

TISKOVINA

POŠTNINA PLAČANA PRI POŠTI 2254 TRNOVSKA VAS



# Trnovski ZVON

Glasilo Občine Trnovska vas

Trnovski zvon št. 2, letnik VII, julij 2007

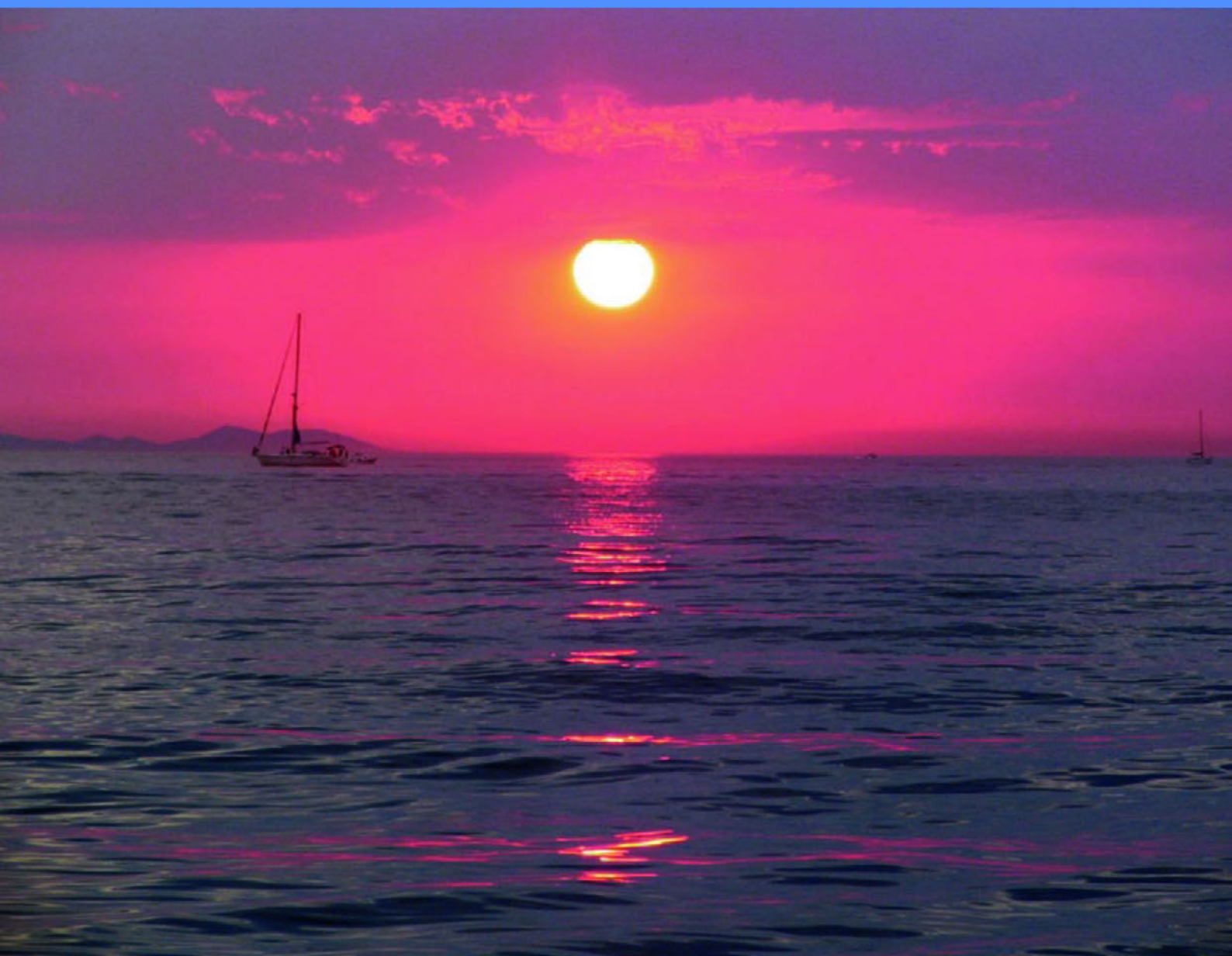


Foto: Matjaž Kramberger

## Obrazložitev izjave o nasprotovanju gojenja gensko spremenjenih organizmov

V uradnem vestniku Občine Trnovska vas, št. 6/2007 je objavljen Sklep o potrditvi izjave o nasprotovanju gojenja gensko spremenjenih organizmov (GSO) na območju občine Trnovska vas, katerega je sprejel Občinski svet Občine Trnovska vas na svoji 8. redni seji, dne 12. 6. 2007.

### Obrazložitev izjave o nasprotovanju gojenja gensko spremenjenih organizmov (GSO) na območju občine Trnovska vas:

Trenutno je v Sloveniji v državnozbornski obravnavi Predlog zakona o soobstoju gensko spremenjenih rastlin z ostalimi kmetijskimi rastlinami, saj mora Slovenija na podlagi evropskih pravil to področje tudi ustrezno urediti z nacionalno zakonodajo. Čeprav je predlog zakona dokaj restriktiven, sedaj zaradi pritiska številnih gospodarskih lobijev (tudi evropskih!) obstaja nevarnost, da bo v Sloveniji odslej dovoljeno uporabljati gensko spremenjene rastline tudi v odprtem prostoru.

Tako se je inštitut za trajnostni razvoj januarja 2007 pridružil vseevropski kampanji za ohranitev in zavarovanje kmetijstva brez GSO in za zagotovitev pravice potrošnikov do izbire hrane brez GSO (pobudnik Friends of the Earth Europe). Tako trenutno poteka kampanja ustanavljanja območij brez GSO. Neposredni cilj kampanje je, da čim več slovenskih občin sprejme izjavo o območju brez gensko spremenjenih organizmov. Posredni cilj je Slovenijo ohraniti brez gojenja GSO in s tem preprečiti neželene okoljske, zdravstvene, socialne in ekonomske posledice. Želimo se pridružiti prek 4500 občinam in 170 regijam brez GSO po vsej Evropi!

Razlogi, da ohranimo Slovenijo in našo občino brez gojenja GSO so naslednji:

1. Opredelitev za »območje brez GSO« je skladna s strategijo občine na področju razvoja podeželja, vključno s cilji glede razvoja turizma, socio-ekonomskimi cilji in ohranitvijo okolja.
2. Gojenje gensko spremenjenih rastlin je neposredno povezano z okoljskimi tveganji. Na herbicide in na škodljivce odporne rastline, ki so bile v Evropski uniji avtorizirane za gojenje, lahko negativno učinkujejo na biotsko raznovrstnost in ekološko ravnovesje naše občine. Še posebej to velja za še neavtorizirane

GS-rastline. O tveganjih dodatno priča dejstvo, da države prepovedujejo gojenje GSR na varovanih območjih narave (zavarovana območja in območja omrežja Natura 2000) in drugih občutljivih območjih, določenih s predpisi, ki urejajo ohranjanje narave, zaradi možnih negativnih posledic za prosto živeče živali in rastlinske vrste ter njihov življenjski prostor.

3. Slovenija se ponaša z nadpovprečno visoko stopnjo biotske raznovrstnosti in razmeroma nedotaknjeno naravo. Te razmere so prispevale k usmerjanju v kmetijstvo, ki temelji na varovanju okolja in ohranjanju pestrosti avtohtonih sort rastlin in živali ter okolju prijaznejši rabi zemljišč in pridelavi hrane, kot ga že od l. 2001 spodbuja tudi kmetijsko okoljski program. Naraščajoč delež zemljišč v ekološki obdelavi (približno 5,5 % vseh KZU) dokazuje, da Slovenija nima le ekološko edinstvenega položaja, temveč tudi dobre pogoje za uspešno sodelovanje na hitro razvijajočem se domačem in evropskem trgu ekoživil. Novembra 2005 je slovenska vlada sprejela Akcijski načrt razvoja ekološkega kmetijstva v Sloveniji do l. 2015, s katerim načrtuje bistveno povečanje obsega ekološke pridelave. Uporaba GSO v slovenskem kmetijstvu bi izničila te ugodne razmere in ves razvojni potencial. Situacija v občini Trnovska vas je še posebej občutljiva, saj je več delov njenega ozemlja vključenega v zavarovana območja in ima zavarovana rastišča rastlin, ki so na rdečem seznamu rastlin, ki so ogrožena. Vsak nekontroliran poseg v obstoječo izredno biotsko raznovrstnost lahko ima nepopravljive posledice.

