

Škofja Loka
dz 0
MOZAIK
2015

070.489(497.4Zelezniki)



120150197,2

COBISS c

KNJIŽNICA ŠKOFJA LOKA

MOZAIK

2

Letnik 35
Maj 2015

ustvarjamo gibanje

KNJIŽNICA
IVANA TAVČARJA
ŠKOFJA LOKA

Praznik inovativnosti v Domelu
Indija- dežela podjetnih
Domel na sejmih
Intervju Nejc Černilogar
Stezice in poti na Miklavško goro



Romana Lotrič
Glavna urednica

V tokratni številki želimo poudariti, da je skupina Domel vstopila v 70. leto delovanja.

Beseda urednice	2
Uvodnik	3
Kratke novice	4
Uvajanje metode TPM v TPM skupini L1, 7	5
Skype	5
Predstavitve proizvodnega programa PE Laboratorijski sistemi	6
Praznik inovativnosti v Domelu	8
Intervju z letošnjim prejemnikom zlatega priznanja za inovativnost Alešem Božnarjem	11
Indija – podjetna in rastoča	12
Petdeset odtenkov projektov	13
Domel na sejmihi	14
Intervju: Nejc Černilogar	16
Stari stroji – 40 let in več	17
Naš imunski sistem in kako ga okrepiti	18
Nove pridobitve ob 70 – letnici	21
Zopet smo smučali in se družili na Soriški planini	22
Starost	24
Steziice in poti na Miklavško goro	25
Domel skozi čas	27

Celotno leto bo zaznamovano z različnimi dogodki, ki bodo počastili to častljivo obletnico. Kot prvi izmed njih se je zgodil v začetku maja, ko smo odprli nov mehanski in prenovljen kemijski laboratorij. V okviru praznovanja 70-letnice smo razpisali natečaj Domel skozi čas. S tem želimo obuditi delček preteklosti našega podjetja. Želimo spodbuditi mlade k sodelovanju, da napišejo, narišejo ali kako drugače obeležijo različne dogodke, opišejo zgodbe in dogodivščine, ki so jih dobili iz lastnih izkušenj ali po pripovedovanju starejših, ki odražajo 70-letno delovanje našega podjetja. Nekoč je življenje res teklo po drugačnih tirnicah, seveda ni bilo nič lažje kot danes, morda so bile le nekatere stvari nekoliko bolj preproste.

V branje vam ponujamo zanimive članke.

Predstavljamo proizvodni program PE Laboratorijski sistemi.

Poročamo o obisku indijskega trga, kamor so se odpravili predstavniki PE EC Sistemi.

Ker smo pred kratkim podelili priznanja za inovativnost, predstavljamo dobitnike le-teh. Pripravili smo pa tudi kratek intervju z Alešem Božnarjem – letošnjim prejemnikom zlatega priznanja.

Pišemo o zelo razgibani pomladni sejmski dejavnosti – razstavljali smo namreč na devetih sejmihi na različnih koncih sveta.

Predstavljamo našega sodelavca Nejca Černilogarja, ki se v prostem času posveča gorskemu kolesarstvu, ki je vedno bolj priljubljen šport.

Na koncu pa mogoče še ideja za nedeljski izlet.

Prijetno branje vam želi uredniški odbor.

DOMEL®

Domel, proizvodnja elektromotorjev in gospodinskih aparatov Železniki, d.o.o.
Otoki 21, 4228 Železniki, Slovenija, tel.: +386 4 51 17 100,
fax: +386 4 51 17 106, info@domel.com; www.domel.com

MOZAIK - brezplačno glasilo skupine Domel

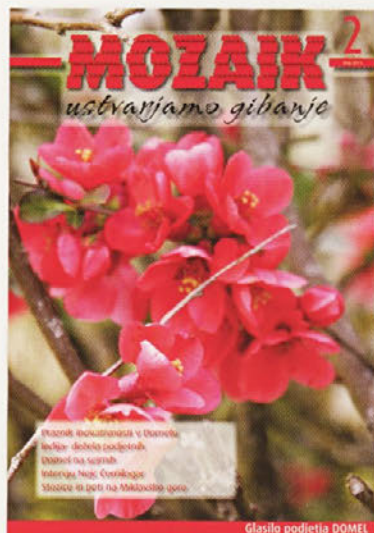
naslov uredništva: Glasilo Mozaik - Domel, Otoki 21, 4228 Železniki
tel.: 04 51 17 173, fax: 04 51 17 106; e-mail: ales.markelj@domel.si

Odgovorni urednik: Aleš Markelj

Glavna urednica: Romana Lotrič

Člani odbora: Tadeja Bergant, Barbara Bertonec, Nataša Dolenc, Nina Drol, Anita Habjan, Danica Jelenc, Štefka Jeram, Janja Kozjek, Aleksander Volf, Andrej Šuštar, Marija Demšar, Blaž Benedik, Matej Galjot, Roman Megušar
Foto: Matej Galjot, Anita Habjan, Igor Mohorič Bonča, Peter Korošec, Boštjan Demšar, Karmen Nastran, Primož Habjan, Brane Čencič, Roman Megušar, Miloš Šmid, marko Čencič, Nina Drol, Dušan Markuš, arhiv Marija Demšar, arhiv Lojze Žumer, arhiv Domel

Grafično oblikovanje: Klemen Budna/GTO Košir; Lektorica: Majda Tolar;
Tisk: Tiskarna GTO Košir; Leto 2015, Številka 2; Letnik 35; Izvodov: 1750
Stališča avtorjev ne odražajo nujno stališč uredništva.



Na naslovnici: Pomladni motiv, (foto Barbara Bertonec)



Jožica Rejec
Direktorica - CEO

Spoštovani sodelavci, spoštovane sodelavke!

Poslovanje prvega četrtertletja je bilo uspešno. Načrtovan obseg prodaje smo presegli za 5 odstotkov in tudi rezultat je boljši od načrtovanega. Ocene za drugo četrtertletje so v okvirih poslovnega načrta za leto 2015.

Zavzeto uresničujemo vizijo in načrtovane poslovne cilje. To je potrditev, da je celosten inovacijski proces stalnih sprememb in izboljšav na vseh področjih pravi pristop za dolgoročno usmerjeno poslovanje. Na ta način izpolnjujemo naše poslanstvo zagotavljanja kvalitetnih delovnih mest.

V letu 2016 bo 27. aprila preteklo 70 let od ustanovitve zadruga Niko, katere pravni naslednik je podjetje Domel. V letu pred tem se bomo z več dogodki na ta način spomnili začetkov in temeljev, na katerih se je zgradil današnji Domel. Rezultate razvoja Domela in ostale že običajne dogodke v letu pred obletnico bomo povezali s pomembnimi dogodki v preteklosti, ki so vplivali na razvoj podjetja. S tem želimo izraziti spoštovanje do vseh zaposlenih, ki so ustvarjali in se razvijali skupaj z rasto podjetja. Prvi dogodek, povezan z obeleženjem in s praznovanjem 70-letnice, bo otvoritev mehanske merilnice in prenovljenega kemijskega laboratorija.

V pripravi je tudi zbornik ob 70-letnici Domela, v katerem bomo predstavili: zgodovino od začetkov železarstva v Selški dolini do ustanovitve zadruga Niko, dejavnosti g. Josipa Bonclja in g. Nika Žumra povezanih z nakupom prvih strojev in usposobitvijo teh strojev za redno in uspešno delo že pred ustanovitvijo zadruga, razvoj podjetja, razvoj izdelkov, teologij, prodajnih, kakovostnih, nabavnih in drugih procesov od ustanovitve do danes. Predstavili bomo tudi usmeritve in cilje za naprej.

Zgodovina, pravi rek, je najboljša učiteljica in je prav, da se učimo tudi iz tega vira.





Andrej Šuštar

Priznanje za etiko in družbeno odgovornost

Na osnovi zahtev naših kupcev je predstavnik presojevalske hiše Inter-tek 24. in 25. marca opravil v Domelu etično presojo na osnovi mednarodnega vprašalnika »Worplace Conditions Assessment«. Presoja je temeljila na pregledu razmer na delovnih mestih, kar se tiče ravnanja z zaposlenimi, komunikacije, upoštevanja zakonodajnih zahtev iz tega področja, skrbi za varnost in zdravje na delovnih mestih ter družbene odgovornosti podjetja. Končni rezultat je bil odličen in visoko nad slovenskim in svetovnim povprečjem tovrstnih ocen, zato smo prejeli posebno priznanje. To je lepa potrditev, da delujemo etično in družbeno odgovorno in da uresničujemo svoje poslanstvo pri zagotavljanju kakovostnih delovnih mest.



Srečanje ob odhodu v pokoj

10. marca 2015 smo v podjetju pripravili srečanje z zaposlenimi, ki so v preteklem letu zaključili svoje delovne kariere z upokojitvijo. Predsednica uprave dr. Jožica Rejec se je vsem prisotnim zahvalila za njihovo dosedanje delo, vložen trud ter izkazano pripadnost pri razvoju in rasti našega podjetja v preteklem obdobju. Vsem sveže upokojenim sodelavcem želimo še veliko zdravia in osebnega zadovoljstva ter da bi jih še čim dalj časa spremljali lepi spomini na preživete dni v Domelu.

Tudi v orodjarni bomo uvajali metode vitkosti

Za doseganje visokega nivoja učinkovitosti strojev so dobro vzdrževana in stabilna orodja ključnega pomena. Z uporabo metod, ki na ostalih delih podjetja dajejo dobre rezultate, se bo dvignil nivo razpoložljivosti orodij.

V orodjarni je v preteklem obdobju potekala obsežna reorganizacija prostora, zaradi česar se metode vitkosti niso uvajale. Z mesecem majem pričnemo z uvajanjem temeljne metode – 5S. S pomočjo te metode bodo orodjarji dvignili nivo urejenosti, čistoče in varnosti v oddelku. Ocenjujemo, da bo v oddelku delovalo 5 TPM skupin. Previdoma septembra bomo pričeli z uvajanjem metode TPM.

Ekipa "kapsule" z Domelovimi vozili na trening varne vožnje

Na lanski podelitvi priznanj za inovativnost je posebno nagrado prejela ekipa, ki je razvila in industrializirala kapsulo. Nagrado so izkoristili letos marca na poligonu varne vožnje na Vranskem, in sicer z Domelovimi avtomobili, ki jih pogosto uporabljajo za dolge službene poti. Program je obsegal teoretični in praktični del, sledil pa je še zabaven preizkus timskega sodelovanja vožnje s terenskim vozilom ob zakritem pogledu. Za zaključek dneva si je ekipa na Vranskem ogledala še muzej starih motorjev.



METODE TPM V TPM SKUPINI L1,7



Andrej Dolenc

V začetku marca 2014 smo začeli uvajati celovito procesno vzdrževanje (TPM). Sprva smo spoznali metodo 5S, kjer smo na kratkem izobraževanju osvojili način, kako priti do bolj urejenega, varnega in čistega delovnega mesta. Z izvedbo prve presoje smo ocenili trenutno stanje in nato linijo uredili v skladu z zahtevami metode 5S. Uspešno pa smo izvedli potrebno čistilno akcijo.



Roman Megušar

Skype je internetno telefonsko omrežje, ki preko spleta omogoča komunikacijo uporabnikov.



Vmes je bilo organizirano tudi izobraževanje TPM, na katerem smo se seznanili z načini izvajanja metod, ki jih zajema TPM. Določeni so bili člani ekipe, ki se na tedenskih sestankih dogovarjajo o prihodnjih ciljih in načrtih. Prve zunanje presoje smo bili deležni v 13. tednu leta 2014. Dosegli smo več kot 70-odstotno uspešnost, kar je za prvo presojo odličen rezultat. Pri tem dosežku so nam bile v pomoč in zgled druge ekipe, ki so pred tem že sodelovale v projektu TPM. Odlični rezultati presoj pa so nas pripeljali do nadgradnje projekta TPM2, s katerim smo začeli v 40. tednu leta 2014. Informacije, ki smo jih zbrali na izobraževanju, so nam očitno več kot odlično koristile, saj smo na prvi presoji TPM2, ki je bila v 49. tednu, dosegli spet odlično 76-odstotno uspešnost. Zahtevane pogoje smo še dopolnjevali in po treh mesecih, na drugi presoji, dosegli več kot 90-odstotno uspešnost.

Na prireditvi Dan inovativnosti, ki je bila 27.3.2015, smo bili nagrajeni kot najboljša TPM ekipa s področja montažnih tehnologij.

Delovno okolje se je v primerjavi z okoljem pred uvedbo TPM vidno izboljšalo, tako vizualno kot tudi s stališča varnosti. Kot vodja ekipe sem vesel, da je vsak član ekipe s svojim trudom pripomogel k temu uspehu. V zadovoljstvo mi je dejstvo, da so bili delavci, kljub spremembam, ki smo jih uvedli, pripravljeni sodelovati, saj se po mojem mnenju ljudje najbolj bojimo sprememb. V pomoč sta tudi koordinator TPM in vodja montaže, ki s svojim znanjem usmerjata na prave tire. Sedaj nas čaka še kar nekaj dela na temo produktivnosti, ki je verjetno najtežje dosegljiv del TPM. Velik izziv pa bo verjetno tudi vpeljava še ene nadgradnje - TPM3.

Omogoča video in glasovni pogovor ter video konferenco. Glasovni pogovor omogoča klice med pari uporabnikov in konferenčne klice, pri katerih lahko sodeluje do 25 uporabnikov vključno z gostiteljem konferenčnega klica. Video klepet omogoča klice med pari uporabnikov (slika + zvok).

Skype ponuja tudi pisanje sporočil med uporabniki, omogoča skupne klepete, shranjevanje zgodovine pogovorov, pošiljanje sporočil, tudi ko uporabnik ni dosegljiv, urejanje prejšnjih sporočil in še več.

