

RUDNIŠKA ČETRTINKA

LETNIK XIII • ŠTEVILKA 3 • NOVEMBER 2016 • NAKLADA 5200 IZVODOV

GLASILO ČETRTNE SKUPNOSTI RUDNIK, MOL



DELO SVETA ČS RUDNIK

Srečanje jubilarcev v Društvu
upokojenecv Krim Rudnik v letu 2016

Ustvarjanje združuje

Uvodnik

mag. Andreja Troppan, glavna urednica

Spoštovani,

Rudniška četrtinka vas danes nagovarja s prav posebno naslovnico. Bliža se namreč čas »dobrih mož«, čas praznovanj, obdarovanj, zaobljub in veselja, pa žal tudi stisk in osamljenosti za marsikoga v naši bližini. Pa lahko kaj storimo, da bo drugemu vsaj za trenutek lepše? Zakaj pa ne? Zamislite si, da bi vsak od nas, v tem decembrskem času, naredil le eno, prijazno dejanje.

Lahko bi pomagali sosedu pri pospravljanju dvorišča ali kidanju snega, če bo zapadel. Lahko bi neznancu na blagajni doplačali razliko v plačilu, ko opazite, da mu je zmanjkalo le nekaj centov ali kak evro in mora izdelek vrniti. Morda bi pomagali starejšemu ali mamici z otrokom in nesli nakupovalno vrečko do avta. Nič koliko drobnih dejanj lahko naredimo in s tem polepšamo dan sočloveku, pa tudi sebi.

V četrtni skupnosti ravno v tem duhu prijaznosti in pozornosti, že šesto leto, skupaj z vrtcem in šolo, organiziramo prednovoletno prireditev PRAVLJIČNI DECEMBER. V ta namen v četrtni skupnosti pripravimo darila za več kot petsto vrtčevskih in šolskih otrok do vključno drugega razreda. Veselje in navdušenje otrok ob spremljanju pravljice in obdaritvi je nepopisno.

Naj vsakdo vsaj delček otroškega navdušenja zaklene v svoje srce in pogled na svet bo lepši.

Srečno 2017!



INFORMACIJE ZA KRAJANE:

ČS Rudnik, Pot k ribniku 20, Ljubljana

tel: 01 428 03 45 fax: 01 427 33 07

e-pošta: mol.rudnik@ljubljanasi.si

spletna stran: www.ljubljana.si/si/mol/cetrtna-skupnosti/rudnik



Dobite nas tudi na Facebooku.

Članke, obvestila in ostalo za Rudniško četrtinko pošljite na

rudniska.cetrtnka@gmail.com

Prispevki naj bodo v Wordovem dokumentu, fotografije pošljite posebej. V dokumentu obvezno zapišite avtorja prispevka in fotografij ter morebitne podnapise fotografij.

VSEBINA

Poročilo o delu Sveta ČS Rudnik	3
DELO SVETA ČS RUDNIK	4
Spominčica bo prihodnje leto praznovala 20 let	6
Simbioza giba 2016 na OŠ Oskarja Kovačiča	7
Srečanje jubilarov v Društvu upokojencev Krim Rudnik v letu 2016	8
Blagoslov konj v Črni vasi	9
Pilotski projekt »Z naturopatijo do zdravja«	10
Delavnica defibrilator	11
Republiško orientacijsko tekmovanje	12
Center Motus	13
30. MTM KRG Narodni dom tudi tokrat obljublja zasedbo najboljših ritmičark sveta	14
JU JITSU za mladostnike in odrasle	16
Ustvarjanje združuje	18

RUDNIŠKO ČETRINKO SO ZA VAS PRIPRAVILI

Izdajatelj:

Mestna občina Ljubljana,
Četrtna skupnost Rudnik,
Pot k ribniku 20, Ljubljana

Tel: 01/428 03 45

Faks: 01/427 33 07

e-pošta: mol.rudnik@ljubljanasi.si



Uredniški odbor: mag. Andreja Troppan (glavna in odgovorna urednica), Maruša Penzeš, Anton Grošelj, Ana Žličar in Andreja Vrtačnik Kremžar.

Številka izdaje: Letnik XIII, številka 3, november 2016

Naklada: 5200 izvodov

Glasilo prejmejo vsa gospodinjstva v Četrtni skupnosti Rudnik, MOL, brezplačno. Rudniška Četrtinka, glasilo Četrtna skupnosti Rudnik, je vpisana v razvid medijev, ki ga vodi pristojno Ministrstvo RS, pod zaporedno številko 779.

Slika na naslovnici: Praznična predstava za otroke
Foto: Katarina Šinkovec, Darijan Trojar

Poročilo o delu Sveta ČS Rudnik

Katarina Šinkovec, predsednica četrtne skupnosti Rudnik

SPOŠTOVANI KRAJANI, LETO SE BLIŽA H KONCU IN TE ZADNJE DNI BOMO SVETNIKI POSVETILI TEMELJITI ANALIZI VSEGA, KAR SMO POSTORILI V ZADNIH DVANAJSTIH MESECIH. PRED VAMI SO ZATO KRATKI ZAPISI Z NAŠIH SREČANJ. SICER SUHOPARNI ZAPISNIKI V SEBI SKRIVAJO ŠTEVILNE USPEŠNO DOKONČANE PROJEKTE, DOGODKE IN REŠENE TEŽAVE, KI SO PRIPOMOGLE K DVIGU KVALITETE ŽIVLJENJA V NAŠI ČETRТИ SKUPNOSTI.

HKRATI JE TO TUDI ČAS, KO SI ZASTAVIMO NOVE CILJE IN LE-TEH NAM ZLEPA NE ZMANJKA. VESELI SMO TUDI KAKRŠNEGA KOLI NAMIGA, NASVETA, POBUDE IN PRIPOMBE Z VAŠE STRANI. POŠLJETE NAM JIH LAHKO NA NASLOV ČS RUDNIK, POT K RIBNIKU 20, 1000 LJUBLJANI, MOL.RUDNIK@LJUBLJANA.SI ALI PA SE OGLASITE PRI NAS V ČASU URADNIH UR.

TUDI LETOS OB KONCU LETA V ČS RUDNIK NISMO POZABILI NA NAJMLAJŠE, SAJ BOMO ŽE PETO LETO ZAPORED OBDARILI NAŠE NAJMLAJŠE. VEČ O PRAVLJIČNEM DECEMBRU NAJDETE V GLASILU.

KER BO PRIHODNJA ŠTEVILKA RUDNIŠKE ČETRINKIŠKE IZŠLA ŠELE ZGODAJ SPOMLADI PRIHODNJE LETO, NAJ VAM ZAŽELIM ŠE SREČNO NOVO LETO IN OBILO USPEHOV V PRIHAJAJOČEM 2017.

9. redna seja, 28. 1. 2016

Svet je pri prvi točki potrdil zapisnik 8. redne seje Sveta ČS Rudnik, v drugi točki pa obravnaval poročilo o aktivnostih, kjer so bili sprejeti sklepi s področja prometne infrastrukture in gospodarskih dejavnosti. Pri tretji točki so člani sveta potrdili Izvedbeni načrt za leto 2016 ter se seznanili z registrom tveganj za leto 2016, pri zadnji točki dnevnega reda so se člani sveta seznanili s problematiko vandalizma in drugimi predlogi, ki so vezani na varnost v ČS Rudnik.