4. Povsod po svetu, kjer GSO gojijo v večjem obsegu, naraščajo problemi z onesnaževanjem običajnih in ekoloških posevkov z GS-pelodom in GS-semeni. Ekološki kmetje v ZDA in Kanadi sprožajo kolektivne tožbe proti proizvajalcem GS-semen, ker svojega pridelka ne morejo več ohranjati brez GSO. V Veliki Britaniji je vlada ustanovila komisijo, da bi proučila, ali je soobstoje kmetijstva z GSO in kmetijstva brez uporabe genske tehnologije v državi sploh možen in ali ne bi to neizogibno privedlo do onesnaženja vseh pridelovalnih območij. Poročilo te komisije je vzbudilo velik dvom glede

uresničljivosti »soobstoja«.

Tudi poročila neodvisnih organizacij kažejo, da so poleg stroge zakonodaje nujni tudi ustrezni preventivni ukrepi, ker je onesnaževanje z GSO izjemno resen globalni problem. Nedavno poročilo razkriva 113 primerov onesnaženja z GSO v 39 državah sveta, čeprav je le v polovici teh držav dovoljeno gojenje nekaterih GSO.

5. Če bi transgene rastline v Sloveniji kadarkoli začeli gojiti komercialno, bi morali predpostaviti, da bi zaradi nenehnega in široko prisotnega onesnaževanja na dolgi rok postalo nemogoče tako ekološko kmetijstvo, kot tudi običajno kmetijstvo brez GSO.

6. Do sedaj niso bile dokazane koristi transgenih rastlin za kmete, predelovalno industrijo ali potrošnike. Na drugi strani pa GSO prinašajo velika tveganja, še posebej v slovenskih razmerah.

7. Rezultati javnomnenjskih raziskav kažejo prepričljiv in vztrajen odpor večine Evropejcev do gensko spremenjene hrane (Eurobarometer 2001 in 2005). Tudi slovenske ankete kažejo enako (85 % »proti« v anketi KGZS jeseni 2006). Torej bi bilo dovoliti gojenje GSO v Sloveniji nespametno, ne samo z ekološkega, temveč tudi z ekonomskega vidika.

**Manfred Jakop**, dipl. ing. agro.,  
svetnik Občine Trnovska vas:

## Leto 2007 – Leto svetega pisma

Svet krščanskih Cerkev v Republiki Sloveniji, v katerega so povezane Katoliška Cerkev, Srbska pravoslavna Cerkev in Evangeličanska Cerkev je že januarja 2006 razglasil leto Svetega pisma, ki traja od 1. januarja do 31. decembra 2007. Sveto pismo je namreč temeljni dokument naše duhovne in splošne kulture. V začetku nastajanja slovenske narodne biti se je njegova božanska vsebina utelesila v vseh oblikah našega jezika in pismenstva. V Brižinskih spomenikih je Sveto pismo prešlo v slovensko besedo in literarno obliko v odlomkih, v 16. stoletju pa je postalo zares slovensko v prvem celotnem prevodu Svetega pisma. S Svetim pismom v slovenskem jeziku smo se uvrstili med napredne evropske narode, ki jim svetopisemsko sporočilo o smislu življenja in o cilju vse naše dejavnosti daje polet. Po vstopu v Evropsko skupnost se z razglasitvijo leta Svetega pisma uvrščamo med tiste evropske narode, ki so Sveto

pismo posebej počastili z letom Svetega pisma. Svet krščanskih Cerkev se tako obrača na vse ljudi dobre volje, da vzamejo Sveto pismo v roke in ga berejo. V tem letu se bodo prav zato zgodile in se že vrstijo številne okrogle mize, srečanja in predavanja.

Od 12. do 20. julija 2007 bo Slovenija kot prva država nekdanjega komunističnega bloka gostila tudi svetovni kongres strokovnjakov Svetega pisma z vsega sveta. Prvič v zgodovini velikih mednarodnih posvetov raziskovalcev Biblije bo na kongresu sodelovala večina priznanih pravoslavnih strokovnjakov Svetega pisma. Tako bo Slovenija graditeljica mostov med Vzhodom in Zahodom, kar ji bo dalo novih moči in prispevalo k uspešni pripravi na predsedovanje Evropski skupnosti v letu 2008.

Naj zapišem, da je v cerkvi Svetega Jožefa na Poljanah v Ljubljani že od 14. junija

in vse do 31. julija odprta razstava o Svetem pismu z naslovom »Živa beseda«. Avtorji razstave želijo opozoriti na veliko dragocnost knjige vseh knjig in na njeno pomembno vlogo v življenju narodov in posameznega človeka.

Ker projekt »leta Svetega pisma« poteka na treh ravneh, in sicer na župnijski ravni, škofijski in vseslovenski ravni, je to tudi idealna priložnost za našo župnijo, ki jo v tem letu čaka sv. misijon. Toliko pomembnejše je, da zavzeto poslušamo Božjo besedo pri maši, kdaj skupaj v družini vzamemo v roke Sveto pismo, preberemo kak odlomek, se o njem pogovorimo ipd. Enostavno je treba Sveto pismo vzeti najprej v roke in ga nato brati, saj lahko mnogi verni in neverni v njem odkrijemo biser svetovne dediščine, pravičnost, upanje in svoj smisel.

**Matjaž Kramberger**

### KORAKI V GLOBINO SRCA

## Pojdite na samotni kraj in si nekoliko odpočijte!

Jožica Pizzoni je v enem izmed svojih stavkov takole razmišljala:

Sedmi dan je bilo tvoje delo dokončano. Blagoslovil si ta dan in počival. Tako pravi Sveto pismo. Občudoval si vse, kar je nastalo po tvoji vzvišeni volji, kajne, Gospod? Vem, da si bil vesel brstenja v pragozdovih, hrumenja valov, miline sončnega zahoda. Vem, da si prisluhnil pesmi ptic in tišini v vrhovih še neurejenih gora. Skozi svetlobo tvojega Duha so se pozibavale sanje življenja in bil si zadovoljen s svojim delom. V načrt brez konca si prvič zaznamoval mejo: *PO KONČANEM DELU SLEDI POČITEK!* To je čas, ko vse ustvarjeno zajameš v svojo ljubezen in ga posvetiš s svojo posebno pozornostjo. Umirjanje, sprostitve, odstranjevanje vse navlake nestrpnosti in zagrenjenosti. Tak naj bi bil počitek. Občudovanje in uživanje tega, kar si za nas ustvaril in hotel po nas dopolniti.

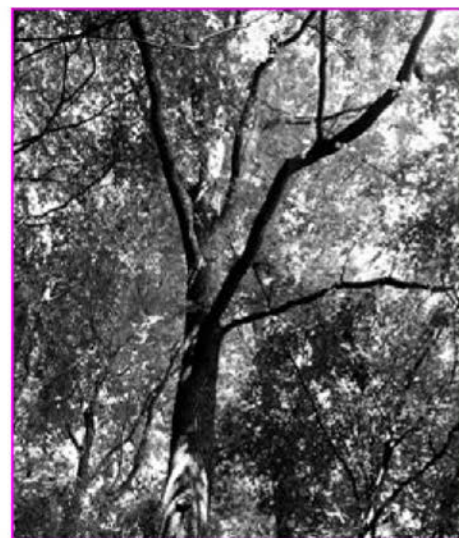
Ustvaril si to malo oazo življenja v vesolju in jo silno vzljubil. Torej je dobra in lepa. Darovana iz polnosti tvoje ljubezni. Ni se Ti zdelo preveč darovati svojega Sina, da bi na zemlji, ki se je zagrnila v temo greha in smrti spet razlil svojo podobo življenja in svetlobe.

Toda plemenite nitke tvoje vizije kar naprej trga naša nespamet. Človeško delo je vse manj spolnjevanje Tvojega pradavnega načrta. Izmislili smo si tisoč možnosti, da

je iz dela nastalo suženjstvo in iz počitka prekletstvo. Na smrt utrujeni in izkoriščani težko pomislijo, da je njihovo delo dopolnjevanje tvojega. Tisti, ki so kljub pridnosti ostali na cesti, ne morejo slutiti, da si svet ustvaril bogat in radodaren, ki premore zelene pašnike in zlata žitna polja za vse ljudi in kjer je dovolj bisernih izvirov, da se odžejja človeštvo. Človek je zmaličil rodovitna polja in umazal čiste vode. En del človeštva se duši v umazaniji sovraštva in revščine, drugi del pa ne pozna več meja zabave in počitek spreminja v pekel razkošja in ponorelega preizkušanja svojega potrpljenja. Vse preveč je že otrok, ki ne bodo nikoli spoznali, kaj je počitek in harmonija v nežnem materinem naročju. Vse preveč je mladih ljudi, ki izgubljeni tavajo v megli iskanja, ne da bi vsaj za hip začutili svetlobo sveže ljubezni. Preveč ljudi kljubuje vsem pravilom čudovitega ritma, ki si ga vnesel v svoje stvarstvo. Za preživetje se prehitro iztrošijo in zgrudijo, ne da bi spoznali blaženo senco počitka.

