



SKUPAJ PIŠEMO ZGODBE NAJLEPŠEGA MESTA

GANGA

ZJUTRAJ, KO ŠE VSI SPITE,
POSLUŠAM PTIČJE PETJE
Z ROŽNIKA

Ljubljana

**Z AVTOBUSOM NA BIOMETAN SMO ŠLI DAROVAT KRI. V CENTRALNI
TEHNIŠKI KNJIŽNICI SMO SI POLEG KNJIG SPOSODILI ŠE ZNANJE IN
ORODJE ZA URESNIČITEV DOBRE IDEJE. RAZISKOVALI SMO GRUBERJEV
KANAL IN SE S KOLESOM ODPRAVILI NA ZBILJSKO JEZERO. ZELO SE
VESELIMO NOVEGA KOPALIŠČA NA VEVČAH.**

O ČEM PIŠEMO TOKRAT

Naši gostje iz tujine pogosto omenijo, kako prijetne in živahne lokale imamo v mestu, občudujejo tudi to, da si znamo vzeti čas zase in drug za drugega. Uživati znamo v življenju in vsem, kar nam lepega daje. Veliko mest ima gradove, muzeje, cerkve in trge, nobeno mesto na svetu pa nima Ljubljančank in Ljubljančanov. Mesto smo mi. Odločili smo se, da bomo do leta 2030 podnebno nevtralni, in smo zavihali rokave. Na naše ulice smo pripeljali prvi avtobus na biometan. Raziskali smo brezdomstvo in se lotili gradnje zavetišča za brezdomce, da bi vsem zagotovili streho nad glavo in pomoč v stiski. V Centralni tehniški knjižnici smo našli najrazličnejša orodja in sorodne duše, ki nam bodo s svojim znanjem in izkušnjami pomagale uresničiti dobre zamisli. Hvaležni smo farmacevtkam in farmacevtom iz dežurne lekarne, da vso noč prebedijo s tistimi, ki jih doleti poškodba, pesti bolečina ali še kaj hujšega. Ponosni smo na naše krvodajalce, ki si vzamejo po eno uro časa, da vsaj trem ljudem omogočijo življenje. Ste že slišali za občanske znanstvenike? To so radovedni in aktivni meščani, ki opazujejo okolico, zbirajo podatke, razmišljajo o raziskovalnih vprašanjih in sodelujejo pri razlagi rezultatov opazovanj. Poletne počitnice so kot nalašč, da se jim pridružite. Veste, kaj je še dobra ideja v teh vročih poletnih dneh? Skok v bazen. Kmalu boste to lahko naredili na prenovljenem Kopališču Vevče. Osvežitev vam bo dobro dela pred partijo petanke ali balinanja, čeprav je pri obeh druženje pomembnejše od rezultata. Med kofetkanjem v vaši najljubši kavarni pa preberite še intervju z največjo ljubljansko damo, ki jo imamo vsi tako zelo radi. Vse najboljše, Ganga!

Ljubljana

julij–avgust 2025

Izdajatelj

Mestni svet Mestne občine
Ljubljana, Mestni trg 1

Zanj

župan Zoran Jankovič

Uredniški odbor

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

Odgovorni urednik

Nenad Senić

Pomočnica

odgovornega urednika
Nina Kožar

Oblikovna zasnova

Špela Pfeifer

Izvedbeno oblikovanje

Maja Petrovič

Foto na naslovnici

Jaka Teršek

Tisk

Salomon, d. o. o.

Naklada

133.405 izvodov

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

Glasilo Ljubljana
Mestni trg 1
1000 Ljubljana

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



ISSN 1318-797x



ALENKA RUS, dr. med., spec.

ZD Ljubljana Bežigrad, moja pediatrija 2025

Človečnost ni iz mode

So poklici, kjer sta sočutje in človeški odnos pričakovana. V enem od takih delam že več kot 30 let; sem otroška zdravnica, kot me večkrat imenujejo moji mali pacienti. V vsem tem času se tovrstna pričakovanja ljudi niso prav nič spremenila, čeprav se je svet močno spremenil. Dandanes prav vse poteka mnogo hitreje. Povečujejo se individualizem, tekmovalnost, nadpovprečnost, dosežki, materializem, potrošništvo, instantni uspehi, učinkovitost, tehnologija ... Ob vsem tem pa se od ljudi, ki delamo za ljudi, brezpogojno še vedno pričakuje lastnosti, za katere se zdi, da jih je čas povozil.

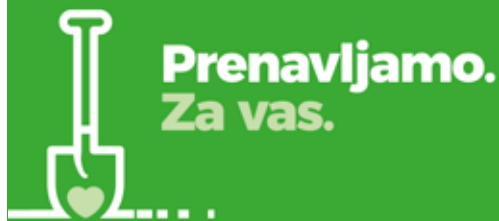
Pa vendar, kaj pomeni biti sočuten v času, ko so odnosi pogosto površinski, pogovori kratki, čustva pa se oznanjajo prek simbolov? Vsakodnevno nas praviloma obdaja več slabih kot dobrih novic in čustvena otopelost postane obramba pred njihovim negativnim vplivom. Spodbudno pa je dejstvo, da le nekaj mesecev stari dojenčki že kažejo zaskrbljenost, ko slišijo druge dojenčke jokati, in da imajo otroci v pravljičah rajši prijazne kot hudobne like. Že dveletni otrok zna drugemu otroku ponuditi igračko, če je ta žalosten, in triletniki že znajo protestirati proti krivici. Zmožnost za človečnost in sočutje je torej po eni strani prirojena. Je potencial, ki ga lahko razvijamo ali pa tudi zatremo. Razvija se skozi odnose, zglede, izkušnje, izbire in kulturo.

Mnogo premalo se zavedamo, da se naši otroci od nas učijo pretežno z opazovanjem in veliko

manj s poslušanjem. Odkritje tako imenovanih zrcalnih nevronov je pomagalo razumeti empatijo na biološki ravni. Gre za posebne živčne strukture v naših možganih, ki se aktivirajo, ko kdo drug nekaj naredi, in te posnamejo to drugo izkušnjo. So nekakšen most med »mojim in tvojim doživljanjem«. Posebno aktivni so v obdobju dojenčka, ko zrcalijo aktivnosti osebe, ki za dojenčka skrbi, mu zagotavlja ljubezen in varnost. Če se tega zavedamo, bomo prepoznali tudi priložnosti.

Človeški odnos, ki temelji na sočutju, je v resnici nekaj zelo preprostega. Treba si je vzeti čas, da prisluhnemo; lahko samo smo, smo tiho, ne ponujamo hitrih rešitev niti odgovorov in si dovolimo čutiti bolečino drugega. Morda se zdi, da je v mestih, posebej v prestolnicah, kot je moja ljuba Ljubljana, zaradi hitrejšega tempa življenja in večje odtujenosti manj priložnosti in možnosti za sočutje in človeški odnos, saj so ljudje manj povezani v skupnosti, zato se večkrat lahko zgodi tudi tako imenovani učinek opazovalca. Po drugi strani pa je pomoč v stiski lahko v mestih vseeno bolj organizirana, bolj institucionalizirana, manjša pa je tudi stigmatizacija zaradi večje anonimnosti.

Vrednoti sočutje in človečnost bi morali biti kjerkoli na svetu enaki. Zato vas pozivam, da si vzamete dve minuti časa in razmislite, do koga danes čutite hvaležnost ali komu lahko prav danes poklonite majhno pozornost, nasmeh, pomoč ali samo spodbudno besedo.



**Prenavljamo.
Za vas.**

POPOLNE ZAPORE CEST OKOLI ŽAL

Zaradi rekonstrukcije krožišča Žale in priključnih cest bodo do predvidoma 31. avgusta 2025 za ves promet zaprte Linhartova in Savska cesta ter Flajšmanova ulica, promet pa bo oviran tudi na Štajerski cesti. V krožišču bo prevozen le del med Štajersko cesto in Pokopališko ulico.

POPOLNA ZAPORA VODOVODNE CESTE

Zaradi nadaljevanja obnove ceste in pločnikov bo do predvidoma 10. avgusta 2025 za ves promet zaprta Vodovodna cesta.

POPOLNA ZAPORA DELA ORLOVE ULICE

Zaradi izgradnje komunalne infrastrukture bo do predvidoma 16. avgusta 2025 za ves promet zaprta Orlova ulica med Ižansko cesto in cesto Ob dolenjski železnici. Obvoz za vozila in mestne avtobuse bo po Jurčkovi cesti, Galjevici in Ob dolenjski železnici.

ZAPORE NEKATERIH CEST ZA BEŽIGRADOM

Zaradi obnove vročevoda in vodovoda, gradnje vročevoda ter rekonstrukcije ceste bodo do predvidoma 6. oktobra 2025 za ves promet zaprti posamezni odseki Štembalove, Zupanove, Robičeve in Kocbekove ulice. Dela bodo potekala v več fazah.

Vse udeležence v prometu prosimo za razumevanje in upoštevanje prometne signalizacije. Celovite informacije o mobilnosti in zaporah cest v Ljubljani lahko spremljate na našem portalu aktualnih prometnih informacij prominfo.projekti.si.

Predlagajte kandidate za drevo in drevored leta 2025

V Ljubljani znova izbiramo drevo in drevored leta. Letos bomo predloge meščank in meščanov zbirali do konca leta, saj želimo, da mestna drevesa in drevorede opazujete v različnih letnih časih. Vabimo vas, da nam sporočite, katero drevo oziroma drevored ima za vas poseben pomen.

Za drevo in drevored leta 2025 lahko predlagate vsako drevo oziroma drevored, ki sta javno dostopna, ne glede na lastništvo. Predloge zbiramo do 31. decembra 2025. Drevo leta lahko predlagate s skeniranjem te QR-kode,



drevored leta pa s skeniranje te QR-kode.



Med vsemi prispelimi predlogi bo strokovna komisija izbrala finaliste, končno odločitev o drevesu in drevoredu leta 2025 pa bomo nato znova prepustili meščankam in meščanom, ki boste s spletnim glasovanjem izbrali drevo in drevored, ki bosta vse leto simbolno predstavljala vsa drevesa v mestu. Razglasitev bo 22. aprila 2026, na svetovni dan Zemlje, ob zaključku akcije Za lepšo Ljubljano.

prijaviti se na
ljubljanajesport.si

Tek dvojk

**šport
je lajv**

A M A L U

6. 9. 2025
START 16.00
Kotalkališče Tivoli

Tisti, ki tečejo skupaj,
na cilju žurajo skupaj.

več
športa,
manj
zaslona

čista
nula, čista
vest

0,0

dogodek podpirajo

Ljubljanski Festival
športa

Mestna občina
Ljubljana

LJUBLJANA
2025

LJUBLJANA
JE SPORT

Vsak mesec brezplačno pravno svetovanje

V Atrijski sobi Mestne hiše na Mestnem trgu 1 bo vsak prvi ponedeljek v mesecu od 17. ure do 18.30 na voljo brezplačno pravno svetovanje. Izvajalo ga bo humanitarno društvo Pravo za vse.

Namen tovrstnega svetovanja je ponuditi osnovne pravne nasvete, ki ljudem osvetlijo in razjasnijo njihov pravni problem ter možne rešitve. Potekalo bo v obliki podajanja pravnih mnenj, na podlagi katerih se posamezniki odločijo, ali je treba poiskati nadaljnjo pomoč pri odvetnikih oziroma pristojnih institucijah.

Predhodne najave niso obvezne, če želite, pa lahko svoj obisk in vprašanje napoveste na e-naslovu odgovor@pravozavse.si. Svetovanje je anonimno.



Poletni delovni čas knjižnic

Knjižnice Mestne knjižnice Ljubljana so do sobote, 23. avgusta 2025, odprte po poletnem obratovalnem času. Poletni urnik po enotah MKL najdete na spletni strani mklj.si/o-nas/obratovalni-cas-poletni.

Potujoča knjižnica do 29. avgusta 2025 postajališč ne obiskuje.



STE UPRAVIČENI DO SREDSTEV IZ DONACIJSKEGA SKLADA ZA POPLAVLJENCE?

Po poplavah, ki so avgusta 2023 prizadele tudi nekatere predele MOL, so na MOL skupaj z Zvezo prijateljev mladine Ljubljana Moste - Polje, ki jo je vodila častna meščanka Anita Ogulin, ustanovili donacijski sklad za zbiranje sredstev pomoči tistim, ki so jim poplave uničile bivalne prostore, da bi jim tako omogočili čim hitrejšo obnovo njihovih domov.

Upravičence do sredstev iz omenjenega sklada obveščamo, da lahko sredstva za obnovo svojih domov črpajo do 31. avgusta 2025.

Dokumentacijo, na podlagi katere pridobite sredstva, lahko dostavite po treh poteh:

1. **po navadni pošti na naslov**
ZVEZA ANITA OGULIN & ZPM
Proletarska cesta 1
1000 Ljubljana
s pripisom »za poplave v Ljubljani 2023«
2. **osebno v prostorih ZVEZE ANITA OGULIN & ZPM** na Proletarski cesti 1
vsak delovni dan med 8. in 16. uro
3. **po e-pošti na naslov**
info@zveza-anitaogulin.si s pripisom
»za poplave v Ljubljani 2023«

Za dodatne informacije lahko pokličete telefonsko številko 08/205 26 89.

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



Zadnji fotoatelje v Šentvidu

Z mobilnimi telefoni smo poleg miru izgubili še pisma, kalkulatorje, kompase, časopise, telefonske imenike in fotostudije, v katere smo nosili razvijat fotografije s počitnic, zabav, maturantskih plesov, družinskih piknikov in romantičnih izletov. Eden zadnjih, ki še vztraja, je Foto Zvone na Prušnikovi ulici 77. »Najboljši v Šentvidu, ker drugega ni,« pravijo. Atelje, v katerem vam bodo naredili portret za dokumente, razvili filme, natisnili slike z digitalnih formatov, zbrisali bivšega s fotografije in nanjo dodali novega, se zdi kot časovna kapsula. Lovro Rozman, ki po očetu Zvonetu nadaljuje družinski posel, ga je pustil takšnega, kot je bil pred desetletji. Zelo šarmanten.



Igriva poletna bitja

Med festivalom Junij v Ljubljani je v parku Zvezda zaživel poseben igralni svet, ki ga je po podobi festivala, zasnovani v studiu Reformativ, oblikoval tandem Sara&Sara. Navdih sta ustvarjalki črpali iz raznolikosti mestnega življenja in motivike koncepta Poletnih bitij, ki predstavljajo tri umetniške forme. Dele njihovih teles – nosove, oči, ušesa in usta – sta preoblikovali v igrive elemente iz barvane pene. Abstraktne geometrijske oblike spodbujajo otroško domišljijo, svobodno interpretacijo in osebno izkušnjo igre. Igralo je po koncu festivala dobilo nov dom v enoti Živ žav vrtca Otona Župančiča na Peči 20. Tako igra, ustvarjena v središču mesta, živi naprej med najmlajšimi meščankami in meščani.



Veliki vaški praznik

Na travniku med saveljskimi hišami se je na sončno junijsko soboto zbrala množica ljudi. Ogledat so si prišli staro ljudsko igro posavsko štehvanje, ki jo organizira Kmečka strojna skupnost Savlje - Kleče. Osem mladih junakov se je na neosedlanih konjih v galopu zapodilo mimo barigle, lesenega sode, po katerem so tolkli s kovanimi železnimi kiji, dokler se ni razbil in padel na tla. Vsak štehvovec si je poleg konja izbral še dečvo, spremljevalko, ki med štehvanjem drži štehvovčev klobuk in ga skupaj z gledalci spodbuja med tekmovanjem. Letos je zmagovalni venček osvojil pletnar Jan Kajdiž s kobilico Alegro Siglavi in dečvo Lonjo Klavžar.



