

rudniška četrtnika

glasilo četrtnske skupnosti Rudnik, MOL

letnik XVIII • številka 1 • junij 2021 • naklada 5400 izvodov



ISSN 2712-2425



9 772712 242009



Uvod

Zdi se, da je od naše zadnje Rudniške Četrtnke, ki je izšla konec preteklega leta, svet stal ali pa vsaj malo ustavil, dal v nižjo prestavo. Delali smo od doma, nismo zahajali v telovadnice, šolska vrata so bila zaprta. A na straneh, ki so pred vami, boste lahko ugotovili, da je bilo to zatišje zgolj navidezno. Za vrati domačih pisarn, vadic, projektnih pisarn, društev, centrov za starejše, mlade... Pa tudi na praznih ulicah je brbotalo. Rojevale so se nove zamisli, poiskale so se nove poti in vzpostavile nove, so-dobne vezi. Saj ne, da nismo pogrešali stikov v živo, pa še kako, a poiskali smo načine, kako življenju in razvoju omogočiti novo pot. Hkrati s to četrtnko bo na spletnem naslovu www.rudniskacetrtnka.si zaživela tudi spletna revija.

V naših društvih so se odvijale številne dejavnosti, dober del leta na daljavo, a ko je bilo to varno, so bili prostovoljci v društvih v hipu nared za naloge v živo. V četrtini skupnosti smo realizirali veliko manjših in večjih, zahtevnejših projektov, od ureditve križišč, odlagališč, igrišč, novih oznak do protipoplavnih nasipov. Nova resničnost očitno res ni več čisto nič nova in z izzivi se očitno uspešno kosamo tudi v času, ki nam ga kroji nepredvidljivi virus.

Prelistajte glasilo, v katerem smo zbrali utrinke tega preteklega obdobja. Preverite bogato dogajanje v naši četrtini skupnosti, morda na straneh, ki sledijo, najdete tudi navdih za kakšno aktivnost, ki bo popestrila vaš vsakdan in obogatila izkušnjo bivanja v četrtini skupnosti Rudnik - tako prijetno ujeti med Golovec in Ljubljansko Barje, da nam zlepa ne more zmanjkati zamisli za to, kam z odvečnim časom.

Pred nami je še dober del poletja in počitnic. Želim vam, da bi se oddahnili od naporne prve polovice leta, se naužili svežega zraka in si dodobra napolnili z energijo za izzive za mesece, ki sledijo.



KAZALO

Uvod	2
Aktivnosti v ČS Rudnik	3
Hiša odprtih vrat tudi v času corona krize	6
Ohranjanje neokrnjene krajine	8
Novice društev ČS Rudnik	10
Nasilje nad starejšimi	14
Policisti opozarjajo	14
Naš Golovec	15
Koristne informacije	19



RUDNIŠKO ČETRRTINKO SO ZA VAS PRIPRAVILI

Izdajatelj: Mestna občina Ljubljana,
Četrtna skupnost Rudnik,
Pot k ribniku 20, 1000 Ljubljana,
Tel.: 01 428-03-45,
Faks: 01 306-12-06,
e-pošta: rudniska.cetrtnka@gmail.com,
www.rudniskacetrtnka.si



Najdete nas tudi na facebooku pod Četrtna skupnost Rudnik.

Uredniški odbor: Maruša Penzeš (urednica), Katarina Juvanc Šinkovec, Silvica Erlih, Aliana Moscatello.

Številka izdaje: Letnik XVIII, številka 1, junij 2021

Naklada: 5400 izvodov.

Glasilo prejmejo vsa gospodinjstva v Četrtni skupnosti Rudnik, MOL, brezplačno.

Rudniška četrtinka, glasilo Četrtni skupnosti Rudnik, je vpisana v razvid medijev, ki ga vodi pristojno ministrstvo Republike Slovenije, pod zaporedno številko 779.

Besedila niso lektorirana.

Naslovnica: Pogled z Golovca na ČS Rudnik,
foto: *Tilen Šinkovec*

Aktivnosti v ČS Rudnik



21. junija se je začela dolgo pričakovana prenova ceste Črna vas. Cesta bo komunalno in prometno urejena. Prenovljeni bodo vodovod, kanalizacija, plinovod, električna in telekomunikacijska napeljava, javna razsvetljava, urejeni bodo pločnik, kolesarska steza in vozišče.

V času rekonstrukcije bo cesta delno ali popolno zaprta po posameznih fazah. Predvidena rekonstrukcija ceste Črna vas je dve leti.



Urejena otroška igrišča v upravljanju MOL imamo v ČS Rudnik na Melikovi ulici, Voduškovi ulici in Potokarjevi ulici. Že nekaj let se na pobudo krajanov in na našo željo po ureditvi dodatnih otroških igrišč trudimo, da bi našli primerno lokacijo za igrišče na Rudniku. Zaenkrat žal na tem območju ni nobenega zemljišča, kjer bi bila dovoljena postavitvev otroškega igrišča in bi bil tudi v lasti MOL.



Postavljeno je bilo cestno ogledalo na nepreglednem ovinku, na lokaciji Rudnik I. Ker je to območje tudi del varne poti v šolo, opozarjamo vse voznike, tudi starše, ki vozijo otroke v šolo, da naj vožnjo prilagodijo tako, da bo varna za vse udeležence v prometu, še posebej pa za šolarje.



V križišču Dolenjska cesta – Lorenzova ulica je bilo pri zavijanju levo, v smeri iz Rudnika, zaznati več prometnih nesreč. Na pobudo ČS Rudnik je bil na podlagi strokovnega elaborata, ki ga je pripravil Odbor za promet, gospodarske dejavnosti in urbanizem pri ČS Rudnik, v sodelovanju s Policijsko postajo Vič in Oddelkom za gospodarske dejavnosti in promet, MOL, konec maja spremenjen program delovanja semaforja.



Postavljena je protipoplavna zapornica na Mihovem štradonu, ki bo ob nevarnosti poplav preprečila dotok poplavnih vod na območje Ilovice.



Vedno večja težava so neočiščeni barjanski jarki. V preteklosti so jarke čistili domačini, zato so bili jarki očiščeni pravočasno. Nato so za čiščenje jarkov nekaj časa skrbele strokovne službe MOL. Že nekaj časa pa je vzdrževanje jarkov v državni pristojnosti in ni predmet izvajanja javnih gospodarskih lokalnih služb v okviru OGD MU MOL.



V zadnjem letu smo rešili velik del težav z nepravilnim odlaganjem odpadkov v četrtni skupnosti, a žal je še vedno nekaj črnih točk, ki kazijo izgled in jezijo stanovalce. Tako še vedno iščemo rešitev pri zabojnikih na Gubčevih brigadah, velik problem pa so tudi zabojniki na Dolenjski cesti. Na obeh lokacijah je ugotovljeno, da so nepravilno odložene smeti od tretjih oseb, saj se zaradi lahkega dostopa do zabojnikov z avtom vsak ustavi in odloži tudi smeti, ki niso primerne.

Podrobne informacije o postavitvi zabojnikov, odvozu odpadkov in o drugih informacijah so na www.vokasnaga.si in www.mojiodpadki.si. Vedno se pa z vprašanjem lahko obrnete tudi na ČS Rudnik.



Vsako pomlad v ČS Rudnik poteka nekaj organiziranih čistilnih akcij, ki jih podpira tudi ČS Rudnik. Tudi letos so tradicionalno čistilno akcijo organizirali v TD Barje, manjša akcija je bila organizirana tudi na Rakovniku. Vsaka taka akcija, ki jo organizirajo prebivalci, je več kot dobrodošla, ČS pa organizatorjem lahko priskoči na pomoč z razdelitvijo vreč in rokavic. Za vsako tako organizacijo lahko obvestite ČS Rudnik, kjer se dogovorimo o obliki in možnosti sodelovanja v tistem času.