10. redna seja, 13. 4. 2016

Svet je pri prvi točki potrdil zapisnik 9. redne seje Sveta ČS Rudnik, v drugi točki pa je obravnaval poročilo o aktivnostih na območju ČS Rudnik. Sledila so sprejetja številnih sklepov, predvsem s področja prometne infrastrukture in gospodarskih dejavnosti ter s področja urejanja prostora. V nadaljevanju so se člani Sveta ČS Rudnik seznanili s potekom junijske prireditve ČS Rudnik - Zeleni ambasador 2016 ter septembrskim Dnevom ČS Rudnik 2016.

2. korespondenčna seja, 26. 4. 2016 - 29. 4. 2016

Korespondenčna seja je bila sklicana za namen vložitve pobude za poimenovanje Ceste čez Golovec, katere sklep je bil posredovan na Komisijo za poimenovanje naselij in ulic MOL.

11. redna seja, 9. 6. 2016

Svet je pri prvi točki potrdil zapisnika 10. redne seje ter 2. korespondenčne seje Sveta ČS Rudnik, v drugi točki pa je obravnaval poročilo o aktivnostih na območju ČS Rudnik. Pri tretji točki so člani sveta podrobno obravnavali bližajočo se prireditev ČS Rudnik-Zeleni ambasador 2016, pri naslednji točki pa je predsedujoča podala prisotnim dodatne informacije glede Dneva ČS Rudnik 2016. Zadnja točka na dnevnem redu je bila namenjena obravnavi vprašanj, pobud ter predlogov s strani članov Sveta ČS Rudnik.

4. izredna seja, 28. 6. 2016

4. izredna seja je potekala v Botaničnem vrtu Univerze v Ljubljani, kjer je ČS Rudnik s kulturnim programom slavnostno prevzela

nagrado ambasadorstva Zelene prestolnice Evrope 2016 od ČS Posavje. Prireditev je bila obiskana v precejšnjem številu krajanov, sodelovala pa so številna domicilna društva in zavodi.

12. redna seja, 23. 8. 2016

Svet je pri prvi točki potrdil zapisnika 3. redne seje in 1. korespondenčne seje Sveta ČS Rudnik, v drugi točki pa je obravnaval poročilo o aktivnostih v ČS Rudnik. Pri tretji točki so se člani sveta seznanili z rebalansom proračuna za leto 2016, pod četrto točko pa podrobno obravnavali prireditev Dan ČS Rudnik. Seja se je zaključila z obravnavo vprašanj, pobud ter predlogov s strani članov Sveta ČS Rudnik.

5. izredna seja, 15. 9. 2016

5. izredna seja je potekala na terenu, kjer je Svet ČS Rudnik obravnaval prireditev Dan ČS Rudnik 2016 in ugotovili, da se je srečanja udeležila večina društev, ki delujejo na področju ČS Rudnik, ter nekatere javne ustanove in službe. Sejo je Svet ČS Rudnik zaključil z razpravo o aktualnih zadevah.

3. korespondenčna seja, 17. 10. 2016 - 19. 10. 2016

Korespondenčna seja je bila sklicana za čim hitrejšo pomoč pri razrešitvi problema s podtalno vodo na lokaciji Dolenjska cesta 188 B. Potrjen sklep je bil posredovan na vse pristojne službe.

13. redna seja, 25. 10. 2016

Svet je pri prvi točki potrdil zapisnike 12. redne seje, 5. izredne seje ter 3. korespondenčne seje Sveta ČS Rudnik, v drugi točki pa je obravnaval poročilo o aktivnostih. Sprejeti so bili številni sklepi s področja prometne infrastrukture in gospodarskih dejavnosti, v naslednji točki pa je predsedujoča prisotne seznanila z osnutki Odlokov o proračunu MOL za leti 2017 in 2018. Pod četrto točko so člani sveta pripravili in potrdili Finančni načrt ter plan malih del ČS Rudnik za leti 2017 in 2018, pod peto točko pa obravnavali realizacijo Finančnega načrta ČS Rudnik za leto 2016. Zadnja točka na dnevnem redu je bila namenjena obravnavi vprašanj, pobud ter predlogov s strani članov Sveta ČS Rudnik.

DELO SVETA ČS RUDNIK

Marijan Jernej Virant, podpredsednik Odbora za prometno infrastrukturo ČS Rudnik foto: Tilen Šinkovec in arhiv ČS Rudnik



Svet ČS Rudnik ima naslednja stalna delovna telesa:

- Komisijo za mandatna vprašanja, volitve in imenovanja,
- Sosvet za varnost,
- Odbor za družbene dejavnosti,
- Odbor za prometno infrastrukturo, gospodarske dejavnosti in urbanizem,
- Odbor za finance,
- Odbor za šport in zdravje,
- Uredniški odbor.

Vsaki od odborov deluje samostojno, a prav tako, kot je tudi v vsakodnevnem življenju težko potegniti ostre meje med posameznimi dejavnostmi in nalogami, se tudi pri nas naloge posameznih odborov delijo na več odborov oz. le-ti pri odločitvah sodelujejo. Odbore sestavljajo člani sveta ČS Rudnik in zunanji člani, to so predstavniki različnih zavodov in služb, s katerimi sodeluje četrtna skupnost ter krajanji, ki so strokovnjaki na svojih področjih.

Čeprav so vsi odbori zaposleni z izvajanjem nalog, ima še največ dela Odbor za prometno infrastrukturo, gospodarske dejavnosti in urbanizem ČS Rudnik.

Za uvod najprej nekaj besed o priljubljenem sprehajališču na Golovcu. Kot je vsem znano, je žled pred dvema letoma tudi na Golovcu povzročil nepopravljivo škodo za naslednjih 50 let. Da bi sanacija čim bolj uspešno in hitro potekala, so bila zgrajena oziroma obnovljena številne gozdne vlake – poti, da bi bilo spravilo poškodovanih dreves sploh mogoče. Večina tega je pospravljena, razen nekaj nekaterih območij v lasti zasebnih lastnikov, ki tega drugim osebam niso dopuščali, sami pa ne izvršili. Je pa večina dreves na vsem Golovcu poškodovanih, posebno še borovcev, saj ni skoraj nobenega brez poškodbe. Za hitro pomoč je bilo jeseni 2015 in spomladi 2016 izvršeno pogozdovanje. Posajenih je bilo več tisoč sadik bukve, hrasta, smreke in jerebice, poskusno pa tudi nekaj divje češnje. Uspeh tega sajena je približno 50-odstoten v jesenskem delu, nekaj manj pa spomladi. Naravno pa se pomlajuje predvsem bukev in poganjki iz panja kostanjev. V prihodnje je njuno potrebno tudi strani Zavoda za

gozdove Republike Slovenije več pozornosti posvetiti pogozdenim površinam in poškodbam, ki bi nastale ob morebitnem snegolomu ali vetrolomu. Dragi krajanji, spoštujemo in čuvajmo naše naravno bogastvo.

