



SKUPAJ PIŠEMO ZGODBE NAJLEPŠEGA MESTA

DAVID ZUPANČIČ
SPECIALIZANT
INFEKTOLOGIJE,
KI SE NAM SMEHLJA
IZ IZLOŽB LJUBLJANSKIH
KNJIGARN

Ljubljana

**PRIPRAVILI SMO PREGLEDNE NAPOTKE ZA UPORABO STORITEV V ZDRAVSTVENEM
DOMU LJUBLJANA. Z VZPENJAČO SMO SE NA LEP SONČEN DAN ODPRAVILI NA GRAD
TER OBISKALI MUSLIMANSKI KULTURNI CENTER ZA BEŽIGRADOM. PA PRILJUBLJENA
MESTNA IGRALNICA PRAZNUJE DESETI ROJSTNI DAN.**



06 Legendarni kiosk spet v mestu

Pred stolpnico medijske hiše Delo stoji prenovljen kiosk K67.

07 Praznovanje v Mali ulici

Priljubljena mestna igralnica praznuje deseti rojstni dan.

08 Vsak svoje obleke krojač

V Anselmi si obleko lahko ukrojite in sešijete sami.

09 Knjižnica za nujne primere

Da bi nam olajšali čakanje in skrbi, so v čakalnici urgence postavili knjižnico.

10 Kako do osebnega zdravnika

Pripravili smo pregledne napotke za uporabo zdravstvenih storitev.

13 Vrtec otroških sanj

V Dravljah smo si ogledali prenovljeno enoto Kekec Vrtca Mojca.

14 Katera srednja šola je prava zame?

17. in 18. februarja bodo srednje šole organizirale že tradicionalne informativne dneve za devetošolce.

16 Če je mesto lepo, je lepše tudi življenje

Podžupan prof. Koželj se od dela na MOL poslavlja z nekaj grenkobe, a tudi ponosen na mesto.

18 Trg, mesto, država

Trg republike je ena največjih mojstrovin arhitekta Edvarda Ravnikarja.

20 Kjer se zgodi marsikaj, nikoli pa dolgčas

Trubarjeva cesta je pravi svet v malem.

22 Minutka za vzpon na Grajski grič

Z vzpenjačo smo se na lep sončen dan odpravili na grad.

24 (Brez)časnost mestnih ur

Ogledali smo si šest ur, ki meščanom kažejo čas.

26 Ljubljčan

Pogovarjamo se z Davidom Zupančičem, mladim zdravnikom, ki nas je navdušil s knjigo Življenje v sivi coni.

30 Samostojni in aktivni po poškodbi glave

Društvo Vita pomaga osebam s poškodbo glave in njihovim svojcem.

32 Globoko le z vdihom

Zajemite sapo in se z nami potopite pod vodno gladino.

34 Mesto v malem

Obiskali smo Muslimanski kulturni center za Bežigradom in si ogledali džamijo.

38 Sijemo

S pomladjo se vrača tudi svetloba, ki je tema tokratnih kolumn.

40 Iz milijonskega mesta v mirno okolje

Viena Dolenc se je v Ljubljano preselila iz predmestja Manile.

41 Orkester nežnih brenkal

Člani Orkestra Mandolina se pripravljajo na svoj letni koncert.

42 Rabljene knjige iščejo nove bralce

Police antikvariatov skrivajo številne zanimive zgodbe.

46 V četrtih skupnostih se dogaja. Pridružite se!

Oglejte si koledar dogodkov.

47 Flancat z Rožnika

Posladkajte se z najboljšimi flancati v mestu.

Ljubljana

februar 2023



Izdajatelj

Mestni svet Mestne občine Ljubljana, Mestni trg 1

Zanj

župan Zoran Janković

Uredniški odbor

Marjan Sedmak (predsednik), Urška Honzak, Ida Medved, mag. Verica Šenica Pavletič, Lada Zei

Odgovorni urednik

Nenad Senić

Urednica

Nina Kožar

Oblikovna zasnova

Špela Pfeifer

Izvedbeno oblikovanje

Maja Petrović

Foto na naslovnici

Miran Juršič

Tisk

Salomon, d. o. o.

Naklada

129.970 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. Glasilu brezplačno prejme vsako gospodinjstvo v Mestni občini Ljubljana.



ISSN 1318-797x



ZALA NEŽA ZAJC
pesnica in manekenka

Ljubljana je ljubljena

Od zmeraj sem ljubila Ljubljano. Že kot majhna sem rada hodila po Golovcu in se podila po Ljubljanskem barju. Center mesta sem poznala zgolj po delčkih, dokler se ti kasneje niso zlili v celoto, ki me je in me še zmeraj navdihuje.

Že pred dolgim časom sem vprašala dedka, zakaj ljubi Ljubljano. Odgovoril mi je, da je ljubil plese, ki so bili včasih vsako nedeljo. Prav navihano mi je razlagal, kako je s prijatelji drugim moškimi skrival plesne čevlje, da so lahko prvi zavzeli plesišče in seveda dame, ki so nestrpno čakale svojega plesalca. Ob sprehodih skozi Ljubljano mi je razlagal zdaj o tej, zdaj o oni hiši, njeni zgodovini in spominih na ljudi, ki so se mu utrinjali ob korakih. Takrat sem doumela, da je ljubiti mesto tudi ljubiti ljudi v njem. Ljubiti njegov utrip.

Še zmeraj se živo spomnim, kako sem vsako jutro hodila v gimnazijo skozi stari center, od Gornjega trga do Poljan. Ko se Ljubljana prebujala, tedaj je najlepša. Ljudje še s krmežljivimi očmi odzdravijo »dobro jutro«, na Pogačarjevem trgu priletni pari srkajo prvo jutranjo kavo, medtem ko se vrabci smukajo okoli miz, lačni drobtin. Spomladi te spremelja žrvljenje ptic in na vsake toliko ti vetrc pogladi lica,

da te še malo bolj zbudi. Ko se marec prelije v april, te na Čopovi ulici pričaka sonce, ki se dviga izza Ljubljanice. Bode ti v oči v rahlih rumenkastih otenkih, ki še bolj poudarijo zlate okraske secesijske Ljubljane in zelenkasto barvo Ljubljanice, kjer se s svojim odsevom spogledujejo drevesa. Poleti Ljubljana vrvi. Neprecenljiv je občutek domačnosti, ko si zleknjen na trati Kongresnega trga. S kepico sladoleda v roki opazuješ igro poletnih žarkov skozi krošnje dreves. Tudi jesen ogreje srce. Ob popoldnevih je v zraku čutiti vonj po pečeni koruzi in kostanju, malo kasneje pa še po praženih mandeljnih s cimatom. Večeri postanejo čarobni decembra, ko ob stojnicah s kuhanim vinom slišiš smeh in živahno govorjenje ter ob tem občuduješ Ljubljano, oblečeno v praznična oblačila – novejše lučke.

Tudi dedek je ljubil Ljubljano kot celoto in sam bil del nje. Zadnja leta je ure preživel na balkonu naše hiše na Rudniku in gledal Krim, sam s sabo, zatopljen v misli, kot da bi si skušal zapomniti prav vsako drevo na njem. Pravil je, da se vse spreminja, narava in ljudje, a v spominih živita podoba in utrip našega brhkega mesta nespremenjena, enako lepa. Vse to daje občutek, da je Ljubljana ljubljena in da smo mi ljubljeni v njej.

Nepremično premoženje Mestne občine Ljubljana

Pri razpolaganju z nepremičnim premoženjem in njegovem upravljanju je treba ravnati v skladu z veljavno zakonodajo, ki ureja to področje, ter v skladu z načeli ravnanja s stvarnim premoženjem države in samoupravnih lokalnih skupnosti. MOL vsem zainteresiranim omogoča vpogled v načrtovane prodaje in oddaje nepremičnin, ki so v njeni lasti, in sicer prek spletne aplikacije Nepremičnine MOL (**ljubljana.si/si/voja-ljubljana/nepremicnine-mol**), kjer je tudi v celoti opisano ravnanje z nepremičnim premoženjem. DDV ni vključen v ceno.

PRODAJA POSLOVNEGA PROSTORA

Izključna cena: 2.260.000 €

Prostori v stavbi št. 1725-466 na Resljevi cesti 14, in sicer v 2., 3., 5., 6., 7. in 8. etaži, v skupni izmeri 1250,11 m²

PRODAMO

VEČ KLETI NA VOŠNJAKOVI ULICI 4A IN 4B

- klet v izmeri 9,9 m² (oznaka ID 1725-593-31) na Vošnjakovi ulici 4A po ceni 11.880 €
- klet v izmeri 6,3 m² (oznaka ID 1725-593-33) na Vošnjakovi ulici 4A po ceni 7560 €
- klet v izmeri 5,5 m² (oznaka ID 1725-593-35) na Vošnjakovi ulici 4A po ceni 6600 €
- kleti v izmeri 2,7 m² (oznaka ID 1725-593-39) na Vošnjakovi ulici 4A po ceni 3240 €
- kleti v izmeri 5 m² (oznaka ID 1725-593-27) na Vošnjakovi ulici 4B po ceni 6000 €
- kleti v izmeri 7 m² (oznaka ID 1725-593-28) na Vošnjakovi ulici 4B po ceni 8400 €
- kleti v izmeri 4,7 m² (oznaka ID 1725-593-29) na Vošnjakovi ulici 4B po ceni 5640 €
- kleti v izmeri 9,9 m² (oznaka ID 1725-593-37) na Vošnjakovi ulici 4B po ceni 11.880 €

ZUNANJI DRVARNICI

- zunanja drvarnica v izmeri 3,6 m² (oznaka ID 2679-1012-12) na Tržaški cesti 27 po ceni 2160 €
- zunanja drvarnica v izmeri 3,9 m² (oznaka ID 2679-1012-13) na Tržaški cesti 27 po ceni 2340 €

Več informacij o postopku prodaje najdete na spletni strani **ljubljana.si/si/razpisi-razgrnitve-in-javne-objave**.

Cene ne vključujejo dvo odstotnega davka na promet nepremičnin, ki ga plača kupec.

Mestna občina Ljubljana



Mestni svet Mestne občine Ljubljana

Komisija za priznanja vabi k predlaganju kandidat in kandidatov za:

- podelitev naziva častni meščan oziroma častna meščanka glavnega mesta Ljubljana,
- nagrado glavnega mesta Ljubljana in
- plaketo glavnega mesta Ljubljana.

Kandidatke in kandidate za naziv častni meščan oziroma častna meščanka glavnega mesta Ljubljana je mogoče predlagati vse leto, za leto 2022 pa pridejo v poštev kandidature, vložene do 31. marca 2023.

Kandidatke in kandidate za nagrado glavnega mesta Ljubljana in plaketo glavnega mesta Ljubljana je mogoče predlagati do 3. marca 2023.

Razpis in obrazci so do izteka prijavnega roka dosegljivi na **ljubljana.si/si/razpisi-razgrnitve-in-javne-objave** in v prostorih Glavne pisarne Mestne občine Ljubljana na Mačkovi ulici 1.



Spoštovane krvodajalke, spoštovani krvodajalci mesta Ljubljana!

Vljudno vas vabimo, da darujete kri za zdravje in življenje soljudi. Pokličite 051/389 270, 051/671 147 ali 030/716 796 in se naročite na odvzem. Krvodajalske akcije bodo 17. in 24. februarja na Zavodu RS za transfuzijsko medicino na Šlajmerjevi ulici 6. Več informacij na **ztm.si**.

Hvala, ker darujete kri za življenje.

Rdeči križ Slovenije – Območno združenje Ljubljana



Pot ob žici
65. pohod * 4. - 6. maj 2023 * Ljubljana

Odperte prijave na majski Tek trojk

Letos bo od 4. do 6. maja potekal že 65. Pohod ob žici. Na njem organizatorji pričakujejo najmanj 35.000 pohodnikov in tekačev. Gre za pohod in tek po poti, kjer je med drugo svetovno vojno stala žična ograja in omejevala svobodo prebivalcem Ljubljane ter njenim obiskovalcem. Prva dva dneva bosta po tradiciji namenjena pohodom predšolskih otrok ter učencev in dijakov, v soboto, 6. maja, pa se bodo na različne pohodne razdalje po zelenem prstanu okoli mesta odpravili tudi odrasli oziroma družine. Za vse velja, da bo izhodiščnih mest več, dolžina hoje pa ni predpisana. Vrtci in šole naj število sodelujočih sporočijo do 20. aprila, prijave za sobotni pohod pa niso potrebne.

Okoli 4500 tekačev pa je pričakovati na Teku trojk, ki bo potekal v soboto, 6. maja. Tam se bo mladina merila na tri, odrasli rekreativci pa na 12 in 29 kilometrov. Rok za prijavo je 20. april.

Vse podrobnosti o pohodih in tekah so na spletni strani **pohod.si**.

VPIS V 1. RAZRED OSNOVNE ŠOLE ZA ŠOLSKO LETO 2023/24

Obveščamo vas, da vpis učencev v 1. razred osnovne šole za šolsko leto 2023/24 na vseh javnih osnovnih šolah v Ljubljani že poteka,

in sicer vsak delovni dan do petka, 17. februarja 2023, od 8. do 12. ure in od 16. do 19. ure.

Starši morate v 1. razred osnovne šole vpisati otroke, ki bodo v koledarskem letu, v katerem bodo začeli obiskovati šolo, dopolnili starost šest let. Osnovne šole za šolsko leto 2023/24 vpisujejo otroke, rojene v letu 2017.

Otroku se lahko začetek šolanja odloži za eno leto na predlog staršev, zdravstvene službe ali na podlagi odločbe o usmeritvi Zavoda RS za šolstvo, če se ugotovi, da otrok ni pripravljen za vstop v šolo. Za postopek ugotavljanja pripravljenosti in odložitve šolanja je pristojna šolska svetovalna služba.

Starši lahko dodatna pojasnila o vpisu otrok dobite na vseh ljubljanskih osnovnih šolah in na Oddelku za predšolsko vzgojo in izobraževanje MU MOL, Resljeva 18 ter na e-naslovu **izobrazevanje@ljubljana.si**. Dodatne informacije so dostopne tudi na spletni strani MOL – zavihek Moja Ljubljana – Otroci – Osnovne šole v Ljubljani.



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



Legendarni kiosk spet v mestu

NINA KOŽAR

V modularnih kioskih K67, ki jih je leta 1966 zasnoval slovenski arhitekt in oblikovalec Saša Mächtig, so nekdanje prodajali vozovnice, vstopnice, prigrizke, izdelovali ključe. V njih so bile tudi trafike, polne zanimivih časopisov, revij, stripov in pogrošnih romanov z vsega sveta. Primerek tega kioska je kot izjemen oblikovalski dosežek shranjen v muzeju MoMa v New Yorku, z naših ulic pa so skoraj povsem izginili. Medijska hiša Delo je v sodelovanju z arhitektom enega odkupila, ga obnovila in postavila na ploščad pred svojo stolpnico na Dunajski cesti 5. V njem bodo organizirali raznovrstne dogodke in srečanja z bralci, pa tudi Delove časopise in revije bomo spet lahko kupili v njem.



Praznovanje v Mali ulici

DAŠA CVJETIČANIN

Mestno igralnico Mala ulica otroci obožujejo zaradi brezskrbne igre in ustvarjalnic v njeni hišici na Prečni ulici 7, igrivih počitniških varstev, potepanj po gozdu in samostojnega obdelovanja vrta na Rakovi jelši. Tudi starši se pod njenim okriljem lahko družijo, si izmenjujejo izkušnje in nasvete, poiščejo psihosocialno pomoč ali pa le v miru spijejo kavo, medtem ko se njihovi malčki varno igrajo. Mala ulica, ki svoj pestri program in ulične aktivnosti izvaja tudi na Rakuševi ulici 6 v Celovških dvorih, letos praznuje 10-letnico delovanja. Entuziastični ekipi, ki pomembno pripomore h kakovostnejšemu življenju v mestu, čestitamo z glasnim »hip hip hura«.



Vsak svoje obleke krojač

NINA KREUZER

Na Kolodvorski ulici 6 si v svetlem prostoru, kjer domuje Anselma, obleko lahko kupite ali pa jo sešijete kar sami. Oblečila, ki jih izdeluje ekipa z ustanoviteljico Ano Malalan Čeligoj, so barvita in trajnostna, saj so narejena iz zavrženega neuporabljenega, a kakovostnega blaga. Veščim krojačem in šiviljam je na voljo »ŠFitness – šiviljski fitness«, kjer so za simbolni prispevek na voljo šivalni stroji in krojaški pripomočki. Če pa bi se radi šivanja šele naučili ali svoje znanje nadgradili, se prijavite na Anselmine delavnice, šnelkurs ali supertečaj, na katerih boste ustvarili svoje kreacije. Njihov urnik si oglejte na spletni strani anselma.si.



Knjižnica za nujne primere

NINA KREUZER

Bolnikom, poškodovancem in njihovim svojcem, ki na urgenci čakajo na obravnavo ali izvide, čas teče veliko počasneje kot običajno. Da bi jim čakanje in skrbi malce olajšali, so v čakalnici postavili knjižnico, njene police pa napolnili s pravljicami za otroke, kriminalnimi romani, zgodovinskimi knjigami, satiro, literaturo v tujih jezikih in različnimi priročniki. Bralci lahko knjige odnesejo domov, knjižnico pa lahko tudi dopolnijo s svojimi. »Odziv obiskovalcev je nad pričakovani. Med zlaganjem knjig me nekateri ustavijo ter izrečejo pohvalo in zahvalo,« nam je z veseljem povedala Barbara Miklošič, koordinatorka zdravstvene administracije in pobudnica knjižnice.

NIMAM OSEBNEGA ZDRAVNIKA.

Kako lahko pridem do zdravstvene oskrbe?

V Zdravstvenem domu Ljubljana so minuli mesec začeli odpirati ambulante za neopredeljene paciente. Doslej so jih v štirih enotah odprli že sedem, dodatne pa bodo odpirali glede na potrebe in zmožnosti. Do 31. januarja so v njih pregledali 1156 pacientov, opredelili pa so jih 895. Ambulante so v tem obdobju skupaj delovale 163 ur.

→ KOMU SO NAMENJENE?

Pacientom, starejšim od 19 let, ki nimajo izbranega osebnega zdravnika.

→ KATERO AMBULANTO NAJ OBIŠČEM?

Opreделите se v ambulanti v tisti enoti Zdravstvenega doma Ljubljana, kjer ste imeli nazadnje izbranega osebnega zdravnika in kjer hranijo vašo zdravstveno dokumentacijo, v primeru kronične bolezni pa so pacienti vodeni tudi pri diplomirani medicinski sestri.

→ KAKO DO OBRAVNAVE?

Pred obiskom ambulante se morate naročiti po telefonu, ob obisku pa hkrati z obravnavo svojih zdravstvenih težav opravite tudi opredelitev. Prednost imajo pacienti, ki so imeli v enotah, kjer delujejo ambulante za neopredeljene, nazadnje izbranega osebnega zdravnika.

→ KAKO POTEKA OPREDELITEV?

Ob obisku ambulante podpišete izjavo o izbiri osebnega zdravnika. Izbira se opravi na izvajalca in ne na konkretnega zdravnika, zato podatkov o osebnem zdravniku na izjavi ne izpolnijo.

→ ALI ME LAHKO OBRAVNAVAJO V VEČ AMBULANTAH?

Ne. Ob zdravstvenih težavah morate obiskati tisto ambulanto, kjer ste se opredelili, saj tam hranijo vašo zdravstveno dokumentacijo, s tem pa zagotavljajo tudi večjo kontinuiteto zdravstvene obravnave.

→ ALI LAHKO ZAPUSTIM AMBULANTO?

Da, po opredelitvi v ambulanti za neopredeljene lahko izberete splošnega osebnega zdravnika ali se preusmerite v ambulanto za neopredeljene pri drugem izvajalcu zunaj območja MOL. V obeh primerih izbira v ambulanti za neopredeljene preneha.

→ ALI LAHKO UPORABLJAM PORTAL ZA PACIENTE?

V Zdravstvenem domu Ljubljana bodo v prihodnje omogočili uporabo portala tudi tistim, ki bodo vodeni v ambulantah za neopredeljene. Pacienti bodo lahko naročali bolniške liste, svojo redno terapijo, napotnice in medicinske pripomočke.