V času Evropskega prvenstva v nogometu v kategoriji do 21 let (U21) je med ljubljanskimi četrtnimi skupnostmi potovala štafeta nogometna žoga. Potovanje je začela v pogojih, ko zbiranje več ljudi ni bilo dovoljeno, končala pa v skoraj normalnih pogojih. 12. maja 2021 smo se v družbi nogometašic NK Krim, člani Društva Šole zdravja, predstavniki Zavoda Nefiks in krajan, z nogometnimi žogami sprehodili po Golovcu.



Ker smo želeli izkoristiti na novo urejen Golovec, smo se s predsednikom ČS Golovec, Alešem Dakičem, od katerega smo žogo prevzeli, srečali pri napravah za ulično vadbo, kjer je predsednica ČS Rudnik, Katarina Juvanc Šinkovec v družbi podžupana, Dejana Crneka, predstavnikov Sveta ČS Rudnik, ekipe nogometašic NK Krim in predstavniki društev, prevzela nogometno žogo.



Končalo se je najbolj čudno in naporno šolsko leto. Vsem otrokom želimo lepe počitnice, da se jeseni vrnejo v vrtec in šolo veseli, nasmejani srečni in zdravi ter ostanejo v družbi sovrstnikov vse dni!

Ker je bilo zadnje leto zares drugačno, ga tudi zaključimo drugače, predvsem pa za letni čas zares nenavadno - z novoletnim obdarovanjem, z novoletnimi darili, ki so jih naši otroci in mladina dobili kljub vsem preprekam. Gasilska mladina je darila dobila na dom, prve in druge razrede osnovne šole so darila pričakala pred šolskim vhodom, le vrtčevskim otrokom smo lahko darila na poseben način predali v živo. Čeprav je bil razvoz lanskoletnih daril s konjsko vprego nekaj posebnega, si želimo, da bi darila, ki jih dobri možje za otroke pustijo v ČS Rudnik, letos prišla do otrok zopet na običajen način.



Na pobudo krajanov so bile postavljene obvestilne table za Železniško postajo Rakovnik



Januarja se je začela širitev rudniškega pokopališča

Mala dela

Četrtni skupnosti od leta 2007 vsako leto oblikujejo načrt manjših del, ki se nanašajo na ureditev in vzdrževanje objektov javne komunalne infrastrukture in se izvedejo prek pristojnih organov mestne uprave.

Meščanke in meščani imamo že vrsto let omogočeno, da skozi različne dejavnosti in programe sooblikujemo proračun MOL. Predstavniki četrtnih skupnosti predlagajo vsebine, za katere ocenijo, da se vključijo v proračun. Predloge se vsak konec leta pregleda in uskladi.

Za mala dela, ki morajo biti izvedena s predpisi, mora vsaka ČS porabiti najmanj 20 % sredstev, ki ji v proračunskem letu pripadajo za izvedbo nalog.

Že do sedaj smo svetniki ČS Rudnik upoštevali predloge krajanov, saj smo prek malih del v preteklosti postavili igrala na otroška igrišča in uredili igrišča, postavili nove klopi, vzdrževali zelenice in otroška igrišča, postavili športne naprave na prostem, sanirali pešpoti in makadamske poti, znižali pločnike, postavili količke ob pločnikih, ipd. Osnovni pogoj za izvedbo določenih del je, da je zemljišče ali objekt, na katerega se dela nanašajo, v lasti MOL in da je izvedba del skladna z Občinskim podrobnim prostorskim načrtom (OPPN).

Predloge nam lahko sporočite kadarkoli, obravnavali pa jih bomo ob zaključku tekočega leta. Sporočite jih lahko po e-pošti mol.rudnik@ljubljan.si ali na telefon 01 428 03 45. Pri realizaciji del smo vezani na določene predpise in smo finančno omejeni, zato vseh predlogov ne bo mogoče realizirati. Bomo pa vse predloge preverili, v letni načrt malih del bomo vključili tiste, ki bodo ustrezali vsem kriterijem. Predloge, ki ne bodo spadali v načrt malih del bomo obravnavali posebej.

Pobude lahko posredujete na mol.rudnik@ljubljan.si, 01 428 03 45 ali na www.pobude.ljubljana.si

SALEZIJSKI MLADINSKI CENTER RAKOVNIK

Hiša odprtih vrat tudi v času corona krize

»Corona čas« se je dotaknil slehernega človeka in sleherne hiše. Potrkal je tudi na vrata Salezijskega mladinskega centra Rakovnik. O tem, kako je SMC stopal skozi to obdobje, smo se pogovarjali s kaplanom in vodjem SMC Rakovnik Janezom Suhoveršnikom.

Kako je »corona« obdobje vplivalo na delo SMC z mladimi?

S tistimi mladimi, ki so pri nas vključeni v različne programe, kot so šport, razni krožki in druge prostčasne dejavnosti, smo vse skozi uspeli ohranjati stik preko naših animatorjev. S temi skupinami smo uspeli zagotoviti kontinuiteto stika. To smo dosegli z uporabo spletnih aplikacij (Zoom, Teams), preko katerih so naši animatorji tudi v času epidemije mladim posredovali ideje ter izzive za aktivno preživljanje prostega časa. Z mladimi, ki prihajajo k nam zgolj na igrišče, smo lahko ohranjali stik žal le preko naključnih srečanj. Z njimi je bil redni živi stik izgubljen.



Pred kakšnimi izzivi se je SMC znašel v tem času?

Za nas je bilo zelo pomembno, da ne izgubimo stika z mladimi, da jim lahko tudi v najtežjih časih ostanemo na razpolago. Osnovnošolcem je bila vedno na voljo individualna učna pomoč, izvedena v skladu z zahtevami epidemije. Učno pomoč so nudili naši prostovoljci. To je bilo posebej dragoceno za tiste osnovnošolce, ki doma niso imeli možnosti za učenje; niso imeli svojega mirnega kotička za učenje in jim tudi starši niso mogli nuditi pomoči pri šolskem delu.

Mladi so v času karnatene hoteli biti aktivni ne zgolj v virtualnem svetu preko družbenih omrežij, ampak tudi v živo, seveda v varnih okvirih dovoljenega. Na podlagi pobud mladih smo

zato organizirali igro »Iskanje skritega zaklada«, ki je potekala na prostem, na Golovcu. Otroci in mladostniki so lahko s pomočjo aplikacije sledili navodilom, odkrili »zaklad« in dobili nagrado. Organizirani sta bili dve takšni igri. Mladim je to omogočilo preživetje prostega časa v naravi in varno druženje. V igri so pogosto sodelovali tudi vsi družinski člani.

Ste pri mladih v preteklih mesecih zaznali spremembe vedenja? So vam potožili zaradi domačih stisk, ki jih je prinesel »corona« čas?

Mladi so bolj kot karkoli drugega pogrešali druženje ter občutek povezanosti. Potožili so, da so prikrajšani glede druženja. Šolanje na daljavo je za številne pomenilo dobro rešitev: lažje so razporedili svoj čas, zjutraj so lahko dlje spali, pridobili so lepe ocene. Povedali pa so, da so prikrajšani, dobesedno oropani, skupnih izletov ter ekskurzij, česar ne bo mogoče nikoli nadomestiti.



SMC daje mladim priložnosti za socializacijo, za navezovanje novih stikov. To je v času odrasčanja zelo pomembno. Mladi so pogosto negotovi vase in jih pri vzpostavljanju novih poznanstev lahko bremenijo dvomi ter strahovi, normalni za čas odrasčanja. Te možnosti socializacije v preteklih mesecih ni bilo. Virtualni svet ne omogoča izražanja čustvene empatije, pri navezovanju novih stikov pa je to ključnega pomena. Odrasle generacije imamo glede virtualnega sveta zadržke in pomisleke. S strani mladih smo na tem področju doživeli pozitivne izkušnje. Njihov odnos do virtualnega sveta je drugačen, bolj sproščen, bolj zaupljiv.

Pozitivno nas je presenetilo, kako so lahko bili v okviru organizirane zaprte skupine pripravljeni spregovoriti o sebi. Z zaupanjem so lahko spregovorili o svojih zelo intimnih zadevah ter osebnih stiskah. Tukaj je internet odigral pozitivno vlogo. Mladi pred njim nimajo blokad, uporabili so ga za kanal, ki omogoča pripoved o sebi ter iskanje rešitev za njihove najstniške težave.

