DARSEN
SALON POHIŠTVA
alpies studio Izola

SALON POHIŠTVA DARSEN, Polje 21 (PC Ruda), Izola
05 640 13 33 / darsen@siol.net / www.darsen.si
Del. čas.: pon. - pet. 9.30 - 17, sob. 9.30 - 12.00

OBALA

Od januarja do aprila 2020 na obali 1.303 novo stalno prijavljenih prebivalcev.

Stran 7

PAŠTA FIŽOL

V prihodnje se bom potrudil poiskati nekoga, s katerim bom jed pripravil popolnoma avtentično.

Stran 25

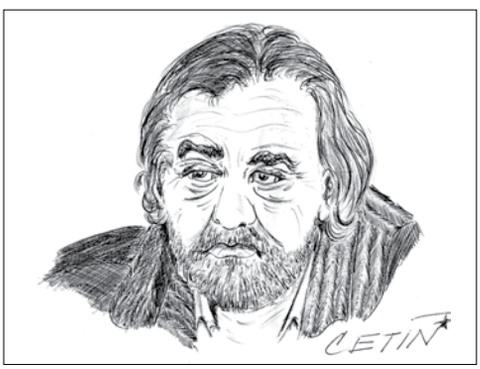
30.500 izvodov - Ankaran, Koper, Izola in Piran - www.obalaplus.si Številka 15 - april/maj 2020

OBALA plus

časopis in portal s pogledom na morje

ŽIVLJENJE Z VIRUSOM

Stran 2-9



GORAZD V. MREVLJE

Stran 12-14

JAKA IVANC

Stran 16

MANJADA S ŠPEHOM

Stran 24

CENE NEPREMIČNIN

Stran 28

VRT V MAJU

Stran 27

Spoštovani bralci!

Prepričan sem, da nihče ni zadovoljen, ker je zaprt v svojo občino, brez fizičnih stikov s prijatelji in družino. Tudi nihče nam ne zna povedati, kako dolgo bodo še veljale omejitve gibanja med občinami. Po eni strani čakamo na rezultate posebne raziskave, ki bi naj bili znani ta teden, po drugi pa nam je predsednik vlade že v soboto povedal, da bomo živeli drugače najkasneje po praznikih. Ti ukrepi nam ne bi smeli preprečiti razmišljanja o tem, kako nazaj v normalno življenje. In prav pri teh veljavnih omejitvah ter razmišljanjih in predlaganih ukrepih, ki nas bodo popeljali v normalno življenje, opažamo precejšno neaktivnost obalnih županov. Kot, da jim je še vedno pomembneje odganjati »Ljubljančane«, kot razmišljati, da bo prav brez njih velika večina podjetnikov, ki na obali živijo od turizma, težko preživela leto. Velika večina slovencev nas je narejenih tako, da nismo navajeni na pomoč države. Raje vidimo, da se zanesemo sami nase in na svojo iznajdljivost in znanje. Še vedno verjamem, da nas je večina takšnih, ki prav nič ne uživamo, če smo pripeti na državni denar. Od države nas večina pričakuje, da nam omogoči poštene pogoje za življenje in delo. Kdaj bomo pa zares lahko zaživeli normalno, v tem trenutku zares ne ve nihče. Oziroma, vsaj nihče, ki bi mu lahko zaupali. Edini, ki jim danes lahko zaupamo, so tisti, ki pogumno, jasno in glasno povedo, da v tem trenutku ne vemo, kdaj se bomo vrnili nazaj v normalno življenje in koliko časa bo novo normalno življenje predvidevalo nošenje mask.

Medtem vam z našim časopisom želimo krajšati čas, pomagati s pametnimi nasveti in vas vzpodbuditi k razmišljanju. V novi številki vam ponujamo tudi branje novičk iz Trsta, od drugega meseca pa tudi novice iz hrvaške Istre, ki jih bodo pripravljali kolegi iz časopisa Bujština. In ne pozabit, da boste lahko časopis dobili tudi ponovno v trgovinah Agrarie. Prijetno branje.

Tomaž Perovič

KAKO SE ŠTIRI OBČINE SPOPADAJO S KORONA UDARCI ?

V Istri učinkovito ustavili širjenje virusov - največja dilema: kako povsem na novo zaorati na turistični njivi.

Boris Šuligoj

Kako varovati zdravje čim večjega števila ljudi in kako hkrati ohraniti zdravje ekonomskih temeljev? Dilema, ki skrbi vse države sveta, a tudi ljudi in občine. Odzivi na na pandemijo so na občinskih ravneh razmeroma medli, birokratsko togi in omejeni predvsem na podporo državnim ukrepom in zagotavljanju osnovne pomoči najbolj ranljivim skupinam svojih ljudi. Večina Istranov zato vsaj v fazi ponovnega zagona »normalnega« življenja, pričakuje od županov in občinskih uprav precej bolj aktivno, neprimerno bolj angažirano in aktivno vlogo s konkretnimi ukrepi. Ne gre samo za ozdravitev 24 okuženih prebivalcev iz Istre (v resnici jih je zdaj v regiji kužnih manj kot deset). Veliko večji bolnik so zdaj ekonomija in odnosi med ljudmi, ki so jih prizadeli virusi.

V štirih občinah slovenske Istre smo lahko zadovoljni glede dosedanjega poteka bolezni. Ne le zaradi manjšega števila okužb, temveč tudi zato, ker so domovi starejših uspeli zadržati viruse zunaj ustanov, posledično pa regija ne beleži smrtnih žrtev. Nikomur še ni povsem jasno, kakšno ceno plačujejo in še bodo plačali državljani za tak rezultat. Zdi se, da bi bilo najboljše zdravilo čimprejšnja normalizacija življenja. Prava Ahilova peta štirih občin je v nadpovprečno visoki odvisnosti od turizma, ki je trenutno ena najbolj prizadetih panog na svetu.

Kako se štiri občine spopadajo z epidemijo in s kakšnim ukrepi pomagajo ljudem?

Vse štiri občine so denimo poskrbele za organizirano nujno varstvo predšolskih otrok in osnovnošolcev (do petega razreda) na domu za družine, kjer so starši kljub ukrepom morali v službe. Večina staršev se je znašlo po svoje.

Koliko otrok je (bilo) v organiziranem nujnem varstvu na domovih?

> Konec prejšnjega tedna je bilo v istrsko-kraški regiji, ki šteje 115.400 prebivalcev, 24 okuženih. To pomeni na vsakih 4.800 prebivalcev en okuženi. V občinah Komen, Divača in Ankaran sploh ni bilo okuženih. Vsi okuženi, ki so jih odkrili v Izoli in Piranu, so se okužili že v marcu, zaradi česar jih niti v teh dveh občinah najverjetneje ni več. V Kopru jih je od 13 devet zbolelo do 2. aprila in zato lahko tudi pri Kopru neuradno sklepamo, da imajo zdaj morda teh devet manj (če so se, seveda, pozdravili v štirih tednih).

Koper: en teden - trije otroci
Ankaran: nič otrok
Piran: nič otrok
Izola: do konca aprila - trije otroci

Vse občine so skrbele za zagotovitev zaščitne opreme v najnujnejših primerih. Občina Koper je denimo do 16. aprila nabavila in razdelila 58.390 zaščitnih mask, 58.224 zaščitnih rokavic, 243 zaščitnih oblek, 59 zaščitnih očal, 721 razkužil za roke, 27 razkužil za umivanje tal. V glavnem zdravstvenemu osebju in tistim, ki so pri svojem delu bolj izpostavljeni tveganju za okužbo....

KOPER

Koper je poskrbel, da so lahko taksisti še naprej prevažali potnike, seveda pod strogimi pravili in varnostnimi ukrepi. Občine so omogočile brezplačno parkiranje na vseh javnih parkiriščih, ki pa bodo od 4. maja ponovno plačljiva. Poskrbeli so za pakete z obroki za otroke in starostnike, organizirali dostavo hrane, živil, zdravil in drugega na domove, za prevoze občanov, organizirali službe in prostovoljce za pomoč starejšim, ki določenih stvari sami ne zmorejo, izdali so zloženko z informacijami o ukrepih in pravilih obnašanja.

Občini Koper in Piran sta 17. marca zaprli javne sanitarije in tržnice, medtem, ko je tržnica v Izoli ostala odprta, podobno kot je ves čas trajanja epidemije odprta tudi tržnica v Ljubljani, Mariboru in drugih krajih. V Kopru, Piranu in Luciji so tržnice znova odprli v soboto, 25. aprila.

Vse štiri občine so 30. marca začele izvajati državno prepoved o gibanju državljanov izven občin, ki je do zaključka redakcije še veljala, vendar njeno odpravo zahteva vse več državljanov. Župani štirih občin so prepričani, da je večina v teh občinah sprejela omejitev kot dobrodošel ukrep, češ da je vsaj deloma prispeval k nizki stopnji okuženosti v istrsko-kraški regiji.

Občina Koper je 20. aprila znova dovolila uporabo teniških igrišč, površine atletskega stadiona, športnega parka Dekani za lokostrelstvo in Center vodnih športov v Žusterni za jadralce, suparje, deskarje, kajakaše, kanuiste in veslače. Koper je s pomočjo Zveze prijateljev mladine Slovenije podelil 46 računalnikov učencem iz socialno ogroženih družin.

Takoj po prvomajskih praznikih se bodo občinske uprave postopoma vrnile v normalno poslovanje.

IZOLA

V Izoli so poskrbeli za dostavo hrane, živil in zdravil na domove za starejše in bolne. Priskrbeli so 400 prehranskih paketov osnovnošolcem, ki zdaj v šolah ne prejemajo toplega obroka. Poskrbeli so 10 stanovanj za zdravstveno osebje izolske bolnišnice ki stanujejo v oddaljenejših krajih (ali pa na Hrvaškem) in bi težko prihajali na delo v bolnišnico.

Za pomoč pri varstvu otrok, izvajanju nadzora in opozarjanja se je prijavilo kar 15 prostovoljcev, ena občanka je brezplačno ponudila svoj apartma za delavce v zdravstvu. V nekaterih krajevnih skupnostih so organizirali šivanje mask.

PIRAN

V piranski občini zagotavljajo kuhane obroke, pa tudi higienske pripomočke in zdravila socialno ogroženim in družinam v stiski. Razdelili so večje število mask, predvsem tistim, ki delajo v stiku z ljudmi. Kar 10.000 mask je podaril portoroški hotelir Mate Matjaž. Občina je namenila tudi denar za nakup blaga in materiala za maske, ki jih prostovoljno šivajo nekatere šivilje po krajevnih skupnostih. Doslej so sešile že 3.200 pralnih mask.

Tako kot tudi v drugih občinah je župan sprejel sklep po oprostitvi plačila vrtcev za čas trajanja epidemije, prav tako za plačila občinskih taks za najem javnih površin in poslovnih prostorov, če v teh prostorih ne poslujejo. Takih prostorov pa je v piranski občini veliko, saj so zaprti vsi turistični in gostinski lokali.

Časopis in spletni portal OBALAplus sta vpisana v razvid medijev Ministrstva za kulturo pod zaporedno številko 2216.
Izdajatelj MBM MEDIA d.o.o., Lepa cesta 24, 6320 Portorož. ISSN 2670-4609. Datum izida 29. in 30. april 2020.
Število izvodov **30.500**. Distribucija preko Pošte Slovenije v gospodinjstva občin Ankaran, Koper, Izola in Piran.
Odgovorni urednik Mauro Belac, mauro.belac@obalaplus.si, 040 771 000. **Urednik Tomaž Perovič**, tomaz.perovic@obalaplus.si, 040 622 473.
Spletni portal in družbena omrežja Petra Mežnarc, petra.meznarc@obalaplus.si, 040 161 778.
Člani uredništva Boris Šuligoj, Bojana Leskovar, Klara Beltram, Manca Hribovšek, Romina Salvi, Eva Erpič, Rok Decorti, Sašo Mejak.
Trženje, oglaševanje in naročene objave marketing@obalaplus.si, 040 600 700.
Oblikovanje in prelom tiskane izdaje Tedy Grbec, GT-design d.o.o. **Oblikovanje spletnega portala Elvis Dobrilović**.
Stališča avtorjev prispevkov ne izražajo nujno stališč uredništva. Za točnost podatkov v podpisanih vsebinah odgovarjajo avtorji oz. naročniki objav. Za nepodpisane vsebine je avtor uredništvo. Komercialna sporočila so ločena od vsebin. Naročene objave so označene z oznako .
Strani z nadnaslovom OBALAplus AKTUALNO so sofinancirane s strani Ministrsva za kulturo RS. REPUBLIKA SLOVENIJA **MINISTRSTVO ZA KULTURO**

ANKARAN

V Ankaranu so vzpostavili tri skupine prostovoljcev: za naročanje najnujnejših živil in zdravil starejšim, za nujno varstvo otrok, in prostovoljce za druge storitve, ki jih potrebujejo občani. Razdelili so maske skoraj polovici svojih občanov, pred vhode javnih ustanov so poleg običajnih razkužil namestili tudi razkuževalne preproge.

S kakšnimi ukrepi bodo pomagali gospodarstvu?

V vseh štirih občinah so oprostili najemnike plačevanja stroškov za najemnine poslovnih prostorov in javnih površin.

V koprski občini oprostili najemnine in takse 120 najemnikov za 124 poslovnih prostorov in 43 javnih površin.

Za zdaj ta ukrep velja do konca maja. Župan Aleš Bržan je pozval tudi zasebne lastnike naj sledijo občinskemu zgledu in oprostijo najemnike plačila vsaj enomesečne najemnine. Povsod so omogočili začasen zamik plačila nadomestila za uporabo stavbnega zemljišča (NUSZ). Občinska uprava je pripravila predlog ukrepov za racionalizacijo svojega poslovanja in znižanja stroškov delovanja mestne občine Koper, tako pri stroških, kot pri opustitvi nekaterih ne nujnih programov in projektov. K varčevanju so pozvali vse javne zavode in javna podjetja (na primer v Marjetici Koper in Rižanskem vodovodu). Marjetica Koper je vse gospodarske družbe, ki ne morejo opravljati dejavnosti, oprostila plačila odvoza komunalnih odpadkov. Rižanski vodovod pa je odločil, da 1. marca ne bo uveljavil že prej sprejetega povišanja cen oskrbe z vodo, temveč je začasno to povišanje zamaknil za tri mesece.

V ankaranski občini so v celoti oprostili plačilo NUSZ Ortopedski bolnišnic Valdoltra (za 70.000 evrov) in Mladinskemu zdravilišču Rdečega križa Slovenije na Debelem rtiču za okoli 80.000 evrov.

KAKO POMAGATI TURIZMU?

Štiri istrske občine so v največji meri odvisne od turizma, še posebej piranska in izolska. Toda kljub temu in kljub novicam iz drugih evropskih držav na to temo iz teh občin še nismo zvedeli, kako se bodo spopadli s krizo. Še najkonkretneje so nam o svojih ukrepih pri pomoči turizmu odgovorili iz Izole, kjer bodo državi predlagali, naj glede na izredne razmere prepustijo celotno porabo pridobljene turistične takse občinam, ki so vitalno odvisne od turizma. »Promocija turističnih občin bo po koncu epidemije eno od učinkovitih orodij za čim lažjo premostitev gospodarske krize. Turistična zadruga Zakladi Istre pa je pripravila predloge za 16 omilitvenih ukrepov na področju turizma, ki jih bodo morda sprejeli v občini in na državni ravni,« so nam odgovorili iz Izole.

V piranski občini, kjer je gospodarstvo v približno 80 odstotkih odvisno od turizma (verjetno najbolj v državi), še oblikujejo ekspertno skupino, ki bo pomagala pri pripravi strategije in možnih scenarijev. Pri tem pričakujejo, da bo država podprla turizem v tretjem sklopu interventne zakonodaje. Glede na to, da je bila država pripravljena veliko investirati v lastninjenje in konsolidacijo državnega lastništva turizma, v Piranu upajo, da ne bo ostala samo pri naložbah v lastništvu.

Istrskemu turizmu je poleg popolne omejitve turističnega prometa dodatno škodo prinesla nadvse stroga omejitev gibanja med občinami, zaradi katere so domačini podili iz občine celo vikendaše, njihove začasne sostanovalce. Turistični delavci se zdaj bojijo, kako to vpliva na potencialne turiste iz Slovenije, saj je na ta račun slišati veliko pripomb, da se celo začasni stanovalci niso čutili dobrodošle. Toda v piranski občinski upravi ravnanje opravičujejo, da je bila tako stroga omejitev gibanja edino možen ukrep, da so se izognili italijanskemu scenariju. »Brez dvoma bi enako ravnali še enkrat, saj gre za zdravje naših občanov,« je odgovoril županov svetovalec Bruno Kuzmin. Koprski župan Aleš Bržan pa nekoliko bolj diplomatsko: »Omejevanja gibanja med posameznimi občinami nisem podprl, ker sem ocenil, da je zaradi povezanosti istrskih krajev še zlasti neživljenjski in težko izvedljiv. Zato sem raje pozval vse državljane, naj ostanejo doma, občane pa k strpnosti in izogibanju sporom. Tak poziv je bil učinkovit in nujen za zagotavljanje varnosti tako občanov, kot tudi tistih, ki so se odpovedali obisku,« meni Aleš Bržan.

OBVESTILO ZD IZOLA

V času epidemije COVID-19 delo v otroško-šolskem dispanzerju ZD Izola poteka spremenjeno. Po priporočilih Ministrstva za zdravje v prostorih otroško-šolskega dispanzerja izvajamo le preventivne programe otrok in mladostnikov. Na sistematski pregled so otroci naročeni. Dan pred pregledom medicinska sestra izbranega ali nadomestnega pediatra po telefonu pokliče starše naročenih otrok in povpraša o morebitnih zdravstvenih težavah, kako otroka tako tudi vseh članov skupnega gospodinjstva ter preveri morebitne kontakte z okuženimi osebami. V prostore ZD Izola vstopajo le zdravi otroci v spremstvu le enega od staršev (izjemoma tudi zdrav prevajalec). Na vstopni točki v ZD dobijo zaščitno masko in se jim izmeri telesna temperatura. Pacienti se med seboj v prostorih ambulante in čakalnice ne srečujejo. Izvajamo sistematske preglede in cepljenja otrok po prepisanem programu, vendar le do d 18. meseca starosti; cepljenja otrok v tretjem razredu osnovne šole, posamično in ne cele razrede ter cepljenja dijakov tretjih letnikov srednjih šol. V prejšnjem tednu smo začeli tudi z izvajanjem pregledov vstopnikov v osnovno šolo ter sistematske preglede otrok starih 3 leta. Sistematski pregledi otrok starih 5 let se zaenkrat ne izvajajo, prav tako so prestavljeni sistematski pregledi dijakov osnovnih in srednjih šol, z izjemo tretjih razredov in letnikov. Po telefonu in mailu smo dosegljivi znotraj urnika za nasvete, predpisovanje receptov in medicinskih pripomočkov. V primeru, da je potreben pregled bolnega otroka ali mladostnika se le ta izvaja bodisi v ambulanti NMP ZD Izola bodisi v otroški COVID ambulanti v Kopru. Na pregled otroka naroči izbrani ali nadomestni pediater.

V ZD Izola smo omogočili dobro organizirano in varno delo, z namenom primerne, varne in kakovostne obravnave otrok in mladostnikov. Želimo zmanjšati tveganje za prenos okužbe s COVID 19 in obenem ohraniti visoko precepljenost naših otrok in mladostnikov. Delo poteka nemoteno. Straši in otroci prihajajo na naročene preglede in se držijo podanih navodil.

S skupnimi močmi zdravstveni delavci ZD Izola, starši in seveda otroci in mladostniki uspešno prestajamo epidemijo COVID 19. Ostanimo doma in ostanimo zdravi.

Ana Čajka, dr.med.spec.ped.

TRST IN KORONAVIRUS

Sprehodi v bližini doma so dovoljeni do 500 metrov od lastnega bivališča, je v sporočilu za javnost pojasnil vladni komisar v Furlaniji - Julijski krajini in tržaški prefekt Valerio Valenti.

Odredba italijanskega predsednika vlade določa, da so motorične dejavnosti dovoljene v bližini lastnega doma.

Ohlapno določilo, ki od torka, 14. aprila velja tudi v Furlaniji - Julijski krajini, je odprlo vprašanje, kaj zaobjemata pojma »motorična dejavnost« in »v bližini lastnega doma«. Valenti je v dogovoru z ostalimi prefekti v Furlaniji - Julijski krajini in deželno vlado presekal drugega od dveh vozlov. Za policiste je pripravil smernice, po katerih je bližina doma krog s polmerom 500 metrov, pri čemer je središče kroga prebivališče.

Policisti sicer ne bodo preverjali le oddaljenosti od doma, ampak tudi zaščitno opremo. V Furlaniji - Julijski krajini je namreč po odredbi predsednika deželne vlade na cesti obvezno nošenje zaščitnih mask ali drugih prekrival čez nos in usta.

