

DARSEN
SALON POHIŠTVA

MAGNET

alples
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 - 17.00, sob. 9.30 - 12.00

VOLITVE

Boris Šuligoj: Zadnja leta so ljudje pogosto nezadovoljni s tem, kako živimo. Jezijo se nad utesnjenostjo, nad vse bolj militantno retoriko predstavnikov ljudstva, nad krčenjem pravic, nad vse dražjim življenjem, ...

Stran 2-5

UKRAJINA

Denys Masliuk: "Noben človek zdrave pameti ne bi pričakoval, da se bo to zgodilo. V Ukrajini živijo tako Ukrajinci kot Rusi in nikoli ni bilo nobenih konfliktov do leta 2014."

Stran 6-7

Piran - Izola - Koper - Ankaran
vsak mesec brezplačno v gospodinjstva

številka 38
april 2022

OBALA[®] *plus*

časopis in portal za slovensko Istro
s pogledom na morje

www.obalaplus.si



DR. MARKO PAVLIHA

Stran 37



LESENA PLOVILA

Stran 44



SREDA 30.3. OB 19.00 GLEDALIŠČE KOPER

Stran 43

COMUNITÀ AUTOGESTITA COSTIERA DELLA NAZIONALITÀ ITALIANA

Stran 12-13



PIZDONKOLA

Stran 46



Spoštovani bralci!

Raziskave javnega mnenja kažejo, da se bo letošnjih volitev zagotovo udeležilo več kot 60 odstotkov volilnih upravičencev. Volilo nas bo torej več kot milijon prebivalcev Slovenije z volilno pravico. Na podlagi česa se bomo odločali? Po kratkem ogledu prvega soočenja večine predsednikov političnih strank upam, da je še vedno in za vedno vprašanje javne RTV na mestu. Sam sem daleč od tega, da bi kadarkoli volil Jelinčičevo stranko. Če ne bi nič vedel o politikih, ki so nastopali na televiziji tisti večer, njihovi zgodovini, njihovih dejanjih v preteklosti, njihovih programih in bi se odločal le na podlagi tistega nastopa, bi na naslednjih volitvah glasoval za Jelinčiča in to brez dvoma. Krasen nastop, na trenutke resen, na trenutke sproščen in humoren, s spogledovanjem s kamero je pokazal, da ni nujno, da je zadeva smrtno resna, argumenti so bili kratki, jasni in razumljivi, ampak ljudje ne pozabljamo. Ne pozabljamo danih obljub politikov v predvolilnih bojih, ne pozabljamo njihovih dejanj v zadnjih letih. Živi pogovori s politiki nam pokažejo njihovo splošno znanje in razgledanost. Jezik, s katerim govorijo, nam pove, ali so postali popolni birokrati, ki govorijo o stvareh, ki nas ne zanimajo in uporabljajo jezik, ki je razumljiv in morebiti koristen za kariere v državnih službah, nima pa nikakršne zveze z življenjem in stvarmi, ki me zanimajo. Ker je kar nekaj takih politikov, tako radi volimo nove obraze. Novi obrazi, novo upanje, da bodo stvari tekle drugače. Da politiki ne bodo mislili le na lastno korito in korist svojih političnih strank, ampak na korist nas vseh. V takih trenutkih se vedno spomnim novo izvoljenih predsednikov ZDA, ki prvi dan povedo, da od današnjega dne naprej niso samo predstavnik tistih, ki so volili zanje, ampak vseh prebivalcev Amerike. Zdaj si pa predstavljajmo stranko, ki bi zagovarjala, da je svet RTV sestavljen s predstavniki političnih strank v sorazmerju z njihovimi volilnimi rezultati (sedaj je recimo 90 odstotkov članov simpatizerjev ene stranke). Ali da bi imenovali v nadzorne svete državnih podjetij managerje tudi v skladu z rezultati volitev. Naše želje za prihodnost so enostavne. Želimo si živeti v varni in srečni državi. Pot do tega pa je iz leta v leto, iz volitev v volitve težja. Mogoče bo pa tokrat drugače. Ali bo res drugače, bomo izvedeli tudi v sredo zvečer ob 19.00 na velikem odru Gledališča Koper. Nekaj vstopnic je šena razpolago. Pane prav veliko. Se vidimo.

Tomaž Perovič

KOGA VOLIT

Za aprilske volitve je večina strank marec izrabila za uradno predstavitev kandidatov za Državni zbor. Dan volitev je nedelja, 24. april 2022.

Vladajoča stranka **SDS** je svoje kandidate uradno predstavila pred rokom oddaje kandidatnih list, in sicer 22. marca. Kandidata v Kopru sta Albin Železnik (Koper I) in znan poklicni ribič, Silvano Radin (Koper II), ki je imel na zadnjih državnoborskih volitvah najvišje število glasov. Kandidatka v Izoli je Mojca Mahajnc, v Piranu pa Vojko Jevševar.



Natalija Gulič

Iz stranke **SD** pravijo, da v Istri stavijo na ženske kandidatke, ki so jih simbolično predstavili 8. marca ob dnevu žensk. Kandidaturo so ponovile Natalija Gulič, predsednica SD-ja v Kopru (Koper II), nekdanja podžupanja Občine Piran, danes svetnica v piranskem občinskem svetu, Meira Hot, (Piran) in Romina Kralj (Izola). Natalija Gulič pravi, da jo najbolj moti to, da v Istri ni bilo dovolj sprememb, da podjetij, ki so nekoč bila, ni več ali so preseljena v Ljubljano in da življenjski pogoji za mlade niso zadostni, saj je zelo težko najti službo in stanovanje. Jadranka Šturm, sicer nova kandidatka stranke SD, vsekakor ni nova

Sonja Knežević



v politiki, saj je bila članica prvega Državnega zbora Republike Slovenije, generalna konzulka v Trstu in slovenska veleposlanica v Argentini. Kandidati **Levice** so za nas že znana imena, ker so vsi istrski člani Državnega zbora ponovili kandidaturo. Kandidati so zakonski par Maja in Matej Tašner Vatovec (Koper II, Koper I), Alan Medveš (Izola) in Pavle Plahutnik (Piran). Priznanje Palestine kot neodvisne države in enake socialne pravice raznospolnih in istospolnih parov sta dva najbolj znana projekta Mateja Tašnerja Vatovca. Maja Tašner Vatovec pa je bila podžupanja Mestne občine Koper do leta 2019.



Tamara Kozlovič

V stranki **Gibanje Svoboda** je kandidirala nekdanja vodja Turistične organizacije Koper, današnja direktorica občinske uprave Koper – Tamara Kozlovič. Za okraj Koper II bo kandidirala Mateja Čalušič, v Izoli Robert Janev, v Piranu pa Danijel Bešič Loredan. Slednji je v novogoriški bolnišnici vodil ortopedski oddelek, ampak je dal januarja odpoved zaradi nesoglasij z vodstvom. Bešič Loredan je novembra 2021 dobil izredno odpoved, za katero trdi, da je bila nezakonita, potem pa je januarja dal odpoved sam. Drugače pa dela v Medicinskem centru Šalara v Kopru in Zdravstvenem zavodu Zdravje.

Člani uredništva: Boris Šuligoj, Bojana Leskovar, Nataša Benčič, Dorjan Marušič, Manca Hribovšek, Sabrina Simonovich, Rok Dekort, Sašo Mejak, Maja Orel Jakič, Andreja Čmaj Fakin, Katja Pegan. 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 Dobrolovič. 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 uredniških vsebin. Naročene objave so označene z oznako



Danijel Sertič

Danijel Sertič, ki ga poznamo po dobri čokoladnici in še boljših krofi, bo ponovil svojo kandidaturo v stranki **Nova Slovenija**, v volilnem okraju Koper I. Kandidatka NSI v Kopru II je Jerneja Stopar, v Izoli Srečko Langeršek, v Piranu bo kandidaturo ponovila sedanja poslanka, Zdenka Zupančič.



Andrej Korenika

Kandidati **LMS**-ja so Andrej Korenika, nekdanji član SMC-ja, v Piranu, Sandi Čurin in Izoli, Dragica Vrkič Kozlan v Kopru I in Bojan Tavčar v Kopru II. Za **SAB**, ki na volitvah verjetno zadnjič nastopa s tem imenom, bodo kandidirali vsi aktualni poslanci in tudi podpredsednica stranke Tatjana Voj (Piran), Senka Bembič (Izola), Jaka Klajderič (Koper I) in Janko Sever (Koper II). Janko Sever je delal kot kriminalist na Ministrstvu za notranje zadeve, bil načelnik Policijske uprave v Kopru, po upokojitvi pa se je začel ukvarjati s kulturnimi zadevami.

Imen kandidatov gibanja **Povežimo Slovenijo**, katerega del so stranke Konkretno, Slovenska ljudska stranka, Nova ljudska stranka, Zeleni Slovenije in Nova socialdemokracija do zaključka redakcije še nismo prejeli. Kandidaturo **italijanske narodne skupnosti** sta potrdila trenutni poslanec, Felice Žiža in kandidat skupine Unitarieta – Insieme (Enotnost – Skupaj), predsednik Unije Italijanov, Maurizio Tremul. Do zaključka naše redakcije je oddalo svoje kandidatne liste 20 strank oziroma list, ki bodo kandidirale v vseh okrajih. Za veliko večino poznamo tudi imena njihovih kandidatov. Do tega trenutka še ne poznamo imen kandidatov Borisa Popoviča in Jelinčičeve SNS, ki pravita, da jih bosta razkrila pravočasno.

ZAČAJ IMAMO DRŽAVO?

Kratka analiza tega, kar imamo, kam smo se pripeljali in morda tega, kaj lahko pričakujemo, če ničesar ne spremenimo.

Zadnja leta so ljudje pogosto nezadovoljni s tem, kako živimo. Jezijo se nad utesnjenostjo, nad vse bolj militantno retoriko predstavnikov ljudstva, nad krčenjem pravic, nad vse dražjim življenjem, nad dostopnostjo zdravstva, nad visokimi davki, nad bogastvom enih v primerjavi z revščino drugih... V takih brezobzirnih časih do usode množic, ki jih spremlja ne tako oddaljeno grmenje bomb, le redko koga še zanimajo filozofska vprašanja, kot na primer: zakaj sploh imamo državo.

Mar zato, da se izbranci izživljajo v političnih deseterbojih, v katerih se do onemoglosti prerekajo, žalijo in prepirajo, zapravljajo čas za prepričevanja, za politična kadrovanja in vse intrige, zato da vse bolj uničujejo osrednje (mainstream, kot jim pravijo) medije in podpirajo lastna trobila, zato da prevzemajo nadzor v državnih podjetjih in otežujejo življenje z vse bolj zapletenimi predpisi ... ? Ali pa bi morali imeti državo za vse kaj drugega, na primer zato da bi lajšala življenje, skrbela za varnost, zdravje, izobraževanje, poslovanje, kulturo, tudi za lepše in urejene medsebojne odnose in vsesplošni razvoj?

Kandidati nas prepričujejo, da je nastopil trenutek novih priložnosti. Pa imate občutek, da gre res za tak trenutek? Ali pa se bodo pri svojem plezanju na Olimp zdaj vsi res veliko trudili za lep vtis, ampak nas že kak mesec po volitvah spet postavili na kruta in trda tla.

LEPO POVEDATI ALI DOBRO DELATI?

So za dobro državo dovolj obljube in lepe, celo razumne besede, ali šteje še kaj tretjega? Na primer izkušnje, praksa in dosedanja dosežki vnovičnih kandidatov? So boljši tisti, ki znajo lepo povedati ali tisti, ki sploh niso govorniki, imajo pa kaj pokazati, rezultate svojega dosedanjega dela, ki imajo za sabo daljši spisek sposobnih ljudi, z žulji na rokah in zadnjicah, ki jasno povedo, na kakšen način, s kom in do kdaj bodo svoje obljube lahko uresničili.

Je nujneje dati prednost ljudem, ki bodo znali počistiti slabosti na državni ravni, ali pa je treba dati prednost tistim, ki so prinesli največ koristi lokalnemu okolju, torej Istri? Je sploh sprejemljiv tak pogled na državo in politiko, da morajo priti na oblast »naši«, ker bomo potem »mi« imeli

nekaj od tega, za druge nam je itak vseeno? Ta slovenska vrojena logika delitve in neskončnega bratomornega boja, v katerem se peščica bori za oblast zaradi kasnejše delitve »vojnega plena« svojim, potiska srednjeevropsko državo v zelo stare čase plemenske ureditve sveta, v položaj, ko je notorične prepirljivce, ki vodijo izčrpavajočo in za narod samomorilsko državljansko vojno, mogoče ustaviti le z vse tršo roko avtokratskega vodje. Ali obstaja tudi tretja pot?

Najprej bi se morali vprašati, kako, kdo in kdaj bo uspel na volitve zvabiti dovolj visok delež ljudi, da bo malikovana demokratska volja res podobna vladavini ljudstva. Zgovoren primer demokratske prepričljivosti je bil, na primer, referendum za vode. Šele v takem primeru vsaj približno vemo, komu in za kakšno politično pot je ljudstvo podelilo dovolj trden mandat, česa si kvalificirana večina res želi.

KDO VSE JE KRIV, DA JE ISTRA TAKO NAZADOVALA?

Zelo bi se morali zamisliti nad nazadovanjem Istre v zadnjih 20 letih. Če je bila Istra v prvem desetletju po osamosvojitvi po razvitosti takoj za osrednjo slovensko regijo, je zadnjih 15 let, še posebej po sesutju finančnega holdinga Istrabenz, po prodaji Banke Koper, istrske zavarovalnice Adriatic, Intereurope, Cimos, Mehana, ribiške industrije, po nadvse neučinkoviti turistični strategiji in sesutju turističnih velikanov, igralništva in druge turistične infrastrukture, po dolgo neučinkoviti vodenih občinskih uprav v vsaj dveh občinah (Izola, Piran)... zdaj vse bolj pri repu uspešnosti. Življenje je (z nepremičninami vred) v Istri najdražje v državi, plače pa vse bolj pod državnim povprečjem, kar govori o vse bolj podrejenem položaju Istranov do ostalih državljanov.

Ministrstvo za finance se na spletni strani s pravičnimi številkami hvali, koliko neverjetnih milijonov naj bi delilo različnim (celo istrskim) občinam. V resnici je minister za okolje in prostor pred dvema letoma obljubljal, da bo država v dveh letih začela urejati vodni vir za Istro, vendar se to ni zgodilo. Država že 18 let sprejema prostorski načrt za tranzitno cesto v Istro, zdaj vse kaže, da te ceste še vsaj 18 let ne bo. V minulem mandatu je bil narejen še največji napredek pri drugem tiru. Tukaj bi morali dati priznanje ministru (pa tudi prejšnji ministrici) za infrastrukturo z opombo, da mu vplivni sateliti stranke SDS (s sodniki vred) niso tako nagajali, kot so vladi Mira Cerarja z dvema referendumoma proti tiru. Prav tako je



ministrstvo Jerneja Vrtočca zaslužno za veliko večji posluh do razvoja Luke Koper, vendar hkrati Luke ni moglo zavarovati pred kadrovskimi apetiti stranke SDS.

Vse preveč je nazadovala istrska paradna panoga turizem, ki je sicer v času pandemije z državno pomočjo (boni) vendarle ublažil padec. Toda turistične rane so veliko globlje. Država je usodno vplivala na področje lastninjenja in s tem neizpeljane tranzicije portoroških hotelov, ki jih je nazadnje nameravala celo podariti madžarskim kupcem. Slednje se ni zgodilo tudi zaradi nasprotovanja opozicijskih strank. Turistični velikani v Istri životarijo vse od vstopa v Istrabenzovo avanturo. V času te in tudi prejšnjih vlad so Istrani postali alergični na brezglavi grabež nepremičnin, zaradi katerega so stanovanja in hiše skoraj nedostopna za mlade, ki zato pogosto zapuščajo domače kraje. Temu logično sledi nasprotovanje delitvi prostora prišlekom in špekulativnemu kapitalu ter upor z referendumu.

KAKO DOSEČI VEČJO VOLILNO UDELEŽBO?

Pred odločitvijo na volitvah se nikakor ni moglo izogniti vprašanju, kdo ali kaj je sploh krivo, da se je na oblast prirnila tako skrajno avtorska, iliberalna in manipulativna politika, ki jemlje pravice enim, da jih kopiči v rokah elite. Kako je mogoče, da je koalicija Marjana Šarca s tako lahko prepuščala stolček krogu Janeza Janše? Kako je mogoče, da so kandidati, ki so obljubljali volivcem eno, čez leto in pol prestopili v povsem nasprotno politično vodo? Kako naj zaupamo taki politikom, ki jim je daleč pomembnejši svoj

lastni interes, torej plača in privilegiji do konca mandata, pa naj stane, kar hoče?

Ni povsem jasno, kako lahko v takih razmerah Istrane prepričamo v večjo volilno udeležbo in ni jasno, kako lahko pričakujemo bistven premik, če je več kot polovica kandidatov istih, ali pa z zelo podobno, prazno politično retoriko kot pred štirimi leti. Poguma za vnovično kandidaturu ne zmanjka niti takim poslancem, kot sta Branko Simonovič in Gregor Perič, ki sta se nadvse zamerila volilni bazi z »menjavo zastav«. Simonovič se podaja v lov na limanice nevednih volivcev v Kočevje. Periču pa bodo izolani lahko konkretno povedali, koliko cenijo tako lahko zapravljjanje zaupanja.

Še največ novega upanja je v istrskih občinah prižgala stranka Gibanje Svoboda, ki pa je z nekaterimi kadrovskimi rešitvami milo rečeno presenetila. Le zakaj, denimo, nekdanji razrešeni predsednik uprave Luke Koper Dimitrij Zadel kandidira v Ljubljani in ne v lokalnem koprskem okolju? Če je količjak dobro zapisan, bi verjetno lažje računal na veliko podporo v domačem volilnem okraju koprskega zaledja. Podobno nerazumljivo je, zakaj v Ljubljani raje ne kandidira Daniel Bešič Loredan, ki se prezgodaj in preveč rad predstavlja kot novi zdravstveni minister. Ni jasno, zakaj potem tako pogumen ministrski kader kandidira v Piranu, kjer ne stanuje. Celotne njegove stranke skrbijo njegovi pogosti spori v različnih okoljih, v katerih je doslej deloval.

V ISTRI NI KARIZMATIČNIH VODITELJEV

Nasploh Istra ne premore izstopajoče karizmatičnih kandidatov in voditeljev. Še najbolj

znani so obrazi in stališča Mateja Tašnerja Vatovca, ki se je pogosto navdihujoče zoperstavil avtorski politiki sedanje vlade, vendar njegova stranka ni znala predvideti katastrofalnih posledic nepremišljenega upora proti Šarčevi vladi in s tem ustoličenja Janševe vlade. Meira Hot se je zavzela za pravice živali in se res opazno uspešno uprla prodaji hotelov Madžarom. Vendar v domači občini, kjer velja za najbolj vplivnega politika, doslej ni pokazala dovolj jasnega stališča in celovite strategije, kako pomagati Piranu iz samomorilske spirale nazadovanja. Piran vendarle ni katerakoli, ampak tudi za državne razmere izstopajoče pomembna ter zahtevna občina. Med prekaljenimi kandidati je tudi Jadranka Šturm, ki ima izkušnje s poslanskim delom in delom v diplomaciji, njene izkušnje bodo dobrodošle, če se bo uspela spopasti s povampirjeno politično prakso v državi, precej različno od tiste, danes bi rekli idilične, v časih nastajanja samostojne države. Istrski kandidati SDS se doslej niso uvrstili v parlament. Za pluralnost in bodočnost stranke in države sploh, pa bi bilo morda bolje, če bi SDS enkrat dobil takega poslanca, kot je Silvano Radin, ki je precej bližje povprečnemu Istranu in preprosti človeški logiki kot pa militantni zastareli politiki, ki ne bo nikoli zaznala potrebe po temeljiti spremembi, s kakršno bo treba Slovence (tudi s stranko SDS) enkrat vendarle pripeljati do sodobnejše države.

DRŽAVA KOT NIČVREDNI PREDMET POŽELENA

Če bi hoteli Istrani imeti več moči, več posluha države, bi morali najprej sami izbrskati več svojih najboljših kadrov (ne samo za državno, še bolj za lokalno oblast) in potem v najvišjem možnem deležu oditi na volitve. Seveda tega nasveta ne berejo in ne poslušajo tisti, ki jih politika, mediji in zanje nerazumljiv konstruktivni duh množice ne zanimajo. Teh je več kot en milijon. Od tistih nekaj sto tisoč prebivalcev, ki odločajo volitve, pa ne pričakujemo pretirane kritične in poglobljene presoje kandidatov. Zato lahko ponovimo, da bomo tako v Sloveniji kot tudi v Istri dobili ravno takšne poslance, kot si jih zaslužimo, vprašanje pa je, če si jih želimo. Vsaka jeza ali nezadovoljstvo nad razmerami v parlamentu in državi bo potem brez haska, torej lajanje v Luno. Če bi radi Slovenci (in Istrani) boljše državo, potem je zdaj čas, da se vprašajo, kakšno državo pravzaprav bi morali imeti in kdo naj jo vodi. Brez vsaj približnega odgovora na to vprašanje je ves volilni trud zaman. Brez ustreznega premisleka lahko ta ničvredni predmet poželenja (državo), še zmeraj (tako kot počnejo zdaj) in za drobiž prodajo prvemu, ki pride mimo. Madžarom, denimo.

mizeinstoli.si

DENTIVA ZOBOZDRAVSTVO - ZASEBNA ZOBNA ORDINACIJA



**20% POPUSTA DO KONCA MAJA
NA VSE PROTETIČNE STORITVE
(MOSTIČKI, PROTEZE IPD..).**

- dolgoletne izkušnje
- Brez bolečinskih posegov
- Brez dolgih čakalnih vrst

KONTAKTI:

Tel: 041 474 737

Email: dentiva.obala@gmail.com

Web: www.dentiva-obala.com

Ferrarska ulica 30, Koper (objekt barka).



TOYOTA YARIS CROSS

**SLOVENSKI AVTO
LETA 2022**

OD
99 €
NA
MESEC

**AVTO CENTER
JEREB**

051 233 101

051 682 666



DO
10 LET
JAMSTVA
TOYOTA RELAX

6
SLOVENSKI AVTO
LETA 2022

Povprečna poraba goriva za vozila Toyota Yaris Cross: od 4,4 do 6,2 l/100 km in emisije CO₂: od 100 do 140 g/km. Emisijska stopnja: za 1,5 EURO 6 AP. Emisije NOx: od 0,0033 do 0,0093 g/km. Oglikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delce PM₁₀ in PM_{2,5} ter dušikovih oksidov. Po preteku tovarniške garancije vam ponujamo brezplačno vključitev v program jamstva Toyota Relax (vse do starosti 10 let ali 160.000 km. Izračun je informativne narave in ni zavezujoči za sklenitev posla • izračun velja za Yaris Cross, 1,5 petrol Luna • vrsta financiranja: finančni leasing • predračunska vrednost predmeta financiranja: 16.750 € • lastna udeležba (polog): € 5.711,50 • znesek financiranja: € 11.038,50 • število obrokov: 60 - mesečno plačevanje: € 99 • obroki se v času trajanja pogodbe ne spreminjajo • zadnji obrok: € 7.434 • stroški odobritve: € 300 • skupni znesek za plačilo brez lastne udeležbe: € 6.240 • letna obrestna mera: 5 % p.a. je fiksna • efektivna obrestna mera: 5,85 % na dan 8. 3. 2022. Toyota Easy financiranje vključuje več možnosti po izteku. Slika je simbolična. Več na www.toyota.si. Pridržujemo si pravico do spremembe cen in specifikacij opreme brez predhodnega obvestila.

UKRAJINCI NA OBALI

S pričetkom rusko-ukrajinske vojne 24. februarja so se začele velike migracije nesrečnih ljudi, ki jih je politika oziroma vojna pripravila do tega, da so zapustili svoje domove in svoja običajna življenja. Spomni nas na čas, ko smo v devetdesetih odprli svoje meje tudi za balkanske državljane. Janez Janša je poudaril, da lahko Evropa pričakuje 15 milijonov beguncev iz Ukrajine. Po neuradnih informacijah naj bi jih bilo v istrskih obalnih mestih trenutno več kot tristo. Prihajajo ljudje – predvsem ženske in otroci, ki jim je uspelo priti iz rodne države in si privoščiti mir vsaj za določen čas, ki pa ni nikomur zagotovljen.

Tokrat nas je zanimalo, kako se počutijo ljudje v slovenski Istri, ki jih tudi osebno zadevajo pričujoče razmere.