Svet ČS Rudnik je v letih od 2014 do 2016 uspešno izvedel kar precej projektov na področju ČS Rudnik, in sicer:

- dokončanje komunalne infrastrukture Rudnik in Gornji Rudnik,
- postavitve javne razsvetljave na stari Jurčkovi cesti,
- odstranitev klopi na stari Jurčkovi cesti,
- popravilo semaforja za pešce na križišču Dolenjske ceste-Perruzzijske ulice,
- ureditev Ceste čez Golovec in obnova Poti spominov in tovarništva (Zeleni prstan),
- ureditev semaforiziranega križišča Jurčkova-Galjevica-Ilovški štradon,
- odstranitev gradbenih odpadkov v bližini Hudourniške poti,
- obrez dreves ob Dolenjski cesti 57-59,
- sanacija pločnika ob Dolenjski cesti 13-17,
- prometna ureditev na cesti Rudnik I (avtobusno obračališče),
- postavitve stebričkov v IC Rudnik na območju Cvetkove ulice,
- postavitve zunanjih fitnes naprav na Golovcu,
- ureditev križišča Viator Vektor-Cvetkova ulica,
- ureditev krožišča pri Bauhausu,
- asfaltiranje kolesarske poti od Cvetkove ulice do Lavrice.





ČS Rudnik je iz sredstev malih del v letu 2015 in 2016 izvedla:

- 2x intervencijska košnja v vsakem letu: Zelenice na Melikovi ulici, Ob Galjevcu - zgornji del (od Ul. borcev za sev. mejo do Melikove ulice), Ob varni poti v šolo, Ob Galjevcu – spodnji del, Ob dolenski železnici-Gubčeve brigade, ob avtobusni postaji št. 27 na lžanski cesti, na Peruzzijevi cesti,
- ureditev parcele – trikotnik stara Jurčkova cesta (odstranitev grmovja, obrez dreves in košnja trave),
- ureditev parcel ob Ljubljani (odstranitev grmovja, obrez dreves, ravnanje terena in košnja trave (50 metrov od Ljubljane)),
- posek dreves 5-10 metrov višine (3 kom) in zasaditev novih dreves (3 kom fi 18/20) na lokaciji Ob dolenski železnici,
- ureditev otroškega igrišča na Voduskovi ulici,
- postavitve zunanjih fitnes naprav pri športni dvorani Krim,
- postavitve dveh klopi ob zunanjih fitnes naprav pri športni dvorani Krim,
- postavitve dveh klopi ob zunanjem športnem igrišču na Rakovniku.

V programu Mestne občine Ljubljana so za področje ČS Rudnik v letu 2017 in 2018 predvidena naslednja večja investicijska dela:

- dokončanje rekonstrukcije Peruzzijeve ceste do lžanske ceste,
- nadaljevanje rekonstrukcije lžanske ceste do Livade,
- obnova OŠ Barje za Družbeni center Barje,
- izgradnja komunalne infrastrukture in sanacija ceste Črna vas in Lipe,
- izgradnja komunalne infrastrukture Gornji Rudnik,
- širitev pokopališča Rudnik,
- ureditev rekreacijskih površin,
- investicijska vzdrževanja Vrtca Galjevica z igriščem,
- postavitve kolesarske steze Ob dolenski železnici do Lorenzove ceste in od Lorenzove ceste do Cvetkove ulice,
- ureditev pešpoti ob Galjevcu od lžanske ceste do Peruzzijeve ceste in ureditev pešpoti ob Ljubljani od gostilne Livada do Kajak kanu kluba,
- ureditev avtobusnega postajališča Rakovnik (v smeri Rudnika),
- ureditev ceste ob železniški postaji Rakovnik (izvedba projektna dokumentacije),
- ureditev opornega zidu in oboka ob Dolenski cesti od 21-25,
- ureditev parkirnih mest za Melikovo ulico, Ulico borcev za severno mejo in naselja stara Galjevica (vzpostavitev zemljišč v prvotno stanje Ulice borcev za severno mejo in naselja stara Galjevica).

V letu 2017 in 2018 bo ČS Rudnik izvedla mala dela po podobnem programu prejšnjih dveh let.

Vse krajanje vljudno prosimo, da se s svojo pomočjo, predlogi in argumenti obračajo na ČS Rudnik, s čimer bi se v mnogih primerih pospešila izvedba del, ki so planirana v letih 2017 in 2018. Hkrati še obveščamo, da imajo vsi občani možnost uporabe Mediacijskega centra Ljubljana, ki se nahaja na Adamič-Lundrovem nabrežje 2 v Ljubljani (I. nadstropje, soba 142).

Spominčica bo prihodnje leto praznovala 20 let

Štefanija L. Zlobec, predsednica Spominčice



Sodelovanje Spominčice – Alzheimer Slovenije in Mestne občine Ljubljana ima že dolgo tradicijo, saj Spominčica izvaja program »Ljubljana – demenci prijazno mesto«, ki ga sofinancira MOL. **Avgusta 2015 je Služba za lokalno samoupravo predlagala sodelovanje z društvom v obliki predavanj in delavnic o demenci po ljubljanskih četrtnih skupnostih.** Ocenili so, da je v programu Spominčice vrsta zanimivih predavanj za starejšo populacijo, ki jih Mestna občina Ljubljana želi ponuditi meščanom Ljubljane. Teme, ki so predstavljene na teh dogodkih so predvsem o znakih demence, prepoznavanju demence in pomenu zgodnje diagnoze ter o sporazumevanju z osebami z demenco. Glavni cilj predavanj je ozaveščanje družbe o demenci, saj je ta bolezen še

vedno preveč stigmatizirana, ljudje se je sramujejo in o njej premalo vedo. Z izboljšanjem prepoznavanja in poznavanja demence, ki je bolezen in ne normalni del staranja, skupaj oblikujemo »Ljubljano – demenci prijazno mesto«.

Spominčica pripravi vsako leto 21. septembra, na svetovni dan Alzheimerjeve bolezni, tradicionalni Sprehod za spomin. Že pet let zaporedoma je bil pokrovitelj prireditve župan Ljubljane, Zoran Jankovič.

Leta 2015 pa je bila Spominčica, skupaj z Alzheimer Europe, soorganizatorica 25. evropske letne konference.

Več o aktivnostih Spominčice lahko izveste na spletni strani www.spomincica.si ali na sedežu društva, na Linhartovi 13, II. nadstropje soba 218, po telefonu 01 25 65 111.



MESTNA OBČINA LJUBLJANA VABI UPOKOJENCE NA BREZPLAČNE RAČUNALNIŠKE TEČAJE

VABLJENI NA

35 URNE ZAČETNE

30 URNE NADALJEVALNE IN

20 URNE IZPOPOLNJEVALNE TEČAJE

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

Več na: <http://www.ljubljana.si/si/zivljenje-v-ljubljani/starejsi/izobrazevanje-starejsih/>

**PRIJAVITE SE LAHKO NA VAŠI ČETRNI SKUPNOSTI RUDNIK TEL. 428 03 45
ALI V SLUŽBI ZA LOKALNO SAMOUPRAVO, tel. 306 48 62, GA. VESNA BOLLE.**

Simbioza giba 2016 na OŠ Oskarja Kovačiča

Darijan Trojar



Simbioza je projekt, ki združuje mlajšo in starejšo generacijo po celi Sloveniji. Gre za medgeneracijsko sodelovanje v praksi, ko mladi in starejši skupaj sodelujejo v dobro vseh, in to z gibanjem, ki je ključnega pomena za zdravo in polno življenje. To je bil teden, ki je skušal na noge dvigniti vse, ki so čakali na pravi trenutek. Teden, ki je predramil mlajše generacije in spomnil starejše, da obstaja nekaj, kar jih združuje. To je gibanje.