Kaj sodi k motoričnim dejavnostim, ostaja nedoločeno. A če kaj ni sporno, je potem sprehod. Odpira se vprašanje, ali lahko kolesarimo, rolamo, tečemo ali se žogamo. Nekaj teh dvomov odžene drugo določilo v isti uredbi, in sicer da sta prepovedana rekreacija in igra.

»Motorična dejavnost« je vsekakor dovoljena le posamično, kar izključuje možnost sprehoda v družbi.

Sledi nekaj pogostih vprašanj po zadnjih zakonskih spremembah.

Kdaj si moramo zakriti nos in usta?

Vsakič, ko zapustimo svoj dom. Nos in usta lahko zakrijemo z zaščitno masko, če pa je nimamo, lahko namesto nje uporabimo šal, robec ali kak drug kos tkanine.

Se med sprehodom lahko ustavim in poklepetam z znancem?

Ne. Druženje ni dovoljeno.

Znanci živijo blizu mene. Jih lahko obiščem?

Ne. K nikomur ne smemo na dom.

Niti staršev ne smem obiskati?

Lahko obiščemo ožje sorodnike, le če niso samostojni. Obisk, med katerim se moramo zaščiti, mora imeti jasen namen, kot je na primer oskrba s hrano.

Lahko dedek ali babica prideta varovati vnuke?

Samo v primeru, da otroci nimajo varstva.

Imam zemljišče, ki je oddaljeno nekaj več kot 500 metrov od doma. Grem lahko tja sadit zelenjavo?

Obisk lastnih zemljišč je dovoljen, če so znotraj občine, v kateri živimo.

Je dostava na dom še dovoljena?

Da, tudi ob nedeljah.

Ali so v trgovinah obvezne rokavice?

Rokavice za enkratno rabo so obvezne v trgovinah z živili. V ostalih trgovinah zadošča, da trgovec ob vhodu postavi razkužilo.

Živim v Sloveniji in delam v Italiji. Grem lahko čez mejo v službo? Kaj pa obratno?

Da. Dnevni migranti lahko nemoteno prečkajo mejo, kjer je to mogoče.

Si moram prekriti usta in nos tudi med vožnjo?

Ni treba, če sem v svojem avtu.

Nimam avta, premikam se s sredstvi javnega prevoza. Moram nositi masko?

Predpisani sta uporaba rokavic za enkratno uporabo in prekritje ust in nosu.

Lahko zamenjam gume pri vulkanizerju?

Da.

Vulkanizerja imam na drugi strani državne meje ...

Zamenjava gum ni upravičen razlog za prečkanje meje.

Primorski dnevnik

VBS d.o.o. Portorož
Obala 125, 6320 Portorož
tel.: 05/677-85-80
GSM: 031/637-176
e-mail: bogdan@vbs.si
GEODETSKE STORITVE d.o.o. PORTOROŽ

Petra Mežnarc

ŽIVLJENJE S KORONAVIRUSOM

Nedavno je župan Ljubljane Zoran Janković dejal, da si želi, da bi se kmalu lahko odprle vsaj terase lokalov v Ljubljani. Kaj menijo o tem, smo povprašali tudi župane vseh štirih obalnih občin.

KOPER:

Aleš Bržan: »Župani mestnih občin smo enotni, da je treba vse moči usmeriti v čimprejšnji zagon gospodarstva, če želimo, da se življenje čim prej vrne v ustaljene tirnice. Seveda moramo biti pri tem izredno previdni, saj si ne želimo, da bi katerakoli preuranjena omilitev varnostnih ukrepov izničila vsa naša dosedanja prizadevanja in vloženi trud ljudi ter podaljšala izredne razmere.

Združenje mestnih občin Slovenija, bo Nacionalni inštitut za javno zdravje posredovalo pobudo za pripravo smernic za nemoteno obratovanje gostinskih lokalov, na podlagi katerih se bodo lahko ti prilagodili in svojim zaposlenim ter gostom zagotovili varno postrežbo hrane in pijače. Pričakujemo, da bo država v sodelovanju s stroko preverila upravičenost naše pobude in sprejela ustrezne ukrepe.«

ANKARAN:

Gregor Strmčnik: »Težave gostincev in turistične panoge popolnoma razumemo, vendar je stališče Občine Ankaran, da s popuščanjem ukrepov ne gre hiteti, zato opozarjamo na previdnost. Vsi ukrepi Občine Ankaran so in bodo tudi v bodoče, skladni z ukrepi Vlade RS.«

IZOLA:

Danilo Markočič: »V slovenski Istri je način življenja vpet v turistično gospodarstvo. V tej smeri pa zaprtje vseh turističnih zmogljivosti pomeni znatno izgubo, ki se jo čuti tudi na ostalih področjih dela in življenja. Turistična panoga je na nek način multiplikator - izpad prihodkov se odraža tudi na področju storitev, kmetijstva, prevozov, ... Seveda si kot župan občine želim čimprejšnjo normalizacijo delovanja vseh dejavnosti in življenja v občini, zato smo odgovorno pristopili k izpolnjevanju vseh ukrepov za zajezitev širjenja virusa. Ponosno lahko povem, da so Izolani in Izolanke dosledno spoštovali ukrepe, kar kažejo tudi podatki NIJZ o številu okuženih, ki smo ga v Istri ohranili na zelo nizki ravni.

Omilitev omejitvenih ukrepov pozdravljam v prepričanju, da slonijo tudi na strokovni podlagi in so premišljeni. V občini vidimo možnost rahljanja ukrepov v gostinstvu in sicer tako, da se lokali odprejo, ponudba pa se izvaja le na zunanjih površinah, na katerih se zagotovi varna razdalja med mizami.«

PIRAN:

Đenio Zadković: »Želim si, da bi se takoj, ko bodo to dopuščale varnostno-zdravstvene razmere, odprle vse terase lokalov. O tem, na kakšen način bo to možno, naj odgovori stroka, na čelu z NIJZ.«

Piranski župan se je nekoliko burno odzval na odlok vlade, da delno sprosti gibanje prebivalcev, ki imajo v drugi občini nepremičnino. V svojem odzivu je dejal: »V tem primeru bi se morali tisti, ki prehajajo meje občin, striktno držati pravila, da ne smejo dodatno obremenjevati trgovin, lekarn in druge lokalne infrastrukture. Slednja je namreč v danih razmerah epidemije prvenstveno namenjena prebivalcem matične občine, ne pa tistim, ki imajo v njej nerezidenčno nepremičnino.« Glede na to, da letos na tuje turiste ni računati in da bomo sezono večinoma reševali Slovenci, smo ga povprašali še o tem.

Kako nameravate spet dobiti goste v piransko občino, glede na to, da je bil vaš zadnji odziv na odlok vlade, da sprosti gibanje tistim, ki imajo tukaj nepremičnine, nekoliko slabo sprejet med ljudmi?

»Država je sprejela ukrepe, ki so bili nujni za zajezitev širjenja novega koronavirusa. Občina jih je izvajala zelo vestno, kot so od nas pričakovali občani. Zgolj na takšen način smo lahko preprečili italijanski scenarij. Razumemo očitke, ki jih navajate. Brez dvoma imajo težo, a v dani situaciji je bilo treba sprejeti rešitve v smislu varovanja zdravja, ki pretehtajo vse ostale. Brez dvoma bi enako ravnali še enkrat, saj gre za zdravje naših občanov.

Občina Piran je z namenom revitalizacije turizma že preučila številne scenarije (končnih odločitev žal v tem trenutku ni mogoče sprejemati) in bo brez dvoma sprejela še dodatne ukrepe glede spodbujanja turizma, ki bodo morali biti usklajeni s TZP in STO. S tem namenom je v pripravi formiranje ekspertne skupine, v kateri bodo s svojimi predlogi pomagali pri pripravi strategije in možnih scenarijev še dodatni strokovnjaki s turističnega področja. Pri slednjem ne gre spregledati niti predlogov s strani države, kjer naj bi t.i. tretji sklop interventne zakonodaje reševal med drugim turistično dejavnost, kjer bodo posledice epidemije verjetno zelo izrazite.«

KAKŠNO SEZONO PRIČAKUJEJO GOSTINCI IN HOTELIRJI?

Gorazd, iz **lokala Čakola** v Piranu, pričakuje, da bodo lahko odprli lokal nekje sredi maja. »Stanje je težko, vendar mislim, da nas bodo to sezono rešili slovenski gostje. Pri nas imamo radi vse goste, zato menim, da se ne bodo preveč menili za besede piranskega župana,« je razložil. Dejal je še, da v tem času niso odpuščali in da kljub vsemu pričakujejo dobro sezono. Opozoril je še, da bo potrebno veliko razkuževanja, prav tako bodo morali zaposleni nositi zaščitne maske.

Aleš Piščanc, lastnik restavracije Capra in Hotela Koper, je pojasnil, da v tem trenutku nihče ne more vedeti, kakšna bo sezona. »To je vprašanje za milijon dolarjev. Vse, kar lahko napovemo danes, je zgolj ugibanje. Mi pričakujemo velik upad, vsaj 30 – 50 % manj pričakovanih prihodkov,« je razložil. Hotel Koper še obnavljajo, saj so se dela zaradi pandemije ustavila in upočasnila odprtje hotela. »Upam, da bo hotel prenovljen do julija, ko naj bi se vse že nekoliko stabiliziralo in da bomo ulovili vsaj delček sezone,« je pojasnil. Vse zaposlene so maorali dati na zavod, vendar si želi, da bi se še to sezono vsi vrnili. Za denarno pomoč vlade niso zaprosili, saj so ugotovili, da bi jo morali vrniti. »Letos pričakujemo največ Slovencev, upamo pa tudi, da bodo meje odprte vsaj za Avstrijce, Nemce in Madžare«, je še dodal. Za besede piranskega župana meni, da so bile v tistem času razumljive, upa pa, da Slovenci niso preveč užaljeni.

Vloge o prebivališču oddane preko portala eUprava					
	januar	februar	marec	april	Skupaj
UE Koper					**630**
stalno prebivališče	9	6	11	29	55
začasno prebivališče	9	11	106	449	575
UE Piran					**425**
stalno prebivališče	0	1	4	8	13
začasno prebivališče	1	3	87	321	412
UE Izola					**248**
stalno prebivališče	3	0	10	7	20
začasno prebivališče	1	0	49	178	228

Hostel Panorama Portorož ima odpovedane skoraj vse rezervacije. Kot so nam pojasnili, imajo vsako leto veliko nemških gostov, ki pa jih sedaj ne bo. Andrej iz hostla je povedal, da beležijo skoraj vse odpovedi Nemcev, Avstrijcev in Belgijcev. To sezono računajo na Slovence. »Pri nas imamo že tako kar velik delež slovenskih gostov in mislim, da bodo prišli tudi letos.« Od pomoči vlade so izkoristili pomoč zaposlenim na čakanju. Po njegovi oceni bo upad prihodkov velik, »ocenjujem, da bomo na nuli šele leta 2023.« Predvideva, da bodo hostel lahko odprli med 1. junijem in 1. julijem. Za besede piranskega župana meni, da bodo do poletja pozabljene. Meni, da se morda ni pravilno izrazil, vendar meni, da je pomembno, da se vsi držimo omejitev, saj bo le tako mogoče spet pričeti z delom. Se pa v hostlu pripravljajo na sezono, velik poudarek bodo dali razkuževanju, prav tako bo vsak gost dobil paket za razkuževanje.

Tudi v **Hostlu Alieti** v Izoli to sezono pričakujejo slovenske goste. Uroš iz hostla nam je povedal, da so imeli že precej rezervacij iz tujine, ki pa so sedaj povečini odovedane. »Zaenkrat ne kaže dobro, upam pa, da nas obiščejo slovenski gostje,« je povedal. Od pomoči države so izkoristili pomoč zaposlenim na čakanju.

VARNOST NA OBALI

Že več kot mesec dni traja karantena v Sloveniji. Na srečo ni tako stroga, kot je na primer v Italiji in Španiji, kjer ljudje ne smejo iz hiše, razen za nujne opravke in krajše sprehode. Šole in vrtci so zaprte, otroci so doma, prav tako starši, ki so na čakanju ali delajo od doma. V tem času karantene se dosti govori o tem, kako karantena vpliva na odnose v družini. Veliko družinskih terapevtov je opozarjalo, da se v kriznih časih vedno poveča stopnja nasilja nad ženskami. Nas je zanimalo, kaj pravijo na Policijski upravi Koper in če so v tem času karantene opazili več nasilja v družini. Njihovi odgovori so nas presenetili, saj so zabeležili manj nasilja v družini kot sicer. Zanimalo nas je tudi, kako se karantena odraža

Zdravstveni inšpektorat RS je od začetka veljavnosti predpisov za zajezitev in obvladovanje epidemije COVID-19 zaradi kršitev le-teh, izrekel globe v skupnem znesku 100.000 EUR. »V zvezi s kršitvami Odloka o začasni prepovedi gibanja in zbiranja ljudi na javnih mestih in površinah v Republiki Sloveniji ter prepovedi gibanja izven občin, na Zdravstvenem inšpektoratu RS ne vodimo statistike o vrsti kršitve, ali je šlo za kršenje prepovedi gibanja ali prepovedi zbiranja ali prepovedi gibanja izven občin. Zaradi kršitev tega odloka so bile izdane globe v skupnem znesku 70.000 EUR«, so povedali na Zdravstvenem inšpektoratu.
Globe, ki jih lahko izreče Zdravstveni inšpektorat RS, so predpisane v Zakonu o nalezljivih boleznih in so znašale od 41,47 do 417,29 EUR. Z novim Zakonom o interventnih ukrepih za zajezitev epidemije COVID-19 in omilitev njenih posledic za državljane in gospodarstvo, ki je začel veljati 11. 4. 2020, veljajo višje globe, in sicer od 400 do 100.000 EUR. Trenutno imajo v teku več kot 3.400 prekrškovnih postopkov.

pri drugih kaznivih dejanjih. Po vseh podatkih policije očitno karantena pozitivno vpliva tudi na preprečevanje krimala, saj je bilo zaznanih občutno manj kaznivih dejanj.

Zanimivi so tudi podatki o tem, koliko s.p.-jev je zaprlo svoje poslovanje zaradi korona krize. Številka je ogromna, samo vprašanje časa je, kaj to pomeni za prihodnost. Glede na podatke Zavoda za zaposlovanje, se število prijavljenih v marcu še ni tako zelo povečalo, beležijo pa skokovit porast v začetku aprila.

NASILJE V DRUŽINI

Na Policijski upravi Koper so nam povedali, da se je v tem obdobju drastično zmanjšalo število kaznivih dejanj nasilja v družini, saj je bilo v enakem obdobju leta 2019 zaznanih kar 25 tovrstnih kaznivih dejanj, medtem ko jih je bilo v letošnjem letu 9.

Na Policijski upravi Koper sicer ne beležijo večje razlike v zaznanih kaznivih dejanjih storjenih zoper spolno nedotakljivost, primerjalno z letom 2019. Tako leta 2019 kot tudi leta 2020 so tovrstna kazniva dejanja zaznali v treh primerih, pri čemer je v enem primeru prišlo do posilstva, v enem primeru do spolnega napada na osebo mlajšo od 15. let in v enem primeru do prikazovanja, izdelave, posesti in posredovanja pornografskega gradiva.

Glede prekrškov s področja nasilja v družini lahko prav tako govorimo o upadu. V letu 2019 so obravnavali 68 prekrškov, letos pa 36. V obdobju od 16. 3. do 14. 4., torej že med časom karantene je bilo teh prekrškov 10, lani v enakem obdobju pa 16.

PREMOŽENJSKA KAZNIVA DEJANJA

V času omejevalnih ukrepov je bilo na Policijski upravi Koper skupno zabeleženih 226 kaznivih dejanj, medtem ko je bilo v enakem obdobju leta 2019 zabeleženih skupno 497 kaznivih dejanj. V tem obdobju ni bil obravnavan noben rop, medtem ko so se kazniva dejanja velike tatvine zmanjšale za 15 %. Pri tem so bile v večini napadene stanovanjske hiše, počitniške prikolice, gostinski ter frizerski lokali, ki zaradi danih razmer že dlje časa ne obratujejo.

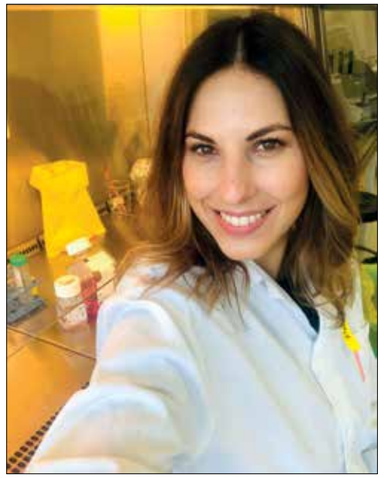
KRŠITVE JAVNEGA REDA IN MIRU

»Letos smo do 15. 4. na območju PU Koper obravnavali 246 prekrškov po Zakonu o javnem redu in miru, izrekli pa smo 28 opozoril. Lani v enakem obdobju smo obravnavali 337 tovrstnih prekrškov in izrekli 26 opozoril,« so povedali na koprski policijski upravi.

V zadnjem obdobju izstopajo prekrški po Zakonu o nalezljivih boleznih, v letu 2019 – 0 kršitev , 2020 - 535 ugotovljenih kršitev (v zvezi covid-19), več pa je tudi ugotovljenih kršitev po Zakon o zaščiti živali: v letu 2019 - 41 kršitev, 2020 - 57.

SLOVENKA NA ČEŠKEM

Pogovarjali smo se z **Valentino Lacovich**, ki že šest let živi in dela v Brnu, na Češkem. Zaposlena je v Mednarodnem Klinično-



Raziskovalnem Centru, Univerzitetne bolnice Sveta Anna v Brnu.

Kakšno je življenje v Brnu v času korona krize in karantene?

Življenje v Brnu se je v času korona krize, podobno kot drugod po svetu, zelo spreminilo. Lahko bi rekli, da se je skoraj povsem ustavilo. Mesto je prazno, center, ki je v tem letnem času sicer zelo živ, pa je precej turoben. Središče mesta je polno kavarn in restavracij, ki so sedaj zaprte. Večina gostincev se je sicer odločila nadaljevati z dejavnostjo v obliki dostave ali z odprtjem oken, kamor lahko pridete po hrano in pijačo. V času karantene so po mestu postavili »rovškomate«. To so avtomati, kjer lahko kupite zaščitne maske in dezinfekcijska sredstva. Prebivalci so se od začetka epidemije aktivirali na vse mogoče načine, med drugim s šivanjem in distribucijo mask, saj je tukaj, podobno kot drugod, zelo hitro začelo primanjkovati zaščitne opreme. Številna podjetja in univerze so se angažirali za proizvodnjo zaščitne opreme in dizinfekcijskih sredstev. Restavracije pa z dostavo hrane zdravstvenim delavcem, ki se v prvi liniji borijo z virusom.

Katere ukrepe so sprejeli za preprečevanje širjenja virusa? Se ljudje držijo ukrepov?

Priznati moram, da se je Češka po mojem mnenju zelo dobro in hitro odzvala na krizno situacijo. Izredno stanje je bilo uradno razglašeno 12. marca. Ukrepi za zajezitev in preprečevanje širjenja virusa, ki jih je vlada sprejela in še vedno veljajo, pa so v glavnem omejitev gibanja na prostem in obvezna uporaba mask. Za masko lahko uporabimo karkoli, kar prekriva nos in usta. Prepovedano je druženje na javnih mestih, zaprte so meje, šole in večina trgovin z izjemo tistih z živili, lekarn, trgovin za živali in drogerij. Zaprli so tudi vse športne in kulturne objekte. Omejili so mestni promet, ki deluje po prazničnem urniku.

Z 20. aprilom so pričeli s postopnim rahljanjem ukrepov. Dovoljeno je sprehajanje v parkih, vendar ne v skupinah več kot dveh oziroma članov skupnega gospodinjstva. Pri teku ali na kolesu ni več nujna uporaba maske, je pa ta priporočena. Ponovno so odprli tudi tržnice. Postopno rahljanje ukrepov se bo nadaljevalo v sklopih, 8. junij pa je trenutno predviden datum za odprtje skoraj vseh dejavnosti, med drugim nakupovalnih središč, restavracij, hotelov, gledališč in kinodvoran, gradov ter ostalih kulturnih znamenitosti. Čehi so disciplinaran narod in se v glavnem dosledno držijo ukrepov. Tudi zaradi visokih kazni, ki grozijo prekrškarjem. Kazen za neupoštevanje karantene znaša 3 milijone čeških kron, to je slabih 110.000 €. Kazen za neuporabo zaščitne maske pa 10.000 CZK (dobrih 360 €). Država je za pomoč gospodarstvu sprejela številne ukrepe, t.i. Antivirus in Kurzarbeit, s katerimi želi omejiti odpuščanje delavcev. Vlada je med drugim dodelila pomoč samozaposlenim v višini 25.000 CZK (slabih 900 € neto). Češka ima zelo dobro javno zdravstvo in reakcija za preprečevanje širjenje virusa zaenkrat deluje učinkovito. Med novejšimi ukrepi je uvedba »Pametne Karantene«. Gre za aplikacijo za telefon, s pomočjo katere ustvarijo zemljevid gibanja okuženega in ljudi, s katerimi bi lahko prišel v stik. Aplikacijo trenutno testirajo na območju Južno Moravske regije.

