



SKUPAJ PIŠEMO ZGODBE NAJLEPŠEGA MESTA



ANŽE BITENC

KO SI DOMA REČETE,
DA BI RADI NEKAJ POČELI,
PRIDITE V GASILSKI DOM

Ljubljana

**Z UČITELJI OŠ SOSTRO SMO SPILI JUTRANJO KAVICO IN SE NATO SPET
USEDLI V ŠOLSKÉ KLOPI. V MUZEJU LUTK SMO SREČALI SAPRAMIŠKO. DA
BI SE OKREPČALI ZA PRAZNIK ŠPORTA, SMO ZA KOSILO POJEDLI CEVICHE.
STAROST JE LEPA, PRAVIJO ŽIVAHNI LJUBLJANČANI, KI IMAJO KONČNO
ČAS ZA SVOJE NAJLJUBŠE KONJIČKE.**

O ČEM PIŠEMO TOKRAT

Svet je tako pisan, raznolik in zanimiv, da se o njem učimo od prvega do zadnjega vdiha. Postopoma se širi od maminega objema do prvega potepa s poganjalčkom po ulici, samostojne poti v šolo, vožnje z avtobusom na popoldanske treninge, počitniških popotovanj z vlakom po Evropi in odkrivanja širnih prostranstev našega planeta. Tudi Ljubljana je svet v malem. Kadar se po njej sprehajate odprtih oči in radovedne glave, boste gotovo odkrili kaj novega, nenavadnega in zanimivega. Poleg tega pa to mesto vsakogar, ki je željan znanja in novih izkušenj, spodbuja na najrazličnejše načine. S prenovo osnovnih šol in vrtcev našim otrokom zagotavljamo varnost ter motivacijo za učenje in igro. Že od malega so jim v mestu na voljo raznovrstne dejavnosti za razvoj gibalnih sposobnosti. Ena od njih je balet. Ste mislili, da je samo lep? Vanj je v resnici vložene veliko discipline in trdega dela. Trdo delo se je obrestovalo tudi inovativnim in ustvarjalnim podjetnikom, ki v Tehnološkem parku Ljubljana ustvarjajo prihodnost. Morda so tudi oni imeli učitelje, kakršni so na OŠ Sostro. Med seboj se tako dobro razumejo, da se to prenaša na učence. Kadar seme znanja pade na plodna tla, raste vse življenje. V rubriki Staramo se vam predstavljamo nekaj nasmejanih in aktivnih posameznikov, ki tudi v zlatih letih uživajo v vsem, kar jim daje življenje. Nekomu zelenjavo za dobro kosilo, drugim čas za vaje z bendom, ki preigrava blues. Najlepše pa je tistim, ki imajo družbo. Te nam v Ljubljani ne manjka. Samo srce je treba odpreti, da prijateljstvo najde dom v njem.

Ljubljana

september 2025

Izdajatelj

Mestni svet Mestne občine Ljubljana, Mestni trg 1

Zanj

župan Zoran Jankovič

Uredniški odbor

Marjan Sedmak
(predsednik), Manuela Ela
Piškur (podpredsednica),
Maruša Babnik, dr. Tina
Bregant, Boštjan Koritnik

Odgovorni urednik

Nenad Senić

Pomočnica odgovornega urednika

Nina Kožar

Oblikovna zasnova

Špela Pfeifer

Izvedbeno oblikovanje

Maja Petrovič

Foto na naslovnici

Jernej Čampelj

Tisk

Salomon, d. o. o.

Naklada

133.786 izvodov

**Predloge, pohvale, kritike
ali le pozdrave pošljite na:**
revija.ljubljana@ljubljana.si

Glasilo Ljubljana
Mestni trg 1
1000 Ljubljana

Natisnjeno na okolju prijaznem
papirju. Glasilo brezplačno
prejme vsako gospodinjstvo v
Mestni občini Ljubljana.



ISSN 1318-797x



MILENA ŠTULAR

ustanoviteljica projekta Botrstvo

Opora drug drugemu

Ljubljančanka sem. Pravzaprav sem rojena Črnučanka. Ko se sprehodim od Maxija mimo svoje gimnazije, legendarne Šubičke, do Ljubljanice, mi je toplo pri srcu. Naša lepa prestolnica mi je vedno bila tudi navdih, doma in v pogosto neusmiljenem poslovnem svetu.

Prav v Ljubljani je ob podpori pravih ljudi moja ideja Botrstva postala zgodba o uspehu, ki traja že 15 let. Če se pošalim – takrat, leta 2010, je skupaj stopila Ljubljana v malem in z Anito Ogulin, ZPM Moste - Polje (danes Zvezo Anita Ogulin) ter z močno podporo Vala 202 je zamisel dobila krila in prerasla v največji vseslovenski humanitarni projekt. Ne verjamem v naključja, verjamem, da se vse zgodi z razlogom. Srečanje z Anito, predstavitev projekta Nataši Zanuttini z Vala 202, izmenjava izkušenj z Anitinimi sodelavci na ZPM Moste - Polje, združile so se naše različne kompetence, izkušnje, medsebojno zaupanje in spoštovanje.

Številke govorijo same zase. Več kot 14.000 otrokom je pomagalo več kot 10.000 botrov in skupno smo zbrali in razdelili neverjetnih 39 milijonov evrov. Iskrena hvala vsem, ki ste prepoznali ta projekt kot nekaj dobrega, botrom, donatorjem in mestu Ljubljana. Otroci so ob tej podpori lahko enakovredni sošolcem v svojem lokalnem okolju, najsi bo to v Ljubljani, morda na Primorskem ali v Prekmurju. Tako se lahko udeležujejo zunajšolskih dejavnosti, se udeležujejo v kulturi in športu ter krepijo svojo samopodobo in občutek pripadnosti.

Ljubljana v srednješolskem obdobju postane drugi dom tudi mnogim dijakom, a vse več si jih ne more privoščiti odhoda na šolanje v Ljubljano, ker so oskrbnine v dijaških domovih previsoke za marsikatero družino. Področje subvencioniranja dijaških domov še vedno ni urejeno, v dijaškem skladu Botrstva pa zaradi omejenih donatorskih sredstev ne moremo pomagati vsem. Žal in v opomin državi.

Ob hitrem tempu življenja vsak živi v svojem mehurčku. Tudi sama nisem zaznavala, da so okrog mene ljudje, ki se bojujejo s težavami vsakodnevnega preživetja, dokler nisem spoznala Anite, ki mi je predstavila razmere mnogih družin v državi. Ljudje, ki komaj shajajo, to zelo dobro skrivajo. Ker je Ljubljana upravno in poslovno središče države, se mi zdi, da je stigma še močnejša. Vendar tudi med nami prebivajo družine z nizkimi prihodki, njihovi otroci odrasčajo v pomanjkanju, čeprav starši delajo polni delovni čas. Tudi v Ljubljani se skrivajo starejše hiše, kjer živijo družine v majhnih, prenatrpanih stanovanjih brez ustreznih bivanjskih pogojev. Otroci teh družin so pogosto neopazni, ker hodijo v iste šole kot njihovi vrstniki, a nimajo enakih možnosti. Zato bi si želela, da v našem mestu prepoznamo stiske soljudi in da večkrat s preprostimi dejanji nekomu polepšamo dan.

Zame Ljubljana ni le prestolnica in moj rojstni kraj, temveč skupnost ljudi, ki verjamemo, da je prihodnost močnejša, kadar si stojimo ob strani. Upam, da tega zavedanja ne bomo izgubili.

Dežurna lekarna začasno na Metelkovi

V Lekarni Ljubljana so začeli prenovi Lekarne pri polikliniki, ki običajno zagotavlja 24-urno neprekinjeno preskrbo prebivalcev z zdravili. Ta je med prenovi odprta od ponedeljka do petka od 7.30 do 19.30. Izdaja zdravil poteka v spodnji etaži, nabor izdelkov pa je omejen na zdravila na recept in brez recepta ter osnovni sanitetni material.

Do nadaljnjega je 24-urno dežurno službo v Ljubljani prevzela Lekarna Metelkova v Zdravstvenem domu Metelkova na Metelkovi 9.



BREZPLAČNO cepljenje proti HPV za mlade do 26. leta.



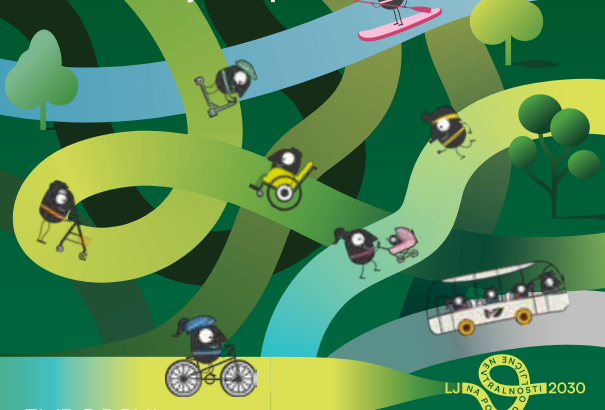
V Cepilni ambulanti ZD Ljubljana imate starejši od 15 let od septembra dalje priložnost, da opravite brezplačno cepljenje proti HPV.

ODLOČI SE DANES. ZAŠČITI SE ZA PRIHODNOST.



V LJUBLJANI JE MOBILNOST ZA VSE

Vedno izberi trajnostno pot.



EVROPSKI TEDEN MOBILNOSTI 16.–22. SEPTEMBER



Vabljeni na 10. Festival zdravja

6. septembra med 9. in 15. uro vas Lekarna Ljubljana vabi na Kongresni trg na 10. Festival zdravja. Brezplačni dogodek je namenjen vsem, ki se zavedate pomena zdravega načina življenja; s strokovnjaki se boste lahko pogovorili o ohranjanju in krepitevi zdravja, pravilnem jemanju zdravil, ohranjanju kognitivnih sposobnosti, ustrezni negi kože in zdravi prehrani ter brezplačno opravili številne preventivne meritve. Predstavili vam bodo tudi preventivne zdravstvene programe, temeljne postopke oživiljanja in vaje za dobro telesno pripravljenost.

Program festivala je objavljen na spletni strani lekarnaljubljana.si/festival-zdravja.



NA VABILO SE ODZOVITE

Nacionalni inštitut za javno zdravje in Zdravstveni dom Ljubljana v okviru evropskega projekta TOGAS vse vabljene spodbujata, da se odzovejo vabilu na preventivno presejalno testiranje za bakterijo *Helicobacter pylori*. S sodelovanjem lahko zmanjšate možnost za razvoj raka želodca in drugih resnih zdravstvenih težav.

ZBIRAMO PREDLOGE ZA NAGRADE MARJANA ROŽANCA

Na MOL do 8. oktobra 2025 zbiramo predloge za prejemnike nagrad Marjana Rožanca, najvišjih priznanj MOL na področju športa. Podelili bomo eno nagrado za športni dosežek v minulem letu in največ tri nagrade za delo v daljšem obdobju.

Celoten razpis je objavljen na spletni strani www.ljubljana.si/si/mol/razpisi-razgrnitve-objave, dodatne informacije pa dobite na Oddelku za šport s klicem na telefonsko številko 01/306 46 09.

Slovesna podelitev nagrad bo predvidoma v četrtek, 20. novembra 2025.

Bi razstavljali v prostorih MOL?

Če delujete na kulturno-umetniškem področju ali svoje ustvarjanje povezujete z družbenimi, urbanističnimi, promocijskimi in drugimi vidiki mestnega življenja, vas vabimo, da do 12. septembra prijavite svoj razstavni projekt na javni razpis MOL. Izbrana dela bodo prihodnje leto brezplačno predstavljena v razstavnih prostorih MOL.

Razstavljali boste lahko v Galeriji Kresija ali v Steklenem, Zgodovinskem ali Desnem atriju Mestne hiše.

Podrobnejše informacije o razpisu najdete na ljubljana.si/si/mestna-obcina/mestna-uprava-mu-mol/oddelki/oddelek-za-kulturo/razpisi/javni-razpis-za-izbor-razstavnih-projektov-za-predstavitev-v-prostorih-mol-v-letu-2026.

Zapisniki in magnetogramski zapisi sej Mestnega sveta MOL so objavljeni v rubriki Seje Mestnega sveta na ljubljana.si.



Vsak dan je piknik

Naj to ostane med nami, ampak zelo blizu mestnega središča je kotiček, kjer si lahko v miru oddahnate od napornih sodelavcev, živahnih otrok in družinskih obveznosti. Kavarna Lokus na Žabji ulici 17 ima namreč nekaj, česar nima noben drug lokal v mestu. To so piknik mizice na travniku, ravno prav oddaljene druga od druge, da lahko v tišini preberete knjigo (ali jo celo napišete), in ravno prav blizu, da še vedno lahko opazujete zanimive ljudi, ki pridejo tja na kavo, sladoled ali tortico. Ko sonce zaide za Koseški bajer, pa v Lokusu postane bolj živahno. Na njihovi terasi se ob pijačah vseh sort radi družijo prijatelji, ki si imajo veliko zanimivega povedati.



Obvezna oprema na pasjem sprehodu

Življenje s pasjim prijateljem je nekaj posebnega, poleg ljubezni pa s seboj prinaša tudi odgovornosti. Ena od njih je pobiranje kakcev na sprehodih. Večina pasjeljubcev dobro ve, da je obvezna oprema na vsakem sprehodu vrečka za kakce, ki polna »dišečih pasjih bombic«¹ tesno zaprta konča v najbližjem košku za mešane odpadke. Da bi se prav vsi pasji sprehajalci zavedeli pomena pobiranja pasjih kakcev, MOL v okviru kampanje Človek, čuvaj svoje mesto dvakrat letno pripravi akcijo deljenja pasjih vrečk na zelenih površinah, kjer je veliko sprehajalcev psov. Naslednja se bo začela konec septembra, ko boste na svojih poteh lahko znova srečali ekipo kampanje Človek s polnimi rokami pasjih vrečk.



Zgovorna preja

Zmotno je mišljenje, da so pletilke in klobčiči volne le za babice. O tem nas je prepričala Katarina Krajcar, ki je izročilo svojih prednic prenesla v sodobni modni svet in ustvarila lastno blagovno znamko Gaspari. »Zgodbe pripovedujem skozi unikatna, ročno izdelana oblačila,« pravi oblikovalka, ki ohranja kulturno dediščino rokodelskih tehnik. V sodelovanju z lokalnimi mojstricami krepi družbeno odgovornost in tudi do okolja ji je mar, kar dokazuje z uporabo naravnih materialov in sledenjem krožnemu modelu »zero-waste«. Njeni barviti in živahni kosi v pop-up trgovini Tvornica v Centru Rog na Trubarjevi cesti 72 ženske opogumljajo, da z oblačili izražajo pristnost in najgloblje občutke.



Počitnice na filmskem setu

Vprašajte mladince, ali poznajo filma Gajin svet 1 in 2, pa vam bodo zagotovo pritrdili, saj si je oba skupaj v kinu ogledalo več kot 160.000 gledalcev. Gotovo jih bo razveselila novica, da so ustvarjalci obeh uspešnic med počitnicami vnovič zagnali kamere in se lotili snemanja tretjega dela te romantične akcijske komedije, v kateri boste spet lahko gledali dogodivščine zdaj že najstniške Gaje, ki jo tudi tokrat igra Uma Štader. Režiser Peter Bratuša, ki je s Špelo Levičnik napisal scenarij, nam je o filmu, ki ga med drugim snemajo v Ljubljani, razkril le tole: »Upam, da bo do gledalcev prišlo sporočilo: nihče ni tako slab, da v njem ne bi bilo tudi nekaj dobrega.«



Zapore na Dunajski

URNIK ZAPOR

DO 15. 9.

Promet proti Bežigradu bo potekal po dveh pasovih, proti središču mesta pa po enem.

16. 9.–4. 10.

Promet proti Bežigradu bo potekal po dveh pasovih, proti središču mesta pa po štirih.

5.–18. 10.

Promet proti Bežigradu bo potekal po enem pasu, proti središču mesta pa po treh.

25.–28. 10.

Cesta bo zaprta za ves promet.

Med posameznimi fazami del bodo **pešci in kolesarji** preusmerjeni na pločnik na eni strani cestišča.

Med popolno zaporo za motorni promet bosta prehodna pločnika na obeh straneh.

K

o se na cestah izvajajo obnovitvena dela, se je nevšečnostim težko izogniti. Če želimo imeti sodobno infrastrukturo, ki nam omogoča kakovostno, predvsem pa varno premikanje po mestu, moramo torej sprejeti, da brez zapor cest ne gre. V Ljubljani je v teku več del na prometnicah, nekateri večji projekti prenov se bodo začeli tudi v prihodnjih mesecih, zato na MOL vse udeležence prosijo, naj bodo na odsekih, kjer potekajo dela,

previdni, še posebej pa strpni in potrpežljivi, saj bo po končanih delih uporaba cest prijaznejša za vse.