Gospod, počitka potrebujemo!

Naj se sprostimo v nežnem objemu mirnih noči in naj duša vriskaje pozdravi čista jutro na obzorju novega dne. Naj se spočijemo v Tvojem Svetem Duhu, da bomo spet lahko odkrili, kaj pomeni z radostjo sejati in s hvaležnostjo žeti. Naj se spočijemo od sebe in svojih zablod in odkrijemo novih



virov ljubezni, ki tke prijateljstva in mirna sožitja z ljudmi in stvarstvom!

Bodi usmiljen in pošlji Duha moči, da prežene malodušje obupanih in stiskanih! Ti zmoraš vihar sovraštva in krivic, ki divja po našem planetu spremeniti v nežno pihljanje prijateljstva in razumevanja. O, Ti to zmoraš! Naj se ustavimo in ti prisluhnemo! Naj se v teh počitnicah ustavimo v tebi, Gospod.

Dragi Bolfenčani! Naberite si torej novih in svežih duhovnih, telesnih in duševnih moči v teh poletnih počitnicah!

Besedilo in foto: **Matjaž Kramberger**

## IZ ZGODOVINSKE ZAKLADNICE

## Mesec julij in z njim povezane šege in navade

Rimljani so leto začeli z marcem, zato so julij imenovali quintilis ali peti. Leta 45 pr. Kr. je Julij Cezar izvedel znamenito koledarsko reformo. Desetim mesecem je dodal še dva. Mesec, v katerem je praznoval svoj rojstni dan so poimenovali julij. Julijanski koledar je tako osnova našemu gregorijanskemu koledarju.

V Škofjeloškem rokopisu je ta mesec imenovan Maly Serpan (mali serpan). Ime izhaja iz besede srp, simbola žetve, ki se je navadno začela v tem mesecu. Ime je uporabil tudi Primož Trubar in se je ohranilo do danes. Nekatera druga imena za julij v našem slovenskem prostoru so bila še krstnik, jakobnik, žetnjak, pšeničnik, senec in Jakobov mesec.

Mesec julij je tudi bogat po svojih šegah in navadah. Najprej je drugi julij, pomemben dan za vinogradnike. Trta mora biti očiščena in pokazati se morajo čisti grozdi. Tako lepi morajo biti, kot da se »odpravljajo k maši«. Tudi vinogradniki so včasih na ta dan radi pohiteli k maši s posebnim zaupanjem za Marijino varstvo. Od 14. stoletja dalje se Cerkev na ta dan spominja Marijinega obiska pri Elizabeti, bodoči materi Janeza Krstnika.

Včasih so v mesecu juliju kmetje sejali ajdo. Ko so pospravili ječmen in pšenico, so njive pripravili za ajdo, ki je pred zimskim mrazom dala še en pridelek. Ajda namreč vzkali in ozeleni v enem tednu, v treh mesecih pa zraste, cveti in dozori. V Prlekiji so ajdo sejali ponoči ob polni luni, na ljubljanskem pa v dneh okoli Aleševga; te dneve so imenovali ajdov sev.

Mesec julij nima zastoj imena mali srpan. Glavna žetev se je začela na začetku julija. Do konca 19. stoletja so uporabljali srp, ki je v 13. stoletju dobil obliko polkrožnega



kovinskega rezila z gladko, ostro konico na eni in lesenim ročajem na drugi strani. Žetev je bila od nekdaj povezana z vrsto šeg, katerih korenine segajo še v pogansko preteklost. Ko je bila žetev končana, so žito posušili, nato je bila na vrsti mlačev. Ko so zrno ločili od plev, se je žito odneslo v mlin. Po 2. svetovni vojni se je uveljavila strojna mlačev, od 70-ih let 20. stoletja naprej z žetvenimi kombajni.

Z mesecem julijem so povezani tudi nam vsem znani pasji dnevi od 23. julija do 23. avgusta. Gre za najbolj vroče poletne dneve, ki jih nekateri povezujejo s Sirijem v ozvezdju Velikega psa, ki 23. julija vziđe skupaj s soncem. Že Rimljani so verjeli, da ta zvezda prinaša ljudem, živalim in posevkom nesrečo. Sirij so imenovali tudi pasja zvezda, saj so imeli v tem času največjo moč psom podobni zli demoni, ki so vsemu škodovali.

Mesec julij je znan tudi po svojih godovnikih in pregovorih povezanih z njimi in vremenom:

- Če do Urha (4. julij) sliši se kukavico in če Urh z Marjeto kače pase, posevek dobro rase.
- Če Cirila in Metoda (7. julij) dež pere, orehe in kostanj z drevja obere.
- Aleš (17. julij) soparen in suh, napravi za zimo si dober kožuh.
- Če na dan Marjete (20. julij) deži, orehov pričakovati ni.
- Če Elija (20. julij) s točo ropoče, se kmetič joče.

V juliju godujejo še sveta Magdalena, sveti Krištof, sveti Jakob in sveta Ana. Po Slovenskih goricah na Jakobovo ponavadi vinogradniki postavijo klopotce.

Besedilo in foto: **Matjaž Kramberger**  
Vir: Slovenska pratika, MK, 2006.

## KOTIČEK ZA ZDRAVJE

## STARANJE – strah ali izziv?

Različno stari ljudje običajno zelo različno gledajo na lastno staranje. V mlajših zrelih letih ga bolj ali manj ignorirajo, kasneje pa vse bolj prihaja v ospredje njihovega življenja. Ne glede na to, pa smo ljudje nagnjeni k temu, da zelo težko sprejmemo dejstvo, da smo stari. Stari so v naših očeh običajno drugi. Veliko manj kot o staranju posameznika pa ljudje razmišljajo o staranju prebivalstva, čeprav se tudi to lahko stara. V preteklosti ni bilo veliko razlogov za razmišljanje o staranju prebivalstva, saj

so bila prebivalstva mlada, visoko starost pa so dosegli le redki posamezniki.

V Sloveniji se zadnje čase nekoliko bolj zavedamo velikega vpliva, ki ga ima večanje deleža starejših v strukturi prebivalstva. Demografske spremembe, ki se kažejo v upadanju števila rojstev in podaljševanju življenjske dobe že sedaj pomembno vplivajo na naše življenje, v prihodnje pa bo ta vpliv še izrazitejši. Demografski podatki o staranju ljudi so za Slovenijo zaskrbljujoči:

- delež starih 65 let in več je leta 2004 že presegal 15%, leta 2050 se bo ta delež predvidoma zvišal na 31%;
- leta 1990 je vsak aktivni v Sloveniji vzdrževal okrog 0,9 neaktivnega prebivalstva, leta 2004 pa že 1,3 osebe;
- pretežni del populacije nad 65 let živi skoraj izključno od pokojnine, vendar je po podatkih ZPIZ več kot 55% takih, ki imajo pokojnino nižjo od minimalne plače;
- precejšnje število starejših je na robu rev-

ščine (socialne, zdravstvene, ekonomske posledice);

- sedanje kapacitete v domovih za starejše občane ne zadoščajo niti za 50% ljudi, ki so danes starejši od 65 let.

Zato se lahko upravičeno vprašamo: Nam je staranje strah ali izziv? Kakšna bo naša starost? Kdo bo poskrbel za nas?

V današnjih razmerah imajo mlada, srednja in tretja generacija med seboj tako malo živih stikov, da pogosto druga druge niti ne poznajo, zato vladajo med njimi številni predsodki in stereotipna gledanja. V preteklosti so bili stari ljudje za mlajši dve generaciji glavni vir informacij, znanja in veščin za vsakdanje delo ter druge bistvene vidike preživetja, danes tretja generacija s težavo sledi naglemu tehničnemu razvoju. Bistvena sestavina doživljanja smisla starosti pa je prav prenašanje spoznanj in izkušenj mlajšima generacijama. Generacije v zadnjem stoletju so dosegle izjemen razvoj znanja na materialnotehničnem in naravoslovnem področju, medtem ko so znanje in možnosti za kakovost osebnostnega razvoja in medčloveškega sožitja zelo zaostali – prav to dvoje pa je odločilnega pomena za kakovostno staranje in solidarno sožitje med generacijami. Industrijsko potrošniška družba povečuje v reklamah in drugih občilih, športu in celotni proizvodnji drznost, lepoto, hitrost, mladost, uspešnost, moč, spolnost ... S tem je v javnem mnenju ustvarila slepo pego za vrednost starosti. Ta je postala družbeni tabu, obdan s številnimi predsodki in negativnimi stereotipi. V takih razmerah imajo stari ljudje slabe pogoje za sprejemanje svoje starosti in njenih možnosti, še posebej onemoglosti in smrti. Posledica tega je množična osamljenost starih ljudi. Stari in nemočni ljudje so v današnji družbi marginalizirani, prav tako pa sami pogosto ne sprejemajo svoje starosti in ne vidijo specifičnih možnosti, ki jih nudi tretje življenjsko obdobje vse do konca življenja. Odtujeni sorodniki in razne podjetniške dejavnosti dodajajo svoj delež k večanju prepada med generacijami tudi s tem, da pogosto vidijo v starih ljudeh vir svojega bogatstva z njihovimi darili in dediščino ter cenjenimi storitvami zanje.