Ljubezen na prvi, drugi in stoti grižljaj

Kar se marsikomu zdi najboljša pica v mestu, tudi uradno potrjuje prestižno mednarodno priznanje 50 Top Pizza. POP's Pizza na Bregu 2 ima očitno vse sestavine za uspeh, saj je že četrtič zapored razglašena za najboljšo picerijo v Ljubljani, drugo leto zapored pa se je uvrstila tudi med najboljših 30 v Evropi. To ne preseneča, saj je prvi grižljaj v ravno prav zapečeno in hrustljivo skorjo, ki ji sledijo skrbno izbrane sveže sestavine, pravo sladostno doživetje. Na to sta od samega začetka merila Sebastjan Raspopović in Greg Yurkovich, ki se podpisujeta pod to gastronomsko zgodbo. Katera pa je Gregova najljubša pica? »Margherita. Dobra pica je vedno klasična in preprosta.«

Mestno središče bo še bolj središče človeške topline

V MOL so sprejeli etični kodeks dobrih običajev ravnanja in poslovanja v starem mestnem jedru, s katerim želijo zagotoviti sožitje med različnimi posamezniki in organizacijami, ki bivajo, delajo in ustvarjajo v starem mestnem jedru.

Staro mestno jedro ima poseben pomen za celotno Ljubljano, zato v MOL njegovemu razvoju posvečajo posebno pozornost, ne samo z ohranjanjem kulturne dediščine in pre-novo javnih površin, ampak tudi z vsebino, ki jo ta del mesta ponuja in ki mora biti namenjena vsem skupinam prebivalcev in obiskovalcev mesta.

Kodeks je v prvi vrsti namenjen trem skupinam gospodarskih subjektov. V prvo sodijo trgovci, gostinci, hotelirji in ponudniki drugih storitev, ki delujejo v starem mestnem jedru. V drugi so turistične agencije in organizatorji poto-vanj, ki v Ljubljano pripeljejo goste iz Slovenije in tujine. V tretji pa so turistični vodniki, ki obiskovalcem našega mesta predstavljajo lepote Ljubljane. Matic Bizjak, mestni menedžer MOL, poudarja, da pri tem nikakor ne smemo prezreti prebivalcev starega mestnega jedra: »Ob pripravi kodeksa smo namreč imeli v mislih zlasti njih in njihove potrebe, pa tudi potrebe tistih, ki v tem delu mesta gradimo svoje poslovne kariere.«

S kodeksom želijo predstaviti pričakovanja MOL o tem, kakšen naj bo odnos omenjenih deležnikov do javnih površin, zagotavljanja univerzalne dostopnosti, rabe slovenskega jezika, varovanja kulturne dediščine, zagotavljanja javnega reda in miru, cenovne politike, dostave blaga, ravnanja z odpadki, sodelovanja z MOL ter kakšna naj bo njihova vloga pri ohranjanju identitete in ugleda mesta, predvsem v razmerju



do prebivalcev in obiskovalcev. »Želimo torej poskrbeti, da bi ponudba starega mestnega jedra zagotavljala nadgradnjo izjemne kulise, ki jo temu dela mesta dajejo čudovita arhitektura, Ljubljanski grad in Ljubljana, in to na način, ki bo zagotavljal prijetno počutje vseh, ki tu bivajo, delajo, ustvarjajo ali pa ta del mesta zgolj obiskujejo. Želimo, da se v tem delu mesta dobro počutimo prav vsi,« dodaja Bizjak.

V MOL redno sodelujejo z gostinci in trgovci, poleg drugih aktivnosti enkrat letno organizirajo srečanje župana z vsemi gostinci in trgovci, ki delujejo v starem mestnem jedru, na Turizmu Ljubljana pa poleg tega pripravljajo tudi redna srečanja z vsemi deležniki na področju turizma. Njihov namen je v partnerskem odnosu poiskati možnosti za nadaljnji razvoj starega mestnega jedra, ki bo temeljil na trajnostnih načelih. »Veseli nas, da se med gostinci in trgovci postopoma uveljavlja zavedanje,

da moramo staro mestno jedro razumeti kot povezano celoto. Uporabniška izkušnja se namreč ne začne pri vstopu v posamezno trgovino ali lokal in konča z izstopom iz njega, temveč je mnogo širša,« razlaga Bizjak, ki ob tem posebej poudarja, da mesto ustvarjamo prav ljudje: »Brez človeške duše in topline je vse drugo zgolj kulisa! Sicer lepa, a še vedno le kulisa!«

Omenjeni kodeks skuša spodbuditi prav to – povezovanje skupnosti. »Staro mestno jedro ponuja zares veliko vsebine, zato pa tudi priložnosti za številna pristna srečevanja, objeme in stiske rok ter klepet v živo, ne pa prek raznih digitalnih platform. Ponuja torej vse tisto, kar digitalni tehnologiji manjka – človeško toplino. Upam, da bo kodeks še bolj okrepil vlogo mestnega središča kot središča človeške topline, dobrih medsebojnih odnosov, sodelovanja in skupne gradnje lepše prihodnosti,« končuje Matic Bizjak.



Gremo se kopat še na Vevče

Predvsem med prebivalci vzhodnega dela Ljubljane se te dni stopnjuje pričakovanje ob skorajšnjem odprtju Kopališča Vevče. Samo še nekaj dni in prvi obiskovalci bodo lahko znova zaplavali na nekdanj zelo priljubljenem kopališču ob Ljubljani.

Skoraj natanko deset let po odprtju prenovljenega Kopališča Kolesarja svoja vrata odpira še eno nekdanj izjemno priljubljeno letno kopališče – na Vevčah. Obe imata dolgo zgodovino, skozi katero sta prehodili pot od najbolj priljubljenih točk za preživljanje prostega časa okoliških prebivalcev in ustvarjanja najlepših poletnih spominov do manj lepih časov, ko sta klavrno propadali. Medtem ko Kolesarja že desetletje na novo živi s svojimi obiskovalci, bodo te dni oživitve kopališča dočakali tudi prebivalci na drugem koncu Ljubljane, ki so bili nekoč zvesti obiskovalci bazena Vevče.

Pot do prenovljenega Kopališča Vevče je bila dolga in – lahko rečemo – trnova. Nekdanji bazen na Vevčah so dokončno zaprli leta 2007. Upanje, da bo kopališče nekoč znova zaživelo, je vzplamtelo leta 2018, ko je MOL odkupila zemljišča, potrebna za gradnjo novega športnega kompleksa. Leto kasneje je bil izveden anonimni

arhitekturni natečaj. Nato so minila še tri leta, da je MOL pridobila gradbeno dovoljenje, in sredi poletja 2023 so na območju ob Papirnici Vevče zabrnili prvi stroji.

Arhitekta Mojca Gužič Trplan in Gregorja Trplana je pri oblikovanju novega kopališča vodila izbira naravnih materialov, zato je celoten kompleks lesen, kar obiskovalcem daje občutek toplote in domačnosti. Les nas spremlja že pri vhodu, na recepciji in v garderobah, skozi katere pridemo do notranjega bazena, prav tako odetega v topel les. Od tod se na eno stran odpre pogled na zunanji bazen, na drugi pa so na dvignjenem podestu razporejeni ležalniki.

Osrednji del zunanje ureditve je 50-metrski olimpijski bazen, ki ga dopolnjujeta manjši bazen za neplavalce in čofotalnik za otroke. Ob Ljubljani je postavljena lesena ploščad, ki ji prijetno senco dajejo drevesa. Še več prostora za počitek, sprostitve in druženje je le nekaj stopnic nižje, na novourejenem nabrežju Ljubljani, kjer so tudi razporejeni ležalniki, ki bodo obiskovalcem omogočili še bolj prijetno preživljanje dni na Vevčah. Za osvežitev in prigrizke bodo poskrbeli v manjšem gostinskem lokalu, ki bo dostopen tako z notranje kot tudi zunanje strani kopališča.

Nove Vevče ne bodo ponujale le vodnih užžitkov, v objektu nad bazenom so urejeni wellness prostori s savnami ter prostori za počitek in sprostitve. Umeščeni so

v varno zavetje terase, ki jo pred preveč radovednimi pogledi zakriva zelenje. Medtem ko bodo na eni strani svoj prostor našli ljubitelji sproščanja, pa bo na drugi poskrbljeno za tiste, ki si bodo zaželeli »suhe« rekreacije, saj je v objektu urejena tudi večnamenska telovadnica.

S Kopališčem Vevče je MOL oživila nekdanj degradirano območje ob Ljubljani in poskrbela za ureditev še enega rekreativnega središča v mestu. Hkrati s kopališčem so prenovili tudi bližnji cesti, Pot heroja Trtnika in Papirniško pot.

Številne generacije meščank in meščanov se z veseljem spominjajo poletnih dni, ki so jih preživljale na bazenu Vevče, prvih ljubezni, prijateljstev in druženja ob vodi. Novo Kopališče Vevče bo zagotovo znova ustvarjalo prelepe spomine in doživetja. Le da ti zdaj ne bodo samo poletni, saj bodo vrata kopališča na stečaj odprta vse leto.

Otvoritev Kopališča Vevče bo v nedeljo, 20. julija 2025. Kopališče bo predvidoma odprto od ponedeljka do petka od 6. do 22. ure, ob sobotah, nedeljah in praznikih pa od 9. do 22. ure. Natančnejše informacije o urniku in ceniku najdete na spletni strani sport-ljubljana.si.



Do Kopališča Vevče lahko pridete na različne načine. Za kolesarje je pred vhodom postavljenih 88 stojal, nekaj minut stran je tudi postajališče samopostrežne izposoje koles BicikeLJ. Pripeljete se lahko z mestnim avtobusom linije 24, ki ustavlja na postajališču v bližini. Za avtomobile je v neposredni bližini urejeno parkirišče, parkirna mesta pa so na voljo tudi ob Papirniški poti in Poti heroja Trtnika.



Zunanja ploščad bo zagotovo glavni prostor dogajanja na Kopališču Vevče. Na osrednjem delu se razprostira 50-metrski olimpijski bazen, ob njem sta še manjši bazen za neplavalce in čofotalnik za otroke. Kopališče ima izjemno lego, saj se odpira proti Ljubljani. Ob robu ploščadi so postavljene lesene terase za obiskovalce, za njimi pa je veliko prostora za sprostitve, saj je tam urejeno nabrežje reke z drevesi, ki bodo ves dan zagotavljala prijetno senco.



V zunanjem delu kopališča je igrišče za odbojko na mivki, postavljeni sta tudi dve mizi za namizni tenis, tako da zabave res ne bo manjkalo. Otroci bodo zagotovo uživali na otroškem igrišču z lesenimi igrali, ki jim bo ponudilo neskončno možnosti za predah med plavalnimi podvigi. Posebej za otroke sta primerna tudi čofotalnik in bazen za neplavalce.



Za ozelenjeno teraso s pogledom na zunanji bazen so v prvem nadstropju kopališča umeščeni prostori za sprostitve, v središču katerih so finska, turška in infrardeča savna. Te dopolnjujejo še hladen bazen na terasi in mirni prostori za počitek. Če vam bo dovolj sproščanja, pa lahko obiščete telovadnico na drugi strani stavbe, namenjeno različnim rekreativnim dejavnostim.



Notranji, 25-metrski bazen bodo rekreativni kopalci lahko uporabljali vse leto, ne glede na vremenske razmere. V prvi vrsti je namenjen rekreativcem, omogoča pa tudi treninge vaterpola in plavanja. Med prednostmi bazena naj omenimo dvizno dno, s katerim bodo lahko globino vode prilagodili tistim, ki se plavanja še učijo. Na leseni ploščadi ob robu bazena pa so razporejeni udobni ležalniki.



To pa je prostor za sprostitve! Dodana vrednost Kopališča Vevče je zagotovo urejeno nabrežje Ljubljani z drevesi. Tu bo kmalu polno življenja, svoj prostor pa bodo našli tudi vsi tisti, ki si bodo med plavanjem zaželeli sprostitve in počitka. Za večje udobje bodo poskrbeli ležalniki, ki so zdaj še varno spravljani pod tribunami.



G

lede na to, da velik delež k emisijam ogljikovega dioksida v ozračju prispeva promet, so ukrepi za okolju bolj prijazen javni potniški promet izjemno pomembni. Na tem področju je bil v zadnjem času narejen velik korak naprej, saj so v LPP skupaj z Energetiko Ljubljana poskrbeli, da eden izmed avtobusov, ki je doslej vozil na stisnjen zemeljski plin (CNG), zdaj za pogon uporablja biometan, ki je ogljično nevtralen. Avtobus na novi pogon je del že več kot desetletnega celostnega

projekta LPP, s katerim nadgrajujejo floto avtobusov z okolju prijaznejšimi vozili. Tako zdaj namesto dizelskih motorjev številne ljubljanske mestne avtobuse poganjajo CNG ali hibridni motorji, ki poleg plina vključujejo še električni pogon.

Biometan je po kemični sestavi primerljiv zemeljskemu plinu, le da je pridobljen iz obnovljivih virov. Proizvajajo ga iz bioplina, ki nastaja pri anaerobni razgradnji organskih snovi, na primer

bioloških odpadkov, kmetijskih ostankov in odpadkov iz prehranske industrije. Biometan, ki poganja ljubljanski avtobus, pridelajo na Nizozemskem, nato pa po plinskih ceveh pride do polnilnice, ki stoji ob remizi LPP v Šiški. Prednost omenjene nadgradnje je torej tudi ta, da ni zahtevala dodatne investicije za gradnjo novih polnilnic ali menjavo avtobusov.

Avtobus na biometan boste prepoznali že na daleč, saj je odet v vijugo

Misije 100, ki simbolno kaže pot Ljubljane k ogljični nevtralnosti. Z njim se povečini lahko zapeljete na linijah 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 13, 20 in 25, na katerih se vozi največ potnikov. V LPP pravijo, da potniki razlike pri vožnji z avtobusi na različne pogone ne opazijo, vozniki pa raje vozijo novejš avtobuse, ki tudi njim ponujajo več udobja.

V LPP in Energetiki Ljubljana po uspešno izvedenem projektu že načrtujejo postopno nadgradnjo še več avtobusov

na biometan, s čimer se bodo še bolj približali ogljični nevtralnosti. Ljubljana je namreč del projekta 100 evropskih mest, ki v Misiji 100 orjejo ledino na poti k ogljični nevtralnosti do leta 2030. Na poti do tega cilja bodo pomembno vlogo imeli tudi novi okolju prijazni avtobusi, ki so jih naročili v LPP. Osem avtobusov na vodik naj bi po ljubljanskih cestah zapeljalo še letos, 25 električnih pa naj bi v floto mestnih avtobusov vključili prihodnje leto.

Vsi smo lahko občanski znanstveniki

Če ste se kdaj vprašali, kdaj zacveti prvi jeglič, si zapisovali, kje ste videli čudnega ploskega črva, ali razmišljali o tem, kako čist je ljubljanski zrak, potem ste, pa čeprav tega morda še ne veste, že del občanske znanosti.

Občanska znanost pomeni, da pri raziskovanju sodelujejo tudi tisti, ki niso profesionalni znanstveniki. Namen je širjenje znanosti zunaj zaprte družbe in vabljenje ljudi k sodelovanju. Sodelujejo lahko dijaki, študentje, upokojenci, člani društev in radovedni posamezniki vseh starosti in poklicev. Z drugimi besedami, vsak, ki ga kaj zanima in je pripravljen sodelovati. Pri občanski znanosti ni potrebe po laboratoriju ali doktoratu, zadostujejo že odprtost, radovednost in želja po raziskovanju.

Občanski raziskovalci lahko pomagajo pri načrtovanju raziskav, zbiranju podatkov (na primer opazovanju ptic, beleženju odpadkov, fotografranju kulturne dediščine), pri razmišljanju o raziskovalnih vprašanjih ter pri razlagi in širjenju rezultatov. Znanost tako postane nekaj, kar delamo skupaj, ne le nekaj, kar opazujemo na daljavo.

Mreža za občansko znanost bo avgusta gostovala na Krakovskem nasipu v Ljubljani z razstavo, namenjeno občanski znanosti, ozaveščanju o njej, navdihovanju in spodbujanju k sodelovanju v raziskovalnih projektih, ki vključujejo širšo javnost.

