



Glasilo Mestne občine Ljubljana, letnik XVI, številka 7, september 2011, ISSN 1318-797X

Ljubljana



16

Katalog programov
za aktivno starost
in medgeneracijsko
sožitje MOL

9

Poletna kultura
na prostem

7

10. Evropski teden
mobilnosti 2011

39

Bogata zgodovina
prostovoljstva
v Ljubljani

KUL ABONMA

MESTNI ABONMA

gledališča, glasbe, plesa in filma za mlade med 15. in 25. letom

Cena
20 €

LUTKOVNO GLEDALIŠČE LJUBLJANA (LGL), KINODVOR, SLOVENSKO MLADINSKO GLEDALIŠČE (SMG), KINO ŠIŠKA, MESTNO GLEDALIŠČE LJUBLJANSKO (MGL)

8 dogodkov = 2 koncerta + 2 filmski projekciji + 4 predstave

Vpis bo potekal od četrta, 1. septembra, do četrta, 13. oktobra, pri blagajnah LGL, SMG in Kinodvor ter na Kiosku v Kinu Šiška.

V petek, 14. oktobra, na dan prvega dogodka (N'Toko), bo vpis mogoč le še pri blagajni LGL.

Petek, 14. oktobra 2011, ob 20. uri
LUTKOVNO GLEDALIŠČE LJUBLJANA

Koncert

N'TOKO

Državni prvak v freestyle rapu, pevec in didžej. Njegovo veselje naseljujejo hindujski bogovi, gotske lolite, vesoljske ladje, vampirji, mačke in duhovi. Velemesto, ki ga prerašča drevje. Preplet starih kultur in vzhodnega popa.

Petek, 25. novembra 2011, ob 19. uri
SLOVENSKO MLADINSKO GLEDALIŠČE

Gledališko-plesna predstava

Bernard-Marie Koltès • Režija: Ivica Buljan

NICKEL STUFF

V plesnem baru Nickel v Londonu je večina gostov temnopoltih. Kaj se zgodi, ko v prostor ene manjšinske skupnosti vstopi druga? S svojimi plesno tehniko in svojimi kulturnimi vzorci. Plesni dvoboji. O socialni izključenosti, političnem opredeljevanju in seksualni usmeritvi.

Ponedeljek, 5. decembra 2011, ob 16. uri

KINODVOR

Projekcija animiranih filmov

ANIMIRANO MIŠLJENJE

Na Mednarodnem festivalu animiranega filma Animateka

Prvi del: britanska animirana dokumentarna serija o mitih in predsodkih, ki se plejejo okoli mladostnikov s psihičnimi težavami. Drugi del: kratkometražni animirani filmi iz programa edinega mednarodnega festivala animiranih filmov pri nas.

Petek, 27. januarja 2012, ob 19. uri

STARA MESTNA ELEKTRARNA – Elektro Ljubljana

Plesna predstava

NOSTALGIJA NOSTALGIJE

Predstava dijakinj in dijakov SVŠGL – umetniška gimnazija, smer sodobni ples in dramskogledališka smer

Koprodukcija med SVŠGL in Zavodom EMANAT

Rekonstrukcija predstav Ksenje Hribar Alpsko sanjarjenje (urbano : vaško) in Nostalgija (pogansko : krščansko). Petdeset dijakinj in dijakov. Vrhunska ekipa. Nagrada za najboljšo predstavo na festivalu Transgeneracije.

Sreda, 1. februarja 2012, ob 19. uri
MESTNO GLEDALIŠČE LJUBLJANSKO

Gledališko-glasbena predstava

Ivan Viripajev • Režija: Primož Ekart

KISIK

Koprodukcija med MGL in IMAGINARNI

Deset božjih zapovedi v desetih prizorih s kiticami in refrenom. Saša iz province se zaljubi v Sašo iz Moskve. Prvi ubije svojo ženo, druga vara svojega moža. Vrtinec ljubezni, pijančevanja in pretepanja. Umik v deželo plesa. Kisik je svoboda.

Ponedeljek, 5. marca 2012, ob 17. uri

KINODVOR

Dokumentarni film

PRVI FILM

Režija, fotografija in scenarij: Mark Cousins

Velika Britanija, 2009

Magični film o življenju mladih na vojnem območju Kurdistan. Kako sanjajo in kakšni so njihovi domišljjski svetovi. Njihov prvi stik s filmsko ekipo, njihov prvi ogled filma, njihov prvi snemalni dan. Ko se moč pripovedne besede razvije v moč filmske pripovedi.

Petek, 6. aprila 2012, ob 19.00

LUTKOVNO GLEDALIŠČE LJUBLJANA

Lutkovna predstava

Po motivih Williama Shakespeara • Režija in scenografija: Jaka Ivanc

ROMEO & JULIJA

Koprodukcija med LGL in Gledališčem Koper – Teatrom Capodistria

Sodobna priredba po motivih Shakespearjeve tragedije je predstava, ki ohranja vse bistvene elemente izvirnika: raziskuje sile privlačnosti in premaga silo težnosti. Prepri, pretepi in (ne)ubrano petje v urbanem jeziku. O ljubezni, zvestobi, brezizhodnosti.

Maj

KINO ŠIŠKA

Koncert

KONCERT PRESENEČENJA

Velikani preteklih časov in vroči izvajalci iz tujine. Kino Šiška, prostor urbane kulture, je postal osrednje ljubljansko in slovensko zbirališče novih in kakovostnih glasbenih trendov. Koncert presenečenja kot sklepni del KUL abonmaja ne bo izjema.

Ljubljana

KUL - program mestnega abonmaja za mlade	2
Dr. Božidar Voljč: Prijazna in srečna Ljubljana	3
Emi Vega: Mag. Uroš Ogrin o zahtevnosti gradnje parkirne hiše Kongresni trg	4
Janez Bertocelj, Vita Kontić: Pešcona, območje pozornosti	6
Vita Kontić: 10. Evropski teden mobilnosti	7
Emi Vega: Poletna kultura na prostem	9
Staša Cafuta Trček: Tuji gostje o Ljubljani	11
Nada Breznik: Benjamin Izmajlov: slovanska duša in slovensko srce	12
Jera Ivanc: Lutkovno gledališče Ljubljana	14
Katalog programov za aktivno starost in medgeneracijsko sožitje MOL	16
Kinodvor in nova filmska sezona	33
Branka Lovrečič: Pionirski dom – center za kulturo mladih II	34
Marija Zidar: Nova sezona ob 30. obletnici Španskih borcev	37
Angelca Žiberna: Bogata zgodovina prostovoljstva v Ljubljani	39
Četrtni razgledi	40
Prof. dr. Nejc Jogan: Razširjenost ambrozije v Ljubljani	42
Stane Jagodič: Nagrajena slika Saše Štefe	43
Ljubljanske novice	44
Okoljske meritve	47
Poziv župana	48

Fotografiji na naslovnici:

Zgoraj: Izlet v Živalski vrt v okviru počitniškega varstva v ČS Center, foto: arhiv ČS Center

Spodaj: V času 10. Evropskega tedna mobilnosti bo pešcem in kolesarjem podarjena tudi Slovenska cesta, foto: arhiv CIVITAS ELAN

Fotografija na strani 3:

Dr. Božidar Voljč, foto: spletna stran 24 ur.com

Avtorica nepodpisanih besedil je odgovorna urednica Nada Šumi.



Prijazna in srečna Ljubljana

V mesecu septembru je v Ljubljani vsako leto Festival za tretje življenjsko obdobje. Večina ga sprejema kot prireditev, ki je namenjena izključno starejšim državljanom. Tak je tudi njegov koncept. Po večkratnih ponovitvah Festivala pa je čas, da se še z druge perspektive ozremo na njegovo sporočilo in na vlogo, ki jo pri tem lahko ima Ljubljana.

V razvitih družbah so današnje generacije starejših bolj zdrave, aktivnejše, samostojnejše, bolj razgledane, bolj organizirane, njihov družbeni vpliv pa vedno večji. Na pomenu pridobiva zdrava in aktivna starost, ki omogoča neodvisno življenje, ki si ga v starosti vsi želimo in ki družbo najmanj obremenjuje. Zdrava in aktivna starost pa ni možna brez stika z mlajšimi ali, bogne daj, celo v sporu z njimi. Starih volilcev je res vse več, a stališče »da nas je toliko, da lahko odločamo«, nas vodi v medgeneracijski konflikt, ki ga nikakor ne smemo dovoliti. Naloga današnje generacije starejših je, postaviti na laž mišljenje, da se stari in mladi že po naravi stvari ne morejo razumeti. Zato nista potrebna ne denar, ne politika strank, le pripravljenost, da presežemo razlike in se povežemo med seboj. Takšno je tudi izhodišče Evropskega leta aktivne starosti in medgeneracijskega sožitja, ki ga bomo v Evropski uniji uresničevali prihodnje leto. Ali ne bi bilo primerno, da bi v letu 2012 imeli v Ljubljani Festival aktivne starosti in medgeneracijskega sožitja? S tem ne bi le poudarili Evropskega leta, ampak bi prispevali k zmanjšanju današnje slovenske razklanosti, nesrečnega otroka naših političnih strank.

Septembra, ko je festival, se prične tudi šola, za najmlajše prvič. To je čas, ko se pokaže posebno razmerje med starimi starši in vnuki, ki ga po prisrčnosti težko primerjamo z drugimi medosebnimi odnosi. A vendar je to medgeneracijsko razmerje, ki bi lahko služilo za vzor medgeneracijskih odnosov tudi kasneje, ko otroci odrasčajo in se premalo pripravljeni srečajo z negativnimi vedenjskimi vzorci. Potrebujemo inovativne medgeneracijske programe, ki bi v občutljivi fazi odrasčanja otroke in starejše aktivno povezovali s pozitivnimi vrednotami. Veliko mladostnikov je prepuščenih vedenjskim vetrovom v upanju, da se bo njihovo odrasčanje srečno končalo. Žal pa ni vedno tako. Starejše, ki vedo, kaj je starosti prijazno, bi bilo koristno vključiti tudi v program otrokom prijaznih mest. V Ljubljani, ki uresničuje oba programa, bi to lahko uresničili. Nekdo je rekel, da mesta niso zaradi hiš, ampak zaradi ljudi, ki naj bi v njih varno in srečno živeli.

Če smo stari in zdravi, lahko s svojimi izkušnjami in znanjem družbi, ki ji pripadamo, še veliko damo. Ni prav, če se temu odrekamo, in ni prav, če nam družba tega ne omogoča in nas sili v položaj vzdrževane generacije. Veliko svojih problemov lahko starejši rešujejo sami, le priložnost potrebujejo. Taka priložnost je sodelovanje pri Starosti prijazni Ljubljani, programu Svetovne zdravstvene organizacije, ki ga je pri nas začela uvajati Ljubljana, sledili pa so ji Maribor, Celje, Velenje, Novo mesto in druga naša mesta in občine. Povsod se je izkazalo, da niso vsi stari sitneži in nergači. Večina se veseli življenja in napredka, radi imajo mesto, v katerem so zrasli in s katerim se bodo istovetili, dokler bodo živeli. Programi starosti, mladim in invalidom prijaznih mest oblikujejo vrednote, ki naj bi mesta vodile pri oblikovanju njihovih politik. In tu se Ljubljani ponovno ponuja priložnost, da oblikuje vzorec, ki mu bodo sledila še druga okolja. Povežimo starosti, mladim in invalidom prijazne aktivnosti in si v medgeneracijskem sožitju prizadevajmo doseči cilj, da bo Ljubljana postala vsem prijazna in srečno mesto.

Božidar Voljč,

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje

Izdajatelj: Mestni svet
Mestne občine Ljubljana,
Mestni trg 1. Zanj: župan
Zoran Jankovič. Uredniški
odbor: Mitja Meršol
(predsednik), Tjaša Ficko,
Vesna Kos – Bleiweis,
mag. Anže Logar, Stanka
Ritonja. Odgovorna
urednica in lektorica:
Nada Šumi, kontakt:
041/737 863, glasilo.
ljubljanaj@ljubljanaj.si.
Avtorica logotipa: Petra
Černe Oven, Studio ID,
Oblikovalska zasnova:
Miljenko Licul. Naslov
uredništva: Glasilo
Ljubljana, Mestni trg 1,
Ljubljana. Tisk: Set
d.o.o., Grafična priprava:
Lupa design. Naklada:
120.800 izvodov.
Natisnjeno na okolju
prijaznem papirju. Glasilo
brezplačno prejme vsako
gospodinjstvo v Mestni
občini Ljubljana.

Izjemna zahtevnost gradnje parkirne hiše

Pogovor z mag. Urošem Ogrinom

Emi Vega



Foto: Dare Čekeliš

Mag. Uroš Ogrin



Foto: Dunja Wedam

Po Plečnikovi zasnovi iz leta 1938 preurejeni Kongresni trg, ki je Ljubljani vrnil reprezentativno razsežen prostor v samem »središču središča«, stanovalcem zagotovil garaže v neposredni bližini njihovega doma, obiskovalcem pa parkirne prostore v času zadrževanja v tem delu mesta.

Dvoma ni več – govorimo o enem največjih gradbenih podvigov na slovenskih tleh. Po širši predstavitvi prenovljenega Kongresnega trga v prejšnji številki predstavljamo to izjemno gradnjo še iz zornega kota graditeljev. Za pogovor o podrobnostih gradnje smo zaprosili mag. Uroša Ogrina, predsednika upravnega odbora družbe GRADIS skupina G, ki med pogovorom kar nekajkrat omeni številne podizvajalce, »brez katerih nam ne bi uspelo«, še posebej pa poudari nepogrešljive zasluge vodje projekta ing. Leopolda Pepevnika in »neumornega šefa gradbišča« Franca Žemve. Univerzitetni diplomirani gradbeni inženir in magister ekonomije, v zadnjem času tudi v vlogi prokurista ali posebnega pooblaščenca za komercialne zadeve, si je utegnil vzeti čas za pogovor na dan dopusta, ki ga je preživel – le kje – v tretjem nadstropju Gradisove poslovne zgradbe v pisarni.

O projektih in projektantih smo Ljubljančane že seznanili. Povejte nam za začetek, kako je potekala predstavitev komunalnih vodov, da ste sploh lahko začeli z gradnjo?

Problem je nastal s predstavitvijo primarnega vroečevoda. Predvideno traso čez dvorišče Univerze smo morali opustiti predvsem zaradi služnosti. Sledilo je podvrtavanje vroečevoda in ponovno priključevanje na Gosposki, z novim priključkom za Filharmonijo in garažno hišo. Obenem smo zamenjali kanalizacijski, vodovodni, plinski, električni in telefonski vod z vsemi hišnimi priključki na Šubičevi, Gosposki in ob Kongresnem trgu. Resnejši problem je pomenila predstavitev glavnega kanalizacijskega voda. V parku Zvezda smo morali med platanami voziti cevi metrskega premera. Med drevesi smo kopali štiri, pet metrov globoko. Izkop je šel malo naprej, pa levo, desno. Zakaj smo morali tako globoko? Od Slovenske ceste do Fiharmonije je padca 5 do 6 metrov. Priključili smo se na jašek, ki je že imel določeno koto. Od te kote naprej je bilo treba loviti padec. To je bil poseben podvig. Imeli smo izkope, zagatnice, oporne zidove, prevrtavanja, vse mogoče, da smo ohranili park, drevesa. Na mestu dovoza to ni bilo mogoče. Šlo je nekaj platan. Zdaj so nove. In rastejo. Opaziti je precej rumenega listja. A če pogledate po Sloveniji, je marsikje vse rumeno. Res je, da drevesom v parku nismo prav koristili. Je pa tudi res, da so platane že imele svojo zgodovino. Dve ali tri, ki smo jih podrli, so bile znotraj že votle. Poklicali smo izvedence, ki so si stanje ogledali. Prej in zdaj. Povedali so, da platane niso bile pravilno vzdrževane. Za tak tip parka bi morale biti rezane deset metrov niže. A so ušle. In zdaj jih v višino

nihče več ne reže. Mi smo platane ovili z juto. Okrog vsake je bila ograja. Tako niso bile predmet gradbišča. Sam sem preveril. Težko dam roko v ogenj, da je vse ostalo enako, a večina platan nima posebnih težav. Kot sem rekel. Sem Gorenjec. In vidim: listje odpada tudi na Gorenjskem. Tam je že vse rumeno. Če se vrneva k temi. Prestavili smo to kanalizacijo skozi park: med platanami in izkopi, zaščitenimi z zagatnicami in potrpežljivim čakanjem (4 mesece) na arheologe, da so zaradi bogatih najdb uspešno in kvalitetno opravili svoje delo.

Kako ste sobivali z »žličkarji«?

Vso zgornjo ploščad trga smo jim odprli. Odprli smo 5500 m² površine in jo prepustili arheologom. Da so si ogledali, kaj je spodaj. Zagradili so kvadrante, imeli so načrt. Postavili so šotore na našo prošnjo. Zato, da so malo hitreje delali. Veste, oni pridejo ob osmih, delajo do dveh in gredo. Mi delamo na petke in svetke. Prosili smo jih, da dinamiko povečajo. Ti fantje, od poklicnih arheologov do študentov, so bili res korektni. Zavedali so se, da imamo eni in drugi svoja poslanstva. Oni morajo izkopati, kar je tam, mi moramo do roka zaključiti gradnjo. Ko je bila kriza, so imeli 50 ali 60 študentov. Iz vseh letnikov. Videlo se je, da še ne vejo, kako in kaj, vendar so se naučili. Šlo je počasi, po nekem sistemu. Glede na veliko površino je bilo odločilnega pomena število ljudi. Pa število ur. Prijateljska prepričevanja, naj bi delali ob sobotah in nedeljah, niso bila preprosta. To je drug svet. Pri nas to ni problem. Mi smo imeli probleme z nočnim delom. Imeli smo probleme s stanovalci. Ki jih tudi razumem. Vendar je tako: ko se pri nas neka faza dela začne, je

ni mogoče prekiniti. Nekaj mesecev smo imeli vsak drugi na obisku dan policijo. Ljudje so nas prijavljali. Plačali smo okoli 25 mandatnih kazni. Kar nekaj deset tisoč evrov je bilo teh kazni. Plačali smo jih zavestno. Določenih del pač ni mogoče prekinjati; niti ob desetih zvečer. Ko smo se prebili do nižjih nivojev, je bilo lažje. Za vse.

Kako naj razumemo »diafragma«?

Najprej kot zaščito gradbene jame. Nato kot nosilni element zgradbe. In kot diafragma, ki preprečuje dotok podtalne vode. Segala naj bi v globino 17,18 metra. Morali smo jo poglobiti, ker je bila geologija mestoma drugačna, kot so predvidevali projektanti. To se pri zemeljskih delih zgodi pogosto. Diafragma je bila predvidena kot zaščita, pa je voda vdrla od spodaj s strani Slovenske ceste. Ko smo postavili to konstrukcijo, je za njo voda zastajala. Ko je našla pot okrog, se je laminarni tok spet vzpostavil. Vedelo se je, da je tu spodaj voda teče v Ljubljano izpod Rožnika. Ne pa tudi, v kakšni globini. Diafragma se je gradila sukcesivno; kampada za kampado. Postopek je tak: izkop dolžine 4.20 m in širine 0.65 m – kolikor meri »žlica« stroja, do potrebne globine opravi bager »grajfer«. Problem vertikalnega izkopavanja je posipanje terena. Da se to prepreči, se v izkop vlija posebna viskozna tekočina – bentonit. To pomeni, da je vsa izkopna jama ves čas pod vodo. V dokončan izkop se vstavi armaturni koš, potem se v to brozgo zlije beton. Beton dvigne betonit in mi smo ga sesali v posebne cisterne. Uporabili smo ga pri naslednji kampadi. Tako se je delalo, do zadnje, 126. kampade. Metodologija je

pod Kongresnim trgom

preizkušena. Prakticirajo jo Madžari, Italijani, Nemci. Mi smo sodelovali z Madžari. Kot stranski učinek je konstrukcija stabilizirala teren obstoječe stavbne linije na Kongresnem trgu. Je pa res, da je v času gradnje stavbni obod utrpel manjše poškodbe. To smo uredili z zavarovalnicami. Sanacije so že v teku. Vedeti pa morate, da so to stare hiše s starimi, bolj ali manj saniranimi razpokami. In še to: zaščita gradnje dovoza se je po spremenjenem načrtu v dolžini 116 metrov izvajala z zagatnicami globine 12 metrov in z *jet-grouting* slopi.

Kako pa je potekala gradnja parkirne hiše?

Treba je vedeti, da se diafragma izvaja s sidranjem v teren. Če to ni mogoče, je treba konstrukcijo medfazno razpirati. Običajno z jeklenimi cevmi in hidravliko. To je drag sistem. Mi smo se temu strošku ognili. Odločili smo se za razpiranje z betonskimi ploščami, ki hkrati služijo kot medetažne plošče. Zato se je gradilo po rudarski metodi. Razen zgornje etaže. Tu se je – spet zaradi bogatih arheoloških najdb čakalo tri mesece. Prvo ploščo smo delali na utrjenem terenu. Ta je na koti minus ena. Teren smo poravnali, utrdili s peskom. Potem smo postavili lege, na lege opaz, na opaz armaturo in beton. Nosilni stebri so bili izvedeni podobno kot diafragma. Plošče smo obešali na stebre in 30- do 40-odstotno na obodno diafragmo. Na plošči 5000 kvadratov smo pustili 14 odprtín. V odprtine so zakopali bobcati. Kopalo se je, dokler nismo izkopali do naslednjega nivoja. Trije bobcati so rinili material proti luknji, z grajferjem smo ga nosili ven. Potem smo skozi te luknje dobavljali opaže in armaturo in beton. Beton je bilo treba voditi prek posebnih cevvodov, ker so bili mešalci in betonske črpalke zunaj. Bila je cela vrsta inženirskih, tehnoloških inovativnosti. Kopali smo in gradili. In prišli do zadnje plošče. Ta je debela en meter. To je temeljna plošča, ki drži vse. Ob tem je bistveno obremenjena z vzgonom. Ves čas smo črpali podtalnico. Imeli smo črpalne vodnjake. Ko smo betonirali spodnjo ploščo po metrih, smo še puščali odprtine in črpanje izvajali toliko časa, da se je beton strdil. Nato smo s posebnimi ekspanzijskimi betoni zalili luknje. Potem smo nekaj časa opazovali, ali vsa stvar deluje in ali se je kje kaj zgodilo. Na nekaj mestih, kjer smo prek celotne diafragme tako rekoč prilepili še vidni beton, smo imeli nekaj solzenja. To smo z injektiranjem rešili. Gradnja dovoza je potekala sočasno z gradnjo garaže. Hočem reči: vsa izvedbena veriga je funkcionirala res perfektno. Vsi vpleteni smo sodelovali na partnerski način. Ne glede na uro ali dan je bil vsak tam, ko je bilo potrebno; vsakdo odgovoren za svoje delo. Gradisovi ljudje, podizvajalci, investitorjevi ljudje, nadzorniki, naročnik; vsi so bili tam. Zato se je izšlo.

Kaj pa je za vas pomenila rekonstrukcija Plečnika?

Ko se je že vse izšlo, se je zgodila zgornja plošča. In problem s Plečnikom. Veste, Plečnik je delal z vrstami teracev, kakršnih danes ne dela nihče več. Drugič: on je svoj tlak postavil na zemljo in kar je bilo padavin, je samo oteklo. Mi pa smo delali na betonski stehi, na ogromni prednapeti konstrukciji. Imeli smo nekaj strokovno inženirskih nesoglasij. Nismo pristali na predlagan način – na prečno odvodnjavanje prek kinet. Ploščad bi bila kot ribja kost. Predlagali smo trikapnico.



Foto: Dunja Wedam

Takole se je še pred dvema letoma Kongresni trg z vsemi okoliškimi ulicami dušil v pločevini in strupenih izpušnih plinih.

Voda se z zgornjega dela ploščadi zliva v stranska kanala, z zadnje tretjine pa v kanal ob Filharmoniji. To je ogromen kanal. Bilo je kar nekaj pomislekov, garancija pa naša. Zato smo vztrajali pri taki rešitvi. Moram reči, da sem vesel, ko zdaj gledam nalive vode. Stvar funkcionira.

Problem zase pa je bila sestava teraca. Treba je upoštevati tehnične normative. Drugo je obstojnost. Tretje je drsnost. Četrto pa sprijemljivost. Še peto: Plečnikova estetika. Neko soboto so pripeljali vzorce – take velike table po zamisli arhitekta zunanje ureditve Andreja Prelovška in podžupana profesorja Janeza Koželja. In smo se odločili. Potem so fantje v Stavbenikovih laboratorijih zmešali pravo stvar. Poleg estetike belosivega rastra je bilo treba doseči sprijemljivost s spodnjo betonsko ploščo. Sprijemljivost je tisto, kar nas mogoče še najbolj skrbi. Kaj bodo naredili raztezki, kaj bo naredila zima. Ta tlak je otrok, ker je nova rešitev. Ni referenc. Sicer je Stavbenik delal podobno pločnike v Portorožu. A to je drugo. Površina je manjša. Temperature so morske. Pri nas je lahko pozimi minus 25, poleti pa na ploščadi plus 60. Razlike je 85 stopinj. To pa so sile. Zdaj čakamo. Bom pošteno povedal: ta del nas še zmeraj skrbi. Ta zgornja ploščad, ta zgornji sloj. Vsa dela so bila gotova 15. junija, ko je tudi bil tehnični pregled. 22. junija je bilo pridobljeno uporabno dovoljenje, garaža pa slovesno odprta. Do zdaj še ni bilo negativnih kritik na objekt. Slišim pa, da je frekvenca uporabe že velika. V spodnjih dveh etažah so prebivalci tega predela. Mislim, da so stanovalci pridobili ogromno. Tudi vrednost nepremičnin je večja. Vsa Stara Ljubljana je lepo preurejena; brez prometa. Zato mislim, da je parkirna hiša najpomembnejša investicija v mestu. Druga najboljša, po moje, je pa BicikeLJ.

Na seznamu vaših referenc prevladujejo nizke gradnje. Kako ste se pravzaprav zavili do Stožic, do Kongresnega trga?

Pred leti, mislim, da je bilo leta 2007, smo zgradili največjo stanovanjsko sosesko v Ljubljani. Na Mesarski.

Naredili smo okrog 670 stanovanj. Delali smo za Stanovanjski sklad. To je bil naš največji projekt visokih gradenj do takrat. Prinesel nam je dobre reference. Potem so se zgodile Stožice. Vzporedno s Stožicami smo dobili še Kongresni trg.

Kje vas še srečamo v Ljubljani?

Stožice se nadaljujejo. Prejšnji teden, v sredo, smo imeli tehnični pregled za nov Mrtvaški most, ki bi moral biti v tem tednu odprt. Zdaj delamo Fabianijev most, z Roške na Njogoševo, kot nadomestni izvajalec SCT-ja. Ta most ima dva nivoja. Spodnji bo za pešce in kolesarje. Po pogodbi bo otvoritev mostu maja prihodnje leto. Upamo, da bo tako. Ob vseh nepredvidenostih. Pred kratkim se je zgodila nesreča, snemali so nosilce opaža. Ugotovili smo, da je bila podedovana opažna konstrukcija dotrajana; gradbišče SCT-ja je bilo nekaj mesecev zaprto. Mi smo imeli srečo v nesreči – naši delavci niso utrpeli hujših poškodb. Vsi poškodovani Gradisovi delavci so že v domači oskrbi, tudi ni potrebe po operaciji. Zdaj je vsa stvar v preiskavi. Delamo sicer naprej, je pa res, da bomo vso opažno tehnologijo spremenili. Ob tem smo pred kratkim predali most čez Ljubljanico na Prulah. Prestavili smo most Hradskega, ki je lep primer tehnološke dediščine. To bodo naši trije ljubljanski mostovi.

Kakšni so vaši načrti za prihodnost?

Zdaj je čas za različne strategije preživetja. V tej fazi je moj delovni dan pogosto dolg 24 ur. Pravkar zaključujemo dva projekta. V roku enega tedna ju oddajamo. Zaradi sestanka s sodelavci sem se prej vrnil z dopusta. Sicer imamo v načrtu nekaj lastnih investicij, ki jih še ne mislimo aktivirati. Zdaj ni čas za gradnjo za neznane kupce. Zato resno pristopamo k razpisnim projektom, kjer je naročnik znan. Nastopimo, kjer imamo primerjalne prednosti, kjer imamo možnosti in rezerve; kjer smo konkurenčni. S trdim delom se kalimo in dokazujemo primat na svojem področju. To je naša prednostna strategija preživetja.

Pešcona, območje pozornosti

Janez Bertonecelj in Vita Kontić



Pobuda Za mesto po dveh je v sodelovanju z Ljubljansko kolesarsko mrežo in Mestno občino Ljubljana ustvarila letak *Pozor, območje pozornosti* in skupaj s sodelavci projekta CIVITAS ELAN izvedla akcijo opozarjanja kolesarjev na ustrezno obnašanje na območjih za pešce.

»Pazi malo! Kaj pa divjaš tukaj s kolesom, to je vendar pešcona!« se je nedavno razburjal neki prileten pešec na Bregu ob vrhuncu kolesarske sezone, ko je bilo kolesarjev v mestu veliko, pešci pa so lepe dneve izkoriščali za prijetno pohajkovanje po preurejenih ljubljanskih območjih, ki so po novem brez avtomobilov. Vendarle primer ni osamljen, zato so tako Mestna občina Ljubljana (MOL) kot prekrškovni organi in celo nevladne organizacije, kot sta društvo Ljubljanska kolesarska mreža in pobuda Za mesto po dveh, sklenili, da je treba nekaj ukreniti.

Za zdaj le letaki, ki opozarjajo na previdnost

Razmišljalo se je celo, da bi bilo morda smiselno kolesarjem prepovedati vožnjo po nekaterih delih območij za pešce in njihovo pot speljati po drugih predelih (denimo na Hribarjevem in Cankarjevem nabrežju, ki sta preozki za sožitje pešcev in kolesarjev), ponekod pa namestiti posebne table, ki kolesarje opozarjajo, da se vozijo na območju prednosti za pešce in da so gostje, od katerih se pričakuje in tudi zahteva ustrezno prometno obnašanje. Za zdaj se je izveden le »ukrep« deljenja letakov z napisom *Pozor, območje pozornosti!*, ki kolesarje opominjajo, naj vozijo počasi, s hitrostjo pešca. Do konca junija je bilo v ta namen razdeljenih okoli 5000 letakov, katerih osnovna ideja je, umiriti povečano napetost v peščonah med kolesarji in pešci, nagovarja pa predvsem tiste kolesarje, ki se na površinah za pešce vedejo malomarno. Navedeni nevladni organizaciji sta sicer zelo zadovoljni, da se število s kolesom opravljenih poti po mestu povečuje, a opažajo tudi, da prekrasne in pešcem prijazne ureditve ter razni dogodki v mestno jedro privabljajo vedno več ljudi. Rezultat je večja možnost konfliktov, zato je treba biti bolj pozoren in prilagoditi hitrost.

Pešec je v peščoni kralj

Sobivanje pešcev in kolesarjev zahteva veliko mero strpnosti, brez konfliktov tako rekoč ne gre, a si je treba

prizadevati, da jih omejimo. Kolesarji se vse premalo zavedajo, da so tu gostje, in ne enakopravni udeleženci. Pešec je tu kralj. Njegovi premiki so lahko izjemno hitri in nepredvidljivi, še posebej gibi otrok, saj ne hodijo zgolj naravnost, temveč velikokrat stopijo vstran, da pogledajo izložbo, pozdravijo mimoidočega prijatelja. Kolesar mora vse to predvideti, kar pa je ob večji gostoti pešcev in previsoki hitrosti kolesarjev težko, zato lahko hitro pride do nesreče. Prehitra vožnja kolesarjev zbuja pri pešcih občutek ogroženosti in strahu, kar zadeva predvsem starejše pešce, ki se nad »divjanjem kolesarjev« tudi najbolj pritožujejo, saj je zanje lahko usodna kakršnakoli, na videz lahka poškodba. No, še bolj pa jih ustrahujejo motorni dvokolesniki, ki so še hitrejši in manj okretni in lahko povzročijo stike s precej hujšimi posledicami.

Nesreč v peščonah sicer ni prav veliko; uradno se je po podatkih iz baze prometnih nesreč Policijske uprave Ljubljana v zadnjih 10 letih na območjih za pešce pripetilo sedem prometnih nesreč, kjer je povzročitelj kolesar, pešec pa žrtev. Verjetno je, da jih veliko ostane uradno neprijavljenih, ker gre za bolj ali manj blage poškodbe. Statistika beleži tri nesreče s hudo poškodbo, po eno v letih 2003 in 2004 (Prešernov trg) in tretjo v letu 2006 (Pogačarjev trg), ko prave pešcone pravzaprav še niti ni bilo. Letos je uradno zabeležena ena nesreča z lažjo poškodbo, ki se

Kaj o kolesarjih pravijo Ljubljančani

Zbrala: Emi Vega

Saša

Imam dva otroke in delam v vrtcu. Z družino pogosto pridemo v Ljubljano, predvsem poleti. Zdi se mi super, da se cone za pešce širijo, da se lahko lepo in v miru sprehajamo. Problem, se mi zdi, so kolesarji, ker divjajo in morava z možem res paziti na otroke. Ja, edina težava je v tem, da nekateri kolesarji vozijo predivje. Sicer imam občutek, da je že bolje. Vsekakor so razširjene površine za pešce v mestu velika pridobitev. Bilo bi dobro, če bi kolesarske steze dosledno ločili. Pa ljudje tega ne upoštevajo. Pri Ljubljanici je znak in nabrežje naj bi bilo samo za sprehajalce. Sama sem videla. Prav tam je neki kolesar skoraj zbil otroka naših

prijateljev. Smo bili kar jezni. Ker je tam posebej označeno – to so površine za pešce. In bi bilo treba kolesarjenje prepovedati. Nekateri ne gledajo, sploh ne opazijo znakov. Mogoče so od prej navajeni svojih poti. Pa premnogim se mudi in kar divjajo.

Nataša Kelhar

Sem glasbena menedžerka, delam v kulturi. Na Čopovi za pešce še ni toliko

nevarno, ker je polna ljudi. Kolesarji se zavedajo, da morajo voziti počasi, pešcem se umikajo. Včasih kdo vozi slalom. To mi ni všeč. Nasploh se počutim ogroženo. Mislim, da je uvidevnosti vse manj. Mislim tudi, da je vsesplošna potreba po blaznem hitenju, po drvenju, sama po sebi neumna. Tole punčko Almi imam slučajno tri dni in pazim nanjo kot na kapljo vode v dlani. Tako majhna je še, bojim se zanj. Predvsem se počutim ogroženo

na tistih površinah, kjer kolesar lahko drvi. Na primer po Tivoliju. Kolesarji mislijo, da lahko vozijo povsod, pa to ni res. Jaz se po Čopovi nikoli ne peljem s kolesom. Vodim ga za krmilo, vedno. Sicer pozdravljam čim več kolesarjenja. Zelo pohvalno je, da se kolesarski promet v Ljubljani vedno lepše ureja. To pomeni ekološko ozaveščenost. Vendar še ni vse, kot bi moralo biti. Moj ideal je urejenost Amsterdama. Tam je celotno središče v kolesarskem smislu



Fotografije: Emi Vega
Gospa Saša



Nataša Kelhar



Krešo Sambolec



je zgodila maja v Čopovi ulici. Po informacijah tiskovnega predstavnika PU Ljubljana Sebastjana Juhanta so sicer v prvem polletju letošnjega leta ugotovili 6 kršitev drugega odstavka 99. člena Zakona o varnosti cestnega prometa, ki navaja, da je v območjih za pešce »dovoljen tudi promet uporabnikov posebnih prevoznih sredstev in kolesarjev, vendar le tako, da ne ovirajo ali ogrožajo pešcev«. Opozoril je tudi na neprimerno vedenje nekaterih kolesarjev zunaj pešcon, saj so policisti v omenjenem obdobju ugotovili 1.923 kršitev cestnoprometnih predpisov kolesarjev. Največ kršitev je bilo ugotovljenih zaradi vožnje po napačni strani kolesarske steze, sledi vožnja pod vplivom alkohola ter nepravilna stran in smer vožnje. V prometnih nesrečah je bilo udeleženih 221 kolesarjev, od tega je bilo 88 kolesarjev povzročiteljev prometnih nesreč, v več kot polovici primerov pa je bila krivda na strani voznikov motornih vozil. V omenjenih prometnih nesrečah so štirje kolesarji umrli, 18 jih je utrpelo hude telesne poškodbe, 164 pa lažje. Dodal je, da policija dejavno sodeluje z MOL in drugimi nadzorstvenimi organi, s katerimi pripravlja skupne projekte in nadzore na najbolj kritičnih območjih – vse za zagotavljanje kar se da velike varnosti občanov, udeležencev v cestnem prometu in drugih oseb nasploh.

Sožitje kolesarjev in pešcev po svetu

Kolesarjenje je na območjih za pešce po svetu v glavnem dovoljeno, čeprav z nekaterimi omejitvami. V grobem bi lahko rekli, so v rabi trije načini: popolna prepoved (denimo pešcon Strøget v Kopenuhagenu); način, ko se kolesarski promet odvija po za to posebej označenih pasovih (v praksi ne deluje, ker pešči te ureditve ne upoštevajo); časovno določene omejitve (precej mest v Veliki Britaniji) in skupna raba (najpogostejša ureditev v večini evropskih držav, tudi v Ljubljani). Mesta, v katerih je kolesarski promet v conah za pešce dovoljen, in teh je največ, so se za to odločila, ker prepoved kolesarjenja zaradi močne kolesarske kulture ne bi bila izvedljiva ali pa ne bi imela pravega učinka (nizozemska in nemška mesta). Nekatera o takšni prepovedi niti ne razmišljajo, saj s skupnim bivanjem tako pešcev kot kolesarjev nimajo večjih težav. Zanimivo je, da so prepovedi uvedla nekatera mesta v Veliki Britaniji, ZDA in Kanadi, praviloma prav tam, kjer sta tako hoja kot kolesarjenje marginalni obliki gibanja v mestu. Na Nizozemskem velja od vseh sprejeto pravilo, da je pešec na vrhu prometne piramide, kolesar mora svoj način vožnje prilagoditi trenutnim razmeram, tj. voziti zelo počasi, ob veliki gostoti pešcev pa tudi sestopiti s kolesa in postati pešec, ki vodi kolo ob sebi ali pa ga parkira.

opremljeno z dognanim sistemom poti in ljudje so disciplinirani. Trenutna situacija pri nas pa, ko gre za vsesplošno disciplino, je kar na nizkem nivoju, moram reči. Ko se sama peljem po kolesarskih stezah, so prepogosto zaparkirane z avtomobili. Zelo se počutim ogroženo, kadar me na kolesarski stezi prehitevajo hitri motoristi. Ko kolesarim, jih ne slišim. Če se nekdo s hitrostjo petdeset na uro pripelje za mano in me samo

malo zbije, je konec. Motorji imajo nasproti kolesom preveliko hitrost. Moja izkušnja je taka: prvič v življenju so me ustavili policaji. Plačala sem kazen, ker sem kakih petdeset metrov prevozila po napačni strani. To me je stalo 120 evrov. Pa se ve, da tako vozi večina kolesarjev. Zavedam se, da je red pomemben in ni mi žal, da sem plačala za svoj prestop. Vem pa tudi, da nekateri delajo resne prekrške – nekaznovani. Meni ne pride več na



Prof. dr. Manca Košir



Damjano Roj

POTUJMO DRUGAČE VES TEDEN, VSE LETO 10. Evropski teden mobilnosti 2011

Vita Kontić



Foto: arhiv CIVITAS ELAN

V času 10. Evropskega tedna mobilnosti, ki bo letos potekal v znamenju gesla *Potujmo drugače*, bo Slovenska cesta med 16. in 22. septembrom zaprta za ves osebni motorni promet od križišča z Aškerčevo cesto do stika z Dalmatinovo ulico. Zapora ne bo veljala za javni potniški promet, intervencijska vozila in vozila z dovolilnicami.

Ljubljana se vsako leto med 16. in 22. septembrom posveti intenzivni promociji trajnostne mobilnosti, saj takrat v svetu poteka Evropski teden mobilnost (ETM) – čas, ko se več milijonov ljudi po svetu, lani kar okoli 227 milijonov, uradno pridruži kampanji, s katero želijo ob spremembi prometa in potovalnih navad doseči boljšo kakovost življenja v mestih. Letos se bo to zgodilo že desetič zapored in ta jubilej bodo sodelujoči v slovenski prestolnici zaznamovali z udarno novostjo.

Mestna občina Ljubljana (MOL) se bo skupaj z ostalimi partnerji evropskega projekta za čistejši in boljši promet v mestih CIVITAS ELAN in številnimi drugimi soorganizatorji dogodkov v tej kampanji za trajnostno mobilnost posvetila predvsem dejavnostim, s katerimi bo meščane in obiskovalce Ljubljane ozaveščala, poučevala, prepričevala o drugačnih, boljših, čistejših in pametnejših načinih potovanja. Doslej je bila sprememba ravnanja in potovalnih navad najbolj vidna ob dnevu brez avtomobila, ki nastopi 22. septembra, ko se običajno za osebni motorni promet zapre del Slovenske ceste. Toda tokrat bo namerna Mestne občine Ljubljana, da se v mestu še bolj uveljavijo trajnostne oblike mobilnosti, veliko bolj razpoznavna: Slovenska cesta bo namreč od križišča z Aškerčevo cesto do stika z Dalmatinovo ulico za ves osebni motorni promet, razen za javni potniški promet, intervencijska vozila in vozila z dovolilnicami, zaprta kar ves teden, od 16. do 22. septembra. Medtem se bodo na različnih lokacijah po Ljubljani odvijale razne dejavnosti, od razstav, predavanj in predstavitev, prek meritev onesnaženosti zraka in hrupa, poostrenega nadzora nad prometom in informativnih točk, do brezplačnega turističnega programa, nagradnih iger, družabnega programa za različne generacije, plesnih in likovnih delavnic, parade, inovativnih promocijskih kampanj in drugih zanimivih dogodkov.

V kampanji vsako leto sodeluje več kot 2000 krajev in mest po svetu, ki tako izražajo podporo prizadevanjem za čistejše okolje, lepšo prihodnost in boljšo kakovost življenja, ki jih vse bolj spodbokpava promet. Letošnja osrednja tema je *Potujmo drugače*, ki poudarja, da obstajajo dobre alternative avtomobilu, ki so energetsko bolj varčne, čistejše in trajnejše – denimo hoja, kolesarjenje in uporaba javnih prevoznih sredstev. Povečanje potovanja z osebniimi vozili, ki jih poganjajo fosilna goriva, je eden izmed največjih izzivov, s katerimi se srečujemo pri preoblikovanju naše družbe in gospodarstva, ko poskušamo kar najbolj zmanjšati porabo energije in doseči energetsko učinkovitost. Slednjo lahko vsakdo poveča, če vsaj za določen čas opusti zasebno uporabo avtomobila oziroma se v njem pelje samo, ko je to nujno potrebno in nima druge možnosti. »Boljša mobilnost lahko pomeni tudi boljša mesta in boljši zrak – boljše in bolj zdravo okolje, kjer bodo ljudje želeli živeti in delati in kjer se bodo podjetja želela razvijati. Mobilnost je pomembna z več vidikov!« je prepričan evropski komisar za okolje Janez Potočnik. Skupaj lahko ustvarimo lepšo prihodnost, zato je čas, da poiščemo najboljšo pot do nje in spremenimo potovalne navade v bolj trajnostne.

Podrobnejši program ETM je predstavljen na spletnih straneh Ljubljana.si in Civitasljubljana.si.

Pešcona, območje pozornosti



V Ljubljani delež kolesarjev vztrajno narašča

V Ljubljani, kjer je na podlagi verbalne in neverbalne komunikacije mogoče opaziti nizko stopnjo tolerance med različnimi udeleženci v prometu, prevladuje ocena, da je delež kolesarjev skupnem prometu (t. i. *modal split*) blizu 10 odstotkov in počasi, a vztrajno raste. Še posebej v prvih šestih mesecih letošnjega leta smo tudi po zaslugi lepe in sončne pomladi zaznali skoraj 20-odstotno povečanje na treh mestnih vpadnicah. V začetku maja uvedeni servis izposoje koles BicikelJ je postal prava uspešnica, do sredine avgusta je bilo registriranih kar 19.750 uporabnikov. Sistem je s kar štirimi terminali za izposajo znotraj pešcone (Petkovškovo nabrežje, Pogačarjev trg, Breg, Kongresni trg) pripomogel, da je kolo postalo prva izbira prometnega sredstva za obisk mestnega središča, a je s tem tudi spodbudil število kolesarskih voženj na tem območju.

Ljubljana nudi dobre in varne razmere za kolesarjenje prav znotraj cone za pešce, zato ne preseneča, da je prav povezava vzdolž Ljubljanske kolesarske precei obremenjena. Ne gre pozabiti, da vzdolž osrednje mestne avenije – Slovenske ceste – ni mogoče tekoče kolesariti, saj to med drugim preprečujejo štirje prometni znaki za prepoved, zato kolesarji ubirajo druge vzporedne

poti. Večinoma peljejo po Prešernovi cesti ali pa vzporednicah vzdolž Ljubljance, bodisi po zvezi Breg–Hribarjevo nabrežje–Petkovškovo nabrežje in v nadaljevanju po Miklošičevi ali Trubarjevi ulici, bodisi po območju Breg–Pod Trančo–Mestni trg–Ciril Metodov trg–Poljanska cesta). Z odprtjem Kongresnega trga in novo prometno ureditvijo Vegove in Gosposke ulice se pričakuje precejšnja preusmeritev kolesarskih prometnih tokov od bregov Ljubljance na te ulice. Tako za mesto po dveh kot drugi podporniki kolesarjenja pa celo upajo, da se bodo kolesarji v veliki meri napotili po Slovenski cesti, ko bo ta zaprta za osebni motorni promet in bo na njej urejena hitra kolesarska povezava skozi mesto. Sklepajo, da bo tudi konfliktov takrat zagotovo manj tudi v pešconah.

Za mesto po dveh je skupina ljudi, ki z različnimi projekti spodbuja hojo, kolesarjenje in uporabo javnega prometa v mestu. Ulico razume kot javni prostor, ki poleg transportne vloge nudi tudi prostor za srečevanje in pogovor. »Sanjam o Ljubljani, kjer imaš možnost peš kupiti kruh in rože ali iti peš do najljubše restavracije, parka ali kina. Ulice so polne ljudi in ozelenjene. Ceste so prijazne za otroke in starejše ljudi. Hoja zunaj je varna in brez napora. Ulice so postale poleg transporta tudi prostor socialnega kontakta. Mobilnost

ljudi zagotavlja odličen javni prevoz in razvejana kolesarska mreža. Želimo si soustvarjati Ljubljano kot: živo mesto – mesto številnih pešcev in kolesarjev; zanimivo mesto – pritličja ulic, polna različnih dejavnosti; varno mesto – varne površine za pešce in kolesarje; trajnostno mesto – spodbujanje javnega prevoza v mestu; zeleno mesto – ozelenitev ulic z drevesi in cvetjem,« je zapisano na njihovem spletnem mestu www.zamestopodveh.org.

Ljubljanska kolesarska mreža (lkm.kolesarji.org) je društvo za spodbujanje kolesarjenja in trajnostne mobilnosti. Deluje po osnovnih načelih: »Mesto je predvsem prostor, v katerem prebivamo in delamo, ne vozišče; kolesar v Ljubljani mora imeti zagotovljeno pravico, da se s kolesom varno in neovirano pripelje do cilja; prijetnost in varnost bivanja v mestu je obratno sorazmerna s številom in hitrostjo motoriziranih udeležencev v prometu; zavzemamo se za uveljavljanje prevoznih sredstev, ki v mestu in tudi zunaj njega vozilu ne omogočajo, da ogroža varnost ljudi, ter takih vozil, ki čim manj obremenjujejo okolje; sodobna ureditev v družbi zahteva večjo obremenitev tistega, ki stroške povzroča, in ne razporejanje na celotno družbo; dolgoročno podpiramo popolno izrinjanje osebnega avtomobila (in motorja) iz ožjega mestnega središča ter radikalno omejevanje v mestu nasploh.«

Kaj lahko sami storite za trajnostno mobilnost?

Izogibajte se individualni uporabi avtomobila; namesto tega si ga vsaj delite s sopotniki ali pa izberite katero od alternativ, kot so hoja, kolesarjenje, javni prevoz, s čimer boste poskrbeli tudi za lastno zdravje, saj se boste več gibal, prihranili stroške in zmanjšali škodljiv vpliv na okolje; izberite bivališče in delovno mesto blizu postajališča javnega prevoza; ne sodelujte v prometnih konicah; delodajalcu predlagajte giblivi delovni čas in delo od doma; spodbudite delodajalca, naj razvije trajnostni potovalni načrt do delovnega mesta; za svoje potomce (če jih imate) izberite najbližjo šolo in podpirajte šolske pobude, kot so šolski avtobusi ali nadzorovane skupinske hoje v šolo; otroke poučite o samostojni uporabi lokalnega javnega prevoza; podpirajte ukrepe lokalne oblasti za izboljšanje razmer za pešce, kolesarje in uporabnike javnega prevoza ter se vključite v projekte, ki skrbijo za izboljšanje kakovosti življenja, denimo CIVITAS ELAN, Ljubljana, pametno mesto ipd.; nakupujte »iz naslanjača«, prek spleta ali telefona, kadar je to mogoče; če že morate voziti avtomobil, počnite to mirno, brez naglega zaviranja ali speljevanja, saj boste s tem zmanjšali škodljive izpuste, spoštujte omejitve hitrosti vožnje in poskrbite, da bo vozilo tehnično brezhibno.

misel, da bi se vozila po napačni strani – bilo je vzgojno. In prav bi bilo, da bi država dosledno vzgajala vse mogoče vrste prekrškarjev.

Krešo Sambolec

Veseli me, ko vidim, kako se širijo pešaške površine v Ljubljani. Vesel bom, če bo rezervatov za pešce še več. Podpiram tudi širjenje kolesarskega prometa, to, da so kolesarske steze, da jih je čim več, ampak morajo biti zelo dobro označene. Da potem kolesarji ne nadlegujejo pešcev in obratno. Kolesarji na površinah za pešce niso ravno disciplinirani. Niso, kjer steze niso označene. Ravno tule vidim, da se vozijo lepo korajžno, pa se ne bi smeli. Sam še nisem doživel kake neprijetne situacije s kolesarji. Sem pa malo prej videl, kako je neka kolesarka nekoga skoraj povozila. Ampak to je bilo zgoraj, na cesti, ne na pešcevih površinah. V bistvu gre za disciplino

ljudi, za našo osebno disciplino in disciplino drugih. Kaj naj rečem? Veliko več strpnosti, potrpežljivosti in razumevanja, pa bo za vse prav.