Naglo večanje deleža starega prebivalstva v prihodnjih letih bo povzročalo čedalje večjo negotovost in zmedo vseh generacij. Ko opazujemo skupino starih ljudi (po strokovni definiciji naj bi bili stari, ko imamo 65 let in več), ugotovljamo, da gre za zelo različne ljudi. Medtem ko nekateri živijo polno in ustvarjalno tudi pri devetdesetih, so drugi že pred petinšestdesetim letom telesno in psihično stari. Radovedne strokovnjake je seveda že od nekdaj zanimalo, zakaj je tako, in preučevali so življenja

ljudi, ki so dosegli visoko, kakovostno starost. Številne analize so ugotovile, da je za **doseganje uspešne starosti pomembno uravnoteženo stanje na kar nekaj področjih**, to so: telesno zdravje, duševno (miselno in čustveno) zdravje, socialno okolje, ugodno ekonomsko stanje, ugodne družbene in zgodovinske razmere ter zdravo okolje. Na prvi pogled se nam zazdi, da je potrebnih pogojev za uspešno starost veliko; ko natančneje premislimo, pa lahko ugotovimo, da jih je neverjetno veliko v naših rokah.

### Telesno zdravje

Sivenje las, izguba maščobnega tkiva z obraza in okončin ter njegovo nabiranje okoli pasu in bokov, gubanje kože, mena pri ženskah, plešavost (predvsem) pri moških, manjša telesna zmogljivost pri obeh spolih – to so očitni znaki procesa staranja, lahko pa se pojavijo različno zgodaj. Prvi zametki gub naj bi se začeli že kmalu po dvajsetem letu starosti. Od tega, ali se večino časa v življenju držimo mrko ali smo bolj dobrovoljni in se raje smejimo, je odvisno, kako prijazno ali neprijazno naguban obraz bomo nosili v starosti. Življenjepisi zdravih starih ljudi nas opozarjajo, da se s svojim načinom življenja uspešno izogibajo dejavnikom tveganja za razvoj kroničnih bolezni (bolezni srca in ožilja, rak, bolezni dihal, sladkorna in druge presnovne bolezni). To jim uspeva s primerno telesno dejavnostjo in zdravo prehrano. Od telesnih dejavnosti najraje izberejo vsakodnevne sprehode v naravo, hitro hojo, telovadbo stoje in tudi leže, občasnno plavanje, vožnjo s kolesom in ples. Pri hrani znajo omejiti vnos sladkorja in maščob, jedo obilo sadja in zelenjave ter upoštevajo tudi druga priporočila zdrave prehrane (večkrat po malem, vsaj dve uri pred spanjem pa nič več).

### Duševno zdravje

Kakor v vseh obdobjih življenja je tudi v starosti treba **negovati umsko in čustveno področje**. Procese slabšanja miselnih sposobnosti se da upočasniti z redno miselno vadbo. Strokovnjaki pravijo, da je z miselnimi potmi podobno kakor z mišicami: če jih redno uporabljamo, se krepijo in ohranjajo, če jih zanemarjamo, pa postajajo šibkejše, manj prožne in svoje delo opravljajo vedno slabše. Zato je pomembno redno učenje novih vsebin ter izvajanje dejavnosti za ohranjanje spomina in pozornosti.

Zdravi starejši ljudje ne zanemarjajo svojih čustev; dovolijo si, da ljubijo, se jezijo, žalujejo, se smejijo, uživajo v spolnem življenju, se veselijo, jokajo ... Starost spremljajo pogosti čustveni pretresi, saj marsikdo izgubi partnerja ali drugo ljubljeno osebo. Takrat je žalovanje razumljivo, pogosto pa

se preživeli kar ne zna iztrgati iz procesa žalovanja, ostaja ujet v obdobju izgube, s povečevanjem pokojnika in nenehno mislijo nanj ostaja ujet v preteklosti. To jemlje življenjsko energijo, vleče v otopelost, osamljenost in depresijo. Umrlí osebi je treba dovoliti, da odide, sebi pa mora preživeli dovoliti, da živi. Ob tem so potrtemu starostniku lahko v veliko pomoč družinski člani in prijatelji.

### Socialno zdravje

Neredko se zgodi, da zaradi preobilice vseh mogočih obveznosti v dejavnem življenjskem obdobju zanemarjamo družino in še pogosteje svoje prijatelje. Ko napoči čas upokojitve, nekateri to novo življenjsko obdobje sprejmejo popolnoma brez težav, drugi pa doživijo hudo stres, izgubo vrednosti in smisla. Več težav imajo tisti, ki so podobo o sebi gradili zgolj na svoji službi in službenem položaju. Zanje upokojitev predstavlja vstop v praznino, ne čutijo več, da so potrebni in cenjeni. Življenjepisi ljudi, ki so tudi v starosti polno živeli, govorijo o njihovem vestnem opravljanju službenih dolžnosti in hkratnem vzdrževanju družbenih stikov. Znali so najti čas za druženje z domačimi in prijatelji in čas za konjičke. Upokojitev so sprejeli kot nekaj pozitivnega.

Če starejši, zaradi spleta življenjskih okoliščin, vendarle ostaja sam, naj ne čepi med štirimi stenami in čaka, da bo nekdo potrkal na njegova vrata, ampak naj jih odpre sam in stopi v svet. Tudi v Sloveniji so skupine za samopomoč, v katerih se starejši skupaj s strokovnjakom srečujejo enkrat na teden, se pogovarjajo o skupni temi (npr. o vasovanju v starih časih) ali o svojih težavah. Taka skupina kmalu začne delovati kot nekakšna nadomestna družina. V Sloveniji jih je že več sto. Odpira se tudi vedno več drugih možnosti – od odločanja za dodatno izobraževanje (tretja univerza) do vključevanja v športne, kulturne in izletniške skupine ... Izberite tisto, kar vas veseli!

### Ugodno ekonomsko stanje in zdravo okolje

Ekonomsko stanje velikokrat odloča o pestrosti življenja starejše osebe. Ob zagotovljenih osnovnih življenjskih potrebah (primerne hrana, obleka, bivalni prostor) lahko preostala sredstva namenja za druge dejavnosti. Pokojnina večinoma zadostuje za bolj ali manj skromno življenje in z njo v kriznih ekonomskih razmerah danes marsikdo pomaga preživljati svoje brezposelne otroke in njihove družine. Babice in dedki pogosto pazijo vnuke in tako pomagajo zmanjšati izdatke svojih otrok. Nekateri

so jim za to hvaležni, drugi pa menijo, da je pomoč mladim pravzaprav njihova dolžnost. Zato je prav, da postavimo meje svoje pomoči in se zavedamo tudi mej v pričakovanju pomoči od drugih. Najbolje se je o odnosih in mejah jasno pogovoriti. Včasih se nam zdi, da nimamo dovolj moči, časa, volje in še česa, kar bi nam pomagalo k bolj kakovostnemu življenju in omogočilo uspešno starost. Poiščimo nekaj tiste do-

bre volje in navdiha, ki je v vsakem od nas in se lotimo izboljšanja kakovosti življenja že danes! Začnimo z malimi koraki, da bo pot zanesljivejša.

Najprej moramo vsi skupaj spremeniti odnos do starosti in do starega človeka, šele nato bomo uspešni pri reševanju te problematike.

Živimo torej že sedaj z mislijo, da bomo nekoč stari, uredimo si življenje že sedaj

tako, da bomo v starosti čimbolj zdravi in samostojni. In ne ponavljajmo si tistega »bo že kako«, »bo že kdo poskrbel zame«, kajti mi sami smo tisti, ki moramo poskrbeti, da bo naša starost kvalitetnejša. In ne glede na število let, ki jih danes štejete, lahko še vedno veliko naredite za kakovostno starost.