UKRAJINCI IN RUSI, NAŠI SOMEŠČANI

Denys Masliuk se je rodil v ukrajinskem mestu Kqhmelnsk, kjer je začel igrati klavir. Svoje izobraževanje je nadaljeval v Belorusiji. Nato se je leta 2004 preselil v Slovenijo, kjer tudi danes živi s svojo družino ter se kot pianist in profesor klavirja na Glasbeni šoli v Kopru ukvarja z glasbo. Denys se je kot Ukrajinec počutil, kot pravi, grozno: "Nihče pri zdravi pameti ne bi pričakoval, da se bo to zgodilo. V Ukrajini živijo tako Ukrajinci kot Rusi in nikoli ni bilo nobenih konfliktov do leta 2014. Vse je izmišljeno!" Denys ima trenutno v Ukrajini veliko sorodnikov. Nekaterim je celo uspelo priti iz države. Po nikoli daljših 1.600 kilometrih, kolikor šteje pot od Kijeva do Slovenije, jim je uspelo zbežati pred bombardiranjem in alarmi, ki so jih zbujali tudi po štirikrat na noč. Pot nazaj je zelo težka: "Skrbi me, seveda, pa za ostale sorodnike in sodržavljane. Vsak ima drugačno situacijo, so starejši ljudje, ki ne morejo ven. Zelo težko je priti na vlak, ker so prenapolnjeni. Vlak ima 200 sedežev, vendar se nagnete tudi 600 ali 800 ljudi. Tako si lahko predstavljate, kakšna je situacija. Zdaj je vojno stanje in je kot v kakšnih grozljivkah ali zgodovinskih knjigah iz druge svetovne vojne." Hvaležen pa je za moralno in denarno pomoč ljudi okoli njega! "Na žalost, še zmeraj veliko ljudi verjame v ta mit močnega diktatorja, ki dela dobro za svoj narod."

Ko je **Anastazia Dziuba** pred tremi leti zapustila Kijev ter s sestro in mamo prišla v Koper, nikakor ni pričakovala, da bodo njena študentska leta obeležena s tako nesrečnimi okoliščinami. "Zdi se mi nemogoče, da se to lahko zgodi v 21. stoletju. Posebej pa ne v moji državi." Anastasia ima trenutno očeta in dedka v Ukrajini – kot ostali moški so obsojeni na meje svoje države, brez



možnosti, da bi jo zapustili. Oba sta trenutno nezaposlena, ker ni mogoče delati. Z začetkom marca je njeni babici uspelo priti v Slovenijo: "Z mamo sva se odpeljali na ukrajinsko mejo, babica pa je prišla do meje z dvema različnima prevozoma. Pot ni več ista, saj se uporabljajo sekundarne ceste skozi vasi. Za 500 kilometrov poti so potrebovali več kot 20 ur vožnje. Ni dovolj plina, ljudje bežijo in se skrivajo. Realnost Ukrajine je to, kar vidimo na Instagram storijih." Prvi dan vojne se je družina njenega dedka preselila v vas, kjer se trudijo preživeti v zelo težkih razmerah. Seveda se ne počutijo varno. Z očetom se še vedno lahko slišita, čeprav se boji, da se bo situacija poslabšala in bosta tako izgubila stik.

Alena Jeka, ki je Rusinja iz Rusije, vendar po očetu Ukrajinka, je 24. februar preživela v solzah. "Še vedno ne morem verjeti, da je moja država to naredila. V prvih dneh nisem skoraj nič jedla, le brala sem novice." Alenina sestra je skupaj s svojim možem uspela zbežati iz Rusije po pričetku vojne, nestrinjajoč se s politiko. Enako poskuša veliko ljudi, ki bežijo iz države prek Gruzije in Armenije. "Starejše generacije imajo svoj poogled na vse to, ustvarjeno iz televizije in različnih propagand, česar ni pri mladih, ki skušajo zamenjati svojo realnost za nekaj boljšega". Kot pravi, se je težko sprijazniti s tem, kar dela tvoja država. "Vse sankcije bodo seveda vplivale na navadne državljane. Ko razmislim, kako bodo moji starši živeli v prihodnosti, mi je slabo. Ampak popolnoma razumem Ukrajince, ki zdaj sovražijo vse Ruse, brez razlike, ker ko na vas padajo bombe, ne razmišljaš veliko. Danes imajo oni pravico do teh emocij." Kot je izpostavila Alena, moramo razumeti tudi to, da ni vsa odgovornost pri ruskih državljanih – v zadnjih petnajstih letih je Putin izničil vsako možnost protestov. Če nekdo ne gre na ulico in pravi, da ga je strah, ne pomeni, da podpira vojno!

SOLIDARNOST SLOVENSKE ISTRE

Da se zavedamo, da se vojna ne dogaja več kar na nekem delu sveta, ampak zelo blizu, kažejo številne humanitarne akcije. Za prvi primer humanitarne akcije bom izpostavila izolskega galerista in slikarja Eduarda Belskega, ki je organiziral humanitarno akcijo zbiranja pomoči za Ukrajino. Kot pravi, bo zbiranje pomoči trajalo vse do konca vojne. V dobrodelni akciji je do sedaj sodelovalo veliko meščanov Izole, med katerimi so tudi Rusi, Belorusi in Ukrajinci. Belski pravi, da je zelo ponosen na svoje someščane. 16. marca je bil ustanovljen projekt v podporo Ukrajini v vojni proti ruskim napadalcem. Gre za razstavo slik Eduarda Belskega in Catherine Burlinoi, pri čemer gre 70 odstotkov od prodaje slik za



humanitarni del pomoči. Ogled razstave je možen na naslovu Pod Hruševco 17, Vrhnika.

Poleg tega je bilo 3. marca v Mali loži prirejeno branje ukrajinske poezije, v kateri so sodelovali imeniti koprčani, ukrajinistka in rusistka Andreja Kalc, igralka Sonja Polanc, italijanski podžupan Mario Steffe ter umaški skrbnik Foruma Tomizza, Neven Ušumović in profesorica klavirja Valentina Češnjevcar. Organizatorica in povezovalka večera je bila Irena Urbič. Ta dogodek so izkoristili kot podporo Ukrajini ter pokazali, da morata kultura in umetnost oddati prostor spoštovanju, miru in solidarnosti.

V skladišču Libertas, na vhodu številka 3, v organizaciji Rdečega križa Slovenije, Območnega združenja Koper in Mestne občine Koper se zbirajo sredstva za pomoč Ukrajini. Urnik zbirnega mesta je od ponedeljka do petka, od 10.00 do 12.00 in od 16.00 do 19.00. Trenutno potrebujejo hrano z daljšim rokom uporabe, higienske pripomočke, kompletne prve pomoči, obvezilni material ter gasilsko, reševalno in osebno reševalno opremo. Zbiranje pomoči je organizirano tudi v Ankaranu, v stavbi občine na Regentovi 2, med 7.00 in 15.00 ter ob sredah do 17.00. V občini Piran pa na naslovu Liminjanska 107, Portorož.

ODPRTA PISMA RUSKIH MEŠČANOV

Društvo Slovenija Rusija je podalo svojo izjavo za javnost, v kateri so izrazili svoje nasprotovanje agresivni politiki ruske države, zavzemajoč se za strpnost in medsebojno spoštovanje v slovenskem javnem prostoru. Delovanje ruske vlade so označili kot iracionalno. Podporo ukrajinskemu narodu so izrazili tudi učitelji ruskega jezika v Sloveniji, pri čemer so izpostavili mir in spravo.



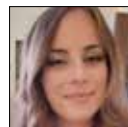
V Gruziji:

Ta mesec sem imela priložnost obiskati Gruzijo ter se pogovoriti s ljudmi o tem, kako se državljani Gruzije počutijo glede novih okoliščin. Od pričetka vojne so Gruzijci protestirali proti vojni ter pozvali k odstopu gruzijsko premierko Iraklijo Garibashvilo. Protesti so trajali več dni zapored, sodelovalo je več tisoč ljudi. Leta 2008 je Rusija bombardirala gruzijski pokrajini Južna Osetija in Gore. Mariam Katsitadze, Gruzijka, ki sodeluje pri Democracy Indeks Gruzija, je imela takrat 12 let. "Ljudje se počutijo ogroženo in negotovo že dolgo. Imamo veliko migrantov, ki prihajajo iz Ukrajine kot tudi Rusije. Lahko rečem, da Gruzijci živimo v strahu zaradi Putinove politike. Če ne bi bila Ukrajina, bi verjetno Rusija začela invazijo na Gruzijo." Če bi se kot državljani zavedali svojih odločitev, bi lahko spreminjali svet na bolje in nebi bili le opazovalci režimov, ki jih izvajajo različni diktatorji 21. stoletja.



PREMOŽENJA RUSKIH BOGATAŠEV POD DROBNOGLEDOM

Manca Hribovšec



Vojna v Ukrajini divja že več kot mesec dni. EU je za zaustavitev Putina in Rusije sprejela več paketov ukrepov. Med drugim je oblikovala seznam 26 bogatih Rusov, ki jim je zamrznila premoženje.

Eden izmed teh je tudi ruski milijarder Andrej Melničenko. Njegova 530 milijonov evrov vredna futuristična jadrnica A je bila konec lanskega leta zasidrana v našem morju, nato pa je svoje krmilo usmerila proti Trstu, kjer je še danes, saj so jo italijanske oblasti v okviru sankcij proti ruskim superbogatašem zasegle. Plovilo ima tri jambore, dolga je 143 metrov široka 25 metrov, poleg vetra

pa jo poganja hibridni pogonski sistem dizlovih in električnih motorjev. Izdelali so jo leta 2015 v nemškem Nobiskrugu, pluje pa pod bermudsko zastavo.

V javnosti je odmevala tudi zgodba enega od ruskih oligarhov, ki je z jahto obtičal v norveškem pristanišču, ker ji ni nihče želel prodati goriva. Lokalni dobavitelji goriva so se, kljub temu da je jahta v lasti nekdanjega agenta KGB, ki ni na seznamu evropskih sankcij, je pa tesno povezan s Putinom, odločili, da mu ne bodo pomagali.

Za izvajanje finančnih omejevalnih ukrepov EU V Sloveniji pa skrbijo borza, finančna uprava RS (FURS), zavarovalnice, banke in upravljalci

skladov. Naštete institucije morajo preveriti, ali imajo ruski oligarhi, ki so se znašli na črnem seznamu EU, v Sloveniji odprt bančni račun, delež v podjetju, plovilo, nepremičnino, denar v skladih. Vsi pa morajo o zamrznitvi premoženja poročati zunanjemu ministrstvu. Če tega ne bi prijavili, pa so tudi zanje predvidene visoke denarne kazni. Na Ministrstvo za zunanje zadeve smo naslovili novinarsko vprašanje, če so že dobili kakšno prijavo s strani institucij: »Trenutno nimamo nobenih novih informacij, da bi bila v zvezi z omejevalnimi ukrepi proti Rusiji kakšna sredstva ali gospodarski viri zamrznjeni,« pa še odgovarjajo z zunanjega ministrstva.



5 NASVETOV ZA MLADOSTEN VIDEZ IN VEČ ENERGIJE



Pomlad je tukaj. Slovenska Istra je odeta v tisoče drobnih cvetic, opojen vonj pa nas spremlja na vsakem koraku. Ta čudovit letni čas nas vedno napolni z optimizmom. Žal pa z njim pogosto pride tudi spomladanska utrujenost. Spodaj smo nanizali nekaj preprostih korakov, kako jo lahko premagate.

1. Ohranjajte dnevno rutino

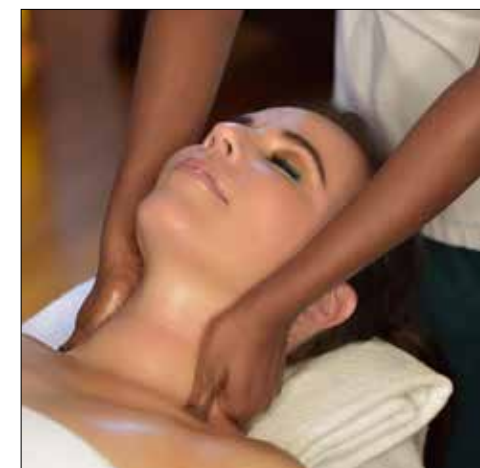
Zaposlite misli. Ne glede na to, da pomladni ritem hitrejši, zahtevnejši, to še ne pomeni, da si ne smete vsaj enkrat na dan privoščiti sprostitve. Celotno več – načrtujte tudi meditacijo, masažo, sprehod. Mentalna kondicija vpliva tudi na ohranjanje telesne vzdržljivosti.

2. Preidite s toplih obrokov na solate

Spomladi zamenjajmo jedilnik in si privoščimo več sveže, nepredelane hrane tudi za zajtrk. Razne kaše s svežim sadjem, vitaminske solate, smutiji in zgodnja zelenjava so super izbira.

3. Okrepite imunski sistem in se razgibajte

Telo pod stresom je bolj dovzetno za prehodna



obolenja. Pretežno sedeče delo lahko negativno vpliva na pretok krvi, kisika in energije po telesu, zato se pogosto počutimo brez energije, smo razdražljivi in si želimo sladkega. To lahko preprečimo le z gibanjem. V LifeFit Portorož vam ob nakupu tri mesečne vstopnice vse do junija priznajo 20 % popust na redno ceno.

4. Ne pozabite na nego obraza in telesa

Prehod iz hladne zime v toplejšo pomlad je zahteven podvig za organizem. Izsušena koža in lasje sta lahko posledica suhega zraka v notranjih prostorih. Poskrbite, da popijete dovolj vode, občasno pa si privoščite tudi nego obraza in telesa. V Termah Portorož so to pomlad na voljo trije novi programi za nego obraza z vrhunsko kozmetiko Thalion. Ti odpravljajo mimične gube in poskrbijo za svež, mladosten videz. Če na nego obraza s Thalion kozmetiko pripeljete še prijateljico, vam do konca aprila priznajo 30 % popust na redno ceno.

5. Dihajte umirjeno

Ko imamo poln urnik obveznosti, pogosto "pozabimo dihati". S pravilnim dihanjem v svoje življenje vedno znova priključimo pozitivne misli, telo oskrbimo s potrebnim kisikom in se umirimo. Zato globoko vdihnite vonj po morju in užijte pomlad.

www.lifeclass.net
wellness@lifeclass.net 05 692 90 01



DEBELI RTIČ

Mladinsko zdravilišče in letovišče Rdečega križa Slovenije Debeli rtič: Zdravilišče sedmih zvezdic za otroke in mladostnike

Mladinsko zdravilišče in letovišče Rdečega križa Slovenije Debeli rtič (MZL) se nahaja v edinstvenem okolju Krajinskega parka Debelega rtiča. Namenjeno je zdraviliškemu zdravljenju, obnovitveni rehabilitaciji, predšolskim otrokom in otrokom v šoli v naravi, športnikom ter letovanju otrok in mladine. Poleti pri njih letuje 1500 otrok. Letno v zdravilišču letuje 1.500 otrok iz socialno ogroženih okolij ter 12.000 otrok in mladostnikov iz drugih programov.

Med sprehajanjem pod borovci krasnega mediteranskega parka nam mag. Ana Žerjal, vodja MZL, pove: »Mi smo registrirano klimatsko zdravilišče za obolenja otrok, ki imajo težave s kožo, dihal, k nam prihajajo otroci po poškodbah. Za izvajanje zdravstvenih storitev in zdraviliškega zdravljenja imamo pogodbo z zavarovalnico in v letošnjem letu smo obravnavali 574 otrok, ki so prišli k nam na dvotedensko zdraviliško zdravljenje. V mladinskem zdravilišču izvajamo tudi druge zdravstvene programe, tako zadnja tri leta že izvajamo program obravnavane otrok s prekomerno telesno težo. To je pilotni projekt za otroke. Projekt izvajamo na osnovi pogodbe z Ministrstvom za zdravje in si prizadevamo, da to postane trajen program mladinskega zdravilišča, saj nam ta interdisciplinarni program, ki združuje zdravnike, dietetike, kineziologe in psihologe, daje izjemno dobre rezultate. Otroke k nam napotujejo zdravniki.« K njim prihajajo na obnovitvene rehabilitacije otroci, ki imajo diabetes, celiakijo ter druga kronična obolenja in težave.

Zgodba o zdravilišču in letovišču se je pričela pisati leta 1956 pod šotori. Takrat je prvič pod šotori in v treh izmenah letovalo 300 otrok. Danes se zdravilišče in letovišče razprostira na prelepem delu slovenske obale, na 13 hektarjih površine. Imajo lastno plažo, športna igrišča, sprehališča, dva hotela (Bor in Arija) ter štiri mladinske domove, v katerih je skupaj 700 ležišč. Vodja zdravilišča kot največjo naravno prednost izpostavi predvsem zmerno klimo. Podnebje je zaradi obmorske lege, bujnega sredozemskega rastlinstva in zavetja pred vetrovi kljub veliki sončnosti, milo.

Število nočitev, ki so jih naredili v lanskem letu (2021), je 86 tisoč, leto poprej (2020) so imeli 67 tisoč nočitev, čeprav so bili pol leta zaprti. Leta 2019 pa so zabeležili nekaj več kot 99 tisoč nočitev. Njihova želja je doseči 110 tisoč nočitev. V lanskem letu so sicer imeli posamične okužbe s koronavirusom, vendar so jih pravočasno odkrili



in izolirali, tako da ni bilo večjih izbruhov. Celotno delovanje se prilagodili ukrepom vlade in NIJZ in so to zelo dobro izvajali.

MOBILNI TELEFONI SO PREPOVEDANI

Vsako poletje pa pri njih letujejo otroci iz socialno ogroženih okolij, ki pri njih preživijo teden dni. Teh otrok je vsako leto okoli 1.500. Mag. Veronika Grmek Vilhar, vodja prodajnega trženja, je izpostavila: »Otroci, ki pridejo na enotedensko letovanje, se predvsem zelo veliko gibajo zunaj. Prostor za to je resnično idealen. Naš park nudi dovolj sence, morje je blizu, promet je mirujoč, imamo urejene športne in parkovne površine. Otroci imajo pet obrokov na dan, odlično namestitve, pester program. Naše vodilo je, da se morajo otroci pri nas počutiti dobro in da nimajo skrbi. Organiziramo veliko kakovostnih delavnic na temo čustev, umirjanja. V otrocih odkrivamo skrite talente in jim pomagamo k razvoju samostojnosti. Pomembno je, da otroci gradijo pozitivno samopobodo. Pri nas je otrok ves dan vpet v gibalne aktivnosti, dopolnjujemo jih z razvojem socialnih veščin. Imajo tudi plavalni tečaj, spoznajo se s kajakom, igrajo nogomet s trenerjem, košarko, odbojko na mivki, imamo čudovite zunanje površine za razgibavanje lokomotornega sistem. Imamo nov zunanji fitnes.« Vodja zdravilišča je dodala, da so otroci najbolj navdušeni, ko so prosti in se igrajo. »Pri nas je zelo varno območje, kar je izjemno pomembno. Otrok pri nas lahko prosto teka v naravi.« Ob tem je povedala, da so pri njih



mobilni telefoni prepovedani. Po njenih besedah otroci s tem nimajo težav, saj so ves čas letovanja vpeti v razne dejavnosti. Večjo težavo predstavlja to pri starših. Kot nam je povedala Žerjalova, nekateri razumejo, drugi pa ne in kličejo. »Vseeno pa je staršem omogočeno, da pokličejo in mi poskrbimo za stik otroka s staršem. Je pa potrebno vedeti, da je otrok skoraj ves čas bivanja pri nas vpet v neke dejavnosti in mi ga takrat, ko ga kličejo starši, odpeljemo iz skupine in tudi zmotimo pri sami aktivnosti, kar pa tudi ni dobro.« Za dobro otrok pa so poleg telefonov prepovedani obiski staršev. Obe sta izpostavili, da je njihov glavni cilj narediti otrokom nepozabno doživetje. »Želimo, da bi otroci, ko imajo prvo življenjsko izkušnjo samostojnega popotnika, turista oziroma gredo sami brez družine, enega najlepših spominov, ki ga bodo ohranili vse življenje,« pripoveduje Veronika Grmek Vilhar. To potrdi tudi vodja zdravilišča Ana Žerjal: »Naša osnovna logika je, da omogočamo otroku, da uresničuje svoje pravice. Mi se trudimo, da bi bil otrok, ko pride v mladinsko zdravilišče, resnično otrok. Pri nas se lahko igrajo s prijatelji, se veliko gibajo na prostem, se smejiyo... Tukaj jim omogočimo kakovostno rast in razvoj.«

KATERI OTROK JE UPRAVIČEN DO SOCIALNEGA LETOVANJA?

Kot pojasni vodja zdravilišča, ima Rdeči križ tukaj zelo jasna pravila. Večinoma so to otroci, katerih starši že prejemajo socialne prejemke. »Nekateri pridejo k nam na priporočilo centrov za socialno delo ali šolskih svetovnih služb. To so otroci, ki to resnično potrebujejo in nimajo druge možnosti.

Naša osnova logika je, da bi vsak otrok, ki ne živi na morju, moral na morju preživeti tri tedne, da se mu okrepi telo in izboljša imunski sistem. Vsak teden, ki ga otrok dodatno preživi pri nas, je pomemben za krepitev njegovega imunskega sistema,« še doda.

K njim prihajajo otroci s hudimi stiskami. Njim pomagajo družinski terapevti, ki so v pedagoških timih. »Mi vedno ponavljamo, da pride tretji dan vse na dan in otrok potem pojasni vse svoje stiske in težave, ki jih doživlja tako ali drugače. Na žalost je teh stisk veliko,« razloži vodja zdravilišča. Srečujemo se z družinskimi nasiljem, medvrstniškimi težavami, predvsem pa težavami otrok s samopodobo. Po njenih besedah so vse te situacije dobro obvladajo. Sodelujejo tudi s policijo, saj so dolžni prijaviti takšna in drugačna telesna, družinska nasilja, ki jih ugotovijo pri njih. Preko svojega dela se soočajo z resnimi stiskami otrok in vse prevečkrat vidijo, kako za nekatere otroke ni dovolj dobro poskrbljeno. Se pa dogajajo tudi lepe zgodbe. Lansko leto so imeli prvo šolo programiranja, ki jo je organiziral donator. Na teh delavnicah je izstopal fant, ki je bil resnično talentiran in donator se je odločil, da mu bo nudil celoletno šolo programiranja. Eden izmed otrok je bil izbran na ustvarjalnem natečaju in njegova slika je bila objavljena na svetovnem nogometnem dogodku. Njihova ekipa se vsak dan trudi, da bi otroci v njihovem okolju odkrivali svoje talente, zanimanja.