Teden Simbioze Giba je potekal od 10. do 16. oktobra 2016. Naša šola v tem projektu sodeluje že tretje leto zapored. Vsako leto je število sodelujočih večje, kar nas zelo veseli. Organizirali smo dve uri medgeneracijskih športnih iger, kjer so lahko otroci skupaj s svojimi dedki in babicami preizkusili svoje spretnosti. Ena aktivnost je potekala na podružnični

šoli Rudnik, druga pa na razredni stopnji, na Dolenjski cesti 20. Dejavnosti so bile prilagojene za vse sodelujoče, za to sta odlično poskrbeli naši profesorici športa, Maruša Bitenc in Barbara Begojev. Obiskala nas je tudi ekipa Simbioze, posnela celotno dogajanje in ugotovila, da so se sodelujoči super zabavali.

V lanskem letu smo pridobili tudi naziv Simbioza šola. S tem sporočamo vsem, da podpiramo medgeneracijsko sodelovanje, saj se zavedamo pomembnosti prenosa znanja s starejših na mlade. S sodelovanjem v tem projektu tudi bogatimo svojo ponudbo. Trudimo se vzgajati nove generacije, ki se bodo zavedale pomembnosti medsebojnega povezovanja.

Upam, da bomo skupaj gibalni tudi naslednje leto.



Srečanje jubilarov v Društvu upokoencev Krim Rudnik v letu 2016

Darja Perko, FOTO: Ljubo Baša

ČAS NEUMORNO TEČE OD OTROŠTVA PREKO MLADOSTNIH DO ZRELIH LET IN KAR NAENKRAT JE PRED NAMI JESEN ŽIVLJENJA. NA SPREHODE VODIMO ŽE VNUKE, PRAVNUKE, LETA POSTAJAJO DESETLETJA. V NAŠEM DRUŠTVU VSAKO LETO ČLANE, KI V TEKOČEM LETU PRAZNUJEJO SEDMO, OSMO, DEVETO DESETLETJE ROJSTVA, POVABIMO NA SREČANJE JUBILANTOV. POSEBNO SE POSVETIMO ČLANOM, KI SO PRESEGLI 90 LET.



V letošnjem letu častitljive okrogle obletnice praznuje 23 članic in 17 članov. Srečanja 14. oktobra 2016 se je udeležila večina povabljenih s spremljevalci.

Slavljenca je pozdravil g. Peter Ilenič, predsednik društva v svojem imenu, v imenu prisotnih članov Upravnega odbora društva in predsednika Območne zveze društev upokoencev Vič-Rudnik, g. Antona Slaka. Udeleženci srečanja smo se spomnili častnega člana društva, dolgoletnega predsednika, g. Maksa Močnika, ki letos praznuje 90 let. Z aplavzom smo mu poslali pozdrav in obžalovali, da se zaradi bolezni ni mogel udeležiti srečanja.

Na slovesnosti so v kulturnem programu popeljali slavljenca na prehojene stezice dosedanjega življenja člani Pevskega zbora društva s pesmijo in g. Stane Logar s harmoniko z venčkom znanih melodij. Prisotnim jubilarom je predsednik društva izročil priložnostno darilo z nageljčkom.

Jubilante stare nad 90 let, ki se zaradi starosti in bolezni kljub želji niso mogli udeležiti slovesnosti, so prostovoljke-cu društva obiskali na domu in jim izročili darila.





Srečanje jubilarov se je nadaljevalo s pogostitvijo in plesom ob prijetnih melodijah v izvedbi društvenega glasbenika. Starost in morebitne tegobe so bile pozabljene in slovesnost smo udeleženci zapuščali s prepričanjem, da dobra volja in prijetna družba dajejo elan za kvalitetnejše življenje. Organizatorji srečanja smo se vsem zahvalili za udeležbo in jih povabili, da

se pogosteje oglasijo v društvu, se udeležujejo raznolikih aktivnosti društva ali pa samo uživajo v klepetu z znanci v urejenih društvenih prostorih in okolici društva v objemu zelenega Golovca.

Izrazi so zapisani v moški slovnični obliki in veljajo za oba spola.

Blagoslov konj v Črni vasi

Konjerejsko društvo Barje in župnija sv. Mihaela sta sončno nedeljo, 25. 9., organizirala tradicionalni blagoslov konj pri mogočni Plečnikovi cerkvi v Črni vasi na Ljubljanskem barju.

Blagoslova se je udeležilo čez 30 konj raznih pasem, z vpregami ali pod sedlom, prevladovala je Slovensko hladnokrvna pasma, kar dokazuje, da je na Ljubljanskem Barju še vedno prisoten omenjeni konj, saj je na barju naravna danost za prehrano konj.

Uvodoma je vse prisotne pozdravil predsednik konjerejskega društva Barje, g. Marjan Trček in predal besedo gospodu župniku Mirkotu Simončiču kateri je opravil blagoslov, se zahvalil za prekrasno organizacijo in izrazil željo, da se prihodnje leto zopet vidimo.

Po blagoslovu so člani dolgo v popoldne prevažali gledalce in obiskovalce po prirejenem travniku za cerkvijo, posebej so na svoj račun prišli zlasti otroci, kateri so neizmerno uživali v vožnji in jezdenju čudovitih in lepo urejenih konj.

Krajani so zelo navdušeni nad tako prireditvijo zato naslednje leto nasvidenje, ob blagoslovu in praznovanju 20 letnice delovanja društva.