Prednosti uporabe Skypa:

Ena izmed najpomembnejših je seveda ta, da omogoča Skype številne vrste komuniciranja preko spleta, od glasovnih pogovorov, pošiljanja sporočil, pa vse do video konferenc. Prednost je tudi ohranjanje stika z ljudmi, ki jih malokrat vidimo, a želimo z njimi ohraniti odnos. Skype omogoča video klice, ki so nekako boljši kot običajni glasovni ali tekstovni klici oz. sporočila, saj tako ohranjamo tudi fizični stik (v neki meri, seveda). Skype je eden izmed najbolj razširjenih internetno telefonskih omrežij in je dobro dostopen v mnogih državah. Je uporabnikom prijazen program, saj je brezplačen in lahek za uporabo. Uporabljajo ga ljudje vseh starosti, od najstnikov do starejših.

Slabosti uporabe Skypa:

Kot največji problem današnje komunikacije preko spleta je izgubljanje fizičnega stika z ljudmi. Vedno več je odnosov na daljavo brez fizičnih stikov (čisti odnos), pojavljajo pa se tudi ljudje, ki se predstavljajo z izmišljenimi podatki (navidezni odnos).



PREDSTAVITEV

PROIZVODNEGA PROGRAMA PE LABORATORIJSKI SISTEMI



Matej Galjot

Letos bo minilo pet let od priključitve Tehnice k Domelu. Večina sodelavcev in upokojencev Domela verjetno ne pozna proizvodnega programa Poslovne enote Laboratorijski sistemi, zato bom na kratko predstavil naše izdelke.

Kot pove že ime poslovne enote, proizvajamo laboratorijsko opremo: centrifuge, stresalnike, inkubatorje, drobilce in razbijalce, magnetne mešalce in posnemalnike za mleko.

Kot prvo skupino izdelkov bom predstavil centrifuge. V zgodovini kovinarske industrije v Železnikih je bila leta 1953 centrifuga prvi izdelek z motorjem, izdelan v tovarni Niko. Centrifuge so še danes pomemben steber naše prodajne palete. Uporabljajo se za ločevanje tekočin s silo teže – gravitacije, ki jo dosežemo z vrtenjem vzorca v komori centrifuge. V Laboratorijskih sistemih izdelujemo centrifuge z najvišjimi vrtljaji do 18000 vrtljajev na minuto, kar povzroči, da se teža 1 kg poveča na 30 ton. Trenutno predstavljajo 15 odstotkov prodaje PE.



24-mestni kotni rotor za epruvete 2 mililitra

Večino naših centrifug kupci uporabljajo v kliničnih laboratorijih za obdelavo vzorcev krvi in urina. Uporabljajo jih tudi v raziskovalnih in industrijskih laboratorijih s področja medicine, veterine, farmacije, kemije, biologije, živilstva, v ekoloških laboratorijih, ...

Trenutno proizvajamo osem različnih centrifug. V nižje cenovne centrifuge vgrajujemo kolektorske motorje Domelove skupine 315 (Centric 322A, 150, 90), v dražje pa asinhronske motorje (Centric 400R, 350 in 250) s frekvenčnimi regulatorji. Izdelujemo dve hladilni centrifugi, opremljeni s kompresorskim hlajenjem, s katerim dosegamo najnižjo temperaturo vzorca 2°C pri trajnem teku centrifuge.

V centrifugi se potrebuje oprema, v katero se vstavlja epruvete. Opremo sestavljajo rotor centrifuge in kivete z vložki, kamor se vlagajo epruvete z vzorci. Rotorje delimo na kotne in nihajoče. V kotnih rotorjih je vzorec pod kotom, zato je tudi posedanje vzorca poševno na epruveto. Pri nihajočem rotorju pa se epruveta uleže v horizontalno pozicijo in je posedanje vzorca pravokotno na dno epruvete. V večjih centrifugah pri nihajočem rotorju lahko kombiniramo različne vložke od 0,2 ml do 100 ml. Uporabljajo se tudi posebni rotorji za točno določene epruvete, ki so brez kivet in vložkov. Praviloma so ti namenjeni stalni uporabi enakih epruvet ali posebne opreme ter za višje vrtljaje do 18000 obr/min. V naših centrifugah se lahko naenkrat obdeluje od 2 do 48 vzorcev, v skupnem volumnu do 400 ml.

V proizvodnji PE Laboratorijski sistemi izdelujemo sestavne dele za centrifugo – razne stružene in rezkane kose ter večino rotorjev. Ohišja, elektroniko, plastične polizdelke in drobne standardne sestavne dele kupujemo od dobaviteljev. V montaži opravimo končno montažo aparatov in 100-odstotno kontrolo vseh aparatov.

Vse naše centrifuge imajo kontrolo neuravnoteženosti, kar pomeni, da v primeru napačnega polnjenja vzorcev s strani uporabnika aparat ne deluje. S tem preprečimo možnost uničenja vzorca ali celo aparata. Vse imajo varnostno zaklepanje, ki preprečuje odpiranje aparata med delovanjem ali ob izpadu električnega toka. Uporabnik lahko nastavi in shrani več programov, ki jih potrebuje za različne preiskave.



Hladilna centrifuga CENTRIC 400R



Centrifuga CENTRIC 322A z nihajočim rotorjem



Kotni rotor 6 x 50ml za Centric 322A

Pri novejši centrifugi Centric 350 smo se poleg klasične izdelave razvojno-tehnološke dokumentacije prvič srečali z izdelavo popolne dokumentacije, ki jo zahteva standard medicinske opreme ISO 13485. To pomeni, da se je izdelala analiza tveganja, plan nadzora, zagotovljena je sledljivost materialov. Medicinski standard smo pridobili leta 2013. Le-ta zahteva tudi poprodajno spremljanje izdelka na trgu in odgovornost proizvajalca za izdelek ves čas njegove življenjske dobe v luči odziva na težave uporabnikov in obveščanja pristojnega urada za nadzor zdravil in medicinske opreme.

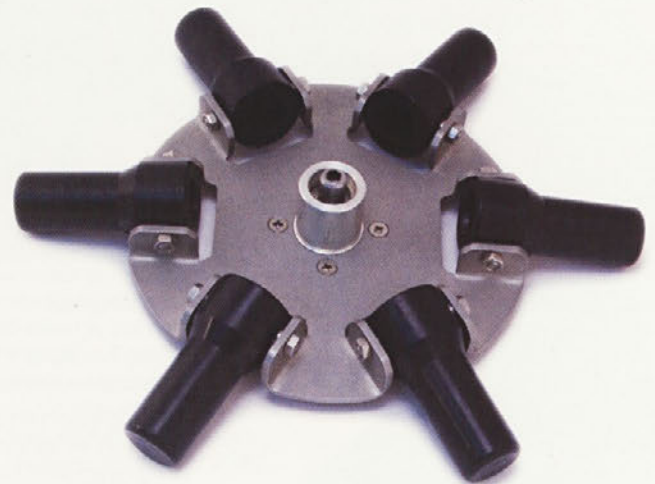


Centrifuga CENTRIC 250



Centrifuga CENTRIC 350 z 4 mestnim nihajočim rotorjem in vložki za 10ml epruvete

Najnovejša centrifuga Centric 250 je trenutno v fazi razvojne serije. Nekaj vzorčnih centrifug je že pri uporabnikih. To je pomanjšana centrifuga Centric 350 z univerzalno možnostjo uporabe v kliničnih in raziskovalnih laboratorijih.



Nihajoči 6-mestni rotor z 12ml kivetami za CENTRIC 250

PRAZNIK

INOVATIVNOSTI V DOMELU



Martin Pintar

*Imej čas za delo – to je cena uspeha.
Imej čas za razmišljanje – to je izvor moči.
Imej čas za igro – to je skrivnost mladosti.
Imej čas za prijateljstva – to je pot do sreče.
Imej čas za sanjarjenje – to je pot k zvezdam.
Imej čas, da ljubiš in da te ljubijo – to je privilegij bogov.
Imej čas, da gledaš okrog sebe – prekratek je dan za sebičnost.
Imej čas za smeh – to je glasba duše.*



Besede islandske modrosti, ki jih je Katarina Prezelj, voditeljica na podelitvi priznanj za inovativnost za leto 2014, prepletla med uradni del podelitve, in glasbene točke so lepo prepletle zvoke kitar in flavte z uradnimi razlagami in opisi nagrajencev.

Na začetku podelitve priznanj je zbrane nagovoril direktor Domela d.o.o. Zvone Torkar, ki je opozoril, da za uspešen razvoj inovativnosti v podjetju ni dovolj imeti pravilnik in dober sistem za zbiranje predlogov. Inovativnost je proces ali upor proti pasivnemu čakanju, da ti nekdo pove, kako delati drugače, bolje, učinkoviteje ... Ta proces, način življenja pa potrebuje primerno okolje, ki ga stalno spodbuja in omogoča. Sleherni zaposleni mora imeti občutek, da je opažen, spoštovan, da brez zavor zaupa svoje ideje. Le tako lahko postane inovativnost množična. Za uspeh in obstanek na globalnem trgu pa je poleg velikih inovacij prav ta množična inovativnost ključnega pomena, saj je to lahko naša velika konkurenčna prednost.

Podatki kažejo, da v Domelu inovativnost pridobiva na množičnosti. Število predlogov

in predlagateljev se vsako leto povečuje. Uvajanje vitkosti v proizvodnjo, ki se je v Domelu začelo pred leti, je veliko prispevalo prav k temu. Tudi to je eden pomembnih razlogov, da bomo metode in tehnike vitkosti v Domelu še naprej širili. Zahvalil se je vsem, ki v teh procesih aktivno sodelujejo, in čestital nagrajencem.

Na podelitvi ni bilo govora le o inovativnosti. Govorili smo o idejah, drobnih izboljšavah, koristnih predlogih, tehničnih izboljšavah, invencijah in seveda tudi o inovacijah. Za dobro delujoče podjetje je vse to potrebno in vse to v Domelu imamo. Le-to pa ni naključje, temveč je rezultat sistematičnega dela in prizadevanj za dobro poslovanje podjetja, kjer so pomembni dobri poslovni rezultati, ki so podprti z dobro klimo in zadovoljnimi sodelavci. Podjetje Domel s svojim sloganom "V Domelu inovativnost načrtujemo" sledi celovitemu pristopu za dobro poslovanje. Poleg močnih razvojno tehničnih ekip, ki skrbijo za permanentni razvoj, sistematično vključujemo vse zaposlene v iskanje novih idej in rešitev, v zadnjem letu pa s celovitim produktivnim vzdrževanjem ali krajše rečeno s TPM pristopom sistematično izobražujemo in vključujemo ciljne delovne skupine. In vse skupaj se odraža v številkah ob koncu leta.

Na podelitvi priznanj in nagrad za leto 2014 smo podelili:

- 8 bronastih priznanj za inovativnost, 5 srebrnih priznanj za inovativnost, nagrado za največ vpisanih predlogov izboljšav v letu 2014, nagrado vodji oz. mentorju za učinkovito spodbujanje inovativnosti v letu 2014, iz naslova profesionalnega inoviranja smo izpostavili razvojni tim, ki je v lanskem letu odlično odigral svojo vlogo, letos smo prvič podelili tudi priznanje TPM skupinam, na koncu pa še zlato priznanje za inovativnost v letu 2014. Več o kriterijih pri izboru nagrajencev in o nagrajencih samih je predstavljeno v obvestilih na intranetni strani SORA. Prejemniki Domelovih priznanj za inovativnost iz naslova vpisanih predlogov za leto 2014 so:



P: proizvodno R: režijsko področje	Zlato priznanje in Ura inovativnosti	Srebrno priznanje za inovativnost	Bronasto priznanje za inovativnost
1. P: gredi ORO	Aleš Božnar	/	/
2. P: APEC, ECS		Simona Novak	Bojan Žun
3. P: PE SE MONT, Vod		/	/
4. P: BMC, Štancanje		/	Darko Fujs
5. P: LS; MOT		/	Dolores Mohorič
6. R: KAK, PE KO, IP		Boris Oblak	Luka Dolenc
7. R: PE SE in OZI		Robert Rovtar	Tomaž Pohleven
8. R: Razvoj, Prodaja		Mirko Gaser	Franc Potočnik
9. R: NAB, SPL, Vod, FRP		/	David Mlakar
10. R: ECS, APEC, LS, MO		Marjan Kokalj	Simon Mravlja

Kultura inoviranja, ki je temelj vsakega uspešnega podjetja, se gradi na strategiji in ob podpori najvišjega vodstva, preko celotne hierarhije pa se prenaša do vseh zaposlenih. Zaposleni za registracijo idej in predlogov izboljšav potrebujejo spodbudo nadrejenih, še posebej pa se vodja pokaže pri obravnavi predlogov. Pri tem delu je v letu 2014 izstopal Robi Mesec – vodja montaže sesalnih enot, ki po eni strani vpisuje ideje v sistem SORA, po drugi strani pa kot vodja s svojimi polnimi komentarji pospešuje in poenostavlja obravnavo posameznih predlogov. Ni zgolj naključje, da je bilo pri letošnjem izboru nagrajencev največ kandidatov za najvišja priznanja ravno iz montaže sesalnih enot. Sto milijona enota in odlični rezultati v letu 2014 niso nekaj samo po sebi umevnega, ampak so plod trdega dela in znanja celotne ekipe, ki dela na sesalnih enotah, in seveda zagnanih Robijevih sodelavcev, ki nadrejenemu preko predlogov izboljšav redno sporočajo, kje bi bili lahko še boljši. Pa če se vrnemo k Robiju, so njegovi komentarji lahko za zgled vsem ostalim. Vsak predlog ima lepo opisano razlago, kakšno težo ima predlog, kaj s predlogom narediti in kakšno nagrado predlaga. Tudi posameznik z največ vpisanimi predlogi izboljšav v letu 2014 prihaja iz montaže sesalnih enot. S tridesetimi predlogi je močno izstopal Robi Rovtar, ki je bil hkrati tudi prejemnik srebrnega priznanja.

Nagrade TPM skupinam

Metodo TPM smo v Domelu začeli uvajati v drugi polovici leta 2013. Cilj metode je dvig učinkovitosti delovne opreme, se pravi odpravljati izgube, ki so vezane na delovno opremo (zastoji, slaba kakovost, menjave ...). Po uspešni uvedbi in pozitivnem odzivu zaposlenih v pilotnih skupinah se aktivnosti širijo na celotno podjetje. Trenutno je v podjetju aktivnih 31 TPM skupin. Letos so bile prvič podeljene nagrade najboljšima TPM skupinam. Skupini sta bili izbrani na podlagi nivoja doseganja TPM in 5S zahtev do konca februarja 2015. Dve skupini smo izbrali, ker smo ocenili, da skupine montažnih tehnologij in skupine izdelave komponent nimajo enakih pogojev za doseganje 5S zahtev.