Glavni del razstave bo predstavitev več kot 30 projektov občanske znanosti, kjer so že vključili tiste radovedne, zagnane in željne soustvarjanja. Spoznali boste lahko projekte, kot so Pručmr (v katerem občani prek aplikacije na telefonu sporočajo kdaj, kje in na katerih rastlinah so spomladi videli



črmlje matice), CianoSLO (občani prek obrazca raziskovalcem pošiljajo slike in lokacije vodnih objektov, na katerih so opazili zeleno, rjavo oziroma škrlatno plast ali večje število poginulih rib, kar nakazuje na prisotnost strupenih cianobakterij), Seznam povoženih živali (kjer ljudje sporočajo lokacije povoženih živali in pomagajo načrtovati varnejše ceste), projekt Ste čutili potres (v sklopu katerega lahko občani pripomoremo k boljšemu razumevanju potresov), ali pa zgodovinske projekte, kot je Partizanski spomeniki na zemljevidu (kjer občani na spletno stran dodajajo fotografije spomenikov,

Opazovanje in štetje ptic je tipičen primer občanske znanosti.

opisujejo spomenike in dodajajo oziroma popravljajo njihove lokacije).

Poleg vsega naštetega bo razstava ponudila informacije o tem, kako lahko vsak posameznik postane občanski raziskovalec ali raziskovalka, prikazala praktične primere vključevanja v raziskovalne dejavnosti in preprosto navdihovala za samostojno raziskovanje sveta okoli sebe.



Čufarjeva odslej prijetno sprehajališče

Čufarjeva ulica je s prenovo odseka med Kotnikovo ulico in Resljevo cesto zaživela v novi podobi. Dela, ki so se začela leta 2022 in so potekala v več fazah, pa niso prinesla le sprememb v videzu, temveč so ji vdihnili povsem nov značaj. Ulica, ki je zdaj namenjena predvsem pešcem in kolesarjem, je postala prijetno sprehajališče, kjer vladata sproščen utrip in občutek večje varnosti. Na Čufarjevi je tako nastal prostor, kjer si človek lahko oddahne in se malce zadrži, ne pa da samo hiti mimo.

Tlakovci v črno-beli kombinaciji dajejo območju sodoben pečat, varnost

pa zagotavlja jasna prometna signalizacija, ki skupaj s prilagoditvami za osebe z oviranostmi ustvarja prostor, v katerem so vsi dobrodošli. vzdolž celotne ulice so zasajena drevesa, ki predvsem v vročih poletnih dneh ponujajo prijetno senco. Klopce kar kličejo k posedanju in sprostitvi, pršilniki pa poskrbijo za dodatno ohlajitev in osvežitev mimoidočih. Med Kotnikovo ulico in Resljevo cesto jih je razporejenih kar sedem, ob križišču s Kolodvorsko pa je še osmi. Postavljena sta tudi dva pitnika, pri katerih se lahko osvežimo s svežo pitno vodo.

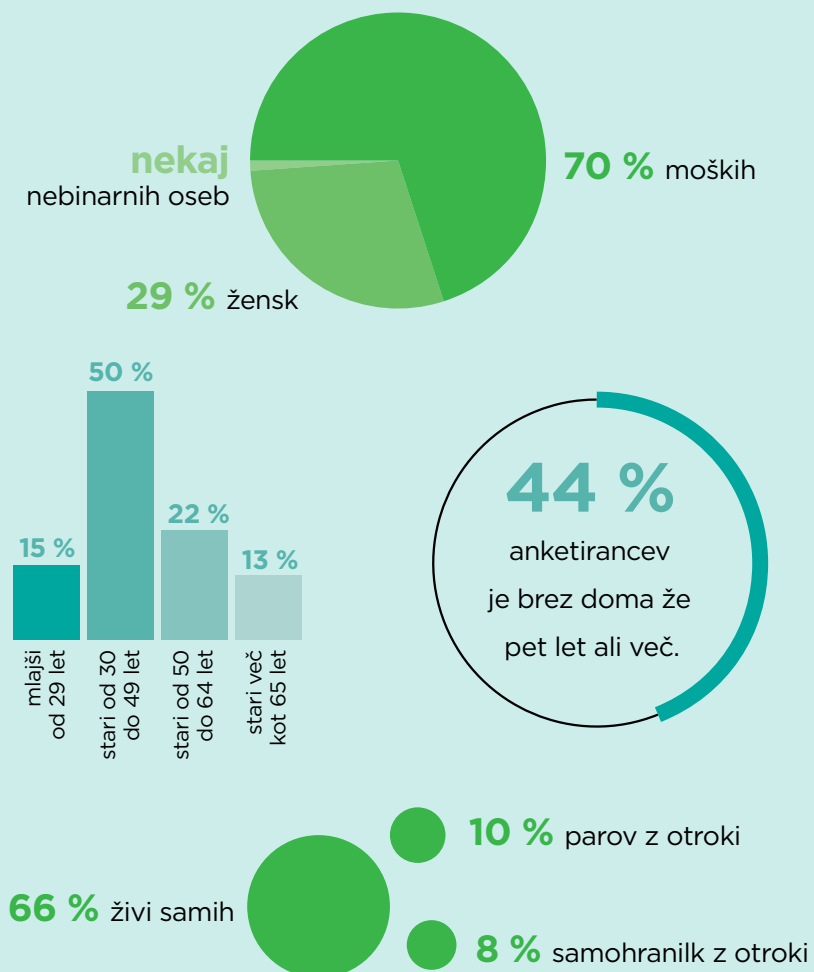
Pri prenovi so pri MOL posebno pozornost namenili otrokom iz

Vrtca Ledina. Pred vrtcem se razprostira ploščad z igrivimi elementi, med katerimi je tudi betonska plošča, kjer bodo otroci lahko ustvarjali s kredami. Seveda pa niso pozabili na varnost. Na Resljevi cesti so uredili osem parkirnih mest za kratkotrajno parkiranje, ki staršem omogočajo hiter in varen dostop, ko otroke pripeljejo v vrtce ali jih pridejo iskat.

Čufarjeva torej ni več le povezovalna cesta, temveč živahen mestni prostor, ki pripoveduje zgodbo o tem, kako lahko urbana prenova v srcu mesta oblikuje območje srečevanja, počitka in mestnega utripa, ki povezuje ljudi in kaže pozoren odnos do okolja.

Rezultati raziskave o brezdomstvu v Ljubljani

426 oseb je bilo leta 2024 vključenih v merjenje obsega brezdomstva.



Konec leta 2026 bo na Poljanski cesti zgrajeno novo zavetišče za brezdomce.

Vir: Poročilo o obsegu brezdomstva v Ljubljani (2025)



HANA KOŠAN

predsednica društva Kralji ulice

Podatki kličejo k ukrepanju

Leta 2021 je bila ustanovljena Evropska platforma za boj proti brezdomstvu, katere članica je tudi Slovenija. Med pomembne cilje platforme sodi oblikovanje skupne metodologije za raziskovanje obsega in značilnosti brezdomstva. Tako je leta 2024 pod okriljem Evropske komisije potekal projekt Evropsko štetje brezdomstva. V raziskavi je sodelovalo 15 mest iz 10 držav članic EU, med njimi tudi Ljubljana. Konzorcij deluje pod vodstvom belgijske univerze KU Leuven, slovenska partnerica in nacionalna koordinatorka projekta pa je Fakulteta za družbene vede Univerze v Ljubljani. Skupni referenčni okvir za zbiranje podatkov je klasifikacija ETHOS Light – Evropska tipologija brezdomstva in stanovanjske izključenosti, ki razlikuje med šestimi kategorijami življenjskih razmer in nam omogoča širše razumevanje pojava brezdomstva.

Ključno vprašanje raziskave se je navezovalo na podatek, kje so osebe prenočile s 7. na 8. oktober. V anketiranje nam je uspelo vključiti 426 oseb, osredotočili pa smo se na tiste, ki spijo na prostem ali se vključujejo v programe, namenjene brezdomnim osebam in osebam v ranljivem stanovanjskem položaju. Skoraj tretjina oseb je bila na omenjeni referenčni dan vključena v enega izmed nastanitvenih programov, 106 oseb je bivalo v nekonvencionalnem bivališču, 78 pa jih je spalo na prostem. Ni zanemarljivo dejstvo, da je 72 oseb odgovorilo, da je ta dan prespalo pri sorodnikih ali prijateljih. Ti podatki nam povedo, da lahko v Ljubljani govorimo tudi o prikritem brezdomstvu in da so številke

v realnosti verjetno še višje, kar sicer kaže tudi rekorden obisk našega dnevnega centra zadnje čase.

Raziskava je med drugim pokazala, da je kar 44 odstotkov anketiranih v tem položaju že več kot pet let. To je seveda skrb vzbujajoče in kaže, da obstoječi programi ne omogočajo učinkovitega izhoda iz brezdomstva. Večina programov še vedno temelji na začasnih rešitvah, ki dolgoročno za posameznika ne prinašajo izboljšanja položaja. V Ljubljani sicer opazamo pozitiven premik: vse več oseb je vključenih v stanovanjske programe s podporo, ki ponujajo stabilnejše in dostojnejše bivanje, a so ti še vedno premalo dostopni, zlasti osebam s kompleksnimi težavami, kot so zasvojenost, težave v duševnem zdravju in podobno. Te tako v večini primerov spijo na prostem ali v neprimernih bivališčih. Skrb vzbujajoče je tudi, da se s stanovanjsko ranljivostjo pogosto soočajo družine z otroki, kar kaže na nujnost razvoja trajnejših in prožnejših programov za omenjeno skupino, predvsem pa krepitev ponudbe dostopnih najemnih stanovanj. Kljub temu, da med vzroki za brezdomstvo prevladujejo družinske težave, je kar 13 odstotkov anketiranih kot razlog navedlo odpoved najemnega razmerja. Prav tako je žalosten podatek, da skoraj 20 odstotkov oseb prejema redni prihodek, kot je plača ali pokojnina, s katerim pa so še vedno v negotovem stanovanjskem položaju.

STRATEGIJA ZA PREPREČEVANJE IN KONČANJE BREZDOMSTVA JE POMEBEN KORAK V PRAVO SMER.

Pridobljeni podatki so izjemnega pomena – ne le za Ljubljano, temveč za vso Slovenijo. Kažejo na potrebo po celostnem in dolgotrajnem pristopu. Strategija za preprečevanje in končanje brezdomstva 2025–2035, ki čaka na sprejetje, je pomemben korak v pravo smer. Zdaj potrebujemo predvsem pogum in voljo, da jo tudi uresničimo – s konkretnimi ukrepi, jasnimi cilji in sodelovanjem vseh pristojnih akterjev. Brezdomstvo ni neizogibno, je družbeni problem, ki ga je mogoče odpraviti. A le, če bomo to želeli.



SAŠO RINK

direktor Javnega stanovanjskega sklada MOL

Dom ni razkošje

Vsak od nas si želi imeti varen – »svoj« – kotiček. Prostor, kamor se lahko zatečemo, ko nam svet postane preveč. Prostor, kjer nas čakajo postelja, topla odeja, omara za shranjevanje stvari in občutek, da smo doma. Vendar pa to, kar je za večino od nas nekaj samoumevnega, za mnoge v naši družbi ni dosegljivo. Še huje – je skoraj nepredstavljivo.

V Ljubljani si prizadevamo, da bi vsakomur omogočili osnovne pogoje za dostojno življenje. MOL in Javni stanovanjski sklad MOL nenehno povečujeta svoj fond javnih najemnih stanovanj in v okviru možnosti z različnimi ukrepi lajšata stanovanjsko stisko v prestolnici. Trenutno je v gradnji kar pet objektov oziroma sosesk s 330 stanovanjskimi enotami, v kratkem pa pričakujemo tudi začetek gradnje ta hip najboljše projekta s 361 stanovanji na Povšetovi ulici. Prav posebno vlogo med projekti ima novo zavetišče za brezdomne. Slednje bo nadomestilo staro in zelo dotrajano stavbo, ki ni več omogočala dostojnih pogojev za delo osebja zavetišča, še manj pa primernih in osnovnih pogojev bivanja pomoči potrebnih.

Zavedamo se, da človek brez doma ne potrebuje zgolj strehe nad glavo. Potrebuj občutek varnosti. Potrebuj prostor, kjer ga nihče ne bo odrinil na stran, kjer se mu ne bo treba bojevati za osnovno človeško dostojanstvo. Novo zavetišče, katerega gradnja bo po načrtih končana sredi prihodnjega leta, bo, v to verjamemo, veliko več kot le stavba. Aktivnosti upravljavca zavetišča, ki bo izbran na javnem razpisu, bodo vse prej kot le golo upravljanje stavbe – zagotavljale bodo tudi učinkovito podporo uporabnikom. Objekt bo simbol naše skupne solidarnosti

in odgovornosti. V novih, sodobnih prostorih bo na voljo 36 individualnih bivalnih enot za samske in pare ter najmanj 32 postelj za nujne prenočitve v skupnem dormitoriju. Uporabniki bodo ločeni po spolu, v objektu pa bodo na voljo tudi osnovne dobrine, kot so hrana, oblačila, prha, prostori za shranjevanje osebnih stvari, seveda pa tudi strokovna pomoč – psihosocialna podpora in svetovanje, prilagojeno posameznikovim potrebam.

Oktobra lani je bila v Ljubljani opravljena obsežnejša raziskava o brezdomstvu. Izkazalo se je, da je več kot 43 odstotkov oseb brez doma v tej stiski že več kot pet let, kar je zelo povedno in, seveda, – tudi nedopustno. Povečuje se število starejših brezdomcev, skrb zbujajoče pa je tudi vse večje število mladih, ki ostanejo brez strehe nad glavo. Vzroki so različni: družinske težave, izguba službe, nasilje, pomanjkanje podpore in podobno. Včasih je dovolj že ena slaba poteza v napačnem trenutku, da človek zdrsne v brezdomstvo. Prav je, da se tega zavedamo in poleg tega krepimo tudi zavest, da si prav vsak zasluži drugo priložnost in varen dom.

PRIZADEVAMO SI, DA BI VSAKOMUR OMOGOČILI OSNOVNE POGOJE ZA DOSTOJNO ŽIVLJENJE.

Novo zavetišče je torej le eden od korakov na poti k mestu, kjer bo vsak meščan imel prostor, ki mu lahko reče dom. Četudi se zdi to visoka ambicija, verjamemo, da je s širšo podporo države in drugih deležnikov dosegljiva. Trenutne aktivnosti in podpora države, ki je na stanovanjskem področju v tolikšni meri, žal, v preteklosti nismo imeli, nam dajejo upanje in za zdaj gredo v pravo smer.

Ljubljana želi biti mesto, kjer nihče ni prepuščen sam sebi. Mesto, kjer si pomagamo in spoštujemo različnost. Mesto, kjer ima vsak svoj prostor; tudi tisti, ki so ga morda izgubili.

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

**LETNO NAŠ ZDRAVSTVENI SISTEM
POTREBUJE VEČ KOT 40.000
LITROV KRVI, KAR POMENI, DA
VSAK DAN POTREBUJE OKOLI
350 DO 400 KRVODAJALCEV.**



V eni uri lahko rešite tri življenja

Morda se tega ne zavedamo, a med nami živi mnogo ljudi, ki so potrebovali kri za ohranitev svojega zdravja – po prometni nesreči, ob operaciji, porodu, med zdravljenjem. Z enim samim darovanjem 450 mililitrov krvi, kar vam bo vzelo uro vašega časa, lahko pomagate kar trem ljudem.

K

rvodajalcem je skupna ena zelo pomembna lastnost: nesebična želja pomagati ljudem v stiski. Med njimi je tudi Inga Remeta, direktorica Slovenskega mladinskega gledališča, ki kri redno daruje že od mladosti. »Stvar je povsem jasna – če lahko pomagam, bom to tudi storila.« Krvodajalskih akcij se udeleži vsake štiri mesece, če ji le čas dopušča. Za rednega krvodajalca, kakršna je ona, šteje vsak, ki je v zadnjih dveh letih kri daroval vsaj enkrat. Takšnih je po podatkih Rdečega križa Slovenije pri nas približno 63.000.