KJE SO AMBULANTE ZA NEOPREDELJENE?

Enota Rudnik, Rakovniška ulica 4

Ambulanta 1 (nekdanji pacienti zdravnika Tadeja Horvata)
 ponedeljek: 14.00-17.30
 torek: 7.00-11.00
 sreda: 7.00-10.30
 četrtek: 7.00-10.00, v ambulanti je le medicinska sestra
 petek: 7.00-11.00
 sobota: 7.00-11.00

Ambulanta 2 (nekdanji pacienti zdravnice Zale Kumše Gale)

ponedeljek: 7.00-10.00, v ambulanti je le medicinska sestra
 torek: 16.00-19.00
 sreda: 14.00-18.00
 četrtek: 14.00-17.30
 petek: 14.00-18.00
 sobota: 7.00-11.00

Telefonske številke za naročanje v ordinacijskem času ambulant: 01/420 24 32 (ambulanta 1), 01/420 24 05 (ambulanta 2) in 01/420 24 00 (za paciente, ki so imeli nazadnje izbranega zdravnika v enoti Rudnik)

Enota Bežigrad, Kržičeva ulica 10

ponedeljek: IZMENIČNO dopoldan 7.30-11.30 in popoldan 14.00-18.00
 torek: 14.00-18.00
 sreda: 7.30-11.30
 četrtek: 7.30-11.30
 petek: 14.00-18.00

*Telefonska številka za naročanje v ordinacijskem času ambulante: 01/300 33 27
 Telefonska številka za splošna vprašanja o delovanju ambulante: 01/300 33 14 (vsak delavnik med 9. in 11. uro)*

Enota Šiška, Derčeva 5

Ambulanta 1
 ponedeljek, sreda in četrtek: 7.00-11.00

Ambulanta 2
 ponedeljek in sreda: 7.00-11.00

Telefonski številki za naročanje v ordinacijskem času ambulant: 01/581 53 57 (ambulanta 1), 01/581 53 76 (ambulanta 2)

Enota Polje, Cesta 30. avgusta 2

Ambulanta 1
 ponedeljek: 7.00-11.00
 sreda: 7.00-11.00 in 14.00-18.00
 četrtek: 14.30-19.30
 petek: 7.00-13.00 in 14.30-19.00
 sobota: 7.00-13.00

Ambulanta 2
 ponedeljek: 7.00-12.00
 torek: 15.00-19.00
 sreda: 7.00-11.00 in 14.30-18.30
 četrtek: 7.00-11.00 in 15.00-20.00
 sobota: 7.00-12.00

*Telefonski številki za naročanje v ordinacijskem času ambulant: 01/586 49 02 (ambulanta 1), 01/586 49 04 (ambulanta 2)
 Telefonska številka za splošne informacije: 041/785 662 (vsak delavnik med 8.30 in 14.30)*

Morebitne spremembe urnikov posameznih ambulant so sproti objavljene na spletni strani ZD Ljubljana zd-lj.si.

Aktivnosti MOL

MOL kot ustanoviteljica ZD Ljubljana kontinuirano skrbi za zagotavljanje infrastrukture za izvajanje njegove dejavnosti. V zadnjih 15 letih so iz proračuna za investicije na tem področju namenili 41,6 milijona evrov. Zadnja večja pridobitev je izgradnja prizidka v enoti Bežigrad, v načrtu pa so še gradnje štirih novih objektov (Jarše, Metelkova, Šmarna gora in Rakovnik).

Štipendiranje mladih zdravnikov

Štipendije za nadarjene MOL je v študijskem letu 2021/22 prejelo 56 studentov s področja zdravstva in sociale. Na občini bodo omogočili tudi štipendiranje študentov 5. in 6. letnika medicine, ki bodo specializirali družinsko medicino in sprejeli obvezo zaposlitve v ZD Ljubljana, mladim zdravnikom, ki se bodo odločili za delo v ZD Ljubljana, pa ponujajo tudi možnost najema neprofitnih stanovanj Javnega stanovanjskega sklada MOL.

IMAM IZBRANEGA OSEBNEGA ZDRAVNIKA.



Elektronska in telefonska komunikacija

Za urejanje administrativnih storitev ni potreben obisk ambulate. To lahko uredite po elektronski poti ali po telefonu. Pri telefonskih klicih prosijo za potrpljenje, saj je narava dela v ambulantah taka, da se zdravnik in medicinska sestra ne moreta vedno oglašiti na klic, saj velikokrat sočasno izvajata diagnostiko, preveze in druge posege.



Kako do portala za paciente

V ZD Ljubljana so lani uvedli portal za elektronsko komunikacijo portal.zd-lj.si, ki omogoča varno elektronsko komunikacijo s pacienti. S pacienti še vedno ohranjajo tudi komunikacijo po telefonu in navadni pošti. Z uvedbo portala so zdravniki in medicinske sestre pridobili kar za petino več časa, ki ga lahko namenijo pacientom v ambulanti. Pacienti imate poleg komunikacije z zdravnikom v portalu tudi vpogled v predpisane terapije, izdane recepte za zdravila in napotnice, prav tako pa lahko neposredno naročate zdravila iz stalne terapije, napotnice za kontrolne preglede in stalne medicinske pripomočke.

Za dostop do portala za paciente je potrebna registracija, ki jo lahko opravite v ambulanti svojega izbranega zdravnika, če imate eno izmed digitalnih potrdil, pa se lahko v portal registrirate kar z domačega računalnika.

V portal se vsakič lahko prijavite s svojim e-naslovom in geslom, ki ga določite sami, ali direktno z digitalnim potrdilom. Ob vpisu teh dveh podatkov boste na e-naslov prejeli kodo, s katero boste lahko vstopili v portal, komunicirali s svojim zdravnikom, urejali administrativne zadeve, pregledovali predpisane terapije in drugo. Obvestilo, da vas v portalu čaka odgovor, boste prejeli na svoj e-naslov.

KAJ VSE LAHKO OPRAVIM NA DALJAVO?

1 Naročanje na pregled

Na pregled se lahko naročite pri svojem izbranem osebnem zdravniku ali pri zdravniku, ki ga nadomešča. Če je le mogoče, se naročite najmanj teden dni pred želenim obiskom. Pred pregledom se doma pripravite, poskrbite za osebno higieno in čista oblačila. Lahko si napišete kratek opomnik, da boste čim bolj izkoristili čas pri zdravniku.

Preden se odločite za obisk zdravnika, ne pozabite, da si lahko pri blažjih zdravstvenih težavah pomagata tudi sami, na primer vzamete zdravila proti bolečinam ali vročini, ki so v lekarni prosto dostopna. Prav tako nekatere blage težave spontano minejo in zadošča samoopazovanje oziroma odloženo čakanje.

V ambulantah sicer prednostno obravnavajo kronične bolnike z akutnim poslabšanjem zdravstvenega stanja oziroma tiste, ki glede na zdravstvene težave pregled bolj potrebujejo.

2 Naročanje receptov, napotnic, medicinsko tehničnih pripomočkov

Recepte za kronično terapijo, napotnice za kontrolne preglede in naročilnice za medicinske pripomočke naročite pravočasno (vsaj 10 dni pred iztekom), saj administrativne storitve praviloma uredijo v roku enega tedna od naročila. Za vse spremembe v terapiji, ki jo je predpisal drug specialist, je treba prinesiti izvid osebnemu zdravniku ali ga oddati po digitalni poti.

3 Bolniški list

Če ste zboleli in potrebujete bolniški stalež, morate obvestiti svojega zdravnika oziroma se oglašiti v ambulanti najkasneje v treh dneh od začetka staleža. Osební zdravnik lahko na podlagi pregleda odpre bolniški stalež največ za tri dni nazaj. Bolniški stalež do 30 koledarskih dni je v domeni osebnega zdravnika, nad 30 pa imenovanega zdravnika na ZZS. Če pričakujete daljši bolniški stalež, se morate najkasneje sedem dni pred iztekom obdobja bolniškega staleža ponovno zglasiti pri osebnem zdravniku z vsemi izvidi specialistov, ki utemeljujejo podaljšanje staleža.



Vrtec otroških sanj

NINA KREUZER

Tik ob Osnovni šoli Dravlje, na Klopčičevi 5, je prenovljena enota Kekec Vrtca Mojca. Prenova je trajala slabo polovico minulega leta, prenovljenih prostorov in okolice pa so veseli otroci, njihovi starši in tudi vzgojiteljice – tako močno so si ga želeli, da so si ga šli med deli večkrat ogledat.

Notranji prostori so zdaj sodobno opremljeni. Objekt so delavci statično obnovili in energetsko sanirali. Kletne prostore so na novo izolirali, vgradili talno gretje, prav tako so po celotnem vrtcu postavili klimatske naprave. Telovadnica v kleti je opremljena s plezalno steno in letveniki, pred vhodom vanjo pa so dodali sanitarije. Ob prenovi so uredili tudi manjši izhod na atrij, namenjen igri otrok.

Prenovljene so sanitarije po drugih delih vrtca, dodali so novo pralnico s klimo, likalnikom in pralnim ter sušilnim strojem. Vgradili so dve dvigali, eno za premik umazane in čiste posode, drugo pa za lažji in hitrejši spust perila v pralnico. Poskrbeli so tudi za prostore vzgojiteljic – pedagoško sobo so jim opremili z mizami in stoli ter lastno garderobo, ki je prej niso imele. Dostop do internetne povezave je zdaj omogočen po celotni ustanovi, vrtec pa je dobil tudi kar nekaj tehnoloških novosti. Med drugim projektor, ki na tla projicira didaktične igre, kot je iskanje parov, pri kateri se otroci premikajo in skačejo po prostoru.

Tudi igrišče, ta mali svet otrok, je dobilo nove elemente. Na njem je več ravnotežnostnih in večnamenskih igralskih, več gugalnic in obnovljen trampolin. Prav tako so bili obnovljeni zunanji glasbeni kottički in čutvene poti. Ker si v vrtcu prizadevajo za ekološko delovanje, so postavili tudi dve visoki gredi. Poligon za kolesa in skiroje je pravo malo dirkališče, dvema peskovnikoma pa so dodali še enega.

Pomočnica ravnateljice Petra Andročec Maček pravi, da je bila prenova uspešna predvsem zaradi odličnega razumevanja staršev ter sodelovanja z MOL in šolami v bližini, kamor so za kratek čas prenove prestavili otroke enote Kekec. Otroci in starši so bili v mesecih prenove v velikem pričakovanju, kako bo videti nov vrtec in kako bo izboljšal bivanje otrok. Ne samo, da so otroci navdušeni nad prenovo in radovedni raziskujejo novi vrtec, izboljšale so se tudi delovne razmere za vzgojiteljice.

Katera srednja šola je prava zame?

Devetošolci so na prelomnici. Pred njimi so naporni meseci, saj jih poleg vsakodnevnih izzivov odraščanja, pridobivanja zadnjih ocen, NPZ-jev in priprav na valetu čaka še pomembna odločitev, vpis na srednjo šolo. Večina pri 15 letih niti ne ve, kateri poklic je pravi zanje, ob tem se morajo še bojevati za točke, ki odpirajo vrata v posamezne šole. Odločitev pa jim lahko olajša obisk informativnih dni, ki jih ta konec tedna organizirajo srednje šole.

KAJA BENKO

N

a osnovnih šolah v osrednjeslovenski regiji se letos šola 6036 devetošolcev, na srednjih na tem območju pa je za prihodnje šolsko leto razpisanih 6778 mest. Prostora je torej dovolj za vse, a kaj, ko se želje mladostnikov (in njihovih staršev) razlikujejo od razporeditve prostih mest na posameznih šolah. Medtem ko na nekaterih mesta ostanejo nezasedena, je za druge večje

zanimanje, kot je prostih mest. In tu se začne boj za točke, ki vodijo na zeleno šolo. Pri vpisu šteje seštevke ocen predmetov sedmega, osmega in devetega razreda, za nekatere programe je treba opraviti tudi preizkuse nadarjenosti ali dobiti potrdilo o izpolnjevanju športnih pogojev.

Svetovalne službe na osnovnih šolah izvajajo številne aktivnosti, s katerimi želijo devetošolcem olajšati odločitev in jih usmeriti na zanje najprimernejše programe. Pri tem koraku so v pomoč tudi informativni dnevi, ki jih srednje šole letos pripravljajo v petek in soboto, 17. in 18. februarja. Povečini ti potekajo v treh terminih, v petek ob 9. in 15. uri ter v soboto ob 9. uri. To bo priložnost, da bodoči dijaki v živo spoznajo šolo, učitelje, dijake in začetijo »vajb« šole, kot temu rečejo sami.

Med prvimi srednjimi šolami, ki so organizirale informativne dneve v obliki, kot jih poznamo danes, je bila Gimnazija Šentvid na Prušnikovi ulici 98. To je bilo v začetku osemdesetih let prejšnjega stoletja. Ravnatelj

gimnazije Jaka Erker nas je spomnil, da je bilo takrat obdobje uvajanja usmerjenega izobraževanja in na njihovi šoli so namesto gimnazijskega programa začeli izvajati program elektronike, nato pa še naravoslovja. Tedanji ravnatelj Jure Grgurevič se je zavedal, da so učenci zaradi vseh sprememb zelo zmedeni, zato je organiziral informativni dan, katerega namen je bil obveščati o novih programih in s tem spodbuditi vpis v šolo. Informativni dan je bil dobro sprejet in se je kmalu razširil tudi na druge šole, danes pa ti potekajo pod okriljem ministrstva za vzgojo in izobraževanje.

Srednje šole se zavedajo, da imajo dobro pripravljene informativni dnevi velik vpliv na odločitev mladih za vpis. Ravnatelj Erker pravi, da imajo vse gimnazije zelo podobne programe, razlike so v podrobnostih in ljudeh. Zato bodočim dijakom svetuje, naj bodo pozorni zlasti na profesorje, ki jih srečajo, dijake, ki sodelujejo na predstavitvah, in odnose med njimi, saj bodo to odnosi, ki jih bodo kasneje živeli kot dijaki.

POMEMBNI DATUMI

17. in 18. februar
informativni dnevi na srednjih šolah

3. april
zadnji dan za oddajo prijav za vpis v začetni letnik srednje šole

16.–21. junij
izvedba 1. kroga izbirnega postopka

23. junij
prijava v 2. krogu izbirnega postopka

29. junij
izvedba 2. kroga izbirnega postopka

»Na šoli morajo iskati in dobiti odgovore zlasti glede uspešnosti dijakov na šoli, kasnejši uspešnosti na fakulteti in življenju nasploh – urejenih ali celo popolnih tovrstnih informacij srednje šole sicer nimamo, a vsaj delno lahko vseeno spregovorimo o tem – o šolskem in obšolskem življenju, prehrani na šoli, varnosti ...« našteva Erker.

Srednje šole imajo med dijaki različen »status«. Nekatere veljajo za zahtevne, druge so priljubljene med tistimi, ki se aktivno ukvarjajo s športom ali umetnostjo, saj jim ponujajo nekatere prilagoditve pouka, spet tretje slovijo po pestrem obšolskem in družabnem dogajanju. Zlasti pri gimnazijah pa na možnosti vplivajo tudi točke, ki jih posameznik potrebuje za vpis. Za vpis na nekatere je lahko odločilno že to, da učenec izgubi zgolj točko ali dve (kar pomeni, da ima v zadnjih treh razredih osnovne šole zaključno oceno štiri le pri enem ali dveh predmetih), pri drugih je ta kriterij nekoliko nižji, a še vedno zelo visok. Tehtanje lahko prevesijo tudi informacije in vtisi nekdanjih dijakov šole, prijatelj ali sorodnikov, a vendarle samo ti ne bi smeli biti bistveni pri izbiri. Odločitev nikoli ni lahka. Pri njej imajo pomembno vlogo tudi starši, vendarle pa se morajo zavedati, da naj dokončno odločitev sprejme otrok. Starši so zato tudi vabljeni na informativne dneve, da skupaj z bodočim dijakom v živo spoznajo šolo in se potem lažje pogovorijo, prislunnejo pričakovanjem in željam otrok, saj ti vsekakor potrebujejo njihove nasvete.

V proces izbire poklica se aktivno vključujejo tudi strokovnjaki kariernih centrov, ki delujejo

pod okriljem Zavoda RS za zaposlovanje. Karierni svetovalci poudarjajo predvsem pomen notranje motivacije, ki je poleg interesov, znanja, učnih navad, sposobnosti in osebnostnih lastnosti posameznika ključna za uspeh in zadovoljstvo v poklicu. Tudi oni se strinjajo, da imajo starši zelo pomembno vlogo, saj svoje otroke dobro poznajo, vedo, kaj jih zanima in na katerih področjih so dobri. Mladostnik pa naj se odloči na podlagi tega, kar ga veseli, razmisli, v čemer je dober in kaj si sam želi.

Pa si res vsi devetošolci želijo na gimnazijo? Podatki Zavoda RS za zaposlovanje kažejo, da namerava na gimnaziji šolanje nadaljevati 35 odstotkov devetošolcev, medtem ko delež razpisanih gimnazijskih programov znaša 29,9 odstotka. Največji delež, 40 odstotkov razpisanih mest, je namenjen srednjim strokovnim, skoraj 27 odstotkov pa poklicnim programom. V kariernih centrih na podlagi spremljanja trenda vpisa v prve letnike srednješolskega izobraževanja ugotavljajo, da se povečuje zanimanje za vpis na štiriletne srednje strokovne in tehniške šole. Šolanje na njih se konča s poklicno matura, s katero posameznik pridobi izobrazbo za opravljanje poklica, hkrati pa ima tudi možnost nadaljnega izobraževanja na fakulteti, seveda ob izpolnjevanju vpisnih pogojev.

Srednji poklicni programi, na katere se po podatkih Zavoda RS za zaposlovanje namerava vpisati 12 odstotkov devetošolcev, trajajo tri leta. Končajo se z zaključnim izpitom in pridobitvijo poklica, motiviranim učencem pa omogočajo tudi nadaljevanje šolanja na dvoletnem poklicno-tehniškem izobraževanju, s čimer dosežejo peto stopnjo izobrazbe. Gimnazijski programi so zahtevnejši od prej naštetih, zato se od mladih, ki se odločajo za vpis na gimnazijo, pričakuje, da so bolj motivirani za učenje, imajo izoblikovane učne navade in da nameravajo nadaljevati študij na fakulteti.

Do 3. aprila, dneva D, ko bo treba oddati prijavo za vpis na srednjo šolo, je še nekaj časa, ki ga lahko devetošolci izkoristijo za zbiranje dodatnih informacij o programih, ki jih zanimajo, preračunavanje točk, ki vodijo na posamezne šole, in razmišljanje o tem, kateri poklic si zares želijo opravljati. Ravnatelj Erker pravi: »Odločitev za srednjo šolo je ena od najpomembnejših v življenju mladih, saj z njo postavljajo temelje za študij ali delo in svojo kariero. Še enkrat pa ponavljam, da mora biti izbira odločitev otroka. S tem mu starši naložijo in omogočijo odgovornost, ki tem letom tudi pritiče.«



Svetovanje na enem mestu

Izbira prave srednje šole ni lahka. Učencem lahko pri odločanju pomagajo šolske svetovalne službe, ki jih spremljajo, jih dobro poznajo in jim lahko svetujejo glede na njihove interese, dosežene rezultate in sposobnosti. Mladi lahko o poklicih, ki so primerni zanje, razmišljajo tudi ob uporabi računalniškega programa Kam in kako, ki je prosto dostopen na spletni strani Zavoda RS za zaposlovanje. Pri odločanju o nadaljevanju izobraževanja, o izbiri poklica ter razvoju kariere pa lahko njim in njihovim staršem pomaga tudi pilotni projekt Svetovanje na enem mestu, ki letos poteka prvič. Brezplačno svetovanje izvajajo karierni svetovalci Zavoda RS za zaposlovanje, svetovalci iz izobraževanja odraslih (v sodelovanju z Andragoškim centrom Slovenije), med njimi tudi svetovalci javnega zavoda Gene Štupar in CDI Univerzum, karierni svetovalci s treh univerz ter drugi.