u.o.k.d.Barje



**KONJEREJSKO
DRUŠTVO BARJE**

Ljubljana, Ižanska cesta 303
Gsm: 041-60-22-11



Pilotski projekt »Z naturopatijo do zdravja«

mag. Andreja Tropan

V našem Dnevnom centru aktivnosti za starejše na Rudniku, smo konec februarja gostili priznano naturopatinjo Eriko Brajnik. Predavala nam je o pomenu pravilnega prehranjevanja in nam predlagala skupni projekt. Rečeno – storjeno. No, ja. Malo težav smo imeli že takoj ob pregledu jedilnika, saj je režim prehranjevanja razporejen na šest obrokov. Vsakemu je po glavi rojilo le to, koliko časa bo sedaj preživel v kuhinji in kako bo skuhal toliko različnih jedi. Odločila sem se, da kot povezovalni člen med projektno skupino in naturopatinjo, prevzamem vajeti v svoje roke in kot glavni motivator sama začnem s predpisanim načinom prehranjevanja. Počasi in z obilico smeha, saj nam je peka riževih palačink v začetku delala ogromne preglavice, smo osvojili osnove novega načina prehranjevanja. Celotna skupina se je med seboj bodrila, veliko pogovarjala in komentirala spremembe, ki so se dogajale z našim telesom in splošnim počutjem. Skupaj smo hodili na kontrole v Ajdovščino in Ljubljano, kjer nas je poleg naturopatinje pregledal tudi osteopat. Na vsakem pregledu smo dobivali dodatna navodila (spremenjen jedilnik, navodila za samomasazo in preslične kopeli, navodilo za gibanje). Vsakodnevno kuhanje nam ni več predstavljalo nekaj nemogočega, saj smo osvojili nekaj trikov, s katerimi smo si olajšali delo. Predvsem pa smo tekom mesecev izgubili kilograme, postali bolj gibljivi in imeli mnogo manj bolečin oziroma bili brez njih. Vse to nam je dajalo nov zagon, da smo vztrajali in vztrajali tudi takrat, ko se je okolici že zdelo, da malce pretiravamo, saj smo nekateri res vidno shujšali. Projekt smo tako uspešno izvajali, da smo s pomočjo naturopatinje sestavili 10 pravil za kvalitetnejše staranje, saj smo vse, kar smo zapisali, tudi sami izvajali, predvsem pa ponotranjili vsa zapisana navodila, po katerih sedaj vsak dan živimo. Pravila smo posredovali po vseh naših dnevni centrih aktivnosti za starejše, z namenom, da ima vsakdo možnost, da z upoštevanjem napisanega poskrbi za kvalitetnejše življenje.

Če vas zanima še kaj več o našem projektu, če potrebujete le motivacijo, da se lotite sprememb, pridite, naša vrata so za vas odprta vsak dan. Lahko pa se nam pridružite tudi na drugih aktivnostih, ki jih izvajamo v okviru programa DCA.

Več o naturopatiji pa si lahko preberete na <http://www.saeka.si/> ali v knjigi Naturopatski priručnik za samopomoč, avtorice Erike Brajnik.



10 pravil za kvalitetnejše staranje po naturopatskih načelih Erike Brajnik

1. **Redno gibanje - vsaj 20 minut dnevno.**
2. **Večerja naj bo zelenjavna.**
3. **Čez zimo uživaj stročnice.**
4. **Čez poletje ne uživaj kruha in svinjskega mesa.**
5. **Izvajaj preslične kopeli 1 x na teden vsaj celo zimo.**
6. **Uživaj sladko hrano samo do 9. ure.**
7. **Spij eno kavo na dan do 9. ure.**
8. **Vedno imej v hladilniku enolončnico.**
9. **Če te kaj boli, masiraj.**
10. **Pozimi si obleci volnena oblačila.**



V DCA Rudnik iščemo nove prostovoljce.

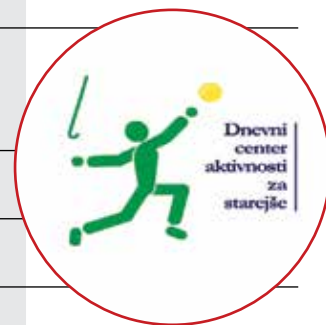
Vsi, mladi in stari, ki imate kakršnakoli znanja in bi jih delili z nami, vabljeni. Pokličite nas **01 427 12 21** ali nam pišite na rudnik@dca-ljubljana.org.

TEDENSKI SPORED AKTIVNOSTI

DNEVNI CENTER AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE - Pot k ribniku 3A

(Program sofinancira MOL in MDDSZEM)

ura	PONEDELJEK	ura	TOREK	ura	SREDA	ura	ČETRTEK	ura	PETEK
7.30 - 8.00	1000 gibov	7.30 - 8.00	1000 gibov	7.30 - 8.00	1000 gibov	7.30 - 8.00	1000 gibov		
8.00 - 9.00	TELOVADBA	8.00 - 9.00	TELOVADBA	8.00 - 9.00	TELOVADBA	8.00 - 9.00	TELOVADBA	8.00 - 9.00	TELOVADBA
9.00 - 10.00	TELOVADBA	9.00 - 10.00	TELOVADBA	9.00 - 10.00	ZGODOVINA	9.00 - 10.00	TELOVADBA	9.00 - 10.00	TELOVADBA
10.00 - 13.30	NAMIZNI TENIS	10.00 - 12.00	USTVARJALNE DELAVNICE	10.00 - 14.00	NAMIZNI TENIS	10.00 - 11.00	ZAČETNA ANGLEŠČINA 2	10.30 - 12.00	POGOVORNA SKUPINA
		10.30 - 12.00	ANGLEŠKA KONVERZACIJA	14.00 - 16.00	JOGA	11.00 - 12.00	ZAČETNA ANGLEŠČINA 1	12.15 - 16.00	NAMIZNI TENIS
10.00 11.30 13.00 14.30	RAČUNALNIŠTVO RAČUNALNIŠTVO RAČUNALNIŠTVO RAČUNALNIŠTVO	12.00 - 13.30	NADALJEVALNA ANGLEŠČINA			11.30 - 12.30	ZAČETNA ITALIJANŠČINA		
14.00 - 16.00	ASTROLOGIJA 28. 11.	14.00 - 16.00	NADALJEVALNA NEMŠČINA			12.30 - 13.30	NADALJEVALNA ITALIJANŠČINA		
16.30 - 18.30	PLESNI VEČERI Z DOLFETOM					13.30 - 15.00	LJUDSKO PETJE		
						13.30 - 16.00	NAMIZNI TENIS		



* Dnevni časopisi, revije, knjige in družabne igre so na voljo vska dan.

URNIK VELJA OD: 11. 11. 2016

Delovni čas: PON EDELJEK OD 7.00 DO 19.00 OD TORKA DO PETKA OD 7.00 DO 16.00

tel.: 01/ 427 12 21 e-mail: rudnik@dca-ljubljana.org www.dca-ljubljana.org

KAKO DO NAS? LPP št.3, postajališče Rakovnik (za Mercatorjevo modro stavbo, za bloki in garažami, v nizki rjavi leseni stavbi, poleg balinišča in nogometnega igrišča) tel.št.: 01/ 427 12 21 in e-mail: rudnik@dca-ljubljana.org



DEFIBRILATOR



**VABIMO VAS NA DELAVNICO
O TEMELJNIH POSTOPKIH OŽIVLJANJA
S PRIKAZOM PRAVILNE UPORABE DEFIBRILATORJA**

**v četrtek, 1. decembra 2016, ob 18. uri,
v sejno sobo ČS Rudnik, Pot k ribniku 20**

Defibrilator je naprava, s katero lahko rešimo človeku življenje ob srčnem zastoju! Predstavili vam bomo postopke oživljanja, dejavnike tveganja srčno žilnih obolenj ter naučili, kako defibrilator VARNO uporabljati.

Opravljali bomo tudi brezplačne meritve krvnega tlaka, sladkorja ter holesterola.

Prosimo vas, da svojo udeležbo sporočite v pisarno ČS Rudnik, 428 03 45 ali na mol.rudnik@ljublana.si



Mestna občina
Ljubljana



Območno združenje
Ljubljana

**VSTOP PROST -
PRISRČNO VABLJENI!**

Republiško orientacijsko tekmovanje

Tilen Kreft



Zadnji vikend v septembru smo taborniki iz vse Slovenije merili moči na vsakoletnem Republiškem orientacijskem tekmovanju (ROT), najzahtevnejšem taborniškem tekmovanju. Tokrat v Škofji Loki in njeni hriboviti okolici. Društvo tabornikov Rod podkovani krap sta zastopali kar dve ekipi, ena v kategoriji Popotnic (dekleta) in ena v kategoriji Grč (mešano).