**Andreja Krajnc,**  
viš. med. ses., univ. dipl. org.

## S palicami veselo »mahamo« in skrbimo za svoje zdravje

V prejšnji številki Trnovskega zvona smo pisali o pomenu gibanja in o nordijski hoji kot eni od oblik gibanja za zdravje. V tej številki vam z veseljem predstavljamo prvo skupino »tečajnikov nordijske hoje«, ki jo s palicami že veselo mahajo naokrog in tako skrbijo za svoje zdravje.

V okviru Turističnega društva Trnovska vas, ki je pokazalo velik interes za to obliko telesne dejavnosti in druženja, je bil v aprilu organiziran prvi tečaj nordijske hoje. Udeleženci so se ob prijetnem druženju na petih srečanjih seznanili s pravilno tehniko hoje in uporabo palic. Ob koncu tečaja so udeleženci prejeli diplome za uspešno opravljen osnovni tečaj nordijske hoje.

Na njihovo pobudo pa z vadbo tedensko nadaljujemo. Prehodili smo že lep del naših krajev, vse večja zmogljivost in motivacija pa nas žene tudi preko meja naše občine. Tako smo že organizirali pohod na Zavrh, pohod po naravoslovni učni poti Jezera, pa pohod do kapele na »tromeji«, skozi Ločki Vrh smo jo »mahnili« tudi že do Destrnika.

Ne le skrb za naše zdravje in ohranitev telesne kondicije ter mišičnega ravnovesja,



Prva skupina tečajnikov nordijske hoje

temveč tudi prijetno druženje nas vodi in nenazadnje odkrivanje lepote naših krajev. Mnogi pohodniki določenih krajev v naši občini niso poznali, mnogi so določene poti in pešpoti prehodili prvič ali pa so z nostal-

gijo v srcu podoživljali in obujali prijetne spomine na kraje in poti, ki so jih nazadnje prehodili kot šolarji. Tako prehojene stare poti razpletajo in vračajo v spomin mnoge zgodbe in nagajivosti šolskih in mladostnih dni, ki se jim skupaj nasmejimo.

Vsi tisti, ki želite kaj storiti za svoje zdravje, počutje, vsi tisti, ki se zavedate, da je za zdravje potrebno skrbeti takrat, ko ga še imamo, pridružite se nam. Zakaj bi morali začeti z gibanjem šele takrat, ko se nam bo za trenutek opešal srčno-žilni sistem in nam bo zdravnik strogo predpisal hojo in telesno aktivnost vsak dan, če želimo, da bo naše srce okrevalo? Na svoji poti namreč srečujemo »sprehajalce«, ki »morajo« hoditi prav zaradi okrevanja po srčno-žilnem dogodku. Ti so imeli vsaj srečo, kajti na nek način le blago opozorjeni so bili, da moramo skrbeti za svoje srce in svoje zdravje. Mnogi žal niso bili na tak način opozorjeni in niso imeli možnosti, da bi se svojemu zdravju v »popravnem izpitu« bolj posvetili.

Zato poskrbimo zase zdaj, ko še lahko. Ne mislimo, da telesna dejavnost ni za nas,



Takole v gosjem redu mahamo naokrog



Med potjo se ustavimo in se okrepčamo z vodo

ker se mi dovolj razgibamo z vsakdanjih delom, kajti vsakdanje delo, predvsem

drobnih trenutkov in vsak trenutek, ki bi morali nameniti samemu sebi in ljudem

tisto sedeče ali pa v prisiljenem položaju, povzročata okornost in zategnenost mišičnega sistema; ne izgovarjajmo se, da nimamo časa, kajti tudi nas vsa opravila in mnoge obveznosti počakajo; ne izgovarjajmo se, da moramo postoriti še to in ono, da se nam ne bo zgodilo, da tega in onega ne bomo več zmogli postoriti.

Čas življenja je namreč sestavljen le iz mnogih

okrog sebe, pa ga opustimo, nam krajša čas, ki nam ga je namenilo življenje.

Namenite torej nekaj časa tudi skrbi za lastno zdravje in dobro počutje ter se nam pridružite, ko jo veselo »mahamo« po Bolfenku in okolici. Dobrodošli ste vsi, stari in mladi, tisti z več in tisti z manj kilogrami, tisti, ki imate veliko prostega časa in tisti, ki ste prezasedeni, tisti s palicami in tisti brez palic. Za vse, ki se nam boste pridružili na novo, bomo organizirali najprej tečaj, v času vadbe in pohodov pa imamo na razpolago palice na izposajo.

Pridite in skupaj bomo odkrivali nove pešpoti in poti, ki jih boste predlagali tudi vi, kraje, ki jih poznate, pa jih morda niste prehodil že več desetletij.

Besedilo in foto: **Andreja Krajnc**,  
INWA vodnik nordijske hoje

## V DOTIKU Z NARAVO

### Beloprski jež (Erinaceus concolor)

Gotovo ste že slišali pesem: »Ježek teka, teka in se kotali, jabolka in hruške nabadati hiti.« Pa jež res nabada samo jabolka in hruške?

Jež je majhna žival, čokate postave, kratkih nog, ki spada v *razred sesalcev* (Mammalia). Med nje spada 17 (16 + 1 izumrli) *redov*. Jež spada v red *žužkojedov* (Insectivona).

V Sloveniji je najbolj razširjen beloprski jež, ki je velik okoli 30 cm, ima majhne uhlje in oči, dolg gobček ter 2–5 cm dolg repek. Spomladi tehtta manj kot 1 kg, jeseni, ko pa se pripravlja na zimo, doseže tudi do 2 kg. Spodnja stran telesa je belkasta (pri rjavoprsem pa rumenorjava), po hrbtu pa je porasel z bodicami. Ko mu preti nevarnost, bodice nasrši, se zavije v kepo, kruli, piha in topota z zadnjimi nogami, s tem želi pregnati sovražnika. Najbolj razvito čutilo je voh. Z gobčkom neprestano vohlja in tako prepozna okolico.

Za razliko od rjavoprsega ježa, ki živi predvsem v zahodni Evropi, ta živi po vsej. Najraje se zadržuje v listnatih gozdovih z bogato podrastjo, gozdnih robovih, parkih, vrtovih ...

Se še vedno sprašujete, če na ježev jedilnik spada samo sadje? Kje pa! Sadje si privoščiči občasno, drugače pa se hrani s hrošči, stonogami, polži, pajki, ptičjimi mladiči, koreninami, semeni, kačami, z gosenicami, žabami, jajci, deževniki, gobami, mladimi mišmi ... Jež je samotar, zato si hrano išče v mraku in ponoči.

Njegov jedilnik je kar obsežen. Kdo pa ima njega na jedilniku? Njegovi naravni

*predatorji* so sova uharica, lisica in kuna zlatica. Veliko ježev pa konča pod kolesi avtomobilov, saj se pogosto zadržujejo na cestišču, ker si iščejo toplejše kraje.

Veliko ježkov pogine, toda mati narava poskrbi, da se skotijo novi. Samica brlog obloži z listjem in travo. Breja je od pet do šest mesecev in koti 1krat–2krat letno po 2–10 slepih ježkov. Ježki se skotijo z bodi-



#### Slovarček:

**Razred:** višja enota rastlinske in živalske sistematike.

**Red:** sistematska kategorija rastlinstva ali živalstva, nižja od razreda.

**Sesalci:** so živali, ki imajo stalno toplo kri, mladiči sesajo materino mleko, telo pa je pokrito z dlako. Sesalci kotijo žive mladiče. Tudi človek spada med sesalce.

**Žužkojed:** so specializirani organizmi, ki se prehranjujejo z žuželkami.

**Predatorji:** živali, ki jedo druge živali (plen).

camo prekritimi s kožo, da ne bi matere pri porajanju poškodovale. En dan po skotitvi bodice predrejo kožo, po dveh tednih pa ježi spregledajo. Pri materi sesajo štiri tedne, po šestih tednih so že samostojni. Samec pomaga pri vzreji.

Ena izmed ježevih zanimivosti je ta, da jež v eni noči prehodi od 1,5 do 3 km, teče pa lahko s hitrostjo 2 m/s (7,2 km/h). Nenevadno pri ježih je mazanje površine telesa s slino. Naglo ustvari obilico penaste slin, s katero se popljuje po trupu in jo razmaže po bodicah na hrbtu in bokih. Jež je tudi zelo zaželena vrtna žival, saj lovi miši in žuželke, ki bi nam lahko zmanjšale pridelek.