Prof. dr. Manca Košir

Veliko pešačim po Ljubljani, ker so moje noge moje najpriljubljenejše prevozno sredstvo. In so mi všeč, te peš cone, pogrešam pa zelenje, zelo, več dreves in da bi bilo več lepih zabojev z lepimi rožami, z grmičevjem, ker moje oči hrepenijo po zelenju. Mislim, da pešci od kolesarjev nismo pretirano ogroženi, če so kolesarji ljubeznivi in hodijo peš, kjer je veliko ljudi. Če ne izsiljujejo. Zdi se mi, da je Čopova dovolj široka, in bi po sredi lahko določili pas za kolesarje. To ne bi bil noben problem. In kolesarji bi se mirno peljali do Prešerca pa nazaj, pešci pa bi hodili ob izložbah, kot je navada. Mislim, da mi kar dobro shajamo, pešci in

kolesarji. Veliko slabše shajamo kolesarji in parkirani avtomobili. Ker se na mnogih kolesarskih stezah, zlasti tistih, kjer so drevesa in je spodaj senčca, kdo postavi po dolgem in počez; kakšen BMW, kak audi ali mercedes in tako naprej. Na takih mestih pogrešam redarje veliko bolj, v takih senčkah še nikoli v življenju nisem nikogar srečala. Če pa človek parkira kak manjši avtomobilček malce čez parking in je za pet centimetrov na prehodu za pešce, pa takoj dobi listek: *Niste parkirali pravilno*. Rada bi, da bi se prometne razmere gledalo tudi z enim modrim očesom, ne le s tistim, ki vidi črtoček. In kje se bo kaj kasiralo. Glede kulture kolesarjev na pešcevih površinah nimam kakih pripomb. Lahko pa malo gledava. Mogoče pa kje kdo izsiljuje, kakšen se bo že našel. Vtis je, da so kar disciplinirani; no, vidite? Avtomobilisti so večji problem. Non stop vozijo skozi rdečo luč.

Damjano Roj

Prihajamo iz Izole, pred kratkim smo se preselili v Ljubljano. Opažamo, kako nevarno je, ko z avtom prečkamo rdečo stezo; nevarno je zaradi hitrih kolesarjev. V Izoli ni tako množičnega kolesarjenja, tega nismo vajeni. Opažamo tudi, da kolesarji izkoriščajo prednost. Tudi če mi že zavozimo na stezo, zdravijo mimo prvi. Lahko si hitro povzročitelj nesreče, čeprav ne bi rad. Ko se sprehajamo po mestu, po površinah za pešce s punčko in kužkom, se kolesarji ne zdijo nevarni. Tu tega ni čutiti. Mislim, da kolesarji po mestu ne divjajo, da vozijo primerno. Razen v parku, v Tivoliju. V Tivoliju je veliko motoristov, ki drvijo čez petdeset kilometrov na uro. Veliko je drvečih kolesarjev. To je nevarno za otroke in moramo biti ves čas pozorni na to. Kužka moramo voditi blizu, ves čas na povodcu. Čeprav pridemo v park, da bi se sprostiti. Kako se počutimo? Morja ni več, samo Ljubljana je. Ja, zaenkrat je v redu. Počasi se privajamo in je super.

Prenovljeno mestno središče je poleti preplavila kultura

Emi Vega

Mestni prostori obstajajo kot možnost. Če jih lušči in razjeda čas, osamijo. Če jih zasedejo avtomobili, jih avtomobili vzamejo zase. Avtomobili, hrup in izpuhi. Če pa se nekega dne prebudijo lepo prenovljeni, se vanje vrne življenje. Če iz njih zaveje še muzika, zavrvijo od veselih ljudi. Seveda je jasno, da se mestni prostori ne prebudijo lepo prenovljeni kar tako – sami od sebe. Večinoma tudi muzika ne privrši samodejno. V ozadih so najprej ljudje, ki zmorejo, ki svoje znanje in ideje vlagajo v skupno dobro. O tem, kako jim je uspelo, smo povprašali obiskovalce poletnih prireditev v prenovljenem mestnem središču.

PRVA POSTAJA: Križanke, Festival Ljubljana

Osmi avgust je, sonce potuje proti zahodnim obzorjem, pred Križankami pa se že zbirajo ljubitelji klasične glasbe. V Viteški dvorani se bo predstavil KotorArt Trio v zasedbi Roman Simović – violina, Aleksandar Tasić – klarinet, Ratimir Martinović – klavir. Tole bo 22. dogodek v vrsti 34 prireditev, ki smo jih lahko to poletje spremljali bodisi v Slovenski filharmoniji bodisi v Križankah, najspektakularnejše na Kongresnem trgu in v Cankarjevem domu, vse pa pod znamko Festival Ljubljana. Med prvimi so tu Sandi Sitar s soprogo in dr. Alfred Stalzer.

Sandi Sitar

Kot novinar sem dolgo sodeloval pri Dnevniku, pa tudi na televiziji. Zdaj sem v pokoju, a še vedno aktiven. Ljubljana se je v zadnjih letih zelo razvila v smislu kulturnega življenja, v smislu pestre ponudbe domači publiki in pa turistom. To je zelo razveseljivo. Dobila je neko svojo fiziognomijo, ki je včasih ni imela, vsaj ne v tako razviti obliki. Mislim, da je za vsakogar poskrbljeno, na vsakem nivoju, v vseh žanrih. Ljubljanski Festival je seveda nekaj, kar ima tradicijo in še zmeraj vzdržuje določeno mero inovativnosti, saj prihajajo mladi nastopajoči in tako ne more okosteneti. Sam grem najraje na koncert klasične glasbe, ker vem, kaj bom slišal. Rad imam tudi druge žanre. Pri klasiki tudi rad poslušam modernejše avtorje. Koncert v živo je vsakič posebno doživetje in ga je mogoče podoživljati pozneje. Niti nisem reden obiskovalec koncertnih dvoran. Nočem, da to postane nekaj vsakdanjega. Vsak koncert je za naju z ženo majhen praznik. Morda je pestra ponudba kulturnih dogodkov v soodvisnosti s prenavljanjem mesta. Prav gotovo pa sovпада. To je dobro. Moram sicer reči, da se z vsemi projekti ne bi čisto strinjal. Sem odločen nasprotnik zidave garažne hiše pod Tržnico. Tudi se mi zdi, da je Kongresni trg nekoliko izgubil, vendarle upravičeno. Mislim, naj ne bi izkoristili vseh površin, kjer je mogoče še kaj graditi spodaj, zlasti če je pričakovati, oziroma vemo, da so tam kulturni spomeniki. Preveč prometa se bo stekalo v sredino mesta, tja, kjer so zdaj lepo urejene površine za pešce.

Dr. Alfred Stalzer

Prihajam z Dunaja. Tu sem kot turist. Preživel sem nekaj počitniških dni na obali. Ko sem potoval proti morju, sem se ustavil v Ljubljani za eno noč, ker sem vedel, da je tu Festival. Poslušal sem koncert zanimivega violinista. Igral je Bacha, tudi v Križankah. Pozabil sem njegovo ime, a bil je precej dober. Festival dobro poznam, ker neka moja prijateljica

dela v Ljubljani, a je zdaj na počitnicah v Avstriji. Danes se vracam domov in spet sem se ustavil pri vas. Ta večer želim prisostvovati še enemu koncertu, ker je bil prvi res lep. Menim, da je ponudba Festivala na visokem nivoju. Vem, o čem govorim, saj prihajam z Dunaja – mesta glasbe. Tudi sam se ukvarjam z glasbo. Sem marketinški menedžer. Delam za Mozart House na Dunaju in za dunajski Judovski muzej. Tudi vaš Mestni muzej dobro poznam, v njem sem organiziral dve delavnici za turiste. Pa tudi Ljubljano že precej poznam. Rad pridem. Vsako leto sem tu spomladi in poleti. Všeč mi je arhitektura mesta. Sem velik občudovalec Plečnika. Moram reči, da je v nekaj zadnjih letih mesto precej dobro prenovljeno. Čuti se nov utrip. Predvsem poleti, ko ga razgibajo številni glasbeni dogodki. Tudi program je dober in dosega visoko kvaliteto. Mislim, da bi ljudje iz centralne Evrope lahko prihajali v Ljubljano še bolj množično. Res je kaj videti in slišati. Poleg klasične glasbe sam rad poslušam tudi jazz. Slišal sem že za bogato ponudbo dogodkov v organizaciji Imaga, vendar še nisem imel priložnosti, da bi katerega doživel v živo. Sem pa zasledil nekaj njihove produkcije na CD-jih. Vem, da so ob petkih Imagovi jazz večeri na prostem. A žal odhajam. Morda naslednje poletje.

DRUGA POSTAJA: Trnfest, KUD France Prešeren

Devetega avgusta je Trnfest za oči ponudil otvoritev razstave slik nizozemskih avtorjev v sklopu mednarodnega projekta *Pokaži svoje upanje*, pa tudi predstavo na isto temo. Denarnicam je hkrati namenil Kudovo dražbo umetniških predmetov, ušesom pa spremljajoči koncert improviziranih popevk. Kasneje je v dvorani prisotne razvnel DJ Aleksij. Vse to zastoni. Nekaj dežja ni zmotilo dogajanja, niti ni pregnalo obiskovalcev, še najmanj pa ne pristrčnega vzdušja.

Tina

Že nekaj časa živim v Ljubljani, sicer prihajam iz Kranja. Zadnjih pet, šest let sem redna obiskovalka Trnfesta. Sem večinoma prihajam zaradi glasbe, večkrat tudi na otvoritve slikarskih razstav. Včasih si sposodim kakega otroka od kakšne prijateljice in ga pripeljem na otroško predstavo ali pa na otroško delavnico. Ali pa na oboje. Delavnice vodijo res simpatične punce, ki imajo veliko izkušenj in znajo otroke stimulirati. Vedo tudi, kako obdržati njihovo koncentracijo. Predelujejo se odslužene stvari – škatle za jajca, embalaže za čistila in podobno, nastanejo pa miške, čarovniki, ptički ... Vem, da imajo tudi plesne delavnice afriških in sodobnih plesov, so pa tudi delavnice risanja. Za otroke je dogajanje ob popoldnevih in včasih zvečer. Danes je otvoritev razstave

s performansom. Bo pa tudi dražba. Kudovci zbirajo denar za nove lične mize. To je zelo draga oprema, mogoče se bo kaj zbralo. Že tako je ogromno stroškov, stavba je za vzdrževanje velika in organizacija vsega, kar Trnfest ponuja, sploh ni malenkost. Dražbe so vedno v šaljivem tonu. Dražijo se poljubi Kudovcev pa z večerjami z njimi in kakšnim njihovim CD-jem. Ali pa vstopnicami za delavnice in podobnim. Sicer pa so v ospredju razni koncerti. Ko se začne, je na dvorišču kakih petdeset ljudi, kmalu pa je ves prostor natlačen. Ljudje se še niso navadili, da so koncerti že ob osmih, pol devetih. Muzika je zelo različna – od etna, do skaja, panka, metala, rocka, alternativnega rocka. Trnfest ponuja ogromno zvrsti za različna ušesa. Vidi se, da se ustvarjalci Trnfesta res trudijo, da bi pritegnili različno publiko, pa niti ne samo mlade. So kantavtorji, zanimivi tudi za starejše poslušalce, za take, ki so mogoče malo bolj občutljivi na hrup. Ja – hrup. Zdaj imajo dovoljenje do desetih, ker je prizorišče na prostem sredi spalnega naselja. Potem sledi DJ-program v dvorani, ki je spet raznolik. Zaradi poznejših ur in zvrsti se ga udeležujemo več ali manj mladi. Kar mi je pri Trnfestu najbolj všeč, je to, da se zelo upošteva ljudi – kaj obiskovalci želijo in kako poskrbeti zanje, pa da bo festival čim bolj funkcionalen, čim bolj obiskan. Ekipa Kuda res skrbi, da je za vse prav, tudi za invalide. Sama sem se tu veliko naučila o solidarnosti, o kolegalnosti, in to se mi zdi zelo pomembno. Ker sem večinoma tukaj, manj vem o drugih dogajanjih v Ljubljani. Pred leti sem spremljala *Festival Sanje* in *Dobimo se pred Škucem*. Take stvari. Zdaj sem pa res osredotočena na Trnfest, ker mi je ljub. Ko sem hodila na Festival Sanje, se je odvil glasbeni dogodek in potem – kot bi kdo odrežal, je bilo vsega konec, že so pospravljali prizorišče, vsi so se razšli. Tukaj se pa navezujejo stiki, gre za druženje. Rekla bi, da je ena glavnih sestavin Trnfesta prav druženje. Kot zanimivost: toliko ljudi srečujem samo na Trnfestu. Čez leto jih sploh ne vidim, poleti pa vsi pridejo. Lepo je, ker tukaj vedno najdem »svoje« ljudi.

Ana Marija Mitič

Že od samih igalskih začetkov delujem v Kudu Franceta Prešerna. Sodelujem s svojimi predstavami, z aktivacijo v Imprologi in pri različnih gledaliških projektih, ki jih Kud tudi producira. Trnfest je festival, ki vsako poletje poži v Ljubljano in spremeni dvorišče Kuda v tak krasen prostor, kjer se srečujejo, združujejo, zblžujejo in seveda navdušujejo nad koncerti, nad filmskimi poslasticami in nad gledališkimi stvaritvami raznorazni obiskovalci, tudi iz tujine, predvsem pa so to ljudje, ki imajo radi Trnovo in so tudi redni obiskovalci vseh Kudovih prireditev. Ob tem Trnfest privabi tudi ljudi, ki sicer nikoli ne zaidejo na naše dvorišče. Festival



Fotografije: Emi Vega

Sandi Sitar



Dr. Alfred Stalzer



Gospa Tina



Foto: osebni arhiv

Ana Marija Mitič



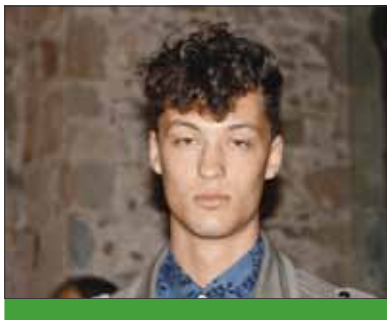
Karmen Tomšič



Lučka Ažman



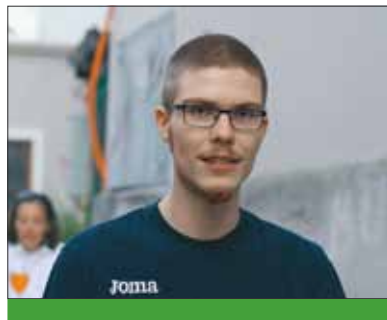
Andrej Hrovat



Sebastjan Brank



Tamara Trajkovski



Jaka Vovk

Trnfest je, bo in je bil vedno brezplačen. To pomeni, da obiskovalcem ni treba nič plačati, seveda pa nam lahko pomagajo, da se bomo še naprej trudili v tej smeri. Ker to zahteva ogromno denarja, lahko kupijo razne bedže ali majčke s Trnfest logotipi in še kakšne take lepe stvari in se potem lahko večno spominjajo, kako dobro so se imeli na Trnfestu. Klasika, ki vztraja že leta in leta, je pečena koruza, ki potem, ko si trebuhe pošteno namočimo s pivom, malce pomaga, da se hitro streznimo in lahko spijemo še kakšnega. V resnici pa sploh ne gre za to, še najmanj gre za pijančevanje. Z mojega gledišča – to pa je opazovalnica nekoga, ki v Kud zahaja skoraj vsak dan in je tu njegov drugi dom – je videti lepo, kako se ponoči to naše dvorišče spremeni v čebelnjak, v tako vrvišče, kjer se ljudje zabavajo in se imajo dobro. To pa zato, ker gre pri nas v resnici za program, za katerega so seveda zadolženi selektorji in vsak od njih se na svoj način na svojem področju na vso moč trudi, da bi Trnfest ostal tak: kar se da sladek.

TRETTA POSTAJA: Paviljon na Kongresnem trgu

Deseti avgust je in sredi večer se razrašča v tak pojav, kakršnega nekako ni mogoče umestiti v čas. V paviljonu pred Filharmonijo poje Lado Leskovar, spremljata ga dva Mačka, vsenaokrog se širi gruča ljudi, pred bližnjimi kavarnami pa posedajo stari in mladi, mogoče se reče, da se prepletajo, da ne posedajo, pač pa se zlivajo v eno – in to tako: v veselo eno. Pojav, kakršnega še ni mogoče umestiti v čas.

Karmen Tomšič

Ko sem tukajle prvič sedela in opazovala – prišla sem dovolj zgodaj, da sem našla prosto klopco ob paviljonu, kar je pomembno, prinesla sem namreč blazinico za sedet –, je bilo tako kot na morju. Ampak res: počutila sem se kot na morju. To je bilo pred petimi tedni, bilo je prelepo. S te klopce sem spremljala že štiri večerne koncerte. Krasno je bilo in tudi lepo obiskano. Veliko ljudi je prišlo že prej, z namenom, da bi poslušali koncert. Precej jih je prihajalo mimo in so se ustavili, lokali pa so vedno čisto polni. Zelo me zanima, kako bo danes. Tudi na dveh nedeljskih promenadnih koncertih sem že bila – zelo lepo, zelo pristrčno. Na prvem sta muzicirala dva Korošca, na drugem so igrali ameriški jazz. Mislim, da je bil trio Lampič. Zelo dobro so igrali in tudi peli. Veselim se, ker je paviljon prestavljen in po predolgemu času spet služi svojemu namenu. Sreča je, da imamo takega župana, pa naj se nekateri kar pritožujejo. Težko razumem, zakaj se toliko pritožujejo, ko se vendar vidi toliko novega, lepega, preurejenega. Pa ljudje to tako težko priznajo. Četudi se vidi. To mi ni všeč. Naša pohvala je majčkena oddolžitve za vse, kar je novega. Pa je premalo. Prostor za promenadne koncerte, kakršni so bili

nekoč, je bilo treba ponovno izboriti s prenovo Kongresnega trga. Sicer pa – v sklopu poletnih prireditev sem dvakrat obiskala Mestni muzej. Na Grad in na *Film pod zvezdami* nameravam v soboto in tudi v nedeljo. Kadar hodim po mestu in se kje kaj dogaja, se rada ustavim. Všeč so mi vse različne ulične prireditve. Če se kdo pritožuje, naj se, po mojem mnenju se neupravičeno. Ob sobotnih in nedeljskih dopoldnevih je v mestu toliko ljudi, da kar ne morem verjeti. Včasih je bilo mesto napol izumrlo. Podoba je zdaj čisto drugačna, tudi zato, ker je toliko turistov. Sama se pripeljem mimo Tivolija in naštejem sedem, osem turističnih avtobusov. Ob poldnevih pa štiri ali pet, in to za ljubljanske hotele pomeni nočitve. Mesto se spreminja, Ljubljana je vse lepša in vse več se dogaja; menda je zato vse več turistov. Ampak mogoče za tujce postajamo predragi, to sem slišala v polnočnem klubu, škoda. Lahko pa prišepnem: prav danes sem na repu stare Ljubljane pila kavo – za devetdeset centov!

Lučka Ažman

Sem ponosna Ljubljančanka, kaj naj rečem? Zelo uživam v tej naši lepi Ljubljani! Letos še sploh, ker je veliko dogodkov, predvsem na prostem, kar me neizmerno veseli. S kolesom se pripeljem v center in tako poskrbim za rekreacijo in za kulturo. Uživam v vseh teh koncertih, ki so tudi brezplačni, to želim poudariti, ker si pač ne moremo veliko privoščiti s temi našimi pokojninami – pa smo vendar deležni visoke kulture, odličnih predstav. Navdušena sem nad nedeljskimi promenadnimi koncerti. Zdi se mi izjemna pridobitev. Spremljala sem vse večerne koncerte v paviljonu. Srečala sem tudi Urško in Povodnega moža, oba na hoduljah, kako sta bila zanimiva! Bili so še krasni dogodki na splavih, mislim, da je bil tudi Swing v Makalonci – perfektna ideja. Tudi Salsa pri Metalki. Pa toliko dogodkov na Tromostovju, na Pločniku, na primer Ana Desetnica. Spremljam te dogodke. Ko se pripeljem v mesto, jih doživim kot dobrodoščilo. Včasih je čas sicer problem, a jaz si ga vzamem. Tako si splanim, da kar grem. Res je perfektno in se moramo prav zahvaliti Jankoviču in njegovim sodelavcem, ker so poživili Ljubljano, da je zdaj biser Evrope. Urejena je in za povrhu živi odlično. Videla sem že kar nekaj prestolnic in moram reči, da je Ljubljana zdaj res evropska. Še si želimo tega, da se le ne bi ustavilo in res hvala lepa mestnemu vodstvu. Je že prav, da se pove: meni je všeč taka poletna Ljubljana, izredno mi je všeč in se v njej počutim kot svetovljanka – na moč svetovljansko.

ČETRTA POSTAJA: Ljubljanski grad, Film pod zvezdami

Enajstega avgusta je na grajskem dvorišču vrvelo. Po eni strani so se še kar drenjali turisti, po drugi pa ljubitelji dobrega filma.

Modrina neba se je gostila v noč in zvezde so zasijale tako, kot je treba, vsakič, ko se zgodi *Film pod zvezdami*. V sodelovanju z Mestno občino Ljubljana in javnim zavodom Ljubljanski grad je Kinodvor letos že tretjič pripravil izbor nekaterih najbolj odmevnih filmov kinematografske sezone: vsega 24 večernih predstav, od tega pa kar 8 premier ali predpremier.

Andrej Hrovat

Živim v Ljubljani, star sem 24 let, jutri bom 25. Večino poletja sem preživel v Ljubljani, le za nekaj dni sem šel ven in tako sem dobro začutil letošnji mestni utrip. Večinoma sem bil na Metelkovi in v Trnovem na Trnfestu. Danes sem prvič na Gradu. Prišel sem, da bi si ogledal *Namišljene ljubezni*. Nasploh se mi vzdušje v Ljubljani zdi zelo živo. Predvsem poleti. Mislim, da je mesto na pravi poti, da postane poletna prestolnica kulture in zabave. Filmske predstave, ki jih predvajajo v sklopu Filma pod zvezdami, so na nivoju. Izbor se mi zdi zelo dober, čeprav so to filmi, ki smo jih lahko že videli na Lifu. Večino filmov že poznam. Je pa tule čisto drugo vzdušje. To, da si filmsko predstavo lahko ogledam na prostem, se mi zdi zelo prijetno. Za *Namišljene ljubezni* sem se odločil, čeprav sem ta film že videl. Všeč mi je. Zelo. Tudi Xavier Dolan se mi zdi zelo dober. Všeč mi je tudi glasba, ki je vključena v film. Ne bi rekel, da sem velik poznavalec, me pa dobri filmi veselijo ljubiteljsko. In tukajle je poseben ambient. Zdi se mi, da je čas za predstave pravi, ko se lepo stemni. Tudi lansko leto je bil izbor filmov super. V bistvu sem bil zelo presenečen. Vsekakor lahko pohvalimo organizatorja. Pa tudi organizatorje drugih dogodkov. Tudi za nekoga, ki je star 25 let, je v mestu dovolj pestra ponudba, sploh v avgustu. Vidi se, da je Ljubljana zelo živa, posebej v večernih urah. Vidi se, da je veliko turistov, in očitno je, da ostajajo z nekim razlogom.

Sebastjan Brank

Star sem osemnajst let, živim v Ljubljani, letos sem maturiral na gimnaziji Vič. Kakšen se mi zdi Ljubljanski kulturni utrip? Nasploh je bolj boren. Ampak poleti se kar dogaja – Trnfest in podobno. Pozimi pa je Ljubljana bolj mrtva. Na Gradu sem prvič, prišel sem po naključju. S prijatelji. In vidim, da so filmi dobri. Izbor je bistveno boljši kot v Koloseju. Mislim, da bom šel še kdaj, ker mi je všeč ta atmosfera. Precej bolje je videti, kot v kinodvorani, super je. Sicer hodim na Life. Videl sem že film, ki ga bodo predvajali – *Namišljene ljubezni*. Všeč mi je in z veseljem si ga bom ogledal še enkrat.

PETA POSTAJA: Gornji trg, Imago Sloveniae

Imago letošnje poletje ob petkih razveseljuje ljubitelje nekoliko podhranjene zvrsti: *Jazz na Gornjem trgu*.

Pa je treba dodati – *Imago Sloveniae* že 23 let z vrhunsko umetnostjo oživlja in bogati naše mestno jedro, ob tem pa organizira še številne koncerte orkestralnih, vokalnih, komornih in solističnih zasedb tudi v manjših krajih domovine. Skupinica imagocev predvsem promovira mlade, še neujeljavljene glasbenike in ob tem dosega vrhunsko raven prireditev. V tem poletju se je na različnih prizoriščih starega mestnega jedra Ljubljane zvrstilo čez 30 brezplačnih koncertov, poslušalce so navduševali virtuozizmi iz 17 držav. Ampak ta hip se že noči. Na odru pa: Steve Klink trio.

Tamara Trajkovski

Sem diplomirana inženirka računalništva. Že vrsto let živim v Ljubljani, več kot 30 let, in to, kar se zadnja leta dogaja z Ljubljano in v Ljubljani, je super. Toliko vsega je in jaz uživam. Avgusta sem rada tukaj. Včasih sem bila poleti rada na morju, zdaj sem rada v Ljubljani. Povsod je kaj, v Škucu, pa tule, na Gornjem trgu, zdaj je neka muzika pri Prešercu, super, res, super. Nama je všeč zelo širok spekter dogodkov. Jazz je vedno dobra izbira. Rada sva pri Gaju, predvsem poleti, ko je vrt odprt. Všeč nama je kak rock koncert v Trnovem, na Trnfestu. Letos sicer malo manj, ker so manj znani izvajalci, pa greva vendar kak večer tja. Gre za vzdušje. Kjer je dobro vzdušje, tja se odpraviva. Lani sva bila tule, na Gornjem trgu, kar nekajkrat, letos sva prvič. In vzdušje je pravo. Vem, da bova uživala ob koncertu. Vsa ta dogajanja si zaslužijo pohvalo. Upam, da bo še več takih dogodkov, ko se zdaj prizorišča na prostem kar širijo. In daljšajo. Breg se je lepo podaljšal, še več je možnosti. Kar tako naprej. Da se le ne bi ustavilo.

Jaka Vovk

Sem dijak Srednje glasbene in baletne šole – oddelek za jazz. Jeseni bom v tretjem letniku. Želim si, da bi lahko študij nadaljeval v tujini; mogoče bo problem zaradi denarja. Skoraj vsak petek pridem na Gornji trg. Všeč mi je, zasedbe so dobre. Prejšnji petek je bila huda gneča. Nastopil je Strajnar-Podboj duo; kitara in saksofon. Teden prej je bil zelo dober duo kitar. Nasploh je nivo tukaj visok. Vesel sem, ker je po novem več jazzu v Ljubljani. Tudi prejšnja leta se je kaj dogajalo, a letos se mi zdi, da je tega še največ. To cenim. Dobro je, ker je Imago svojemu programu dodal jazzovske večere. Nekaj jazzu je tudi na Tromostovju. Včasih igrajo moji kolegi. Imajo bende in se tam dobijo. To so spontani ulični dogodki. Sicer je pa naša baza Jazz klub Gajo. Tja hodim predvsem ob ponedeljkih, poleti pa tudi na vrt. Jazz na Gornjem trgu je pridobitev; absolutno. Prizorišče je res dobro, akustika je v redu, ljudje se zbirajo, pridemo s prijatelji. Danes jih še pričakujem. Ob enajstih, pol dvanajstih se je treba raziti, ker potem mora biti tu mir. Lahko pohvalim organizatorje. In želim si, da bo šlo tako še naprej.

»Tukaj se počutim varno« Tuji gostje o Ljubljani

Staša Cafuta Trček

Na sprehodu po mestu se zdi, da Ljubljano vsako leto obišče več turistov z vseh koncev sveta. Občutek ni varljiv, saj ga podpira odlična statistika: Julija in avgusta letos je bilo tako v Ljubljani 223.000 nočitev, v prvih šestih mesecih pa 319.159 nočitev oz. 7,3 odstotka več kot v prvih šestih mesecih lanskega. To pomeni, da število nočitev v osmih mesecih letos v Ljubljani znaša prek 542.000, kar je nad 5 odstotkov več kot v enakem obdobju lani. Vtisi, ki so jih o našem mestu v kulturno bogatem poletju izrekli tuji gostje, nam postavljajo zrcalo, v katerem smo na velikopotezno preobraženo Ljubljano lahko samo še bolj ponosni kot doslej.

Rihard Krebs, Češka, Klatovi, ukvarja se s fotovoltaiiko

V Ljubljani sem že drugič. Prvič sem pred nekaj leti obiskal Ljubljano za zelo kratek čas. Zdaj sem se vrnil, s kolesom bom prečesal znamenitosti, ki mi jih ponujajo turistični vodiči, ki sem ga prinesel s seboj. Pot bom nadaljeval do Istre, pa do Julijskih Alp ter se nato vrnil domov na Češko. Ljubljana je, v nasprotju z velikimi mesti, prikupno majhno mesto, v katerem si človek res lahko odpočije.

Fily Fabienne, Francija, Pariz, uslužbenka v javni upravi

V Ljubljani sem prvič. V bistvu sva se s fantom odločila, da bova obiskala Hrvaško in letališče Brnik je bila najboljša izbira za najine izbrane turistične cilje. Vaša prestolnica nama je zelo všeč, ljudje so zelo prijazni. Tukaj sva se popolnoma sprostita in se prepustila vašim lepim kotičkom.

Marcel Keizer, Nizozemska, Groningen, učitelj španščine in angleščine

Smo na poti v Italijo. V Ljubljani imamo prijatelja, ki nas je povabil, da se ustavimo za nekaj dni. Zelo sem navdušen nad vzdušjem v vašem mestu. Začutil sem mediteransko mentaliteto ljudi, prav tako sem navdušen nad arhitekturo. Nekaj dni pred tem smo obiskali Dunaj in tukaj sem začutil podobne sledi v arhitekturi. Vaše fasade so res nekaj posebnega, ker so raznobarvne. Vse je tako živo, tudi hrana je zelo dobra. Poskusili smo vašo kranjsko klobaso, ki je bila naravnost odlična. Pri vas mi je všeč tudi to, da se veliko družite med seboj.

Maurizio Miotello, Italija, Vicenza, inženir strojništva

Z družino potujemo po Sloveniji, obiskali smo že Maribor in Ptuj. Veliko lepega sem že slišal o Ljubljani, zato smo se ustavili tudi tukaj za dva dni. Spino v hostlu. Zelo pozitivno jo doživljamo.

Servis je na splošno zelo dober. Sicer še nismo jedli nobene vaše tradicionalne jedi, je pa bila hrana do zdaj zelo okusna.

Conor McKenna, Irska, County Monaghan, (bodoči) študent

Pravkar sem zaključil srednjo šolo. Iz Dublina sem letel do Eindhoven na Nizozemskem, od tam pa naprej z vlakom. Ljubljana je moja najjužnejša postaja. Je zelo fotogenična, všeč mi je struga Ljubljanice, ki lepo, nadzorovano teče skozi mesto. Ob pogledu na vaše zgradbe človek začuti zgodovino. Opazil sem veliko kipov, ki so vkomponirani v dele zgradb. To je res nekaj posebnega. V primerjavi z Irsko je pri vas vse polovico ceneje. Ljudje so zelo prijazni do nas tujcev, vsi so zelo ustrezljivi. Na poti sem obiskal med drugim tudi Poljsko in imel sem občutek, kot da ne marajo turistov, pri vas pa je ravno nasprotno. Svojim prijateljem bom priporočal Slovenijo.

Alejandra Camacho, Meksiko, Mehika

Končala sem študij mednarodni odnosi. V Evropo, natančneje v Beograd, sem prišla na prakso v mehiško ambasado. Zdaj potujem po Evropi, čeprav moram priznati, da sem zelo navdušena nad republikami nekdanje Jugoslavije. Ljubljana je čudovita, majhna, človek se ne more izgubiti! Kar ne morem verjeti, koliko kolesarjev imate tukaj. Najbolj sta me navdušila Zmajski most in Grad.

Clare Sedler, Velika Britanija, London, uslužbenka v javni upravi

S prijateljico potujemo po Evropi, v Ljubljani bova ostali dva dni. V centru je trenutno živžav, glasno, zato sva se umaknili na Grad, kjer sva v njegovem zavetju občutili mir, tišino in čudovit pogled na okolico. Hvala za prijetno bivanje!

Qin Zhang, Kitajska, Peking, ravnateljica v osnovni šoli

Ljubljana mi je zelo všeč, ker je tako majhna in žepna. Tukaj se počutim varno. Spomnim se tradicionalne slovenske mesne jedi, ki smo jo jedli na ulici – burek. Burek je čudovit.

Margarita Polokainen, Estonija, Talin

V fantom sva prvič v Sloveniji. Za pot sva se odločila, ker je Slovenija znana po tem, da je čista, narava je neokrnjena, mesta so prijazna. Prišla sva z avtom, pred dvema tednoma. Med drugim sva obiskala Postojnsko jamo in Triglavski narodni park. V Ljubljani sva se osredotočila na spoznavanje vaših tradicionalnih jedi, saj me zaradi bodočega študija kuharstva zanima tudi tuja kuhinja. Navdušena sva bila nad prekmursko gibanico, jabolčnim zavitkom, sirovim burekom, golažem ter idrijskimi žlikrofi. Spiva v hostlih ali v kampih. Cene so v primerjavi s tistimi pri nas približno enake. Ljudje so zelo prijazni, všeč nama je vaše sonce (v Talinu ni takšne lepe svetlobe). V Ljubljani so nama všeč tudi vaši grafiti, ki so v harmoniji z okolico. Všeč nama je tudi arhitektura, predvsem staro in novo – lepo sodi skupaj. Za spomin sva vzela nekaj vašega suhega sadja. Za hčerko pa moram najti še kakšno lepo verižico.

Josune Lopez, Španija, Bilbao, doktorandka

V Sloveniji sem prvič, s fantom sva prišla z vlakom. Trenutno je Slovenija v Španiji zelo popularna. Mene osebno pa je že od nekdaj zanimal Balkan. V Ljubljani sva že tretji dan. Srčkano mesto. Veliko je zelenja, ljudje so prijazni, tudi najin hostel DIC je pravo zatočišče za ljudi, ki potujemo in raziskujemo dežele sveta.



Fotografije: Staša Cafuta Trček

Rihard Krebs



Fily Fabienne



Marcel Keizer



Maurizio Miotello



Conor McKenna



Alejandra Camacho



Clare Sedler



Qin Zhang



Margarita Polokainen



Josune Lopez

Slovanska duša

Nada Breznik



Fotografiji: arhiv Benjamina Izmajlova

Mestni štipendist violinist Benjamin Izmajlov



Benjamin Izmajlov na koncertu skupaj s soprogo pevko Manco Izmajlovo.

Violinist Benjamin Izmajlov je na svojo glasbeno pot stopil s šestimi leti. Po zaključku obveznega šolanja v Sloveniji in pri znanih profesorjih v Italiji in Avstriji je na znamenitem državnem konservatoriju Peter Ilič Čajkovski v Moskvi kot prvi Slovenec najprej diplomiral in kasneje še z odliko magistriral v razredu legendarne violinistke Marine Yashvili. Nastopa v različnih zasedbah od dua (z znanim turškim pianistom Gökhonom Aybulusom na primer), komornih skupin (v času študija v Ljubljani je bil violinist godalnega kvarteta Enzo Fabiani) do velikih orkestrów, kot so Moskovski državni simfonični orkester Pavla Kogana. Sodeluje s umetniki svetovnega slovesa. V letu 2008 sta s soprogo Manco Izmajlovo v Moskvi prejela medaljo Slovanskega fonda Rusije za spodbujanje medkulturnih stikov. To priznanje je več kot zasluženó, saj vse svoje delovanje razumeta kot pomembno poslanstvo in ga tako tudi živita. Da je Benjamin Izmajlov odličén in senzibilen interpret, se občinstvo prepriča, ko glasbenik prisloni instrument na svoje rame, ko potegne z lokom po strunah, ko se v zanosu igranja njegovo mogočno telo povzpne na prste, kajti tedaj na teh strunah drhti njegova občutljiva umetniška duša, slovanska duša. In slovensko srce. Benjamin Izmajlov je za študij violine na Konservatoriju P. I. Čajkovski v Moskvi prejemal štipendijo za nadarjene Mestne občine Ljubljana.

Opiši nam začetke tvojega glasbenega izobraževanja. Kaj je bilo odločilno, da si izbral prav violino?

Resen študij glasbe bi moral zmeraj biti življenjsko poslanstvo. Zelo veliko število let vlagaš v nekaj, kar le redkokdaj realno finančno poplača tvoj trud. Začel sem pri šestih letih, z magisterijem sem zaključil pri štiriintridesetih. Kateri drug poklic še zahteva dvaindvajsetletno izobraževanje?! Ponavadi začneš glasbeno pot kot del splošne izobrazbe. Glavno vlogo tu seveda igrájo starši. Učenje glasbe je enako pomembno kot učenje matematike, zgodovine, materinega jezika. Poleg dokazanega boljšega razvoja učnih sposobnosti nasploh, koncentracije, discipline, analitičnega reševanja problemov itn., nudi učenje glasbe življenjsko dimenzijo, ki je navzoča povsod, vsak dan. Gre za najbolj abstraktno (metafizično) umetnost, ki neposredno učinkuje na podzavest in krepi čustveno ravnotežje, kar pa je po mojem v življenju največji adut. Zame je bilo nedvomno odločilno spoznanje, da bi bil brez glasbe nesrečen. Svoje poglede in čustva najbolje izražam skozi njo, in to večplastno hkrati. Tako lahko združim sebi zanimiva področja življenja – naravoslovje, filozofijo in kulturo (tudi v socialnem

pogledu). Violina pa je po svojem značaju, predvsem barva zvoka, zame najlepši instrument. Za nameček pa je najbolj »ekoglasbilo« (po 400 let je v uporabi), nakup pa se celo obrestuje, saj ji vrednost raste.

Kaj je najbolj zaznamovalo tvojo glasbeno pot in te vodilo vse do magistrerja na glasbeni akademiji Peter Ilič Čajkovski? Kako je potekal študij v Moskvi?

Starši, ki so mi zmeraj stali ob strani in me podpirali pri vsem, kar sem počel, so mi glede glasbe dobro svetovali. Pred odločitvijo, ali študirati violino na Srednji glasbeni šoli v Ljubljani ali pa začeti študij naravoslovja na bežigradski gimnaziji, sta mi kljub temu, da sem bil jugoslovanski državni prvak elektrotehnike in tekmoval tudi na republiški ravni v fiziki, svetovala, naj se odločim s srcem. Čeprav še zmeraj ljubiteljsko sledim trendom in dosežkom predvsem na področju fizike, sem jima neizmerno hvaležen za njune pametne in življenjsko zrele nasvete. Vsekakor pa mi tudi te vede izjemno pomagajo pri glasbi, saj je nastajanje zvoka nekaj povsem fizikalnega. Srce, um in umetniško prepričanje so izvor ustvarjanja, razum pa mora to

preleti v konkretne zvoke. Kot vse v življenju, vse je povezano. Več, kot veš in znaš, več lahko ustvariš kjerkoli.

Študij v Moskvi je izjemno zanimiv. Ne glede na to, da so pričakovanja profesorjev zelo visoka, si največji izziv samemu sebi, saj s tako številnimi sošolci, ki lahko igrájo perfektno, malo manj ali pa tudi povprečno, zelo dobro veš, kje si v svojem glasbenem razvoju. To je neverjetna stimulacija. Dodiplomski študij traja pet let, magistrski pa tri. Program, ki ga obdelaš, zadostuje za kriterije doktorata v Evropi. Veliko profesorjev je svetovnega slovesa, v istih sobah so predavala največja imena svetovne klasične glasbe 19. in 20. stoletja (Čajkovski, Šostakovič, Tanejev, pa Ojstrah, Kogan, Richter itn.). Potem je tu še ponudba koncertov, ki jo premore Moskva, in vse to pomeni zame najboljši kraj na svetu za študij klasične glasbe.

Katere lastnosti mora imeti glasbeni pedagog, da bi vzdrževal in stopnjeval motiviranost pri študentih v času naporenega študija in vadbe, ki naj bi pripeljali do dognane tehnike in občutene interpretacije glasbenih del?

in slovensko srce



Kateri tvoji profesorji iz domovine in tujine so najbolj spodbudno vplivali nate, da si se oblikoval kot klasični glasbenik?

Profesor mora biti velik človek. Imeti mora rad ljudi in zato tudi sebe. Biti mora življenjsko izpolnjen. Kot izvajalec, lahko pa tudi »samo« kot pedagog. Nenehno daje zgled svojim študentom in jih vodi po njihovi poti emotivno in fizično. Je hkrati zdravnik in psiholog z močnim filozofskim znanjem o pomenu umetnosti. Zmeraj mora zahtevati več, kot zmore učenec, vendar pa ga mora voditi tako, da je učenec zadovoljen s svojimi dosežki. Vsak učenec je primer zase, saj je smisel študija glasbe umetniško ustvarjanje, ne samo brezhibno igranje tonov. Zato je pouk seveda individualen. Študentu je tako jasno, kakšen je njegov potencial (niso vsi najboljši), vendar je s tem popolnoma zadovoljen in lahko v vsakem primeru prispeva k življenju družbe – kot pedagog, teoretik, pa tudi kot dober glasbenik. Če bi imeli le soliste, bi bila glasba zelo monotona in enolična. Do bodočih solistov pa so zahteve ogromne, saj so potem v življenju, na odru, še bistveno večje. Tudi na to te profesor pripravlja. Vsak študent goji do konca svojih dni veliko ljubezen, hvaležnost in spoštovanje do svojih profesorjev. Tudi pri meni je tako. Prav vsem profesorjem, ki sem jih imel, sem zelo hvaležen. Vsak mi je nekaj dal, eni več, drugi ne manj, ampak mogoče kaj drugega. Mozaik pa si moraš sam sestaviti, nihče ga ne more namesto tebe.

Kako doživljaš nastopanje pred občinstvom? Kateri klasični nastopi so se ti najbolj zasidrali v spominu in zakaj?

To je tudi svojevrsten trening. Občinstvo je najpomembnejše, saj če umetnosti publika ne sliši, ne vidi ali ne čuti, je ni. Lahko se s tabo strinja ali jo podoživlja le manjši del publike, nič za to. Je tvoje videnje pomena življenja in človečnosti. To je tudi smisel umetnosti. Vsi, ki nastopamo, imamo neke vrste tremo pred nastopom. Profesor ti lahko veliko pomaga, največ pa si pomagaš sam, ko ugotoviš, da se ne bojiš publike, ampak ti nagaja samo tvoj ego – kaj si bodo mislili o tebi. Vsi igramo neko življenjsko igro v družbi, le malokaterim se uspe znebiti »čustvene odvisnosti« od družbe in živeti sproščeno. Tako spoznanje ti da največ svobode, tudi na odru, hkrati pa objektivno kritiko lastnega igranja. Tekmujemo sami s sabo. Tako je tudi vsak nastop doživetje zase, vsak je drugačen. Lahko igraš zase perfektno, pa je publika bolj ravnodušna, lahko pa je nasprotno. Vsi koncerti so neka pot, čustveno dozorevanje. Verjetno se ti najbolj zasidrajo prav nastopi, ki jih ne bi želel nikoli ponoviti. Lahko je to lastna izvedba, ponavadi kakšni izpiti, lahko pa je tudi izkušnja z organizatorji. Le redki se zavedajo, kakšno umsko pripravo zahteva obsežen koncert, in ne razumejo pogojev, ki jih postaviš za doseganje odličnosti izvedbe. Saj publika prav to pričakuje – odličnost v doživetju.

Še v času študija se je tvoja življenjska in glasbena pot povezala z glasbeno potjo tvoje

soproke Mance Izmajlove. Kako je to vplivalo na vajini dotedanji glasbeni usmeritvi in kdaj se je začelo vajino sodelovanje pri skupnih projektih?

Za naju je bila združitev nekaj najboljšega. Poleg violine sem se še bolj začel zanimati za glasbeno produkcijo, producentstvo, komponiranje itn. Omogočilo mi je, da sem spoznal povsem nove dimenzije v glasbi, ki mi ogromno pomagajo tudi pri lastnih izvedbah. Zmeraj sem se zanimal – in se tega tudi učil – za kompozicijo, studijsko delo, aranžiranje itn. Velika napaka je, da v današnjih časih izvajalec ni tudi skladatelj. Tako je bilo namreč vse do obdobja romantike. Verjetno zaradi tega nimamo velikih klasičnih del tudi danes. Ko izvajaš lastno glasbo, si umetniško prepričljiv. Večina velikih skladateljev je bila na začetku izjemnih izvajalcev (Bach, Mozart, Šostakovič etc.). Lahko rečem, da je prav zato jazz tako živa glasba. Sam sem imel srečo in pogum, da sodelujem z najboljšimi. Tako se tudi največ naučiš. Sicer pa, najin glasbeni začetek z Manco: naročnik želi glasbeni nastop. Nima denarja niti za honorar niti za najem klavirja. Preostane to, da napišem priredbo skladbe za glas in violino. Izkazalo se je za neverjetno prijeten izziv. Saj violina lahko igra vlogo drugega glasu ali pa spremljave. Prepletanje tega je lahko sila zanimiva reč. Zdaj imava tovrstnega materiala za celovečeren koncert. In tudi ko nastopava z ogromnimi orkestri, za zadnji bis zaigrava tako skladbo, samo glas in violina. Ni boljšega zaključka koncerta!

Poleg solističnega nastopanja, skupnih nastopov in projektov, vodenja poletne glasbene šole na Bledu imaš tudi številne druge vloge in obveznosti, kot so glasbeni producent, skladatelj, direktor, menedžer. Kako obvladuješ vse te dejavnosti ob tem, ko sta z Manco tudi starša male Izabele? Kaj je pri vsem tem delu zate največji izziv in ti prinaša največ ustvarjalnega zadoščenja?

Kaj je Leonardu da Vinciju prineslo največ zadoščenja? Izumi, slike, anatomija človeka? Verjetno vse. Pri meni je podobno. Imenovalac je skupen – umetnost skozi glasbo. Brez nje bi bil zelo težko. Okoli nje se suče vsa moja ustvarjalnost. Pri drugih stvareh seveda želim biti enako profesionalen in dober, vendar so vsa nekako v službi violine. Tu čutim največje zadoščenje in izraznost. Res pa je, da mi iz lastnih nazorov, ki so občutni tudi v moji glasbi, družina največ pomeni. Umetnost opisuje naravo, predvsem živo. Vse živo, predvsem pa ljudje, ki jih ljubim, so izvor in izvir lastnih sanj in ambicij. Delaš zase, vendar tako, da bodo oni še bolj srečni. Na koncu smo vsi zmagovalci. Moja hčerka pooseblja te občutke, je esenca življenja v vseh pogledih. Pomeni nadaljevanje človeštva. Zato si želiš, da bi bila še boljša ali bolj modra, kot ti sam. Nekega dne vsak umre. Prav je, da vse življenje delaš zase, vendar z razumevanjem, da je tvoje delo prispevek k celotnemu razvoju človeka, tudi kot delu narave. Pa še malo otročje se spet lahko obnašam. Ni dobro, če

izgubiš ta neobremenjeni pogled na svet. Cukrček je, kaj naj še rečem ...

Kakšna vrsta pomoči bi mlajšim umetnikom in konkretno vama osebno olajšala preboj in vztrajanje na glasbeni sceni in seveda omogočila solidne razmere za ustvarjalno delo?

Pri nas v Sloveniji obstaja paradoks. Meni je država veliko finančno pomagala. Imel sem štipendijo v srednji šoli, Zoisovo štipendijo, štipendijo Ministrstva za kulturo in na koncu štipendijo Mestne občine Ljubljana. Torej so vame veliko vložili. Ko pa se vrneš iz tujine, poln znanj, ki jih želiš deliti s svojo družbo, so ti vsa vrata zaprta. Koliko primerov v drugih državah poznam, kjer zahtevajo, da zasedeš svojemu znanju primerno mesto vsaj za nekaj let, potem ko so te »izšolali«. Pri nas pa je prav nasprotno. Vsi poznamo primera Irene Grafenauer in Mateja Bekavca, ki nista dobila priložnosti učiti pri nas na Akademiji, pa tudi drugih. Sklicujejo se na zakone. Kdo pa piše zakone? So večni?

Verjetno je pa v naši družbi nasploh največji problem dojemanje kulture. Tudi zaradi naše zgodovine je ta predvsem okrasek ali pa predmet postavljanja. Redkokdo se zaveda moči in pomembnosti kulture naroda. Kaj ga sploh definira? Največji produkti naroda so znanost, šport in kultura. Vendar pa le slednja opisuje in ohranja narod. Prvi dve področji sta univerzalni in le posredno kažeta razvoj nekega naroda. Brez kulture pa nas kot naroda enostavno ni. Tudi zelo profitna je lahko, saj so sporočila skoraj zmeraj čustvene narave, kar se danes nenehno uporablja v oglaševanju. Kulturni imidž ima v tujini ogromen pomen. Podjetja prav skozi tako sodelovanje krepijo in širijo svojo prepoznavnost. Mogoče se pa sramujemo, od kod smo? Morala družbe se mora spremeniti. Selekcionirati se mora zvrst in nivo umetnosti, kar pa lahko storijo le za to usposobljeni. Izbiti pojem povprečnosti iz Slovenije in družbeno podpirati presežke, tudi finančno.

Ali nam lahko zaupaš, kakšni so tvoji in vajini načrti za prihodnje?

Želja je veliko. Koncerti v tujini. Promocija slovenske glasbe v tujini. Snemanja, nova zgoščenka ali še kaj drugega. Dogovarjam se tudi za profesuro na akademijah v drugih državah. Lahko naju vsi spremljajo prek internetne strani. Splošen načrt pa je, ostati zvest sebi, se imeti prijetno v življenju, se ne meniti za to, kaj pravi sosed, in dajati vse od sebe – sebi in drugim. Predvsem pa nobenega jamranja. Če nekaj hočeš, naredi.

Obema želim še veliko veselja in uspehov na vajini skupni življenjski in umetniški poti, da bi sebi in vsem ljubiteljem glasbe pripravila še obilo užitkov.

(Naslov prispevka je sposojen iz obeh zgoščenk, na katerih glasbenika predstavljata pesmi iz zakladnice slovanskih narodov, op. avtorice.)



LUTKOVNO GLEDALIŠČE LJUBLJANA

Jera Ivanc, umetniški vodja LGL

LGL: v petek in svetek, za staro in mlado, za hec in zares



Foto: Blaž Samec

Prizor iz Sapramiške pesnice Svetlane Makarovič.



Foto: Žiga Koritnik

Magično pravljica uprizoritev Velike in male lune pesnika Borisa A. Novaka.

Pogled na prve strani programske knjižice Lutkovnega gledališča Ljubljana za sezono 2011/2012 priča o pestrosti ponudbe tega nekoč majhnega gledališča: KU KU kartica, 1 direktor, 1 umetniški vodja, 5 abonmajev, 10 premier, 3 obnovitve, 26 ponovitev, 2 predstavi iz kovčka, 2 bienalna festivala, delavnice za otroke, šole za mlade, kulturni dnevi za osnovne in srednje šole, Miklavžev sprevod po ljubljanskih ulicah, predstave z obiskom Dedka Mraza, pustni sprevod po ljubljanskih ulicah in pustovanje v LGL; za vse to z nekaj zunanjimi ustvarjalci skrbi 12 igralk in 12 igralcev, 4 oblikovalci lutk, 1 krojačica, 5 inspicientov, ki so hkrati tudi tonski mojstri, 3 oblikovalci svetlobe, 2 mojstra luči, 4 scenski tehniki, 1 odrski mojster, 1 garderoberka, 3 čistilke, 1 kurirka, 1 vodja tehničnega sektorja, 1 producent, 1 poslovna sekretarka, 1 organizatorka stikov z javnostjo, 2 organizatorki programa, 1 arhivarka, 2 računovodkinji in 1 strokovna programska sodelavka.