Izmed TPM skupin s področja montažnih tehnologij je bila kot najboljša skupina izbrana montažna skupina L 1, 7. Skupina je vstopila v TPM junija 2014. Že po treh presojah je dosegla nivo TPM1. Po dveh presojah je dosegla nivo TPM2 in izpolnila pogoje za napredovanje v TPM3. Tudi na metodi 5S je skupina izpolnila 80 odstotkov zahtev. Člani skupine, ki



Direktor razvoja mag. Matjaž Čemažar je o razvoju dogodkov na tem projektu zapisal:

Projekt razvoja Laboratorijske centrifuge CENTRIC 350 je prvi projekt razvoja novega izdelka po zahtevah standarda medicinske opreme ISO 13458. Za razvojno ekipo je bil to poseben izziv, saj je bilo poleg načrtovanja izdelka, ki so ga bili vajeni v preteklosti, potrebno vključiti tudi obvladovanje tveganj predvsem s stališča uporabnikov izdelka. Pri razvoju tega izdelka je bil prvič vzorno izdelan tudi procesni in konstrukcijski FMEA ter s tem v povezavi plan nadzora s programsko opremo APIS.

Cilj projekta je bil razvoj novega tipa centrifuge, ki bo povečala konkurenčnost Domelovih centrifug na trgu, pri čemer je bilo potrebno upoštevati načela standardizacije s celotno družino centrifug, velik poudarek na stroškovni učinkovitosti in ustreznost standardom medicinske opreme. Trg centrifug se hitro razvija, zato smo prepoznali priložnost, da z ustreznim produktom povečamo tržni potencial na področjih biotehnologije, genskih raziskav, inženiringa, medicine in farmacije.

Centrifuga je modernejše oblike, njene glavne tehnološko razvojne novosti pa so: enotna krmilna elektronika za vse napajalne napetosti in frekvence, avtomatska detekcija napajalne napetosti in frekvence, nastavitve parametrov, nizek nivo hrupa, digitalni prikaz hitrosti, temperature in časa preko LED display-a, motor brez ščetek z dolgo življenjsko dobo, opsijsko ima možnost priključitve na računalnik preko vmesnika, enostavna zamenljivost rotorjev in s tem uporabnost za različne postopke.

Na koncu projekta – po uspešno opravljenih poskusnih serijah s potrjenimi kosi iz orodij, je bil izveden tudi "protokolarni" prevzem izdelka v serijsko proizvodnjo. S tem je razvoj "svoje dete" dal v oskrbo proizvodnji in upanju, da bodo kmalu imeli težavo zadostiti vsem naročilom kupcev.



dela pod vodstvom Andreja Dolenca, so: Andreja Rimac, Andreja Pintar, Romana Šturm, Sabina Šubic, Danica Primožič, Tatjana Mohorič, Nande Hašič, Izidor Pintar, Mohor Bevk in Miha Kern.



Izmed TPM skupin s področja izdelave komponent je bila kot najboljša izbrana skupina iz proizvodnje gredi in ščetk - PGŠ1, ki je bila ena izmed prvih TPM skupin. Z metodo TPM se je skupina pričela ukvarjati junija 2013. Po šestih presojah je v juniju 2014 dosegla pogoje za TPM2. Po šestih presojah TPM2 skupina dosega 88 odstotkov, pri 55 zahtevah pa dosega 73 odstotkov. Skupino sestavljajo: Izidor Ambrožič, Dragančo Andreevski, Luka Debeljak, Oto Kokl, Simon Pinterič, Matija Rihtaršič, Robert Šuštar, Aleš Pintar, Peter Vrhunc, Janez Thaler, Primož Benedičič, Franc Potočnik, Petra Potočnik in Gašper Vodenik.



Biti inovativen, je mnogo več, kot le imeti dobro idejo. Ideja je seveda pomembna, vendar je brez trdega dela in vztrajnosti ne moremo uresničiti. Poleg tega pa moramo imeti končni cilj jasno v glavi, saj nas to spodbudi, da ne odnehamo, ko kaj ne gre po načrtu.

Neodvisno od vpisov v sistem SORA pa vsako leto predstavimo tudi posebne dosežke s področja profesionalnega inoviranja. Letos je izmed le-teh izpostavljena ekipa, ki je delala na projektu namizne centrifuge "CENTRIC 350" pod vodstvom Primoža Vidica, veliko pa so sodelovali še Marjan Prevc, Klemen Benedičič, Štefan Jelovčan, Matej Galjot, Boštjan Demšar, Franc Gačnik ter Danica Marenk, Tadeja Bergant in Ladi Nastran, ki so bile gonilna sila pri vodenju projekta, izdelavi plana nadzora in izvedbe FMEA analize.

Častni gost na letošnji podelitvi priznanj in nagrad inovativnosti je bil prof. dr. Borut Likar, redni profesor ter znanstveni svetnik na Univerzi na Primorskem. Njegovo priljubljeno področje je prav management ustvarjalnosti. V nagovoru je na temeljih raziskave o inovativnosti v slovenskih podjetjih poudaril pomen celostnega inoviranja in predstavil prednosti, ki jih imajo vodilna podjetja na svojem področju v primerjavi s sledilci. Pri trendih inoviranja je poudaril pomembnost vključevanja vseh členov pri razvoju novih izdelkov, tako od razvojno raziskovalnih institucij, dobaviteljev, marketinga ... kjer naj bi vsak z inovacijami s svojega področja prispeval največ v mozaik novega izdelka ali storitve. In po njegovi oceni in izkušnjah, ki jih ima z našim podjetjem, smo na pravi poti.

Za vrhunec prireditve sta prof. dr. Borut Likar in direktorica Domel Holding dr. Jožica Rejec podelila še zlato Domelovo priznanje inovativnosti za leto 2014, ki jo je prejel Aleš Božnar.

Aleš Božnar, vodje izmene v montaži sesalnih enot

Da Aleš pri registraciji idej ni muha enodnevnica, kažejo dolga leta sodelovanja v sistemu SORA in 38 dobrih predlogov izboljšav, številna soavtorstva in nekaj pomembnih predlogov tik pred realizacijo. Številne Aleševe rešitve prinašajo lepo gospodarsko korist. Naštejmo le naslove lanskih predlogov: Manipulator za kolektor, Dodelava natiskavanja kletk, Ekološki otok, Zaloga statorjev na vozičke, Sprememba višine pregrade, Vgravirati kodo na ohišju oz. jarmu, Delo med malico RL4, Knjiženje nalogov in Priučitev. In kaj je Aleševa posebnost, ki ga je povzdignila v sam vrh letošnjih nagrajencev. Preprosto rečeno so bili najprej predlogi, izvedba in raznolikost tematik, ki pokrivajo tako tehnično področje kot tudi embalažo, izobraževanje, okolje, preglednost izdelkov in olajšanje dela, SAP problematika, organizacija delovnega časa ter zmanjševanje zalog. Res, da so nekatere izboljšave s področja njegovega dela, vendar so odlične in pomenijo nov pristop dela. In kako veliko spremembo bosta prinesla predloga pod imenom "Zmanjševanje zaloge statorja" in "Zaloga na vozičke" povejo naslednje številke: običajno se je izdelalo do petnajst tisoč kosov statorjev, ki so se hranili na različnih lokacijah, kjer se je našel prostor; to sedaj odpade, med statorsko linijo in končno montažno linijo bo le še 6 vozičkov s 1200 kosi varnostne zaloge in z jasno določeno pozicijo. Z realizacijo predloga sta se povečala fleksibilnost in kapaciteta statorskih linij. Kot posebnost v eni od idej Aleš predlaga posebna izobraževanja na strojih in napravah, kjer je ugotovil pomanjkanje znanja kot vzrok za težave. V nadaljevanju je že organiziral nekaj takih izobraževanj in rezultati so dobri. Na splošno ob pogledu na njegove rešitve vidimo celovit pogled na statorske rotorske in montažne linije, veliko mero analitičnosti in sistematično uvajanje novosti, kar mu je prineslo zlato priznanje.

V zaključku se je tudi direktorica dr. Jožica Rejec zahvalila vsem nagrajencem in jim čestitala za njihov prispevek k uspešnosti Domela, hkrati pa ob poudarku na Domelovih vrednotah povabila vse zaposlene k soustvarjanju kulture inoviranja tudi v tekočem letu.

Po skupinskem fotografiranju so nagrajenci in udeleženci prireditve ob skromni pogostitvi izkoristili čas za druženje in izmenjavo izkušenj.

Glasbene točke sta izvajali učenki Glasbene šole Škofja Loka Anika Čemažar s flavto in Zina Prevc s kitaro.

INTERVJU Z LETOŠNJIM PREJEMNIKOM ZLATEGA PRIZNANJA ZA INOVATIVNOST ALEŠEM BOŽNARJEM

Kdaj si prišel v Domel in na katero področje?

Po končani srednji šoli za elektrotehniko sem pripravništvo opravljal v takratni Iskri števeci v Kranju, kjer sem delal v elektrolaboratoriju za testiranje električnih števcov in stikalnih ur. Po služenju vojaškega roka sem si zaradi takratne gospodarske krize moral poiskati novo službo. V Domel sem prišel jeseni 1992 na predlog prijatelja Tomaža. Nekaj časa sem delal kot delavec v montaži, zato znam ceniti to delo.

Opiši, kje vse si imel priložnost delati, preden si prišel na delovno mesto vodje izmene v montaži.

V montaži sem bil potem devet let mojster, kjer sem tudi z dodatnimi izobraževanji pridobil kar nekaj znanja iz strojništva ter znanja iz pnevmatike in elektropnevmatike. Želja po spremembi me je potem vodila v razvoj, kjer sem delal na področju testiranja življenjske dobe motorjev in kalibracij električne merilne opreme. Te izkušnje so mi razširile horizont, navadil sem se analitičnega dela, kar mi zelo koristi pri reševanju problemov, saj nanje znam pogledati tudi z druge strani. Vmes sem tudi diplomiral. Po sedmih letih dela v razvoju sem se vrnil v montažo na delovno mesto vodje izmene.

Prejel si zlato priznanje za inovativnost v letu 2014 v podjetju Domel. Kaj ti priznanje pomeni?

To razumem kot priznanje za aktivno delo pri iskanju ter realizaciji boljših, enostavnejših, učinkovitejših, cenejših rešitev z manj procesnimi izgubami. Upam pa, da tudi drugi razmišljajo podobno, da je širše to tudi priznanje za oddelek montaže in pokazatelj, da smo resnično dober tim in uspešni pri reševanju problemov. Tudi skozi TPM projekt, skozi katerega se reševanje problemov vodi zelo sistematično.

Recept za uspeh?

Priznam, da nisem prav dober kuhar, zato mi recepti niso prav domači. Mislím pa, da uspeš, če uporabiš znanje in izkušnje, nekaj radovednosti in korajže in vztrajno mešaš, dokler se ne skuha. Pomembno je tudi to, da ne ubupaš, če se kdaj kaj prismoči, če naletiš na kak negativen odziv. Ključno je tudi timsko delo in sodelovanje z ljudmi znotraj tima in z drugih področij. V sodobnem, tehnološko razvitem svetu smo ljudje kljub vsemu omejeni s svojim znanjem, sposobnostmi in veščinami, zato sami ne bomo uspeli pri realizaciji idej ali pa bo realizacija predolga. Na področju sodelovanja med oddelki in področji v Domelu v zadnjih letih opažam velik napredek, seveda pa se tu še skrivajo rezerve.

Kako gledaš na sistem inovativnosti v Domelu?

Ustvarjalnost je ena od temeljnih vrednot v Domelu, kar je bistveno za dolgoročen razvoj in obstoj. Potreben pa je "Open mind" pogled na svet.

Ideje imaš na različnih področjih. Ali bi izpostavil kakšen predlog, ki je bil poseben izziv zate?

"Vse dobre stvari so tri", zato bi izpostavil tri predloge, nekaj vročega železa pa še kujemo.

Predlog v zvezi z vitko proizvodnjo med montažnimi in statorskimi linijami, kjer smo z večjo fleksibilnostjo statorskih linij zaloge statorjev zmanjšali z 25.000 kosov na 3.000 kosov, poenostavili planiranje, logistiko ... Pomembno pri tem predlogu pa se mi zdi tudi to, da imamo vsi nekaj koristi od njega, med drugim delavka na posamezni statorski liniji na vsaki izmeni preloži v protivrednosti "za 65 vreč cementa" manj statorjev.

Drug predlog je Debalans – vibracije, kjer smo z relativno majhno investicijo na rotorski liniji dosegli nižje nivoje debalansa rotorjev, izmet zaradi vibracij na montažni liniji pa se je znižal z 0,25 na 0,1 odstotka. Ta predlog je zahteval veliko analitičnega dela.



Tretji predlog je avtomatizacija natisovanja distančnika in držala ščetk, kjer smo z realizacijo predloga s strani OZI-ja avtomatizirali dve delovni mesti. Realizacija večine predlogov je timsko delo, v katero je vključeno več področij.

Kakšne hobije imaš - so morda v povezavi s tvojo inovativnostjo v Domelu?

Rek "Sladek je sad dela" mi je zelo blizu. Včasih sezidam kak rustikalni kamin, rad imam starine ... Mogoče bo koga presenetilo, da imam rad okrasne in sadne rastline, zato imamo vsako leto posajenih več. Najraje pa se zdaj ukvarjam z mojo malo rožico E<30, ki je najlepša od vseh. Pozimi včasih "pobegnem" s smučkami na kakšen hrib ali goro, poleti pa na kolo. Kdor to počne, ve, da ti to dobro prevetri možgane in včasih se utrne kakšna ideja.

INDIJA

PODJETNA IN RASTOČA



Lojze Demšar

Podjetni ljudje, polni znanja in entuziazma, prijazni, odprti in pripravljeni sodelovati in pomagati. Gospodarstvo je v vzponu, gradbeništvo v polnem zamahu. Z eno besedo – priložnost za rast.