Čeprav smo majhni, smo na področju krvodajalstva velik narod. Slovenci kri darujemo že več kot 70 let, v tem času se je ta dejavnost pri nas zelo razvila. Naš sistem preskrbe s krvjo temelji na sodelovanju med zdravstvenimi ustanovami, transfuzijsko službo in Rdečim križem Slovenije, ki ima 56 območnih združenj. Ljubljansko območno združenje Rdečega križa izvede vsaj 30 krvodajalskih akcij na leto. Po kriterijih samozadostnosti in varnosti oskrbe s krvjo je Slovenija pravzaprav med najuspešnejšimi državami v Evropi.

Letno naš zdravstveni sistem potrebuje več kot 40.000 litrov krvi, kar

pomeni, da vsak dan potrebuje okoli 350 do 400 krvodajalcev. V letu 2024 je bilo na krvodajalskih akcijah v Sloveniji zabeleženih skoraj 93.000 odvzemov, zbranih pa več kot 35.000 enot krvi. V tem trenutku to zadošča za nemo-teno preskrbo zdravstvenega sistema, množične nesreče ali podobne nenadne povečane potrebe po krvi pa lahko krhko ravnoesje hitro porušijo.

Po podatkih Statističnega urada RS je četrtina Slovencev starejša od 65 let, kar je starostna meja, do katere je darovanje še dovoljeno. Letno se število krvodajalcev pri nas poveča za približno 8000 novih junakinj in junakov. To je spodbudno, a vendarle je dolgoročno delovanje sistema, kot opozarja Rdeči križ Slovenije, možno le ob stalnem pomlajevanju baze. Da bi lahko nadaljevali pomembno tradicijo, je ključno motiviranje novih krvodajalcev med mladimi.

Klub 25 in Klub 100 kapljic Rdečega križa Ljubljana sta bila ustanovljena z namenom spodbujanja mladih med 18. in 25. letom starosti k vpisu med krvodajalce. Člani klubov darujejo kri najmanj enkrat letno, s čimer ne rešujejo le življenj, temveč tudi širijo zavest o pomenu rednega in



Pridružite se krvodajalcem

V bazo krvodajalcev se lahko vpišete na spletni strani **daruj-kri.si** ali pa od ponedeljka do petka med 7. in 21. uro pokličete na eno od telefonskih števil Zavoda za transfuzijsko medicino (051/389 270, 051/671 147 ali 030/716 796) in se dogovorite za termin odvzema. Kri lahko darujete tudi na rednih krvodajalskih akcijah, ki so objavljene tudi na spletni strani **ztm.si**. S seboj imejte osebni dokument in zdravstveno izkaznico. Pred prihodom si privoščite lahek in nemasten obrok. Po odvzemu krvi počivajte in se izogibajte fizičnim naporom.

**NI ŠE KONEC.
OBRNITE STRAN!**



odgovornega darovanja krvi med mladimi. »Krv ni mogoče kupiti, lahko jo le podarimo,« je njihovo vodilo, s katerim so vzor prihodnjim generacijam darovalcev.

Ko ste vpisani v register darovalcev, vas RKS Območno združenje Ljubljana na odvzem krvi povabi z SMS-sporočilom, lahko pa se prijavite tudi sami s klicem na telefonske številke Zavoda RS za transfuzijsko medicino (najdete jih v okvirčku na prejšnji strani). Ob tem vas bodo povprašali, ali ste bili v zadnjem času bolni ali na potovanju. Potovanja v nekatere države namreč povečajo tveganja za okužbe, ki povzročajo malarijo, dengo, vročico zika ali druge nalezljive bolezni, ki se prenašajo s krvjo in imajo daljšo inkubacijsko dobo.

»Po prihodu na dogovorjeno odvzemno mesto vas vpišejo in preverijo koncentracijo hemoglobina v krvi,« pojasnjuje dr. Polonca Mali z oddelka za preskrbo s krvjo na Zavodu

Najredkejšje krvne skupine so najdragocenejše

Poznamo osem krvnih skupin (A+, A-, B+, B-, AB+, AB-, O+, O-). Najmanj pogosta krvna skupina je AB negativna, saj jo ima le odstotek prebivalstva, sledita B in A negativni. Kri skupine O RhD negativna velja za univerzalno, to pomeni, da jo lahko prejmejo tudi ljudje z drugimi krvnimi skupinami. V Sloveniji je O RhD negativnih 20 odstotkov ljudi, zato so darovalci te krvne skupine še posebej dragoceni. Kar 40 odstotkov ljudi v Sloveniji ima skupino A, 39 odstotkov pa krvno skupino O. Če svoje krvne skupine ne poznate, vam jo bodo določili ob prvem odvzemu krvi.

za transfuzijsko medicino. Ob prvem obisku določijo orientacijsko krvno skupino, pregledajo izpolnjen vprašalnik in vam izmerijo krvni tlak. Šele na podlagi opravljenih meritev in pregleda se odločijo, ali ste primerni za darovanje krvi.

Po prižgani zeleni luči za darovanje sedete na udoben krvodajalski ležalnik in oddate svojih 450 mililitrov krvi, ki se steka v vrečko za shranjevanje. Postopek traja od pet do osem minut, vse skupaj, od prihoda do odhoda, pa eno uro. Ena ura, v kateri lahko rešite tri življenja.

Odvzeta kri tri ure počiva, nato pa jo v transfuzijskem centru predelajo v posamezne komponente: rdeče krvničke, krvno plazmo in trombocite. Te se nato uporabljajo glede na potrebe bolnikov, denimo pri zdravljenju rakavih bolnikov, porodnic z zapleti, poškodbancev v prometnih nesrečah, ob kirurških posegih in presaditvah organov.

Vsa darovana kri mora ustrezati strogim zahtevam kakovosti in varnosti. Vsako enoto testirajo, da bi zaznali prisotnost povzročiteljev nalezljivih bolezni, kot so HIV, virusa hepatitisa B in C, ter sifilisa. Sistem je natančen in varen, ne samo za prejemnika, temveč tudi

za darovalca. Po tem smo prepoznani kot ena izmed najbolj varnih držav v Evropi.

Mnogi darovalci poročajo o občutku izpolnjenosti, smisla in povezanosti s skupnostjo. Po darovanju pogosto slišijo besede: »Počutim se dobro. Ponosno. Kot da sem naredil nekaj pomembnega.« Takšna dejanja altruizma imajo dokazano pozitiven učinek na duševno zdravje, saj zmanjšujejo stres in povečujejo občutek lastne vrednosti. Darovanje krvi vzpostavi stik z najglobljima človeškima potrebama: pripadati in pomagati. Pa ne le to – je tudi enostavno in hitro potrdilo o zdravju krvodajalca. Kot je poudaril Matic Slapšak, strokovni sodelavec za stike z javnostmi na Rdečem križu Slovenije: »Vsak potencialni krvodajalec pri nas opravi posvet in pregled ustreznosti za darovanje krvi. Primernost za darovanje krvi pa je kazalnik vašega zdravstvenega stanja.«

Nekdaj so krvodajalci ob odvzemu krvi dobili klobaso, v zadnjem času pa je na voljo več različnih prigrizkov. Kaj dobite, je odvisno od organizatorja krvodajalske akcije, obrok pa je prilagojen lokalnim možnostim, ponudbi in željam krvodajalcev. Po besedah Matica Slapšaka »se je v zadnjih letih jedilnik popestril tudi s prehrano za vegetarijance in vegane«. Po izkušnjah Inge Remeta je hrana na Zavodu za transfuzijsko medicino vednookusna, sama pa navedno izbere odličen sendvič in kavo, ki ju postreže vedno prijazno osebje.

Krvodajalska malica pa je več kot samo obrok, nam pojasni dr. Polonca Mali. »Namenjena je predvsem počitku,

POSTOPEK JE HITER IN SKORAJ NIČ NE BOLI.

Kdo lahko daruje kri?

Pred odvzgom krvi boste izpolnili vprašalnik o zdravstvenem stanju, za darovanje krvi pa morate ustrezati še naslednjim pogojem:

- ste stari med 18 in 65 let,
- ste dobrega zdravja,
- tehtate vsaj 50 kilogramov,
- imate zdrav življenjski slog,
- ste v dobri fizični in psihični kondiciji,
- v zadnjem letu niste prejeli transfuzije.

Krvi pa ne morete darovati, če:

- imate hujše obolenje srca,
- imate ali ste imeli maligne rakave bolezni,
- sodite v rizično skupino za prenos bolezni,
- imate sladkorno bolezen, ki jo uravnavate z inzulinom,
- ste bili v zadnjem letu dni noseči,
- vam zdravnik pri pregledu krvodajalcev to odsvetuje.

Moški lahko darujejo kri vsake tri mesece, ženske pa vsake štiri.

med katerim opazujemo krvodajalca in ukrepamo ob morebitnih omotičah ali pojavu drugih nezaželenih učinkov ob oddaji krvi.« Pri krvodajalcu se lahko pojavijo omotica, vrtoglavica, slabo počutje, včasih tudi izguba zavesti. »Ti učinki so prehodni. Po ustrezni oskrbi krvodajalca, kot so denimo namestitve v ležeči položaj z dvignjenimi nogami, počitek in nadomeščanje tekočin, navedno povsem izzvenijo,« pomirja. Priporoča pa, da še posebej v vročih poletnih dneh krvodajalci poskrbite za večji vnos tekočin in počitek.

Poleg zdravstvenega stanja oddajo krvi lahko preprečijo tudi psihološki vzroki. Nekateri ljudje se tako bojijo injekcijskih igel, da imajo težave že pri cepljenju ali odvzemu krvi

za laboratorijske preiskave. Inga Remeta se igel ne boji, prav tako nima nobene treme pred krvodajalsko akcijo: »Ko zavestno vstopam v odločitev, da pomagam drugemu, me ne preganja trema, kvečjemu čutim vesel utrip srca, da bo nekomu lažje in bolje.« Po darovanju kri se vedno počuti dobro, odide na delo in v utečenem tempu koraka skozi vsakdan.

Ljudem, ki jih je strah igel, sporoča, da nič ni tako grozno, kot se zdi na prvi pogled. Postopek je hiter in skoraj nič ne boli. Njeno navdušenje se ni zmanjšalo niti v obdobju dojenja hčere. Takrat so jo sicer z Zavoda za transfuzijsko medicino prijazno poslali domov z nasvetom, naj se vrne, ko bo dokončno nehala dojit. Ta pristni človeški stik je tisti, ki krvodajalce vedno znova pripelje nazaj.

MNOGI DAROVALCI POROČAJO O OBČUTKU IZPOLNJENOSTI, SMISLA IN POVEZANOSTI S SKUPNOSTJO.





Ko se stemni

Dokler pomoči ne potrebujemo sredi noči, le redko pomislimo, kako pomembno je, da nam je na voljo – 24 ur na dan sedem dni v tednu. Dežurna lekarna na Njegoševi cesti 6k zagotavlja nujno oskrbo z zdravili in ostaja odprta tudi, ko se nad mesto spusti tema.

Dežurna služba v Lekarni Ljubljana pri polikliniki se začne vsak dan ob 20. uri. Takrat so vrata lekarne odprta, zdravila pa izdajata dva farmacevta. Vrsta se pogosto vije vse do izhoda ali celo nadaljuje pred lekarno. Ko ura odbije 22, se vrata zaprejo, luči ugasnejo, farmacevt pa se preseli za dežurno okence, kjer nadaljuje svojo izmeno do 7. ure zjutraj.

Ob začetku nočne izmene nas je sprejela dežurna farmacevtka Martina Borovšak, mag. farm., in nas popeljala v svet za lekarniškim okencem, ki večini ostaja neznan, saj tja nimamo dostopa. Za začetek nam

je povedala, da nočno delo zahteva veliko zbranosti, strokovnega znanja, empatije in tudi poguma.

»Večeri so zelo živahni. Včasih se stanje pozno v noč umiri, drugič pa se vrsta ljudi, ki jih je treba individualno obravnavati, nadaljuje brez premora,« pravi. Lekarna pri polikliniki je edina, ki opravlja dežurno službo v nočnem času na območju osrednjeslovenske regije, zaradi bližine UKC Ljubljana pa je še dodatno obremenjena.

Najpogosteje jo ponoči obiščejo pacienti, ki prihajajo z urgence ali iz drugih dežurnih služb. Velik delež pa je tudi tistih z akutnimi

težavami – od bolečin do manjših poškodb, ki ne zahtevajo zdravniške obravnave. Farmaceutka poudarja, da je dežurna lekarna namenjena nujnim primerom preskrbe z zdravili, potrebnimi za zdravljenje ali lajšanje nujnih medicinskih stanj, zato je priporočljivo, da se nakupi prehranskih dopolnil, kozmetike in drugih izdelkov opravijo čez dan. S tem želijo bolnikom, ki nujno potrebujejo oskrbo, omogočiti hitrejši dostop do zdravil v času dežurne službe.

»Strank ne razvrščamo po nujnosti, saj se zavedamo, da so mnogi v čakalnicah preživeli že več ur, in marsikdaj ni potrpljenja za še eno vrsto. Prednost imajo le reševalci, invalidi, nosečnice in starši z majhnimi otroki,« razlaga farmacevtka. Vsakemu pacientu se temeljito posvetijo – izdaja zdravil namreč zahteva preverjanje odmerkov, kompatibilnosti zdravil in kontraindikacij. »Pogosto odkrijemo podvajanje odmerkov zaradi obravnave v dveh ali treh ambulantah.

Pacienta je treba tudi natančno seznaniti z uporabo zdravil in preveriti njegovo splošno zdravstveno stanje ne glede na to, ali gre za izdajo z receptom ali brez.«

Dežurno delo farmacevtov je polno izzivov. Vsaka izmena prinese »čustveni nahrbtnik«, ki je včasih težji, včasih lažji. »Noč ima svojo moč. Nekatere zgodbe se zasedrjo v srce in jih je težko predelati, na primer obravnave žrtev posilstev ali smrti svojcev. Zato moraš poleg strokovnega znanja imeti tudi veliko mero sočutnosti in občutka za pogovor v trenutkih, ko smo posebno ranljivi,« iz izkušenj pripoveduje sogovornica.

Protiutež pa so tudi v lekarni nekateri zabavni dogodki, ki jih sprostijo in nasmejejo. »Pred leti sem v 24 urah trikrat obravnavala isto družino tujih turistov,« se spominja. »Najprej zvečer gospoda, sredi noči gospo in naslednji dan popoldne v svoji enoti še sina. Pri zadnjem obisku so se pošalili, da so ostali brez družinskih članov, ki bi me še lahko obiskali,« nasmejana razlaga Martina Borovšak.

Delo v dežurni lekarni ji je kljub fizičnemu naporu v veselje. »Je izredno dinamično, večplastno in zahteva širok spekter znanja, ki ga vseskozi nadgrajujemo. Sama vem, koliko mi pomeni, da se lahko obrnem po pomoč, ko jo potrebujem.« S tem zavedanjem dela v svoji enoti in v dežurni službi. Pomembno vlogo pri tem ima tudi močna povezanost v kolektivu. Kot nam je povedala, se skupaj veselijo in prebrodijo težke trenutke. »Delo s strankami je zahtevno, a tudi eno od najbolj hvaležnih, kar jih lahko opravljaš. Izredno ponosna sem na vse zaposlene v Lekarni Ljubljana, ki vsak dan delo opravljamo srčno in z mislijo na dobrobit pacienta,« za konec pravi Martina Borovšak.



① Vrsta pacientov pred Lekarno Ljubljana pri polikliniki ob začetku dežurne službe, ki pogosto ne presahne vse do zgodnjih jutranjih ur.

② Uporabnike prosijo, da nakupe nenujnih zdravil in drugih izdelkov opravijo v rednem odpiralnem času lekarne.

③ V nočni službi delajo samo magistri farmacije, zaposleni v Lekarni Ljubljana, ki za to delo izpolnjujejo ustrezne pogoje.

④ Lekarna pri polikliniki je edina, ki opravlja dežurno službo na območju osrednjeslovenske regije.