So se na vas obračali tudi starši? Ste se pogosteje srečevali z njihovimi stiskami?

Starši so se pogosto obrnili na nas. Čas epidemije ter dela na daljavo je bil za starše izredno naporen. Mnogi so se znašli v več

Ohranjanje neokrnjene krajine

Turistično društvo Barje je prostovoljno združenje, ustanovljeno leta 1988, v katero se združujejo občani (člani) z namenom in ciljem ohranjanja narave in pospeševanja turizma. Društvo je pravna oseba zasebnega prava in deluje v skladu z Zakonom o društvih. Društvo deluje na območju Barja, dela Ljubljanskega barja, ki leži pretežno v južnem delu Občine Ljubljana, delno pa tudi v Občini Ig. Trenutno ima društvo 53 članic in članov. Sedež društva je v stari barjanski šoli, na Ižanski cesti 303.

Barje je leta 1927 poimenoval geograf dr. Anton Melik: "Barje pomeni topografsko označbo, namreč skupno ime za novonastale naselbine Črna vas, Lipe, Hauptmance, Ižanska cesta in Ilovica". Iz naselja Ilovica so sedaj nastala naselja Jurčkova pot, Ilovški štradon, Uršičev štradon, Lahova pot in Peruzzijeva cesta. To območje je povezano zaradi posebnega kolonialnega načina poselitve v 2. polovici 19. stoletja.

Območje Barja leži v Krajinskem parku Ljubljansko barje in je krhek naravni sistem, ki ga želijo Barjani ohraniti čim bolj neokrnjenega za naše zanamce. Ena najpomembnejših nalog Turističnega društva Barje je varstvo okolja, ohranjanje naravne in kulturne dediščine ter negovanje ljudskih običajev, kot so rezanje šote, kopanje jarkov in zabijanje pilotov oziroma kolov. Zadnja leta je vsa dejavnost društva posvečena predvsem ohranjanju narave, promociji ohranjanja narave in ozaveščanju mladih o pomenu naravnih vrednot, živalskih in rastlinskih vrst



Plečnikova cerkev na Barju



Pohod po Barju

ter njihovih habitatov in zdrave pitne vode za vse nas. Izjemno ponosni pa so v društvu Barje, da je njihovo resno delo prepoznalo Ministrstvo za okolje in prostor, ki jim je podelilo status nevladne organizacije, ki deluje v javnem interesu na področju ohranjanja narave.

V skladu s svojim programom dela in v sodelovanju s Turizem Ljubljana in Četrtno skupnostjo Rudnik društvo v posameznem letu izvede Čistilno akcijo v okviru akcije »Za lepšo Ljubljano«. K sodelovanju povabijo vse, ki želijo, da bi bilo okolje v katerem živijo, čisto. Očistijo se vse javne poti po Barju, vključno z okolico vseh turistično zanimivih lokacij na Barju in bregovi barjanskih rek in potokov. Prav s čistilno akcijo je društvo v letu 2019 doseglo 1. mesto med 42 sodelujočimi društvi iz cele Slovenije v vseslovenskem natečaju Moja reka.si 2019, za izkazano skrbnost za čisto in urejeno okolje in najboljšo organizacijo čistilne akcije. Društvo si je s tem naslovom zaslužilo tudi omembo v nacionalnem videu, ki ob evropskem dnevu CIVIC PRIDE slavi dosežke nevladnih organizacij, ki so svet vsaj malo spremenile na bolje.

Spomladi, ko se narava začne prebujati, se običajno okoli 170 pohodnikov udeleži priljubljenega Pohoda po Barju. Pot, ki vodi po razkošni naravi Barja in njenih znamenitostih, ni zahtevna, je pa dolga skoraj petnajst kilometrov. Za udeležence je to bogata izkušnja, saj jih domačini in vodniki Krajinskega parka Ljubljansko barje, seznanijo z naravnimi danostmi območja, po katerem hodijo.

Tudi na naše najmlajše TD Barje ne pozabi. Vsako leto v juniju, še preden se otroci razveselijo počitnic, izvede društvo Otroške barjanske žabarije. Večina obiskovalcev je iz širšega območja mesta, ki z iskrenim zanimanjem spoznavajo skrivnosti Barja.

Otroci navadno uživajo ob spoznavanju živali, ki živijo v in ob jarkih na Barju (žabice, pupki, belouške, polžki, murenčki, čebelice, ...), ob poznavanju drevesnih vrst na Barju in aktivni udeležbi pri igrinah (pastirskih igrinah, vlečenju vrvi, hoji po »čutni poti«, ustvarjalnih delavnicah, vožnji z gokarti in igranju »gasilcev« ter reševalcev in policistov. Otroci izpolnjujejo tudi poseben vprašalnik, na katerem so vprašanja povezana s poznavanjem značilnosti Barja, njegovih prebivalcev (živali, rastlin) in varovanja okolja (ravnanje z odpadki).

V oktobru poteka prireditev Jesenska tržnica na Sejmišču Barje. Na njej sodeluje do 40 ponudnikov pridelkov, izdelkov domače obrti (ozimnica, raznovrstne buče, med in čebelarški izdelki, izdelki iz kozjega mleka, suha roba in drugo). Jesenska tržnica je dobro obiskana, v največjem številu se je udeležijo Barjani, pridejo pa tudi obiskovalci iz drugih predelov Ljubljane. V zadnjih letih konec prireditve popestri ličkanje koruze. V tekmovalne ekipe so vključeni tudi obiskovalci, ostali pa navdušeno sodelujejo z bučnim navijanjem. Zelo odmevna prireditev.



Žabarije

Člani društva uspešno sodelujejo tudi v mednarodnih projektih. Skupaj s Krajskim parkom Ljubljansko barje sodelujejo v mednarodnem projektu WETNET, ki ima nalogo ohranjanja mokrišč in mednarodnem projektu LIFE AMPHICON, ki je projekt nekaj evropskih držav za ohranjanje dvoživk in obnovo njihovih habitatov.

Društvo ima v lasti tudi zemljišče (mokrotni travnik), na katerem poteka t. i. projekt »Učna pot po Barju«. Skozi vse leto se ureja gozdni rob, ki meji na zemljišče, kosi travo in odstranjuje zlato rozgo in druge invazivne rastline.

Društvo pripravlja program ureditve kolesarske poti po Barju, ki bo zanimiva za kolesarje, a se ne bo smela preveč približati najbolj občutljivim predelom, kjer so gnezdišča ptic, drstišča ter rastišča zaščitene rastlin.

K tem glavnim nalogam je društvo v svoj program vključilo še tri pomembne naloge, ki jih je društvo pričelo izvajati že v letu



Otroci uživajo v aktivnostih, povezanih z naravo in okoljem, v katerem bivajo.

2019. Najpomembnejše dodane točke programa so Projekt »Rastoča knjiga Barja«, aktivno sodelovanje z Osnovno šolo Oskar Kovačič pri programu turistična vzgoja in koordinacija dela Iniciativnega odbora v povezavi z izgradnjo novega Centra Barje.

Turistično društvo Barje je v skladu s svojim programom dela in v sodelovanju s Turizem Ljubljana izvedlo v času pandemije Covida 19 tiste projekte, ki so bili lahko izvedeni v skladu z navodili Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ).

Društvo odlično sodeluje s Turistično zvezo Slovenije, Turizmom Ljubljana, Krajskim parkom Ljubljansko barje, Zvezo športnih društev Ljubljana, Četrtno skupnostjo Rudnik, domicilnimi barjanskimi društvi (Kulturno prosvetno društvo, Športno društvo, Prostovoljno gasilsko društvo Barje).

V prihodnje želi društvo privabiti čim več novih članov, z novimi idejami in pripravljenostjo k sodelovanju pri izvajanju nalog društva.