ŠOLE V NARAVI IN ŠPORTNE AKTIVNOSTI

So tudi izobraževalni center za otroke, saj k njim



hodi več kot 120 osnovnih šol, vrtcev, srednjih šol in fakultet na izvajanje programa Šole v naravi in drugih izobraževalnih vsebin. Kot je povedala vodja prodajnega trženja, je program zdravilišča za izobraževalne ustanove prilagojen njihovi vsebini. »Nekaj delavnic izpeljemo mi, z našimi strokovnjaki, nekaj imamo zunanjih strokovnih izvajalcev, ki nam pomagajo pri izvedbi sodobnega in kakovostnega programa. Program je prilagojen zahtevam šole ter učnemu načrtu. Šole so izjemno zadovoljne, saj vsako leto razvijemo nove vsebine. V zadnjih dveh letih smo naredili veliko novih programov na področju parka, saj smo tudi zdraviliški park,« pove Grmek Vilharjeva. Otroci, ki bivajo pri njih, so deležni vseh blagodejnih učinkov zdravilišča, ki ima priznane naravne dejavnike. Ob tem doda: »Razvijamo in nudimo pestro paleto športnih vsebin, zato prihaja na športne priprave veliko športnih klubov in vrhunskih športnikov. Naše kapacitete omogočajo gibalno raznolikost. Izvajamo pa tudi druge vsebine za kulturna in družboslovna področja, seminarje in izobraževalne vsebine. Obe sogovornici sta prepričani, da je takšno področje kot tukaj, na svetovnem nivoju edinstveno. Vodja zdravilišča pa ob tem še dodaja: »Želimo postati zdravilišče sedmih zvezdic za otroke. Tudi s pomočjo donatorjev intenzivno vlagamo v infrastrukturo, otrokom ponujamo edinstvene zdravstvene in izobraževalne programe, vse pa s ciljem, da se imajo otroci pri nas najlepše kar se da in se počutijo varni.«

Foto: Arhiv MZL, Jaka Ivančič, Miha Crnic



Petra Mežnarc



LE ATTIVITÀ DELLA CAN COSTIERA

PRESENTATI DUE NUOVI CONSULENTI PEDAGOGICI PER LE SCUOLE ITALIANE

Alla metà di marzo Palazzo Gravisi ha ospitato una conferenza stampa nel corso della quale sono state annunciate ufficialmente due nuove assunzioni presso la sede capodistriana dell'Istituto per l'istruzione. Il primo di aprile e successivamente il primo maggio, entreranno in carica i consulenti pedagogici Roberta Kalc e Nevio Tomasin, rispettivamente per gli istituti prescolari e per le materie scientifiche. Il presidente della CAN Costiera, Alberto Scheriani nel comunicare la novità ha espresso soddisfazione per il completamento di un progetto "che tende a colmare un vuoto nei due comparti dell'istruzione minoritaria, dove sarà possibile seguire meglio la preparazione degli alunni" ha detto ancora Scheriani. Ha ringraziato per la sensibilità dimostrata dalle autorità di Lubiana, ma soprattutto per il suo impegno il deputato della CNI al Parlamento sloveno, Felice Žiža, che ha fatto da tramite con il Ministero dell'istruzione ed il governo, per ottenere l'importante conquista a favore delle scuole. Il parlamentare ha rimarcato i pregevoli risultati conseguiti negli ultimi anni, grazie ai costanti contatti con il ministero e con Vinko Logaj, responsabile dell'Ufficio per l'istruzione a livello nazionale. In sintesi ha riassunto il lavoro svolto a favore del mondo della scuola, che la CNI considera da sempre il settore più



importante per la preparazione di nuovi quadri, per la tutela della lingua e della cultura italiana. Ha voluto ricordare le intese raggiunte per migliorare le competenze linguistiche dei docenti d'italiano nelle scuole slovene, ma anche il perfezionamento dei programmi di studio per educatori e insegnanti all'Università del Litorale e i mezzi ottenuti per l'edilizia scolastica, in particolare per il restauro del Collegio dei Nobili. L'arrivo dei due nuovi consulenti pedagogici era un altro dei punti del programma di lavoro stilato

dal deputato con l'esecutivo di Lubiana e porterà certamente risultati positivi. I nuovi colleghi all'Istituto per l'istruzione di Capodistria sono attesi con impazienza dalla responsabile, Alica Prinčič Rohler, che ha posto in risalto gli sforzi per affermare l'italiano come lingua d'ambiente nel territorio nazionalmente misto. I consulenti pedagogici per la CNI già in carica, Guido Krizman e Sergio Crasnich, si sono soffermati sui prossimi impegni del loro ufficio e sull'importanza di poter contare su nuovi esperti nei processi scolastici.

UFFICIO PER IL BILINGUISMO- VISITA CONOSCITIVA ALL'ISPettorato INTERCOMUNALE

Visita conoscitiva all'Ispettorato intercomunale con sede a Capodistria per le dipendenti dell'Ufficio del bilinguismo presso la CAN Costiera. Accompagnate dal segretario, Andrea Bartole, la traduttrice Chiara Vianello e la collaboratrice professionale, Kim Jakopič, hanno conferito con l'ispettore capo, Ivan Koljesnikov e i suoi più stretti collaboratori. Sono state spiegate le mansioni e i fini dell'Ufficio per il bilinguismo, costituito da alcuni mesi con il prezioso apporto del deputato della CNI al Parlamento di Lubiana, Felice Žiža, per migliorare la qualità delle traduzioni e dell'uso pubblico della lingua italiana. Visto il periodo pre-elettorale grande

attenzione è stata riservata nel colloquio all'affissione dei manifesti politici nelle nostre strade. Rifacendosi anche alle segnalazioni dei giornalisti e dei cittadini, è stato rilevato che alcuni partiti non rispettano il bilinguismo, omettendo del tutto le scritte in italiano oppure aggiungendo le traduzioni dei loro messaggi e slogan con caratteri molto più ridotti rispetto alle comunicazioni in sloveno. L'Ufficio per il bilinguismo ha già contattato di propria iniziativa le segreterie delle forze politiche, ricordando l'obbligo di usare ambedue le lingue ufficiali nei comuni della fascia costiera. L'ispettore capo ha assicurato che i suoi 9 uomini, assieme alle

guardie municipali, prestano già la massima attenzione alle comunicazioni in italiano, richiamando all'ordine anche le ditte pubbliche o private incaricate di affiggere i manifesti. Gli appunti mossi a vari indirizzi non ottengono sempre il risultato voluto anche perché si sente la mancanza di un Decreto sul bilinguismo armonizzato tra i 4 Comuni costieri, dove sono in vigore norme risalenti ad una trentina di anni fa, non sempre applicabili. È stato ricordato che la CAN Costiera ha preparato una bozza di documento, ora al vaglio delle amministrazioni comunali, dalle quali si attende una risposta.



GOVERNO SLOVENO: LA PROPRIETÀ DI PALAZZO TARSIA ALLA CAN COSTIERA

Dall'ultima riunione del governo sloveno si attendeva la notizia che è prontamente arrivata. L'esecutivo ha sbloccato i fondi per la CAN Costiera, finalizzati all'acquisto di Palazzo Tarsia, a Capodistria. I mezzi erano stati inseriti nel bilancio di previsione 2022, come previsto nell'accordo di collaborazione sottoscritto con l'esecutivo di Lubiana dal deputato della CNI al Parlamento sloveno, Felice Žiža. Lo splendido palazzo, in pieno centro, costruito nel XVI secolo e appartenuto ai nobili Tarsia, è sede del quotidiano "Primorske novice", che entro sei mesi dalla firma dell'accordo di compravendita

sgombrerà le proprie redazioni dagli oltre 700 metri quadri che occupano. Al loro posto subentreranno le istituzioni della CNI che hanno sede nel centro storico, che versano ogni mese alti affitti per gli uffici di cui dispongono e che non sempre sono adeguati alle effettive necessità. I risparmi ottenuti andranno a coprire la manutenzione dello stabile e saranno destinati anche ad altre iniziative. "In questi giorni si andrà a completare un complesso procedimento per realizzare un altro dei punti inclusi nell'accordo di collaborazione che avevo siglato con il governo sloveno. Per la CNI, le sue istituzioni e associazioni,

è una grande conquista, che arriva dopo quattro mesi d'intenso lavoro e di contatti tra il mio ufficio, la CAN Costiera, l'Ufficio governativo per le nazionalità e il Ministero delle finanze. Credo si possa andare orgogliosi del fatto che diventa di proprietà della Comunità nazionale italiana un palazzo storico, legato a protagonisti della scena culturale italiana, come il compositore Antonio Tarsia e che ora ritorna al centro della nostra vita sociale, radunando sotto allo stesso tetto varie istituzioni, che potranno collaborare meglio e trovare ulteriori sinergie" ha dichiarato il deputato Felice Žiža.

LIBRI DI TESTO PER LE SCUOLE ITALIANE- IL GOVERNO STANZIA I FINANZIAMENTI

Nel corso dell'ultima seduta il Governo sloveno ha inserito nel piano di sviluppo sino al 2025, il progetto biennale 2022-2023 per le sovvenzioni dei libri di testo. Come rilevato in un comunicato diffuso anche dalla CAN Costiera, l'intesa rientra nell'ambito del costante dialogo tra il deputato della CNI al Parlamento di Lubiana, Felice Žiža, la CAN Costiera e l'esecutivo sloveno. Riguarda la traduzione, la stampa, la ristampa

e l'acquisto di libri italiani per le scuole della CNI. Il provvedimento sarà esteso anche ai testi destinati agli alunni con particolari necessità e a quelli, a bassa tiratura, per gli istituti tecnico-professionali. È prevista ancora la creazione di fonti digitali ed e-book, l'acquisto dei diritti per la formazione di biblioteche digitali, il tutto utile nel caso fosse necessario ricorrere alla didattica a distanza. Come rilevato nel comunicato del governo, lo

Stato fa fronte in questo modo ai propri obblighi di legge per garantire l'inclusione nei processi educativi degli alunni e degli studenti dei Gruppi nazionali, rispettando il loro diritto all'istruzione nella loro lingua. Il progetto ha come fine la creazione di risorse umane, come uno dei fattori chiave per lo sviluppo della società. Dal bilancio statale saranno stanziati poco più di 1,4 milioni di euro- conclude il comunicato.

MASSIMILIANO DI NARDO- COORDINATORE PER LA BASE ECONOMICA DELLA CNI

Nei progetti per edificare la base economica della Comunità nazionale italiana in Slovenia è stato prevista anche l'assunzione di un consulente che si occupasse in prima persona del coordinamento delle attività. Il compito è stato affidato all'isolano Massimiliano Di Nardo, che siamo andati a conoscere nel suo ufficio. Per rompere il ghiaccio gli abbiamo chiesto una sua carta d'identità. "Sono nato e cresciuto a Isola, dove ho frequentato la scuola elementare e conseguito alla "Pietro Coppo" la maturità, presso la Scuola media di economia. Poi ho ottenuto la laurea triennale in scienze politiche e dell'amministrazione all'Università di Trieste, alla quale ha fatto seguito una specializzazione magistrale in scienza del governo e politiche pubbliche, con una tesi sperimentale sulla gestione dei progetti e l'incremento delle nuove tecnologie nel comparto. Già durante gli studi ho svolto un tirocinio presso la "Euroservis" di Trieste, dove ho poi lavorato per tre anni e mezzo. Qui ho potuto acquisire importanti esperienze nei progetti di collaborazione transfrontaliera, ovvero i nostri INTERREG, sulla finanza agevolata in Italia e su come funzionano i progetti" esordisce Di Nardo. Alla CAN Costiera lavora dal primo dicembre e gli abbiamo chiesto di illustrare nel dettaglio le sue mansioni. "Sono tre mesi che ricopro l'incarico di collaboratore professionale



per la base economica. Il mio compito è di gestire i progetti della CAN Costiera. Il programma in corso abbraccia il periodo dal 2021 al 2024. Presenta diverse misure, come lo sviluppo dell'imprenditoria sul territorio nazionalmente misto, il supporto delle organizzazioni CNI e, infine, la gestione, del programma in sé, ossia le relazioni con il Ministero delle attività economiche, lo sviluppo del programma, l'assistenza tecnica e altri interventi del genere. Il primo periodo di lavoro alla CAN è stato interessante. Provenivo dal settore privato, che è piuttosto diverso da quello pubblico, però credo di aver già potuto mettere a disposizione della CAN Costiera le mie esperienze. Infatti, stiamo già lavorando, oltre che sul programma della base economica, anche sui progetti europei di cui siamo partner. Si tratta del PRIMIS, con il

centro multimediale della CNI. Poi il MUSE, che è un Erasmus +, nell'ambito del quale stanno nascendo attività che svolgeremo in maggio o giugno. Inoltre, ci sono altre iniziative come il Programma d'azione locale per l'Istria (LAS). Sono stato impegnato, quindi su diversi fronti". A Di Nardo abbiamo chiesto di valutare qual è l'interesse dimostrato dagli imprenditori per i programmi condotti dalla CAN Costiera. "L'interesse riscontrato è alto. Sono stato contattato a più riprese da imprenditori che hanno saputo del nostro ufficio e che hanno auspicato una stretta collaborazione. Ora speriamo di poter intraprendere iniziative di networking per gli operatori economici. Quelli che hanno dimostrato interesse per i nostri bandi di concorso, con i quali mettiamo a disposizione i mezzi garantiti dal governo, spaziano con le loro attività in vari campi. Si va dalla richiesta di finanziamento per le opere edili, all'acquisto di nuovi macchinari o attrezzature. Va detto che le cifre a disposizione non sono molto alte. Si aggirano sui 50 mila euro, ma stiamo lavorando per portarle a 70 mila euro. Sono sostegni importanti per i piccoli imprenditori e per il nostro territorio, per implementare soprattutto attività già esistenti" ha concluso Massimiliano Di Nardo.

GORAN VOJNOVIĆ

Režira filme, gledališke predstave, piše knjige, kolumne. "Posledica življenja v majhnem prostoru, zagradi vsako priložnost. Ne morem vsako leto režirati filma. Če bi, morda ne bi bil pisatelj." Čefurji raus! je bil njegov prvi roman o življenju otrok migrantov v Ljubljani, v Fužinah. Nemudoma so ga razglasili za jugonostalgika, "prislužil" si je tudi policijsko preiskavo. Nadaljeval je z Jugoslavija, moja dežela. Oba romana so uprizorili tudi v gledališčih. Đorđić se vrača je nadaljevanje prvega romana, roman Figa pa govori "o identiteti, o tem, iz česa smo narejeni in kaj nas oblikuje," so zapisali v The Book Blast Diary. Režiral je filma Čefurji raus! In Piran, Pirano, pred kratkim pa v gledališču Meje sneženja, "vloga koordinatorja mi zelo ustreza, z režijo pomagam povedati zgodbo drugim. Moja prva režiserska izkušnja v gledališču je bila zame zelo prijetna in dobra. Užival sem, odprl sem si nek nov prostor. To mi pomaga, ko se vrnem v svoj literarni svet, kjer si včasih zelo osamljen."

V koprskem gledališču je bil pravkar uprizorjeno njegovo besedilo Stena v morju, ki je nadgradnja angleškega besedila. "Gre za dva monologa, soočita se dva pogleda na smrt otroka in na doživljanje te izgube."

Pred kratkim je izšla zbirka esejev Zbiralec strahov o njegovem otroštvu, mladosti, starših, travmah, ki jih je doživljal in jih še, njegovih strahovih, nostalgiji, govori o času, ki ga ni več in ga nikoli več ne bo.

Prvi esej govori o njegovem pradedu, Ukrajincu iz Galicije, ki se je kot otrok preselil v Bosno in Hercegovino in se kot avstrijski vojak boril z Italijani. Vojnović napiše: "Predstavljam si namreč sebe, kako nekje daleč od svojega slovenskega doma, morda prav v Galiciji, v bližini pradedove rojstne vasi, v uniformi, okrašeni z rumenimi zvezdami, potrpežljivo čakam, da mi na glavo prileti ruska raketa in da herojsko padem v boju za Ursulo von der Leyen..." Eseg, ki je bil napisan že pred časom, govori o nesmiselnosti vojne, umiranja...pisateljev pogled v sedanost. Kot da bivedel.

Na kaj ste najprej pomislili, ko ste slišali, da je Rusija je napadla Ukrajino?

Da je spet konec nekega sveta. Nimam neposrednih izkušenj z vojno, to me ni vrnilo v zaklonišče, v pomanjkanje hrane, elektrike, vode, ni me vrnilo v begunsko izkušnjo. Zame je bil to šok, misel, da bo nenadoma spet konec sveta, konec prihodnosti. Tak vzgib sem imel že pri epidemiji, nekdo ti zradira tvojo prihodnost. Privilegij, ki smo se ga premalo zavedali, je bila

namreč prihodnost. Z jugoslovansko vojno je bilo nekoč zame predvsem konec nekega sveta, vojna je razdelila moj čas na prej in potem. In zdaj bo, se bojim, spet vse drugače, zame, za moje otroke, za vse nas. In to me žalosti, ker je meni vseh to, kar še vedno imamo. Mi smo desetletja nekaj gradili in zgradili, zdaj pa imam kar naenkrat občutek, da bo vsega tega konec.

Kako ste svojima šest let starima otrokoma razložili, kaj se dogaja?

Ne vem, če sem jima uspel razložiti. Poskušam odgovarjati na njuna vprašanja. Skušam ju pomiriti, ker poslušata, kaj se pogovarjamo, vidita poročila, ne znata pa si tega razložiti, sestaviti v zgodbo. Poskušam ju potolažiti z mislijo, da pri nas ne bo vojne, da ta vojna ni življenjsko nevarna za nas, da na nas ne bodo padale bombe. To poskušam dopovedati sebi in njima. Čeprav v meni tudi ta strah obstaja. Otrokoma poskušam razložiti, da moramo zdaj mi pomagati ljudem, ki bežijo, da se moramo marsičemu odreči tudi v prihodnosti. Da zato zbiramo denar, da bomo zdaj kupovali tudi stvari za druge, ne le zase. Poskušam ju učiti solidarnosti, da ne moremo razmišljati samo o svojih potrebah, ker so na svetu ljudje, ki potrebujejo pomoč veliko bolj kot mi. V tem trenutku se lahko naučimo ceniti to, kar imamo, se zavedati svoje sreče in blaginje, ker se tega običajno zavemo šele takrat, ko je to ogroženo.

Vojna postavlja svet in nas v nova razmerja, ob tem pa se sprašujemo, kaj bi pravzaprav Putin rad. Uravnoteženost velikih sil?

Preveč preprosto?

Ja, preveč preprosto se zdi, a se res vsi zatekajo k tej razlagi, ki je še najbolj podobna teoriji zarote, po svoji preprostosti in logičnosti. Kot bi nastala v ruskem propagandnem stroju. Seveda se vsi sprašujejo, kaj bi Putin rad, pa nihče ne ve. Meni je še najbližja razlaga ta, da se je ustrašil, ustrašil demokracije, ki jo ves čas spodkopava. On se ne boji Nata in natovih raket, najbrž ve, da Nato ne bo nikoli prvi napadel Rusije, četudi ga načelno morda res motijo natove rakete in približevanje Rusiji. A v resnici se Putin bori predvsem proti demokraciji in to zelo aktivno in vztrajno, s svojim vplivom na Balkanu, pa na Madžarskem in na Poljskem, z odkritim podpiranjem evropske in ameriške skrajne desnice. Tako kot se Evropa širi proti vzhodu, se Putin širi proti zahodu, širi svoje vrednote in spodkopava demokracijo. Sam sebi razlagam to vojno kot nadaljevanje tega boja. Določeno vlogo pri vsem skupaj so odigrali tudi lanski protesti v Belorusiji, ko se je zmajala Lukašenkova oblast, v Ukrajini je bil medtem izvoljen Zelenski, kar je bil jasen signal, da želi Ukrajina v drugo smer, proti Evropi. Putin se je



najbrž ustrašil, da lahko demokracija pride tudi na ulice Moskve, zato je moral udariti. Z vojno v Ukrajini bi rad ustavil tamkajšnje demokratične procese, ob tem pa še uvrsti svojo oblast doma. To, kar se zdaj dogaja v Rusiji, utrjuje Putina na oblasti za naslednjih deset, dvajset let, a najbrž res ni računal s takim enotnim in odločnim odzivom Evrope in sveta na vojno. Rusija je zdaj zaprta, izolirana država, vrnila se je daleč nazaj v preteklost. To je zdaj povsem diktatorska, nestrna dežela, v kateri ima vladar absolutno, ampak res absolutno oblast.

Iz zgodovine je jasno, da je vsake diktature enkrat konec, ker ljudje prenesejo določeno mero nasilja določen čas, potem pa ne več...diktatura se sesuje sama vase. Po poročanju poznavalcev živi Putin predvsem od časa epidemije v svojem mehurčku. Sprejme samo pet ali šest oseb. Vsi morajo pred obiskom v izolacijo, govori se, da mu povedo samo tisto, kar hoče slišati, da mu prikrivajo informacije...je izoliran. Torej mora nekdo namesto njega opravljati umazana dela.

Ruski pisatelji so v zadnjih desetih, dvajsetih letih o Putinu in njegovi Rusiji napisali dovolj izjemnih knjig in razmislekov, da danes težko rečemo, da nas je karkoli v zvezi s Putinom presenetilo.

Sodobna ruska literatura je neizbrisen dokaz, da smo vsi vedeli, kdo je Putin in s kakšnim sistemom imamo opravka. Zelo zanimiva je analiza Borisa Akunina, ki je dejal, da je vladar Rusije lahko demokrat ali vodja, ne more pa biti oboje hkrati. Vsak poskus demokracije bi po njegovem pripeljal do razpada te skrajno raznolike države. Putin, pravi Akunin, je zato na nek način ujetnik sistema, ki ga ne moreš upravljati dvaindvajset let, ne da bi postal to, kar Vladimir Putin danes je. Še bolj se mi zdi zanimivo razmišljanje Vladimirja Sorokina, ki je v romanu Opričnikov dan opisal ta sistem v vsej svoji grozljivosti. Opisal je piramidno strukturo ruske oblasti, ki se vleče od Ivana Groznega, odtlej pa menja le preobleke. Enkrat je caristična, enkrat komunistična, zdaj je pač klerikalno konzervativna, a v resnici gre oblastnikom vselej samo za moč. To potem neizogibno vodi do tega, da se človek, ki je na oblasti nekako izolira, da ga ta moč požre. Ne glede na to, kdo je bil Putin v tistem trenutku, ko je stopil na oblast, bi ga ta slej ko prej požrla in preobrazila v človeka, kot ga vidimo danes. Sorokin pravi, da v Rusiji struktura oblasti ustvari diktatorja in ne obratno. A še nekaj je. Nedavno je bilo celo v poročilu CIA zapisano, da je Putin užaljen človek, jaz pa sem o njegovi slovanski užaljenosti pisal že pred leti. Vselej se mi je zdel globoko užaljen človek.

Zahod tega čustva, ki je samodestruktivno, po mojem ne razume najbolje. To, kar zdaj Putin počne v Ukrajini je samodestruktivno, ni hladno preračunljivo, gledamo mračen, žolčen odziv. To na Balkanu dobro poznamo in razumemo, Zahod pa ne, Zahod išče racionalne razlage. Šele zdaj so prvič priznali, da Putin deluje iracionalno, da je ogorčen zaradi razpada Sovjetske zveze zaradi krivic in ponižanj, ki jih je ob tem doživljala njegova država. To pa so kompleksi malega človeka, kot je rekel pisatelj Sergej Lebedjev, ko je pred dnevi gostoval na festivalu Fabula. Vladimir Putin je mali človek.

Tudi telesno!

Mali človek z veliko močjo, užaljen, hkrati pa izoliran, odrezan od resničnosti, vse to ga dela zelo nevarnega. Putinov sistem se najbrž res lahko zruši samo od znotraj, vendar se bo sistem s tem, kar se dogaja zdaj, težko zamajal. Rusijo bomo lahko samo izolirali, morda prisilili, da ustavi napad na Ukrajino ali ga vsaj omeji na vzhod države, morda bomo na neki točki zamrznili ta konflikt s pomočjo Kitajske, morda pa bomo čakali leta in leta, da ruski sistem kolapsira, da Putin pade, šele potem se bo konflikt v Ukrajini začel razreševati.

A ni zanimivo, da so bili vsi veliki diktatorji majhni, Napoleon, Hitler, Kim Il Sung,

pravkar sva omenila Putina. Iz sebe, telesno majhnega narediš velikega.

Vsak igralec, ki stopi na oder, mora imeti v sebi neko nadpovprečno potrebo po nastopanju, mora imeti ego, ki potrebuje aplavz, ki potrebuje občudovanje množic. Vsakdo, ki stopi na politični oder, ki si zaželi vladati drugim, ima takšno potrebo še bolj izraženo, ima še bolj nezasiten ego, še večjo množico potrebuje, še več pozornosti, še več aplavza. Ta potrebna nemalokrat izhaja prav iz kompleksov, iz nepotešenosti, gre za ljudi, ki jim ni dovolj, da jih sprejema in priznava njihova bližnja okolica, prijatelji, družina in podobno, oni potrebujejo več in potem vedno več, dokler ne postanejo nenasitni. Diktator zagotovo ne more postati vsak, ker nimamo vsi želje po tem, da bi odločali o usodi celih narodov, kaj šele sveta. Te želje tudi nimajo nujno ljudje, ki razmišljajo o dobrobiti družbe, o boljši prihodnosti, to niso nujno človekoljubi, vizionarji.

Pod njim mora biti še tisoče tistih, ki izpolnjujejo vsak ukaz, ne glede na to, kakšen je. Ob tem se vedno znova spomnim Hannah Arendt, ki je ob procesu proti nacističnemu zločincu Eichmanu poskušala razumeti tako ravnanje.

Banalnost zla se skriva tudi v človekovi nemoči, da bi se zlu uprl, da bi v družbi, ki drva v napačno smer, izstopal, se z njo soočil. Še v Sloveniji se ljudje bojijo oziroma se nočejo soočiti, pa smo daleč od Rusije, kjer upor zoper oblast vodi v zapor in je življenjsko nevarno. Ljudje pač raje počakajo, da se zadeve obrnejo, mislijo, da bo vse hudo minilo samo od sebe. Nemočni so in iz te nemoči se jim porajajo razlogi za to, da ne naredijo ničesar. Opravičujejo lastno pasivnost. Pomislite samo na nekatere poslance SMC-ja, ki so v zadnjih dveh letih, potem ko se niso hoteli ali znali zoperstaviti vladi in njenim politikam, postali bolj zagrizeni podporniki vlade od večine poslancev SDS.

Vanja Pegan je v prešnji številki Obale plus dejal, da živimo v moškem svetu, v katerem si fantje merijo lulčke, od tega so odvisne tudi velike odločitve, ki spreminjajo svet.