V Ljubljani brezplačna karierna svetovanja potekajo osebno od 13. do 24. februarja, vsak dan od ponedeljka do petka od 15. do 19. ure v prostorih Kariernega središča na Smoletovi 12. Za več informacij pišite na e-naslov vko@ess.gov.si.

Če je mesto lepo, je lepše tudi življenje

Po 16 letih se je konec januarja od dela na MOL poslovil podžupan prof. Janez Koželj. Svoje naloge je predal novemu podžupanu doc. Roku Žnidaršiču. Prof. Koželj odhaja z nekaj grenkobe, predvsem zaradi kritik na svoj račun iz dela strokovnih krogov, a tudi ponosen, da se je mesto med njegovimi mandati temeljito spremenilo, se spet razživelo in postalo tisto, kar je danes: živahna, privlačna prestolnica, v kateri je lepo živeti ali jo obiskati.

JAK VREČAR

Profesor Koželj, ljudje smo lahko pozabljivi. Ko se poskusim spomniti Ljubljane leta 2006, torej ob začetku vašega dela v Mestni hiši, mi najprej pridejo na misel kupi pločevine v strogem centru, pa zaparkiran Kongresni trg, kaotičen avtomobilski promet, zaradi katerega je pešec na primer komaj prišel po Wolfovi. No, pa zapuščeno obrežje Ljubljane ... Česa se spominjate vi?

Če uporabim staro tujko, je bilo mesto »šebig«, zanično. Izraz se lahko sliši grobo, ampak marsikaj je bilo narobe. To me je kot meščana in kot arhitekta bolelo. Nekaj ste že našli. Ne bom pozabil, da so prišli recimo kolegi iz tujine in me spraševali, ali je fasada Kozolca na Bavarskem dvoru poškodovana še od kakšne vojne. Mesto je bilo oluščeno, sivo, brezbarvno. Tu ne mislim le na fasade, ampak na celostni videz in značaj mesta. S podobo Ljubljane se pred tem dolgo ni nihče ukvarjal, zanemarjena je bila.

»MORAM PRIZNATI, DA ME JE POGOSTO ZABOLELO, KO SO LJUDJE, KI BI MORALI ARHITEKTURO RAZUMETI, GLASNO NEGODOVALI IN KRITIZIRALI VSEVPREK.«

Predvsem pa je vladala nekakšna brezvoljnost, prepričanje, da se ne da nič spremeniti. Ker kaj pa bi bilo, če bi začeli nekaj delati? Potem bi vendar tisto novo odstopalo od drugega, obstoječega. S takimi pomisleki sem se srečeval na začetku. No, saj ponekod se še danes.

Merite tu na kritike, ki so bili precej glasni pravzaprav ves čas?

Da. Moram priznati, da me je pogosto zbolelo, ko so ljudje, ki bi morali arhitekturo razumeti, glasno negodovali in kritizirali vseprek. Prijatelji in strokovni sodelavci so me na začetku opozarjali, da bodo ves čas letela polena pod noge. Najglasnejši so pač praviloma tisti, ki raje kaj kritizirajo, kot pa ustvarijo. Namerno sprejeda, kaj je drugače, bolje. Poglejte, nekateri so najprej rekli, da se tako ne da nič narediti, ker je mestna arhitektura oziroma urbanistična ureditev Ljubljane prezapleten klobčič. Potem se je mesto začelo prebujati, pa se je slišalo, da samo »lišpamo« središče. Pa da bo konec sveta, če se ne bo dalo z avtom peljati po Slovenski. Potem ko smo ustvarili ogromen prostor za pešce in s tem omogočili, da je arhitektura skupaj s preurejenim javnim prostorom, spomeniki, prenovljenimi zgodovinskimi hišami postala del estetskega doživljanja mesta, so se pritoževali, da je to le kulisa, razglednica za turiste. V mestu, v katerem imamo že skoraj stoletje Nebotičnik, jih je motilo, da spodbujamo vertikalni razvoj, torej višje stavbe v centru. Pa da jemljemo mesto ljudem na račun zunanje podobe. Da izvajamo gentrifikacijo, da nam ni mar za meščane. Pa ni res!

Na kaj ste ponosni?

Ne gre za to, na kaj sem ponosen sam. Tu ne gre za osebne dosežke enega človeka. Gre za to, da smo skupaj z množico tistih, ki so sprejeli izziv, poskrbeli, da se je mesto končno začelo spet razvijati. Da smo ostali zvesti dediščini bogate arhitekturne in urbanistične tradicije, Fabianijeve, Plečnikove, Ravnikarjeve Ljubljani.

Prepričan sem, da je Ljubljana danes mesto, v katerem je lepo živeti. Prijazno mesto je, ima svoj karakter. Odprta je za domačine in obiskovalce. In tu ne gre le za podobe hiš ali široke površine za pešce. Gre za to, da ima mesto podobo in energijo, ki se prenašata na ljudi. Če je mesto urejeno in privlačno, smo bolj sproščeni. Drugače se obnašamo in komuniciramo. Preprosto drugače živimo. Spomnite se Ljubljane, ki je bila čez vikend »mesto duhov«, iz katere so tudi meščani bežali, ker se niso mogli sprostiti, uživati. Danes gremo na sprehod, se peljemo s kolesom, si vzamemo čas zase ob vodi ali v parku, se srečamo s prijatelji. V lepem mestu je življenje lepše in Ljubljana je danes lepa.

Si jo lahko delimo s turisti? Tudi tu se sliši, da je obiskovalcev preveč, da nas izrinjajo ...

Dejstvo je, da turizem težko ustaviš. Ko gremo mi kam drugam, uživamo v lepotah drugih krajev in si želimo videti najlepše. Enako je, ko pridejo drugi k nam. To, da je Ljubljana danes tako prepoznavna, da ima v tujini ugled in da je zaželena destinacija, je priznanje in priljubljenost za vse. Z vpisom v svetovno dediščino Unesca ima kot Plečnikovo mesto podoben status kot Gaudijeva Barcelona. Je mala metropola, ki pa ima nesorazmerno veliko različnih kulturnih dogodkov, na primer Ljubljanski festival. Ima bogato kulinarčno ponudbo, čutiti je tudi že prav sredozemski utrip mesta na vodi. Dobila je korzo ob reki, rečne regate, supanje, skratka tudi tu je zaživela. Vse to so prednosti mesta, ki niso namenjene izključno prebivalcem ali pa turistom. Če bomo pametno nadaljevali, bomo lahko še naprej v njem uživali vsi.

Omenili ste rečni utrip. Devet novih mostov je tudi del vaše zapuščine.

Majhna brv ali pa povezovalni most, kot je tisti pri Cukrarni, vse to je del širše zgodbe. Gre za to, da smo mesto odprli, da se javni prostor razrašča. Življenje se je prebudilo ob Petkovškovem nabrežju vse do Roga, danes imamo



»NE GRE ZA TO, NA KAJ SEM PONOSEN SAM. TU NE GRE ZA OSEBNE DOSEŽKE ENEGA ČLOVEKA. GRE ZA TO, DA SMO SKUPAJ Z MNOŽICO TISTIH, KI SO SPREJELI IZZIV, POSKRBELI, DA SE JE MESTO KONČNO ZAČELO SPET RAZVIJATI.«

potezo ob Ljubljani, ki se vije daleč dlje kot prej. Ampak to ni moje osebno delo. Ponosen sem, da smo v teh »mojih« letih izvedli skoraj 50 natečajev. Če čez palec rečemo, da je bilo v vsakem prijavljenih recimo 10 projektov in da je v timih delalo po 10 ljudi, je to pet tisoč ljudi, ki so razmišljali, kako bi se lahko Ljubljana razvila in kako bi s tem izboljšali življenje

v mestu. Samo za ureditev nabrežij in nove vsebine ob Ljubljani je bilo recimo v delo vključenih osem arhitekturnih birojev. To je tisto, na kar smo lahko ponosni vsi.

Odhajate z lepo »odkljukanim« seznamom projektov, ki ste si jih zastavili.

Razlika med običajno politiko v Sloveniji in nami je, da smo dejansko nekaj naredili. V občinski prostorski načrt MOL smo leta 2010 zapisali 22 projektov. »Gremo delat, ne pa samo obljubljal,« smo si rekli. In dokončali smo vse razen dveh ali treh, pri katerih je bilo deležnikov in zapletov preprosto preveč. V tem času se je na ravni države zamenjalo kar nekaj vlad, 16 državnih projektov v prestolnici – ker Ljubljana nikakor ni le mesto zase, ampak tudi srce Slovenije – pa še kar caplja na mestu. Enega državnega arhitekturnega projekta ne moremo pokazati

»Koželjeva« Ljubljana

Mestni arhitekt bo večini ostal najbolj v spominu kot tisti, ki je vodil preobrazbo mestnega središča, še posebej Slovenske ceste, v prostorno peš cono in območje sobivanja avtobusov, koles, pešcev ... Sam vidi danes Ljubljano kot »fotogenično, priljubljeno, dinamično in napredno mesto«. Ob »klasičnih« ogledih bi ne le turistom, ampak tudi domačinom med drugim priporočil ogled alternativne Ljubljane po poteh mestnih grafitov ali recimo njenih točk LGBTQ+. V srcu pa ima med njenimi unikatnimi lastnostmi kot meščan še vedno posebno mesto za Pot spominov, ki jo opiše kot »35-kilometrski zeleni obroč, največji spomenik in skupnostni prostor mesta«.

v mestu v zadnjih desetletjih. Največja gradbena jama pa na papirju že zdavnaj dokončani NUK 2 in podobno so madeži, ki jih ne more odpraviti samo mesto. Sem sicer optimist, vsaj kar zadeva najbolj kričeče zadeve. Menim, da bo mesto v prihodnjih letih končno le dobilo tudi prepotrebno avtobusno in železniško postajo. Mesto tu dela vse, kar lahko, ampak zavedati se je treba, da to nikakor ni projekt MOL, ampak širša zgodba.

Kaj si želite videti v Ljubljani v prihodnje?

Prepričan sem, da se lahko mesto razvija naprej. Tu so že novi projekti, med drugim dve novi kopaljšči in dva športna centra – atletski in plezalni. Pa socialna stanovanja blizu mestnega središča, »vrtni mesti« Hrušica in Sibirija ... Ker ima vizijo in strategijo in ker smo si v tem dobrem desetletju in pol dokazali, da lahko načrte tudi uresničimo, računam, da se bo Ljubljana še hitreje sistemsko preobrazila v trajnostno mesto. Izbrani smo v Misijo 100 brezogljivnih, podnebno nevtralnih mest 2030. Mesto bo postalo laboratorij za dobre prakse na vseh področjih: digitalizacije, zelene sončne energije, krožnega gospodarstva, ekološkega samooskrbnega kmetijstva, javnega prevoza z avtobusi na vodik, mestnimi vlaki in mestno logistiko. Vidim Ljubljano, v kateri so trajnostne gradnje iz lesa, kjer znajo upravljati padavinske vode, mestne gozdove in mestno zelenje.



Foto: Leana Herak



Foto: Rudi Paškulin, hrani MNZS



Foto: Nace Bizilj, hrani MNZS



Foto: Rudi Paškulin, hrani MNZS



Foto: Miško Kranjec, hrani MNZS

Trg, mesto in država

BOŠTJAN NARAT

Ko je pred nekaj več kot pol stoletja tedanji vrt Uršulinskega samostana prekril beton, to seveda vsem Ljubljankam in Ljubljančanom ni bilo všeč. A verjetno se mora mesto v nekem trenutku pač odločiti, da hoče biti mesto. Tako kot mora država zato, da nastane, najprej ugotoviti, da sploh hoče obstajati. Trg, ki mu je včasih dajala ime revolucija, danes pa republika, je za oba — državo in mesto — bistvenega pomena.

Trg pred parlamentom ni zamenjal samo imena, spreminjal je tudi svojo podobo. Vse do leta 2014 je bil parkirišče, in šele ko se je morje pločevine umaknilo, je lahko zadihal s polnimi pljuči. Ko je izgubil svojo uporabnost, je dokončno postal to, kar bi moral biti že vse od začetka: simbol, spomenik, ena ključnih točk mesta in osrednji trg države.

Slovenija se je kot država kalila in ustvarjala prav tu — mnogi ključni dogodki, od protestov do

proslav, so se zgodili na Trgu republike. In še danes se dogajajo. Ko nam to, kar počne oblast, ni všeč, gremo na trg in ji to povemo v obraz. Kako nam in če sploh prisluhne, je drugo vprašanje. Imamo možnost, da to storimo, in vloga trga je tu bistvena.

Trg republike je eden najbolj odprtih prostorov Ljubljane. Sprehodite se po njem, kar tako, brez cilja, stopite na sredino in se ozrite okoli sebe, občutek je fenomenalen. Na eni strani že omenjena stavba državnega zbora, pred katero ni ne ograje, kaj šele visokega zidu — v marsikateri prestolnici je kaj takšnega nepredstavljivo. Malce skrit za emonskimi vrati — k njim se še vrnemo — je Cankarjev dom, brez katerega si slovenske kulture in umetnosti preprosto ne moremo predstavljati. V senci dreves stojita spomenika revoluciji in Kardelju, predmeta večne polemike in simbola antagonizmov, brez katerih bi bila ta država morda bolj preprosta, a zagotovo drugačna, kot je. In nasproti Maxi, eden zadnjih branikov meščanskih nakupovalnih navad pred šoping centri na robu mesta.

Nad vsem skupaj pa vrata, dvojček stolpnic, ki sta tako kot celoten kompleks Trga republike z Maxijem in Cankarjevim domom vred delo Edvarda Ravnikarja, arhitekta, katerega leto slavimo. V prvotnih načrtih sta bili stavbi skoraj dvakrat višji in tudi služili naj bi drugemu namenu. Ena bi morala biti domovanje oblasti, druga naj bi postala središče gospodarske moči nekdanj najbolj severne jugoslovanske republike. Ampak čas, okoliščine, razmere ter takšni in drugačni interesi so opravili svoje — ideja in njena uresničitev sta bolj sestrični kot sestri. Zahodno stavbo je prevzela Iskra, takrat super uspešno podjetje, ki je sčasoma ugasnilo. V vzhodni je banka, odkar smo samostojni, ji pravimo Nova Ljubljanska, a ne pozabimo, včasih smo ji rekli samo Ljubljanska. Ja, Trg republike je prostor mnogih zgodb in svojevrsten spomenik naše zgodovine in sedanjosti, v njenih prijetnih in manj prijetnih odtenkih.

Verjetno se skejtarji, ki se na stopnicah pred Ravnikarjem zbirajo že od druge polovice osemdesetih, na vse to ne ozirajo. Tako kot mladina, ki Trg republike zavzame ob petkih. In verjetno bi jih marsikdo od tam najraje izgnal — roko na srce, res bi lahko kdaj pospravili za sabo. Po drugi strani pa Trg republike brez njih ne bi bil isti. Kaj nam bodo trgi, če na njih ni ljudi?

Zgodi se, da na Trg republike postavijo ograje, če ne prej, se takrat zavemo, kako dragocen je ta prostor. Njegova odprtost je lakmusov papir stanja naše države in kondicije naše demokracije, nič od tega pa ni samoumevno. Zato se kdaj pa kdaj sprehodite po njem — kar tako, brez cilja — in ga zadihajte s polnimi pljuči. Ker ga lahko.

Kjer se zgodi marsikaj, nikoli pa dolgčas

Če bi ulice pripovedovale zgodbe, bi na Trubarjevi našli novo na vsakem koraku. A pri tem ne bi prisluhnili suhoparnim vsakdanjim anekdotam, ki bi vam jih morda ponudila kakšna druga cesta. Tu so doma dogodivščine, lokalci z vseh vetrov in svetov ter skupnost vsega po malem. Trenutki, ki jih film ne zmore ujeti, ker se vendarle zmeraj izkaže, da je prav resnično življenje tisto najbolj zanimivo. Osnovno vodilo je nepoštirkanost.

ŠPELA ZAKOTNIK

Nekoč se je Trubarjeva začela z več-nadstropno sivo stavbo, v kateri so imeli enostavno vse. Od Centromerkurja je danes ostala še majhna trgovina, ki vabi z napisom nad vhodom: sukanci, volna, gumbi. Le nekaj metrov naprej lahko vidimo, kaj znaajo spretne roke iz takšnih in drugih materialov ustvariti. Klobučarna Mimi je na Trubarjevi cesti že 15 let, v Ljubljani pa že skoraj štiri desetletja. Ročno izdelane klobuke so nekoč, med drugimi, nosile gospe, zaposlene v Centromerkurju in v poslovnih prostorih nad Centralno lekarno, danes pa ob najrazličnejših priložnostih krasijo dame vseh starosti in položajev. Klobuk s Trubarjeve je tako nosila tudi nekdanja premierka Alenka Bratušek, ko se je pred skoraj desetimi leti v Vatikanu srečala s papežem.

Naslednja izložba je dobro poznana večini Ljubljancem, saj na tem mestu kraljuje že več kot 30 let. Starinarna Antiqua Carniola že od zunaj pokaže bogato dušo, zato smo vanjo vstopili ponižno in spoštljivo – tu stanuje zgodovina. Sprejel nas je širok nasmešek izpod zavihanih sivih brkov lastnika in kustosa Jake Prijatelja, takoj za tem pa sploh nismo vedeli, kam bi uprli oči. Umetnine in starine, ki so »prišle od lokalcev, prek njih pa iz vsega sveta in obdobja«. V takšnem okolju je težko ne ustvarjati in Prijatelj se rad postavi tudi za objektiv in ulovi karakter Trubarjeve. Zanj je namreč ena najbolj živih in posebnih ulic v Sloveniji z uporniško dušo. Pokaže fotografije odštekano napravljenih mimoidočih in v oči nam pade par, od pet do glave oblečen v uniformo vojakov imperija iz kulturnih filmov Vojna zvezd. »To je bilo pa za pusta?« smo vprašali, pa se je malo začudil. »Ne, to pač je tako.«

Nekaj korakov naprej – če vas le ne premami postanek v prodajalni Štorija s ponudbo naravnih vin domačih vinarjev ali legendarni Reformatore bar, na katerega že 30 let prisegajo domačini – se lahko zatopite v tekstilne nakupe iz druge roke. Second

hand textile house je na Trubarjevi že pet let in po besedah poslovodje imajo stalno razstavljenih več kot 5000 kosov oblačil, obutve in dodatkov. »Vsak kos, ki ga prodamo, takoj nadomestimo z novim – sicer bi bila trgovina prazna v tednu dni,« razloži. Tudi v Ljubljani je nakupovanje rabljenih oblačil vse manj tabu in vse bolj »in«, vse več strank je prav med mladimi.

Ko smo prečkali semafor na križišču z Resljevo cesto, pa so se nam pocedile sline. Abi Falafel že več kot 20 let razvaja brbončice domačinov in turistov, nekaj zadnjih let je med slednjimi ogromno Francozov. »To pa zato, ker nas je znani francoski blogger vključil v eno od svojih objav in nas pohvalil,« so nam povedali. Edinstvene okuse in arome Bližnjega vzhoda ponujajo tudi Libanonske meze in drugi užitki, ki sta jih Trubarjevi leta 2014 predstavila Aja Hafner Taha in njen mož. »Kar ponujamo, ni čisti 'mainstream', prav tako to velja za Trubarjevo, njen utrip in obiskovalce. Težko bi bili na boljši lokaciji!«

Ko boste okusili njihove dobrote, jih boste hoteli kdaj pričarati tudi doma. Osnovne surovine zanje se skrivajo v Hiši začimb, sosednji zgradbi z bogato ponudbo začimb vseh vrst, dobite pa tudi odlične dateljne, različne esence, olja in čaje. »Imamo redne stranke iz vse Slovenije, ki želijo eksperimentirati pri kuhanju ali podoživeti izkušnjo s potovanja, pa tudi zdravo živeti,« pove lastnik Osman Đogić, nekdanji ljubljanski mufti.

Po hrani se prileže skodelica kave, a Trubarjeva navdahne k izstopu iz cone ustaljenega. V trgovini Toma Mate že brbota čaj mate iz Južne Amerike, ki se pije po slamici. Postreže prijazna lastnica, Argentinka s primorskim naglasom – poročena je namreč z Novogoričanom –, ki v svoji trgovini ponuja tudi najrazličnejše argentinske dobrote.