Novice in dogodke, ki jih pripravljajo v turističnem društvu Barje, lahko spremljate tudi na spletni strani: <http://td-barje.si>

Napisala: Mag. Alojzija Strle, predsednica TD Barje



Zmagovalci vseslovenskega natečaja čistilnih akcij Moja-reka.si-2019

Novice društev ČS Rudnik

Zveza športnih društev Krim

V prvi polovici leta smo se posvetili sodelovanju med društvi zveze in pripravljanju programa za prihodnje obdobje. Konec maja pa smo lahko začeli z dogodki, zato smo se udeležili prevzema nogometne žoge na Golovcu. Z našimi društvi smo se udeležili festivala Igraj se z mano, akcije Ljubljana na kolesu ter pripravili dogodka Športna pomlad in Športno poletje. Na Športnem poletju smo zopet združili vesla četrtnih skupnosti, na tradicionalnem 5. tekmovalstvu četrtnih skupnosti v velikih kanujih na Ljubljani. S programom Razgibajmo Ljubljano pripravljamo od 4. do 11. septembra Teden športa v Ljubljani, z društvi pa bomo v Meseču ČS Rudnik pripravili različne dejavnosti za krajanje. Program ZŠD Krim in Razgibajmo Ljubljano spremljajte na www.razgibajmoljubljano.si in na družabnih omrežjih, kjer najdete tudi vse informacije o brezplačnih rekreativnih programih športa, ki jih prek Letnega programa športa omogoča Mestna občina Ljubljana.

Društvo Šola zdravja

Letošnji prvi meseci druženja oziroma telovadbe so bili za večino članov v pričakovanju navodil NIJZ-a, da nam dovoli skupno telovadbo na zunanjem igrišču. Mnogo naših članov je doma pridno telovadilo ob televizorju ali preko spleta. Posamezniki so premagali sebe in z mnogo dobre volje in discipline vsako jutro telovadili na balkonih ali svojih dvoriščih. Med seboj smo navezovali stike s telefoni ali kratkimi stiki na pohodih ali sprehodih. Mnogokrat smo se srečali in si zaželeli skupne telovadbe z druženjem, čeprav v manjšem obsegu ter navodilih NIJZ-a. Tako smo dočakali prvi dan našega ponovnega druženja in skupnih lepih trenutkov telovadbe. Radostno smo pohiteli na igrišče



Foto: arhiv Šola zdravja

Kajak Kanu Kluba in pogled na naše vesele obraze, navdušenje nad obiskom članov, ki jih že dolgo nismo videli na telovadbi je dalo ponoven zagon in energijo, da se je treba truditi in poskrbeti za svoje telesno in duševno zdravje. Z nami telovadi Marjan, vdovec, ki se nam je pridružil v svojem 88 letu in njegova pozitivna volja ter energija za zdravo življenje ga je pripeljala do točke, da je z nami delil in praznoval svojo 90 letnico. Prvič imamo v skupini devetdesetletnika, ki se vsako jutro pripelje s kolesom, teče, telovadi in uživa v pripovedovanju, saj njegova razgledanost in spomin presega marsikoga mlajšega človeka. Občudujemo ga vsi, saj sam poskrbi za sebe, kuhinjo, vrt in z veseljem odpotuje na izlete po Sloveniji ali pa samo na morje.

Na svoj 90 rojstni dan nam je pripravil posebno presenečenje. Po skupni telovadbi se je preoblekel v praznična oblačila, ki jih je imel seboj, si zavezal kravato, dal na glavo klobuk in kot pravi mož stare dunajske šole, nazdravil z nami in zapeli smo tisto lepo pesem VSE najboljše....

V poletnih in jesenskih mesecih načrtujemo nekaj popoldanskih oziroma večernih dejavnosti telovadbe ob Sončnem zahodu, predvidevamo v juniju, avgustu in septembru. Dogodek se bo izvajal na Kajak Kanu Klubu, datumi pa bodo objavljeni naknadno, glede na vreme in zdravstveno situacijo. Poskušali bomo pridobiti dovoljenje in soglasje, da telovadimo v Botaničnem vrtu, pod krošnjami dreves, da pridobi naša telovadba novo energijo in novo kulturno sporočilo.

Zavod NEFIX



Zavod Nefiks skupaj z ostalimi članicami mladinske mreže za karierni razvoj deluje na digitalni platformi Discord, pod strežnikom KAM'C.

Ampak, le kaj je KAM'C? Preprosto povedano je to spletni mladinski center, kjer je pripravljen prostor za razvoj vseh tvojih potencialov. Na tem spletnem mestu pripravljamo delavnice in tečaje kot tudi napotke, kako se kar najbolje predstaviti bodočemu delodajalcu ali svoj nov izdelek ponuditi investitorju. Na KAM'Cu se torej najdejo priporočila za pisanje CV-ja, motivacijskega pisma, nujnih priprav pred razgovorom za del itd. Ne manjka pa niti bolj zabavnih vsebin! Da bi malo zmanjšali stres ob iskanju dela in se malo nasmejali tudi na lasten račun, si na KAM'Cu delimo bolj ali manj nerodne zgodbe in prigode naših dosedanjih razgovorov za delo. Tako vidimo, da nismo edini, ki

se nam kdaj kaj posreči in kako pomembno je vztrajanje na poti do nove zaposlitve. Kaj pa, ko ne vem, kaj bi bilo moje delo? Tudi tukaj ti lahko pomagamo. Na KAM'Cu deluje tudi karierna svetovalnica, kjer se lahko posvetuješ, kakšno pot ubrati. Mladi se torej lahko posvetujejo o kariernem razvoju, karierni orientaciji, študiju ter razvoju kompetenc, ki so potrebne za življenje in trg dela, ki jih lahko pridobilo skozi številne aktivnosti, tudi z mladinskim delom. Kako pa dostopam do KAM'Ca? Preprosto! Dostopaš preko povezave [kamc.mreza-kroj.si](https://bit.ly/3gvCmc9). Preusmerjen si na platformo Discord, kjer se včlaniš ali vpišeš v svoj profil. Zgornji link je tudi direktna povezava v KAM'Ca! Za dodatne informacije in navodila pa pobrsčaj na našem IG in YT profilu ali na povezavi do video navodil: <https://bit.ly/3gvCmc9>. Da boš na tekočem, kateri tečaji se bodo izvajali na KAM'Cu in kakšne dogodke pripravljamo, pa spremljaj e-Nefi novičnik. Na novice se prijaviš: <https://bit.ly/2U8qFRb> ali pa nam sledi na naših profilih Zavod Nefiks na IG, FB, YT in TikTok-u. Karierni mladinski center KAM'Ca in Mrežo KROJ podpira Urad za mladino MOL.

Športno društvo Barje



Telovadke ŠD Barje, Foto: arhiv ŠD Barje

Naše delovanje je tudi letos prilagojeno priporočilom Nijz, delno spremenjeno in okrnjeno. Zaradi zaprtja telovadnic rekreacija ni potekala (moški mali nogomet), telovadba za starejše pa je bila delno na prostem, delno v naših prostorih. Število prisotnih smo prilagodili, prilagojene pa so bile tudi vaje. Sprehodi po Barju pa so naša stalnica. Spleta, zaradi naše starostne strukture skoraj nismo uporabljali, sporočila in razgovori po telefonu pa so vsakdanja stvar.

Moški, ki igrajo mali nogomet, ob lepem vremenu igrajo tenis na prostem. Telovadke ostajajo v naših prostorih v šoli na Izanski cesti 303, kasneje se bodo dobivale pri spomeniku v Kozlarjevi gošči ali pa na parkirišču za cerkvijo v Črni vasi.

Vsako leto organiziramo »Športne igre ŠD Barje«, predvsem za člane društva, vendar so lani in letos odpadle. Letos smo načrtovali igre za zadnjo soboto v juniju, vendar smo jih prestavili na kasnejši čas.

V oktobru naše društvo praznuje 40. letnico obstoja, zato pripravljamo srečanje vseh članov, ki jim rekreacija in druženje lepšata življenje.