Ne glede na posledice. Ženske pri svojih odločitvah razmišljajo o posledicah.

Skozi zgodovino so imele ženske v družbi v glavnem takšno vlogo, da so se njihove odločitve dotikale predvsem njihovih družin, njihovih otrok in njih samih. Moški so veliko pogostejše sprejemali odločitve, katerih posledic sami niso čutili. Gremo nad Ukrajino, da jo uničimo, ne glede na vse, to je tipična moška odločitev, bi rekel. Putin v svojem dvorcu ne vidi posledic svoje odločitve. Moški so se navadili odločati o stvareh, ki se jih ne tičejo, zato si vedno znova

Bojana Leskovar



lahko dovolijo nepremišljenost. Ko se je nekaj moških pri nas odločilo, da bo izbrislalo 25 tisoč ljudi, ni nihče od njih razmišljal o posledicah te odločitve. Vsaka ženska, ki se odloča o tem, kaj bo otrokom skuhala za večerjo, mora bolj premisliti o svoji odločitvi in njenih posledicah. Moškim je bolj pomembno, da so njihove odločitve opazne, da se na zunaj vidi, da so oni tisti, ki odločajo, zato so tudi slogani politikov takšni, kot so. Mi delamo, mi vodimo, mi odločamo. Važno je, da se ve, kdo je glavni, posledice nikogar ne zanimajo.

Zanima jih spektakel.

Ja in da se vidi, da imajo nekaj med nogami, da niso ženske, ki preveč razmišljajo in so zato videti neodločne. Če ne razmišljaš o posledicah, so odločitve preprostejše.

Vojna v Ukrajini je tudi v Sloveniji spremenila odnose do nekaterih problemov, na primer do beguncev. Politika, ki je na meje nastavila rezilne žice in pustila, da so se begunci v rekah utapljali, je zdaj postala velikodušna in zagotovila, da v Sloveniji lahko sprejememo 200 tisoč beguncev. Ali lahko upamo, da bo to tudi politika do beguncev iz Afganistana, Sirije...?

Ta oblast in njej podobne oblasti po Evropi bodo jutri spet brez težav spremenile svojo politiko, saj neprestano skačejo sem in tja. Včeraj so bili v Putinovih uniformah, z njim so vsaj posredno sodelovali pri rušenju demokratične Evrope. Naša najboljša zunanjepolitična prijateljca sta bila zadnji dve leti zvesta Putinova sledilca in podpornika Orban in Vučić, ki sta kopirala njegov model vladanja in tudi njegove neliberalne vrednote. Naš predsednik vlade je sicer imel toliko zrnc pameti v glavi, da je ob začetku vojne v Ukrajini dojel, da mora hitro in pompozno prestopiti na pravo stran zgodovine, da mora postati partizan.

Tudi to sprejemanje ukrajinskih beguncev tako služi le temu, da se naša vlade pokaže kot velika nasprotnica Putina. Že jutri pa bo spet prišla na plano bojazen pred drugačnimi, pred vzhodnjaki, pred temnopoltimi, tudi Ukrajina bo spet neznansko daleč, Madžarska se bo raztegnila na tisoče kilometrov. Zdaj pa je važno samo volivcem pokazati, da si proti Putinu.

To velja za vso Evropo, ki je vse doslej dobro sodelovala s Putinom in se zdaj tega sramuje. Evropska skrajna desnica je bila deležna njegove finančne podpore, zato je, denimo, Salvini, ki je Putinu še nedavno javno izkazoval naklonjenost, takoj odhitel na poljsko-ukrajinsko mejo pozdravljat begunce. Jasnno je, da tu ni neke velike ljubezni do Ukrajincev, še manj do beguncev, gre za čisti populizem. Naša oblast pa je bila še tako butasta, da je priznala, da so ti begunci pravi, ker so beli in ker so kristjani. Da se ne bi njeni volivci ustrašili, da bomo zdaj sprejeli kar vse begunce po vrsti, ker jih seveda ne bomo. Volk dlako menja, čudi ne, pravijo na Balkanu.



Zakaj se tako bojimo drugačnih ljudi? Imamo visok življenjski standard in se zavedamo, da lahko veliko izgubimo. Zavedamo se, kako veliko več od drugih imamo in zato se bojimo, da bi nam kdo to vzel. Oni, ki prihajajo, so revni in lačni, zato so drugačni. Evropski svet je idiličen v primerjavi z mnogimi drugimi svetovi, je svet svobode, človekovih pravic, bogastva in udobja. S tem smo zelo zadovoljni in tukaj nastopi strah, ker se zavedamo, koliko ljudi na svetu tega nima. Zahod, katerega del smo danes, ima na vesti grozljive grehe, ki niso kar izginili. Ob tem napadu na Ukrajino, bi nas moralo skrbeti to, da je Putin odprl Pandorino skrinjo starih zamer. Pred kratkim sem zaključil z branjem fascinante trilogeje Amitava Ghosha o opijskih vojnah, v katerih je Zahod Kitajsko sramotno ponižal, ki je dosegel prednost z industrijsko revolucijo in se zatem znesel nad zaostalo Kitajsko, jo dobesedno oropal. Ta občutek ponižanja zaznamuje Kitajsko še danes in močno vpliva na njen odnos do Zahoda. Četudi so danes velesila, se še vedno čutijo ponižane in zavestno pripravljajo povračilni udarec, njihova tiha podpora Putinu je morda del tega udarca. In Kitajci v tem zdaleč niso edini, boleča izkušnja kolonializma je marsikje po svetu še vedno zelo živa, da ne govorimo o vseh sodobnih ameriških vojnah, ki smo se jim Evropejci redno pridruževali. Mislim, da se ljudje v Evropi zavedamo, da imajo ljudje, ki prihajajo k nam iz Azije, Bližnjega vzhoda ali Afrike veliko razlogov za to, da nas ne marajo in celo za to, da se nam maščujejo. In tega se podzavestno bojimo. **Sankcije, ki jih je sprejela Evropa in svet,**

najprej ekonomske, so se razširile tudi na sankcije na področje kulture in umetnosti, celo športa. Ruski umetniki ne morejo več nastopati v Evropi, ne morejo na festivale, na bienale, prepovedujejo se seminarji o Dostojevskem na primer, ne izvajajo več glasbe, ki jo je napisal Čajkovski. Nekaj, kar se mi do nedavnega sploh ni zdelo mogoče. To je po eni strani le novo poglavje razmaha radikalne politične korektnosti, po drugi pa občutka, da moramo zdaj vsi pokazati, da smo na pravi strani zgodovine. Vsi bi radi nekaj prispevali v boju za mir, v boju za demokracijo. In če si munchenska filharmonija, odpustiš Gergijeva, če pa si vodja knjižnice, umakneš Dostojevskega s polic. Vsi bi radi nekaj storili, ob tem pa je ogromno nepremišljenosti. Nasprotovanje vsemu ruskemu nas namreč postavlja na Putinovo stran. On je namreč tisti, ki deli svet na naše in vaše, on zatira svobodo govora, on odreka Ukrajincem pravico do obstoja. Če smo res v vojni s takšnim videnjem sveta, bi morali ruskim umetnikom reči 'Vi ste naši, ne Putinovi!' Drugo, kar pri tem pogrešam, je razumevanje tega, da so žrtve Putina in te vojne tudi Rusi. Veliko Rusov je nasprotnikov Putinovega sistema in takrat, ko protestirajo, izgubljajo službe, končajo na sodišču in v zaporu. Še več Rusov je žrtev Putinove propagande in niti ne vedo, kaj se v resnici dogaja, verjamejo pač tistemu, kar jim Putin v svojih medijih prodaja. Tako kot so številni Srbi nekoč verjeli propagandi Slobodana Miloševića in so verjeli, da se je ves svet zarotil proti njim in da Milošević na Hrvaškem in v Bosni zgolj brani Srbe in Jugoslavijo. Zdajšnje

antirusko vzdušje bo iz ljudi, ki bežijo iz Rusije pred Putinom in ekonomsko krizo, naredilo sovražnike. Rusi se danes v Evropi upravičeno počutijo ogrožene, ne upajo si potovati, ne upajo si govoriti rusko, zato moramo razumeti, da Putin ni Rusija in da v Ukrajini ni vojne med Rusi in Ukrajinci.

Kako se sploh odzvati? Kaj storiti?

Svet se je v zadnjih letih zelo spremenil, naši demokratični sistemi pa se tem spremembam prepočasi prilagajajo. Prepozno smo doumeli, kako zelo se je spremenil medijski prostor, najprej z internetom, potem pa s socialnimi omrežji. V takem prostoru se lahko zgodi Trump ali pa Brexit, populisti zavladajo na Poljskem, Madžarskem in pri nas. Demokracija seveda nikoli ni bila popolna, saj je bilo pred pojavom interneta ogromno ljudi izključenih iz medijskega prostora, iz ustvarjanja javnega mnenja, s tem pa tudi iz odločanja. Leta nazaj sem, ko je Trump prišel na oblast, pisal o tem, da so dobile glas nevidne, neuke množice, ki jih dolga leta nismo pripuščali k besedi. Medijski prostor, naj je bil še tako svoboden in raznolik, je imel svoje urednike in svoje uredniške politike, ki so krojile svet. Tega je zdaj nepreklicno konec in v novem svetu so v javnem prostoru prevladali populisti, tako in drugače organizirane skupine na socialnih omrežjih, proizvajalci lažnih novic, propagandisti vseh vrst. Medijskih varovalk demokracije – ki v resnici ni bila nikoli povsem demokratična, ampak nam je bila vseeno všeč – ni več, zdaj smo dobili drugačno demokracijo, nepredvidljivejšo, manj odporno na odklone. Zdaj smo v procesu, ko to demokracijo ozaveščamo, ko ugotavljamo, kaj se nam sploh dogaja in se hkrati poskušamo na to odzvati. V Singapurju je oblast že pred leti ugotovila, da je problem lažnih novic resen in so se odločili, da bodo lažne novice strogo sankcionirali. To seveda pomeni cenzuro, saj o tem, kaj je lažna novica in kaj ne, odloča država in v tej smeri, se bojim, gre tudi Evropa, ker se tudi nam zdi, da je cenzura manjše zlo od brexitov in Trumpov, od nove vojne v Bosni, od zmage Marine Le Pen na volitvah, prepovedi splava na Poljskem ... Zavedanje o tem, kako močan vpliv na naša življenja je imela ruska propaganda, bodo te procese še pospešili. Takšnega interneta in javnega prostora, kot smo ga imeli zadnjih deset ali dvajset let, kmalu ne bo več, demokracija bo stopila nekaj korakov nazaj, v mnogo bolj nadzorovano in regulirano obliko, kakšne bodo pa posledice, bomo ugotavljali čez pet ali deset let. Zdaj jih je težko napovedati.

Moč besede, ki je napisana ali izgovorjena, bi morala biti zamejena z odgovornostjo govorca. Za vsako besedo, ki jo izrečeš ali napišeš, si odgovoren tudi na spletnih omrežjih. Kar je problematično, so tovarne lažnih novic in troli, ki kot avtomati, objavljajo, kar jim je zapovedano. Ker so anonimni, niso odgovorni za zapisano. Na to se lahko odzovemo z zakonodajo,

kot ste že omenili ali pa s preverjanjem napisanega. Težko delo in premalo nas je.

Mislim, da imamo težave s količino besed. Vsi. Kakovost posameznih besed in njihovo podprtost z dejstvi, smo lahko preverjali, dokler ni bilo odzivamo na nek žaljiv, zavajajoč ali lažniv tvit predsednika vlade, je on napisal že deset novih. Vmes so žalili, zavajali in lagali še njegovi ministri, generalni sekretarji in poslanci. Potem ugotoviš, da nisi reagiral na desetine škandaloznih zapisov in vprašaš se, zakaj bi sploh reagiral na neko določeno izjavo ali zapis, če je istočasno objavljenih še nešteto drugih, še hujših stvari, še bolj ksenofobnih, rasističnih ali mizoginih. To je tako, kot bi v eni trgovini naenkrat kradlo dvajset mulcev in bi blagajničarka enega prijela, ostalih devetnajst pa bi se ji izmuznilo. Tudi tega reveža bi seveda morala izpustiti in imeli bi kaos. Kot ga imamo zdaj v našem medijskem prostoru, saj lahko vsak izjavi ali napiše, karkoli hoče, vedno bo nekdo napisal še večjo neumnost ali nesramnost od njega. Ker je za vsakim Janšo Hojs in za vsakim Hojsom Predalič in za vsakim Predaličem Mahnič. Intako naprej in tako naprej. Na koncu razumnemu človeku ne preostane drugega, kot da se odklopi. Ker ne moreš kar naprej protestirati, pisati popravkov, zahtevati demantije in opravičila. Če ima nekdo tovarno laži, potrebuješ tudi ti svojo tovarno, s katero boš te laži razkrival. Zato bomo kot v Singapurju kmalu imeli zelo strog zakon, ki nam bo zapovedal, da moramo zelo paziti na to, kaj govorimo in to se nam bo zdelo logično in sprejemljivo. Direktor policije nam je v primeru Pavla Gantarja v bistvu le pokazal, kako bo tak sistem deloval v prihodnosti, to je bila neka vrsta simulacije, demo verzija. Na dom boš dobil položnico. Enostavno. Če boš na spletu pisal oblasti nevšečne stvari, če boš kritiziral državo, izvoljene predstavnike. Na ta način bo kmalu demokratična Evropa začela urejati javni prostor.

Tudi vi ste bili tarča pogroma, žalitev, obrekovanj na spletu. Takrat, ko je vaš roman Figa postal obvezno maturantsko čtivo. Zmerjali so vas z leve in desne. Kako ste doživljali to pljuvanje?

Mene napadajo te iste temne sile na enak način že dolgo. Ni se začelo s Figo, s Čefurji raus! se je. Spreminjajo se le mediji, v katerih se pojavljajo napadi. Začelo se je z Reporterjem in Demokracijo, potem pa se je vse preselilo na splet, pojavila se je Nova24TV, twitter. Danes so napadi še bolj primitivni in plehki. Včasih se je novinar, ki je dobil nalogo blatenja, potrudil vse to zapakirati v novinarski članek, danes tega ni več. Predvsem pa vidiš, da nekdo pritisne na gumb, naroči, da je treba nekoga popljuvati. Danes mene, jutri Svetlano Slapšak, pojutrišnjem Borisa A. Novaka. Vsak dan je treba nekoga vreči zverem, ki so lačne te vrste obračunavanj. Pljuvanje po političnih in kulturnih nasprotnikih je pač del medijske vsebine, to je redna rubrika. In mene to

res več ne gane. Najlažje pa na svojem primeru ugotavljaš, kako ta medijski aparat deluje. Zlahka ugotoviš, da ti napadi niso spontani, da so ljudje poklicno ogorčeni nad teboj in tvojim delom. Napad na Petra Stankoviča, češ da je narodnozabavno glasbo označil za fašistično, ni nobeno naključje, raznorazni Požarji in Vasleti so plačani za to, da zavajajo, izkrivljajo in potvarjajo. **Se na to navadiš?**

Se. Sploh ko vidiš, da so to svetovi, ki so po svoje zaprti sami zase, zato se mi to ne zdi tako grozno. Je seveda nevarno, a se ta sistem zaradi svoje cenenosti in neintelligentnosti ves čas samoomejuje. Osredotočen je na dvajset odstotkov podpornikov največje vladne stranke, le njih nagovarja in le njim prodaja svoje resnice. Gre v bistvu za mehurček, v katerem obstaja Goran Vojnović, ki nima prav nobene zveze z mano, ampak je čisti konstrukt.

Iz besedil vas doživim kot izjemno občutljivo osebo, odzivате se na drobne stvari, kot je zimska šal in kapa za Kocbekov kip v Tivoliju. V tem dejanju vidite , "...da ni nič bolj človeškega od norosti, s katero zmoremo začutiti bolečino izza mrtvih na papirju ali izza ledeno mrzlega brona v parku." Je človeku težko živeti s tako občutljivostjo?

Ljudje, ki so mi blizu, pravijo, da se dostikrat kar izklopim, da odtavam. Odkar vem zase, se dogajajo grozne stvari, že od otroštva sem moral ves čas nekaj odmisлити. Po drugi strani pa sem s svojim življenjem zelo zadovoljen, srečen sem, lepo se imam. In morda tudi Ukrajinci tako močno čutim zato, ker se mi zdi, da so živeli meni podobno življenje. In ker vem, koliko lahko vsak trenutek izgubiš. Moj oče je bil star toliko kot jaz sedaj, ko se mu je z vojno v Bosni zrušil ves njegov svet. Veliko razmišljam o ljudeh mojih let v Ukrajini, o ljudeh, s katerimi sem imel stike, vem, koliko bodo izgubili. A če se spomnim vojne v Bosni, vem, da gre življenje naprej, da moraš živeti naprej in da bomo vsi živeli naprej, ne glede na to, kaj se bo zgodilo z Ukrajino...

Tudi jaz pač živim naprej, ne glede na vse, z literaturo pa potem dregnem nazaj v tisto, kar me boli. Ustavim se in kopljem po teh bolečinah, zavedajoč se, da če jih bom pustil nedotaknjene, se jih bo v nekem trenutku preveč nabralo.

Knjiga je na nek način zdravilo?

Bolj potešitev neke potrebe po izpovedovanju. Ne vem, zakaj čutim to potrebo. Neke čudne potrebe so v vseh nas, ki javno razkrivamo svoje intimne stvari, ki o njih pišemo. Morda potrebujem nekega nevidnega sogovornika, ne zadošča mi, da se o vseh teh stvareh pogovarjam sam s seboj. Oziroma jih ne znam iz sebe spraviti drugače, kot da napišem knjigo. Tako kot imam potrebo biti bralec, imam potrebo biti tudi na tej strani komunikacije. Ta komunikacija je zame zelo dragocena, ne glede na to, na kateri strani sem.

Matej Sukič

Z OTROKOM V GLEDALIŠČE



foto: Jaka Varmuž

Mesec april v Gledališče Koper prinaša kopico vsebin za otroke. Po prvih spomladanskih obiskih gledališča se pozna, da so najmlajši v zadnjih dveh letih redkeje hodili na predstave in da so to močno pogrešali.

Ko v gledališče pridejo otroci iz vrtcev in šol, je to vselej posebno doživetje. Smeh, vrišč in tek na vse strani. Spremljevalci poskušajo stanje nekoliko ublažiti, a tudi oni vedo, da gledališče ni učilnica, pa čeprav so se mladi obiskovalci prišli tudi česa naučit. Ogled predstave namreč pogosto spremljajo preostale dejavnosti kulturno-umetniške vzgoje: učne ure o gledališču, trening improviziranja, ure gledališkega bontona itd. Gre za pomembno dejavnost Gledališča Koper, ki prispeva k razvoju mladega občinstva in k širjenju njegovih obzorij. Tako bodo v prvih desetih dneh aprila pripravili kar trinajst dogodkov za šolarje in

malčke.

Pester bo tudi program, namenjen vsem zunanjim obiskovalcem, torej tistim, ki se za obisk gledališča odločajo sproti. Možnosti bo veliko, ker ima april kar tri sobote, ko bodo dopoldnevi rezervirani za najmlajše. Sobota, 9. april, prinaša **Skok v pravljico** z Rokom Matkom, kar je novost koprškega gledališča, saj je doslej z otroki v pravljice skakal zlasti Igor Štumulak. Takoj naslednjo soboto bo na oder stopil **Mali medo** (J. Ivanc) in se lotil pripravljavanja ozimnice, pospravljanja brloga in priprav na zimsko spanje. V soboto, 23. aprila, pa bodo v gledališče priplesali liki iz pravljice **Žabji kralj** (po bratih Grimm), ki govori o sklepanju kompromisov in o tem, da je treba dano obljubo izpolniti. Cena vstopnice za otroške predstave je 6 evrov, več o aprilskem programu najdete na www.gledalisce-koper.si.



MALI SLOVARČEK ZA BOOMERJE

Mogoče spadate tudi vi med boomerje ali zgodnjo generacijo x, katere vrednostni sistem ali koordinate zavedanja so ustvarili hladna vojna, državljanske pravice, raziskovanje veselja, Vietnam, neuvrščeni in razvoj televizije, pri malo mlajših pa še padec berlinskega zidu, AIDS in razvoj računalnika.

Torej ste po vsej verjetnosti starši ali dedki in babice generacije y, ki brsti in cveti v tem neprijaznem, težko razložljivem in disperznem času. Številnim med njimi je usoda čas brstenja določila za čas smrti.

Da bi bolje razumela, kako mislijo čas, ki se je iz korone iztekel v vojno in spreminja svet in njihova življenja, sem jih prosila, naj mi razložijo pomen besed, s katerimi nas opisujejo. Seveda nas natančno opazujejo in si nas razlagajo:

DOOMER – pogubar, če vas naslavlja tako, vedite, da vaše prepričanje o tem, da je vsega konec in da ni več ničesar smiselnega, ker bo tako ali tako konec sveta, v sebi nosi tudi nekaj užitka. Vi ste svoj kos pogače že dobili in hlinite zaskrbljenost, širite črnogledost ter ubijate upanje v generaciji, ki naj bi vam verjela.

TANKIELEVIČAR – to je oznaka, ki jo dobite, če je zvezda edino, kar vas opredeljuje kot levičarja. Zdi se jim, da podpirate stalinistične metode, kar pomeni, da vam očitajo tudi razizem in šovinizem. Oznaka je slabšalna in je dobila ime po ruskem vdoru na Madžarsko. Ne razumete levičarstva.

NACIBOLJŠEVIKI ali **NAZBOL** – tu imam z razumevanjem največ težav, ker gre za čisti paradoks. Desni levičarji? Zelo nazorno pa oznaka opiše čas, v katerem boomerji za razumevanje potrebujemo podnapise.

SNOWFLAKE – snežinka, to je oznaka za vse, ki se ukvarjajo z navideznimi težavami, kot so pravice homoseksualcev, manjšin, Romov, temnopoltih ... Medtem ko naj bi se resni človek danes ukvarja s povsem drugimi stvarmi. Z resnimi temami! Takšna hierarhija prioritete seveda omogoča natančno tak svet, v katerem živimo zdaj, in nas ne bo nikoli pripeljalo drugam.

GASLIGHTING – ali metanje peska v oči. Gre za klasično manipulacijo, ki jo z nami izvajajo oblasti, njihovi mediji in kar počnemo drug z drugim. Ampak POZOR! Gre še za nekaj mnogo bolj perversnega, ker tistega, ki ga gaslajtaš v odnosu, razvrednotiš oz. sprožaš dvome o njegovem razumevanju realnosti. To počneš z lažmi. (Priznam, eno bolj pronicljivih ogledal.)

GREENWASHING – je oznaka za ve tiste, ki izrabljajo ekološko krizo za svoje koristi. Kar pomeni, da imajo zeleno energijo, zelena strategijo in zeleno vizijo samo za promocijo. Z ekologijo se pravzaprav sploh ne ukvarjajo zares. Gre za merilo, ki ločuje tiste, ki mislijo na njihovo prihodnost, od tistih, ki jim ni mar.



PISMO NA DANSKO

Medtem ko je v Sloveniji (vsaj v nekaterih gospodinjstvih) čas posta in čas, ko se odrekanje tudi uživanju sladkih grehov, se na Danskem vsako leto bolj sladkajo tako mladi kot stari. Danci so drugi na svetu (za Finci) po količini pojedenih sladkarij na osebo. Naj gre za čokolado, gumijaste bonbone, pekovske sladice ali »licorice« sladkarije iz sladkega korena, zdi se, da se jim Danci preprosto ne morajo upreti. Na leto v povprečju poje vsak Danec malo manj kot devet kilogramov sladkarij, kar je več kot dvakrat nad evropskim povprečjem. Največ sladkarij družine pojedjo ob petkih zvečer, ko skupaj uživajo v polnih skledah najljubših bonbonov, za izgovor pa imajo razlago, da je početje zelo »hygge«, pripomore k domačnosti ter občutku ugodja in toplote. Za petkovo sladkanje imajo celo izraz »fredagsslik«, kar pomeni v dobesednem prevodu petkove sladkarije. Če bi želeli hygge in petkove večere narediti bolj zdrave, bi vas domačini gledali postrani, saj v njihovem svetu petek enačijo z nezdravo hrano, večinoma s sladkarijami. Podobno kot imajo Danci petkove večere rezervirane za kokakolo in umetne bonbone, tako imajo njihovi zahodni sosedje Švedi za obisk prodajaln sladkarij rezervirane sobote. Na Švedskem že več generacij jedo sladkarije samo ob sobotah na njihov »Lördagsgodis« (sobotne sladkarije). Ko si je povprečen Šved lahko privoščil čedalje več sladkarij v času, ko je šlo državi vse boljše, so se spomnili vsakotedenskega »praznika«, ki je vsaj otrokom omejeval prenašanje s sladkarijami. Tako so se izognili prepogostim obiskom zobozdravnikov, starši pa imajo vsak drug dan v tednu izgovor, da otrokom ne dovolijo čokolade za kosilo ali malico kar tako. Konec dneva torej do Velike noči tako kot Danci in Švedi tudi veliko Slovencev je sladko le enkrat tedensko, le da so razlogi za tovrstno postenje različni – naj bo to zdravje naših zob, »hygge« ali pa tradicionalen post, se bomo verjetno vsi kot majhni otroci na Velikončni ponedeljek razveselili, če nam bo kdo spekel in ponudil domačo potico in druge sladke dobrote.