Tik pred slesovom nam k nogam priteče še bobtailka oziroma staroangleška ovčarka Emi. »Vam oddam psa za vikend,« se mi nasmehe mimoidoči lastnik. Tako pač je to, na Trubarjevi.

PRI MLINSKIH KAMNIH

Na vogalu Trubarjeve ceste in Prečne ulice stojijo mlinski kamni. Od druge polovice 17. do konca 19. stoletja je na tej lokaciji namreč delovala gostilna Pri mlinskem kamnu. Ime je dobila po mlinskih kamnih, ki so jih prodajali v sosednji hiši in naj bi v tistem času kar ležali po ulici. Poleg zgodovinskega opomnika, da je bila Trubarjeva nekoč obrtniška ulica, nam v toplih mesecih ponudijo prostor za sedenje. Kamne so postavili v sklopu celostne prenove Trubarjeve ceste, ki se je končala junija 2020, vključevala pa je obnovo in gradnjo kanalizacije, vodovoda, plinovoda, vročevoda, optične infrastrukture in javne razsvetljave ter tudi priključne ulice.

IVAN IN MILENA

Na Trubarjevi je krajši čas stanoval tudi Ivan Cankar, in sicer v Rohrmannovi hiši, ki je bila v lasti uspešnega trgovca Viktorja Rohrmanna. Med Viktorjevo hčerko Mileno in Ivanom je namreč tlela daljša romanca, ki se je večkrat prekinila in znova začela, nikoli pa se nista poročila. Zato o Mileni Rohrmann beremo tudi kot o Cankarjevi nesojeni nevesti ali njegovi zadnji veliki ljubezni. Ko se je Cankar pri padcu po stopnicah hudo poškodoval in kasneje zaradi posledic poškodb tudi umrl, ga je Milena prepeljala k sebi na Trubarjevo, kjer so zanj nekaj časa skrbeli.

KNJIGA O TRUBARJEVI

Leta 2019 je o Trubarjevi izšla umetniška knjiga Trubarjeva – izrazi ulice v spreminjanju. Različni avtorji so ulico prikazali s štirimi tehnikami, v besedi, fotografiji, skici in z grafičnim kolažem. Pobudnica projekta je bila fotografinja Manca Juvan, v knjigi pa je predstavljenih 14 posameznikov, ki imajo na Trubarjevi svoje gostinske, obrtniške in umetniške lokale – tudi nekateri, ki nastopajo v našem članku. Svoj izvod lahko naročite prek spleta na trubarjeva.si.





Minutka za vzpon na Grajski grič

Tirna vzpenjača na Grajski grič, ki je začela obratovati 28. decembra 2006, je v 16 letih svojega delovanja postala ena od znamenitosti Ljubljane. Do januarja letos se je z njo peljalo že 5.216.748 potnikov, ki so uživali v lepem razgledu in hitrem vzponu. Tudi mi smo se z njo odpravili nad mesto.

MIČA VIPOTNIK

1 Na spodnji postaji vzpenjače lahko v hišici Knjigobežnici najdete kakšno zanimivo knjigo in jo zamenjate za svojo, ki ste jo že prebrali.

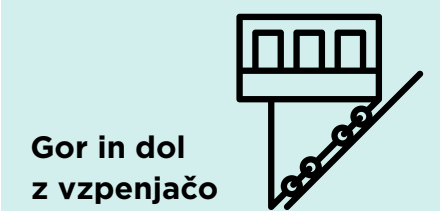
2 Prispeli ste na zgornjo postajo vzpenjače. Od tu naj vas pot vodi na sprehod po Grajskem griču ali obisk razstav, dogodkov in doživetij na Ljubljanskem gradu. Lahko pa se povzpnete tudi na grajski stolp in si mesto ogledate tako, kot ga vidijo ptice.

Spodnja postaja tirne vzpenjače je na Krekovem trgu nasproti osrednje ljubljanske tržnice. Umeščena je med stavbo, kjer domujeta Šentjakobsko in Lutkovno gledališče, ter stavbo, v kateri so štirje lokali, kjer v toplih mesecih težko najdeš pristo mizo. S fotografom Markom sva izbrala res najlepši dan v januarju. Ljubljana se je kopala v soncu, videlo se je daleč do zasneženih gora. Sivino preteklih dni v tako lepem dnevu kar pozabiš. Na Ljubljanski grad naju je popeljal Urh Tacar, sicer študent restavracije iz Ljubljane, ki je za vožnjo vzpenjače moral narediti tečaj in pridobiti licenco. Vseh voznikov oziroma spremljevalcev vzpenjače z omenjeno licenco je devet. Steklена kabina je med drsenjem proti vrhu ponujala prekrasen pogled na mesto, obsijano s soncem.

»Osem ur na dan spremljam potnike gor in dol. Tirma vzpenjača vozi na deset minut. Najraje imam pomlad, takrat je najlepše, tudi temperatura je ravno prava,« pravi Urh Tacar, ki je s plačilom kar zadovoljen, ob sobotah in nedeljah pa dobi še nekaj več. To delo občasno opravlja že od junija 2018. Kakšnih posebnih ekscesov se ne spomni, tudi okvar naprave ne. Po koncertih ali prireditvah, ko se obratovalni čas vzpenjače podaljša, so potniki dol grede včasih bolj razpoloženi, a simpatični.

V zimskih mesecih se zvrsti do 200 potnikov na dan, konec tedna jih naštejejo od 800 do 1000. Povsem druga pesem je spomladi in poleti. Takrat je ogromno turistov, tudi do 3500 na dan. Vzpenjača takrat »šiba« na šest minut. »Tuji turisti najbolj občudujejo razgled, ki seže čez prestolnico vse do Kamniško-Savinjskih Alp, domačini pa jo največkrat uporabijo za obisk katere od številnih prireditvev, ki se odvijajo za grajskim obzidjem. Kadar je res veliko potnikov, se zdi, da domačini nimajo veliko potrpljenja za čakanje v vrsti,« opaža Urh Tacar.

Če bi se tirma vzpenjača pokvarila in bi se ustavila sredi poti na grajsko planoto, so za reševanje potnikov pripravljene trije načini: gravitacija, pomoč



Gor in dol z vzpenjačo

118 metrov: dolžina proge

70 metrov: višinska razlika

1 minuta: trajanje vožnje v eno smer

33: število potnikov, ki se lahko hkrati peljejo v kabini



meseci I., II., III., IV., X., XI., XII.: od 9. do 19. ure

meseci V., VI., VII., VIII., IX.: od 9. do 22. ure



6 evrov povratna vozovnica

4,5 evra povratna vozovnica za potnike od 7. do 18. leta, študente, upokojence in skupine nad 15 oseb

3,3 evra enosmerna vozovnica

2,3 evra enosmerna vozovnica za potnike od 7. do 18. leta, študente, upokojence in skupine nad 15 oseb

45 evrov celoletna grajska vstopnica z neomejenim številom voženj

enote gasilske brigade ali uporaba reševalnega vozička. Ko so jo konec decembra 2006 zagnali, se je v prvih petih dneh kar dvakrat pokvarila, kasneje se to, na srečo, ni več zgodilo.

Vrnimo se malce v preteklost, ko je bilo treba na Ljubljanski grad še hoditi peš ali s kakšnim prevoznim sredstvom. Leta 1897 se je takratnemu županu dr. Ivanu Hribarju porodila ideja, da bi mesto odkupilo grad od avstro-ogrskih oblasti in napravilo nekakšno dvigalo, ki bi obiskovalce za približno deset krajcarjev popeljalo na vrh griča. No, od te ideje do uresničitve je minilo kar precej let. Za gradnjo vzpenjače se je kasneje zavzela županja Vika Potočnik, nato pa še njena naslednica Danica Simšič. A idejo je spremljalo kup pomislekov, med njimi tudi ta, da bo posek dreves povzročil drsenje zemlje proti stavbi Šentjakobskega in Lutkovnega gledališča. Nazadnje sta osnutek tirne vzpenjače izrisala arhitekta Miha Kerin in Majda Kregar iz projektivnega biroja Ambient. Za ta vrhunski dosežek sta leta 2008 na 21. bienalu industrijskega oblikovanja prejela celo zlato medaljo. Kakorkoli že, potrebno je bilo 109 let, da se je zamisel dr. Ivana Hribarja uresničila. Njegovo grajsko dvigalo pa je postalo tirna vzpenjača.

(Brez)časnost mestnih ur

Naša prestolnica je zakladnica edinstvenih, res zanimivih ur. Vsaka od njih tiktaka svojo zgodbo, spominja na dragoceno zgodovino in nosi bogat značaj. Meščanom še po toliko letih služijo zaradi svoje ohranjenosti in brezhibnega delovanja. Jih še opazite?

NINA KREUZER

Sončna ura stolnice sv. Nikolaja

Če vas pot zanese od mestne tržnice v smer Magistrata, se ne pozabite ozreti navzgor na vzhodno stran južne stene stolnice sv. Nikolaja na Dolničarjevi ulici 1, ki jo krasí prelepa sončna ura. O njej ni veliko podatkov. O času njenega nastanka priča letnica 1826, zapisana na traku mično oblikovane rimske številčnice. Pod trakom je latinski napis *Nescitis diem neque horam*, kar pomeni »ne veste ne dneva ne ure« in opominja na človekovo poslednjo uro. Na stolnici je poleg sončne ure še veliko drugih umetnin, ki so vredne ogleda.

Sončna ura na vrhu osnovne šole

Ure na Osnovni šoli Vodmat se je leta 1999 s sodelavci domislil učitelj Tomaž Oršič. Stvaritev, ki jo najdemo na Potrčevi ulici 1, velja za največjo sončno uro v Sloveniji. Je tudi del učne poti Potujemo po našem osončju, posvečene učitelju Pavlu Kunaverju, ki se je navduševal nad astronomijo in v zadnjih letih svojega pedagoškega delovanja lepote vesolja približal učencem šole. Ura v obliki petmetrskega sonca krasí šolsko poslopje in prikazuje preračunane razdalje planetov v osončju. Za lažjo predstavo o oddaljenosti pa so za planete simbolno označili šole in druge ustanove po mestu.

Rotovška ura

Tista na Stritarjevi ulici 2 kraljuje že tri stoletja in velja za eno najstarejših stolpnih ur v našem mestu. Leta 1718 jo je izdelal Baltazar Hoffmann, Bavarec, ki se je v začetku 18. stoletja preselil v naše kraje in odprl urarsko delavnico. Popolno prenovi, ki je trajala kar štiri mesece, je doživela leta 2018. Poleg originalne funkcije kazanja časa prikazuje tudi položaj lune in zvezd. Po rotovški uri so se včasih ravnale vse preostale ure v bližnji okolici. Podobna je praški astronomski uri, imenovani Orloj, ki šteje za eno najlepših v Evropi.

Ura na glavnem kolodvoru

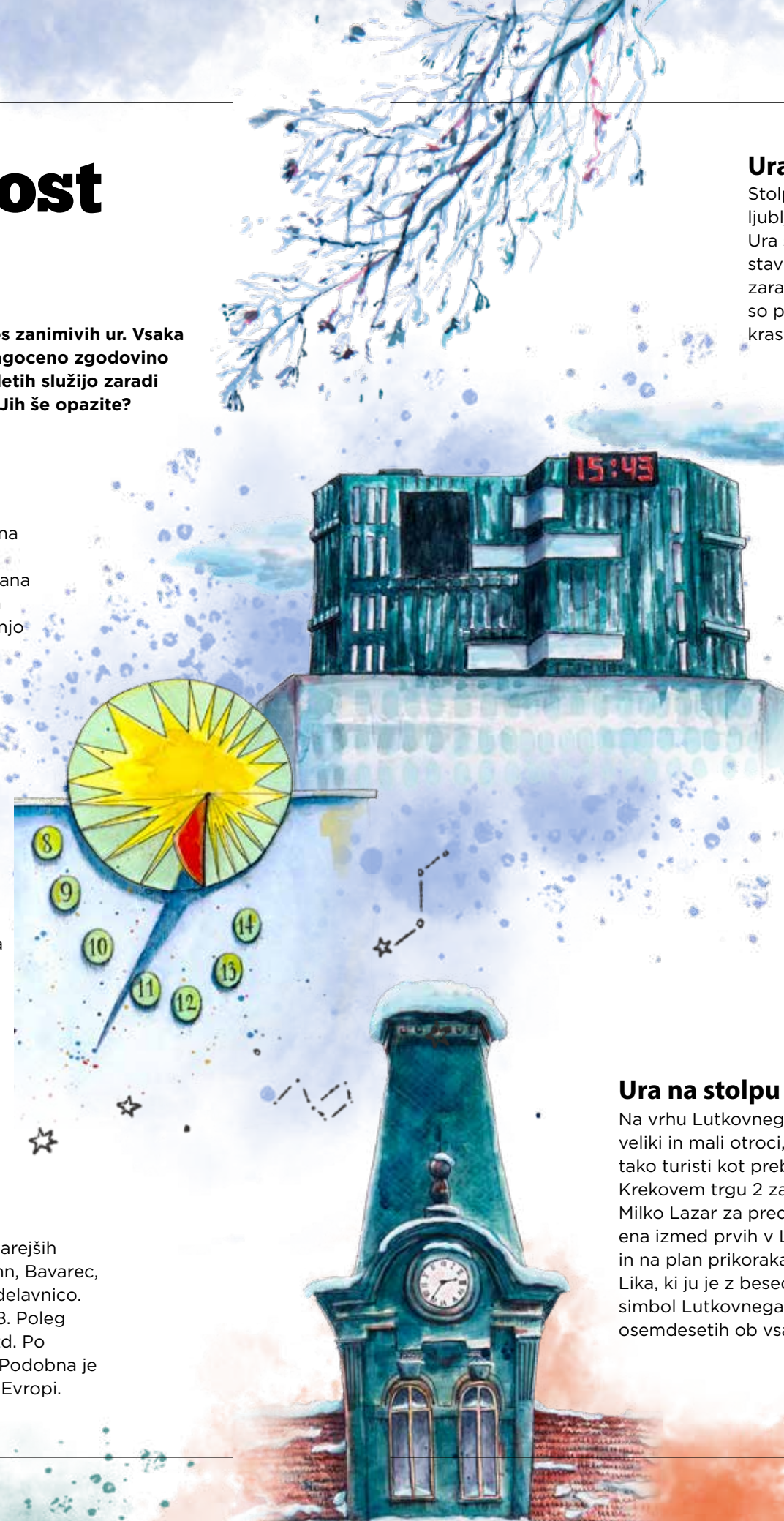
Stolpič z uro na železniški postaji označuje središčno poslopje ljubljanskega kolodvora, ki stoji na istem mestu že vse od leta 1849. Ura še po mnogih letih velja za najbolj izrazit element pročelja glavne stavbe na Trgu Oslobodilne fronte 7. Leta 1895 se je stolpič porušil zaradi enega hujših potresov v Sloveniji doslej. Pomenljivi člen stavbe so po naravni nesreči ponovno sezidali po izgledu originala. Še danes krasí vrh stavbe in opozarja potnike, naj ne zamudijo svojega prevoza.

Ljubljanski Big Ben

Priznani arhitekt Edvard Ravnikar je Trg republike zasnoval leta 1960 – skupaj z digitalno uro, ki se nad upravno stolpnico TR3, nekoč znano kot stolpnico podjetja Iskra, »iskri« že skoraj 50 let. Ljudi zgodaj zjutraj priganja v šolo, na fakulteto in delo, zvečer pa se po njej organizirajo mladostniki, ki lovijo zadnje minute pravočasnega prihoda domov. Vmes je ura za skoraj leto dni ugasnila, a so si jo meščani s skupnimi močmi priborili nazaj. Lahko jo označimo za večno nosilko ljubljanske kulturne dediščine, pa tudi zaščitni znak Ljubljančanov in našega mesta.

Ura na stolpu gledališča

Na vrhu Lutkovnega gledališča Ljubljana, kamor radi zaidejo veliki in mali otroci, je prav posebna ura, ki ji radi prisluhnejo tako turisti kot prebivalci mesta. Ob vsaki polni uri se na Krekovem trgu 2 zasliši fanfara, ki jo je napisal skladatelj Milko Lazar za predstavu Martin Krpan. Ta predstava je bila ena izmed prvih v Lutkovnem gledališču. Okenca se odprejo in na plan prikorakata roboti Krpan in njegova kobilica. Lika, ki ju je z besedami naslikal Fran Levstik, veljata za simbol Lutkovnega gledališča Ljubljana in že vse od konca osemdesetih ob vsaki polni uri pozdravljata vse mimoidoče.



LJUBLJANA ŽIVJENJE

V manj kot štirih mesecih prodati 15 tisoč izvodov knjige je nekaj, kar ni uspelo še nobenemu slovenskemu avtorju. Do Davida Zupančiča, specializanta infektologije, ki nam s svojim širokim nasmehom maha iz izložb ljubljanskih knjigarn in z naslovnih domačih medijev. S knjigo Življenje v sivi coni se nas je dotaknil in nas premaknil. V sfero, ki ji vladajo srčnost, empatija in pogum, da izraziš svojo ranljivost in si upaš pokazati, kaj pomeni biti človek, krvav pod kožo. Tudi če si zdravnik.

ŠPELA ZAKOTNIK

Vaša knjiga je v slovenskem prostoru prodajni fenomen, posledično vas je medijski svet fenomenalno z(a)grabil in o vas slišimo in beremo praktično povsod. Kaj so vas pozabili vprašati?

Ha! Nihče me še ni vprašal, kateri je moj najljubši bend. To je Iron Maiden. *(smeh)*

Poleg poklica zdravnika in pisatelja ste še instagramski vplivnež, vodite podkast Umetnost lenarjenja in ste tudi mladi očka. Kako dobro ste že natrenirali besedo ne?

Zelo. Življenje si želim urediti tako, da bom obdržal, kar me veseli – čas z družino, pisanje ter treninge plavanja in fitnes. Prosti čas namenjam izključno tistim stvarim, ki mi nekaj pomenijo, pa tudi če imam le pol ure pred spanjem. Pisanje me sprošča in na srečo mi gre precej preprosto od rok. Besede iz mene kar letijo.

Lahko bi rekla, da ste, ko pišete, »v toku«. Ali nosi že kaj novega?

Ja, to je to. Prvič sem to stanje spoznal pri sabljanju, ki sem ga treniral do fakultete. Pozabiš, kaj se dogaja, in reagiraš na podzavestni ravni. Takrat nastanejo prave stvari. Ker sem v prvi knjigi pokazal zdravstvo v času najhujše epidemiološke krize, ga želim v naslednji pokazati v času blaginje in normalnosti – čeprav se na koncu izkaže, da je te bore malo. Tretja knjiga, ki tudi že nastaja, pa obravnava tematiko osebnostne rasti in razmislek, kako lahko človek zraste, ko se začne ukvarjati sam s seboj ne le v fitnesu, temveč tudi v svoji glavi.

Zelo odkrito ste v javnosti spregovorili tudi o svoji borbi z anksioznostjo. Česa vas je naučil strah?

Da po navadi situacije vnaprej vidiš mnogo hujše, kot dejansko so. In da je nesmiselno biti jezen na svoje možgane, da tako razmišljajo, ker so narejeni za to, da iščejo težave že od pradavnine, ko smo morali izostriti pozornost na nevarnosti. Obenem je strah lahko motivator, znamenje, da prihaja nekaj pomembnega in se je treba pripraviti. Prav je, da je strah zdravnika, ki je soočen s pomembnim izzivom določene diagnoze. Ko pa odločitev sprejme, mora biti o njej prepričan. Takrat tudi ta pravi strah izgine – kar nekako začutiš, da nima mesta. To je spet stanje v toku. Seveda se zgodi, da kasneje pridejo stvari za teboj, ampak v ključnih trenutkih narediš vse, kar lahko, in zaupaš.

Ravno takšne situacije nam v svoji knjigi in objavah na Instagramu tudi opisujete in prebujate empatijo do zdravniškega dela in poklica. Ko bomo naslednjič na stolu pacienta ali v vlogi svojca, kaj naj imamo v mislih?