Čebelarstvo Barje



Foto: arhiv ČD Barje

ČD Barje je bilo v zadnjih petih mesecih zelo dejavno. Poleg Občnega zbora in treh sestankov Upravnega odbora društva, smo organizirali naslednje aktivnosti: Dan odprtih vrat slovenskih čebelarjev, Praznovanje Svetovnega dneva čebele, Dan odprtih vrat izžrebanim obiskovalcem stojnice Kluba profesionalnih turističnih vodnikov Slovenije, Delavnica na temo: »Rejski program in osnovna izbira v čebelarstvu«, Dan odprtih vrat ČD Barje za vrtce in šole, Izobraževanje - zdravstveno varstvo čebel. Tudi v prihodnje načrtujemo vrsto aktivnosti, prvi večji pa bo Medena tržnica, 28.8.2021 med 9.00 in 12.00. Medena tržnica bi potekala pri družbenem čebelnjaku. Člani našega društva bi ponudili med in druge čebelje pridelke. Zavedamo se, da je promocija lokalne hrane ključna za ohranitev slovenske pridelave in predelave hrane. S ponudbo našega medu, želimo, pospešiti ponudbo in povpraševanje po kakovostnem medu, pridelanem lokalno in trajnostno, ter s tem izboljšati oskrbo krajanov in dvigniti raven samooskrbe.



Vrtčevski otroci na obisku, Foto: arhiv ČD Barje

ZOLB

Zavod za ohranjanje naravne in kulturne dediščine Ljubljanskega barja - ZOLB, nadaljuje svoje poslanstvo. Tako si je za letošnje leto zadal nalogo, da v starem delu struge Iščice v bližini naselja Hauptmanc, vzpostavi habitatne pogoje za ponovno naselitev potočnega raka jelševca. Pri naravovarstvenem projektu sodeluje tudi MOL, Oddelek za varstvo okolja.

Konec 19. stoletja je v večini evropskih držav izbruhnila račja kuga, ki jo povzroča gliva *Aphanomyces astacij* in je skoraj pokončala populacijo potočnih rakov. Bolezen je prizadela tudi Slovenijo, vendar so se domorodne vrste rakov ohranile v nekaterih odmaknjenih potokih. Tako je nekaj primerkov prisotnih tudi v zgornjih pritokih Iščice, kot so Draščica, Želimeljščica in Maharski graben. Največja nevarnost za preživetje slovenskih avtohtonih potočnih rakov predstavlja oporečni vodni sistem in vnos »uvoženega« (Severna Amerika) signalnega raka, ki še vedno prenaša račjo kugo. Tujerodna invazivka je okoli leta 2000 iz avstrijskih voda, našla pot do slovenskih rek in potokov, ki tako ogroža obstoj vseh treh (koščak, koščenec in jelševac) domorodnih potočnih rakov. Čeprav se posamezne barjanske lokalne skupnosti trudijo urbane in industrijske odpadne vode očistiti, se vse pogostejše dogajajo nepredvidene »tehnične« težave. Vodnega in obvodnega življenja je namreč na Ljubljanskem barju



Foto: Arhiv ZOLB

čedalje manj. K temu prispeva svoj delež tudi izrazito povečano intenzivno kmetijstvo, ki ne upošteva pravilne uporabe kemičnih sredstev. Zaradi strukture barjanskih tal (nepropustna ilovica) se lahko tudi do polovico strupenih substanc (odvisno od klimatskih razmer in obdelovalne podlage) porazgubi v odvodne sisteme in zrak.

Ponovna vzpostavitev primernih življenjskih pogojev za raka jelševca, spreminja podobo zapuščenih, s kosovnimi odpadki obremenjenih, brežin stare (regulacija 1960) struge Iščice.

Območje sredi Ljubljanskega barja, imenovano Žugov tolmun, zaščiteno z vsemi možnimi naravovarstvenimi in okoljskimi,

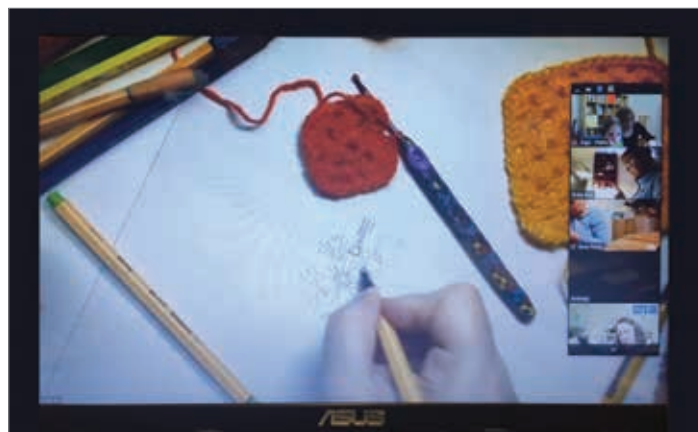
včasih tudi kontradiktornimi omejitvenimi predpisi, ZOLB z dovoljenjem ARSO in občasno podporo MOL, sanira že od leta 2014. Erozija brežin in dokaj močni poplavni tokovi kraške reke Iščice namreč vedno znova odkrivajo nove zakopane primere kosovnih odpadkov, predvsem avtomobilskih delov. Pojavljajo pa se tudi popolnoma novi primeri onesnaževanja okolja. Iščica in njena brežina je namreč v skoraj vsej svoji dolžini obremenjena z naplavinami PVC fekalnih filtrov premera fi 20 mm in debeline cca 4 mm, ki so po nesreči odplavali iz ČN Ig. Plastične elemente, ki so porasli z algami je v vodi in travinju težko opaziti, zato obstaja nevarnost zaužitja, tako za prostoživeče kot tudi za domače živali. Zavod za ohranjanje naravne in kulturne dediščine Ljubljanskega barja-ZOLB precejšen del svoje dejavnosti posveča prav sanacijam degradiranim območjem na način, da se ponovno vzpostavijo habitatni pogoji za življenje domorodnih živalskih in rastlinskih vrst. Po šestih letih vzdrževanja Žugovega tolmuna, kjer se prepleta značilna barjanska panorama s kraško reko, občasno »mrtvo« strugo, mlako, poplavnim gozdičkom, tremi otočki, avtohtono vegetacijo travnih zeli in obširnim zaledjem travišč, lahko z zadovoljstvom ugotavljamo, da so na tem majhnem prostoru Barja, ponovno našle svoj življenjski prostor številne ogrožene živalske in rastlinske vrste. V pričakovanju, da se obstoječi biotski pestrosti pridruži še rak jelševac, bodo naravi prijazni obiski, predvsem pa naravoslovne delavnice za učence in dijake, na brežinah obeh Iščic, še bolj zanimiva in poučna.

Poligilda, društvo ustvarjalcev

V prvi polovici leta 2021 se »covid-19 situacija« ni spremenila, a smo si medtem v društvu Poligilda ustvarile utečen sistem izvajanja delavnic, prek Zooma. Obisk je bil tudi v prvi polovici tega leta nad pričakovanji. Poleg klasičnih delavnic, pa smo se odločile ponuditi še nekaj drugega.

Celoten trend digitalnega dogajanja (objave uporabnikov FB in IG) je namreč nakazoval želje po več znanja kvačkanja, vezenja, pletenja in podobnih ročnih pretnosti, zato smo pripravile mesec tradicionalnih ročnih del. Podati znanje kvačkanja, tkanja, vezenja in šivanja prek kamere je bil zares velik izziv, a smo ga, po odzivu udeleženk, odlično opravile.

Ker v poletnih mesecih ne izvajamo ustvarjalnih delavnic vas ponovno vabimo v našo družbo od septembra dalje, kjer bomo v okviru Meseca ČS Rudnik pripravile različne dejavnosti. Takrat



Učenje kvačkanja prek spleta, Foto: arhiv društva Poligilda

bomo zopet začele tudi z delavnicami izdelave nakita s polimerno glino. Informacije o našem delu boste najhitreje dobili, če se prijavite na prejetje novic na poligilda.slo@gmail.com ali nas spremljate na družabnih omrežjih. Na spletni strani www.poligilda.si pa lahko poiščete tudi kakšne ustvarjalne ideje.