Kako virus vpliva na vaše delo? Delate namreč v bolnišnici.

Sem znanstvenica, zaposlena na Mednarodnem Klinično-Raziskovalnem Centru, Univerzitetne bolnice Sveta Anna v Brnu (FNUSA-ICRC). Naša bolnica je ena od dveh COVID-19 specializiranih v državi, kar pomeni, da sprejemamo paciente s težkim potekom bolezni s cele regije. Trenutno je pri nas na intenzivni negi šest takšnih pacientov. Ob izbruhu epidemije, smo se raziskovalci našega inštituta ponudili bolnici za pomoč pri diagnostiki in testiranju. Zaenkrat naše pomoči niso potrebovali, tako da nadaljujem s svojim tekočim raziskovalnim delom na področju možganske travme in Alzheimerjeve bolezni. Ponudili so nam tudi možnost dela od doma, za kar se je odločilo kar nekaj sodelavcev. Sama sem raje nadaljevala z laboratorijskim delom in ohranila nekakšno rutino. Od naslednjega tedna pa se bomo počasi začeli vračati v stare tirnice, vsaj kar se samega dela tiče.

TESNOBA IN KORONA VIRUS

Lahko bi rekli, da smo se znašli v obdobju nekakšnega akutnega stresa. Pri veliko ljudeh so se zato pojavila neprijetna čustva strahu, žalosti, osamljenosti in jeze. V primeru, da so tovrstna čustva zelo intenzivna, trajajo dalj časa in se jim pridružijo še negativne misli ter telesni simptomi, lahko sčasoma privedejo do paničnih napadov. Psiholog **Domen Hartte** še doda: "Ob odprtju telefonske linije za psihološko pomoč, 23. marca, smo dnevno beležili okoli šest klicev. Zadnjih nekaj dni je število klicev nižje – približno dva do trije na dan. Najpogosteje kličejo ljudje, ki jih je strah za svoje zdravje in zdravje svojih bližnjih. Prav tako kličejo ljudje, ki se soočajo z občutki dolgčasja, jeze, tesnobe in žalosti."

Ob težjih oblikah depresije ali tesnobe ukvarjanje s prijetnimi aktivnostmni in tehnikami sproščanja ni dovolj za okrevanje. Potrebno je zdravljenje z antidepresivi. Tovrstna zdravila vam predpiše psihiater ali osebni zdravnik. Svojim pacientom rad povem, naj si antidepresiv predstavljajo kot nekakšno berglo, ki jim bo pomagala pri spremembi življenjskega sloga.

O tesnobi v času izrednih razmer smo se pogovarjali tudi z **Mirjano Furlan**, dr.med., spec.psih., ki situacijo razloži takole: "Takoj po razglasitvi epidemije je tesnoba preplavila

Slovenijo. Zaradi občutka grozeče nevarnosti, nesigurnosti in nemoči je tesnoba, bogato podprta s strani medijev in vladnih sporočil, vsaj za trenutek obiskala praktično vsakega Slovenca. Nato so se začeli praktični ukrepi - delo od doma, trgovine s prehrambenimi izdelki so ostajale odprte, hrane ni zmanjkovalo, zaščitna sredstva so začela prihajati in tesnoba je pri večini ljudi popustila. Bolj občutljivi, manj stabilni in ljudje, ki so imeli že predhodno težave s tesnobo ostajajo tesnobni še naprej. Nekoliko večja splošna tesnoba se je ponovno pojavila po razglasitvi prepovedi gibanja zunaj meja občin stalnega ali začasnega prebivališča, a se je, verjetno tudi zaradi sprememb tona vladnih sporočil in medijskega poročanja v bolj umirjenem slogu, umirila. Situacijsko tesnobo blažimo z anksiolitiki (pomirjevali), ki pa hitro povzročajo odvisnost in so namenjena le kratkotrajni uporabi. V kolikor je tesnoba prisotna daljši čas, jo zdravimo z antidepresivi."

Začeti je treba z majhnimi koraki, prijazno do sebe, kolikor zmorete.

Najprej - čas zase. Pojdite na krajše sprehode v naravo z izkloplkjenim telefonom. Občudujte lepoto narave, poslušajte naravo - pol ure vsak dan dela čudeže.

Salia TALASO CENTER
NOVO: Aquapeel Innofacial – najmočnejši neagresiven dermoabrazijski sistem v kozmetični medicini, ki omogoča intenzivno nego, globinsko čiščenje, vlaženje, regeneracijo kože in zaščito na enem mestu. Revolucionarni sistem vpliva na tvorbo novih kožnih celic in je odličen za zmanjševanje gub ter za občutljivo, pigmentirano in aknasto kožo. Vidni rezultati že po 1 negi!
Medicinska in estetska pedikura • Manikura in lakiranje s trajnim, gel lakom • Kozmetične nege s kozmetiko iz morskih alg
Talaso Strunjan | 05 67 64 472 | salia@terme-krka.si | www.terme-krka.si
TERME KRKA

Tomaž Perovič

KRISTJAN STANIČIĆ

Staničić je bil rojen leta 1973 v Kopru. Nekoč Pirančan, ki je od malih nog vpet v turizem, je sedaj glavni direktor Hrvaške turistične skupnosti in eden izmed redkih Hrvatov, ki tekoče govori slovensko. Šolanje je končal na Hrvaškem, bil nekaj časa zaposlen za zunanjem ministrstvu Hrvaške (tudi v hrvaški ambasadi v Ljubljani). Poleg kratkega skoka v diplomacijo pa celo življenje živi in dela v turizmu. Sam je dejal, da je ponosen, ker je delal kot nočni portir, pomivalec posode, natakar, hotelski receptor in bil tudi direktor hotelov. Vodil je nekaj velikih hotelskih podjetij na Hrvaškem, dobra tri leta (2013-2016) pa je bil zaposlen v Hotelih Bernardin v Portorožu in nekaj časa tudi njihov direktor.

Turizem še ni bil pred takšnimi izzivi in takšno krizo. Gostilne, restavracije, hoteli in apartmaji so zaprti. Zaenkrat še nihče ne ve, kdaj se bodo lahko odprli. Še Avstrijci, ki so med prvimi začeli rahljati ukrepe, sprejete zaradi korona virusa, so dejali, da se bodo o odprtju hotelov pogovarjali konec meseca maja. Ali imate kakšen nasvet za delavce v turizmu?

Edini nasvet v tem trenutku je, da vsi ostanemo doma. Le z upoštevanjem ukrepov pristojnih organov lahko vsi skupaj prispevamo k umiritvi in postopnem "odklanjanju" virusa. Res je težko napovedatim, kdaj se bo stanje popolnoma normaliziralo, saj tega nihče ne ve. Menim pa, da se v tem obdobju lahko vsi skupaj pripravljamo na to, kar bomo počeli od trenutka, ko se bodo hoteli, gostilne, restavracije in sobe spet odprle za naše goste. In verjamem, da bo to kmalu.

Kako je na krizo odreagirala hrvaška vlada? Kateri so glavni ukrepi, ki jih je sprejela za pomoč turističnemu gospodarstvu in zaposlenim (nezaposlenim) v turizmu?

Hrvaška vlada je odreagirala pravočasno in zelo konkretno. Do sedaj je sprejela dva paketa ukrepov, ki imajo za cilj ohranjanje delovnih mest in tekoče likvidnosti tako prebivalstva kot tudi podjetij. Podjetnikom so na razpolago nadomestila za plače v višini 4.000 kun (cca. 600 EUR), odpisi določenih davkov in nekaterih dajatev, moratoriji na kredite za podjetnike in odpisi določenih dajatev v sektorju turizma, saj je turizem med najpomembnejšimi sektorji hrvaškega gospodarstva.

Ali mislite, da bomo Slovenci letos lahko dopustovali na Hrvaškem?

Da. Prepričan sem, da bodo takoj, ko se sprostijo ukrepi in odpro meje, Slovenci potovali na Hrvaško in obratno. Ne gre pozabiti, da sta Slovenija in Hrvaška dve sosednji prijateljski državi, ki ju že stoletja povezuje neštetо vezi in da sta obe državi zelo priljubljeni turistični destinaciji. Zato tudi ob tej priložnosti pozivam vse slovenske goste, naj obiščejo Hrvaško, ki ima veliko za ponuditi. Poleg priljubljene Istre in Dalmacije, hrvaških otokov in obale, tudi najlepši advent v Evropi v Zagrebu, čudovito Zagorje in njen še vedno neodkriti biser Slavonijo.

Če in ko se bodo meje in hoteli odprli, na katere goste računate?

V Hrvaški turistični skupnosti smo se odločili, da se bomo tokrat, glede na razmere, usmerili na domači trg in na naše sosednje države ter trge, katerim smo zelo hitro in enostavno dostopni z avtom. To so tradicionalno naši najpomembnejši turistični trgi, kot so Slovenija, Italija, Avstrija, Madžarska, Nemčija, pa tudi Češka, Slovaška in Poljska. In ravno tukaj najbolj računamo na goste iz Slovenije.

Ali bo vaš nasvet takrat tudi nižanje cen?

Osebno nisem bil nikoli pobudnik zniževanja cen. Ko enkrat znižaš ceno storitve, je le-to težko povrnit na željno raven. Menim, da je zelo pomembno ponuditi vrednost za denar ("value for money"), torej, da za določeno ceno ponudimo visok nivo kakovosti storitev. To gostje iščejo in so tudi pripravljeni plačat.

Hrvaški in slovenski turizem imata veliko skupnega. Ali vidite možnost sodelovanja obeh držav na področju turizma? Ali sploh obstajajo kakšni skupni projekti?

Seveda. Obe državi na področju turizma sodelujeta že vrsto let na različnih projektih, zlasti pa v smislu dopolnjevanja turistične ponudbe. Ob tej priložnosti lahko omenim tudi odlično sodelovanje s STO na področju skupne promocije na oddaljenih trgih kot so Kitajska, Avstralija in Nova Zelandija. Lansko leto smo imeli skupno predstavitev v Avstraliji, letos pa smo jo načrtovali na Kitajskem, za kar smo dobili tudi evropska sredstva. Vrsto let sodelujemo tudi pri promociji obeh držav med olimpijskimi igrami.

V Sloveniji ima država namen združiti pod svojim okriljem in svojim lastništvom vse večje hotele. Na ta način naj bi jim z večjimi investicijami v hotele in lokalno infrastrukturo dvignila ceno, preden bi jih prodala strateškim kupcem. Kaj pravite o takšni strategiji?

Težko komentiram omenjeno strategijo, ker z njo nisem seznanjen. Lahko pa iz izkušenj pri vodenju velikih hotelskih podjetij na Hrvaškem povem, da je za uspešnost zelo pomembno nekaj elementov: strokovno in profesionalno vodstvo, ki odlično pozna turizem, zagotovilo za priliv svežega kapitala s strani lastnika, ki je potreben za investicije in razvoj ter sinergija z lokalno upravo. Na Hrvaškem se je pokazalo, da so privatizirana turistična podjetja bistveno bolj uspešna ter se hitreje razvijajo in prilagajajo na spremembe in nove izzive.

Kje vidite portoroški turizem čez pet ali deset let? S čim prepričati turiste, ki so na poti v Istro, da se ustavijo tudi v Sloveniji?

Če bi me to vprašali pred "korona krizo", bi vam bistveno lažje odgovoril na to vprašanje (smeh). Portorož je bil vedno perjanica slovenskega turizma in destinacija, ki jo enostavno moraš obiskati. Menim, da je pomembno, da Portorož zadrži visok nivo ponudbe in storitev, kar zahteva nenehna vlaganja v ponudbo. Obenem pa je zelo pomembno v ponudbo vgraditi delček avtohtonosti kraja (Primorske), predvsem v kulinariki ter celoletno ponudbo obogatiti s številnimi dogodki. Tudi tesnejša letalska povezava z določenimi trgi bo Portorož še bolje pozicionirala na turističnem zemljevidu sveta.

Ali obiskujete slovensko obalo in ali vidite spremembe od leta 2016, ko ste bili kot direktor Hotelov Bernardin tesneje vpeti v razvoj portoroškega turizma?

Portorož obiskujem nekajkrat letno, ko mi to dopuščajo številne obveznosti, saj imam v Piranu starše. Ko pridem na obalo, se vedno dobim tudi s prijatelji še iz šolskih dni. Ob zadnjem obisku sem opazil prenovo Lagune Bernardin, kar me iskreno veseli, saj je Bernardin eden največjih potencialov slovenskega turizma.

Hotel Metropol, ki je v hrvaški lasti, vsaj med domačini ni na najboljšem glasu. Del portoroške plaže, ki jo ima v najemu, je v zares slabem stanju, lani so še meseca junija popravljali bazen, ...

Hoteli Metropol imajo privatnega lastnika, ki zelo odgovorno skrbi za svoj kapital. Nedvomno je, da bo lastnik tudi v prihodnjosti vlagal v razvoj ponudbe, saj je to počel tudi do sedaj. Prenovil je hotele Rožo in Barbaro ter vlagal v delno prenovo hotela Metropol in Lucija. Poleg tega pa je poleg kapitala, in to bom ponovil, zelo pomembna sinergija z lokalno upravo in okoljem v katerem deluješ.

Vse debate o slabostih množičnega turizma, o prezasedenosti obalnih mest, kvaliteti turistov, ki prihajajo na Hrvaško in v Slovenijo, bodo sedaj verjetno pozabljene. Kakšen je vaš nasvet? Ali lahko pride iz te krize kaj dobrega?

Ne gre pozabiti, da je turizem svetovna dejavnost, ki je zelo občutljiva na tovrstne nepredvidene okoliščine. Po drugi strani pa je vsaka kriza tudi nova priložnost. Sedaj je priložnost, da izkoristimo vse svoje prednosti pred konkurenco, kot so varnost naših destinacij, ohranjeno okolje in čudovita narava ter bližina najpomembnejših turističnih trgov. Turizem moramo naprej razvijati v smeri trajnostnega razvoja in obenem vgraditi mehanizme, ki nam bodo v pomoč in zaščito v primeru novih nepredvidenih okoliščin.

25 GT let DESIGN

Medtem, ko so bili župani istrskih občin (slovenskih, seveda) zelo hitri, glasni in vneti, ko je bilo treba opozarjati ljudi iz drugih krajev, naj si v času državnih ukrepov ne drznejo k morju, pa jih nikakor ne slišimo, vidimo ali beremo, kaj vse bodo naredili, da se bodo ti isti »neprijazneži« lahko že čez nekaj dni vrnili, bili nadvse dobrodošli, pili kavico in po možnosti zapravljali vse povprek. Če bi imeli v tej državi kaj soli, bi se to lahko začelo že za praznike. Toda v državi in Istri so na »sol« pozabili. Le kaj bi bilo narobe, če bi recimo na lepe, sončne dneve vsaj na prostem dovolili postrežbo? Ob primernih ukrepih, seveda.

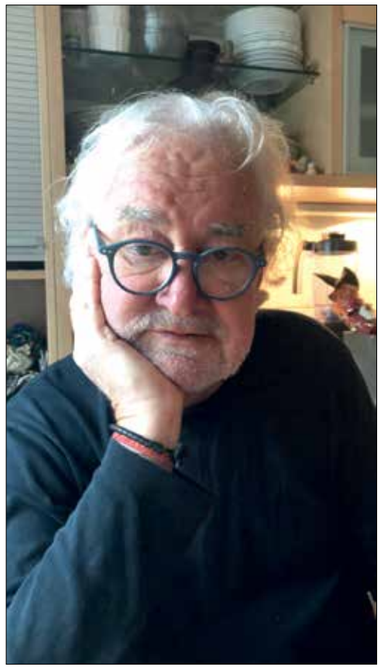
Celo epidemično bistveno manj uspešne države se te dni na veliko pripravljajo, kako vse se bodo spopadle z oživljanjem turizma. Nemška kanclerka Angela Merkel obljublja turizmu samo 7-odstotni DDV. Hrvati niso nikoli povsem zaprli vseh rednih letalskih linij, že zdavnaj se z državniki s turistično zanimivih trgov dogovarjajo o možnih oblikah sproščanja turističnih tokov, prijazno vabijo vikendaše na njihove vikende, jahte, v kampe in še kam. Kujejo načrte, predloge, ukrepe, promocijske akcije, subvencije in številne domislice. Če kdaj, je zdaj napočil čas za kreativnost in domišljijo na področju trženja in prepričevanja, na področju oblikovanja virusom primerne ponudbe.

Ko smo piransko občino (menda drugo najbolj turistično razvito v državi) potipali, kako je z njihovimi turističnimi mišicami, so nam odgovorili, da še oblikujejo ekspertno skupino, ki bo pomagala pri pripravi strategije. Namesto, da bi z inovativnimi predlogi vsak dan viseli pri turističnih akterjih, jim ponujali tehnično in denarno pomoč, da bi s predlogi jemali sapo turistom, ... se kregajo z lastno turistično organizacijo in preštevajo, kako bi turizmu dodatno kaj vzeli. Niti ministra niti vodstev največjih turističnih podjetij v občini doslej ni bilo slišati, s kakšnimi brcami bodo zbudili turistične zaspance. Ministre seveda srbijo prsti drugje, pri lastništvu na primer. Le kje so časi, ko so portoroški turistični delavci (kot denimo pokojni Zvone Petek) natančno vedeli, kako se tej stvari streže?

Bojana Leskovar

GORAZD V. MREVLJE

Vsi prijatelji in znanci ga kličemo Gugi. Od zmeraj smo hodili k njemu po nasvete. O vsem. Skoraj obvezna pot, če si bil v težavah. Kakršnihkoli. Ne vem, če bi to počeli tudi, če ne bi bil psihiater. A je imel zato, ker je, posebno mesto med nami. Verjeli smo in še verjamemo, da je človek, ki ima odgovore na vsa vprašanja. Skoraj vsa. In mu verjamemo, da so njegovi nasveti pravi, čeprav se strogo drži načela, da jih moraš iz razgovora razbrati sam.



Kot psihiater in psihoterapevt se je ukvarjal z mladimi, raziskoval fenomen samomorilnega vedenja v Sloveniji in drugod, pomagal ljudem z depresijami in postal sodni izvedenec na področju psihiatrije. Psihoterapija je postajala vse pomembnejši del njegovega strokovnega pristopa, vse do točke, ko, še sedaj, zavzema enega ključnih položajev pri razvoju izobraževanja in organiziranja psihoterapije v Sloveniji. Zanima ga vse kar je povezano s človekovo duševnostjo. Vrsto let je predaval predmet psihologija umetnosti na AGRFT, kjer je še vedno član sprejemne komisije za študente igre. Preden se je pred dvema letoma upokojil, je vodil Center za mentalno zdravje Psihiatrične klinike Ljubljana. Še vedno je aktiven na področju psihiatričnega izvedenstva, vodi dve analitični psihoterapevtski skupini na teden in se z veseljem odzove vabilom na različna predavanja ali pisanju strokovnih člankov.

Letos je v času karantene dopolnil 74 let. Njegov rojstni dan smo praznovali vsako leto. Letos ne. Po posvetu z družino in dejstvu, da spada, po letih in prestanih boleznih, med najbolj rizične skupine, ki jih napada korona virus, se je odločil za samoizolacijo. Iz Ljubljane se je preselil v Kranjsko goro in živi sam. Že sedmi teden.

Samoizolacija. Kaj pravzaprav pomeni? Od česa se izoliramo?

Samoizolacija pomeni, da si človek odvzame možnost biti izpostavljen številnim dražljajem zunaj sebe ali pa točno določenemu dražljaju iz okolice. Izoliramo se lahko iz več razlogov. Z izolacijo lahko sporočamo okolici svoje nelagodje, nesoglasja, lahko iščemo pozornost ali sporočamo prizadetost in še kaj. Tokrat bomo govorili o zavestnih tovrstnih dejanjih in odločitvah, ne pa o izolaciji ali osamitvi pri ljudeh, ki je posledica njihovih duševnih težav ali motenj. Samo v ilustracijo: klinična slika depresivne motnje pri ljudeh se skoraj brez izjeme kaže s socialno in čustveno izolacijo. Bistveni namen najinega pogovora bo torej razmislek o tem, kaj je to socialna samoizolacija oziroma osama. Prav za to gre namreč v teh dneh. Država in stroka nas opozarjata, da ukrepamo s ciljem preprečevanja pandemije. Ki pa ni edini ukrep. Osama je torej zavestna prekinitev, omejitev ali popolna ukinitev socialnih stikov v najširšem smislu. Cilj je zaščititi sebe in druge v situaciji, ki jo pravkar živimo. Gre torej za našo realnost, ki jo sprejemamo zavestno, z vsemi možnimi pomisleki ali nesoglasji ob zahtevanih ukrepih.