Ljudje sploh nimajo uvida v naše delo zunaj medijev, kjer je velik del člankov namenjen plačam in zahtevam zdravnikov, v katerih izpademo večno nezadovoljni in prezahtevni. Posameznik ima z zdravnikom stik, ko zbolí. Takrat je viden kot nekdo, ki vse ve in zna, le pogleda in sprejme neko odločitev ter gre dalje, kot nekakšen robot. Redkokdo vidi, kdo smo, da imamo tudi mi svoje dvome, strahove in stiske.



»ŠE NEKAJ, KAR PRINESE ISKRENOST, JE MANJ POLARIZACIJE ZA IN PROTI. VELIKOKRAT V SVETU IZGLEDA, KOT DA MORAMO BITI VEDNO ODLOČENI IN GOREČE ZAGOVARJATI ČRNO ALI BELO. RESNICA POGOSTO NI TAKO ENOSTAVNA.«

V knjigi sem želel pokazati, kar je sicer javnosti prikazano le redko – da smo na isti strani. Politika se rada pokaže na strani bolnikov v skupni borbi proti zdravnikom, ki imajo disproporcionalne zahteve. V resnici si želimo le imeti znosno službo – čas, prostor in opremo, da lahko odlično obravnavamo vsakega bolnika. Se zavedam, da zdravniki,

»BOLJ KO SE UKVARJAMO S SABO, BOLJ IŠČEMO, KAJ NAM MANJKA. S TEM, KO JE TVOJA LJUBEZEN V PRVI VRSTI NAMENJENA NEKOMU DRUGEMU, SE SPROSTIŠ.«

na drugi strani, niso vedno pozorni na način komunikacije z bolniki. Komunikacija je absolutno ključna. In empatija mora biti obojestranska.

Če vam dam v roke čarobno palico in zagotovim, da se vam izpolni ena želja, katera bi bila to?

30 odstotkov več medicinskih sester in 30 odstotkov več zdravnikov v naš sistem. Onkraj zdravstva pa konkreten načrt glede oskrbe starostnikov. Življenjska doba se daljša, daljša se tudi delovna doba. Ogromno primerov imamo, ko starostniki potrebujejo nego in pomoč, a manjka denarja za dom starejših občanov oziroma so ti prepolni. S tem se premalo ukvarjamo.

V knjigi ste nam podali precej humoren in izrazito neposreden pogled na covidno krizo iz prvih zdravniških vrst. Resničen ste in to se v besedah začuti. Upam si trditi, da je to ena ključnih stvari, ki nas, utrujene od mask, pa ne zaščitnih, vleče k vam.

To je slog komunikacije in razmišljanja, ki sem ga razvil in mi ni bil položen v zibelko. V preteklosti sem bil namreč precej vzkipljiv in konflikten. Z leti sem ugotovil, da se izogibamo iskreni, spoštljivi in prijazni komunikaciji, ker se bojimo, da bi bili izkoriščeni. Če bomo takšni, bodo to od nas namreč vedno pričakovali! Ves čas se ukvarjamo s tem, kdo nas bo izigral, in hranimo svojo obrambo. A če si iskren, prijazen in empatičen do ljudi, kakšen občutek ti to daje? Ali ni to lažje kakor biti ves čas v strahu in obrambi? Vsak je odgovoren za svoje odzive in lahko vpliva le na to, kar daje svetu in sebi, ne pa tudi za reakcije, načrte in čustva drugih. Še nekaj, kar prinese iskrenost, je manj polarizacije za in proti. Velikokrat v svetu izgleda, kot da moramo biti vedno odločeni in goreče zagovarjati črno ali belo. Resnica pogosto ni tako enostavna.

Kaj ni prav sočutje, empatija in ljubezen tisto, s čimer preraščamo to navidezno dvojnost sveta? Dosegamo razumevanje, da je življenje pravzaprav polno »sivih con«?

Res je. V zdravniškem poklicu se to zelo jasno vidi. Ko na primer dobimo bolnika, pri katerem šest ali sedem specialistov ugotavlja, kako se lotiti zdravljenja, kaj vse so možni scenariji in kontradikcije. Tu ni prostora za poenostavljen da ali ne.

Mnogo mladih se ne odloči za družino tudi zato, ker menijo, da bodo s tem ohranili več svobode. Vi pa pravite, da vas je od vsega v življenju najbolj osvobodilo prav očetovstvo. Najbolj pomembne stvari v življenju, ki prinašajo tudi najglobljo srečo, niso lahke. Naj gre za knjižno uspešnico, kariero, medijsko prepoznavnost, družino, vse terja trud. Otrok ti v samem začetku svobodo seveda vzame. Potem pa se odpre neka druga svoboda – ko lahko z njim počneš vse, kar bi prej sam, a otrok temu da drugačno dimenzijo. V parku bo na primer na tleh našel drevesni list in se čutil nad njim, medtem ko ti misliš, da okoli ni prav nič zanimivega. Starševstvo ni racionalna odločitev – če boš natančno preračunal stroške, vložek časa in energije, se za starševstvo ne boš nikoli odločil. *(smeh)* Zame je predvsem anksiolitično, da nisem več prvi in edini center svojega sveta. Bolj ko se ukvarjamo s sabo, bolj iščemo, kaj nam manjka. S tem, ko je tvoja ljubezen v prvi vrsti namenjena komu drugemu, se sprostiš.

Kaj pa trenutno berete?

Viktorja Frankla, Človekovo iskanje najvišjega smisla. Po poklicu je bil avtor psihiater, po poreklu Jud in med drugo svetovno vojno je tri leta preživel v koncentracijskem taborišču. V tej izkušnji je potrdil, da ima Dostojevski prav, ko trdi, da je človek najbolj prilagodljiva žival, in da učbeniki lažejo, ko navajajo, koliko dni brez spanja ali hrane pomeni gotovo smrt. Glavno sporočilo je, da ne moreš vedno vplivati na dane okoliščine, lahko pa vedno vplivaš na svoj odziv nanje. Tisti, ki so taborišča preživel, so bili tisti, ki so ohranili notranji smisel – ne najhitrejši ali najmočnejši, temveč tisti, ki so ohranili svobodo odločanja. Lahko si na primeru starševstva torej rečeš, da ne moreš imeti otrok, ker ne moreš spati manj kot sedem ur na noč. Lahko pa jih imaš in potem spiš manj.

Kako doživljate Ljubljano?

Obožujem jo. Sploh pa sem jo oboževal po vrnitvi iz Zambije, kjer smo bili nekaj časa na medicinski odpravi! Všeč mi je, ker je mirna in povsem obvladljiva s kolesom, ki je tudi moje glavno prevozno sredstvo, tudi pozimi. V Ljubljani sem tudi odraščal. Živel smo namreč v predelu Tabor, zato je zame polna lepih spominov.

Ste tudi ljubitelj in zbiratelj viskijev. Kam v Ljubljani bi nas povabili na res dober viski in na katerega?

V mojo dnevno sobo na Vič. Natočil pa bi vam škotski dimljeni viski Lagavulin.

Davidu Zupančiču je umetniško izražanje pravzaprav položeno v zibelko. Njegov oče je dramatik in režiser Matjaž Zupančič, mama pa plesna pedagoginja in koreografinja Sinja Ožbolt.

»LJUBLJANA MI JE VŠEČ, KER JE MIRNA IN POVSEM OBVLADLJIVA S KOLESOM, KI JE MOJE GLAVNO PREVOZNO SREDSTVO, TUDI POZIMI.«

V dnevnem centru Društva Vita na Dunajski 106 se jutranji vrvež začne okrog devete ure, ko varovanci prihajajo na delo. Njihove življenjske zgodbe so si zelo različne, tudi več generacijam pripadajo. Vsem pa je skupno, da imajo po poškodbi glave v različni meri okrnjene kognitivne sposobnosti, zato se morajo mnogih dejavnosti, ki so večini odraslih samoumevne, učiti na novo.

Hujše poškodbe glave ljudem pogosto pustijo dolgotrajne telesne, duševne, intelektualne in senzorične okvare, zaradi katerih se ne morejo neodvisno, aktivno in enakopravno vključevati v družbo. Večina oseb s poškodbo glave ne zmore več samostojno skrbeti zase, zato potrebujejo pomoč svoje družine, prijateljev ali osebnih asistentov. A čeprav

kommunikaciji in izobraževanju, uporabnike vključujejo tudi v svoj dnevni center, kate-rega vrata so odprta vsak dan od ponedeljka do petka. Tam potekajo glasbene, plesne, likovne, keramičarske, računalniške in druge delavnice, treningi socialnih veščin, telovadba, joga, sprehodi in sproščanje ob gongih. Uporabniki v dnevnem centru ustvarjajo tudi različne izdelke, s čimer razvijajo svoje spretnosti, delovne veščine, vzdržljivost in motivacijo. Najbolj pa so veseli, ko se odpravijo na izlet po Sloveniji ali na tabor, ki ga zanje organizirajo dvakrat letno. Kako pomembne so vse te dejavnosti, razlaga eden od varovancev Tomi Makšan. »Dopoldansko delo v centru, kamor po poškodbi glave prihajam že skoraj 20 let, mi omogoča, da na različ-

na katerih poudarjajo pomen varnosti v prometu. Prav prometne nesreče so namreč – predvsem v povezavi s hitrostjo in alkoholom – vodilni razlog za nezgodne poškodbe glave. »V zadnjih letih opažamo rast poškodb glave zaradi nezgod z električnimi skiroji, saj zakonodaja dopušča vožnjo brez čelade. Obvezna je le do 18. leta,« opozarja sogovornica, zato se nameravajo zavzeti za spremembo tega zakona. Prometnim nesrečam na seznamu najpogostejših vzrokov za poškodbe glave sledijo adrenalinski športi ter delovne nezgode in padci.

Da bi jih tisti, ki potrebujejo njihovo pomoč, zagotovo našli, skušajo nase opozoriti prek družbenih medijev, zdravstvenih ustanov in sodelovanja s centri za socialno

Samostojni in aktivni po poškodbi glave

ALENKA KLUN

njim in njihovim bližnjim poškodba močno spremeni življenje, so po končani rehabilitaciji in vrnitvi v domače okolje prepuščeni sami sebi. Takrat jim oporo ponudi Društvo Vita za pomoč osebam po nezgodni poškodbi glave. S svojimi zdravstvenimi in socialnimi programi uporabnike usposablja za čim bolj samostojno življenje in jim pomagajo pri vključevanju v družbo, pravi predsednica društva Tina Perko.

Poleg programa osebne asistence, s katerim jim pomagajo pri vsakdanjih opravilih,

DRUŠTVO VITA OSEBE PO POŠKODBI GLAVE SPODBUJA K AKTIVNEMU VKLJUČEVANJU V DRUŽBO.

nih delavnicah osvojim nova znanja, med nami pa se spletejo tudi prijateljske vezi.« Nad organizacijo dejavnosti bedi strokovna sodelavka dnevnega centra Andreja Kokelj.

Ob vstopu v program uporabniki izpolnijo vprašalnik, ki prikaže njihovo dejansko stanje in kognitivne sposobnosti. Stopnje zahtevnosti izvajanih dejavnosti nato prilagodijo zmognostim vsakega posameznika. Želijo si namreč, da bi bili varovanci sproščeni in ne bi občutili pritiska, pojasnjuje Tina Perko. »K nam prihajajo ljudje, stari med 30 in 65 let. Mnogi že več desetletij po poškodbi živijo pri svojih starših, zato je zanje dnevni center njihov edini socialni stik. Tu si širijo socialno mrežo, se učijo novih stvari in ohranjajo vse, kar znajo in zmorejo.«

Po osnovnih in srednjih šolah društvo prireja tudi preventivna izobraževanja,

delo. »Veliko ljudi, ki pridejo k nam, potoži o pomanjkanju informacij, zato sta izjemno pomembna obveščena in zavedanje, da tudi po nesreči, ki se lahko vsak trenutek zgodi vsakomur, nisi sam.«

Več informacij o Društvu Vita lahko najdete na spletni strani vita-poskodba-glave.si ali na Facebook strani VitaDrustvo.

Tina Perko je v Društvu Vita zaposlena od leta 2018, funkcijo predsednice pa opravlja od leta 2021. Poklicna pot jo je sem zanesla popolnoma po naključju. »Ena stvar je vodila k drugi,« pravi. Danes je s svojo odločitvijo zelo zadovoljna, v tem delu se je zares našla.

Splet naključij, pravite, vseeno pa je moral obstajati neki razlog ali povod za vaš prihod v društvo.

Kot zaposlena v gospodarskem sektorju sem si želela spremembe. Vleklo me je na socialno področje, neki notranji občutek mi je govoril, da je to zame. Opazila sem, da čutim veliko empatijo do ranljivih skupin, ki prihajajo k nam, in resnično sem hvaležna, da lahko vodim organizacijo s tako pomembnim poslanstvom.

Kdaj se vas zgodbe uporabnikov še posebej dotaknejo?

Meni se to dogaja vsak dan, ko ob devetih pridejo v dnevni center veseli, z nasmehom na ustih. To mi pove, da radi pridejo sem. Dejavnosti v centru

jemljejo zelo resno: nanje gledajo kot na svojo službo, pomembna pa jim je tudi ekipa kolegov – poleg uporabnikov jo sestavljamo jaz sama in moje sodelavke, ki izvajajo delavnice. Zame je tu vsak dan darilo!

Kaj je tisto, česar se morda širša javnost v zvezi z vašim delom premalo zaveda?

Vse osebe s poškodbo ter njihove starše in svojce bi želela pozvati, naj ne odlašajo in se obrnejo na nas. Vedno so dobrodošli, zato smo tu. Poškodba ne vpliva samo na osebo s poškodbo, temveč na celotno družino. Naj povedo, kaj potrebujejo, in potrudili se bomo pomagati. V težkih trenutkih je podporna mreža bistvenega pomena.



Globoko le z vdihom

MIHA ŠTAMCAR

Po zaslugi svetovne rekorderke Alenke Artnik je potapljanje na vdih pri nas postalo prepoznaven šport. Marsikdo se želi naučiti prosto spustiti več deset metrov pod vodno gladino ali pa pod vodo ostati tri minute in dlje. Če se udeležite tečajev, ki jih s svojo ekipo Apnea Slovenija vodi šestkratni dobitnik medalj na svetovnih prvenstvih v potapljanju na vdih Samo Jeranko, to sploh ni nemogoče.

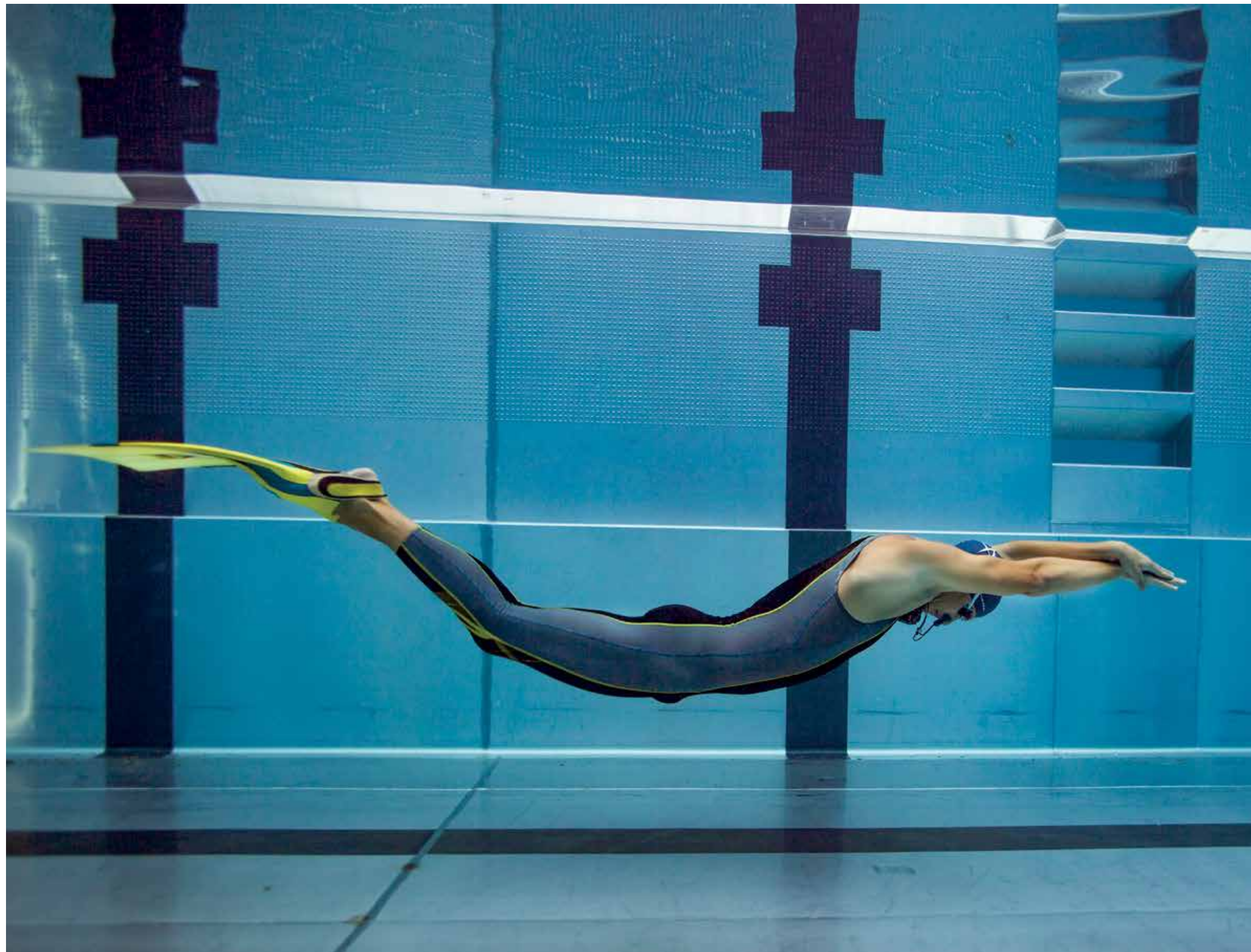
»Prosto potapljanje na vdih združuje vse aktivnosti, pri katerih plavamo ali se potapljam z omejenim dihanjem. To pomeni, da za potapljanje ali plavanje ne uporabljamo pripomočkov, s katerimi bi lahko dihali pod vodo,« pojasnjuje Jeranko, ki se lahko pohvali s potopom 110 metrov globoko. Svetovni rekorder je Rus Aleksej Molčanov, ki je dosegel 131 metrov, med ženskami pa se je najgloblje, na 122 metrov, potopila Alenka Artnik. V disciplini, pri kateri se potapljači potopijo z utežmi, najgloblji potop seže kar 214 metrov globoko. Ali potemtakem obstaja meja, do kam se je možno potopiti na vdih?