Prizorišča Lutkovnega gledališča Ljubljana

Pogled v statistiko dveh prejšnjih sezon je precej osupljiv: povprečje deset mesecev dolge sezone je 2,5 predstave na dan (2 na domačih odrih in 0,5 na gostovanju), tj. 17,5 na teden, 75 na mesec itd. Take številke so mogoče tudi zato, ker imamo osupljivo število prizorišč: Veliki oder LGL, Mali oder LGL, pol Šentjakobskega odra LGL, Tunel LGL in Kulturnico LGL, ki pa ni na Krekovem trgu 2, kjer smo doma, ampak na Židovski stezi 1. Imamo jo že od leta 1980. Jeseni 2011 načrtujemo otvoritev nove dvorane, Odra pod zvezdami.

Od ustanovitve do danes

Kdor pozna številke drugih slovenskih gledališč, temu je ob zgornjem zapisu že na prvi pogled jasno, da smo edinstveni. Pa ne samo zaradi števil. Zgodovina, sploh nedavni dogodki, je precej pestra. Lutkovno gledališče Ljubljana je bilo pod imenom Mestno lutkovno gledališče ustanovljeno leta 1948, od leta 1963 do leta 1967 je delovalo v okviru Zavoda Pionirski dom Ljubljana, se nato osamosvojilo in preimenovalo v Lutkovno gledališče Ljubljana, leta 1984 pa se vselilo v nove prostore v Mestnem domu na Krekovem trgu 2. Leta 1992 je bilo v Španskih borcih ustanovljeno Moje gledališče, v katerem so nastajale predstave za otroke in komedije. Leta 1997 je dobil Veliki oder LGL mlajšega brata, Mali oder LGL. Leta 2005 iz Mojega gledališča v Španskih borcih nastane javni zavod Gledališče za otroke in mlade Ljubljana (GOML), katerega igralski ansambel šteje pet članov. 1. januarja 2009 je GOML po neuspelem poskusu pripojitve k Mladinskemu

gledališču Ljubljana pripojen k LGL; slednjemu je za nemoteno delovanje obljubljen Šentjakobski oder v Mestnem domu, kamor bi se preselila produkcija nekdanjega GOML. Tako nastane novi zavod s starim imenom (LGL), z dvema dejavnostma (lutkovno in dramsko), z dvema ansambloma (igralsko-animatorskim in igralskim) ter z dvema direktorjevima pomočnikoma oz. umetniškima vodjema (za lutkovno in za dramsko dejavnost). Hkrati z združitvijo poteka izselitev Šentjakobskega gledališča iz Mestnega doma na Krekovem trgu, a je uspešna le delno. Uprava gledališča se sicer izseli, produkcija pa ne; načrti ustanovitelja, da bi se GOML in Šentjakobsko gledališče preprosto zamenjala, se izjalovijo. Rešitev je dejansko salomonska: novi LGL dobi v upravo in uporabo Šentjakobski oder, vendar si ga deli s Šentjakobskim gledališčem – če ni dogovorjeno drugače, dva tedna mi, dva tedna oni. Ker s tem ekipa in produkcija nekdanjega GOML izgublja identiteto – odvzeto jim je ime, pripojeni so k lutkovnemu gledališču, oder pa si delijo z amaterskim gledališčem –, dobi dramska dejavnost neuradno ime DOM, Dramski oder za mlade. Septembra 2010 med igralce odide umetniški vodja dramske dejavnosti, oktobra med profesorje odide umetniška vodja lutkovne dejavnosti, novembra za vedno, nekam med zvezde, odide direktor, Marjan Gabrijelčič. 1. aprila 2011, šele po drugem uspelem razpisu, zavod dobi novega direktorja, Uroša Korenčana. Ta prekine z delitvijo na dva ansambla in dve dejavnosti (čeprav sta še vedno financirani ločeno – nekdanji GOML financira Mestna občina Ljubljana, nekdanji LGL pa Ministrstvo za kulturo), od kratkic ostane samo še LGL.

Program za otroke, mladino in odrasle

Lansko sezono smo začeli s pretresi, v letošnjo vstopamo mirni in polni pričakovanj. Pred nami je deset premier, šest za mladino in odrasle, štiri za otroke. Med tremi jesenskimi obnovitvami so same uspešnice za najmlajše: dva hita Svetlane Makarovič, *Spet kosovirji!* in *Vila Malina*, ter burleska Lune Ornik o repi velikanki *Lalanit*. Med šestindvajsetimi predstavami iz prejšnjih sezon jih je devetnajst namenjenih otrokom, preostalih sedem pa mladini in odraslim. Čeprav se nas drži stereotip, da smo za otroke, je iz zapisanega jasno, da imamo bogato ponudbo predstav tudi za starejše. Staro abonmajsko ponudbo treh abonmajev smo ob sodelovanju drugih ljubljanskih javnih zavodov razširili na pet: DVAnaNAJST je abonma gledališča in filma, ki je namenjen fantom in puncam med 12. in 15. letom, KUL je abonma gledališča, filma, plesa in koncertov, s katerim ciljamo na nekoliko starejše, tiste med 15. in 25. letom. Imamo tudi dve predstavi, ki ne potrebujeta ne odra ne strehe na glavo – pridemo, odigramo, odidemo; takim predstavam rečemo, da so *Iz kovčka*. Imamo tudi dva bienalna festivala – organizator mednarodnega lutkovnega LUTKE je bilo staro LGL, organizator festivala igranih predstav za otroke in mlade Zlata paličica je bil nekdanji GOML. Zdaj sta oba pod okriljem novega LGL, žal pa javni financirji slednjemu letos niso namenili niti evra. Zakaj je tako, ne vemo, a festival bomo vseeno imeli. Ker je to edini profesionalni festival uprizoritvenih umetnosti za otroke in mlade s selekcijo pri nas.



Foto: Nejc Saje

Shakespeareova Romeo in Julija.



Foto: Blaž Samec

Spet kosovirji! pesnice Svetlane Makarovič.



Foto: Nejc Saje

Avtorski projekt Sonje Kononenko TIK TAK.

Celoletni tečaji za starejše otroke in mladino

Letos prvič vpisujemo v celoletne tečaje za starejše otroke in mladino: pripovedovalska šola je za mlade od 15. leta dalje, igralsko lutkovna šola je za starejše otroke (od 8. do 11. leta), plesne šole so različne – gibalno ustvarjanje je za otroke med 8. in 11. letom, sodobni ples je za mlade med 12. in 15. letom, balet za sodobne plesalce je za bolj izkušene med 12. in 18. letom. Dvakrat mesečno po sobotni predstavi bo še vedno potekal *Lutkovni klub*, lutkovne delavnice, na katerih bodo najmlajši s (starimi) starši spoznavali različne materiale in izdelovali preproste lutke, ob sredah pa *Igrajmo se pravljico*, gledališka delavnica, na kateri otroci brez (starih) staršev poslušajo, narišejo in odigrajo pravljico. Ste vedeli, da že leta izvajamo *Miklavžev spreved* po ljubljanskih ulicah, prav tako *Pustni spreved*? Seveda niste. Ne samo, da smo pridni, ampak smo tudi skromni. Brez skrbi, v prihodnje se to ne bo spremenilo, samo še bolj pridni bomo, še bolj bomo delali, še više, še hitreje, še močneje, še bolje, še več, do konca in naprej, dokler bomo lahko.

Trije abonmaji za otroke 5 predstav v LGL + 1 animirani film v Kinodvoru

Prva srečanja z lutkami, za otroke od 3. leta dalje
Ste že pripravljeni na gledališče? Prva srečanja z lutkami so abonma, namenjen najmlajšim otrokom. Začeli bomo s toplimi, intimnimi predstavami v Kulturnici na Židovski stezi, ki omogoča neposreden stik z lutkami in igralci, nadaljevali na malo večjem Malem odru našega gledališča, vmes skočili na projekcijo kratkih animiranih filmov v Kinodvorov Kinobalon, spoznavanje pa zaključili na največjem, Velikem odru.

Klasične pravljice, za otroke od 4. leta dalje
Ste za klasiko? Nekaj domačih in nekaj tujih biserov otroške književnosti sestavlja pestro abonmajsko ponudbo na Malem, Velikem in Šentjakobskem odru našega gledališča, ki jo letos dopolnujemo še s presenečenjem iz programa Kinobalon v Kinodvoru.
Novo za radovedno sovo, za otroke od 5. leta dalje
Ste predstave iz prejšnjih sezon že videli? Ste radi na tekočem? Vas zanima vse, kar je novo in živo? Potem izberite abonma petih novosti v sezoni, dopolnjen z ogledom novega filma v Kinodvoru.

DVAAnaJST abonma, LGL in Kinodvor 3 predstave + 3 filmi

Ste že prestari, da bi v gledališče ali v kino hodili s starši, pa še premladi, da bi šli čisto sami? Vas v šoli silijo, da gledate stvari, ki vas ne zanimajo, ker so preotroče? Potem je DVAAnaJST pravi abonma za vas. Če boste želeli na katero od šestih gledaliških ali filmskih predstav povabiti prijateljico, prijatelja, sošolko, sošolca, punco, fanta, mamo ali očeta, boste imeli pri nakupu vstopnice zanjo ali zanj 10-odstotni popust.

Festival Zlata paličica 2011 (5. - 12. oktober 2011)

● **5. oktober ob 20. uri: 20:00, Oder pod zvezdami LGL – J. Vidmar: Brez (LGL), premiera in otvoritev Festivala Zlata paličica, za mladino od 14. leta dalje, spremljevalni program; zaključeno za vabljenje;** ● **6. oktober ob 10. uri, Veliki oder LGL – M. Solce: Štirje muzikanti (LGL), lutkovna predstava za otroke od 4. leta dalje, spremljevalni program; zaključeno za šolske skupine;** ob 11. uri: Šentjakobski oder LGL – B. A. Novak: Mala in velika luna (koprodukcija LGL in PG Kranj), dramska predstava za otroke od 5. leta dalje, tekmovalni program; zaključeno za šolske skupine; ob 14. do 16. ure, Kulturnica LGL (Židovska steza 1) – Bralne uprizoritve dramskih besedil za otroke in mlade, ob 17. uri, Šentjakobski oder LGL – B. A. Novak: Mala in velika luna (koprodukcija LGL in PG Kranj), dramska predstava za otroke od 5. leta dalje, tekmovalni program, izven; ob 19. uri, Mali oder LGL – Po motivih animiranih filmov M. Pavlatove: Laila (LGL), lutkovna predstava za mladino od 12. leta dalje in odrasle, spremljevalni program, izven; ● **7. oktober ob 10. uri, Šentjakobski oder LGL – M. Borin: Žužkerada (LGL), dramska predstava za otroke od 4. leta dalje, tekmovalni program, zaključeno za šolske skupine;** ob 11. uri, Veliki oder LGL – I. Šimič: Padalci ali umetnost padanja (Kazališče Mala scena, Hrvaška), dramska predstava za otroke od 3. leta dalje, brez besed, spremljevalni program; zaključeno za šolske skupine; ob 14. do 16. ure, Kulturnica LGL (Židovska steza 1) – Bralne uprizoritve dramskih besedil za otroke in mlade; ob 20. uri, Šentjakobski oder LGL – J. Vidmar: Pink (LGL), dramska predstava za mladino od 14. leta dalje in odrasle, tekmovalni program, izven; ● **8. oktober ob 10. uri, Veliki oder LGL – M. Aduša Vidmar: Mali modri Huhu (Gledališče Koper), dramska predstava za otroke od 3. leta dalje, tekmovalni program, izven;** ob 11. uri, Mali oder LGL – J. Ribičič: Črni muc vasuje (LGL), lutkovna predstava za otroke od 4. leta dalje, spremljevalni program, izven; ob 14. do 16. ure, Kulturnica LGL (Židovska steza 1) – Bralne uprizoritve dramskih besedil za otroke in mlade, ob 16. uri, Mini teater Ljubljana (Križevniška ulica 1) – S. Makarovič: Sapraniška 2 – Sapraniška sreča (Mini teater Ljubljana), dramska predstava za otroke od 3. leta dalje, tekmovalni program, izven; ob 18. uri, Veliki oder LGL – T. Matevc: Grozni Gašper (koprodukcija SNG Nova Gorica in Gledališča Koper), dramska predstava za otroke od 9. leta dalje, 55 minut, tekmovalni program, izven; ob 19. uri, Šentjakobski oder LGL – T. Lycos, S. Nantsou: Kamni (LGL), dramska predstava za mladino od 12. leta dalje, spremljevalni program, izven; ● **9. oktober ob 10. uri, Mali oder LGL – A. Rozman Roza: Kako je Oskar postal detektiv (koprodukcija Rozinteatra in SNG Drama), dramska predstava za otroke od 6. leta dalje,**

tekmovalni program, izven, ob 11. uri, Veliki oder LGL – J. Zakonjšek: Bagdaski tatič (LGL), lutkovna predstava za otroke od 4. leta dalje, spremljevalni program, izven; ob 16. uri, Mini teater Ljubljana (Križevniška ulica 1) – F. Puntar: Medvedek zleze vase (Mini teater Ljubljana), gledališko-lutkovna predstava za otroke od 4. leta dalje, spremljevalni program, izven; ob 18. uri, Šentjakobski oder LGL – D. Potočnjak: Prov hudo (LGL), dramska predstava za otroke od 8. leta dalje, spremljevalni program, izven; ob 20. uri, Oder pod zvezdami LGL – N. Milčinski, Siddharta, I. Štromajer: Livingstonov poslednji poljub (Anton Podbevšek Teater), gledališki rock koncert za mladino in otroke od 8. leta dalje, tekmovalni program, izven; ● **10. oktober ob 10. uri, Šentjakobski oder – D. Potočnjak: Prov hudo (LGL), dramska predstava za otroke od 8. leta dalje, spremljevalni program, zaključeno za šolske skupine;** ob 13. do 16. ure, Preddverje Veličega odra LGL – Okrogla miza o gledališču za mlado publiko; ob 17. uri, Kulturnica LGL (Židovska steza 1) – Po motivih iz 18. stoletja M. Klemenčič: Doktor Faust (LGL), lutkovna predstava za mladino od 12. leta dalje, za mladino in odrasle, spremljevalni program, izven; ob 20. uri, Gledališče Koper (Verdijeva ulica 3, Koper) – W. Shakespeare: Romeo & Julija (koprodukcija LGL in Gledališča Koper), lutkovna predstava za mladino od 14. leta dalje, spremljevalni program, izven; ob 20. uri, Oder pod zvezdami LGL – N. Milčinski, Siddharta, I. Štromajer: Livingstonov poslednji poljub (Anton Podbevšek teater), gledališki rock koncert za mladino in otroke od 8. leta dalje, 45 minut, tekmovalni program, izven; ob 20. uri, Kulturnica LGL (Židovska steza 1) – po motivih iz 18. stoletja M. Klemenčič: Doktor Faust (LGL), lutkovna predstava za gledalce od 12. leta dalje, za mladino in odrasle, spremljevalni program, izven; ● **11. oktober ob 10. uri, Šentjakobski oder LGL – M. Jesih, po Andersenovi pravljici: Cesarjeva nova oblčila (SLG Celje), dramska predstava za otroke od 4. leta dalje, tekmovalni program, zaključeno za šolske skupine;** ob 11. uri, Plesni Teater Ljubljana – L. Ršumović, B. Završan: In če pride zmaj nazaj (Plesni Teater Ljubljana), plesnogledališka predstava za otroke od 4. leta dalje, tekmovalni program; zaključeno za šolske skupine; ob 16. do 19. ure, Oder pod zvezdami LGL – Gledališče zatiranih, gledališka delavnica za mlade, ob 20. uri, Veliki oder LGL – Podelitev nagrad in zaključek festivala Zlata paličica; ● **12. oktober ob 10. uri, Veliki oder LGL – po besedilih G. Batesona: Zakaj nastane zmešnjava (Teater an der Parkaue, Nemčija), dramska predstava za otroke od 9. leta dalje, za mladino in odrasle, sinhronizirano v slovenščino, spremljevalni program, zaključeno za šolske skupine in izven;** ob 16. do 19. ure, Oder pod zvezdami LGL – Gledališče zatiranih, gledališka delavnica za mlade.

Novi abonma gledališča, filma, plesa in koncertov KUL za mlade med 15. in 25. letom predstavljamo na strani 2.



Fotografije: Miha Fras

Tilka Klančar

KDAJ SMO STARI?

Razmišljanja in spoznanja današnje družbe se približujejo odločitvi, da se meja starosti prestavi. Kdo deluje star pri 65 letih? Kdo se počuti star pri 70 letih? Kdaj smo stari, kaj to pomeni in kaj tedaj potrebujemo? Raziskave in dnevna praksa govorijo, da manj kot deset odstotkov starih ljudi potrebuje posebne storitve in povečano skrb drugih. Te dejavnosti so večinoma zagotovljene v okviru javnih služb, od domov za starejše, pomoči na domu, družinskih pomočnikov do zdravstvene nege doma. Vse te storitve so v Ljubljani dobro razvejane, primanjkuje le prostora v institucionalnem varstvu, pri čemer računamo na obljube pristojnih državnih organov. Glavno mesto pa poleg zgledno razvitih zakonskih nalog opazno izstopa tudi po obsegu in raznovrstnosti neobveznih programov, ki jih večinoma izvajajo nevladne organizacije, lokalna skupnost pa jih pri tem izdatno podpira in sofinancira. V prihodnje si želimo, da bi se v te dejavnosti vključilo še več prostovoljcev iz vrst starejših, ki si pomoč medsebojno dajejo in jo prejemajo. Ne le pomoč, tudi preprosto druženje, pogovor, občutek bližine sočloveka ... Nekaj, kar nič ne stane, in je najbolj dragoceno!

Tilka Klančar, načelnica Oddelka za zdravje in socialno varstvo



Jožka Hegler

ČIM DLJE SAMOSTOJNI

Vsi se zavedamo, da se v mladosti učimo in pripravljamo na odraslo življenje. Hkrati pa večinoma menimo, da se nam na tretje življenjsko obdobje ni potrebno pripravljati, saj bo s tem, ko bomo bolj skrbeli za svoje zdravje do visoke starosti, ostalo vse kot v času največje vitalnosti. Prav gotovo lahko pričakujemo, da bomo živeli dlje, saj vse demografske napovedi govorijo o tem. Hkrati se je potrebno soočiti s tem, da se bodo z leti spremenile tako naše zmoglosti kot naše potrebe. S prehodom iz aktivnega v upokojsko življenje se spremenijo dohodki in s tem finančna varnost. Prav tako se manjšajo naše fizične sposobnosti in se s tem povečuje potreba po storitvah drugih, bodisi sorodnikov bodisi različnih drugih pomoči. Zato se je potrebno pravočasno pripravljati na to obdobje s ciljem, da bomo čim dlje ohranjali samostojnost (tako finančno kot življenjsko), ki bo krepila našo vitalnost. Tudi v tretjem življenjskem obdobju je treba uživati in se ga veseliti!

Jožka Hegler, direktorica JSS MOL



Aktivna starost



Župan Zoran Janković

Spoštovane Ljubljankanke, dragi Ljubljančani!

Naloga Mestne občine Ljubljana je, da v življenju našega mesta upoštevamo potrebe vseh generacij, zagotavljamo pogoje in možnosti za uresničevanje njihovih potreb in pobud. Zato se že vsa leta trudimo, da je tudi tretje življenjsko obdobje v mestu kakovostno in prijazno.

V minulih letih je bilo v Ljubljani za starejše veliko narejenega, na novo organiziranega ali izboljšanega. Ponosen sem, da zelo pogosto na pobudo in ob sodelovanju starejših, kar je toliko pomembnejše. Veliko smo dosegli skupaj s strokovnjaki, domovi za starejše, društvi in zvezo upokojencev, z drugimi nevladnimi organizacijami ter stotinami prostovoljk in prostovoljcev, ki delajo na tem področju.

Ljubljana je odprto mesto, kjer predloge in dobronamerne pripombe starejših sprejemamo odprto in z razumevanjem. Ljubljana je mesto, prijazno osebam z oviranostmi, kar dokazuje prejeti naziv Ljubljana – občina po meri invalidov, ob tem pa tudi mesto, prijazno starejšim občankam in občanom; kot prvo slovensko mesto smo pristopili k projektu Svetovne zdravstvene organizacije Starosti prijazna mesta in postali vzor vsem drugim.

Že v vrtcih se trudimo našim malčkom v njihovih najzgodnejših letih prenesti spoštljiv odnos do starejših. Vprašanje medgeneracijskega sožitja je danes, ko smo priča dolgoživi družbi in hitremu tempu življenja, zagotovo eno najbolj aktualnih.

Sožitja ni mogoče ukazati, tudi medgeneracijskega ne, saj se ustvarja v življenju, v naših vsakdanjih odnosih. Njegov temelj in ključni del je vzgoja, usmerjena v odpravljanje številnih, pogosto prikritih predsodkov in tabujev, povezanih s staranjem in starostjo – zlasti z njenimi temnejšimi platmi.

Festival za tretje življenjsko obdobje je ena tistih dragocenih prireditev, ki razgrinjajo paleto programov in storitev ter starejšim in njihovim svojcem omogočajo, da si izberejo dejavnosti po svoji meri in potrebah, nam vsem pa, da ocenimo, kaj še lahko storimo za lepšo in kakovostno jesen življenja naših someščank in someščanov.

V Ljubljani se je vredno zbuditi vsako jutro posebej, zadihati s polnimi pljuči in se pridružiti kateri od množice dejavnosti in storitev, ki jih najlepše mesto na svetu ponuja.

Na prijetne jesenske dni,

Zoran Janković,

župan Mestne občine Ljubljana

Katalog programov za aktivno starost in medgeneracijsko sožitje Mestne občine Ljubljana



Marija Fabčič, načelnica Oddelka za predšolsko vzgojo in izobraževanje

KATALOGU NA POT

Festivala za tretje življenjsko obdobje v Cankarjevem domu se veselimo vsako leto bolj, saj nam ta dragocena vseslovenska prireditev med drugim pomeni tudi možnost, da ponovno ovrednotimo storitve in programe, ki jih s financiranjem ali sofinanciranjem namenimo starejšim in najrazličnejšim oblikam medgeneracijskega sožitja v našem glavnem mestu. Letos smo se celovitega letnega pregleda skrbi za aktivno življenje naših someščank in someščanov tudi v tretjem življenjskem obdobju lotili tako, da bo služil kot uporaben minipriročnik za vse, ki starost doživljajo kot tisto obdobje, ko je mogoče zaživeti v skladu z najglobljimi nagibi svoje duše in uresničiti načrte, za katere prej ni bilo časa. Sledimo namreč prastari modrosti, ki to obdobje predvideva kot čas poglobljenega duhovnega zorenja, v katerem človek prepozna smisel lastnega bivanja in poslanstva in svoje vedenje z odgovornostjo in ljubeznijo prenaša na svoje naslednike. Izkušnje in modrost starosti vidimo kot plemenitenje medsebojnih odnosov v družbi, kot so jih videle starodavne skupnosti, ki so iz njih črpale najpreprostejše in največje znanje – znanje o življenju.

Zavedamo se, da je to zakladnico modrosti treba negovati, spoštovati in se iz nje učiti, kot se v krogu družine otroci samoumevno učijo od staršev in starih staršev. Čeprav smo v katalogu storitev in programov za starejše in medgeneracijskih programov našli le izbrane izvajalce, storitve in dejavnosti, ki so na voljo v Mestni občini Ljubljana, s ponosom ugotavljamo, da nismo spregledali tako rekoč nobenega vidika skrbi za starejše in da čedalje uspešneje prenašamo družinsko sožitje med generacijami na raven širše skupnosti. Da s tem sledimo Ljubljani kot najbolj prijaznemu mestu na svetu, ko že vemo, da je najlepše.

Prvi pogoj za polnokrvno življenje v vsakem življenjskem obdobju, ne

le v starosti, je seveda zdravje in socialna varnost, in v zadoščenje nam je, da za ta del mestnega standarda v Ljubljani namenimo vsako leto več sredstev, da je dostopnost do zdravstvenih storitev na primarni ravni visoka, da je dostopna tudi ljudem brez zdravstvenega zavarovanja, da postajajo lekarne vse bolj tudi svetovalnice zdravega načina življenja, da je zaupanje ljudi v dobro usposobljene zdravnike in zdravstveno osebje veliko, da v nujnih primerih odlično deluje mestna patronažna služba, da je čedalje več preventivnih zdravstvenih programov, s katerimi lahko postanemo prvi zdravniki sami sebi. Vsa pestra pahljača športne ponudbe za zrela leta s celo vrsto brezplačnih programov meri v ta cilj, čar in priložnost za osebna srečevanja pa ji dajejo tudi otoki športa za vse na prostem, kamor modri rani vstajalci radi prispejo prvi, da o nepogrešljivem ljubljanskem hitu biciklJu, ki nas vodi v sonaravni način bivanja, sploh ne govorimo.

Življenjskemu geslu Ljubo doma, kdor ga ima, ki ga zrela leta znajo posebej ceniti, saj je dom varno znano okolje, v katerem vsak kotichek izpričuje našo ustvarjalno voljo do življenja in nam ohranja aktiven spomin, sledimo z dejavnostjo Zavoda za oskrbo na domu in njegovo storitvijo rdeči gumb ter Zavoda Pristan, ki meščankam in meščanom omogočata, da do pozne starosti ostanejo doma, tudi če nimajo svojcev ali si ti zaradi preobremenjenosti ne morejo naložiti te odgovornosti. Oskrbovana stanovanja in domovi za starejše z zdravstveno oskrbo pripravljajo vse več programov, ki udomačujejo tudi ta življenjski prostor. Javni stanovanjski sklad pa seniorjem in seniorkam z različnimi oblikami pomoči, odkupa ali zamenjave stanovanj omogoča, da najdejo tudi rešitve, ki jim zagotavljajo varen materialni standard in prostor za bivanje po lastni meri.

Vsem, ki jih žeja po znanju in ustvarjalnem načinu življenja, bodisi da ustvarjajo sami ali kulturno in umetniško ustvarjalnost le spremljajo, pa je na voljo cela vrsta izobraževalnih programov in ustvarjalnih delavnic znotraj vse bolj priljubljenih in dobro obiskanih dnevnih centrov aktivnosti za starejše, v centru za permanentno izobraževanje Cene Štupar, programov v okviru vrtec in šol, pa tudi v številnih nevladnih organizacijah in društvih, mestnih kulturnih ustanovah, Mestnem muzeju in galerijah mesta Ljubljane, Mestnem kinu Kinodvor, Festivalu Ljubljana, Ljubljanskem gradu, Mestnem gledališču ljubljanskem, Slovenskem mladinskem gledališču, Pionirskem

domu, Kinu Šiška, Španskih borcih, Lutkovnem gledališču Ljubljana in vse bolj tudi v Trubarjevi hiši literature, imenitnem kulturnem prostoru, ki ga je Ljubljani prinesel naslov svetovna prestolnica knjige. Ker pa je knjiga v vseh življenjskih obdobjih prva življenjska sogovornica, je posebno široko mrežo programov za starejše in medgeneracijskih programov razvila Mestna knjižnica Ljubljana. Od zgodnjega poletja do jeseni se ji pridružujeta tudi Knjižnica pod krošnjami in Labirint umetnosti, ki k druženju s knjigo vabita v senčno zavetje mestnih parkov.

Posebno mesto v tej domala nepregledni ponudbi imajo zagotovo brezplačni računalniški programi za starejše, ki jih mestna uprava pripravlja na sedežih četrtinskih skupnosti, za katere zanimanje iz leta v leto narašča in ki ustvarjajo nepogrešljiv medgeneracijski komunikacijski most, razgled in gibanje po vsem svetu, izobraževalno sredstvo in funkcionalno poslovalno orodje ter vsestransko vpetost v sodobni čas. A ob osvajanju vsega tega znanja in okušanja neskončnih možnosti v območju virtualnega sveta ostaja v tretjem življenjskem obdobju vendarle na prvem mestu potreba po druženju, ki jo gojijo četrtne skupnosti s svojimi praznovanji in družabnimi prireditvami, kulturne ustanove, ki vabijo starejše k aktivnemu sodelovanju, predvsem pa široko razpredena mreža društev, posebej društev upokojencev in društev zveze združenj borcev za vrednote NOB kot v našem prostoru tradicionalnih oblik solidarnega medsebojnega povezovanja, pomoči in osebnega srečevanja.

Veseli bomo, če boste v pripravljenem katalogu našli informacije in spodbude, da bo vaše življenje tudi v tretjem obdobju lepo in osrečujoče. Katalog seveda ne more biti popoln, če pomislimo, da samo v eni od 17 četrtinskih skupnosti v Ljubljani deluje kar 650 društev, a zanesemo se, da vam bodo že izbrani naslovi dali dovolj navdiha za nove življenjske odločitve in načrte. Življenje je darilo in vir neskončnih možnosti do zadnjega diha, veselimo se tega skupaj! Obiščite nas med 27. in 29. septembrom na 11. Festivalu za tretje življenjsko obdobje v Cankarjevem domu, kjer vam bomo z videofilmsko predstavijo in praktičnimi prikazi v živo predstavili naše storitve in programe. Ob tem pa izrabite povabilo Turizma Ljubljana, ki vse leto skrbi za bogat kulturni in družabni mestni utrip, na brezplačen voden ogled Ljubljane.

Marija Fabčič, načelnica Oddelka za predšolsko vzgojo in izobraževanje



Dr. Uroš Grilc

KULTURNA ZRELOST

Na Oddelku za kulturo smo prepričani, da je kultura področje, ki povezuje generacije, jih bogati in oplaja življenje. Pričakuječi pogledi malčkov, ki jih dedki in babice pripeljejo na dogodke v okviru festivala Bobri, skrivnosti v Lutkovnem gledališču Ljubljana, druženja s knjigo in izobraževanja v Mestni knjižnici Ljubljana, medgeneracijska ustvarjanja v Pionirskem domu, izlet na Ljubljanski grad, vrhunska glasbena doživetja v Križankah, spoznavanje umetnosti in zgodovine v Muzeju in galerijah mesta Ljubljane in Mednarodnem grafičnem likovnem centru, filmski abonma ob kavi v Kinodvoru in gledališka doživetja v Slovenskem mladinskem gledališču in Mestnem gledališču ljubljanskem, urbana kultura v Kinu Šiška. Poleg tega pa številni programi nevladnih organizacij, ki Ljubljano delajo živo in privlačno. Tretje življenjsko obdobje je priložnost za osebno rast in prijetna druženja. Vseh generacij. Užijte jih!

Dr. Uroš Grilc, načelnik Oddelka za kulturo



Vojko Grünfeld

POVEZANI V INFORMACIJSKI DOBI

V Službi za lokalno samoupravo izvajamo lastne projekte za starejše prebivalce našega mesta, prav tako pa zagotavljamo prostorske in druge pogoje četrtnim skupnostim za izvajanje njihovih programov, v katere se vključujejo tudi različna društva in druge oblike organiziranosti občanov, ki so namenjene tudi starejši populaciji (rekreacija, kulturne in zabavne prireditve, druženje starejših občanov, učenje ročnih spretnosti itd.). Posebej želim izpostaviti izjemno uspešen projekt brezplačnega računalniškega izobraževanja starejših prebivalcev, ki ga Služba za lokalno samoupravo izvaja že več let. Velik interes in zadovoljstvo udeležencev nam potrjuje, da smo se računalniškega usposabljanja starejših lotili na pravi način. V letošnjem in naslednjih letih bomo v naš program usposabljanja in seznanjanja prebivalcev vključili nove vsebine, kot so osvežitveni tečaji prve pomoči, pravilna raba avtomatskega defibrilatorja itd., v katere bodo vključeni tudi starejši prebivalci našega mesta.

Vojko Grünfeld, direktor Službe za lokalno samoupravo



Fotografije: arhiv MOL, Branka Lovrečič,
Miha Fras, Dunja Wedam



Za aktivno starost je prvi pogoj trdno zdravje.



ZA ZDRAVJE IN SOCIALNO VARNOST

ZDRAVSTVENI PROGRAMI

Zdravstveni dom Ljubljana (ZDL)

T: 01/ 300 39 00, 01/ 300 39 41 (uprava)

E: chc@zd-lj.si

S: www.zd-lj.si

Zdravstveni dom Ljubljana (ZDL) izvaja osnovno zdravstveno dejavnost ter del specialistične dejavnosti na sekundarni ravni v 7 organizacijskih enotah: ZDL Bežigrad, Center, Moste-Polje, Šiška, Vič-Rudnik, Šentvid in Splošna nujna medicinska pomoč (SNMP). V ZDL delujejo izbrani osebni zdravniki (pediatri, šolski, splošni), zobozdravniki ter izvajalci drugih specializacij, med njimi tudi patronažna služba, fizioterapija idr. Splošni zdravniki delujejo tudi v domovih starejših občanov. V enotah ZDL je mogoče opraviti celo vrsto preiskav, od laboratorijskih do ultrazvoka, rentgena, mamografije, merjenja kostne gostote ipd.

Referenčne ambulate

Leta 2011 so v Zdravstvenem domu Ljubljana začele delovati referenčne ambulate. V prvi polovici leta 2011 jih je na območju Mestne občine Ljubljana začelo delovati 5, do konca leta pa bo ta mreža še širša.

Referenčne ambulate so ambulate družinske medicine z razširjenim timom zdravstvenega osebja, v kateri za paciente poleg zdravnika in medicinske sestre skrbi tudi diplomirana medicinska sestra, ki spremlja kronične bolezni in izvaja preventivne ukrepe.

Podrobnejše informacije o referenčnih ambulantah dobite pri izbranem osebnem zdravniku.

Patronažno varstvo in nega na domu

Zdravstveni dom Ljubljana zagotavlja tudi patronažno varstvo (preventivno zdravstveno obravnavo) in patronažno zdravstveno nego na domu občanov in občanov.

Preventivni obiski na domu so namenjeni pogovoru in načrtovanju sprememb v smeri izboljšanja in/ali ohranjanja zdravja, promociji zdravega načina življenja in s tem krepitve kvalitete življenja v domačem okolju. Starejši od 65 let, zlasti kronično bolni in invalidi, so kot ena od prednostnih skupin obravnave patronažnega varstva do obiska na domu upravičeni dvakrat

letno. Pravico do obiska uveljavijo v pooblašeni patronažni službi, ki deluje na območju bivanja (potrebno je osnovno zdravstveno zavarovanje).

Patronažna zdravstvena nega na domu se izvaja na podlagi izdanega naloga izbranega osebnega zdravnika. Načrt zdravstvene nege, pogostnost patronažnih obiskov in trajanje zdravstvene nege praviloma določi patronažna medicinska sestra v dogovoru z zdravnikom, ko ob prvem obisku oceni zdravstveno stanje pacienta.

Podrobnejše informacije o patronažni službi dobite pri izbranem osebnem zdravniku ali na spletni strani Zdravstvenega doma Ljubljana.

Zdravstvenovzgojni centri (ZVC)

V zdravstvenovzgojnih centrih Zdravstvenega doma Ljubljana potekajo programi svetovanja za zdravje, namenjeni odraslim.

Izvajalci programa nudijo udeležencem podporo, da se ti naučijo načrtovati ter v svoj življenjski slog vnašati spremembe z namenom, da bi ohranili zdravje, dosegli boljše počutje, imeli več energije in lažje premagovali vsakodnevne napore.

Ključna metoda dela v ZVC so delavnice z naslednjimi vsebinami: ● šola zdravega hujšanja, ● zdrava prehrana, ● gibanje, ● opuščanje kajenja, ● test hoje na 2 km, ● dejavniki tveganja, ● promocija zdravja - zdrav življenjski slog.

Edukatorice za diabetes

V timu s specialisti diabetologov v ZDL delujejo tudi edukatorice za diabetes, h katerim so napolnjeni osebe s povišanim sladkorjem v krvi (povišanje na tešče več kot 7,0 mmol/l oziroma naključno povišanje več kot 11,1 mmol/l). To so diplomirane medicinske sestre z dodatnimi znanji, ki dobro poznajo in razumejo nastanek in potek sladkorne bolezni. Posameznikom, ki se soočajo s kronično sladkorno boleznijo, pomagajo pri njenem sprejemanju, razumevanju ter ustreznem vodenju v smeri preprečevanja zapletov in ohranjanja kvalitete življenja.

Edukatorice ZDL redno pripravljajo tudi različne akcije ob nekaterih svetovnih dnevih (svetovni dan ledvic, zdravja, hrane, gibanja, sladkorne bolezni), prireajo razstave in predstavitve ter organizirajo delavnice in predavanja.

Kontaktne podatke

Kontaktne podatke glavnih enot in področnih enot ZDL, služb patronažnega varstva in nege na domu, zdravstvenovzgojnih centrov in edukatoric za diabetes:

ZD Ljubljana – Bežigrad

Enota Bežigrad

N: Kržičeva ulica 10, 1000 Ljubljana

T: 01/ 300 33 00

Patronaža

N: Mislejeva ulica 3, 1000 Ljubljana

T: 01/ 280 93 60, 01/ 280 93 62

E: patronaza-bezigrad@zd-lj.si

Zdravstvenovzgojni center

Kontaktne osebe ZVC: Majda Brandt

T: 01/ 300 33 00, 01/ 300 33 65

E: majda.brandt@zd-lj.si

Edukatorice za diabetes

Kontaktne osebe: Majda Mori Lukančič

T: 01/ 300 33 00

E: majda.mori-lukancic@zd-lj.si

Kontaktne osebe: Danijela Šenkinc Vovk

T: 01/ 300 33 51, 030/ 645 216

E: daniela.senkinc-vovk@zd-lj.si

PE Črnuče

N: Primožičeva ulica 2, 1000 Ljubljana

T: 01/ 530 81 00

ZD Ljubljana - Center

Enota Center

N: Metelkova ulica 9, 1000 Ljubljana

T: 01/ 472 37 00

Patronaža

T: 01 472 38 53, 041 724 442

E: patronaza-center@zd-lj.si

Zdravstvenovzgojni center

Kontaktne osebe ZVC: Alenka Slapšak

T: 01/ 472 38 59

E: alenka.slapsak@zd-lj.si

Edukatorice za diabetes

Kontaktne osebe: Tatjana Lekšan

T: 01/ 472 38 07

E: tatjana.leksan@zd-lj.si

ZD Ljubljana - Moste-Polje

Enota Moste-Polje

N: Prvomajska ulica 5, 1000 Ljubljana

T: 01/ 584 42 00

Patronaža

T: 01/ 584 42 01, 031/ 588 707

Zdravstvenovzgojni center

Kontaktne osebe ZVC: Jožica Mesarič

T: 01/ 584 42 63, 051/ 315 271

E: jozica.mesaric@zd-lj.si

Edukatorice za diabetes

Kontaktne osebe: Irma Ulčar (enota Moste)

E: irma.ulcar@zd-lj.si

PE Polje

N: Cesta 30. avgusta 2, 1000 Ljubljana

T: 01/ 586 49 00

Patronaža

T: 01/ 586 49 33, 041/ 896 902

E: patronaza-moste@zd-lj.si

PE Fužine

N: Preglov trg 14, 1000 Ljubljana

T: 01/ 547 28 00

Patronaža

T: 01/ 547 28 14, 01/ 547 28 15

E: patronaza-moste@zd-lj.si

PE Jarše

N: Kvedrova 20, 1000 Ljubljana

T: 01/ 620 08 11, 01/ 620 08 19

ZD Ljubljana - Šiška

Enota Šiška

N: Derčeva ulica 5, 1000 Ljubljana

T: 01/ 581 52 00

Patronaža

T: 01/ 581 52 70, 031/ 305 420

E: patronaza-siska@zd-lj.si

Zdravstvenovzgojni center

Kontaktne osebe ZVC: Valerija Palkovič

T: 01/ 581 52 34

E: valerija.palkovic@zd-lj.si

Edukatorice za diabetes

Kontaktne osebe: Andreja Semolič Valič

T: 01 5815 330

E: andreja.valic@zd-lj.si

ZD Ljubljana - Vič-Rudnik

Enota Vič-Rudnik

N: Šestova ulica 10, 1000 Ljubljana

T: 01/ 200 45 00

Patronaža

T: 01/ 200 45 43, 051/ 608 870

E: patronaza-vic@zd-lj.si

Zdravstvenovzgojni center

Kontaktne osebe ZVC: Majda Šmit

T: 01/ 200 46 27

E: majda.smit@zd-lj.si

Edukatorice za diabetes

Kontaktne osebe: Angelina Pance (enota Vič)

T: 01/ 200 45 51

E: angelina.pance@zd-lj.si

PE Rudnik

N: Rakovniška ulica 4, 1000 Ljubljana

T: 01/ 420 24 00

Patronaža

T: 01/ 420 24 30

E: patronaza-vic@zd-lj.si

ZD Ljubljana - Šentvid

Enota Šentvid

N: Ob zdravstvenem domu 1,
1210 Ljubljana-Šentvid (tudi
prehospitalna enota SNMP)

T: 01/ 583 74 00

Patronaža

T: 01/ 583 74 19, 041/ 788 327

E: patronaza-sentvid@zd-lj.si



V Ljubljani je za dostop do primarne zdravstvene oskrbe dobro poskrbljeno.



Intelektualno delo in ustvarjalnost krepi duševno zdravje tudi v poznih letih.



Zdravstvenovzgojni center in edukatorice za diabetes

Kontaktna oseba ZVC: Marta Peklarič
T: 01/ 583 74 36
E: marta.peklari@zd-lj.si

ZD Ljubljana - Splošna nujna medicinska pomoč (SNMP)

Enota SNMP

N: Bohoričeva 4 (urgentni blok Univerzitetnega kliničnega centra), 1000 Ljubljana
T: 01/ 522 43 13
Nujni klici: 01/ 522 84 08
Življenjska ogroženost: 112

Lekarna Ljubljana

Lekarna Ljubljana opravlja lekarniško dejavnost kot javno službo, ki zagotavlja preskrbo z zdravili in obsega izdajo zdravil na recept in brez recepta, magistralno pripravo zdravil in svetovanje o varni uporabi zdravil. Poleg lekarniške dejavnosti opravlja še druge dejavnosti, kot je preskrba s pomožnimi zdravilnimi sredstvi, ortopedskimi pripomočki, sredstvi za nego in drugimi sredstvi za zdravljenje, varovanje zdravja ter dobro počutje. Lekarna Ljubljana je tudi proizvajalka zdravil, galenskih izdelkov, kozmetike in drugih proizvodov v skladu s certifikatom dobre proizvodne prakse. Lekarna Ljubljana posluje v 39 enotah, od tega jih je 24 na območju Mestne občine Ljubljana.

Lekarna Ljubljana skrbi za izvajanje dežurne službe nepretrgoma 24 ur dnevno. V nočnem času (med 20. uro in 7. uro) se prek dežurnega okna izdajajo zdravila na recept, ki so bila predpisana istega dne, in nujna zdravila.

V enotah Lekarne Ljubljana je organizirano tudi varno ločeno zbiranje odpadnih zdravil, saj ta ne sodijo med običajne gospodinjske odpadke, ker so nevarna tako za ljudi kot za okolje.

Več o Lekarni Ljubljana preberite na www.lekarnaljubljana.si.

Klicni center za vse enote Lekarne Ljubljana

T: 01/ 230 61 00
E: lekarna.ljubljana@lekarna-lj.si
S: www.lekarnaljubljana.si

Dežurna lekarna: Lekarna pri Polikliniki

N: Prisojna ulica 7, 1000 Ljubljana
T: 01/ 230 61 00

Koncesionarji na področju osnovnega zdravstva in lekarniške dejavnosti

V javni mreži primarnega zdravstvenega varstva v Mestni občini Ljubljana deluje tudi 113 koncesionarjev na področju osnovnega zdravstva in 15 lekarnarjev. Njihovi kontaktni podatki so dostopni prek/ na:

Mestna uprava Mestne občine Ljubljana
Oddelek za zdravje in socialno varstvo

N: Cigaletova 5, 1000 Ljubljana
E: ozsv@ljubljan.si

Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije

N: Miklošičeva cesta 24, 1507 Ljubljana
S: <http://www.zzs.si/> (izvajalci zdravstvenih storitev)

SOCIALNOVARSTVENI

PROGRAMI

Pomoč družini na domu

Pomoč družini na domu obsega pomoč pri vzdrževanju osebne higiene, gospodinjsko pomoč in pomoč pri ohranjanju socialnih stikov ter tako pomeni obliko podpore, ki lahko nadomesti prezgodnji odhod v dom za starejše občane.

Namenjena je zlasti občanem in občanom, ki zaradi starosti (nad 65 let) ali hude invalidnosti ne zmorejo več sami poskrbeti za osebno nego in oskrbo, njihovi svojci pa jim pri tem ne morejo pomagati v zadostnem obsegu.

Storitev je plačljiva, vendar kar tri četrtine cene izvajalcev, ki delujejo v mreži javne službe, subvencionira Mestna občina Ljubljana, v preostalem deležu pa storitev plača uporabnik/ uporabnica. V primeru, da je uporabnik/ uporabnica brez zadostnih lastnih prihodkov, pa tudi ta del cene krije občina.

Znotraj mreže javne službe pomoč družini na domu v Mestni občini Ljubljana izvajata Zavod za oskrbo na domu in Zavod Pristan.

Zavod za oskrbo na domu Ljubljana izvaja tudi **storitev varovanja na daljavo**. S pritiskom na rdeči gumb na obesku, ki ga oskrbovanec nosi okoli vratu, se telefon poveže z dežurno službo Zavoda. Vseh 24 ur na dan vse dni v letu se posebej usposobljeni operaterji odzovejo na klic in ustrezno ukrepajo – povežejo se s službami, ki pridejo na pomoč, kot je npr. nujna medicinska pomoč, policija, gasilci. Storitev je plačljiva, vendar 80 odstotkov cene subvencionira Mestna občina Ljubljana.

Zavod za oskrbo na domu Ljubljana (ZOD)

N: Ambrožev trg 7, 1000 Ljubljana
T: 01/ 239 65 02 (tajništvo)
E: info@zod-lj.si (tajništvo)

Regijski center za pomoč na daljavo

N: Ambrožev trg 7, 1000 Ljubljana
T: 01/ 239 65 10
E: regijski.center@zod-lj.si
Uradne ure: ● pon., sre., čet., pet. 8.00 - 10.00, ● pon. 14.00 - 16.00

Lokacije, na katerih deluje ZOD:

● Dolenjska cesta 22, 1000 Ljubljana
T: 01/ 242 06 02, 01/ 242 06 00,
● Linhartova 13, 1000 Ljubljana,
T: 01/ 239 65 30, ● Preglov trg 15, 1000 Ljubljana, **T:** 01/ 525 48 90, ● Ob žici 1, 1000 Ljubljana, **T:** 01/ 500 76 90.

Zavod Pristan

N: Ulica Gradnikove brigade 11, 1000 Ljubljana
T: 01/ 547 95 79, 031/ 702 698
E: nada@pristan.si

Dnevni centri aktivnosti za starejše

Programi dnevnih centrov aktivnosti za starejše so zelo pestri in prispevajo k ustvarjanju ugodnih razmer za daljše in kvalitetnejše bivanje starejših v svojem domačem okolju. Starejšim občanem in občanom nudijo možnost vključevanja v raznovrstne dejavnosti, kot so telovadba, joga, ples, tečaj računalništva, kiparjenje z glino, učenje tujih jezikov, petje, kuhanje, šivanje, druga ročna dela ipd.

Program dnevnih centrov aktivnosti za starejše, naštetih v nadaljevanju, sofinancira Mestna občina Ljubljana, za uporabnike pa so storitve brezplačne ali pa ti prispevajo zgolj simbolični znesek.

Dnevni centri aktivnosti za starejše Mestne zveze upokojencev Ljubljana

N: Ulica Janeza Pavla II. 4, 1000 Ljubljana
T: 01/ 430 44 10
E: mzu@siol.net

● **DCA Povšetova 20, Ljubljana-Moste**
T: 01/ 430 51 52, 01/ 430 51 53
Odprt: pon. - čet, 8.00 - 18.00, pet., 8.00 - 16.00
● **DCA Puhova 6, Ljubljana-Bežigrad (BS3)**
T: 01/ 534 40 26, 01/ 534 40 27
Odprt: pon. - pet., 7.30 - 18.00

● **DCA Gosposvetska cesta 4, Ljubljana-Center**
T: 01/ 232 24 21, 01/ 232 24 22
Odprt: pon. - pet., 7.30 - 18.00

Dnevni center aktivnosti za starejše Papilot, zavoda za spodbujanje in razvijanje kvalitete življenja Ljubljana

(program: Aktivno in kakovostno staranje)

N: Peruzzijska ulica 103, 1000 Ljubljana
T: 01/ 542 15 82
E: info@papilot.si
Delovni čas: pon. - pet., 7.00 - 19.00

Dnevni center aktivnosti za starejše Doma za starejše občane Fužine

(program: Center aktivnosti Fužine - CAF)

N: Nove Fužine 40, 1000 Ljubljana
T: 01/ 587 46 00, 051/ 441 791
E: amg@dso-fuzine.si

Delovni čas: pon. - pet., ure so odvisne od dejavnosti

Dnevni center aktivnosti za starejše Doma starejših občanov Ljubljana Šiška

(program: Dnevni center - dnevno varstvo)

N: Kunaverjeva 15, 1000 Ljubljana
T: 01/ 513 16 40, 040/ 455 622
Delovni čas: pon. - pet., 7.00 - 17.00

Dnevni center aktivnosti za starejše Društva gluhih in naglušnih Ljubljana

(program: Dnevni center za starejše gluhe, naglušne in gluhoslepe)

Program je namenjen starejšim, ki za vsakdanjo komunikacijo uporabljajo slovenski znakovni jezik - *kretnjo*, tekoče pa ga obvladajo tudi izvajalci programa
N: Ulica za travniki 40, 1000 Ljubljana
T: 01/ 528 44 93, 031/ 616 603
E: dgn.ljubljana@siol.net
Delovni čas: pon., tor., čet., pet., 8.00 - 14.00, sre., 8.00 - 20.00.

Drugi programi socialnega varstva in varovanja zdravja za starejše

Poleg programov dnevnih centrov aktivnosti Mestna občina Ljubljana v letu 2011 sofinancira tudi druge programe socialnega varstva in varovanja zdravja, namenjene starejšim.

Kontaktni podatki organizacij z naslovi teh programov so:



Zavod za oskrbo na domu omogoča, da so oskrbovanci dobro preskrbljeni na svojih domovih.



Razgled z vrha let sega daleč in globoko.