Še posebej to priporočilo velja za vse tiste, ki vas poti vodijo po Dunajski cesti, saj bo tam prihodnja dva meseca promet precej oviran. Verjetno se spomnite, da so lani na odseku med Trgom OF in Vilharjevo ulico prenavljali železniške tire nad voziščem. Ker so takrat namestili tudi nove

tire, zaradi česar je nadvoz širši, je zdaj treba poglobiti cestišče, da bodo pod nadvozom lahko neovirano vozila tudi višja vozila. Izvajalci del bodo cestišče znižali za približno 40 centimetrov, hkrati pa opravili še en pomemben poseg – uredili bodo odvodnjavanje, s čimer želijo preprečiti poplavljanje podvoza med obilnejšimi padavinami.

Dela bodo v prihodnjih dveh mesecih potekala v več fazah, ki se jim bodo

prilagajali tudi obsegi zapor, še posebej pa opozarjajo na zadnji konec tedna v oktobru, ko bo cesta tri dni zaprta za ves motorni promet; prehodna bosta le oba pločnika, tako da bo pot za pešce in kolesarje neovirana.

Lani so se vozniki in drugi udeleženci v prometu dobro pripravili na zaporo ene glavnih prometnic, ki vodi v središče mesta, pravočasno so izbrali druge poti do svojega cilja,

upoštevali priporočila MOL ter navdila policistov in mestnih redarjev. Zdaj je čas, da vsi skupaj to naredimo še enkrat. Če se le da, se v prihodnjih dveh mesecih izognite Dunajski cesti in izberite druge poti po mestu. Mor-da pa lahko namesto avta uporabite kolo, greste peš ali izberete javni prevoz. Predvsem pa vsi skupaj poskrbimo, da nas bodo vse poti srečno in varno pripeljale do cilja.



TAKO BO VIDETI PRENOVLJENA OŠ PRULE

531 šolarjev OŠ Prule bo večino letošnjega šolskega leta gostovalo v nadomestnih učilnicah, ki so jih zanje uredili v BTC in Vrtcu Galjevica.

Medtem ko bodo otroci pridno nabirali znanje na nadomestnih lokacijah, bodo njihovo šolo na Prulah 13 celovito prenovili. Pri tem bodo posebno pozornost namenili tudi statični in požarni varnosti. Učenci se bodo ob vrnitvi v šolo zagotovo še posebej razveselili nove telovadnice in prenovljenega šolskega igrišča.

Dela na OŠ Prule so se začela že med počitnicami, ko so porušili stari prizidek, v katerem je bila telovadnica, zdaj pa tam potekajo arheološka izkopavanja. Ta ne motijo pouka, zato so učence in učenci šolsko leto še začeli na svoji šoli, po jesenskih počitnicah pa se bodo preselili na dve nadomestni lokaciji. Učenci od prvega do četrtega razreda in en oddenek petega

razreda bodo šolanje nadaljevali v novem Vrtcu Galjevica, preostalih 288 učencev od petega do devetega razreda pa se bo preselilo v prostore, urejene v dvorani 10 v BTC. Tam jih bodo pričakali učilnice, kabineti za učitelje in drugi prostori, ki bodo omogočali nemoten potek dela.

Selitev učencev je vedno velik organizacijski in logistični zalogaj, ki se ga na MOL lotijo z največjo odgovornostjo, pri čemer so posebej pozorni tudi na varnost otrok. Za prevoze do nadomestnih lokacij in nazaj bodo skrbeli šoferji LPP, prostore za pouk športa so zagotovili v Javnem zavodu Šport Ljubljana: starejši učenci bodo telovadili v dvorani Športnega centra Ilirija, mlajši pa v dvorani Krim in na novem šolskem igrišču OŠ Oskarja Kovačiča. Na šoli bodo poskrbeli za organizacijo prehrane in za vse druge podrobnosti, ki so sicer samoumevne.

Ravnateljica šole Maja Mehle je poudarila, da je selitev tako velike šole, kot je njihova, zares velik zalogaj, zato je vesela, da je MOL našla takšno rešitev, ki jim bo tudi

v vmesnem času omogočala nemoteno delo. Zakaj je tako pomembno, da se vsi učenci, sploh na predmetni stopnji, selijo na eno lokacijo? »Pouka na predmetni stopnji ni mogoče izvajati na več kot eni lokaciji, saj učitelji prehajajo iz oddelka v oddetek. Ena lokacija nam omogoča tudi izvajanje izbirnih predmetov, lažje je organizirati nadomeščanja ter delo svetovalne službe in izvajanje strokovne pomoči. Enotavnejša je tudi logistika prevoza in razdeljevanja hrane,« je med prednostmi navedla ravnateljica.

MOL ima že kar nekaj izkušenj s selitvami učencev zaradi prenov šol. Prvo selitev so izpeljali že v šolskem letu 2014/15, ko so zaradi celovite prenove OŠ Vide Pregarc morali zagotoviti več nadomestnih lokacij, kjer je potekal pouk. Organizacija pouka na več lokacijah je bila zelo zahtevna, zato so v naslednjih letih iskali možnosti, da bi za posamezno šolo našli eno nadomestno lokacijo, kjer bi lahko izvajali pouk večjega števila učencev.

Kot najboljša rešitev so se izkazali prostori na območju BTC. Prvič so pouk tam organizirali v šolskem letu 2021/22, kamor so preselili učence OŠ Kolečija in OŠ Zalog, dve leti kasneje pa tudi učence OŠ Savsko naselje. Doslej je v BTC gostovalo že 72 oddelkov učencev s štirih osnovnih šol, letos pa sta MOL in BTC podpisala triletno pogodbo o sodelovanju, s katero sta zagotovila nadomestne prostore tudi za učence tistih šol, ki bodo za prenovo prišle na vrsto v prihodnjih letih. Učencem OŠ Prule bodo v prihodnjem šolskem letu sledili učenci OŠ Ketteja in Murna, saj je njihova stavba naslednja v vrsti za celovito prenovo.

OŠ Prule pa ni edina šola, na kateri trenutno potekajo obnovitvena dela. Na OŠ Milana Šuštaršiča gradijo novo telovadnico, na OŠ Oskarja Kovačiča novo šolsko igrišče, OŠ Danile Kumar energetska, požarno in potresno prenavljajo, v Centru Janeza Levca pa gradijo nov prizidek ter otroško in športno igrišče. Učenci teh šol se zagotovo že veselijo vseh novosti po končanih prenovah.

KO SE ŽIVLJENJE ZAČNE NA NOVO

Marsikdo se boji upokojitve in starosti, vendar vam lahko zagotovim, da je čas, ko gre človek v penzijo, lahko nekaj zelo lepega. Življenje je bolj umirjeno, upočasnjeno in brez stresov. So pa na jesen življenja zelo dobrodošli hobiji. Pomembno je gibanje, da ne olesenimo po nepotrebnem. Sprehodi, šport po zmožnostih, druženje s prijatelji, branje, učenje v ustanovah za tretje življenjsko obdobje. Karkoli, le v copatih ne ostanite ves dan in prikovani pred televizijski zaslon. Morda se tudi vam vam zaiskrijo oči ob predlogih za preživljanje prostega časa, ki jih nizamo na straneh pred vami.

Zelenjava iz sedmega nadstropja

V sedmem nadstropju stolpnice na Kersnikovi 10 se bohoti bogat zelenjavni vrt. Ne le na balkonu, tudi na zunanjih okenskih policah. Zanj skrbi upokojena agronomka Marijana Jakše, za prijatelje Janke. Vse ji lepo uspeva. »Če je vroče, zalivam dvakrat na dan.« Njen pridelek je zelo raznovrsten: paradižniki, kumare, stročji fižol, jajčevci, koromač, šparglji, korenje, nadzemna kolerabica, redkvice, radič, motovilec, rukola, česen, por, peteršilj in dišavnice: rožmarin, žajbelj, drobnjak, majaron, meta, timijan, melisa in bazilika. Kaj pa ptiči, delajo kaj škode? Kosi pozobajo jagode in tudi koromač. Vrane si rade odnesejo vejice žajblja, ko pletejo gnezda, med solato pa namečejo ostanke hrane iz smeti.



Božekako, dramski krožek za starejše

V Dnevnem centru aktivnosti za starejše na Tržaški 37, ki je eden od osmih v mestu, se vsak ponedeljek med 12. in 14. uro zbere dramski krožek Božekako. Vsi so starejši od 60 let. Njihovo druženje in ustvarjanje traja že deset let. Vodi jih Rudi Volk. Trenutno vadijo igro Resno moteni, ki jo je napisal Laurent Baffie. Osebe v igri, ki se med seboj ne poznajo, zamenjajo na psihiatra. Med pogovori ugotavljajo, da si lahko pravzaprav pomagajo sami. Druga predstava, ki jo pripravljajo, ima naslov Vaje v slogu, avtor je Raymond Queneau. Gre za bizaren dogodek v avtobusu, ki ga v originalni predlogi izvedejo v 99 različicah. V naši dramski skupini ga predstavijo v 20 variantah. S še nekoliko krajšo verzijo bodo septembra nastopili na Festivalu za tretje življenjsko obdobje.

**Nekdanji telovadci brcajo žogo**

Telovadke in telovadci z več koncev Slovenije, ki so na različnih orodjih trenirali v študijski telovadnici v Tivoliju, so po končani tekmovalni karieri ostali prijatelji. Petnajst jih je, nekaj jih šteje več kot 80 let. Več starejših fantov vsak teden najame telovadnico Športnega društva GIB na Drenikovi ulici 32, kjer brcajo žogo, potem se z ostalimi dobijo pri Stari pumpi na Prušnikovi ulici 56. Že 50 let tako na srečanjih obujajo spomine, kaj dobrega pojejo in popijejo, praznujejo rojstne dneve in se zabavajo. Enkrat na leto organizirajo piknik in tudi novoletno zabavo. Tokrat smo jih srečali na vrtu Gostilne Košir pod Šmarno goro. Med njimi je vsekakor najbolj prepoznaven Miro Cerar, ki je blestel na konju z ročaji. Olimpijci med njimi so še Janez Brodnik, Tine Šrot, Miloš Vrtič in Milenko Kersnič.

Glasba ne pozna starosti

EMŠO Blues Band ima zgodbo, dolgo 35 let. Člani so se vmes menjavali. Že ime benda pove, da gre za starejše glasbenike, le dva sta mlajša. Od tod tudi njihova priljubljena kletvica »j*** ti bypass mater«. V sedanji zasedbi igrajo Janc Galič (električna kitara), izjemno duhovit model, njegove šaljive domislice spremljamo na facebooku, Edo Sušnik (električna kitara), Emil Jimi Pock (vokal in kitara), Zoran Potočan (bas kitara), sicer tudi aktiven operni pevec, Martin Žvelc (klaviature), Marko Avanzo (bobni) in za več desetletij mlajši David Kobe (tolkala). Vaje imajo vsak teden ob sredah v tako imenovanem glasbenem mestu Detroit ob železnici v Mostah. Občasno še nastopajo, kolikor jim pač zdravje dopušča. Preigravajo glasbo s konca šestdesetih in iz sedemdesetih let.



Dame pod koši

Nekdanje košarkarice so leta 1990 ustanovile Košarkarsko društvo veterank Ljubljana, ki šteje 30 članic, med njimi je 12 še aktivnih. Imajo svojo spletno stran damepodkosi.si, kjer lahko izveste, kje so se spet izkazale in kaj je novega v njihovih vrstah. Tekmujejo na različnih turnirjih in tudi na svetovnih prvenstvih košarkaric veterank. Tri so stare rahlo čez 50, druge pa več kot 60 let, najstarejša jih šteje že 79. Predsednica in pobudnica društva je Marjana Bremec. V Messini na Siciliji sta z Meto Štoka leta 1968 pomagali na evropskem prvenstvu osvojiti srebrno medaljo za Jugoslavijo. Veteranke so bile že tudi svetovne prvakinja, v svoji kategoriji, seveda. Septembra se bodo začele pripravljati na turnir, ki bo novembra v španskem mestu Murcia. Treninge imajo enkrat na teden po uro in pol. Pol ure telovadbe, kjer sodelujejo tudi tiste, ki košarke ne zmorejo več igrati, potem se pa aktivne igralko mojstrijo v igri. Tako imenovani suhi treningi, druženje ob pijači, so na Koseški tržnici ob četrtek.





Skrb za starejše je zakon

Petro Boh, vodjo službe za dolgotrajno oskrbo in svetovalko za dolgotrajno oskrbo v Centru za socialno delo Ljubljana smo prosili, naj nam pojasni, kakšne novosti prinaša zakon o dolgotrajni oskrbi in kako se bo izvajal v praksi.

Zakon je vsekakor dobrodošel, saj se prebivalstvo stara, čakalne vrste za sprejem v domove starejših občanov pa se daljšajo. Posamezniki, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, bodo dlje lahko ostali v svojem domačem okolju, tistim, ki potrebujejo institucionalno varstvo, pa bo to finančno dostopno in dosegljivo. Zakon že velja, zaradi obsega pravil pa se bo uveljavljal postopoma. Oskrbovalci družinskega člana so že zdaj upravičeni do nadomestila za izgubljeni dohodek, v veljavi so tudi pravica do dolgotrajne oskrbe na domu, e-oskrba in pravica do storitev za krepitev in ohranjanje samostojnosti. Sredstva za dolgotrajno oskrbo zbiramo s prispevki, ki so obvezna oblika socialnega zavarovanja: zaposleni plačajo odstotek od bruto plače, prav toliko tudi delodajalec, upokojenci prispevajo odstotek od neto pokojnine, samozaposleni in kmetje pa dva odstotka od zavarovalne osnove.

Kdo vse je upravičen do dolgotrajne oskrbe na domu?

Do nje so upravičene polnoletne osebe s stalnim ali začasnim bivališčem v Sloveniji, ki so

zavarovane za dolgotrajno oskrbo. Gre za posameznike, ki zaradi starosti, invalidnosti ali poškodb potrebujejo pomoč pri vsakodnevni opravi, kot so oblačenje, osebna higiena, gospodinjska opravila in jemanje zdravil.

Kako poteka postopek za uveljavitev pravice do dolgotrajne oskrbe na domu?

Najprej je treba na pristojni enoti centra za socialno delo (CSD) pravilno izpolniti vlogo za uveljavljanje pravic do dolgotrajne oskrbe (objavljena je tudi na spletni strani **gov.si** v rubriki Dolgotrajna oskrba). Sledi obisk svetovalca za dolgotrajno oskrbo, ki se z vlagateljem pogovori o njegovih potrebah. Iz pridobljenih informacij CSD sestavi odločbo, v kateri posameznika uvrsti v eno od petih kategorij dolgotrajne oskrbe in pripravi načrt oskrbe.

Za kakšne kategorije gre?

V prvo kategorijo sodijo tisti, ki potrebujejo manj obsežno pomoč pri vsakodnevni opravi, odvisnost od tuje pomoči se potem stopnjuje do pete kategorije, v katero sodijo upravičenci, ki so povsem odvisni od tuje pomoči.

Koliko ur oskrbe na mesec pripada posamezniku?

Od 20 do 110 ur, odvisno, v katero kategorijo je razvrščen. Hkrati pa lahko uveljavlja še pravico do storitev za krepitev in ohranjanje samostojnosti, kot sta fizioterapija in delovna terapija. To je lahko dodatnih 12 do 48 ur letno, kar je prav tako odvisno od kategorije oskrbe.

Kaj pomeni e-oskrba?

To je oskrba na daljavo. Uporabnik ima pri sebi napravo – obesek, zapestnico ali posebno tipko, s katero lahko 24 ur na dan priključimo pomoč, če recimo pade, mu postane slabo ali kaj podobnega. Naprava je povezana s klicnim centrom.

Kdo bo izvajal oskrbo na domu?

Dolgotrajno oskrbo na domu bodo izvajali javni zavodi in koncesionarji, register izvajalcev pa vodi Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ).

Koliko vlog za uveljavljanje pravice do dolgotrajne oskrbe ste že prejeli?

Na CSD Ljubljana smo do konca avgusta prejeli več kot tisoč vlog za pravice iz dolgotrajne oskrbe, od tega več kot 600 za dolgotrajno oskrbo na domu.

Vse je lažje, ko smo skupaj



Stari in mladi imamo se radi

V Večgeneracijskem centru Skupna točka na Zaloški cesti 54, ki ga vodi koordinatorka Iza Tanjšek, imajo na programu izlete, športne dejavnosti, kemijske poskuse in kulinarčne delavnice, med šolskim letom pa tudi brezplačno učno pomoč. Tam nas je s širokim nasmeškom pričakala gospa Marija Petek. »Starejše meščanke se tukaj sestajamo ob torkih in četrtnih, da s telovadbo vzdržujemo gibljivost telesa, s pogovori pa bistrost misli,« je povedala upokojena medicinska sestra. Skupaj praznujejo rojstne dneve in druge praznike, najbolj pestro pa je, ko se mednje pomešajo otroci. »Rade jim povemo kakšno zgodbo, skupaj se poveselimo in pobrskamo po babičinih receptih. Nazadnje smo pekli palačinke in jabolčno pito.« Da sta bili sladici za prste obliznit, sta potrdila Adam in Lina. Bratec in sestra sta se v Ljubljano preselila iz Jordanije, zato jima druženje ogromno pomeni. »Zelo zabavno je spletati nova prijateljstva. Gospe, ki so veliko doživele, so polne modrosti. Za še bolj sproščeno vzdušje pa poskrbi Dule Radič,« pokažeta proti glavni zvezdi, navihanemu želvaku, ki obožuje radič.