STRIC IZ AMERIKE

Kaj ima Norveška skupnega z Ukrajino, sem sem spraševal, ko sem v mislih listal po zgodovini in bentil, ker so v zraku nad mano ropotali trije helikopterji. Bidna so pospremili do baze Andrews, kjer ga je čakal Air Force One. Biden, ki bo v času objave tega zapisa že doma, se je odpravil v Evropo na posvete z državami članicami Nata, G7 in EU, katerim kuri pred vrati nori Vladimir Putin. Napada na Ukrajino ni mogoče označiti za vojaški poseg Rusije. Rušenje Ukrajine in pokol njenega prebivalstva je izključno Putinova vojna! To je prvič, da je usoda sveta v rokah ene same osebe, zato Bidnov polet v Evropo, da z Natom prouči, kako zaustaviti Putina, če bo ta uporabil kemično, biološko ali jedrsko orožje.

Skupna točka Norveške in Ukrajine je torej Amerika. Ko je 9. aprila 1940 Hitler napadel Norveško, je skušal ugrabiti kraljevo družino, nato pa vlado zamenjati s Quislingom. Kralj Haakon in premier Nygaardsvold sta se okupatorju uprli. Nekaj mesecev kasneje je morala kraljeva družina prebeči v London, od koder je vodila odpor proti okupatorju. Kot prijatelj norveške kraljeve družine je Franklin D. Roosevelt princesi Märthi, ženi prestolonaslednika Olafa, v Ameriki ponudil zatočišče. Javnost je zato takrat natolcevala, da sta Roosevelt in Märtha imela romantično razmerje. Govorice seveda niso zanikale dejstva, da je princesa skušala predsednika na vse kriplje prepričati, da bi Norveški poslal vojaško pomoč. Kljub naklonjenosti do princeze Roosevelt ni klonil. A tudi Märtha ni klonila. Kot Zelensky pred Putinom je Američane opozarjala na nevarnost pred Hitlerjem. Nacisti po zavzetju Norveške ogrožajo tudi Združene države in Veliko Britanijo, je vztrajala princesa Märtha, ki je bila reden gost Bele hiše. Roosevelt se je nevarnosti zavedel šele po napadu na Pearl Harbor, potem ko mu je vojna takorekoč eksplodirala v naročju. Septembra 1942 je Norveški poslal rušilca. Tudi v Ukrajini se Amerika skriva za zaveso svetovnega spopada, tokrat z razlogom, da ima Putin na voljo arzenal jedrskih bomb, vključno s taktičnimi jedrskimi izstrelki, ki imajo v primerjavi z bombo v Hirošimi zelo majhno rušilno moč. Na Hirošimo so Američani bombo odvrli tri leta potem, ko so Nemcem na Norveškem preprečili, da bi zgradili prvo naci jedrsko bombo. Takrat se je pisalo leto 1942, tokrat pa svet z grozo opazuje, ali bo Američanom uspelo zaustaviti Putina.



VSTOPILI SMO V ZADNJI MESEC

Vstopili bomo v zadnji mesec pred prvim volilnim spopadom. Sezname kandidatov so zaključeni, imena zvonijo, obljube dežujejo. Prihaja april, prihaja april. Ob tem je svet zamajan, pandemija potisnjena na stranski tir, vojna je ponovno na našem kontinentu. Vrednost človeškega življenja na eni najnižjih točk. Po teoriji človeškega kapitala, ki jo je postavil Nobelov nagrajenec G. S. Becker, človeški kapital ustvarja bruto domači proizvod. Zdravje in izobraževanje, ki sta ključna pri ustvarjanju človeškega kapitala, sta zato najpomembnejša dejavnika gospodarske rasti. Vlaganje v izobraževanje in zdravje prinaša največjo blaginjo. Ob tem je potrebno spomniti, da bolezen in odsotnost zaradi bolezni povzročata premajhno izkoriščenost kapitala posameznika, kar vodi v izgubo produktivnosti, znižanje prihodka, predčasno upokožitev, delovno neaktivnost v delovni dobi ali brezposelnost. Vse te negativne posledice so močno odvisne od radodarnosti socialnega sistema. Žal pripravljenosti za prepotrben korak določitve dejanskih zdravstvenih potreb prebivalstva za pregledno osnovno košarico pravic v zadnjih sedmih letih ni bilo. Nujna bi bila javna razgrnitev ocene tveganja zdravstvenega stanja na podlagi demografskih, epidemioloških, razvojnih, kulturnih in migracijskih procesov. V kolikor bo (dovolj) poguma za javno predstavitev že znanega, bo morala slediti nujno potrebna reorganizacija sistema zdravstvenega varstva z uvedbo procesov za višjo kakovost in varnost zdravstvenih obravnav ob optimalnih stroških. Prepričljivost predlogov bo odločilna pri naši podpori. Ob tem se moramo zavedati, da so mednarodne analize ob izteku 2020 izpostavile, da so uspešne in učinkovite države povišale zdravstvene izdatke na 10 % BDP. Skratka, vse se drago plača. Slovenija še vedno ni dosegla 9 %. Morda boste razmišljali, da razlika res ni velika. A gre za debelo odstotno točko, kar pa pomeni veliko več kot 300 milijonov evrov letno. Večina problemov zdravstvenega sistema bi bila obvladana. Pred enajstimi leti sem v politični dokument prepotrebne nadgradnje zdravstvenega sistema zagotovil, da bi njegova uresničitev pripeljala do magičnih 10 %, od katerih bi bilo 80 % javnih sredstev. Takrat družbenega konsenza ni bilo, očitno tudi kasneje ne. Ob sestavi nove koalicije želim Vizionarstva, Ambicioznosti, Stokrovnosti, in predvsem zdrave pameti. Pasmospet tam, na začetku ...

DR. JOŽE BAVCON IN DR. BLANKA RAVNJAK STA BOTANIKA V NAJŽLAHTNEJŠEM POMENU BESEDE

☞ Maja Orel Jakič

»Biotska raznovrstnost pri nas je največja na Krasu in v Primorju, ker se tam narava za svoj obstoj bori.«

Bil je to zgodnje pomladanski dan, ko sva se z znanstvenim svetnikom in docentom ter vodjo botaničnega vrta Univerze v Ljubljani Jožetom Bavconom dogovarjala za klepet. Dejala sem mu, da bi se z njim želela pogovarjati o divji naravi in urbanih vrtovih. O lepoti zelenega in pisanega. Iskričnost in veliko ljubezen do življenja velikega poznavalca rastlinja je bilo mogoče čutiti že »preko žice«. Z veseljem je pristal na pogovor o tudi njemu zelo ljubi Istri in dodal, da se nama bo pridružila raziskovalka, njegova desna roka v botaničnem vrtu, dr. Blanka Ravnjak. Skupaj s sodelavci sta namreč izdala že kar nekaj monografij, ki slikovito opisujejo rastlinje našega darežljivega modro zelenega planeta.

Dr. Jože Bavcon, ko sem se dogovarjala za intervju z vami, sva se naposled dogovorila za zgodnjo uro. Najino dogovarjanje ste namreč sklenili ... »saj veste, potem moram k mojim zvončkom.« Česa tako prikupnega že dolgo nisem slišala. Torej ljubezen do zvončkov še vedno traja?

Jože: Še vedno in skorajda od vedno. Že kot majhen otrok sem hodil v gozd in v svoj vrtiček, ki sem ga v rodnem Cerknem imel ob poti v hlev, prinašal predvsem ciklame, kronice in zvončke. Takrat sem se z njimi ukvarjal na otroško nedolžen način, danes se jim posvečam predvsem profesionalno in v Istri, v dolini Dragonje, navadni zvončki običajno zacvetijo že po šestem decembru. To so tisti prvi, ki jih nato nestrno čakamo tudi v osrednji Sloveniji. Zvonček namreč potrebuje najprej mraz, hudo ohladitev, nato pa otoplitev in to je zanj znak, da se zima preveša v drugi del in da lahko zacveti. Ker pa je bila letos zima dolga in razmeroma hladna, so letos res dolgo cveteli, kar me razveseljuje. Danes imamo v svetu iz Slovenije priznanih 70 sort navadnega zvončka, ki smo jih opisali v Botaničnem vrtu Univerze v Ljubljani. Med njimi tudi sorte, ki smo jih poimenovali Koper in Strunjan po njihovih nahajališčih.

Ste biolog, botanik, agronom, ljubiteljski restavrador, pisatelj, publicist, družinski človek. Ste si od nekdaj svojo življenjsko pot zamišljali tako, kot jo živite danes?



dr. Jože Bavcon in dr. Blanka Ravnjak

Jože: Pravzaprav sem. Ker prihajam iz ruralnega okolja, sem bil na naravo navezan od nekdaj. Nikoli pa nisem imel visokih ciljev, dovolj mi je bil majhen vrtiček, le ta je z leti postajal premajhen, še vedno pa ostajajo povsem miniaturni vrtički, ki so najlepši in rastline sem nekako vedno nosil s sabo. Ko sem se preselil v Ljubljano, so potovale z menoj v nahrbtniku. Tudi ko sem šel v vojsko, sem ozelenil okna vojašnice. Restavratski duh pa se je rojeval na podstrešju domačije, kjer sem brskal za starimi predmeti in jih skušal popraviti. Na stol, ki sem ga pred leti kupil na boljšem sejmu v Kopru, pa me veže prav poseben spomin. Vanj je bilo vložena kar precej dela. Pa ni edini.

Kakšna je Slovenija v očeh botanika?

Jože: Lahko bi rekli, da je Slovenija vroča točka Evrope, saj premore kar preko 3500 rastlinskih vrst. Za primerjavo, celotna Nemčija jih ima enako kot mi. Poljska, ki je bistveno večja od Slovenije, jih ima 2400, Belgija in Nizozemska pa le okrog 1000 raznolikih rastlin, podobno je v Angliji. Alpski, dinarski, panonski in za okus tudi mediteranski svet dela Slovenijo izredno zanimivo, saj pride ob mešanju vseh omenjenih



Skupaj s kolegi iz edinburškega kraljevega botaničnega vrta na Kucji

svetov tudi do velike raznolikosti znotraj ene rastlinske vrste.

Gojita morda do Primorske posebno naklonjenost?

Blanka: Težko kateri kraj prekosi cvetoč kraški travnik. Večja kot je suša, bolj je narava pestra in to se na Krasu in v slovenskem Primorju lepo kaže. Ko pripeljemo na območje Rakitovca tuje delegacije, so nad barvitostjo travnikov izredno navdušeni. Ves evropski konzorcij botaničnih vrtov se je sprehajal po Rakitovcu in planjavah nad njim ter občudoval ta košček pristne narave. Spominjam se, da je lilo kot iz škafe, ko smo krenili iz Ljubljane. Ob prihodu v Rakitovec pa se je pokazalo sonce. To je bil vsem balzam za dušo, obenem pa nas je narava nagradila še s cvetovi potonik, perunik in še narcis poleg mnogih ostalih. Raznolikost narave je v tem koncu Slovenije zares pestra. Tudi Nanos, Čaven, Slavniki denimo, so vredni obiska, ko cvetijo travniki.

V Istri pa se poleg značilnih znanilcev pomladi zbuja tudi druga narava. Mandlji cvetijo, rožmarin, tudi sadno drevje je tik pred razcvetom. Narava kliče po deževju,



Mediterransko rastje v izotskem krožišču



Kneippov vrt pred hotelom Delfin

da lahko ozeleni tudi drevje. To navdaja z novo energijo in optimizmom. Kako vi doživljate pomlad?

Jože: Pred nedavnim sem se mudil v Istri in bi morale biti ta čas že vse zelenice cvetoče, a temu zaradi prehude suše ni tako. Vsekakor je pomlad navdihujoča, ko opazuješ, kako rastlinje kar kipi. Je pa to tudi čas, ko je potrebno biti zelo aktiven, saj cvetovi tudi hitro izginevajo. Nenapovedan sneg ali dež lahko nam, botanikom kmalu prekriža načrte. Letos je idealno leto. Odkar sem v botaničnem vrtu, tega je 26 let, se še ni zgodilo, da bi zvončki tako dolgo cveteli. Tudi v Senožeah še vedno cvetijo.

Kateri so vajini najljubši kotički v Istri, na slovenski obali? Kam najraje zahajata?

Blanka: (S širokim nasmehom) V poletnih mesecih je to zagotovo obzidje v Piranu in osupljivo lepi cvetovi kapre, pa omiljeni Rakitovec. Na Belvederju nad Izolo spomladi raste tip trobentice, ki ga ne najdemo nikjer drugje po Sloveniji. Cvetove ima na malce višjih pecljih. Prevzeta sem tudi nad cvetočo stipo

(op.p. vrsta trave) v okolici Sočerge. Vtis daje, kot bi se sprehajali po srebrnem morju. V aprilu pa lahko ob Dragonji uživamo v redki vrsti vrtnice (Anemone hortensis). Vsega pa tudi ne bomo izdali. (smeh)

Menite, da je stroka dovolj ozaveševalna na področju zasaditvenih navad javnih in zasebnih površin?

Blanka: Še vedno ne dovolj. Morda bomo še to pomlad v sodelovanju z lokalno vrtnarijo v Istri organizirali predavanje o pomembnosti biotske raznovrstnosti in zelene infrastrukture. Če bo do delavnice prišlo, bomo vaše bralce o tem tudi obvestili.

Kakšen pa je vajin pogled na razvoj urbanih vrtov/parkov v istrskih mestih? Se vam zdi, da smo na pravi poti?

Blanka: Nekajkrat sva že povedala, da bi bilo zaželeno v javnih zasaditvah uporabljati več mediteranskega rastlinja. Opažamo lahko, da parke oblikujejo krajinarji s celine, ki mediteranskega rastlinja ne poznajo najbolj. Malce kritično gledava tudi na parke, kjer

namesto kamena uporabljajo lubje/lesne sekance, ker to ne sodi v ta prostor, rastlinam škoduje. Tudi na nekatere orientacije parka sva opozarjala; npr. ob Semeleški cesti, ki je lep, rabil pa bi odprtost klopi in pogled na morje, pa je le ta na celino. Širina morja je tista, ki osupne, zato bi moral biti obrnjen proti zahodu. Sodobna krajinska arhitektura stremi k sivim tonom, ampak ljudje in tudi živali potrebujemo barve. Prav tako bi bilo dobro v začasne zasaditve (korita) saditi mediteransko rastlinje/trajnice in ne denimo begonije ali mačehe. To bi dalo obalnim mestom zaokrožen, enoten in harmoničen videz. Pa tudi vse brežine obalnih mest bi lahko imele takšne pisane travnike, kot so tisti nad Rakitovcem. Ali pa barvite tepihe ruja. Naša narava je tako pestra, če se vanjo vsaj malce poglabimo.

Jože: Poleg tega pa mediteranske in kraške rastline ne potrebujejo veliko vzdrževanja, saj so prilagojene podnebjju. Lep primer urbane ureditve vrta, ki prikazuje lokalno rastlinje, zdravilne rastline in zelišča smo v sodelovanju z lokalnim arhitektom Aleksandrom Bizjakom in

Cvetoče drevje pred industrijskim objektom



zdi, da podjetja skrbijo za zelene površine? Je ozaveščenost kaj višja kot pred leti?

Jože: Stvari gredo ponekod na bolje, ozaveščena podjetja se zavedajo, da njihov ugled temelji na pristopu k zeleni strategiji. Želeli bi si sicer še več zasaditev, lahko povsem preprostih, ni nujno, da ima vsako podjetje intenzivno urejen vrt. Dovolj je le skrb za zelene površine, kakšna opustitev košnje, da rastline lahko zacvetijo, preprosta urejenost okolice. Včasih je tudi manj več. Zanimiv je postal interes za oprasovalce in čebele, čeprav velikokrat ne razumemo povsem, da oprasovalci in čebele potrebujejo naravne vrste, ker le-te jim še nudijo cvetni prah ali medicino in ne njihove sortne izpeljanke. Zanje je pomembno, da tudi kakšno izmed površin ne pokosimo takoj v angleško trato, ampak šele takrat, ko odcveti.

Kako se ob vsem, kar se s planetom dogaja, tu imam predvsem v mislih globalno segrevanje, počutita? Kako kaže flori v prihodnje?

Blanka: Rastline so zelo trdoživa bitja, ker so se skozi razvoj prilagodile pritrjenemu načinu življenja, torej se ne morejo umakniti v senco ali kam drugam, zato so razvile različne strategije prilagajanja okolju. Seveda pa lahko prehitre spremembe povzročijo tudi izginjanje nekaterih vrst. Slabše kaže človeku, če se ne bo zavedel odvisnosti od narave in rastlin. Narava bo v taki ali drugačni obliki zaradi svojega potenciala preživela in razvoj bo lahko šel novo pot. Človek bo vse to težje prenesel, če se ne bo ponovno posvetil naravi in skušal razumeti njeno filozofijo.

zamejskim krajinskim arhitektom Vladimirjem Vremcem uredili ob hotelu Delfin v Izoli. Tam lahko tudi lokalno prebivalstvo najde navdih za zasaditve zasebnih zelenic. Še vedno pa je prisotna težava, ker se rastlinja ne dobi. Redke vrtnarije ga namreč same vzgajajo. Na naših tleh vzgojene rastline pa so najbolj trpežne.

Kako pomembne pa so zelene površine v starih mestnih jedrih Kopra, Izole, Pirana?

Jože: Predvsem so pomembne zato, ker tvorijo senco, proizvajajo kisik in v poletnih mesecih znižujejo temperaturo mest, so pa tudi dušilci hrupa in nenazadnje lepo je, če med vsem pozidanim ugledamo košček zelenega. Zelena infrastruktura veča kakovost bivanja in človeku predstavlja stik z naravo. Pristop, ki ga je pred leti v Izoli ubral krajinski arhitekt Vladimir Vremec, je premišljen. Izobraževal se je še na Dunaju, kjer so morali krajinski arhitekti poznati rastline. Pri nas pa je poznavanje rastlin bolj postranska zadeva. V strogih mestnih jedrih pa bi prebivalce lahko spodbudili k ozelenitvi tako, da bi jim podarili enotne lonce in jih o rastlinju izobrazili.

Blanka: Še vedno pa apeliramo na obalne občine, naj prehitro ne kosijo zelenic in prav tako ne prenizko, saj se tako travnate površine ne »zažgejo«, kot temu radi rečemo, ko je trava zaradi prenizke košnje potem rjava.

Dotaknimo se še urbanih zasaditev okrog poslovnih stavb. Kako pomembno se vam

dr. Jože Bavcon in James Gagliardi iz Smithsonian Gardens



Pisan travnik na Kavčiču nad Rakitovcem



AM-SATUS d.o.o.
inženiring | instalacije | trgovina

KAMEN KOCIPER
Since 1972
Kamen Kociper d.o.o., dobava in montaža naravnega kamna

PREHRANSKE VLAKNINE – VEČ NI VEDNO BOLJE

"Vključi več sadja in zelenjave v svojo prehrano, pij veliko vode, izbiraj več polnozrnatih izdelkov iz žit, izogibaj se pretiranemu vnosu sladkih živil," so ponavadi nasveti, s katerimi želimo "izboljšati" svojo prehrano. Kaj je z njimi narobe? Pravzaprav nič, če je to nasvet za splošno, sedečo populacijo z zmerno ali pomankljivo telesno aktivnostjo, vendar zelo neprimeren in morda škodljiv, če govorimo o prehrani zelo aktivne populacije (športniki, rekreativci).

Polnozrnat izdelki iz žit, stročnice, sadje in zelenjava vsebujejo prehranske vlaknine, ki so se izkazale pomembne za vzdrževanje zdravja. Zadosten vnos prehranskih vlaknin (približno 30 gramov/dan) zmanjšuje tveganje za razvoj raka debelega črevesja in danke in pomaga pri vzdrževanju normalnih vrednosti holesterola in glukoze v krvi. Prehranske vlaknine delimo na topne, ki se recimo nahajajo v sadju in zelenjavi, stročnicah, ječmenu in ovsu ter skrbijo za viskoznost blata, in netopne, predvsem v žitih, stročnicah in nekateri zelenjavi. Te skrbijo za volumen blata in hitrejši prehod le-tega skozi črevesje.

Da ne bo nesporazuma, zadosten, a vendar zmeren vnos prehranskih vlaknin (predvsem sadja in zelenjave), je seveda zaželen tudi pri športnikih. Potrebno je le vedeti, da so obdobja, ko je zelo koristno vnos prehranskih vlaknin zmanjšati oziroma omejiti – recimo pred težjim treningom ali tekmo.

Najboljši vir energije predstavljajo ogljikovi hidrati, vendar ne vsi, saj pod ogljikove hidrate spadajo tudi prehranske vlaknine – te pa niso dober vir energije. Za športnika so pred in po treningu oziroma tekmi najprimernejši vir energije enostavni ogljikovi hidrati, tisti z manj prehranskih vlaknin, npr. bel riž, testenine iz bele pšenične moke, pšenični zdrob, koruzni kosmiči, bel kruh ipd. Slednje so mediji, prodajalci raznih čarobnih diet in prehranskih dopolnil označili za "nezdrave" ali celo "strupene", vendar to ne drži. Določeni populaciji, recimo telesno zelo aktivni, so to še kako koristna živila, saj se najhitreje pretvorijo v energijo, primerna pa so tudi za manj aktivne, razlika bo le v zaužiti količini in kombinaciji z drugimi živili.

Bolj kot smo telesno aktivni, pomembneje je, da zmanjšamo vnos prehranskih vlaknin, ker le-te upočasnijo praznjenje želodca in kasneje tudi absorpcijo glukoze (energije) iz prebavil v kri.



Dajana Smolnik, klinični dietetik, mag. dietetike

Energija (v obliki glukoze) pride tako do mišičnih celic počasneje. Nasprotno pa pride po zaužitju živil, ki so jim prehranske vlaknine v večini odstranjene (bel riž, bel kruh, koruzni kosmiči), do pospešene absorpcije glukoze iz prebavil v kri, kar je pred in med telesno aktivnostjo zelo zaželeno. Želimo si namreč, da prebavila na dan

težjega treninga ali tekme ne delajo "nadur" pri presnovi, saj je nesmiselno trošiti energijo za nepotrebne stvari. Bolje je, da se kot vir energije izberejo enostavni ogljikovi hidrati, ker so z vidika presnove za telo najenostavnejši energetski vir.

V kolikor na to nismo pozorni in pred telesno aktivnostjo zaužijemo veliko zelenjave, sadja in polnozrnatih izdelkov, lahko pride do prebavnih težav in utrujenosti med aktivnostjo, kar bi otežilo izvedbo treninga ali učinek na tekmi, česar si seveda ne želimo. Po aktivnosti prav tako velja, da sadje in zelenjava predstavljata predvsem prilogo h glavnemu obroku. Pica z mocarelo, pršutom in nekaj zelenjave se ne sliši več tako grozen obrok, kajne?

Preveč prehranskih vlaknin v prehrani lahko športniku, kot že rečeno, resno ogrozi regeneracijo in izvedbo treningov ter učinek na tekmah. Več v primeru prehranskih vlaknin ne pomeni vedno bolje za vse ljudi. Ob dolgotrajni neprimerni prehranski strategiji (visok vnos prehranske vlaknine in nizek vnos enostavnih ogljikovih hidratov) lahko povzroči pri zelo aktivni populaciji tudi resne zdravstvene težave – nizke energijske razpoložljivosti. Več o tem pa v naslednji objavi.



KAJ JE PAMETNI DOM?

Živimo v svetu pametnih predmetov, kar je duhovito poimenovanje za tehnološko dovršene uporabne pripomočke. Poleg najpogostejših »pametnih telefonov« poznamo tudi »pametne hiše«, kot prevajamo angleški izraz »smart home«.