Psihiatrija pozna to kot ukrep zdravljenja? Je iz strokovne literature znan kakšen tak primer?

Moderna psihiatrija tovrstnih ukrepov ne pozna in samo-izključitve ne uporablja v smislu »terapevtskega dejanja«. Izolacija je danes lahko instrument discipliniranja, kaznovanja ali osebnostnega razvrednotenja v določenih represivnih institucijah in se ne uporablja v psihiatrični sredini kot morebitni terapevtski ukrep. V zgodovini psihiatrije pa zasledimo postopke v smislu izolacije pacientov, ki so bili prikazani kot neke vrste terapija. Seveda to nikoli niso bili, temveč je šlo za postopke, ki jih lahko uvrstimo v skupino zlorabe določenih ukrepov, ki so se skušali prikazati kot učinkoviti v terapevtskem smislu. Psihiatrija in psihoterapija v sodobno razvitih sredinah ne učita postopkov samoizolacije, temveč spodbujata in razvijata sposobnost biti sam in prepoznati potrebo po tem. Kdaj biti sam, si to želeti ali čutiti potrebo po tem in si to izkušnjo znati izboriti ni terapevtska tehnika, pač pa nekaj, kar sodi k razvoju večje osebnostne zrelosti, avtonomnosti in osebne odgovornosti. Možnost »iti v osamo« za določen čas, s ciljem ali željo, da ima oseba možnost razmisliti sama o sebi, se soočiti s tem, kje je v svojem življenju in kam gre, pomeni razvijati dialog sam s seboj. Tak dialog omogoča tudi razmislek o socialnih odnosih, ki jih posameznik želi in za katere je soodgovoren. Okolica takšnih odločitev ali potreb pogosto ne odobrava, jih vidi drugače, predvsem iz svojega zornega kota in razumevanja, kaj pomeni želeti si biti kdaj sam. Po pravilu ta okolica nima tovrstnih izkušenj ali pa jih zaradi lastnih pomislekov in neugodja, ki ga ob tem čuti, ne želi razumeti. To so situacije, ko nas ljudje praviloma sprašujejo »ali ti ni dolgčas« in podobno. Meni v življenju nikoli ni dolgčas in se tega občutka ne spominjam, niti ga ne poznam. V moji predstavi je dolgčas lahko le človeku, ki je pretirano odvisen od zunanjih dražljajev in dogajanja okoli sebe, pri sebi pa ne pozna svojega »notranjega sveta«. Ta »notranji svet« pomeni sposobnost se pogovarjati sam s seboj, imeti kritično distanco do svojega deleža v socialnih in emocionalnih odnosih, sprejemati tako kritiko kot pohvalo in še kaj.

Kaj moramo vedeti, preden se sami odločimo za samoizolacijo?

Ključno je vprašanje, zakaj smo se tako odločili, za kakšen cilj in namen željenega postopka gre in kako ga bomo izpeljali. Trenutno smo v situaciji, ko so nam samoizolacijo priporočili, svetovali, na koncu celo zapovedali s ciljem omejitve nevarnosti. V tem primeru gre za drugačen tip odgovornosti, ki ni vezana le na lastno odločitev, ampak upošteva tudi odgovornost do drugih okoli sebe. Gre torej za pomembno obliko socialne zrelosti posameznika, ki je sposoben pri sebi zatajiti nekatere pomisleke in dejanja, ob upoštevanju širše odgovornosti, ki je stvar dogovora ali pa odločitve državnega ali zdravstvenega aparata, ki mora imeti argumente za takšno odločitev.

Kaj je botrovalo tvoji odločitvi? Si vnaprej razmislil o tem, kaj te čaka? Ti je pomagalo to, da si "od stroke"?

Večkrat v svojem življenju sem pomislil ali začutil potrebo po tem, da bi se za določen čas umaknil, se pravi izoliral, vendar tega nisem nikoli do konca izpeljal. Zdaj me je v to prisilil korona virus. Hitra, logična in skupna družinska odločitev je bila, da grem v samoizolacijo, saj sodim v rizično skupino. Organizirali smo se in stvari izpeljali tako, da sem že sedem tednov izoliran v našem letnem domovanju v Kranjski gori. V naprej nisem razmišljal kaj me čaka, enostavno sem situacijo sprejel, jo razumel in doživel kot edino pravilno v danih okoliščinah. Ni bilo jasnega načrta, kako to izpeljati. Stroka, se pravi dejstvo, da sem psihiater, pri tem ni imela večjega pomena. Seveda pa ne morem mimo dejstva, da me je 45 let dela v psihiatriji, še bolj pa v psihoterapiji, opremilo z vedenjem o sebi in ni me bilo strah, da tega ne bi izpeljal. Tako kot sem učil in pomagal svojim pacientom pri tem, kako znati biti sam, so tudi oni mene marsičesa naučili. V psihoterapiji imamo možnost stalnega dela na sebi. Gre za instrument supervizije, ki nam omogoča stalen dialog samih s seboj, torej naš »notranji govor«.

Te je kaj presenetilo? Si bil presenečen sam nad sabo? Nad svojimi reakcijami?

Opis mojega osnovnega občutja pred odhodom v osamo je bil še najbližje radovednosti in občutek neke vrste izziva. Posebnih presenečenj do sedaj še ni bilo. Ni pa mogoče reči, da jih ne bo, še posebej zato, ker ne vem, koliko časa bo ta posebna situacija še trajala. Sam v hiši, z vsem udobjem, v prelepi naravi in obdan s prijatelji mojih let v okoliških hišah. Je posebna izkušnja, ob racionalni odločitvi, da v tem času ne bom s svojimi najdražjimi. Da ne bo pomote, seveda se z omenjenimi prijatelji ne družimo. Pomaga pa zavedanje, da so blizu. Obstaja pa določena razlika, ki ni tako nepomembna. Vsi ti prijatelji okoli mene so se osamili skupaj s partnerji, kar pri meni ni bilo mogoče, saj je moja žena Karin kot zdravnica poklicno aktivna in vsakodnevno izpostavljena možnosti okužbe. V teh tednih osame komunicirava v oblaku virtualne realnosti in to po 25-ih letih skupnega življenja, v katerih sva bila ločena drug od drugega največ pet dni. Po nekaj dneh osame, sem se najprej zalotil, da sem se pričel pogovarjati sam s seboj, česar prej nikoli nisem počel. Prišle so situacije, v katerih vse pogosteje slišim, kako me kliče Karin, slišim njeno premikanje po hiši, dva dni nazaj pa je stala za menoj na terasi in se me dotikala. Same prečudovite stvari, ki me ne plašijo ali skrbijo. Prav nasprotno. Na nov način ugotavljam, kako jo pogrešam, kaj mi pomeni. Podobno se mi dogaja tudi ob misli na vse štiri otroke, seveda pri vsakem na drugačen in edinstven način.

Na kaj moraš biti še posebej pazljiv? Kaj je nabolj nevarno/ogrožujoče?

Nevarnosti ne vidim. Ni me strah apatije, brezvoljnosti ali dolgčasa. Občasno pa pridejo na dan nekatere moje mladostne ali pol-pretekle »šlamparije«, ki mi v bistvu niso všeč oziroma sem mislil, da sem z njimi že opravil. Opažam tudi, da zmorem opraviti nekatera tehnična opravila, ki jih do sedaj nisem, ob tem pa sem ponosen in zadovoljen, da sem jih in to brez nestrpnosti. Odledil in ponovno sem vzpostavil delovanje jaccuzija, bil sem uspešen pri resetiranju elektronskih naprav, uravnavanju zapletenega sistema ogrevanja hiše, pa še kaj. Sam perem perilo, pospravljam hišo, le kuhati mi ni treba, ker za to poskrbijo prijatelji. Pravzaprav me to ne preseneča (mogoče je to odraz moje narcisoidnosti), zadovoljen sem kako skozi ta početja odkrivam svoje nove sposobnosti, začele so me celo veseliti. Še bolj kot jaz, pa so teh sprememb veseli moji najbližji.

Je pomembno, da se vnaprej odločiš, da bo "rezultat" samoizolacije nekakšen izdelek? Knjiga? Pospravljeno stanovanje? Urejen vrt?

Presojo in odločitev za posvet pri strokovnjaku pred tako odločitvijo prepuščam vsakemu posebej. Škodovati to ne more, še posebej ne pri ljudeh, ki slutijo težave v takšni situaciji, saj lahko prostovoljno osamitev kadarkoli prekinejo, hkrati pa jim bo kasneje lahko služila kot izkušnja, o kateri bodo lahko razmišljali in tako prepoznali svoje šibkosti in moči.

Nekatere "nasvete" na lokalni radijski postaji si že omenil, tudi drugi mediji so jih polni. Kateri so najbolj nesmiselni?

Nasveti na lokalnih radijskih postajah so v zvezi z aktualno situacijo nesmiselni predvsem takrat, ko jih delijo ljudje, ki o tem nimajo ustreznega znanja in izkušenj in se zatekajo k nasvetom po principu »zdrave pameti« in splošno znanih priporočil, za katera ljudje tako in tako vedo.

»Zdrava pamet« je metafora za vse tiso, kar ljudje mislijo, da je absolutno prav in brezprizivno in je praviloma plod privzetih stališč ne pa lastnih razmislekov ali izkušenj. Princip »zdrave pameti« ne dovoljuje dvomov ali vprašanj. Tako je in nič drugače. Če boš tako živel in delal, bo vse v redu. Če pa ni v redu, je narobe nekaj s teboj in ne z zapovedanimi pravili in dogmami. Vse to združuje tako pogosto konformnost, povprečnost in zavračanje drugačnosti. In vse to je tako blizu slovenski mentaliteti. Ali je res sedaj edina priložnost za več pogovorov z otroci in partnerji, ker so nam okoliščine podarile ta čas? To kar implicira prepričanje je, da ljudje sicer tega ne počnejo, ker si pač ne vzamejo časa. Pa še jih je. Še najbolj smiselna so priporočila o vzdrževanju higiene z umivanjem rok, ki se v medijih stalno pojavljajo. Čeprav, ali ljudje res potrebujemo neprestano ponavljanje opisa kaj je higiena rok? V 21. stoletju?

V pomanjkanju strokovnjakov je v takšne oddaje bolje povabiti ljudi, ki bodo govorili iz svojih lastnih izkušenj. Njim je lažje prisluhniti, saj so bolj verodostojni in avtentični ter ponujajo možnost ostalim, da se zatečejo h kateri od priporočenih izkušenj. Osebno menim, da takšen izbor ljudem neprimerno bolj pomaga kot neposredna navodila z obljubami, da bo to zagotovo pomagalo.

Veliko ljudi te pokliče po telefonu. Kaj jim največkrat svetuješ?

Zelo različno in odvisno od tega ali pacienta poznam. Dobro poznavanje omogoča hitro prepoznavo bistva njegove stiske in uporabo določenih tehnik, včasih celo konkretnih nasvetov, kaj mu je storiti v določeni situaciji. Gre za tehniko soočanja, ko pacienta spomnimo na že dosežene spremembe tekom terapije, ki jih stiska lahko začasno zamegli. Ta tehnika, imenovana v psihoterapiji tudi tehnika konfrontacije, uporablja pridobljene izkušnje in znanja o pacientu, ki je posledica razvoja terapije, ne pa nekih posredovanih podatkov o značilnostih pacianta s strani njegove okolice. Pacient je soočen z zavestnim delom svojega delovanja. To ga motivira ne le za napredek v psihoterapiji, praviloma te izkušnje nese s seboj tudi v vsakdanje življenje. Včasih si v teh trenutkih dovolim tudi nekoliko več odločnosti in neposrednosti in ni tako redko, da pacienti kasneje rečejo: »prav to sem potreboval«. Moje osnovno pravilo je, da pacienti, ki potrebujejo tolažbo ali pomiritev, to dobijo. Samo za pisanje ali nasvete o zdravilih se redko odločim.

Če gre za zapovedano izolacijo, kaj nas pri tem najbolj moti?

To je odvisno od tega, v kolikšni meri ljudje doživijo tak ukrep kot smiseln in pričakovan. V nasprotnem primeru, ko se pričnejo kazati znaki manipulacije v smislu zlorabe situacije v druge namene, pa je seveda pričakovati ne le pomisleke, temveč tudi aktivno nasprotovanje. Tu se velja spomniti aktualnega razvoja in zlorabe trenutne situacije v politične namene na Madžarskem, še v nekaj državah bivše vzhodne Evrope in ne nazadnje tudi v našem, slovenskem, političnem prostoru.

Nam je v uteho, da ukrep izolacije velja za vse? Smo privoščljivi?

Seveda nam je to v uteho, saj gre za ukrep, ki cilja na skupno odgovornost, s ciljem odstraniti nevarnost v globalnem smislu. Ne vidim pa prostora za privoščljivost, saj ukrepi niso vezani le na nekaj posameznikov, temveč na najširšo skupnost.

Je mogoče, da se navadimo na take situacije ali se v smislu preživetja prilagodimo? Gre za samoobrambo, ki ima posledice. Kakšne?

Seveda je mogoče, ker druge izbire in tudi prilagoditve na osebnem in družbenem nivoju, ni. Gre za preživetje, če smo malo dramatični. Posledice v prihodnosti nedvomno bodo. Danes jih lahko le slutimo in povezava med dolžino trajanja aktualne situacije in bodočimi spremembami v družbi, je jasna. Največja nevarnost je v tem, da začasne stvari postanejo stalne oziroma del življenja. Že zdaj smo priča pojavu »pravičnikov«, kot jih je imanoval Miha Mazzini v svojem zapisu. Gre za ljudi, ki v tej situaciji oprezajo, opazujejo in iščejo ljudi, ki kršijo odredbe o gibanju in druženju, jih celo prijavljajo in jih vse bolj vidijo kot prestopnike, delikvente ali še kaj več. Ti ne dvomijo v svoje postopke, vedo kaj je prav in se zavzemajo celo za kazensko sankcioniranje tovrstnih postopkov. Ko to začne prevzemati vse večje število ljudi, začutijo moč kontrole in obvladovanja drugih. Kam to pelje v družbenem smislu vemo. Takrat ne gre več za odpravo začasnih ukrepov ampak za oblikovanje nove strukture države in imena za to poznamo. Tolaži pa me dejstvo, da smo priča pojavu novih oblik razvijanja idej, ki združujejo, razmišljajo o pomoči drugim. Vedno več glasov je slišati proti političnem manipuliranju in zlorabi politike sedanje situacije v smeri, ki prinašajo represijo, omejevanje človekove svobode in pravic. In tukaj je nevarnost, da se zgodovina ponovi.

Kako dolgo lahko to traja, da smo še strpni? Bomo potem, ko bo konec, vsi/večina potrebovali strokovno pomoč?

Psihiatri in drugi strokovnjaki s področja duševnega zdravja nimamo te moči in upam, da tudi ne ideje. Tovrstni poskusi v zgodovini (Čile, Izrael) to potrjujejo. Bo pa to priložnost za globalni premislek, kjer bi morala biti politika le eden od udeležencev in omogočiti prostor strokovnjakom s tega področja glede priporočenih ukrepov, nasvetov ali priporočil za omejitev možnih posledic.

Se bo tako travmatično obdobje zapisalo v kolektivni DNK?

S travmami je tako, da v primeru, ko ostajajo nepredelane ali shranjene v nezavednem kolektivnem spominu, postanejo daljnosežno razdiralne in so hkrati privlačno gojišče za razvoj različnih ideologij, nacionalizmov, represije in podobnih fenomenov.

V tem smislu je zgodovina vedno dober učitelj, vendar to le redko prepoznamo in upoštevamo. Ponovno smo pred situacijo, da bi bilo tokrat lahko drugače, sam pa sem, navkljub svoji sicer drugačni usmeritvi, pesimist.

50 let anni
BOŽIČ
AVTOKLEPARSTVO in LIČARSTVO
VULKANIZERSTVO • SERVIS IZPUŠNIH SISTEMOV • AVTOOPTIKA 3D
GSM: 041/ 860 761 • Tel: 05/ 677 31 25
Šolska ulica 5, Lucija • 6320 Portorož
e-mail: info@avto-bozic.si

ZAŠČITITE SVOJO PRIHODNOST

Bodite ustvarjalni. Zaščitite in ovrednotite rezultate vaše ustvarjalnosti.

Patentirajte vaš izum čim prej, ker je novost izuma ključna za pridobitev patenta in vas pri tem lahko prehitijo drugi. Registrirajte in zgradite vašo blagovno ali storitveno znamko pred drugimi, da si zagotovite čim širši krog lojalnih kupcev in registrirajte model takoj, ko definirate končni vizualni izgled vašega izdelka, saj je novost modela ključna.

Kakršne koli so že razmere, v vsakem primeru je treba iskati poti naprej in reševati obstoječe probleme ter probleme, ki nas bodo z veliko verjetnostjo doleteli v prihodnosti. Le tako postane naša ustvarjalnost koristna nam, našim bližnjim ter celotni družbi.

Pandemija COVID-19 nas uči, kako pomembno je delovati lokalno ter sproti reševati svoje lastne in lokalne probleme, saj s tem posredno rešujemo probleme tudi globalno. Ti problemi so vseobsežni na področju zdravstva, medicine, prehrane, kmetijstva, gozdarstva, obrti, industrije, umetnosti, družbe, ekonomije in okolja. Vsak izmed nas lahko prispeva k reševanju problemov s svojo lastno aktivnostjo in ustvarjalnostjo. Vsak izmed nas šteje.

Ko zmanjka zaščitne opreme za nas in naše bližnje, si jo moramo narediti sami iz materialov, ki jih imamo na razpolago. Nekateri izdelujemo maske, drugi načrtujejo nove respiratorje, tretji rešujejo dostavo hrane na dom, razvijajo razkužila, nove diagnostične teste in cepiva, … Možnosti ustvarjanja so neskončne. Zato so težki časi odlična priložnost za našo ustvarjalnost v iskanju rešitev in reševanju problemov.

Rezultati vaše ustvarjalnosti lahko koristijo drugim. Pomembno je, da razmislite o njihovi uporabnosti ter njihovem pomenu in vrednosti tudi za druge.

KETNER®
ZAŠČITA INTELEKTUALNE LASTNINE
INTELLECTUAL PROPERTY PROTECTION

V pravni pisarni KETNER d.o.o. s sedežem v Sloveniji, vam visoko usposobljeni strokovnjaki pomagamo prepoznati, kako rezultate vaše ustvarjalnosti, ki so vaša intelektualna lastnina, optimalno zaščititi in ovrednotiti. Mnogi izmed njih so lahko zelo dragoceni. Še posebej, če so novi in uporabni za druge. Vaša intelektualna lastnina je vse, kar ustvarite s svojim delom, z raziskavami, z reševanjem problemov in z drugimi ustvarjalnimi pristopi. To so lahko novi izumi, ki ji zaščitimo s patenti, novi videzi izdelkov, ki jih zaščitimo z registriranimi modeli, razlikovalni znaki, ki jih zaščitimo z registriranimi blagovnimi in storitvenimi znamkami ter različna avtorska ali sorodna dela, ki jih zaščitimo z avtorskimi ali sorodnimi pravicami.

V zvočnem oddelku ZEBRA® za vas ustvarimo edinstveno zvočno znamko, ki je zvok vašega podjetja ali vaših proizvodov in storitev, z namenom povečanja prepoznavnosti na trgu.

Kako pomembno je, da vašo intelektualno lastnino zaščitite pravočasno in še preden jo javno razkrijete, je razvidno sedaj, ko mnoga podjetja iščejo nove rešitve zaščitne in medicinske opreme. Pri tem pozivajo izumitelje, naj te sami zaščitijo s pridobitvijo pravic intelektualne lastnine, predvsem s patenti. In to še preden jim predložijo načrte takšne opreme in postopke njene izdelave.

Le z zaščito pravic intelektualne lastnine lahko vzpostavite in povečate vrednost rezultatov vaše ustvarjalnosti. S tem povečate tudi možnosti ter ceno prodaje vaših izumov, znamk, modelov ali njihovega licenciranja. Zato vam v KETNER d.o.o. rezultate vaše ustvarjalnosti zaščitimo s pravicami intelektualne lastnine, ki jih za vas uveljavljamo in ohranjamo v Sloveniji, v Evropskih državah in drugod po svetu.

KETNER d.o.o. vam nudi celovito storitev zaščite in vrednotenja vaše intelektualne lastnine. V sodelovanju z našimi strokovnimi partnerji, ki so izkušeni sodni cenilci in izvedenci za inventivno dejavnost, vam ocenimo finančno vrednost vaše intelektualne lastnine in izdelamo cenitev, ki jo lahko uporabite kot stvarni vložek v gospodarsko družbo ali pa v prodaji ali licenciranju vaše intelektualne lastnine.