Druženje je blagoslov za starejše in njihove svojce

»Bliža se 1. oktober, mednarodni dan starejših, ki je priložnost, da kot skupnost znova premislimo, kakšno vlogo imajo starejši v našem mestu,« nas poziva Ana Višnikar, ustanoviteljica Družabnika. Ideja o profesionalnem družabništvu se je diplomirani pravnički porodila iz osebne izkušnje, ko je pustila službo, da bi lahko v zadnjem življenjskem obdobju skrbela za bolna starša. Od takrat svoje znanje in srčnost prinaša v domove drugih starejših ljudi. Poslanstvo je našla v zagotavljanju čustvene opore ter ohranjanju socialne povezanosti, samostojnosti in občutka vrednosti pri upokojencih. »Družabništvo razbremeni tudi njihove svojce,« poudari med obiskom pri svoji varovanki v DSO Tabor. Gospa Helena pristavi, da ji Anina bližina ogromno pomeni, ko z dotikom in kreativnimi domislicami spodbuja njene kognitivne sposobnosti. »Neskončno sem hvaležna vnukinji Hani, da naju je povezala,« se razneži in ponosno pokaže njune likovne izdelke.



Nasmejani sostanovalki

Prav završalo je od dobre volje na cve-točem balkonu DSO Fužine. Z njega sta nam mahali ljubeznivi dami s sveže urejenima pričeskama. »Imam osebno stilistko,« se je pohvalila gospa Eva Berčič in pokazala proti sostanovalki Mariji Golob. »Moda je moja strast. Obožujem barve in nakit, ki ga že od nekdaj z vso strastjo izdelujem sama,« ji je pritrdila upokojenka v rdeči bluzi. S selitvijo v dom sta vnovič zaživele, saj je to pomenilo konec osamljenosti. Obema je odleglo, da se odlično razumeta, kar je ključ do umirjenega in složnega sobivanja. Radi se pogovarjata in zatopita v ročna dela, Ljubljanka z biserno ogrlico pa svojo prijateljico večkrat popelje tudi na sprehod in kavico. »Čas si krajšava s šalami in čakanjem na obiske,« raztegne usta v prešeren nasmešek, medtem pa 95-letna Marija v naročje vzame plišastega kužka. »Miško naju čuva. Eva je vključena v veliko dejavnosti, zato jo včasih podražim, da ji, če bo prišla prepozno v sobo, ne bom odklenila vrat,« jo prikupno zbode. Življenje brez humorja je pusto, pravita in si s hvaležnostjo oddahneta, da se lahko v varnem in vedrem okolju prepustita vsemu lepemu, kar je še pred njima.

UMETNOST, KULTURA IN DOBRA DRUŽBA



Muzej in galerije mesta Ljubljane upokojence vabijo k vpisu v Srebrni abonma MGML, ki je odličen način za ustvarjalno preživljanje prostega časa, razgibavanje radovednih možganov in spoznavanje novih prijateljev. Vsako sredo ob 10. uri se boste lahko odpravili na vodeno popotovanje skozi raznolike razstave, razpravljali o videnem in si izmenjali vtise z novimi znanci, poleg tega pa si boste bogato dediščino in sodobne umetnine v mestnih galerijah in muzeju lahko kadarkoli lahko ogledali tudi samostojno. Ugodnejše vstopnice bodo na voljo tudi vaši družini in prijateljem. Več informacij o abonmaju je objavljenih na spletni strani mgml.si, svoje mesto pa si lahko rezervirate na e-naslovu prijava@mgml.si. Prvo srečanje bo 1. oktobra v Mestnem muzeju Ljubljana na Gosposki ulici 15.



Mladinsko za upokojence

Tudi v najlepših letih si je tu in tam dobro privoščiti malce teatra. V Slovenskem mladinskem gledališču so abonma Gledališče ob petih, ki ga pripravljajo s Slovensko univerzo za tretje življenjsko obdobje, posvetili medgeneracijskemu povezovanju upokojencev, študentov in dijakov. Vse abonmajske predstave – Boško in Admira, 1974, Inkubator, 55. člen in še ena po lastni izbiri – so na sporedu med tednom ob 17. uri, po ogledu pa se boste o njih pogovarjali z ustvarjalkami in ustvarjalci. V abonma se vpišete pri gledališki blagajni Mladinskega na Vilharjevi cesti 11 ali v prodajni galeriji Mladinskega na Trgu francoske revolucije 5. Več o sporedu pa lahko preberete na spletni strani mladinsko.com.

Filmi in čaj

Povabilo v kino je nekdanj pomenilo nekaj več kot le skupen ogled zgodbe na filmskem platnu. To je bilo tudi vabilo na pijačo, klepet, spoznavanje, povezovanje. To lepo tradicijo Kinodvor ohranja z abonmajem Filmska srečanja ob kavi. Ob sredah ob 10. uri si ljubitelji sedme umetnosti in kina v tretjem življenjskem obdobju skupaj ogledajo film, nato pa se v dvorani pogovarjajo z zanimivimi gosti. Na izbiro je tudi abonma ob 15. uri, a brez pogovora v živo, lahko pa si posnetke pogovora predvajate na spletu. Ob tem sta v obeh abonmajskih terminih obiskovalcem eno uro pred projekcijo v kavarni Kinodvora na voljo brezplačna kava ali čaj. Vpis v abonmaja se bo začel 24. septembra na blagajni Kinodvora na Kolodvorski ulici 13. Več informacij najdete na spletni strani kinodvor.org.

Vsi na F3ŽO!

Festival za tretje življenjsko obdobje, ki ga gosti Cankarjev dom, meščanke in meščani v najlepših letih zelo dobro poznajo. Vsako leto si pravočasno označijo festivalske tri dni, da ne zamudijo priljubljene prireditve, ki je namenjena prav njim. Letošnji festival bo od 30. septembra do 2. oktobra.

Pomena zagotavljanja kakovostnega in aktivnega življenja v tretjem življenjskem obdobju, ohranjanja socialnih stikov in samostojnosti se zavedajo tudi na MOL, zato se na festival dobro pripravijo. Na svojem predstavitvenem prostoru predstavijo celoten nabor aktivnosti, projektov in ukrepov, namenjenih starejšim, ki jih sicer izvajajo vse leto. Mirno lahko rečemo, da ima MOL na festivalu osrednjo vlogo, na njihovem predstavitvenem prostoru v prvem predverju Cankarjevega doma na Prešernovi cesti 10 se ves čas nekaj dogaja, zato je tudi polno obiskovalcev, ki jim prijazni sodelavke in sodelavci MOL ter javnih podjetij in zavodov postrežejo z različnimi informacijami. Med drugim o različnih stanovanjskih rešitvah, ki jih starejšim ponuja Javni stanovanjski sklad MOL, o možnostih, ki jih zagotavljajo v javnem podjetju LPP, pa o izobraževanjih Javnega zavoda Cene Štupar ter o brezplačnih in drugih športnih programih, ki so v prvi vrsti namenjeni prav njim. Poleg predstavitvenega prostora MOL se samostojno predstavljajo tudi Zdravstveni dom Ljubljana, Lekarna Ljubljana in Zavod za oskrbo na domu Ljubljana, ki nosijo osrednji del skrbi za zdravje in socialno varstvo v našem mestu.

Ob dogajanju v Cankarjevem domu na MOL vsako leto pripravijo tudi zanimiv spremljevalni program, ki poteka vse tri dni festivala (program spremljevalnega programa je na zadnji strani revije). Med obiskovalci je morda manj znan, zato vas še posebej vabimo, da si vzamete čas tudi za katero od teh aktivnosti, ki so prav tako brezplačne. Za ljubitelje kulture in zgodovine našega mesta bodo kot nalašč vodeni ogledi razstav Muzeja



VZEMITE SI ČAS ZA ŠTEVILNE BREZPLAČNE AKTIVNOSTI SPREMLJEVALNEGA PROGRAMA FESTIVALA.

in galerij mesta Ljubljana ter Mednarodnega grafičnega likovnega centra. Svoja vrata bosta brezplačno odprla tudi Kinodvor, kjer vas vabijo na ogled filma, ter Lutkovno gledališče Ljubljana, ki pripravlja lutkovno predstavo. Turi zem Ljubljana vabi na vodene ogled Plečnikove Ljubljane in parka Tivoli ter na spoznavanje znamenitosti mesta na krožni vožnji z mestnim avtobusom v družbi vodnika. Izberete lahko tudi voden ogled Plečnikovih Križank ali njegovega domovanja v Trnovem.

Del spremljevalnega programa organizirajo tudi v dobro poznanih dnevnih centrih aktivnosti, kjer za program skrbi Mestna zveza upokojencev Ljubljane.

Tam se boste med drugim lahko udeležili risanja mandal, vadbe joge in pila-tesa ter različnih ustvarjalnih delavnic. Delavnico izdelave naravne kozmetike za starejše pripravljajo tudi v Centru Rog, pri spremljevalnem programu pa sodeluje še Humanitarno društvo Nikoli sam. Vabi vas na predstavitev programov, ki jih sicer vse leto izvaja v četrtih skupnostih. Čas festivala bo ravno pravi tudi za obisk Mestne knjižnice Ljubljana, saj bodo v nekatere enotah potekali različni programi za starejše.

Za nekatere dogodke v spremljevalnem programu izvajalci že zbirajo prijave, zato ne odlašajte in se prijavite čim prej. Celoten spremljevalni program Festivala za tretje življenjsko obdobje je objavljen na spletnih straneh ljubljanasi.si in f3zo.si/mol-program, med festivalom pa ga boste našli tudi v Cankarjevem domu.

Kavica pred začetkom pouka

Misel na začetek šole marsikoga spravi v slabo voljo, saj naj bi to pomenilo konec počitniške svobode in vnovičen začetek trdega dela s kupom obveznosti, ki učencem povzročajo tesnobo, učiteljem pa sive lase. Zato je pravo veselje pokukati v Osnovno šolo Sostro na Cesti II. grupe odredov 47, ki skupaj s podružničnimi šolami pokriva šolski okoliš Četrtna skupnosti Sostro. Tam že ob vstopu v novo šolsko leto vlada prijetno in veselo vzdušje. Zagotovo predvsem po zaslugi učiteljskega kolektiva, ki se zaveda, kako pomembni so dobri medsebojni odnosi.

»Smo ena večjih šol v Ljubljani, ki je hkrati mestna in primestna. Ker imamo dobre delovne pogoje in motiviran kader, lahko šolarjem ponudimo več. Vsako leto učence vseh razredov peljemo na številne tabore in šole v naravi, na voljo jim je pester nabor dejavnosti, natečajev in prireditev. Radi se udeležujejo tudi tekmovanj, kjer dosegajo odlične rezultate. Menim, da dobro šolo naredi dober kolektiv – naš je izvrsten. Gotovo je tudi to eden od razlogov, zakaj je naša šola drugačna,« razlaga učitelj razrednega pouka Blaž Bašič.

»Če me kdaj različne težave v službi utrudijo, je kolektiv tisti, zaradi katerega ostajam na OŠ Sostro,« pravi knjižničarka Mojca Kastelic. »Prijazni, podporni in pristni odnosi ne rastejo kar sami od sebe in se jih ne da kupiti, lahko pa pripomorejo k lažjemu premagovanju ovir, ki jih srečamo na naši profesionalni poti,« meni Natalija Panič, učiteljica domovinske in državljske kulture in etike, slovenistka Renata More pa dodaja: »Na naši šoli nas že na pragu pozdravijo prijazni nasmehi, pozitivne misli in naklonjenost. Drugačnost nas bogati in povezuje v barvit in pisan šopek ljudi, ki si dopušča biti samosvoj in drugačen, pa vendar diši po enotnosti.«

Dobri odnosi med učitelji pa vplivajo tudi na počutje učencev. »Verjamemo, da dober tim ustvarja dobro učno okolje, zato veliko vlagamo v medsebojne odnose in odkrito komunikacijo. Ta povezanost se odraža v odnosu do učencev. Želimo si, da bi se vsak posameznik počutil vključen, sprejet in pomemben. Naša šola ni le prostor učenja, ampak tudi prostor varnosti, spoštovanja in skupne rasti,« pravi Marko Šosterič, učitelj športa.

V njihovi šoli se stvari pogosto lotevajo malo drugače. »Šolska telovadnica postane velika spalnica vsem šestošolcem. Podstrešni večnamenski prostor na pomladni večer prižge bralno lučko zaljubljenim v besede. Po hribih okrog šole merjasci in planinci ubirajo svoje poti. V šolski kuhinji pripravijo najboljše kremšnite. Jeseni tradicionalno zadiši po kostanju. Učitelji in devetošolci se pomerijo v nogometu in odbojki. Za pusta se našemimo vsi, decembra pa oblečemo božične puloverje. Da o valentinovih pisemcih in glasbenih željah sploh ne govorim,« našteva Katarina Leban Škoda, učiteljica slovenščine.

Seveda v vsaki skupini pride tudi do trenj, ampak Renata More pravi, da so se pri njih vedno dobro razumeli, »saj je medsebojno sodelovanje nalezljivo, morebitni poskusi razdora pa hitro poniknejo v osamo.«

Učitelji dan vedno začnejo z jutranjo kavo. »Aristotel je rekel, da odličnost ni enkratno dejanje, ampak navada. Jutranja kava je naša navada, z njo tkemo odlične odnose, ki dobro vplivajo na delovanje šole. Spijemo jo na hodniku za mizo, kjer so nekoč dežurali učenci. Tako so naši odnosi na vpogled vsem učencem in ostalim obiskovalcem šole,« pojasnjuje Jerneja Osredkar, učiteljica angleščine in francoščine. Na vprašanje, o čem se pogovarjajo ob kavi, pa Vid Tiliha, učitelj geografije in zgodovine, odgovarja: »Zagotovo rešujemo aktualne težave, se pogovarjamo v novostih, dogajanju v svetu, športu, vedno pa se tudi nasmejimo dobrim šalam, ki padajo tudi na naš račun.«

DOBRI ODNOSI MED UČITELJI VPLIVAJO NA POČUTJE UČENCEV.



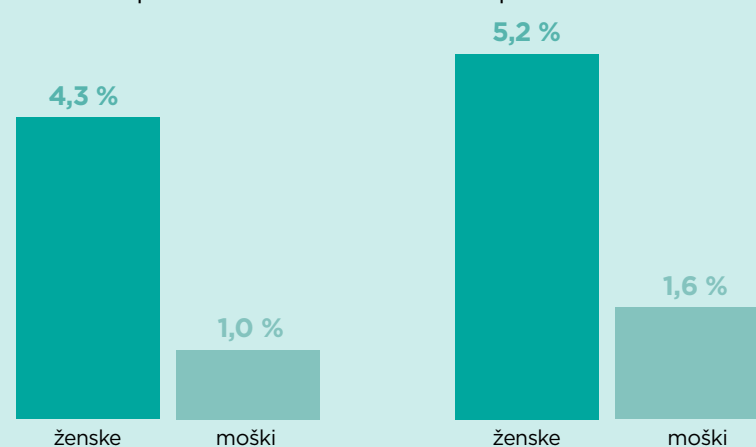
Pomoč žrtvam spolnih zlorab

19,3 % oseb med 18. in 74. letom je v odraslosti vsaj enkrat doživelo grožnjo s fizičnim oziroma spolnim nasiljem ali dejansko fizično oziroma spolno nasilje.*



9,5 % žensk je do svojega 18. leta najmanj enkrat doživelo vsaj eno vrsto spolne zlorabe vsaj pet let starejše osebe.

Število oseb, ki so v otroštvu vsaj enkrat doživele spolno zlorabo:



Storilci spolne zlorabe so bili največkrat družinski člani, ožji sorodniki ali sosedje.

Vira: Razširjenost in značilnost spolne zlorabe v otroštvu v Sloveniji (Metka Kuhar in Darja Zaviršek, Revija za kriminalistiko in kriminologijo, 2023), *Eurostat, Violence experienced by total population (2021)



MAJA PLAZ

predsednica Društva SOS telefon za ženske in otroke – žrtve nasilja

Kako leta 2025 brez strahu spregovoriti o spolnem nasilju?

Odgovor je: skoraj nemogoče. Se kdaj vprašamo, ali je prav, da je žrtve strah in sram prijaviti gnusno dejanje, ki na grob način poseže v telesno in duševno integriteto? Je prav, da javnost po pravilu dvomi o njihovi izpovedi? Ko ženska doživi spolni napad, se nanjo usujejo očitki in dvomi. Zakaj je šla tja, zakaj je zaupala, zakaj je pila, lahko bi prepoznala nevarnost ...? Saj so nas že mame učile, na kaj vse moramo paziti, da se nam kaj ne zgodi. Če ne upoštevamo pravil, sledi kazen – v obliki spolnega nasilja.