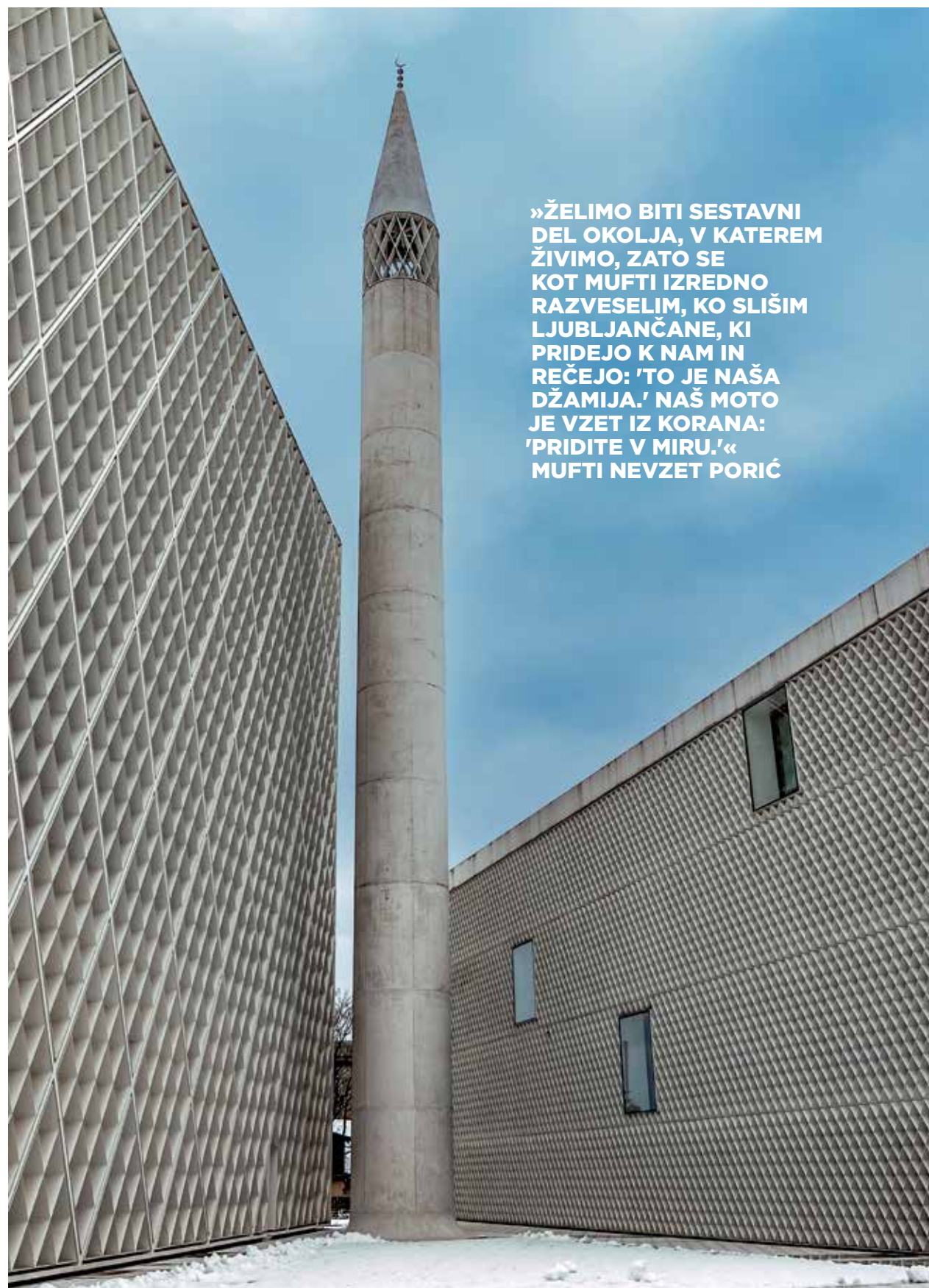
»Obstaja, ne vemo pa še, kje ali kaj ta meja bo. Zagotovo to ne bo sposobnost zadrževanja sape niti vrnitve na gladino, prav tako ne izenačevanje tlaka v ušesih. Najverjetneje bo to nekaj, na kar sploh nismo bili pozorni in se še ne zavedamo, da bi lahko bilo težava. Po mojem mnenju bo to dekompresijska bolezen, ko bo globina pač prevelika,« ugiba večkratni nosilec medalj s svetovnih prvenstev, čigar športna pot se prepleta z učenjem in treniranjem drugih. V ta namen je ustanovil šolo prostega potapljanja Apnea Slovenija, ki vsako leto prireja več tečajev potapljanja na vdih. Že 25. in 26. marca se v bazenu Fakultete za šport na Gortanovi ulici 22 lahko naučite tehnik dihanja in sproščanja ter potapljanja do globine 20 metrov. Treninki sicer potekajo še na Kopalnišču Kodeljevo na Ulici Carla Benza 11 in Kopalnišču Tivoli na Celovški cesti 25.

»Tečaj je sestavljen iz teoretičnega in praktičnega dela na bazenu, poleti pa se potopimo še v morju. Kljub temu da bazeni v Ljubljani niso prav globoki, tečajniki pridobijo vse potrebno znanje in veščine. Potrebujemo le kopalke, vse drugo, masko, dihalno, neoprensko obleko, plavuti in uteži, si lahko izposodijo pri nas,« razlaga.

In kaj je pri potopih najpomembnejše? »Najpomembnejša je sproščenost. Dosežemo jo z dihalnimi vajami, pri katerih se naučimo dihati tako, da upočasnimo srčni utrip. Če je človek pri potopu sproščen, telo porabi manj energije. Pomembna je še pravilna priprava na potop, kot pri vseh športih pa tudi trening. Z njim se naučimo dolgo zadrževati sape in ohraniti dovolj moči za vrnitev na gladino. Vsega tega in še tehnike izenačevanja tlaka pri potopih v globino se učimo na tečajih,« odgovarja Jeranko, ki zagotavlja, da prosto potapljanje na vdih ni nikakršna umetnost. »Naučimo se ga lahko zelo hitro. Nikdar pa ne smemo pozabiti na prvo pravilo potapljanja, ki pravi, da se nikoli ne potapljam sami. Ko poskrbimo za svojo varnost, pa uporabimo tudi znanje, ki si ga pridobimo na tečajih.«

Na tečaj potapljanja na vdih se lahko prijavite na spletni strani apnea.si. Tam boste našli tudi dodatne informacije o terminih in poteku treningov.





»ŽELIMO BITI SESTAVNI DEL OKOLJA, V KATEREM ŽIVIMO, ZATO SE KOT MUFTI IZREDNO RAZVESELIM, KO SLIŠIM LJUBLJANČANE, KI PRIDEJO K NAM IN REČEJO: 'TO JE NAŠA DŽAMIJA.' NAŠ MOTO JE VZET IZ KORANA: 'PRIDITE V MIRU.'«
MUFTI NEVZET PORIČ

mufti – najvišji verski predstavnik islamske skupnosti v državi

džamija ali mošeja – obe besedi pomenita molilnico, razlika je, da ima džamija tudi minaret (visok stolp), medtem ko ga mošeja nima

Mesto v malem

Na Džamijski ulici za Bežigradom se 40 metrov visoko v nebo dviga veličasten stolp. To je minaret, ki je del Muslimanskega kulturnega centra Ljubljana, edinega v Sloveniji. Zato je center mnogo več kot le verski objekt oziroma džamija, kot je pogosto slišati. Je mesto v malem.

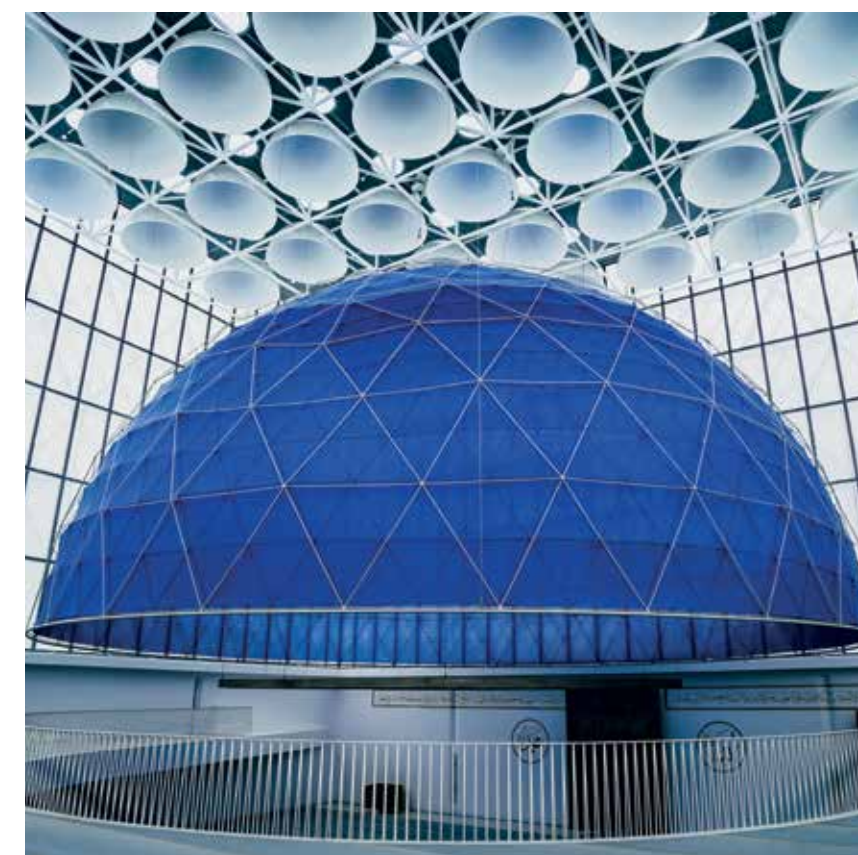
MOJCA GRIZOLD

Mesto v malem je čisto zares, saj so arhitekti Matija Bevk, Vasa J. Perović in Christophe Riss pri snovanju, z mislijo na zgodovinsko ozadje ljudi, ki bodo center obiskovali, imitirali bosansko mahalo. »To je izraz za staro muslimansko bosansko mesto, ki nastane tako, da se najprej zgradi džamija, okoli nje pa nato nastaja življenje oziroma mesto,« pojasni mufti Nevzet Porič. In prav tak občutek te tudi preveva, ko si tam. V središču prostora je postavljena džamija oziroma molilnica kot sakralni objekt, zraven nje so še izobraževalni, upravni in stanovanjski objekt ter manjša umivalnica, vmesna ploščad pa vse te stavbe povezuje in obiskovalcem omogoča druženje na prostem. Poseben pridih centru daje tudi to, da je objekt zgrajen tako, da je odprt na vse strani mesta – proti njegovemu središču, Šiški in Bežigradu.

Tako kot je center domiselno arhitekturno povezan v svoji zunanosti, je tudi v notranjosti. »Sami center poskušamo organizirati tako, da je povezovalni dejavnik v okolju, v katerem živimo,« razloži mufti, ki je vesel in ponosen, da jim je uspelo zgraditi središče, ki ga ne obiskujejo le verniki, ampak tudi drugi: »V lanskem letu smo imeli okoli 2500 obiskovalcev, ki so prišli na organiziran obisk. Prav tako pa smo za naš največji praznik, to je ramazanski bajram, odprli vrata džamije in pripravili praznovanje s sosedi, da so džamijo lahko še поблиže spoznali. Pridružilo se nam je okoli 500 sosedov.«

Pa odprimo vrata muslimanskega kulturnega centra. Če je džamija njegovo središče, je prav, da začnemo pri njej. Ko vstopimo v predprostor, se najprej sezujemo v značajne spoštovanja, nato pa lahko stopimo do osrčja džamije,

Kupola v molilnici je narejena iz blaga modre barve in je skrita znotraj stavbe, tako da navzven ni vidna. Pogled nanjo očara, še posebej ob sončnem vzhodu in zahodu, ko svetloba pronica skozi blago.



v molilnico, ki sprejme do 1400 vernikov. Prostor je preprost in minimalističen, a topel, stene krasi kaligrafija, stavki iz korana, tla so mehka zaradi tepiha. Ko nam pogled švigne navzgor, nas očara modra kupola, ki je skrita znotraj objekta, a ravno to ji daje poseben čar. »Simbolizira odprto nebo in s tem sporoča, da je tudi pot do boga odprta,« nas razsvetli mufti.

Nasproti vhoda v džamijo nas odprta vrata vabijo, da vstopimo v izobraževalni objekt. Takoj na začetku je trgovinica s spominki, v kateri je mogoče kupiti raznorazne muslimanske izdelke, od knjig in oblačil do ročno izdelanih spominkov.

NI ŠE KONEC.
OBRNITE STRAN!

Ob različnih dogodkih se po molitvi povabljeni zberejo v bosanski sobi, kjer se družijo ob pogovoru in pogostitvi.



Poleg trgovinice je knjižnica, ki jo pridno polnijo s knjigami. Večinoma gre za knjige in učbenike, ki govorijo o islamu, napisane v angleškem, slovenskem in bošnjaškem jeziku, najdejo pa se tudi knjige o drugih verovanjih in psihologiji, med drugim učbeniki s Fakultete za islamske študije v Sarajevu. »Veliko je zanimanja študentov in različnih raziskovalcev, ki pišejo seminarske, diplomske in magistrske naloge ter doktorske disertacije in se zanimajo za islam,« ob prebiranju naslovov pripomni mufti.

Pot nas vodi naprej mimo prostorov, v katerih ob vikendih izvajajo različna izobraževanja za odrasle. »Imamo na primer odličan program za ženske, ki jih izobražuje o veri,« pove mufti in doda, da so uredili tudi izobraževalne prostore za otroke, in sicer osem učilnic. Namenjene so verouku ob vikendih, ko pride tudi med 600 in 700 vedoželjnih učencev.

Naslednji prostor vzbudi pozornost, saj je na pogled povsem drugačen. »To je tako imenovana bosanska soba ali divan, kar v arabščini pomeni, da sedi v krogu in se pogovarjaš,« jo opiše mufti. Opremljena je s tradicionalnim pohištvom iz Bosne, stoli in mizami, omarami in umetninami ter je že pripravljena za načrtovano druženje. »V tej sobi bom kot mufti začel organizirati tudi pogovore z mladimi. Pogovarjali se bomo o različnih aktualnih tematikah v bolj neformalnem, prijateljskem vzdušju. Morda bomo tudi kaj zapeli.«

Spustimo se nadstropje nižje, v kletne prostore, kjer domuje mladinski center. Tu imajo mladi možnost, da se ob vikendih družijo v zavetju prijetnega ambianta ob igranju



Mladinska soba je toplo zatočišče za mlade, željne pogovorov in druženja, ki oživi predvsem ob vikendih.

družabnih iger ali pogovoru. »Za mlade organiziramo tudi različne pogovorne programe, ki jih vodi za to usposobljena oseba. Pogovarjajo se o različnih zanje koristnih tematikah, od verskih, kulturnih in drugih,« pove mufti.

Ko že mislimo, da smo videli vse, ugotovimo, da smo se zelo zmotili. Zraven mladinskega prostora je namreč še velika športna dvorana s plezalno steno, goli za nogomet in koši za košarko, urejene pa so tudi prhe in garderobe. »Tu se odvijajo različne športne dejavnosti, kot so nogomet, košarka,



V predavalnici, ki sprejme do 170 obiskovalcev, med drugim organizirajo pogovore o verski svobodi ter k sodelovanju povabijo tudi člane drugih verskih skupnosti in profesorje z univerze.

aerobika in podobno,« opiše mufti in doda, da v športni dvorani včasih organizirajo tudi kulturne dejavnosti in verske obrede. »Ob večjih verskih dogodkih se zgodi, da pride k molitvi tako veliko število ljudi, da v molilnici ni dovolj prostora, in takrat del ljudi moli tudi v tej športni dvorani. Zgodilo se je že, da je prišlo 4000 vernikov, in takrat so ljudje molili v molilnici, zunaj in še v športni dvorani,« se spominja mufti Porič.

A tudi to še ni vse. V izobraževalnem objektu je na voljo večja predavalnica, ki sprejme do 170 obiskovalcev, v njej vsaj dvakrat na mesec organizirajo različna predavanja ter formalna in neformalna izobraževanja, tudi projekcije filmov in predstavitve knjig, tako za člane islamske skupnosti kot za širšo javnost. »Na primer za božične praznike smo povabili katoliškega duhovnika iz sosednje cerkve, ki nam je predaval o pomenu božiča. Naša ideja je, da se med seboj povežemo in odpiramo dialog,« pojasni mufti Nevzet. Najnižja točka objekta je garaža, ki je odprta za vse, narejena pa je tako, da povezuje vse prostore in lahko iz nje prideš tako v stanovanjski objekt kot v telovadnico ali predavalnico.

Po ogledu prostorov muslimanskega kulturnega centra pa še ni bil čas za odhod. Zadnji (obvezni) postanek je bosanska restavracija Behar, kjer diši po pravi bosanski kavici in tradicionalnih bosanskih jedeh. Na jedilniku se najde tarhana (čorba z zelenjavo in teletino), pa pasulj z govejim mesom, seveda ne manjka jedi z žara ter sladice, kot sta baklava in hurmašica.

Verniki se po molitvi ali drugih dejavnostih zelo radi ustavijo na pravi bosanski kavi v restavraciji Behar ali pojedjo kaj tipično bosanskega. Za to, da je okus res pristen, poskrbijo kuharji, ki so vsi dobro seznanjeni s tradicionalno bosansko kuhinjo.



Ob večjih verskih dogodkih se športna dvorana spremeni tudi v prostor za molitev. Zato so ob gradnji na dvorišču na mestu, pod katerim stoji dvorana, položili talne plošče, usmerjene proti Meki, kamor so obrnjeni verniki ob molitvi.



TOMAŽ NOVLJAN

izredni profesor na Fakulteti za arhitekturo

Sončne in senčne strani javnih prostorov

Svetloba ima pri doživljanju prostora, tudi javnega, več kot le funkcionalno vlogo – delati nekaj vidno. S tem prestopa racionalne okvire in prehaja na iracionalno, včasih celo duhovno raven. To posebej velja za naravno svetlobo, ki je, v nasprotju z umetno, kompleksnejša in težje ukrotljiva. Kljub svoji nematerialnosti je svetloba svojevrsten gradbeni material, kar dokazujejo arhitekturne stvaritve, ki jih pretanjen občutek za oblikovanje svetlobe povzdiguje iz ambientalnega nivoja na nivo miljeja. Svetloba in, posledično, senca prostor osmislita ter umestita v različne časovne kontekste. Med soncem, najbolj trajnostnim virom svetlobe, in intimnim plamenom sveče je brezmejno morje možnosti. Omogočajo jih sodobna tehnologija, kreativna odličnost ter premišljena in inovativna osvetlitev, s katero sooblikujemo prostor.

MINARET NOVE DŽAMIJE IN ZVONIK PLEČNIKOVE CERKVE V ŠIŠKI, OBA OSVELTLJENA, PREDSTAVLJATA SVOJEVRSTEN MEDKULTURNI DIALOG V MESTU.

Javni mestni prostor ima dve plati – dnevno in nočno, ki sta si različni in podobni hkrati. Druži ju nov izraz: svetlobni ambient. To je poseben prostorski vidik, ki ga določajo izvori svetlobe ter površine (fasade, trgi, ulice, zelenje), od katerih se ta odbija in jih dela vidne. Dnevni svetlobni ambient večinoma določajo vreme, obdobje dneva in letni čas, nočnega oziroma nočnega pa še kakovost in količina svetlobe, ki jo proizvajajo svetila. Dobro oblikovana svetloba izboljšuje mestni prostor in njegovo uporabo. Mesto potrebuje svetlobo, dnevno in nočno. Potrebuje pa tudi temo in senco. V nočnem času izmenjava svetlih in manj svetlih ambientov

ustvarja zanimiv in privlačen prostorski ritem. Trg ali park, ki podnevi deluje skromno in zadržano, se lahko ponoči spremeni v nekoliko skrivnosten prostor doživetja. In obratno: nasičen, dinamičen, prometen prostor se lahko ponoči spremeni v prostor kontemplacije. Mojstrsko oblikovana osvetlitev to lahko doseže, ne da bi bilo treba premakniti en sam kos uličnega pohištva.

Mestni prostor je mehanizem, organizem. Z različnim tempom živi podnevi in ponoči. Vzpostavljajo ga arhitekturne in druge dominante ter prostori med njimi, ki tvorijo unikatno mrežo ulic, trgov in zgradb. Ljubljanski grad, naša ikona, bi z nižjo in enakomernejšo osvetljenostjo postal impozantnejši, kot je v resnici, saj bi ga podnevi bolj videli, ponoči pa bolj čutili. Minaret nove džamije in zvonik Plečnikove cerkve v Šiški, oba osvetljena, predstavljata svojevrsten medkulturni dialog v mestu. Spomenik žrtvam vseh vojn, kljub svoji izčiščeni voluminoznosti, ponoči spoštljivo »utihne« v pogovoru s svetlobo, ki prihaja z ulice in bližnjega parka Zvezda. To je le nekaj primerov odličnih prostorov Ljubljane, okoli katerih bi lahko nastal vzorec za celosten načrt mestne osvetlitve. V središču z bolj zgoščeno svetlobo, proti obrobju pa s čedalje bolj razredčeno, zlagoma do teme zelenih gozdov, ki obkrožajo Ljubljano.

