2793 n. m. in vzpon na Col Brisson na 2492 n. m. Tu sem imel veliko težav z dihanjem in brez ventolina ne vem, kaj bi se zgodilo. Od tu pa spust na zadnjo tranzicijo v Ollomontu, višina 1396 n. m. Mateja mi je še zadnjič pomagala vse pripraviti, jaz pa sem se zaradi dolge vrste odrekel tuširanju in sem raje legel v posteljo, ki je bila zraven oddelka bolničarjev, kjer sem nekaj časa opazoval tekmovalce, ki so bili v že res groznem stanju. Kar mal slabo vest sem imel, ker meni ni bilo skoraj nič. Zaspal sem za slabo uro in se nato odpravil na zadnjih 50 km ... zadnjih 50 ... noooooo. Za zaključek me je čakal prelaz Malatra, 2925 n. m., vsi so o njem govorili s spoštovanjem, saj me je čakalo 1400 m višinske razlike. Kaj vse se je dogajalo na tem vzponu, je težko opisati,



težave s spanjem med hojo, utrujenost, do videnja stvari, ki jih ni, ko prideš tja, kjer bi morale biti. To razumejo samo tisti, ki to doživijo. Težave z astmo so se tu stopnjevale, opogumljala pa me je misel, da je zadnji. Po vseh mukah, točno na sončni vzhod, sem dosegel kočo Frassati, 2542 n. m., pod Malatro in ta vzhod je bil enostavno čudovit. Mraz je bilo za znoret, krepki minus, ampak sem kar stal in gledal v to našo Zemljo ... čudovita je, tudi solzam dam prosto pot. Po okrepljenosti sem zmogel še 400 m zoprnega vzpona in si privoščim krik veselja, olajšanja in vsega, kar se je nabralo skozi dirko. Ta

prelaz nekako velja za konec, bolj ali manj je samo še okoli 20 km spusta. Videl sem, da so tudi moji sotekmovalci razmišljali zelo podobno, vsi so nekako olajšano korakali navzdol. Privoščil sem si počasno hojo, saj sem čustveno predeloval svoj dosežek. Ponosen sem nase. Zadnje kilometre proti cilju v Courmayerju sem spet odtekel. Pred ciljem v središču mesteca so ljudje ploskali in navijali, kot da bi zmagal. Tako so izražali spoštovanje do vsakega, ki je končal to tekmo. Ganjen sem bil do neba. Samo še ciljni lok, skok in dosanjal sem svoje sanje, postal sem GEANT!

V cilju so me pričakali družina in prijatelji, iskreno sem jih bil vesel in jim bil hvaležen za vsako pomoč, brez njih bi bilo bistveno težje.

Tekmo sem končal v 6 dneh in 2 urah, na 372. mestu med 712 udeleženci. Skozi celo dirko sem spal približno 8 ur.

Zahvaljujem se tudi sponzorju z opremo Raidlight, saj nisem pridelal prav nobenega žulja.

Borut Rojc

V objemu narave

Mati narava je živa!

Ne zavedamo se, da je narava živa in resnična. Z njo ravnamo nepravilno in grdo, saj nam je le ona dala življenje in le ona skrbi za to, da nismo ne lačni in ne žejni. Daje nam kisik in nas varuje pred sončnim sevanjem in toploto. Zemlja pa je ravno na pravem mestu, saj bi bila preblizu sonca vsa pokrajina izsušena in predaleč od njega ledeno mrzla in zmrznjena. Tako je Zemlja ravno na pravem mestu in nam s tem omogoča življenje na njej. Na Zemlji nismo samo mi in naš svet sodobnosti in tehnologije, ampak so tudi gozdovi, travniki, živali, rastline, glive ... Drevesa nam omogočajo dihanje in ustvarjajo fotosintezo. Mi vdihnemo kisik in izdihnemo ogljikov dioksid. Potem pa drevesa vdihnejo ogljikov dioksid in izdihnejo kisik. Na Zemlji živijo tudi živali, ki so pomemben del za življenje. Čebele oprahujejo rastline in plodove in delajo med. Zaradi njih lahko jemo tudi sadje in marmelado. Tudi rastline so pomembne za življenje. Vse reči v naravi so z razlogom

na Zemlji. Le človeški izumi niso primerni, dobri za okolje. Z njimi onesnažujemo naš lep modri planet. Ampak nekaterim ljudem je za to popolnoma vseeno. Ne brzdajo se in v naravo mečejo na tone odpadkov. Tudi elektriko porabljajo v nedogled in liste papirja, ki so narejeni iz lepih in visokih dreves. Dobro bi bilo, če bi vsak v svojem življenju posadil vsaj eno malo drevesce. Tudi svetlobno ogrevanje ni dobro. Z vsemi lučmi in avioni ter tovarnami, avti škodujemo ubogi naravi, ki ni za vse to nič kriva. Najbolj grozno pa je, da ljudje onesnažujejo morja in oceane. Vodo nujno potrebujemo za življenje. Oceani so zelo pomembni, saj iz oceanov voda izhlapi in pade na zemljo. Potem se ugrezne, nekaj pa je tudi steče po rekah. Pitna voda, ki teče po podtalnicah, je najpomembnejša. Podtalnice so najbolj čiste vode na svetu in vode v rekah po navadi prečistijo, zato da dobijo vsaj malo podobno tisti iz podtalnic. Potem vse te vode iz jezer, rek, potokov, mlak in podtalnic

stečejo v morje. Krog se ponavlja že na milijarde let in verjetno se ne bo končal, dokler ne bo zmanjkalo vode. Na severnem