Besedilo in foto: **Dužanka Škamlec**

## Očetje v današnjem času

Če smo v prejšnji številki Trnovskega zvona zapeli slavo in hvalo materam, je prav, da se dotaknemo tudi pomena očeta v današnjem času. Vse prevečkrat se namreč zdi in je slišati v naši družbi, kakor da bi očetje v vlogi očeta odpovedovali.

Vendar se moramo vprašati ali jim v resnici včasih ne jemljemo odgovornosti?

Res se je vloga očeta v družini skozi čas zelo spremenila. Če je bil v preteklosti lik in podoba očeta predvsem v tem, da je fizično varoval in skrbel za svojo družino, da je prinašal denar in skrbel za družino predvsem v gmotnem smislu, da je bil prisoten le kratek čas, ko so ga potrebovali za konkretne stvari, ki se je »trdo« pogovoril, kadar so nastopile težave, potem vemo, da je vloga očeta v današnji družbi povsem druga.

Žal družba še prepogosto gleda skozi stereotip in še vedno nekako vidi »pravega moškega« in pravega očeta le tistega, ki bo gmotno skrbel za svojo družino, ki se bo ukvarjal z resnimi in »moškimi« zadevami, ki se ne bo šel valjat z otrokom po travi, ker se to zanj ne spodobi, ki ne bo znal reči ne za svojo družino.

Čeprav, kot lahko opazimo, se je ta stereotip očeta precej spremenil. Relativno počasi bo družba ozavestila pomembnost očeta ne samo kot skrbnika, ampak kot aktivnega člana pri vzgoji, raznih gospodinjskih opravilih in podobno. Ta trend se vidno spreminja. Če je še pred nekaj leti nekdo, ki je skrbel tudi za »gospodinjske stvari« in otroke, v moški družbi veljal za malo podcenjenega in čudnega, potem je danes tega mišljenja vse manj.

Danes vemo, da ženska vse bolj enakovpravno vstopa v klasične moške poklice in postaja na vseh področjih že enakopraven partner moškemu.

Prav zaradi tega pa je še toliko bolj pomembno, da se v otroštvu in zgodnji mladosti, ko se človek v osebnostnem, vedenjskem in socialnem smislu dokončno oblikuje, vloge moškega in ženske znotraj družinske dinamike zelo jasno postavljene. Tudi sodobne raziskave so potrdile, da najbolj delujejo družine, ki so ohranile nekakšen patriarhalni sistem – ne v drastičnem smislu, pač pa v tem, da sta vloga matere in vloga očeta jasno določeni. Moškemu se nekako že sama po sebi pripisuje funkcija varovanja družine, pa tudi ta, da je bolj racionalen, bolj odločen, bolj aktiven navzven. Ženski pol družine pa je tisti, ki je bolj čustveno razumevajoč, vseobsegajoč, tisti, ki stvari znotraj družine vidi širše. To pa seveda v današnjem času ne pomeni več strogo, da mora biti le oče tisti, ki je navzven bolj učinkovit v socialnem in poklicnem smislu,

ampak da je to dogovor in strinjanje obeh staršev.

Iz literature psihoterapevtov, ki s ukvarjajo s problemi očetov z njihovimi otroki je razvidno, da v vsakem okolju srečamo:

- očete, ki so odsotni zaradi prevelike poklicne zasedenosti, in ki skušajo odkupiti svojo odsotnost z denarjem;
- očete, ki jih zasmehujejo njihovi odrasčajoči mladostniki in postavljajo pod vprašaj njihovo avtoriteto s tako silo, da so ti popolnoma brez obrambe;
- očete junake, »ki se gredo frajerje« za volanom svojega dobrega avtomobila;
- očete »prijatelje«, ki se odpovedo vsaki avtoritarni drži iz strahu, da bi pretrgali prijateljske vezi, ki so jih navezali s svojimi otroki.

Vsi najbrž lahko potrdimo, da je očetova vloga bistvenega pomena pri razvoju otroka in predvsem odrasčajočega mladostnika. Temeljna vloga očeta je v tem, da otroka sicer zavaruje, a ga hkrati nauči tudi odgovornosti.

Zavarovati, pomeni tudi znati reči ne, pomeni jasno postaviti tudi prepovedi. Otrok namreč mora na svoji poti odrasčanja srečati odrasle, ki se mu znajo upreti – sicer tvegamo, da ga utrjujemo v navidezni in uničujoči iluziji vsemogočnosti. Panično je za otroka, če bo mislil, da morajo biti vse njegove želje uresničene. Da se bo čutil varnega, potrebuje očeta (resničnega ali tistega, ki igra njegovo vlogo), ki mu zna reči tudi ne.

Zavarovati pa končno pomeni naučiti otroka spominjati se uspeha. Kajti človek je ustvarjen tako, da se ni zmožen spopasti s težavo, če se ne spominja prejšnjih uspehov. Torej je bistvena vloga očeta tudi v tem, da nenehno vzpodbuja otroka v zmožnosti, da bo zmožel uspeti. Vemo namreč, da srečujemo tudi odrasčujoče otroke, ki živijo nenehno pod karajočim pogledom svojega očeta in

zato izgubljajo vsako zaupanje v sebe in spoštovanje do samega sebe.

Torej, naj bi bil oče tisti, od katerega pričakujemo »trdnost«, vendar ne sme zaiti v »trdnost«. Pri tem je razlika v tem, da je trdnost (lahko tudi zelo mirna in blaga) vztrajanje na dogovorjenem ali določenem, trdnost pa je (lahko tudi nasilno) uveljavljanje dogovorjenega ali določenega. Vemo, da trdnost zahteva veliko več časa in truda, trdnost pa je nekakšna bližnjica, ki pa ne vodi do pravega cilja.

Ob vsem naštetem, kar pričakujemo od današnjega očeta je danes očetom najbrž zares težko biti oče, morda tudi za to, ker so svojim otrokom na splošno bližje kot pred petdesetimi leti.

Žal pa danes otroci več ne iščejo očetov, ko jih potrebujejo, ampak poiščejo pomoč v prijateljih, v družbi. Kar pomeni, da morajo očetje »iskati« svoje otroke potrebne takšne ali drugačne pomoči. Mnogi očetje imajo občutek, da so bili sami v času otroštva zaradi očetove prezaposlenosti, odsotnosti ali pa tudi brezbriznosti prikrajšani za očetovo ljubezen. Pa kljub temu sami ravnavo podobno in se šele takrat, ko njihovi otroci odrastejo, zavejo kaj so zamudili.

Neka misel trdi: *Družba brez očeta, je družba brez smerokazov*. V tej trditvi se skriva globoka resnica. Oče naj bi bil namreč kot smiselno znamenje duševne avtonomije in zunanje stvarnosti. Oče naj bo predvsem vzgled, kajti vzgledi so tisti, ki vzgajajo, zato se ne smemo čuditi, če gredo »naši sinovi po stopinjah svojih očetov«.

Zato očetje ne pozabite: otroci so otroci le kratek čas njihovega življenja. Čim mlajši so, tem bolj potrebujejo svoje starše in vedno jih bodo potrebovali – ne le mater, ampak tudi očeta.

Po mojem naj bo to razmerje 1:1.

**Andreja Krajnc**

## KORK Trnovska vas

Na enem izmed občnih zborov, ki sva se ga udeležili dve članici, je bilo izrečeno, da KORK Trnovska vas tudi nekaj dela. V naši organizaciji se kar veliko dela. Konec aprila smo razdelili 20 paketov, dobili so jih tisti, ki so jih bili res potrebni. 17. maja je bil sprejem mladih članov treh razredov OŠ Trnovska vas. Gospa Angela Fras je te mlade člane in tudi nas, ki smo se udeležile tega sprejema pozdravila s spodbudnimi besedami, enako je storila naša predsednica Kristina Vrščič. Nagovorila jih je z besedami kakšni naj bi bili odnosi med

mladimi in starejšimi ali pa med tistimi, ki so malce drugačni kot ostali, da se ne bi iz njih norčevali, temveč jim priskočili na pomoč. Te mlade člane smo tudi obdarili z darilom, kot je vse za nego zob, dobili so tudi članske izkaznice ter značko naše organizacije. Denarno smo pomagali Društvu kmetič Trnovska vas ob obnovi kuhinje, ter dvema otrokoma naše osnovne šole omogočili, da bosta lahko obiskala šolo v naravi. Načrtujemo tudi članski piknik, ki bo v sredini avgusta.

**Marija Maguš**



## Športni dogodki pod okriljem ŠD Kenguru

### Lan party

V času sodobne tehnologije, ki napreduje iz dneva v dan, nekako najbolj izstopa in postaja vse bolj nuja osebni računalnik, bodisi za službene, v veliki meri pa tudi ta osebne namene. Med te (lahko) štejejo tudi igranje računalniških igrice.