Kljub neprijazni »covid-19 situaciji«, ki je za predolgo preprečila druženje, smo v Poligildi izkoristile vse možnosti, ki jih omogoča svetovni splet. Tako smo se članice društva 6 mesecev, vsak teden dobivale na Zoom srečanjih, kar je veliko bolj pogosto kot se nam uspe srečavati v živo. Tedenska srečanja društva in delavnice prek Zooma so nas v tem času zares povezala, zato bomo dobre prakse, ki smo jih prevzele, nadaljevale tudi vnaprej.

Športno društvo Golovec trails

V ŠD Golovec trails smo do sedaj v letu 2021 veliko časa posvetili ureditvi obstoječih trailov, izvajali otroško MTB šolo, zgradili in otvorili dva nova legalna MTB traila, intenzivno izvajali privatne, mesečne in dnevne tečaje ter vodene ture za obiskovalce. Poleti nadaljujemo z izvedbo:



Prizadevni prostovoljci ŠD Golovec trails. Foto: arhiv ŠD Golovec trails

- tečajev za odrasle (začetne in nadaljevalne)
- brezplačno rekreacijo v sodelovanju z MOL in Razgibajmo Ljubljano
- izvedbo 4 otroških MTB vikendov (za otroke od 6 do 15 leta starosti)
- izvedbo dobrodelnega dneva Na dobri strani Golovca (datum še ni znan)
- organizacijo festivala Ljubljana MTB vikend in gorsko kolesarsko tekmo na Golovcu v disciplini enduro 12.9.2021

Vabimo vse, da se nam pridružijo, spoznajo naš način dela in odkrijejo gorsko kolesarstvo, šport ki ti preide v kri. Imamo članice vseh starosti.

Sadjarstvo in vrtnarsko društvo v Ljubljani

Leto 2020 je bilo drugačno, koronski primež je spremenil naša življenja in čeprav v tem času malo popušča, še kar terja svoj davek. Našo dejavnost smo zaradi koronskega primeža nekoliko spremenili. Najprej mogoče našo primarno dejavnost, ki je poleg druženja prav gotovo širiti znanja. Hladna zimska predavanja bomo prestavili na poletni čas. Predavanja v predavalnicah, pa bomo prenašali tudi preko svetovnega spleta. Če bomo zasedeni z delom ali pa bomo na drugem koncu sveta, bomo vseeno lahko prisluhnili strokovnjakom. Obiski odličnih praks bodo gotovo potekali v manjših skupinah, kar pa le ni tako slabo, saj bomo boljše slišali in lažje vprašali. Na prvi pogled se mogoče zdi, da se je spremenilo le na slabše, ampak v društvu se ne damo in verjamem, da vam bo prirejen program v veselje in da vas bo popeljal novim izzivom naproti. Začeli bomo s Spomladansko izmenjavo pri Vrtnarski hiši na Rudniku, kjer Jerneja z veseljem pomaga pri izbiri in tudi s kakšnim odgovorom na težave, ki jih imamo v vrtu. Nadaljevali pa smo s prvim letošnjim predavanjem Slive, prof. Valentina Usenik, UL BF, na Biotehniški fakulteti. Letošnji sklop predavanj zajema 7 različnih tem, predavatelji pa so najboljši strokovnjaki s področja, več podrobnosti na naši spletni strani www.sadjar-vrtnar.si. Lepo povabljeni v našo družbo.

Projekt Livada, LivadaLAB

V zadnjih petih mesecih smo zasadili Skupnostni vrt LivadaLAB, na katerem zdaj že lahko nabereмо redkvice, korenje, solato. V začetku junija smo organizirali piknik, s katerim smo otvorili novo sezono vrtnarjenja. Na pikniku smo spoznavali bližnje sosesde, spoznali ljudi, ki jih prav tako zanima vrtnarjenje, iskali predloge za razširitev vrta in postavitev novih objektov na LivadaLAB, igrali odbojko in seveda jedli okusne jedi z žara. Najpogostejša predloga za objekte sta bila streha in gugalnica, tako da smo si zadali cilj, da bo oboje stalo na LivadaLAB že v letošnjem letu. Poleti načrtujemo več športnih dogodkov (13. julij in 17. avgust). Prav tako načrtujemo več delavnic na temo zelišč, zdrave lokalne prehrane, delavnica veganske kuhinje, vrtnarjenja in podnebnih sprememb. Preko teh delavnic bodo udeleženi pridobili znanja vrtnarjenja po principih permakulture, uporabe različnih zelišč, alternativnih načinov priprave hrane in še mnogo več. Prav tako vsako sredo na LivadaLAB poteka program Mladinskega centra Bob. Na LivadaLAB smo od 17.00 do 21.00. V okviru programa se lahko mladi pridružijo vrtnarski skupnosti, urijo svoje tehnične sposobnosti s postavljanjem strehe, uživajo v naravi, pripravljajo piknike in druge dogodke, in še mnogo več. Na LivadaLAB je poleg veliko človeške aktivnosti kar nekaj tudi živalske aktivnosti. Ene prvih sadik, ki smo jih v letošnjem letu prinesli na LivadaLAB je bilo 19 sadik solate, ki smo jo sami vzgojili iz semena. Ob naslednjem obisku Livade pa o sadikah ni bilo ne duha ne sluha, sosed nam je poslal le sliko mladega srnačka, ki je redni nočni obiskovalec prostora in je očitno užil pridelke skupnostnega vrta. No čez nekaj časa pa prav na tistem mestu, kjer se je zgodila pojedina začnejo iz zemlje rasti male solate, očitno je ostalo neko seme od prejšnjega leta v zemlji in sedaj sklilo. Nauk te zgodbe, včasih narava kaj vzame in včasih kaj povrne, zato jo moramo spoštovati.

Nasilje nad starejšimi

V mesecu juniju obeležujemo svetovni dan osveščanja o nasilju nad starejšimi, katerega pobudnica je bila Mednarodna mreža za preprečevanje nasilja nad starejšimi, ustanovljena leta 1997 v Kanadi.

Mnogotere oblike nasilja

Nasilje nad starejšimi je po definiciji Svetovne zdravstvene organizacije »enkratno ali ponavljajoče se dejanje oziroma neustrezno obnašanje, ki se dogaja znotraj vsakega odnosa, ki temelji na zaupanju in ki škodi starejši osebi ter jo spravlja v nevarnost«. Kot opazamo pri delu s starejšimi je najbolj pogosto psihično, fizično in ekonomsko nasilje, druge oblike nasilja pri tem niso izključene.

Med nasilje pa spada tudi zanemarjanje, to je odtegotanje nujnih življenjskih stvari, kot so na primer hrana, oblačila in zdravila. Med specifične oblike nasilja pa sodijo tudi omejevanje gibanja, prisilno hranjenje, prisilno oblačenje in umivanje, zanemarjanje, preprečevanje osebnih stikov, preprečevanje opravljanja vsakodnevnih opravil.

Zamolčano in prikrito nasilje

Nasilje nad starejšimi je žal še vedno prikrito in zamolčano, kot ugotavljajo številne raziskave. V okviru Delovne skupine za nasilje v zdravstveni negi ugotavljajo, da »starejši o tem, da doživljajo nasilje s strani lastnih otrok, vnukov in partnerjev ali pa s strani zaposlenih v zdravstvu in socialnem varstvu, zelo težko spregovorijo.

Strah, nemoč, sram in odvisnost jim preprečujejo, da bi o svoji stiski spregovorili z osebami ali organizacijami, ki jim lahko pomagajo. Bojijo se, da bi razkritje nasilja še povečalo njihovo ogroženost ter odvisnost in jih pripeljalo še v večjo stisko.« Tudi centri za socialno delo opazujemo, da veliko težavo predstavlja sama prijava nasilja, ker večina starejših ne želi, da se nasilje nad njimi prijavi, ker je to nekaj, kar tudi za same žrtve ni sprejemljivo, sega izven tradicionalnih okvirjev in načina njihovih prepričanj in načina življenja.