Že v petek popoldne smo taborniki preplavili trg v središču mesta, ter s taborniško himno in nagovorom župana otvorili letošnje tekomovnje. Prvi izziv nam je predstavljal topografski test, kjer smo dokazali naše znanje o topografskih definicijah in znakih. Sledilo je še vrisovanje kontrolnih točk na zemljevid. Polni pričakovanj naslednjega dne smo se ulegli v spalne vreče in zaspali. A spanec ni trajal dolgo, saj smo nekatere ekipe s pričetkom orientacije začele že okoli 6 ure zjutraj. S kompasom in zemljevidom v roki smo se pogumno podali na pot. Ta nas je najprej vodila po megleni okolici, a nam ni preprečila uspešnega iskanja kontrolnih točk. Kmalu se je megla razblinila in pozdravilo nas je toplo sonce ter čudoviti razgledi. Na poti so nas čakale še razne naloge, kjer smo se preizkušali v znanju taborniških veščin. Narisati smo morali skico terena in kroki, signalizirali semafor s pomočjo signalnih zastavic, iz sušic in vrvi pa smo postavili signalni stolp. Taborniki smo vedno pripravljeni pomagati, kar smo dokazovali z znanjem iz prve pomoči. S pomočjo kompasa, podanimi azimuti ter razdaljami smo se podali še čez minsko polje. Po hribovitih vzponih in veliko prehojenih kilometrih, smo utrujeni, a z nasmehi



na obrazih prispeli na cilj. Ker smo to noč preživel pod zvezdami je bilo potrebno postaviti še bivač iz šotork in vrvi, zakuriti ogenj in skuhati golaž. Ko je bil ta končno skuhan so nebo že razsvetljevale zvezde, okoli nas je gorelo več kot 30 ognjev ostalih ekip, vzdušje pa je ustvarjal smeh več kot stotih tabornikov, petje in kitara. Čudovit prizor, ki se vsakemu taborniku vtisne v spomin. Naslednje jutro smo se zbudili v mrzlo jutro, ki ga je polepšal čudovit sončni vzhod. Na ramena smo si zopet nadeli nahrbtnike in se še zadnji dan podali na pot. Čez gozdove, potoke, po hribovih navzgor in klancih navzdol smo premagovali razdaljo za razdaljo in končno prispeli na cilj v Škofji Loki Tam nas je čakala še zadnja naloga - lokostrelstvo. Pred odhodom domov, je sledil še najpomembnejši del, razglasitev rezultatov. Krapci smo se letos odlično odrezali in osvojili 2. mesto v kategoriji Popotnic in 3. mesto v skupni razvrstitvi rodov.



Na Uršičevem štradonu 40 že skoraj leto dni deluje Center Motus. Cilj centra Motus je zagotoviti podpirne programe za razvoj kognitivnih in motoričnih spretnosti pri otrocih in odraslih s posebnimi potrebami –predvsem z učnimi težavami. Izvajamo diagnostično obravnavo (disleksija, učne težave...), treninge organizacije učenja ter drugih veščin, načrtovanje in prilagajanje izobraževanja ipd. V izvajanje programov vnašamo veliko gibalnih aktivnosti, saj je gibanje zelo pomembno za kvaliteten kognitivni in motorični razvoj. Poleg dela v notranjih prostorih uporabljamo tudi koncept "Zunanje učilnice". V nadaljevanju je opisanih nekaj najpogostejših programov, ki jih izvajamo.

Programi:

Specialno pedagoško in psihološko diagnostično ocenjevanje

Diagnostično ocenjevanje nam pomaga pri prepoznavanju otrok, pri katerih bi se lahko oz. se pojavljajo težave na področju učenja ali na drugih področjih funkcioniranja in razvoja.

Pri ocenjevanju sposobnosti uporabljamo formalne in neformalne oblike ocenjevanja s katerimi preverjamo tako otrokova močna področja kot področja, na katerih ima otrok primanjkljaje. Ocenjevanje lahko zajema širok nabor aktivnosti, kot so opazovanje učenca pri delu, izpolnjevanje vprašalnikov in ček-list, analiza otrokovih izdelkov, reševanje diagnostičnih testov in zbiranje drugih podatkov o otroku.

Na podlagi diagnostične ocene načrtujemo nadaljnje delo z otrokom, merjenje in spremljanje otrokovega napredka ter evalvacijo uspešnosti celotnega procesa dela.

Pri diagnostičnem ocenjevanju zajamemo pregled:

- Motoričnega razvoja (finomotorika, groba motorika, grafomotorika)
- Razvitost čutil in zaznavanje
- Pisanja
- Branja
- Računanja
- Spomina, pozornosti in koncentracije
- Razvitost govora in jezika
- Orientacijo v prostoru in času
- Stranskost telesa
- Socialno-čustvene in vedenjske značilnosti
- Splošno poučenost

Dodatna strokovna in učna pomoč

Vključuje dejavnosti, ki so namenjene premagovanju kognitivnih in motoričnih težav oz. primanjkljajev na področju učenja. Načrt izvajanja dodatne strokovne in učne pomoči se oblikuje glede na individualne potrebe. Le te se določijo na podlagi diagnostične ocene.

Karierno svetovanje

S poklicnim in kariernim svetovanjem posameznik pridobi ključne informacije, ki so pomembne pri načrtovanju njegove poklicne in karierne poti. Namenjeno je osnovnošolcem, srednješolcem, študentom in zaposlenim, ki načrtujejo svojo izobraževalno, poklicno in karierno pot ali si želijo novih kariernih izzivov.

Poklicno in karierno svetovanje vključuje psihološko diagnosticiranje, to je ocenjevanje posameznikovih osebnostnih značilnosti, vrednot, kariernih sider in prevzemanje ustreznih vlog v delovnem timu. Psihološkem diagnosticiranju sledi razgovor in svetovanje, s pomočjo katerega posameznik prepozna in poglobi razumevanje svojih potencialov, interesov, vrednot, delovnih navad ter osebnostnih značilnosti, kar je ključno za uspešno načrtovanje poklicne in karierne poti.

Gibalni razvoj

Pri otrocih in odraslih opazimo različne težave z gibanjem, orientacijo, ravnotežjem in koordinacijo lastnega telesa. Težave se lahko pojavijo zaradi različnih razlogov, katere pa združujemo v dve veliki skupini: prirojene in pridobljene telesne okvare. Posledica različnih okvar so težave pri gibanju ter različnih aktivnostih, ki gibanje vključujejo. Osebe imajo zato lahko težave pri pridobivanju šolskih znanj, športu kot tudi vsakodnevnih opravilih.