Po več desetletjih delovanja na področju preprečevanja nasilja nad ženskami, otroki in družbo nasploh se nam zastavlja vprašanje, kaj delamo narobe, da se nič ne spremeni. Kot da nismo premaknili ničesar, kot da ni bilo zakonov, sistemskih sprememb, delovanja na področju preventive (ki ga je še vedno absolutno premalo), mednarodnih dokumentov, statistik, ki kažejo, da vsaka tretja ženska doživi eno od oblik spolnega nasilja, posilstvo pa (morda) prijavi vsaka dvajseta. Žrtve nasilja spodbujamo k takojšnji prijavi. Kaj pa se zgodi po tem?

Žrtev je v sodnem postopku, če do njega sploh pride, razčlovečena, napadena z vprašanji ohrambe, ki sploh ne sodijo v postopek, vendar jih nihče ne ustavi. Zgodi se, da je žrtev v sodni dvorani sama, brez podporne osebe. Ker gre za pregon po uradni dolžnosti, običajno pride na pričanje brez zagovornika, prepuščena na milost in nemilost vprašanjem, ki jih lahko postavlja tudi obdolženec.

Ženska izziva – ker je šla k nekomu domov na zabavo, opravljala svoje delo v službi, hodila po ulici, oblekla krilo, ki je izzvalo poželjenje pri posiljevalcu. Karkoli je lahko razlog, da se posiljevalec odloči, da bo posilil. Nasilje je vedno zloraba moči. Razlog niso hormonske spremembe pri fantih, kot si je nekdo drznil zapisati celo v obrazložitev sodbe. Razlog ni, da nekdo poskuša pripeljati športnice do najvišjih odličij. Razlog je zloraba moči. Ker lahko. Dejanja lahko celo posnamejo in pošljajo posnetke naokrog, pa se jim ne zgodi nič. Ker jih tega (na)učimo z našimi odzivi na spolno nasilje. Kaj nam pa morejo, so rekli, pa so šli in posilili dekle.

Če imajo srečo, žrtvam ostane podpora bližnjih. Kajti včasih tudi oni zatajijo. Težko je verjeti, da je (spolno) nasilje izvajal nekdo, ki ga poznamo in ima morda celo neko družbeno moč. Morda učitelj, duhovnik, trener. Morda družinski prijatelj ali oče. Nekdo, ki mu nikoli ne bi pripisali, da je zmožen česa takega.

Če bi lahko, bi vam v Društvu SOS telefon odprle vrata v notranji svet, ki ga doživljajo žrtve, ko najprej poskušajo preživeti samo dejanje, nato pa še udarce družbe, ki jih ne podpre, jim ne verjame, jih omalovažuje in daje moč storilcem.

POMOČ OBSTAJA. MI VAM BOMO VERJELI IN VAS PODPRLI.

Ker tega ne moremo, smo njihov glas. SOS telefon za ženske in otroke – žrtve nasilja deluje 24 ur 365 dni v letu. Pokličite nas na številko 080 11 55. Pomoč obstaja. Mi vam bomo verjeli in vas podprli. Tudi na poti skozi postopke, kolikor bo le v naši moči. Včasih nas je premalo in ne zmoremo iti povsod z vami. Vedno pa vas pričakamo z vso podporo, ki jo lahko ponudimo. Nismo edini. Na srečo v Sloveniji obstaja več nevladnih organizacij, ki lahko pomagamo. Ne bomo se prenehali boriti, da bi bili postopki bolj prijazni do žrtv. Strah, odgovornost, sram, občutki krivde – se morajo končno preseliti na drugo stran, na stran storilcev.

Veliko pogumnih žensk in tudi moških odprto govori o svojih izkušnjah. Zaradi stigme raje ostanejo anonimni. Odgovornost družbe, države, pa je, da jih ne poteptamo še enkrat. Izrekamo vso podporo žrtvam, ki ste se odločile dati prijavo spolnega nasilja, in smo tukaj za vas.



MOJCA SEČKI

strokovna sodelavka ZPMS pri nacionalni mreži TOM telefon za otroke in mladostnike

Besede, ki jih je težko izreči, in uho, ki posluša

Zazvoni telefon. »TOM telefon tukaj, kako ti lahko pomagam?« Vsak klic na TOM je nova zgodba. Svetovalci nikoli ne vemo, kdo bo na drugi strani in zakaj kliče. Včasih gre za vsakdanje skrbi, drugič za kaj lepega, tretjič za tiho bolečino, ki je dolgo ostajala brez besed.

Med številnimi klici, ki jih sprejemamo vsak dan, so tudi takšni, ob katerih ti zastane dih in te stisne v prsih. Stisne od čustev, odgovornosti in predvsem spoštovanja do poguma, da nekdo sploh spregovori o tem, kar se mu dogaja. Eden takšnih trenutkov je, ko otrok ali mladostnik spregovori o spolnem nadlegovanju ali nasilju. Ni važno, ali gre za neprijetne dotike, zbadanja, opazke ali posnetke, ki jih nekdo razširja brez njegovega dovoljenja, tak pogovor vedno nosi težo, ki je ni mogoče opisati z besedami.

Spolno nasilje močno vpliva na telesno in duševno zdravje. Žrtve pogosto spremlja mešanica občutkov, kot so zmeda, sram, nelagodje, krivda. Nekatere se prepričujejo, da »samo pretiravajo« in da »ni tako hudo«. Pogosto ne vedo, kako poimenovati, kar doživljajo, ne vedo, da je to nasilje. Nekatere klicatelji so prepričani, da so sami krivi, ker so bili tihi ali se niso branili. Vse to so povsem naravni občutki in odzivi na spolno nasilje, a prav ti pogosto otežijo pogovor o tem, kaj se je zgodilo. Kako poveš, da ti je nekdo storil nekaj, česar nisi želel, če še nisi prepričan, kaj natančno se je zgodilo? Če nisi prepričan, da ti bodo verjeli? Če se sprašuješ, ali te sploh kdo lahko razume? Kje sploh začeti?

Takrat lahko podporo ponudijo prstovoljke (in prstovoljci), usposobljene svetovalke na TOM-u, telefonu za otroke in mladostnike. TOM je anonimna svetovalna linija, saj se je včasih lažje zaupati nekomu, ki te ne pozna. Nekomu, ki je na drugi strani slušalke ali zaslona, te ne vidi, a te posluša in pokaže, da nisi sam. Ob poslušanju otrokove zgodbe lahko svetovalka začuti mešanico šoka, žalosti, jeze in močne želje, da bi izbrisala njegovo bolečino. A ve, da mora ostati mirna in zbrana, ker otrok v tem trenutku potrebuje nekoga, ki bo lahko ob njem. To ni trenutek za ponujanje rešitev, razlag ali besed, kot so »vse bo v redu«.

VČASIH JE LAŽJE ZAUPATI NEKOMU, KI TE NE POZNA.

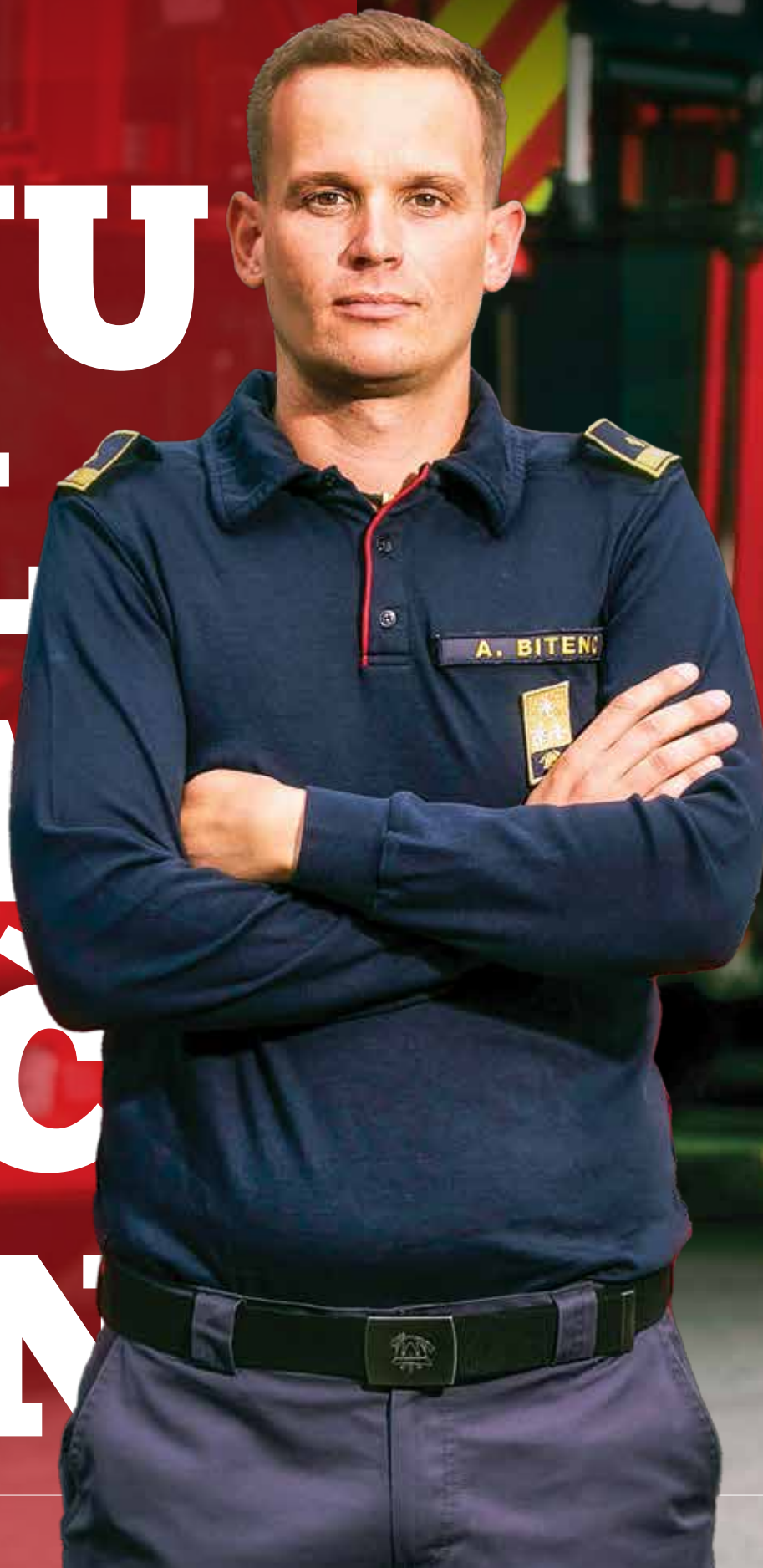
Namesto tega se svetovalka ustavi. Umiri sebe in nežno odpre prostor, v katerem lahko otrok v svojem tempu pove svojo zgodbo. S tem mu pokaže, da njegovi občutki štejejo in da ga je vredno poslušati. Otroku pomaga ubesediti, kaj se je zgodilo, ter prepoznati in poimenovati njegove občutke. Pomaga mu razumeti, da ni kriv za spolno nasilje. Ne glede na to, kaj zdaj občuti in misli o sebi, je krivda vedno na strani tistega, ki je presotopil mejo in izkoristil zaupanje. Za otroka je izredno pomembno, da se v trenutkih stiske pogovarja s čustveno zrelo odraslo osebo, saj mu taka oseba s svojo notranjo umirjenostjo pokaže, da ni sam, da so njegova čustva razumljena in jih je mogoče postopoma urediti.

Ko otrok dobi pozitivno izkušnjo pogovora, je to že prvi korak v smeri spremembe. Po tem lahko s svetovalko raziskujeta, kaj si želi narediti, in iščeta majhne, varne korake, ki bi mu lahko pomagali. Razmišljata, katera odrasla oseba v njegovem okolju bi mu lahko prisluhnila in bila v oporo. Po potrebi pa mu svetovalka pomaga poiskati tudi dodatno pomoč in zaščito.

Na TOM-u verjamemo, da nam pogovor lahko pomaga, da se razbremenimo in počutimo lažje. Pogum, da spregovorimo, lahko odpre vrata spremembam. Vedno je nekje nekdo, ki bo prisluhnil, verjel in stal ob strani. Čete osebe (še) ni v tvojem življenju, smo tukaj mi: TOMovke in TOMovci na brezplačni telefonski številki 116 111.

Mnenja avtorjev ne izražajo nujno stališča MOL in uredništva glasila Ljubljana.

LJU BL JA NC AN



Anže Bitenc je predsednik Gasilske zveze Ljubljana, ki združuje 38 prostovoljnih gasilskih društev na območju Ljubljane. V prostovoljno gasilstvo vnaša mladostno svežino ter na podlagi tradicije in skupnih vrednot gradi sodobno organizacijo, v kateri so v ospredju ljudje. Ni ga strah sprememb, saj meni, da mora tudi gasilstvo slediti spremembam v družbi.

Kdaj ste se srečali z gasilstvom?

Moja gasilska pot se je začela relativno pozno, pri 13 letih, ko me je v gasilske vrste povabil prijatelj. Sedem let kasneje sem se zaposlil v Gasilski brigadi Ljubljana, kjer sem 10 let delal kot operativni gasilec, nato pa prestopil v službo za gasilsko usposabljanje, kjer delam še danes. V okviru Gasilske zveze Ljubljana sem pet let vodil komisijo za usposabljanje, nato pa stopil korak naprej in postal njen predsednik. To je druga največja gasilska zveza v Sloveniji. Imamo 4600 članov, naš cilj pa je, da do konca mandata pridemo do približno 5000 članov. Za to bo potrebnega veliko dela, predvsem spodbujanje pozitivnega vidika prostovoljnega gasilstva in vrednot, h katerim stremimo.

Se otroci in mladi radi pridružujejo prostovoljnim gasilcem?

Otroci se nam radi pridružujejo, potem pa pride obdobje med 15. in 18. letom, ko se v množici drugih aktivnosti ta mladina kar malo porazgubi. Naj poudarim, da se lahko našim društvom pridruži vsak, ne glede na starost. Ljudje mislijo ravno obratno, da če se nam niso pridružili kot mladi, se nam zdaj ne morejo več pridružiti. Pa ni tako, zato naše kadrovanje temelji ravno na spodbujanju, da se nam lahko pridruži prav vsak. K nam tako pride že z nekimi znanji in izkušnjami, ki jih lahko tu še nadgradi.

Koliko je bil star najstarejši prostovoljni gasilec, ki se vam je pridružil?

Spomnim se gospoda, starega med 40 in 50 let. V Bosni je bil policist, tukaj pa je voznik avtobusa. Ima izpit kategorije C ter osnovna znanja z varnostnega področja. Prišel je k nam in rekel, da bi lahko s svojim znanjem dopolnil našo organizacijo. Po navadi je tako, da se novim članom pridružijo še žena in otroci. Gasilstvo namreč ni samo operativna dejavnost, je tudi druženje, medsebojno sodelovanje, povezovanje skupnosti. Tak primer je tudi družina, ki se je priselila v Vižmarje, prišla k nam in tako smo dobili pet novih članov naenkrat in vsi so aktivni.

Je torej lahko vsakdo prostovoljni gasilec?

Gasilskim organizacijam se lahko pridruži praktično vsak. Rad bi poudaril, da prostovoljni gasilci nismo samo za gašenje požarov. Mogoče ravno to koga odvrne, češ, jaz pa nisem za gasilca. Ko se zgodi izredni dogodek, je poleg operativnega dela na terenu zadaj tudi logistika, organizacija, pomoč pri čiščenju opreme, ne smemo pa pozabiti tistih naših članic in članov, ki poskrbijo

za kavo, napitke, prigrizke in domače dobrrote po končani akciji. Pa na tiste, ki uredijo papirje, skrbijo za finance ... Vsak z delčkom tistega, kar zna, gradi mozaik, ki sestavlja celotno sliko prostovoljnega gasilstva. Če samo en kamenček manjka, ni sklenjena celota.

Se pravi, ni izgovorov, samo priti je treba do vas?

Tako je! Samo pridite in začutite ta utrip. Ko boste videli, da je pri nas fajn, vas bo avtomatsko potegnilo, da bi se še kaj novega naučili. Ko si doma rečete, da bi radi nekaj počeli, pridite v gasilski dom. Če ne drugega, se lahko podružite brez telefona. Potem so tu pikniki in športne aktivnosti, kjer lahko preživite svoj prosti čas.

Gasilstvo je način življenja. Ko enkrat postaneš gasilec, si to za vedno. Odhodov praktično ni – nekateri so bolj aktivni, drugi manj, a članstvo ostaja stabilno. To si štejemo v dobro, ob tem pa veliko vlagamo v privabljanje novih kadrov in nadaljnje izboljšave. Smo tradicionalna in velika organizacija, a družbeni razvoj prinaša nove izzive, ki jim moramo slediti tudi mi. V vodstvu Gasilske zveze Ljubljana spremljamo dogajanje okoli nas. Ne bojimo se novitet, sploh na področju komuniciranja, kjer smo naredili velik korak naprej in na družbenih omrežjih izvedli kadrovske akcije privabljanja »A tudi ti zmoreš?«. Vesel sem, da smo s tem pridobili nove člane, ki se po opravljenih tečajih že udeležujejo intervencij.