Gradimo prihodnost na kreativnosti in inovacijah že danes!

KETNER d.o.o., PATENTNI ZASTOPNIK,
Evropsko zastopstvo za modele in znamke
Meti Ketner, CEO
051 344 655
info@ketner.si
https://www.zaščita.si/
https://www.zebra.expert/

KOLEKTOR
Gradbeništvo
GRADIMO NAŠO PRIHODNOST
Eno najbolj inovativnih in sodobnih gradbenih podjetij v Sloveniji.
GRADIMO VAŠ UGLED
Z operativno odločnostjo zagotavljamo kakovostno izvedbo in nadpovprečno učinkovitost gradbenih del vseh vrst.
SIMBOL KAKOVOSTI
Na predanih zaposlenih sloni naša največja konkurenčna prednost.
www.kolektorgradbenistvo.si
gradbenistvo@kolektor.com

foto: Izidor Kanič

Petra Mežnarc

JAKA IVANC, REŽISER V GLEDALIŠČU KOPER

Gledališče Koper je kot eno izmed redkih gledališč, tudi med pandemijo ustvarjalo nove vsebine.

Kaj vse ste pripravili?

V teh časih smo kot veliko gledališč pričeli s posnetki branja proze in poezije ter objavljanjem na socialnih medijih. Imamo pravljice za zajtrk, kosilo in večerjo, Igor Štamulak ima vsako soboto v živo s svojega dvorišča Skok v pravljico. Kar nas najbrž loči od ostalih, so naše predstave v živo preko videokonference Zoom, ki jo v živo prenašamo na Youtube kanalu Gledališča Koper. Tako smo odigrali predstavi Jašek in Norčije v spalnicah. Trenutno smo sredi ciklusa bralnih uprizoritev za dijake in vse ljubitelje gledališča. Odločili smo se, da priskočimo na pomoč dijakom, ki so letos pred maturo in za njih naredili bralne uprizoritve štirih Cankarjevih dram. V preteklih dveh tednih smo tako uprizorili Za narodov blagor in Kralj na Betajnovi, do 30.4. pa nas čakata še Pohujšanje v dolini Šentflorjanski in Hlapci.

Kako je bilo do sedaj sprejeto branje literature za maturo? Je bilo veliko ogleda?

Branje je dobro sprejeto tako s strani dijakov, kot tudi s strani stanovskih kolegov in kolegic, ki so si ogledali uprizoritve. Mislim, da smo se za prvo uprizoritev (Za narodov blagor) ustavili pri tisoč ogledih, preden smo umaknili posnetek. Skušamo nekako delovati v duhu gledališča - prideš, pogledaš, ogled za nazaj pa ni mogoč.

Kako se je to odvijalo? Na določeno uro in samo enkrat? Ste imeli ponovitve?

Konkretno izgleda takole - ob 19:00 se vsi igralci in igralke dobimo na aplikaciji Zoom in preverimo povezave. V šali pogledamo, kdo mora še v masko in garderobo, ob 20:00 začnemo z vklopom v živo. Imamo dva termina - četrtek in petek, kar se je izkazalo za dobro, saj je v času največje obremenitve internetnih ponudnikov signal lahko vprašljiv. Tako se nam je v petek zgodilo, da dva igralca doma nista imela dostopa do interneta in je predstava posledično odpadla. Lahko pa smo zavrteli četrtkovo predstavo kot ponovitev. Čeprav je najbrž termin 're-run' bolj pravi, ker v gledališču ponovitev pomeni, da igramo isto predstavo še enkrat, ne pa, da zavrtimo posnetek iste predstave. Ampak zaenkrat se nahajamo v drugem mediju.

Ali je bilo za vas kaj težje ustvarjati v času pandemije? Kje ste dobili idejo za branje literature oziroma za to, da se gledališče seli na Facebook?

Težko je delati od doma. Sploh, če imaš doma otroke, ki niso v vrtcu in potrebujejo pozornost. Ampak tudi na to se človek navadi. Vse je odvisno od organizacije. Težje je vzpostavljati stik preko računalniških povezav, ker je gledališče resnično stvar bližine in sočloveka. Zato upam, da se bomo lahko kmalu spet srečali v gledališču, s predstavo in gledalci v istem prostoru. Ne vem, kako dolgo je še do tega trenutka, a moramo delovati in delati kot gledališka družina, ki v danih razmerah pomaga po najboljših močeh. Zaenkrat to pomeni ustvarjanje v virtualnem svetu. Predvsem pa izvajanje uprizoritev v živo, vsak iz varnega zavetja svojega doma.

Ali še kaj pripravljate?

Do konca meseca pripravljamo še dve uprizoritvi - Pohujšanje v dolini Šentflorjanski in Hlapce.

Kako se počutite kot Ljubljančan v Kopru?

Kot doma.

Kaj bo drugače, ko bo pandemija mimo?

Vsakdo ima svoje teorije o prihodnosti po pandemiji. Ne maram napovedovati, ker nisem »šlogarca«, lahko pa si želim. Želim si, da bi se človeštvo iz vsega skupaj naučilo kaj pametnega.

Po času, ko so dogodki prehitevali zmožnost ljudi, da bi jih razumeli in ponotranjili, je napočil čas, ki smo ga čakali. Ugotovili naj bi, kaj je zadaj. (Gornik v Narodovem blagru Ivana Cankarja: »Toda, oprostite, nekaj je kljub temu zadaj … za narodovim blagrom.«)

Vsi razmišljujoči ljudje, pa naj bodo novinarji ali kavarniški (karantenski) hermenevtiki, vsi so vedeli, da bodo v tem negotovem in nestabilnem času nastale razmere za preurejanje razmerij in družbenih odnosov. Od vlade do Evrope in zakonov. Ko se bodo spet odprla vrata, bodo iz svojih zatohlih, karantenskih stanovanj izstopili zakonski pari in odšli vsak svojemu življenju naproti. Neskončna teža počitka, ki je v divjem vrtenju nismo poznali, je marsikoga rešila pred neslavnim koncem družinske sreče. Včasih je res treba malo zastati, da si človek reši glavo (»Ah, majhno postojva, preljubi plesavec, da jaz si oddahnem, da noga počije.«), je vedel že Prešeren. Mogoče to velja tudi za državo, Evropo, mogoče tudi za svet. Krasna priložnost za preverjanje solidarnosti, človečnosti. Koliko rezerve še imamo? Če počrpamo vse, iz česar še živimo, vso človečnost, do konca razrahljamo sistem socialnih varnostnih mrež, kaj bomo? Če zaradi paničnega strahu in zasužnjene glave ne moremo več živeti kot ljudje, ki gojijo iluzijo boljšega sveta, ne bomo mogli izstopiti iz države, Evrope, sveta, ker ni nobenega drugega sveta, v katerega bi vstopili. Sami ga bomo morali ustvariti, kreativnost in pogum sta tisto, kar svet potrebuje zdaj, ko kraljuje kaos.

Virginija Woolf je napisala, da vsaka ženska potrebuje lastno sobo in rento, da bi lahko pisala. Lahko se nam to zdi pretenciozno, je pa prekleto res, da brez lastne sobe, v katero bi se umaknili na varno, se spočili in sestavili za nove bitke, ne bomo več dolgo zdržali. In seveda je res, da je naša lastna soba najprej naša glava. V njej se moramo spočiti. V njej se moramo znati spočiti, potem se bo svet spočil od nas.

Dva mačka sta sta pred nekaj dnevi začela v državi New York pokašljevati. Lastniki so ju odpeljali k veterinarju, kjer so se po pregledu odločili še za test koronavirusa. Oba štirinožca, katerih imeni in spol so viri diskretno zamolčali, sta okužena s Covidom-19. Naj še dodam, da mačka živita v različnih krajih, virusa pa sta se oba nalezla od ljudi. V enem primeru od lastnika, v drugem pa od neznancev. Skrb za dva okužena štirinožca, je v deželi, kjer je za Covidom-19 umrlo več kot 44.000 ljudi, postala tako velika, da so novinarji o tem predsedniku Trumpu med brifingom v Beli hiši zastavili vprašanje. Trump je po obotavljanju izstrelil še eno "bebavost". Rekel je, da se okužbama ne čudi. Če so se korone navzele tako velike mačke kot so tigri v živalskem vrtu, je logično, da se je virus lotil tudi dosti manjših, domačih živali. Tigri so za zapahi, mačke niso. Torej?

Predsednika je popravil spidemolog dr. Fauci, ki je zatrdil, da preskok virusa z mačk na človeka ni verjeten. Ni pa nemogoč, sem sam razmišljal,in si dal prav, ker sem se pred dnevi ubranil namigov žene, ki si je zaradi monotonosti izolacije zaželela psa.

Zamišljen sem se odpravil po nakupih v Whole Foods, zdaj v lasti Jeffa Bezosa, ki je tako bogat, da bi vsak dan lahko zapravil 18 milijonov dolarjev, brez da bi se mu to poznalo. Ko sem dodobra napolnil voziček, se je oglasil alarm. V trgovini so pred tedni odkrili 16 okuženih uslužbencev. Ali je alarm zaradi korone? Strelov nisem slišal! Je kdo na drugem koncu velike trgovine grozovito kašljal in okužil vse naokoli? "Pustite vse, in hitro ven", me je priganjalo osebje, ker očitno nisem bil dovolj paničen. "Zakaj?", vprašam, povsem nonšalantno."Plin uhaja", mi je odvrnilo dekle, ki si je, da bi postala bolj prepričljiva, nadela temna očala, kot jih nosijo policaji.

Zunaj je bilo lepo sonce. Še najlepše so se imeli uslužbenci Whole Foodsa, ki so poplesavali po hip hop komadu, ki je bobnel iz Lexusa ene od uslužbenk. Ko je minilo 15 minut, sem se igre naveličal. Stopil sem do dekleta s temnimi očali, ki je zdaj stražila vhod v trgovino in dejal, da moram v garažo po avto. Ni me pustila. Zaprla je vrata trgovine, a me je slišala, ko sem jo vprašal: "Kako lahko zaprete vrata, ko pa je v trgovini polno plina? Ste poklicali gasilce?"

911 sem poklical jaz. V nekaj minutah se je pred trgovino pojavilo pet velikih gasilskih tovornjakov. Gasilci so se sprehodili po trgovini in kmalu za tem odšli. Ko sem končno odhajal iz trgovine, je na drugi strani ulica stal kombi: velik letak na njem je pozival Jeffa Bezosa, naj obolelim za korono plača bolniški dopust. Neprijavljena stavka je trajala pol ure.

Glede na številke vlada predvideva, da bo na višku okužbe 900 bolnikov istočasno potrebovalo respiratorje. Predvidevajo, da bo zaradi COVID-19 virusa v tej sezoni umrlo med 1.680 in 5.600 Dancev. Že od vsega začetka omejitev imamo prepoved zbiranja v skupinah večjih od 10 ljudi, zaprta je velika večina trgovin (z izjemo prodajaln s hrano), restavracije so odprte le za prevzem hrane in dostavo, kina in gledališča ter nakupovalni centri so do nadaljnega zaprti. Javni prevoz deluje normalno, s tem, ko se država počasi prebuja in mora vse več ljudi vsaj na tedenski ravni v pisarno, so dodali vlakom več vagonov, da preprečijo gnečo. Velika večina zaposlenih v javni upravi ter v privatnem sektorju dela od doma. Država je najbolj ogroženim podjetjem ponudila tri mesece pomoči pri plačilu določenih fiksnih stroškov (plač, najemnim, prispevkov, ...). V vseh parkih in ob sprehajalnih poteh so opozorilni plakati policije z navodili o vzdrževanju primerne razdalje med ljudmi ter z globami za kršenje pravil (kazen je približno 200€). 10. maja bomo izvedeli kako naprej, že sedaj pa so do septembra prepovedali zbiranja več kot 500 ljudi. Kot posledica so vsi koncerti, festivali ter sejmi in konference v naslednjih mesecih odpovedani. Danska je bila tudi ena izmed prvih držav, ki je zaprla svoje meje. Turistom in ostalim tujcem je do nadaljnega vstop v državo prepovedan. Po velikonočnih praznikih pa je kot ena prvih držav EU tudi zrahljala ukrepe in odprla določene vrtce ter šole za otroke do petega razreda osnovne šole (seveda pod pogojem, da imajo v učilnicah vsi dovolj prostora). Pred dnevi so se odprli tudi frizerski saloni, masažni centri ter tetovarne, saj so bili le ti, poleg turizma, najbolj na udaru. Sama spadam v rizično skupino, poleg tega pa sem zaposlena v turizmu, za katero je izbruh virusa pred poletno sezono nadvse uničujoč. Ob nejasni prihodnosti na kariernem, finančnem in zdravstvenem področju, pa sem vseeno presenetljivo mirna. Opazila sem, da se Danci pridno držijo pravil in nasvetov vlade, a nihče ne paničari in ne pretirava. Vladujoči redno poročajo o napredku, novih številkah ter ustrezno prilagajajo ukrepe. Zoprna je misel, da ne vem, kdaj bo v bližino Slovenije ponovno poletelo prvo letalo, da do takrat bom kot večina Dancev poskusila z optimizmom preživeti pandemijo in preživeti čim več časa na spomladanskem soncu in svežem zraku.

KAKO DO OKULISTA V ČASU SPROŠČANJA UKREPOV

Način dela in obravnave pacientov ob ponovnem začetku nenujnih oftalmoloških obravnav.

Ob začetku epidemije koronavirusa so bile na podlagi navodil NIJZ in Vlade RS odpovedane vse nenujne očesne operacije in pregledi. Ker pa se epidemija novega koronavirusa v Sloveniji počasi umirja, je Ministrstvo za zdravje predlagalo postopen začetek izvajanja nenujnih pregledov in posegov pri pacientih, ki nimajo znakov okužbe COVID-19, seveda ob ustreznih zaščitnih ukrepih. Po navodilih Razširjenega strokovnega kolegija za oftalmologijo bodo najprej obravnavani pacienti z resnejšimi boleznimi, postopoma pa tudi tisti, ki jim čakanje na pregled ali poseg ne bi pomembno poslabšalo prognoze. O tem, kaj naj bolniki pričakujejo v naslednjih tednih, smo se pogovarjali z oftalmologoma dr. Petro Schollmayer in prof. dr. Markom Hawlino, ki je tudi predsednik Razširjenega strokovnega kolegija za oftalmologijo pri Ministrstvu za zdravje.

Pregled očesnega bolnika z biomikroskopom

V času naraščanja epidemije so se v oftalmoloških centrih izvajali le nujni oftalmološki pregledi in posegi. V naslednjih tednih pa je predvidena ponovna postopna obravnava tudi nenujnih bolnikov. Kaj se bo spremnilo za bolnike ob obisku oftalmologa?

Omeniva lahko tri glavne ukrepe, s katerimi bomo bolnikom zagotavljali čim varnejšo obravnavo. Najprej je pomembno povedati, da se bodo dejavnosti vpeljevale zelo postopno, v odvisnosti od nujnosti, zato tudi ne bodo držali predhodni čakalni seznami. Svoje delo bomo postopoma prilagajali razmeram in ohranili vse ukrepe za preprečevanje prenosa okužbe. Drug ukrep bo, da bodo bolniki naročeni v precej redkejših časovnih intervalih, kar bo preprečevalo, da več bolnikov skupaj čaka v zaprtem prostoru na obravnavo. To pomeni, da bo v istem času lahko pregledano bistveno manj pacientov kot prej, zato bodo čakalne dobe daljše. Kot tretje, bo potrebno še dolgo uporabljati zaščitno opremo, tu imamo v mislih predvsem maske, ter upoštevati priporočeno distanciranje. To pomeni, da bomo poskušali, kolikor je le mogoče, zmanjšati kontakte in obdržati primerno varnostno razdaljo med bolniki.

Kaj pa ostali napotki za preprečitev okužbe?

Zelo pomembno je, da se tudi pacienti obnašajo odgovorno in ne prihajajo na preglede bolni, oz., da ne zamolčijo stikov z okuženimi. Vsak pacient bo pred naročenim pregledom prejel klic, s katerim se bo preverjalo ali je zdrav ter, da ni bil v stiku s kom, ki je okužen s koronavirusom v zadnjih dveh tednih. Ker si kapljice z virusom lahko prenesete na sluznice tudi z rokami, svetujemo, da se čim manj dotikate obraza. Dotikanju oči, ust in nosu se je težko povsem izogniti, saj to navadno delamo nezavedno. Ob srbenju ali draženju oči je potrebno uporabiti čist papirnat robček, ki se ga po uporabi varno zavrže. Če se je potrebno iz kakršnegakoli razloga dotakniti oči - tudi za uporabo očesnih zdravil - si je roke pred in po uporabi potrebno umiti ali razkužiti. Namesto kontaktnih leč je primerneje nositi očala, če pa leče že moramo nositi, so priporočene enodnevne, ki se jih po uporabi zavrže. Vsekakor pa je pomembno tudi to, da na pregled pridete točno ob določeni uri in ne prej, kar omogoča, da so čakalnice čim bolj prazne.

Kaj pa, če je potrebno med samo obravnavo vseeno počakati, na primer medtem ko dobite kapljice za širjenje zenic? Kako pacientom zagotavljate, da ne bodo čakali v zaprtem prostoru z drugimi?

Zagotoviti je potrebno dovolj veliko razdaljo med pacienti. Pri nas npr. pacienti na pregled ali med posameznimi postopki obravnave lahko počakajo v atriju, kar praktično izniči možnost okužbe ob upoštevanju distanciranja ter higiene rok. V zaprtih prostorih, pa je potrebno zagotoviti pretok zraka.

Japonske študije so namreč pokazale, da drobne kapljice z virusom zunaj ali v prepihu hitro "odletijo", torej ne lebdijo v zraku okrog nas.

Katere spremembe lahko še opazite pri oftalmološkem pregledu?

K sreči koronavirus redko prizadene oči, v 1-3 % lahko povzroča nenevarno površinsko vnetje (konjunktivitis). Smo pa oftalmologi pri svojem delu bolj izpostavljeni, saj je za pregled očesa potreben poseben mikroskop, pri tem pa je zdravnik s svojim obrazom zelo blizu obraza pacienta. Zato je na mikroskop nameščena posebna prozorna pregrada, ki zmanjšuje možnost kapljične okužbe. Bolnik in zdravnik pa morata oba nositi maski, ki dodatno zmanjšata širjenje aerosola z virusom po prostoru. Ob pregledu na mikroskopu je potrebno molčati z izjemo kratkih napotkov, ki jih zdravnik da bolniku, da lahko izvede pregled. O vsem ostalem se lahko potem pogovorimo, ko bomo spet na varni razdalji po opravljenem pregledu.

Kakšni so vaši napotki za tiste, ki imajo znake prehlada ali celo bolezni dihal, pa vseeno potrebujejo pregled pri okulistu?

Taki bolniki nikakor ne smejo priti na pregled nenajavljeni, temveč se morajo o svojih očesnih težavah s svojim okulistom najprej posvetovati po telefonu. Glede na očesne in splošne znake in simptome bodo bolniku dana natančna nadaljnja navodila. V kolikor bi šlo za stanja, ki bi se v kratkem lahko nepopravljivo poslabšala, bi ocenili stopnjo tveganja in se odločili za zdravljenje tam, kjer je to najprimernejše in varno.

Upamo, da se bo epidemija koronavirusa kmalu umirila, vendar pa bomo morali biti še dolgo zelo previdni. Upamo, vam da bodo ti napotki v pomoč pri čimbolj varnem obisku pri oftalmologu.

OKULISTIČNI CENTER HAWLINA & SCHOLLMAYER

Marko Hawlina in Petra Schollmayer
OKULISTIČNI CENTER HAWLINA & SCHOLLMAYER,
Ljubljana/Portorož, www.hawlina.eu

KER ŠE NISTE ZAMENJALI DOBAVITELJA, ZA ELEKTRIKO PLAČUJETE PREVEČ

S pametno izbiro dobavitelja elektrike lahko letno prihranite že več kot sto evrov. Najdražja sta E3 in ECE, najcenejši pa GEN-I.

Epidemija koronavirusa je številne pahnila v ekonomsko stisko. Podjetja pošiljajo ljudi na čakanje, več tisoč jih je že ostalo brez dela. Pred nami so časi, v katerih bomo pozorni na vsak evro. To še posebej velja pri računu za elektriko, saj lahko potrošniki s pametno izbiro dobavitelja letno prihranijo tudi več kot sto evrov.