GOZD

*Ko Zemlja se rodi,
lahko takoj že spregovori
in svoje želje pove
in reče, da si želi lase.*

*Vendar njeni lasje so trdi, prostrani,
in ljudem so na dlani,
tako da jih sekajo dan na dan,
in jih je zato vedno manj in manj.*

*Toda Zemlja se razjezi,
svojih las ne pusti,
in prisega, da maščevala se bo,
ko bo le čas za to.*

*Zato pazimo na naš gozd,
da med nami in Zemljo zgradimo most.*



in južnem polu pa prevladujejo ledeniki. To so velike ledene gore, ki so sestavljene iz vode, ki je lahko stara že več tisoč let. Vendar toplotno segrevanje tali vodo v ledenikih in vodna gladina v morjih se viša. V veliko obmorskih mestih se je voda povišala in čez nekaj desetletji je lahko mesto že en meter pod vodo. Torej: narava nas je ustvarila in bila takrat zelo ponosna. Ko je videla, kaj počnemo z njo, je obžalovala. Veliko bi že naredili, če smeti ne bi metali po tleh.

PREDLOGI ZA ČISTEJŠO NARAVO:

- Vedno imaš lahko pri sebi vrečko in rokavico, saj ti to ne vzame skoraj nič prostora, in po poti pobiraš smeti.
- Vsak bi lahko v svojem življenju posadil vsaj eno drevo. V bistvu bi bila že cvetlica nekaj vredna.
- Po opravkih, ki so ti blizu (npr. v trgovino, šolo, službo ...), lahko odkolesariš ali vsaj greš z avtobusom.
- Tudi z elektriko lahko varčuješ in ugašaš luči.
- Ni treba, da voda teče med umivanjem zob.
- Ne peri česa v potokih ali rekah, saj tako z milom onesnažuješ vodo.

Ronja Grögl,
učenka 6. A OŠ Sostro

Komentar o (ne)čistem okolju

Kar nekaj časa je že preteklo od aprilske čistilne akcije v organizaciji MOL in naših društev. Rezultati akcije so bili seveda dobri (celi kupi smeti) in kljub težavam pri odvozu smeti je akcija pripomogla k olepšanju našega okolja. Vsa leta pa še vedno ostaja težava na delu Vevč ob cesti, kjer so kupi smeti še vedno na ogled! To je prostor ob bazenu Vevče, kjer je tudi parkirišče (na Poti heroja Trtnika in Papirniški cesti).



Vsako leto se srečujemo s problemom odvoza gradbenega materiala, ki se nabira pred vevškim bazenom na parkirišču. Predsednica TD Zadvor ga. Mojca Eržen je poslikala odpadke in posnetke poslala na ustrezne službe MOL, vendar do danes odziva ni bilo. Isti kup smeti še vedno »krasi« parkirišče, le da je zdaj še trikrat večji z različnimi odpadki, ki so razmetani vseokrog po parkirišču in celo po cesti Pot heroja Trtnika. Ljudje mečejo mimogrede iz avtov, koles, kamionov prav vse. Na tako prometnem mestu to očitno nikogar ne moti!

Okolica vhoda v Papirnico Vevče je primerno počiščena, vendar so vzdolž Papirniške ceste v smeri Litijske spet kupi odpadkov. Vemo, kdo je lastnik zemljišča zasvinjanih parcel in tudi, kdo bi moral odstraniti kupe odpadkov, posebej gradbenih in kosovnih. Pa bo ta kaj storil? Smo res vsi postali neobčutljivi na uničevanje in onesnaževanje naše okolice? Bi morali ustanoviti okoljsko skupino za intervencije in odstranjevanje smeti? Če bo odziv ljudi, se takoj pridružim!

Mija Marija Kocjančič

Novo na vasi

Ljuba in Drago v četrtno skupnost Sostro dostavljata druženje

Igrišče pri Osnovni šoli Sostro je postalo začasno postajališče mobilnega mladinskega centra Ljube in Draga, enote Javnega zavoda Mladi zmaji. Tja prihaja vsako sredo v popoldanskih urah in dostavlja druženje. Predno pa povemo več o tem, kaj Ljuba in Drago tam počneta, naj najprej razkrijemo njuno zgodbo in to, kako se je vse skupaj začelo ...

Kaj če bi preobrazili odslužen mestni avtobus v mobilni mladinski center?

Ideja za projekt se ne bi zgodila brez partnerstva med Javnim zavodom Mladi zmaji, Javnim podjetjem Ljubljanski potniški promet in Mestno občino Ljubljana. Porodila se je na delovno-motivacijskem srečanju Mestne občine Ljubljana konec leta 2018, ob informaciji, da se naslednje leto iz prometa odpisuje 17 avtobusov. Takrat se je prižgala žarnica in prenesla svetlobo od direktorice Javnega zavoda Mladih zmajev do direktorja Javnega podjetja Ljubljanskega potniškega prometa (LPP). Tako je upokojeni mestni avtobus št. 132 postal mobilni mladinski

center, prostor za druženje, ki se s svojim delovanjem želi približati specifičnim potrebam mladih v soseskah in potrebam lokalnih skupnosti.