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje

Programi: Mreža medgeneracijskih programov, Starosti prijazna Ljubljana, Zmanjšanje padcev med starejšimi Ljubljančani
N: Resljeva 7, 1000 Ljubljana
T: 01/ 433 93 01
E: info@inst-antontrstenjaka.si

Inštitut za varovanje zdravja RS

Program: Krepitev duševnega zdravja in preventiva depresije med člani dnevnih centrov aktivnosti za starejše
N: Trubarjeva 2, 1000 Ljubljana
T: 01/ 244 14 00
E: raziskovalna.sluzba@ivz-rs.si

Mestna zveza upokojencev Ljubljana

Program: Socialnovarstveni programi, ki starejšim nudijo oporo za samostojnejše in kvalitetnejše življenje v domačem bivalnem okolju
N: Ulica Janeza Pavla II. 4, 1000 Ljubljana
T: 01/ 430 44 10
E: mzu@siol.net

Slovenska filantropija - Združenje za promocijo prostovoljstva

Program: Sadeži družbe: spodbujanje medgeneracijskega sodelovanja v Ljubljani
N: Poljanska cesta 12, 1000 Ljubljana
T: 01/ 430 12 88, 01/433 40 24, 01/433 51 06
E: info@filantropija.org

Trepetlika, društvo bolnikov s parkinsonizmom in drugimi ekstrapiramidnimi motnjami

Program: Kanček upanja in svetlobe
N: Šišenska cesta 23, 1000 Ljubljana
T: 01/ 515 10 90, 01/ 515 10 91
E: drustvo_trepetlika@t-2.net

Zveza društev upokojencev Slovenije

Program: Starejši za starejše - medsebojna pomoč
N: Kebetova 9, 1000 Ljubljana
T: 01/ 519 50 86
E: tajnistvo@zdus-zveza.si

Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije

Program: Program za delovanje skupin starih ljudi za samopomoč (poteka v Vodnikovi domačiji, Ljubljana - Šiška)
N: Frankopanska cesta 12 (sedež), 2000 Maribor
T: 02/ 234 75,70, 01/ 729 55 80
E: zveza@skupine.si

Zveza potrošnikov Slovenije

Program: Ozaveščanje uporabnikov zdravstvenih storitev o njihovih pravicah ter individualno svetovanje
N: Frankopanska ulica 5, 1000 Ljubljana
T: 01/ 474 06 00
E: zps@zps.si

Domovi za starejše občane – dnevno in celodnevno varstvo starejših

Domovi za starejše občane (in tudi nekateri drugi izvajalci) izvajajo tako imenovano storitev institucionalnega varstva starejših, ki obsega **dnevno varstvo** in **celodnevno varstvo**.

Dnevno varstvo je posebna oblika varstva starejših, ki ne morejo sami skrbeti zase oziroma potrebujejo več oskrbe in nege zaradi različnih bolezni (tudi demence) ali zaradi zmanjšane samostojnosti pri vsakodnevnih opravilih, niso pa (še) v celodnevem varstvu oziroma oskrbi.

Z namestitvijo oziroma bivanjem v domu za starejše občane nastopi celodnevno varstvo. Ta je med oblikami institucionalnega varstva starejših najbolj uveljavljena in ima najdaljšo tradicijo. V Mestni občini Ljubljana deluje osem domov za starejše, ki skupaj zagotavljajo 2.137 posteljskih kapacitet.

Storitev institucionalnega varstva starejših je plačljiva, občanom in občanom, ki s svojimi prihodki in prihodki zavezancev ne zmorejo plačevati polne cene dnevnega oziroma celodnevnega varstva, pa na podlagi odločbe centra za socialno delo, storitev (do)plačuje Mestna občina Ljubljana.

**Kontaktne podatke izvajalcev
institucionalnega varstva starejših v
Mestni občini Ljubljana:**

Dom starejših občanov Ljubljana – Bežigrad

Storitev: celodnevno varstvo starejših
N: Komanova 1, 1000 Ljubljana
T: 01/ 589 67 50
E: bezigrad@ssz-slo.si

Dom upokojencev Center, Tabor-Poljane

Enota Tabor
Storitev: celodnevno varstvo starejših
N: Tabor 10, 1000 Ljubljana
T: 01/ 23 47 300
E: dom.center@duc.si
Enota Poljane
N: Janeza Pavla II 4, 1000 Ljubljana
T: 01/ 23 47 100

Dom starejših občanov Ljubljana Moste – Polje

Storitev: dnevno in celodnevno varstvo starejših
N: Ob sotočju 9, 1000 Ljubljana
T: 01/ 584 37 00,
F: 01/ 524 78 03
E: dsolmp@siol.net

Dom starejših občanov Fužine

Storitev: dnevno in celodnevno varstvo starejših
N: Nove Fužine 40, 1125 Ljubljana
T: 01/ 587 46 00
E: tajnistvo@dso-fuzine.si

Dom starejših občanov Ljubljana – Šiška

Storitev: dnevno in celodnevno varstvo starejših
N: Kunaverjeva 15, 1000 Ljubljana
T: 01/ 513 16 30
F: 01/ 513 16 65
E: siska@ssz-slo.si

Dom starejših občanov Ljubljana Vič - Rudnik

Enota Bokalce
Storitev: dnevno (samo v Enoti Kolezija) in celodnevno varstvo starejših
N: Cesta na Bokalce 51, 1125 Ljubljana
T: 01/ 477 06 00
E: bokalce@dso-vic.si
Enota Kolezija
N: Kopališka 10, 1000 Ljubljana
T: 01/ 477 01 00
E: kolezija@dso-vic.si

Center starejših Trnovo

Storitev: celodnevno varstvo starejših
N: Devinska 1, 1000 Ljubljana
T: 08 200 25 00
E: info.trnovo@deos.si

Dom Janeza Krstnika

Storitev: celodnevno varstvo starejših
N: Kolezijska ulica 1, 1000 Ljubljana
T: 08 200 14 70, 030/ 322 706

Papilot, zavod za spodbujanje in razvijanje kvalitete življenja Ljubljana

Storitev: dnevno varstvo starejših
N: Peruzzijska ulica 103, 1000 Ljubljana
T: 01/ 542 15 82
E: info@papilot.si

Drugi pomembni naslovi

**Zavod za pokojninsko in invalidsko
zavarovanje Slovenije**
N: Kolodvorska 15, 1000 Ljubljana
T: 01/ 474 51 00

Centri za socialno delo v Mestni občini Ljubljana

● Center za socialno delo Ljubljana Bežigrad

N: Podmilščakova 20, 1000 Ljubljana
T: 01/ 300 18 00, 01/ 300 18 01
F: 01/ 300 18 30
E: gpcsd.ljbez(at)gov.si

● Center za socialno delo Ljubljana Center

N: Dalmatinova 2, 1000 Ljubljana
T: 01/ 475 08 00, 01/ 475 08 16
F: 01/ 231 61 90
E: gpcsd.ljcen(at)gov.si

● Center za socialno delo Ljubljana Moste - Polje

N: Zaloška 69 (Dvorec Sela), 1000 Ljubljana
T: 01/ 587 34 00
F: 01/ 587 34 44
E: gpcsd.ljmos(at)gov.si

● Center za socialno delo Ljubljana Šiška

N: Celovška 195, 1000 Ljubljana
T: 01/ 583 98 00
F: 01/ 519 40 80
E: gpcsd.ljsis(at)gov.si

● Center za socialno delo Ljubljana Vič - Rudnik

N: Tržaška cesta 40, 1000 Ljubljana
T: 01/ 200 21 40
F: 01/ 251 76 29
E: gpcsd.ljvic(at)gov.si

STANOVANJE PO LASTNI MERI

PROGRAMI JAVNEGA

STANOVANJSKEGA SKLADA

MESTNE OBČINE LJUBLJANA

Javni stanovanjski sklad Mestne občine Ljubljana

N: P. p. 2012, Zarnikova ulica 3, 1104
Ljubljana
T: 01/ 306 14 36
E: jss.mol@ljubljan.si
S: http://jssmol.si/



Center starejših Trnovo, v sklopu katerega so tudi oskrbovana stanovanja in sedež Četrtna skupnosti Trnovo, nudi najsodobnejši standard bivanja v času, ko zaradi življenjskih okoliščin ni več mogoče ostati doma.

Najpomembnejši instrument stanovanjske politike za starejše, ki jo Mestna občina Ljubljana izvaja prek Javnega stanovanjskega sklada Mestne občine Ljubljana, je zagotavljanje primernih najemnih stanovanj. V okviru letnih stanovanjskih programov Mestne občine Ljubljana je glede na celotno populacijo in v okviru finančnih možnosti vključena skrb za zagotavljanje stanovanj za starejše občane in občanke.

● Oskrbovana stanovanja

Najemna stanovanja, namenjena poslovnim sposobnim osebam, ki so starostno ali invalidsko upokojene, praviloma starejše od 65 let ter zmožne samostojnega bivanja. Najemnina v oskrbovanih stanovanjih je določena v višini neprofitne najemnine in znaša od 120 evrov za garsonjero, za enosobno stanovanje približno 160 evrov, za dvosobno stanovanje približno 200 evrov, do 320 evrov za dvoinsobno stanovanje. Stanovanja se oddajajo v okviru javnega razpisa, ki je bil objavljen 31. julija 2010 in ima odpri rok, okvirno dve leti od objave za oddajo vloge ter omogoča, da prosilci oddajo vlogo kadar koli v trajanju razpisa. Na podlagi vloge se točkuje in na podlagi doseženega števila točk se vzpostavi trajna prednostna lista.

1. V sklopu Centra starejših Trnovo je na voljo 60 oskrbovanih stanovanj.
2. V Murglah bo konec leta končana izgradnja 12 oskrbovanih stanovanj.
3. Ob domu starejših občanov Šiška je predvidena izgradnja 60 oskrbovanih stanovanj.

● Neprofitna najemna stanovanja

Razpisi za dodelitev neprofitnih najemnih stanovanj so namenjeni vsem zainteresiranim proslcem, med katerimi so tudi starejši, ki izpolnjujejo pogoje razpisa. Naslednji javni razpis bo objavljen konec leta 2012.

● Zagotavljanje bivalnih enot

Starejšim občanom, ki so ali ostanejo brez stanovanja in imajo nizke dohodke, ob izpolnjevanju predpisanih pogojev sklad dodeljuje bivalne enote kot začasno rešitev za čas trajanja njihovih težkih socialnih razmer.

Informacije: Brane Valenčič,
T: 01/306 14 40

Nermina Šmajdek Halilović,
T: 01/306 14 56

S: http://jssmol.si/stanovanja.asp?tekst=bivalne_enote.inc

● Rentni odkup stanovanj

Občani, starejši od 65 let, ki so lastniki stanovanj, lahko svoje lastniško stanovanje, ki ga težko vzdržujejo,

odprodajo JSS MOL. Prodajalci imajo izgovorjeno odplačno dosmrtno služnost stanovanja. Razpis za rentni odkup stanovanj je bil objavljen aprila 2011.

● Ugodna namenska stanovanjska posojila

Za rekonstrukcijo in vzdrževalna dela na stanovanjskih hišah so namenjena lastnikom, ki izboljšujejo ali razrešujejo stanovanjsko vprašanje z rekonstrukcijo, rednimi ali investicijskimi vzdrževalnimi deli v večstanovanjski ali družinski stanovanjski stavbi. Razpis za namenska stanovanjska posojila je bil objavljen aprila 2011.

● Zamenjava stanovanja

Starejši najemniki stanovanj, ki živijo v stanovanjih v lasti Mestne občine Ljubljana ali JSS MOL, lahko v določenih primerih zamenjajo stanovanje, ki ga zasedajo, za primernejše stanovanje. Postopek za zamenjavo je naslednji: ob podaji vloge se preveri, ali je podan ustrezen razlog za zamenjavo, in se izda odločba o upravičenosti do zamenjave; nato strokovna služba išče stanovanje, ki ustreza najemnikovim spremenjenim potrebam. Čakalna doba je odvisna od značilnosti potrebnega stanovanja.

Informacije: Živa Kratnar

T: 01/306 14 07/

S: <http://jssmol.si/stanovanja.asp?tekst=zamenjave.inc>

● Subvencija najemnine

Starejšim najemnikom stanovanj na območju Mestne občine Ljubljana sklad subvencionira najemnino v neprofitnem stanovanju, namenskem najemnem stanovanju do višine neprofitne najemnine, bivalni enoti in tržnem stanovanju. Do subvencije so upravičeni tudi nekdanji hišniki, ki so uporabljali hišniško stanovanje že pred letom 1991 ter v stanovanju še prebivajo in za uporabo stanovanja plačujejo tržno najemnino, pri čemer so v primeru smrti hišnika upravičenci do subvencije tudi njihovi zakonci in zunajzakonski partnerji. Za pridobitev subvencije morajo najemniki izpolnjevati zakonsko določen dohodkovni cenzus in druge premoženjske pogoje. Maksimalna subvencija je 80 odstotkov neprofitne najemnine, v primeru tržne najemnine pa je maksimalna subvencija razlika med priznano tržno najemnino (7 €/m²) in priznano neprofitno najemnino (3 €/m²). Subvencija se odobri za obdobje največ enega leta. Pred potekom izdane odločbe lahko najemnik poda novo vlogo za naslednje leto.

Informacije: http://jssmol.si/upravne.asp?tekst=odlocanje_o_subvencijah.inc

● Soglasje za oddajo dela stanovanja v podnajem

Starejšim najemnikom stanovanj v lasti Mestne občine Ljubljana in JSS MOL sklad

izdaja soglasje za oddajo dela stanovanja iz zdravstvenih ali starostnih razlogov v podnajem osebam, ki jim pomagajo. Soglasje sklad izdaja tudi v primerih, če se je starejši najemnik znašel v težki finančni in socialni situaciji in z oddajanjem v podnajem lahko pridobi dodatna sredstva za plačevanje najemnine in drugih stroškov ter si na ta način omogoči nadaljnjo uporabo stanovanja.

Najemnik pri JSS MOL vloži prošnjo za izdajo soglasja lastnika stanovanja za oddajo dela stanovanja v podnajem in jo utemelji z navedbo razloga in predložitvijo ustreznih dokazil.

Druge storitve

● Preveritev višine najemnine

Starejši najemnik ima pravico zahtevati od upravnega organa za stanovanjske zadeve JSS MOL preveritev višine najemnine. Oškodovani najemnik lahko po sodni poti zahteva spremembo višine najemnine v najemni pogodbi na ustrezno najemnino ter vračilo preveč plačane najemnine.

Informacije: http://jssmol.si/upravne.asp?tekst=preveritev_najemnin.inc

● Opravljanje dejavnosti v delu stanovanja

Starejši najemnik stanovanja lahko uporablja del stanovanja tudi za opravljanje dovoljene dejavnosti, če gre za dejavnost, ki ne moti drugih stanovalcev pri mirni rabi stanovanj in ne povzroča čezmerne obremenitve skupnih delov večstanovanjske hiše.

Za opravljanje dejavnosti potrebuje:

- soglasje solastnikov, ki imajo več kakor tri četrtnine solastniških deležev, vključujoč soglasje etažnih lastnikov vseh posameznih delov, katerih zidovi ali stropi mejijo na stanovanjsko enoto najemnika;
- pisno dovoljenje lastnika stanovanja;
- ob začetku opravljanja dejavnosti mora najemnik o tem obvestiti upravnika.

VSEŽIVLJENJSKO UČENJE

IZOBRAŽEVALNI PROGRAMI

Služba za lokalno samoupravo Mestne občine Ljubljana

Služba za lokalno samoupravo Mestne občine Ljubljana že nekaj let zapored organizira usposabljanja in druge oblike pridobivanja znanj s področja lokalne

samouprave za četrtno skupnosti, prebivalce Mestne občine Ljubljana in druge. Prizadeva si, da z vseživljenjskim učenjem, ki ga izvajajo na različnih področjih, prispeva k aktivnostim prebivalstva Mestne občine Ljubljana pri pridobivanju novih znanj in sposobnosti (predvsem starejše generacije).

Na Festivalu za tretje življenjsko obdobje Služba starejši populaciji celovito predstavlja programe, ki jih znotraj uprave in v četrtinskih skupnostih izvaja za to ciljno skupino (računalniški tečajji, projekt *Pomoč na domu za starejše*, druženje starejših ob kletu, igranju družabnih iger, delavnice ipd.). Letos Služba pripravlja osvežitvene tečaje prve pomoči ter usposabljanje za pravilno rabo avtomatskega defibrilatorja za prebivalce Mestne občine Ljubljana ter predavanja o novostih zakonodaje na cestnoprometnem področju (pravilna vožnja skozi rondoje - simulacija, *Starejši v prometu*, akcija *Bodi viden - odsevnata telesa in oblačila*). Predavanja bodo potekala v jesenskem času po četrtinskih skupnostih Mestne občine Ljubljana.

Kontaktne osebe: Vesna Bolle

T: 01/306 48 62, 01/306 48 30

E: bolle.vesna@ljubljana.si

N: Ambrožev trg 7, Ljubljana

T: 01/306 48 30

E: olsvsi@ljubljana.si

S: www.ljubljana.si/si/mol/mestna-uprava/službe/lokalna-samouprava/

Brezplačni računalniški tečajji za starejše

Mestna občina Ljubljana organizira brezplačno računalniško usposabljanje, katerega cilj je, usposobiti upokojene občane in občanke, starejše od 55 let, za uporabo računalnika in interneta. Ker uprava želi, da računalnik in internet uporablja čim več ljudi, predvsem pa starejši, je pristopila k sistematičnemu računalniškemu opismenjevanju starejših prebivalcev. V ta namen se je že pred štirimi leti začel projekt brezplačnih računalniških tečajev za starejše prebivalce Mestne občine Ljubljana, ki tej ciljni skupini približuje rabo informacijske tehnologije, brez katere danes skorajda ne gre. Z organiziranjem brezplačnih računalniških tečajev na sedežih četrtinskih skupnosti starejši populaciji prebivalcev Mestna uprava tečajnikom omogoča spoznavanje novih znanj tako rekoč na pragu njihovega doma, kar so udeleženci izjemno pohvalili.

Usposabljanje poteka na sedežih četrtinskih skupnosti, v skupinah do 12 tečajnikov trikrat tedensko v dopoldanskem oziroma popoldanskem času v naslednjih oblikah:

35-urni začetni računalniški tečaj:

Tečajnike usposablja za delo na treh osnovnih in nepogrešljivih področjih



Življenje je učenje, pa naj gre za vstop v informacijsko dobo, za krojenje oblačil ali izdelovanje ledenih cvetov.

sodobnega računalništva, in sicer na področju: dela z mapami in datotekami (Microsoft Windows XP), osnovne obdelave besedil (Microsoft Word) in glavnih funkcij uporabe elektronske pošte (Microsoft Outlook Express), brskanja po svetovnem spletu (Internet Explorer).

30-urni nadaljevalni računalniški tečaj: V njem tečajniki nadgradijo znanje uporabe računalniškega programa Word in spoznajo osnove urejanja digitalne fotografije s programom Picasa ter se seznani s osnovno rabo računalniške preglednice (Excel).

20-urni izpopolnjevalni računalniški tečaj: Tečaj je namenjen tistim, ki so že uspešno zaključili začetni in nadaljevalni računalniški tečaj ter računalnik že samostojno uporabljajo. Na tečaju se bodo naučili zahtevnejših oblik urejanja besedil in se seznani s socialnimi omrežji, digitalno fotografijo ipd.

Prijave: Prijavite se lahko na sedežu četrtih skupnosti Mestne občine Ljubljana ali v Službi za lokalno samoupravo Mestne občine Ljubljana (t. 01/306 48 62, Vesna Bolle).

Na F3ŽO lahko obiskovalci brezplačno sodelujete tudi na interaktivnih računalniških delavnicah s temami: Možnosti dostopa do interneta in uporaba interneta; Komunikacija po spletu z uporabo Skypea; Socialna omrežja tudi za starejše občane (Facebook ipd.).

Cene Štupar – Center za permanentno izobraževanje

Javni zavod Cene Štupar - Center za permanentno izobraževanje je ena največjih organizacij za izobraževanje odraslih v osrednjeslovenski regiji. Dejavnost zavoda sega na področje osnovnošolskega izobraževanja za mladostnike in odrasle, na področje srednješolskega izobraževanja, izvajajo tečaje tujih jezikov in slovenščine za tujce, so izvajalci postopkov preverjanja in potrjevanja nacionalnih poklicnih kvalifikacij, izvajajo tudi različna usposabljanja in izpopolnjevanja za odrasle.

Kontaktna oseba: Dragica Glažar
T: 01/23 44 420, 030 642 425
E: dragica.glazar@cene-stupar.si
N: Vojkova 1, 1000 Ljubljana
T: 01/23 44 402,
E: info@cene-stupar.si
S: <http://www.cene-stupar.si>

Brezplačni programi za starejše
Tečaji angleščine, nemščine in italijanščine (v okviru Mestnega

programa izobraževanja odraslih za leto 2011): Do tečajev so upravičeni socialno šibki prebivalci Mestne občine Ljubljana (upokojenci, prejemniki denarne socialne pomoči). Program traja 50 ur. Udeleženci imajo možnost pridobitve znanja na 1., 2., ali 3. stopnji tujih jezikov: angleščine, nemščine in italijanščine.

Študijski krožki: so oblika neformalnega prostovoljnega učenja. V študijski krožek se lahko vključijo vsi prebivalci Mestne občine Ljubljana, ki se želijo naučiti nekaj novega o določeni temi, se družiti z ljudmi s podobnimi interesi ter izmenjati izkušnje. Teme se nanašajo na kulturno dediščino in razvoj turizma, naravno dediščino Ljubljane, slovensko kulinarčno tradicijo, kvaliteto življenja in osebni razvoj, ekologijo, razvijanje ročnih spretnosti, medgeneracijsko sožitje, kulturne ustvarjalne delavnice, vzgojo otroka in mladostnika, aktivno staranje. Študijski krožek traja 25 ur.

Program upravljanja z osebnim premoženjem: Program traja 36 ur in je namenjen prebivalcem Mestne občine Ljubljana, ki se želijo naučiti načrtovati, upravljati in spremljati ter vrednotiti projekte na področju osebnega in družinskega proračuna.

Drugi programi

UŽU Most do izobrazbe
UŽU Beremo in pišemo skupaj
Slovenščina za starše

Na F3ŽO lahko obiskovalci brezplačno sodelujete tudi na interaktivnih delavnicah tujega jezika na različne teme: *Situacije v mestu* (nakupovanje, orientacija v mestu, znamenitosti), *gastromija* (v baru, restavraciji ali kavarni), *Potovanje* (v turistično-informacijskem centru, na letališču, na železniški postaji).

Javni zavod Mladi zmaji – Center za kakovostno preživljanje prostega časa otrok in mladih

Javni zavod Mladi zmaji – Center za kakovostno preživljanje prostega časa otrok in mladih zagotavlja mrežo ustrezno opremljenih prostorov: četrtne mladinske centre Bežigrad, Črnuče, Šiška in Zalog. V ČMC izvaja programe za kakovostno preživljanje prostega časa otrok, mladih in njihovih staršev z organiziranimi in vodenimi vzgojno-izobraževalnimi, kulturnimi in drugimi dejavnostmi z namenom, da spodbudi in krepi socialno kohezivnost.

Kontaktna oseba: Vanja Krmelj
T: 01/306 40 46
E: info@mladizmaji.si
N: Resljeva 18, 1000 Ljubljana
T: 01/306 40 46
E: info@mladizmaji.si
S: <http://www.mladizmaji.si>
Delovni čas: Četrtni mladinski centri so v času šolskega leta odprti od 14. do 19. ure, v času poletnih počitnic od 12. do 20. ure.

Programi medgeneracijskega sodelovanja

JZ Mladi zmaji vabi starejše, da se pridružijo in kot prostovoljci mladim pomagajo pri učenju in domačih nalogah ali pri izvajanju prostočasnih dejavnosti/delavnic za mlade: pomoč pri izvajanju oz. izvajanje prostočasnih dejavnosti za mlade, da si pridobijo in spoznavajo nove veščine ter znanja, se medsebojno spoznavajo, družijo itd. (na kuharskih delavnicah, ustvarjalnih umetniških ter drugih različnih tehnik, pogovornih delavnicah itd.).

Obiskovalci ČMC pa nudijo pomoč starejšim pri pridobitvi računalniških znanj, krepitvi funkcionalnih znanj, opravljanju posameznih opravil itd.

Univerza za tretje življenjsko obdobje

Univerza za tretje življenjsko obdobje je namenjena izobraževanju starejših za osebnostno rast, izobraževanju za prostovoljno delo in zmanjševanju socialne izključenosti starejših. Posveča se tudi raziskovanju, razvoju in zagovorništvu starejših ter svetovanju za dejavno starost. Že 27 let z vrsto dejavnosti omogoča starejšim »izobraževanje kot način življenja« in podpira vključevanje starejših v družbo.

Kontaktna oseba: Senka Hočevar Ciuha
T: 01/433 20 90
E: univerza3@siol.net
N: Poljanska cesta 6, 1000 Ljubljana
T: 01/433 20 90,
E: univerza-3@guest.arnes.si
S: <http://www.univerza3.si>
Delovni čas: 9.00 – 12.00

Programi organiziranega prostovoljnega dela starejših

Slušatelji Univerze za tretje življenjsko obdobje se lahko vključijo v različne programe prostovoljnega dela, ki jih Univerza organizira sama ali v sodelovanju s kulturnimi, vzgojno-izobraževalnimi, zdravstvenimi in humanitarnimi ustanovami, kot so muzeji, knjižnice, šole, vrtci, bolnišnice, dobrodelna društva, domovi starejših občanov.

Na Onkološkem inštitutu Ljubljana sodelujejo prostovoljci pri skupni skrbi za izboljšanje kakovosti življenja bolnikov v času njihovega bivanja v bolnišnici. Prostovoljci spremljajo bolnike, usmerjajo in spremljajo obiskovalce, organizirajo individualne ali skupinske kulturne in razvedrilne dejavnosti za bolnike. Slušatelji se imajo možnost kot prostovoljni kulturni mediatorji vključiti v prostovoljno delo tudi v Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana. Prostovoljni kulturni mediator ustvarja vezi med kulturnimi stvaritvami, kulturno dediščino in tistimi, ki jih želijo doživeti. To lahko stori v živo s pripovedovanjem, branjem, pogovorom, pripravo razstav in na mnoge druge načine.

Brezplačni programi za starejše

(v okviru Mestnega programa izobraževanja odraslih za leto 2011)

Keramika - oblikovanje gline:

Izobraževanje na področju oblikovanja gline poteka tri leta. V začetnem delu se pouk posveča osnovnim lastnostim materiala (gline) in tehnikam oblikovanja gline. Tečajniki izdelujejo uporabno keramiko enostavnih oblik. V nadaljevanju sledijo večje forme. Pri oblikovanju se seznajajo z arhitekturo, literaturo, umetnostjo vzhodnih izumrlih kultur. Keramiko skušajo vpeti tudi v kontekst instalacij in s tem sledijo trendom v sodobni umetnosti.

Psihologija. Babica in dedek za današnje čase:

Cilj programa je prepoznati svoje doživljanje in odzivanje v vlogi starega starša, svoje poglede na vlogo starega starša, svoje želje in pričakovanja, prepoznati sebe kot starša in starega starša.

Mentorica: doc. Dušana Findeisen, prof. fr. in angl., magistrica in doktorica andragogike.

Zgodovina Slovencev: Bilo je nekoč – slovenski prostor skozi zgodovino:

Cilj programa je širitev in poglobitev znanj in spoznanj o preteklosti slovenskega prostora. Spoznavanje najrazličnejših virov za njeno proučevanje – naravna, kulturna, duhovna dediščina tega prostora. Izboljšanje samopodobe in utrditev samozavesti slušateljev.

Mediacija - ustvarjalna pot reševanja sporov:

Cilj programa je spoznavanje načinov, stilov in značilnosti konfliktov; z učenjem njihovega reševanja (tudi s pomočjo nevtralne osebe) se slušatelji učijo, kako zmanjšati možnost konfliktov in kako konflikte »pretopiti« v iskanje rešitev, s katerimi bodo lahko živeli v prihodnje. Učijo se tudi, kako izboljšati odnose z ljudmi in kako postati sam svoj mediator. S pomočjo vaj in predvsem igrice vlog se seznajajo, kako reševati spore



V Ljubljani so velika uspešnica vedno polni brezplačni računalniški tečaji na sedežih četrtinskih skupnosti, ki jih Mestna uprava nudi starejšim od 55 let.

Ročna dela krepijo fino motoriko.

na ustvarjalen način. Naučijo se tehnik mediacije, postavljanja vprašanj, aktivnega poslušanja in iskanja rešitev, sprejemljivih za vse.

Pametno z denarjem – moje finance v tretjem življenjskem obdobju:

Cilj programa je spoznati vrsto novih finančnih produktov, ki omogočajo oplemenitenje denarja, njihove lastnosti in primernost za vlaganje. Posveča se osnovnim zakonitostim finančnega trga in seznanja z delovanjem borze. Program se začne z odkrivanjem načinov, kako ohraniti svoje premoženje, nadaljuje pa s postavitvijo in doseganjem finančnih ciljev ter z načinom, kako oplemeniti svoje premoženje. Teoretična izhodišča se povezujejo s primeri iz prakse.

Psihologija. Moji starši so stari: kako razumeti sebe, ostarele starše in sorodnike: Cilj programa je razumeti sebe, ostarele starše in medsebojne odnose; prepoznati, ponotranjiti vpliv zapovedi in prepovedi ter življenjske poti na odnose v starosti; prepoznati čustvene, socialne in kognitivne potrebe ter izboljšati odnos z ostarelimi starši.

Društvo Vezi

Društvo VEZI je prvi organizator in izvajalec šole za starše v slovenskem prostoru (od leta 1989 dalje) z geslom: *Bodimo srečni in uspešni starši*. Od leta 1998 ta program izvajajo v izbranih ljubljanskih vrtcih in šolah. Sodelovali so v prvem triletnem mednarodnem programu za delo s starši, financiranem s sredstvi EU; sodelujejo v triletnem projektu z MŠ in ZIK-om Črnomelj: *Uspešno vključevanje Romov v vzgojo in izobraževanje* (2008-2011).

Kontaktne osebe: Irma Veljic
T: 01/544 63 30
E: irmaveljic@yahoo.com
N: Pri OŠ Milana Šuštaršiča, Štembalova 2 a, 1000 Ljubljana
T: 01/544 63 30
E: racunovodstvo2.osms-lj@guest.arnes.si
S: <http://www.drustvo-vezi.org>
Odpiralni čas: pon., sre., pet., 9.00 - 11.00

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

V letu 2011 so izpeljali seminar za upokojene pedagoške delavce na temo: *Starejši za mlade*. Ob tem so izvedli različne delavnice na temo medgeneracijskega sodelovanja. Seminar je bil izpeljan s ciljem, da bi udeleženci seminarja ponudili vrtcem in šolam sodelovanje z obravnavanimi sprostivnimi dejavnostmi za otroke in starše.

OŠ Ledina

Osnovna šola Ledina je v svoji več kot 150 let dolgi zgodovini ves čas razvijala pojem dobre šole, ki je mladim dajala dovolj znanja za nadaljnje šolanje in življenje, kot hospitacijska šola pa je na poklic učitelja uspešno pripravljala bodoče učitelje. Osnovna šola Ledina uspešno povezuje vse tri nosilne nacionalne projekte: Unesco, Eko in Zdravo šolo, s sodelovanjem v mednarodnih projektih in izmenjavo učencev pa se uspešno vključuje v sodobne evropske tokove. Za udeležanje Unescovih vrednot je Osnovna šola Ledina za leto 2005 prejela Plaketo glavnega mesta Ljubljane, v letu 2010 pa za bogato kulturno udejstvovanje naziv Kulturna šola.

Komenskega ul. 19, 1000 Ljubljana
T: 01/230 76 50
E: info@o-ledina.si
www.o-ledina.si
Kontaktne osebe: Ljubica Kosmač
T: 051/315-525
E: ljubica.kosmac@guest.arnes.si
Irena Šimenc Mihalič
T: 041 832 646
E: irena.mihalic@guest.arnes.si

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Projekt Medgeneracijsko sodelovanje: Šola sodeluje tudi z likovnim oddelkom Univerze za tretje življenjsko obdobje, z nekdanjimi ledinskimi učitelji ter z dedki in babicami svojih učencev. Sodelovanje poteka največini v obliki kreativnih delavnic. Tako je v lanskem šolskem letu nastala razstava likovnih del z naslovom *Ljubljana – moje mesto*. S projektom *Dobre vesti iz naše šole in našega mesta* šola sodeluje v Evropskem letu prostovoljstva 2011.

Vrtec Kolezija, Enota Mencingerjeva

Kontaktne osebe: Nevenka Žigon
T: 031/255 721
E: vrtec.kolezija@guest.arnes.si
Rezijanska 22, 1000 Ljubljana
T: 01/420 46 40, 01/420 46 620
E: vrtec.kolezija@guest.arnes.si
vrtec.mencingerjeva@gmail.com

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje
Posvojimo babico iz doma starejših občanov: Vrtec Kolezija v sodelovanju z domom starejših občanov izvaja projekt druženja njihovih stanovalcev in otrok iz vrtca. V okviru projekta izvajajo druženja s stanovalci doma v vrtcu in v domu za starejše.

USTVARJALNOST KOT NAČIN ŽIVLJENJA

KULTURNI IN UMETNIŠKI PROGRAMI

Javni zavod Kinodvor

Kinodvor je javni zavod za prikazovanje kakovostne in raznovrstne filmske ponudbe. Poleg kakovostnega filmskega programa skrbi tudi za dogodke, povezane s filmsko vzgojo in izobraževanjem vseh starostnih skupin ter za spremljalni umetniški program, ki film povezuje s širšim svetom vizualne umetnosti (galerija) in literature (specializirana filmska knjigarnica). Filmska kavarna odpira obiskovalcem svet filmske diskusije, vpogled v čitalniško filmsko publicistiko ter druženje pred, po, med in ob filmih. Poslanstvo Kinodvora je skrb za filmsko kulturo, ki se začne s filmsko vzgojo mladih in se nadaljuje vse v poznejša leta, ves čas pa skrbi za zadovoljevanje potreb zahtevnejših ljubiteljev filma.

Kontaktne osebe: Maja Zrim, Barbara Kelbl, Petra Slatinšek
T: 030/322-551
E: maja.zrim@kinodvor.org
T: 030/315-701
E: barbara.kelbl@kinodvor.org
T: 030/324-063
E: petra.slatinsek@kinodvor.org
N: Kolodvorska 13, 1000 Ljubljana
T: 01/239-22-13
E: info@kinodvor.org
S: www.kinodvor.org

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje
Filmska srečanja ob kavi (abonma za poznejša leta): Program je namenjen obiskovalcem v poznejših letih iz Ljubljane in širše okolice. Srečanja potekajo dvakrat mesečno ob dopoldnevih (sreda ob 10. uri) v Kinodvoru. Program sestavljajo raznovrstni in kakovostni filmi, ogledi pa

so pospremljeni s tematskimi pogovori z zanimivimi gosti. Ob vsakem srečanju k sodelovanju povabijo tudi posebnega gosta, ki film dopolni z lastnim videnjem, vtisi, razmišljanji in življenjskimi izkušnjami. Pogovori v Kavarni po ogledu filma so zato vedno živahni, odprti in zanimivi. Obiskovalce pa postrežejo tudi z brezplačno kavico ali čajem. - Program Filmskih srečanj ob kavi bo v sezoni 2011/2012 potekal že tretjič, prvo abonmajske srečanje bo v začetku oktobra 2011.

Mestna knjižnica Ljubljana

Mestna knjižnica Ljubljana (MKL) združuje 37 splošnih knjižnic ljubljanske regije in delno tudi okolice. Posebne knjižnice MKL so tudi Potujoča knjižnica, Slovanska knjižnica - Center za domoznanstvo in specialne humanistične zbirke ter Pionirska - Center za mladinsko književnost in knjižničarstvo.

MKL je kulturno, informacijsko, izobraževalno, socialno in komunikacijsko stičišče posameznikov, skupin, lokalne skupnosti, kulturnih ustanov in organizacij.

Kontaktne osebe: Veronika Rijavec, Marko Lakovič, Simona Šinko, Irena Bezljaj
T: 01/600 83 10
E: veronika.rijavec@mkjl.si
T: 01/600 83 12
E: marko.lakovic@mkjl.si
T: 01/600 83 13
E: simona.sinko@mkjl.si
T: 01/600 83 11
E: irena.bezljaj@mkjl.si
N: Kersnikova 2, 1000 Ljubljana
T: 01/600 13 00
E: info@mkjl.si
S: www.mkjl.si

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Očarljivo skupinsko branje: Bralna srečanja za starejše, ki so zasnovana na glasnem branju vnaprej določenih besedil.

Knjižna doživetja: Bralni krog, ki poteka v obliki pogovora udeležencev in srečanj z avtorji.

Beremo, se učimo in rastemo in Pogovor ob knjigi: Bralni skupini, ki se ju udeležujejo predvsem starejše bralke in bralci.

Brezplačni računalniške tečaji

Ustvarjalne delavnice: Kaligrafija, oblikovanje gline, izdelovanje punč iz cunj, slikanje na steklo, slikanje na svilo ter različne izobraževalne delavnice



Ustvarjanje in doživljanje umetnosti hrani dušo vse življenje.



Nepozabna otroška doživetja v babični družbi.

– jezikovne (španščina, angleščina, nemščina), delavnice digitalne fotografije, arheologije ipd.

Starejšim in slabovidnim so na voljo elektronske lupe, knjige s povečanim tiskom in bralniki z e-knjigami, kjer si bralci lahko povečajo pisavo.

Knjiga na dom: Storitev za tiste, ki zaradi ostarelosti, dolgotrajne bolezni ali invalidnosti ne morejo obiskati knjižnice.

Muzej in galerije mesta Ljubljane (MGML)

Poslanstvo MGML je evidentiranje, zbiranje, dokumentiranje, vrednotenje, ohranjanje, interpretiranje, raziskovanje in predstavljanje materialne in nematerialne dediščine s področja zgodovine mesta Ljubljane in širše okolice od prazgodovine do danes, izvajanje pedagoških, andragoških in promocijskih dejavnosti na področju delovanja zavoda ter poklicno usposabljanje.

Kontaktna oseba: Janja Rebolj

T: 01/241 25 35

E: janja.rebolj@mgml.si

N: Gosposka 15, 1000 Ljubljana

T: 01/241 25 00

E: info@mgml.si

S: www.mgml.si

Odpiralni čas: tor.-ned., 10.00-18.00, čet: 10.00-21.00

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Javna vodstva po razstavah

Celoletni študijski krožek Mestni muzej Ljubljana in Ljubljancani – v začetni in nadaljevani skupini: Na tedenskih srečanjih slušatelji spoznajo muzej in galerije in njihovo delovanje, sodelujejo pri različnih muzejskih projektih (zbiranje zgodb in predmetov za otroške programe, sodelovanje pri pripravi razstav).

Šola vodenja za prostovoljce:

Slušatelji po uspešno opravljenem izpitu kot prostovoljci vodijo po muzejskih razstavah in/ali izvajajo pedagoške programe.

Mednarodni grafični likovni center (MGLC)

MGLC hrani obsežno zbirko grafik in avtorskih knjig slovenskih in mednarodnih ustvarjalcev. V galeriji so organizirane razstave sodobne likovne in grafične umetnosti s številnimi

spremljevalni dogodki. V ateljeih za umetniško grafiko nastajajo nova dela v različnih grafičnih tehnikah. MGLC je producent ljubljanskih grafičnih bienalov in založnik številnih katalogov, knjig in drugih publikacij.

Kontaktne osebe: Lili Šturm, mag. Breda Škrjanec, mag. Boge Dimovski,
T: 01/2413 800/818

E: lili.sturm@mgcl-lj.si/

T: 01/241 38 05

E: bredda.skrjanec@mgcl-lj.si

T: 01/241 38 13

E: boge.dimovski@mgcl-lj.si

N: Grad Tivoli, Pod turnom 3, 1000 Ljubljana

T: 01/2413 800

E: lili.sturm@mgcl-lj.si

S: www.mgcl-lj.si

Odpiralni čas: Galerija: tor. – ned., 11.00 – 18.00

Študijski kabinet: pon. – pet., 9.00 do 14.00

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje Javna vodstva po razstavah.

Tečaj barvnega lesoreza: 21-urni tečaj poteka enkrat tedensko od marca do maja v grafičnem ateljeju MGLC. Na tečaju udeleženci spoznajo postopek, izdelajo več matric in večbarvne odtise, vodi ga akademski slikar in grafik mag. Boge Dimovski.

Tečaj risanja in grafike: 45-urni tečaj tečajnike seznani z osnovami risanja in grafike ter s prenosom risarskega motiva v grafično tehniko globokega tiska. Poteka enkrat tedensko, omogoča individualno delo z mentorjem, vodi ga mag. Boge Dimovski.

Slovensko mladinsko gledališče (SMG)

Slovensko mladinsko gledališče je bilo ustanovljeno leta 1955 kot prvo poklicno gledališče za otroke in mladino v Sloveniji. Danes je prepoznavno po širokem spektru inovativnih poetik različnih mlajših režiserjev in po fenomenu ansambelske energije, brookovskega pristopa do igre, kjer ne gre za sistem zvezdnitva, ampak za igralski laboratorij, v katerem se posamezne bravurozne vloge povezujejo v močno celoto igralskega ansambla.

Kontaktne osebe: Tadeja Pungercar, Gabrijela Bernot

T: 01/300 49 08

E: tadeja.pungercar@mladinsko-gl.si

T: 01/425 33 12

E: smg.blagajna@siol.net

N: Vilharjeva 11, 1000 Ljubljana

T: 01/300 49 00

E: info@mladinsko-gl.si

S: www.mladinsko.com

Odpiralni čas: Prodajna galerija Trg francoske revolucije 5, t: 01/425 33 12; pon. – pet., 12.00 - 17.30, sob. 10.00 - 13.00
Blagajna gledališča je odprta uro pred začetkom predstave, t: 01/300 49 02

Program za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje
Abonma Sodobna klasika za zrelo in izkušeno občinstvo: Ponuja ogled predstav, ki obravnavajo večno aktualne teme. Abonenti oblikujejo svoj abonma, tako da izberejo pet od šestih razpisanih uprizoritev.

Mestno gledališče ljubljansko (MGL)

Mestno gledališče ljubljansko je leta 1949 ustanovilo Mesto Ljubljana kot drugo dramsko gledališče Ljubljane. Delovati je začelo na skromnem, majhnem odru s skupino zagretil igralcev in študentov Akademije za gledališče. Sčasoma je preraslo v moderno gledališko družino, ki danes šteje 36 stalnih in okoli 100 gostujočih igralcev in glasbenikov.

Mestno gledališče ljubljansko prav letošnjo sezono obeležuje 60 let poklicne zgodovine in je drugo največje slovensko gledališče. 36-članski igralski ansambel odigra vsako sezono okrog 500 predstav pred več kot 100.000 gledalci. Gledališče pripravi 10 lastnih in najmanj 2 koprodukcijski premieri na leto.

Kontaktne osebe: Simona Belle

T: 01/ 425 50 00

E: simona.belle@mgl.si

N: Čopova 14, 1000 Ljubljana

T: centrala 01/ 425 82 22,

blagajna 01/ 251 08 52

E: info@mgl.si, blagajna@mgl.si

S: www.mgl.si

Odpiralni čas: pon. – pet., 12.00-18.00

in uro pred predstavo, sob. in ned., uro pred predstavo.

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Abonmaji: Abonma vključuje šest, osem ali deset predstav na velikem odru in eno predstavo po izbiri na Mali sceni. V letošnji abonmajski ponudbi si lahko ogledate komedije, muzikal in drami.

Lutkovno gledališče Ljubljana (LGL)

Lutkovno gledališče Ljubljana je osrednje lutkovno gledališče v Sloveniji, ki deluje od leta 1948. S pripojitvijo nekdanjega Gledališča za otroke in

mlade v l. 2009 je postalo osrednje gledališče za otroke in mlade.

Kontaktne osebe: Nataša Antuničević Vižintin

E: natasa.vizintin@lgl.si

T: 01/548 45 40

N: Krekov trg 2, Ljubljana

T: 01/300 09 70

E: info@lgl.si

S: www.lgl.si

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

V gledališču se veselijo obiska dedkov in babic, ki pripeljejo v hišo vnuke na njihovo prvo gledališko doživetje. Prejšnjo sezono so začeli z gledališkimi delavnicami za navdušence vseh starosti, ki jih je vodila Nina Skrbinšek, v naslednji sezoni bodo organizirali *Pripovedovalsko šolo*, ki bo namenjena vsem generacijam in katere mentorici bosta Ana Duša ter Špela Frlic.

Pionirski dom - Center za kulturo mladih

Pionirski dom združuje otroke, mladino in odrasle v različnih ustvarjalnih delavnicah in jim posreduje druge izobraževalne in kulturne vsebine. Programi zajemajo vsa področja kulture in umetnosti, vključno z učenjem številnih tujih jezikov in prireditve, ki jih izvajajo ali organizirajo udeleženci sami. Najmočnejše so zastopane dejavnosti s področja likovne umetnosti, gledališča, filma, glasbe in učenja tujih jezikov, učenja standardnih in latinskoameriških plesov ter organizacije prireditev v Festivalni dvorani.

Kontaktne osebe: Silva Ros

T: 031/ 269 746

E: silva.ros@pionirski-dom.si

N: Vilharjeva 11, 1000 Ljubljana

T: 01/ 234 82 00

E: tajnistvo@pionirski-dom.si

S: www.pionirski-dom.si

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje Izobraževanja, delavnice in prireditve z različnih področij kulture.

Senior klub Plesne šole

Jenko: Učenje standardnih in latinskoameriških plesov.

Petkovi plesi v Festivalni dvorani

Tradicionalni Jenkov ples
(25. 11. 2011).

Jezikovni tečaji: Učenje nemščine in angleščine v manjših skupinah ali individualno.



Mestni kino Kinodvor predvaja tudi žlahtna dela filmske klasike za starejše, po projekciji katerih se obiskovalci družijo v poglobljenih pogovorih ob kavi in čaju.

Festival Ljubljana

Festival Ljubljana v poletnih mesecih uspešno izpolnjuje svoje poslanstvo kot ambasador visoke kulturne ponudbe, v redni sezoni pa poleg številnih komornih koncertov osrednjo pozornost namenja mladim talentom, izobraževalni dejavnosti in raziskovanju glasbe, glasbenih fenomenov in glasbene dediščine v Sloveniji in na tujem.

Kontaktna oseba: Ana Kandare

T: 01/241 60 14

E: ana.kandare@ljubljanafestival.si

N: Trg francoske revolucije 1, 1000 Ljubljana

T: 01/241 60 00

E: info@ljubljanafestival.si

S: www.ljubljanafestival.si

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Festival Ljubljana 2011: Poletni festival z bogatimi vrhunskim programom.

Slovenski glasbeni dnevi: Festival sodobne glasbe, ki se ozira tako v slovensko glasbeno poustvarjalnost kakor tudi skrbi za izvajanje novih, predvsem slovenskih skladb. Slovenske glasbene dni popestrijo spremljevalne prireditve, kot so okrogle mize, razstave, predstavitev knjig in podobno.

Ljubljanski grad

Ljubljanski grad – Srednjeveška trdnjava z novo privlačno podobo, prostor, napolnjen z bogato kulturno in umetniško vsebino, priljubljeno sprehajališče in ena najbolj obiskanih turističnih točk v Sloveniji. Ljubljanski grad nudi obisk z vožnjo s tirno vzpenjačo, ogled Virtualnega muzeja, Razglednega stolpa, stalne razstave Slovenska zgodovina in drugih razstav ter vodene ogled Gradu in njegove okolice. Prav tako Grad v idiličnem grajskem okolju ponuja dvorane in prostore, namenjene različnim priložnostim.

Kontakti: Info center, Virtualni muzej, Razstava Slovenska zgodovina, spodnja postaja tirne vzpenjače

T: 01/306 42 93

E: info-center@ljublanskigrad.si

T: 01/232 99 94

E: virtualni-muzej@ljublanskigrad.si

T: 031/715 166

E: slovenska-zgodovina@ljublanskigrad.si

T: 01/306 42 00

E: vzpenjaca@ljublanskigrad.si

N: Grajska planota 1, p.p. 72, 1001 Ljubljana

T: 01/306 42 93

E: info-center@ljublanskigrad.si,

tajnistvo@ljublanskigrad.si

S: www.ljublanskigrad.si

Odpiralni čas: vzpenjača: 1. 10. - 31. 3., 10.00 - 21.00; 1. 4. - 30. 9., 9.00 - 23.00, Info center, Virtualni muzej, Razgledni stolp, Razstava Slovenska zgodovina: 1. 10. - 31. 3., 10.00 - 19.00; 1. 4. - 30. 9., 9.00 - 21.00.

Center urbane kulture Kino Šiška (Kino Šiška)

Kino Šiška je središče urbane ustvarjalnosti v Ljubljani ter v širšem slovenskem prostoru. Programsko pokriva koncertne, gledališke, plesne in eksperimentalne dogodke. Program poteka v dveh dvoranah - Katedrala (800 stojišč oz. 450 sedišč) in Komuna (200 stojišč oz. 120).

Kontaktne osebe: Darinka Jurečič, Uroš Bonšek

T: 01/500 30 01

E: darinka.jurecic@kinosiska.si

T: 01/500 30 03

E: uros.bonsek@kinosiska.si

N: Trg prekomorskih brigad 3, Ljubljana

T: 01/500 30 00

E: info@kinosiska.si

S: www.kinosiska.si

Odpiralni čas: Blagajna (pon. - pet., 15.00 - 20.00, uro pred dogodkom), Kavarna Kralj (vsak dan, 08.00 - 23.00), Kiosk (pon. - pet., 12.00 - 20.00, uro pred dogodkom)

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

S svojim programom Kino Šiška predstavlja in združuje multikulturalnost, politično neobremenjenost, tehnološko naprednost, spodbuja kreativnost in mednarodna povezovanja ter medgeneracijsko sodelovanje. V Kino Šiška prirejajo koncerte, literarne večere, razstave, festivale in simpozije, uprizoritvene in intermedijske dogodke. Z raznovrstnimi vsebinami in cenovno dostopnostjo posebno skrb posveča tudi starejšim. Tako lahko upokoenci uveljavljajo 20-odstotni popust na eno vstopnico, kupljeno v predprodajnem terminu na Eventimovih prodajnih mestih, medtem ko je za gibalno in senzorno ovirane osebe vstopnica brezplačna.

Center kulture Španski borci (Španski borci)

Španski borci, center kulture v Mostah (ob tržnici Moste), je pod vodstvom upravitelja Zavoda EN-KNAP ponovno zaživel jeseni 2009. Ob raznolikem programu prepoznavnost gradi predvsem na predstavljanju sodobnih umetniških praks, še posebej sodobnega plesa, s poudarkom na visoki kakovosti produkcij in močnem mednarodnem

predznaku. V okviru **mednarodnega programa Uvoz-izvoz** kontinuirano mesečno prinaša v Ljubljano vrhunsko mednarodno produkcijo uprizoritvenih umetnosti.

Kontaktne osebe: Marjeta Lavrič, vodja programa in produkcije

T: 01/620 87 86

E: meta.lavric@en-knap.com

N: Zaloška 61, 1110 Ljubljana

T: 01/620 87 84 (pisarne),

01/620 87 90 (blagajna)

E: info@spanskiborci.si, office@en-knap.com

S: www.spanskiborci.si

Upravitelj centra: Zavod EN-KNAP,

sedež Zavoda EN-KNAP: Metelkova 6

Odpiralni čas: Informacijsko središče in blagajna: pon. - pet., 17.00 - 19.00 in uro pred preditvami.

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Za vso svojo produkcijo v Španskih borcih Zavod EN-KNAP upokoencem omogoča znižane cene vstopnic.

Trubarjeva hiša literature (THL)

Trubarjeva hiša literature je prostor, namenjen književnosti, knjigi in družbenokritični refleksiji v najširšem pomenu besede. Prostor za srečanja in kulturne dialoge pripadnikov različnih literarnih, intelektualnih in nazorskih skupin, kjer lahko izmenjajo mnenja in stališča o temah, ki zaznamujejo današnji čas. Pester program literarnih prireditev, festivalov, branj, predstavitev knjig in ostalega Trubarjevo literarno hišo riše kot nepogrešljivo komponento urbanega življenja v prestolnici.