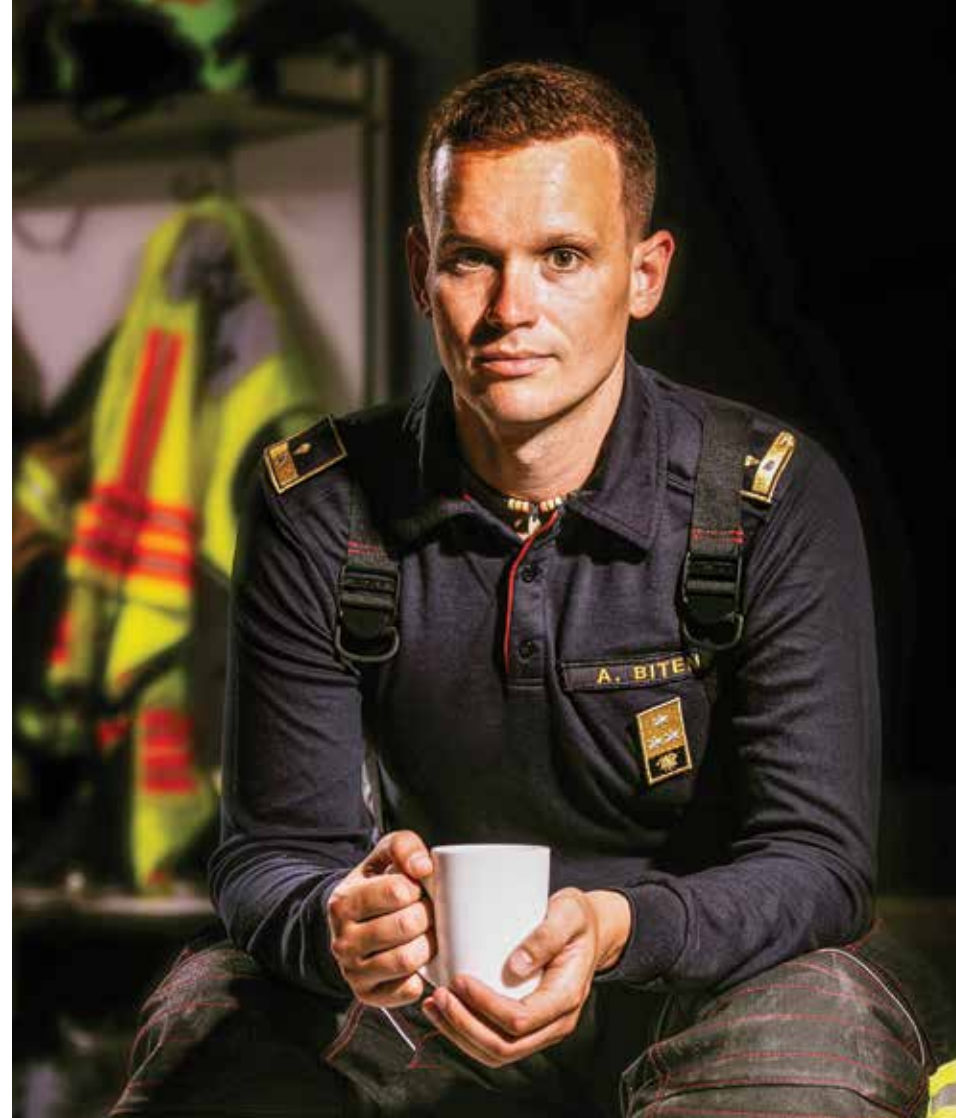
Kakšen je odnos do gasilcev v Ljubljani?

V Ljubljani je velik posluh za gasilce. Gasilska brigada Ljubljana, Gasilska zveza Ljubljana, društva ter Oddelek za zaščito in reševanje MOL skupaj tvorimo neko celoto. Sistem deluje celovito, imamo jasno razdeljene pristojnosti, odgovornosti in znanje za ustvarjanje varnega mesta.

Smo prebivalci Ljubljane dovolj ozaveščeni, da znamo narediti prve korake ob izbruhu požara?

To sta naša želja in cilj. V nekaterih okoljih so ljudje bolj, v drugih pa manj pripravljeni. Ne glede na trenutno stanje moramo delati za to, da ga še izboljšamo. Ljubljana se razvija, nikoli ne vemo, kaj nas bo presenetilo, zato je grajenje odpornosti, razumljene kot pripravljenost, prilagodljivost in okrevanje, tako pomembno.

Ocenjujem, da smo kot družba še vedno pre-pogosto naravnani k razmišljanju in odzivanju šele po nesreči. Ta trend si želimo obrniti, da bomo že danes razmišljali, kaj se nam lahko zgodi jutri, in da bomo znali odreagirati. Tu je pomembno povezo-vanje gasilske službe z lokalno skupnostjo. Ljudje se morajo zavedati, da če bodo dobro pripravljeni, bo to dobro za njih in za nas. Ko bomo mi prišli na kraj dogodka, bomo imeli manj dela, oni pa manj škode, ker bodo znali ustrezno ukrepati. Če na primer v stanovanju nastane majhen požar, ki ga lahko ob



»LETOŠNJE LETO JE ZA NAS ŠE POSEBEJ SLOVESNO, SAJ OBELEŽUJEMO 30 LET DELOVANJA GASILSKE ZVEZE LJUBLJANE.«

pravilnem odzivu že sami začnete gasiti, bo škoda precej manjša, kot pa če boste samo zapustili stanovanje. Odločitev v tistem trenutku je ključna. Bolj ko to utrjujemo vsak dan, bolj nam pride v kri. Požar v študentskem domu na Poljanski cesti je sprožil kar nekaj razmišljanja, dobili smo precej klicev stanovalcev iz blokov, kako je poskrbljeno za varnost pri njih. Če so v neki stanovanjski skupnosti obravnavali pojem evakuacija, se pogovarjali o tem, kaj narediti, če je hodnik zadimljen, ali je kdo poklical reševalce, skratka, če so šli skozi osnovne postopke v primeru požara, sem prepričan, da bo njihov odziv v primeru dejanske nesreče veliko boljši.

Kateri je vaš največji izziv na položaju predsednika Gasilske zveze Ljubljane?

Največji izziv je zagotovo pridobivanje novih kadrov. V Ljubljani imamo dobro razvit sistem opremljanja, ki ga

»KO BOSTE VIDELI, DA JE PRI NAS FAJN, VAS BO AVTOMATSKO POTEGNILO, DA BI SE ŠE KAJ NOVEGA NAUČILI.«

še nadgrajujemo, ljudje pa so tisti, ki bodo našo opremo uporabljali. Želim si, da bi z novimi pristopi gasilstvo predstavili kot zanimivo področje, da bodo ljudje razumeli, zakaj se nam velja pridružiti. Da bodo pomagali pri grajenju naše skupnosti. Zato vidim pridobivanje novih članov prostovoljnih gasilskih društev kot ključni izziv. Poleg tega pa tudi ohranjanje vsega, kar že dobro deluje.

Je Ljubljana solidarno mesto?

Nesreče ljudi povezujejo. Če pomagata sosedu, s katerim se praktično ne poznate, spletete prijateljstvo tudi za naprej. Zato, ja, mislim, da smo solidarni, moramo pa to še spodbujati.

Kaj pa je gasilstvo dalo vam?

Zagotovo vrednote, kot so solidarnost, pogum, spoštovanje in zavedanje odgovornosti. Vse to skupaj tvori celoto, ne samo v gasilstvu, tudi v življenju. Naučil sem se komunicirati in razumeti različnost ljudi, da je vsak unikum. Pa še eno zanimivo navado sem dobil: ključ gasilskega doma vedno nosim s sabo, na skupnem obeskju s preostalimi ključi od doma.

Vesel sem, da imam dobro ekipo, zato vsako težavo, s katero se soočimo, sprejemem kot izziv in pri-ložnost za izboljšavo celotnega sistema.

»VSAK Z DELČKOM TISTEGA, KAR ZNA, ZGRADI MOZAIK, KI SESTAVLJA CELOTNO SLIKO PROSTOVOLJNEGA GASILSTVA.«

Društvo Ambasadorji nasmeha že več kot 20 let s terapevtskimi psi prinaša toplino, bližino in spodbudne trenutke tistim, ki jih najbolj potrebujejo. V različne ustanove po vsej Sloveniji in tudi na Hrvaškem prostovoljci s svojimi psi prihajajo z enim samim ciljem: narisati nasmeh na obraz tudi tam, kjer so bolečina, osamljenost ali vsakdanja praznina že dolgo doma.

Ena od tistih, ki društvo spremlja skozi od začetka, je Urška Ivanovič, sekretarka in inštruktorica. Dobro pozna številne zgodbe, ki so se spletle v teh letih – nekatere tihe, a izjemno pomenljive. Kot tista o fantu z motnjo avtističnega spektra, ki ni govoril in ni vzpostavljala očesnega stika. Med česanjem terapevtskega psa je ob nekem obisku prvič vzpostavil očesni

izvajajo v sodelovanju z različnimi ustanovami. Posvečajo se predvsem otrokom in mladostnikom v vrtcih, osnovnih šolah ter ustanovah s prilagojenim programom, pa tudi odraslim s posebnimi potrebami. Obiskujejo zavode, varne hiše, domove starejših občanov, knjižnice in zdravstvene domove. Gredo povsod, kjer njihova prisotnost lahko pomeni razliko med dnem, ki mine, in dnem, ki nekaj pusti.

Poleg osnovne aktivnosti že več let izvajajo tudi druge vsebinsko prilagojene programe, kot je denimo program Beremo z nasmehom za otroke, ki imajo težave z branjem, ali pa individualni program odprave strahu pred psom, s katerim so pred 13 leti prvi v Sloveniji začeli delati ciljno, sistematično in z zelo dobrimi

svoje prilagodljivosti, čeprav je po novem v društvu tudi ena muca, ki bi utegnila postati del terapevtskega procesa.

Tisti, ki v svojem psu prepoznajo potencial za terapevtsko delo in bi radi prispevali nekaj svoje energije in časa, se lahko vsako jesen pridružijo izobraževanju za nove prostovoljce. To je sestavljeno iz teoretičnega in praktičnega tečaja, hospitacij aktivnih parov in obiskov pod nadzorom inštruktorjev. Po uspešno opravljenem izobraževanju pridobijo naziv delovnega para za aktivnost, z leti izkušenj pa tudi naziv terapevtski par.

Rezultate njihovega dela je mogoče videti in predvsem občutiti. Otroci komaj čakajo naslednji obisk, pogosto si lažje zapomnijo ime psa kot vodnika.

Terapevtski psi imajo tiho moč

stik in se rahlo nasmehnil. Ali zgodba gospe, ki je po kapi težko uporabljala desno roko. Pes je bil sprva le prijetna sprememba vsakdana, nekaj, kar ji je preusmerilo misli. A z vsakokratno željo, da bi ga pobožala ali mu ponudila priboljšek, je roka postajala bolj gibljiva. Čez čas je z njo napisala zahvalno pismo psu. To so tihi premiki, ki ne pritegnejo pozornosti množic, a posameznikom in njihovim bližnjim pomenijo veliko. V društvu Ambasadorji nasmeha jih je bilo skozi leta že nešteto.

Njihovo osnovno poslanstvo so aktivnosti in terapije ob pomoči živali, ki jih

rezultati. Njihov je tudi program pasje zobne asistentke, ki so ga začeli razvijati pred petimi leti.

Terapija z živaljo poteka načrtovano in v sodelovanju s strokovnim osebjem ustanove. Vodnik in pes sodelujeta z enim uporabnikom. Izvajajo vaje, ki izboljšujejo različne funkcije: kognitivne, fizične, empatične ali socialne. »Seveda pa se o ciljih prej dogovorimo s terapevtom,« poudarja Urška Ivanovič. Pomembno je tudi, da žival ustreza uporabniku in ciljem, pri tem imajo terapevtski psi prednost zaradi

V ustanovah se vzdušje ob prisotnosti psa hitro spremeni. Živali namreč ne sodijo, ne primerjajo, ne postavljajo pogojev. »Njim je vseeno, kakšen avto voziš, ali si visok, debel, na invalidskem vozičku, vse to je zanje povsem nepomembno,« pravi Ivanovič. Pri svojem delu vedno znova opaža, da so živali tiste, ki pokažejo, kaj v življenju zares šteje. »One nas učijo sprejemanja, življenja v trenutku, iskrenega zanimanja za svet okoli sebe. Ne nosijo zamer, ne razmišljajo o včeraj. Če bi to osvojili tudi mi, bi bil svet okoli nas lepši. In dihali bi lažje.«

Vesna Bizjak je učiteljica razrednega pouka in prostovoljka v društvu Ambasadorji nasmeha. Njen terapevtski par je štiriletna psička Patty pasme vipet oziroma mali angleški hrt. Obiskujeta predvsem otroke v šolah in mladostnike v zavodih. Patty je energična, radovedna in izjemno nežna pasja dama, ki obožuje ljudi, pozornost in družbo.

Kdaj in zakaj ste se odločili postati prostovoljka v društvu Ambasadorji nasmeha? Lahko rečem, da sem prostovoljka postala povsem po naključju. Psi so od nekdanj del mojega življenja. Kot učiteljica razrednega pouka sem se prijavila na izobraževanje Šolski pes je moj sodelavec in tako prvič prišla v stik z Ambasadorji nasmeha. Njihova energija in pozitivni naboj sta me v hipu prepričala. Spomnim se, kako sem se z nasmehom vozila domov s predavanja in vedela, da bom tudi sama nekoč del te ekipe.

Se spomnite vajinega prvega obiska kot terapevtski par? Nikoli ga ne bom pozabila. Ker sem učiteljica razrednega pouka, sva prvič delali prav na moji šoli, v mojem razredu. Še danes me preplavi občutek sreče ob spominu na 28 desetletnikov, ki so se skoraj neslišno premikali po učilnici in iskali skrite matematične naloge. Njihovo navdušenje ob reševanju je bilo izjemno – vse zato, da so si prislužili pasji priboljšek, ki so ga nato lahko ponudili Patty. To je trenutek, ki ga bom nosila s seboj do konca svoje poklicne poti.

Kaj vas pri tem delu najbolj osrečuje?

Občutek, ko otroku, mladostniku ali odraslemu ob dotiku pasjega kožuščka obraz zasije v nasmeh, je neprecenljiv. Patty prihaja z menoj v šolo enkrat na teden, in ko slišiš, da otroci dneve v tednu štejejo glede na to, kdaj pride Patty, te to preprosto gane.

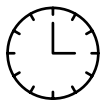
Se vas je kakšna zgodba še posebej dotaknila?

Takšnih zgodb je veliko. Spomnim se deklice v mojem razredu, ki se je bala psov zaradi slabe izkušnje. Sprva je Patty opazovala le od daleč, a se je s časom tako sprostila, da ji je z veseljem ponujala priboljške, jo božala in na koncu povsem brez strahu uživala v njeni bližini. S Patty obiskujeva tudi CIRIUS Kamnik. Tam so trenutki še posebej ganljivi, recimo ko mladostnik s težavo položi dlan na Patty in mu ob stiku z njenim kožuščkom obraz zasije. Takrat si ponosen, da si del te zgodbe.

Če želite vključiti terapevtskega psa v delovanje svoje ustanove, z njim opraviti tako imenovani živalski teambuilding za podjetje ali pa razmišljate o individualnem programu, kot je odprava strahu pred psom oziroma terapija z živaljo, lahko društvu pošljete e-sporočilo na info@ambasadorji-nasmeha.si oziroma pokličete na telefonsko številko 041/771 655 ali pa jih kontaktirate na njihovih profilih na družbenih omrežjih.



Društvo letno sodeluje z okoli **100** ustanovami in več kot **1000** uporabniki.



V društvu trenutno deluje **66** članov, ki opravijo več kot **5000** prostovoljnih ur z obiski ustanov.



Najstarejša psička, ki deluje v društvu, šteje **14** let, najmlajši kuža pa **2** leti.



V svojih vrstah so že imeli tudi slepega kužka in psičko brez spodnjega dela tačke, trenutno pa imajo gluho psičko in trinogega kužka.

Zvezda Severnica

Aristide Boucicaut je delal v pariški pozamenteriji Le Bon Marché. Bil je mlad in podjeten, njegova draga Marguerite pa polna dobrih zamisli. Mladenič je napredoval in kmalu postal lastnik trgovine, ki sta jo s soprogo preoblikovala po svojem okusu. Pod vodstvom gospe Boucicaut smo dobili prvo veleblagovnico na svetu.

Veleblagovnica Le Bon Marché je bila nakupovalni hit poznega 19. stoletja. Prodajno blago je bilo razstavljeno v izložbah in v trgovini, vrednost artiklov pa je bila prvič jasno označena. Imeli so razprodaje in prodajne kataloge. Dame so lahko prihajale nakupovat same, brez moških, ki so se dotlej v njihovem imenu pogajali za ceno. Marguerite Boucicaut je tako emancipirala ženske v pariški družbi. Le Bon Marché je prerasel v pravo skupnost in močno presegel svoje potrošniško poslanstvo.