Ideja strateško zaledje črpa iz Strategije Mestne občine Ljubljana MOL za mlade 2016–2025, ki predvideva vzpostavitev mladinskih centrov v vseh četrtih

skupnostih mesta. Strategija je zasnovana v skladu z Evropsko listino o lokalnem mladinskem delu in z vrednotami, na katerih temelji – izhaja iz potreb in interesov mladih ter jih podpira pri njihovem razvoju v samostojne in odgovorne pripadnike skupnosti. Mobilni mladinski center Ljuba in Drago je dopolnitev ponudbe programov in prostorov za mlade v Ljubljani. Zaradi



mobilnosti lahko nagovarjata mlade povsod, kjer trenutno vzpostavitev mladinskega centra ni mogoča.

Ljuba in Drago nista navaden avtobus ...

Notranjost avtobusa je bila s pomočjo mladih kreativnih rok predelana v prostor za druženje, ki mlade in sosese združuje. Ko vstopimo na avtobus, nas pričakajo mehki copati, ki vabijo, da se preobujemo in udobno namestimo na blazine. Zraven seveda paše čaj, ki si ga lahko skuhamo v zadnjem delu avtobusa, kjer je skrita majhna kuhinja. Ali pa kavo, ki sladko zadiši, vsakič ko avtobus pripelje. Ob njej mladinski delavki in prostovoljci, ki so vključeni kot del ekipe, z veseljem poklepeta s starši, lokalnimi prebivalci in vsakim zainteresiranim, ki jim pogled švigne v našo smer. Na lep sončen dan se lahko odpre okno na stropu avtobusa, ki razkriva zeleno streho in

pomembnost narave v urbanih območjih. Na mrzel zimski dan pa po navadi zakurimo "gašperčka", ki nas ob prskanju ognja poveže še nekoliko tesneje in omogoči topel in varen prostor za izražanje potreb mladih.

Ljuba in Drago kot platforma za uresničevanje potreb in želja mladih

Program Ljube in Draga temelji na pogovoru in druženju, skozi katera mlade opolnomočimo in povabimo k sokreiranju programa. Delno ob pomoči osnovne šole in četrtne skupnosti, predvsem pa ob pomoči mladih raziskujemo, kje mladi vidijo potrebo po spremembi, kakšnih vsebin si želijo, katere stvari jih žulijo, predvsem pa, kaj so sami pripravljene doprinesiti, da bi se spremembe zgodile. Zato ob pitju čaja ali pa ob igranju družabnih iger skupaj z našimi prostovoljci prisluhnemo mladim o tem, kaj

so njihovi interesi, in jim ponudimo podporo in mentorstvo pri grajenju in realizaciji njihovih idej.

Srečamo se vsako sredo v popoldanskih urah

Trenutno smo v zimskem času prisotni med 15. in 18. uro, tako da ste toplo vabljeni na čaj, kavo, piškote in prijeten klepet. Naj Ljuba in Drago v Sostru postaneta stičišče druženja, občutek skupnosti, kjer se spoznavamo, uresničujemo ideje in tkemo nova prijateljstva.

Vas zanima še kaj več?

Pišite nam na evelin.radulovic@mladizmaji.si, naše dogajanje pa lahko spremljate tudi na Instagramu (Ljuba_in_drago), Facebooku (Ljubaindrago) in naši spletni strani mladizmaji.si.

Evelin Radulović

Z nami do zvezd!

Sreča in zdravje sta bolj povezana, kot se včasih zdi ...

Sreča je najvišji ideal človekove eksistence. Večino stvari v življenju delamo zato, da bi dosegli srečo. Da pa bi bili srečni, je treba najprej poskrbeti za zdravje.

Zdravje, zdravje, zdravje – danes se govori o njem na vsakem koraku! »Zdravje je na prvem mestu«, je pred blokom slišati sosede, »Ostanite zdravi« pa je pozdrav, ki ga je prebrati ali slišati ob marsikaterem zaključku pogovora.

Naposled je končno postalo jasno, da zdravja ne gre jemati kot nekaj samoumevnega. Prav tako vse bolj

očitno postaja to, da zdravje ni le del našega življenja, ampak je temelj, ki mora postati del nas.

Z besedo zdravje označujemo dobro fizično in psihično počutje, odsotnost bolezni, celovito ravnovesje posameznika, gibanje, osebno srečo, je pa to tudi dejavnik, ki pripomore k dobrim družbenim odnosom.

Samo zdravi ljudje smo namreč lahko produktivni, z veseljem opravljamo svoje delo, se dobro počutimo v lastnem telesu in sklepamo dobre družbene odnose. Zato v našem zavodu že od

samega začetka poudarjamo, **da zdravje zares ni samo odsotnost bolezni, ampak je stabilno psiho-socialno in fizično stanje, je zmogljivost, da živimo kakovostno življenje in se ukvarjamo z različnimi dejavnostmi!** S tako zavestjo o pomenu zdravja je tesno povezan tudi interdisciplinarni pristop, ki ga mi pri svojem delu upoštevamo že od samega začetka! Z gibanjem razvijamo različne sposobnosti, zmogljivosti.

Če je bila še nedavno v ospredju »popolna postava«, se ta trend končno počasi umika pojmu vsestranske vitalnosti. **Vitalnost**



je veliko več kot dobro počutje, pomeni namreč zmožnost in sposobnost življenja, celo obstoja kot takega.

Kar nekaj konkretnih okoliščin se nas je moralo dotakniti, da smo dojeli, da je ta sposobnost veliko dragocenejša kot samo dober zunanji videz. Veliko bolj kot to, kako smo videti, je pomembno, kako se počutimo, kaj vse zmoremo, kakšne cilje si zastavljamo in kakšne izzive sprejemamo ... Torej so pomembne naše psiho-fizične in umske sposobnosti, obvladovanje situacij, v katerih so potrebni ustrezní odzivi in velika prilagodljivost ... Pomembno je to, ali smo ustvarjalci svojega življenja ali pretežno vdani v usodo ... Prav tako ni zanemarljivo to, kakšni so naši družbeni odnosi, koliko razvejana je naša družbena mreža, kako razumemo življenjske vloge in ali se tudi dejansko počutimo suvereno.