SB Panchal

Naša indijska zgodba se je začela s tržno analizo indijskega trga za aplikacije programa poslovne enote EC Sistemi. Tržna analiza je pokazala širok nabor potencialnih konkretnih kupcev. Kmalu po opravljeni analizi smo pripravili akcijski načrt za osvajanje tega velikega trga.

Indijske kupce sva obiskala z Gašperjem Koprivškom, našim predstavnikom in poznavalcem razmer v Indiji. Skupno sva v enem tednu obiskala 12 potencialnih kupcev s področij odsesovalnih sistemov, pralnih dezinfektorjev, vzorčevalnikov zraka in aparatov za procese v farmaciji. Kupci, ki sva jih obiskala, so bili v mestu Mumbai in v mestu Pune na zahodu Indije. Organizacija takega števila obiskov v izjemno gostem prometnem kaosu je kar velik zalogaj.

V vseh podjetjih sva bila zelo dobrodošla. Indijci zase pravijo, da imajo znanje, so podjetni, imajo trg, potrebujejo pa kvalitetne produkte (npr. puhala) za njihove izdelke. EC puhala jim do sedaj niso bila preveč poznana, saj uporabljajo klasične rešitve, kot so puhala s stranskim kanalom in centrifugalna puhala. S tega vidika je bilo zelo primerno, da sva en delujoč vzorec imela za demonstracijo delovanja le-tega.



Industrijska cona



Filter ON

Poleg indijske kulture in navad je za delovanje na indijskem trgu dobro vedeti, kaj pomeni, da morajo produkti ustrezati posebnostim v njihovem okolju. Indijci to imenujejo tropifikacija. Tropifikacija pomeni:

- da je napetost v omrežju lahko tudi do 20 odstotkov višja od nazivne,
- da so v napetosti lahko tudi visoke konice,
- da fazni zamiki niso vedno enaki,
- da je temperatura okolice lahko precej čez 40°C,
- da je vlaga lahko zelo visoka in še druge posebnosti.

Obiskanim kupcem smo že poslali nekaj ponudb in v kratkem času pričakujemo vzorčenja. V vsakem primeru je Indija trg s potencialom, saj je v državi veliko večjih in manjših podjetij. Indija je najhitreje rastoči trg ta čas. Ima veliko visoko izobraženega kadra s podjetniško žilico.

V Indijo je potrebno priti seznanjen s posebnostmi, na katere naletiš v tej veliki deželi. Te posebnosti je potrebno spoštovati, tako kot tudi oni spoštujejo in cenijo naše posebnosti. To najbolj pove njihov pozdrav s sklenjenimi dlanmi v višini prsi in z rahlim priklonom ter izgovorjeno besedo "namaste". To je pozdrav, ki pomeni globoko spoštovanje.

Priložnost nas čaka, izkoristimo jo.



Ulica

PETDESET

ODTENKOV PROJEKTOV



Tadeja Bergant

Ne, to ni napaka ..., prav piše - 50 odtenkov projektov ...

Tisti, ki boste iskali vzporednice z vsebino knjige oz. pred kratkim predvajane filmske uspešnice, boste mogoče te našli, če boste "brali" med vrsticami. Ali pa mogoče niti ne bo potrebno ...

Naslov ne želi poudariti, da so projekti "sivi, temačni", želi pa poudariti, da so si projekti med seboj podobni, torej lahko govorimo o odtenkih projektov. Pa kljub vsemu določene stvari iz zgodbe v knjigi lahko primerjamo s projekti (za tiste, ki ste knjigo s podobnim naslovom seveda brali).

V tako opevani knjigi s podobnim naslovom se zgodba v bistvu začne s pogodbenim odnosom med "naročnikom" in "izvajalcem". V tej pogodbi, ki v knjigi sicer definira malce drugačno razmerje med tema dvema vlogama, so določeni vsi pogoji oz. so definirana pravila, ki se jih (predvsem izvajalec) mora držati.

Tako je tudi s projekti. Vsak projekt se začne z naročilom, kar je v bistvu pogodba. Na naročilu so navedeni vsi podatki o projektu – časovni mejniki, stroški, ki se na projektu predvidevajo (projektni proračun), in objektivni cilj, ki jih s projektom želimo doseči (koliko "projekt" prinese). To pa ni nič drugega kot pravila, ki se jih v tem odnosu "izvajalec" (projektni vodja s projektnim timom) mora držati. In če se jih drži dosledno, je "nagrada" v tem primeru najprej dosežen cilj – tisto, da projekt nekaj "prinese", potem pa tudi posredno nagrada za uspešno delo na projektu. Kot v zgodbi iz knjige ..., so nagrade za uspešno izpolnjevanje pogodbenih kriterijev obleke, avtomobil, računalnik ... (ampak to je v knjigi in vsaka primerjava z resničnim življenjem je zgolj naključje)

Še ena primerjava je možna – ne glede na pogodben odnos in pogoje, ki so s tem definirani. Tako v knjižni zgodbi kot v projektih se dogajajo nepredvideni dogodki, ki presenetijo vedno znova. Za določeno obdobje celo lahko postavijo stvari na glavo - tudi na drugih področjih – ne samo v pogodbenem odnosu.

Vendar se običajno z ustreznim obravnavanjem "problematike" stvari postavijo nazaj na pravo mesto. To pa ne pomeni da tja, kjer so bile, preden so "se postavile na glavo".



Zato, da se stvari po "zmešnjavi" postavijo na pravo mesto, je velikokrat potrebno stopiti dva koraka nazaj, pogledati na zadeve iz drugega zornega kota, predvsem pa "ohraniti trezno glavo". Pri odločanju oz. reševanju nastale "zmede" naj ne prevladajo osebna čustva ali karakter. Rezultat v tem primeru ne bo takšen, kot bi si ga želeli vsi.

Tako na projektih (kot v življenju nasploh) je potrebno sklepati kompromise - to je dejstvo. Vendar je pomembno, za kakšno ceno jih sklepamo in na kakšen način.

Machiavellijevega načela "cilj opravičuje sredstvo" se v primeru projektov torej ni dobro posluževati.

Zgodba v knjigi buri domišljijo. Tudi delo na projektih jo. Samo da je pri slednjih aktiven en drug del "možganskih avtocest". Se pa dogaja in običajno zelo aktivno! Tudi na projektih delo (skoraj vedno) od projektnih udeležencev zahteva drugačno razmišljanje in iskanje novih načinov, vodi v "skrite sobe" ...

Ko gre projektna ekipa na prvi sestanek projekta, kjer sodelujejo tudi zunanji udeleženci, le-ta nikoli ne ve, kaj jo bo tam pričakalo - kakšen pogled imajo zunanji sodelavci na projektu na zadeve, koliko imajo "predznanja", kakšna "orodja" za projekte so do zdaj že uporabljali v primerjavi z njimi ...

Lahko pa naslov (predvsem za tiste, ki knjige s podobnim naslovom niso brali ali gledali filma) razumemo tudi iz drugega zornega kota.

Glede na definicijo projekta: "Projekt je časovno omejeno prizadevanje ustvariti enkratni produkt ali storitev" lahko naslov razumemo tudi, da kolikor imamo projektov, toliko imamo odtenkov projektov, ker vsak izdelek kot tudi rezultat projekta je enkratni (torej unikatni) – ga še ni enakega.

Ali pa razumemo naslov tudi kot definicijo, da imamo lahko 50 različnih vrst projektov. To pomeni, najprej razvojne – v Domelu to pomeni, da na podlagi procesa razvoj izdelka pridobivamo s takimi projekti nove izdelke, nove programe. Znotraj teh so to lahko projekti "vzorčenja", kjer obstoječi izdelek predelamo (z novim sestavnim delom oz. s sestavnim delom, ki na obstoječem izdelku nastopa prvič) in ga pošljemo kupcu v potrditev.

Lahko govorimo o organizacijskih splošnih projektih, katerih rezultat ni "nekaj, kar lahko primemo v roko", ampak je nadgrajen, izboljšan proces, z vpeljano drugačno organizacijo, razvita je nova informacijska rešitev. Tudi znotraj teh splošnih projektov so lahko še različni "značajni" projektov – lahko gre za prestavitev določene proizvodne opreme na drugo lokacijo, lahko gre za gradben proces v okviru celostne podobe Domela (gradbeno investicijska dela) ...

Za zaključek naj povzamem, da po vsem zgoraj opisanem nisem več prepričana, če je številka 50 splah zadosti ...

DOMEL

NA SEJMIH



Romana Lotrič

Prvi štirje meseci so bili na področju sejemske dejavnosti izredno pestri. Razstavljali smo na devetih sejmih, na katerih smo se predstavili z različnimi programi na različnih koncih sveta: v Ameriki, na Japonskem, v Združenih arabskih emiratih in v Evropi.



AHR EXPO CHICAGO, AMERIKA

V Ameriki smo prvič razstavljali na sejmu AHR EXPO, kjer smo predstavili paleto EC motorjev tipa AZ in EC puhala. Odziv je bil zelo pozitiven. Za razstavljene izdelke smo pridobili UL certifikat.



EVROPSKA PRODAJNA KONFERENCA VWR – a, BERLIN

Razstavljali smo nov hladilni inkubator, kroglični razbijalec in mini inkubator.



NEPCON TOKIO, JAPONSKA

O tem sejmu, na katerem smo tudi predstavili EC puhala, smo že pisali v februarski številki.



ISH FRANKFURT, NEMČIJA

Na sejmu ISH smo prisotni že vrsto let, s čimer si utrjujemo pozicijo razvojnega dobavitelja EC motorjev za pogon ventilatorjev. Poleg AZ motorjev in krmilij smo prvič predstavili nov motor 771. Trg prezačevalne tehnike je dobro sprejel idejo o kompaktni in stroškovno optimirani rešitvi, ki izhaja iz zasnove motorja za pralni stroj.



ARABLAB DUBAJ, ZDRUŽENI ARABSKI EMIRATI
Predstavili smo novo centrifugo Centric 250.



FORENSICA, LONDON

Predstavili smo se na specializiranem sejmu forenzike, kjer smo predstavili naše dosedanje delo, reference in iskali distributorja za omenjen instrument.



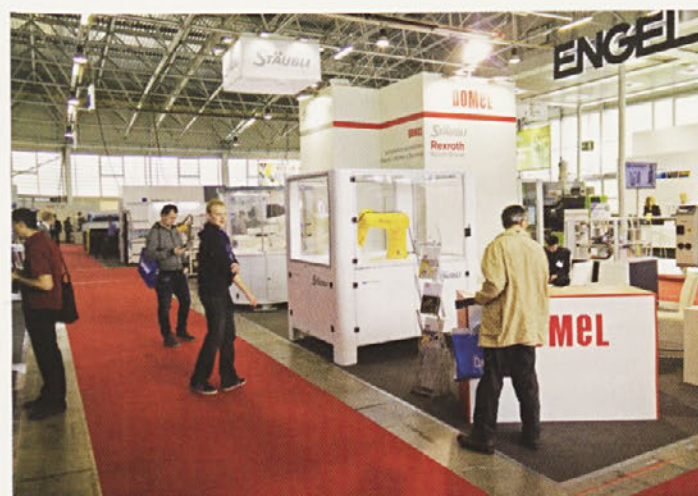
GREEN GORNJA RADGONA, SLOVENIJA

Na sejmu trajnostnih tehnologij in zelenega življenjskega sloga smo razstavili e-kolo. Prototipa 250 W in 500 W motorja smo vgradili na dve kolesi, ki so si jih obiskovalci lahko izposodili in se vozili po sejmišču. Sodelovali smo pri okrogli mizi na temo primeri dobre prakse integralnega zelenega gospodarstva, pod vodstvom dr. Darje Piciga, sekretarke na Ministrstvu za okolje in prostor.



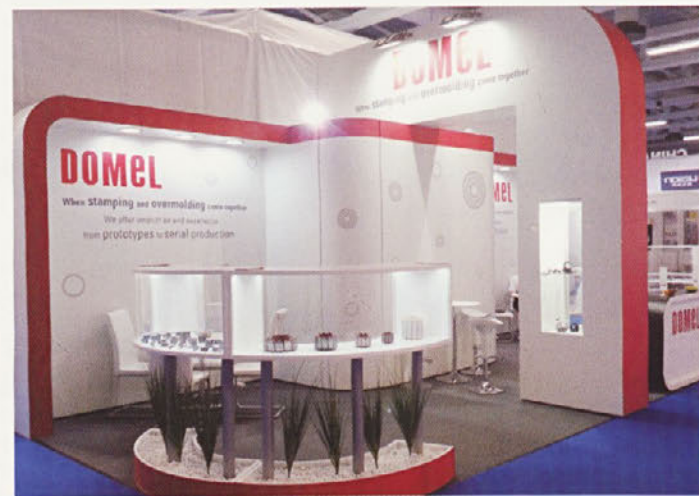
HANNOVER, NEMČIJA

Na sejmu se je predstavila Poslovna enota EC Sistemi. Sejma sta se udeležila tudi minister za gospodarstvo, razvoj in tehnologijo Zdravko Počivalšek in veleposlanica v Nemčiji Marta Kos.



PLAGKEM CELJE, SLOVENIJA

Razstavljali smo robotiko Staubli in Rexroth, servo pogone in linearne tehniko, predstavljeno preko dveh delujočih robotskih celic in dveh delujočih Rexroth celic.



CWIEME, BERLIN, NEMČIJA

Na sejmu se je predstavila Poslovna enota Komponente in orodja, kjer so razstavljali tri sklope komponent: Lamele ter pakete iz elektroplöčevine, izdelke iz duroplasta – BMC, zabrizgane rotorske in statorske pakete.

INTERVJU

NEJC ČERNILOGAR



Nataša Dolenc

Nejc je zaposlen na lokaciji PE Kolektorski motorji v Retečah. Dela v tehnologiji montaže na novih projektih: e-kolo, Hyla, VTS, Visteon, Husquarna. V prostem času se ukvarja z gorskim kolesarstvom.