Osebni posvet o uporabi zdravil

V enotah Lekarne Ljubljana ali na spletni strani lekarnaljubljana.si (pri virtualni asistentki Živi) se lahko naročite na pregled uporabe zdravil. S farmacevtom se boste pogovorili o zdravilih, ki jih jemljete, njihovi pravilni uporabi glede na čas in obroke, prepoznavanju in odpravi morebitnih neželenih učinkov, pravilnem shranjevanju, jemanju dodatnih zdravil brez recepta in prehranskih dopolnil ter o zdravem življenjskem slogu. Na koncu vam bo farmacevt pripravil osebno kartico zdravil z navodili za pravilno uporabo in zapisom dogovorjenih ukrepov. Pregled uporabe zdravil je priporočljiv za vse, ki se sočasno zdravite s petimi ali več zdravili za zdravljenje kroničnih bolezni. Pregleda pa ne izvajajo v lekarni pri polikliniki v času dežurstva.

Zasvojenosti morda ne znamo vedno, a se marsikdo med nami srečuje z njo – v svoji družini, sosednjem stanovanju, med prijatelji. Prizadene lahko kogarkoli, ne glede na starost, poklic ali socialno okolje. Včasih jo opazimo le od daleč, včasih pride zelo blizu. V društvu UP se že več kot tri desetletja srečujejo z ljudmi, ki se spopadajo z zasvojenostjo s psihoaktivnimi snovmi in si želijo spremembe. Ponujajo prostor, kjer lahko posameznik ob strokovni podpori in razumevanju začne znova. Po svoje, v svojem tempu, a ne več sam.

Društvo deluje v Ljubljani, Trbovljah, Črnomlju in Metliki, preventivne programe pa imajo po vsej

športne in družabne. Pomemben del njihovega delovanja je preventiva. V osnovnih in srednjih šolah izvaja jo delavnice za mladostnike, starše in strokovne delavce. V Ljubljani vsak mesec organizirajo Šolo življenjskih veščin v Mestni knjižnici, kjer nastopajo strokovnjaki s področja duševnega zdravja in zasvojenosti. Velik interes je tudi pri šoli za starše Rastemo skupaj, namenjeni poglobljanju odnosa med starši in mladostniki.

»Vsaka pot pomoči je prilagojena zmožnostim in potrebam posameznika,« poudarja predsednica društva Anita Grbič. »Za vključitev v program ni treba biti abstinent. Med drugim imamo ravno za ta namen oblikova-

v društvu veliko pozornosti namenjajo skupinam za svojce, partnerje in starše. Spodbujajo jih, da se opolnomočijo in naučijo, kako pomagati in predvsem kako poskrbeti zase. »Kadar nekdo opazi znake zasvojenosti pri bližnjem, svetujemo, da pride na informativni pogovor, opusti stigmo, ki se drži zasvojenosti, in se pripravi – opolnomoči tudi zase – za pot okrevanja bližnjega.«

Društvo UP se zavzema za hitro odzivnost in osebni pristop. Njihova strokovna ekipa vključuje psihologe, terapevte, socialne delavce, prostovoljce in tudi sodelavce z lastno izkušnjo okrevanja. Mnogi, ki so v preteklosti poiskali pomoč, se kasneje odzovejo, z zahvalo, pismom ali obiskom. »Naši

pretekli sopotniki, kot jim radi rečemo, so nam zelo hvaležni. Včasih pišejo pisma ali e-sporočila, nekateri tudi pridejo na obisk. Ko je enkrat sklenjen odnos, kjer sta v ospredju varnost in podpora, stiki ostanejo, so živi.«

To so tihi dokazi, da pot okrevanja ni samo mogoča, temveč tudi dragoce na. Ko se posameznik odloči za spremembo, ni sam. Pomembno je vedeti, da pomoč obstaja, da je dostopna in da so nekje ljudje, ki znajo prisluhniti brez sodbe – in pomagati začeti znova.

Anita Grbič že vrsto let vodi društvo UP, kjer skupaj z ekipo pomaga ljudem na poti iz zasvojenosti. Verjame, da vsak nosi svojo zgodbo in da si prav vsak zasluži priložnost za nov začetek. Svojo poklicno pot je posvetila sočutnemu delu z ranljivimi, tudi zaradi osebne izkušnje, ki ji je dala še večjo moč in razumevanje.

Kako se je začela vaša pot na področju zasvojenosti?

Že v srednji šoli sem vedela, da bom delala z ranljivimi skupinami. Da sem pristala prav na področju zasvojenosti, je bilo sprva naključje. A ko sem zaradi zasvojenosti izgubila bližnjega, je odločitev dobila globlji smisel. Takrat sem začutila, da želim ustvarjati varen prostor za ljudi, ki si želijo spremembe.

Kaj vas pri vašem delu najbolj izpolnjuje?

Občutek, da lahko komu ponudim odnos brez sodbe, kjer se počuti slišane in razumljene. Veliko mi pomeni, ko vidim, da posameznik zares začne verjeti, da si zasluži več. Ko skupaj z njim postavljamo temelje za novo pot in ko se kasneje vrne z zahvalo ali nasmehom, je to zame največje priznanje.

S kakšnimi izzivi se najpogosteje srečujete?

Pri sopotnikih sta to pogosto začetna motivacija za prekinitev slabe navade in

izziv z vztrajnostjo. Zame osebno pa je izziv čas. Želela bi si več časa za več ljudi.

So vas kakšne zgodbe še posebej zaznamovale?

Vsaka. Vsaka je drugačna in prav vsaka se me dotakne. Ko posamezniki začnejo zaupati in razkrivati sebe onkraj diagnoze, se rojevajo najlepši premiki. Še posebej ganljivo je, ko se vrnejo tisti, ki so se nekoč počutili izgubljeni in danes živijo polno, trezno življenje. Nekateri še danes ostajajo v stiku z nami, sodelujejo kot prostovoljci ali nam pišejo pisma. To je največja potrditev, da delo nosi smisel.

Kaj bi želeli sporočiti tistim, ki si še ne upajo poiskati pomoči?

Da je strah normalen. Da je sram človeški. Da obstajajo ljudje, ki bodo prisluhnili brez sodbe. Prvi pogovor ni zaveza, je le priložnost. Pri nas ni treba ničesar dokazovati. Samo priti in dovoliti, da te nekdo sliši. Pogum se pogosto rodi šele, ko začutiš, da nisi več sam.

Up za nov začetek

Sloveniji. Njihove storitve so brezplačne, kar omogoča pomoč MOL, ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, ministrstva za zdravje ter Fundacije za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij v Republiki Sloveniji.

Jedro njihovega dela so štirje programi: svetovalnica, program za mlade, program za krepitev družin in informativna pisarna. V okviru teh potekajo svetovanja in terapevtsko delo, različne skupine, med katerimi so na primer tudi motivacijska, abstinenčna skupina za svojce, skupina za mladostnike in skupina za ženske ter številne spremljevalne dejavnosti: kulturne,

no tudi motivacijsko skupino in proces za dvig motivacije.« V društvu ugotavljajo, da je prvi korak pogosto informativni pogovor. Ta posamezniku omogoči, da v varnem okolju spregovori o svojih izzivih. Mnogi pridejo z namenom, da bi pridobili zgolj informacijo, brez obveznosti, a pogosto že ob prvem srečanju začutijo, da niso sami in da obstaja pot naprej s podporo brez obsojanja.

Zelo pomembno vlogo pri okrevanju imajo tudi bližnji. »Zasvojenost enega človeka se dotakne približno 20 ljudi, podpora in dobra informiranost svojcev pa sta ključni pri procesu okrevanja,« razlaga naša sogovornica. Zato



300

ljudi na leto sodeluje v terapevtskih procesih UP-a.



17-24 let

Pri teh mladih narašča uporaba kanabisa, alkohola in kokaina, pogosto skupaj z digitalnimi zasvojenostmi.



1

zasvojenost vpliva na povprečno **20** ljudi v okolici posameznika: družino, partnerje, prijatelje.



> 50 %

dijakov iz osrednjeslovenske regije ocenjuje, da lahko do droge pridejo v manj kot 20 minutah.





Poleg ljubljanskega zmaja je še ena žival simbol našega mesta. To je veličastna azijska slonica Ganga, ki letos praznuje 50 let, z njo pa se bomo okroglega jubileja veselili tudi njeni veliki in mali someščani. Ob tej priložnosti so v ZOO Ljubljana o njej napisali knjigo, slavlje, ki traja že vse leto, pa bo vrhunec doseglo z veliko rojstnodnevno zabavo. Obiskali smo jo v njeni ogradi, kjer si tako kot mi njo tudi ona rada ogleda nas.

Ganga, kako prenašaš poletno vročino?

Azijski sloni smo gozdne živali, zato nam vročina ni preveč všeč. V svoji ogradi imam senco in pršilo, v slonjaku pa je tudi hladneje. Zelo mi prija tudi osvežitev v mojem novem bazenu.

Oskrbniki so nam povedali, da se v njem najraje namakaš zgodaj zjutraj.

To je pa res užitek. Ob petih zjutraj, ko še vsi spite, se jaz uležem v svoj bazen, poslušam ptičje petje z Rožnika in meditiram. To je najlepši del dneva.

Kako pa to, da ti ne spiš?

Sloni zelo malo spimo, približno štiri ure dnevno. Meni sta dovolj že dve uri in pol. Ponoči se za kakšno urico uležem in zadremam, potem hodim naokoli, spet malo počivam in tako mine noč. Da mi ni dolgčas, se igram skrivalnice. Oskrbniki mi hrano podtaknejo na različna mesta, jaz pa se zabavam s tem, da jo poskušam najti. Ker sloni ves čas jemo, imam v slonjaku omaro z loputo, ki mi vsake toliko spusti novo porcijo hrane. Sicer pa je ponoči v živalskem vrtu pravi živžav. Če pozorno prisluhnem vžvižganju, piskanju, čivkanju, cviljenju, vreščanju in rjovenju, lahko zvem marsikaj zanimivega. Kot na tržnici.

Rekla si, da sloni ves čas jeste, pa si vendar videti zelo fit.

Za to se moram zahvaliti nutricionistki Saši Purkart. Poglobila se je v raznolike prehranske potrebe vseh živali v živalskem vrtu in vsaki sestavila jedilnik. Z mojega je črtala banane in korenje, da se ne bi preveč zredila, nanj pa uvrstila pšenično krmo, peteršilj, radič, cikorijo, bam-bus in listje različnih dreves. Vsak dan pojem okoli 80 kilogramov hrane, od tega 60 kilogramov sena. Oskrbniki mi seno obesijo v mrežasto kroglo, da se moram malce potruditi, tako kot sloni, ki si hrano iščejo v divjini. Na dan popijem še 100 litrov sveže in tekoče vode, ki jo zajemam s trobcem in nesem v usta.

Koliko pa tehtaš?

Dame se tega sicer ne sprašuje, ampak lahko se pohvalim, da imam trenutno ravno pravnjnih 3300 kilogramov.

Je to zato, ker se veliko giblješ? Oskrbniki so povedali, da imaš po zajtrku vsak dan trening.

Vsak dan razen v ponedeljek. Takrat si vsi malo odpočijemo. Treningi pa niso športni. Na njih se učim, da je veterinar prijazen in da moram z njim sodelovati, če hočem ostati zdrava. Najprej odprem usta, da pogledamo zobe. Potem zaigram na orglice. Tako so me z igro navadili, da iz nosa pihnem sluz, ki jo veterinarji pregledajo, da bi ugotovili, ali sem zdrava. Oskrbnik mi nato očisti notranjo stran uhlja, ga poškropi z razkužilom in me ušcipne v žilo za njim. Ker imam tam najtanjšo kožo, mi veterinar

na tem mestu nekajkrat letno odvzame kri, mene pa ni strah, ker vem, da bo hitro minilo. Poleg tega za nagrado dobim brikete, zato se splača malce potruditi. Popoldan pa imam aerobiko. Pri njej se velikokrat uležem in vstanem, kar je dokaz, da sem še vedno v dobri kondiciji.

Pa se dobro počutiš? Si zdrava?

Za svojo starost se počutim odlično. Leta se sicer že malce poznajo, desno koleno imam rahlo obrabljeno, ampak ni kritično. Veterinar ves čas budno spremlja moje zdravstveno stanje, tako da me ne skrbi. Za moje zdravje je zelo pomembna nega nog, zato mi štirikrat na leto naredijo pedikuro z brušenjem nohtov in tanjšanjem podplatov, vsak dan pa mi skrbno očistijo podplate, da preprečijo kakšna vnetja. Pri čiščenju jim pomagam tako, da sama prestavljam podstavek za nogo. Kot pritiče dekletu v najboljših letih, tudi jaz veliko časa posvečam svoji koži. Potem ko se očistim pod tušem ali v bazenu, se posujem z mivko in povaljam v blatu. To me ščiti pred soncem in žuželkami. Najbolj pa uživam, kadar mi moji trije fantje naredijo piling – po domače čohanje – z mivko.

Se še spomniš, kako si prišla k nam v Ljubljano?

Seveda. Sloni imamo zelo dober spomin. Kot dveletna slonica iz Kanpurja v Indiji sem 16. novembra 1977 z ladjo priplula na Reko, ker me je nekdanje trgovsko podjetje Emona Commerce, zastopala ga je gospa Vanda Zavrl, odkupilo in podarilo živalskemu vrtu. Pri tem podvigu ji je pomagal mlad veterinar Tomaž J. Geršak. Naslednji dan pa so me v snežni nevihti pripeljali v Ljubljano.

Torej je res, da si sloni vse zapomnite?

Letos sem se po štirih desetletjih srečala s svojim prvim oskrbnikom Mitjo Gorjanom. Ob mojem prihodu v Ljubljano mi sprva ni bil všeč, pa to ni nič osebnega, znašla sem se v povsem novem okolju z novimi in čisto drugačnimi ljudmi. Bilo me je pač strah. Potem sem nekega dne v njegovem žepu zavohala nekaj božanskega. Čebulo. Mmm, kako je dobra! Če sem bila prijazna, me je z njo nagradil, pa sva postala prijatelja. Ko sva se po vsem tem času spet videla, sem s trobcem takoj preverila, ali ima v žepu kakšno čebulo zame.

Prej si omenila svoje tri fante. To so tvoji oskrbniki, kajne?

Sloni smo družabna bitja, v divjini živimo v družinah. Glavna je samica matriarhinja, hieriarhični red pa velja tudi med preostalimi člani črede. Podobno je v moji ljubljanski družini. Vodja črede je oskrbnik Robert Prašnikar, ki je z mano že več kot 25 let. Tu sta še Matija Ramšak in Jože Kraševac. Fantje so uigrana ekipa, včasih poskušam koga od njih oviti okoli prsta, pa mi ne uspe. Zelo so potrpežljivi, tudi kadar sem muhasta



»V LJUBLJANI
IMAM
ČUDOVITO
DRUŽINO, KI
LEPO SKRBI
ZAME.«

ali jim ponagajam. Vse tri imam zelo rada. Z Robertom se rada lovim po ogradi, Matica povabim, da me zajaha, z Jožetom pa se veliko igrava.

Slišali smo, da se tu in tam tudi oglasiš.

Upam, da se niso sosledje pritožili. Kadar se z Robertom loviva, me včasih zanese in od veselja zarjujem. Takrat se zatrese živalski vrt. Levje rjovenje je pesem čričkov proti mojemu, zato tega ne počnem prav pogosto.

Obiskovalci živalskega vrta so opazili, da si v ogradi sama. Ti je kdaj dolgčas?

Leta 1981 se mi je v takrat novem slonjaku pridružila dve leti mlajša Inda. Navajena sem bila živeti sama, potem ti pa nekega lepega dne pripeljejo popolno neznanko, ki ni niti tvoja sorodnica. Nekega dne se je vnel prepir in takrat so oskrbniki ugotovili, da to ne bo šlo. Inda se je morala odseliti, živalski vrt pa se je moral sprijazniti s tem, da ne sprejemam sostanovalcev. Moja družba so oskrbniki in obiskovalci, ki jih rada vidim v živalskem vrtu. Da mi ne bi bilo dolgčas, se zamotim z igro ali hrano.

Ali kdaj začutiš klic divjine?