Naše poslanstvo je spodbujati ljudi, da vzamejo usodo v svoje roke!
V telovadnici InStar GYM v tem kontekstu rušimo mite o nezmožnosti.

Nismo osnovali samo prostora, **osnovali smo pozitivno usmerjeno motivacijsko razpoloženje, izvrsten, varen in zračen kraj, v katerem se lahko posvetite sebi in svojim ciljem.** Na poti k uresničenju teh vas bo vodil izkušen in izobražen kader. Izvajamo različne dejavnosti, tako da lahko vsakdo najde kaj zase. Medtem ko v okviru **individualnih treningov** v ospredje postavljamo specifične želje posameznikov in se posvečamo rehabilitaciji po poškodbah, **v našem masažnem kotičku omogočamo polno sprostitiv.** V popoldanskih urah **na skupinskih vadbah** (za posameznike in podjetja) v prijetnih manjših skupinah razvijamo različne telesne sposobnosti, ki bistveno vplivajo na kakovost našega vsakdanjika.

Trenutno lahko preizkusite **pilates, ki ga izvajamo ob ponedeljkih in sredah ob 19.30** (v živo; ob zaostitvi protikoronskih ukrepov pa vadba poteka po Zoomu). S pilatesom razvijamo splošno vitalnost. Razvijamo mišice trupa, gibljivost,



mobilnost, raztezamo svoje telo in na tak način dosegamo pokončno držo ter preprečujemo bolečine v hrbtenici. Z vzporednim nadzorom nad dihalnimi tehnikami v telo vnašamo več kisika in povečujemo svojo produktivnost na različnih življenjskih področjih. Z vsem **tem postopno prevzemamo nadzor nad lastnim telesom, kar pa pomeni, da prevzemamo nadzor tudi nad svojimi čustvenimi odzivi, razvijamo notranji mir in uravnoteženost.** V majhni in prijetni skupini vladajo lepi, spoštljivi in spodbudni družbeni odnosi.

Svoje najmlajše lahko vključite v vadbo za superjunake, ki jo izvajamo vsako sredo ob 17. uri v okviru projekta Možganski fitness (projekt sofinancira MOL). Z igro in zabavnimi gibalnimi vsebinami razvijamo motorične sposobnosti otrok, s pozitivnim pristopom, spodbudami in z zasluženimi pohvalami pa krepimo njihove psiho-socialne veščine. Za otroke pa izvajamo tudi **interaktivne športne animacije.**

Vsak je svoje sreče kovač! Mi poudarjamo majhne korake, ki vodijo do velikih in dolgoročnih uspehov!
Človeško telo je ustvarjeno za gibanje, gibanje pa je ključno za razvoj naših možganov. Gibanje je edini medij, ki ima takojšnje in najdlje trajajoče pozitivne vplive na nas in naše možgane. **Z gibanjem človek trenira**

osebno vztrajnost, vzdržljivost, osvoji pomembne prvine čustvene inteligence in pridobi marsikatero socialno veščino. Med gibanjem **se tudi sproščajo hormoni, ki sprožajo dobro počutje!**

Ljudje smo ustvarjeni tako, da potrebujemo vedno nove izzive in tu pa tam kakšno spremembo. Zakaj? **Ker nas vsak nov izziv vrže iz cone udobja in prekine našo rutino in ker gradi našo osebnost, ker nas nadgrajuje.** Temelj vsake naše dejavnosti je zato preplet gibanja, druženja, pozitivne usmerjenosti in igrivosti.

Na naše dejavnosti se lahko prijavite na info@zvezdesoblizu.si. Več o nas lahko preberete tudi na naši spletni strani zvezdesoblizu.si, kjer pod zavihkom blog najdete različne napotke za razvoj kakovostnega, ustvarjalnega in smiselnega življenja. Različne koristne vsebine pa lahko spremljate tudi na Facebooku (@InStarGYM) in Instagramu (@instar_gym).

Jesen in zima sta letna časa, ko se vse umirja, prav zato pa ponujata izvrstne priložnosti za zastavljanje novih ciljev, ki bodo obudili srečo v vas.

No, pa srečno! Srečno na poti do novih ciljev! In seveda zdravo ...

Maja Dežman Sterle,
izvršna direktorica Zavoda ZVEZDE SO BLIZU

Dobro je vedeti

Jezikovni kot(l)iček

Že od lanske pomladi je koronavirus oziroma covid-19 prva novica vseh medijev. Pravzaprav je tako močno posegel v našo vsakdanjost in naše življenje, da mu bomo nekaj vrstic in besed namenili v tokratni izdaji Sostrčana. Tokrat z jezikovnega vidika.

Pri posredovanju informacij o koronavirusu pogosto lahko beremo ali slišimo površne podatke. Za začetek, da je nekdo zbolel za koronavirusom, da se je nekdo okužil s covidom-19. Treba je poznati osnovno razliko: okužimo se z virusom, zbolimo za boleznijo. Torej se okužimo s koronavirusom in zbolimo za covidom-19 oziroma koronavirusno boleznijo 19.