Za spodbujanje motoričnega razvoja otrok in odraslih izvajamo različne programe za:

- razvoj grafomotorike (pisanje, risanje)
- razvoj finomotorike (uporaba majhnih mišic npr. prstov, ki so potrebni za zapenjanje gumbov, sestavljanje sestavljanek, zlaganje kock ipd.)
- razvoj grobe motorike (ravnotežje, orientacija, koordinacija telesa – gibanje večjih mišičnih skupin, ki jih uporabljamo za hojo, tek, sedenje, plazenje, lazenje ipd).

Programe gibalnega razvoja izvajamo na odprtem prostoru v Kislaskute parku, kjer imamo urejen zunanji prostor, verjetno edinega take vrste v Sloveniji. To nam omogoča, da smo tudi med strokovnim izvajanjem programa lahko zunaj na prostem, kar daje uporabnikom drugačno izkušnjo ter večjo motivacijo za delo.

Nekaj najpogostejših primanjkljajev, s katerimi se srečujemo:

- težave pri branju in pisanju, disleksija
- razvojne motnje, ki se kažejo predvsem kot težave z gibanjem
- hiperkinetična motnja, motnja pozornosti (ADHD/ADD)
- motnje občutenja in senzorne integracije
- socialne in vedenjske motnje

Cilji srečanj

Pri izvajanju si zastavimo individualne cilje za vsakega posameznika, nekaj splošnih ciljev pa je odpravljanje primanjkljajev in izboljšanje sposobnosti pri:

- veščinah branja in pisanja
- fini in grobi motoriki
- pozornosti in koncentraciji
- zavedanju lastnega telesa in okolice
- komunikacijskih veščinah
- veščinah organizacije

**Za več informacij nas lahko kontaktirate na
info@center-motus.si oz. na 031 489 051.
Z veseljem vam bomo pomagali in svetovali.**

30. MTM KRG Narodni dom tudi tokrat obljublja zasedbo najboljših ritmičark sveta

KRG Narodni dom Ljubljana

V KRG NARODNI DOM SE ŽE Z VESELJEM PRIPRAVLJAMO NA JUBILEJNI, 30. MTM KRG NARODNI DOM LJUBLJANA, KI BO 15. IN 16. APRILA 2017 GOSTIL NAJBOLJŠE RITMIČARKE SVETA.

MTM KRG NARODNI DOM LJUBLJANA - mednarodno tekmovanje v ritmični gimnastiki - **je najstarejše in najbolj prepoznavno tekmovanje v Centralno Evropski regiji**, ki ga organizira Klub za ritmično gimnastiko NARODNI DOM LJUBLJANA že **30. leto zapored**.

MTM vsako leto gosti najboljše tekmovalke sveta - olimpijske in evropske prvakinje, svetovne prvakinje in podprvakinje. V letu 2016 smo gostili kar šest najboljših ritmičark sveta, udeleženk Olimpijskih iger v Riu, med njimi tudi zmagovalko Olimpijskih iger, Margarito Mamun.



Pozdrav iz 29. MTM (foto KRG Narodni dom)



Margarita Mamun, Zmagovalka 29. MTM in Olimpijskih iger 2016 (foto: Esther Teijera)

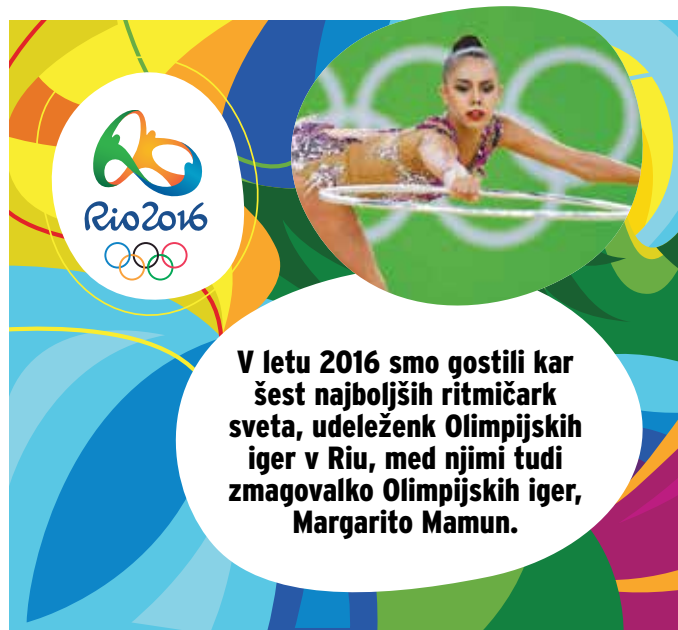


Izraelka Linoy Ashram, drugouvrščena v mnogoboju na 29. MTM (foto KRG Narodni dom)



od leve proti desni: Belorusinja Melitina Staniouta, Rusinja Margarita Mamun, Avstrijka Nicole Ruprecht in vrhovna sodnica tekmovanja Heide Bruneder (foto KRG Narodni dom)

Tudi za 30. MTM bomo organizatorji poskrbeli, da bo na tekmovanju nastopilo nekaj največjih zvezd tega športa kakor tudi celotna slovenska kadetska, mladinska in članska reprezentanca. Tekmovanje ne bo izjemno kakovostno samo po tekmovalni, temveč tudi po strokovni plati, saj bo vrhovna sodnica tekmovanja **Heide Bruneder**, predsednica tehničnega komiteja za ritmično gimnastiko pri Evropski gimnastični zvezi UEG. Ob njej bo za sodniški del skrbel tudi najboljša slovenska mednarodna sodnica **Špela Dragaš**.



V letu 2016 smo gostili kar šest najboljših ritmičark sveta, udeleženk Olimpijskih iger v Riu, med njimi tudi zmagovalko Olimpijskih iger, Margarito Mamun.

Tekmovanje bo potekalo pod okriljem **svetovne gimnastične federacije FIG, Gimnastične zveze Slovenije ter Mestne občine Ljubljana**.

30. MTM bo potekal v **Gimnastičnem centru Ljubljana**, v obliki **dvodnevnega tekmovanja**. Predstavilo se nam bo **preko 100 tekmovalk**. V soboto bo tekmovanje v mnogoboju (članice, mladinke, kadetinke, starejše deklice). V nedeljo pa bo finalni del tekmovanja, na katerem bodo sodelovale najboljših šest članic, mladink in kadetinj. Poskrbeli bomo tudi za atraktiven **gala program in sprejem po dogodku**.

Ritmičarke so se predstavile ob Dnevu Četrtni skupnosti Rudnik

V Klubu za ritmično gimnastiko Narodni dom Ljubljana smo se tudi letos odzvali povabilu k sodelovanju in predstavitvi našega kluba na dogodku Dan ČS Rudnik.

Obiskovalcem so ritmičarke predstavile ritmično gimnastiko, rekvizite, ki jih uporabljajo pri vadbi ter se predstavile s številnimi nastopi na zunanjem igrišču. Obiskovalci so lahko dobili podrobnejše informacije o klubu, vadbi in ritmični gimnastiki nasploh.