Primerjali smo majske cenike šestih dobaviteljev, ki v Sloveniji prodajajo elektriko gospodinjstvom. Ugotovili smo:

- Najcenejši dobavitelj je GEN-I.
- Najdražja dobavitelja sta E3 in ECE. Razlika med cenami najcenejšega in obeh najdražjih dobaviteljev na položnici za elektriko je od 23,72 do 26,17 evra na mesec.
- Večji odjemalec E3 ali ECE, ki bo do začetka maja zamenjal dobavitelja, bi v letu dni pri GEN-I ob povprečni porabi elektrike prihranil od 210,23 do 239,54 evrov.

Maja bodo najvišji račun dobili odjemalci ECE, ki bodo ob povprečni porabi za elektriko plačali 51,3 evra. Sledijo jim stranke E3. Cena na njihovi položnici bo 49,47 evra. Za primerjavo: račun za elektriko, ki ga bodo prejele stranke GEN-I, trenutno najcenejšega dobavitelja v Sloveniji, bo znašal le 38,8 evrov.

Med večjimi igralci na trgu je ceni, ki jo ponuja GEN-I, še najbližje Petrol, ki pa je še vedno za pet evrov na mesec dražji od GEN-I. Zanimivo je, da sta ECE in E3 kot večja igralca na domačem trgu dražja od nekaterih manjših ponudnikov, ki imajo v Sloveniji tržne deleže, nižje od petih odstotkov.

Prihranki so še bolj izraziti na letni ravni. Za primer vzemimo gospodinjstvo, ki mu elektriko dobavlja E3. V prihodnjih dvanajstih mesecih bo za elektriko ob povprečni porabi 3,9 megavatne ure električne ure plačal dobrih 732 evrov. Če bo zamenjal dobavitelja in za maj sklenil pogodbo o naročniškem razmerju z GEN-I, bo ob enaki porabi letno plačal le 642 evrov, torej 90 evrov manj. Prihranek bo enak dvema položnicama za elektriko.

Ob večji porabi ali večji obračunski plači so seveda prihranki še večji. Ob 8,8 megavatne ure porabe bi odjemalci GEN-I za elektriko na leto plačali 1175 evrov, odjemalci ECE in E3 pa 1415 evrov oziroma 1385 evrov. Letni prihranek bi torej znašal od 210 do 240 evrov.

Zakaj se razlike v cenah dobaviteljev elektrike povečujejo? V GEN-I so ob izbruhu epidemije cene električne energije za gospodinjstva in mala podjetja znižali za 15 odstotkov. »Kot prvi dobavitelj električne energije v Sloveniji smo znižali cene v času, ko so se številna gospodinjstva in mala podjetja znašla v stiski. Ljudem smo želeli vsaj malo olajšati položaj,« so poudarili v GEN-I.

Ostali dobavitelji temu niso sledili. Delna izjema je Elektro Maribor Energija Plus, ki je znižala cene električne energije za pet odstotkov, a je njena ponudba še vedno za skoraj osem evrov dražja od majske cene GEN-I. To jo uvršča v sredino cenovne lestvice dobaviteljev. Pri drugih dobaviteljev so se cene elektrike znižale le zato, ker sta vlada in agencija za energijo ob izbruhu epidemije odjemalce oprostili plačila dveh prispevkov, ki sta sestavni del računa za elektriko.

Junija ju bodo ponovno morali plačevati, zato se bodo cene na položnicah spet nekoliko dvignile. A to ne bo spremenilo razmerij med največjimi dobavitelji. Med njimi bo še vedno najcenejši GEN-I, najdražja pa ECE in E3. Junija bodo njuni odjemalci za elektriko plačevali od 62 do 64 evrov. To je od sedem do devet evrov več, kot bodo plačevali odjemalci GEN-I.

Večji odjemalec - 8,8 MWh letne porabe, 10kW moč – mesečni stroški

Dobavitelj	Naziv cenika	Znesek za energijo dvotarifno [eur z DDV]	Celoten znesek dvotarifno [eur z DDV]	Razlika v %	Razlika v EUR
GEN-I d.o.o.	Redni cenik	40,79	75,22	0%	0
PETROL d.d. LJUBLJANA	CENIK ZA GOSPODINJSKE ODJEMALCE	53,37	87,79	14%	12,58
ELEKTRO ENERGIJA d.o.o.	Zanesljiva oskrba	56,27	90,7	17%	15,48
ELEKTRO MARIBOR ENERGIJA PLUS d.o.o.	OSNOVNA OSKRBA (I, II, III in IV)	57,85	92,28	18%	17,06
E 3 d.o.o.	E3 PREPROSTI	64,51	98,94	24%	23,72
ECE d.o.o.	ECE ELEKTRIKA	66,96	101,38	26%	26,17

Večji odjemalec - 8,8 MWh letne porabe, 10kW moč – letni stroški

Dobavitelj	Naziv cenika	Znesek za energijo dvotarifno [EUR z DDV]	Celoten znesek dvotarifno [eur z DDV]	Razlika v %	Razlika v EUR
GEN-I d.o.o.	Redni cenik	563,94	1.175,73	0%	0
PETROL d.d. LJUBLJANA	CENIK ZA GOSPODINJSKE ODJEMALCE	640,4	1.252,19	6%	76,46
ELEKTRO ENERGIJA d.o.o.	Zanesljiva oskrba	675,29	1.287,08	9%	111,35
ELEKTRO MARIBOR ENERGIJA PLUS d.o.o.	OSNOVNA OSKRBA (I, II, III in IV)	727,1	1.338,89	12%	163,16
E 3 d.o.o.	E3 PREPROSTI	774,17	1.385,96	15%	210,23
ECE d.o.o.	ECE ELEKTRIKA	803,48	1.415,27	17%	239,54

Petra Mežnarc

JANKO SEVER O DRUGEM TIRU

Dolgo je kot kriminalist delal na Ministrstvu za notranje zadeve, nato je bil vodja enega od sektorjev v Ljubljani, kasneje bil predsednik sveta delovne skupnosti organov za notranje zadeve RS. Nekaj časa je delal tudi na zavarovalnici, bil predsednik uprave zavarovalne družbe. Leta 1991, ko se je začela vojna za Slovenijo, pa se je ponovno pridružil policiji, kjer je delal kot načelnik Policijske uprave v Kopru. Upokojil se je leta 1993 in se pričel ukvarjati s kulturnimi zadevami, saj so že imeli družinsko galerijo. Poleg tega je izdal tudi pesmarico, kmalu pa bo izšla že druga. Živi v Gabrovici pri Črnem Kalu.

Kako ste se znašli v vlogi nadzornika nad umeščanjem drugega tira v prostor?

Že takoj, ko sem se priselil v Gabrovico, so me krajani prosili, če bi pomagal pri nadzoru pri umeščanju v prostor drugega tira. Bil sem predsednik odbora za nadzor nad delom drugega tira, vsekozi zraven, veliko smo imeli sestankov in se pogovarjali z odločevalci ter izvajalci o tem, kako umestiti progo in s tem čim manj oškodovati ljudi. Veliko smo dosegli pri spremembah zakona o državnem prostorskem načrtu. Na žalost takrat sploh nihče ni razmišljal o tem, da bo to samo ena proga. Mi smo bili namreč prepričani, da bo to dvotirna proga, kasneje pa se je izkazalo, da temu ni bilo tako. Vsaj takrat. Bil sem tudi predsednik krajevne skupnosti in skupaj smo iskali rešitve za območje Kraškega roba, izvira reke Rižane in za ljudi, ki živijo ob obstoječi dotrajani progi. Proga je na robu svojih zmogljivosti.

Katere vasi so tiste, ki so najbližje progi?

Črnotiče, Podpeč, Bazovica, Hrastovlje, Dol pri Hrastovljah, Loka, Predloka in Rižana.

Ali so imela stališča, ki ste jih zastopali večinsko podporo vseh teh prebivalcev?

Takrat smo, prav zaradi tega, ker so želeli narediti samo enotirno progo, ustanovili odbor pri krajevni skupnosti. Sam sem ga vodil in začeli smo zbirati podpise za dvotirno progo. Zbrali smo čez 3.000 podpisov, ki smo jih poslali na vse naslove, parlament, vlado, ...Težava je namreč bila, da so takrat nameravali zgraditi enotirno progo. Če bi jo naredili, bi nastali sledeči problemi: nikoli več ob tej progi ne bi mogli narediti še ene, ker bi z miniranjem ogrozili ostalo infrastruktruo. Tudi investicija bi bila ogromna. Poleg tega bi mi živeli na gradbišču dvakrat po osem let.

Takrat sem se izjemno angažiral in skušal pripeljati ljudi, ki o tem odločajo, na teren in si sami ogledajo vse še v praksi, v resničnem življenju. Da se na lastne oči prepričajo. Prišli so le redki. Veliko nam je pomagal Jure Leben, ker se je sam na lastne oči prepričal, kako to izgleda. Mi smo ga peljali ob progi in nato so se stvari začele spreminjati. Pokazali smo mu tudi zavornik.

Kaj je zavornik?

Vlak mimo nas pelje po 27% klancu in mora zavirati. Zavornik je železni del, ki odleti od vlaka, ker se pregreje. Gre za obloženo kovinsko ploščo, ki je na vsakem kolesu vagona, za zaviranje. Kot rečeno, je na tej progi 27% klanec in zavorniki se zaradi izrabljenosti in velikega trenja segrejejo na približno 800-1.000 stopinj. Zato kosi odletijo in zanetijo požar. Gre za vročino, ki vžge tudi leseni prečnik tračnic. Kadar odleti veliko kosov, je na razdalji nekaj 100 metrov več gorišč. Zaradi konfiguracije terena, so ta območja težko dostopna gasilcem.

Ali se je potem, ko je Jure Leben videl ta zavornik, zadeva vendarle premaknila in so se odločili, da bo proga dvotirna?

Leben je prisluhnil ljudem ob progi. Bil je na ogledu, videl je progo in prisluhnil argumentom domačinov. Ogledal si je tudi zavornike, saj jih je ob progi nešteto. Na našo pobudo, je vlada potem sprejela sklep, da se gre v pripravo za gradnjo še enega tira na planirani trasi in da bo stara, dotrajana proga potem namenjena turizmu oziroma kolesarski stezi. Takoj so pristopili k razširitvi obeh tunelskih cevi, kar je že prvi korak k dvotirnosti.

Kdaj menite, da je realno pričakovati, da bo drugi tir zgrajen?

No, če bi politika delovala bolj intenzivno in brez prerivanja, kdo bo zaslužen za izgradnjo, je lahko drugi tir dokončan istočano, ko bo končan projekt, ki že obstaja in ima že gradbeno dovoljenje. Če bi vlada želela, bi ravno tako, kot je za Magno sprejela zakon in postopki bi stekli hitreje. Tako pa se lahko pri vsakem postopku zaradi pritožb zelo zavleče. Kot na primer pred leti referendum, ki je za najmanj dve leti odložil začetek dela na trasi. Postopki so zaradi zelo dolgih rokov precej dolgotrajni. Tudi če ne bi bilo pritožb, bi po sedanjih predpisih trajalo vsaj dve leti, da se pripravi dopolnitev DPN, umeščanje v prostor, odkup zemljišč, presoja vplivov na okolje ter gradbeni in izvedbeni načrt. Če ne bi bilo prepirov v politiki, bi bila proga dokončana že pred 20 leti.

Kakšno je vaše mnenje o vodnem viru za to območje oziroma za celo obalo?

Vodni vir je izredno pomemben za zgornjo Istro. Čeprav je Rižanski vodovod pogodbeno uredil, da vodo dobivamo tudi iz Istre na Hrvaškem in s Krasa, je kaj hitro lahko z vodnim virom konec. Na srečo se je lansko leto vse skupaj končalo zelo »srečno«. Če bi se to zgodilo v Podpeči ali pa nad Loko, bi imeli takšen požar, da gasilci nekaj dni sploh ne bi mogli blizu. Da ne govorim o ljudeh, ki bi bili ujeti na tem območju. Sploh ne smem pomisliti, kaj bi se zgodilo z vasico. Naše območje Istre nujno potrebuje vodni vir, ki bo zagotavljal 100% vodno oskrbo vsem približno 90.000 ljudem. Da o turistični sezoni in sušnih obdobjih ne izgubljam besed. Velikokrat so že bile redukcije. In tu smo spet pri politiki. Vsi se pridejo slikat ob nesreči, nas tolažijo, da bodo to uredili, potem pa po Aškerčevo »vse tiho je bilo«.

Kako je ta del proge nevaren za prevoz nevarnih snovi?

Ta proga je nevarna že brez prevoza nevarnih snovi. Njena zmogljivost je davno presegla dopustno mejo. Toda če bi jo zaprli, bi Luka razpolovila promet. Veliko bi bilo ukinjenih delovnih mest, poleg tega je že danes na avtocesti veliko tovornjakov. Povečalo bi se onesnaževanje okolja, gneča na cesti, problemi dostopa v slučaju nesreče, itd. Samo Slovenskim železnicam gre zahvala, da jo vzdržujejo z izjemnimi napori. Toda samo ena napaka in imamo lahko katastrofo nepredvidljivih razsežnosti. Po tej progi se danes vozi za 100-krat več, kot ko je bila zgrajena. To je približno tako, kot če bi na temelje za enonadstropno hišo dodali še 100 nadstropij. Zelo veliko je interesov v zvezi s to progo in samo politika lahko reši ta problem. Toda ne na račun ljudi. Tega ne bomo dopustili.

Manca Hribovšek

ALI LAHKO PEPEL RES UPORABLJAMO KOT GNOJILO?

PREVERJAMO URBANE MITE: Ali lahko pepel res uporabljamo kot gnojilo na sadnem in zelenjavnem vrtu? Lahko, vendar …

Pomlad je v polnem razcvetu in ob lepem, sončnem vremenu in visokih temperaturah so na plan, tako kot vsako leto, pokukali tudi kmetje in ostali, ki jim je blizu samooskrba z zelenjavo in sadjem blizu. V času koronavirusa pa je delo na vrtu postalo trend, ki marsikomu krajša že tako (pre)dolge karantenske dneve. Zato sem se odločila, da bo temu primeren tudi tokratni urbani mit.

Internet je res osmo čudo sodobnega sveta in ko brskamo po njem, lahko najdemo marsikateri nasvet tudi o tem, kako skrbeti za naš vrt, kolikokrat na dan zalivati, kaj saditi in sejati v določenem obdobju in pa seveda tudi s čim gnojiti, da bodo naši pridelki čim bolje uspevali. Eden izmed nasvetov je tudi, da lahko kot naravno gnojilo uporabimo pepel. Ker sem sama na tem področju strokovno neizkušena in res ne bi rada, da bi zaradi mene letos ostali brez sadja, zelenjave in posledično tudi ozimnice, sem se obrnila na strokovnjakinjo, redno profesorico in prodekanjo za področje agronomije na Biotehniški fakulteti Univerze v Ljubljani, **dr. Metko Hudina**.

»Pepel se kot gnojilo lahko uporablja samo v primeru, če je to lesni pepel (op. a. pepel, ki je nastal samo ob kurjenju čistega lesa). Le ta je lahko vir kalija, fosforja, kalcija, magnezija in tudi mikroelementov kot so jod, baker in cink. Če pa pri kurjenju lesu primešano še karton, plastiko, aluminijaste pločevinke ali pa kurimo lakiran les, pa to seveda v pepel, ki ga želimo uporabiti kot gnojilo, ne sodi. To so namreč ostanki, ki delujejo kot onesnažila. Boljši pepel, ki ga bomo uporabili za zelenjavne ali sadne vrtove, dobimo iz trdega lesa, na primer iz hrastovega lesa. Moramo pa biti pri njegovi uporabi izredno pazljivi, ker je bazičen. Uporaba pepela se na tleh, ki imajo visoko pH vrednost oz. tleh, ki imajo pH 7 ali več, vsekakor odsvetuje, ker s tem zemlji še dodatno dvignemo pH in si še dodatno povzročimo nesorazmerja med posameznimi elementi. Pride do t. i. antagonizma, ki se nam potem lahko odrazi na samih rastlinah, ki jih gojimo na takšni zemlji. Pojavi se lahko kloroza t. j. razbarvanje listov, ki postanejo svetlejši. Če imamo pa že v osnovi bolj kisla tla, lesni pepel uporabimo, ampak ne smemo pretiravati. Uporabimo lahko približno kilogram pepela na 100 kvadratnih metrov zemlje.

Nekatere rastline, kot so ameriške borovnice in pravi kostanj, že v osnovi za uspevanje zahtevajo kisla tla. Če bi tem rastlinam dodali lesni pepel, bi zemlji zvišali pH in bi lahko postala nevtralna ali celo bazična, zato te rastline v takem okolju ne bi uspevale. Tudi hortenzije so v okrasnem vrtnarstvu znane po tem, da zahtevajo kisla tla. Pred uporabo pepela tako najprej svetujemo, da naredite analizo tal, da ugotovite, kakšen pH imajo. Če imamo zemljišče, kjer je pH vrednost 5, 6 do 6,5 in bomo gojili vrtnine, ki ne zahtevajo kislih tal, potem lahko uporabljamo lesni pepel. V primeru, da imamo tla, ki imajo pH 7 ali več, v nekaterih sadovnjakih se pH lahko namreč povzpne tudi do 7,5, v takih primerih pa lesnega pepela ne priporočamo. Kjer tla vsebujejo veliko apnenca, že vemo, da pepela ne moremo uporabiti, saj so takšna tla bazična, kar pomeni, da je njihov pH že visok in bi ga s pepelom samo še dodatno zvišali. Vse je torej odvisno najprej od tega, kakšna tla imamo, potem pa še od rastlin, ki jih želimo gojiti.

Na koncu naj poudarim, da moramo biti res pazljivi. Če se pepel dela doma, moramo biti izjemno previdni, da poleg lesa ne kurimo ostalih dodatkov, kot so popisani kartoni ali pa celo plastične vrečke. Kot zanimivost pa naj povem še to, da je prednost lesnega pepela kot gnojila tudi v tem, da nase veže vlago in tako preprečuje polžem, da bi uničili pridelek, ker jim suha tla ne pašejo in se lahko na njih celo posušijo.«

Želim vam, da bi se vse, kar ste ali boste posejali in posadili, dvignilo iz zemlje kakor feniks iz pepela. Pri uporabi tega kot gnojila pa le bodite previdni, da se ne boste na koncu sami posipali z njim.

Rok Dekorti

PAŠTA FIŽOL MALO DRUGAČE

Sestavine:
- ½ kg suhega fižola,
- ½l paradižnikove mezge,
- 250 g testenin,
- 4 velike zlate čebule,
- 4 stroki česna,
- žlica paradižnikovega koncentrata,
- suha dimljena paprika,
- sveži žajbelj in timijan,
- sol,
- poper,
- 100 g drobtin,
- ½ dl belega vina in
- posušen čili.

Vprejšnji številki sem se lotil teme o hrani, ki jo lahko hranimo v shrambi in samo omenil nekaj receptov. Tokrat vam predstavim lastno izvedbo klasične mediteranske enolončnice, v kateri bom uporabil predvsem sestavine iz shrambe, ki sem jih opisal v marčevskem članku.

Ker sam nisem ljubitelj jedi na žlico in se trudim kuhati s čim manj mesa, bo ta recept morda puriste istrske kuhinje užalil. Kljuv temu obljubim, da je ravno tako okusen. Hkrati se bom potrudil v prihodnje poiskati nekoga, s katerim bom jed pripravil popolnoma avtentično.

Za začetek izberemo fižol (sam sem se tokrat odločil za češnjevec) in ga dan prej namočimo v hladni vodi. Zjutraj vodo odcedimo in prelijemo s svežo, dodamo strok česna in lovorjeve list ter fižol skuhamo do mehkega. Kuhamo ga od pol ure do uro, odvisno od vrste. Ko je kuhan, ga odcedimo in damo na stran.

Nato se lotimo priprave naše jedi. Na večje kose narežemo čebulo, najboljša je zlata čebula, in jo pri nizki temperaturi počasi pražimo na olivnem olju. Paziti moramo, da ne dobi barve. Ko se zmehča, dodamo začimbe: svež žajbelj, malo timijana, sol, poper, sladko dimljeno papriko, posušen čili in sesekljane stroke česna. Za mesno različico lahko dimljeno papriko nadomestite s sladko papriko in slanino. Začimbe segrejemo le toliko, da se prebudijo in kuhinjo napolnijo z omamnimi vonjavami. Praženje prekinemo z veliko žlico paradižnikovega koncentrata in pol decilitra suhega belega vina ter kuhamo, dokler alkohol ne izpari.

Ko se vse skupaj začne ponovno pražiti, zalijemo s pol litra domače paradižnikove mezge in na nizki temperaturi kuhamo približno pol ure.

Po pol ure, v gosto omako dodamo fižol in vse skupaj kuhamo še približno 15 minut. Paziti moramo, da neprestano mešamo, da se nam jed na dnu posode ne prismodi.