Kontaktne osebe: Tatjana Pristolič

E: tatjana.pristolic@literarnahisa.si

N: Stritarjeva 7, 1000 Ljubljana

T: 01/256 56 94

E: trubarjeva@literarnahisa.si

S: www.trubarjevahaliterature.si

Odpiralni čas: pon. - pet., 10.00 - 18.00, sob., 10.00 - 14.00

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Mestna čajanka: Periodični pogovori v prostorih Trubarjeve hiše literature, namenjeni starejši generaciji prebivalcev Ljubljane. Gre za srečanja v obliki čajank kot tradicionalni meščanski obliki druženja. Na srečanjih udeleženci izmenjujejo svoje misli o knjigah, življenju v Ljubljani nekoč in danes, posebnostih in zanimivostih slovenske prestolnice, običajih, navadah in kulturi v Ljubljani. Srečanja se odvijajo v dopoldanskih urah. Poleg udeležencev se srečanj na vabilo Trubarjeve hiše

literature vsakič udeleži tudi katera od znanih osebnosti, povezana z Ljubljano. K druženju bomo med drugimi povabili Toneta Pavčka, Elzo Budau, Ferija Lainščka, Janeza Bogataja, Nežo Maurer in druge.

Društvo ŠKUC (Škuc)

Škuc je ena najvidnejših nevladnih organizacij neprofitnega značaja kulturno-umetniške produkcije v Sloveniji. Pomemben segment delovanja Škuca je vključevanje mlajših, obetavnih ustvarjalcev v kulturno dejavnost in ustvarjanje razmer, v katerih mladi lahko aktivno preživljajo prosti čas. Dejavnosti, ki delujejo znotraj Škuca, so: likovna, filmska, založniška, gledališka, glasbena, družbena gibanja, informiranje in svetovanje.

Kontaktne osebe: Jasmina Kožar

T: 01/430 35 30

E: info@skuc.org

N: Stari trg 21, 1000 Ljubljana

T: 01/430 35 30

E: info@skuc.org

S: www.skuc.org, www.galerija.skuc.si, www.skuc.si

Odpiralni čas: vsak dan med 12. in 20. uro.

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Vodenje po razstavah: Galerija Škuc je pomemben razstaveni in produkcijski center za sodobno vizualno umetnost. Zanimivi vodeni ogledi razstav s kustosi.

Ustvarjalno: Izobraževalno-ustvarjalne delavnice, udeleženci spoznavajo najrazličnejše ustvarjalne tehnike.

Tamara Doneva: Misterij žene: Monodrama o slovenski pisateljici Zofki Kveder in njenem duševnem boju ob izgubi hčerke Vladoše. Predstavlja njeno vpetost v družinsko in družbeno stvarnost ter njene nesrečne poskuse ljubezni.

Živa književnost: Literarni festival, ki knjigo povezuje z glasbo in igro v poletni stari Ljubljani.

Dobimo se pred Škucem: Koncerti, gledališče, moda, razstave, ustvarjalnost in druženje v poletni stari Ljubljani.

Zavod Exodos Ljubljana

Zavod Exodos je neprofitna in neodvisna kulturna organizacija, ki producira različne gledališke in plesne predstave in je izvršni producent mednarodnega festivala za sodobne scenske umetnosti Exodos. Zavod Exodos je bil tudi izvršni producent prvih štirih izdaj slovenske plesne platforme Gibanica. V letu 2010 je Zavod Exodos začel s posebnim, trajnostnim projektom Labirint



Pogovori z uglednimi gosti v Kinodvoru so tudi svojevrsna oblika pregledovanja lastnega življenja.

umetnosti, parkom, ki je bil v letu 2011 dokončan in predan v oskrbo Mestni občini Ljubljana.

Kontaktna oseba: Nataša Zavolovšek
E: exodos@exodos.si
N: Metelkova 6, 1000 Ljubljana
T: 01/431 03 44
S: www.exodos.si

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Labirint umetnosti: Park je postanek vseh in vsakogar, ki se želi za kratek čas odmakniti od velike vsakdanjosti in se vrniti k majhnim pomembnostim. Labirint umetnosti ima več pomenov in namenov. Najlepše jih odkrivamo, če se sprehodimo po tlakovani vijugavi poti, klop v središču nam daje čas in prostor, da posedimo sami s sabo ali svojo najboljšo prijateljico – knjigo. Po Labirintu umetnosti se lahko sprehodite vsak dan, vse dni v letu, ob vsakem vremenu. Postavljen je v Fužine nasproti Fužinskega gradu, med cesto Studenec in Chengdujsko cesto.

Divja misel, Inštitut za neprofitno komunikacijo

Inštitut Divja misel snuje in izvaja projekte, ki družbeno pomembne teme predstavljajo na privlačen, sodoben in navdihujoč način. Njegova ključna kompetenca je prepoznavanje spregledanih vsebin. Iz njih oblikuje dobre zgodbe, ki posameznika motivirajo za korake v novo, neznano in zanimivo.

Kontaktna oseba: Tina Popovič
T: 040/ 546 817
E: tina@divjamisel.org
N: Jamova 54, 1000 Ljubljana
T: 040/546 817
E: nabiralnik@divjamisel.org
S: www.divjamisel.org/ www.mojeulice.si/ www.knjiznicapodkrošnjami.si/

Programi za starejše oz. medgeneracijsko sodelovanje

Knjižnica pod krošnjami: Edinstvena knjižnica na prostem mestne sence spreminja v otoke brezplačnega branja in uživanja na prostem. Javne površine postajajo kraji navdih, srečevanj in ohranjanja stika z lepo napisanim. V sklopu knjižnice delujeta tudi programa *Glasna branja za bralce v letih in Bralna glasba v živo*. Pozimi knjižnice najdete v izbranih pokritih kottičkih Ljubljane.

Moje ulice: Kje smo nekoč kradli poljube? Kdo je zavijal najboljšo klobaso in kje smo ob petkih plesali? *Moje ulice* v pogovore zapletajo dolgoletne

prebivalce Ljubljane in njihove osebne spomine in pripovedi o življenju v Ljubljani posredujejo naprej. Skozi vse poletje pripovedovanjem lahko prisluhnete v Botaničnem vrtu in na Radiu Študent, pozimi pa v Trubarjevi hiši literature. Vabljeni tako na obujanje spominov kot tudi k darovanju svojih osebnih spominov!

GIBANJE ZA DOLGOŽIVOST

ŠPORTNI PROGRAMI

Ljubljana je tudi mesto športa, prepoznavno v Evropi in svetu. Šport udejanja kot kakovostno prvo zdravega načina življenja za vse meščane z raznoliko športno ponudbo za vse starostne skupine in v vseh življenjskih obdobjih.

Mestna občina Ljubljana
sofinancira naslednje programe športnih aktivnosti za starejše:

Badmintonski klub Ježica

Treningi so prilagojeni starostni, zdravstvenim in psihofizičnim sposobnostim igralcev in potekajo pod strokovnim vodstvom. Cilj vadbe je motivirati igralce, da se skozi igro in na prijeten način poveča njihovo zanimanje za igranje badmintona, da vzdržujejo prijetno vzdušje in pozitivno energijo v klubu.

N: Resljeva cesta 25, 1124 Ljubljana
T: 040/ 353 737,
E: ljuba.medvescek@gmail.com
Vadba poteka na OŠ Danile Kumar.

Društvo Joga v vsakdanjem življenju Ljubljana

Program vadbe joge za starejše poteka enkrat tedensko po 90 minut. V skupino se kot člani vključujejo upokojenci. Gre za prilagoditev 1. stopnje licenčnega programa *Joga v vsakdanjem življenju* potrebam in zmoglostim starejših občanov. Vsaka vadba vsebuje tehnike sproščanja, asane ter dihalne in meditacijske tehnike. Največji delež vsake vadbene ure je posvečen izvajanju asan.

N: Derčeva ulica 41, 1000 Ljubljana
T: 041/629-403,
E: info@joga-ljubljana.org
Vadba poteka v prostorih društva na Selanovi 16.

Gimnastično društvo Zelena jama

Odbojka za odrasle

Vadba je namenjena starejšim občanom. Na sami vadbi se ogrejejo, opravijo vaje raztezanja in moči, nato pa igrajo odbojko. Vadbo vodi profesor športne vzgoje ZT Partizan Zelena jama, gimnastična dvorana, gimnastika.

N: Pokopališka ulica 35, 1000 Ljubljana
T: 031/563 600,
E: gimzj@siol.net

Judo klub Bežigrad

Judo - Babi telovadi 1, 2

Vadba poteka v dvorani BUBA, Vodovodna 25 ob ponedeljkih in sredo od 9.00 do 10.00. *Babi telovadi* je program, namenjen starejšim nad 65 let. Vadba za ljudi v najlepšem življenjskem obdobju, ki bi si radi dneve polepšali z aktivno vadbo koordinacije, aerobne aktivnosti, krepitev in gibljivosti. Namen vadbe je ohranjanje telesne vitalnosti, vzdrževanje kondicije, razgibanosti in motorike, preprečevanje debelosti ter izboljšanje zdravstvenega in splošnega telesnega počutja starejših oseb, ki jim tovrstne vadbe primanjkuje.

N: Staničeva ulica 41, 1000 Ljubljana
T: 041/729 014
E: saso.sindic@amis.net

Judo klub Sokol Ljubljana

Judo rekreacija za veterane + 65

JK Sokol je v letu 2010 na pobudo Judo zveze Slovenije organiziral rekreativno vadbo *Judo za veterane* + 65 z namenom, da se v prihodnosti tudi v Sloveniji tako kot v svetu goji judo veteranov in sodelovanje na tekmovanjih.

N: Pokopališka ulica 35, 1000 Ljubljana
T: 01/540 25 01, 041/209 558
E: jk.sokol@telemach.net

ZT Partizan Zelena jama

Namizni tenis

Program je namenjen upokojencem. Cilj je redna telesna aktivnost z igro namiznega tenisa. Program vodi Borut Veron (profesionalni trener z licenco A). Rekreacijsko igranje namiznega tenisa na Iliriji ima dolgo tradicijo, pri čemer posebno skupino sestavljajo upokojenci. Organizirajo tudi tekmovanja za upokojence.

N: Vodnikova cesta 155, 1000 Ljubljana
T: 051/383 929

E: ntk.ilirija@gmail.com

Vadba poteka v namiznoteniški dvorani v športnem parku Ilirija.

Namiznoteniško društvo Kajuh-Slovan

Namizni tenis

Vadba poteka dvakrat tedensko po 60 minut in je namenjena rekreativnim igralcem nad 65 let, ki se redno ukvarjajo s športom. Nekateri igralci poleg rednih treningov nastopajo tudi na rekreativnih tekmovanjih in v ekipah v rekreativni ligi.

N: Gortanova ulica 21, 1000 Ljubljana
T: 059/ 018130
E: ntdkajuh@gmail.com
Vadba poteka v ZT ŠP Kodeljevo.

Partizan Vič, Društvo za telesno vzgojo in športno rekreacijo

Telovadba za seniorke

Program je namenjen starejšim ženskam, ki si želijo s splošno vadbo izboljšati svoje psihofizično počutje in zdravje. Vadba vključuje gimnastične vaje, vaje raztezanja, koordinacije ter manjši obseg aerobne aktivnosti.

N: Tržaška cesta 76, 1000 Ljubljana
T: 01/ 4231095
E: partizan.vic@siol.net

Vadba poteka ob sredah od 20:30 do 21:30 v veliki dvorani Partizana Vič.

Plesni klub M

Vodena vadba za zrela leta

Redna vadba je nujno potrebna za zdravje in vitalnost v vseh življenjskih obdobjih, saj usmerjena gibalna dejavnost ohranja mišično maso, kostno gostoto, vzdržuje in izboljšuje telesno kondicijo ter pospešuje presnovo. To pa pripomore k ohranjanju primerne telesne teže, k preventivi pred boleznimi in dobremu počutju nasploh. Leta 2010 smo pričeli s strokovno vodeno vadbo, ki naj ohranja vitalnost tudi v zrelih letih. Vadbo opravljamo stoje, na tleh, sede, uporabljamo pa tudi vadbene pripomočke.

N: Kongresni trg 1, 1000 Ljubljana
T: 01/510 84 84, 051/306 191
E: info@plesnomesto.si
Vadba poteka v Plesnem mestu.



Gibanje je v starosti pogoj za zdravje in vitalnost in v Ljubljani imajo veterani in veteranke možnost za vadbo na vsakem koraku.

Rekreativno društvo Slovan

Program Športna rekreacija je namenjen upokojenkam in upokojenecem nad 65 let starosti. Prilagojen je starostni skupini in vsebuje vse vrste ustreznih vaj za to starostno kategorijo. V programu so vaje za hrbtenico, joga, pilates, tai chi in stretching.

N: Gortanova ulica 21, 1000 Ljubljana

T: 01/ 544 22 25

E: slovan@siol.net

Program: Športna rekreacija

Vadba poteka v ZT ŠP Kodeljevo (telovadnica, borilni športi).

Šport hit club

Program je namenjen izključno starejšim upokojenim občanom. Cilji programa so usmerjeni k druženju seniorjev na športnem področju. Poleg spoznavanja in utrjevanja teniških veščin nudimo starostnikom tudi spremljevalne športno-rekreativne dejavnosti (badminton, šah, pikado ...). Program se konča z zaključnim turnirjem.

N: Frenkova pot 50, 1261 Ljubljana-Dobrunje

T: 041/ 426-626

E: hitclub@t-2.net

Program: Rekreacija seniorji - tenis

Vadba poteka v ZT ŠRC Fužine.

Športna zveza Ljubljane

Vadbo za upokojece, starejše od 65 let, izvajajo skupaj z MZU Ljubljana in drugimi zunanjimi sodelavci. Udeleženci imajo možnost vadbe v različnih panogah (aerobika, ples, joga, telovadba, namizni tenis, šah ...). Vadba poteka pod strokovnim vodstvom ustrezno usposobljenih strokovnjakov.

N: Celovška cesta 25, 1000 Ljubljana

T: 01/ 434 72 92

E: info@szlj.si

Program: Mesto športa - rekreativni

izziv, vodena vadba za upokojece
Vadba poteka v Športnem centru Triglav v dopoldanskem času.

Športno društvo Aqua

16-urni začetni in nadaljevalni tečaj plavanja za starejše in upokojece

Za starejše in upokojene neplavalce izvajajo 16-urne začetne tečaje plavanja. Tečaji trajajo 8 tednov. Program je namenjen upokojenkam in starejšim neplavalcem, ki imajo strah pred vodo, se bojijo potopiti glavo, pogledati pod vodo ali izdihovati v vodo. Končni cilj programa

je prilagoditev na vodo in osvojen osnovna tehnika plavanja žabice (prso z glavo zunaj), kar pomeni, da lahko štejemo tega odraslega za plavalca.

Za starejše in upokojene neplavalce izvajajo tudi 16-urne nadaljevalne tečaje plavanja. Tečaji trajajo 8 tednov. Program je namenjen starejšim in upokojenim slabšim plavalcem, oziroma tistim, ki so zaključili začetni tečaj. V tem tečaju se udeleženec nauči pravilne osnovne tehnike prso (izdih v vodo) ter racionalnega gibanja v tej tehniki, po želji pa lahko nadaljuje z eno ali obema od naslednjih tehnik plavanja, kravlj in hrbtno. Udeleženec premaga strah pred globoko vodo in plavanjem in z različnimi vajami pridobi plavalno vzdržljivost. Vadbo vodita izkušena učitelja plavanja.

N: Tacenska cesta 135 A, 1133 Ljubljana

T: 041/ 328 189

E: info@sd-aqua.net

Vadba poteka v šolskem bazenu kopališča Tivoli.

Športno društvo Bela žogica

Strokovno vodena vadba namiznega tenisa za starejše od 65 let

N: Koroška ulica 2C, 1000 Ljubljana

T: 051/ 368 445

E: marjeta.polc@masicom.net

Vadba poteka v ZT dvorana Krim.

Strokovno vodenje ogrevanja: abs. FŠ Urša Podlesnik

Vodenje treninga: namiznoteniški

trener Franc Usenik

Športno društvo Brazde vzdržljivosti

Vadba kaveljcev

Člani se pripravljajo na tekmovanja v teku, teku na smučeh, plavanju in kolesarjenju za pridobitev naziva kavelj v okviru akcije Brazde vzdržljivosti. Vadbo vodijo izkušeni trenerji in vaditelji z ustrezno diplomom.

N: Tržaška cesta 76, 1000 Ljubljana

T: 031/ 265 986

E: kaveljcikorenine@yahoo.com

Vadba poteka v ZT ŠP Kodeljevo (bazen - balon - 50 m / plavanje).

Športno društvo Gib Ljubljana Šiška

Vadba za starejše 1, 2, 3

Najstarejšim članom in članicam v Športnem društvu Gib ponujajo raznovrstno vadbo, kjer vadeči razgibavajo in krepijo svoje telo ter s tem

pridobijo bistveno boljše psihofizično počutje. Vadba je kombinirana, sestavljena iz različnih razteznih, krepih in sprostilnih vaj, prilagojena starosti in sposobnostim. Vadba vodi profesorica športne vzgoje.

Veterani: Vadba za veterane je namenjena najstarejšim članom društva, da skupaj aktivno preživljajo del svojega prostega časa ob športnih aktivnostih. Poleg gimnastičnih, razteznih in krepih vaj so sestavni del njihovih vadb različne igre z žogo. Vadba poteka pod vodstvom upokojenega profesorja športne vzgoje.

Baliranje: Rekreativno in tekmovalno baliranje se odvija na dvosteznem balinišču športnega društva Gib na Drenikovi 32 v Ljubljani. V program so vključeni upokojece in starejši ljudje, ki se želijo naučiti osnov baliranja, rekreativno balinati, se preizkusiti v balinarski ligi in aktivno preživljati prosti čas v družbi sovrstnikov. Vodja balinarjev je upokojece profesor športne vzgoje.

N: Drenikova 32, 1000 Ljubljana

T: 01/ 505 67 38

E: info@gib-sport.com

Vadba poteka v veliki judo dvorani ŠD Gib Ljubljana Šiška.

Športno društvo Gibko

Preventivna vadba Preprečujmo osteoporozo in bolečino

Program je namenjen ljudem z osteopenijo in osteoporozo, ljudem, ki trpijo zaradi bolečine v križu, vratu ali išiasu in splošni populaciji od 45. leta dalje. Cilj programa je razvijanje telesne spretnosti in sposobnosti za preprečevanje padcev, preprečevanje pojava bolečine v hrbtenici in perifernih sklepih. Vadba vsebuje vaje za povečevanje sklepne gibljivosti, ravnotežje in usklajenost gibov (koordinacijo), povečevanje mišične moči, vaje za hrbtenico, krepitev pljuč in vaje za sprostitev. Izvajajo jo strokovno usposobljeni sodelavci.

N: Topniška ulica 20, 1000 Ljubljana

T: 040/ 209 299

E: marko.zrnc@guest.arnes.si

Vadba poteka v OŠ Nove Jarše.

Športno društvo Moste

Športna gimnastika - splošna vadba za starejše od 65 let in upokojece

Vadba je organizirana tako, da se lahko vsak udeleženec udeležuje po svojih sposobnostih in počutju. Ženske že vrsto let telovadijo v skupini članic. Vadba poteka dvakrat tedensko od

septembra do junija. Namen vadbe je ohranitev gibljivosti telesa. Ženske vadijo, da bodo sposobne tudi čez čas pobrati predmet, če pade na tla, se skloniti ... Vadba se začne z ogrevanjem, sledi razgibavanje sklepov in postopno raztegovanje mišic od glave do pet. Izvedba vaj je odvisna od vsake posameznice v okviru njenih zmoglosti. Največja prijateljka vadečih sta poleg razgibavanja in izvajanja vaj dobra volja in smeh.

N: Proletarska cesta 3, 1000 Ljubljana

T: 01/ 542 20 80

E: sdmoste@amis.net

Vadba poteka v telovadnici ZT Partizan Moste.

Športno društvo Murgle

Vadba za upokojece 1, 2, 3, 4 - gimnastika

Skupinska vadba je namenjena krepitevi mišic celotnega telesa. Cilj vadbe je dobra telesna drža, preprečevanje bolečin v hrbtenici, dobro počutje in gibljivo telo. Te cilje je mogoče doseči s pravilno izvedbo posamezne vaje, kjer igra ključno vlogo pravilen položaj telesa. Vadba vsebuje osnovne elemente gimnastičnih vaj, razteznih in krepih vaj. Poteka stoje ali na blazinah in ne vsebuje koreografije.

N: Cesta v Mestni log 47, 1000 Ljubljana

T: 040/ 632 020

E: petraupale@gmail.com

Vadba poteka v ŠD Murgle.

Športno društvo Narodni dom Ljubljana

Gimnastika za starejše članice 2, 3

Vadba je namenjena starejšim ženskam med 65. in 80. letom starosti. Z redno vadbo, ki ima za osnovo krepihne gimnastične vaje, uporabo drobnih gimnastičnih rekvizitov ter osnovnimi elementi akrobatike, aerobike in joge izboljšujejo oz. ohranjajo gibalne sposobnosti in krepijo lokomotorni sistem. Tovrstna vadba je tudi preventiva pred stresom, izboljša počutje in zdravje ter je namenjena druženju in preprečevanju odtujenosti upokojenec in starostnikov. Vodnik na vadbi s skrbno izbranimi vajami in njihovo težavnostjo skrbi za varno in kvalitetno vadbo za to starostno skupino.

N: Prešernova cesta 22, 1000 Ljubljana

T: 01/ 422 37 50

E: narodni.dom@siol.net

Vadba poteka v mali telovadnici ŠD Narodni dom, Prešernova 22 v Ljubljani.



Ljubljanski dnevni centri aktivnosti za starejše so priljubljen kraj vsakovrstnih dejavnosti, na prvem mestu je telovadba.

Skokice – gimnastika

Gimnastika za starejše članice in člane

Vadba je namenjena ženskam v pokoju. Cilj je ohranjanje gibalnih sposobnosti, odpravljanje težav s sklepi in hrbtenico, izboljšanje počutja in zdravja ter druženje in preprečevanje odtujenosti upokojencev in starostnikov. Vodnik na vadbi s skrbno izbranimi gimnastičnimi vajami in elementi ritmične gimnastike in njihovo težavnostjo skrbi za varno in kvalitetno vadbo. Vadba poteka ob četrtkih od 18.00 do 19.00 od septembra do julija.

Vadba je namenjena tudi moškim med 65. in 80. letom starosti. Cilj je ohranjanje gibalnih sposobnosti, odpravljanje težav s sklepi in hrbtenico, izboljšanje počutja in zdravja ter premagovanje stresa in druženje. Vodnik na vadbi s skrbno izbranimi vajami in njihovo težavnostjo na posameznih gimnastičnih orodjih in parterju skrbi za varno in kvalitetno vadbo. Ure si občasno popestrijo tudi z igranjem odbojke.

Vadba poteka v OŠ Ledina.

Športno društvo Partizan Črnuče

Športna rekreacija

Program vadbe je namenjen starejšim članicam od 60 let, poteka ob glasbi na parketu z uporabo kolebnice, žoge, manjših uteži, na blazinah ... Izvaja se pod nadzorom vaditeljice.

Program je namenjen tudi rekreaciji in druženju članov društva od 60. do 70. leta pod nadzorom vaditeljice, izvajajo se vaje na parterju: na blazinah in z elastičnimi trakovi.

N: Cesta 24. junija 15, 1231 Ljubljana-Črnuče

T: 01/561 36 96

E: alja@okmal.si

Vadba poteka na OŠ Maksa Pečarja.

Športno društvo Poljane Ljubljana

Joga 1, 2 in namizni tenis

Joga za starejše od 65 let je namenjena ohranjanju in utrjevanju psihofizične kondicije in ohranjanju zdravja.

N: Zarnikova ulica 3, 1000 Ljubljana

T: 01/231 67 61

E: sdpoljane1@siol.net

Vadba se izvaja v prostorih MOL na Zarnikovi 3.

Športno društvo Polje

Nogomet, splošna vadba, aerobika

Splošna rekreacija članic in članov društva, ki obsega več panog.

N: Polje 356, 1260 Ljubljana-Polje

T: 041/575 626; 051/623 910

E: mvc@siol.net

Vadba se izvaja v Športnem domu ŠD Polje.

Športno društvo Rudnik

Joga, vaje proti osteoporozi

Vadba joge vsebuje dihalne in razgibalne vaje, predvsem za hrbtenico in sklepe. Vaje so namenjene seniorkam nad 65 let. Program vodi diplomirana fizioterapevtka.

Vaje proti osteoporozi s poudarkom na razteznih vajah osnovnih mišičnih sklopov z elementi joge. Vaje so namenjene seniorkam nad 65 let. Program vodi diplomirana fizioterapevtka.

N: Dolenjska cesta 115 A, 1000 Ljubljana

T: 031/551 459

E: lojze.zrimsek@aktiva.si

Vadba poteka v večnamenski dvorani društva Interes.

Športno društvo Šentvid – Ljubljana

Rekreacija za moške in ženske nad 65 let

Vadba za moške je sestavljena iz košarke, malega nogometa, odbojke, tenisa, namiznega tenisa in pohodništva. Namen vadbe je gibanje, treniranje posamičnih športov, udeležba na rekreativnih tekmovanjih.

Strokovno vodena vadba za ženske je sestavljena iz splošne vadbe, odbojke, košarke in tenisa. Namenjena je razgibanju in vzdrževanju kondicije, sprostitvi, hkrati pa pripravi za igranje rekreacijskih tekmovanj v tenisu, odbojki in košarki.

N: Bokalovala ulica 14, 1210 Ljubljana-Šentvid

T: 041/947 208, 040/209 340

E: sdsentvid@siol.net

Vadba poteka na igriščih ŠRC ŠD Šentvid – Ljubljana, v OŠ Šentvid ter SŠER.

Športno društvo Sokol

Zlata leta

Program Zlata leta izvajajo za člane društva nad 65 letom starosti v dveh fitness centrih vse leto.

N: Koprška ulica 72, 1000 Ljubljana

T: 041/226 886

E: grega_hocevar@yahoo.com

Športno društvo Sokol Bežigrad

Možje in žene – gimnastika, Ohranimo zdravje – gimnastika, STV – gimnastika

V obdobju zrelosti se pojavljajo težave staranja (osteoporoza, srčno-žilne bolezni, zmanjšana gibljivost, slabše ravnotežje ...). Z redno vadbo ohranjamo sposobnosti ter s tem podaljšujemo kakovost življenja v jeseni življenja. Vadba temelji na razteznih in krepilnih gimnastičnih vajah ter vadbi z rekviziti (žoge, palice ...). Uporabljamo ustrezen prostor z ogledalom, blazinami, talnimi podlogami, klopjo, letvinikom. Vadba poteka tudi s sodelovanjem v parih (mož in žena).

Športna gimnastika – veterani:

Vadba temelji na razteznih in krepilnih gimnastičnih vajah ter vadbi z rekviziti (žoge, palice ...). Uporabljajo ustrezen prostor z gimnastično opremo. Vadba poteka na OŠ dr. Vita Kraigherja.

N: Trg 9. maja 1, 1000 Ljubljana

T: 01/34 76 03

E: info@sokolbezigrad.si

Vadba poteka v ŠD Sokol Bežigrad in na OŠ Danile Kumar.

Športno društvo Strmec Ljubljana

Joga in pilates

Skupina pod strokovnim vodstvom izmenično vadi jogo in pilates.

N: Bizoviška cesta 6, 1261 Ljubljana-Dobrunje

T: 041/856 897

E: info@sd-strmec.si

Vadba poteka na asfaltni ploščadi ŠD Strmec in v Zadržnem domu na Bizoviški cesti 6.

Športno društvo Zadvor

Redna vadba za članice od 65 let in starejše, splošna vadba 2. skupina

N: Cesta II. grupe odredov 43, 1261

Ljubljana-Dobrunje

T: 01/542 06 15, 041/417 188

E: milan.bricelj@siol.net

Vadba poteka na OŠ Sostro.

Športno-rekreativno društvo dr. Petra Držaja

Rekreacija za starejše od 65 let – 1. in 2. skupina

Članice društva izvajajo program (rekreacijska telovadba za starejše)

v dveh skupinah. Vaditeljici sta diplomantki Fakultete za šport. Društvo ima tudi sekcijo pohodništva (vsako drugo sredo) v okolico Ljubljane in sekcijo plavanja (ob torkih v Atlantisu).

N: Kebetova ulica 1, 1000 Ljubljana

T: 041/443 628

E: andreja.zajsek@yahoo.com

Vadba poteka na OŠ Riharda Jakopiča.

Taekwondo klub Chagi Ljubljana

Zlata leta + 65 let

Program Zlata leta je namenjen starejšim članom od 65 let, poteka pod strokovnim vodstvom glede na zmožnosti članov in je namenjen izboljšanju ali ohranjanju psihofizičnih sposobnosti starejših oseb.

N: Stanežiče 9, 1210 Ljubljana-Šentvid

T: 041/682 736

E: edirs2@yahoo.com

Vadba poteka na Parmovi ulici 35.

Tenis Hit klub

Rekreacija seniorji – tenis

Program je namenjen izključno starejšim občanom-upokojencem. Cilji programa so usmerjeni k druženju seniorjev na športnem področju. Poleg spoznavanja in utrjevanja teniških veščin nudimo starostnikom tudi spremljevalne športno rekreativne dejavnosti (badminton, šah, pikado ...).

N: Frenkova pot 50, 1261 Ljubljana-Dobrunje

T: 041/426 626

E: info@hit-club.si

Vadba poteka v ZT ŠRC Fužine.

Veteransko atletsko društvo Ljubljana

Vadba atletskih veteranov

Veteransko atletsko društvo Ljubljana (VAD) izvaja vadbo metov, skokov in tekov. V zimski sezoni izvaja treninge predvsem v dvorani, v poletni sezoni pa predvsem na pomožnem atletskem stadionu. Člani društva občasno izvajajo interna tekmovanja, udeležujejo pa se tudi državnih prvenstev veteranov, evropskih in svetovnih prvenstev ter drugih tekmovanj v tujini.

N: Milčinskega 2, 1000 Ljubljana

T: 031/229 860

E: mirko.bizjak@volja.net

Vadba poteka na objektih Stadiona v Šiški, Milčinskega 2.



Vadba v sodobnem Domu starejših Fužine.



Druženja, ki jih organizirajo društva in četrtne skupnosti, krepijo nepogrešljive socialne stike.



Vrtnica – Društvo za sonaravno življenje

Joga sprostitve za ženske nad 65 let

Joga sprostitve vsebuje vrsto prvin joge, ki oblikujejo duševno trdnost za premagovanje vsakodnevnih težav. Pomembno pri tej jogi je, da so članice trdna skupina, ki se družijo tudi zunaj vadbe.

N: Dunajska cesta 230, 1000 Ljubljana

T: 031/ 683 600

E: ankadako@gmail.com

Vadba poteka na Dunajski 230.

AKTIVNOSTI V BLIŽINI DOMA

PROGRAMI V PROSTORIH

ČETRTHNIH SKUPNOSTI

Na območju Mestne občine Ljubljana deluje 17 četrtnih skupnosti, ki pri opravljanju javnih zadev sodelujejo z organi Mestne občine, Mestno upravo in med seboj. Četrtne skupnosti spremljajo in predlagajo ukrepe za reševanje določenih problemov ter tudi same izvajajo različne programe in projekte, namenjene prebivalcem na svojem območju, tudi starejšim. Programi so predvsem s področja športa, rekreacije, kulture ter socialne problematike. Pri tem sodelujejo z organiziranimi in neformalnimi oblikami združenj občanov, še posebej z lokalnimi društvi upokojencev, vrtci, osnovnimi in srednjimi šolami, humanitarnimi organizacijami ter domovi starejših občanov.

Služba za lokalno samoupravo Mestne uprave Mestne občine Ljubljana nudi strokovno in organizacijsko-tehnično pomoč četrtnim skupnostim za nemoteno delovanje, zagotavlja pa jim tudi prostore in opremo za izvajanje njihove dejavnosti (na 17 sedežih četrtnih skupnosti in 21 drugih lokacijah). V teh prostorih delujejo tudi različna lokalna društva in organizacije, ki se s svojimi programi vključujejo v izvajanje programov in aktivnosti v okviru četrtnih skupnosti.

Navajamo kontaktne podatke o vseh četrtnih skupnostih, kjer zainteresirani občani lahko dobijo dodatne informacije o aktivnostih, ki se izvajajo v prostorih, s katerimi upravlja Služba za lokalno

samoupravo; še posebej pa so pri vsaki četrtni skupnosti navedena tista društva in druge oblike formalnega in neformalnega delovanja meščanov, ki svoje aktivnosti namenijo pretežno starejši populaciji.

Za več informacij ter podrobnosti (kontaktni podatki) o delovanju društev in drugih organizacij pokličite na sedež ustrezne četrtne skupnosti Mestne občine Ljubljana.

Četrtna skupnost Bežigrad

N: Vojkova 1

T: 01/ 236 25 37

E: mol.bezigrad@ljubljana.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Bežigrad:

Društvo upokojencev Bežigrad

Vrsta aktivnosti: rekreacija, pomoč starejšim, telovadba, predavanja za starejše
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Smoletova 16, Belokranjska 6, Vojkova 1

Društvo upokojencev Boris Zihnerl

Vrsta aktivnosti: organizacija izletov
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Vojkova 1

Društvo upokojencev Stadion

Vrsta aktivnosti: rekreacija, pomoč starejšim, predavanja za starejše, organizacija izletov, krožki, delavnice
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Dunajska 101, Staničeva 41

Društvo upokojencev Boris Kidrič

Vrsta aktivnosti: rekreacija, petje, folklor, organizacija izletov, pomoč na domu
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Vojkova1, Vojkova 87

Društvo upokojencev Savsko naselje

Vrsta aktivnosti: organizacija izletov, pomoč starejšim
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Belokranjska 6

Četrtna skupnost Center

Štefanova 9

T: 01/ 252 75 07

E: mol.center@ljubljana.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Center:

Društvo upokojencev Tabor

Vrsta aktivnosti: ročna dela, gospodinjstva delavnica, organizacija izletov
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Rozmanova 12

KUD Ivan Cankar

Vrsta aktivnosti: Pevski zbor Ivan Cankar
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Kolodvorska 6

Društvo civilnih invalidov vojn Malenškova 1, Ljubljana

Vrsta aktivnosti: Pevski zbor Mlada srca
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Grablovičeva 28

Humanitarno društvo Nikoli sam Bratovševa ploščad 6, Ljubljana

Vrsta aktivnosti: Čaj ob petih – druženje ob ročnih delih, pogovoru, sprehodih, folklor
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Štefanova 11

Skupina občank

Vrsta aktivnosti: klekljanje
Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Štefanova 11 in Rozmanova 12

Četrtna skupnost Črnuče

N: Dunajska 367

T: 01/ 561 57 90, 01/563-16-30

E: mol.crnuce@ljubljana.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Črnuče:

Društvo upokojencev Črnuče

Društvo upokojencev Črnuče ima dolgoletno tradicijo in uspešno deluje že 61 let. Društvo s svojim delovanjem spodbuja člane k aktivnemu življenju in delovanju na različnih področjih: izleti, druženjem, kulturo, pohodi, letovanji in rekreaciji, vse v duhu humanosti in vzajemnosti, srčne kulture in medsebojnega spoštovanja. Društvo organizira različne prireditve ali sodeluje na njih, od druženj v društvu, na pokrajinski zvezi, na republiški ravni in izletov, pohodov v društvu, skupnih letovanjih, humanitarnih dejavnostih, kot so obiski na domovih in v domovih za ostarele, rekreacija v osnovni šoli, pohodi v bližnjo in daljno okolico, kar je v interesu članstva.

Posebno pozornost namenijo starejšim občanom, posebno tistim, ki potrebujejo pomoč, zato so se vključili v projekt *Starejši za starejše* (koordinatorka v DU za ta projekt je Marija Terezija Brulc).

N: Dunajska 367, 1231 Ljubljana – Črnuče

T: 01/ 561 31 44

S: www.crnuce.si

Uradne ure: vsako sredo od 9. do 11. ure

Društvo upokojencev Podgorica Šentjakob

Društvo s svojim delovanjem spodbuja člane k aktivnemu življenju in delovanju na različnih področjih: izletih, druženju, v športni sekciji, predvidevajo tudi pevski zbor. Društvo se bo v okviru Festivala za tretje življenjsko obdobje 2011 predstavilo z delavnico oblikovanja izdelkov iz gline.

N: Zajčeva pot 34, Ljubljana (1. nadstropje stavbe SLS)

Uradne ure: vsak torek od 10. do 12. ure

Četrtna skupnost Dravljje

N: Draveljska ul. 44

T: 01/ 510 86 12

E: mol.dravljje@ljubljana.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Dravljje:

Pevsko društvo Rožmarin

Pevske vaje potekajo ob ponedeljkih med 15.30 in 18.00 uro in četrtekih od 16.00 do 18.30 ure.

N: Draveljska 44

Društvo upokojencev Dravljje

Organizacija izletov in športnih aktivnosti – kolesarjenje, pohodništvo in igre; igre in pogovori vsako sredo med 16.00 in 18.00 uro.

N: Draveljska 44

Uradne ure vsak prvi torek v mesecu od 16.00 do 17.00 ure.

Društvo upokojencev Bratov Babnik

Organizacija izletov, solidarnostna pomoč – obiskovanje članov na domu.

N: Draveljska 44

Uradne ure vsako sredo od 9.00 do 10.00 ure.

Društvo upokojencev Podutik

Vsak prvi ponedeljek v mesecu merjenje krvnega tlaka in sladkorja, dvakrat na leto merjenje holesterola; za člane organizirajo izlete, pohode in športne aktivnosti.

N: Dolniška 18

Uradne ure so v okviru terminov merjenj krvnega tlaka, sladkorja in holesterola.

Krajevna organizacija Rdečega križa Dolomitski odred

Vsako tretjo sredo v mesecu od 10.00 do 11.00 ure merjenje krvnega tlaka in sladkorja ter petkrat na leto merjenje holesterola.

N: Draveljska 44



Kulturni dogodki v dnevni centrih aktivnosti za starejše prinašajo v vsakdanje življenje veliko vedrine in sproščenega druženja.

Krajevna organizacija Rdečega križa Dravlje

Vsak prvi torek v mesecu od 9.00 do 11.00 ure merjenje krvnega tlaka, sladkorja, dvakrat na leto merjenje holesterola; vsak ponedeljek ob 15.00 uri skupina za samopomoč.

N: Dravelska 44

KO ZZB za vrednote NOB Dolomitski odred

Organizacija izletov in obiskov spominskih slovesnosti, medčlanska solidarnostna pomoč – obiskovanje članov na domu, srečanja.

N: Dravelska 44

Uradne ure prvi ponedeljek v mesecu od 10.00 do 11.00 ure.

KO ZZB za vrednote NOB Dravlje

Organizacija izletov in obiskov spominskih slovesnosti, medčlanska solidarnostna pomoč – obiskovanje članov na domu, srečanja

N: Dravelska 44

KO ZZB za vrednote NOB Bratov Babnik

Organizacija izletov in obiskov spominskih slovesnosti, medčlanska solidarnostna pomoč – obiskovanje članov nad domu, srečanja.

N: Dravelska 44

Uradne ure ob ponedeljkih od 9.00 do 11.00 ure.

Četrtna skupnost Golovec

N: Litijska 38
T: 01/ 548 02 82

E: mol.golovec@ljubljan.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Golovec

Društvo upokojencev Štepanjsko naselje

Vrsta aktivnosti: druženje, izleti po Sloveniji, srečanja, pikniki ...

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Litijska cesta 38.

Uradne ure vsako sredo od 10.00 do 12.00 ure.

Četrtna skupnost Jarše

N: Kvedrova 32
T: 01/ 523 12 10

E: mol.jarse@ljubljan.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Jarše:

Društvo upokojencev Nove Jarše

Vrsta aktivnosti: sestanki, druženje, izleti, obiskovanje ostarelih, igranje

šaha, kartanje, pikniki, martinovanje, praznovanje dneva žena, pustovanje, prednovoletno srečanje, prostovoljno starejši za starejše, srečanje in pogostitev starostnikov, starejših nad 80 let.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Kvedrova 32.

Društvo upokojencev Zelena jama

Vrsta aktivnosti: sestanki, izleti, druženje, obiskovanje ostarelih, družabne igre, občasna srečanja ob praznikih (dan žena, pust, novo leto), predavanja predvsem o zdravstveni tematiki.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Perčeva 22.

Krajevna organizacija Združenja borcev za vrednote NOB Nove Jarše

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Kvedrova 32.

Krajevna organizacija Združenja borcev za vrednote NOB Zelena jama

Vrsta aktivnosti: sestanki, druženje, srečanja, obiskovanje ostarelih, izleti, komemoracije.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Perčeva 22.

Četrtna skupnost Moste

N: Ob Ljubljani 36 a

T: 01/ 544 23 75

E: mol.moste@ljubljan.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Moste

Iniciativni odbor za druženje starejših občanov Moste-Selo

Vrsta aktivnosti: druženje, petje.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Zaloška 61.

Društvo upokojencev Moste

Vrsta aktivnosti: rekreacija, izleti, druženje, obiskovanje ostarelih.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Zaloška 61.

Društvo upokojencev Kodeljevo

Vrsta aktivnosti: rekreacija, izleti, druženje, obiskovanje ostarelih, zdravstvena preventiva.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Ob Ljubljani 36 a.

KO Združenja borcev za vrednote NOB Slovenije Moste-Selo

Vrsta aktivnosti: druženje, obiskovanje ostarelih.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Zaloška 61.

KO Združenja borcev za vrednote NOB Slovenije Kodeljevo

Vrsta aktivnosti: druženje, obiskovanje ostarelih.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Ob Ljubljani 36 a.

Četrtna skupnost Polje

N: Polje 12

T: 01/ 529 15 22

E: mol.polje@ljubljan.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Polje:

Društvo upokojencev Polje

Vrsta aktivnosti: balinanje, šah, izleti, obiski starostnikov na domu.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Polje 12.

Društvo upokojencev Vevče – Zgornji Kašelj

Vrsta aktivnosti: telovadba, joga.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Kašelska 95.

Četrtna skupnost Posavje

N: Bratovševa ploščad 30

T: 01/ 566 11 23

E: mol.posavje@ljubljan.si

S: www.csposavje.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Posavje:

- Športno Društvo Ljubljana - Ježica
- Društvo Vrtnica
- Športno Društvo Ježica
- Humanitarno Društvo Nikoli sam

Vrsta aktivnosti: aerobika, pilates; joga, rekreativni ples in plesne vaje; aerobika; igranje šaha, ustvarjalne delavnice za mlade in starejše, različni kulturni dogodki (npr. ob Slovenskem kulturnem prazniku), literarni popoldnevi, predstavitve glasbene dejavnosti, družabne dejavnosti.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Bratovševa ploščad 30.

Četrtna skupnost Rožnik

N: Viška 38

T: 01/ 256 23 12

E: mol.roznik@ljubljan.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Rožnik:

Društvo upokojencev Vič Rožnik

Vrsta aktivnosti: rekreacija, šah, balinanje, petje, izleti.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Viška cesta 38.

Uradne ure društva vsako sredo (razen julija in avgusta) od 16.00 do 18.00 ure.

Četrtna skupnost Rudnik

N: Pot k ribniku 20

T: 01/ 428 03 45

E: mol.rudnik@ljubljan.si

Četrtna skupnost Sostro

N: C. II. grupe odredov 43

T: 01/ 542 86 21

E: mol.sostro@ljubljan.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Sostro:

Društvo upokojencev Zadvor

Vrsta aktivnosti: druženje upokojencev, sestanki, organizacija izletov.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Cesta II. grupe odredov 43, društvena soba.

Športno društvo Zadvor

Vrsta aktivnosti: organizirana vadba Zdrava hrbtenica, predvsem za starostnike.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Cesta II. grupe odredov 43, dvorana.

Četrtna skupnost Šentvid

N: Prušnikova 106

T: 01/ 512 46 07

E: mol.sentvid@ljubljan.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Šentvid:

Društvo upokojencev Ljubljana Šentvid

Vrsta aktivnosti: balinanje, ročna dela.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Prušnikova ulica 99.

Društvo upokojencev Guncle - Male Vižmarje

Vrsta aktivnosti: rekreacija, družabna srečanja.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Kosijeva ulica 1.



Ni slajšega in lepšega kot izmenjavanje dobrih receptov ali drugih znanj v dnevnih centrih aktivnosti za starejše; obogateni z njimi so babice in dedki še bolj nepogrešljivi svojim otrokom in vnukom.

Društvo upokojencev Vižmarje - Brod

Vrsta aktivnosti: balinanje, rekreacija, družabna srečanja.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Na Gmajni 1.

Četrtna skupnost Šiška

N: Kebetova 1

T: 01/ 515 64 65

E: mol.siska@ljubljana.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Šiška:

Društvo upokojencev dr. Petra Držaja, Kebetova 1

Vrsta aktivnosti: športna rekreacija, balinanje, kegljanje.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: OŠ Riharda Jakopiča, Derčeva ulica 1.

Balinarski klub Šiška, Ljubljana

Društvo upokojencev Milan Majcen

Vrsta aktivnosti: rekreativni izleti, slikarstvo.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Jesenkova 1.

Društvo upokojencev Komandant Stane

Vrsta aktivnosti: plesna rekreacija, pevske vaje, izletništvo, druge oblike družabnosti.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Trg Komandanta Staneta 8 in Kebetova 1.

Društvo upokojencev terena Litostroj

Vrsta aktivnosti: različne oblike družabnosti, izleti, preventivne zdravstvene dejavnosti (redno merjenje krvnega tlaka).

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Ljubljanska 19 a.

Športno-rekreativno društvo dr. Petra Držaja, Kebetova 1

Vrsta aktivnosti: rekreacija, pohodništvo, plavanje, kulturno-izobraževalne dejavnosti.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: OŠ Riharda Jakopiča, Derčeva 1, Atlantis, pohodniške poti, ogledi razstav (Ljubljanski grad, Slovenski etnografski muzej) idr.

Četrtna skupnost Šmarna gora

N: Pločanska 8

T: 01/ 511 06 33

E: mol.smarnagora@ljubljana.si

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Šmarna gora:

Društvo upokojencev Šmartno Tacen

Društvo upokojencev Gameljne Rašica

Vrsta aktivnosti: rekreacija (balinanje, lokostrelstvo, pohodništvo, kolesarjenje), organizacija izletov, kulturne sekcije.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Pločanska 8 in Srednje Gameljne 50

Četrtna skupnost Trnovo

N: Devinska 1b

T: 01/ 429 16 13

E: mol.trnovo@ljubljana.si

Četrtna skupnost Vič

N: Tbilisijska 22/a

T: 01/ 256 37 29

E: mol.vic@ljubljana.si

S: <http://www.cetrtna-skupnost-vic.si>

Imena in naslovi društev (ali druge oblike organiziranosti), ki delujejo na območju ČS Vič:

Društvo upokojencev Vič

Vrsta aktivnosti: izletniška sekcija, pohodniška sekcija, pevski zbor (enkrat tedensko med 15. in 17. uro). Pohodi vsako sredo ob 9.00 izpred sedeža ČS Vič na Tbilisijski 22 a. Na pohode so dobrodošli tudi nečlani.

Uradne ure v ponedeljek, 9.00 – 12.00.

Društvo izgnancev Slovenije, Krajevna organizacija Vič-Rudnik

Vrsta aktivnosti: Društvo izgnancev 1941 – 1945; področje žrtev vojnega nasilja; izletništvo; druženje; založništvo (izdaja glasila Vestnik). Prizadevanje za poravnavo materialne in gmotne škode, povzročene med II. svetovno vojno s strani agresorskih držav. Zbiranje gradiva za ohranjanje spomina na tragične dogodke izgnanstva in spodbujanje izdaj zapisov in spominov na zgodovinska dejstva. Društvo spremlja in skrbi za socialno in zdravstveno stanje članstva. Humanitarni program. Informiranje članov o dogodkih prek glasila Vestnik.

Organizacija izletov dva- do trikrat letno. Obiskovanje zgodovinsko znamenitih krajev.

Druženje in informiranje na četrtkovih sestankih.

Naslov lokacije SLS, kjer se aktivnost izvaja: Tbilisijska 22/a.

Uradne ure: 1. in 3. četrtek v mesecu od 15. do 17. ure.

Aktivnosti, namenjene starejšim, ki jih izvajajo četrtne skupnosti Center, Črnuče, Posavje, Jarše in Vič

Četrtna skupnost Center

V ČS Center živi 24 809 meščank in meščanov vseh generacij. Skoraj šestino prebivalstva, točno 4 391, predstavljajo starejši nad 65 let. Zato so se v ČS Center že v preteklem mandatu odločili posebno pozornost nameniti prav tej skupini prebivalcev. V sodelovanju z društvi upokojencev in z Domom upokojencev Ljubljana Center izvajajo številne projekte in druženja (plavajoče gledališče, izlet na Ljubljanski grad, obisk Semeniške knjižnice, sprehod po obnovljenem starem mestnem jedru, Knjižni žur na Metelkovi, obisk Mestnega gledališča ljubljanskega, abonma za poznejša leta v Kinodvoru z debatami ob kavi, obisk Botaničnega vrta, Mestnega muzeja, udeležba na čistilnih akcijah ...).

Izvajajo tudi projekte medgeneracijskega sodelovanja, kot so Poljane pojejo, dan soseda, Kulturna četrt Tabor, dan ČS Center, pri katerih odlično sodelujejo z vrtci, osnovnimi in srednjimi šolami, društvi in kulturnimi zavodi v soseski.

V počitniških mesecih organizirajo počitniško varstvo v sodelovanju s Humanitarnim društvom Nikoli sam. Brez pomoči starejših prostovoljk ne bi šlo. Pa tudi ne pri nujenju pomoči na domu vsem tistim starejšim prebivalcem, ki so te pomoči potrebni, in pri druženju ob Čaju ob petih.

Četrtna skupnost Črnuče

Četrtna skupnost Črnuče zajema severne predele Mestne občine Ljubljana, ki ležijo na levem bregu Save. V sodelovanju z raznimi društvi in organizacijami izvajajo številne projekte in aktivnosti (čistilna akcija Očistimo Črnuče, počastitve državnih praznikov, evropski dan sosedov, Črnuška pomlad, festival Črnuški september, enodnevni izlet otrok iz socialno ogroženih družin, prireditve Srečanje generacij).

Četrtna skupnost Posavje

ČS Posavje leži na območju med severno mestno obvoznico in reko Savo. Organizira oz. sodeluje pri organizaciji velikega števila prireditev in aktivnosti (počastitve državnih praznikov, spomladanska čistilna akcija, Teden športa na Ježici, na katerem se predstavijo vsa športna in rekreacijska društva v četrtini skupnosti, Glasbeni večer Četrtna skupnosti Posavje, Posavsko števnanje v Savljah Klečah – v sodelovanju s Kmečko strojno skupnostjo Savlje Kleče, dan ČS Posavje, praznik ČS Posavje, Tek ob Savi, letos bo prvič potekala Božična tržnica z bogatim spremljevalnim programom ...).

Četrtna skupnost Jarše

ČS Jarše vsako leto v jesenskem obdobju izvede v sodelovanju z Društvom upokojencev Nove Jarše tradicionalno srečanje in pogostitev starostnikov, ki so starejši nad 80 let.

Četrtna skupnost Vič

ČS Vič organizira oz. sodeluje pri organizaciji velikega števila prireditev in aktivnosti (čistilne akcije, športni, izobraževalni in kulturni dogodki, obveščanje in ozaveščanje občanov ČS Vič; pobude, vprašanja in predlogi občanov ČS Vič). Pri svojem delovanju sodeluje s humanitarnimi organizacijami, društvi in organizacijami.