Vaše pozorno oko ali uho je lahko prebralo oziroma slišalo, da je enkrat govor o covidu-19, drugič o koronavirusni bolezniji 19. Novi koronavirus (SARS-CoV-2) povzroča bolezen, ki se s tujko imenuje covid-19 (coronavirus disease). Če to poslovenimo, dobimo poimenovanje koronavirusna

bolezen. Slovenski mediji se za nadaljnji korak niso odločili – da bi iz slovenskega poimenovanja tvorili kratico kovib 19 (koronavirusna bolezen).

Kar nekaj črnila je bilo prelitega, ko je bil govor o epidemiji koronavirusa in koronskih ukrepih. Ko govorimo o epidemiji, govorimo o epidemiji boleznij, torej o epidemiji covid-19 oziroma koronavirusne bolezniji 19 in ne o epidemiji virusa. Epidemija je vedno povezana z boleznijo. Če govorimo o prenesenem pomenu, pa je seveda lahko mišljeno kar koli – epidemija ljubezni, hvaležnosti, požarov, solidarnosti, poplav, sovraštva ...

Kot učenci po opravljenem testu pa vsak dan, nekateri zelo nestrpno, čakamo rezultate, ob tem pa slišimo, koliko testov je bilo pozitivnih. Test kot takšen je nevtralen. Ko pristojni opravijo analize brisov, dobimo rezultate testov, šele po tem lahko govorimo o pozitivnih izidih testov. Pozitiven je izid oziroma izvid testa, ne test.

Zmotijo tudi napačne trditve, da še nimamo cepiva proti koronavirusu. Še nekaj časa ga ne bomo imeli, saj se cepimo lahko edino proti boleznij in ne proti virusu. Kot se cepimo proti davici, tetanusu, gripi, tako se bomo nekoč lahko cepili proti covidu-19.

Pa da ne bomo govorili samo o palici, kaj je vse narobe, ponudimo še korenček. Z novo stvarnostjo je v besedišče prišlo kar nekaj novih tvorjenk, nekatere so zelo izvirne, zanimive, druge bolj na prvo žogo. Koronapočitnice so za nami, še vedno bo aktualen koronapozdrav, vlada bo še naprej preučevala in sprejemala protikoronske svežnje in zakone, športniki tekmujejo v koronski sezoni in tako naprej. Pa da bomo ostali zdravi v duhu in ne zapadli v koronapaniko, si kdaj privoščimo koronski humor, samo koronabedak pa bi lahko pomislil, da se ob tem norčujemo iz ljudi, ki te dni zelo garajo. Koronsko garajo.

Pa zdravi ostanite!

Saša Grčman

Ne čakajmo – stop nasilju!

Nasilje je treba nemudoma prijaviti!

Ob tragičnih družinskih dogodkih je treba vso pozornost nameniti tej, še vedno prikriti problematiki. Nasilje v družini je splošen družbeni problem in se pojavlja ne glede na socialno-ekonomski položaj, spol, starost, etnično pripadnost ali druge osebnostne okoliščine družinskih članov. Leto epidemije je stiske, ki velikokrat vodijo tudi do nasilja, povečalo in to obdobje terja še večjo pozornost države, lokalne skupnosti, javnih institucij in drugih organizacij. Vedno pa tudi pozornost vsakega posameznika, naj bo to v vlogi sosedu, prijatelja, družinskega člana itd.

Nasilje ni konflikt in zanj ni opravičila

Na Centru za socialno delo Ljubljana opažamo, da je delež neprijavljenega nasilja v družini še vedno veliko višji od uradnih podatkov. Nasilje med družinskimi člani, še posebno v intimno partnerskih odnosih, je pogosto prikrito, dogaja se za zaprtimi vrati, zato ga je tudi težje prepoznavati in preprečevati. Žrtve pogosto potrebujejo veliko strokovne podpore in pomoči, da zmorejo spregovoriti o nasilju. Opažamo tudi, da je nasilje v družini v Sloveniji še vedno stigmatizirano in da je toleranca do

nasilja kljub izboljšanju situacije v zadnjih letih še vedno prevelika. Na Centru za socialno delo Ljubljana zagovarjamo ničelno toleranco do nasilja in s svojim delovanjem aktivno ozaveščamo strokovno in laično okolje pri prepoznavanju in prijavljanju nasilja. Za nasilno vedenje je vedno odgovoren povzročitelj nasilja, nasilje ni konflikt in zanj ni opravičila!

Podatki, ki jih centri zbirajo v zvezi z obravnavo nasilja v družini, kažejo na to, da je še vedno visok odstotek primerov, v katerih so žrtve nasilja v družini ženskega spola. Posebej poudarjamo, da so otroci žrtve nasilja tudi, če so ob nasilju le prisotni in ne doživljajo neposrednega nasilja ali če živijo v okolju, kjer se nasilje izvaja. Otroci kot žrtve nasilja imajo prednost pri obravnavi.

Nujnost prijave

Vsako nasilje je treba prijaviti. Vsaka žrtev ima na voljo različne vrste in vire pomoči, s katerimi ji lahko pristojne institucije pomagajo pri reševanju njene ogroženosti. Center za socialno delo je osrednja institucija pri obravnavi nasilja v družini. Na centru

bomo žrtvi ponudili možnost spremljevalca, ki jo lahko spremlja na Policijo, da lažje pove svojo zgodbo.