V velikem loncu zavremo vodo, jo osolimo in do dveh tretjin skuhamo testenine. Najboljša izbira so peresniki, rigatoni ali školjke. Ko testenine odlijemo, prihranimo vsaj dva decilitra vode. Testenine pretresemo v fižol in paradižnik, premešamo in po potrebi dodamo škrobno vodo, ki smo jo prihranili. Vse skupaj mora biti malo bolj tekoče, saj bomo pripravo jedi dokončali v pečici.

Na olivnem olju nato ocvremo na drobno sesekljan žajbelj in timijan, dodamo drobtine in vse skupaj med neprestanim mešanjem prepražimo. Mešanico testenin in omake naložimo v nepregorno posodo, bogato potresemo z začinjenimi drobtinami in na 180 stopinjah za 15 minut zapečemo v ogreti pečici.

Upam, da se bo kdo opogumil in preizkusil moj recept. Predvsem pa, da se čim prej končajo neprijetne okoliščine, da bom lahko ponovno iskal in preizkušal recepte naše lepe pokrajine.

POKROVITELJ RUBRIKE O ISTRSKI KULINARIKI

CAPRA

Restavracija Capra • Pristaniška ulica 3, 6000 Koper
Spletna stran: **www.capra.si** • E-mail: **info@capra.si**
Facebook naslov: **CapraKoper** • Instagram naslov: **capra_restaurant**

Od decembra 2014 se v restavraciji Capra posvečamo ustvarjanju nepozabnih doživetij. Ne zadovoljimo se zgolj s tem, da se naša restavracija nahaja le nekaj korakov od morja, mi pa vam ob toplih dneh strežemo vrhunske jedi ob izbrani pijači na sončni terasi - zasledujemo popolnost. Naše poslanstvo je nuditi strankam celostno doživetje. Na prvem mestu s kombinacijo lokalno-mediteranske kuhinje izpod taktirke Marje Černe ter z dosledno postrežbo, ki jo krasita kulinarično in enološko svetovanje. Z veseljem smo pokrovitelji rubrike o starih istrskih receptih v časopisu OBALAplus.

Klara Beltram

POKUKAJMO V KUHINJO ZNANIH OBRAZOV

Smo tik pred prvim majem, pred pristnim praznikom ljudi dobre volje, ki se radi družijo, dobro jedo in obožujejo naravo. Pred praznikom ljudi, ki vsak dan delajo, ustvarjajo in spoštujejo svojo domovino.

Že ob pisanju teh besed sem dobro vedela, na koga se bom tokrat obrnila za recept, ki nam bo vsem pričaral pravo, pristno kuharijo in s končno jedjo povezal prijatelje in družino.

Izbrala sem Nejca Špeha!

Voditelja Radia Capris, ki nas vsako jutro, še preden iz kuhinje zadiši prva kavica, napolni z dobro voljo in pozitivno energijo.

Nejc je večni zabavljač. Je oseba, ki življenje zajema s polno (veliko) žlico smeha in ljubezni. Oseba, ki se nenehno trudi za boljši jutri in pred seboj postavlja vse: svoje prijatelje, družinske člane in sodelavce.

»Prosti čas preživljam s prijatelji, ker bi bilo brez njih moje življenje ena velika mižerja. Radi se družimo, igramo, zafrkavamo, pečemo in tudi jemo. Za najboljšo nedeljsko kosilo ali pa za "naredet manjado za kompanijo" je prava izbira: črepnja! Če je nimate doma, jo lahko naredite tudi v pečici. Pa začnimo!«

Sestavine:
- 2 klobasi
- 1 kg svinjskih reber
- 1 kg svinjske ribice
- 2 rdeči papriki
- 2 rumeni papriki
- 4 čebule
- 2 korenčka
- 1 kg krompirja
- olivno olje, sol, poper
- belo vino
- 2 vejici rožmarina

Postopek:

Najprej je treba pripraviti zadostno količino žerjavice za črepnjo. V veliko posodo damo olupljen krompir in vso oprano zelenjavo.

Krompir in čebulo narežemo na četrtine, ostalo zelenjavo pa lahko na manjše koščke, kot to po navadi naredimo za solato. Vse skupaj dobro začinimo s soljo, poprom in oljem ter premešamo, da se okusi lepo povežejo.

Nato s soljo in poprom začinimo še meso in pri tem »… dajte res uporabiti sol iz naših solin, ker ta je ta bulša,« poudari Nejc, ki se dobro zaveda, da najboljše sestavine najdemo pri nas na Obali.

Na dno črepnje vlijemo malček olja in vso zelenjavo enakomerno razporedimo po njej, na kup zelenjave pa postavimo meso. Čez vse polijemo še nekaj olja in pa seveda belo vino, brez katerega ne gre.

Za še malo "gušta" dodamo dve vejici rožmarina in črepnjo pokrijemo.

Žerjavico razporedimo vse okoli nje, pa tudi pod in nad njo, s čimer ji bomo zagotovili dovolj toplote. Črepnja se bo pekla dobro uro in med tem časom nam Nejc priporoča, da spijemo en dober kozarec domačega vina.

Po uri pečenja umaknemo žerjavico in odpremo črepnjo. Meso postavimo na krožnik in ga razrežemo, da se kasneje zapeče tudi v notranjosti.

Premešamo zelenjavo in odstranimo odvečno tekočino, ampak ne vse, ker se bo v tem primeru zelenjava preveč zapekla.

Meso postavimo nazaj v črepnjo, jo zapremo in pečemo še dodatno uro.

»Če boste imeli dobro žerjavico in nekaj sreče, boste uživali v najboljši istrski pojedini! Vsaj zame je tako.« Naš Nejc vam, še s kuhalnico v roki, želi dober tek.

Meni se že cedijo sline, kaj pa vam?

ELEKTROCENTER

Salon svetil in največja ponudba elektromateriala
Vanganelska c. 6, Koper • www.elektro-center.si
Tel.: 05/ 612 1500 • GSM: 041 283 385

Za vaš hitrejši nakup sedaj z novim načinom samopostrežbe • Vabljeni v prenovljeno specializirano trgovino z elektrotehničnim materialom!

ANDREJ JEREB - BIOGRAFIJA

»Bil sem le preprost fant z iskrenimi sanjami ...«

"Zvečer sem s sebe zvlekel kombinezon, prepojen od znoja, prahu in vonja po bencinu. Vselej zadovoljen, srečen."

Zgodba fanta iz Izole z iskrenimi sanjami, ki jim je posvetil vse in postal najuspešnejši avtomobilski športnik v Sloveniji. Uspelo mu je v športu adrenalina, strasti in neizmerne življenjske energije. Andrej Jereb je prehodil pot od voznika zastave Yugo do udeleženca dirk za svetovno prvenstvo. Pot od večkratnih naslovov državnega prvaka v Sloveniji je kronal z uvrstitvijo v prvo deseterico slavnega relija Monte Carlo. Svojo zgodbo, s katero želi predvsem navdihniti mlade, je napisal s pomočjo Gregorja Pavšiča, avtomobilističnega novinarja ter avtorja knjig Usodna strast.

Najuspešnejši in najbolj prepoznaven slovenski avtomobilski športnik Andrej Jereb, z biografijo z naslovom **Moja linija**, povzema svoje življenje in kariero, ki se je leta 2010 končala z največjim uspehom – uvrstitvijo med prvo deseterico slavnega relija Monte Carlo. Gre za prvo izdano biografijo avtomobilskega športnika v Sloveniji.

»Namen knjige ni le povzemati športno pot, temveč jo tudi ponuditi kot navdih vsem mladim. Vsem tistim, ki jih v mladih letih nekaj zadene kot puščica in jih prevzame, čemur se nato povsem predajo in v tem vidijo svoje življenjske sanje, poslanstvo in cilj. Prav na tak način sem se kot najstnik zaljubil v reli. Ko še nisem imel vozniškega izpita, sem z delom v avtopralnici, med poletnimi počitnicami, zaslužil denar za prve dirkaške rokavice in tekmovalna sedeža. Pri 19. letih sem kupil prvi dirkalni avtomobil in odpeljal prvi reli,« se spominja Andrej Jereb.

Prva dirka je bila zanj osnovna izpolnitev sanj in od tedaj so bili vsi nastopi, vse odpeljane hitrostne preizkušnje in zmage le še nadgradnja iskrenih sanj preprostega fanta iz Izole. V svoji biografiji Andrej povzema kompleksnost relija, svoj intimni odnos do avtomobilskega športa, vzponov, padcev in rasti skozi kariero.

Knjiga, ki obsega 292 strani, je razdeljena na 14 poglavij, ki jih spremljajo vmesni pogovori z najbližjimi Andrejevimi sodelavci, člani najožje družine, nekdanjimi sovozniki, pokrovitelji in člani ekipe.

Več informacij o knjigi najdete na spletni strani http://a-jereb.si/sl/knjiga-moja-linija.

Naročila in informacije na knjiga@a-jereb.si.

KULTURNI IN ZELENI TURIZEM KOT ALTERNATIVA REVITALIZACIJI V PANOGI

Na primeru populariziranja in promocije Tartinija kot simbola občine in kraja Piran ter lokalne skupnosti, je poleg obeležitve 250. obletnice smrti tega virtuoza mednarodnih razsežnosti gotovo iskanje skupnih imenovalcev ne le kulturnega prostora, temveč tudi poudarjanje elementov naravnih danosti, zaledja… Glasba, kulturna dediščina in skupne vrednote ter naravne značilnosti nekega kraja, občine ali pokrajine, se odražajo skozi povpraševanje turistov, ki poleg hotelskih namestitev ter plaže in koščka morja potrebujejo še kaj drugega. Odločitev zakaj priti v nek kraj, pa temelji na več postavkah, ki jih je potrebno prodajno izpostaviti skozi koncept trajnostnega turizma. Skupni viri preteklosti, sedanjosti in prihodnosti, kateri ne poznajo krajevnih, narodnostnih ali političnih meja, ter naravna kulisa občine Piran predstavljajo koncept trajnostnega turizma in dodano vrednost.

Spoznavati podrobnosti skozi presek umetnosti in naravnih raznolikosti poglablja prvinsko občutje novodobnih nomadov. To je naša konkurenčna prednost in možen odgovor na COVID 19. Povezovanje vseh teh elementov s prvinami zgodovinske in naravne kulise pa hkrati pomeni tudi neponovljivo priložnost trženja skozi celo leto in s tem podaljševanja sezone ne le z različnimi umetniškimi delavnicami, festivali in koncerti, doživetji v naravi, na Forma Vivi, Padni, pohodniškimi potmi, spoznavanjem posebnosti naravnega habitata, pač pa s ponovnim dvigom svetovne vrednosti naših solin tudi ali predvsem v turističnem smislu.

Kulturni turizem zavzema 37 odstotni delež svetovnega turizma in je eden najhitreje rastočih turističnih segmentov (WTO napoveduje 15 % rast na leto !!!), zeleni turizem s svojimi zelenimi shemami razvoja pa je tako sovpada z njim... Zelene sheme so odraz odličnosti upravljanja s tem prostorom in naša je odločitev, kako naprej.

Žal se s tem konceptom v naši občini še nismo resno soočili, čeprav so razpoložljive vse danosti, ki so bile tudi opredeljene v sami Strategiji trajnostne rasti slovenskega turizma in stoji za le tem tudi STO. Piran - Portorož kot prepoznana turistična ikona, pa naj zaživi polno življenje skozi prav takšne in podobne pristope, ki nam pomenijo nove začetke na temelju skupnega kulturnega in naravnega okolja. To je še neizkoriščen del, ki ga moramo izpostaviti prav zdaj.

Kot primer navajamo TARTINI 250, ki predstavlja mejnik ne le v samem operativnem načrtu trženja, temveč predvsem v doživljanju skupne kulture in unikatnega pristopa v razvoju turizma, katerega moramo podpreti in nadgraditi še s poudarjanjem narave in pa značilnosti avtohtonega zaledja Slovenske Istre, če želimo ohraniti našo prvobitnost ter posebnosti in če želimo pozicionirati našo občino, naš Piran na zemljevid svetovne kulturne dediščine, zelenega turizma in dejansko poiskati priložnosti v TRAJNOSTNEM dojemanju TURIZMA. Okoliščine pandemije korona virusa so hkrati tudi priložnost za razmislek, za preskok v novo dimenzijo razvoja turizma v prihodnje. Trajnostni turizem je lahko eden izmed odgovorov za revitalizacijo, za nov zagon.

Turizem so ljudje, tudi tisti manjši sobodajalci, hostli in penzioni, ki lahko ob primernih tudi tržnih in finančnih spodbudah odgovornih za turizem odprejo nove poti prav tem, ki iščejo nova doživetja TRAJNOSTNEGA TURIZMA. To je celovit odgovor na krizo, ki še traja.

Prav zdaj imamo priložnost zadeve v panogi turizma postaviti na pravo pot.

GIBANJE ZA OBČINO PIRAN
GZOP
MOVIMENTO PER IL COMUNE DI PIRANO

Sašo Mejak

VRT V MAJU

April se poslavlja brez padavin, ki so še kako pomembne za vse naše rastline. Upamo, da bo mesec maj manj skop z dežjem, saj rastline za pravilno rast potrebujejo približno 10 litrov vode na kvadratni meter. V **zelenjavnem vrtu** lahko v začetku meseca posejemo fižol, bučke, kumarice ali melone. Spoštovati moramo vreme, kajti še vedno nam lahko ponagajajo nizke temperature. Maj je pomemben čas za sajenje plodovk. Kvalitetne sadike lahko kupite v Semenarni Vanja v Luciji. Paradižnik, paprike in jajčevce posadimo na stalno mesto ter pazimo, da jim dodamo pravilno količino hranil in visoko kvalitetno humificirano prst. Sočasno s sajenjem lahko postavimo tudi namakalni sistem, da bodo rastline v sušnem obdobju dovolj dobro oskrbovane z vodo. Cevi, spojke, razdelilce, namakalne ure in razpršilce lahko tudi kupite v Semenarni Vanja.

V **zeliščnem vrtu** se rastline zelo lepo razvijajo. Origano, sivka, žajbelj, majaron in drobnjak so bujno pognali, ko so se temperature lepo dvignile. Važno je, da rastline pridejo do komposta in iz njega črpajo hranilne snovi ter vse elemente, ki jih potrebujejo za pravilno rast. Sredi maja bodo temperature že višje, zato lahko posadimo baziliko, ki je manj temperaturno zahtevna. S cvetjem pa nas v zeliščnem vrtu obdarjajo navadni timijan, regrat, rožmarin, ognjič, materina dušica in kapusnice, ki smo jim dovolili, da gredo v cvet. V nekaterih vrtovih zasledimo tudi gojene šparglje, zato jih naberimo in si malo izboljšamo obroke.

Zgodaj v maju je možno srečati cvetočo kutino, na večini **sadnega drevja** pase že formirajo plodovi. Tudi oljke so v cvetju in srčno upam, da bo prišlo do bogate oploditve in da bo jeseni veliko dela z obiranjem.

Vrtnarija Moškon na Parecagu je pravo mesto za nakup sadilnega meteriala za naše **okrasne vrtove**. Pri njih lahko najdete različne pelargonije, begonije, portulak, marjete, asteriskus, gavre, petumije, sandevile in mnogo drugih različnih rastlin, primernih za sončna in senčna mesta. Ob nakupu teh rastlin ne smemo nikoli pozabiti tudi na kvalitetni sadilni substrat, obogaten z gnojilom. Vrtnarija Moškon ima v ponudbi tudi precej različnih rastlin posajenih v obešankah. Izbirate lahko med polvisečimi pelargonijami, surfinijami, fuksijami in portulakom. Pomembno je tudi, da vemo, da je potrebno rastline dognojevati s kvalitetnimi tekočimi gnojili.

V **vodnih objekti** lahko opravimo dosajevanje rastlin, saj je v tem obdobju ponudba rastlin za vodo velika. Če imamo ribice, moramo poskrbeti, da so pravilno prehranjene in imajo primeren ambient.

OBALA plus časopis in portal s pogledom na morje
Oglasi v OBALAplus
e: marketing@obalaplus.si
t: 040 600 700

VRTNARSTVO MOŠKON
vrtnarstvo s tradicijo
VELIKA IZBIRA OKRASNIH RASTLIN:
za balkone, vrtove, cvetlična korita...
ODPRTO VSAK DAN, RAZEN NEDELJE.
Parecag 31, gsm: 041 607 594

SEMENARNA VANJA
Liminjanska 78
6320 Portorož
tel.: 05 6777 335
m.tel.: 051 646-515

Branko Lončar

BO KORONAVIRUS VPLIVAL NA CENE NEPREMIČNIN?

Obala nepremičnine d.o.o.
Obala 16,
6320 Portorož
Tel 05 674 10 30
Mob 041 35 22 00
info@obala-nepremicnine.si

Koronavirus je močno pretresel naše življenje in gospodarstvo. Mnogi se ob tem sprašujejo, ali bo pandemija vplivala tudi na cene nepremičnin. Nedvomno je že vplivala na delovanje naše nepremičninske agencije, saj delimo usodo vseh ostalih, ko smo morali zaradi odredbe vlade ustaviti delo. Ob tem smo se izredno potrudili in zahvaljujoč redkim delujočim na finančni upravi ter notarski pisarni, uspeli še pravočasno in predčasno zaključiti nekaj aktualnih kupoprodajnih poslov. Ostala povpraševanja in prodaje v teku smo bili primorani dati v »mirovanje«, posledično nismo organizirali dveh že dogovorjenih kupoprodajnih poslov. V tem trenutku beležimo skromna povpraševanja po telefonu in e-pošti ter imamo nekaj najavljenih ogledov, za katere pa še ne moremo organizirati termina.

Menimo, da je vsakršno napovedovanje znižanja cen nepremičnin brez trdne osnove. Mogoče se to lahko zgodi kje drugje po Sloveniji, kjer je povpraševanje po nepremičninah manjše in kjer jih je dovolj na voljo. Nedvomno to ne velja za obalo. Ponudba nepremičnin na obali je še vedno skromna, novogradenj je le za vzorec in nepremičnina je še vedno ena izmed najljubših in najbolj varnih naložb, po kateri je povpraševanje oziroma zanimanje vedno prisotno. Vse pa je odvisno od dolžine pandemije. Po našem mnenju na krajši časovni rok ni pričakovati resnejše krize oziroma drastičnega odklona cen nepremičnin, s katerimi smo se soočali v zadnjem letu dni, ko so bile tržne cene resnično visoke. V kolikor se bo zdravstvena in gospodarska kriza zavlekla bistveno dlje od pričakovanega časovnega okvirja vsesplošne umiritve stanja, ji bo verjetno sledila tudi korekcija cen na nepremičninskem trgu, o čemer je ta hip še preuranjeno govoriti.

Težko je napovedati, kaj se bo dogajalo v drugi polovici leta. Mi sicer pozdravljamo vladne ukrepe, med katerimi je tudi možnost odloga plačila kredita, z namenom blažitve slabšega ekonomskega in socialnega stanja v državi. Menimo, da bi se morda lahko v bližnji prihodnosti sprostilo le večje število turističnih najemniških stanovanj za daljši časovni najem ali celo za prodajo, zaradi nezmožnosti plačila mesečnih anuitet kredita. Vendar ne pred jesenskimi meseci.

Nevija Božič

BREZPLAČNI COACHING V ČASU KORONAVIRUSA

Euro Nobile, Nevija Božič s.p.
Več o meni kot Coachu/ mentorju na FB Nevija Božič, Euro Nobile in na strani SCZ, katerega članica sem. Svoje želje sporočite na e-mail **nevija@euronobile.si**

Že vrsto let svetujemo, coacham in mentoriram, na področju pridobivanja nepovratnih sredstev in vodenja EU projektov, na področju podjetništva, START-Upov, kariere, inovacij, kulture in osebne rasti.

Coaching / mentorstvo je:

- interaktivni proces, učinkovito orodje, v katerem coach / mentor z uporabo posebnih tehnik sproži v klientu miselne procese, ki pomagajo peljati klienta od sedanjega do željenega stanja.
- namenjen je osebni ali poslovni rasti, posameznika, tima, podjetjem in drugim organizacijam
- usmerjen je v prihodnost, k zmanjševanju ovir do ciljev, omogočanju zadovoljstva, ter k uspešnosti
- poteka kot načrtno voden in sproščen pogovor, kjer coach s ciljnimi vprašanji in različnimi tehnikami vzpodbudi vaše miselne procese, da najdete odgovore in rešitve, do katerih bi sicer prišli veliko težje ali pa morda sploh ne. Coach pospešuje spremembe skozi verbalno in neverbalno komunikacijo.
- skozi proces izboljšate svoje sposobnosti, delo ter kakovost svojega življenja in poslovanja (večja samozavest in uspešnost na želenih področjih, kot na primer pri učenju, motivaciji, nastopu v javnosti, spremembi vedenja in negativnih prepričanj, boljšim in učinkovitim odnosom, učinkovitosti pri delu, večji jasnosti, lažjemu odločanju, lažjemu kariernem odločanju, …)

Kako poteka brezplačni coaching in mentorstvo?