Tako poimenujemo hiše in stanovanja, v katerih je možno električne naprave upravljati na daljavo s pomočjo pametnega telefona, tablice ali računalnika. Z napravami lahko upravljamo od doma, iz službe, med dopustom ali s službenih potovanj. Upravljamo lahko s svetili, centralno kurjavo, klimatskimi napravami, televizorji, napravami Hi-Fi, računalniki, kamerami in varnostnimi sistemi. Priporočljivo je, da se pametne instalacije načrtujejo že med gradnjo, ni pa nujno. Obstajajo rešitve, za katere niso predvideni dodatni posegi v domovanje in ni potrebno na novo vrtati in napeljevati kablov.

Električne naprave se povežejo v brezžična omrežja, ki jih lahko sproti prilagajajo. Za uporabnika je najpomembnejše, da so pametne rešitve enostavne ter podpirajo uporabnikov način življenja. Po našem mnenju morajo pametne rešitve predstavljati dodatno udobje za uporabnika. Ključna področja, pri katerih pridejo najbolj do izraza, so ogrevanje, varčnost, varnost ter udobje. Še posebej izpostavljamo varnost, ki se poveča že s tem, da si uredimo avtomatsko upravljanje s svetili. Pametni dom ima namreč možnost, da se luči samodejno prižigajo in ugašajo in s tem dajejo vtis, da hiša ni prazna, kar že odžene marsikatero neprimerno. Ko govorimo o razsvetljavi, nam avtomatsko upravljanje omogoča, da ob odhodu ugasnemo vse luči naenkrat, poleg tega lahko prilagajmo svetlobo. Pametni dom lahko povežete tudi z različnimi globalnimi platformami (Apple HomeKit, Google Home, Amazon Echo), ki

podpirajo tudi glasovno upravljanje s svetili, s čimer postane uporaba pametnega doma še lažja. Uporaba pametnih instalacij ni namenjena samo tehnično naprednim ljudem, temveč tudi povprečnemu uporabniku. Predstavljate si, kako lepo je, če vam avtomatski robotski sesalnik počisti tla, prostori se pričnejo ogrevati in vi pridete v prijetno osvetljen ambient s svojo priljubljeno glasbo, še preden pridete iz službe.

Zanimivo, kako tehnično izpopolnjen je svet, kajne?

Obala nepremičnine d.o.o.

Obala 16, 6320 Portorož
Tel: 05 674 1030
Mob: 041 35 22 00
E: info@obala-nepremicnine.si
W: www.obala-nepremicnine.si

Branko Lončar



VRT V APRILU

Marec se poslavlja brez padavin. Temperature so bile dobre za rast in razvoj rastlin, a padavin nismo imeli, zato so nekatere rastline močno občutile zimske sušo. Tako hudo je bilo, da je marsikdo priklopil namakalni sistem, da je pomagal zelenjavi in sadnim okrasnim rastlinam prebroditi to sušno obdobje. Upajmo, da bo april bolj prizanesljiv in bodo tudi deževni dnevi, da se bodo rastline dobro razvijale in nas obdarjale s svojimi plodovi in svojo lepoto. Za pripravo gredic je bil marec ugoden čas, tako da lahko pričnemo s sejanjem in sajenjem. Opravimo lahko setev korenčka, peteršilja, rukole, redkvice, špinacije in graha, konec meseca lahko posejemo tudi fižol. V specializiranih trgovinah nam ponujajo kakovostno vzgojene sadike solate, blitve, zelene, zgodnjega zelja, cvetače, ohrovtja,... Posadimo jih po načrtu, ki smo ga pripravili v zimskih mesecih in ne pozabimo, da je potrebno posajene sadike tudi dobro zaliti. Če nam vremenski pogoji dovoljujejo, začnemo proti koncu mesca saditi paradižnik, kumare, jajčevce, feferone in bučke.

V **zeliščnem vrtu** so rastline v polnem brstenju. Tudi njim lahko malo pomagamo z namakanjem, če so bile prizadete zaradi zimske suše. Lahko jih še pognojimo z organskimi gnojili. Posadimo, kar si spet želimo imeti v našem zeliščnem vrtu ali je propadlo. Posejemo pa si predvsem enoletna zelišča in dišavnice. S primernimi rastnimi pogoji se bodo rastline dobro razvijale in bomo imeli precej dela z nabiranjem listja, cvetov, stebel podzemnih delov, ki nas bodo ob pravilni pripravi obvarovali pred marsičem.

Sadno drevje in jagodičevje je v polni razrasti. Če je precej suho, jim lahko pomagamo tako, da opravimo namakanje ali jih lahko poškopimo s pripravki, ki rastline zaščitijo pred stresom, pomagajo, da premagajo različne zunanje slabe vplive. Za nasvete se vedno odpravimo na za to usposobljene institucije.



Okrasni vrt je preplavljen z bogato cvetočimi čebulicami. Mnoge grmovnice in trajnice nas tudi obdarijo s svojim cvetjem. April je čas, ko začnemo razmišljati o naših zunanjih koritih in gredicah, zasajenih z enoletnicami in strukturnimi rastlinami. Izbor rastlin za spomladansko sajenje je zelo pester. Za pravilen izbor in oblikovanje naših novih zasaditev se odpravite v **VRTNARIJO MOŠKON v PARECAGU**. Tam vam bo prijazno osebje svetovalo in pri njih boste tudi dobili širok izbor rastlin. Lahko si boste privoščili raznobarvne pelargonije, salvije, surfinije, tagetes, verbene, zajčke, daliete, begonije ... Za uspeh je pomembno, da sta sadilni material in substrat kakovostna, da skrbimo za rastline z zalivanjem in dognojevanjem skozi vso rastno sezono.

Travne površine so se prebudile in lahko opravimo zračenje le teh, saj se s tem procesom iz travne ruše odstrani suho travo in nastane več prostora za razvijanje novih bilk. Pomembno je tudi gnojenje s posebnimi gnojili za trato.



SAB

**Pogumni.
Zanesljivi.**



TATJANA VOJ, SENKA BEMBIČ, JAKA KLAJDERIČ, JANKO SEVER
PIRAN IZOLA KOPER CENTER KOPER OKOLICA

AVDITORIJ
PORTOROŽ - PORTOROSE

www.avditorij.si · T: 05 676 67 77
@avditorij · avditorijportoroz

15.4.

TINKARA KOVAČ

29.4.

TABU

TABU



**Prijave na razpis
do 20.4.2022**



**VRTNARSTVO
MOŠKON**
vrtinarstvo s tradicijo

**VELIKA IZBIRA OKRASNIH RASTLIN:
za balkone, vrtove, cvetlična korita...**
ODPRTO VSAK DAN, RAZEN NEDELJE.

Parecag 31, gsm: 041 607 594

NAVADNO ALI ELEKTRIČNO KOLO?

Sabrina Simonovich



V zadnjih letih je trg preplavilo veliko električnih koles, ki imajo seveda kar nekaj prednosti pred navadnim kolesom, pa vendar tudi e-kolo ni za vsakogar, zato poglejmo, katere so prednosti in slabosti obeh, da boste lažje izbrali primerno zase.

E-kolo je hitrejšo, saj poleg vašega "vrtenja" pedal kolo poganja tudi električni motor. Hitreje boste torej prišli do cilja in lažje premagali morebitne vzpone. V enakem času boste zaradi večje hitrosti prišli dlje in si lahko torej privoščite izlete dlje od vašega doma oziroma štartne točke in tudi utrujeni boste manj. Z večjo hitrostjo pa se poveča tudi nevarnost padcev. Električni motor ima omejeno delovanje, zato se lahko zgodi, da vam zmanjka pomoči motorja ravno proti koncu vaše kolesarske poti, ko ste bolj utrujeni ali se pojavi vzpon. S ceno električnega kolesa raste tudi kakovost baterije in se podaljša njena kapaciteta ter njen rok trajanja. V kolikor kolesarite za pridobitev boljše telesne kondicije in moči nog, vam električno kolo dosego cilja otežuje, saj bo napor manjši in zato tudi njen

učinek. Res pa je, da lahko vedno izključite pomoč motorja, je pa potem treba upoštevati dejstvo, da je takšno kolo težje. E-kolo je pa zelo primerno pri osebah z bolečinami v kolenih, po operacijah ali v času rehabilitacije po poškodbi kolena, ko je večje naprežanje sklepa odsvetovano in bi vam razni vzponi na vaši poti predstavljali težavo oziroma vašemu kolenu škodovali. V kolikor kolesarite pretežno po ravnem, morda e-kolesa res ne potrebujete. Za lažje premagovanje vzponov in dlje trajajoče izlete, ko s takim kolesom prihranite kar nekaj energije, pa le-to pride zelo prav. E-kolo je lahko dobro prevozno sredstvo za odhod na delo ali po opravkih v mestu ali na bližnjih razdaljah, ne obremenjuje okolja z izpušnimi plini, stane pa precej več in je zato tudi bolj dovzetno za krajo.

Z navadnim kolesom boste zagotovo imeli več občutka, da ste "trenirali", saj bo napor nedvomno večji. Kolo je lažje in manj okorno. Z lahkoto ga boste dvignili in prečkali del, kjer se ne da kolesariti in kolo potiskati ob sebi. Med kolesarjenjem lahko pospešite in se bolj ali manj naprezate glede na počutje in cilj, ki ga želite

doseči, saj boste težko dosegli tako hitrost, ki bi bila nevarna. Pri močnejšem potiskanju pedal in vrtenjem pedal pri vzponih boste konkretno obremenili mišice nog, ki se bodo okrepile. Poraba kalorij bo zaradi intenzivnejšega napora tudi večja. Izboljšali boste tudi vašo pljučno kapaciteto, fizično kondicijo in posledično zdravstveno stanje. Pri obeh vrstah koles pavelja, da se je za dosego vpliva na kondicijo potrebno zadihati, kolesariti je potrebno torej dinamično in v območju vsaj zmernega napora. Navadno kolo je lahko poceni, ampak tudi precej drago, zato je pri tem kriteriju odvisno od vaše izbire in potrebe, koliko bo vaše kolo zanimivo tatovom in koliko bo obremenilo vašo denarnico. Pomislite tudi, ali kolesarite sami ali v družbi in kakšna kolesa imajo vaši kolesarski partnerji, saj je lahko nerodno kolesariti z različnimi kolesi. Nekdo se bo zelo utrudil ali za drugega, na e-kolesu, telesna aktivnost ne bo koristna.

Na vsakem kolesu pa priporočam nošenje čelade, saj vam ob morebitnem padcu lahko reši življenje! **Sabrina Simonovich, prof. športne vzgoje, trener fitnesa, učitelj joge, www.sabrinafit.eu.**

NA VRTILJAKU ČUSTEV

Katja Kozlovič



Labirint čustvenega varanja

Razcvet različnih socialnih omrežij je v naša življenja prinesel veliko prednosti z vidika povezovanja in ohranjanja pomembnih stikov, hitrega dostopa in izmenjevanja pomembnih informacij na drugem koncu sveta, širjenja prepoznavnosti, trženja, prodaje. Po drugi strani pa ta razvoj pomeni tudi zelo velik izziv za naše odnose. Še ne tako zelo dolgo nazaj je bil odnos z osebo možen samo v živem stiku, kar pomeni, da se je moral posameznik dogovoriti oz. odpraviti ven, pristopiti k človeku, uporabiti "sebe celega" za navezavo stika. Danes pa se lahko kar od doma "poveže" z ljudmi, ki jih sploh ne pozna, a na prvi pogled in občutek pritegnejo njegovo pozornost. Tu se lahko prične zatikati v intimnih odnosih, kar opažamo tudi v terapevtski praksi. Komunikacija na družbenih omrežjih je lahko v partnerskih zvezah velikokrat predmet spora in bolečin. Lahko je čisto nedolžna, prijateljska in se posameznik čustveno ne zaplete z osebo na drugi strani "žice". Lahko pa se ta komunikacija razvije v čustveno varanje. Posameznik se vedno globlje povezuje, se zaupa prijatelju in z njim govori o zelo zaupnih temah. Postopoma se tako prijateljstvo razvije v nekaj več. Oseba s prijateljem govori o vse bolj intimnih temah, ki ne sodijo v pogovor z nekom, ki ni partner.

Je vsak pogovor že varanje?

Kje je meja med nedolžnim, povsem prijateljskim pogovorom ter odnosom, kjer se že prebujajo hrepenenje, ranljivost ali tudi erotična kemija? Ta meja je lahko zelo tanka, če oseba hrepeni po sočutju. Če je odnos med partnerjema osrečujoč, imata odprto, zaupno in iskreno komunikacijo brez skrivnosti in prikrivanja, potem sta druga drugemu dovolj tako čustveno kot spolno oz. intimno. Partnerja vsakodnevno komunicirata (ne samo po družbenih omrežjih) s številnimi, pogosto tudi privlačnimi ljudmi, vendar pa so naboji teh pogovorov, naravnost, energija in čustva povsem drugačni kot takrat, ko se eden od partnerjev počuti osamljenega in lahko začne hrepeneti po sprejetosti in bližini. O čustvenem varanju govorimo takrat, ko eden od partnerjev prične razvijati ranljivo in zaupno prijateljstvo z osebo nasprotnega spola, ki ni partner. S poglabljanjem te navezanosti so povezane tudi težave v partnerstvu, saj posameznik vedno manj pozornosti namenja svojemu partnerju in vedno več vlaga v "nov" odnos. Vse to partner večinoma tudi začuti, vendar si velikokrat ne zaupa, da čuti prav, ali pa mu celo oseba, ki vara, skuša prikazati drugačno zgodbo, da bi prikrila dejansko stanje

odnosa. Seveda se tega ne da početi v nedogled in ponavadi prevarani partner poišče strokovno pomoč, saj vedno bolj čuti, da v odnosu nekaj ni v redu.

Veliko ljudi varanje razume kot telesni stik (poljub, dotik, spolni odnos), le malo pa se jih zaveda, da se nezvestoba začne že s prvim korakom, ki je vedno nabit s čustvi: z občutki nerazumljenosti, sramom, osamljenostjo in hrepenenjem.

Vedno imamo možnost izbire

Če je posameznik iskren do sebe, bo lahko začutil in si priznal, da se vedno bolj zbližuje z nekom drugim ter posledično oddaljuje od svojega partnerja. Če prepozna takšno vedenje in čustva pri sebi, ima vedno izbiro. Lahko prekine stik z zaupnim prijateljem in se o tem odkrito pogovori s partnerjem ali pa nadaljuje prijateljevanje in s tem tvega krhanje partnerskega odnosa. Čustveno varanje se, čeprav je boleče, ne konča nujno z razdorom zveze, ampak je lahko priložnost za odkrit pogovor, revizijo obstoječega odnosa, ki morda zahteva nov začetek in rast, tako osebnostno kot partnersko.

mag. Katja Kozlovič, zakonska in družinska terapevтка ter izvajalka igralne terapije za otroke

S KAVARNO OŽIVLJAMO MESTNO JEDRO

Andreja Čmaj Fakin

Lorela Dobrinja si s prenovljeno kavarno Golden Loggia prizadeva, da bi se ljudje začeli vračati v staro mestno jedro.

V čem se nova Golden Loggia razlikuje od kavarne Loggia, ki smo jo poznali pred prenovno?

V Golden Loggia – zlati Loggi smo želeli ustvariti podobo in ponudbo mestne kavarne, kjer se obiskovalci sprostijo v prijaznem, pomirjajočem, a hkrati elegantnem okolju in odlični ponudbi. Želeli smo, da bi Loggia ponovno prevzela mesto družbenega in kulturnega življenja lokalnega prebivalstva in s tem doprinesla k temu, da staro mestno jedro dodatno zaživi.

Vaša ponudba ni le odlična kava in drugih napitkih, ampak tudi zajtrki, »brunchi« in občasno celo večerje. Predstavite nam jo.

Drži, Golden Loggia ni samo kavarna, temveč je tudi longue bar. Ponujamo izvrstne limonade, koktejle in destilate, ki jih postrežemo s prigrizki, obiskovalci pa lahko uživajo tudi v edinstvenem pogledu na čudovit beneški trg.

Do poznih popoldanskih ur ponujamo zajtrke oziroma brunche od klasičnega masla in marmelade, omlate s tartufi, slane rogljičke, lastne granole s sadjem, avokado z jajci itd. Razvili smo tudi testo z drožmi, iz katerega pripravljamo focaccie, oplemenitene z mortadelo ali pršutom San Daniele ter lasten kruh z drožmi za toaste. Občasno pa prirejamo tudi večerje. Tako smo pred kratkim imeli Valentino večerjo in suši večer za 8. marec. Ideja je, da bi imeli suši večere enkrat



mesečno, z vinsko ponudbo ter mogoče enkrat mesečno tudi večerje s štirihodnim menijem in izbranimi vini lokalnih vinarjev.

Golden Loggia je obenem tudi vinski butik. Kakšna vina ponujate?

Za vina smo izbrali lokalne vinarje. Vinsko karto nam je pripravil gospod Sašo Dravinec, novinar in velik poznavalec vin. Naša vinska karta tako vključuje vina Zaro, Santomas, Bordon, Vinales, Klabjan, Steras, Rojac, Vinakoper itd. Želimo pa si sodelovanja tudi z drugimi vinarji. Vsa buteljsna

vina strežemo tudi na kozarec.

Razvijamo pa tudi prosee, ki jo bomo še oplemenitili z visokim kakovostnim razredom. Dogovarjamo se, da bi junija gostili dogodek, povezan s predstavitvijo proseeccov in njim ustrezno hrano.

Prav tako dopolnjujemo ponudbo penin, ki ji dodajamo priznane penine višjega kakovostnega razreda.

Prizadevate si, da bi bila Loggia – tako kot nekoč – središče druženja in dobrih razprav. V ta namen ste v sodelovanju z različnimi soorganizatorji pripravili že kar nekaj zanimivih dogodkov. Kaj še načrtujete?

Želimo si, da bi v Loggi različne skupine naše svoje mesto za raznorazne prireditve. V ta namen smo se povezali z Osrednjo knjižnico Srečka Vilharja, s katero vsak zadnji torek v mesecu prirejamo klub Berivka oziroma pogovore o knjigah. V pogovorih smo tudi z Institutom za jezikoslovne študije ZRS Koper in s Slavističnim društvom Koper, s katerima se dogovarjamo o izvedbi pogovornih večerov – kulture dialoga. Prav tako sodelujemo z Obalnimi galerijami, Glasbeno šolo in drugimi soorganizatorji dogodkov. Želimo si, da bi se v mestno jedro najprej začeli vračati domačini, nato pa še vsi ostali. Zavedamo se, da bo za to potreben čas, ampak nekje je treba začeti, sicer bo mestno jedro postalo spomenik.



IL PLACIDO RISANO - KRAJ DOŽIVETIJ

Glede na zgodovinsko preteklost in izjemno lokacijo je opredelitev objekta izziv. Ob sami obnovi so snovalci zgodbe veliko časa preživeli v objektu in njegovi okolici. Reka Rižana ponuja izjemna doživetja, ki človeka popeljejo v čudoviti svet narave. V svoji majhnosti nam ponuja doživetje favne in flore. Na tem prostoru želijo gostu ponuditi doživetje vseh čutil. Želijo, da je čas, ki bo namenjen obisku, zapolnjen z vsemi čuti. Da občudujemo lepoto dreves, žuborenje vode, petje ptic. Da se sprostimo in pozabimo na vsakodnevne skrbi. Da nam doživetje ostane še dolgo v spominu.

Kulinarični del gostoljublja so zaupali mladima chefoma, ki sta, tako kot snovalci, "padla v zgodbo". Spoznala sta veličino, ki nam jo ta kraj ponuja. Priprava hrane in krožnik, ki ga bo gost dobil, mora biti oziroma si želijo, da je v sintoniji z notami doživetja ob prečkanju mostu in vstopu v okolje, ki so ga gradili in oblikovali z željo, da gostu pričarajo doživetje, predvsem pa, da ga za trenutek vrnejo v svet, ki nam je danes nekoliko odmaknjen.

Placido Risano je hram. Hram dobrega počutja, v katerem želijo, da skupaj z ustvarjalci kulinaričnih doživetij spoznamo zgodovinski del zgodbe in obenem izkoristimo vse naravne danosti prostora Istre. Istra ni samo geografska podoba srca Evrope. Je tudi zemlja, ki ponuja raznolikost visokokvalitetnih kmetijskih proizvodov, ki segajo v sam vrh svetovne ponudbe. Tega se zavedajo in verjamejo, da bosta chefa, s skrbno izbranimi in pripravljenimi krožniki, ki bodo zaokrožil doživetje, to veličino znala ponuditi tudi gostom. Za ta doživetja bosta poskrbela chef **Jure Dretnik** in sous-chef **Tomaž Hohkraut**.

Začnimo na začetku, v ozadju vsega dogajanja. Kakšna je zgodba, ki se skriva za restavracijo? Kateri rdeči niti boste sledili?

Jure: Tako kot se izgled celotnega objekta navezuje na zgodovinski dogodek rižanskega zbora, smo se tudi mi odločili, da v kulinariki povzamemo nekaj iz tega obdobja. Z utrinki želimo pričarati potovanje skozi čas, od srednjega veka vse do sedanjosti. Predvsem z uporabo sestavin, ki so bile značilne ali razpoložljive v tistem obdobju. Prevečkrat se nam zdijo živila, ki jih danes vidimo na trgovskih policah, kar samoumevna, a žal temu ni tako. Kot primer mogoče izpostavimo vsem dobro poznan krompir, ki je prišel v Evropo šele v 16. stoletju. To usmeritev jemljemo kot povratek k naravnim



Jure Dretnik, chef kuhinje in vodja restavracije

pridelkom, ne le v smislu kmetijskih, temveč tudi avtohtono rastočih zelišč, začimb in drugih sestavin, ki nam jih nudijo bogate naravne danosti Istre ter njenega širšega zaledja.

Tomaž: Kot smo omenili, bomo na meniju izpostavili določene sestavine, ki so zaznamovale določeno obdobje. Pri pripravi jedi bomo uporabili sodobne kulinarične tehnike, sledimo pa principu, da izvirno sestavino predstavimo na inovativen način, vendar tako, da ohrani njen pristen okus.

Kako ste zastavili meni? Bo ta vnaprej pripravljen ali se boste poslužili à la carte postrežbe?

Jure: Zasnovali smo meni, ki bo vseboval med devet in štirinajst hodov. Menija z manj kot devetimi hodi ne bo mogoče naročiti, kar je ključnega pomena za razvoj zastavljene zgodbe. Ta pa temelji na edinstvenem kulinaričnem doživetju raznolikosti okusov, ki se med sabo dopolnjujejo v harmoničnem zaporedju. Baziral bo na sezonskih pridelkih, zato se bodo določene jedi spreminjale dokaj hitro. Nekatere bomo postregli samo v letnem času, ko nam narava ponuja izvirne sestavine. Tako meso kot ribe, zelenjavo, gobe, tartufe ali divjad. Pripravljamo pa tudi zanimivo presenečenje, ki bo prava gurmanska poslastica. Taka, za katero se sedaj postavljajo osnove, iz katerih bomo čez kakšno

leto razpolagali z vrhunsko sestavino. Vendar je to zaenkrat še zaupnega značaja. Skratka, vsak hod se bo spremenil vsaj trikrat na leto.

V okolici restavracije je veliko domačinov, ki se ukvarjajo s kmetijstvom. V neposredni bližini je tudi ribogojnica. Kako boste to izkoristili? Boste z njimi sodelovali?

Tomaž: Z ribogojnico že sodelujemo. Gre za postrvi, ki jih domačin vzgaja v zdravi, čisti vodi z bogatim obrežnim rastjem reke Rižane, ki izvira le nekaj sto metrov višje. Po okusu so res izjemne. Skozi celo leto bomo nudili postrvi pripravljene na različne načine. V določenem obdobju bomo imeli tudi mladice, ki bodo ena od značilnosti restavracije. Nas pa spodbuja dejstvo, da so se s postrvjo, ki spada v družino lososa, prehranjevali že v starem veku. Zato bomo v sklopu našega jedilnika predstavili še druge jedi, ki izhajajo iz postrvi, kot sta kaviar in botarga.

Ste morda razmišljali, da bi imeli svoj lasten vrt, na katerem bi pridelovali zelenjavo, ki bi jo potem uporabljali v restavraciji?

Tomaž: Zaenkrat se bomo osredotočili na doma vzgojena zelišča, v prihodnosti pa želimo stopnjo samooskrbe čim bolj povečati. Tu gre tudi za kakovost pridelkov, ki bodo izstopali po obsojnosti, konsistenci, predvsem pa po okusu.

Ko že govorimo o vrtu in zelenjavi, ali bodo kaj zase pri vas našli tudi vegetarijanci,



Tomaž Hohkraut, sous chef

vegani ali pa mogoče osebe s celiakijo?