Po pravici povedano, ne. Ljubljana je moj dom, tu imam čudovito družino, ki zelo lepo skrbi zame. V živalskem vrtu sem že 48 let in vesela sem, da je iz leta v leto boljši. Vsi se zelo trudijo, da bi se živali v njem počutile res dobro in da bi se obiskovalci o nas vsakič naučili česa novega. Azijski sloni smo ogrožena vrsta, v divjini nas živi manj kot 50.000. Poleg okrutne trgovine s slonovino in divjega lova nas ogroža tudi krčenje naravnega okolja.

Kako pa se je v vseh teh letih, kar si z nami, spremenil živalski vrt?

Zelo. Najpomembnejša razlika je ta, da živali več ne kupujemo, ampak si jih izmenjujemo z drugimi živalskimi vrtovi. Vsi moji sostanovalci so rojeni v živalskih vrtovih, nobeden se tu ne počuti kot v ujetništvu. Vključeni smo v Evropsko zvezo živalskih vrtov in akvarijev, kjer sodelujemo pri vodenju baze živali, pripravljanju smernic

za našo oskrbo, izobraževanju vseh članov ekipe in – kar je najpomembneje – ohranjanju ogroženih vrst. V našem živalskem vrtu sta se pravkar skotila mladiča indokitajske sike, ki jih v naravi ni več. Zelo uspešni smo tudi pri vračanju živali v divjino. Lani smo v Turske Alpe spustili pet naših kozorogov, z Biotehniško fakulteto pa sodelujemo pri vračanju risa ter raziskavah medveda in volka.

Bi za konec kaj sporočila svojim someščanom?

Prosila bi jih, naj meni in drugim živalim ne mečejo hrane, ki jo naberejo v živalskem vrtu ali prinesejo s seboj, saj za mojo uravnoteženo prehrano zelo lepo skrbi Saša. Večina rastlinja, ki mi ga prijazno ponujajo, je namreč strupena. Želim pa si tudi, da bi na različne načine sodelovali pri ohranjanju narave, saj skupaj lahko naredimo veliko. Rada bi jih povabila tudi na praznovanje svojega rojstnega dneva. Konec koncev so vsi moja velika ljubljanska družina.

Ob pogledu na Gango se res zdi, da bi lahko spregovorila in povedala marsikaj zanimivega o vsem, kar je že videla in doživela. A za naš pogovor sta namesto nje govorila oskrbnik Matija Ramšak in ZOO pedagoginja Petra Vrh Vrezec. Oba Gango dobro poznata.

Gangina rojstnodnevna zabava

16. avgusta vas vabimo na Gangino rojstnodnevno zabavo v ZOO Ljubljana na Večni poti 70. Ves dan se boste lahko igrali, ustvarjali na delavnicah, se družili z oskrbniki in izvedeli kaj novega o slonih. Od 31. julija si na Gallusovem nabrežju oglejte še razstavo Ganginih fotografij. 30. avgusta pa se bo razstava preselila v živalski vrt.

S kolesom do Zbiljskega jezera

Medvode so nekdanj sodile pod mestno občino Ljubljana Šiška, zdaj pa so že lep čas samostojna primestna občina. Od tam se vsak dan v prestolnico odpravi tisoče ljudi na delo, v šolo, po opravkih ali na zabavo, mi pa smo šli v nasprotno smer na kolesarski izlet do Zbiljskega jezera.

Isti torek ni bil ravno med najbolj vročimi dnevi. Vreme je bilo oblačno, super, sem si rekla, ravno prav za kolesarjenje. Od doma sem se odpravila šele ob 11. uri. Zunaj je bilo prijetnih 25 stopinj. Pred menoj je bilo kolesarsko popotovanje iz Ljubljane do Zbiljskega jezera, po varnih poteh mimo glavnih prometnic.

Stanujem za Bežigradom zraven Plave lagune. Sedla sem na kolo, opremljena s čelado, rokavicami, sončnimi očali in nahrbtnikom z vodo, če se bom vmes kje izgubila. Orientacija ni ravno moja vrлина, zato sem toliko bolj previdna. Zapeljala sem se do Celovške ceste in tam, o groza, eno samo dolgo gradbišče vse do Šentvida. Peljala sem se po vzporednih ulicah, malo pa sem potiskala kolo po pesku ob Celovški. Končno sem prišla do konca gradbišča in na semaforju s pritiskom na tipko pri zeleni prečkala vpadnico. Kar odleglo mi je, bila sem v Gunceljah. Pot me je peljala mimo smučarskih skakalnic, ki jih je skupaj s Tonetom Ermanom projektiral Stanko Bloudek. Medtem se je izza oblakov prikradlo sonce in vročina je postajala vse hujša. Pot je bila sicer res varna, povsod kolesarske steze in table »Pozor, kolesarji«, tako da me to ni prav nič skrbelo. Sem se pa bala, da bom kje zašla. Ko nisem vedela, kako naprej, sem vprašala nekaj domačinov. Kolesarjev je bilo namreč le za vzorec.

Sledile so Stanežiče, kjer je Golf center. Igrišče je prijazno za vse generacije golfistov, tudi za začetnike. Imajo

dve vadbeni zelenici z umetno podlago in devet lukenj razdalje med 45 in 155 metri. Za bolj izkušene golfiste je na voljo polpokrito vadišče za udarce, dolge do 300 metrov. Začetnikom izposojajo opremo, na razpolago so tudi učitelji.

Naslednje naselje je bilo Dvor in naprej že Medno. Ko se pripelješ mimo hotela Medno, sledi spust, malo je treba zavirati, vendar nič hujšega. Med spustom zagledam tablo Seničica in potem sem že v Medvodah. Kot sem prebrala, ima celotna občina 19 cerkva in številna božja znamenja. Skozi Vaše prispem v Goričane. Pozdravi me impozanten dvorec, ki je žal zaprt za javnost. V njem je bil dolga leta muzej neevropskih kultur, potem ga je po denacionalizacijskem postopku nazaj dobila nadškofija Ljubljana.

Temperatura se je medtem povzpela krepko čez 30 stopinj, voda v mojem nahrbtniku se je močno segrela. A zdaj sem bila že blizu cilja. Mimo naselja Ladja sem se skozi podhod za pešce in kolesarje pod krožiščem v Medvodah pripeljala do table Zbilje. Malo naprej ob gozdu, ki te mimogrede ohladi, sem zavila desno k Zbiljskemu jezeru. V tamkajšnji gostilni Sedmica sem si privoščila vrček hladnega piva, si odpočila v senci, potem pa sem jo že mahnila nazaj. Vendar po bližnjici čez Medvode, Zgornje in Spodnje Pirniče, mimo Šmarne gore, v Savlje na Slovensko cesto in domov. Pot sicer ni naporna, nobenih hudih vzponov, a vročina ti vendarle vzame precej energije.

DVOREC GORIČANE

Grad Goričane, ki je stal na hribu nedaleč od današnjega dvorca, je leta 1511 prizadel potres, leta 1613 pa je vanj udarila strela, da je pogorel. Ostale so razvaline. Dvorec Goričane so nedaleč stran gradili od leta 1631 do 1634. Obnovili so ga pred kratkim v času, ko je bil slovenski nadškof Franc Rode.

ZBILJSKO JEZERO

Umetno akumulacijsko jezero je nastalo leta 1953, ko so med gradnjo hidroelektrarne Medvode zajezili reko Savo. Danes je priljubljena izletniška točka. Ob jezeru je več kavarn in otroško igrišče. Na pomolu si lahko izposodite čoln na vesla ali električni pogon. Lahko pa najamete tudi desko za supanje.

FOOT GOLF

V Golf centru Stanežiče lahko igrate vse bolj priljubljen foot golf. Gre za mešanico nogometa in golfa. Nogometno žogo je treba brcniti v luknjo s premerom pol metra. Foot golf se igra vsak torek od 16. ure naprej. Prej se je treba prijaviti, saj morajo igrišče prilagoditi. Edini rekvizit, ki ga potrebujete, so športni copati za umetno travo.



Kako ukrotiti ljubljanskega zmaja

Če ne bi bilo Jazona in Argonavtov, bi bil ljubljanski zmaj mogoče še vedno med nami. Če ne bi bilo Marije Terezije, se nihče ne bi domislil, da bi Ljubljansko barje lahko bilo žitnica monarhije. Če ne bi bilo Gabriela Gruberja, bi Ljubljana še vedno poplavljala in mesto ne bi imelo grajskega otoka.

Gabriel Gruber je prišel k nam z Dunaja poučevat risanje, geometrijo, mehaniko in hidravliko. Ko je postal direktor Navigacijske direkcije, ki je skrbela za izboljšanje plovbe po Ljubljani, Savi in Kolpi, je prejel pomembno cesaričino naročilo. Marija Terezija mu je naložila, naj se Ljubljansko barje izsuši, izsušene površine naj se spremenijo v kmetijske, obenem pa naj se reši problem poplavljanja Ljubljane v mestu. Znanstvenik Gruber se je odločil, da bo pod vnožjem Golovca skopal kanal in del rečne vode speljal mimo mesta do nižjega toka reke na koncu Kodeljevega. Tako bi imela večji padec in s tem hitrejši vodni pretok. Ljubljana je namreč počasna – od Vrhniko do Ljubljane je le par metrov višinske razlike.

Gradnja se je začela leta 1772 in končala 1780, Gruber pa je leta 1777 predčasno zapustil Ljubljano, tudi zaradi finančnih težav in dolgov, ki si jih je nakopal med zahtevnim projektom. Dela je prevzel in zaključil strokovnjak za utrdbe in prekope, baron Vincenc Struppi, njegov avtor pa je posledje do smrti živel in delal v Rusiji.

Prekop je star že 245 let. Dolg je približno dva kilometra, preči ga šest mostov in štiri brvi. Če se mu človek resno ne posveti, ga – razen ob razcepu z Ljubljano na Špici in na njenem sotočju ob Kajuhovi – zlahka spregleda. Njegovi bregovi so strmi in nedostopni, poraščeni in divji. Ker ni ploven, je postal kolikor toliko mirno zatočišče pestrega živalskega in rastlinskega življa. Ogrožene vidre uporabljajo prav Gruberjev kanal za prehodni koridor med Ljubljano in Savo, pravijo naravovarstveniki z Inštituta Lutra.

Poleg tega, da uspešno preprečuje poplavljanje reke v mestu in na nizkih predelih Barja, poleti prekop razblijeni center tudi hladi. Če se kje kaj vname, ima požarne pomole, odkoder se lahko odvzema voda za gašenje.

Ljudi tam spodaj ni, skozi goščo se v globini svetlika voda in v ritmu počasne reke lenobno plešejo rečne trave. Mimo priplava riba. V mislih zarjove zmaj.



V sodelovanju je veliko priložnosti

Vodenje Slovensko-nemške gospodarske zbornice, ki je del mreže bilateralnih nemških gospodarskih zbornic v več kot 90 državah sveta, je pred dobrimi tremi leti prevzela Dagmar von Bohnstein. Prej je z družino živela in delala v večjih mestih, zdaj pa uživa v lepotah naše prestolnice.



Kako ste se navadili na življenje v manjšem mestu?

Prej sem živela v Frankfurtu, Münchnu in Teheranu. To so velika mesta z legendarnimi prometnimi zastoji v času prometnih konic in ob koncih tedna. Zato tukaj uživam v kratkih razdaljah. Tudi prometni zastoj me ne vznemirja, saj to ni nič v primerjavi z zastoji, ki sem jih bila vajena. Poleg tega se mi zdi življenje tukaj izjemno privlačno. Predvsem zaradi številnih uličnih kavarn je mesto vredno občudovanja. To so opazili tudi moji obiskovalci iz Nemčije. Najbolj pa cenim odlično kuhinjo. Jedi tradicionalne in sodobne kuhinje so izjemne. Redko najdeš kraj, kjer bi bil tolikšen poudarek na dobri hrani.

Kam najraje zahajate za druženje ali oddih?

Pravzaprav imam lestvico meni in moji družini najljubših restavracij, vendar se ta ves čas daljša, zato ne morem dati dokončne sodbe. Navsezadnje bom na položaju direktorice Slovensko-nemške gospodarske zbornice še dve leti, zato se veselim razširitve seznama. Lahko pa povem, da obožujem dolge sprehode s psom po gozdu. Oba uživava v naravi. Ker izviram iz gozdnate Bavarske, so mi še posebej všeč

sredogorja v Sloveniji, ki me spominjajo na dom. Imam tudi skrivno ljubezen: čudoviti Piran. Kadarkoli utegnem, obiščem to slikovito obalo.

V katerih stvareh se Slovenci in Nemci najbolj razlikujemo?

Na prvi pogled sta si Slovenija in Nemčija zelo različni zaradi velikosti in gospodarske moči. Nemčija je tretje največje gospodarstvo na svetu, takoj za ZDA in Kitajsko. Lani smo prehiteli Japonsko in smo največji neto vlagatelj na svetu. Slovenija ima z Nemčijo obseg trgovine v višini 14,7 milijarde evrov, kar je največ v regiji. Te številke kažejo na gospodarski potencial, ki se skriva v obeh državah.

»REDKO NAJDEŠ KRAJ, KJER BI BIL TOLIKŠEN POUDAREK NA DOBRI HRANI.«

Kako na zbornici povezuje slovenska in nemška podjetja?

Organiziramo dogodke o aktualnih temah in vabimo strokovnjake iz obeh držav. Organiziramo strokovne delegacije v Slovenijo in Nemčijo, da bi okrepili povezave

in izmenjave. Trenutno spremljamo podjetja iz letalskega sektorja na Bavarsko. Ponujamo tudi specifične pravne in davčne storitve, ki pomagajo podjetjem, da se uveljavijo na enem in drugem trgu. In še marsikaj.

Katere svoje dosežke bi postavili v ospredje?

Kaj sem dosegla, lahko drugi ocenijo bolje kot jaz. Zame je najpomembnejše, da Nemčiji še bolje predstavim potencial Slovenije. Hkrati želim Slovence ozavesiti, da ima država v Nemčiji zelo privlačnega partnerja skoraj pred vrati. Bavarska, Baden-Württemberg, Hessen in Severno Porenje - Vestfalija so močna gospodarska središča s številnimi skritimi prvaki v sektorju malih in srednje velikih podjetij. Rada bi videla, da bi Slovenija te poslovne priložnosti še bolj izkoristila.

V karieri ste zastopali interese nemškega gospodarstva v Bruslju, ZDA in tudi v Iranu. Vas je nedavni konflikt med Iranom in Izraelom zato bolj prizadel?

Seveda me zelo skrbi. V Iranu imam še vedno veliko prijateljev, imam pa tudi dragocene kolege v Izraelu. Vojna je prizadela obe strani, skrbi me za obe.



SPROŠČEN UVOD V TRETJI LJUBLJANSKI FESTIVAL ŠPORTA

Krogle švigajo po zraku, smeh odmeva med drevesi. Na Poti spominov in tovarištva (PST) Na Fužinah smo obiskali enega najbolj sproščenih in zabavnih tekmovanj daleč naokoli: prvi del turnirja v petanki, ki letos prvič poteka v okviru Ljubljanskega festivala športa, ki bo septembra v parku Tivoli.

Petanka je preprosta, a presenetljivo taktična moštvena igra, podobna balinanju ali prstometu, v kateri igralci kovinske, plastične ali lesene kroglice premera približno sedem centimetrov mečejo proti ciljni manjši kroglici, imenovani balinček. Igrata dve ekipi, druga proti drugi, običajno v dvojicah, trojicah ali ena na ena. Njena posebnost je, da je po naravi zelo mestna, saj se igra v javnem prostoru. Igralna površina, pogosto trata, pesek ali makadam, zahteva dodatno mero previdnosti, saj mora igralec pri vsakem metu upoštevati tudi drobne posebnosti terena, ki lahko odločilno vplivajo na izid.

Začetki petanke segajo v leto 1907, ko so jo prvič zaigrali v Franciji, v mestu La Ciotat. Od tod izvira tudi njeno ime (francosko pétanque). Petanka je izjemno vključujoča. Ne zahteva posebne fizične pripravljenosti, zato jo lahko igrajo praktično vsi: otroci in odrasli, študenti in upokojenci, ženske in moški, začetniki in profesionalci, tudi osebe z invalidnostmi. To jo naredi dostopno tudi tistim, ki morda zaradi zdravstvenih omejitev ali starosti težje sodelujejo v drugih športih.