Grožnje je vedno treba vzeti skrajno resno

Grožnje povzročitelja in strahove žrtve center vzame skrajno resno. Najnevarnejši čas za žensko je takrat, ko želi zapustiti ali zapusti nasilnega partnerja, ker bo uporabil vse načine, da jo bo pridobil nazaj. Povzročitelji navadno to počno toliko časa, dokler jih sistem jasno in odločno ne ustavi. Naloga centrov za socialno delo je, da skupaj z žrtvijo naredi vse, da jo zaščiti, pri tem pa je zelo pomembno, da žrtev natančno povprašamo o njenih strahovih in grožnjah, ki jih je izrekel povzročitelj nasilja v družini.

Ponujanje informacij in pomoči žrtvam

Kadar se oseba obrne na center za socialno delo zaradi nasilja v družini, ji najprej posredujemo vse informacije, ki jih potrebuje, in jo seznanimo z vsemi organizacijami, h katerim se lahko obrne po pomoč. Takoj od začetka žrtvi ponujamo vso pomoč, ki jo ob tem potrebuje.

Vloga in naloge Policije

Policija kot institucija največkrat prva vstopa v družino, se sooči z obravnavo in preiskavo nasilja v družini. Policija ima možnost, da žrtev nasilja zaščiti tudi tako, da povzročitelju nasilja izreče ukrep prepovedi približevanja.

Kaj lahko žrtve pričakujejo?

- Center za socialno delo se je dolžan na vsak primer nasilja v družini, o katerem je obveščen, odzvati in takoj začeti postopke za zaščito žrtve nasilja v družini na način, ki je zanjo varen.
- V primeru neposredne ogroženosti zdravja in življenja žrtve svoje začetne aktivnosti takoj uskladi s Policijo in ukrepa za zaščito žrtve – pomoč pri odhodu v krizni center za žrtve nasilje, odhodu v krizni center za mlade, varno hišo ali drugo varno lokacijo oziroma napotitev v zdravstveno oskrbo.
- Skupaj z žrtvijo razišče okoliščine in opredeli problem nasilja, oceni njeno psihofizično stanje in njeno socialno podporno mrežo, izdelava začetno oceno ogroženosti, pripravi varnostni načrt z namenom zagotovitve njene hipne varnosti in krepitev moči v konkretnem položaju.
- V nadaljevanju center za socialno delo žrtev spremlja, izdelava dolgoročni načrt pomoči za varnost žrtve, vključni druge pomembne institucije, ki so pomembne za zaščito žrtev, po potrebi skliče multidisciplinarni tim.

Nerazumevanje položaja žrtve

Pogosto se dogaja, da žrtve nimajo dovolj moči, da bi poiskale pomoč. V svoji okolici žrtve pogosto naletijo na nerazumevanje ali se jim celo ne verjame, prisotna sta sram in strah, nekateri jih lahko celo obsojajo. Žrtev moramo opolnomočiti oziroma opogumiti in spodbuditi k iskanju pomoči ali zanje sami poiščemo pomoč.

Skrito nasilje med epidemijo

Med epidemijo na Centru za socialno delo Ljubljana nismo zaznali porasta primerov nasilja v družini, to pa ne pomeni, da se je nasilje v družini zmanjšalo. V obdobju epidemije so bili po večini družinski člani doma. Žrtev je težje klicala ali poiskala pomoč, ker je bil povzročitelj nasilja prisoten. V tem času so nastali negotovost, povečan strah, nejasna prihodnost, finančna stiska in so se žrtve težje tudi odločale za odhod od doma. Žrtve nasilja v družini so bile še bolj izolirane od sorodnikov, prijateljev in njim pomembnim osebam.

Kam po pomoč?

Policija (intervencijska številka)	113
Nujna medicinska pomoč	112
Najbližji center za socialno delo:	
CSD Ljubljana, enota Ljubljana Center Dalmatinova ulica 2, Ljubljana	01 475 08 00
CSD Ljubljana, enota Ljubljana Šiška Celovška cesta 150, Ljubljana	01 583 98 00
CSD Ljubljana, enota Bežigrad Einspielerjeva ulica 6, Ljubljana	01 300 18 00
CSD Ljubljana, enota Vič - Rudnik Tržaška cesta 40, Ljubljana	01 200 21 40
CSD Ljubljana, enota Moste - Polje Zaloška cesta 69, Ljubljana	01 587 34 00
CSD Ljubljana, enota Grosuplje Adamičeva cesta 51, Grosuplje	01 781 80 50
CSD Ljubljana, enota Logatec Tržaška cesta 50 A, Logatec	01 759 06 70
CSD Ljubljana, enota Vrhnika Ljubljanska cesta 16, Vrhnika	01 750 62 70
CSD Ljubljana Koordinatorica za preprečevanje nasilja	031 390 265
Društvo SOS telefon	080 11 55
Društvo za nenasilno komunikacijo	01 434 48 22
Združenje proti spolnemu zlorabljanju	01 431 33 41
Krizni center za ženske in otroke, žrtve nasilja (Društvo ženska svetovalnica)	031 233 211
Psihosocialna pomoč ženskam, žrtvam nasilja	01 25 11 602
Krizni telefon čez vikende	051 33 88 11