Jure: Seveda. Za goste, ki so se odločili za tovrstno prehrano ali za tiste, ki se morajo zaradi zdravstvenih težav izogniti določenim sestavinam, bomo poskrbeli, da bodo ravno tako uživali ob okusnih jedeh. Zaradi zahtevnosti priprave nam bodo morali to napovedati pri rezervaciji, da jim zagotovimo izkušnjo, ki jo pričakujejo.

Pred intervjujem sta mi omenila, da bo v vaši restavraciji ravnanje z mesom ekološko. Kaj to pomeni?

Tomaž: Tako je. V naši restavraciji bo vodilo, da se z mesom ravna ekološko in odgovorno, v smislu, da se uporabi in izkoristi vse dele mesa. Ne bomo nabavljali pri velikih proizvajalcih, temveč od domačih, manjših živinorejcev. Vodilo nam je vsekakor kvaliteta, reja z naravnimi krmili brez kemičnih pospeševalcev rasti in podobno.

Nekateri pravijo, da preden hrano poskusimo, jo najprej jemo z očmi. Zato vrhunski kuharji veliko časa posvetijo izbiri krožnikov, pribora, postavitvi hrane. A bo tako tudi pri vas?

Tomaž: Seveda. Povezali smo se z več umetniki različnih področij. Med temi je priznana celjska umetnica Bojana Križanec, ki je samo za nas oblikovala posebne krožnike. Skupaj smo se posvetili izbiri barvnih nians, ki plemenitijo videz

postrežene hrane. Seveda so to fineze, ki pričajo o pozornosti na detajle.

Sodelujemo tudi s kovačem Tilnom Šumahom, ki bo izdelal unikatne dodatke, ki bodo popestrili celotno izkušnjo.

Prizadevamo si, da bi imeli čim več ročno izdelanih elementov opreme, ker želimo, da bo vsaka stvar usklajena v dodelano celoto. Tudi s tem bomo izpostavili potovanje skozi čas, ki se odraža pri uporabi različnih materialov, od kamenine, gline, stekla in kovine.

Po vsem povedanem se mi zdi, da je vse res skrbno dodelano, premišljeno, ničesar niste prepustili naključju. Najbrž ste s tako skrbnostjo izbirali tudi kuhinjo, ki bo, kot sta mi povedala, tehnološko zelo napredna.

Jure: Kuhinja je opremljena po zadnjih trendih z najbolj naprednimi aparaturami. Umaknili smo se od klasičnih in trenutno največ uporabljenih plinskih štedilnikov in se odločili za profesionalne, najsodobnejše indukcijske grelce. Omogočajo natančnejšo kontrolo nad samim virom toplote in njeno enakomerno porazdelitev. Gre tudi za ekološko naravnost, tako našo kot lastnikovo in za njegovo skrb za zdravo delovno okolje.

Ta tehnologija omogoča enakomerno pripravo jedi in ohranjanje. Medtem ko bomo za določene jedi, katerih način priprave vpliva na značilnost in izrazitost okusa, uporabljali tudi žar na oglje.

Koliko mest bo na voljo v restavraciji?

Imate v načrtu tudi pripravo večjih prireditev, dogodkov, kot je poroka?

Tomaž: Zaenkrat načrtujemo 30 do 40 sedišč, odvisno od rezervacij. Seveda smo pripravljeni tudi na večje dogodke, pogostitve, poroke ali tematske večerje ter degustacije, kjer lahko sprejmemo tudi več gostov. Zraven restavracije je podzemna klet, ki bo dobro založena z vrhunskimi domačimi in naravnimi vini. V ekipi imamo poznavalce vin in someljeja, ki bo ljubiteljem dobre kapljice svetoval jedem skladna vina ali jih



"Za rdečo nit krožnikov smo se povezali s priznano celjsko umetnico Bojano Križanec. Dogovorili smo se za določene posebne oblike, ki jih bo možno videti samo v naši restavraciji."

popeljal skozi degustacijo v kleti.

Veliko sta naštel. Vaju pri tako zahtevnem in ambicioznem projektu ne skrbi prevelika odgovornost? Kaj pa izkušnje in znanje?

Jure: Seveda je to velika odgovornost. Vendar pa tudi neobičajna priložnost. S Tomažem se dobro ujemava, sva zveržirana in znava delati v timu. Glede znanja, tega ni nikoli preveč, če znaš povzemati iz izkušenj, se iz njih učiti in razvijati nove ideje, je kulinarika brez meja. Imel sem srečo in priložnost delati z vrhunskimi kuharskimi chefi, ki so mi bili dobri mentorji. Vendar sposobnost rabi potrditev. Zato sem se odpravil na razna mednarodna tekmovanja, kjer sem pridobil nove izkušnje, znanje in ideje, razširil svoja obzorja in se sam sebi dokazal.

Je pa res, da sva pri tem projektu deležna velikega zaupanja s strani gospoda Valterja, ki nama je ponudil edinstveno priložnost in podpira vsako našo idejo. Zato je odgovornost še toliko večja.

Slišali smo o uspešnem nastopu na mednarodnem tekmovanju v Španiji. Je to kaj povezano s pripravo menija za Placito Risano?

Jure: Je. Želel sem preveriti vrednost svoje ideje glede priprave jedi s črnimi tartufi pri mednarodnih ocenjevalcih, ki so bili v večini priznani kuharji. In to tekmovanje je bilo namenjeno izključno pripravi krožnikov s črnimi tartufi. Ti so pa velikokrat podcenjeni, ker večina ljudi ne pozna njihove gastronomske lastnosti in ne raznolikosti znotraj same sorte. S ponosom bomo jed vključili tudi v meni, ki si je pri veliki konkurenci prislužila drugo mesto.

Kaj ste pa pripravili?

Jure: To vam bom povedal drugič. Najverjetneje v zimskem času, ko bodo črni tartufi pri nas na vrhuncu kvalitete.

Zakaj naj se ljudje odločijo, da pridejo na kosilo, večerjo prav k vam?

Tomaž: Zaradi zgoraj navedenega in ker jim ne bo žal...



KARMEN BUČAR – Z MODREGA MORJA V IZOLI NA SIVO MORJE NIZOZEMSKE

Morda je manj običajno, da se človek za menjavo življenjskega okolja in delo v tujini odloči v bolj zrelih letih, ko je kakšna okrogla obletnica že za nami, pa vendar selitev v tujino ni le domena mladih. Karmen Bučar je z družino iz Izole sredi izbruha corone odneslo na Nizozemsko, kjer je dobila priložnost za delo v Evropski agenciji za zdravila. Tako je zamenjala delovno področje in s področja komunikacij po dolgih letih prešla na delo administrativne asistentke, na Google zemljevidu pa Izolo označila kot Dom 1, Alkmaar, kjer zdaj živi, pa kot Dom 2. Izolo nosi v srcu, a tudi tam je morje. Bolj sivo je, bolj nemirno, ne vidiš morskega dna, a je vseeno očarljivo.

IZOLA NI EDINI DOM

Poznam jo že dolgo, ni rojena Izolanka, a tu živi že več kot 30 let. Otroštvo in najstniška leta je preživela v Kopru, Izolo je izbrala za dom. Rada ima majhnost Izole, klepet z znanci na ulici, morje, ki jo pozimi bolj polni z energijo kot poleti. Kljub selitvi se z družino pogosto vračajo domov in Karmen je kar hitro udomačila filozofijo svoje sosede iz Izole, ki je vrsto let živela in delala po Evropi in ji je svetovala tako: »Kraj, kjer živiš mora postati del tebe in ti del njega, sicer se lahko zgodi, da trošimo življenje zato, da hrepenimo po tistem, kar smo pustili za seboj, namesto da uživamo v tem, kar imamo.« In to njihova družina zna. Odločitev za selitev je bila skupna: »Z možem in hčerko Petro, srednješolko, smo se o tem veliko pogovarjali in se skupaj odločili za ta korak. Brez tega ne bi šlo. Prijatelji so nam rekli, da smo pogumni, a to je v današnjem svetu običajno, da se ljudje selijo, potujejo. Žal so v to vse prevečkrat primorani, kar se spet dogaja v teh dneh, zato si pravzaprav štejem za privilegij, da imam zdaj dva doma in da v tujino nisem odšla zaradi ekonomskih, političnih razlogov ali vojne. A ko sem dobila priložnost za delo v Evropski agenciji za zdravila, sem si rekla, da je vredno poskusiti, čeprav sem s komuniciranjem presedlala v administracijo in zdaj opravljam delo administrativne asistentke.«

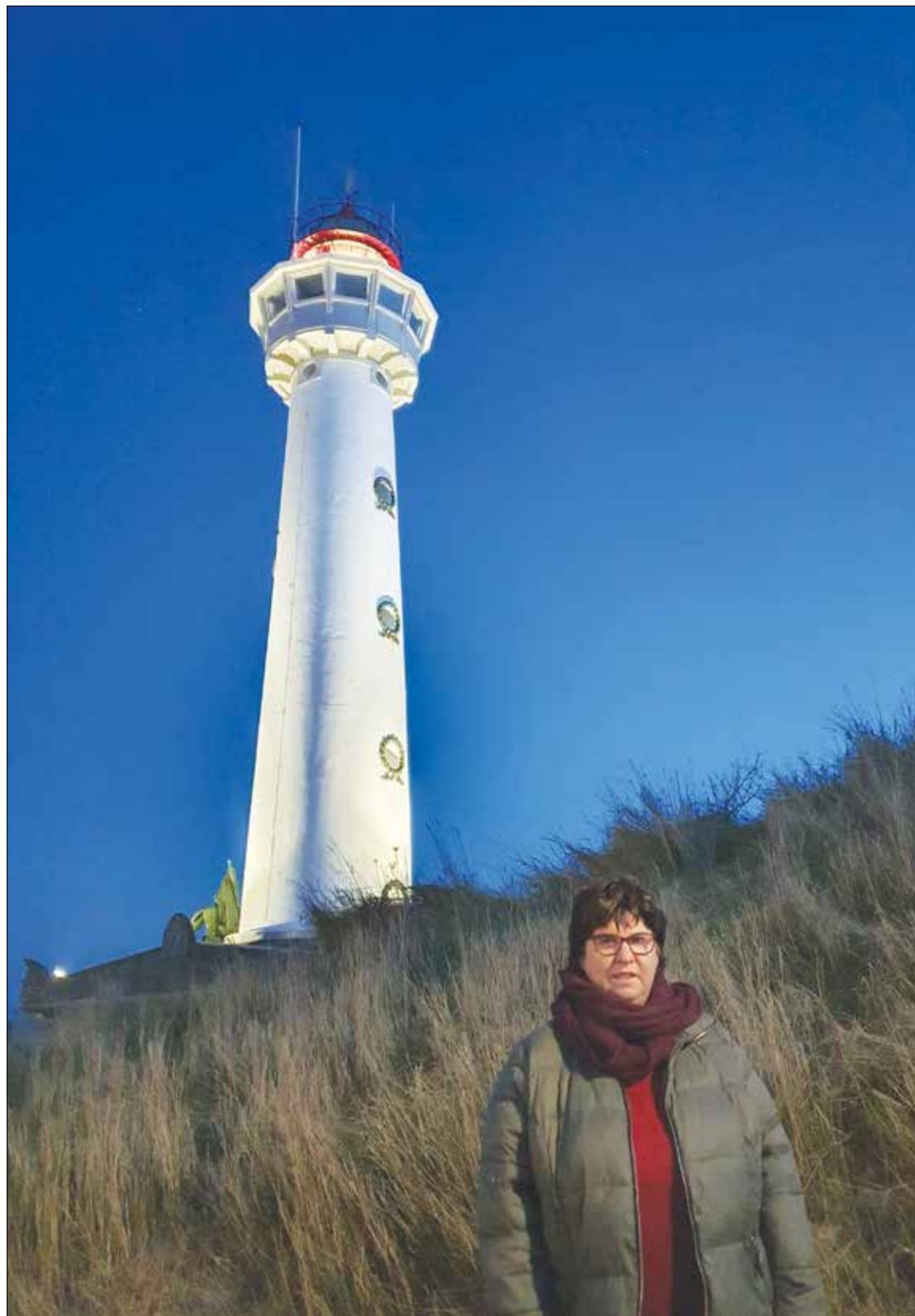
DELO V EVROPSKIH INSTITUCIJAH

Priložnost za delo ni prišla sama od sebe. Karmen je svojo delovno pot v Sloveniji začela pri tedniku



Mandrač v Izoli, kasneje pa dolgo delovala na področju komuniciranja, kjer se je specializirala za letna poročila velikih slovenskih družb:

»Bila sem med prvimi, ki smo v Sloveniji uvajali mednarodne standarde poročanja o trajnostnem razvoju. Potiho sem si vedno želela delati za institucije Evropske unije. Še sama ne vem zakaj me je od nekdaj privlačilo mednarodno okolje, pa tudi ideja evropskega povezovanja mi je bila vselej blizu. Tako sem zasledila nekaj razpisov, se prijavila, opravila teste, a na kakšno konkretno službo nisem računala, saj je konkurenca velika, ampak kot pravijo, ne smeš si preveč želeči, ker se to lahko zares zgodi. Tako sem najprej dobila zaposlitev v Evropskem parlamentu, v pisarni v Ljubljani, tu ostala šest let in se vsakodnevno vozila iz Izole v Ljubljano in nazaj, a bilo je tako pestro in zanimivo, da mi ni bilo težko. Sploh, ker sem sodelovala pri organizaciji številnih konferenc in dogodkov z mnogimi kompetentnimi sogovorniki, s katerimi smo krepili poznavanje EU in ker sem upravljala družbena omrežja Evropskega parlamenta v Sloveniji, kar je bil prav poseben izziv. V evropskih institucijah in agencijah je zaposlenih okrog 500 Slovencev na vseh položajih, od nas, asistentov do direktorjev, priložnosti pa je še veliko za raznolike strokovne profile. Je pa za ta delovna mesta potrebno skozi kar zahtevne izbirne



Nataša Benčič, Radio Koper



postopke. Sama sem na primer po pisnem izpitu morala skozi tri ustne intervjuje. Posebno vrednost tega dela vidim v tem, da pravzaprav ne delamo za neko tujo državo, ampak za Slovenijo oziroma za vso Evropo. Še vedno se namreč premalo zavedamo, da so vse to dejansko tudi naše institucije in agencije, saj je naša država polnopravna članica EU in to že skoraj dve desetletji.«

Karmen mi pripoveduje o različnih možnostih tudi za diplomante, za katere je razpisanih veliko pripravništev, ki odpirajo lepe priložnosti za nadaljevanje kariere. Ni vse, kar je povezano z EU, le v Bruslju ali Luksemburgu, saj so institucije in agencije EU v vseh državah članicah, od Portugalske do Estonije in pokrivajo vsa področja od družbenih ved do naravoslovja in tehnologije: »Tako da je res veliko možnosti za različne poklicne profile. Poleg tega pa z življenjem v tujini lahko iz prve roke ugotoviš, da v Sloveniji na splošno dobro živimo in bi morali biti bolj zadovoljni sami s seboj,« Karmen pove z velikim nasmehom.

BARVE NIZOZEMSKE

Odhod na Nizozemsko je prinesel tudi menjavo šole za hčerko, ki zdaj obiskuje predzadnji letnik Evropske šole in je tu dobila še eno potrditev, da slovenske šole dajejo zelo solidno znanje in široko razgledanost, a se v slovenske šole ne bi več vrnila, saj je šola, ki jo zdaj obiskuje mnogo bolj spodbudna - delo ne temelji toliko na kopičenju informacij, pač pa kako znanje uporabiti in predstaviti: »Ena hčerkinih učiteljic mi je rekla, da mora res pohvaliti njene dosedanje učitelje v naši OŠ Vojke Šmuc in na Gimnaziji Koper, saj je njeno znanje na visoki ravni in to je zagotovo tudi

zasluga dosedanjega šolanja. Po drugi strani pa mi je dalo misliti hčerkino opažanje, ko mi je rekla: »Veš, v tej šoli imaš občutek, da so učitelji izbrali ta poklic, ker radi delajo z mladimi in imajo radi svoje delo. Doma pa se imela včasih občutek, kot da jih je nekdo prisilil, da delajo v šoli, da učijo.« Na Nizozemskem je kar veliko Slovencev, veliko je študentov, mnogi delajo in so si tudi tukaj ustvarili družine. »Nizozemska je znana kot narodnostno pestra država, s številnimi priseljenci, kljub kulturni pisanosti pa ostaja podoba krajine zelo tipična, vsaj tukaj v severni Holandiji. S tradicionalno arhitekturo, mlina veter, polderji, kanali, sipinami in vsem, kar sodi poleg. To me je malce presenetilo, saj smo v Sloveniji vajeni, da podoba krajine velikokrat krojijo individualni okusi in kulturno ozadje prebivalcev, prav poseben vtis pa je name naredil odnos do stavbne dediščine in arhitekture. Tu ne vidiš raznih nadzidav, dozidav, preurejanj hiš in stanovanj. Ne poznam sicer njihove zakonodaje, ampak še tako stroga zakonodaja ne more tega uravnati, če to ni v zavesti ljudi. Po drugi strani pa lahko občuduješ drzno sodobno arhitekturo in vse skupaj se nekako dopolnjuje.«

Kaj je Karmen še navdušilo na Nizozemskem, kjer bodo ostali še vsaj tri leta? »To, da praktično nikjer ne vidiš ljudi živeti in ulicah ali prosjačiti. Le nekaj ulic stran od našega doma je zavetišče za brezdomce in blizu se zaključuje gradnja nadstandardnih, dragih vrstnih hiš, ki so menda že vse prodane. Kupcev dejstvo, da bodo živeli nasproti kraja, kjer se zbirajo ljudje, ki jim življenje ni bilo najbolj naklonjeno, očitno prav nič ne moti. Več te miselne zrelosti, odprtosti in strpnosti bi si želela tudi v slovenski družbi in nasploh.«

NAREČJE – NEKOČ PRIMITIVNA VAŠKA GOVORICA, DANES NESNOVNA DEDIŠČINA

Pred drugo svetovno vojno je bilo narečje jezik sporazumevanja, v času fašizma se je raba slovenskega istrskega jezika zaradi rabe italijanščine zatrla. Po vojni, ko bi narečje lahko ponovno zadihalo, je tedanja oblast v ospredje postavila rabo slovenskega knjižnega jezika. Danes pa lahko slišimo ponovno rabo narečij in celo željo po ohranjanju narečij kot dela slovenske nesnovne dediščine.

V Istri lahko še danes slišimo dve narečji, in sicer istrobeneščino, ki je romansko oziroma italijansko narečje, in slovensko istrsko narečje, z izvorom v slovenski jezikovni skupini. Istrskobeneško govorijo avtohtono poseljeni prebivalci slovenskih obmorskih krajev Kopra, Izole in Pirana. »Istrskobeneško narečje je romanski idiom, ki ga uvrščamo v beneško narečno skupino, natančneje med kolonialne beneške govore. Beneščino so v istrske obmorske kraje in njihovo neposredno zaledje od 10. stoletja dalje prinašali Benečani, tu živeče romansko prebivalstvo pa je do tedaj govorilo le istrskoromanski idiom oziroma istrsko latinščino,« pojasnjuje **Suzana Todorović**, profesorica italijanskega jezika in književnosti, univerzitetno diplomirana sociologinja kulture in doktorica znanosti s področja jezikoslovja, ki se z dušo in srcem ukvarja z istrskimi narečji.

Skozi čas je istrobeneščina postala materinščina za večino Istranov, ki so živeli vzdolž vzhodne in zahodne obale Istre. V podeželskih in zalednih krajih Istre, kjer so se od 7. stoletja dalje naseljevalo prebivalstvo slovanskih korenin, pa se je do danes utrdilo slovensko istrsko narečje. V nekaterih istrskih krajih – Bertoki, Dragonja, Cerej in Hrvatini – pa sobivata obe istrski narečji, saj sta tu skozi zgodovino sobivala oba naroda.

KJE KUŽINA IN KJE ČUHNA?

»Mejomednarečjemadoločam tudisslovenskimi kontrolnimi točkami, ki so na Koprskem Bertoki, kjer obstajata tako istrskobeneško kakor slovensko istrsko narečje, na Izolskem Šared in na Piranskem Dragonja. Omenjene točke določajo konec istrskobeneškega in začetek istrskoslovenskega govornega območja, saj v vaseh vzhodno od omenjenih krajev govorijo Istrani le rižanske in šavrinske govore. Poleg



poglavitnih istrskobeneških točk na Slovenskem sem kartografirala tudi narečne izraze krajev Milje in Buje, ki pripadata Italiji oziroma Hrvaški, da bi prikazala kontinuiteto obravnavanega narečja tudi izven meja Slovenije.«

Sobivanje obeh narodov se še danes kaže pri uporabi istrskih narečnih besed z vplivom istrobeneškega narečja. »Istrani slovenskih korenin so bili vedno bolj prilagodljivi, še posebej v razmerju do mestnega istrskobeneško govorečega prebivalstva, ki so se mu v govoru prilagajali – večina je namreč govorila tudi istrskobeneško, zato imamo danes v slovenskem istrskem narečju toliko romanizmov, kot jim pravimo jezikoslovci.« Take besede so na primer

jaketa – jakna, štorja – zgodba, kotola – žensko krilo, bragše – hlače, diškori – pogovor, nevidljav – nevoščljiv, regipet – nedrček in tako naprej.

»Zanimivi pa so predbeneški izrazi. Gre za narečje, ki se je govorilo v obmorskih krajih pred prihodom Benečanov. Prej so tukajšnji prebivalci govorili istriotsko narečje, ki se danes ohranja samo v šestih krajih hrvaške Istre. Tukajšnji lokalni prebivalci so svoje narečje zamenjali za istrobeneščino. Izrazi, ki so bili istriotski, v istrobeneščini niso ohranjeni, so jih pa ohranjali Slovenci iz zaledja,« pravi Suzana Todorović. Gre za izraze, ki se začnejo s fl- kot na primer flonda – frača in flajda – delovna obleka.

OBUIJANJE NAREČIJ

Do druge svetovne vojne je bilo narečje jezik sporazumevanja. V času fašizma se je raba slovenskega istrskega narečja zatrla zaradi rabe italijanščine. Po vojni v času Jugoslavije, ko bi narečje lahko ponovno zadihalo, je tedanja oblast zaradi potrebe poistovetenja in povečanja občutka pripadnosti državi, uveljavljala rabo knjižnega jezika. Po slovenski osamosvojitvi leta 1991 pa pride do revitalizacije in ponovne rabe narečij, celo želje po ohranjanju le-teh. Ohranja se v vaseh, slišimo ga lahko na raznih radijskih postajah, na primer na Radiu Capris lahko v jutranjih urah slišimo narečje Nejca Špeha. »To je ustrezno, če ne jemljemo narečja kot sredstvo za smešenje njegovih govorcev. Tako govorcem

narečja, ki je tudi njihov materni jezik, damo občutek, da njihovo narečje ni nič grdega in da se ga ni potrebno sramovati. Moram pa poudariti, da v formalnih govornih položajih narečja ne uporablja, takrat se moramo posluževati knjižnega jezika.«

ISTRANI, ISTRIJANI ALI OBALČANI?

Konec januarja je istrsko območje uradno dobilo poimenovanje Slovenska Istra. »Osebo nisem nikoli uporabljala slovenska Istra kot lastno ime, tj. slovenska z veliko začetnico, temveč uporabljam slovenska z malo, ker se tudi intenzivno ukvarjam z italijansko skupnostjo in se mi je zdel bolj pošten način poimenovanja tega območja. Če bi Italijani ali Hrvati pisali italijanska Istra oziroma hrvaška Istra z veliko začetnico,

bi to vzbudilo druge občutke in odzive,« navaja Suzana Todorović. Po njenem mnenju Istra ne potrebuje dodatnih razdvajanj in delitev, zato je poimenovanje Istra povsem zadostno.

Miselni preskok pa bo morala narediti predvsem mlajša generacija, ki že vrsto let uporablja izraz Obala. »Dejansko rabo je težko vsiliti, če mladi čutijo, da je to Obala, naj bo Obala,« pravi. Nastaneta pa dva problema, in sicer kako potem poimenovati prebivalce tega območja, saj ne morejo biti »Obalčani«, drugi pa, kaj je z vasmi v zaledju, saj pod termin »obala« lahko vključimo zgolj obmorska mesta in neposredno okolico. Starejši prebivalci in tisti, ki jim zgodovina teh krajev ni tuja, raje uporabljajo poimenovanje Istra, sebi pa pravijo Istrani oziroma Istrijani.

Društvo Bolnikov z
Distonijo Slovenije
Slovenian Dystonia Society

dbd

Distonija je motnja gibanja, ki se kaže kot ponavljano vzdrževanje nenormalnega položaja telesa ali kot pojav ponavljanih gibov. Lahko se pojavi na enem ali več delih telesa. Najpogostejša oblika je žariščna distonija vratu (spastični tortikolis). Ocenjujejo, da je pogostnost (prevalenca) 20–4000 bolnikov na milijon prebivalcev. To pomeni, da bi lahko trenutno v Sloveniji bilo do 8000 bolnikov z vratno distonijo. Gre za kronično bolezen, ki pomembno vpliva na kakovost življenja bolnikov, njihovo samopodobo in vsakdanje življenje.