Tudi nebo je del mestnega prostora. Pripada našim pogledom in pticam. Svetlobno onesnaženje, kot imenujemo prekomerno uhajanje svetlobe proti nebu, je nedvomno problem sodobnih naselij, vendar, nekoliko paradoksalno, kaže tudi onesnaženje zraka s trdnimi delci zaradi prometa, industrije in ogrevanja. Sonce podnevi osvetljuje, ogreva in pregreva mesto, zato so senčni prostori in prostori zelenja nujni za vzdrževanje primerne temperature in vlage ter vizualnega in bivalnega ugodja. Zato si

mora Ljubljana prizadevati za še več sence in zelenja, ki se, ko listje odpade, spremeni v svetlobo. Senca postaja vse pomembnejši arhitekturni element in eno od orodij za trajnostno bivanje. Ritmična izmenjava osončenih in osenčenih prostorov mora postati generičen vzorec mestnega tkiva. Zaradi vsega naštetega Ljubljana nujno potrebuje svetlobni »master plan«, ki bi skrbel za ravnotežje med svetlobo in senco. Postavil bi okvir dopustnega svetlobnega odtisa, znotraj katerega pa bi še vedno bil prostor za kreativno raznolikost. Ne le v nočnem, temveč tudi v dnevnem času.



NIKA ERJAVEC

intermedijska umetnica, del kuratorske ekipe festivala Svetlobna gverila 2023

Svetloba kot umetnost

Kmalu bo v mesto prišla pomlad, z njo pa krajše in prijetno tople noči. Med sprehodom po mestu vas bo takrat morda presenetil kakšen zamišljen umetnik, ki bo v rokah nosil svojo svetlobno instalacijo, v krošnjah dreves boste opazili tehnika, ki bo iz dvizne košare povezoval umetniško delo in javno svetilko, na trgu bo skupina ljudi dvigovala dolgo konstrukcijo, malo naprej v niši nad Ljubljano pa bo morda mlada umetnica s spajkalnikom zaključevala elektronsko vezje. Le nekaj dni kasneje boste na teh kotičkih mesta srečevali različne umetniške intervencije, objekte in instalacije. Ljubljana namreč spomladi gosti mednarodni festival Svetlobna gverila, posvečen produkciji in predstavitvi del sodobne vizualne in novomedijske umetnosti, katerih osnovno izrazno sredstvo je svetloba.

Svetlobno gverilo sem začela spremljati kot obiskovalka v najstniških letih. Z ekipo prijateljev smo vsako leto uživali v nočnih sprehodih in odkrivanju svetlobnih del. Navdihovala nas je raznolikost umetnin, ki so naselile nepričakovane kotičke mesta, jih na novo osmislile, nas povabile k interakciji in jih prikazale v drugačni luči. Svetlobne intervencije in instalacije v mestu so nam omogočile srečanje z umetnostjo zunaj galerijskih prostorov, izven uradnih ur, v drugem času in prostoru, kot smo bili vajeni.

Večina umetniških del v sklopu festivala je razstavljena na prostem, svetlobne intervencije in objekti so postavljeni v dialog z urbanim prostorom, njegovimi elementi in uporabniki. Vzpostavljajo pomembna vprašanja o vlogi umetnika v sooblikovanju javnega prostora, pa tudi širša o dostopnosti in vlogi sodobne umetnosti v vsakdanjem življenju. Pomembno se mi zdi, da nam umetnost kdaj prekriza pot, nas ujame nepripravljene kar tako,

mimogrede, sredi noči zatopljeni v svoje misli. Včasih nam ponudi drugačen pogled na vsakodnevno pot, nam kaj pokaže v drugi luči, predrami našo pozornost in spremeni način gledanja.

Svetlobna dela ustvarjajo različne generacije, od že uveljavljenih domačih in tujih umetnikov do mladih avtorjev, ki šele spoznavajo medij svetlobe. Med njimi so dijaki srednjih šol in študenti različnih fakultet, ki v medsebojnem dopolnjevanju pripravijo skupne interdisciplinarne projekte. V sodelovanju z različnimi strokovnjaki, priznanimi domačimi in mednarodnimi umetniki nastanejo sklopi neformalnih izobraževanj pod krovim imenom Laboratorij Svetlobne gverile. Svetlobna gverila tako deluje tudi kot ustvarjalna platforma, ki skozi povezovanje različnih posameznikov in institucij skrbi za nenehen razvoj področja svetlobne umetnosti.

NAVDIHOVALA NAS JE RAZNOLIKOST UMETNIN, KI SO NASELILE MESTO IN GA NA NOVO OSMISLILE.

Tudi moja prva sodelovanja s Svetlobno gverilo so se zgodila v okviru študija na ljubljanski Akademiji za likovno umetnost in oblikovanje. Študenti smo dobili izjemno dragocene prve priložnosti dela v javnem prostoru in se prvič srečali z načrtovanjem dela večjih razsežnosti za zunanji prostor. Nekaj let kasneje sem prvič sodelovala tudi kot samostojna avtorica. V procesu dela sem se spoznala z osnovami elektrotehnike in programiranja, kar mi je odprlo popolnoma nove kreativne možnosti. V mediju svetlobe me najbolj navdihujeta raziskovanje njenih fizikalnih lastnosti ter poigravanje z mehanizmi vizualne zaznave in našim načinom gledanja.

Letos sem prvič del kuratorske ekipe, zato vam lahko izdam, da že od poletja krojimo nov festivalski program in počasi že naseljujemo mestne ulice. Če ste neučakani, se sprehodite po parku ob Gradaščici, mimo Metelkove in igrišča Male ulice, morda se vam na pot postavi kakšno svetlobno delo.



ANDREJA GOMBOC

astrofizičarka, profesorica astronomije na Univerzi v Novi Gorici

Iz teme v svetlobo

V začetku jeseni, ko poletna potepanja in druženja zamirajo, se mi prav prileže, da se lahko že ob poznopopolnanskem mraku zavlečem v svoj topli blog in ga ne zapustim do jutra. A po nekaj mesecih ta čar izpuhti in prvi, sicer še zimski dnevi, ki pripadajo obet pomladi, so prava osvežitev. Dnevi, ki dajejo slutiti, da se nekje za obzorjem približuje pomlad, ko Sončevi žarki prodrejo skozi temno, sivo zimsko zaveso in prinesejo morje svetlobe, a so še preslabotni, da bi njihovo toploto čutili na obrazu.

Svetlobo v fiziki opišemo na dva načina: v kvantni mehaniki kot fotone, delce z energijo, a brez mase, v klasični fiziki pa kot elektromagnetno valovanje. Od tega, kako »dolgi« so ti valovi – kakšno valovno dolžino imajo –, je odvisen odziv naših oči oziroma občutek barve, ki ga svetloba vzbudi v naših možganih. Naše oči pravzaprav zaznavajo le zelo ozek del svetlobnega spektra. Svetlobi teh valovnih dolžin pravimo vidna svetloba. Obstaja pa tudi elektromagnetno valovanje oziroma svetloba z daljšimi valovnimi dolžinami od vidne svetlobe – infrardeča, mikrovalovna in radijska svetloba – in s krajšimi valovnimi dolžinami – ultravijolična, rentgenska in gamasvetloba. Za zaznavanje teh našim očem nevidnih vrst svetlobe potrebujemo posebne naprave.

Svetloba, ki jo na Zemlji dobivamo od Sonca, nam najbližje zvezde, ima izvor v jedrskih reakcijah fuzije, ki potekajo v njegovi vroči in gosti sredici: drobna atomska jedra vodika se zlivajo v jedra helija. Pri tem se sprošča energija, ki se prenese do Sončevega površja, od koder se izseva vse naokrog v hladno vesoljsko okolico. Sonce vsako sekundo odda okoli 400 milijonov milijard milijard džulov energije, približno toliko, kot bi je proizvedla jedrska elektrarna Krško, če bi delovala celotno starost vesolja, slabih 14 milijard let.

Droben delček te svetlobe prestreže naš planet. Za predstavo, kako majhen delček: če bi Sonce, Zemljo in razdaljo med njima predstavili v merilu 1 : 1 milijarda, bi bilo Sonce 140 centimetrov velika krogla, Zemlja pa 1,3 centimetra velika frnikola 150 metrov daleč od Sonca.

Brez Sončeve svetlobe bi bila Zemlja le mrtva krogla v temi in hladu vesolja. Vse vrste energije, ki jih človeštvo danes uporablja (razen tiste iz jedrskih elektrarn), je nekoč napajalo ali še napaja Sonce: fosilna goriva so v ostankih živih bitij uskladiščena energija Sonca, sončne elektrarne in kroženje vode v naravi (ter s tem hidroelektrarne) poganja Sonce, prav tako vetrove v Zemljini atmosferi in deloma plimo Zemljinih oceanov.

Cikli žive narave in s tem življenje ljudi so bili vedno zelo tesno povezani s Soncem. Davne civilizacije na različnih koncih sveta so pozorno spremljale njegovo gibanje po nebu skozi leto, na podlagi tega izdelovale koledarje, ki so bili zelo pomembni za poljedelske družbe, in mu pripisovale božje lastnosti. Sonce je imelo magično moč, saj je pregnalo temo in dajalo toploto tлом, zraku,

CIKLI ŽIVE NARAVE IN S TEM ŽIVLJENJE LJUDI SO BILI VEDNO ZELO TESNO POVEZANI S SONCEM.

morju in živim bitjem.

Ko se v krajih na severni Zemljini polobli jeseni Sonce spusti nizko nad obzorje, se ozračje ohladi, dnevi se skrajšajo, noči podaljšajo. Najtemnejši del leta, čas okrog zimskega solsticija, so naši davni predniki in prednice izbrali za čas praznovanja (danes imamo takrat božično-novoletne praznike). Z druženjem in svetlobo ognja in luči so preganjali temo, svoja bivališča krasili z zimzelenimi drevesi ali njihovimi vejami, simboli prihajajoče pomladi, toplote in ponovnega razcveta narave. Spomladi, ko se Sonce spet vrača vse više in više nad obzorje, se narava prebudi v nov življenjski cikel. Sončeva svetloba prinese konec mraza in zime ter upanje, optimizem in odprtost v prihodnost.

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

Iz milijonskega mesta v mirno okolje

Nasmejana, živahna in s pozitivno energijo obdana Viena Dolenc se je s sončnih Filipinov v manj sončno Ljubljano preselila pred več kot 30 leti. Čeprav ji mesto na začetku ni bilo najbolj všeč, pa ji je čez čas priraslo k srcu. Tu si je ustvarila življenje in odprla svoj masažni salon, v katerem skrbi, da ljudje od nje odidejo sproščeni in nasmejanih obrazov.

MOJCA GRIZOLD

Na Kajuhovi ulici 5b imate svoj Lepotni center Aloe Vera, ki je najbolj znan po vaših masažah. Kako ste se odločili za to delo?

Za delo maserke sem se odločila, ker rada pomagam ljudem. Z masažo namreč sprostim napetosti v telesu, ublažim morebitne bolečine, pospešim pretok krvi in poženem tok energije po telesu. Obenem pa mi za to delo ni bilo treba obvladati slovenskega jezika, kar je tudi botrovalo moji odločitvi. Ko sem prišla v Slovenijo, namreč še nisem znala govoriti slovensko in zaradi tega je bilo izjemno težko dobiti kakršnokoli službo. Na začetku sem sicer opravljala raznorazna dela, od čiščenja prostorov do dela v gostinskem obratu. Nato pa sem se čez čas znova odpravila na Filipine, tam opravila tečaj masiranja in tako pridobila certifikat. Začela sem z eno sobo, nato pa z vztrajnostjo in veseljem do dela pridobivala vse več strank. Zdaj imam čisto svoj salon, ki ga vodiva skupaj s sinom.

Vaš salon je edini v Sloveniji, kjer za masažo uporabljate sveže liste aloje vere.

Res je. Uporabljamo jih zato, ker je aloja vera odlični antioksidant za kožo in sploh za vse telo, saj ne izgublja hranilnih snovi. Je zelo koristna zdravilna rastlina z več kot 240 aktivnimi snovmi, zato rečemo tudi, da je čudežna. Pred vsako masažo list prerežemo na pol, da se iz lista rastline pocedi sok oziroma gel. Zmešamo ga z masažnim oljem, da nastane mazljiva mešanica. Za nego obraza pa uporabljamo čisti gel aloje vere.



»V LJUBLJANI SI ŽELIM ŽIVETI DO KONCA SVOJEGA ŽIVLJENJA.«

S sončnih Filipinov, natančneje iz Manile, ste prišli živeti v nekoliko manj sončno Ljubljano. Kako se je to zgodilo?

V Ljubljano sem prišla leta 1990, potem ko sem se na Filipinih poročila s svojim sedanjim možem, ki je prišel iz Ljubljane. Že kot mlada punca sem si želela zapustiti Manilo in se poročiti z nekom iz Evrope ali Amerike. Ta želja je bila tako močna, da sem se prijavila pri ženitni agenciji. Moj oglas je nekega dne videl moj sedanjí mož. Takoj, ko je prebral moj opis in zagledal fotografijo, si je sam pri sebi rekel, da se bo poročil s to punco na sliki. Stopil je v stik z mano. Nekaj časa sva si pisala pisma in se spoznavala, kasneje pa govorila tudi po telefonu. Kmalu sva se odločila, da se spoznava še v živo, zato sem ga povabila k sebi na Filipine. Tam sva se poročila in se po nekaj mesecih skupnega življenja odpravila v Slovenijo.

Zagotovo je moral biti velik preskok priti iz velemesta, kjer živi več kot 14 milijonov ljudi, v mesto, kjer nas živi le okoli 300 tisoč.

Spomnim se, da sem bila najprej, ko sem prišla v Ljubljano, kar malo razočarana. Mesto se mi je po videzu zdelo nekoliko podobno

okrožju v Manili, iz katere sem si tako želela oditi. Moj prvi vtis je bil, da tukaj nočem živeti. No, pa me je moj mož prepričal, da ostaneva. Pojasnil mi je, da je Ljubljana primerno mesto za vzgojo otrok in družinsko življenje. Zdaj pa je Ljubljana seveda povsem drugačna, veliko se je spremenilo in z leti mi je zelo prirasla k srcu. Všeč mi je, da je mesto tiho. Navdušujeta me pogled na gore ter količina narave in gozdov naokoli. Življenje je tu popolnoma drugačno kot v Manili. Tam je veliko ljudi, posledično pa tudi veliko hrupa, prometa, onesnaženosti in kriminala. Tudi srednjega razreda ni, bodisi si reven bodisi bogat. Je pa vsekakor življenje na splošno tam bolj ugodno in zime ni, kar je dobra stvar.

Se po 30 letih življenja še vedno vidite tu ali vas mika, da bi se vrnili v tople kraje?

Tu živim že zelo dolgo, tu je tudi moja družina, zato lahko rečem, da si želim v Ljubljani živeti do konca svojega življenja. Na Filipine pa se seveda vsake toliko odpravim na počitnice, saj so odlična turistična destinacija za oddih. Tam se napolnim s pozitivno energijo, ki jo premorejo nasmejani, veseli Filipinci, in to mi za zdaj zadostuje.



Orkester nežnih brenkal

Prostore Četrtna skupnosti Bežigrad na Belokranjski ulici 6 vsak torek in četrtek zvečer napolnijo zvoki kontrabasa, kitar, tolkal, predvsem pa mandolin. Tu namreč vadi Orkester Mandolina Ljubljana, ena redkih zasedb v Sloveniji, ki si je na svoji glasbeni poti za sopotnico izbrala to nežno in očarljivo brenkalo, vsekakor pa najprepoznavnejša.

ROBERT REBOLJ

Začetki Orkestra Mandolina segajo v leto 1974, ko je Slavko Kokalj pod okriljem Zveze borcev NOV ustanovil manjšo mandolinistično skupino. »Ustanovitelj je zdaj že precej let pokojen, smo mu pa prej vsako leto za rojstni dan prišli zapet podoknico,« pravi programski vodja Dejan Podgorelec, sicer član od leta 1994.

V orkestru je doslej igralo že več kot 250 glasbenikov. Na koncertu januarja letos jih je nastopilo 30. Najmlajši, ki ima 12 let, je sin Dejana Podgoreleca

in koncertne mojstrice, mandolinistke Tanje Pirc. Dejan in Tanja sta se spoznala v orkestru. Še zdaleč nista edina, med katerima je v sproščnem vzdušju vaj in napetosti pred nastopi preskočila iskrica. Njun Val igra melodična tolkala, kar mu gre sijajno od rok. Najstarejši trije člani pa so vsi rojeni leta 1950 in bodo tako letos dopolnili 73 let. To so mandolinistka Marija Škerjanc, kitarist Brane Orlič in mandolinist Dragan Kosić. Po stažu je zmagovalec Milan Kontrček, član je nepretrgano že od leta 1979. Povprečna starost članov orkestra je približno 50 let, orkester pa se tudi sam bliža častitljivi 50-letnici. »Toliko jih šteje tudi naš dirigent Andrej Zupan, ki je abrahama srečal julija lani,« se namuzne programski vodja. Dirigent pa pove, da je v orkester prišel kot solist na klarinetu za enega njihovih nastopov. Kasneje jim je priskočil na pomoč, ko so ostali brez dirigenta, nato pa jim je povedal, da zaradi številnih glasbenih projektov zanje žal nima več časa. »Zdaj pa že dvajseto sezono jem zarečen kruh,« se zareži.

Med člani, ki so kasneje postali priznani slovenski glasbeniki, sta bila Miha Guštin – Gušti in Boštjan Narat (Katalena), Tina Drole je z »mandolinci« pela in jodlala kot enajstletnica, nato pa prišla v finale šova Slovenija ima talent. Kot gostje so na koncertih orkestra nastopali še Adi Smolar, Nuša Derenda, Zoran Predin, Grega Škočir (Big Foot Mama), Vesna Zornik (Katalena), Janez Dovč, Elda Viler, Oto Pestner, violinistka Anja Bukovec in številni drugi. Na portalu YouTube najdete več kot sto

posnetkov njihovih koncertov, največ, pet milijonov ogledov, pa ima tisti z glasbo iz filma Boter, ki je objavljen na kanalu Kud Preprih.

»Včasih se nam je dogajalo, da z odra nismo znali stopiti na pravi strani, danes pa smo precej bolj profesionalni,« v smehu pove Dejan in doda: »Čeprav smo v Orkestru Mandolina ljubiteljsko, se nas skoraj polovica poklicno ukvarja z glasbo bodisi kot učitelji instrumenta bodisi kot izvajalci. Dopolnjujemo tudi druge profesionalne zasedbe, ko potrebujejo mandolino, denimo SNG Opera in balet Ljubljana, SNG Maribor, Orkester slovenske filharmonije in Simfonični orkester RTV Slovenija.« Ob tem pa že več kot 20 let dvakrat letno pripravijo celovečerni tematski koncert s klasično mandolinsko glasbo in novejšimi zvrstmi od rocka, popa, filmske glasbe, muzikalov do tehna, kakopak vse v mandolinski podobi. Naslednji bo 17. maja v Slovenski filharmoniji. »Tokratna tematika? Po glasbi iz risank, s katero smo se predstavili januarja, nas zdaj spet čaka klasični repertoar. Imamo že naslov – Štirje elementi, za vse drugo pa boste morali še malce počakati in orkester spremljati na naši spletni strani,« je spoznavanje sklenil Podgorelec.

Informacije o nastopih in drugih aktivnostih Orkestra Mandolina Ljubljana najdete na njihovi Facebook strani. Če bi se jim radi pridružili, pišite na e-naslov mandolina.lj@gmail.com.



Rabljene knjige iščejo nove bralce

MOJCA MEDVEŠČEK

Ljubljana je Unescovo mesto literature. V mestu delujejo najpomembnejše knjižne založbe, priznani ustvarjalci ter bogato založene knjigarne in knjižnice. V mestu se skoraj vsak dan odvijajo zanimivi literarni dogodki, v parkih, kavarnah in na avtobusih pa celo srečamo ljudi, ki so zatopljeni v knjigo. Del te bogate literarne kulture so tudi antikvarijati, ki jih v mestu ni malo.