Ta hit so v ŠD Kenguru zaznali že pred dvema letoma in se odločili za organizacijo tekmovanja, ki so mu nadeli ime Lan party. Slednji je tudi letos potekal v domu krajanov. Samega tekmovanja se je udeležilo lepo število tekmovalcev, nikakor pa ni manjkalo tudi tistih, ki so si prišli dogajanje le ogledat. Lan party, katerega organizacijo sta v roke prevzela Miloš Kocbek in Uroš Majerič, se je zavlekel dolgo v noč oz. bolje rečeno v rano jutro, kar pa za to vrsto prireditve ni nič nenavadnega.

### Turnir v namiznem tenisu

Po dobrem letu dni premora je letos znova potekal Turnir v namiznem tenisu. V telovadnici se je pomerilo 22 tekmovalcev in marsikateri izmed teh je precej izkušen in prekaljen igralec namiznega tenisa. Odgovorno vlogo pri izpeljavi turnirja, za katerega lahko rečemo, da je bil zelo uspešen, je imel Franc Pukšič. Zmagovalec turnirja je postal Matej Strelec iz Pesnice pri Mariboru, na drugo mesto se je uvrstil Srečko Bobek iz Maribora, tretje mesto pa si je priboril Ivan Odcepek iz Gornje Radgone.

### Veter v laseh

Meseca maja, natančneje v soboto, 12. maja je potekala vsem že dobro znana prireditev Veter v laseh. Zaradi kislega in deževnega obraza, ki ga je zjutraj pokazalo vreme, so vse aktivnosti potekale v telovadnici.

Za začetek smo se vsi skupaj, otroci in moderatorji, dobro razgibali ter ogreli in s tem preprečili morebitne poškodbe, nato pa smo se brez oklevanja posvetili raznim športnim igram. Letos so se vsi tisti, ki so aktivno sodelovali na Vetru v laseh, lahko pomerili v igranju košarke, nogometa, v igri med dvema ognjema, svojo hitrost in spretnost pa so preizkušali v premagovanju ovir na poligonu. Tisti, ki pa so začutili potrebo po umetniškem ustvarjanju, pa so le-to izpolnili pri barvanju prodnikov, kateri so bili kasneje na ogled v šolski avli. Vsaka disciplina je dala zmagovalca oz. zmagovalno ekipo, ki je prejela diplomu, vendar ni nihče domov odšel praznih rok, saj je vsak tekmovalec prejel obesek za okrog vratu, nekateri pa so si s pomočjo žreba pridobili majico z logotipom prireditve. Samo dogajanje pa je s pesmijo in čudovitim glasom popestrila Tanja Trinka-



Veter v laseh 2007

us.

Verjamem, da ste vsi preživeli čudovit dan, saj enako velja iz strani nas, ki smo samo prireditve organizirali in izpeljali. Še posebej zato, ker ste nas razveselili s tako

številnim obiskom. Hvala vam in se vidimo prihodnje leto!

Več fotografij na: [sportnodrusrstokenguru.si](http://sportnodrusrstokenguru.si)

Barbara Drumlič

## Sprejem odličnjakov

Župana občine Trnovska vas Alojz Benko in občine Destnik Franc Pukšič sta v soboto, 9. 6. 2007 na sedežu Občine Trnovska vas sprejela učence, ki v letošnjem letu zapuščajo klopi osnovne šole in so izdelali razred z odločnim uspehom. Sprejema se je udeležilo 12 učencev, ki obiskujejo JVIZ OŠ Destnik-Trnovska vas, in sicer: Katja Nežmah, Doroteja Pukšič, Rok Murko, Anja Janžekovič, Alenka Murko, Jernej Murko, Žiga Volgemut, Valentina Burina, Matej Hauptman, Tanja Matjašič, Aleksander Potrč in Natalija Rodošek. Srečanja se je udeležila tudi namestnica ravnatelja ga.

Mira Anderlič, pedagoški vodja podružnične OŠ Trnovska vas Angela Fras in učiteljici: Klavdija Heric in Tina Vrhovšek.

Župana sta odličnjakinjam in odličnjakom čestitala za dosedanja uspeh in jim zaželela uspešno nadaljnjo izobraževanje ter veliko uspeha na poti, ki jo ubirajo, hkrati pa sta jim podelila priznanje in USB ključ.

Po uradnem delu je sledila pogostitev v Okrepčevalnici Siva čaplja v Trnovski vasi.

Klavdija ARNUGA,  
Občina Trnovska vas



## Kako preživeti počitnice?

*Dneva ne moreš zadržati, lahko pa ga izkoristiš.*

(Latinski pregovor)

Končno je tu poletje, obdobje kratkih majic, mini kril, oblekic; s tem pa tudi konec učenja (za to šolsko leto) in čas za zaslužene počitnice. Verjamem, da se večini že meša od vročine in gotovo že načrtujete, kako preživeti to poletje. Morje, planine, potovanja, šport, vse to vas (nas) lahko čaka v teh kratkih, toplih in prijetnih dveh mesecih.

Sonce, visoke temperature, smeh in kriki otrok, so nas prebudili na prvi poletni dan. Šola se je končala, zato je zdaj čas za uživanje, potepanje, smehljanje, pa tudi malo za počitek in spanje. Ne zapravite pa dneva samo za počitek, raje ga izkoristite v polni meri.

*Gibajte se.* Omislite si jutranji tek. Vstani-te vsaj en dan prej, tecite in ujemite sončni vzhod. Pojdite na igrišče in tekajte s prijatelji, združite prijetno s koristnim. Namesto z avtomobilom, pa se k prijatelju odpravite s kolesom.

*Razvajajte se.* Pripravite si obilen zajtrk, pojedite ga v naravi ali pa kar na postelji. Zvečer pa si npr. omislite prijetno dišečo



kopel, to bo dobro vplivalo na vas, pa še lažje boste zaspali.

*Potepajte se.* Če še si niste rezervirali dopusta, je čas, da to storite zdaj. Dogovorite se s prijatelji in pojdite uživati na morje, če pa vam je bolj všeč gorski zrak pa pojdite v planine, ali pa v gore. Če se vam zdi, da bo šlo finančno težko skozi, pa imejte avanturistični dopust. Pobrskajte po pod-

strešju, gotovo boste našli kje kakšen šotor ali pa spalno in se z njima odpravite nekam v naravo.

Možnosti za preživetja počitnic je nešteto, kakšne bodo je odvisno od vas samih. Naj bodo počitnice nepozabne.

Dušanka Škamlec  
Foto: Rado Škrjanec

## Zlati »turisti« iz JVIZ Destrnik-Trnovska vas

Bolfenška turistična pot je naslov naše raziskovalne naloge, s katero smo letos tekmovali na dveh tekmovanjih. Na tekmovanju Turizmu pomaga lastna glava in pa Mladi raziskovalci Slovenije. Avtorice naloge smo Katja Nežmah, Diana Petrovič in Doroteja Pukšič. Na tekmovanju Turizmu pomaga lastna glava smo bile zadolžene za predstavitev naloge komisiji, ob razstavi. Mentor naše naloge je gospod učitelj Aleš Mardetko. Ker pa smo se še predstavili pri odrskih predstavitvah, so igalske sposobnosti pokazali Larisa Pukšič, Aljaž Kranjc, Primož Prigl, Martina Koletnik, Manuela Kovačec in Sašo Arnuga. Odrsko predstavitev je napisala gospa učiteljica Milena Meznarič, učence pa je pripravljala gospa učiteljica Jolanda Zelenko. 19. in 20. aprila 2007 smo se odpravili na državno tekmovanje Turizmu pomaga lastna glava, kajti z zlatim priznanjem na regijskem tekmovanju, smo prišli na državno. Potekalo je v Sostri pri Ljubljani. Prvi dan smo postavili razstave, imeli vaje za odrsko predstavitev, ogled Ljubljane ... Kar je bilo za nas še posebej zanimivo in nekaj novega,

je bilo to, da smo se zvečer odpravili vsak k svoji družini in pri njej prespali. Drugi dan je bil bolj tekmovalen, vendar vseeno zelo sproščen in zabaven. Komisija je ocenila razstave in odrske predstavitve ter podelila priznanja. Učenci OŠ Destrnik-Trnovska vas smo za sodelovanje prejeli zlato priznanje, skupno pa smo bili drugi v državi. S tem smo zelo zadovoljni, kajti prejeli smo tudi nagrado in sicer lep izlet, s kolesi v podzemlje Pece. Vse skupaj je hitro minilo, ampak bilo nam je všeč, kajti spoznali smo tudi nove prijatelje.