Reagirajmo!

Pomembno je, da nasilje prepoznavamo in ustrezno odreagiramo, s prijavo nasilja na policijo ali pa na center za socialno delo. Ob tem je pomembno poudariti, da je v skladu z zakonodajo dolžan vsakdo takoj obvestiti center za socialno delo, policijo ali državno tožilstvo, v kolikor sumi, da je žrtev nasilja oseba, ki zaradi osebnih okoliščin ni sposobna skrbeti zase.

Nasilje ne sme biti nekaj družbeno sprejemljivega. Imejmo ničelno toleranco do nasilja ter s prepoznavanjem in pravilnim ravnanjem preprečimo pojav nasilja nad starejšimi.



Policisti opozarjajo!



Preprečite drzne tatvine v vaših domovih Kako delujejo drzni tatovi?

- Žrtve so pogosto starejše osebe na osamljenih krajih, tatvine pa se največkrat zgodijo dopoldne.
- Tatovi delujejo v skupinah.
- Eden izmed tatov vas zamoti z različnimi pretvezami (sprašuje za pot; poizveduje, ali ste sami doma; pove, da je iz komunalnega ali telekomunikacijskega podjetja, elektro-podjetja ipd. in da bo v okolici vašega doma napeljeval kable, kopal jarke; razlaga, da zbira staro železo; prosi za vodo ipd.) in poskuša zvabiti stran od doma.
- Drugi tatovi medtem vstopijo v vaš dom ter krajejo denar in vrednejše predmete.

Kako ukrepati, da ne postanete žrtev tatov?

- Bodite pozorni na sumljiva vozila in osebe v okolici svojega doma ter o tem obvestite policijo na telefonski številko 113.
- Vedno zaklepajte vrata, zapirajte okna in doma ne hranite večjih vsot denarja.
- Neznancev ne spuščajte v svoj dom.
- Pogovor z njimi opravite na varni razdalji (skozi okno, z balkona ipd.).
- V pogovorih s sumljivimi osebami vzbudite prepričanje, da niste sami doma.
- Na pojav takšnih oseb opozorite sosede.
- Ko vas ni doma, imejte v hiši oziroma stanovanju prižgano luč in se dogovorite s sosedi, naj bodo pozorni tudi na vaš dom.

Kako ukrepati, če postanete žrtev tatov?

- Obvestite policijo na telefonski številki 113.
- Zapomnite in zapišite si čim več podatkov o tatovih (opis zunanega videza, uporabljeno vozilo, smer odhoda ipd.).
- Do prihoda policistov ne hodite tam, kjer so se gibali tatovi, in ne premikajte predmetov, s katerimi so bili ti v stiku.

Naš Golovec

Foto: Katarina Juvanc Šinkovec, Aliana Moccattello

Ko v teh vročih dneh iz razbeljenega betona stopimo v zavetje gozda, je pravi užitek, ko lahko zadihamo, se sprosimo in se sprehodimo skozi zelenje, tišino. Takrat se zavemo, kakšno srečo imamo, da imamo tako lep del narave praktično sredi mesta.

Gozdnata vzpetina Golovec je bila še v začetku 19. stoletja gola, od tod tudi ime. Sredi 19. stoletja so se mestne oblasti odločile za pogozditev tega območja. Zato imamo lahko danes sredi prestolnice enega od mestnih gozdov, eno od priljubljenih rekreativnih točk v Ljubljani. Golovec je zaščiten kot gozd s posebnim namenom, od januarja 2021 pa tudi dokončno urejen kot urbani gozd. V gozdu so urejene rekreacijske in učne poti ter prostori za sprostitev.

Ljubljana, Zelena prestolnica Evrope, to ime nosi z razlogom. Kakovost bivanja nam dvigujejo številne zelene površine. Gibanje v naravi, med drevesi nas sprosti zato sprehod skozi gozd pomembno vpliva na nas. Redno dnevno gibanje pomaga k boljši kondiciji, fizični in umski, gibanje v naravi pa pripomore tudi do bolj odgovornega odnosa do okolja, narave in družbe. Gozd, praktično na pragu doma, pa nam v vročih poletnih dneh ponuja osvežilno sprostitev v senci krošenj in prijetni tišini.

Zaradi reliefne razgibanosti je Golovec primeren za različne oblike rekreacije, od lahkih sprehodov, do pohodov in kolesarjenja. Raznolikost in konfiguracija terena Golovca omogočajo, da si prav vsak lahko izbere sebi in svoji fizični pripravljenosti primerne poti. Na 650 hektarih se na Golovcu srečujejo sprehajalci, tekači, turni in gorski kolesarji, od začetnikov oz. občasnih rekreativcev do izkušenih športnikov. Od kratkohladičnikov do čilih starostnikov. Golovec je tudi prostor, kjer imajo dovolj prostora tudi hišni ljubljenci z lastniki.



Table na vstopnih točkah Golovca

Na Golovcu so bile že v preteklosti urejene učne poti. Z ureditvijo urbanega gozda v projektu URBforDAN pa se je gozdni pedagogiki namenila še posebna pozornost. Poleg tega, da so učne poti sedaj označene in primerno opisane, je urejenih tudi

več učnih točk. Najbolj opazni in obiskani sta gozdni učilnici oziroma učna pripomočka, vitrina za predstavitev avtohtonih drevesnih vrst na Golovcu in gozdni planetarij. Namenjeni sta izobraževanju tako otrok in mladine kot odraslih obiskovalcev.

Zadnje leto je bilo leto, ko smo veliko časa preživel doma in v naravi v bližini svojega doma. Zato smo imeli tudi dovolj časa za razsikovanje najbližje domače okolice. Veliko vas Golovec pozna res dobro, saj ste v gozdu nekoč preživljali veliko več časa, kot v novejšem času. Za marsikoga je bil Golovec edino igrišče, ki ga je poznal. In, če pogledamo skozi sodobne oči lahko rečemo, da je bilo to igrišče zares lepo in veliko. A vidimo, da znajo tudi mlajše generacije ceniti naravo in gozd. Zato nam je v veselje, ko vidimo, da so skupine gozdnega vrca v vrcu Galjevica najbolj zaželeno skupino!



Različne usmerjevalne table in totemi

Nova urbana oprema na Golovcu je bila dokončno postavljena januarja 2021, konec marca je bila uradna otvoritev. Oprema je bila postavljena oziroma urejena v okviru evropskega projekta URBforDAN. Poleg učnih točk so bile postavljene tudi informativne, označevalne in usmerjevalne table, v obliki lesenih stebrov oziroma totemov, postavljena pa je tudi nova oprema za obiskovalce, lesene klopi, mize in podesti.

Z novo opremo Golovca se obiskovalcem omogoča bolj kakovostno raba gozdnega prostora, obenem pa se tudi ozavešča o spoštljivem vedenju na tem območju, tudi z gozdnim bontonom, ki je sestavni del nekaterih informacijskih totemov.

Vsebine za Golovec so bile oblikovane na podlagi strokovnih usmeritev ter predlogov, obravnavane so bile na več delavnicah z uporabniki območja, lastniki zemljišč in različnimi drugimi javnostmi. Od vsega začetka smo pri oblikovanju vsebin in opreme s predlogi sodelovali tudi predstavniki ČS Rudnik, saj smo si dolga leta prizadevali, da se poti po Golovcu primerno označijo in uredijo.



Urejene so vstopne točke, prostori za parkiranje avtomobilov in koles.

Vstop na Golovec je v naši četrtini skupnosti urejen na treh dostopnih točkah: na spodnjem Rudniku, pri Jesihu (Peruzzijska) in na Rakovniku. Tam so postavljene informacijske table, stojala za kolesa, na nekaterih lokacijah so urejena tudi nova parkirna mesta (pri Jesihu), na drugih lokacijah je ureditev parkirnih mest v načrtu.