V letu 2020 zbrali 680 prijav

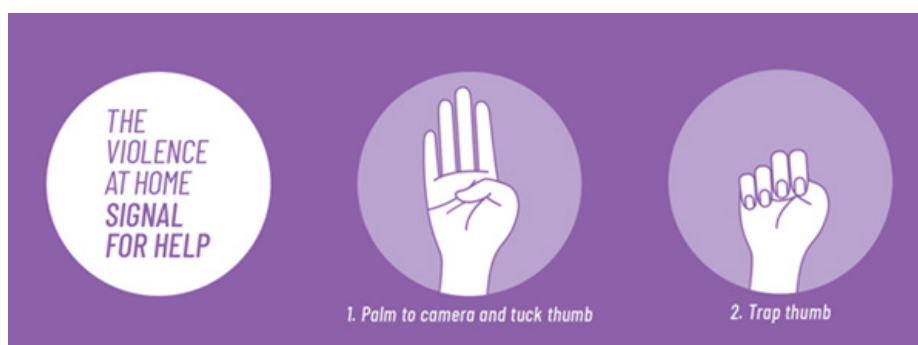
Na Centru za socialno delo Ljubljana, pod katerega sodi osem enot centra za socialno delo (Ljubljana Center, Ljubljana Šiška, Ljubljana Vič - Rudnik, Ljubljana Moste - Polje, Ljubljana Bežigrad, Grosuplje, Vrhnika in Logatec), smo v letu 2020 skupno zbrali 680 vseh informacij oziroma prijav nasilja v družini, od tega je Policija v 125 primerih izrekla ukrep prepovedi približevanja povzročitelju nasilja proti žrtvam nasilja v družini. Uresničenih je bilo 43 namestitev v varno okolje.

Znak za pomoč v primeru nasilja

Oseba, ki doživlja nasilje, pokaže znak osebi na drugi strani tako, da najprej pokaže odprto dlan, nato palec premakne na dlan in ga pokrije s preostalimi prsti. Oseba pri tem ne uporabi nobenih besed in lahko to opravi na skrivaj, ne da bi povzročitelj, če je v bližini, to opazil.

Ob množični uporabi spletnih orodij in videoklicev je znak za pomoč vse bolj prepoznaven, tudi v Sloveniji. Delite ga tudi vi!

Center za socialno delo Moste



Prešernov nagrajenec – Urban Zupanc



Steve Jobs je v enem od svojih govorov povedal: »Nemogoče je povezati življenjske točke vnaprej, njihova povezava nastane jasna ob pogledu nazaj. Pomembna sta vera in zaupanje, da te bodo te točke popeljale do zelenih ciljev.« Vsi vemo, da ni bližnjic do dobrega rezultata. Prav za vsakega je potrebno trdo delo, veliko neprespanih noči in vztrajnosti. Tudi v dobri zobozdravniški ordinaciji ni nič drugače. Vedno moramo stremeti k najboljšemu, pa naj bo to le pregled, zalivka ali vstavitev vsadka. V Kliniki DMD vsakemu prisluhnemo in ponudimo pomoč. To nam omogoča naš kolektiv, ki se je v tem letu že precej razširil. Imamo namreč ustnega higienika, kirurga in sodelujoče zobne tehnike. Z dr. Ivanušičem sva vesela sodelovanja z ljudmi, ki jim zdrav in lep nasmeh veliko pomeni in jim ga lahko pomagava ohranjati. Za vse življenje. Do znanja, natančno izpeljanega dela ter rokovanja z aparaturami, ki so po navadi rezervirane le za specialiste, sva prišla počasi in vztrajno. Udeležujeva se veliko dodatnih izobraževanj in vsakodnevno stremiva k temu, da svoje delo opraviva čim boljše. Dosedanje trdo delo potrjujejo moja Prešernova nagrada Medicinske fakultete v Ljubljani, članki in predavanja na mednarodnih kongresih ter že zgoraj omenjena razglasitev dr. Ivanušiča za zobozdravnika leta. Poleg tega dr. Ivanušič obiskuje podiplomski študij laserskega zobozdravstva in znanstveno raziskuje na tem področju. V Kliniki DMD se strokovnjaki namreč vedno trudimo pridobivati novo znanje ter slediti novostim v zobozdravstvu. Vesela sva svojega prvega leta delovanja Klinike DMD in vseh veselih ljudi, ki sva jih ob tem spoznala. Hvala.

Urban Zupanc, dr. dent. med.

Tomaž Ivanušič – Moj zobozdravnik leta 2021



V začetku septembra je v Cankarjevem domu potekala prireditev Moj zdravnik 2021. Bralci revije Viva so izbirali zdravnike in zobozdravnika, ki jih še posebej odlikujejo strokovnost, srčnost, prijaznost in spoštljiv odnos.

Med zobozdravniki v Sloveniji sem prav jaz prejel največ glasov in tako sem postal Moj zobozdravnik leta 2021. Čeprav imamo v Kliniki DMD paciente iz vse Slovenije, vas največ prihaja iz bližnje okolice. Zato bi se rad ob tej priložnosti zahvalil vsem, ki ste glasovali zame, mi zaupate in širite dober glas.

Obljubim, da bova z dr. Zupancem še naprej skrbela, da se boste lažje sprostili na zobozdravniškem stolu. Še naprej se bova trudila, da bo obravnava potekala tako strokovno kot tudi brez bolečin.

Tomaž Ivanušič, dr. dent. med.

Glas ljudstva

Spet nam misli uhajajo k jesenskim meglicam, spomini na poletje se prepletajo s plesom listja in vonjem po pravkar pečenem kostanju.

Kako bi opisali leto, ki se izteka? Uspešno, mizerno, turbulentno, nasmevano, naveličano? Kakor smo ga doživljali in kar se nam je dogajalo. Vsakozi pa je kot rdeča nit pomembno, kakšne odnose gradimo s svojo okolico.