Petanka povezuje in spodbuja aktivno preživljanje prostega časa. »Tukaj ne gre za moč in kondicijo, temveč za natančnost, zbranost in taktiko,« nam zaupa 74-letni Ludvik Jevšjak, predstavnik ekipe Četrtna skupnosti Golovec, sicer igralec prstometa, ki se je s prijatelji odločil, da se preizkusijo tudi v petanki. Trenirali so le nekaj dni. »Igrati sta sorodni, zato smo se opogumili, prijaviли in upamo na dober rezultat,« doda.

Ta dejavnost je idealna za povezovanje generacij, družin in skupnosti. 23-letnega Matevža Birka z Janč sta tako nad njo navdušila oče in brat, tedensko igra tudi po pet

ur. »Petanka zahteva jeklene živce. Moraš biti prepričan o svojem metu, maksimalno sproščen in osredotočen.«

Poleg ljubiteljev na turnirju sodelujejo tudi licencirani igralci. 72-letni Miran Ohnjec iz Sneberij se s tem športom ukvarja pet let: »Če se znaš dobro sklanjati, imaš mirne roke, si zbran in sposoben predvideti naslednjo potezo nasprotnika, si rojen petankar.«

Petanka je v svetu atraktiven tekmovalni šport, a niti Slovenija ne zaostaja: samo v Ljubljani deluje sedem petankarskih klubov; imajo državno ligo, tudi reprezentanco. Po priljubljenosti pa vodi na Dolenjskem, tam jo igra krepko čez tisoč igralcev. Klubi in društva so združeni v Zvezo društev petank Slovenije, ki je tudi organizatorica turnirja. Vlasta Sinkovec, sekretarka zveze, tudi sama strastna petankarka, pravi, da so organizaciji turnirja pristopili z željo, da popularizirajo igro, predvsem med mladimi: »V Sloveniji je petanka še vedno nekoliko nišni šport. Zanimanje z leti počasi, a vztrajno narašča. Ko nas je MOL povabila k organizaciji turnirja v okviru Ljubljanskega festivala športa, smo vabilo

z veseljem sprejeli, saj si želimo dvigniti kakovost igre in pritegniti Ljubljancane. Prijetno sem presenečena nad odzivom občanov, ki so se za tekmovanje prijavili kljub počitnicam in visokim poletnim temperaturam.«

Čeprav gre za igro in šport, kjer štejejo točke, so pri petanki v ospredju predvsem druženje, sproščenost in zavedanje, da sta za kakovostno preživljanje časa dovolj majhna kroгла in dobra volja. Petanka pa je le ena izmed mnogih športnih panog, ki jih boste lahko spoznali in preizkusili na prihajajočem Ljubljanskem festivalu športa 6. septembra v parku Tivoli.

Tretji Ljubljanski festival športa bo 6. septembra v parku Tivoli. Obiskovalci se bodo lahko brezplačno preizkusili v več kot 40 različnih športnih izživih in tekmovanjih. Pridružite se jim in uživajte v gibanju, druženju in pozitivni energiji. Več informacij o dogodku bo na spletni strani ljubljanajesport.si.

Balinarji nimajo svojih kletvic

Rekreativni šport, ki je bil pred nekaj desetletji še kako živ, danes počasi izumira. Vseeno pa smo našli nekaj balinšč, kjer se danes še sliši trkanje krogel.

»Hej, fantje, a imate kakšno tako prav balinarsko kletvico za takrat, ko vam ne gre? Na primer j**** balinčka ali kaj podobnega?« sem pobarala igralce na balinišču ob Gerbičevi ulici 61, kjer domujeta kar dva balinarska športna kluba: BŠK Svoboda in BŠK Bičevje. »Ni posebnih balinarskih kletvic, vsaj mi jih ne poznamo,« so odvrnili. Prekinjanje sicer ni lepo, a vsakemu od nas kdaj uide grda beseda.

Tisti četrtek je bilo peklensko vroče, a ne za balinarske navdušence. Tudi gledalcev ob balinišču se je nabralo kar nekaj. V klubskem bifeju je tisti dan stregla Joža Mestinssek, članica BŠK Svoboda, ki še vedno rada balina. Pred leti je bila v dvojicah celo državna prvakinja. Mesec dni za bife skrbi njen klub, mesec dni pa BŠK Bičevje, nam je povedala. Predsednika BŠK Svoboda smo zmotili med dopustom. Klub šteje več kot 50 članov, starih od 25 do 85 let. Med njimi je tudi šest žensk. V drugi balinarski ligi tekmujejo mlajši, starejši balinajo bolj za rekreacijo. Letos so v ligi končali na sedmem mestu. Zanimanje za balinanje upada, zlasti med mlajšimi, nam je povedal. Res smo odkrili zapuščeni balinišči v Mostecu in Tivoliju, kjer ga je za svoje uslužbenke postavila Pivovarna Union.

Balinišče ob Gerbičevi ulici se med tednom odpre ob 16. uri, ob sobotah lahko tam balinate od 9. do 21. ure, ob nedeljah pa od 9. do 20. ure. Krogle so klubske, seveda pa lahko prinesete tudi svoje. V četrtek so štirje starejši možakarji balinali zelo resno, posebej je po znanju izstopal Lado Manev, član BŠK Bičevje. Tolkač je z zelo natančnim metom

odstranil nasprotnikovo kroglo, ki se je znašla preblizu balinčka. Če zadeneš napačno kroglo, jo je treba postaviti nazaj. Balinarji se delijo na bližaje in tolkače, prvi samo bližajo, drugi razbijajo.

Klasičnih balinišč sicer v mestu ne manjka. Balinanje na travi pa je nekaj res posebnega. Našli smo klub, ki se imenuje Petek, ker največkrat balinajo ob petkih, a se zberejo tudi ob ponedeljkih. Balinanje na travnati površini, ki nikakor ni ravna, jim je omogočil Teniški klub Murgle. Ta ima ob Mokriški ulici 52 štiri teniška igrišča. Ob stavbi, kjer so bife, stranišča in tuširnice, je zelenica, velika 35 krat 35 metrov, in to je njihovo balinišče. Člani kluba Petek zelo lepo sodelujejo s tamkajšnjima prostornikoma Danetom Gruberjem in Igorjem Bajcem.

Krogle za balinanje na travi so lesene, za njihovo izdelavo so potrebna tri leta. Najpogostejše so iz črnega gabra, ki je v Sloveniji najtežji les. Suši se leto ali dve, nato ga razrežejo na koščke, ki jih potem zlepijo v krogle. Te dva meseca namakajo v olju. Klub balinarjev na travi so ustanovili leta 2002, igro so povzeli po avstralskih Slovencih. Igra se do rezultata 13, balinčku najbližja krogla ali več njih dobijo po točko. To je edinstven klub v Sloveniji. Včasih so imeli 35 članov, kar deset je bilo žensk. Zdaj jih je samo še devet. Vodja kluba je Tone Polenčič, najstarejši član je Marko Porenta, ki jih šteje že 90. Pravijo mu Lubadar, skratka škodljivec, saj na koncu z natančnim metom premeša vse krogle in igro postavi na glavo. Vrata, kot pravi vodja kluba, pa so na stečaj odprta za nove članice in člane.



Knjižnica in ustvarjalnica

Knjige že dolgo niso edina stvar, ki si jo lahko izposodite v Centralni tehniški knjižnici na Trgu republike 3. Njihova knjižnica stvari in ustvarjalnica s svojim raznovrstnim naborom orodij privablja radovedne uporabnike, željne ustvarjanja, raziskovanja in novih znanj. Med drugim si lahko izposodite 3D-tiskalnik, opravite tečaj šivanja ali se preizkusite v simulaciji letenja.

V pritličju Centralne tehniške knjižnice vlada zbrana, delovna tišina, ki jo le občasno zmoti nežno tipkanje po tipkovnici ali listanje strani. Med knjižnimi policami se skrivajo različni učni kotički, kjer mnogi študentje zbrano prebirajo gradiva. Pot nadaljujemo naprej po knjižnici do vrat z napisom Ustvarjalnica. Tukaj vstopimo.

Svetel prostor je poln različnih orodij in v primerjavi s čitalnico ustvarjalno glasen. Na osrednji mizi stojijo šivalni stroji, ob stenah pa se nizajo 3D-tiskalniki, spajkalna postaja, stereolupa, rezalniki in še več. V enem izmed kotičkov k preizkusu vabi tudi simulator letenja. »Ustvarjalnica je prostor v CTK, ki je posebej namenjen izobraževalnim in ustvarjalnim vsebinam,« pojasnjuje Miha Knez, akademski kipar in koordinator ustvarjalnice. V njej lahko člani knjižnice brezplačno uporabljajo opremo in razvijajo svoje ideje – tudi če na začetku ne vedo, kako.

Prijazni mentorji posameznike individualno usposobijo za uporabo orodij in jim ponujajo podporo pri prvih korakih. »V teh letih se je zvrstilo že kar nekaj mentoriranj in uspešnih projektov, ki so nastali v ustvarjalnici,« pravi koordinator. Z nasmeškom na obrazu se spominja starejše gospe, ki je na individualni tečaj šivanja prihajala z Bleda, mladega arhitekta, ki je s pomočjo 3D-tiskalnika v newyorško četrt umestil svojo stavbo, pa gospoda, ki je v ustvarjalnici po meri oblikoval ohišje za svoj potovalni računalnik.

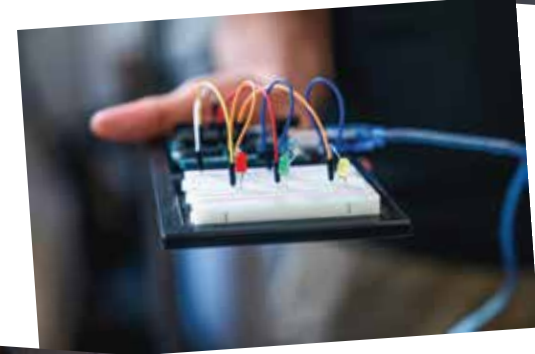
»Profil uporabnikov so različni – ustvarjalnico uporabljajo tako študentje kot upokojenci, zaposleni ali dijaki,« pripoveduje Miha Knez. Prav zato si želijo ustvariti skupnost, ki si med seboj pomaga, sodeluje in predaja različna znanja. Nekdo prinese tehnično znanje, drugi ročne spretnosti, tretji izkušnje – prostor pa ponudi možnost za povezovanje. »Včasih študent pomaga upokojencu pri delu z računalnikom, drugič pa dobi nasvet za šivanje od nekoga, ki to obvlada že leta. Takšni stiki ne pripomorejo le k boljšemu končnemu projektu, temveč krepijo občutek pripadnosti in skupnosti,« ugotavlja sogovornik.

CTK je največja visokošolska knjižnica za področje naravoslovja in tehnike v Sloveniji, a svoje poslanstvo že dolgo presega

s tem, da spodbuja tudi praktično uporabo znanja. Poseben pomen v CTK ima knjižnica stvari, kjer si lahko polnoletni člani brezplačno izposodijo več kot 20 različnih predmetov za delo, študij, hobije in ustvarjalne projekte. Od prenosnega računalnika do 3D-pisala, od pištole na vroč zrak do merilnika kakovosti zraka. Posamezen predmet si je mogoče izposoditi za sedem oziroma največ 14 dni. »Pri nas si tako kot knjigo lahko izposodite tudi 3D-tiskalnik, le da ob tem dobite še mentorstvo in podporo,« pravi direktor CTK Miro Pušnik. »Veliko se pogovarjamo z uporabniki, prisluhnemo njihovim idejam in jih, kadar je mogoče, tudi uresničimo,« dodaja. Tako so se v knjižnici znašli tudi aparati za merjenje kakovosti zraka in kovček za analizo vode, ki jih lahko uporabniki preizkusijo doma ali kjerkoli drugje.

Njihova vizija presega klasično vlogo knjižnice. »Ideja je, da sodobna univerzitetna knjižnica ni le knjižnica, ampak učni center znanja,« pojasnjuje direktor. Ustvarjalnica in knjižnica stvari sta odprti platformi za izmenjavo znanja, ki uporabnikom zagotavljata svobodo raziskovanja, orodja za ustvarjanje ter podporo pri uresničevanju njihovih idej. Med delovnimi mizami in stroji se je razvilo že mnogo uspešnih projektov in stekla tudi kakšna vez, ki je prerasla v sodelovanje, mentorstvo ali prijateljstvo.

Centralna tehniška knjižnica na Trgu republike 3 je od ponedeljka do petka odprta od 8. do 24. ure, ob sobotah pa od 9. do 17. ure. Občasno je odprta tudi ob nedeljah. Natančnejši delovni čas in vse preostale informacije o knjižnici najdete na spletni strani ctk.uni-lj.si.



Domači umetniki blestijo

Poletje v prestolnici ne bi bilo čisto pravo brez Ljubljana Festivala, ki letos že triinšedemdesetič obljublja nadvse pestro odrsko dogajanje. Od otvoritvenega koncerta Poletna noč, posvečenega rockerski legendi Janezu Bončini Benču, pa vse do septembra se bo na njem odvijalo več kot sto raznolikih dogodkov, ki bodo na devetih prizoriščih razveselili ljubitelje glasbe, baletnih predstav, gledaliških uprizoritev in scenskih spektaklov. Tokrat na njem sodeluje skoraj 6500 umetnikov. Z vključevanjem slovenskih glasbenic in glasbenikov tudi ti dobijo priložnost za povezovanje, sodelovanje in skupno ustvarjanje z mednarodnimi ustvarjalci in institucijami. Kot pravi direktor in umetniški vodja Darko Brlek, je prav raznovrstnost eden od ključev uspeha Ljubljana Festivala: »Lahko bi si drznil reči, da je poletni festival del kulturne identitete glavnega mesta. Pripravili smo vrhunski program, ki zajema veliko žanrov in ponuja košček umetnosti za vsakega posameznika.« Obeta se veliko odrskih poslastic s številnimi slovenskimi imeni. Kot nadaljuje naš sogovornik, imajo prav slovenski umetniki izjemen talent, ki ga je treba negovati ter predstaviti domačemu in tujemu občinstvu.

V začetku julija bo tako Balet SNG Maribor uprizoril svetovno priznane koreografske stvaritve Edwarda Cluga, na večeru kubanske glasbe bo nastopila slovensko-kubanska zasedba EuroCubans, predstavil pa se bo tudi Ensemble Dissonance, s katerimi bo nastopila sopranistka Nika Gorič. Prepričana je, da bo Mahlerjev cikel Dečkov čudežni rog v komorni zasedbi poslušalce očaral, in dodaja, da »biti del festivala ni čudovito le takrat, ko nastopaš. Zelo rada se koncertov udeležim tudi kot poslušalka, saj Ljubljana Festival ponuja priložnost slišati crème de la crème orkestrov in umetnikov z vsega sveta. V teh tednih mesto zaživi kot svet v malem – polno je vrhunske umetnosti, navdiha in mednarodnega utripa.«

Orkester Slovenske filharmonije bo letos na večeru, posvečenem Puccinijevi glasbi, spremljal Ano Netrebko in Jusifa Ejvazova. Mednarodna Profesionalna operna akademija Pehlivanian bo izvedla koncertno različico Mozartovega Don Giovannija, Orkester in Zbor SNG Maribor bosta z opernimi solisti Sondro Radvanovsky, Jonathanom Tetelmanom in Brynom Terflom predstavila koncertno izvedbo Verdijeve Tosce, Opera SNG Maribor pa bo zagotovo navdušila z Otellom. V Križankah bodo nastopili še Hamo & Tribute 2 Love, Uroš Perić, Oto Pestner, Omar Naber in Tina Gorenjak, konec avgusta pa se na eno najlepših Plečnikovih prizorišč vrača tudi Vlado Kreslin, ki bo na Ljubljana Festivalu nastopil že triinštiridesetič. »Prvih nekaj let sem stal na tistem slavnem odru z Beltinško bando in svojimi starši. Bilo nas je samo sedem ali osem. Zadnja leta so z mano Mali bogovi in Beltinška banda pa še kakšen gost. Letos bomo gostili odlično irsko pevko Mary Coughlan in domače tri – Masayah, Marino Martensson in Ajdino Kreslin. Pričakujem še en čaroben koncert z našo raznoliko in zvesto publiko,« je napovedal prekmurski glasbenik.