Od kod prihajaš, kaj si po izobrazbi, kako si prišel v Domel in kaj delaš?

Prihajam iz Kranja, po izobrazbi sem univerzitetni diplomirani inženir elektrotehnike. V Domel sem prišel kot štipendist, saj sem ves čas študija prejemal kadrovsko štipendijo.

Šport te spremlja od malih nog. Katere discipline si preizkusil že v otroštvu?

Zelo zgodaj sem začel z alpskim smučanjem in se z njim ukvarjal do 12. leta. Nato sem se štiri sezone ukvarjal s tekom na smučeh. Tam me je trener usmeril v gorsko kolesarstvo – kros (XCO).

Kdaj in zakaj si se odločil za kolesarjenje?

Pri 15 letih mi je trener pri teku na smučeh predlagal, da poizkusim, in zadeva mi je bila všeč.

Opiši vrst gorskega kolesarjenja, s katero se ukvarjaš. Zakaj enduro?

Enduro je nekako najbolj prvinska disciplina gorskega kolesarstva, saj je najbolj podobna turam, ki jih ljudje vozijo s svojo kolesarsko

družčino - počasi navzgor in hitro navzdol. Obstaja več različnih formatov dirk, vsem pa je skupno, da se čas meri pri vožnji navzdol in da je ta čas daljši kot pri disciplini spust (DH). V trasi posamezne časovne preizkušnje je lahko tudi krajši vzpon ali ravnina. Večina tekem je sestavljena iz več različnih etap, na štart katerih mora tekmovalec priti na lasten pogon. Nekatere tekme, na primer serija SloEnduro 4fun, obsegajo eno samo progo, ki pa se jo vozi večkrat, upošteva se pa seštevek najhitrejših treh časov. Pod enduro spada tudi masovni spust (npr. Megavalanche). Med vzponi je navadno dovolj časa za kakšno debato, zato je to najbolj družabna disciplina gorskega kolesarstva.

Kakšna je zaščitna oprema, kakšno je kolo, zavarovanje?

V slovenskem pokalu (SloEnduro) obvezna zaščitna oprema obsega t.i. fullface čelado in ščitnike za kolena. Čelada je obvezna tudi na transferjih – tekmovalec lahko za transferje uporablja lažjo čelado, ki jo nosi s seboj v/na nahrbtniku. Zahteve se na tekmah v tujini lahko razlikujejo (ščitnik hrbta, komolcev, rokavice). Tekmuje se lahko samo z licenco, s katero ima tekmovalec zavarovano odgovornost. Od letos naprej je možno pridobiti licenco tudi za rekreativne tekmovalce, ki niso člani nobenega kluba.

Tekmuje se lahko s kakršnim koli kolesom, prepovedano je samo menjanje obročnikov, delov okvirja in vilic (na te dele se na štartu namestijo nalepke). Najbolj primerna so kolesa, s katerimi se da zelo hitro peljati navzdol, toda kljub temu dobro plezajo. Na tem področju je bil v zadnjih dveh letih narejen ogromen napredek, saj so lažja od 14 kg in navzdol niso veliko počasnejša od koles za spust. Okvir je aluminijast ali iz kompozita z ogljikovimi vlakni, kot vilice je zelo položen, kolesa so zrasla (27,5 col), prestav je vedno manj (1x10 ali 1x11), zavore so hidravlične z vsaj 180mm diski, hod vzmetenja je 150-170 mm in omogoča zaklep pri vožnji navkreber, sedežna opora je potopna in tako dalje. Taka kolesa so tudi najbolj primerna za tako imenovano turno kolesarstvo, ki je vedno bolj priljubljena oblika rekreacije.



Dušan Markuš © 2015
www.sloenduro.com

Kdaj se prične tekmovalna sezona? Koliko tekem je predvideno v sezoni 2015 v Sloveniji?

Letošnja sezona se prične sredi aprila z dirko v Trstu. V slovenskem pokalu je predvidenih 11 tekem (6 SloEnduro in 5 SloEnduro 4fun). Od tega sta dve tekmi v tujini – Trst kot prva tekma sezone in Grožnjan kot zadnja.

Kako poteka tekmovanje, kakšna so pravila, kategorije, posebnosti?

Obstaja več različnih formatov tekmovanj. SloEnduro tekmovanja imajo več hitrostnih preizkušenj, na začetek le-teh pa je večinoma potrebno priti na lasten pogon, ponekod pa se bo za kak vzpon uporabila tudi žičnica. Tekmovalec dobi na štartu nalepko s časovnico, kjer ima zapisane čase štartov posameznih etap. Če na štart etape zamudi, se kaznuje s časovnim pribitkom.

SloEnduro 4 fun tekme pa bodo imele eno ali dve trasi, za katere velja, da se po njih lahko pelješ večkrat in na koncu se seštejejo časi treh najhitrejših voženj. Na Krvavcu pa nas 30. maja čaka spust z masovnim štartom. Kategorije so ločene po starostih tekmovalcev, razen za ženske in tekmovalce brez licence, ki imajo eno kategorijo za vse starosti.

Kakšne izkušnje imaš kot tekmovalec?

Odpeljal sem nekaj tekem v tujini, kjer so to res veliki dogodki. Za nekatera tekmovanja razprodajo štartna mesta v nekaj minutah po odprtju prijavi, čeprav je tekma šele čez pol leta. Nastop na takem tekmovanju je res posebna preizkušnja, saj moraš biti tam nekaj dni prej, da si pogledaš vse proge, na tekmi pa voziš iste proge kot tekmovalci svetovnega formata in se lahko z njimi primerjaš. Navadno sem se uvrstil nekje v prvo četrtino.

Si tudi član ekipe, ki organizira tekmovanja v Sloveniji. Kakšna je bila udeležba na domačih tekmah do sedaj?

Slovenska serija letos poteka tretje leto, jaz sem se ekipi pridružil lani in skrbim za pripravo štartnih števil. Na najbolj obiskani tekmi v Sloveniji je bilo lani okoli 100 tekmovalcev, drugače pa je tekmovalcev okoli 80. Letos smo zaradi prevelikega števila tekem uvedli serijo 4fun, s katero bomo poizkusili enduro približati večjemu številu tekmovalcev. Upamo, da nam uspe in da se ta koncept tekmovanj prime. Prav tako poizkušamo dvigniti nivo tekmovanj in privabiti tekmovalce iz tujine.

Načrti?

Rad bi napredoval, izgubil strah pred večjimi skoki ter vsako leto odpeljal še kakšno tekmo v tujini, po možnosti tekmo pokala Enduro World Series.

Tisti, ki vas zanima gorsko kolesarstvo, najdete več informacij na povezavi: <http://www.sloenduro.com>.

Slike vir: <http://4.bp.blogspot.com>

Slike je naredil Dušan Markuš



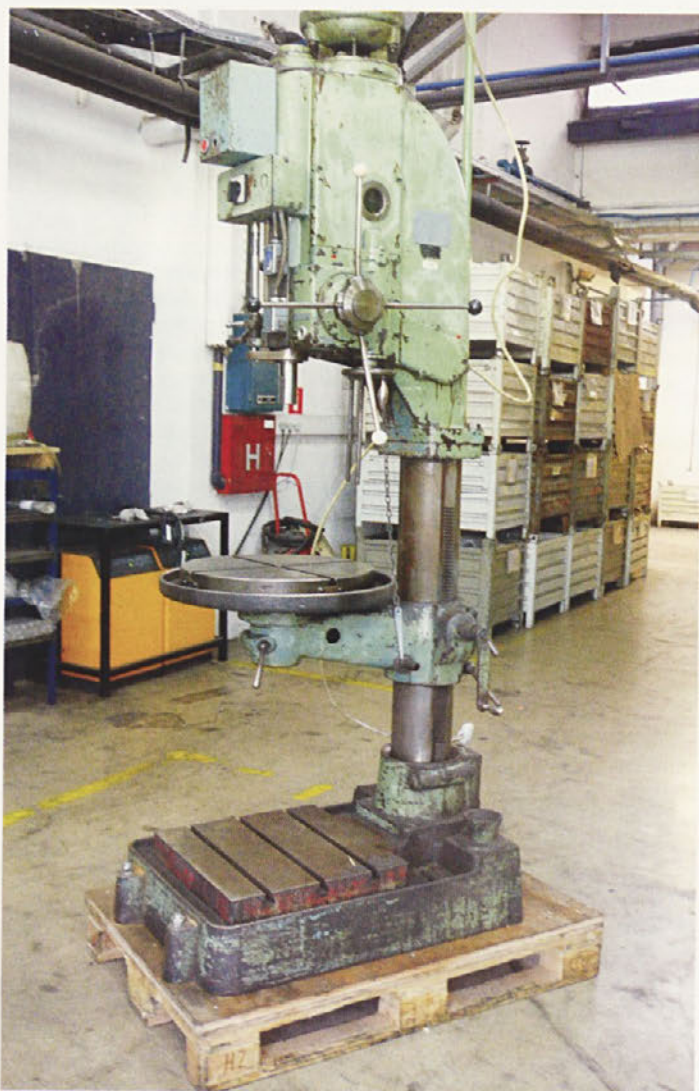
Roman Megušar

V oddelku orodjarna lahko najdemo stroje, ki so med najstarejšimi v našem podjetju, ter tudi stroje, ki spadajo med najnovejše na tržišču.

Eden najstarejših strojev je stebelni vrtni stroj Prvomajska, ki je bil izdelan še v naši bivši skupni državi, v Zagrebu, leta 1950. Visoka starost in ohranjenost tega stroja sta znak, da so tudi včasih znali izdelati kvalitetne stroje. Podjetje Prvomajska obstaja še danes, izdelujejo pa različne stroje za obdelavo kovin. Informacije lahko najdete na spletni strani: <http://www.prvomajska.hr/>

V našem podjetju imamo še v uporabi več kot 20 njihovih strojev, od stružnih, vrtnih do rezkalnih strojev.

Omenjeni vrtni stroj stoji danes v ročni orodjarni, kjer se še vsak dan uporablja za posamična ali serijska dela. Zaposleni v tem oddelku za vrtni stroj dobro skrbijo, ga redno čistijo in vzdržujejo. S takim odnosom do stroja bo le-ta služil svojemu namenu še kar precej let.



NAŠ IMUNSKI

SISTEM IN KAKO GA OKREPITI *nadaljevanje*



Janja Kozjek

V prejšnji številki Mozaika sem začela s pisanjem o imunskem sistemu, in sicer kako mu pomagati, da se okrepi. Tokrat s tem nadaljujem.

Jetra so nedvomno eden izmed najpomembnejših organov v našem telesu: imajo tako številne naloge in za naše optimalno delovanje opravijo toliko dragocenega dela, da jim moramo od časa do časa privoščiti dotok nove energije, da se očistijo in okrepijo ter našemu organizmu laže pomagajo pri premagovanju tako fizičnih kot psiholoških vsakdanjih izzivov. Včasih se jim ne posvečamo v tolikšni meri kot na primer srcu, krvnožilnemu sistemu, črevesju ali možganom in malokdo ve, da so največji organ, takoj za kožo. Priporočljivo je torej, da si od časa do časa vendarle vzamemo čas tudi zanje in jim privoščimo temeljito razstrupljevalno kuro. Hvaležna nam bodo.

Kako pravzaprav jetra delujejo

V našem organizmu potekajo določeni procesi, s katerimi skuša telo škodljive snovi iz okolja nevtralizirati: osrednjo vlogo v tem boju igrajo ravno jetra, saj so ona tista, ki filtrirajo vse, kar v organizem vnesemo s krvjo, s čimer vzdržujejo naše psihofizično ravnovesje. Pri človeku so jetra na desni strani trebuha. Sestavljata jih desni in levi reženj, ob svojem delu pa redno proizvajajo žolč. Tehtajo od 1 do 2,5 kg. Med najresnejša obolenja jeter prištevamo:

- **hepatitis** (tj. vnetje jeter), ki ga najpogosteje povzročajo virusi A, B ali C,
- **cirozo jeter** (zabrazgotinjenje jeter, do katerega pride zaradi dolgotrajnega obremenjevanja, še posebej povezanega z zlorabo alkohola),
- **rak jeter** (najpogostejši tip tega raka se največkrat pojavi po cirozi) in
- **jetrno odpoved** (do nje lahko pride na različne načine, najpomembnejši dejavnik pa je tudi tukaj alkohol).

In kakšne naloge v našem telesu opravlja ta velik organ? Telo za normalno delovanje vsekakor potrebuje dobrodejne ali celo življenjsko potrebne snovi, ki jih večinoma pridobi s hrano (minerale, vitamine ipd.). Vse, kar v naš organizem vstopi, je najprej treba presnoviti, predvsem pa prepoznati in izločiti tiste elemente, ki telesu škodijo, ter zadržati tiste, ki nam pomagajo pri normalnem delovanju. Ker je človeško telo, še zlasti pri tistih ljudeh, ki živijo v mestih ali opravljajo nekatere tvegane poklice, različnim toksinom izpostavljeno tako rekoč brez prestanka, se lahko zgodi, da se jetra izčrpajo in kratko malo ne zmorejo več opravljati svojih nalog, kar pomeni, da se naše telo nenadzorovano polni z nezaželenimi snovmi.

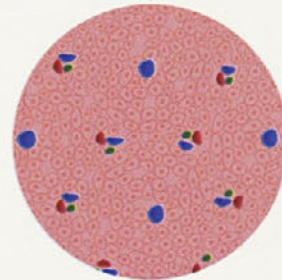
(Pre)obremenjenost jeter – skrita težava

Pomislimo na svoj povprečen delovni dan. Po vsej verjetnosti je poln večjih ali manjših pretresov, ki se zdijo na prvi pogled malenkostni, naše telo pa močno izčrpavajo in od njega zahtevajo velik napor ter ga neprestano držijo v primežu različnih škodljivih vplivov, ki se kopičijo in kopičijo, dokler se lepega dne ne zavemo, da nimamo več nobene energije, da nam pri delu manjka elana, da nimamo več volje do telesne vadbe ter da nam vedno znova primanjkuje tudi moči, da bi se ukvarjali z medosebnimi odnosi. Potem sledijo drvenje v službo, tekanje po mestu med izpušnimi plini in drugimi škodljivimi okoljskimi vplivi, naglica, stres ... Še celo če smo ekološko zelo zavedni in se do svojega zdravja vedemo skrajno odgovorno, se čim bolj zdravo prehranjujemo in nasploh gojimo sonaravni življenjski slog, vplivi iz sveta, ki nas obkroža, vendarle vdirajo v naše telo prek kože ter z vdihavanjem. Omeniti velja, da so toksinom dnevno še posebej izpostavljeni zaposleni v določenih poklicih (na primer frizerji, pedikerji, vrtnarji, medicinsko osebje, zaposleni v kemični čistilnici, na bencinski črpalci, v industriji ipd.), za svoja jetra pa morajo skrbeti tudi tisti, ki so v preteklosti zaužili večje količine alkohola ali so že imeli težave z žolčnimi kamni. Zanje je občasna detoksikacija jeter še posebej priporočljiva.