Obiščite Golovec, izkoristite ga za aktivno preživljanje prostega časa, rekreacijo, učenje, druženje ali le za prijateljsko srečanje v gozdu. V gozdu je dovolj prosotora za vse, če smo obiskovalci kulturni in strpni. Gozdni bonton ni samo to, da skrbimo, da narava ostane taka, kot smo jo dobili, je tudi kultura srečavanja, prijazen pozdrav, zmanjšanje hitrosti na kolesu, pripeti pse na povodce in še veliko majhnih pozornosti, ki nas naredijo bolj zadovoljne.



Bonton v mestnem gozdu



Mazovnik (450 m) je najvišji vrh Golovca, nad 400 m pa se lahko povzpemo še na Črni hrib (440 m), Luknje (431 m), Golovec (413 m) in Hruševski hrib (405 m).



Na Golovcu od leta 1959 stoji Astronomsko-geofizikalni observatorij Golovec. V njegovi bližini je urejena ena od gozdnih učilnic.



Gozdni pedagogiki je namenjena tudi vitrina za predstavitev avtohtonih drevesnih vrst. Nahaja se nekoliko stran od naprav za vadbo.



Na Golovcu izvira več potokov. Največja sta Bizoviški in Dolgi potok, ki se izlivata v Ljubljano. Na Rakovniku imamo Veliki in Mali bajer.



Po Golovcu so speljane in označene: PST, Jakobova pot, Slovenska turnokolesarska pot, Srčna pot, Oskarjev pohod.



Na Golovcu so urejene poti za gorske kolesarje, naravne enosteznice in težje poti s skoki t.i. traili.



Nekdanja Italijanka, makadamska cesta Pot čez Golovec povezuje Rudnik in Hrušico. Z ureditvijo Golovca je promet po njej dovoljen le lastnikom zemljišč in intervenciji.



Žal smo prevečkrat priča vandalizmu, uničevanju opreme, rastlin in onesnaženju okolja. Namen opreme je, da je za obiskovalce uporabna. Vandalizem, ki smo mu bili priča takoj po postavitvi opreme je odraz tistih, ki ne spoštujejo nikogar, niti sebe. Žal se najdejo tudi taki, ki na Golovcu odvržejo nevarne salonitne plošče, odlomijo planete na maketi ali uničijo redke rastline. *Digitalis purpurea*, »Golovška orhideja« je redkost, žal je letos zdržala le nekaj dni, saj so bile vse tri rože kmalu po cvetenju odtrgane in uničene.



Po celem Golovcu so nove klopi za počitek in druženje, telovadne naprave pa aktivno uporabljamo že nekaj let. Za sprehajalce je nad cerkvijo še ena novost, orientacijska tabla po krajih in vrhovih po Sloveniji.

O projektu URBforDAN

(vir: www.ljubljana.si)

V evropskem projektu URBforDAN – upravljanje in raba urbanih gozdov kot naravne dediščine v podonavskih mestih nadgrajujemo dosedanje dosežke in prizadevanja za ohranjanje mestnih »zelenih pljuč« in biotske raznovrstnosti. Ukvarjamo se s trajnostno rabo naravnih virov in razvojem socialnih funkcij urbanih gozdov na območju Podonavja. V projekt je poleg Ljubljane, ki je vodilni partner, aktivno vključenih še šest podonavskih mest (Dunaj, Budimpešta, Cluj-Napoca, Zagreb, Beograd in Ivano-Frankivsk) ter pet gozdnih organizacij.

Cilj projekta je omogočiti bolj kakovostno izrabo gozdnega prostora, ki ga uporabljamo v različne namene, na primer za športno rekreacijo, izobraževanje, sproščanje, trajnostni turizem in drugo. V Ljubljani smo za testno območje projekta izbrali Golovec.



Projekt se izvaja v okviru programa Interreg Podonavje (Danube Transnational Programme – DTP) in je podprt s sredstvi Evropskega sklada za regionalni razvoj.

Koristne informacije

Policija

Klic v sili 113

Anonimni telefon 080 1200

www.policija.si



Mestno redarstvo Ljubljana

01/306-16-20

e-pošta: glavna.pisarna@ljubljan.si

www.ljubljana.si/sl/mestna-obcina/mestna-upravamu-mol/prekrskovna-organa/mestno-redarstvo

Zdravstveni dom Ljubljana, enota Vič Rudnik

Enota Rudnik, Rakovniška ulica 4, 1000 Ljubljana, 01/420-24-00

Enota Vič, Šestova 10, 1000 Ljubljana, 01/200-45-00

e-pošta: tajništvo:taj.vic@zd-lj.si

www.zd-lj.si



Zavod za oskrbo na domu

Poljanska cesta 97, 1000 Ljubljana

01/239-65-00,

enota Vič Rudnik: 01/24-20-600

e-pošta: info@zod-lj.si



Vrtec Galjevica

Galjevica 35, 1000 Ljubljana 01/420-47-00

e-pošta: tajnistvo@vrtec-galjevica.si

www.vrtec-galjevica.si



JP VOKA Snaga

Vodovodni ali kanalizacijski sistem 01/580-81-00

Ravnanje z odpadki 01/477-96-00

e-pošta: vokasnaga@vokasnaga.si

www.vokasnaga.si



Gasilska brigada Ljubljana

klic v sili 112

Vojkova cesta 19, 1000 Ljubljana

01/234-20-00

e-pošta: gbl@gb.ljubljana.si

www.gasilskabrigadaljubljana.si



Rdeči križ Slovenije - Območno združenje Ljubljana

Tržaška cesta 132, 1000 Ljubljana

01/425-34-19

e-pošta: rdecikriz@rks.si

www.rks.si



Spominčica - Alzheimer Slovenija

Luize Pesjakove, 1000 Ljubljana, 01/256-51-11

Svetovalni telefon: 059/305-555

e-pošta: info@spomincica.si

www.spomincica.si



Dnevni center aktivnosti

Pot k ribniku 3a, 1000 Ljubljana

01/427-12-21

e-pošta: rudnik@dca-ljubljana.org

www.dca-ljubljana.org



Osnovna šola Oskarja Kovačiča

Ob dolenski železnici 48

1000 Ljubljana 01/280-91-00

e-mail: os-oskar.kovacic@guest.arnes.si

www.ososkar.si



Mladi Zmaji

Resljeva cesta 18, Ljubljana

01/306-40-64

e-pošta: info@mladizmaji.si

www.mladizmaji.si



Mestna knjižnica Ljubljana, knjižnica Rudnik

Dolenjska cesta 11, 1000 Ljubljana 01/308-57-10

e-pošta: rudnik@mkjlj.si

www.mkjlj.si

odpiralni čas:

pon od 12.30 do 19.00

tor od 12.30 do 19.00

sre od 08.00 do 15.00

čet od 12.30 do 19.00

pet od 12.30 do 19.00

(poletni odpiralni čas velja do 28. avgusta 2021)



September, mesec Četrtni skupnosti Rudnik

V Mesecu ČS Rudnik bodo društva in zavodi pripravili različne predstavitve na sedežih društev in zavodov ali drugih lokacijah, dneve odprtih vrat, demonstracije programov, predstavitve na Tednu športa, Razgibajmo Ljubljano, Festivalu za tretje življenjsko obdobje, ob Evropskem tednu mobilnosti in drugih priložnostih.

Osrednja dogodka v Četrtni skupnosti Rudnik

16.–22. september 2021, Evropski teden mobilnosti

**25. september, Oskarjev pohod z zaključkom
na Dnevu ČS Rudnik**

Točne informacije o posameznih dogodkih in sodelujočih bodo objavljene na spletnih straneh

ČS Rudnik <https://www.ljubljana.si/sl/moja-ljubljana/cetrtna-skupnosti-v-ljubljani/cetrtna-skupnosti-v-ljubljani-2/cetrtna-skupnost-rudnik/>

in Rudniška četrtna www.rudniskacetrtna.si,

na facebooku Četrtna skupnost Rudnik, na oglasnih deskah, pri društvih in v ČS Rudnik na telefonski številki 01 428-03-45

Vabljeni v našo družbo!