V Ljubljani je bil prvi Centromerkur, ki se je odprl leta 1904. Do razposajenih šestdesetih ni bilo nič novega, potem pa so v centru kot gobe zrasli Nama, Maxi, Modna hiša in Supermarket.

Veleblagovnico Astra na Dunajski cesti 49 do 51 za Bežigradom so odprli v zgodnjih sedemdesetih letih. V kleti sta bili samopostrežna trgovina in menza, zgoraj pa oddelki z oblačili in izdelki za dom. Imela je cvetličarno, drogerijo in trafiko. Tudi svoj ovojni papir.

Pa to ni bila zgolj veleblagovnica. Bila je del prostorske vizije širitve mesta proti severu. Tehnološko napredna in oblikovno izvirna je postala pomemben del bežigrajskega središča, ki sta ga kasneje obogatila še poslovno prtiličje in podhod Plave lagune.

Kompleks Astra Commerce je od celote do detajla narisal Savin Sever, eden najpomembnejših slovenskih arhitektov. Dve velemestni desetnadstropni stolpnici je povezal z nižjo stavbo veleblagovnice, vse tri pa zaključil s trgovskim paviljonom. Arhitekt je kompleks načrtoval med letoma 1963 in 1964.

Veleblagovnica Astra je bistveno prispevala k emancipaciji bežigrajske soseske. Lokalni skupnosti je omogočala, da je v bližini doma brez uporabe avta lahko opravila vse, hkrati pa je bila tudi pomembno socialno lepilo in prostor druženja.

Sodobni trendi v načrtovanju novih mestnih skupnosti v tujini gredo prav v smeri tako imenovanih kompletnih sosesk. Mi jih že imamo, le ohraniti, ceniti in uporabljati jih dajmo, kot se šika.



Ceviche namesto goveje juhe

Vrata restavracije Barra na Bregu 8 sta nam odprla šef Ruben Chaves Atunga in njegova srčna izbranka Leslie Laura Calderon. Iz Latinske Amerike sta se k nam preselila, da bi nas nagovorila v avtentičnem jeziku perujske kuhinje. Z njim nista prepričala le ljubiteljev vrhunske hrane, ampak jima je pomagal premostiti tudi nekatere kulturne razlike.



V čem se Ljubljana najbolj razlikuje od vašega domačega mesta?

Že sama višinska razlika je ogromna, kajti moj rodni Huancayo leži v osrednjem perujskem višavju 3200 metrov nad morjem. A z ženo sva se zlahka aklimatizirala, saj sva pred tem več let živela v Argentini. Malce težje se je bilo privaditi na mrke poglede med sprehodom po krasnih mestnih ulicah. Vsak je zatopljen v svoje misli, nihče ne pozdravlja, nasmeški mimoidočih so redki. Ta hladnost v medosebnih odnosih je bila za naju prvi večji zalogaj. Vendar naju to ni oviralo, da ne bi sledila sanjam in tukajšnjim prebivalcem pričarala eksplozije najboljših okusov, s tem pa ogrela tudi njihova srca.

Po čem se hrana v restavraciji Barra razlikuje od preostale tukajšnje kulinarčne ponudbe?

Tukaj pripravljamo fuzijo perujske in japonske kuhinje. Migracije narodov so pustile globok pečat v naši kuhinji, s prepletom različnih sestavin pa ustvarjamo edinstvene podtone, ki se v jedeh lepo povezujejo. Pred dobrim desetletjem se je perujska hrana zavihtela med najbolj priljubljene na svetu, kar vzbuja radovednost v okolju, kjer je še dokaj nepoznana.

Rezultati kažejo, da se je obisk v dveh letih očitno povečal, gosti pa se z veseljem vračajo k nam.

Je težko dobiti sestavine, s katerimi ohranjate pestrost svojega jedilnika?

Slovenija slovi po odličnih ekoloških vrtninah in drugih živilih, toda naše recepture zahtevajo določene začimbe in sestavine, ki težje uspevajo v tem podnebjju. Rdeča nit so zlasti čiliji, brez katerih je težko doseči zapovedane okuse. Na srečo imamo dobre dobavitelje iz sosednje Italije in Španije, zato je lažje vzdrževati visoko raven kakovosti in nasmeške zadovoljnih jedcev.

»RAZNOLIKOST JE NAJVEČJE BOGASTVO LJUBLJANE.«

Vaša govorica ljubezni je hrana. Ji znamo prisluhniti in zagristi vanjo?

Absolutno, in to z vso slastjo, čeprav se močno razlikuje od vašega klasičnega nedeljskega kosila. Namesto goveje juhice vas bo poživil osvežilni ceviche. Marsikaj temelji na ribah z dodatki ingverja, citrusov, sezamovega olja in drugih kuharskih skrivnosti. Slovenci ste zelo radoveden in

znanja željan narod. Ko se prebijete čez začetno vljudnost, začnete zastavljati vprašanja, recimo, ali lahko izdam kakšen trik. Še en dokaz o povezovalni moči kuhinje in slovenski prikupnosti.

Kakšno pa se vama zdi življenje v naši prestolnici?

Kot staršu ti je najbolj pomembno, da živiš v varni državi. Tukaj se počutimo zares svobodno, ekonomsko stabilno, odpirajo se številne priložnosti za osebnostno rast. Sin Conor Katari naju spodbuja, da se še bolj zavzeto učiva slovenščine, skupaj odkrivamo tudi lepoto naše nove domovine. Priznam, da nisem pomislil, da me bo pot po študiju pripeljala v ta del Evrope, in četudi je bilo na začetku nemalo izzivov, mi niti za trenutek ni žal, da smo ostali.

Bi lahko primerjali Ljubljano z drugimi velemesti?

Redka so tako čista, urejena, umirjena in obenem razgibana. Na mah se zaljubljujete vanjo in jo vzameš za svojo. Morda bi kdo na prvi pogled dejal, da je monotona, vendar bi ji naredil veliko krivico. Ravno raznolikost je njeno največje bogastvo, saj ponuja priložnosti ljudem s podeželja in drugih koncev sveta.



Tukaj nastaja prihodnost

Čeprav je Tehnološki park Ljubljana na Brdu od zunaj videti kot jata običajnih poslovnih stavb, se za njegovimi zidovi skriva živahna skupnost. V pisarnah in laboratorijih se rojevajo rešitve za zdravje, okolje, mobilnost in čisto navaden vsakdan, na hodnikih pa prepletajo poti podjetnikov in raziskovalcev, ki skupaj pišejo zgodbo prihodnosti.

Med laboratorijskim eksperimentom zmotimo Luko Zupančiča, strokovnjaka na področju industrijske biotehnologije in soustanovitelja zagonskega podjetja Plan Z. »Pravkar izvajamo poskuse z medicinsko konopljo,« razloži. Njegovo podjetje razvija infuzije, ki rastlinam dovajajo hranila, pospešujejo rast in omogočajo večji donos. V Tehnološkem parku Ljubljana so že štiri leta. »Zelo dinamično je tukaj. Veliko sodelujemo z drugimi podjetji v parku, iščemo sinergije. Smo majhna, a zelo aktivna skupnost.«

Pridruži se nam Miha Cankar, programer strojne opreme iz podjetja Uber-Scopes, ki je za NASO razvilo napravo za merjenje kakovosti zraka na vesoljski postaji. Prostore parka uporablja eno leto. »Pred pomembnimi dogodki in predstavami izdelkov smo včasih tukaj presedeli vso noč, saj imamo dostop 24 ur sedem dni na teden,« se spominja.

Spustimo se v klet, kjer so prostori za sodelo nabiti s pozitivno energijo. Innovation Station Coworking je namenjen

vsem, ki snujejo, gradijo in testirajo rešitve s področja elektronike in mehanike. Brnenje CNC-rezkalnika in šumenje 3D-tiskalnika odmevata med stenami – nekdo ravnokar pripravlja nov prototip, medtem ko drugi razpravljajo o viziji, ki se korak za korakom spreminja v otipljiv izdelek.

Svoj kotiček je tukaj našel tudi Anglež Dave Crawley, direktor podjetja Ubiquity Robotics, ustanovljenega v ameriški Silicijevi dolini. V Sloveniji je odprl podružnico, ker je tukaj odkril veliko strokovnjakov s področja strojništva, elektronike in elektrotehnike. Ubiquity Robotics izdeluje robote po meri za industrijske obrate in logistiko. »Pri nas lahko naročis kakršnega koli robota. Pripravimo zasnovo, naročimo komponente po meri pri pogodbenikih in sestavimo prototip tu, v kleti tehnološkega parka. Delujoči prototip gre nato k pogodbenim podjetjem, ki izdelajo končni izdelek in ga sestavijo.« Vsa ta podjetja so seveda slovenska. »Nikjer drugje na svetu ne najdemo toliko kakovostnega znanja in talenta na enem mestu kot v Sloveniji,« pove navdušeno.

Nekaj nadstropij višje v pisarnah mlada visokotehnološka podjetja snujejo druge inovativne rešitve. Podjetje Waboost ustvarja naprave za bogatenje in čiščenje vode z nanomehurčki kisika in ozona, medtem ko ekipa Spektrala z naprednimi simulacijami predvideva odzive objektov ob potresih in predlaga protipotresne rešitve. Tu deluje tudi društvo ASI, ki s štipendijami podpira nadarjene študente in spodbuja mednarodna sodelovanja. Preseneča, koliko idej, izumov in drznih

projektov se rojeva na tako majhnem prostoru. Čeprav podjetja poslujejo ločeno, se srečujejo na dogodkih, delavnicah in mesečnih sestankih, kjer si medsebojno pomagajo pri premagovanju izzivov.

Letos Tehnološki park Ljubljana praznuje 30 let. Namesto velike proslave pripravljajo odprt celodnevni dogodek Arena tehnologij, ki bo 25. septembra v Križankah. Več kot 50 razstavljalcev bo obiskovalcem predstavilo najnovejše slovenske inovacije, od robotike do digitalnega zdravstva. »Poleg podpore podjetništvu in inovacijam je naše poslanstvo tudi približati tehnologijo čim širšemu krogu ljudi,« razloži dr. Jernej Pintar, direktor parka.

Na hodnikih je vsak dan slišati mnoge tuje jezike, saj se v parku med drugim izvaja program mednarodne izmenjave za mlade podjetnike. Turška podjetnica Merve Özcan deluje na področju socialnega podjetništva in gostuje pri Zavodu Voluntariat, kjer skrbi za povezovanje s turškimi nevladnimi organizacijami. »V dveh mesecih, preživetih v Ljubljani, sem se že naučila osnov slovenščine. Življenje in delo tukaj sta zelo prijetna,« nam zaupa in nas povabi na poldnevno druženje skupnosti parka ob bližnjem ribniku sredi industrijske cone. Ob njem se zbira raznolika podjetniška družba, smeh in pogovori odmevajo med zelenjem, prijetno pozno poletno vzdušje dopolnjujejo hiti z DJ-pulta, kar ustvarja odlično priložnost za spontano izmenjavo idej. Medtem ko opazujemo sodelovanje inovativnih ekip, nam postane jasno, da prav tukaj, na ljubljanskem Brdu, nastaja prihodnost.



Tehnološki park Ljubljana sta pred 30 leti soustanovila Inštitut Jožef Štefan in MOL. Razprostira se na 75.000 kvadratnih metrih, združuje več kot 300 podjetij z več kot 1500 zaposlenimi in je največje tovrstno stičišče v Sloveniji.



Pod okriljem parka deluje tudi največja slovenska podjetniška skupnost za inovacije v zdravstvu. Mladim zagonskim podjetjem na področju digitalnega zdravstva omogoča testiranje tehnologij, izobraževanja, podporo pri financiranju, mreženje in mednarodno sodelovanje.



Inovativna podjetja in posamezniki, ki želijo ustvarjati v spodbudnem okolju, lahko tukaj ugodno najamejo pisarne in specializirane prostore z napredno opremo.



Tehnološki park Ljubljana ni le skupek pisarn. Redna srečanja ekip, prostori za sodelo in neformalna druženja ob kavi ali bližnjem ribniku spodbujajo sodelovanje, izmenjavo idej in nastajanje novih partnerstev.



Številna brezplačna izobraževanja, dogodki in delavnice so odprti za javnost. Tudi Poletna šola umetne inteligence za mlade, ki je letos imela izjemno udeležbo, in Arena tehnologij, ki bo 25. septembra v Križankah.



Mlada zagonska podjetja iz Tehnološkega parka Ljubljana ob podpori MOL razvijajo pilotne projekte za mesto, kar za ekipe pomeni preizkus rešitev v resničnem okolju in dragoceno referenco.



Praznik športa v Tivoliju

V soboto, 6. septembra, bo v Tivoliju 3. Ljubljanski festival športa z več kot 45 športnimi izzivi in tekmovanji, tekem dvojč ter zabavo in celodnevni druženjem za različne generacije. Prireditev je brezplačna in odprta za vse. Pridite!

V

Ljubljani šport ni le rekreacija, ampak način življenja. V **krajskih parkih**, na igriščih, na PST-ju in v telovadnicah se vsak dan srečujejo otroci, študenti in odrasli različnih starosti, ki jih povezuje veselje do gibanja in aktivnega življenjskega sloga. Prav to športno kulturo bomo 6. septembra skupaj praznovali v Tivoliju na 3. Ljubljanskem festivalu športa, kjer lahko obiskovalci spoznajo več kot 45 športnih panog in uživajo v celodnevni druženju.

Obiskovalci festivala se bodo poleg priljubljenih športov, kot so nogomet, košarka, roket, smučanje ali odbojka, seznanili tudi z manj znanimi ali celo nenavadnimi disciplinami. Košarka na vozičkih, ki jo bo predstavilo Društvo paraplegikov ljubljanske pokrajine, združuje gibanje in empatijo ter spodbuja razumevanje za športnike z invalidnostjo. V curlingu lahko preizkusite svojo natančnost in strateško razmišljanje, medtem ko hobbyhorsing ponuja zabavno



POLEG POPOLNE IZKLJUČITVE ALKOHOLA FESTIVAL POUČARJA TUDI DRUGE VREDNOTE.

in energično izkušnjo jahanja na lesenih konjih ter urjenje koordinacije. Za tiste, ki uživajo v igri z loparjem, bo na voljo padel, dinamična različica tenisa s primesmi skvoša. Adrenalinski navdušenci se lahko preizkusijo v skateparku, na rolerjih, skirojih ali skateboardih. V disk golfu lahko preverite svojo natančnost, moč in nadzor na posebej zasnovanem poligonu. Med zanimivimi aktivnostmi sta tudi cheralding in monokolesarstvo, ki obiskovalcem dajeta priložnost za zabavo, gibanje in odkrivanje novih spretnosti.

Organizatorji festivala vas vabijo, da brez zadržkov pristopite k stojnicam, se preizkusite v športih, ki vas že dolgo zanimajo, ali odkrijete popolnoma nove discipline. »Vabim vse, od otrok in mladih do starejših ter športnih navdušencev in tistih, ki šele razmišljajo o prvih korakih v športu, da se nam pridružite. Festival je odlična priložnost, da spoznate različne športne panoge, preizkusite vadbe, se srečate s športniki in odkrijete, kako prijeten del vsakdana je lahko gibanje,« pravi podžupan Samo Logar.

Letošnja novost festivala je tek dvojč, petkilometrski rekreativni tek v paru, kjer

več kot čas oziroma hitrost štejeta povezanost in užitek v gibanju. Udeleženci lahko povabijo prijatelja, partnerja, družinskega člana ali sodelavca, s komer pač želijo deliti korak in nasmeh na cilju. Po teku sledi AMALU žur 0,0, ki bo ob zvokih elektronske glasbe postavil v ospredje eno glavnih vrednot festivala – življenje brez alkohola. »Šport in alkohol sta nezdružljiva, zato festival organiziramo brez ponudbe alkoholnih pijač,« pravi organizatorji.

Dogodek tako ni le prizorišče za šport, ampak priložnost, da skozi gibanje razmislimo o načinu življenja in medsebojnih odnosih. Poleg popolne izključitve alkohola festival poučarja tudi druge vrednote. S sloganom Šport je lajv nas spodbuja, da manj časa preživimo pred zasloni in več ob aktivnostih na prostem, poučarja pa tudi ničelno toleranco do nasilja in spoštovanje – fer igra, dostojanstvo ob zmagi in porazu ter pozitivna navijaška kultura so v središču pozornosti.

Festival se sicer začne že v sredo, 3. septembra, ko bo Tivoli oživel ob živžavu osnovnošolcev, ki bodo v okviru športnih dni preizkusili različne aktivnosti. Do petka, 5. septembra, bo več kot 13.000 otrok in mladih spoznalo širok spekter športov ter aktivno preživelo šolske ure na prostem. Petek popoldan je namenjen odraslim, ko se bodo na športnih igrah pomerile ekipe podjetij in

ustanov v disciplinah od malega nogometa in košarke 3x3 do plavanja, šaha in namiznega tenisa.

Vrata v svet športa ostajajo na široko odprta ves september. Do konca meseca bodo potekali dnevi odprtih vrat v športnih zavodih in društvih po Ljubljani. To je odlična priložnost, da brezplačno preizkusite različne športe, od atletike, košarke in nogometa do badmintona, borilnih veščin, konjenišva ali balinanja, ter morda najdete športno dejavnost, ki vas bo navdušila. Vabljeni so vse generacije ljubljank in ljubljancev.