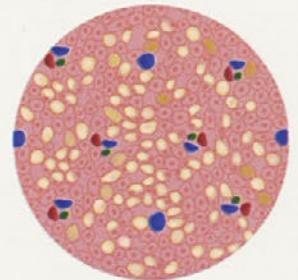
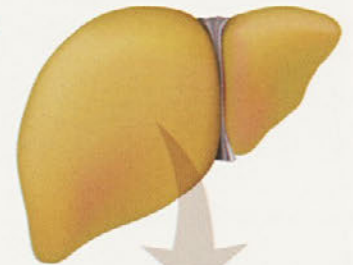
Kako vemo, da naša jetra ne delujejo pravilno

Da imamo težave z jetri, navadno ugotovimo pozno, saj lahko simptomi preobremenjenosti dolgo časa ostanejo skriti. Za težave, ki jih imamo dejansko z jetri, morda krivimo druge dele telesa in iščemo njihov vzrok drugje. Diagnosticanje težav dodatno otežuje še dejstvo, da nas jetra

ZDRAVA JETRA



ZAMAŠČENA JETRA



velikokrat ne bolijo, pa tudi otipamo jih bolj težko, ker so med rebri. Njihova izjemno dobra plat pa je, da imajo skorajda čudežno moč obnavljanja, tako da si lahko popolnoma in razmeroma hitro opomorejo tudi, če so že huje načeta. Tudi to je eden izmed razlogov, ki govori razstrupljanju v prid, saj z njim še pospešujemo v jetrih že tako močno prisotno zmožnost obnavljanja.

Ker jetra v telesu igrajo tako pomembno funkcijo, vsak upad njihove storilnosti močno vpliva na celoto človeškega bitja. Na to, da so naša jetra preobremenjena in potrebujejo očiščevalno kuro, lahko kažejo naslednji najpogostejši simptomi:

Težave s prebavo: Vsi poznamo neprijetne težave, ki jih povzročajo slaba prebava (napihovanje, napenjanje ipd.). Če vas mučijo pogosto ali dlje časa, obstaja možnost, da so vaša jetra preobremenjena s toksini.

Pogoste slabosti: Slabosti, vztrajna zgaga, siljenje na bruhanje ali celo bruhanje, za katere ni drugih zdravstvenih vzrokov, lahko pomenijo, da vaša jetra ne delujejo optimalno. Pri tem lahko prihaja tudi do izgube apetita.

Težave s spominom, slabša koncentracija, zmedenost, nezbranost: Kadar se zaradi preobremenjenosti jeter toksini ne izločijo iz krvi, se lahko začnejo nabirati v možganih, kar privede do določenega upada kognitivnih zmožnosti. Opazimo lahko, da se nam je poslabšal spomin, da so naše intelektualne zmožnosti nekoliko oslabele, da smo na splošno bolj zmedeni, se težko skoncentriramo pri delu ...

Pomanjkanje vitaminov: Zaradi ovir pri presnovi telo iz hrane težko črpa vitamine, ki so za njegovo delovanje neobhodno potrebni, kar lahko vodi v resnejše zdravstvene zaplete.



Upad fizične energije: Nepravilno delovanje jeter se lahko odraža tudi v splošnem fizičnem počutju. Naenkrat nam primanjkuje volje do dela ali rekreacije, potrebujemo veliko počitka. Poleg tega telo postane manj fleksibilno, pestiti pa nas lahko začnejo bolečine v sklepih.

Vsesplošna utrujenost: Vsakdo bi se najbrž strinjal s trditvijo, da je utrujenost povsem naravni spremljevalec vsakršne človeške dejavnosti. Z njo nam telo sporoča, da se je njegova energija izpela, da je čas za počitek, renovacijo in zbiranje moči pred spopadom z novimi izzivi. Zgodi pa se, da utrujenost vztraja več dni, tednov, celo mesecev in ne odpravita je ne spanec ne sprostitve. Za posebej resno obliko hude utrujenosti, ki nima očitnega zdravstvenega vzroka, obstaja medicinska diagnoza sindroma kronične utrujenosti (SKU). Vsi, ki se dnevno spoprijemajo z neprestanim občutkom utrujenosti in upada energije, seveda ne bolehajo nujno na SKU, a njihovo počutje je prav tako zelo ohramljajoče. Eden izmed možnih razlogov za tovrstne občutke popolne izčutenosti je lahko tudi prenasičenost jeter s toksini. Jetra namreč igrajo izjemno pomembno vlogo pri zalaganju telesa z energijo, saj sodelujejo pri presnovi ogljikovih hidratov in odvečno glukozo, ki se pri tem procesu ustvari, shranjujejo, nato pa jo sprostijo takrat, ko je potreba po njej največja in najbolj akutna (torej v tistem trenutku, ko zelo hitro potrebujemo močno energijsko injekcijo). Kadar so jetra poškodovana ali ne delujejo pravilno, te energije ne morejo učinkovito shranjevati, posledično pa je ni na voljo takrat, ko bi jo organizem najbolj potreboval. Kadar nas dlje časa pesti utrujenost, ki se je z ničimer ne moremo znebiti, ne smemo izključiti možnosti, da nam težave povzročajo preobremenjena jetra.

Motnje spanja: Že omenjeni upad fizične energije je še bolj izrazit, kadar se splošni izčrpanosti pridružijo še motnje spanja. »Motnje spanja« so širok zbirni pojem, ki združuje najrazličnejše težave, povezane s spanjem, med katerimi je seveda najbolj znana nespečnost.

Simptomi, ki spominjajo na nahod: Včasih na preobremenjenost jeter kažejo bolezenski znaki, ki bi jih prej pripisovali nahodu ali morda alergiji (zamašen nos, praskanje v grlu ipd.). Če so tovrstne težave zelo trdovratne in zanje ni drugih razlogov, velja poskusiti z detoksikacijo jeter.

Napihljen trebuh: Je že res, da jetra težko otipamo in da se njihova okvara ne kaže nujno prek bolečine, lahko pa nanjo začnemo sumiti, kadar dlje časa opažamo, da imamo napihljen trebuh, in to ne glede na prehrano ali stanje prebave.

Težave s presnavljanjem mastnih jedi: Če opažamo, da imamo po zaužitju mastnih jedi še posebej izrazite prebavne težave, lahko posumimo tudi na težave v delovanju jeter.

Srbeča koža brez sijaja: Nezdrava tekstura ali barva kože lahko pomeni, da se v jetrih kopiči presežek toksinov.

Glavoboli in migrene: Če vas večkrat pestijo glavoboli ali celo migrene, lahko pomislite tudi na možnost, da vam težave povzročata zasičenost jeter.

Oslabljen imunski sistem: Vsakdo pozna obdobja, ko čuti, da njegov imunski sistem nekoliko šepa: otresamo se dolgih prehladov, občutljivi smo na viruse in bakterije itn. Ob tovrstnih težavah le redko kdo pomisli,

da bi vzrok te dovzetnosti za vse škodljive vplive iz okolja lahko tičal v jetrih oziroma v njihovi zasičenosti s toksini. V zdravih jetrih namreč delujejo imunski faktorji, ki organizmu pomagajo pri boju z različnimi okužbami. Omenili smo tudi že, da so jetra nenadomestljiva pri oskrbi telesa s koristnimi snovmi in pri odvajanju škodljivih, saj filtrirajo kri, ki pride iz prebavnega trakta.

Razstrupljanje – zakaj in kako naj se ga lotimo?

Iz vsega do zdaj povedanega je več kot očitno, da so jetra organ, ki mora ostati v dobri formi, če hočemo živeti zdravo in produktivno življenje, če hočemo užiti vsak dan ter če hočemo ohraniti svojo vitalnost. V to, da se podate na očiščevalno kuro, vas lahko pripelje sum, da je izvor vaših trenutnih zdravstvenih težav prav v jetrih, vendar pa občasna detoksikacija lahko koristi vsakomur, sploh v teh poprazničnih tednih, ko si naša telesa še vedno niso povsem opomogla od izjemnega vnosa kalorij, od okusnih, a težko prebavljivih jedi in od noveletnega nazdravljanja. Če je bila med vašimi noveletnimi sklepi tudi odločitev, da boste skrbeli za svoje zdravje, lahko začnete z razstrupljanjem jeter.

Ko se lotite razstrupljanja, morate še posebej veliko pozornost posvečati izbiri živil, ki jih boste v tem očiščevalnem procesu uživali. Poglavito mesto na jedilniku naj zavzame zelenjava (posebej brokoli in ohrovt) in sadje, ob tem pa tudi stročnice ter nepredelana žita. Uživate lahko kakovostne maščobe, medtem ko se škodljivim izognite v dolgem loku. V tem obdobju se morate odpovedati hrani, ki otežuje delo jeter: sladkorju, beli moki, procesirani hrani, kavi in alkoholu. Pomemben del razstrupljanja je tudi odločitev, da boste pozorno prisluhnili svojemu telesu in da boste bolj kot navadno občutljivi za njegove potrebe: opazujte, katera živila na vas vplivajo negativno. Težave včasih povzročajo mleko, jajca, kakav, gluten, citrusi (nekateri sicer prisegajo na limonin sok v mlačni vodi, ki ga spijemo na tešče), jagode, sezam in oreški. A katerim živilom boste namenili večji prostor na jedilniku, od katerih pa se boste vsaj za nekaj časa poslovili, morate določiti sami, v skladu s svojim počutjem. In ne pozabite: post in očiščevanje vselej predpostavljata pitje zadostnih količin vode. K hitrejšemu napredku lahko pripomorejo tudi razne kopeli, savna in redna telesna vadba.

Jetrom na pomoč s pegastim badljem

Pegasti badelj je eno izmed zgodovinsko najbolj preizkušenih zdravil za vse jetrne težave. Je zelo močan antioksidant, kar pomeni, da se uspešno veže na receptorje v celici, na katere bi se sicer vezali toksini. Večina toksinov je namreč topnih v maščobah, zato jih telo, preden jih izloči, spremeni v voduotopno obliko: v prvi fazi potrebuje antioksidante (denimo pegasti badelj) in vitamine B-kompleksa. V drugi fazi pa se v času razstrupljanja toksini izločijo iz maščobnih celic in potujejo po krvnem obtoku. Če njihovega izločanja ne pospešimo, imamo lahko kup težav, zato moramo skrbeti za redno prebavo in moramo izvajati dejavnosti, pri katerih se dobro spotimo.

V zdravilstvu meliso uporabljajo že dva tisoč let. Melisin čaj je znan po tem, da pomirja in pomaga pri depresiji, stresu, nespečnosti, migreni in še marsičem. Ima protivirusen učinek in odpravlja alergije. Vroč čaj spodbuja potenje, zato zbija vročino in zdravi prehlad, kašelj in podobne nevšečnosti. Melisin čaj je najbolj zdrav, ko je pripravljen iz svežih melisnih listov. Do dve žlički teh listov prelijte s skodelico vrele vode in pustite stati 10 minut.

Ingverjev čaj

Ingver je znano domače protistresno zdravilo, ki ima blagodejne učinke tudi na črevesje in prebavo. Poleg tega pospešuje prekrvavitev in povečuje odpornost imunskega sistema. Zato imejte pri roki



vedno nekaj ingverja: nastrganega dodajte v vrelo vodo, pokrijte posodo in na zmernem ognju kuhajte še 10 minut. Ko je čaj kuhan, počakajte, da se ohladi. Za boljši okus dodajte med (ali kakšno drugo naravno sladilo) in limono. Če imate težave s prebavo, si pred obrokom privoščite rezino ingverja z nekaj iztisnjene limoninega soka in ščepecem soli. Če imate zgago, se ingverju izogibajte. Podroben postopek najdete tukaj.

Bezgov čaj

Iz cvetov bezga so že od nekdaj pripravljali zdravilni čaj, ki odlično deluje na imunski sistem. Predvsem vam bo pomagal odpraviti prehladna obolenja. Po ljudskem izročilu naj bi čistil kri in kožo, odpravljal neprijeten telesni vonj in s tem pomagal pri odvajanju strupov iz telesa. Učinkovit je celo proti nespečnosti. Tudi znanost je potrdila, da bezeg dobro deluje na imunski sistem, saj pospeši nastajanje citokinov – majhnih beljakovinskih molekul v celicah imunskega sistema, ki sodelujejo pri uničevanju tujkov. Zapišite si recept za tople junijske dni, ko se pobira cvetje bezga: dovolj sta dve žlički bezgovih cvetov, ki jih prelijete s skodelico vrele vode. Pustite stati 10 minut. In še namig: bezeg lahko uporabite tudi za zajtrk ali malico. Pripravite si ocvrte bezgove cvetove, ki jih umešate med jajca ali pripravite kot cvrtje. Nekaj cvetov lahko dodate tudi v maso za palačinke.



Čaj šentjanževke

Ta vrsta čaja je tradicionalno zdravilo, ki ga uporabljajo za zdravljenje blagih depresivnih stanj in psihične izčrpanosti. Deluje tudi proti histeriji, pottrosti, glavobolom in nespečnosti. Izognite se mu, če ste noseči, dojite ali jemljete zdravila. Čajno žličko cvetoče šentjanževke prelijte s skodelico vrele vode. Pustite stati 5 minut. Najbolje je, da ga pijete zjutraj na tešče ali pred spanjem.