V knjigarnah se bralci oskrbimo z novimi in popularnimi knjigami, v antikvarijate pa nas poleg radovednosti in zbirateljstva največkrat vodi iskanje minulega časa. V navadno malce zaprašenih prostorih, katerih vonj spominja na prodajalne tobaka, pasemo radovednost

z listanjem po oddanih in zavrženih knjigah ali pa upamo, da bomo odkrili pozabljen knjižni dragulj.

Na antikvariat Alef, ki ima prodajalno na Hribarjevem nabrežju 13, nas v toplejših mesecih opozori polna knjižna omara pred vhodom. Že ob bežnem pogledu na notranjost opazimo, da sta lastnika Mojca Zupančič in Tomaž Kušar najbolj založena s knjigami s področij humanistike, ne manjka pa tudi starejših leposlovnih izdaj. Ena najbolj iskanih knjig v Alefu je bila vse do januarkega ponatisa Wittgensteinov Logično-filozofski traktat. A zanimanje za stare izdaje kljub svežim ponatisom nikoli ne poneha, povesta poznavalca knjig.

V prodajalni je na ogled le del njunega inventarja, na spletni strani antikvariatalef.si pa lahko pobrsate tudi po knjigah, ki nove bralce čakajo v skladišču.

Največji boem med antikvarji je gotovo Dušan Cunjak. Človek širokopoteznih načrtov knjige iz druge roke ponuja v treh ljubljanskih prodajalnah. Na Gallusovem nabrežju 21 so na voljo ob sončnejšem vremenu. Antikvariat na Trubarjevi 19 je specializiran za dela v srbskem in slovenskem jeziku. V prodajalno na Starem trgu 22, ki spominja na pariške knjigarne iz filmov, pa strastne bralce vabijo premišljeno izbrane odlično ohranjene knjige in stripi. V njej se skriva tudi kupček starih slikanic iz zbirke Čebelica, ki letos praznuje častitljivih 70 let.

Pred Antikvariatom Vodnik, ki ga vodita Marjeta in Davorin Mikuž, ob lepem vremenu stoji pult s knjigami, ki jih lahko kupimo že z bankovcem za pet evrov. Zaradi lokacije na Ciril-Metodovem trgu 15, blizu vhoda v stolnico, bi lahko pomislili, da so njuni obiskovalci predvsem turisti, ki jim lastnika ponujata

tudi knjige o Sloveniji, a pravita, da je veliko njunih strank stalnih. Upokojenci se v prodajalni oglasijo tudi po večkrat na teden in pobrskajo za kakšnim romanom. Če ste odraščali ob zbirki Zlata knjiga, na policah poiščite Vikeja Vikinga, Bobre in Prigode Toma Sawyerja. Tu lahko kupite tudi novejšje knjige, ki niso stare več kot leto ali dve. Po zalogi lahko pobrskate na spletni strani antikvariat-vodnik.si, a si je bolje vzeti čas in obiskati prodajalno, saj je veliko bolje založena, kot kaže splet.

Ustavimo se še v najstarejši prodajalni rabljenih knjig v mestu. Trubarjev antikvariat, ki se je v prostore nekdanjega doma kostanjeviških opatov na Mestnem trgu 25 vselil leta 1965, vodi gospa Stanka Golob. Prejemnica Schwentnerjeve nagrade za življenjsko delo na področju založništva in knjigotrštva kljub upokojitvi pomaga pri pripravi dražb in pregledovanju podedovanih knjižnic, ki jih svojci umrlih ponujajo v odkup. »Knjiga bo ostala ob človeku za vedno,« optimistično verjame. »In zanimanje za klasiko ne bo nikoli iz mode.« Na prodajnih razstavah v Trubarjevem antikvariatu ponujajo dragocene knjige, grafike in zemljevide, prirejajo pesniške večere, enkrat letno pa tudi dražbo dragocenosti iz svoje zbirke. Če v prodajalni ne najdete knjige, ki si jo močno želite, vam bodo po svojih močeh pomagali, da pride v vaše roke, čeprav je včasih na to treba malce počakati.

Ljubiteljem dobrih zgodb, poezije in znanja pa je poleg naštetih in nenaštetih ljubljanskih antikvariatov ostal v srcu še eden, ki ga danes ni več. To je bila vlažna in prašna Bukvarna pod Emonskimi vrati na zgornjem robu Kongresnega trga. Skupaj z ostanki rimske utrdbe je postala del zgodovine mesta. Njeno ime pa še vedno ostaja na enem od izhodov iz garažne hiše in v spominih bralcev, ki smo ure in ure brskali po njenih policah.



① Ljubitelji klasikov lahko v Alefu dopolnimo svojo zbirko Kondor, na pustolovskega bralca pa čaka odlično ohranjena zbirka vesternov Karla Maya. V svoji zbirki imajo več kot 20.000 knjig, med njimi tudi redke in že dolgo razprodane, pa knjige s podpisi avtorjev in celo stare revije.

② Rabljene knjige imajo poseben čar. Vsakič, ko katero primemo v roke, se lahko prepustimo domišljiji in se sprašujemo – kdo jo je bral, mu je bila všeč, ga je naučila česa novega in zakaj je zdaj pristala v naših rokah. Morda nam del skrivnosti izdajo posvetila ali zapiski na njihovih straneh.

③ Antikvariat Cunjak je zanimiv tudi zbirateljem vinilnih plošč. V njihovi ponudbi lahko najdemo vse od mojstrov klasične glasbe do albumov s popevkami, ki nas spominjajo na mladostniška leta. Dobro so založeni tudi s knjigami s področja umetnosti. Če iščete kakšno knjigo, ki je trenutno nimajo v svoji zbirki, vam jo lahko pomagajo poiskati drugje.

④ Trubarjev antikvariat je leta 2016 od predsednika Boruta Pahorja prejel medaljo za zasluge za visoko strokovno delo pri zagotavljanju dostopnosti knjig in prispevek k bralni kulturi. Svojo zbirko dragocenih knjig hranijo v salonu v prvem nadstropju, kjer se odvijajo tudi različni literarni dogodki.

Kam s prebranimi ali starimi knjigami?

Dobro ohranjene in nepoškodovane knjige lahko ponudite v odkup antikvariatom ali podarite Mestni knjižnici Ljubljana (mklj.si). Pošljite jim e-sporočilo s popisom vseh knjig, oni pa vam bodo odgovorili, katere od naštetih jih zanimajo. Morda bi romani in slikanice zanimali tudi Center ponovne uporabe (cpu-reuse.com) ali Knjižnico pod krošnjami (knjiznicapodkrošnjami.si). Posamezne knjige lahko oddate v hišice Knjigobežnice (zemljevid poiščite v Facebook skupini s tem imenom) ali jih ponudite prijateljem na družbenih omrežjih. Poškodovane in neaktualne knjige pa odložite v zabojnike za papir. Z reciklažo jim boste vdihnili novo življenje.

20 LET FESTIVALA FABULA



Festival Literature sveta – Fabula je iz najodmevnejšega literarnega festivala v Sloveniji prerasel v enega najpomembnejših v širši regiji. Njegova letošnja tema bodo (re)konstrukcije spomina, gostje prireditve, ki bo med 1. in 31. marcem potekala na različnih lokacijah po mestu, pa bodo mednarodno uveljavljene avtorice in avtorji, kot so Bernardine Evaristo, Cristina Morales, László Krasznahorkai, Oksana Zabužko in José Luís Peixoto. Kot je že običaj, bo tudi letos izšla festivalska zbirka žepnih knjig s prevodi del gostujočih avtorjev. Zelo zanimiv bo tudi spremljevalni program letošnje Fabule z nastopi igralcev SNG Drame, razstavo festivalskih ilustracij Matije Medveda in pripovedovalskimi matinejami za starejše. Vsi dogodki v sklopu festivala so brezplačni. Program si lahko ogledate na spletni strani festival-fabula.org.



Gibanica najboljšega domačega sodobnega plesa

Na sedmih lokacijah v Ljubljani se bo med 22. in 25. februarjem odvijala 11. Gibanica, bienale slovenske sodobne plesne umetnosti. V njen program je uvrščenih osem predstav domačih ustvarjalcev, ki se bodo potegovali za dve nagradi gibanica, eno po izboru občinstva in drugo po izboru strokovne žirije. Poleg tekmovalnega programa so organizatorji pripravili še spremljevalni »fringe« z delavnicami, instalacijami, performansmi in predstavami. Društvo za sodobni ples Slovenije bo podelilo tudi nagrado Ksenije Hribar za izjemne dosežke na področju sodobnega plesa. Podrobnejše informacije o programu 11. Gibanice in nakupu vstopnic najdete na spletni strani gibanica.info.

Zbirka urbanih metuljev

V Bežigraski galeriji 1 na Dunajski 31 si lahko na razstavi Hiša metuljev ogledate serijo prostorskih postavitev umetnice Janje Kosi. Te izhajajo iz osebnih izkušenj in fotografskih posnetkov, ki jih posname med sprehodi po mestih. Arhitekturne elemente izreže iz fotografij, jih izloči iz konteksta, nato pa vpne v mrežo lastne urbane podobe. Tak proces spominja na zbirko metuljev, po kateri je razstava tudi dobila ime.



ROMANCA NA PLESIŠČU

V Festivalni dvorani Pionirskega doma na Vilharjevi cesti 11 že 50 let gojijo tradicijo družabnih plesov, ki jo je začel plesalec, pedagog in koreograf Adolf Jenko. 17. februarja vas vabijo na Valentinov ples v ritmičnih angleškega in dunajskega valčka, tanga, fokstrota, disko foksa, sambe, čačaja, rumbe, džajva, salse, bachate in mamba, obiskovalcem pa obljublajo tudi romantično presenečenje. Dobrodošli ste plesalci vseh generacij, začetniki in mojstri. Vstopnice za Valentinov ples lahko kupite na prodajnih mestih Eventima, na spletni strani eventim.si ali uro pred začetkom plesa na blagajni Pionirskega doma.

Ta hudičeva krila

Če Tereza Vuk ne bi res obstajala, bi si jo morali izmisliti. Nekdo se vendar mora podati na temno stran družbe, družine in malomeščanstva ter se od tam vrniti živ. Po dveh zbirkah kratkih zapisov z naslovoma Creepyatrija in Kolumniatrija je ta iskriva avtorica pri založbi

Beletrina izdala svoj prvi roman Zakaj ima moj hudič krila. Knjiga je neke vrste kronika prebolevanja družinskih in ljubezenskih odnosov, odvisnosti od različnih substanc, pa tudi od bolezni, ki se je nedavno zgrnila nad človeštvo. Pripoved, ki se dogaja tudi na ljubljanskih ulicah, je zapisana v za Terezo Vuk značilnem duhovitem, pikrem in neposrednem slogu, ki vas zagotovo ne bo pustil ravnodušne.



Razstava domiselnih študentskih plakatov

Tema 15. natečaja Plaktivat, ki ga je TAM-TAM Inštitut razpisal v sodelovanju z Zavodom za transfuzijsko medicino in Rdečim križem Slovenije, je bila ozaveščanje o pomenu darovanja krvi. Nanj se je prijavilo 780 oblikovalcev z vsega sveta, od tega 412 študentov, ki so se potegovali za prvo nagrado v kategoriji Sveža kri. Osvojila jo je Petra Lapajne Povirk s plakatom Gorivo življenja. Skupaj z izborom drugih najboljših študentskih plakatov si ga lahko ogledate v ulični galeriji TAM-TAM na Slovenski ploščadi pri Figovcu.



V ČETRTHNIH SKUPNOSTIH SE DOGAJA. PRIDRUŽITE SE!

CENTER

Mikro zelenjava - za naše zdravje in dobro počutje

Kako lahko sami gojite mikro zelenjavo in na kaj morate biti pri tem pozorni? To bo v tokratni Enajsti šoli pojasnila Barbara Podlogar, univ. dipl. inž. agronomije, mentorica programa Naravno vrtnarjenje na Univerzi za tretje življenjsko obdobje v Ljubljani. Več informacij dobite na spletni strani mladinska-knjiga.si/dogodki/enajsta-sola-v-knjigarni-8.
7. marca ob 11. uri
Knjigarna Konzorcij,
Slovenska cesta 29

DRAVLJE

Žabji karneval

Pustna povorka bo potekala skozi Podutik, zabava in ples pa se nadaljujeta pred Domom krajanov Dravlje. Več na spletni strani ljubljanasi.si/moja-ljubljana/cetrne-skupnosti-v-ljubljani/cetrne-skupnosti-v-ljubljani-2/cetrna-skupnost-dravlje.
19. februarja ob 11. uri,
nadaljevanje ob 15. uri
pred trgovino Krivec

GOLOVEC

Temeljni postopki oživljanja in prikaz uporabe defibrilatorja

Defibrilator je aparat, s katerim lahko rešimo življenje človeku s srčnim zastojem. Naučili vas bodo pravilne uporabe tega aparata, ob tem pa bodo izvedli tudi brezplačne meritve krvnega sladkorja, tlaka in holesterola. Brezplačna delavnica je namenjena vsem generacijam. Meritve bodo izvajali člani Društva študentov medicine v okviru projekta Misli na srce. Več

informacij na 01/306 48 36.

9. marca ob 18. uri
Sedež ČS Golovec, Litjiska
cesta 38, sejna soba

JARŠE

Šola zdravja - skupina Nove Jarše

Vabljeni na jutranjo telovadbo na prostem s 1000 gibi. Vadba je namenjena vsem generacijam. V dežju srečanje odpade. Za več informacij pokličite Olgo Pušnik na 040/299 048.
Vsak delovni dan ob 7.30
Športno igrišče Produkcijske šole, Jarška 44

MOSTE

Temeljni postopki oživljanja in prikaz uporabe defibrilatorja

Defibrilator je aparat, s katerim lahko rešimo življenje človeku s srčnim zastojem. Naučili vas bodo pravilne uporabe tega aparata, ob tem pa bodo izvedli tudi brezplačne meritve krvnega sladkorja, tlaka in holesterola. Brezplačna delavnica je namenjena vsem generacijam. Meritve bodo izvajali člani Društva študentov medicine v okviru projekta Misli na srce. Več informacij na 01/306 48 36.
16. februarja ob 18. uri
Sedež ČS Moste, Ob
Ljubljani 36a, sejna soba

POLJE

Temeljni postopki oživljanja in prikaz uporabe defibrilatorja

Defibrilator je aparat, s katerim lahko rešimo življenje človeku s srčnim zastojem. Naučili vas bodo pravilne uporabe tega aparata, ob tem pa bodo izvedli tudi brezplačne meritve krvnega sladkorja,

tlaka in holesterola. Brezplačna delavnica je namenjena vsem generacijam. Meritve bodo izvajali člani Društva študentov medicine v okviru projekta Misli na srce. Več informacij na 01/306 48 36.
2. marca ob 18. uri
Center Zalog, Zaloška
267, sejna soba

POSAVJE

Temeljni postopki oživljanja in prikaz uporabe defibrilatorja

Opis dogodka preberite zgoraj.
23. februarja ob 18. uri
Prosvetni dom Savlje,
Savlje 101, dvorana

RUDNIK

Demenca

MOL v sodelovanju z Alzheimerjem Slovenija - društvom Spominčica organizira predavanje o demenci. Na njem boste dobili splošne informacije o demenci: kaj so prvi znaki, kako se postavi diagnoza, kako komunicirati z demenčnimi osebami in kako preventivno ravnati. Predstavili bodo tudi društvo Spominčica. Vstop je prost. Več informacij dobite na spletni strani spomincica.si.
21. februarja ob 17.30
Sedež ČS Rudnik, Pot k ribniku
20, sejna soba v pritličju

ŠIŠKA

Evropska solidarnostna enota

Vsi, ki iščete svoje mesto v vesolju, nove karijerne kompetence, pridobljene v neformalnem vseživljenjskem izobraževanju, in vsi, ki bi radi vrnili dobro družbi, vabljeni na predstavitev Evropske solidarnostne enote. Darko Štrbac bo opisal izkušnjo kot udeleženec tega projekta na Portugalskem:

predstavil bo tehnične podatke programa in prednosti, ki jih program prinese prostovoljcu, kot so pridobitev Youthpassa in nove kompetence za nadaljnjo karierno pot. Posebej primerno za tiste, ki pred vpisom na študij potrebujejo »leto iskanja«, torej odlična priložnost za »prazno leto«. Dogodek je brezplačen. Več informacij na spletni strani mladizmaji.si/program.
24. februarja ob 16. uri
Četrtni center Mladi zmaji, Tugomerjeva 2

ŠENTVID

Kaj nam sporoča telo

Knjižnica Šentvid vabi na četrto predavanje v ciklu predavanj Mance Macuh z naslovom Zdrava družina. Telesni simptomi veliko povedo, če jih znamo »brati«. Izvedeli boste, kaj vam telo z njimi sporoča ter kaj lahko storite za to, da si po naravni poti sami povrnete zdravje. Predavanje temelji na naravnem načinu zdravljenja in je podprto z (naj)novjšimi znanstvenimi raziskavami. Več informacij na spletni strani cs-sentvid.si.
15. februarja ob 19.30
Knjižnica Šentvid, Prušnikova 106

Novice, različne informacije, pa tudi mesečni napovednik vseh dogodkov v četrtnih skupnostih na območju MOL so na spletni strani ljubljanasi.si/moja-ljubljana/cetrne-skupnosti-v-ljubljani.

Flancat z Rožnika

Ob pustnem času se svet postavi na glavo. Kot naši poganski predniki si takrat nadenemo maske in uganjamo norčije, pa še kakšen majcen greh si lahko privoščimo. Tako kot obiskovalci Rožnika, ki si za nagrado, ker so se povzpeli do vrha, lahko privoščijo pregrešno dobre flancate v Gostilni Rožnik. Morda sta se z njimi sladkala že pisatelj Ivan Cankar, ki je tam nekaj časa stanoval, in pesnik Oton Župančič, ki ga je pogosto obiskal. Tega ne bomo nikoli zanesljivo vedeli, vemo pa, da najbolj teknejo na s soncem obsijanem gostilniškem vrtu s čudovitim razgledom na mesto.



Za pripravo kvašenih flancatov potrebujemo:

- 500 g gladke moke (tip 500)
- 60 g sladkorja
- 30 g kvasa
- 250 ml mleka
- pol žličke soli
- drobno naribano lupino 1 limone
- 1 jajce
- 4 rumenjake
- 1 žlico ruma
- 40 g margarine
- 40 g olja
- olje za cvrtje
- sladkor v prahu za posipanje

V skodelico nadrobimo kvas, dodamo kanček mlačnega mleka, žličko moke in žličko sladkorja, premešamo in počakamo nekaj minut, da vzhaja. V večjo posodo presejemo moko, primešamo sladkor in limonino lupinico. V drugi posodi zmešamo jajce, rumenjake in rum. Mleko segrejeemo na 40 stopinj Celzija. V kozici na nizki temperaturi stopimo margarino. V moki naredimo jamico. Ob robu potresemo sol, v jamico pa zlijemo kvasec, mleko, jajca z rumom, mlačno margarino in olje. Sestavine zmešamo z vilicami, nato pa na pomokani površini testo gnetemo 10 minut, da postane gladko in elastično. Postavimo ga v naoljeno skledo, ki jo pokrijemo s čistim prtičem in damo na toplo mesto, kjer naj vzhaja vsaj eno uro, da se njegov volumen podvoji. Vzhajano testo razrežemo na manjše hlebčke, ki jih pokrijemo s prtičem in še enkrat pustimo vzhajati 30 minut. Vzhajane hlebčke zvaljamo na en centimeter debeline in jih narežemo na pravokotnike z dvema zarezama. Nato jih polagamo v posodo z vročim oljem. Ko se zlato obarvajo, jih obrnemo in ocvremo še z druge strani. Ocvrte flancate zložimo v posodo, obloženo s papirnatiimi brisačami, ki vpijejo odvečno olje. Še tople posujemo s sladkorjem v prahu in postrežemo sladkosnedim jedcem.

Pust se letos začne 18. februarja s pustno soboto, konča pa 21. februarja s pustnim torkom.

LUV FEST

8. FEB

Ljubezenska
vandranja
po *Ljubljani*
— mesec
dni zabave,
kulture,
prireditev in
kulinarike.

12. MAR

#lufest



Mestna občina
Ljubljana