- Srečanja potekajo skladno z omejitvami fizičnega stika (telefonsko ali online- skype, viber, Whatsup,…);
- Dolžina brezplačnega coachinga/mentorstva je omejena na 2 srečanji po 45 min uro na posameznika.

Sabrina Simonovich

V KOLIKOR IŠČEŠ ZDRAVJE, POGLEJ NAJPREJ HRBTENICO!

Sabrina Simonovich, prof. športne vzgoje, trener fitnesa FZS, inštruktor pilatesa, aerobike, funkcionalne vadbe, učitelj Joge RJU 300, učitelj smučanja 3, kandidira za naziv doktor znanosti iz strateškega komunikacijskega managementa; www.sabrinafit.com.

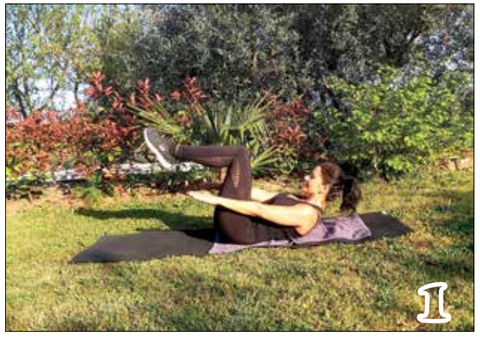
Bolečino v križu občuti tekom življenja približno 80% ljudi, zato ni presenečenje, da gre za drugi najpomembnejši razlog za obisk zdravnika. Bolečina v križu je celo med najpogostejšimi razlogi za bolniško pri osebah, mlajših od 45 let.

Pogosto se zalotim, da opazujem kakšno držo imajo mimoidoči. Verjetno gre za poklicno deformacijo. Nenehno ugotavljam, da nas pravilna telesna drža polepša, a da ima veliko ljudi popolnoma nepravilno držo. Zdi se mi, da drži namenjamo zelo malo pozornosti. Prav nepravilna drža, ki je odraz napačno razvitih mišic, pa prinaša hude bolečine v hrbtu.

Prijatelji in znanci mi pogosto potožijo o bolečinah v hrbtu ter me sprašujejo za nasvete. Ker se vse več zadržujemo doma in večino dni sedimo ter poležavamo, sem opazila tudi porast števila ljudi, ki jih boli v križnem delu hrbta. Pogosto občutijo bolečine v križu tudi rekreativni športniki, ki izvajajo le aerobne vadbe (hoja, tek, kolesarjenje) brez vaj za krepitev mišic. V tem primeru z vadbo še dodatno obremenijo oslabele mišice trupa, kar privede do bolečin.

Najpogosteje gre za nenevarno nespecifično bolečino, ki je sorazmerno dobro obvladljiva s primerno redno preventivno vadbo, namenjeno utrjevanju in sinhronizaciji atrofiranih trebušnih in hrbtnih mišic. Naloga teh mišic je zaščititi hrbtenico pred poškodbami, česar se pogosto zavemo, ko je že prepozno. Z rednim izvajanjem vaj za krepitev stabilizatorjev trupa, se lahko bolečinam v križu povsem izognemo.

Predstavljam vam štiri vaje za krepitev mišic trupa, ki jih lahko izvajate doma in ob redni vadbi odpravite ali pa preprečite bolečine v hrbtu.



Vaja 1 Na hrbtu dvignemo nogi tako, da imamo koleni nad medenico in stopali v isti višini. Na izdih dvigujemo glavo, ramena in lopatici od tal tako, da stisnemo trebušne mišice. Roki stegnemo. Vajo večkrat ponovimo, nato naredimo v položaju še nekaj globokih vdihov (vsaj 3-4).

Vaja 2 Ležimo na hrbtu z eno upognjeno nogo s stopalom na tleh ter drugo nogo iztegnemo navzgor. Z nasprotno roko se na izdih dotikamo prstov stopala. Vajo ponovimo z obema nogama. Prav tako na koncu nekaj vdihov naredimo v obremenjenem položaju.

Vaja 3 Na hrbtu, z rokami na tleh ob trupu, upognemo nogi in na izdih stisnemo trebušne mišice. Kolena skrčimo na prsni koš ter dvignemo trtico od tal. Vajo večkrat ponovimo. Ko zadržimo nekaj vdihov v obremenjenem položaju, naj bo to z iztegnjenimi nogami navpično ali celo eno nogo spustimo malo nižje in potem zamenjamo nogi.

Vaja 4 Ležimo na trebuhu in medenico potisnemo ob tla. Z upognjenima rokama potegnemo ramena nazaj, lopatici skupaj in hkrati dvignemo prsni koš od tal. Opravimo nekaj dinamičnih ponovitev in v položaju zadržimo nekaj vdihov.

Ana Bergant

PET NASVETOV ZA UČINKOVIT IMUNSKI SISTEM

Ana Bergant,
holistična in energijska terapija
041 619 035 Več informacij : www.anabergant.com
Energetske terapije na voljo tudi na daljavo.

Na naše zdravje in psihofizično počutje vpliva več dejavnikov, zato je celostni pristop k podpori imunskemu sistemu ključen.

Predstavljam vam pet priporočil za podporo vašemu imunskemu sistemu:
- Zdrava prehrana,
- gibanje na svežem zraku,
- kvaliteten spanec,
- duševni mir in pozitivna naravnanost ter
- energijska pretočnost.

Verjetno se vsi zavedamo pomena zdrave prehrane, zadostnega počitka in gibanja na svežem zraku za naše zdravje in splošno psihofizično počutje. Tako, kot je potrebno poskrbeti za telo, pa je treba nekaj pozornosti posvetiti tudi zmanjšanju stresa oz. sproščanju ob dejavnostih, ki jih imamo radi. V tem času, ko se zelo poudarja higiena rok, bi želela omeniti tudi pomen higiene uma in čustev, saj je, kot pravi Dalaj Lama, mir v svetu odvisen od miru v srcih posameznikov.

Predstavila vam bom energetsko tehniko MTVSS, ki se izvaja s polaganjem rok in je zelo učinkovita kot podpora imunskemu sistemu. Je ena od več kot sedemdeset različnih energetskih tehnik Access Consciousness®, ki se uporabljajo za zmanjševanje bolečin, travm, izboljšanje vida, hitrejšo regeneracijo telesa po poškodbah in naporih, za utelešenje radosti, boljšo gibljivost, energetsko pretočnost in še bi lahko naštevali.

Kaj, če bi lahko svoje telo uporabljali kot orodje, ki pripomore k večjemu zavedanju? Kaj, če telo ve stvari, ki jih naš um ne ve? MTVSS je tako univerzalen, da ga lahko uporabimo na tisoče različnih načinov in bo vsakič ustvaril drugačno možnost. Odpravlja nepravilno delovanje vseh mest v telesu in ima učinke popolne prenovitve telesa. MTVSS uporabljamo za aktivacijo in krepitev imunskega sistema, za izničenje posledic vseh preteklih travm na telesu, za izničenje vseh nepravilno delujočih procesov, za eliminacijo učinkov staranja na telo, za lažje premagovanje fizičnih naporov pri telovadbi, hoji v hribe, porodu, za obnavljanje bolnih organov in kot celovit telesni proces za izničenje programiranja, ki je popačilo načrt našega telesa z namenom, da bi bolje ustrezali v matriko te realnosti. Uporabljati ga je mogoče na celem telesu ali na posameznih organih za izboljšanje delovanja metaboličnega sistema, dihalnega sistema, centralnega živčnega sistema, prebavnega sistema, dermalnega sistema, skeleta, limfnega in hormonskega sistema ter reproduktivnega sistema.

Naše telo je čutni organizem, ki se zaveda vsega. Daje nam zavedanje o nas samih, o svetu okoli nas in ima sposobnost, ki nam omogoča dostop do večjega zavedanja. Kako bi izgledalo vaše življenje, če bi začeli komunicirati s svojim telesom? Sledite sebi, svojemu vedenju, naredite si dneve lepše za vas, za vse nas in za naš planet! Vse življenje prihaja k meni lahkotno, radostno in veličastno!

Robert Slapar

RAVNOVESJE

Robert Slapar
robert.slapar@gmail.com
mobi:+386 40 360 788

Tradicionalna kitajska medicina (v nadaljevanju TKM) in njena samostojna veja TUINA, terapevtska in sprostitvena masažna terapija, že tisočletja s svojimi naravnimi metodami skrbi za vzpostavitev ravnovesja v človeku. Vsakdo ima možnost vedno znova iznajti TUINA masažno terapijo. Ko gremo recimo v gozd in nas tam udari veja po roki, je naša prva reakcija seveda vzklik zaradi bolečine. Intuitivno pa se z drugo roko primemo za boleče mesto, ga močno stisnemo, potisnemo večkrat z dlanjo v obe smeri, morda tudi stresemo z roko. Vse to so TUINA tehnike. TUINA masažna terapija je kombinacija masažnih tehnik, ki potekajo po meridianih, akupresure akupunkturnih točk in raznih vaj, manipulacij, ki jih izvajam med samo terapijo. Vse omenjene tehnike so popolnoma neboleče. V svetu je TUINA klinično dokazano daleč najbolj uspešna metoda pri zdravljenju bolezni hrbtenice, kot so bolečine v vratu, ramenih, križu, išias, glavoboli, migrene, vrtoglavice, zaprtje, predmenstrualne bolečine, bolečine v mišicah, kitah, tetivah, sklepih, … Vplivamo lahko tudi na notranje organe.

Po telesu potekajo Meridiani. To so poti tik pod kožo, po katerih teče in se pretaka naša osnovna življenjska gonilna sila, ki jo Kitajci imenujejo Či. Vsak Meridian je povezan z enim od notranjih organov. Na Meridianih se nahajajo akupunkturne točke, preko katerih lahko z več metodami TKM vplivamo na že zgoraj omenjene težave. Ena od štirih metod je akupresura. Gre za pritisk na akupunkturno točko s prstom in pritisk oz. vibracijo v globino. Druga metoda je zdravljenje z akupunkturnimi iglami, ki jih pustimo delovati približno 20 minut. Naslednja metoda je moksanje. Moksa je tisočletja stara skrivnost tibetanskih menihov, pri kateri zelišča zvijem v cigari podoben zvitek, ga prižgem, razpiham ter se z njim na določeni razdalji približam akupunkturni točki in jo segrevam. Zadnja tehnika so ventuze – kozarčki, ki se jim naredi vakuum, da se prisesajo na kožo. Z njimi potujem po telesu, kjer so bolečine. Terapijo začnem z glavo oz. obrazom, kar je prvi stik klienta s terapevtom. Vzpostavi se zaupanje in človek se sprosti in pripravi za uspešno terapijo.

Ko se odločite za paket šestih osnovnih terapij, postanete član prvega in edinega TUINA kluba v Sloveniji. Vsako sedmo terapijo dobite brezplačno. Izvajam tudi terapije z naravnimi učinkovinami morja. To sta solinsko blato za fango obloge in solnica. Prav tako s športnimi masažami pripravljam športnike na treninge in tekme, ter nudim istrsko masažo s solno-zeliščnimi snopki, v katerih je kepa soli, oljčno olje in rožmarin.

4. maja po odloku o sproščanju storitvenih dejavnosti ponovno pričenjam z delom v Strunjanu.

Na TUINA terapijo se lahko naročite vsak delavnik med 8-9 uro na +386 40 360 788.

Delovni čas: vsak dan od 9-17. Za vikend po dogovoru. Mail: robert.slapar@gmail.com

OVEN
(21.3. do 20.4)

V nov mesec vstopate obuti v levjo luno, ki vam bo pokazala pot do Venere. Ta za predstavlja pomemben dobitek. V tem obdobju lahko računate na priliv denarja, ki ga boste potrebovali v naslednjih mesecih, letih. Modro morate vlagati sredstva za svojo prihodnost, najbolj varna je zlata naložba. Rojeni v tretji dekadi, imate priložnost, da se rešite po 7. maju , ko bo polna luna v škorpijonu. Največjo stabilnost vam bodo ves mesec dajali Saturn, Mars in Venera. Na vse tri lahko računate v primeru, da boste iskali pravo pot iz krize, v katero je ujet ves svet. Po 14. maju bo Venera obrnila svoje gibanje in za kratek čas popustila napetost. Ta čas izkoristite za stvari, ki so vam najbolj pomembne . Mlaj vam bo 22. maja prinesel pretres, na katerega se temeljito pripravite.

BIK
(21.4 do 21.5)

Nov mesec, nove zahteve. Stisnite zobe, oprite se na svojo trmo in ne odnehajte. Sedmi dan v polni luni se vam bo odprla nova priložnost. Ne izpostavljajte se preveč, denar vlagajte premišljeno in z občutkom. Pravi dnevi pridejo po 7. maju. V tem času lahko popravite vaše osebne odnose, stiska vaju bo zbližala in utrdila vajino prej razrahljano zvezo. Posle boste zagnali po 15. v mesecu, v okrilju Marsa. Otresli se boste negativnih občutkov in negotovosti bo konec. Rojeni v tretji dekadi, boste dobili enkratno priložnost, da zaslužite in zmanjšate minus, ki se je pojavil na bančnem računu. V senci Merkurja boste varno počakali na svojih pet minut, 22. in 29. maja.

DVOJČKA
(22.5 do 21.6.)

Prva luna v levu vam bo prinesla do priložnosti v poslu. Rojeni v prvi dekadi, imate varuha v postavi Saturna, ki vas bo ščitil v teh, sicer ne preveč varnih časih. Najbolj zahtevne ideje morate izpeljati vsaj do konca meseca, ker je od njih odvisna vaša prihodnost. Ujemite trenutke ugodenega vpliva Venere, ki prinaša zaslužek. Poskrbite za svoje zdravje in preživite kar se da veliko časa zunaj in na soncu. Skrivnost je skrita v vitaminu D. Naberite si dovolj veliko zalogo, da boste z manj truda kos izzivom, ki vam jih prinaša nov mesec na poslovnem in zasebnem področju. Previdni bodite 22. maja, takrat se nikakor ne izpostavljajte.

RAK
(22.6 do 22.7.)

Posel boste ponovno odprli 4. maja, ko vam bo naklonjena luna. Vaš zaveznik bo Merkur, zato uredite vse papirje do 12. v mesecu. 14. maja bo postal vaš zaveznik, na poslovnem poligonu, Mars. Z njegovo pomočjo boste našli pot iz labirinta, v katerega se je pogreznil svet. Na vaši strani bo Jupiter in v njegovem varnem območju si morate upati narediti najbolj drzne poteze, ki se vam bodo močno obrestovale. Med polno luno, 7. maja, in mlajem, 22. maja, boste dobili še nekaj priložnosti za premik poslov z mrtve točke. Omenjen čas je lahko tudi priložnost za popravilo skrhanih medsebojnih odnosov. Zadnji del meseca pa posvetite raziskavi trga, ki vam bo v prihodnje oplemenitila življenje.

LEV
(23.7. do 23.8.)

Začetni zagon v nov mesec boste usmerili v izvedbo stare ideje, ki je zaradi situacije ostala nedokončana. Po naravi ste optimist in to vas bo držalo pokonci. Čas brezdelja se bo počasi preobrazil v nove delovne okoliščine. V četrtek, 7. maja, vam bo luna malce prekrižala račune, a boste že dva dni kasneje ponovno v stari formi. Do naslednje lune boste naredili več, kot ste pričakovali. Tudi doma bodo jeza in temne strasti pomirjene in spet boste lahko zaživeli skupaj, drug ob drugem. S strpnostjo boste presenetili tudi sebe.

DEVICA
(24.8. do 23.9.)

Začetek novega meseca vam ne bo na kožo napisan in sami boste morali posrbeti, da bodo stvari mirno stekle naprej. Kratek stres, ki vas čaka 7. maja, boste premagali. Načrte boste morali postaviti v nov okvir. Finančna injekcija bo prišla tik pred zdajci. Sredi meseca boste počasi prilezli do točke na poslovnem modelu, s katero boste skoraj zadovoljni. Varčnost se vam bo kasneje obrestovala, zato kupujte samo najbolj nujne stvari. Z natančnim pregledom vsega, kar ste nabrali, se bo pokazalo, da ste ta hip odlično opremljeni. Zato usmerite energijo v zasebni del življenja.

TEHTNICA
(23.9 do 23.10)

Upočasnjeno življenje ima svoje prednosti. Uredili boste nekaj zadev, ki se jih sicer nikoli ne bi lotili. Čas je tudi, da naredite red pri sebi, v glavi. Tik pred luno, 7. maja, bodite pri odločitvah malce bolj previdni. Kasneje v mesecu se vam bodo ponudile možnosti, ki jih boste lahko pogumno izkoristili sebi v prid. Do 12. maja vam bo ob strani Mars, planet akcije. Ves mesec bo na vaši strani tudi Venera, planet ljubezni in denarja, med 12. in 28. pa vam bo pomagal tudi Merkur. Luna bo 22. maja vaša zaveznica, saj boste končno popravili vse, kar se je v zadnjem času pokvarilo v osebnem življenju.

ŠKORPIJON
(24.10 do 23.11)

Najlepši mesec pomladi vas bo na samem začetku obšel s svojimi dobrotami. Luna bo vaša 7. maja in za njo bo prišlo boljše obdobje. Poslovno ste vedno bolj previdni in to se vam bo obrestovalo, ker ne boste zapravljali denarja za nepotrebne stvari. Vlaganje v trajne dobrine je edini način, da se boste rešili iz ujetosti tega trenutka. Nepremičnine in morda nekaj zlate rezerve v trdni obliki je pravi način. Pred majem ste zasebno življenje zanemarili in sedaj imate čas za popravni izpit. Venerin obrat in Marsov premik bosta poskrbela za ugoden razplet že skoraj uničene zveze.

STRELEC
(24.11 do 22.12)

Potrudite se , da boste ujeli prvi val vklopov in sprememb. Vsi, ki boste zamudili pravi trenutek, boste imeli manjši poslovni uspeh. Pripravite se, da vas bo luna 7. maja malce upočasnila. Že naslednji dan pa bo vse kot je prav. Ponovno se boste vrnili na poslovni parket. Venera, ki skrbi za vašo blagajno, srce in ljubezen, vam bo vrnila že izgubljeno. Sredina meseca bo bolj dinamična in polna novih zgodb. Počasi boste oživljali življenje doma in javno. Veliko stvari bo drugačnih, v prvi vrsti boste postavili nov seznam ljudi, ki bodo ostali v vašem življenju. Luna vam bo 22. maja bo postavila končni mejnik te pomladi. Ves čas bo vaše posle varoval Saturn.

KOZOROG
(23.12. do 20.1.)

Kljub času v katerem smo, izkoristite ugodno pozicijo Jupitra, ki vam bo ves čas stal ob strani. Zavedati se morate , da bo po 13. maju mesec bolj počasen, zato boste imeli občutek, da zadeve stojijo na mrtvi točki. Začasni zastoj boste premaknili v vam prijazno smer s podporo Marsa. Po 14. maju se boste lotili poslov, ki bodo tekli v pravo smer. Seveda brez domače podpore tokrat ne bo šlo. Zato je pomembno, da uredite tudi ta del vašega življenja. Zasebno življenje ste v zadnjih tednih skorajda uničili. Po luni, 22. maja, se bo situacija uredila.

VODNAR
(21.1. do 19.2.)

Krč strahu, ki je ustavil svet, je oklestil vaše življenje skoraj do nerazpoznavnosti. V preteklosti ste ogromno truda vložili v doseg svojih ciljev. Sedaj pa ste spet na začetku. Vsemu navkljub vas bosta na novi poti podpirala Saturn in Venera. Ta je usmerjena v dve pomembni točki - ljubezen in razumevanje. Potrebovali boste podporo domačih in tistih, ki vas imajo radi. Poslovno se boste počasi ponovno pobrali. Od 22. maja naprej, bo vaša poslovna celica vsaj malo podobna tistemu, kar je bila mesece prej.

RIBI
(20.2. do 20.3.)

Praznični začetek meseca bo brezdelen in prazen. Že 6. maja se boste zbudili in končno naredili premik naprej. Zanašali se boste lahko na vašega zaščitnika, planet Jupiter, ki vas bo ves čas podpiral. Jupiter je srečen planet in sreča vam bo prišla še več kot prav v teh težkih časih. Potrebujete pa tudi srčnost ljudi, s katerimi sodelujete zasebno in poslovno. To vam bo podarila Venera. Po 14. v mesecu vam bo pomagal Mars in dobili boste energijo za naprej. Takrat stopite skupaj in to vas bo vse, kot skupnost rešilo. Potegnili se boste iz brezna brezupa v nov sončen dan.

astro.roza@gmail.com
041 696 809

gen-i

PAMETNA ENERGIJA

Predraga elektrika? Pri GEN-I ne!

080 1558

WWW.GEN-I.SI

GEN-I, d.o.o., Vrbina 17, 8270 Krško