Čaj iz ameriškega slamnika

Ameriški slamniki je ena najboljših zdravilnih rastlin, saj spodbuja delovanje imunskega sistema. Priporočljivo ga je uživati največ 8 tednov skupaj oziroma manj, če simptomi bolezni prej izzvenijo. Odsvetujejo ga nosečim in doječim materam ter bolnikom s tuberkulozo in multiplo sklerozo. Čaj se lahko pripravi iz korenine ali sveže zeli. Narežite rastlino, jo prelijte z vrelo vodo in pustite stati 5 do 7 minut.



Regrat razstruplja telo

- Kot smo povedali že v uvodu, je najbolj znan učinek regrata spodbujanje odvajanja vode. Raziskave na živalih so za zdaj potrdile diuretične sposobnosti regrata.
- Učinkuje na žolčnik in jetra, spodbuja nastanek ter izločanje žolča, kar pomaga pri razstrupljanju in čiščenju telesa. Zaradi razstrupljevalnega učinka naj bi regrat ugodno vplival tudi na kožo in na nekatere revmatične težave.
- Ker regrat spodbudi jetrne sposobnosti za odstranjevanje odvečnega estrogena iz telesa, naj bi pomagal ženskam, ki jih mučijo tovrstne zdravstvene težave (endometrioz, ciklične bolečine v dojkah), povrniti hormonsko ravnovesje.
- Regratova korenina deluje kot blago odvajalo, zato si lahko kot ne premočno zdravilo proti zaprtju pripravimo regratov čaj.
- Rastlina tudi poveča telesne sposobnosti za vsrkavanje železa, bodisi iz hrane bodisi iz prehranskih dopolnil, zato je v nekaterih primerih koristna pri slabokrvnosti.
- Starejše raziskave nakazujejo, da bi utegnil biti regrat koristen tudi pri zdravljenju raka. Japonci so patentirali suho zamrznjeni izvleček regratove korenine, s katerim zdravijo tumorje. Kitajci pa regratove izvlečke uporabljajo za zdravljenje raka dojk (ta pristop so potrdili pozitivni izidi študij na živalih). A za dokaz učinkovitosti pri različnih vrstah raka bi bile seveda potrebne nadaljnje raziskave in klinične študije.
- Z raziskavami na živalih so leta 2001 ugotovili, da zeliščni pripravek, ki vsebuje regrat, pomaga pri zniževanju krvnega sladkorja in bi torej utegnil koristiti pri zdravljenju sladkorne bolezni.

<http://www.bodieko.si/za-zdravje>

LOKACIJE DEFIBRILATORJEV PO SLOVENIJI

Za prikaz lokacij defibrilatorjev si lahko na mobilne naprave naložite spodaj predstavljeno aplikacijo, ki vam bo ob morebitnem srčnem zastoju v veliko pomoč. Vanjo smo vpisali tudi defibrilator, ki je nameščen v vratarnici Domela.



Varnost na dlani.

iHELP je mobilna aplikacija, ki združuje družino, prijatelje in reševalce za hitrejšo nudenje prve pomoči.

Vsak je lahko junak!

Postani junak!

Poglej video

www.ihelp.si

iHELP varnost doma in na poti

iHELP je brezplačna mobilna aplikacija, ki je namenjena takojšnjemu SOS-alarmiranju v primeru zdravstvenega stanja, ki zahteva takojšnjo pomoč. iHELP združuje družino, prijatelje in reševalce za hitrejšo nudenje prve pomoči.

iHELP je veliko več kot le aplikacija, je družbeno odgovorno gibanje, ki si prizadeva za večjo varnost vseh prebivalcev Slovenije. Tako imenovano srčno poslanstvo uresničuje preko svojih dodatnih aktivnosti, kot so: popis defibrilatorjev, graditev varnostne mreže, izobraževanja o TPO in uporabi defibrilatorja, širjenje srčne ideje med podjetji, lokalnimi skupnostmi itd.

Kaj omogoča iHELP aplikacija?

- Pošlje nujnim kontaktom, iHELP uporabnikom in reševalcem SOS alarm.
- Aktivira varnostno mrežo: prijatelje, družino, iHELP uporabnike v neposredni bližini in reševalce.
- Avtomatsko sproži klic na nujno pomoč - 112.
- Omogoča dodajanje nujnih kontaktov.
- Omogoča izračun varnosti na podlagi lokacije.
- Prikaže lokacije bolnišnic, zdravstvenih domov in lekarn.
- Prikaže lokacije defibrilatorjev (AED).
- Prikaže, koliko iHELP uporabnikov ti lahko pride pomagat.
- Omogoča dodajanje lokacij defibrilatorjev.
- Nudi asistenco na poti.

Prednosti patentiranega iHELP sistema za alarmiranje

Povprečni klic na 112 traja dobro minuto. Ko operater pridobi pomembne podatke, aktivira ekipo in nato sledi izvoz reševalnega vozila, ki traja približno 1 minuto. Odvisno od lokacije, ure in vremenskih pogojev na cestišču je lahko čas prihoda reševalcev do ponesrečenca tudi 40 minut ali več! iHELP sistem v 20 sekundah aktivira iHELP varnostno mrežo (nujne kontakte ponesrečenca, iHELP reševalce in uporabnike). Prihod iHELP reševalcev je lahko že v 1 minuti od prejetej SOS alarma!

NOVE PRIDOBITVE OB 70 – LETNICI



Romana Lotrič

V okviru praznovanja 70 – letnice našega podjetja, smo odprli nov mehanski ter prenovljen kemijski laboratorij. V mehanskem laboratoriju se lahko pohvalimo z novim koordinatnim merilnim strojem LEITZ. Njegova prednost je fiksna glava, zaradi tega je stroj bolj natančen in je v bistvu najtočnejši stroj v Sloveniji. V samem prostoru so zahtevani strogi predpisi glede vibracij, ravnosti tal in klimatskih pogojev.



Zaključena je tudi obnova laboratorijev: kemijskega laboratorija, laboratorija kakovosti in DPU laboratorija.

V kemijskem laboratoriju se izvajajo aktivnosti glede lastnosti in kakovosti materialov. V

laboratoriju kakovosti se preskuša kupljene komponente, ki jih vgrajujemo v naše sesalne enote in motorje. V laboratoriju za DPU (Dust pick up – pobiranje prahu) je pridobitev nov merilnik kakovosti sesanja, s katerim

preverjamo energetske učinkovitost sesalnikov glede na količino pobranega prahu s preproge. To je tudi del podatkov na energijski nalepki, ki je v veljavi od lanske jeseni.

ZOPET SMO SMUČALI IN SE DRUŽILI NA SORIŠKI PLANINI



Aleksander Volf

Prvenstvo v veleslalomu skupine Domel že vrsto let poteka na Soriški planini in tudi tokrat ni bilo drugače. Lahko rečemo, da nam je Soriška planina s svojo naravno lepoto in domačnostjo prirasla tesno k srcu. Bil je 28. februar, ko se je po dolinah še vila meglica, zaposleni iz celotne skupine, študenti in naši zaposleni v razvojnem centru Nela pa smo se že pripravljali na tekmovanje v kar sedmih različnih kategorijah - skupinah. Zbralo se nas je res veliko in ker je bil naš cilj, da bi kar največ tekmovalcev prišlo do cilja s kar najboljšim rezultatom, smo se pomerili v dveh veleslalomskih voznjah. Predvsem pa je bila naša prioriteta, da se, kar se da, prijetno družimo.

Organizatorji tega rekreativnega druženja so bili tudi tokrat člani Smučarskega kluba Domel, svet delavcev kapitalsko povezanih družb in Marketing družbe. Vsi skupaj so se maksimalno potrudili, da je celoten dogodek potekal brez zapletov, da je bila veleslalomska proga dobro pripravljena, da nam ni krulilo po želončkih in da je vsak prejel tudi praktično nagrado.

Priznanja najboljšim je s strani uprave in poslovodstev tokrat podelil direktor PE Kolektorski motorji g. Tomaž Stanonik. Po podelitvi je potekalo žrebanje, ki sta ga izpeljala člana odbora za šport in rekreacijo pri svetu delavcev kapitalsko povezanih družb, g. Marjan Kokalj in g. Igor Prezelj. Med vse prisotne udeležence smo znova razdelili praktične nagrade, ki sta jih v celoti prispevala Marketing družbe in svet delavcev kapitalsko povezanih družb.

Pri ženskah je bila znova najhitrejša ga. Ana Tušek, pri moških pa g. Žiga Kemperle, medtem ko so bili zmagovalci vsekakor vsi, ki so prišli do cilja.

Hvala vsem za udeležbo in upamo, da ste lepo preživeli prekrasen družabno rekreativni dan.

Se vidimo prihodnje leto.

Športni pozdrav!



Ni lepšega občutka ... od tistega v cilju



Sproščeno vzdušje pred razglasitvijo rezultatov in žrebanjem praktičnih nagrad



Pogled na zahtevno progo iz štartne hišice.

Najhitrejši po kategorijah:

ŽENSKÉ I. SKUPINA - nad 50 let

Mesto	Ime in priimek
1.	VILMA ŠOLAR
2.	BERTA VOLF

ŽENSKÉ II. SKUPINA - od 40 do 50 let

Mesto	Ime in priimek
1.	MATEJA KEJŽAR
2.	ANITA HABJAN
3.	PETRA LOTRIČ

ŽENSKÉ III. SKUPINA - od 30 do 40 let

Mesto	Ime in priimek
1.	ANA TUŠEK
2.	TINA NASTRAN
3.	ANKA KALAN

ŽENSKÉ IV. SKUPINA - do 30 let

Mesto	Ime in priimek
1.	TEJA BERTONCELJ
2.	IRENA BERTONCELJ
3.	BARBARA KUTIN

MOŠKI I. SKUPINA - nad 50 let

Mesto	Ime in priimek
1.	IZIDOR PINTAR
2.	JANEZ FRELIH
3.	BENO KEMPERLE

MOŠKI II. SKUPINA - od 40 do 50 let

Mesto	Ime in priimek
1.	JANEZ MARGUČ
2.	VOJKO ŠMID
3.	MARKO LOTRIČ

MOŠKI III. SKUPINA - od 30 do 40 let

Mesto	Ime in priimek
1.	MARTIN ERŽEN
2.	JAKA MOHORIČ
3.	MITJA EGART

MOŠKI IV. SKUPINA - do 30 let

Mesto	Ime in priimek
1.	ŽIGA KEMPERLE
2.	MATIC BRADÉŠKO
3.	SIMON ČEMAŽAR

DESKARJI

Mesto	Ime in priimek
1.	RUDI PINTAR
2.	DENIS ŠTURM
3.	ALEŠ LEVANIČ



Najhitrejši v II. skupini



Najhitrežje v III. skupini



Slika: Najhitrejši v IV. skupini



Najhitrejši v III. skupini



Najhitrejši deskarji



Najhitrejši v I. skupini



Najhitrejši v I. skupini



Najhitrežje v IV. skupini



Najhitrežja zaposlena na belih strminah - kapo dol



Marija Demšar

Starost prinese pač svoje sitnosti in težave. Pa da ne bo pomote, staro se še ne počutim, le zdravje mi malo nagaja. Kolesa so še dobra, le podvozje ni tisto, kar bi moralo biti. Hrbtenica in kolk, namreč. Sedaj hodim na fizioterapijo. No ja, saj bo šlo! Tisti mravljinca, ki jih namestijo na spodnji del hrbta – skoraj tam kjer hrbet že svoje dobro ime izgubi, so super. To je uživanje. Potem ti pa še nekakšen "pokrit lonec" nastavijo na levi kolk. Čemu pravzaprav služi? Menda greje. Ne vem, saj niti nisem vprašala. Naj mi gospa Valerija ne zameri primerjave z loncem. Sedaj pa vaje. Ena izmed njih je popek na hrbtenico. Saj se trudim, a vmes je preveč sala. Ko te preščipnejo s tistimi pasovi, domnevam, da so za elektrode, se vsi »mišelinčki« postavijo skupaj. Ko me pa odpnejo, pa prav čutim, da se maščoba v trebuhu kar razleze v prvotni položaj.

A ja, popek! Z mišicami ga spraviš nekam nazaj. Ali so temu včasih pri vojaki rekli – trebuh noter, prsa ven? Še dobro, da vsaj o prsih ni bilo govora. No, potem pa dihaj, če lahko. Sem levo ramo dvignila – ni dobro! Ponovi vajo. No, če ti že uspe, pa moraš dvigniti še levo nogo, sicer ne vem točno za koliko, a se trudim. Že vprašam. Najhuje je pa to, da si 2 – 3 stvari že še zapomnim, več pa ne. Hkrati namreč. Potem sem si jih pa danes nekaj več. Pa daš nogo dol, pa popek mora ostati na mestu, pa dihaš – ja potem se pa nekaj "sfiži". Prst mora ostati na mišici v pregibu noge. Gor, dol, prst, trebuh. Ha, važno je zaporedje! Sledi – ponovi vajo.

Sem jih kar nekaj morala narediti. Priznam, saj mi v prvo niso uspeli. Vaja torej. A mogoče terapevtka uri tudi spomin? Moj namreč!

Nato sem jih delala doma. Kako naj rečem? Še pes se mi je smejal na začetku, Eva je pa štela. Z odprtim gobčkom je ležal na tleh in čakal, kdaj ga "počoham" - pod vratkom namreč. On se ti spravi na hrbet in čaka na ljubkovanje. Vsaj eden pri nas včasih spi na hrbtu. Meni je ljubeš na trebuhu.

Jaz pa na novo fizioterapijo in na nova navodila glede vaj. Te so pa malo lažje.

Potem pa s to "kosmatijo" po regrat. Kaj naj temu rečem? Pustolovščina ali nočna móra? V vsakem primeru móra. Skače za nožem. Regrat pa brez njega sam leti v vrečko, a? Še za krpo za pomivanje tal skače. Torej, totalno nevzgojen pes. Kako ga bova z Evo vzgojili, pa še ne vem. Nobena nima izkušenj.