Prireditve za starejše: tradicionalni Viški dnevi sosedov, čistilne akcije, izobraževalni krožek šaha, igranje šaha za starejše občane, organizacija šahovske simulanke.

Kontaktna oseba: predsednik Sveta ČS Danilo Šarič

T: 01/ 256 37 29

Izobraževalni šahovski krožek vodi Srečko Kolar.

T: 01/ 256 37 29

Uradne ure: ponedeljek od 8. do 12. ure in od 13. do 15. ure; sredo od 8. do 12. ure in od 13. do 16. ure; petek od 8. do 12. ure

Katalog uredila: Saša Ogrizek. Vsebine so prispevali oddelki in službe Mestne občine Ljubljana, Javni stanovanjski sklad MOL, javni zavodi in nevladne organizacije.

PROGRAM DELAVNIC IN DRUGIH DOGODKOV MESTNE OBČINE LJUBLJANA

NA FESTIVALU ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE V CANKARJEVEM DOMU OD 27. 9. – 29. 9. 2011

Razstavní prostor p-17

I. preddverje

TOREK, 27. 9. 2011

- 10.40 - 11.10** Jezikovna delavnica v italijanščini: Situacije v mestu (nakupovanje, ogledovanje znamenitosti, iskanje lokacij) - **Cene Štupar Center za permanentno izobraževanje**
- 11.20-11.50** Spoznavanje sladkorne bolezni tipa 2, akutnega zapleta sladkorne bolezni - hipoglikemije in enega kroničnega zapleta sladkorne bolezni s pomočjo vprašanj in odgovorov - **Zdravstveni dom Ljubljana - edukatorice za diabetes**
- 12.00-12.30** Klekljarska delavnica - **DSO Fužine - Dnevni center, Center aktivnosti Fužine (CAF)**
- 12.40-13.10** Računalniška delavnica: Možnosti dostopa do interneta in uporaba interneta - **MOL, Služba za lokalno samoupravo**
- 13.20-13.50** Uporaba domoznanskega spletnega portala Kamra - **Mestna knjižnica Ljubljana**
- 14.00-14.30** Kako ohraniti ali izboljšati zdrav način življenja - **Zdravstveni dom Ljubljana - zdravstveno vzgojni center**
- 14.40-15.10** Delavnica sitotiska* - **Mednarodni grafični likovni center**
- 15.20-15.50** Predstavitve prostovoljnega dela v Četrtnih mladinskih centrih (delavnica izdelovanje kazal za knjige)* - **JZ MLADI ZMAJI Center za kakovostno preživljanje prostega časa otrok in mladih**
- 16.00-16.30** Računalniška delavnica: Preprosto urejanje digitalnih fotografij - **MOL, Služba za lokalno samoupravo**
- 16.40-17.10** Jezikovna delavnica v angleščini: Potovanje: v turistični agenciji, na letališču, na železniški postaji - **Cene Štupar Center za permanentno izobraževanje**
- 17.20-18.00** Ustvarjanje z glino* - **Mestna zveza upokojencev Lj. DCA Povšetova**

- 10.40 - 11.10** Joga, Thai Chi, Vodena vadba za zrela leta, Zvočna kopel z Gongom - **Plesno mesto Ljubljana, HELP Center Ljubljana in Mamutovec Gong**
- 11.20-11.50** Nega kože v starosti - **JZ Lekarna Ljubljana**
- 12.00-12.30** Prikaz oskrbe težko pomične osebe na bolniški postelji - **Zavod za oskrbo na domu Ljubljana**
- 12.40-13.10** Plesna delavnica - **Pionirski dom-CKM**
- 13.20-13.50** Starosti prijazna Ljubljana (v okviru projekta WHO Starosti prijazna mesta) - predstavitev projekta, razdeljevanje gradiv, pogovor - **Inštitut Antona Trstenjaka**
- 14.00-14.30** Telovadba z fitnes pripomočki Smovey - **DSO Fužine - Dnevni center: Center aktivnosti Fužine (CAF)** - središče druženja in aktivnosti za starejše
- 14.40-15.10** Atletska vadba starejših veteranov (teki, meti, skoki, hitra hoja) - **Veteransko atletsko društvo Ljubljana**
- 15.20-15.50** Kako prepoznamo, da nam peša sluh? - **Društvo gluhih in naglušnih Ljubljana**
- 16.00-16.30** Vzpodbujanje samostojnosti in samooskrbe pri starejših ljudeh - **Zdravstveni dom Ljubljana - patronažno varstvo in nega na domu**
- 16.40-17.10** Preprečevanje padcev med starejšimi - predstavitev projekta - **Inštitut Antona Trstenjaka**
- 17.20-18.00** Kozmetična delavnica: pedikura, manikura, refleksna terapija, ličenje - **Cene Štupar Center za permanentno izobraževanje**

SREDA, 28. 9. 2011

- 9.30-10.00** Jezikovna delavnica v angleščini: Situacije v mestu (nakupovanje, ogledovanje znamenitosti, iskanje lokacij) - **Cene Štupar Center za permanentno izobraževanje**
- 10.10-10.40** Računalniška delavnica: Socialna omrežja tudi za starejše občane - **MOL, Služba za lokalno samoupravo**
- 10.50-11.20** Kiparska delavnica* - **DSO Fužine - Dnevni center, Center aktivnosti Fužine (CAF)**
- 11.30-12.00** Posvojili smo babico iz doma starejših* - **Vrtec Kolezija**
- 12.10-12.40** Migaj, izražaj čustva, uri možgane in misli pozitivno - **Papilot, Zavod za vzpodbujanje in razvijanje kvalitete življenja**
- 14.00-14.30** Kako živeti z dejavniki tveganja, kot so povišan krvni tlak, povišan holesterol in povišan krvni sladkor - **Zdravstveni dom Ljubljana - zdravstvenovzgojni center**
- 14.40-15.10** Komunikacija v znakovnem jeziku - uvodna učna ura* - **Društvo gluhih in naglušnih Ljubljana**
- 15.20-15.50** Ustvarjalna delavnica - izdelovanje rož iz različnih materialov, čestitk - **Mestna zveza upokojencev Lj. DCA Puhova**
- 16.00-16.30** Mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost - predstavitev programov - **Inštitut Antona Trstenjaka**
- 16.40-17.10** Pomen zdrave uravnotežene prehrane - **Zdravstveni dom Ljubljana - zdravstvenovzgojni center**
- 17.20-17.50** Likovna delavnica* - **Pionirski dom - CKM**

- 9.30-10.00** Telovadba z fitnes pripomočki Smovey - **DSO Fužine - Dnevni center: Center aktivnosti Fužine (CAF)** - središče druženja in aktivnosti za starejše
- 10.10-10.40** Elektronski bralniki - Na delavnici bo predstavljena uporaba tovrstnih bralnikov - **Mestna knjižnica Ljubljana**
- 10.50-11.20** Pomoč starejšim v vsakdanjih situacijah in rokovanje s pripomočki (za mlade iz OŠ)* - **Zavod za oskrbo na domu Ljubljana**
- 11.30-12.00** Prikaz oskrbe težko pomične osebe na bolniški postelji - **Zavod za oskrbo na domu Ljubljana**
- 12.10-12.40** Preprečevanje padcev med starejšimi - predstavitev projekta- pogovor, povabilo k sodelovanju (usposabljanje za širitelje) - **Inštitut Antona Trstenjaka**
- 12.50-13.50** Kozmetična delavnica: pedikura, manikura, refleksna terapija, ličenje - **Cene Štupar Center za permanentno izobraževanje**
- 14.00-14.30** Kako prepoznamo, da nam peša sluh? - **Društvo gluhih in naglušnih Ljubljana**
- 14.40-15.10** Joga, Thai Chi, Vodena vadba za zrela leta, Zvočna kopel z Gongom - **Plesno mesto Ljubljana, HELP Center Ljubljana in Mamutovec Gong**
- 15.20-15.50** Pomen pravičnega jemanja zdravil - **Zdravstveni dom Ljubljana - patronažno varstvo in nega na domu**
- 16.00-16.30** Načrt varnega in učinkovitega hujšanja - **Zdravstveni dom Ljubljana - zdravstveno vzgojni center**
- 16.40-17.10** Predstavitve prostovoljnega dela v Četrtnih mladinskih centrih (izdelovanje kazal za knjige)* - **JZ MLADI ZMAJI Center za kakovostno preživljanje prostega časa otrok in mladih**
- 17.20-17.50** Joga - **Mestna zveza upokojencev Ljubljana DCA**

ČETRTEK, 29. 9. 2011

- 9.30-10.00** Klekljarska delavnica* - **DSO Fužine - Dnevni center, Center aktivnosti Fužine (CAF)**
- 10.10-10.40** Sitotisk express - ustvarjalna delavnica* - **ŠKUC**
- 10.50-11.20** Jezikovna delavnica v angleščini: Situacije v mestu (nakupovanje, ogledovanje znamenitosti, iskanje lokacij) - **Cene Štupar Center za permanentno izobraževanje**
- 11.30-12.00** Računalniška delavnica: Socialna omrežja tudi za starejše občane - **MOL, Služba za lokalno samoupravo**
- 12.10-13.50** Lutkovna predstava: O kruhu, prijateljstvu in dobri volji, medgeneracijska izkustvena delavnica* - **DSO Fužine- Dnevni center, Center aktivnosti Fužine (CAF)**
- 14.00-14.30** Starejši za mlade* - **Društvo Vezi**
- 14.40-15.10** Migaj, izražaj čustva, uri možgane in misli pozitivno - **Papilot, Zavod za vzpodbujanje in razvijanje kvalitete življenja**
- 15.20-15.50** Jezikovna delavnica v angleščini: Situacije v mestu (nakupovanje, ogledovanje znamenitosti, iskanje lokacij) - **Cene Štupar Center za permanentno izobraževanje**
- 16.00-16.30** Računalniška delavnica: Preprosto urejanje digitalnih fotografij - **MOL, Služba za lokalno samoupravo**

- 9.30-10.00** Nega kože v starosti - **JZ Lekarna Ljubljana**
- 10.10-10.40** Kompresijsko povijanje nog (Aplikacija podkožne injekcije) - **Zdravstveni dom Ljubljana - patronažno varstvo in nega na domu**
- 10.50-11.20** Pogovor o metaboličnem sindromu, prediabetesu in sladkorni bolezni s temami o dejavnih tveganja za nastanek sladkorne bolezni - **Zdravstveni dom Ljubljana - edukatorice za diabetes**
- 11.30-12.00** Preprečevanje padcev med starejšimi - predstavitev projekta- pogovor, povabilo k sodelovanju (usposabljanje za širitelje) - **Inštitut Antona Trstenjaka**
- 12.10-12.40** Starosti prijazna Ljubljana (v okviru projekta WHO Starosti prijazna mesta) - predstavitev projekta, razdeljevanje gradiv, pogovor - **Inštitut Antona Trstenjaka**
- 12.50-13.50** Kozmetična delavnica: pedikura, manikura, refleksna terapija, ličenje - **Cene Štupar Center za permanentno izobraževanje**
- 14.00-14.30** Prikaz oskrbe težko pomične osebe na bolniški postelji - **Zavod za oskrbo na domu Ljubljana**
- 14.40-15.10** Kako prepoznamo, da nam peša sluh? - **Društvo gluhih in naglušnih Ljubljana**
- 15.20-15.50** Varna in zdrava telesna dejavnost - **Zdravstveni dom Ljubljana - zdravstveno vzgojni center**
- 16.00-16.30** Predstavitve in vadba za starejše iVITALIS - **Športna zveza Ljubljane**

LEGENDA: * Program je primeren tudi za obisk otrok in mladine.

TURIZEM LJUBLJANA bo imel brezplačni vodeni *Sprehod po Ljubljani in ogled mestne hiše*, v torek 27. 9., in sredo, 28. 9. 2011, od 10. do 12. ure. Zbirno mesto je pred razstavnim prostorom MOL, P 17 - I. preddverje Cankarjevega doma. VABLJENI!

Kinodvor in nova filmska sezona

Ustvarjalno in z raznolikim programom tudi v četrti sezoni



Foto: arhiv Kinodvora

Drvo življenja, letošnji dobitnik zlate palme v Cannesu.



Foto: arhiv Kinodvora

Dokumentarni film za otroke Bonobo Beni.

Četrta filmska sezona se je v Kinodvoru začela že 25. avgusta, odkar je na sporedu letošnji zmagovalac filmskega festivala v Cannesu, film *Drvo življenja* režiserja Terrenca Malicka. Za mestni kino je to poseben dosežek in dragocena priložnost, da si dobitnika zlate palme ljudje lahko ogledajo v domačem kinu sočasno kot drugje po svetu.

Več kot samo kino: kinodvorana, filmska knjigarna, galerija, kavarna

Kinodvor še naprej ostaja več kot samo kino, saj ponuja prostor za prijetnega druženja, izobraževanja in ustvarjanja. Ob vikendih in šolskih počitnicah tako poteka program za otroke in mlade **Kinobalon**, vsako prvo sredo v mesecu pa ob 13. uri **za starše z dojenčki** ponudimo ogled filma, na katerem je zvok primerno tišji, dvorana je rahlo osvetljena, dovoljeno pa je tudi hranjenje dojenčkov. Ob nedeljah dopoldne z brezplačnim **zajtrkom pri Kinodvoru** pocrkljamo vse zgodnejše obiskovalce, saj pred projekcijo ob 11. uri postrežemo z rogljičkom in kavo po izbiri. Medtem ko starši uživajo na filmski projekciji, njihove otroke z igro ali ustvarjalnimi delavnicami zamotijo animatorke **Sezamovega kottička**. **Za zamudnike** poskrbimo ob nedeljah zvečer s kakovostnimi filmi, ki so prehitro izginili s slovenskih platen, že drugo sezono pa vsak mesec v ciklusu **Randevu s francoskim filmom** predvajamo po en sodoben francoski film, ki se je izmuznil distribucijskim in festivalskim mrežam. Oktobra že tretje leto zapored nadaljujemo z **abonmajem za starejša leta**, ki prinese filmska srečanja ob kavi s pogovori in zanimivimi gosti.

Filmske novosti v septembru

Do konca septembra se bo v Kinodvoru zvrstilo kar **6 premier**.

8. septembra na spored prihaja ruski psihološki triler ***Kako sem preživel to poletje***, umeščen v ledeno puščavo Arktike, **od 21. septembra dalje** pa se bomo s šarmantnimi ameriški striptizetami družili v komični, trpko sladki drami ***Turneja***, filmu ceste, odra in zaodra. Mesec bo zaključila premiera celovečernega omnibusa petih režiserk iz nekdanjih jugoslovanskih republik ***Neke druge zgodbe***, ki bo na sporedu **od 28. septembra dalje**.

Tudi v Mali dvorani, v kateri predvajamo dokumentarne in otroške filme, bo živahno. Že **od 15. septembra dalje** bo na sporedu slovenski dokumentarni film režiserja Borisa Petkovića ***V letu hip hopa***, ki predstavlja rap glasbo v Sloveniji, **od 29. septembra dalje** pa v dokumentarcu ***Che – novi človek*** skozi optiko intimnega, subjektivnega pogleda dobili vpogled v Guevarov neskončen miselni proces in študij v službi politične akcije ter gradnje novega sveta.

Bonobo Beni v Kinobalonu

Kinobalon, program za otroke in mlade v Kinodvoru, bo **3. septembra** premierno predstavil dokumentarni film za otroke ***Bonobo Beni***. Glavni

junak filma je enoletni opičji mladič Beni, ki skupaj z drugimi bonoboji živi v zavetišču, ki ga vodi Claudine André. V zavetišču jih vzgaja skupaj z drugimi človeškimi mamami in jih navaja na samostojno življenje. Claudine se pripravlja, da bo izbrala novo skupino bonobojev, zrelih za izpust v divjino. Beni je pustolovske narave in hitre pameti – bo med njimi tudi on? Ob filmu izide tudi knjižica ***Bonobo Beni*** iz zbirke Kinobalon, ki skozi branje in igro otrokom približa izbrani film. Film je na sporedu ob vikendih do 2. oktobra.

Filmski abonma za poznejša leta

Že tretje leto Kinodvor vabi na **Filmska srečanja ob kavi**, poseben abonmajski program, namenjen tistim, ki si tudi v poznejših letih želijo aktivnega druženja, kakovostnih filmov in poglobljenih debat z zanimivimi gosti. Program poteka vsako drugo oz. tretjo sredo ob 10. uri dopoldan, vodi ga dolgoletna filmska pedagoginja Mirjana Borčić. Ogledu filma v dvorani sledi pogovor z gostom, ki film dopolni s svojimi izkušnjami in razmišljanji. Vabljeni na uvodno, brezplačno druženje **v sredo, 5. oktobra ob 10. uri** s filmom ***Aleksandrinke*** (Metod Pevec, 2011) in gostoma: režiserjem **Metodom Pevcem** in **Mirjam Milharčič Hladnik**.

Priporočeni filmi za izobraževalne ustanove

Pred začetkom šolskega leta je izšel novi, že četrti **Katalog izbranih filmov za izobraževalne ustanove**. Namenjen je strokovnim delavcem v vrtcih, osnovnih in srednjih šolah. Prinaša izbor aktualnih filmov, prvič pa tudi izbor filmov iz zakladnice filmske klasike. Filmi so izbrani premišljeno, tako da so kar se da vsebinsko, žanrsko in avtorsko raznoliki. Označena je tudi primernost filma za posamezne starostne skupine, izpostavljene teme, ki jih film obravnava, in dodatne dejavnosti, ki jih lahko izvedemo ob ogledu. Katalog v elektronski obliki je dostopen na spletni strani Kinodvora (<http://www.kinodvor.org/kinobalon/solski-kinobalon/>), brezplačno ga prejmete tudi v tiskani obliki (pišite na kinobalon@kinodvor.org).

Od 25. avgusta dalje je v Kinodvorovi Galeriji na ogled tudi razstava fotografij vesolja z naslovom *Onstran pisatelja*, fotografa in filmskega ustvarjalca Michaela Bensona. Benson, avtor knjig *Beyond* in *Far Out*, je za film *Drvo življenja* zasnoval podobe vesolja. Fotografije so na ogled do 21. septembra.



Antišola za odkrivanje

Pionirski dom - Center za kulturo mladih

Branka Lovrečič



Foto: Miha Fras

Direktorica Pionirskega doma Viktorija Potočnik



Foto: arhiv Pionirskega doma

Otroške umetnine že na pročelju vabijo mlade k ustvarjalnosti.



Foto: Branka Lovrečič

Vrata Pionirskega doma so odprta otrokom in mladim, pa tudi vsem mladim po duši.

Pionirski dom se bliža petdesetim letom delovanja. »Z novimi ljudmi, ki so prišli, se prepleta pozitivna energija s tradicijo. Rezultati so čudoviti. Vzgajamo pedagoge, ki bodo izjemni pri nas ali pa ambasadorji po drugih ustanovah. Pionirski dom je bil resnično pionir na marsikaterem področju: od zgodnjega učenja tujih jezikov, ko se je to štel še za nepotrebno, najmočnejše filmske vzgoje v Sloveniji z Borčičevo, Lojzutom Kovačičem z lutkami in gledališčem ter kreativnim pisanjem, Gordano Schmidt in Silvo Ros s sodobnim plesom, Alenko Gerlovič in Ladom Pengovom s slikarstvom, z osebnostmi, ki so zaznamovale cele generacije mladih. Umetnik ali ustvarjalec v kulturi mora začeti zelo zgodaj. Vsi ne bodo vrhunski, ampak kultura je bogastvo. Človek, ki se zna izražati verbalno ali z govorico telesa, giba, barve, glasu, zvoka, je tisti, ki bo videl in znal reševati probleme tako na mikro- kot na makroravni,« pravi direktorica Viktorija Potočnik, po pionirsko Vika. Cilj je vedno dati več, ustvariti bolje. Pod Vikinim vodstvom so prehiteli vso ponudbo. »Posredujemo bogastvo,« pravi Vika. »Od ust do ust se širi, da je pri nas doma kvalitetno, dobro. Preberite naša sporočila in pridite!« vabi. V Pionirski dom je pripeljala številne dogodke, festivale, kulturne nedelje, glasbene matinee, kulturne dneve za šole, sobotne brezplačne delavnice in še in še. Pionirski dom je res postal center prireditev za otroke in mladino.

ZA VPIS V PIONIRSKI DOM NI STAROSTNE OMEJITVE

Pionirski dom je v vseh svojih dejavnostih odprt tudi za odrasle, starost nima omejitve. Dejavnosti ima nešteto, zanimive so prav vse, povsod bi se lahko vpisali. V času multikulturalnosti morda najprej na tuje jezike.

Pionirski dom je vključen v mrežo Alte za mednarodni certifikatni sistem, ki je nastal zaradi primerljivosti mednarodnih izpitov tujih jezikov v vseh evropskih državah, v nivojih od A1 do C2. Pionirski dom uči svoje učence v skladu s temi nivoji, da je mednarodni izpit zanje samo še pika na i. Zato seveda učenci Pionirskega doma z lahkoto pobirajo mednarodne certifikate, na kar je ponosna Karmen Feher, že 5 let vodja Oddelka za tuje jezike in kulture: »Otroci začnejo pri starosti 4 do 5 let in če nadaljujejo z vsemi našimi programi, so lahko pri nas kar do dvajset let. Našim tečajnikom je vseh pristop, ki ga imamo v ustanovi, raven znanja jezika, ki jo lahko dosežejo tukaj. Dolgoletna kontinuiteta izobraževanja pri otrocih je zelo pomembna, to je to znanje, ki jim ostane

za vse življenje. Vsako leto otrok pridobi novo stopnjo znanja, ki mu ostane. Naši učenci v starosti 8. ali 9. razreda osnovne šole že lahko opravijo mednarodne izpite na približnem nivoju poklicne mature (B1).« Pedagogi se stalno strokovno izobražujejo, spremljajo novosti doma in v tujini, včlanjeni so v društva učiteljev za tuje jezike, sodelujejo z mednarodnimi inštituti, kot so British Council, Charles Nodier, Cervantes, Italijanski inštitut, udeležujejo se njihovih seminarjev. Pedagogi so usposobljeni za vse razpone, od malčkov prek mladine in permanentnega izobraževanja odraslih ali konverzacije do akademskega pisanja za študente, kot je diploma v tujem jeziku. Učenci Pionirskega doma so brez težav sprejeti na mednarodno maturo, dobivajo štipendije v tujini ali mesto za študij v tujini.

IZKUŠNJE ZRELOSTI IN SVEŽINA MLADOSTI

Vsa ustvarjalna energija Pionirskega doma je odvisna od vložene energije pedagogov. »Pedagogi

morajo biti zagnani, kreativni, da to prenesejo na otroke,« pravi vodja Oddelka za kulturo Bojan Martinec. »Kolikor vložiš svoje energije, toliko je dobiš nazaj. V petek popoldne si po celodnevni službi zagotovo že utrujen, pa vložiš energijo v vajo, v skupino in jo desetkrat dobiš nazaj. Je kot čudež. Mladina, s katero delaš, te napolni. Če je deset mladih v skupini, desetkrat povrnejo energijo.« Bojan ima največ izkušenj z gledališčem, ki ga s prekinitevijo vodi že 20 let. Mnogi mladi, ki so spoznali gledališče v Pionirskem domu, napredujejo na igralsko akademijo, v gledališča. »Tečajniki, ki so hodili na kiparjenje ali slikanje, so bili sprejeti na Akademiji za likovno umetnost. Otroci, ki hodijo v Pionirski dom, so ponavadi izredni: ogromno berejo in poleg šole zmorejo vse,« so izkušnje Bojana Martinca. Tri desetletja je že v ustanovi in jo pozna do vseh podrobnosti, vse skrivnosti motiviranja otrok za kulturo, umetnost. Tudi to je prednost Pionirskega doma – v njem se srečujeta zrelost, izkušenost z mladostno zagnanostjo in navdušenjem.

Tak mlad navdušenec je tudi glasbeni pedagog Andrej Pekarovič. Iz vas bo izvalil glasbeni

in razvoj ustvarjalnosti II.

talent tudi, če ga nimate! Vika pove njegovo zgodbo: »Andrej je bil zavržen za pouk kitare v nižji glasbeni šoli, ker naj ne bi imel posluha. Kot enajstleten je zato prišel v Pionirski dom in je potem po skrajšani poti naredil sprejemni izpit za srednjo glasbeno šolo. Danes je med najboljšimi kitaristi v Sloveniji. Zaradi lastne izkušnje pobira vse 'odpadnike' iz drugih glasbenih šol. V Pionirskem domu je izšolal deset najbolj obetavnih mladih glasbenikov.« Andrej je magistriral iz kitare v Gradcu. »V glasbenih šolah imajo načrtovan program in načrtovano starost za učenje instrumenta kitare, za osem- do desetletnike«, razlaga Andrej. »V Pionirskem domu sprejemamo vse, tudi starejše, celo odrasle.« Tudi mene je takoj povabil, naj si pridem pridobim nova znanja igranja kitare, ker sem že pred desetletji zaključila nižjo glasbeno šolo. »Program prilagajamo vsakemu učencu, saj učni program ni rigid, kot je v glasbenih šolah,« pojasnjuje Andrej. »Sem pridejo ljudje, ki imajo neizmerno željo po igranju, kar se potem odraža v igranju.«

GLEDALIŠČE

Gledališka dejavnost deluje od same ustanovitve Pionirskega doma. V letih 1964 do 1977 je gledališki oddelek Pionirskega doma vodila slovita igralka Draga Ahačič. Potreba otrok in mladine po neposrednem gledališkem izrazu je tako močna, da je v zadnjih desetih letih od petih igralk gledališče preraslo na 90 vpisanih. To je trenutno ena najmočnejših ustvarjalnih dejavnosti Pionirskega doma. Izoblikovale so se gledališke skupine, kot je Ad Hoc. Skupina s predstavo *Coprnicina Zofka* gostuje po vsej Sloveniji. Vsaka skupina je svoj organizem, s svojimi zahtevami, z vsako nastane drugačna predstava. Nekateri si želijo komedijo, drugi moderen tekst, tretji celo svojo avtorsko dramo, ki je bila delno predvajana na televiziji Slovenija. Bojan pravi, da moraš tečajnike »znati pravilno usmerjati, jih naučiti lastne kreativnosti, da so sami senzibilni, da občutijo, pedagog se vključimo v skupino, smo njihov enakovreden del, kot režiser samo malo več«. In tako je na vseh področjih Pionirskega doma. Otrok si izbere dejavnost, ki mu najbolj ustreza, pedagog pa ga skrbno usmerja naprej.

STE PRIŠLI V DEŽELO NIJE?

Tako je pozdravljala vodja gledališča Bjanka Kršmanc obiskovalce nedeljske gledališke matinee. Gledališko predstavo *Peter Pan* je zaigrala OŠ Louisa Adamiča Grosuplje (v koprodukciji KD Teatra). Ena od nagrad, ki so jo dobili za najboljšo predstavo na festivalu Gledaliških sanj, je bil tudi nastop v okviru gledališke matinee Pionirskega doma. O, kakšna energija teče od Bjanke Kršmanc, mentorice za gledališki studio in pedagoginje za gledališko vzgojo! V gledališčnico je zrasla prav v Pionirskem domu. Bjanka vodi devet gledaliških skupin. Njena hči pravi, »da oči dela, mami pa ne

dela«, ker se Bjanka pri svojem delu tako napolni z energijo: »Sploh temu ne morem reči delo, ampak je del življenja, tako je ustvarjalno, osrečuje, daje pozitivno energijo.« In nadaljuje: »Gledališče je prostor, kjer je dovoljeno vse. Skupina je varna, da si mladi upajo izraziti karkoli, tudi intimo, ko na odru razgališ del sebe, odnose z drugimi. Oder ni prostor, kamor prideš - biti lep. Prideš čez mejo, kjer je vse dovoljeno.« V gledališču ne potrebujejo pripomočkov, ne psihofizičnih spretnosti. V gledališču se otrok nauči postaviti zase in sodelovanja z drugimi, izgubi celo močno tremo. »Ko pridejo, si ne upajo ust odpreti, v enem letu pa improvizirajo in se znajo v šoli postaviti zase in izraziti, kar smo se naučili,« pohvali otroke Bjanka. »Gledališče koristi življenju. Krepi socialne veščine, samozavest, izražanje, zmožnost večje empatije, razumevanje drugačnosti drugega, reševanje konfliktov, delo v skupini,« vre iz Bjanke. »Gledališčniki znajo izkoristiti svoje veščine na drugih področjih življenja. Stareši pravijo, da se otrokom to izjemno pozna. Ne samo, da je pomembna, gledališka dejavnost je tudi vse bolj potrebna,« meni Bjanka. Očitno, kajti po desetih letih vključenosti v gledališko dejavnost, si zdaj študentje sami plačujejo šolnino, da še zmeraj hodijo na dejavnost. Bjanka pohvali tudi direktorico, da je izjemno socialno čuteča in ugodni prošnjam, tudi za brezplačno obiskovanje dejavnosti za tiste, ki ne zmorejo plačati šolnine. »Naši otroci so zelo uspešni v šoli in ni problematičnih otrok. K nam so vključeni avtisti ali pa hiperaktivni, toda za gledališče je to popolnoma nemoteče, saj za nas niso drugačni. Posebni se zato dobro počutijo in postanejo popolni del skupine.«

PLES

Saša Lončar najraje dela z otroki v starosti od 4 do 5 let pa do 15-letnikov, čeprav za letošnji načrtuje program tudi za starejše. Njen pouk je popolnoma avtorski in edinstven. Z otroki oblikujejo ustvarjalni gib, pisavo giba. Iščejo izhodišče iz sebe. Izogibajo se šabloniranemu gibanju, gibu po predpisu. Tudi hoja mora biti izdelana na posamezniku. Hoja je osnovni element gibanja in vsak, ko jo ozaveš, ima svojo. »Otroci so s svojo domišljijo zelo kreativni in se zelo radi gibajo po svoje. Skozi vodeno improvizacijo ozaveščajo svoje telo. Tako se slej ali prej srečajo tudi s tehničnimi elementi, predvsem pa z elementi sodobnega plesa. Gibanje prilagajam vsakemu posebej, da ni kdo zapostavljen glede na drugega. Če namreč nekdo dvigne nogo nad glavo, drugi pa ne, je to prav. Kot jo vsak dvigne, tako je za vsakogar prav. Vendar mora, ko izvede ta gib, najti način, kako bo to naredil. Za vsako kretnjo mora stati neka zgodba. Vsak gib mora biti podprt, imeti mora volumen.« Saša razlaga, da gib zelo hitro lahko postane akrobacija, površinsko gibanje, če pa ima gib zgodbo, je med takima giboma razlika. Pri delu v skupini otroke ovije v svoj energijski mehurček, odvisno od tega, kako se otroci tisti dan počutijo, kakšno je skupinsko razpoloženje. Pri tem lahko tudi rišejo, pišejo, uporabijo druge medije, na primer besedo. Plesne delavnice Saše



Fotografije: Branka Lovrečič



Slikoviti svet otroške domišljije v okrožju Pionirskega doma.



Fotografije: Branka Lovrečič



Gledališka dejavnost ima vse od ustanovitve Pionirskega doma srečno roko z gledališkimi pedagogi. Na začetku jo je vodila znamenita dramska igralka, režiserka in publicistka Draga Ahačič, danes pa je gledališče v rokah karizmatične Bjanke Kršmanc, ki je v gledališnico zrasla prav v Pionirskem domu.

Lončar niso tečaj, ampak raziskovalni proces: »Kljub vsej hitrosti današnjega sveta, ko se mora vse tako hitro pokazati, plasirati, je tu ravno nasprotno. Otrok počasi, skozi leta prihaja do svojih oblik, do svoje lastne identitete, do svoje prezenice, ki ni pomembna samo na odru, ampak predvsem tudi v vsakdanjem življenju.« Otroci lahko svojo ustvarjalnost izrazito uveljavijo tudi v gibu. Tako res oblikujejo sebe kot osebnost. Ko se skozi ta proces zavejo, kdo so, so gibi bistveno bolj prepričljivi. S pomočjo ustvarjalnega gibalnega procesa otrok zna domišljjski svet povezati z realnostjo. Otrok potem odpleše 4 do 5 minut koreografijo samostojno, suvereno, ker je podprt, ker ima širše razumevanje in zato je prepričljiv ter lahko nastopa tudi na velikem gledališkem odru. Na zaključni produkciji v Pionirskem domu 4. junija je bilo 250 staršev s solzami v očeh, polnih čustev in presenečenj, da so videli svojega otroka kot povsem drugo osebnost, v drugačni podobi, da se je kdo tudi začudil: »Takega svojega otroka sploh ne poznam.« Na koliko načinov vse se otrok lahko polno izrazi!

Gledališka šola, glasbena šola, tuji jeziki, splošno počitniško varstvo, slikarska šola v Art centru, naravoslovje je tudi del poletnih počitniških dejavnosti, ki jih lahko otroci obiskujejo v zadnjem tednu junija, prva dva tedna v juliju in zadnji teden avgusta. Cene so različne glede na čas vključenosti. Za zgoščeno gledališko šolo 30 ur je cena 137 evrov, v kateri so vključeni zajtrk, malica in kosilo.

FESTIVALI

Letos že 9. Otroški festival gledaliških sanj, 5. filmski festival Zoom za mladoletne, 4. Glasbeni festival osnovnih in srednjih šol, 4. festival naravoslovja Hokus pokus.

Gledališki festival v Pionirskem domu nima selekcije, predstavi se lahko vsaka skupina. Festival daje gledališkim skupinam motivacijo, da se ponovno lotijo besedila za veliki oder, pred občinstvom, kar jim daje veselje, da ustvarjajo nove in nove predstave. Festival se odvija v Festivalni dvorani tudi v sodelovanju s Slovenskim mladinskim gledališčem z njihovo dvorano.

Na filmski festival za mladoletne prispejo filmi iz vse Slovenije in tudi iz zamejstva (Gorica, Trst, Celovec), prijavljajo se šole in srednješolci kot posamezniki. Letos se je predstavilo 80 filmov vseh žanrov: igrani, dokumentarni, animirani, eksperimentalni. Avtorji so otroci sami. V strokovni žiriji je vedno igralec, režiser in scenarist, ki izbere najboljše, čeprav Vika pravi: »Resnično delamo na tem, da so na vseh festivalih vsi zmagovalci, učimo jih sodelovanja, ne tekmovanja. Domov gredo vsi veseli, saj so nastopali v čudoviti Plečnikovi dvorani, s prijetno atmosfero, ki jih spodbuja, da gredo naprej. Povemo jim, kje morajo še kaj dodati, in z udeležbo pridobijo izjemno veliko izkušenj. Četudi niso zmagali, so stali na velikem odru in so dobili zaupanje vase.«

Tudi na glasbenem festivalu se predstavljajo glasbeniki vseh žanrov: pevci popa ali jaza,

rapa, glasbene skupine z rockom, rokenrolom, hard rockom. Festival jim nudi priložnost, da se pokažejo z lastnimi deli in si prislužijo nagrado. Za glasbene skupine je to snemanje v tonskem studiu Pionirskega doma in prva zgoščenka.

Mladi raziskovalci Pionirskega doma izvajajo poskuse na festivalu Hokus pokus. Predstavljajo se naravoslovni krožki iz osnovnih šol in vrtcev iz vse Slovenije s svojim poskusom ali delavnico, Prirodoslovni muzej, Botanični vrt, Živalski vrt, Fakulteta za kemijo, Inštitut Jožef Stefan, Primož Oberžan z zvokom. Tu se prepletata znanost in umetnost. Letos so se predstavili likovniki z optičnimi igračami, glasbeniki z ozvočenjem kar 15 različnih predmetov, kot sta npr. pisalni stroj ali glavnik. Pri izdelavi lastnega glasbila pa otroci lahko izkusijo, kako dolžine strun vplivajo na zvok.

FESTIVALNA DVORANA

je kot ladja sredi Pionirskega doma. Je edina plesna dvorana v Sloveniji. V njej se združujejo otroci in odrasli na festivalih, otroških prireditvah, srečanjih društev, šolskih dogodkih, protokolarnih, pa tudi tržnih prireditvah. Vika si prizadeva, da so dogodki na kar najvišji ravni. »Enako poslovno in pristrčno sprejemamo vsako prireditev – iz Zelve ali pa iz urada predsednika države. Za vse se moraš enako potruditi.« Festivalna dvorana je objekt državnega kulturnega pomena. Notranjost je delo arhitekta Jožeta Plečnika. Čaka še na rešitev denacionalizacije, potem bo mesto izvedlo tudi večje investicije. Letno ima 70 000 obiskovalcev in 40 000 do 50 000 otrok.

FESTIVALNICE

Med dvoranskimi dogodki so tudi *Festivalnice*. Glasbena festivalnica se odvija s ciljem, da tudi najmlajši slišijo različne glasbene zvrsti. »Ne samo pesmice za otroke, naj slišijo šanson, klasiko, rock, jazz, punk, samo tolkala z res kvalitetnimi glasbeniki,« širi obzorja otrok Vika. V nedeljskem dopoldnevu smo res uživali v melodijah ksilofona, vibrafona, marimbe, ksilosinta tolkalne skupine Stick Control. S skupino je nastopal tudi čudežni deček (po izjavi slovitega vibrafonista Boška Petrovića) Vid Jamnik. Ti koncerti so drugačni, namenjeni so razvijanju poslušanja, odnosu do glasbe, ki se najbolj učinkovito začne pri majhnem otroku. Vzpostavijo stik med občinstvom in izvajalci. Publika med koncertom lahko sodeluje s plesom, na koncu se pogovorijo z ustvarjalci, izvedo, koliko je glasbenik vabil, koliko energije je vložil v koncert, lahko preizkusijo ton instrumenta ... Glasbeni pedagog Andrej je pripeljal v Festivalno dvorano mesečne nedeljske koncertne matineeje. Tina (4 leta) si je po koncertu tolkalne skupine zaželela: »Tata, šel!«

MI IGRAMO VEČ KOT NOTE

Vika sporoča: »Poiščite v sebi svoje skrite potenciale, spodbujajte jih, a ne le z enkratnim dogodkom. Potrebno jih je gojiti, vlagati vanje, raziskovati, potem pride rezultat. Tudi če učenec na začetku naredi napako, je ta spodbudna, če jo pravilno ovrednotimo. Mlademu skušamo privzgojiti ustvarjalnost.« Odnos do glasbe in slikanja se začne pri majhnih otrocih. Vika upa, da bo s kolektivom enkrat znala uživljati, da je bila storjena »izjemno velika napaka, da so se kulturno-umetniški predmeti tako izrinili iz osnovnih šol. Kulturno-umetniške vsebine so lahko tudi del učenja matematike. Ali pa obravnava Prešerna, povezana z improvizacijo – tako jim bo veliko bolj ostal v spominu, če ga bodo prenesli na način, kot mladi uživljajo danes.« Andrej jo ves čas posluša in pritruje: »Pri nas v Pionirskem domu je pomembna lastna želja po igranju, ne želja staršev. Igrati glasbo, je nekaj najlepšega, če veliko igraš, je to že nuja. Vsakdo se odloči za smer, ki mu je najljubša – od Bacha in klasike prek jaza, metala do svoje lastne avtorske glasbe. Pionirski dom ima kriterije za dobro glasbo. Mi igramo več kot note, igramo glasbo. V glasbeni šoli je treba igrati note, tu pa se ukvarjamo z glasbo, poskušamo razumeti fraze, tu igramo s čustvi in se trudimo, da razumemo, kar igramo, s svojim jazom, ne s tujim.« Vika dodaja: »Gradimo izjemno uspešne in zadovoljne otroke. Nismo elitisti, tudi s popustom ali brezplačno obiskovanje je mogoče za socialno šibkejšo. Naši otroci so uspešni učenci, uspešni dijaki in uspešni ter zadovoljni študentje. Običajno so motor idej, prenašajo jih tudi iz Pionirskega doma v šolo. A pri nas ne srečujemo le kvalitetnih, kreativnih in spodbujajočih pedagogov. Ustvarjajo si tudi varno socialno okolje. Med seboj so tudi prijatelji. Družijo se tudi v prostem času, razmišljajo o tem, kakšna bo naslednja predstava, in si pomagajo med seboj.«

Pionirski dom je antišola – oziroma bi vsaka šola morala biti taka: učitelj ne predava, je del skupine, ima individualni pristop do vsakogar, do vsake skupine. Čuteč pristop, da izvabi iz otroka najboljše. Pravzaprav so ustvarjalci Pionirskega doma preskromni, čeprav ponosni na to, kar delajo, saj pomagajo otrokom odkrivati njihovo neizmerno notranje bogastvo.

Fotografija, film, animirani film, video, ples, igralne urice (tudi v tujih jezikih), Muca copatarica, Črkarija, mladi raziskovalci, glasbene urice in delavnice, pouk instrumenta (kitara ali električna klaviatura), kiparstvo za otroke in odrasle, slikanje in risanje, klasična grafika, lutke, računalniška grafika, keramično oblikovanje, literarne delavnice, gledališke dejavnosti, kulturni dnevi, izobraževanje učiteljev za kulturne dejavnosti, ki jih ponuja Pionirski dom.

Nova sezona ob 30. obletnici Španskih borcev

Marija Zidar



Foto: Támas Tuza

Pročelje Španskih borcev



Foto: Andreas Etter

Prizor iz predstave Triptih.

10. septembra Španski borci obeležujejo 30. obletnico obstoja. Leta 1981 so bili kot Kulturni dom odprti s ciljem, da postanejo kulturno stičišče za območje takratne občine Ljubljana Moste-Polje. Današnji Center kulture Španski borci na Zaloški 61 v Ljubljani, tik ob tržnici Moste, na 1800 kvadratnih metrih v treh nadstropjih ponuja dve dvorani, plesni studio, galerijo in kavarno, ki se razteza v dveh nadstropjih, mediateko ter v isti stavbi tudi knjižnico Jožeta Mazovca.

Tretja sezona pod upravljanjem Zavoda EN-KNAP

Leta 2009 so prenovljeni Španski borci odprli novo poglavje delovanja, ko je to mestno infrastrukturo v upravljanje prevzel Zavod EN-KNAP, eden najbolj uveljavljenih kulturnih producentov v Sloveniji. Takrat je Mestna občina Ljubljana Gledališče za otroke in mlade Ljubljana, ki je delovalo v Španskih borcih, namreč pripojila Lutkovnemu gledališču Ljubljana, center pa prek razpisa predala novemu upravitelju. Španski borci se z novo programsko usmeritvijo, ki ponuja pester in raznolik kulturni program ter vrhunsko domačo in mednarodno produkcijo uprizoritvenih umetnosti, skupaj z Zavodom EN-KNAP to jesen podajajo že v svojo tretjo sezono delovanja.

Skupina EnKnapGroup, edini stalni plesni ansambel pri nas, je z letom 2009 dobila dom in matični oder v Španskih borcih. Pod vodstvom Iztoka Kovača, direktorja in umetniškega vodje Zavoda EN-KNAP in Španskih borcev ter enega vodilnih ustvarjalcev sodobnega plesa tako pri nas kot v tujini, je v treh letih od svoje ustanovitve leta 2007 ustvarila 12 celovečernih predstav s kar 20 domačimi in tujimi avtorji.

Program v jubilejni sezoni

Za letošnjo sezono EnKnapGroup v sodelovanju z italijansko skupino Deja Donne pripravlja plesno predstavo *Junaki brez kril* v koreografiji in režiji Simoneja Sandroneja, ustanovnega člana flamske skupine Ultima Vez. Predstava *Junaki brez kril* na iskrih in svež način tematizira vprašanje, ali niso morda najbolj junaški ravno človeški spodrsiljaji in trenutki šibkosti, ne pa naši visoki cilji in ambicije. Septembrski italijanski premieri bosta 17. oktobra sledili slovenska premiera (ponovitev 18. oktobra) in intenzivna dvomesečna turneja po Evropi in Mehiki.

V jubilejni sezoni EnKnapGroup v sodelovanju z umetniškim kolektivom Superamas med drugim pripravlja tudi veliko mednarodno koprodukcijo – gledališki spektakel z delovnim naslovom *KULT*, ki z radikalnim pristopom posega prav v kulturno in politično jedro 21. stoletja in sodobnosti nasploh ter tematizira kult osebnosti. Premierno bo predstavljena novembra 2012 v Mariboru v okviru Evropske prestolnice kulture, zatem pa jo lahko pričakujemo tudi v Ljubljani.

Program Uvoz-izvoz

V sezoni 2011/12 se nadaljuje program *Uvoz-izvoz*, kontinuirani program vrhunskih mednarodnih gostovanj in rezidenc s področja uprizoritvenih umetnosti, ki je v prejšnji sezoni v Ljubljano ponovno pripeljal tako odmevni mednarodni festival *Plesna Vesna* (Spring Forward) mednarodne mreže Aerowaves kot nekaj najbolj vročih imen sodobnega plesa, kot so Yasmeen Godder, Roni Haver, Guy Weizman, David Zambrano, Karine Ponties, Olga Pona, Jordi Casanovas in v koprodukciji mednarodni umetniški kolektiv Superamas, ki je spektakel *Youdream* ustvarjal tudi v Španskih borcih.

Vsak mesec si bodo tako ljubitelji plesa in uprizoritvenih umetnosti v Španskih borcih v okviru programa *Uvoz-izvoz* lahko ogledali močna evropska avtorska imena in uveljavljene evropske plesne ansamble. Med njimi bomo v okviru programa otvoritve sezone 10. septembra gostili Chrisa Haringa in skupino Liquid Loft iz Avstrije. Sledili mu bodo med drugimi še *Triptih* plesne skupine mestnega gledališča Oldenburg iz severne Nemčije, v katerem se Arco Renz, Omar Rajeh in Iztok Kovač – trije koreografi različnih nacionalnosti, iz različnih okolij in z različnim zgodovinskim spominom – lotevajo vprašanja, kaj jim glasba velikih glasbenih imen 60. in 70. let, ki so jo ustvarili Bob Dylan, Joan Baez, Deep Purple in drugi, pomeni danes. V Ljubljano bomo zopet pripeljali tudi

festival Plesna Vesna in z njo izbor kratkih del aktualne evropske sodobnoplesne produkcije, prijavljene na razpis mreže Aerowaves.

Med preostalimi gostovanji velja posebej opozoriti še na Plesni teater Čeljabinsk iz Rusije in Zagrebški plesni ansambel, spogledujemo pa se še z dvema velikima imenoma evropskega sodobnega plesa, in sicer angleškim DV8 pod vodstvom Lloyda Newsona in belgijskim Rosas pod vodstvom Anne Terese De Keersmaeker. V prihajajoči sezoni se bomo osredotočili tudi na predstavitev prodornih del mlajših avtorjev iz Avstrije in Madžarske.

S sezono 2011-12 pa se v Španskih borcih obeta novost, saj se upravitelj z novo ustanovljenim Javnim zavodom Center sodobnih plesnih umetnosti (CSPU) dogovarja o intenzivnem sodelovanju pri ustvarjanju in realizaciji programa. CSPU je Ministrstvo za kulturo ustanovilo julija letos z namenom trajnega in nemotenega izvajanja dejavnosti na področju sodobnega plesa v slovenskem in mednarodnem prostoru. Zavod EN-KNAP tako v tej prvi fazi delovanja CSPU daje na razpolago večje število terminov v studiu in obeh odrih z željo, da bo CSPU kontinuirano predstavljal vrhunsko slovensko in mednarodno plesno ustvarjalnost.

Program Španskih borcev bo v novi sezoni tako v vlogi podizvajalcev in partnerjev soustvarjalo več kot 20 javnih in zasebnih zavodov, društev in posameznikov s področja sodobnega plesa ter ostalih. Nekateri priljubljeni programi so v zadnji sezoni pridobili zvesto publiko in se nadaljujejo tudi v prihajajoči. Med njimi velja omeniti uspešno sodelovanje z Javnim skladom Republike Slovenije za kulturne dejavnosti, ki v Španskih borcih organizira številne ljubiteljske kulturne dejavnosti nacionalnega značaja. Stalna občinstva so si ustvarili tudi programi Zavoda Sploh (npr. glasbena delavnica in koncert proste improvizacije *Raziskava, refleksija* in plesno-glasbene improvizacije *Neforma*), Zavoda



Foto: Roberto Faidutti

Prizor iz predstave Junaki brez kril.



Foto: Michael Loizenbauer

Prizor iz predstave Running Sushi.

ZAK (Glasbene poslušalnice – koncerti resne glasbe, na katerih so dobrodošli tudi otroci), ter Društva Diotima, ki organizira redne mesečne likovne in ekološke igralnice za otroke. V času, ko si mnogi dodatnih izdatkov morda ne morejo privoščiti, velja omeniti, da je na številne omenjene prireditve vstop prost. Na vse produkcije upravitelja Španskih borcev, med njimi celoten program Uvoz-izvoz, pa imajo finančno manj privilegirane skupine, kot so dijaki, študenti, upokoјenci, brezposelne in invalidne osebe, vselej tudi do polovice znižane cene vstopnic.

Zavod EN-KNAP bo v novi sezoni veliko pozornosti posvetil tudi kulturni vzgoji: naj omenimo le decembrske ponovitve didaktične uspešnice *Pozor hud ples!*, ki je namenjena tako splošni javnosti kot srečevanju osnovnošolcev zadnje triade in srednješolcem s sodobnim plesom in poteka v okviru projekta Plesne učilnica, ki ga podpira Ministrstvo za kulturo. V okviru kulturne vzgoje bo EN-KNAP prihodnje leto organiziral tudi izobraževanje pedagoških delavcev z naslovom *Bližnjica do sodobnega plesa*.

Z jesenjo dobiva še aktivnejšo in prepoznavnejšo podobo Galerija Internacionala, ki deluje v prvem nadstropju Španskih borcev, in se bo pod novo programsko vodjo Loro Power usmerila v fotografsko prikazovanje giba, tematiziranega z različnih vsebinskih perspektiv in izhodišč, mednarodne povezave ter sveže nove razstave domačih in tujih fotografov. Še naprej pa v Španskih borcih pod vodstvom plesnega teoretika in publicista Roka Vevarja nastaja Mediateka, zbirka gradiv in dokumentov o sodobnih scenskih umetnostih s poudarkom na sodobnem plesu.

Novo sezono so Španski borci začeli že konec avgusta s predstavitvijo zaključne produkcije projekta *Postajam kreativen – Spoznavam zvok, svetlobo in oder*. Pri projektu gre za usposabljanje mlajše manjšinske populacije in priseljencev za splošne, svetlobne in tonske tehnike, ki ga je ob ugotovitvi o deficitarnosti tega pomembnega poklica v kulturni produkciji s podporo Evropskega socialnega sklada organiziral Zavod EN-KNAP v prejšnji sezoni. Ob odličnem odzivu kandidatov, ki jim takšno izobraževanje doslej ni bilo na voljo, si usposabljanje želi nadaljevati tudi v sezoni 2011-12, če bo projekt tudi letos finančno podrt.

V septembru bo med preostalim programom v Španskih borcih na ogled tudi premiera inovativne predstave *Feng šus*, v kateri nam na odru namesto igralcev »spregovorijo« predmeti in svetloba (29. 9.), še prej pa bo za zamudnike na ogled tudi ponovitev baletne predstave Sanje Nešković Peršin z naslovom *33 obratov* (14. 9.). Oktobra bodo Španski borci gostili tudi premiero intermedijskega plesnega projekta Snježane Premuš z

naslovom *Dvojniki* (10. 10.), ob sobotah pa bo potekal tečaj izdelovanja izvirnih glasbenih inštrumentov *Izvirci* pod vodstvom Petra Kusa.