Vstopnice za prireditve 73. Ljubljana Festivala lahko kupite na spletni strani **ljubljanafestival.si**, na prodajnih mestih Eventima in blagajni Križank na Trgu francoske revolucije 1.



MLADI LEVI IN NJIHOVI PROSTOVOLJCI



Mlade umetniške energije bodo odprle 28. mednarodni festival Mladi levi, ki bo tudi tokrat k nam pripeljal odrske ustvarjalce z vsega sveta. Med 23. in 30. avgustom vas bodo v Stari mestni elektrarni na Slomškovi ulici 18 in drugih lokacijah po mestu stresli s stolov ter vas povabili h gibanju, zabavi in praznovanju sodobnih uprizoritvenih umetnosti. Ogledali si boste lahko nastope Mélisse Guex, Filipa Mramorja, Aljoše Lovriča Krapeža, Aline Olmos Steler, Ajde Pirtovšek & Čarne Lampret in še številnih drugih svežih, mladih in pogumnih gledaliških ustvarjalk in ustvarjalcev, pa tudi zabave ne bo manjkalo. Organizatorji Mladih levov k sodelovanju vabijo prostovoljke in prostovoljce, ki bi jim pomagali pri manjših in večjih festivalskih opravilih, prodaji vstopnic, spremljanju gostujočih umetnic in umetnikov ter zagotavljanju nemotenega poteka predstav. Če bi se želeli pridružiti, pišite na e-naslov klara.drnovsek.solina@bunker.si, več informacij o programu pa najdete na spletni strani bunker.si.

Videti mesto z drugimi očmi

Špela Kuhar in Robert Potokar sta arhitekta, popotnika, ljubitelja umetnosti, zgodovine, narave in dobre hrane. Vse to sta strnila v vodniku *Ljubljana osebno*, v katerem naše mesto predstavljata tako, kot bi želela, da jima ga približajo, če bi se v njem znašla kot turista. Nanizala sta vidnejše dogodke, festivale in prireditve, pa tudi zanimivosti v posameznih predelih Ljubljane, med katerimi so muzeji, galerije, rokodelci, arhitektura, naravne znamenitosti, kulinarika in prenočišča. Knjižica, ki jo lahko kupite v eni od mestnih knjigarn, je vabilo na potep in odkrivanje vsega, kar dela Ljubljano tako lepo.



Špartanci prihajajo!

Zadnja dneva počitnic, 30. in 31. avgusta, bodo mesto oblegali Špartanci z vsega sveta, ki se pridejo k nam pomerit na oviratlon Spartan City Ljubljana. Na pet- ali desetkilometrski progi, ki bo speljana po mestnih ulicah in parkih, bodo morali zelo hitro teči, zraven pa nositi še bremena, metati kopje in plezati čez različne ovire. Posebna proga bo namenjena mladim Špartancem, tokrat pa bo postavljena še proga za parašportnike in gibalno ovirane osebe na vozičkih. Več informacij o tekmovanju in prijavi najdete na spletni strani si.spartan.com.



PRIPOVEDOVANJE S PODOBAMI



Izbor plakatov, grafičnih in tipografskih rešitev, celostnih vizualnih podob, publikacij in drugih izbranih del enega najvidnejših in najpronicljivejših sodobnih slovenskih oblikovalcev si oglejte na razstavi Tomato Košir: Vizualni komentar, ki bo do 31. avgusta na ogled v Palaciju in Stanovski dvorani Ljubljanskega gradu. Umetnik, ki sodeluje z najuglednejšimi publikacijami doma in v svetu, je za svoje delo prejel številna priznanja, med katerimi je tudi nagrada Prešernovega sklada za izjemne dosežke na področju grafičnega oblikovanja.

Alenka in lutke

Vsestranska lutkovna ustvarjalka Alenka Pirjevec je letos praznovala 80. rojstni dan, ob tem jubileju pa je svoje lutke podarila Slovenskemu gledališkemu inštitutu – Gledališkemu muzeju. Na razstavi Alenka dela lutke, ki je na ogled na Mestnem trgu 17, boste videli njene interpretacije nagajivih, navihanih in iznajdljivih likov, pa tudi poetičnih in subtilnih odrskih figur, s katerimi se je priljubila mladim in odraslim obiskovalcem Lutkovnega gledališča Ljubljana ter številnih drugih gledališč doma in po svetu.



Več kot le portreti

V galeriji Muza TR2 na Trgu republike 2 si na razstavi Prehod podobe oglejte skrbno izbrana dela fotografa Primoža Lukežiča. Njegove fotografije občasno lahko občudujete tudi na naslovnica te revije. Portreti iz različnih avtorskih projektov raziskujejo več kot le obraz; prikazujejo prostor tihega srečanja, pristne človeške bližine ter zaupanja med fotografom in portretirancem.

Čarovnica potrebuje vašo pomoč

Veste, kaj je še boljše od računalniške igrice ali igrice na mobilnem telefonu? Igra v živo! Z ekipo, ki šteje najmanj dva in največ štiri člane, se med 9. in 18. uro oglašite v Info centru na Ljubljanskem gradu, kjer boste dobili torbo s pripomočki in medaljon za igranje Grajskega pobega: Odreši čarovnico. Z nekaj znanja in spretnosti boste morali v 90 minutah izpolniti zadnjo željo Anice, zadnje ljubljanske čarovnice, ki je končala na grmadi, in odrešiti njenega nemirnega duha. Več informacij o tej razburljivi pustolovščini najdete na spletni strani ljublanskigrad.si.

Nove knjižnice pod krošnjami

Knjižnica pod krošnjami, mreža bralnih prostorov na javnih mestih, kjer si lahko odpočijete in v senci preberete kakšno zanimivo knjigo, je svoje veje letos razširila na tri nove lokacije. Prva je na pobudo Mladih zmajev vzcvetela na zelenici pri mladinskem centru na Zaloški cesti 220. Druga je na zelenici ob skupnostnem paviljonu soseske Novo Brdo. Tretja pa je v Zgornji Šiški na Podgornikovi ulici 3 pri Centru dejavnosti Spominčica, tam poleg leposlovja, stvarne literature in slikanic lahko preberate tudi knjige o demenci in spominu.

Vse, kar vas zanima o Filmu pod zvezdami

Med 10. julijem in 2. avgustom si boste v letnem kinu Film pod zvezdami na Ljubljanskem gradu lahko spet ogledali filmske umetnine, uspešnice in nekaj čisto svežih predpremier.

Kako veliko bo platno na Ljubljanskem gradu in kakšen projektor nanj prikazuje filme?
Platno je veliko 12 x 6 metrov, filme pa bo nanj prikazoval digitalni projektor Barco 2K-B, ki sveti z močjo 19.000 lumnov. Upravljajo ga kinooperaterji iz Kinodvora Bojan Bajsič, Marko Horvat, Bine Debeljak in Mateja Babnik.

So stoli udobni?
Prireditveni stoli imajo kovinsko ogrodje, sedalo in naslonjalo pa sta iz plastike. Vsekakor so udobnejši kot navadni beli plastični stoli. Med seboj so povezani zaradi varnosti oziroma omogočanja evakuacijskih poti.

Kakšni filmi so uvrščeni v program Filma pod zvezdami?
Program sestavljajo najodmevnejši filmi preteklega kinematografske sezone. To so filmi, ki so jih gledalci radi gledali v kinu, nominiranci in dobitniki nagrad filmskih festivalov (Anora, Sosednja soba), zmagovalci film ali koprodukcija (Kaj ti je deklica in Fiume o morte!), animirani celovečerni film (Valovanje), sveži naslovi (Modrost sreče, Sanje), pa tudi kakšen lahkotnejši film, ki ga je fino gledati pod zvezdami.

Kaj pa, če je ponoči zelo vroče?
Na gradu je zvečer kakšna stopinja manj kot v mestu, kadar zapiha prijeten vetrič, vam bo prav prišla tanjša jopica. Ob izjemno vročih poletnih večerih pa vam priporočamo, da s seboj vzamete bidon s hladno vodo in pahljačo.

Gremo pod zvezde

Ob nakupu vstopnic na spletni strani ljublanskigrad.si lahko izberete še nakup vozovnice za tirno vzpenjačo ali avtobus po ceni 4,5 evra. Na voljo so tudi enosmerne vozovnice po ceni 2,3 evra. Avtobus na Ljubljanski grad odpelje s postajališča LPP Lutkovno gledališče, ob odhodu pa s parkirišča ob gradu. Vzpenjača bo vozila neprekinjeno do 30 minut po koncu predstave, avtobus pa bo na grad vozil vsakih 15 minut med 20. uro in 21.15. Z gradu bo odpeljal 30 minut po koncu filma.

Od kod vse si ljudje pridejo ogledat filme pod zvezdami?
Glede na to, da večina gledalcev vstopnice kupi na spletu, ni natančnih podatkov, od kod prihajajo. Po nekaterih ocenah je okrog 80 odstotkov domačih in 20 odstotkov tujih gledalcev iz Italije, Nemčije, ZDA, Velike Britanije, Hrvaške, Španije, Nizozemske in Avstrije. Zato so filmi, ki niso v angleščini, poleg slovenskih opremljeni tudi z angleškimi podnapisi.

Lahko med filmom jemo pokovko?
Na grajskem dvorišču je kavarna, kjer si pred začetkom predvajanja lahko kupite pokovko in osvežitve pijače.

Je pogovarjanje med filmom dovoljeno?
Ogled filma na prostem je bolj sproščene narave, gledalci si lahko izmenjajo kakšno mnenje. Če je kdo preglasen, ga na to navadno opozorijo preostali gledalci ali biljeterji.



Gostoljubje je družinska tradicija

Kavarne nas ob jutrih prebudijo z žvenketanjem kavnih skodelic, ob katerih delamo načrte za dan, ki je pred nami, zvečer pa kavo zamenja kaj krepkejšega, ob čemer lahko razpravljamo o zgodbah, ki so že za nami. A kavarna je lahko veliko več. Temu smo bili priča v Kavarni in bistroju Slamič, kamor lahko pridete tudi pojest kaj okusnega in uživati v dobri glasbi.

Pri Slamiču je vedno vivace – živahno – ne glede na to, na kateri konec te mestne institucije ste namenjeni: v omenjeno kavarno, bistro ali butični hotel. Tudi če ste na Kersnikovi ulici 1 prvič, stopite v udobje, ki spominja na topel dom. Poosebljata ga violinistka Mojca in kontrabasist Goran Rukavina, zakonca, ki sta navdih za zgornjo glasbeno metaforo. Če bi čez prag te znamenite kavarne stopili slabih sto let prej, bi nas tam z istim nasmehom in toplino pričakala Mojčina prababica. »V tej gostilni je bila vsak dan od jutra do večera, tako kot smo danes mi.« Za birokracijo skrbi njen brat Anžej, za rezervacije njena svakinja, medtem ko sama poleg odnosov z javnostmi skupaj s svojim možem poskrbi

– kakopak – še za glasbo. Oba para imata par simpatičnih otrok, vsi skupaj živijo pod isto streho, zato vsak obiskovalec nemudoma postane del družine. Gostoljubje gre iz roda v rod.

»Vsakega gosta smo res veseli,« pove dolgoletna prva violina Slovenske filharmonije. Mnogi postanejo njihovi redni obiskovalci, s tem pa tudi prijatelji. »Že naslednje jutro si skupaj pri zajtrku in natančno veš, kakšno kavo človek pije. V tem je nekaj lepega.«

Goran kot protiutež navede številne nastanitve, pri katerih ni več osebnega stika, temveč te za dobrodošlico pričaka koda na telefonu, skupaj s škatlico ključev. »Negujemo, kar se že malce izgublja z digitalno dobo, in sicer ta pristni odnos,« doda Mojca.

Med njihovimi prijatelji je tudi upokojeni par iz Beljaka, ki se vsaka dva meseca usede na vlak proti Ljubljani in pri njih ostane dve noči. Eden izmed teh dveh dni je vedno sredo, ko je v hiši koncert – tudi če je v slovenščini. »Gospod pravi, da je glasba internacionalna – in še kako ima prav.« Gospod in gospa iz Avstrije pa nista edina, ki k njim prihajata s tem namenom, saj Slamičeve koncerte na prelomu delovnega tedna obišče mnogo turistov. Šestdeset jih izvedejo na leto, letos je 15. obletnica njihovega začetka, in vsi

so razprodani vnaprej. »Tukaj lahko slišite vse, kar je za naša ušesa, in zato tudi za druga. Veljamo za izbirčne pri glasbenem izboru, ampak ko greš v hotel, si tudi izbirčen,« razloži Goran.

Če bi Mojčina prastarša Josipina in Franc Slamič videla, koliko življenja je pod streho, kjer sta leta 1932 začela svojo poslovno zgodbo, bi bila ponosna. Njuni potomci so se izkazali, začeni z vnukinjo Meto, ki je po osamosvojitvi Slovenije obudila to gostinško in hotelirsko tradicijo. V zadnjem času so povečali kuhinjo, danes imajo zaposlene kar štiri odlične kuharje, zato lahko pri njih pojedete dnevno kosilo z dodano vrednostjo. Tuna na žaru z medenim prelivom z rožmarinom in sezamom, dušen jasminov riž in okisana zelenjava z zelišči se sliši kar dobro, kajne?

Prvi jutranji požirek, kakovosten grizljaj, (p)osebno snidenje, košček najboljše melodije ali praznovanje osebnega mejnika – pri Slamiču lahko okusimo domačnost v čisti obliki.

Koncertni program v Kavarni in bistroju Slamič lahko spremljate na spletni strani slamic.si.

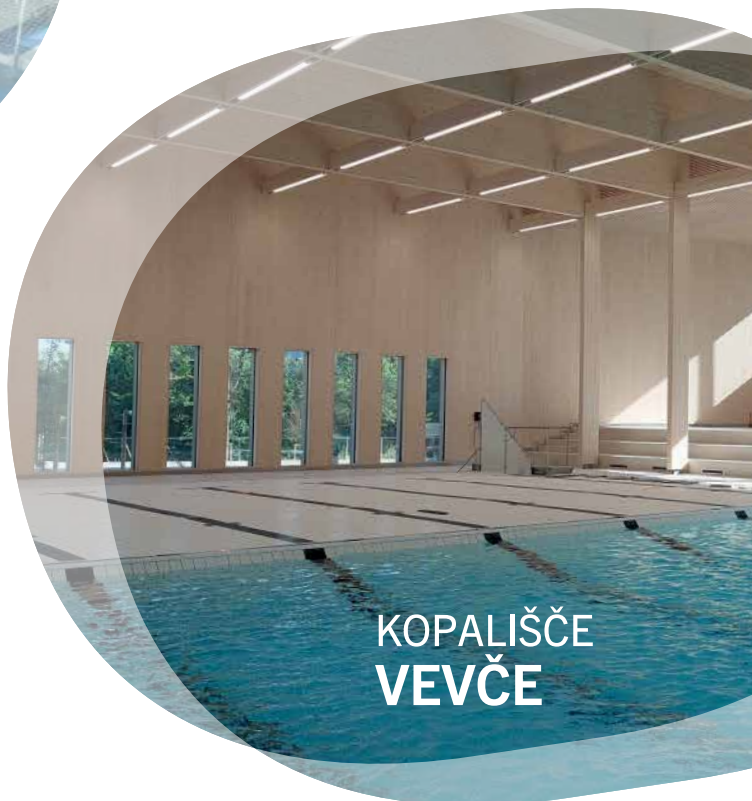
ŠPORTNI CENTER
ILIRIJA



ŠPORT LJUBLJANA

POLETNA OSVEŽITEV V LJUBLJANI

Več na www.sport-ljubljana.si



KOPALIŠČE
VEVČE



KOPALIŠČE
KOLEZIJA



KOPALIŠČE
KODELJEVO



Mestna občina
Ljubljana

LJUBLJANA
JE ŠPORT