Mogoče pa postane vegetarijanec, če so mu že tiste regratove »ritke« tako všeč. Karkoli odrežem, takoj pobere. Jaz naj ga pa lovim sto na uro. A z mojo levo nogo? Ja pa naj jé regrat, saj ga pri nas tudi jemo! Vijolice, ki jih med drugim tudi dam v spomladansko solato, mu pa itak niso všeč. Trobentice že malo bolj. Kakšno travo tudi prigrizne, a mu marsikatera ni všeč. Rman sploh ne, mogoče zaradi grenkobe. Meni so pa ti mladi poganjki zelo všeč. Pa malo toplega krompirja, mogoče še jajce ali dve, pa je to to. Saj ni treba mesa. Le »ta zgoľfano« juhico, kot pravi Eva. To pomeni malo vegete v vodi in nudelce. Lahko je pa tudi dobra stara prežganka, ampak potem jajce v solati odpade. No, to ni ravno za vsak dan. Se pa hči večkrat pritožuje, ker ni mesa. O, pa še večkrat se bo to zgodilo! Sedaj je še pes pri hiši! Oziroma pesek. Majhen, igriv, neumen, za vsako lumparijo vedno pripravljen. Že mora biti majhen, če je moški pred banko rekel, da nima povečevalnega stekla, da bi videl, ali je to pes ali kaj drugega. Pa ženska, ki me je vprašala, ali je to pes ali maček. Ja, to je naš pes. Saj pravim, da ga ne maram. Nikoli nisem bila privržena temu, da je pes v stanovanju. Odkar pa me je en velik pes napadel, me je psov strah. Sem pa rabila 20 let, da sem se opogumila in pobožala psa, namreč tega, ki ga je Eva s prijateljico pripeljala domov.

Sedaj pa imam, kar imam. Kupil pa me je s tistimi črnimi očki, ves prestrašen, ko sta ga s Klemenom pripeljala domov. Pa še na mojo posteljo se je polulal. Sicer me je razjezilo, pes pa je bil ves zbezan. No, odejo sva dali v čistilnico. Bojim se ga pa ne, ker ta skoči kvečjemu do kolena, ne pa tista napadalska mrcina, ki mi je strgala plašč v komolcu, me ogrizla, pa še na obrazu se je nekaj prask poznalo, tako je skočil.

Po travi rad skače za vsem. Kaj bo, ko se pojavijo čebele?

Trenutno si je našel svoj vir beljakovin. Strašno rad ima deževnike! Fuij! Še iz gobčka mu smrdi, vsaj meni se tako zdi. Pa saj mu po briketih tudi, če mene vprašate. Ima pa ta njegova hrana eno dobro lastnost. Kadar mu zjutraj dam brikete, tudi sama ne pozabim na svoj briketek – tableto za pritisk. Le da pri meni ne škrtja pod zobmi, ker ga le poplaknem z vodo.

Najdejo se pa še druge rastlinice. Kurja črevca na primer. Majhna rastlina, ki se jo najde



na vsakem vrtu. Vsak vrtničar jo veselo puli, ker spada med plevel. Je dobra za mešano špinačo, s koprivami. Je pa s špinačo in pire krompirjem ena težava. Koprive so trenutno še malo "zanikrne". Sicer so pa včasih rekli, da špinača traja le od mize do vrat. Ja, kmalu si spet lačen. Potem pa hči išče meso. Saj za veliko noč je bilo. Prej in pa sedaj. V bodoče ga pa mogoče ne bo ravno veliko! Pa kaj. Sedaj je že čemaž, juha je dobra, pa "tenstan" krompir in solata. Iz česa že? Iz regrata in vseh mogočih dodatkov. Tudi mlado bukovo listje je dobro v solati, mešani namreč, z regratom. Vsako pomlad komaj čakam, da bukve ozelenijo. Jih že dobim. Pa vse ostalo tudi. Fizioterapija in vaje mi pomagajo, torej bom spet mobilna. Pod nogo in tja v hrbet mislim. Spet se lahko pasem. Potem sem pa jaz srečna, če sem lahko tam, kamor spadam. V naravi namreč. Sem pač odrasčala v kmečki družini.

Želim vam veliko lepih spomladanskih sprehodov. Kolikor vam le čas dopušča. To se vedno obrestuje. Tudi kasneje, v starosti.

STEZICE

IN POTI NA MIKLAVŠKO GORO



Nina Drol

Nobenega dvoma ni, da ima hoja koristen vpliv na zdravje. Z redno hojo skrbimo za kondicijo, s tem, ko vemo, da počnemo nekaj koristnega za telo, pa se tudi psihično počutimo veliko bolje. Hoja je primerna za vse starosti, na sprehode se lahko odpravi cela družina, ali pa vsak sam. Naši domači kraji nam ponujajo precej pohodnih izhodišč, za katere ne dvomim, da jih poznate. Kljub vsemu jih bomo nekaj predstavili. Tokrat sem se z vseh strani »lotila« Miklavške gore.



Južno obzorje Selc zapira hrib Zavrnik (748 m), ki se strmo dviga takoj nad desnim bregom Sore. Nad njim se do nadmorske višine 957 m vzpenja kopasta Miklavška gora, ena najlepših gora Selške doline. Njen vrh je opaziti že iz Ljubljane, Tržiča, najlepši pogled na goro sv. Miklavža pa se ponuja z Bukovškega polja. Od tu uzreš na vrhu tudi samotno cerkvico, ki je dala gori ime. Iz

Selške doline na goro drži več poti.

Najbrž je vsem poznana pot, ki iz Selc vodi čez goliški most, nato po asfaltni cesti do Spodnje in Zgornje Golice in naprej s sedla sv. Miklavža na vrh. Ta je mikavna tudi za tiste, ki se do sedla pripeljejo z avtom in tako skrajšajo vzpon.

Meni najbolj znana je bila v otroških letih tista, ki iz vasi Studeno pelje čez studenski most po Studenski grapi. Tudi v poletni vročini je hoja prijetna, saj je del poti gozdna cesta senčna in zato prijetno hladna. V spomladanskem času nas med hojo spremlja vonj po česnu, saj je Studenska grapa polna čemaževih listov. Če vas zamika juhica ali namaz, pa previdno pri nabiranju, da čemaža ne zamenjate s šmarnico (ki sicer nima tipičnega česnovnega vonja). Do znamenja ob »žegnanem« studencu v Studenski grapi se lahko pripeljemo z avtom. Spominjam se še tiste poti, ki je vodila čez senožet in skozi Rebovo gmajno mimo »Stal«, kjer je bila včasih

nastanjena živina, ki so jo pasli v okolici. Ker se je z leti vse zaraslo, je od »žegnanega« studenca naprej možno nadaljevati pot samo po kolovozni cesti, ki vodi na sedlo z vzhodnega pobočja Studenske grape. Mimo kapelice sv. Križa se pot proti vrhu Miklavške gore spet precej strmo dvigne. Hoja po belem dolomitnem pesku je kar naporna, saj noga hitro zdrsne kak korak nazaj. Na levi strani uzremo kamnolom, ki ustvari občutek, da smo res nekeje visoko, če pogledamo v njegovo globino. Tudi sicer je »vzdušje« precej planinsko: ker v dolomitu smreka slabo uspeva, malo bolje sicer gaber in bukev, najbolj pa tla ustrezajo borovcu, je okolica res nekako visokogorska. V četrto ure dospemo na vznožje senožeti. Do vrha nas čaka samo še kratek vzpon in že skozi obok ostanka obzidja stopimo na prostor pred cerkvico sv. Miklavža, ki se ponaša z oltarno sliko Leopolda Layerja. Bližina alpskih predgorij, Ratitovca, Blegoša, Koprivnika, Mladega vrha, Starega vrha in Vancovca nudi prekrasen razgled.



Za marsikoga je najlepša pot na Miklavško goro iz Selc po lovski meji, ki je označena z zeleno rumenimi markacijami. Lovska pot na Miklavško goro spada med tematske poti in si jo lahko natančneje ogledate na zemljevidu LTO Blegoš. Čas hoje je predvidoma štiri ure in pri tem premagamo 520 metrov višinske razlike. Lovsko pot na Miklavško goro pričnemo pri športnem parku Rovn v Selcih oziroma pri kinološkem centru. Pot je precej strma, zato so priporočljive pohodne palice. Najprej se povzpemo na pešpot ob Sori, nato pa sledimo poti, ki se enakomerno vzpenja v pobočje Zavrnik in nas pripelje do prve jase. Slediti je potrebno označeni poti, ki nas pripelje na drugo večjo jaso, nato pa na sedlo med Zavrnikom in Penovnikom. Tu se priključi pot iz Studenske grape. Sledi najstrmejši del vzpona po grebenu, ki poteka večji del po lovski meji. Na Miklavško goro se tako povzpemo s severne strani, kjer sta postavljena pretvornik in cerkvice. In naš cilj je pred nami. Od tod vodi pot, po kateri se spustimo do Zgornje Golice, kjer se nam pogled odpre na pobočje sv. Mohorja, vrhove Karavank in Kamniško-Savinjskih Alp. Po asfaltirani cesti gremo do velikega kozolca nad Spodnjo Golico, nato pa lahko po cesti naprej do začetne točke. Druga možnost pa je, da pred kozolcem zavijemo desno in se po pešpoti spustimo v Dolenjo vas. Do športnega parka Rovn se vrnemo po kolovozni poti, ki poteka po desnem bregu Selške Sore.

Tudi pot s Stirpnika, ki se na koncu vasi odmakne od glavne ceste na desno, je prijetna. V senci dreves se vzpne na preval in se nato mimo Lajbonove domačije in nad Brnom spusti na goliško cesto in od tam na sedlo med Ojstrim Vrhom in Zgornjo Golico. Železnikarji se na Miklavško goro odpravijo tudi prek Smoleve in Ojstrega Vrha.

Poti na Miklavško goro je torej nič koliko. Ob vseh navigacijskih napravah je skoraj nemogoče zaiti. Ker pa stoji sredi tako obljudenega področja, se vam tudi brez sodobne tehnike ne bo slabo godilo. Mogoče nenačrtovano odkrijete kako ljubko stezico, poetično senožet, čaroben razgled, ... vsekakor pa ste lahko brez skrbi: vse poti vodijo v dolino. Kljub svoji bližini Miklavška gora ponuja pester izbor poti. Zagotovo boste našli kakšno, ki ustreza vašim željam. Ker pa smo že dodobra zakoračili v pomlad, ki, upam, prinaša lepše in toplejše vreme, pa se mogoče odločite, da prehodite kar vse in se nato sami odločite, katera je tista, ki vam najbolj ugaja.

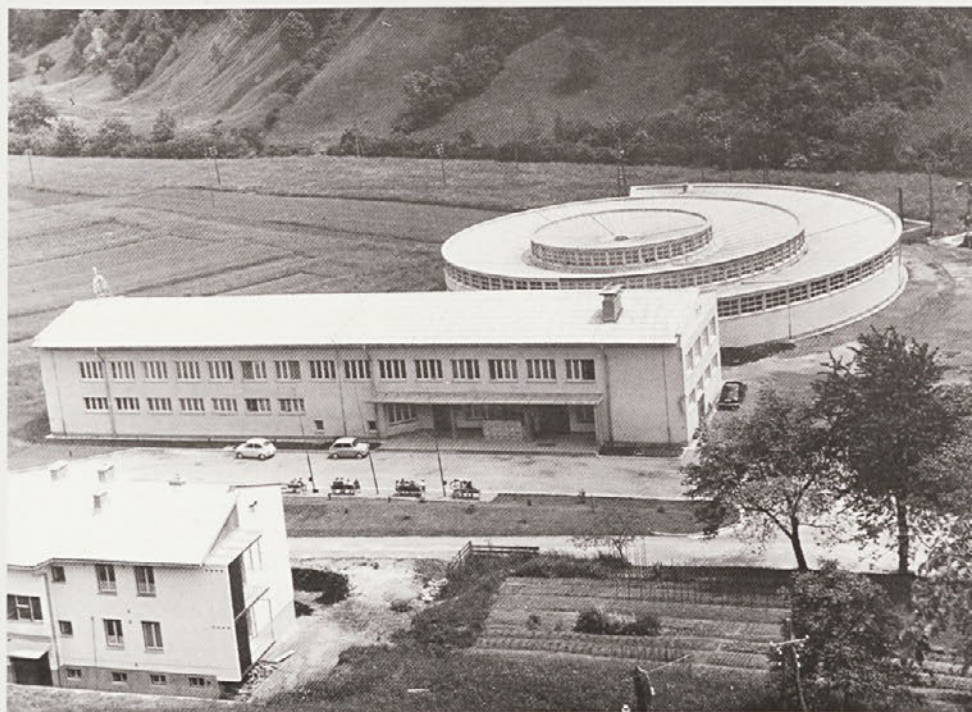
Vir: LTO Blegoš; Vodniki po Loškem ozemlju 8, Anton Ramovš, Sv. Miklavž nad Selci



DOMEL

SKOZI ČAS

BILO JE NEKOČ ...



Naši predniki so pisali zgodovino kraja, danes jo ustvarjamo mi, ki tukaj živimo. Pobrskali smo med starimi fotografijami in vam eno predstavljamo. Danes na tem mestu stoji moderno opremljena proizvodnja.

... IN DANES

V začetku maja smo odprli nov modern mehanski in prenovljen kemijski laboratorij. Pridobitev je nov najtočnejši koordinatni merilni stroj LEITZ v Sloveniji.



DOMEL SKOZI ČAS

RAZPIS

V sklopu praznovanja 70 - letnice podjetja Domel, vse osnovnošolce, dijake, študente in predvsem naše štipendiste vabimo, da prispevate svoja literarna, likovna, fotografska ali druga ustvarjalna dela na temo:

DOMEL SKOZI ČAS.

Zanima nas vaše videnje razvoja Domela skozi čas, ki ste ga dobili iz lastnih izkušenj ali po pripovedovanju starejših, ki so kakorkoli sodelovali z Domelom. S svojo kreativnostjo boste še dodatno popestrili naš jubilej.

Svoja dela do **31.5.2015** pošljite na naslov:

Domel, d.o.o.
Otoki 21
4228 Železniki

Najboljši izdelki bodo nagrajeni.

Za dodatne informacije pokličite Špelo Vrhunc na telefon: **04 51 17 144.**