Organizatorji festivala letos še posebej izpostavljajo trajnostni vidik dogodka. Obiskovalce vabijo, naj se v Tivoli odpravijo peš, s kolesom prek sistema **BICI-KELJ** ali brezplačnim avtobusom LPP. Na prizorišču bo poskrbljeno za ločevanje odpadkov, obiskovalci pa so vabljeni, da prispevajo k temu, da park po festivalu ostane čist in urejen.

Celoten program 3. Ljubljanskega festivala športa s termini dnevov odprtih vrat javnega zavoda Šport Ljubljana ter ljubljanskih športnih klubov, zvez in društev je na spletnem mestu **ljubljanajesport.si**.

Prvi baletni koraki

Baletni studii in plesne šole ob začetku novega šolskega leta v svoje programe že vpisujejo deklice in dečke, plesni pedagogi pa se veselijo, da bodo v plesnih dvorinah pozdravili nove učence.

V baletnem studiu Anabela na Celovski cesti 159 se lahko otroci z baletom začnejo ukvarjati že pri treh letih. »Pri tej starosti jim gibanje skozi igro in klasično glasbo pomaga pri razvoju motorike, koncentracije in socialnih veščin. Balet jih uči strukture, a jih obenem spodbuja k domišljiji. Mlajšim otrokom približamo balet skozi igro, starejše pa vodimo v bolj poglobljeno učenje klasične tehnike,« pravi plesna učiteljica in vodja studia Ana Pučko, ki je prepričana, da je zgodnje vključevanje v baletne programe za otroke izjemno dragoceno. »Otroci pri treh ali štirih letih po naravni poti raziskujejo gibanje in čutijo ritem, zato je prav balet s svojo nežno strukturo, glasbo in ponavljajočimi se gibi idealna vstopna točka v to raziskovanje,« razlaga.

Z njo se strinja tudi plesna pedagoginja Urša Grm Murko iz The Core studia Kersnikova na Kersnikovi ulici 10a, saj tudi ona meni, da je zgodnje otroštvo idealen čas za začetek baletnega izobraževanja: »V tem obdobju otroci najlažje razvijajo gibčnost, muzikalnost, disciplino in občutek za prostor. Tisti, ki z baletom začnejo zgodaj, imajo večje možnosti za dolgoročen napredek – tako v baletu kot v drugih plesnih zvrsteh in oblikah gibanja.«

Pouk praviloma poteka v spodbudnem in varnem okolju. »Tako lahko otroci rastejo ne le fizično, temveč tudi čustveno,« opazuje sogovornica in dodaja, da je zelo ponosna na učenke, ki svoje izobraževanje nadaljujejo na Konservatoriju za glasbo in balet Ljubljana. Prav slednji ima pri nas eno najdaljših baletnih tradicij, kar rad poudari ravnatelj organizacijske enote Glasbena šola Jože Kregar. Konservatorij na pedagoškem nivoju plesalcem baletnikom omogoča izobrazbo po

celotni izobraževalni vertikali. »Od nižje glasbene šole prek srednjega izobraževanja do baleta na višji stopnji. Pouk pri nas poteka po javnih učnih načrtih, poučujejo pa učitelji z ustrezno izobrazbo in izkušnjami,« pojasnjuje. Tudi ravnatelj ugotavlja, da se morajo otroci začeti učiti baleta že v mladih letih. V program plesne pripravnice, ki traja tri leta, na konservatoriju, ki deluje na Izanski cesti 12, sprejemajo otroke, stare od šest do osem let. Kot pravi, pa je najprimernejša starost za vpis na balet od devet do enajst let, učenci pa se lahko po šestletnem šolanju in uspešno opravljenem preizkusu vpišejo na srednjo baletno šolo. Sogovornik dodaja, da so za vpis pomembne primerne fizične dispozicije, ki so temelj za pravilno izvedbo baletnih elementov.

POMEMBNO JE, DA VSAK OTROK NAPREDUJE V SVOJEM RITMU.

»Poleg telesnega razvoja balet spodbuja tudi vztrajnost, ustvarjalnost in samozavest, hkrati pa otroci skozi skupinsko delo razvijajo občutek za skupnost. Vse to pa so pomembne veščine tudi zunaj plesne dvorane,« meni Urša Grm Murko. In čeprav je zanimanja med dečki manj kot med deklicami, prav vse vabi na plesne urice. »Balet je za vse – ne glede na spol. Veseli nas, da imamo v naši ekipi tudi pedagoga Matica Bizjaka, kar daje otrokom priložnost, da balet doživijo z različnih perspektiv,« pravi. »Ponosni smo na vsakega otroka, ki skupaj z nami raste, se razvija in izraža ustvarjalnost v svojem ritmu,« poudarja učiteljica iz The Core studia Kersnikova. Tudi Ana Pučko rada pohvali napredek otrok, ki plešejo v baletnem studiu Anabela. Večkrat se predstavijo na priložnostnih dogodkih in letnih predstavah. »Takšni nastopi so zanje zelo pomembni – ne le kot potrditev napredka, temveč tudi kot priložnost za razvijanje samozavesti in odrske prezenze.« Ker je napredek vedno individualen, je plesnim pedagogom pomembno, da vsak otrok napreduje v svojem ritmu, ob tem pa ohrani ljubezen do plesa. »Predvsem pa je pomembno, da se

Že kot otrok sem si želel nastopati pred občinstvom. Ko sem bil star 12 let, so ravno iskali fante plesalce, zato sem bil zaželen. Za ta poklic sem se odločil, ker združuje glasbo in gib kot zahtevno fizično aktivnost, ta zahtevnost pa v idealni perspektivi na odru pred publiko ni vidna. Balet je vsakodneven izziv, ki z različnimi interpretacijami vlog daje človeku možnost zelo razvejenega ustvarjanja. Zame to ni poklic, ampak z vsem, kar prinaša, način življenja.

ALEKS THEO ŠIŠERNIK,
baletni plesalec

otroci resnično veselijo vsake naslednje baletne urice in ob tem ustvarjajo spomine za vse življenje,« za konec še pravi Pučko.





Čarobni svet lutk

Če bi vas vprašali, katere lutke se najbolj spominjate iz svojega bolj ali manj bližnjega otroštva, je velika verjetnost, da bi izbrali Sapramiško, Žogico Marogico ali Zvezdica Zaspanka. To so namreč še vedno najbolj znane in hkrati tudi najbolj priljubljene slovenske lutke.

Prvi dve si lahko v Lutkovnem muzeju na Ljubljanskem gradu še vedno ogledate, Zvezdica Zaspanka pa je leta 1972 žal za vedno zaspala. Pogoltnil jo je namreč požar, ki je izbruhnil v lutkovni delavnici ravno takrat, ko je bila slavna zvezdica na popravilu.

Lutkovni muzej, ki je letos maja praznoval 10 let delovanja, je prava zakladnica naše lutkovne umetnosti. V svojem arhivu hrani več kot 7000 kosov lutkovne dediščine, ki so last Lutkovnega gledališča Ljubljana, na stalni razstavi pa si jih lahko ogledate več kot 50. Muzej je zasnovan

interaktivno, zato lahko vsebine odkrivате tudi sami. Nekaterih kopij lutk se lahko dotaknete ali jih primete v roke, na treh odrih pa spoznate različne lutkovne tehnike – marionete, senčne lutke, ročne lutke – in celo sami uprizorite lastno lutkovno predstavo. Nekateri so pri tem zelo ustvarjalni.

Obiskovalcem je na voljo tudi velika interaktivna »stena na dotik«, na kateri si lahko ogledate več kot sto znamenitih lutkovnih uprizoritev. Zelo privlačen, še posebej otrokom, pa je ogromen lesen zmaj, ki pod stropom muzeja bedi nad

dogajanjem. Tudi njega lahko oživite prek vzvodov, hkrati pa ga prek mešalne mize lahko osvetljuje z različnimi barvnimi svetlobami in jakostmi. Tako spoznate še en zelo pomemben, a pogosto prezrt vidik gledališke umetnosti – osvetljevanje.

Lutkovni muzej vsako leto obišče več kot 100.000 ljudi. Med najbolj znanimi obiskovalci, ki so jih prepoznali, je bil Adrian Smith, kitarist skupine Iron Maiden. Muzej je s svojo ženo obiskal pred dvema letoma po koncertu v Ljubljani.

Če mislite, da je Lutkovni muzej namenjen samo otrokom, se motite. Res je, da lutke običajno povezujemo predvsem z otroškimi predstavami, vendar imajo v repertoarju Lutkovnega gledališča Ljubljana na Krekovem trgu 2 vsako leto tudi lutkovne predstave za odrasle. Tudi prva slovenska lutkovna predstava – Mrtvec v rdečem plašču iz leta 1910 – je bila namenjena odraslim. Uprizoril jo

NA TREH ODRIH LAHKO CELO SAMI UPRIZORITE LUTKOVNO PREDSTAVO.

je Milan Klemenčič, začetnik slovenskega lutkarstva, ki je tej umetnosti posvetil vse svoje življenje. Čeprav je bil pionir, se je lutkarstva lotil profesionalno. Prvo lutkovno predstavo je uprizoril kar doma in sam poskrbel tudi za zgodbo, osvetlitev in glasbo. Scenografijo je postavil v velikosti prvih televizijskih sprejemnikov, temu primerno majhne pa so bile tudi prve slovenske marionetne lutke. Velike so bile le približno deset centimetrov, zato jih je moral obtežiti s svincem, da jih je sploh lahko upravljal. Te lutke še vedno veljajo za ene najmanjših na svetu! Z eno od njih, kopijo miniaturne marionete Gašperčka Larifarija, se v Lutkovnem muzeju lahko tudi rokuje. Gašperček je nastopal v vseh njegovih predstavah (razen v prvi) in je bil predhodnik Pavlihe, junaka, ki je s komičnimi vložki mehčal zahtevnejše teme.

Morda se zdi, da lutke z razvojem virtualnega sveta izgubljajo svojo priljubljenost, vendar ni tako. Ko lutke na odru oživijo in nas potegnejo v zgodbo, pozabimo, da so v resnici le predmeti. Vračajo nas v tisti čarobni trenutek, ko smo kot otroci verjeli, da nič ni nemogoče. Tega občutka pa se tudi odrasli ne branimo, kajne?

Lutkovni muzej na Ljubljanskem gradu je odprt vsak dan od 9. do 20. ure. Vstopnice kupite v vstopnem paviljonu pred vhodom v grad ali na spletni strani lutkovnimuzej.si.



① Lutkovni muzej je leta 2018 prejel posebno nagrado Evropske muzejske akademije za izjemnost in izvirnost predstavitve kulturne dediščine otrokom.

② Prve slovenske lutke – male marionete, ki jih je izdelal Milan Klemenčič, pionir slovenskega lutkarstva, za svojo prvo predstavo Mrtvec v rdečem plašču (1910). Klemenčič je v predstavi že pred 115 leti poskrbel tudi za osvetlitev, ki je bila presenetljivo podobna današnji profesionalni LED-osvetlitvi.

③ Originalna Zvezdica Zaspanka je leta 1972 zgorela v požaru. Obstaja pa njena dvojnica, ki domuje v Lutkovnem muzeju Sergeja Obrazcova v Moskvi. Znanemu ruskemu lutkarju Obrazcovu so jo namreč podarili po predstavi leta 1957, ker je bil nad njo tako zelo navdušen.

④ Dve veliki glavi iz predstave Meso in razodetje avtorjev Jerneja in Gregorja Lorencija sta zasnovani tako, da lahko z natančnimi premiki spreminjata grimase. Ena od njiju ob določenem gibu celo zadira in ob tem spusti mehurčke, kar preseneti marsikaterega obiskovalca.



Vedno razprodana predstava

Sapramiška, ki ji je likovno podoba dal Jaka Judnič, je ena najbolj znanih slovenskih lutk. Zato ne preseneča, da vas v Lutkovnem muzeju pozdravi že pri blagajni. Prvič je nastopila v Lutkovnem gledališču Ljubljana leta 1986 in postala ikona ene najuspešnejših lutkovnih predstav. Do danes je zabeležila že približno 2000 ponovitev, po skoraj štirih desetletjih pa je vsaka predstava še vedno razprodana.

DRUŽINSKI IZLET V ČASE RIMSKE EMONE



Ave, meščanke in meščani! Po cesarjevem odloku vas XIII. septembra vabimo na nepozabno pustolovščino, ki vas bo popeljala v čase Emone, antične predhodnice naše Ljubljane. Med XIV. in XVIII. uro bo na osmih lokacijah v mestnem središču potekal družinski festival Rimljani v Ljubljani, kjer boste srečali legionarje, elegantne matrone, glasbenike, trgovce in druge prebivalce Emone, ki vam bodo z glasbo, ustvarjalnimi delavnicami in interaktivnimi nalogami pričarali življenje v času starega Rima. Izdelali boste lahko svojo glineno posodico, spoznali opremo rimskih vojščakov, poskusili pogačo po starodavnem receptu, izkopavali najdbe, zaigrali na antična glasbila in počeli še marsikaj razburljivega. Za to zabavno potovanje v preteklost, ki ga organizira Mestni muzej Ljubljana v sodelovanju z Narodnim muzejem Slovenije,, ne potrebujete niti enega zlatnika, samo radovedne glave in dobro voljo. Povabite starše, dedke, babice, sestre, brate, sošolke in sošolce, vse udeležence pa čim prej prijavite pisarjem na mestnem forumu rimljanivljubljeni.si, kjer je objavljen tudi program festivala.

Tu smo

Legenda o Argonavtih, ki naj bi z zlatim runom od Črnega morja po Donavi, Savi in Ljubljani pribežali na Ljubljansko barje, tu pokončali zmaja in ustanovili mesto, nato pa ladjo Argo razstavili in jo čez Kras prenesli do Jadranskega morja, je skupaj z matematično formulo Iva Laha rdeča nit enciklopedičnega romana Kje smo? antropologinje, klasične filologinje in pisateljice Svetlane Slapšak. V knjigi, ki je izšla pri založbi Goga, različne like, kot so Medeja, Rimljanka v Emoni, Prešernova Urška, Gustav Mahler in Charles Nodier, prepleta z žanri, kot so roman, esej, retorične vaje in poezija. Njihovi glasovi sestavljajo zgodbo našega mesta z vsemi spremembami, ki jih je prinesla njegova bogata zgodovina.



Vi ste na potezi

Šahovska zveza Slovenije letos praznuje 90 let, ob tej priložnosti pa je v sodelovanju z Muzejem novejša in sodobna zgodovina Slovenije nastala občasna razstava izbranih fotografij, ki prikazujejo ključne dogodke in osebe iz zgodovine kraljevske igre v naših krajih. Med zgodovinskimi vrhunci, ki jih osvetljuje razstava, velja posebej omeniti enega najmočnejših turnirjev 20. stoletja, ki je leta 1961 potekal na Bledu. Med udeleženci sta bila tudi Mihail Talj in Bobby Fischer, zmagal je Mihail Talj. Bled je gostil tudi 35. svetovno šahovsko olimpijado leta 2002, eno največjih športnih prireditev v samostojni Sloveniji. Pobudo za razstavo je dal dolgoletni mednarodni šahovski funkcionar Boris Kutin, avtorica razstave pa je Andreja Zupanec Bajželj. Na ogled do 30. septembra 2025 na muzejski ploščadi omenjenega muzeja pred Cekinovim gradom v parku Tivoli.

JAZZ NAD MESTOM



S koncertom izjemne pevke Nine Strnad in njene spremljevalne zasedbe samih vrhunskih glasbenikov se bo 12. septembra ob 20. uri začela nova sezona petkovih koncertov v Jazz Clubu Ljubljanski grad. V Skalni dvorani boste do konca leta lahko prisluhnili še slovensko-kubansko-madžarski zasedbi Café Mezclado, afriškim zvezdam Wiyaala & The Yaga Yagas, jazz-funk-rock-fusion mega skupini P'Jays, Blažu Mencingerju, Pantaloomsom, Jadranka Juras jazz kvintetu ter drugim priznanim in priljubljenim glasbenikom. Na dan koncerta lahko vstopnice kupite v Vstopnem paviljonu pred vhodom na grajsko dvorišče ali na spodnji postaji vzpenjače. Program Jazz Cluba je objavljen na spletni strani ljublanskigrad.si.



Kravji bal

V Zgodovinskem atriju Mestne hiše na Mestni trg 1 si do 14. septembra ogledajte razstavo del Lare Ješe z naslovom Slovenske krave. Zasnovana je kot mozaik serij in samostojnih del, ki so plod mnogih načinov pogleda na kravo, portret, družino, tradicijo, generacijsko travmo in nacionalno identiteto. Slike so nastale po umetniškem bivanju na majhni podeželski kmetiji, na kateri je pod taktirko svojega izjemno karakternega strica preživljala čas s kravami, biki in telički ter ob opazovanju njihovih navad, oskrbe, osebnosti, kompleksnih odnosov in življenjskega cikla. Ob dogajanju v hlevu je v tem času prvič resnično stopila v stik s svojo družinsko in nacionalno zgodovino. Iz njenega 12-letnega projekta je poleg umetniškega slogovnega razvoja viden tudi osebnostni razvoj ustvarjalne in radovedne mlade osebe, ki se s slovenskega podeželja odpravlja v tujino, išče svoje mesto na tem svetu, a šele tam spet zares odkrije svoje korenine.