JU JITSU za mladostnike in odrasle

Mentor - sensei: Janez Mrak

Ponovno se javljamo z novicami o delovanju društva. 14. septembra smo po počitniškem dopustu ponovno pričeli z aktivno vadbo Ju-jitsu v obeh starostnih skupinah in sicer:



Šolska telovadnica v športni dvorani Krim:

Otroci: ponedeljek 18.10 – 18.55 in sreda 19.00 – 19.45

Odrasli: ponedeljek 18.55 – 19.45 in sreda 19.45 – 20.35

PŠ Rudnik: otroci sreda 15.15 – 16.00

OŠ Škofljica: otroci sreda in petek 15.10 – 15.55

Sedaj je čas, da postanete člani našega društva in s tem poskrbite za svoje aktivno pozitivno življenjsko obdobje. Ju-jitsu s svojimi tehnikami in načeli omogoča obrambo pred vsakim fizičnim napadom, izboljša vaše psihofizično stanje in vam v vsakem trenutku zagotavlja potrebno samozavest. Ravno tako pa tudi vaš prosti čas porabite za rekreacijo, kar vam bo v drugem življenjskem obdobju ohranilo gibčno telo, moč, hitrost in vašo psihofizično pripravljenost.



Našo večino smo predstavili s stojnico in prikazom na letošnji prireditvi Dan ČS Rudnik 2016, z našo stojnico smo bili na prireditvi Dan brez avtomobila, ki je potekal v sklopu projekta Evropski teden mobilnosti 2016. Na OŠ Škofljica smo imeli predstavitev za prvih pet razredov v okviru programa Zdrav življenjski slog.

Tak pozitiven pristop organizatorjev osebno pozdravljam, ker je na tem področju narejenega odločno premalo, saj gre na koncu koncev za vlaganje v dobro generacijo, ki prihajajo. Ta proces imajo namreč številne države po svetu že davno vpeljan v svoj vzgojno izobraževalni sistem državljanov.

Naša spletna stran na Facebook:
Ju-jitsu borilne veščine - ŠRD BOBER

Informacije tel.:
031 842 852 in 041 616 170
Mail: bober.jujitsu@gmail.com



Ustvarjanje združuje

Katja Benevol Gabrijelčič, podpredsednica društva

Društvo ustvarjalcev Poligilda je društvo, namenjeno vsem tistim, ki jim je ustvarjanje hobi, ter tistim, ki jim je delno ali v celoti poklic. Tisti, ki smo del ustvarjalnega sveta, vemo, da smo ustvarjalci nekoliko posebni ljudje in smo veseli, ko pri enako mislečih dobimo potrdilo, da naša posebnost ni nič nenormalnega. Tako lahko delujemo še bolje, saj vemo, da smo na pravi poti in ni z nami nič narobe.

Zato smo že ob ustanovitvi društva sklenili, da bomo pripravljali srečanja in organizirali delavnice domačih in tujih ustvarjalcev. Vemo, da je znanje največje bogastvo človeštva, in ko ga pridobimo, nam ga ni težko deliti z drugimi. Ker vemo, da so potrebe ljudi različne, so tudi naše delavnice raznolike.



Brezplačne delavnice za krajanje organiziramo v okviru dejavnosti ČS Rudnik. Te so raznolike, zato ker rade posredujemo zamisli in svoje miselne procese pri ustvarjanju ljudem, ki se z ustvarjanjem manj ukvarjajo, ki bi radi za ustvarjanje navdahnili otroke ali vnuke, pa tudi zato, ker skušamo na njih pokazati, kako uporabiti ali znova uporabiti razne predmete in drobnarije, ki se nam sčasoma naberejo doma, kako z njimi z malo truda in vloženega dela polepšamo svojo okolico in si naredimo

življenje prijetnejše.

Delavnice so namenjene predvsem odraslim, vendar jih smejo spremljati otroci, ki zmorejo slediti postopkom in navodilom, da bodo lahko staršem ali starim staršem pomagali pri ustvarjanju izdelka, ki je tema delavnice.





Na delavnici ČS Rudnik. (arhiv društva)



Delavnica na Info točki, ZPE2016. (avtor Doris Kodrič)

Občasno organiziramo tudi delavnice, namenjene izključno otrokom. Zagotovo vsako leto na dnevu četrtne skupnosti, letos smo čebelarsko delavnico izpeljali v okviru dogodkov Zelena prestolnica Ljubljana na Info točki pred Magistratom, otroke pa povabimo tudi na tematske delavnice med počitnicami.

Na delavnice večkrat povabimo tudi trgovino z ustvarjalnim materialom Rayher, kar zagotovo dobro vedo otroci, ki so jim na dnevu ČS poslikali obraze, pa tudi krajanke, ki so se udeležile delavnic, na katerih je Rayher sodeloval kot gost.

V okviru društva Poligilda delujejo in se še ustvarjajo podsekcije. Ena je Izdelovalnica malih umetnin, ki ima že dolgoletno tradicijo organiziranja delavnic za ustvarjanje nakita iz polimerne gline. Na teh je vedno zelo zabavno, pa tudi naučimo se ogromno.

V ustanavljanju je dislocirana podsekcija Melyn na Vrhniki, o kateri bomo lahko kaj povedali, ko bo zaživela.

Aja, o tujih ustvarjalcih da še nismo ničesar povedali? Nismo pozabili, nismo. Takega dogodka, kot je bil lanski Euro Clay Carnival, na katerem se je zbralo 80 ustvarjalcev z vsega sveta (od ZDA do JAR), predvsem pa seveda evropskih (od Španije do Češke), letos nismo organizirali, to pač ne gre vsako leto. Smo pa izpeljali zelo uspešno delavnico z nemško oblikovalko Jano Lehmann, na kateri smo ustvarili prečudovit in zelo natančno izdelan pisan nakit.

Upamo, da vas bodo fotografije premamile, da se nam čim prej pridružite, se morda česa naučite, predvsem pa se v naši družbi zabavate in se sprostite.

BREZPLAČNE

USTVARJALNE DELAVNICE

za krajanke ČS Rudnik in Ljubljančane,

MOL, ČS Rudnik, Ižanska c. 303, I. nadstropje

2016

Odrasli, od 18h do 20h

četrtek, 15. december Novoletni nakit



2017

Odrasli, od 18h do 20h

četrtek, 19. januar Izdelek v scrapbook tehniki
četrtek, 16. marec Pomladno cvetje
četrtek, 6. april Velika noč

Otroci, od 10h do 12h

sreda, 1. marec Počitniška delavnica za OŠ

Prijave/informacije *mail: poligilda.slo@gmail.com, telefon: 01/428-03-45*



Mestna občina Ljubljana
ČS RUDNIK



LJUBLJANA.
Zate.

Rayher.



Poligilda,
Četrtna skupnost Rudnik

VRTEC GALJEVICA IN OŠ OSKARJA KOVAČIČA

VABITA NA

PRAVLJIČNI DECEMBER

V ČS RUDNIK

ČETRTEK, 8. 12. 2016

15.00 OTROŠKI BAZAR

VRTEC, ŠOLA, ČS, PRED VRTCEM GALJEVICA

18.00 SAPRAMIŠKA

**PREDSTAVA UČITELJEV OŠ OSKARJA KOVAČIČA,
V DVORANI KRIM**

18.40 PLESNO RAJANJE

PLESNA ŠOLA MOJCE HORVAT, V DVORANI KRIM

19.00 OBDARITEV

ČS RUDNIK, V DVORANI KRIM



Za otroke do 2. razreda OŠ



**LJUBLJANA.
Zate.**