V **soboto, 10. septembra**, od 17. do 23. ure bodo Španski borci odprli novo sezono in obeležili 30. obletnico delovanja ustanove z veliko javno prireditvijo, ki bo potekala večinoma na prostem na ploščadi pred Španskimi borci, del programa pa tudi v notranjosti centra. Na prireditvi pričakujemo najširše občinstvo, ki bo imelo ob programu tudi priložnost presoditi, katera jed, navdahnjena s tematiko upornikov španske državljanske vojne oziroma NOB-ja, jim bo šla bolj v slast. Ob tej priložnosti bomo na ploščadi pred centrom razširili gostinsko ponudbo.

Že ob 17. uri bo okoliške prebivalce v Mostah na prireditve opozarjal Pihalni orkester Bežigrad pod taktirko Viktorja Kresnika. Program bo odprl bosanski brezkompromisni antikantavtor Damir Avdić, ki mu bo z interpretacijo govora Staneta Dolanca ob otvoritvi Španskih borcev iz leta 1981 sledil legendarni radijski in TV-voditelj Sašo Hribar. Ljubitelji plesa si bodo v okviru programa na prostem lahko ogledali plesno predstavo *S.K.I.N.* ansambla EnKnapGroup. Priljubljena skupina Čompe, ki besede poetov Zajca, Rozmana in drugih z radoživostjo preliva v lumpenproletarsko muziko, bo nastopila v dveh delih, medtem ko bo revolucionarne note, primerne priložnosti in obletnici kulturnega centra, preigral ruski ansambel Kalinka, z virtuozom

na balalajki. Pred nadaljevanjem programa v notranjosti Španskih borcev bo prireditev z nagovorom počastil župan Mestne občine Ljubljana Zoran Janković.

V veliki dvorani Španskih borcev bo kot glavni dogodek večera gostovala mednarodno izjemno odmevna plesna uspešnica *Running Sushi* avtorja Chrisa Haringa in avstrijske skupine Liquid Loft. Duhovita predstava ne sledi linearnemu poteku, pač pa je razdeljena na različne scene – podobno kot tip japonske restavracije, imenovane »running sushi«, kjer se pred gostom na tekočem traku vrti nabor jedi, ki si jih ta lahko poljubno izbira. Predstavi bo sledila otvoritev razstave *Preobrazba teles*, ki bo predstavila fotografska dela Nade Žgank, fotografkinje, ki že več kot desetletje spremlja ples in druge performativne umetnosti. Posamezne dele programa bo glasbeno povezoval DJ.

V primeru slabega vremena bo program, načrtovan na ploščadi pred Španskimi borci, potekal v notranjosti centra. Prireditve v produkciji in organizaciji zavoda EN-KNAP so omogočili Mestna občina Ljubljana, Javni sklad Republike Slovenije za kulturne dejavnosti, Četrtna skupnost Moste, Klub Zlati zob in Knjižnica Jožeta Mazovca, ki bo v času otvoritve v prostorih knjižnice pripravila razstavo dokumentarnih virov iz španske državljanske vojne in dokumentov, ki pričajo o zgodovini ustanove.

Dobrodošli v Mostah!

PROGRAM OTVORITVE NOVE SEZONE IN 30. OBLETNICE ŠPANSKIH BORCEV

17:00	Pihalni orkester Bežigrad	Ploščad pred Španskimi borci
17:30	Damir Avdić, bosanski antikantavtor	
18:00	Sašo Hribar, 30 let pozneje	
18:30	Ansambel Kalinka, ruska tradicionalna glasba	
19:00	EnKnapGroup, plesno gledališki dogodek z glasbeno spremljavo	
19:30	Čompe, glasbeni nastop	Velika dvorana
20:00	Župan MOL, Zoran Janković: pozdravni nagovor Čompe, glasbeni nastop	
20:30	Chris Haring / Liquid Loft: <i>Running Sushi</i> mednarodna plesna predstava	
20:30	DJ-večer	Ploščad pred Španskimi borci
21:30	Nada Žgank: <i>Preobrazba teles</i> , otvoritev fotografske razstave in pogostitev	Galerija Internacionala
22:00-23.00	DJ-večer	Galerija Internacionala

Med peturnim programom bodo pred Španskimi borci stregli brezplačni španski in partizanski golaž.

Vstop na vse dogodke je brezplačen. Število vstopnic za predstavo *Running Sushi* je omejeno.

V primeru slabega vremena bo program, načrtovan na ploščadi pred Španskimi borci, potekal v notranjosti centra.



Ljubljana ima bogato zgodovino prostovoljstva

Angelca Žiberna

V Mednarodnem letu prostovoljstva se upravičeno ponosni spominjamo bogate zgodovine prostovoljstva v Ljubljani, prostovoljci humanitarnih organizacij pa so tudi danes tisti dragoceni ljudje, ki v svojih krajevnih okoljih najbolj poznajo potrebe ljudi, odkrivajo probleme in jih posredujejo odgovornim službam. V močno spremenjenih demografskih okoliščinah zadnjih 20 let, ko se življenjska doba podaljšuje in vse več starejših ljudi ostaja samih, igra prostovoljstvo še posebej pomembno vlogo. Ljubljana se od leta 2002 ponaša z naslovom mesto prostovoljstva, zgodovina te medsebojne solidarnosti pa kaže, da je ima Ljubljana v tem pogledu častljivo tradicijo. Ta nas zavezuje, da tudi v povsem spremenjenem slogu življenja družba vsestransko ovrednoti vlogo in pomen prostovoljstva kot nepogrešljivega mostu med generacijami ter civilno družbo in državnimi ter lokalnimi socialnimi ustanovami.

Prostovoljstvo je bilo sprva gibanje izobraženk

Pred 110 leti je bilo v Ljubljani na Rimski ulici 9 ustanovljeno *Prvo žensko društvo*, ki je dalo bogat prispevek k razvoju prostovoljstva. Temu društvu, ki je preraslo v splošno aktivnost po Sloveniji, prepoznavno pa je bilo tudi Evropi, je predsedovala Franja Tavčarjeva, žena pisatelja in ljubljanskega župana Ivana Tavčarja. K ustanovitvi društva so veliko prispevale učiteljice, ki so že leta 1908 začele s prizadevanjem za uveljavitev pravic žensk, se borile za enako delo - enako plačilo, zahtevale volilno pravico žensk, se uprle svojevrstnemu celibatu učiteljic, ki so se lahko poročale le z učitelji. Istega leta je bilo ustanovljeno tudi *Žensko telovadno društvo*, ki ga je vodila Josipina Kajzerjeva. Društvo je imelo tudi politične cilje, da se uveljavijo pravice žensk v družbi.

Široka dejavnost društva Mladika

Leta 1906 je začelo delovati *Društvo Mladika*, ki je ustanovilo prvo dekliško osnovno šolo. občinski svet mesta pa je prispeval del sredstev. Program društva je bil usmerjen v izobraževanje ženske mladine, v ustanavljanje dekliških šol, internatov, kulturnega življenja, spodbujanje narodne zavesti ter enakopravnost in zaščito socialnih pravic žensk, skrbi za revne ljudi, ustanavljanje zavetišč za revne otroke, brezposelne, bolne, ostarele služkinje, ustanavljanje kuhinj za revne občane, ustanavljanje ljudskih knjižnic. Organiziralo je gospodinske tečaje, vzgojna in zdravstvena predavanja ipd. Z zbiranjem prostovoljnih prispevkov, prirejanjem kulturnih prireditev, predavanj, z razstavami ročnih del so zbirale sredstva za humanitarne dejavnosti. Tako so opremile ljubljansko bolnišnico, poskrbele za zdravljenje revnih občanov, vzdrževale zavetišča, internate ipd. V času prve svetovne vojne so prevzele skrb za ranjence, invalide, hrano za bolnišnice, skrbele za vojne sirote in zaposlovanje vdov. Leta 1918 so pridobile 160 prostovoljk in jih poslale v šolo na Dunaj, kjer so se usposobile za poučevanje Braillove pisave.

Dejavnost društva je podpirala Mestna občina, saj je bil njegov program širok in koristen in podobnih javnih služb še ni bilo. Društvo je zmoglo izvajati zahtevne strokovne programe po zaslugi dobre organiziranosti, promocije in javnega ugleda, saj so se v njegovo delo vključevali številni strokovnjaki, ki so najrazličnejše naloge izvajali brezplačno.

Društvo Slovensko srce za ohranjanje slovenstva in za povezavo med mestom in vasjo

V času koroškega plebiscita so društvenice Mladike ustanovile društvo *Slovensko srce*, ki je skrbelo za ohranjanje slovenstva in slovenskega jezika, kajti vse bolj se je širila nemščina. Pridobile so nad 160 ljubljanskih družin, ki so sprejele v brezplačno oskrbo študente s Koroške in Primorske. Skrbele so tudi za povezavo med mestom in vasjo. Tako so vsako leto poslale v kmečke družine po 300 otrok iz Ljubljane na počitnice, da bi spoznali kmečko življenje, kmečko delo na poljih, povabljeni pa so bili tudi kmečki otroci v Ljubljano. Pisateljica Vera Albreht je leta 1923 osnovala *Socialno šolo za mir in svobodo*, ki je naletela na odziv v vseh generacijah.

Članice ženskih društev so bile močno politično aktivne v letu 1917, ko se je prebudila ideja o nacionalni osvoboditvi. Pod geslom *Majniška deklaracija* so zbirale podpise na širokem območju do zadnje gorske vasi. Kar sedem debelih knjig podpisov so zbrale, v katerih so ženske izražale svojo narodno zavest. Predvsem so bile to zavedne kmečke



Foto: arhiv Angelce Žiberna

Splošno slovensko žensko društvo v Ljubljani je bilo ustanovljeno že leta 1849.

žene, ki so moške, ki so se vračali z bojnih poljan po Evropi, opominjale, da morajo z otroki govoriti slovensko, sicer tudi kosila ne bo zanje. Svoje ideje o narodni zavesti so širile tudi v Klubu *Kolo jugoslovanskih sester*.

Slovenke so bile aktivne v številnih evropskih združenjih žensk. Ob smrti dr. Ivana Tavčarja 23. 2. 1924 so dale pobudo za ustanovitev sklada in zbirale sredstva, ki so bila namenjena šolski mladini. Tako so se po Sloveniji širila podobna društva in vnašala ta program v svoje dejavnosti. Še zlasti je bilo delovno društvo v Mariboru, ki je veliko prispevalo k ustanovitvi otroške bolnišnice, ustanovilo je šolo za služkinje in knjižnice.

Prostovoljstvo je pomenilo način življenja

Pomagati sočloveku, je bila čast, vrednota in potreba. V medsebojni pomoči se je utrjevala narodna zavest, dvigala kultura odnosov med ljudmi, medsebojna solidarnost. Sprva so bile nosilke prostovoljstva ženske. V športu, kulturi, gasilstvu so jim sledili moški in tako je prostovoljstvo postalo gibanje vseh generacij. Prostovoljstvo je nadgradnja dobrodelništva, saj pomeni več kot delitev dobrin, prostovoljec zmore razumeti in pomagati sočloveku v stiskah.

Zgledi preteklosti učijo tudi danes

V zvezi upokojujencev smo se pred 10 leti zavedeli novih socialnih vprašanj in v spremenjenih demografskih okoliščinah zasnovali poseben program *Starejši za starejše*. Tako imamo letos na voljo sedemletni statistični in vsebinski pregled potreb starejših v Sloveniji. Ugotovitve kažejo, da imajo največ težav starejši, ki živijo v mestnih okoljih, v stanovanjskih blokih, kjer se ljudje med seboj ne poznajo, vse premalo je v teh okoljih socialne kulture in medsebojne pomoči. Mestna središča se modernizirajo, trgovine specializirajo, starejši pa nimajo dostopa do najbolj nujnih življenjskih potrebščin. Mnogi živijo v starih blokih brez dvigal, kar zlasti bolnim in invalidnim onemogoča dostop do zunanega okolja. V Ljubljani so ponekod starejši stanovalci sami želeli v blokih vgraditi dvigala, pa jim mlajši niso dovolili; tu je posredi zakonodaja, ki onemogoča vgradnjo dvigala, če je le en stanovalec proti. Pri tem se je treba vprašati, kdo so ljudje, ki pišejo zakone; morda bodo tudi oni nekoč stari?

Prostovoljke v Ljubljani ugotavljajo revščino starejših, nasilje, diskriminacijo, nedostopnost do storitev. Starejši prosijo, da jim prostovoljke prinesejo življenjske potrebščine zvečer, da ne bi sostanovalci zvedeli, kako so revni in odvisni od pomoči. V drugo skupino pa se uvrščajo ljudje, ki živijo osamljeni v oddaljenih, nedostopnih krajih, kjer ni avtobusnih povezav niti trgovin, težave so z dostopom do zdravstvenih in drugih storitev, zato so ti ljudje izključeni iz družbe. Treba pa je pohvaliti skrb za starejše na podeželju, kjer so sosedi, svojci in tudi prostovoljci deležni večjega spoštovanja kot v mestnih okoljih.

V letošnjem letu prostovoljstva je tako potrebno misliti na še večjo skrb za ranljive skupine, na širitve mreže dejavnosti in strokovne pomoči na domu. Brez dvoma bi se lahko kaj naučili tudi iz časov bogate zgodovine prostovoljstva v Ljubljani in v družbeni klimi, ki nas obdaja, ustanovili tudi socialno šolo za medsebojno sožitje in poštenost.

(Vir: Angelca Žiberna, *Slovenke skozi čas, Ljubljana 1998*)

Četrtni razgledi

ČS Center

Ogled Botaničnega vrta

Marijana Kobe

Na željo starejših občanov in občank je Četrtna skupnost Center v okviru programa komisije za kulturo 22. junija pripravila ogled Botaničnega vrta na Izanski cesti v Ljubljani. Bil je vroč junijski dan. Pred Botaničnim vrtom se nas je zbralo kar 120, s Prul, Starega Vodmata, Tabora, Ajdovščine, varovanci doma upokoјencev Poljane, člani Mestnega društva gluhih, Društva gluhoslepih Dlan in člani pevskega zbora Mlada srca. Razdelili smo se v tri skupine. Vsaka skupina je imela svoje strokovno vodstvo z Oddelka za biologijo Biotehniške fakultete v Ljubljani. Tina, ki je vodila našo skupino, nas je najprej popeljala v popolnoma nov tropski rastlinjak, ki je bil zgrajen lani. V rastlinjaku rastejo tropske rastlinske vrste iz Amerike, Azije, Avstralije in Afrike. Tina nam je povedala, da rastline v tem prostoru potrebujejo večjo zračno vlago in enakomerno temperaturo čez vse leto. Prav zato si lahko obiskovalci Botaničnega vrta tropski rastlinjak lahko ogledajo samo pod strokovnim vodstvom. Podrobno nam je razložila vse značilnosti o vaniliji, ananasu, nageljnovih žbicah, kokosovi palmi, rižu in arašidih. V osrednjem delu vrta so našo pozornost pritegnile različne rastline, ki so na gredah razvrščene glede na njihovo uporabo – zdravilne, industrijske, strupene. In že smo bili pri betonskih koritih oziroma bazenih z močvirskimi in vodnimi rastlinami. Le kaj vse je nekoč raslo na Ljubljanskem barju? Še najstarejši med nami ne pomni. Med drevesi in grmovnicami, ki jim je namenjen najstarejši del Botaničnega vrta, častno mesto zaseda več kot dvesto let stara lipa. Simbol slovenstva, ki pa ga je zasadil francoski maršal Marmont. Zato ji pravimo kar Marmontova lipa. Zanimivo je sožitje Marmontove lipe, katere cvetovi so zdravilni, tudi dobrodošli v naših posodicah za čaj, in prav tako zdravilnega drevesa ginko iz Kitajske, ki raste v neposredni bližini lipe. Z ogledom Botaničnega vrta smo končali v drevesnem predelu. Ugotovili smo, da je tu v tem času ravno prav hladno. Posedli smo po klopih in stoli, vmes smo klepetali in se spoznavali. Bili smo že kar malo utrujeni. Dan je postajal vedno bolj vroč, mi pa smo se v prijetni senci dreves sprostiti. Osvežili smo se s sokovi in vodo, pevski zbor Mlada srca pa je poskrbel za veselo razpoloženje. V ČS Center smo odločeni, da se v tem urejenem vrtu kmalu spet zberemo in povabimo še druge kraјane.

Prvi del počitniškega varstva v ČS Center

Meta Verbič

Čas počitnic smo začeli s tradicionalnim sodelovanjem s *Humanitarnim društvom Nikoli sam* pri izvedbi prvega dela počitniškega varstva za otroke naše četrtne skupnosti. Otroci so se zbrali 20. junija in v družbi vrstnikov počitniške dni preživljali vse do 1. julija. Svojo domišljijo so skupaj s prostovoljkami Humanitarnega društva Nikoli sam izražali v različnih delavnicah. Vse, kar so ustvarili, nam bodo pokazali tudi na razstavi ob dnevu ČS Center. Uživali so na sprehodih in v igri v bližnjem Tivoliju ter se spet odpravili v živalski vrt, ki postaja stalnica programa našega otroškega varstva. Ali kot pravijo otroci sami: »Živalski vrt je zakon.« Ko so se ob zaključku prvega dela poslovili, so zaklicali: »Nasvidenje v ponedeljek,

22. avgusta!« Takrat so se potem spet zbrali, da so pred začetkom šole še enkrat skupaj podoživeli počitnice in se dobre volje lotili svojih nalog v novem šolskem letu.

Jesenska čistilna akcija

Jesen in zima bosta tudi v ČS Center zelo delovni, saj nas čakajo številne naloge, ki smo jih načrtovali na različnih področjih. Pridružile pa se jim bodo tudi nekatere druge, ki jih bo prineslo življenje. Za ogrevanje smo v sodelovanju s TD Ljubljana 27. avgusta pripravili čistilno akcijo. Zbrali smo se ob 9. uri na Trnovski plaži – čez Prulski most – in potem v skupinah odšli na Ljubljanski grad vse do športnega igrišča na Poljanah, ob železnici do Kodeljevega, na Tabor in Vodmat ter ob bregovih Ljubljane in v Tivoli. Želimo si, da bi se nam na akciji pridružil čim več prebivalcev ČS Center, dobrodošli pa so tudi drugi Ljubljancani, vsi, ki jim ni vseeno, kakšno je naše mesto. Zavedamo se, da sta naši akciji – spomladi in v začetku jeseni – le drobci v velikanskem mozaiku prizadevanj za varovanje okolja. Velikokrat tudi velikih besed s premalo konkretnih dejanj. Sta pa naši akciji konkretni dejanji, s katerima lahko prispevamo k ozaveščanju ljudi, da lahko vsak sam ali pa v skupini, korak za korakom prispeva svoj del.

Dan ČS Center – 13. 10. 2011

Dan ČS Center vsako leto praznujemo 13. oktobra. Mnogi to že veste, mnogi pa tudi ne. Zato vas želimo že zdaj opozoriti, da priprave nanj že potekajo. Prireditve se bodo vrstile od ponedeljka, 10. oktobra, do vključno četrтка, 13. oktobra, ko se bomo s spominsko slovesnostjo poklonili spomenu 24 talcev, ki so jih ob zidu Poljske gimnazije tega dne leta 1942 ustrelili fašistični okupatorji. V dneh pred komemoracijo pri spomeniku 24 talcev bomo tudi letos v sodelovanju z društvi, vrtci, osnovnimi in srednjimi šolami pripravili več prireditev, o katerih vas bomo podrobneje seznanili v zgibanki ČS Center, ki jo boste prebivalci centra Ljubljane našli v svojih poštnih nabiralnikih v prvih dneh oktobra. Zato bodite pozorni in se nam pridružite na prireditvah.

ČS Šiška

Brezplačni računalniški tečaji za starejše nad 60 let

Od septembra do predvidoma konca leta 2011 bodo v izobraževalnem centru Sirus organizirali brezplačni tečaj za vse, ki se želijo naučiti in spoznati osnovne veščine dela z računalnikom. Na 4- urnem tečaju bodo organizatorji udeležencem prikazali, kaj je Windows, internet in elektronska pošta. Tečaj bo potekal dopoldne, in sicer v torek ter četrtek v prostorih Društva upokoјencev Šiška, Gorazdova 10 Ljubljana. Ker je število mest omejeno, za prijavo pokličite 051/ 680 818 ali pošljite e-pošto na info@sirus.si

ČS Polje

Pestro poletje v Zalogu

Marko Taljan

Četrtni mladinski center Zalog, ki deluje v okviru Javnega zavoda Mladi zmaji – Centra za kakovostno preživljanje prostega časa otrok in mladostnikov, je v času poletnih šolskih počitnic (po)skrbel za nove nepozabne dogodivščine, o katerih bodo mladostniki iz Zaloga in

okolice še dolgo pripovedovali in se jih spominjali. Nove zgodbe in nova prijateljstva so se (s)pletla na številnih izletih, taborih, v koloniji in seveda pri nas v našem centru in njegovi bližnji okolici. Prek dejavnosti, ki jih podpiramo in pri katerih sodelujemo ČMC Zalog in mladi, ki nas obiskujejo, smo to poletje v Zalogu aktivno »preganjali« dolčas.

Pa pojdimo lepo po vrsti in razkrijmo, s čim vse smo mladim iz Zaloga in okolice skušali polepšati in skrajšati dolge poletne dni. Še v juniju smo se odpravili na izlet v Pustolovski park Betnava in na Festival Lent. Julija smo za mladostnike pripravili piknik ob Zbiljskem jezeru, obisk zabavišnega parka Gardaland, odpravili smo se na kopanje in vožnjo z gliserjem na Obalo, bili smo tudi na izletu na golf igrišču v Lipici. Avgusta smo jo kar štirikrat mahnili na kopališče Kodeljevo, jo dvakrat z vlakom popihali na Bled, za povrh pa še na kopanje v Terme Čatež. Vse enodnevne izlete, razen izleta na Bled in kopanja na Kodeljevem, so organizirali v društvu Mozaik. Vseh enodnevnih aktivnosti se je skupaj udeležilo okoli 60 mladostnikov iz Zaloga in okolice.

Poleg izletov smo tri mladostnike odpeljali na *MEPI tabor* v naravi v Mačkovec pri Bledu, ki ga je organiziralo društvo MEPI, šest deklet se je udeležilo tabora *Poletna dogodivščina* v Moravskih Toplicah, ki je potekal pod vodstvom društva Prelomi. Kot da ne bi bilo dovolj, sta se dva mladostnika udeležila kolonije Športnega društva Tacen v Savudriji. Mladostniki iz Zaloga so imeli tudi možnost udeležbe na mednarodni mladinski izmenjavi *World Cup 2011* za dekleta v Wiesbadnu in možnost udeležbe na mednarodni mladinski izmenjavi *Graffiti in Ljubljana*, ki jo je za Javni zavod Mladi zmaji izvedel ČMC Črnuče ob finančni podpori programa *Mladi v akciji*, ki ga sofinancira Evropska komisija.

Poseben zunajcentrski počitniški program je bil le pika na i raznolikim delavnicam, ki so se jih lahko v našem centru med poletnimi počitnicami udeležili mladostniki. Ustvarjalne delavnice *Vsi za enega, eden za vse* v sodelovanju z društvom Enostavno prijatelji, delavnice zavoda za Globalno učenje in razvoj projektov na temo afriške kulture *Učenje na zabaven način*, ekoreciklažne delavnice *Ustvarjalna reciklaža* društva Gumb, kvizi na temo človekovih pravic društva DIH in *Astronomska delavnica* astronomskega društva Labod so v naš center privabile številne obiskovalce. Tudi v času kolektivnih dopustov v zadnjem tednu julija in v prvem tednu avgusta nismo pozabili na mlade, ki so se lahko udeležili delavnic, izletov in drugih dogodkov v organizaciji ČMC Šiška. Med mladostnike smo brezplačno razdelili tudi več kot 300 kart za kopanje na kopališču Kodeljevo.

Na koncu in ne nazadnje moramo opozoriti na kontinuirano prenovu šolskega igrišča na Plati, kjer smo v poletnem času v sodelovanju s KUD C3 in z Osnovno šolo Zalog ter z mladimi zgradili nove koše za smeti, zgradili nov priključek za vodo in obnovili javno pipo ter delno tlakovali prostor okoli pipe.

Ob vsem napisanem bi se zagotovo našlo še kaj, kar le priča o tem, da smo z mladimi v Zalogu in okolici uspešno pregnali dolčas, ki je zagotovo največji nasprotnik mladih. (Marko Taljan je koordinator ČMC Zalog, Javnega zavoda Mladi zmaji.)

V naši četrtni skupnosti se spet dogaja

Mag. Minka Jerebič

Poletje se počasi poslavlja, toda lepi, sončni dnevi ostajajo. Ljudje so začeli prihajati z dopustov domov, otroci so stopili v šolske klopi, ob koncih tednov pa



Foto: Marjana Kobe

Ogled Botaničnega vrta v organizaciji ČS Center.



Foto: Dunja Wedam

Potopne smetnjake na Prulah obkrožajo barviti rožni nasadi.



Foto: Dunja Wedam

Hidrotehnik po naročilu Turizma Ljubljana obnavlja nabrežje Ljubljane na območju Prul.

društva poskrbijo za prijetno druženje.

Turistično društvo Zalog je v soboto, 3. septembra 2011, organiziralo dve prireditvi: *Po Zaloški cesti je furati fajn* in podelitev priznanj *sončnica*. V nedeljo, 4. septembra 2011, je oživel Krajinski park Zajčja Dobrava, kjer je potekal že tradicionalni konjeniški turnir. Tekmovalci so prišli iz vse Slovenije. S seboj so pripeljali konje za tekmovanje – z vprežnimi vozički in brez, ter za ogled in slikanje.

Organizator je želel, da bi bila prireditev še bolj povezana z naravo, zato so nekateri pripeljali tudi ovce in koze, da so si jih otroci lahko ogledali. Se še kdo spominja, kako se je včasih kosila trava? Ročno in s starimi traktorji. Da tudi to ne bi utonilo v pozabo, smo si lahko ogledali tudi ročno orodje za košenje trave in zelo stare traktorje s kosilnicami. Na prireditvenem prostoru je bilo poskrbljeno prav za vse – za živali in obiskovalce. Teh je bilo izredno veliko, zlasti družin z majhnimi otroki.

Prva nedelja v septembru je pomembna za našo župnijo Zalog – Kašelj. Praznuje se Andrejeva nedelja ali žegnanjska nedelja. Udeležilo se je je mnogo faranov. Po končanem bogoslužju so nas presenetile pridne roke gospodinj. Pred župniščem v Kašlju so pripravili obložene mize z najrazličnejšimi sladkimi dobrotami, moški pa so poskrbeli za pijačo. Prijetno druženje sta popestrila glasba in petje članov pevskega zbora. Daleč naokoli je odmevala lepa slovenska pesem. - Septembra se v naši Četrtni skupnosti Polje obeta še veliko kulturnih, športnih, turističnih, mladinskih in drugih prireditev. Vredno si je vzeti čas in obiskati katero od njih.

ČS Golovec

Pridite na 3. dan Četrtna skupnosti Golovec

Aleš Dakič

Svet Četrtna skupnosti Golovec v sodelovanju z osnovnima šolama Božidarja Jakca in Karla Destovnika Kajuha, vrtci Otona Župančiča in društvi tretje leto zapored organizira dan četrtna skupnosti, ki je odlična priložnost za druženje in zabavo. Glavna prireditev bo letos potekala 21. septembra v OŠ Božidarja Jakca v Štepanjskem naselju. Udeleženci se bodo zabavali ob nastopu otrok, ki bodo predstavili svojo ustvarjalnost in znanje, ki so ga ob pomoči zavzetih vzgojiteljic in učiteljic pridobili v naših vrtcih in šolah. Na dogodku bodo svoje aktivnosti predstavila tudi športna, kulturna in druga društva iz četrtna skupnosti.

Ob dnevu četrtna skupnost bomo organizirali likovni natečaj, na katerem bodo sodelovali otroci, ki obiskujejo vrte in šole v naši četrtni skupnosti. Najboljši bodo prejeli praktične nagrade. Zmagovalna dela bomo razstavili v sejni sobi na Litijski cesti 38 in bodo na ogled do 14. oktobra. Sočasno pa bo nekaj del razstavil tudi letošnji dobitnik plakete mesta Ljubljana slikar Anton Kastelic. Otvoritev razstave se bo zgodila pred začetkom glavne prireditve. Na dogodku bomo podelili priznanja zmagovalcem natečaja.

Vabimo vas, da se udeležite letošnjega dneva Četrtna skupnosti Golovec, saj vam drugače utegne biti žal. Pridite!

ČS Dravljje

Leto dni vrtničarskih izkušenj

Odbor draveljskih vrtničkov

13. aprila je minilo leto dni, odkar je 47 najemnikov v Dravljah in 13 v Štepanji vasi prevzelo v najem košček zemlje s tipsko leseno uto za orodje. Po letu dni lahko vrtničkarji iz Dravelj sklenemo, da smo leto v skrbi za naše vrtove preživeli v veselju do pridelovanja lastne zelenjave, urejanja svojih rožnih grmov in kar je najpomembnejše, v kakovostnem druženju. Babice in dedki se dnevno družijo s svojimi vnuki tako na peskovniku in igralih v sklopu vrtničkov kot z malo starejšimi vnuki in vnučkinjami, ki jim pomagajo posaditi kakšno solatko in prekopati gredico. V taki skupnosti, kot je kompleks draveljskih vrtničkov, je po enoletni izkušnji pomembno, da sodelujemo drug z drugim, da si izmenjujemo izkušnje, skupaj rešujemo spore in iščemo rešitve. Tako smo s skupnimi prizadevanji dosegli, da nam je podjetje Color Medvode doniralo barvo in lak za zaščito lesenih hišic. Da bi naše druženje, ki je sicer dnevno neformalno in priložnostno, vendarle preraslo v tradicijo, smo se odločili, da vsako leto zadnjo nedeljo v avgustu priredimo skupni zajtrk. Letos smo nanj povabili tudi župana Zorana Jankovića, ki nas je veselo presenetil in se je vabilu odzval. Pripravljene jedi so vsebovale vsaj eno, še raje pa več vrtnin lastne pridelave. Tako smo se slastili ob raznih zelenjavnih namazih, zelenjavnih zavitkih, pehtranovi potoci, doma spečenem kruhu, različnih solatah ... Namen zajtrka je bilo druženje in zbiranje vtisov poletne sezone ter prijazen klepet z županom.

ČS Rudnik

Srečanje krajanov ČS Rudnik

Četrtna skupnost Rudnik v sodelovanju z ZŠD Krim vabi na srečanje krajanov ČS Rudnik 2011, ki bo potekalo 16. septembra od 17. ure dalje v dvorani Krim na Galjevici. Čaka vas bogat športno-kulturni program, saj se bo z različnimi nastopi predstavilo približno 15 društev in zavodov z območja ČS Rudnik. Prireditev bo popestrila glasbena skupina Dežur, povezoval pa jo bo *standup* komik Janez Usenik. Za jedačo in pijačo bo poskrbljeno! V primeru lepega vremena bo prireditev na prostem pred dvorano Krim. - Vabljeni, vstop je prost!

ČS Bežigrad

Vabilo na dan Četrtna skupnosti Bežigrad

Svet Četrtna skupnosti Bežigrad MOL pripravlja v soboto, 24. septembra 2011, prireditev Dan Četrtna skupnosti Bežigrad. Športni del prireditve bo potekal v Športnem centru Triglav na Vodovodni c. 25 z začetkom ob 10. uri. Ob lepem vremenu se bo kulturni del prireditve odvijal na ploščadi v Severnem mestnem parku ob Železni cesti. - Vljudno vabljeni.

ČS Trnovo

Prireditve v počastitev trnovskega dne

Breda Cajhen

Posebna komisija pri svetu Četrtna skupnosti Trnovo in Turistično društvo Ljubljana-Trnovo pripravlja več prireditev in dogodkov v počastitev trnovskega dne, ki se vsako leto dogaja 9. oktobra. To je dan, ko se je 1921. leta naš veliki arhitekt Jože Plečnik za stalno naselil v Karunovi ulici v Trnovem, kjer je zdaj Plečnikova zbirka.

Letošnje prireditve bodo potekale od 3. do 9. oktobra z začetkom 3. oktobra v prostorih četrtna skupnosti na Devinski ulici. Poleg otvoritvenih slovesnosti bo odprta tudi razstava prof. Cirila Velkvorha o novih pridobitvah v našem okolju. Ves teden si bodo sledile različne prireditve in dogodki: v Plečnikovi zbirki vodeni ogledi in delavnice, v glasbeni šoli koncert gojencev te šole, pred gasilskim domom prikaz dejavnosti gasilcev, debatni popoldan o Trnovem nekoč in danes, ansambel Stari mački bo zaigral na mostu Hradskega na Krakovskem nabrežju, po Ljubljani pa bo ravno tedaj ladja čolnarja Bašiča prevažala vse, ki bi želeli videti Ljubljano z vodne perspektive. Zaključno prireditev v Osnovni šoli Trnovo bodo pripravili naši vrtničkarji in šolarji. Trnovska župnija pa bo počastila Jožeta Plečnika z zahvalno mašo in z odprtjem razstave v Finžgarjevi galeriji (v poslopiju župnišča) Plečnikovi krstilniki, kjer bo sodeloval tudi Trnovski oktet. Prireditve bodo potekale tudi v trnovskem Vrtcu in v KUD-u France Prešeren. O vseh prireditvah in dogodkih vas bo obvestila zgbanka, ki jo bodo prejela vsa gospodinjstva v naši četrtni skupnosti. Na prireditve so vabljeni vsi, ki jih privlači ta lepi del Ljubljane, zato se moto letošnje prireditve glasi *Trnovo, od kod lepote tvoje*.

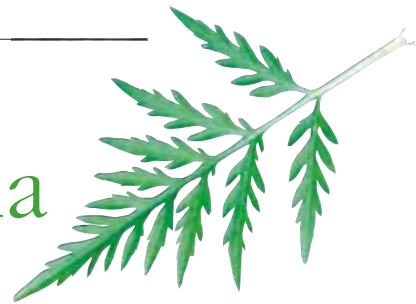
ČS Moste

Fužinetlon

Aljoša Gadžijev

Društvo SPM (Društvo za razvoj skupnostnih programov za mlade), CSD Ljubljana Moste-Polje – Skupnostni programi za mlade, Četrtna skupnost Moste, Športna zveza Ljubljane idr. vabijo v soboto, 17. septembra 2011, na športno-rekreacijsko prireditev *Fužinetlon*, ki bo potekala v okviru projekta *Oživimo Fužine! Sosed sosedu človek!* Prireditve se bo dogajala na športnem igrišču za OŠ Martina Krpana v Fužinah. Namen prireditve (ki je postala tradicionalna, saj jo organizatorji prireajo že sedmo leto zapored) je oživitev največjega spalnega naselja v Sloveniji, povezovanje lokalne skupnosti ter promocija vrednot solidarnosti, sodelovanja in druženja. Na področju Fužin, kjer prebiva narodnostno in versko raznoliko prebivalstvo, je promocija takšnih vrednot posebej pomembna. Program je naslednji: ● od 9. do 19. ur turnir v malem nogometu, finale predvidoma ob 18. uri, ● od 9. do 14. ure turnir košarkarskih trojk, finale predvidoma ob 13.30, ● od 11.30 do 14. ure rekreacijski tek (4 kategorije), ● od 14. do 16. ure aerobna vadba in nordijska hoja, ● od 14. do 18. ure otroški koteček, športne predstavitve in delavnice (napihljivi gradovi, baseball, rugby, nogomet, košarka, judo, fit šola, igre brez meja, cirkuška delavnica...). Spremljevalne dejavnosti ob in na igrišču: akrobati pod košem in nogometaši na rolerjih, ugodna gostinska ponudba in srečelov! Prireditve sofinancira Mestna občina Ljubljana.

Pelinolistna žvrklja (ambrozija) tudi v Ljubljani vse bolj razširjena



Prof. dr. Nejc Jogan, Odd. za biologijo Biotehniške fakultete UL



Fotografije: Nejc Jogan

Kadar žvrklja raste na samem, se močno razveji.



Nekaj plodov, po katerih je žvrklja dobila slovensko ime, saj s svojimi izrastki nekoliko spominjajo na prednico mešalnika.



Na vrhu vsakega poganjka se razvije nenavadno socvetje kimastih koškov s prašniki, iz katerih se sipa pelod.

Pelinolistna žvrklja je severnoameriška rastlina, ki se že kakih 20 let zelo hitro širi tudi po Sloveniji. S svojimi neopaznimi cvetovi bi verjetno ostala skoraj prezrta, če njen cvetni prah, ki se v velikih količinah sprošča avgusta in septembra, ne bi povzročal alergij v obliki senenega nahoda ali celo astme.

Kako žvrkljo prepoznati?

Je enoletna rastlina, katere semena kalijo spomladi in je v začetku poletja že prepoznavna po nasprotno nameščenih dvakrat pernatih deljenih listih. Nekoliko podobno obliko listov imajo tudi nekatere naše rastline, na primer gozdna potočarka, navadni pelin, rman, a nobena od teh nima na listnem vretenu redkih štrlečih nekaj milimetrov dolgih dlak, po katerih zlahka prepoznamo žvrkljo. Julija se na rastlini razvije prvo moško socvetje, ki ga sestavlja več spiralasto nameščenih kimastih koškov s samimi drobnimi moškimi cvetovi, iz katerih se iztresa pelod do zgodnje jeseni. Medtem se steblo žvrklje še razraste, na vrhu vsakega stranskega poganjka se razvijejo nova moška socvetja, kmalu zatem pa v zalistjih listov tudi neopazna ženska socvetja. Ta sicer niso tako nadležna, saj ženski cvetovi v njih ne tvorijo peloda, a seme, ki se tu razvije in v nadaljnjih mesecih vse do pozne zime postopno odpada z rastline, omogoča žvrklji preživetje in namnožitev. Semena so namreč zelo odporna, kaljivost ohranijo v prsti tudi več desetletij, na posamezni rastlini pa se jih lahko razvije na tisoče. Odrasla rastlina je lahko tudi več kot dva metra visoka, a uspešno cvetijo in plodijo lahko tudi le pedenj visoke rastlinice.

Kje raste?

Žvrklji ustrezajo zelo različna rastišča, predvsem taka, kjer ni strnjene rastlinske odeje. Najbolj množično se pojavlja vzdolž medkrajevnih cest v strnjenem pasu tik ob asfaltu, vse več je je tudi med

koruzo, sončnicami, bučami, v urbanem okolju pa jo srečamo na gruščnatih tleh opuščenih gradbišč, ob železnici, neredko tudi ob vodotokih, posamič pa tudi po zelenicah in vrtovih. Neredko ji za uspevanje zadoščajo že razpoke med tlakom ali ob robu pločnika.

Kakšne težave povzroča?

Poleg najobičajnejših težav, ki nam jih povzročajo trdovratni pleveli, ki rasejo tam, kjer mi ne želimo, je največji problem žvrkljin pelod. Ta je namreč zelo alergen, delež alergikov v človeški populaciji pa je od nekaj odstotkov do 10 odstotkov. Do alergijske reakcije pride ob vdihavanju zraka, s čimer pridejo pelodna zrna na sluznice dihal. Najobčutljivejši alergiki so občutljivi že na nekaj pelodnih zrn v kubičnem metru zraka, običajno pa se težave pojavljajo pri nekaj deset pelodnih zrnih na kubični meter. Ker posamezna rastlina proizvede tudi več sto milijonov pelodnih zrn, ki se z vetrom širijo na kilomske razdalje, je alergijske reakcije mogoče zaznati tudi na območjih, desetine kilometrov oddaljenih od rastišč žvrklje.

Kako ukrepati?

Zaradi resnosti ogrožanja zdravja je bila žvrklja prva med tujerodnimi invazivnimi rastlinami, za katero je bil leta 2010 sprejet predpis o obveznem odstranjevanju (»Odredba o ukrepih za zatiranje škodljivih rastlin iz rodu *Ambrosia*«). Po tem predpisu so lastniki zemljišč dolžni žvrkljo odstranjevati, da preprečijo cvetenje

in kasneje razvoj semen. Za izvajanje ukrepa skrbi fitosanitarna inšpekcija Inšpektorata RS za kmetijstvo, gozdarstvo in hrano (fsljubljana.mkgp@gov.si).

Z odstranjevanjem lahko začnemo že v začetku poletja, ko so rastline že prepoznavne, vsekakor pa pred začetkom množičnega cvetenja, torej pred avgustom. Najučinkovitejše je ruvanje posameznih rastlin, v primeru bolj množičnega pojavljanja jih lahko tudi ožigamo, zelo nizko kosimo ali mulčimo, učinkoviti pa so tudi različni herbicidi, vendar je njihova uporaba v urbanem okolju omejena. Odstranjevanje v času cvetenja, avgusta in septembra, je prav tako možno, a previdni moramo biti zaradi intenzivnega sproščanja peloda ter kasneje, ko so plodovi že zreli, ko rastlino s samim odstranjevanjem lahko neprevidno razsejemo. Ob odstranjevanju žvrklje se je treba zavedati, da del semen vedno ostane v tleh in bodo kalila v prihodnjih letih, prav tako pa se lahko odrezane ali odtrgane rastline obrastejo in že čez nekaj tednov nadaljujejo s cvetenjem. Odstranjene žvrklje lahko do avgusta brez nevarnosti kompostiramo, ko so semena konec avgusta že zrela, pa se pojavi problem in bi bilo take ostanke žvrklje najbolje zažgati.

In kdaj se je bomo dokončno znebili?

Žal vse kaže, da dokončne zmage v boju proti žvrklji ne bo več mogoče doseči. A z vztrajnim ukrepanjem lahko dosežemo zmanjšanje gostote pojavljanja in še posebej zmanjšano cvetenje ter s tem manj težav zaradi njenega peloda.



Rekviem za Kolizej

Nagrajena fotografija Saše Štefe

Stane Jagodič, akad. slikar in publicist



Foto: Saša Štefe

Nagrajena fotografija.

Na račun rušenja Ljubljanskega Kolizeja, nekdanje avstroogrške konjušnice je bilo precej vroče polemike, ki jo je dodatno pogrevala poletna vročina. Priča smo bili verbalni bitki med »nostalgijo« in »vizijo«, kar je v bistvu normalen pojav, žal pa je bilo preveč žolčnih obstreljevanj brez objektivnih argumentov, ki so posebnost slovenskega prostora. Na koncu je Kolizej padel, dim se je razknil in želja nas občanov je, da na izpraznjenem mestu zraste nova, vizualno privlačna stavba: uravnotežene tektonike, skladnih oblik, harmonične barvitosti in po dimenziji usklajena z bližnjo okolico ter širšo panoramo mesta.

Rušenje Kolizeja je pritegnilo različne fotosnemalce, kajti fotografija zamrzne čas in v duhu nostalgije ohrani izginule podobe preteklosti. Med omenjene snemalce sodita tudi Sharleena Isa Novelli in Saša Štefe. Sharleena Isa Novelli je poslala dva motiva, ki predstavljata zgradbo Kolizeja pred rušenjem, in to s pomočjo velikega ogledala, v katerem se še zadnjič zrcali del fasade razvpite stavbe z navzočnostjo človeške figure. Avtorica je v duhu slikarja Magritta ubrala posrečen kreativen odnos do fotografskega medija. Nekakšen rekviem za Kolizej pa je pripravila Saša Štefe s petimi posnetki, na katerih prikazuje konkretno rušenje in posledico v smislu odpiranja nove panorame. Med fotografijami najbolj izstopa motiv, ki na horizontalnem formatu prikazuje arhitekturno sceno z napol porušnim zidom, ki ga v ozadju krasita dve sodobni, močno geometrizirani stavbi, obloženi s kovinskimi ploščami. Gre za idealno skladnost med organsko in geometrično formo z dramatični učinkom, ki jo poudarja ranjen zid in desna živordeča stavba. Saša Štefe si je z aktualnim motivom, ki spominja na trdno zastavljen fotokolaž prisluzila nagrado, temu priznanju pa so se približali še nekateri fotografi. Najizraziteje avtor Andrej Zavašnik z odličnim posnetkom Ljubljanskega gradu v nevihti, ki v harmonični barvitosti in dramatični svetlobi s švigajočimi strelami na nebu spominja na romantično slikarstvo. Izredno všečen motiv!

Precej ekspresivne posnetke je poslal Tomaž Kranjc, ki na štirih sekvencah v duhu svetovno znanega fotomontažista in oblikovalca Romana Cieslewicza, nekdanjega sodelavca Grupe Junij, prikaže belo mačko na robniku odprtega okna visoke stolpnice. V omenjenem primeru ne gre za fotomontažo, temveč za realno mačko, katere polovica telesa se zrcali v šipi in kot celota ustvarja dokaj zožano, karikirano živalsko figuro. Sekvence, ki prikazujejo žival v različnih razpoloženjih, ponujajo groteskno izraznost. Kreativna sta tudi Bojan Guček in Tomaž Levičar. Prvi je posnel obrečno arhitekturo, ki se slikovito zrcali na gladini Ljubljane, slednji pa je skozi steklenico medice ujel močno deformiran motiv frančiškanske cerkve. Mnogo bolj realen pristop so ubrali naslednji avtorji: Barbari Lavrič je uspel simetrično zaznamovan posnetek reke Ljubljane v imenitni perspektivi, narejen za železno ograjo Hradskega mostu, medtem ko se je Franc Medvešek spustil pod most ljubljanskih Fužin in v obliki friza na betonskem podporniku dokumentiral nič kaj prijazne grafite. Nini Schmidt se je med vrsto dokumentarnih fotografij najbolje posrečil primerno kontrasten posnetek živobarvnih zastavic, obešenih nad cesto, medtem ko so Veroniko Valdes pritegnili na žici obešeni čevlji nad Trubarjevo ulico in likovno močno nasičena motivika na Metelkovi.

Kar lepa fotografska bera za vroče počitniške dni.

Nagradni fotonatečaj Moja Ljubljana

Avtor vsakokratnega izbranega posnetka motiva Ljubljane prejme 125 evrov. Fotografije za objavo v naslednji številki pošljite najpozneje do 30. septembra 2011 na naslov: Mestna občina Ljubljana, glasilo Ljubljana, 1000 Ljubljana na CD-ju ali v fizični obliki ali na e-naslov: glasilo.ljubljana@ljubljana.si.

Ljubljanske novice

Kolesarska steza na Celovski

Mestna občina Ljubljana je na pobudo občanov in tudi Ljubljanske kolesarske mreže preuredila potek kolesarske steze na križišču Celovške ceste in Rakuševе ulice. Kolesarska steza je zdaj prijaznejša in predvsem varnejša za kolesarje. Prvotni potek kolesarske steze je bil za kolesarje nevaren, saj je bila steza speljana tako, da so avtomobili, ki so zavijali desno, kolesarje opazili šele med zavijanjem, pri tem pa so bili z delom vozila že na kolesarski stezi in so tako kolesarjem zaprli pot.

Ig in Podpeč od 29. avgusta z Ljubljano povezuje nova linija LPP

Podaljšana linija 19, ki se imenuje 191 (Tomačeva - Ig), od 29. avgusta povezuje Ig z Ljubljano in prebivalcem Občine Ig in okoliških krajev zagotavlja cenejši prevoz v prestolnico. Nova linija LPP dobrodošlo zmanjšuje dnevne migracije osebnih vozil v Ljubljano. Podaljšana linija 19 I potnikom iz Iga v Ljubljano poleg nižje cene prevoza zagotavlja povečano število odhodov v prometnih konicah, urbano kot enotni prevoznik izkaz za potovanje in vključevanje v celotno mrežo mestnega potniškega prometa LPP. S podaljšano linijo 19 I želi LPP omogočiti hitrejši in cenejši prevoz v glavno mesto tudi prebivalcem krajev v okolici Iga, in sicer prebivalcem Iške vasi, Strahomerja, Vrbljen, Tomišlja, Bresta, Matene, Iške loke, Dobravice, Podgozda, Škrilj, Golega, Hrastij pri Golem, Kureščka, Zapotoka, Osredka pri Robu in Roba, ki jih povezuje medkrajevna linija Bus d.o.o.

Do uvedbe nove linije je bila polna cena mesečne vozovnice iz Iga v Ljubljano za občane 82,80 evra in za šolarje 72,45 evra, enosmerna vozovnica pa 2,30 evra. Po novem se potniki iz Iga in naštetih okoliških krajev s terminsko urbano vozijo po ceniku mestnega potniškega prometa: cena za šolsko vozovnico je 17 evrov, za splošno pa 34 evrov. Z vrednostno kartico urbana se potniki lahko vozijo na liniji 19 I za 0,80 evra znotraj Mestne občine Ljubljana in do končne postaje linije 19 I na Igu. Plaćevanje za potovanje v okolici Iga za potnike, ki nimajo terminske urbane, in do uvedbe plačevanja z vrednostno urbano (z nadgradnjo sistema) poteka gotovinsko po cenah pred uvedbo nove linije.

Od Tomačevega do postajališča Barje linija 19 (po novem 19 I in 19 B) vozi kot doslej, od Barja pa je vsak prvi odhod v smeri Ig (19 I) in vsak drugi odhod v smeri Jezero (19 B). Linija 19 I bo vozila vse dni v letu, ob delavnikih bodo avtobusi vozili v 30- do 45-minutnih intervalih med 5,00 in 22,26 uro, ob sobotah in nedeljah pa v redkejših intervalih, med 5,45 in 21,57 uro.

Nova postajališča linije 19 I iz Iga v smeri Ljubljane (Tomačeva) so: Ig, AP Ig, Petrol Ig, Hauptmanca in Pri Maranzu. Od postajališča Barje dalje linija 19 (19 I in 19 B) vozi delno po stari, delno po spremenjeni trasi. Trasa linije 19 (19 I in 19 B) je preusmerjena s Hladnikov na Fabijanovo in Barjansko do centra mesta Ljubljana, od koder linija nadaljuje pot po obstoječi trasi v smeri Tomačevega. Enaka sprememba trase velja v nasprotni smeri. Sprememba čas potovanja do centra mesta skrajšuje za 5 do 7 minut. Potniki z Rakove Jelše lahko za svoje poti v center Ljubljane uporabljajo linijo 9 (Trnovo - Štepanjsko naselje), redki potniki s postajališča Kozelija pa po novem uporabljajo postajališče Zihnerlova.

Linija 19 I je od postajališča Ig v smeri Ljubljane nadomestila medkrajevno linijo Bus d.o.o., ki je ustavljala na Avtobusni postaji Ljubljana in na postajališču Orlova; ob postajališču sta z uvedbo podaljšane linije 19 I ukinjeni.

Enosmerna prometna ureditev na Slovenčevi ulici



Foto: Dunja Wedam

Na Slovenčevi ulici (iz smeri Ulice 7. septembra proti ulici Ježica) je od 1. septembra 2011 do 31. avgusta 2012 spremenjena prometna ureditev. Na tem odseku je urejen začasni enosmerni promet z uličnim parkiranjem. Začasna enosmerna ureditev dela Slovenčeve ulice je urejena z namenom, da se omeji tranzitni motorni promet iz smeri Kranj-Ljubljana in se preusmeri na za to primernejše cestno omrežje (na Dunajsko cesto). Z ureditvijo vzdolžnega parkiranja so stanovalcem in obiskovalcem omogočena začasna dodatna parkirna mesta.