Prisluhnite prostoru

Med 23. in 27. septembrom bosta v Cukrarni na Poljanskem nasipu 40, Mestnem muzeju Ljubljana na Gosposki ulici 15, Krajinskem parku Sečoveljske soline in na javnih prostorih v Ljubljani potekala Festival korenite zvočne hoje TO)pot in Simpozij Srednjeevropske mreže za zvočne ekologije. Poleg kopice umetniških del, razprav in koncertov je festival zanimiv predvsem zaradi zvočnih sprehodov, na katerih udeleženci skozi hojo in poslušanje spoznavajo okolico in zavzemajo kritično držo do razumevanja prostora.. Več informacij najdete na spletni strani steklenik.si.

Kako dobro poznate svoje mesto?

Ljubljana ima številne zgodbe, ki jih morda še niste slišali, zanimive ljudi, ki jih še niste spoznali, in nešteto kotičkov, ki jih že dolgo niste obiskali. Teden ljubljanskega turizma od 27. septembra do 3. oktobra je priložnost, da mesto odkrijete, kot ga doživljajo njegove obiskovalke in obiskovalci. Odpravite se na raziskovanje ustvarjalnih ateljejev, za en dan postanite kustos v Muzeju novejša in sodobne zgodovine Slovenije, spoznajte zgodovino ljubezni v Vili Zlati, v Muzeju čokolade si izdelajte tablico po svojem okusu, med plovbo po Ljubljani okušajte prvovrstne gine, preizkusite se v vitražni tehniki ali kot nadobudni kuharji v Centru Rog, obiščite rastlinjak in okusite tropske plodove v Botaničnem vrtu ali pa se naužite znanja in baročnih lepot Semeniške knjižnice. Program tedna turizma je podrobneje predstavljen na spletni strani visitljubljana.com.

V ČETRTHNIH SKUPNOSTIH SE DOGAJA. PRIDRUŽITE SE!

BEŽIGRAD

Dan ČS Bežigrad

Na tradicionalnem dogodku pripravljajo zabavne, izobraževalne in razvedrilne vsebine za vse generacije. Podrobnejši program bo kmalu objavljen na spletni in Facebook strani ČS Bežigrad. **16. septembra med 15.30 in 19. uro (v primeru slabega vremena dogodek odpade) Park literatov med Železno in Robbovo ulico**

ČRNUČE

Dan ČS Črnuče

ČS Črnuče in KUD Svoboda organizirata tradicionalno prireditev, na kateri bodo sodelovali člani kulturnih, športnih in humanitarnih društev, taborniki in gasilci, svoje dejavnosti bosta predstavili tudi Mestna knjižnica Ljubljana in ekipa Mladih zmajev. Pokusili boste lahko dobrote lokalnih gostincev in si ogledali izdelke črnuških ponudnikov, ki dajejo kraju svojevrsten pečat. **18. septembra od 15.30 do 19. ure Med kulturnim, zdravstvenim in gasilskim domom v Črnučah, Dunajska cesta 367**

JARŠE

Festival Povezujemo Štepanjsko

Nastopili bodo otroci iz vrtca in osnovne šole ter člani glasbenih in plesnih društev. Potekale bodo ustvarjalne delavnice, športne igre in tombola. Predstavljala se bodo lokalna društva in iniciative, še posebej pa vabljeni na stojnico z domačimi dobrotami in osvežitvami. **13. septembra od 15. do 19. ure Športno igrišče OŠ Karla Destovnika Kajuha**

MOSTE

Fužinetlon

ČS Moste v sodelovanju z Društvom za razvoj skupnostnih programov za mlade vabi na tradicionalni dogodek Oživimo Fužine – sosed sosedu človek, na katerem pripravljajo športne aktivnosti, glasbene nastope, socialno varstvo, poligone, fusbaligo in še in še. Namen prireditve je otrokom, mladostnikom in odraslim približati alternativne načine preživljanja prostega časa. **18. septembra ob 15. uri (v primeru dežja bo dogodek prestavljen na 25. september) Zelenica pred Preglovim trgom 15**

ROŽNIK

Športne igre ČS Rožnik

Na 9. športnih igrah ČS Rožnik se bodo ekipe pomerile v malem nogometu, košarki 3x3 in odbojki na mivki (mešane trojice). Za najmlajše bodo pripravljeni športni poligoni, vabljeni pa tudi na otroško predstavo gledališča Cizamo Sirkec Sirkec ter na animacijo z milnimi mehurčki. Vsi udeleženci bodo prejeli brezplačno pijačo, obrok in spominsko majico. **13. septembra ob 10. uri (v primeru slabega vremena bo prireditev prestavljena na 20. september) Igrišče OŠ Vič, Abramova ulica 26**

RUDNIK

Dan ČS Rudnik

Dogodek se bo začel z Oskarjevim pohodom čez Golovec, nadaljeval pa s srečanjem krajanov pri dvorani, kjer pripravljajo predstavitve društev, zavodov in drugih organizacij, zanimive delavnice, športne aktivnosti ter pokušine lokalnih dobrot. **20. septembra od 11. do 16. ure Igrišče OŠ Oskarja Kovačiča, Dolenjska cesta 20**

SOSTRO

Dan ČS Sostro

Osrednji del dogodka bo golažijada, tekmovanje v kuhanju golaža s podelitvijo nagrad najboljšim kuharjem. Dogajanje bodo popestrili kulturni program ter predstavitve društev in organizacij, ki soustvarjajo življenje tega območja. Vabljeni, da skupaj praznujemo povezanost naših krajev in ljudi! **14. septembra od 10. ure naprej Brunarica Zadvor, Cesta 13. julija 86, in Zadrुžni dom Zadvor, Cesta II. grupe odredov 43**

ŠIŠKA

Gasilska veselica PGD Zgornja Šiška

Vabljeni na praznovanje 120-letnice PGD Zgornja Šiška, na katerem bodo nastopili tudi Dejan Vunjak & Brendijeve barabe. **6. septembra od 13. ure naprej Rekreatijski center Mostec, Matjanova pot 23**

TRNOVO

Tečaj rolanja za otroke

Pod vodstvom izkušenih inštruktorjev bodo otroci varno in igrivo spoznavali rolanje ter se pri tem odlično zabavali. Obvezna oprema: rolarji, čelada, ščitniki za zapestja, komolce in kolena. Primerno za otroke od 4 do 12 let. Prijave sprejemajo na e-naslovu info@sd-trnovo.si. **Od 9. do 12. septembra od 17. do 17.50 ŠD Trnovo, košarkarsko igrišče, Ziherlova 44**

Novice, različne informacije in tudi mesečni napovednik vseh dogodkov v četrtnih skupnostih na območju MOL so na voljo na spletni strani ljubljana.si/sl/moja-ljubljana/cetrtn-skupnosti-v-ljubljani.

Vsi navedeni dogodki so brezplačni.

TRNOVO PRAZNUJE

Četrtna skupnost Trnovo ob dnevih četrtne skupnosti spet pripravlja pester program dogodkov in prireditev. Vabimo vas, da se udeležite kulturnih, športnih in zabavnih prireditev na različnih trnovskih lokacijah. Vsi dogodki so brezplačni.

Znameniti Trnovčani

Literarni večer s pesnico Meto Kušar. Prireditev bo z lutnjo popestril lutnjar Boris Šinigoj. **17. 9. ob 20. uri** *Finžgarjeva galerija, Agape na vrtu trnovske cerkve, Kolezijska ulica 1*

Voden kolesarski izlet po Ljubljanskem barju

20. 9. ob 8.45 *Zbor pred trnovsko cerkvijo* Prijavite se lahko na spletni strani kolesarskismet.si/sl/izleti/kolesarski-izlet-po-ljubljanskem-barju.

Razstava ob mednarodnem dnevu turizma

25. 9. od 18. do 19. ure *Finžgarjeva galerija v trnovskem župnišču, Kolezijska ulica 1*

Dan odprtih vrat Gasilskega društva Trnovo

26. 9. od 15. do 20. ure *Gasilski dom, Cesta v Mestni log 31*

Voden kolesarski izlet po Plečnikovi Ljubljani

27. 9. ob 10.15 *Zbirno mesto na križišču tržnice in Zmajskega mostu* Prijavite se lahko na spletni strani kolesarskismet.si/sl/izleti/kolesarski-izlet-po-ljubljanskem-barju.

32. tradicionalna veslaška regata po Ljublanici

27. 9. ob 10.15 *Start regate je pod prulskim mostom, cilj ob izlivu Gradaščice v Ljublanico.*

Umetnostnogodovinsko predavanje o Krakovem

28. 9. od 20. ure do 21.30 *Paviljon Agape na vrtu trnovske cerkve, Kolezijska ulica 1. V primeru slabega vremena bo dogodek v Finžgarjevi galeriji.*

Kulturna prireditev Krakovo, nekoč in danes

Prireditev je zasnovana medgeneracijsko. **30. 9. ob 16. uri** *OŠ Trnovo (jedilnica), Karunova ulica 14a*

Večer o filmu in čebelarstvu

1. 10. od 18. do 19. ure *Finžgarjeva galerija, paviljon Agape na vrtu trnovske cerkve, Kolezijska ulica 1*

Vožnja z ladjico Ekvorno

5. 10. od 10. do 19. ure *Vkrcanje bo na Trnovskem pristanu pod prulskim mostom.* Prijavite se lahko od 3. 10. s klicem na telefonsko številko 041/544 060.

Predstavitev novega kratkega vodnika po umetnosti Cerkve sv. Janeza Krstnika v Trnovem

5. 10. ob 10.45 *Cerkev sv. Janeza Krstnika v Trnovem, Kolezijska ulica 1*

Izzivi čebelarjenja v Ljubljani (urbano čebelarjenje)

7. 10. ob 17. uri *Knjižnica Urbanističnega inštituta Republike Slovenije, Trnovski pristan 2*

Ciprese – Petra Koršič in Lado Jakša

9. 10. ob 18. uri *Finžgarjeva galerija v trnovskem župnišču, Kolezijska ulica 1*

Strokovno vodenje po Plečnikovi hiši in vrtu

8. in 9. 10.: ob 11.30, 12.30, 13.30 10. 10.: ob 13.30, 14.30, 15.30 *Plečnikova hiša – MGML, Karunova ul. 4* Prijavite se lahko s klicem na telefonski številki 01/241 25 06 ali 070/551 947 ali s sporočilom na e-naslov prijava@mgml.si.

Umetnostnogodovinsko vodenje po Trnovem: Ob Gradaščici gor pa dol

Vodi ga. Mateja Kregar Gliha. **12. 10. od 16.30 do 18. ure** *Zbor pred trnovsko cerkvijo*



24. FESTIVAL ZA
tretje ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Spremljevalni program Mestne občine Ljubljana

30. 9. - 2. 10. 2025

Torek, 30. september

	Lokacija	Izvajalec
9.00 RISANJE MANDAL	DCA Rudnik, Pot k ribniku 3a	MZU Ljubljana, DCA
9.30 JOGA	DCA Zalog, Zaloška cesta 267	MZU Ljubljana, DCA
11.00 PLEČNIK NA PRVI POGLED (voden ogled)	Ploščad pred Cankarjevim domom (Cankarjev spomenik)	Turizem Ljubljana
11.00 LJUBEZEN DO... (tematski voden ogled razstave Ljubljana)	Mestni muzej Ljubljana, Gosposka ulica 15 Obvezne prijave: prijava@mgml.si ali 01 24 12 506	MGML
12.40 NAMIZNI TENIS	DCA Puhova, Puhova 6, Ljubljana	MZU Ljubljana, DCA
14.00 VODEN OGLED KRIŽANK	Zbor pred blagajno Križank Obvezne prijave: tina.berk@ljubljanafestival.si	Festival Ljubljana
15.00 ČAJ OB PETIH – DRUŽENJE, POGOVOR IN SPREHODI	MOL Štefanova 11, Mala sejna soba	HD Nikoli sam
16.00 VODSTVO PO 36. GRAFIČNEM BIENALU LJUBLJANA	MGLC Grad Tivoli, Pod turnom 3, park Tivoli Obvezne prijave: trgovina@mglc-lj.si	MGLC
17.00 OGLED LUTKOVNE PREDSTAVE GUGALNICA	Lutkovno gledališče Ljubljana Prevzem vstopnic: Knjigarna LGL, Krekov trg 2	LGL

Sreda, 1. oktober

	Lokacija	Izvajalec
9.00 USTVARJALNE DELAVNICE	DCA Tržaška, Tržaška 37	MZU Ljubljana, DCA
9.00 USTVARJALNE DELAVNICE	DCA Kunaverjeva, Kunaverjeva 6-8	MZU Ljubljana, DCA
10.00 OGLED LJUBLJANE Z VODIČEM (tematski voden ogled razstave Ljubljana)	Pred SNG Opera in balet Ljubljana, Župančičeva 1 Obvezne prijave: tjc@visitljubljana.si ali 01 306 12 15	Turizem Ljubljana in LPP
11.00 ZMEŠAJ SVOJ PILING – NARAVNA KOZMETIKA	Center Rog, Zeleni lab, Trubarjeva cesta 72 Obvezne prijave: marusa.ramsak@center-rog.si	Center Rog
11.00 VODSTVO PO RAZSTAVI EMONA OB DRAMI. RAZKOŠJE RIMSKE HIŠE POD DANAŠNJIM GLEDALIŠČEM	Mestni muzej Ljubljana, Gosposka ulica 15 Obvezne prijave: prijava@mgml.si ali 01 24 12 506	MGML
11.00 VODSTVO PO RAZSTAVI ANTOLOGIJA MEDNARODNO PRIZNANEGA FOTOREPORTERJA PAOLA PELLEGRINA	Galerija Jakopič, Slovenska cesta 9	MGML
11.00 VODSTVO PO RAZSTAVI SODOBNE ČRNOGORSKE UMETNOSTI NA LINIJI BEGA	Galerija Vžigalica, Trg francoske revolucije 7	MGML
15.00 OGLED FILMA (Na voljo je 10 vstopnic)	Prevzem vstopnic pred predstavo: Kinodvor, Kolodvorska 13	Kinodvor
16.00 VSI ZAKLADI PARKA TIVOLI (voden ogled)	Ploščad pred Cankarjevim domom (Cankarjev spomenik)	Turizem Ljubljana

Četrtek, 2. oktober

	Lokacija	Izvajalec
9.00 PILATES	DCA Gosposvetska, Gosposvetska 4	MZU Ljubljana, DCA
10.00 INTERAKTIVNO VODSTVO PO RAZSTAVI ORAKELJ: O DOMIŠLIJI IN SVOBODI V SKLOPU 36. GRAFIČNEGA BIENALA LJUBLJANA	Mestna galerija Ljubljana, Mestni trg 5 Opomba: v galeriji ni dvigala	MGML
10.30 VODEN OGLED PLEČNIKOVEGA DOMOVANJA	Plečnikova hiša, Karunova ulica 4 Obvezne prijave: prijava@mgml.si ali 01 24 12 506	MGML
11.00 SPREHOD PO STARI LJUBLJANI (voden ogled)	Ploščad pred Cankarjevim domom (Cankarjevi spomenik)	Turizem Ljubljana
11.30 VODEN OGLED PLEČNIKOVEGA DOMOVANJA	Plečnikova hiša, Karunova ulica 4 Obvezne prijave: prijava@mgml.si ali 01 24 12 506	MGML
16.30 VODSTVO PO RAZSTAVI 1495 DNI: LJUBLJANA MED 2. SVETOVNO VOJNO	Mestni muzej Ljubljana, Gosposka ulica 15 Obvezne prijave: prijava@mgml.si ali 01 24 12 506	MGML
17.00 SPREHOD PO CUKRARNI, VODSTVO Z ARHITEKTOM JERNEJEM ŠIPOŠEM	Cukrarna, Poljanski nasip 40 Obvezne prijave: prijava@mgml.si ali 01 24 12 506	MGML
17.00 PREDSTAVITEV IN IZVEDBA DIAGNOSTICIRANJA TER MERITEV Z RADIESTEZIJSKIM NIHALOM	Kletni prostor ČS Posavje, Bratovševa ploščad 30	HD Nikoli sam
17.00 PREDSTAVITEV TEDENSKIH DRUŽENJ IN PROGRAMOV: ČAJ OB PETIH, NAUČI SE KLEKLJANJA IN IZDELAVE ČIPK TER RISARSKO IZRAŽANJE	Kletni prostor ČS Posavje, Bratovševa ploščad 30	HD Nikoli sam

Pridržujemo si pravico do sprememb programa.
Več informacij na www.ljubljana.si.



Mestna občina
Ljubljana



**Udeležba na
vseh dogodkih
je brezplačna!**