Od njih je odvisno, kako bomo krmarili skozi dneve, tedne, mesece... Če že zjutraj tečno godrnjamo, ker nas je nekdo prehitel na

bankomatu, bomo verjetno cel dan videli okoli sebe same krivice, ki se nam godijo. Pomislimo raje, česa nas je ta oseba na bankomatu obvarovala tistih nekaj minut, ko smo počakali.

Vesolje usmerja vsak naš korak in če znamo prisluhniti sebi, uvidimo, da se vsaka stvar zgodi z namenom, morda bomo čez leta šele hvaležno pogledali nazaj. Kadar smo uglašeni, tudi hitro prepoznamo slabe vibracije ljudi, ki nas vsakodnevno obkrožajo. Takšnim vezem oz. odnosu se je najboljše izogniti, če pa to ni mogoče, si pa zamislite, kako težko mora bit temu človeku, da je tako

nemogoč. Seveda misli, da vas nadvlada, vi pa ga v bistvu pomilujete.

V današnjem svetu se je skoraj nemogoče izolirati od vsega, kar vam kviri dušni mir. Pa vendar, zakaj bi zjutraj poslušali radio in vso negativno navlako, če vam pot lahko polepša glasba CD-ja, ki jo obožujete. Brez skrbi, vse novice, ki to sploh več niso, boste izvedeli takoj, ko prestopite prag službe. Ker odnosi in pogovori so vse bolj podobni stenicam. Hranijo se z vašo negotovostjo, z vsem negativnim, kar jim uspe zvleči na kup do osmih zjutraj. Smo družabna bitja in hitro pridemo pod vpliv okolice, vendar

naj bo ta vpliv prijeten. Naj tudi mi dajemo ljudem okoli sebe toplino, prijeten pogled in besedo, naj naš notranji mir ublaži nemir ali bolečino nekoga, ki potrebuje tolažbo. Saj ni tako težko prisluhniti, se pogovoriti, nekoga pomiriti ali pa razveseliti. S tem pravzaprav bogatimo sebe, vse, kar dobrega dajemo drugim, je le še en nežen dotik miru na našo dušo. Sčasoma, niti ne veš, kdaj, opaziš, da se v tvoji bližini najraje zadržujejo podobno misleči ljudje, vse, kar je bilo negativnega, je ostalo nekje zadaj, občutek je tak, kot bi lahko preskočili blatno lužo. Velikokrat doživiš srečanje z osebo, ki ti je stopila na pot, pogovor z njo pa ti odstrl čisto novi svet, novo razmišljanje, nove rešitve. Ko se želiš ponovno srečati z njo, je ni nikjer, kot bi izpuhtela v zrak. Zapomnite si in negujte spomine na takšna srečanja, saj so poslana z razlogom. Polepšajte ljudem, ki so vam blizu, dan, praznike ... Pri nas bomo letos dobesedno Miklavževi, žrtvovala

bom eno noč spanja za to, da bom na hišnem pragu domačih in prijateljev pustila Miklavževa presenečenja. Neumnost? Morda za koga, a vedno delam tisto, kar mi šepne notranji glas. Že sedaj sem nasmejana in zadovoljna, ko pomislim na obraze, ko bodo zjutraj odprli vhodna vrata. Tudi voščil ne pošiljam drugače kot v dobri stari pisni obliki. Tu se ne dam prepričati modernizaciji niti ne dopovedovanju, koliko dela je na poštah. Tudi to je del praznikov, tradicije. Ni lepšega kot dobiti voščilnico v nabiralniku, radost je tako v pošiljanju kot v pričakovanju. Celo verze v voščilu zložim primerno osebi, ki ji jih pošiljam. Nekoč sem sorodnici, ki je ostala sama in ker vem, da zelo rada bere, poslala božično voščilo v paketu skupaj s knjigo in domačimi piškoti. To so stvari, ki nam oblikujejo leto. Dobro je, če v toplini jesenskega večera sedim za mizo in z veseljem pišem članek za svoje sokrajane, če jim priporočam za branje dve

zelo sporočilno močni knjigi Dobra zemlja in Zlati človek. Če vam na koncu napišem še pesem oziroma verze, ki sem jih uporabila v voščilih.

Dobro leto je bilo, ko se z nasmeškom spokojno oziram po njem in mi pogled zadovoljno počiva na skrivnostni škatli z napisom 2022.

Ne mudi se mi je odpirati, ker vem, da bo leto, ki prihaja, le odsev tistega, kar delam, čutim, dajem.

Zato bo dobro leto.

Takšnega želim tudi vam. Čim več uspeha, miru, smeha, dobre volje, novih poznanstev, novih poti, dobrih ljudi.

Helena Bartol Svete

Za najmlajše

Miklavž prihaja med nas

Vsako leto v našo vas pride na obisk **sveti Miklavž**. Tudi letos bo v nedeljo, **5. decembra 2021**, pridne otroke (od najmlajših do 3. razreda OŠ) s svojimi

pomočniki obiskoval kar po vaseh v okolišju župnije Sostro. Ker je sveti Miklavž precej star možak, se bo naokoli vozil s konjsko vprego. Zdaj pa svinčnik

v roke in izpolnite prijavnico, ki jo do 1. decembra 2021 oddate v nabiralnik župnišča župnije sv. Lenarta v Sostrem.

ODBOR Miklavževanja 2021

STARI PRIJAVNICA – MIKLAVŽEVANJE

Ime in priimek otroka

Starost

Naslov

Elektronski naslov staršev

Mobitel

Podpis staršev

S potekom Miklavževanja boste obveščeni po elektronski pošti.
Za dodatne informacije: 031 281 888 (župnik Aleš)