Krakovo vrnjeno stanovalcem

Od 22. avgusta na območju Krakovega deluje potopni količki, ki so ta predel zaprli za tranzitni promet. S tem je zaprto tudi vse območje, ki zajema Krakovsko, Kladežno, Rečno in Vrtno ulico, zaporo pa je mogoče prevoziti le s posebno elektronsko kartico. Zapora je spuščena v dostavnem času med 6,00 in 9,30 uro, izjemna dostava pa je možna tudi zunaj dostavnega časa, vendar le na podlagi dovolilnice Mestne občine Ljubljana in posebne elektronske kartice. Stanovalcem z območja, ki imajo lastna parkirna mesta na funkcionalnem zemljišču stavb ali lastne garaže, je 24 ur na dan omogočen nemoten dovoz do njih. Upravičenci lahko zaprosijo za dovolilnico za prevoz na Oddelku za gospodarske dejavnosti in promet (zanjo je potrebno plačati le upravno takso), ob njeni izdaji pa prejmejo tudi elektronsko kartico. Izdanih bo največ toliko dovolilnic, kot je na voljo lastnih parkirnih površin. Preostali stanovalcem bo (proti plačilu letne parkirne takse) omogočeno parkiranje na javnih parkirnih površinah, za vsako stanovanjsko enoto pa se lahko izda le po ena dovolilnica za parkiranje. Upravičeni stanovalci morajo pri vlaganju zahtevka za dovolilnico izkazati:

- stalno bivališče na območju,
- lastništvo stanovanja ali dolgoročni najem,
- lastništvo vozila (ali lizing).

Stanovalce in druge upravičence, ki dovolilnice še nimajo, mestna uprava prosi, da si v čim krajšem času pridobijo elektronske kartice za nemoten dostop na zaprto območje.

Oddelek za gospodarske dejavnosti in promet MUMOL.

Obnova komunalnih vodov na širšem območju Gornjega in Starega trga je zaključena

Prenova Gornjega trga je bila izvedena v sklopu širšega projekta obnove komunalne infrastrukture na Starem in Gornjem trgu (Stari trg, Gornji trg, Pod Trančo, Vodna steza, Reber in Levstikov trg) z ureditvijo cestišča. Za urejanje je ostalo le še nekaj malenkosti, kot so postavitev pitnika, znakov ipd.

Obnova komunalne infrastrukture se je začela septembra 2009 (Stari trg) in zaključila v avgustu 2011 (Gornji trg). Prenova samega Gornjega trga se pa se je začela junija 2010.

Na trajanje gradnje je vplivalo več dejavnikov:

- zahtevnost gradnje zaradi gostote komunalnih vodov;
- arheološke raziskave;
- zagotavljanje stalne dostopnosti do stanovanjskih objektov in lokalov;
- upoštevanje kurilne sezone (oktober - april);
- vremenske razmere (deževno poletje, zgodnja zima, mrzli dnevi in noči spomladi 2011);
- nepredvidena obnova komunalne infrastrukture od Ulice na Grad do konca Gornjega trga, ki se je zaradi dotrajanosti infrastrukture izkazala kot nujno potrebna;
- prireditev (Tek na Grad).

Pri prenovi je sodelovalo več podjetij: ● JP Vodovod-Kanalizacija d.o.o. (vodenje projekta, izvedba vodovoda in hišnih vodovodnih priključkov, izvedba sanitarne kanalizacije in hišnih kanalizacijskih priključkov, izvedba padavinske kanalizacije z zvezo cestnih požiralnikov in hišnimi priključki strešnih vod); ● JP Energetika z izvedbo plinovodnega omrežja in hišnih plinskih priključkov; ● Elektro Ljubljana z izvedbo elektroenergetskega omrežja skupaj s hišnimi priključki; ● Gratel z izvedbo telekomunikacijskega omrežja; ● Javna razsvetljava z izvedbo infrastrukture za javno razsvetljavo; ● KPL d.d., ki je pri prenovi nastopal kot glavni izvajalec in je bil izbran po postopku javnega naročila kot najugodnejši ponudnik. Posebne slovesnosti ob odprtju prenovljenega Gornjega trga ni bilo, je pa nova podoba postala odlično prizorišče za umirjene zvrsti prireditev na prostem, ki jih narekuje sama arhitektura. - Naj spomnimo, da bo na prenovljenem Gornjem trgu 18. septembra že četrta ponovitev prireditve Srednjeveški sejem.

Urbanistični natečaj za Partnerstvo Celovška – rok: 14. oktober 2011

Naročnica Mestna občina Ljubljana s partnerji A1, d.d., Ganamm, d.o.o., Geoplin plinovodi d.o.o., Geoplin d.o.o., Kranjska investicijska družba d.o.o. in Stolz gradnje d.o.o. je 22. julija odprla javni idejni odprti anonimni enostopenjski urbanistični natečaj za izbiro strokovno najprimernejše rešitve za zasnovo *Partnerstvo Celovška*. Rok oddaje za projekt je 14. oktober 2011. Prva nagrada za natečajno rešitev znaša 20.000 evrov, druga 15.000 evrov, tretja 12.000 evrov, tri priznanja znašajo po 3.800 evrov, odškodnine pa po 600 evrov. Natečajniki, ki bodo natečajni projekt izdelali skladno z razpisnimi natečajnimi pogoji in natečajno nalogo ter po mnenju ocenjevalne komisije dosegli zahtevano stopnjo obdelave in ne bodo prejeli nagrade ali priznanja, bodo prejeli odškodnino. Če bo v ocenjevanju pripuščenih manj kot 24 natečajnih del, bodo podeljene odškodnine v višini 600 evrov, sicer se bodo znižale. Vsi naštet zneski so v bruto bruto vrednostih. Natečajno gradivo: Prevzem gradiva je brezplačen. Dostop do gradiva se omogoči po prejeti zahtevi, poslani na e-naslov natečaj@zaps.si.

Predmet razpisanega natečaja: Pridobitev urbanistične zasnove mestnega predela med Celovško cesto, Cesto Ljubljanske brigade, Severno obvozno cesto in gorenjsko železnico, ki obsega 43 hektarov površin. V natečajnih rešitvah je treba opredeliti zasnovo dejavnosti, omrežje odprtih površin, zasnovo stavne strukture in prometnega omrežja ter zasnovo trajnostnega razvoja območja.

Natečajni pogoji in natečajna naloga so objavljeni na spletni strani Zbornice za arhitekturo in prostor Slovenije: www.zaps.si.

Razvojni projekt Second Chance

Revitalizacija Roga – vpogled v mnenja deležnikov

Analiza fokusnih skupin – Osnutek zasnove uporabe za Center sodobnih umetnosti Rog, ki jo je za potrebe projekta Second Chance izdelal dr. Matjaž Uršič, predstavlja podrobnejši vpogled v mnenja posameznih skupin deležnikov, povezanih s prenovno območja nekdanje tovarne Rog v Ljubljani. Osnutek zasnove uporabe CSU Rog je zamišljen kot podlaga za nadaljnji razvoj nekdanje tovarne Rog in pilotne naložbe v okviru projekta Second Chance. Podlaga za izbiro skupin deležnikov, ki so majo sodelovali v šestih fokusnih skupinah, so bile povezave z vsebinami in dejavnostmi, ki so predvidene kot pomemben del programa bodočega centra Rog (arhitektura, oblikovanje, vizualne umetnosti).

Ključni cilj fokusnih skupin tako ni bil usmerjen zgolj na uspešnost neposredne implementacije že obstoječih načrtov prenov, temveč tudi na iskanje načinov za usklajevanje in doseganje konsenzov med različnimi interesnimi skupinami, ki poleg formalnih oblasti (lokalne in državne) in ekonomskih (kapitalskih) struktur vključujejo tudi različne (domače in mednarodne) skupine strokovnjakov, ustvarjalcev ter trenutne oz.časne uporabnike tovarne Rog. V raziskavi je veliko pozornosti namenjene vprašanju financiranja bodočega centra Rog, iskanju novih oblik organiziranja, upravljanja in delovanja v kreativnem okolju ter umeščanju centra Rog v mednarodni prostor.

Če se želite podrobneje seznani z izsledki raziskave, vas vabimo, da obiščete spletno stran projekta Second Chance: www.secondchanceproject.si

Kaj bo z Rogom?

Delavnica za prebivalce in uporabnike prostora v območju nekdanje tovarne Rog, ki želite aktivno sodelovati pri načrtovanju vaše bližnje okolice

Mestna občina Ljubljana izvaja projekt ureditve območja nekdanje tovarne Rog. Če se želite vključiti v pogovor o prihodnosti vaše bližnje okolice, se nam 22. septembra 2011 ob 17. uri pridružite na delavnici, ki bo potekala v dvorani nekdanje krajevne skupnosti na Rozmanovi 12.

Stavba nekdanje tovarne Rog se bo po modelu javno-zasebnega partnerstva preobrazila v Center sodobnih umetnosti Rog. Novi center je zamišljen kot dinamično mednarodno ustvarjalno in umetniško žarišče, kjer bodo potekale umetniške, produkcijske, razstavne in izobraževalne dejavnosti. Na delavnici se bomo pogovarjali, kakšni so načrti za prenovno območje Rog in kako daleč je prenova; kaj boste z novim kulturnim centrom v Rogu pridobili njegovi sosedje ter kako z novimi kulturnimi vsebinami, javnimi površinami in komercialnimi storitvami popestriti ponudbo in izboljšati kakovost bivanja v vaši četrti.

Pridružite se nam 22. septembra! Zanimajo nas vaše potrebe, želje in predlogi! Delavnica je organizirana v sodelovanju s Četrtno skupnostjo Center in z Inštitutom za politike prostora. Več informacij: www.secondchanceproject.si ali 01/ 24 12 544.



Foto: Miha Fras

Nova proga LPP 19 I od 29. avgusta povezuje lg z Ljubljano.

Želite izvedeti, kaj se skriva za muzejskimi zidovi?

Imate nekaj raziskovalne žilice in vas zanima zgodovina? Ste se vedno spraševali, kako nastajajo muzejske razstave? Ste želeli že kdaj pokukati v muzejske depoje?

Spoznajte muzejske zbirke v depojih, načine ravnanja s starimi predmeti ter postopke za ohranjanje kulturne dediščine v specializiranih muzejskih delavnicah. Naučite se marsikaj novega s področja ved, ki so pomembne za ohranjanje dragocenosti in pričevanj iz preteklosti. Ustvarite lastno zbirko iz gradiva, ki ste ga proučili iz vseh vidikov muzejskih strok. Srečajte nove ljudi ter uživajte v prijetnem in koristnem druženju.

Vse to vam nudi program *Mestni muzej Ljubljana in Ljubljancani*, ki navdušuje že celo desetletje. Nastal je ob sodelovanju z Univerzo za tretje življenjsko obdobje, potem pa je rasel in se širil po svoje. Zdaj je to posebna oblika permanentnega izobraževanja zrelih posameznikov, ki se v programu združujejo v skupine z 10 do 15 udeleženci.

Poezija mističnih pesnikov

18. septembra ob 11. uri bo v paviljonu parka Zvezda posebno zlahtna prireditel. Profesorica dr. Manca Košir bo interpretirala pesmi velikih mojstrov mistične poezije Rumi, Hafisa in Kabirja, na tradicionalni indijski instrument sarod ob spremljavi tolkal pa bo igral glasbenik Igor Bezget, odlični poznavalec indijske glasbe. Program bo povezoval Jani Urhanc, dobrodošli k sodelovanju tudi vsi zaljubljeni v mistično poezijo.

Predavanje Stik z najvišjo zavestjo

Holozofsko društvo Slovenije vabi na predavanje *Stik z najvišjo zavestjo*, ki bo 21. septembra 2011 ob 19. uri v Meditacijskem centru na Slomškovi 7. Vstop prost.

Razširjeno pokopališče Žale



7. septembra je bil slavno odprt klasični del pokopališča Žale arhitekta akademika Marka Mušiča. Slavnostni govornik na otvoritvi je bil akademik Ciril Zlobec, katerega verzi plemenitijo arhitekto mesto mrtvih, z ozelenjenim obodom, ki varuje pred hrupom, z vhodnimi portali, alejami in potmi pokopališča ter z grobnimi polji klasičnega in žarnega pokopa. Obodni park z gomilami je območje raztrosa pepela. V postopnem ureničevanju osnovne zamisli parka je bilo v letu 2009 urejeno pokopališče za žarne pokope s 1.685 grobovi, zdaj pa ga dopolnjuje tudi del pokopališča za klasične pokope s 1.273 grobovi, ki vključuje nujne spremljajoče ureditve, poti pokopališča, vhode v grobna polja in komunalne točke, paviljon z navčkom, zvonom poslednjega slovesa, gaj spomina v obodnem parku, območju raztrosa pepela, in del obodnih ozelenjenih kaskad. Poti pokopališča se z drevoredi, ki



Foto: Dunja Wedam

Zaključena je obnova komunalnih vodov na širšem območju Gornjega in Starega trga.

jim dajejo imena, z ozelenjenimi obrobami, ki zastirajo poglede v grobna polja, s parapeti in obdelavo tal v oblikovanju in materialih navezujejo na že urejeni del 1. faze pokopališča. Vhode v grobna polja posebej zaznamujejo izbrani stili akademikov Kajetana Koviča, Ivana Minattija in Cirila Zlobca.



Redna vadba za bolj zdravo življenje

Žiga Černe

Prepričevati že prepričane je izguba časa, saj večina tistih, ki vedo, zakaj se ukvarjati s športom, že vedo, kam in s kako. Bolj zahtevno je prepričati (še vedno) večino tistih, ki so premalo aktivni ali celo gibalno popolnoma nedejavni. Statistike, napolnjenost športnih objektov in udeležba na prireditvah sicer kažejo, da se nas giblje vse več, a še vedno ne večina. Prav premalo dejavnim bo namenjena objava spiska ponudnikov gibanja in športne vadbe, ki vam ga bomo tule ponudili čez en mesec in še na spletni strani www.rekreacija.si. Pri športu in rekreaciji je vedno čas za začetek, zato ne zamudite prihodnje številke!

Razgibano v jesen

Žiga Černe

Ob vseh napovedanih davkih na nezdravo prehrano in sladko pijačo bi bilo prav, da bi država razmislila tudi o izdatnejši podpori športnim dejavnostim, predvsem pa spodbudi tistim, ki že bolj zdravo živijo s športom in gibanjem in imajo zato manj bolniških dni, čeprav ob tem pojedó kakšno »frutabelo« ali pa popijejo kokakolo več. Slednjega je zagotovo potrebna večina tistih, ki se po svojih močeh trudite na tekaških, kolesarskih, planinskih in še kakšnih prireditvah po vsej Sloveniji in še čez. V septembru in začetku oktobra jih tudi v Ljubljani ne bo manjkalo, če sploh ne štejemo še številčnejših planinskih prireditev v naše visokogorje, kamor vas bodo proti koncu sezone vodila ljubljanska planinska društva.

En mesec in še malo pred ljubljanskim maratonom (če še niste prijavljeni, ste žal najcenejšo prijavo za letos zamudili, sicer pa pogledite podrobnosti na www.ljubljanskimaraton.si), se boste nanj lahko pripravljali na vsaj šestih tekaških dogodkih: 17. septembra boste tekli na Viškem žabjem teku (031/326-317), na Fužinetlonu (www.facebook.com/fuzinetlon) ali na teku v visokih petkah (www.cosmopolitan.si), 24. septembra boste dobrodelno tekli (ali hodili) po parku Tivoli na prireditvi Europe donne Zaveži za življenje (www.europadonna-zdrudenje.si), dan zatem boste na tradicionalnem Gozdnem teku raziskovali Brdo pri Ljubljani (041/603-455). To pa tekaško še ni vse, saj se dvajsetega kimačva lahko prijavite na tekaški tečaj za začetnike (www.tekaskitrener.si), na zadnji september pa svoj napredek preizkusite še na stadionu Slovan, kjer bo še zadnji letošnji Cooperjev preizkus v Ljubljani (www.tek.si).

Tudi ljubiteljem kolesarjenja idej ne bo moglo zmanjkati. Poleg številnih spletnih strani (tudi na novi strani www.rekreacija.si jih boste našli nekaj) se bodo ljubljanska društva za vas trudila z gorskokolesarskimi tečaji in izletji, dva kolesarska dogodka bosta potekala celo v



Foto: Dunja Wedam

Srednjeveški sejem pozivlja mestni utrip na Gorjem trgu.

dvoranah, še do sredine oktobra pa potekajo mestne akcije zbiranja žigov po okoliških vrhovih, okoli Šmarne gore, na Mali Lipoglav in Koreno ter okoli Ljubljane. Lažji izlet prireja rudniško športno društvo, ki 17. septembra vabi na gobarjajo na Krim (www.sdrudnik.org), en teden kasneje pa se na težji izlet (200 kilometrov!), lahko odpravite z ultramaratoncem Markom Balohom (www.randonneurs.si), še en teden zatem pa gorskokolesarski Kostanjev maraton na Janče prireja v Zadvoru (www.sportnodrustvozadvor.si). Prej omenjena spinninga oziroma po slovensko sobnega kolesarskega maratona, se boste lahko udeležili na sejmu Narava zdravje, ki bo na Gospodarskem razstavišču potekal od 6. do 9. oktobra in vzporedno na velikem mednarodnem dogodku, 8. in 9. oktobra v veliki dvorani na (040/160-056).

Naša najbolj priljubljena športna panoga vseh časov je pohodništvo. Septembra se bodo nadaljevali predvsem preizkusi hoje na dva kilometra za popolne gibalne začetnike: osmega septembra bo test potekal na PST pri Novih Žalah, devetnajstega pri Fužinskem gradu, šestindvajsetega pri šentviški piramidi, devetindvajsetega pa v Kosezah pri bajerju (www.cindi-slovenija.net). Tudi nordijska hoja je namenjena začetnikom, a se tečajev (in redne vadbe) udeležuje vedno več že dejavnih. V četrtek, 8. septembra, se boste lahko udeležili tečaja (naslednji tečaj pa bo četrtega oktobra), ki se bo popoldne začel v Tivoliskem gradu (041/758-303). Nikar ne izpustite jesenskega pohoda po Poti okoli Ljubljane, ki bo na tretjo septembrsko soboto potekal po klasični trasi in s klasičnih začetnih točk, od jutranjih do pozno popoldanskih ur (www.pd-dragobregar.si).

Aktivnosti bo sicer še precej, a je najbolje, če si jih ogledate in izberete na novi spletni strani www.rekreacija.si. (P)ostanite aktivni!



Gibanje za zlata leta

Športno društvo Gib se skozi svojo stoletno zgodovino ponaša z bogato tradicijo, strokovnostjo in skrbjo za športnike in športnice po duši, od njihovih prvih športnih korakov pa vse do zlatih let. V zadnjem času se v družbi vse bolj prebujajo zavest, da so tudi starejši aktivni del naše družbe, zato je zanje potrebno ustrezno poskrbeti. V športu to pomeni pripraviti ustrezne vadbene programe, ki so prilagojeni njihovim telesnim in zdravstvenim zmožnostim, vadbo pa tudi spremljati in nadgrajevati.

Tudi v ŠD Gib se tega zavedajo in stremijo k vodilu *Gibanje je življenje, življenje je gibanje*, zato že nekaj let zapored ponujajo pestro vadbo za starejše. Pohvalijo se lahko s številnimi dvoranami, prijetnimi za vadbo, v večini dvoran pa imajo po tleh postavljene tudi blazine, da lahko vadeči vadijo bosi oz. v nogavicah, kar poveča občutek svobode in blagodejno vpliva na telo. V dopoldanskih urah se tako v dvoranah ŠD Gib zbirajo upokojeanci obeh spolov, ki enkrat oziroma dvakrat tedensko obiskujejo strokovno vodeno vadbo. Vadba za starejše je program, namenjen krepitvi telesa in duha, ohranjanju in izboljševanju telesnih in miselnih sposobnosti ljudi v zlatih letih. Nekatere vadbene enote temeljijo na zabavnih igrah, druge na vadbi v parih, spet tretje na sproščanju in obvladovanju notranjih mišic telesa, kot so mišice medeničnega dna. Vanje pa so vključeni tudi različni rekviziti, kot so gymstick, elastike, žoge pilates, žoge fit ball, žogice za tenis ter vrsta drugih. Z njihovo pomočjo vadeči ohranjajo ali razvijajo že izgubljeno moč, gibljivost in ravnotežje, ki so za to življenjsko obdobje ključnega pomena.



Foto: Dunja Wedam

Prizor z letošnje Emonske promenade.

Vadeči prek njihovih programov vaje in rekvizite spoznajo in redno in varno vadijo tudi doma ali v naravi.

Poleg krepitve telesa in duha vadba v ŠD Gib pripomore tudi k sklepanju novih poznanstev. V društvu so priča dobremu prijateljstvu med vadečimi, ki se radi družijo tudi po končani vadbi. Veliko vadečih se udeležuje tudi športnih izletov, ki jih organizira društvo. V Športnem društvu Gib se lahko pohvalijo s številnimi vadečimi, ki jim je strokovno vodena vadba pomagala v boju z osteoporozo, bolečinami v hrbtenici in migrenami, z vadbo pa se upočasnjuje tudi napredovanje nekaterih drugih bolezni, povezanih s starostjo.

Dodatne informacije: Športno društvo GIB, Drenikova 32, 1000 Ljubljana, www.gib-sport.com, info@gib-sport.com, 01/ 505 67 38, 030/ 312 802.

Od 1. avgusta brezplačne javne sanitarije

V javnih sanitarijah, ki jih za Mestno občino Ljubljana upravlja Javno podjetje Snaga, je od 1. avgusta spremenjen način vzdrževanja sanitarij. Uporabnikom ni več treba plačevati uporabnine, kot je to veljalo dotlej. Javno podjetje Snaga ima v upravljanju 7 lokacij javnih sanitarij, ki so namenjene različnim uporabnikom in obratujejo po naslednjem urniku: ● **Plečnikov podhod:** vsak dan od 7. do 23. ure, dostopen za invalide ● **parkirna hiša Kongresni trg: vhod Zvezda in vhod Bukvarna** (dostopen za invalide), vsak dan od 7. do 23. ure, ● **Tromostovje:** vsak dan od 7. do 24. ure, ● **Mesarski most:** vsak dan od 7. do 23. ure, dostopen za invalide, ● **Zmajski most:** pon. - sob. od 7. do 15. ure, ● **Plava laguna:** pon. - pet. od 7. do 15. ure, sob. od 7. do 13. ure, dostopen za invalide.

Sanitarije periodično čistijo in nadzorujejo vsako uro. Zaposleni krožijo med lokacijami sanitarij in izvajajo čiščenje, vzdrževanje, oskrbo z materialom, nadzor prostorov in delovanje naprav. V prostorih je vzpostavljen videonadzor, s pomočjo katerega nadzorujejo tudi kakovost čiščenja in vzdrževanja, hkrati pa nadzor izvajajo tudi s kontrolnimi točkami in obhodom delovodaj. Uvedba spremembe prinaša večje zadovoljstvo uporabnikov, manjše stroške obratovanja in manjšo onesnaženost mestnih površin z urinom.

18. festival Ex Ponto

Je letos uglašen na temo *Konec ali začetek?* Festival se bo začel 16. septembra 2011 s premiero predstave režiserja Oliverja Frličja *Leksikon Yu mitologije* in se nadaljeval do 25. septembra 2011 s predstavami *Pesem o materi in domovini* režiserja Jana Klate, Saloma režiserja Branka Brezovca, Platonov režiserja Zoltána Balázsa, *Generacija 91. -95* režiserja Boruta Šeparoviča, *Cakalnica* režiserja Viliama Dočolomanskýja, *Trg Roosevelt* režiserja Raduja Afrima. Letošnji Ex ponto bo ponudil kar nekaj domačih premier: Vlado Repnik in Martin Ruhsam se bosta iz dunajskega Tantquartierja preselila na Ex ponto s predstavo *Kako daleč lahko govorimo*, Martin Tomášik s predstavo *Off beat*, Sabina Schwener z *M-esnico*, Ryuzo Fukuhara in Samo Potokar z *Ne za vedno*. Letos bo kot del programa predstavljena tudi mednarodna gledališka mreža NETA (Nova Evropska Teatrška Akcija), ki je bila ustanovljena na pobudo nekdanjega ministra za kulturo Republike Makedonije Blagoja Stefanovskega in predstavnikov najpomembnejših mednarodnih festivalov in gledališč iz petnajstih evropskih držav.



Foto: Aljoša Rebolj

Sproščeno gibanje, prijetna glasba, nova poznanstva in druženje bodo od prvega dne, ko boste vstopili v hišo Kazine, postali nepogrešljivi del vašega novega plesnega življenja.

Kazinin senior plesni klub v srcu Ljubljane

Kazina nadaljuje s tradicijo družabnega življenja in še naprej goji plesnega duha v mestni hiši Kazine. Z njimi plešejo cicibani, dijaki, študentje, odrasli ... Pogrešajo samo še seniorje. Pridružite se jim! Sproščeno gibanje, prijetna glasba, nova poznanstva in druženje bodo od prvega dne, ko boste vstopili v hišo Kazine, postali nepogrešljivi del vašega novega plesnega življenja.

Srečevanja bodo od oktobra dalje v dopoldanskih urah. Pripravili so različne programe, v katerih boste lahko zaplesali v skupini, v dvoje ali s svojimi vnučki.

Pridete lahko sami ali z družbo prijateljev in prijateljic.

● **Skupinska druženja - za posameznike.** Čas v skupini vedno hitro mine. Srečevali se boste enkrat tedensko po eno polno uro in poskrbeli za svoje telo. Da ostane gibčivo, bodo poskrbeli v Kazini. Z vajami ogrevanja, razteževanja, prepletenimi z lahkotnimi plesnimi koraki, ki jih boste delali v skupini. ● **Družabni ples - v paru.** Vedno priljubljeni standardni in latinskoameriški plesi, ki vedno znova združujejo. Zaplešite v dvoje, prepustite se energiji in soplesalcu ... z valčkom ali fokstrotom ter stopite v svet plesa. ● **Plešem z babico ali dedkom.** Druženje z vašim cicibanom bo ob plesu, igri in pravljicah vedno znova prijetno doživetje. Skupaj preživeti trenutki vaju bodo še bolj povezali in napolnili s prijetnimi in radostnimi občutki, ki se jih bosta rada spominjala. Spoznali boste glasbo najmlajših, oni pa glasbo, ki ste jo radi poslušali vi. Z vašo pomočjo bomo tradicijo plesa v Kazini predajali najmlajšim, vam pa popestrili tako dragocene trenutke v družbi vaših malčkov. Ples ohranja mladost in vitalnega duha. Ne pričakujejo vrhunskih plesalcev. Samo ljudi, ki imate radi glasbo in druženje. Prvi korak je vaš, za druge bodo poskrbeli v Kazini. V družbi s prijaznimi učitelji ne bo prav nič težko. - Pokličite nas na telefon 01/421 81 81 ali mobilni številko 031/362-526 ali pa nam pišite na e-pošto info@kazina.si, kjer boste zvedeli vse, kar vas zanima. Vaša ekipa Kazine, www.kazina.si, Kazina, Kongresni trg 1, 1000 Ljubljana

Knjigokup – ob drugem rojstnem dnevu Modrijanove knjigarne

Od 19. septembra do 15. oktobra bo v Modrijanovi knjigarni in Kinu Šiška potoval

Knjigokup, akcija založbe Modrijan in Modrijanove knjigarne (Trubarjeva c. 27, Ljubljana), ki bo letos trajala kar ves mesec. V tem času se bodo lahko ljubitelji knjig od blizu in daleč udeležili več zanimivih pogovorov o knjigi, o literarnem ustvarjanju in prevajalskih izzivih, se srečali s slovenskimi in tujimi avtorji, predvsem pa – kupovali knjige. Izbirali bodo lahko med več kot tisoč naslovi knjig slovenskih založb, ki bodo za *Knjigokup* na voljo po posebnih akcijskih in promocijskih cenah, tori in četrtki pa bodo v znamenju srečevanj s knjižnimi ustvarjalci. Aleksandra Kocmut, avtorica slikanice *Andraž spozna knjižnega molja*, bo najmlajšim predstavila navihanega

Andraža, ki mu branje knjig prav nič ne diši. Sestrica Nina, ki zelo rada bere, ga odpelje v knjižnico, kjer spoznata knjižnega molja. Španski pisatelj José María Merino, čigar roman *Nisem knjiga* je izbran za maturitetno branje pri španščini, se bo srečal z dijaki ljubljanskih srednjih šol, ki bodo leta 2012 opravljali maturo iz španščine.

Hrvaški pisatelj Veljko Barbieri, avtor številnih uspešnic, pri nas pa znan le po *Epitafu cesarskega sladokusca*, se bo predstavil na literarno-kulinaričnem večeru. Gosta Modrijanove knjigarne bosta tudi slovenska pisatelj Roman Rozina in Zoran Benčič. Prvi je spomladi objavil zbirko kratkih zgodb *Šumijo besede domače*, drugi pa romaneskni prvenec *Psi brezčasja*. Z Rozino bo o zgodbah pa tudi o knjigah nasploh pokramljala Manca Košir, z Benčičem, sicer glasbenikom in frontmanom skupine Res Nullius, pa se bo o literaturi in glasbi pogovarjal Miha Šalehar.

Knjigokupu se letos pridružuje tudi Kino Šiška, ki septembra tako kot Modrijanova knjigarna praznuje drugi rojstni dan, in to s čisto posebnim dogodkom – pogovorom o Nicku Cavu, rojenem 22. septembra 1957. O tem nenavadnem avstralskem umetniku, čigar roman *Ko je oslica zagledala angela* je v slovenščini izšel junija, se bodo pogovarjali glasbeni novinar Gregor Bauman, prevajalec Cavovih romanov Andrej Pleterški in Igor Vidmar. Na predvečer mednarodnega dneva prevajalcev (30. september) bo v knjigarni pogovor, posvečen prevajalstvu, sodelovali pa bodo Jure Potokar, Iztok Ilc in Nada Grošelj, letošnja Sovretova nagrajenka.

Opozorimo še na akcijo Poiščimo vašim knjigam nov dom. Modrijanova knjigarna svoje obiskovalce vse od odprtja spodbuja, naj se znebijo nepotrebnih knjig in si na knjižnih policah naredijo prostor za nove. Ze prebrane knjige in tiste, ki jih ne potrebujete več, lahko torej prinesete v Modrijanovo knjigarno, ki bo zanje poiskala nov dom. Kakšno knjigo za evro ali dva pa lahko za akcijo kupite tudi na Knjigokupu. Knjige, zbrane na lanskem Knjigokupu, so bile podarjene slovenskim zaporom in radeškemu prevzgojnemu domu. Akcijo sofinancira Javna agencija za knjigo RS. - Več o Knjigokupu: www.modrijanovaknjigarna.si

Popravek

Fotografija na naslovnici julijske številke glasila Ljubljana je del fotografke Dunje Wedam, in ne Miha Frasa, kot je bilo pomotoma zapisano. Avtorici in bralcem se opravičujemo.

Povabilo župana Zorana

Jankovića na dneve odprtih vrat

Župan Mestne občine Ljubljana Zoran Janković ima **vsak prvi torek v mesecu** v letu 2011 **DAN ODPRTH VRTAT** v Mestni hiši na Mestnem trgu 1 **med 14. in 17. uro**.

Župan sprejema po vrstnem redu prihoda, zato se je potrebno na recepciji evidentirati na dan sprejema, po možnosti v jutranjih urah.

Sicer pa se lahko kadar koli predhodno naročite po telefonu na telefonski številki **01/ 306 12 82** ali **01/ 306 11 67**.

Mestna občina Ljubljana, Kabinet župana, Odsek za pobude meščanov



Najem poslovnih prostorov

Mestna občina Ljubljana oddaja več poslovnih prostorov v najem. Vse informacije so objavljene na spletni strani <http://www.ljubljana.si/>, dodatne informacije so vam na voljo na tel. št. 01/306-11-37.



● **Zdravstvo in socialno varstvo: Ambulanta za ljudi brez zdravstvenega zavarovanja:** tel.: (01) 437 20 10; **Socialna delavka v Ambulanti za ljudi brez zdravstvenega zavarovanja:** tel.: (01) 437 91 82; **Klinični center:** tel.: 01/ 522 50 50; **TOM - telefon otrok in mladostnikov:** tel.: 080 12 34; **telefonski klic v duševni stiski** (od 19. do 7. ure): tel.: (01) 520 99 00; **telefon za starše pri Mladinskem domu Jarše** (tor. in čet. od 16. do 18. ure): tel.: (01) 543 43 23 ali e-naslov: stan-skupina.hisa@guest.arnes.si; **Klepetalnica za starše pri Dijaškem domu Poljane** (tor. in čet. od 14.30 do 16.30 ure): tel.: (01) 300 31 34 ali e-naslov: lidija.vranesic@guest.arnes.si; **Pravnoinformacijska pisarna Sveta za varstvo pravic najemnikov stanovanj MOL**, Tavčarjeva 3 (tor. od 18. do 19.30 ure): tel.: (01) 431 23 24; **SOS telefon za ženske in otroke – žrtve nasilja:** 080 11 55 ● **SOS telefon** je namenjen ženskam in otrokom, ki so doživljali ali še vedno doživljajo nasilje v družini in drugih medosebnih odnosih ter potrebujejo pogovor. SOS telefon je namenjen tudi ženskam in njihovim otrokom, ki potrebujejo umik pred nasiljem v družini v Zatočišče za ženske in otroke – žrtve nasilja v Ljubljani. Prek SOS telefona se ženske lahko vključijo tudi v skupino za samopomoč za ženske, ki so doživljale ali še vedno doživljajo nasilje. Na SOS telefon lahko pokličete ob delavnikih od 12. do 22., ob sobotah, nedeljah in praznikih pa od 18. do 22. Telefonska številka 01 / 524 19 93 pa je telefaks, namenjen gluhih – žrtvam nasilja. ● **ROZA ALARM!** Prijavite homofobno diskriminacijo in nasilje prek spletne prijave na naslovu www.ljudmila.org/lesbo/alarm. Namenjena je prijavam, obveščanju in poročanju o nasilju, zlorabah in diskriminacijah, katerih žrtve so geji, lezbijke, biseksualci in transspolne ter transseksualne osebe. Omogoča hitro in preprosto poročanje o kršitvah ter takojšen dostop do pomoči in podpore. ● **Krizni center Ženske svetovalnice** lahko pokličete 24 ur na dan na telefonski številki: 040/ 260 656 in 031/ 233 211. ● **Svetovalnica Fužine: Svetovanje in informiranje posameznikom, parom, družinam, ki so se znašli v psihosocialnih stiskah in težavah;** Preglov trg 15, tel.: 5206-442, vsak dan od 9. do 17. ure. svetovalnica.fuzine@siol.net, www.csd.ljmostepolje.si ● **Program Korak: svetovanje, informiranje in pomoč uporabnikom nelegalnih drog in njihovim vsojem;** Preglov trg 15, tel.: 5206-442, vsak dan od 9. do 17. ure svetovalnica.fuzine@siol.net; www.csd.ljmostepolje.si ● **Center za psihološko svetovanje POSVET,** Mestni trg 8, 1000 Ljubljana, uradne ure: vsak delovni dan od 12. do 19. ure, tel.: 01/251 29 50, faks: 01/421 77 95, e-naslov: posvet@posvet.org in info@posvet.org, spletna stran: www.posvet.org ● **Pomoč družini na domu: Zavod za oskrbo na domu (ZOD),** tel.: 01/ 23 96 502, **Zavod Pristan:** 01/ 54 79 579, 031/ 702 698. ● **Društvo Al-anon** za družine, v katerih je problem alkohol. Naslov: Lepi pot 6, Mirje, e-naslov: alanon@email.si; dežurni telefon: 041/ 500 789. ● **Anonimni alkoholiki** Vas zanimajo naše izkušnje? Pišite, telefonirajte, pridite! Naslov: P. p. 3512, 1001 Ljubljana, tel.: 01/ 433 82 25, e-naslov: aa.slo@amis.net, spletni naslov: <http://www.aa-drustvo.si> ● **Društvo socialni forum za zasvojenosti in omame,** Resljeva 11, Ljubljana: najava po tel.: 01/ 438 68 00, 01/ 438 68 05 ali na e-naslovu tomazic.katja@siol.net; odprto od ponedeljka do petka med 9. in 15. uro, v ponedeljek in četrtek tudi od 17. do 19. ure ● **Zavod MISSS – Mladinsko informativno svetovalno središče Slovenije • Telefon MLADI MLADINI:** usposobljen mladinski svetovalec odgovarja na vprašanja vrstnikov po telefonu (01/510 16 76, 051/ 300 380), e-pošti, Facebooku in Msn-ju. Delovni čas: pon. – čet. 15.30 – 17.30. ● **POMP - psihosocialna pomoč družinam priseljencev:** celostna obravnava družin in aktivno socialno-kulturno in ekonomsko vključevanje priseljencev v skupnost: učenje slov. jezika, računalniško opismenjevanje, informiranje, medkulturno učenje in delavnice za otroke. ● **Svetovalnica Dravlje:** Individualno in skupinsko svetovanje mladostnikom, staršem in strokovnim delavcem. Pomoč pri reševanju težav v obdobju odrasčanja in vključevanja v socialno okolje, vsak delovnik od 8. do 17. ure. Vse storitve so brezplačne. Več na www.miss.si ali 01/510 16 70. ● **Združenje proti spolnemu zlorabljanju,** Masarykovi 23, Ljubljana nudi zagovorništvo, svetovanje ter podporo in pomoč v skupini za mladoletne in odrasle žrtve spolne zlorabe. Tel.: 01/ 43 13 341 in na brezpla. št. 080 28 80 vsak dan od 9. do 17. ure, sre. od 9. do 19. ure, pet. od 9. do 15. ure, e-naslov: spolna.zloraba@siol.net, spletna stran: www.spolnazloraba.si. ● **Zaupni telefon Samarijan za pogovor v stiski** – 24 ur na dan na brezplačni številki 116 123. ● **Promet: Oddelek za gospodarske javne službe in promet:** tel.: (01) 306 17 14; številka za zapuščena vozila: tel.: (01) 306 16 25; Redarstvo: tel.: (01) 306 16 32; AMZS, pomoč, vlečna služba, informacije: tel.: 19 87 ● **Služba za pobude meščanov:** tel.: (01) 306 12 82 ● **Okolje: JP Snaga, reklamacije, informacije in naročila:** tel.: (01) 477 96 40 ali (01) 477 96 67; JP Energetika, Center za pomoč uporabnikom: tel.: 080 28 82; dežurna številka Inšpektorata MU MOL, informacije o divjih odlagališčih, prevrnjenih smetnjakih in drugih dejavnostih onesnaževanja okolja: tel.: (01) 306 16 04 ● **Varuh človekovih pravic,** brezplačni klic in informacije: tel.: 080 15 30 ● **Policija:** tel.: 113 ● **Center za obveščanje, gasilci, reševalna postaja:** tel.: 112 ● **Dnevni center za starejše:** Povšetova, tel.: 01/430 51 520 ● **Zavetišče za živali Gmajnice 30,** tel.: 01/256 02 79. Uradne ure za obiskovalce - delavniki: od 11. do 12. ure in od 14. do 17. ure, sobote, nedelje in prazniki - od 12. do 15. ure. Za oddajo najdenih živali lahko pokličete kadarkoli 24 ur na dan in najdenčka oddaste.

Kakovost vode in zraka v Ljubljani

Rezultati notranjega nadzora junija 2011

PARAMETER	enota	mejna vrednost	OSKRBOVALNO OBMOČJE	
			KLEČE	KLEČE, HRASTJE, JARŠKI PROD, BREST
			8. 3. 2011	8. 3. 2011
pH		6,5 - 9,5	7,4	7,6
Elektroprevodnost (pri 20°C)	µS/cm	2500	469	441
Celotni organski ogljik (TOC)	mg/l C	brez sprememb	<0,5	<0,5
Nitrat	mg/l NO ₃	50	17	12
Nitrit	mg/l NO ₂	0,5	<0,003	<0,003
Sulfat	mg/l SO ₄	250	14	9,1
Klorid	mg/l Cl	250	15	8
Fluorid	mg/l F	1,5	<0,10	<0,10
Bor	mg/l B	1	0,004	<0,002
Krom	µg/l Cr	50	1,1	0,97
Svinec	µg/l Pb	25	<0,2	<0,2
Atrazin	µg/l	0,1	<0,05	<0,05
Desetilatrazin	µg/l	0,1	<0,05	<0,05
2,6-diklorobenzamid	µg/l	0,1	<0,02	<0,02
Pesticidi - vsota	µg/l	0,5	<0,05	<0,05
Trihaloeten in tetrakloroeten - vsota	µg/l	10	<0,5	0,5
Trihalometani - vsota	µg/l	100	<0,1	1,2
<i>Escherichia coli</i>	v 100 ml	0	0	0
Koliformne bakterije	v 100 ml	0	0	0
OCENA			SKLADEN	SKLADEN

Vir: JP Vodovod-Kanalizacija d.o.o., avgust 2011

Centralni vodovodni sistem mesta Ljubljane in okolice se oskrbuje iz dveh vodnih virov, Ljubljanskega polja in Ljubljanskega barja, kjer se podzemna voda izkorišča v petih vodarnah: Kleče, Hrastje, Jarški prod, Šentvid in Brest.

Notranji nadzor nad skladnostjo pitne vode JP Vodovod-Kanalizacija izvaja na vseh oskrbovalnih območjih skladno z določili Pravilnika o pitni vodi (Ur. l. RS 19/04, 35/04, 26/06, 92/06, 25/09) v okviru mikrobioloških in fizikalno-kemijskih preiskav, katerih obseg je odvisen od ocene tveganja za določeno vzorčno mesto oz. kontrolno točko sistema. Notranji nadzor izvajajo akreditirani laboratoriji.

Druge javno dostopne informacije uporabniki prejmejo:

- po elektronski pošti na naslovu voka@vo-ka.si,
- na spletni strani JP Vodovod-Kanalizacija www.vo-ka.si.

Dodatne informacije o rezultatih notranjega nadzora pitne vode najdete v podmenijih na spletni strani www.jh-lj.si/vo-ka/informacije/kaksno-vodo-pijemo

Zrak v Ljubljani junija 2011

Merilno mesto križišče Vošnjakove ul. in Tivolske c.	SO ₂	NO ₂	NO _x	PM ₁₀	Benzen
Veljavnih podatkov *	93 %	93 %	93 %	93 %	95 %
Povprečna mesečna vrednost	3 µg/m ³	50 µg/m ³	73 µg/m ³	32 µg/m ³	3 µg/m ³
Maksimalna urna vrednost	11 µg/m ³	120 µg/m ³	194 µg/m ³	68 µg/m ³	4 µg/m ³
Maksimalna dnevna koncentracija	5 µg/m ³	72 µg/m ³	118 µg/m ³	45 µg/m ³	3 µg/m ³
Število preseganj dovoljenih vrednosti	0	0	–	0	0

Zrak v Ljubljani julija 2011

Merilno mesto križišče Vošnjakove ul. in Tivolske c.	SO ₂	NO ₂	NO _x	PM ₁₀	Benzen
Veljavnih podatkov *	99 %	99 %	99 %	99 %	98 %
Povprečna mesečna vrednost	5 µg/m ³	44 µg/m ³	60 µg/m ³	31 µg/m ³	2 µg/m ³
Maksimalna urna vrednost	16 µg/m ³	115 µg/m ³	175 µg/m ³	70 µg/m ³	7 µg/m ³
Maksimalna dnevna koncentracija	7 µg/m ³	62 µg/m ³	82 µg/m ³	54 µg/m ³	3 µg/m ³
Število preseganj dovoljenih vrednosti	0	0	–	2	0

* Stopnja pokritosti z meritvami v merilnem obdobju

V tabeli so predstavljeni podatki meritev onesnaženosti zraka na merilnem mestu ob križišču Tivolske ceste in Vošnjakove ulice. Na tem merilnem mestu v juniju 2011 nismo zabeležili novih preseganj mejnih vrednosti. Na letnem nivoju od začetka januarja do konca julija je bila mejna 24-urna vrednost delcev PM₁₀, ki znaša 50 µg/m³, presežena 60-krat.

V skladu z Uredbo o kakovosti zunanjega zraka (Ur. l. RS, št. 9/2011), objavljeno 11. februarja 2011, veljajo od meseca marca 2011 dalje naslednji normativi:

SO₂ (žveplov dioksid): Mejna urna vrednost je 350 µg/m³ in ne sme biti presežena več kot 24-krat v koledarskem letu. Mejna dnevna vrednost je 125 µg/m³ in ne sme biti presežena več kot 3-krat v koledarskem letu.

NO₂ (dušikov dioksid): Mejna letna vrednost je 40 µg/m³. Mejna urna vrednost je 200 µg/m³ in ne sme biti presežena več kot 18-krat v koledarskem letu.

NO_x (dušikovi oksidi): Mejne vrednosti za skupne dušikove okside niso določene.

PM₁₀: Mejna letna vrednost v koledarskem letu znaša 40 µg/m³, mejna dnevna vrednost delcev PM₁₀ znaša 50 µg/m³ in ne sme biti presežena več kot 35-krat v koledarskem letu.

Benzen: Mejna letna vrednost za benzen je 5 µg/m³.

Popravek: V prejšnji številki glasila je bilo v tabeli, ki prikazuje rezultate meritev za zrak, napačno navedeno število preseganj dovoljenih vrednosti za PM₁₀. Pravilno število je bilo 4, in ne 12, kot je bilo pomotoma objavljeno.

42. SEJEM NARAVA–ZDRAVJE

Gospodarsko razstavišče, 6. – 9. oktober 2011

Bi radi živeli uravnoteženo, zdravo in okolju prijazno? Potem ne prezrite tradicionalne sejemske prireditve na Gospodarskem razstavišču, ki temelji na dolgoročnih trendih povečevanja ekološke zavesti in pomembnosti zdravega načina življenja. Ponudba je zaradi preglednosti zasnovana v štiri tematske sklope: Prehrana, Wellness in gibanje, Zdravje za jutri ter Ekodom in okolje.

Vrsta praktičnih nasvetov, delavnic, degustacij, meritev krvnega tlaka, strokovnih svetovanj in predavanj je zagotovo dovolj dober povod za obisk sejma, ki obiskovalca ozavešča, da v poplavi različnih potrošniških etiket najde odgovore na svoja vprašanja. Od sadjarske, gobarske razstave, še posebej poučne razstave slovenskih avtohtonih živalskih pasem in kar 70 drevesnih vrst, ki jih bomo kasneje skupaj z Mestno občino Ljubljana zasadili v enega izmed parkov, kjer bo urejena tudi gozdna učna pot, do uporabe zelišč, zdrave prehrane, naravne kozmetike, diabetičnega bazarja, ponudbe zdravilišč, wellnessa in možnosti za zdravo gibanje v Ljubljani, izobraževalnih predavanj na temo zdravlja: o prepoznavanju simptomov bolezni, o možnostih za preprečevanje in zdravljenje različnih bolezni ...

Letošnji sejem uvaja nov pristop k ozaveščanju obiskovalcev in večjo prepoznavnost razstavljalcev ter njihovih izdelkov. Sejemski vodnik, ki je nastal v sodelovanju z Zvezo potrošnikov Slovenije, vsebuje vse certifikate razstavljenih izdelkov in je pravi strokovni kašipot pri nakupu živil ali pa zgolj informacija, kateri certifikati resnično zagotavljajo kakovost in ustreznost. Vabljeni, da si поблиže ogledate deklaracije na živilih in drugih izdelkih ter preverite, katere oznake so natisnjene na njihovih embalažah.

Bi se radi поблиže seznanili z obnovljivimi viri energije? Vas zanima reciklaža odpadkov? Na sejmu so predstavljene tudi ekološka, pasivna in druga energijsko varčna oziroma okolju prijazna gradnja. Že tradicionalno se predstavlja tudi Holding Ljubljana. V sklopu sejma se bo odvijal tudi zaključek akcije društva Planet Zemlja, Okolju prijazna občina 2011. Cilj akcije je poiskati občino, ki najbolj skrbi za okolje. Posebne ugodnosti veljajo za organizirane obiske upokojeencev. Alternativna vstopnina na sejem je odslužen mobilnik, za njegovo razgradnjo bo poskrbel Si.mobilov sklad Re.misli. - Podrobnejši program sejma najdete na: www.narava-zdravje.si

Marjana Lavrič



POZIV

ŽUPANA ZORANA JANKOVIČA

Spoštovane mlade obiskovalke in mladi obiskovalci Trnovskega pristani!

Urejena nabrežja Ljubljane postajajo s prenovljenimi sprehajalnimi potmi in prostori za sprostitev vsak dan bolj priljubljena točka za srečanja in druženje. Trnovski pristan ali »Trnovska plaža«, kot ste jo poimenovali, je postal priljubljeno shajališče vseh generacij, ob koncih tedna predvsem vas mladih, ki si tukaj naredite svojo zabavo.

Prav dogajanja ob koncih tedna so žal tista, ki povzročajo slabo voljo okoliških prebivalcev, ki tožijo predvsem nad (pre)glasnim zbiranjem in popivanjem mladih ter nad brezobzirnim smetenjem in odpadki, ki jih večerni in nočni obiskovalci po končanih zabavah zmeraj znova puščate za seboj.

V Ljubljani spodbujamo strpnost in medkulturni ter medgeneracijski dialog, zato skušamo razumeti obe strani: **stanovalce, ki so upravičeni do miru in reda v svoji soseski, ter vas mlade, ki si želite prostora za druženje in zabavo tudi zunaj gostinskih lokalov.** Na nabrežja smo namestili velike koše za smeti, kamor naj bi odlagali pločevinke in druge odpadke. Okrepili smo ekipe, ki ob koncu tedna čistijo vse tisto, kar za seboj pustite na nabrežju, pa tja še zdaleč ne spada. Prizadevamo si, da bi bila nabrežja očiščena, še preden se stanovalci v soseski zjutraj zbudijo.

Pod Prulskim mostom smo uredili **nove, za uporabnike brezplačne sanitarije.** S stanovalci se pogosto pogovarjamo in skušamo miriti vse tiste, ki so razočarani nad ravnanjem mladih v njihovi okolici. Vendar pa to ni dovolj, saj za ureditev razmer potrebujemo predvsem vašo pomoč. Stanovalci so namreč zmeraj bolj zlovoljni, »Trnovska plaža« vedno bolj zasmetena, noči ob koncu tedna pa vedno bolj hrupne.

Zato nam boste morali čim prej stopiti nasproti: **za seboj sproti pospravljati, saj je košev dovolj, uporabljati nove sanitarije, ki so vam na voljo, in občutno znižati raven hrupa. Od vas pričakujem, da spoštujete lepoto in urejenost »Trnovske plaže«, in prepričan sem, da bomo skupaj dosegli, da bo lokacija prijazna do vseh – vas, ki se zabavate, jutranjih sprehajalcev in okoliških stanovalcev. Če nam to ne bo uspelo, bomo namreč žal primorani ob koncu tedna čez noč zapreti dostope do Trnovskega pristani.**

Sam sicer nasprotujem takšnemu skrajnemu ukrepu, ki pa žal ni izključen. Na Trnovskem pristanu bi veliko raje kot mestne redarje srečeval prebivalke in prebivalce vseh generacij, seveda tudi mlade, ki s svojo prisotnostjo dokazujete, da se na nabrežjih Ljubljane dobro počutite. Ali bo temu tako in nam bo z roko v roki uspelo zagotoviti sožitje in zadovoljstvo vseh, je sedaj odvisno samo od vas.

Lepo jesen 2011 vam želim!

Zoran Janković, župan



Foto: Dunja Wedam