21. aprila 2007 pa smo se skupaj z našim mentorjem, gospodom učiteljem Alešem Mardetkom odpravile še na tekmovanje Mladi raziskovalci Slovenije. Tu je potek predstavitev raziskovalnih nalog drugačen od prvega omenjenega tekmovanja, vendar tudi na poseben način zanimiv. Komisiji smo raziskovalno nalogo zagovarjali ob diaprezekciji. Komisija je po zagovoru zastavila še vprašanja, na njih smo odgovorile in tako zaključile tekmovalni del. Po kosilu so razglasili rezultate. Vsi smo jih že nestrno pričakovali. Dokaj hitro je bilo

znano, da je raziskovalna naloga Bolfenška turistična pot prejela za kategorijo turizem zlato priznanje in da smo se z njo uvrstili na državno tekmovanje v Murski Soboti. Zelo smo bili veseli. Hitro je prišel 1. junij in državno tekmovanje mladih raziskovalcev. V močni konkurenci osnovnih in srednjih šol iz vse države, smo našo nalogo spet odlično predstavile in osvojile srebrno priznanje. Na podelitev priznanj pa žal nismo mogli počakati, ampak smo se hitro odpeljali domov, kajti čakale so nas zadnje priprave na valetu.

Na koncu še hvala vsem, ki ste pripomogli k našim uspehom. Mentorjem, učitelju Alešu Mardetku in učiteljicama Jolandi Zelenko-Arnuš in Mileni Meznarič. Hvala tudi vodstvu matične in podružnične šole, našim staršem in občini Trnovska vas. Hvala vsem, ki jih posebej ne omenjamo, ste pa pripomogli k našim uspehom. Z naše strani še samo obljuba: To še ni vse! Se nadaljuje ...

Doroteja Pukšič, 9. a

## Naravoslovni dan (opis dogodka)

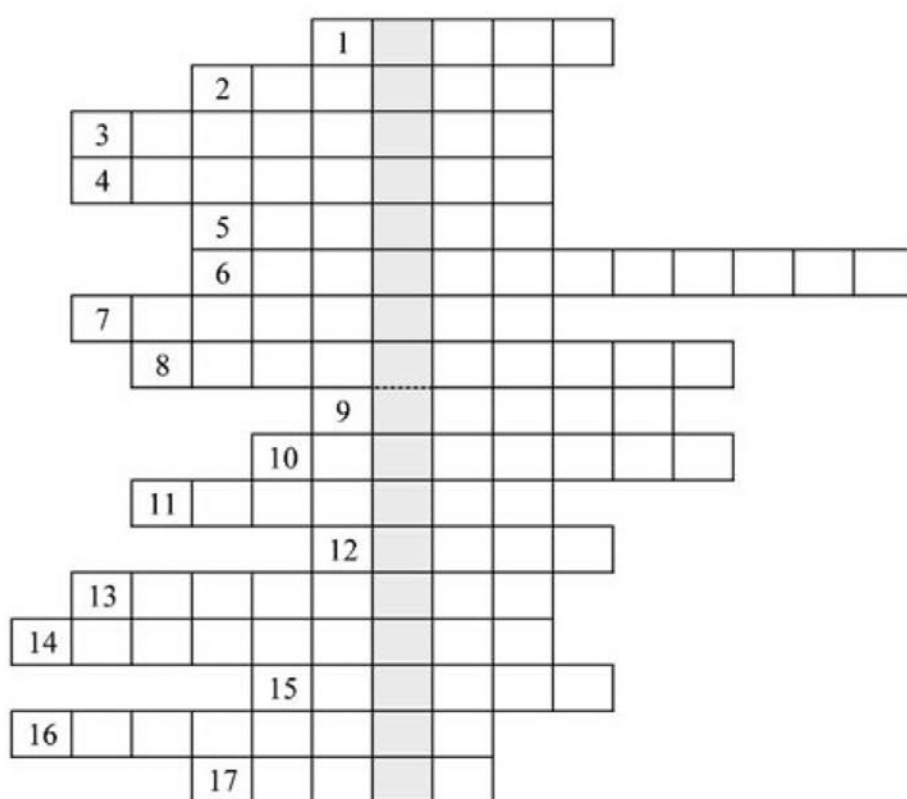
V sredo, 25. 4. 2007 smo imeli naravoslovni dan. Šli smo si ogledat Jezera pri Bišu. Zjutraj ob 8.15 smo se zbrali pred šolo. Odpravili smo se peš proti Bišu. Tam so nas čakali Dominik, David, Venesa in Nina. Vsi skupaj smo pot nadaljevali in kmalu prišli do Jezer. Po nasipu Pesnice smo šli do mrtvega rokava potoka. Tam smo si ogledali

rastline in živali v vodi ter ob vodi. Učenci smo fotografirali določene rastline in živali. V gozdu smo se vsi skupaj fotografirali. Potem smo se vrnili na nasip Pesnice in tam smo imeli malico. Potem smo še rešili naloge in izdelovali žabice iz gline. Po poti nazaj smo šli še na lovsko prežo. Dominik, David, Venesa in Nina so se vrnili, kot so

prišli. Drugi učenci pa smo se vrnili v šolo. Potem smo počakali avtobus. Utrujeni smo prišli domov. Naravoslovni dan je bil zelo zanimiv.

Blaž Potrč, 3. t

## Poletna sestavljanica



1. Gibanje v ritmih glasbe.
2. Mi gremo pa na \_\_\_\_\_ se plavat naučit... (Čuki)
3. Najbolj znan je na Soči.
4. Šport kjer z rokami odbijamo žogo.
5. Z njo se namažemo, da nas sonce ne opeče.
6. Vodni šport, pri katerem odkrivamo lepote morja.
7. Lahka poletna obutev.
8. Druga beseda za pohajkovanje.
9. Najlepše je zaspati na \_\_\_\_\_...(Kingston)
10. Obleka za plavanje.
11. Podnevi nas greje (manjšalnica).
12. Lahko so sprostivene, družabne, tekmovalne...
13. Najtoplejši letni čas.
14. Premikanje ladje ali čolna s pomočjo sile vetra.
15. Na njej se igra odbojka poleti.
16. Pojdi z menoj u \_\_\_\_\_, bova lepa, bova fit...(MI2)
17. Izraz veselja.

Dušanka Škamlec

## Prijatelje spoznaš v stiski

*Zahvaljujemo se vsem gasilcem in občanom,  
ki ste nam v decembrskem požaru  
na kakršen koli način pomagali odpraviti posledice požara.*

Murkovi iz Trnovskega Vrha

## Zlata poroka

V mesecu juniju sta praznovala zlato poroko Frančiška in Lovrenc Šalamun iz Biša. Člana Društva upokojencev Trnovska vas sta od leta 1988.

V imenu društva jima za jubilej zlate poroke čestitamo in želimo še na mnoga zdrava in srečna leta.

**Upravni odbor DU Trnovska vas**  
Foto: Zmagoslav Šalamun

*Iskal sem in mozgal  
in tuhtal in buljil;  
sestavljanke koščki pred mano na tleh  
ne grejo ne skupaj  
niti narazen  
brskam po njih in ne gre mi na smeh  
ugibam še dalje  
prestavljam ... zabavljam  
čez sliko ki kaže se v prahu pred mano  
manjka vogal ji  
in tukaj sredina  
pa vmes je povprek zameštrano ...  
čeprav ni popolna  
ne dam je nikomur  
ker taka je moja presoja  
ne znam ji oblike  
in reda vpeljati  
zatorej - krivda je moja*

**Roman Maguš**



## TRNOVSKI ZVON

**Izdajatelj:** Občina Trnovska vas

**Odgovorna urednica:** Romana Breznik

**Uredništvo:** Romana Breznik, Barbara Drumlič, Matjaž Kramberger, Andreja Krajnc in Dušanka Škamlec.

**Lektoriranje:** Barbara Drumlič

**Naslov uredništva:** TRNOVSKI ZVON, Trnovska vas 42, 2254 Trnovska vas

**Telefon:** 02/757-95-10

**Telefax:** 02/757-16-61

**E-pošta:** [obcina.trnovska.vas@siol.net](mailto:obcina.trnovska.vas@siol.net)

Glasilo TRNOVSKI ZVON izhaja v nakladi 380 izvodov in ga prejmejo vsa gospodinjstva v občini Trnovska vas brezplačno.

**Grafično oblikovanje:** VEJICA, Rado Škrjanec s.p., 040 355 047

**Tisk:** Ekart design

**Spletna stran:** [www.trnovska-vas.si](http://www.trnovska-vas.si)