Več na spletni strani **www.distonija.si**
kontakt: **info@distonija.si**

Nacionalna kampanja ozaveščanja strokovne in laične javnosti o distoniji.

Poslovna priložnost

Postanite najemnik gostinskega lokala

♦ Koper Sermin, SERMIN 7D, 6000 KOPER – CAPODISTRIA

Lokal ima 45,91 m² barske površine, 14,34 m² skladišča in 51,58 m² vrta. Prostori za osebe so v souporabi z bencinskim servisom. Obiskovalcem lokala je omogočena souporaba parkirnih mest in javnih sanitarij.

Od bodočega najemnika se pričakuje:

- investiranje v premično opremo lokala,
- kritje obratovalnih stroškov lokala,
- ponudba, ki vključuje predlog neto mesečne najemnine (brez DDV) ter plačilo varščine.



Do vključno **10. 4. 2022** na enega od navedenih naslovov pošljite ponudbo, ki naj vsebuje **predlog neto mesečne najemnine**:

- PETROL d.d., Ljubljana, Dunajska cesta 50, 1000 Ljubljana, Organizacija in upravljanje prodajnega mesta, s pripisom »PONUDBA – NE ODPIRA!«
- najem.prostorov@petrol.si

Več informacij na:
01 47 14 928 (od 9. do 11. ure)
www.petrol.si/najem

Pridržujemo si pravico, da po opravljenem zbiranju ponudb ne izberemo najugodnejšega ponudnika ali kateregakoli ponudnika.

PETROL
Energija za življenje

V SLOVENIJI USPEŠNO POSLUJE ŽE 160 POGODBENIH POŠT POŠTE SLOVENIJE



plačate položnico, dvignete gotovino, kupite znamko, kuverto, paketno embalažo itd. Na nekaterih pa prodajajo tudi srečke in sprejemajo stavne listke za loto.

VEČ PONUDBE NA ENEM MESTU

Pogodbene pošte praviloma delujejo v središču naselja, v pritličju stavbe, imajo urejen dostop za invalide ter parkirne prostore za stranke pogodbene pošte. Pogodbena pošta je za delo s strankami odprta vseh pet delovnih dni v tednu (od ponedeljka do petka), lahko pa je odprta tudi v soboto. Minimalni tedenski delovni čas je 22 ur. Kar nekaj pogodbених pošt posluje v prostorih Pošte Slovenije, ki jih pogodbeniki lahko najamejo ali odkupijo. V najetih poštah prostorih poleg poštних storitev opravljajo tudi svojo osnovno dejavnost (trgovina, bencinski servis, trafika, cvetličarna, občina, kmetijska zadruga, turistično-informacijska pisarna ...), saj je bistvo vzporedno izvajanje poštne in osnovne dejavnosti.

VISOKA KAKOVOST OPRAVLJANJA POŠTNIH STORITEV

Zaposleni na pogodbених pošti se pred začetkom opravljanja poštne dejavnosti udeležijo izobraževanja in praktičnega usposabljanja na učnih poštah, kasneje pa so jim za morebitno pomoč vedno na voljo tudi zaposleni v Pošti Slovenije. Po zadnji anketi iz leta 2021 je več kot **80 odstotkov pogodbених pošt zadovoljnih s**

Če želite tudi vi postati del uspešne poštne zgodbe in bi želeli odpreti pogodbeno pošto, nam pišite na e-naslov: **PGP.mnenje@posta.si**.

Iščemo poslovne partnerje za pošte **5250 Solkan, 5251 Grgar, 5273 Col, 6271 Dekani, 6272 Gračiče, 6274 Šmarje, 6275 Črni Kalin 6311 Izola**.

V Pošti Slovenije vam bomo svetovali, kako organizirati delo pogodbene pošte, da bi dosegla optimalne rezultate. Seznam vseh pošt, za katere iščemo poslovne partnerje, je objavljen na spletni strani **www.posta.si**.

Pošta Slovenije. Zanesljivo z vami!



pomočjo, ki jo pri izvajanju storitev na pogodbених poštah dobijo od zaposlenih v Pošti Slovenije.

ZADOVOLJSTVO STRANK

Strankam so na pogodbених poštah na voljo enako kakovostne storitve kot na ostalih poštah, zato zadovoljstvo, ki ga izražajo obiskovalci pogodbених pošt, ne preseneča. S pogodbeno pošto v svojem kraju so zelo zadovoljni tudi prebivalci prej omenjenih krajev, kjer poslujejo pogodbene pošte, ki jih upravlja Kmetijska zadruga Tolmin. »Pred uvedbo prve pogodbene pošte so bili odzivi ljudi seveda različni,« pove naša sogovornica.

»Nekateri so se veselili, da pošta ostaja v kraju, spet drugi niso bili naklonjeni temu, da bi poštne in denarne storitve lahko opravili v lokalni trgovini. So pa jih na koncu prepričali strokovna usposobljenost in zagnanost naših zaposlenih,« zadovoljno zaključuje naša sogovornica Tatjana.

MOŽNOST RAZVOJA LOKALNEGA GOSPODARSTVA

Ta organizacijska oblika predstavlja tudi podporo lokalnemu gospodarstvu, saj podjetjem omogoča opravljanje poštne dejavnosti kot dodatno storitev. V raziskavi iz leta 2021 je kar **42 odstotkov pogodbених pošt** odgovorilo, da se je s širitvijo njihove ponudbe s poštными storitvami **povečalo tudi število strank** v osnovni dejavnosti. Poleg dodatnega zasluga ter konkurenčne prednosti pred tekmeci pa izvajanje poštne dejavnosti mesečno zagotavlja tudi stalno plačilo za upravljanje pogodbene pošte.

www.posta.si

TARTINI 330: ROJSTNI DAN PIRANSKEGA VIRTUOZA

Na Tartinijev rojstni dan se bo v Piranu predstavila vrhunska violinistka Chouchane Siranossian ob spremljavi italijanske zasedbe Venice Baroque Orchestra.

Letos praznujemo 330. obletnico rojstva najbolj znanega Pirančana, Giuseppa Tartinija. V Tartinijevem letu bodo partnerji v projektu Tartini 330 organizirali več kot 70 različnih prireditev. Dogodki, ki se bodo v čast Mojstru narodov prepletali skozi vse leto, so del rednih festivalskih programov in dodatnega prazničnega programa ob obletnici. Med drugim bodo priredili več kot 40 koncertov, deset razstav, deset glasbenih prireditev za mlade in tri vodene izlete z ogledi Tartinijeve poti. Vsi dogodki so zbrani v programski knjižici, ki je na voljo na spletni strani **www.tartini.eu** ter v TIC Portorož in TIC Piran.

Na Tartinijev rojstni dan, 8. aprila, se bo v piranskem Gledališču Tartini predstavila vrhunska violinistka Chouchane Siranossian. Francosko violinistko armenskih korenin uvrščajo med največje virtuozne mednarodne baročne scene. Kot solistka nastopa tako z moderno kot tudi baročno violino in sodeluje s številnimi priznanimi glasbeniki, kot so Kristian Bezuidenhout, Bertrand Chamayou, Andrea Marcon, Leonardo García Alarcón, Daniel Ottensamer, Thomas Demenga, Jos van Immerseel, Christophe Coin, Václav Luks, Andreas Spring, Rudolf Lutz, Alexis Kossenko, Thomas Hengelbrock in François-Xavier Roth. Chouchane Siranossian ima ekskluzivno pogodbo z glasbeno založbo Alpha Classics. Je prejemnica številnih nagrad, med drugim je leta

Francoska violinistka Chouchane Siranossian



2021 prejela mednarodno nagrado International Classical Music Award za zgoščenko s posnetki Tartinijevih koncertov v izvedbi z Beneškim baročnim orkestrom. Njen lahkoten pristop pri interpretaciji zahtevnega Tartinijevega repertoarja vsakič znova navduši občinstvo. Solistko bo na koncertu spremljal italijanski baročni orkester Venice Baroque Orchestra, ki ga je leta 1997 ustanovil čembalist, raziskovalec in dirigent Andrea Marcon. Orkester velja za enega najodličnejših sestavov, ki se posvečajo izvajanju koncertne in operne glasbe 17. in 18. stoletja na zgodovinskih glasbilih. Pod Marconovim vodstvom orkester oživlja pozabljene mojstrovine tega

Petek, 8. 4. 2022, ob 19.00

TARTINI 330: Koncert violinistke Chouchane Siranossian in Venice Baroque Orchestra
Gledališče Tartini Piran

Cena vstopnic: 18€, 16€ študenti in upokoјenci. Nakup vstopnic: uro pred začetkom prireditve pri blagajni Gledališča Tartini Piran in na avditorij.kupikarto.si.

zgodovinskega obdobja oziroma na novo osmišlja dobro znana dela. V duhu pravega baročnega orkestra se njegov obseg in zasedba spreminjata glede na zahteve repertoarja. Rdeča nit so Vivaldijeve skladbe, tako tiste že uveljavljene, kot skoraj nepoznane. Glasbeniki navdušujejo občinstvo po vsem svetu s svežo energijo, slogovno izstopajočo izraznostjo in briljantno jasnostjo godalnega zvoka.

Priznani glasbeniki bodo 8. aprila postregli s programom štirih Tartinijevih del: Simfonijo za godala v D-duru, Koncertom v G-duru za violino, godala in basso continuo, Koncertom v d-molu za violino, godala in basso continuo ter Sonato a quattro za godala v D-duru.

Isti dan ob 11. uri bo v Tartinijevi hiši tudi predstavitev publikacije Giuseppe Tartini & Maddalena Laura Lombardini - Pismo. Gre za faksimile znamenitega Tartinijevega pisma njegovi učenki.

Letos se v okviru projekta Tartini 330 obetajo še številne glasbene postlastice. Izpostaviti velja koncert violinista **Stefana Milenkovića** s komornim orkestrom Camerata Novi Sad, ki bo 5. junija v Amfiteatru Avditorija Portorož-Portorose, koncert ob dnevu državnosti z violinistko **Anno Tifu** in Orkestrom Slovenske filharmonije pod vodstvom **Marca Angiusa**, ki bo 24. junija na Tartinijevem trgu v Piranu, koncert violinista **Allessandra Quarte** s komornim orkestrom I Filarmomici di Roma, ki bo 2. avgusta v Amfiteatru Avditorija Portorož-Portorose, ter inovativen kulturni projekt Tartini 313ctrOnic, ki bo 14. in 15. oktobra predstavljen v nekdanjem skladišču soli Grando v Portorožu.



Italijanska zasedba Venice Baroque Orchestra

Naj vas ogreje
pooblaščen monter

PROTERM.IC
INŠTALACIJE & SERVIS

Čurin Igor s.p.
041/637-727
www.protermic.si

MideaGroup
humanizing technology

CLIVET
Home

Ustvarite si
svoje podnebje
s toplotnimi
črpalkami **Clivet**.

- ✓ Split toplotne črpalke z integriranim bojlerjem sanitarne vode
- ✓ Split toplotne črpalke s stensko enoto
- ✓ Monoblock toplotne črpalke

Sphera EVO
2.0

SUBVENCIJE
EKO SKLADA

TOP SYSTEM EFFICIENCY
ErP 55°C A++
L A+



GEODETSKE STORITVE d.o.o. PORTOROŽ

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



www.S2BE.eu
info@S2BE.eu
S2B SLOVENIA
S2B SLOVENIA



**Ne uporabljajte več
likalnika?**

Katerikoli še delujoč aparat, ki ga ne uporabljate več, prinesite
v najbližji kotiček ponovne uporabe in nagrajeni boste.
Preverite, kje in kako! RABLJENIAPARATI.SI



SPODBUDIMO
E-KROŽNO
zeos.si
PARTNERJI PROJEKTA
LIFE CYCLE 1000000 LIFE
SPODBUDIMO E-KROŽNO
REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA OKOLJE IN PROSTOR
ZEOS
TSD
marjetica
kuiper

REŠEVANJE (PO)MORSKIH SPOROV

»Morje ni zgolj vir življenja, zibelka pomorstva in modri obraz našega planeta, temveč je tudi prizorišče mnogoterih sporov, za katere ni krivo morje, ampak ljudje. Tudi to je še en zaskrbljujoč dokaz, da modrina Zemlje žal ne odraža modrosti njenih človeških prebivalcev.« Tako poetično se nam je uvodoma izrazil **prof. dr. Marko Pavliha**, predstojnik pravne katedre na Fakulteti za pomorstvo in promet Univerze v Ljubljani in dolgoletni gostujoči profesor ter guverner na Inštitutu za mednarodno pomorsko pravo na Malti. Pogovarjali smo se o reševanju mirnodobnih pravnih zapletov, ki so povezani z morjem, ladjami in pomorstvom.

Do kakšnih sporov, povezanih s plovbo, najpogosteje prihaja in kako se rešujejo?

Pomorski spori se v pestri mednarodni praksi pojavljajo domala na vseh področjih, ki jih ureja naš pomorski zakonik, denimo pomorske pogodbe (npr. gradnja in izkoriščanje ladij, pomorska agencija, zavarovanje), plovne nezgode (trčenje ladij, skupne havarije, reševanje na morju), stvarne pravice na ladjah (lastnina, hipoteke in pomorski privilegiji), izvršba in zavarovanje na ladjah ter varnost plovbe. Stranke se običajno dogovorijo za pristojnost tuje arbitraže ali sodišča in uporabo angleškega prava. Pri nas spadajo spori, za katere velja plovno pravo, med gospodarske spore. Te po posebnem pravdnem postopku na podlagi izključne stvarne in krajevne pristojnosti obravnava Okrožno sodišče v Kopru, na drugi in tretji instanci pa tudi koprsko višje sodišče in izjemoma vrhovno sodišče. Kazniva dejanja in prekrški ne sodijo v zasebno pravo in jih običajno ne presojamo v okviru klasičnega pomorskega prava.

Ali je v našem morju veliko sporov? Se spomnite kakšnega primera, morda iz tujine?

Sporov ni prav veliko, če pa že so, se običajno rešujejo v tujini. Naj anekdotično omenim svojo prvo službo pri Splošni plovbi v Portorožu, ko sem se moral kot pripravnik v pravni službi večino časa ukvarjati z reševanjem disciplinskih spisov, torej s pomorskim delovnim pravom. Od mene se je pričakovalo, da bom s pravnimi obrazložitvami pomagal pri odpuščanju pomorščakov, ki naj bi na ladjah huje kršili svoje delovne obveznosti. Nekoč sem malce provokativno vprašal tedanjega generalnega direktorja, kdo bo vozil naše ladje, če bomo odslovili vse mornarje, kar ga zagotovo ni navdušilo. Ko pa sem se čez približno pet let



zaposlil v montrealški odvetniški pisarni, sem imel opravka s tipičnimi pomorskimi spori, še posebej z zahtevki zaradi poškodovanega ali uničenega tovora, za katere je zavarovalnica pošiljatelju ali prejemniku plačala zavarovalnino, potem pa je prek naše pisarne vložila tožbo zoper ladjarja. Prav tako se živo spomnim odmevne stavke kanadske obalne straže, zaradi katere so številne ladje obtičale v zaledeneli reki Sv. Lovrenca in utrpeli ogromno škodo in še bi lahko našteval zanimive primere, ki jih ne zmanjka.

Kako se rešujejo zadeve, ko pride do onesnaženja morja? Kdo nosi odgovornost za onesnaženje morja z nafto? Ali sedanji predpisi zagotavljajo zadostno pravno varstvo problema onesnaževanja morja z nafto ali je po vašem mnenju potrebno sprejeti še nekoliko strožje predpise?

Vaše vprašanje terja odgovor, s katerim bi lahko zapolnila vse strani tega časopisa. Na kratko, tovrstne zadeve praviloma rešujejo pristojna sodišča, za onesnaženje morja z nafto pa

največkrat odgovarja lastnik ladje. Katastrofalne nesreče tankerjev Torrey Canyon, Amoco Cadiz, Exxon Valdez, Erika in Prestige so vplivale na poostritev mednarodnega, evropskega in nacionalnega prava, tako da ni več težava v preblagih ali pomanjkljivih predpisih, marveč v njihovem nedoslednem izvajanju. Zato so ključne znanstveno-pedagoške ustanove, kot je naša fakulteta, ki z izobraževanjem in vzgojo bodočih pomorščakov zmanjšujejo verjetnost človeških napak. Znanje in veščine so skupaj z izkušnjami najboljša preventiva.

Kako se rešujejo spori meje na morju?

Mednarodno pomorsko pravo v sodobni teoriji delimo na pomorsko pravo (diritto della navigazione, maritime law) in pravo morja (diritto del mare, law of the sea), pri čemer slednje vključuje tudi morsko mejno problematiko. Ker so subjekti prava morja večinoma države, se z njihovimi spori ukvarjajo Meddržavno sodišče v Haagu, Mednarodno sodišče za pravo morja v Hamburgu, stalne in ad hoc arbitraže.

Kako ste zadovoljni z razsodbo arbitraže, ki je določila mejo med Slovenijo in Hrvaško? Vemo, da je hrvaška država ne upošteva.

Kaj lahko naredi Slovenija?

Arbitražna razsodba je za moj okus dober in dokaj izviren kompromis, nad katerim sicer nobena od obeh vpletenih držav ne more biti navdušena, a tudi pretirano razočarana ne, kar kaže na njeno solidnost. Žal jo naša sosedica ne priznava, čeprav je pravomočna in del mednarodnega prava, zato nam po izgubljeni tožbi pred Sodiščem Evropske unije ne preostane nič drugega, kot da se s Hrvaško še naprej pogovarjamo, pogajamo in poskušamo postopoma uresničiti vsaj bistvene elemente te odločbe.



TINDER JE V TRENDU, SPLETNE PREVARE PA TUDI

Iskanje partnerja, prijatelja, ljubimca ali celo življenjskega sopotnika prek spleta ni več nobena novost. Z naraščanjem uporabe spletnih platform in aplikacij za zmenkarije pa naraščajo tudi spletne ljubezenske prevare.

K pisanju tega članka me je spodbudila nedavno lansirana Netflixova uspešnica The Tindler Swindler (Prevarant s Tinderja). Dokumentarec, ki pripoveduje o skupini žensk, ki so prek aplikacije za zmenke Tinder spoznale domnevnega izraelskega poslovneža Simona Levieva, ki se je predstavljal za diamantnega magnata, v resnici pa je bil le spretni prevarant, ki jih je pretental za milijone dolarjev, sodi v rubriko »saj ne more biti res«. Kako lahko čedne in zrele ženske nasedejo vabilom na razkošne zmenke in drage večerje ter namišljenemu liku v dragih avtomobilih, zasebnih letalih in dizajnerskih oblačilih zaupajo do te mere, da zanj jemljejo visoka posojila ter prodajo vse svoje imetje, da na koncu ostanejo brez vsega?!

Pregovor, da je ljubezen slepa očitno v tem primeru še kako drži. Da primer karizmatičnega izraelskega prevaranta še zdaleč ni osamljen, ampak prav nasprotno, da so take in podobne zgodbe čedalje bolj pogoste tudi v našem okolju, nam potrdi tudi Anita Leskovec s Policijske uprave Koper. »Na Policijski upravi Koper smo od 1. 1. 2021 do danes obravnavali sedem kaznivih dejanj t.i. "ljubezenskih" spletnih goljufij, ko storilec v komunikaciji prek različnih družbenih omrežij prepriča oškodovanca oziroma oškodovanko, da mu nakaže denar na tuje bančne račune«, pravi in dodaja, da je skupna materialna škoda v teh primerih znašala dobrih 121 tisoč evrov. V primerjavi s Tinder-Swindler-jem, ki je svoje

žrtve okradel za vrtoglavih devet milijonov evrov, je to malo, za naše okolje pa nikakor ne gre za zanemarljivo vsoto.

OBIČAJNO GRE VSE PO ISTEM KOPITU

Kot pravijo na Policijski upravi Koper, je v veliki večini obravnavanih kaznivih dejanjih storilec prepričal oškodovanca, da opravi prvo plačilo, na primer za zdravljenje hudo bolnega otroka, čemur pa so sledila še dodatna plačila za domnevne storitve, kot so dajatve, carina in drugi birokratski stroški.

Zdravnik v Siriji, ameriški marinec na mirovni misiji nekje v Afriki ali v Iraku, ovdoveli delavec na naftni ploščadi, ločen in osamljen moški z bolnim otrokom, ... Taki in drugačni razočarani gospodje s tragičnimi zgodbami na spletu iščejo sorodno dušo, ki bi jih razumela. To bi lahko bil začetek velike ljubezenske zgodbe, a se te zgodbe na žalost skoraj vedno končajo z enakim zaključkom – zlomljenim srcem in prazno denarnico.

Da gredo tovrstne ljubezenske prevare običajno vse po istem kopitu opozarjajo tudi na spletnem portalu varninainternetu.si. »Osamljene ženske, ki so se na spletu zapletle s šarmantnimi tujci, so po letu dni 'razmerja' na daljavo ostale brez nekaj deset tisoč, nekatere celo brez več kot sto tisoč evrov«, opozarjajo. »Običajno posamezniki žrtve najdejo prek različnih portalov in spletnih klepetalnic. Po večmesečnem dopisovanju si želijo priti v Slovenijo in tako nastopijo prošnje za poplačilo vize, potrdila o zdravstvenem zavarovanju, letalske vozovnice itd. Praviloma vedno prosijo za nakazilo denarja prek plačilnega sistema Western Union, ki ne omogoča sledenja transakciji«, še opozarjajo na omenjeni spletni strani. Komunikacija poteka tako dolgo, dokler žrtev nakazuje denar, ko pa izkaže dvom ali nestrinjanje z nakazili, pa tudi ljubezen na daljavo ugasne.

JE SPOZNAVATI LJUDI PREK SPLETA RES ENOSTAVNEJŠE?

»Potreba po ljubezni je po Maslowi lestvici potreb ena od osnovnih človekovih potreb in ni čudno, da je večina ljudi zelo motivirana iskati partnerje na različne načine, tudi prek spleta. Spletni zmenki so zadnje čase zelo popularni, ker imajo to prednost, da človek lahko hitro spozna večje število ljudi, na širšem geografskem področju, medtem ko spontano spoznavanje v živo zahteva več časa in truda, neuspehi



poskusi pa tudi vzamejo veliko časa«, pojasnjuje diplomirana psihologinja – profesorica iz Čuječne sobe – centra za izobraževanje, svetovanje in psihoterapijo Maja Frencl Žvanut in dodaja, da je v času pandemije zaradi večje osamljenosti, različnih ukrepov, kot so distanciranje in lockdown, ta način postal dobra oz. včasih tudi edina priložnost za iskanje partnerja. »Oseba, ki je bolj osamljena, impulzivna ali ima močna romantična prepričanja, je v večjem riziku, da bo nasedla lažni ljubezenski zgodbi in plačala

zahtevani denar, vendar je treba biti previden, vsak od nas je lahko žrtev take prevare, ker se običajno goljufi poslužijo učinkovitimi tehnikami

persuazije (prepričevanja), na katere lahko vsi nasedemo«, opozarja sogovornica in dodaja, da spletni prevaranti ustvarjajo intenziven odnos z žrtvijo in žrtvi dajejo občutek, da je privlačna, željena in ljubljena. Po njenih besedah je pomembno, da se ljudje treniramo v kritičnem mišljenju ter ozaveščanju, sprejemanju in razumevanju svojih čustev in kognicij.

TINDER, BUMBLE, OKCUPID IN ŠTEVILNI DRUGI

Res je, da Tinder na lestvicah najbolj priljubljenih spletnih orodij oziroma aplikacij za zmenkarije vlada na prvem mestu, hitra raziskava na spletu pa pokaže, da obstaja še cel kup drugih sorodnih aplikacij. Aplikacija Her je na primer namenjena ženskam, ki iščejo ženske, Grindr pa moškim, ki iščejo moške. Bumble je aplikacija, pri kateri so ženske na potezi, da naredijo prvi korak, OkCupid pa potencialne partnerje povezuje na podlagi kompatibilnosti. Takih in drugačnih aplikacij je še veliko. Ene so namenjene iskanju resnih zvez, spet druge za poglobljene pogovore, tretje samo za seksualne užitke itd.

V Sloveniji je že več kot 20 let na voljo spletni portal ona-on.com, na katerem je registriranih že 200 tisoč uporabnikov. Po podatkih Nacionalnega odzivnega centra za kibernetno varnost pa kar 20 odstotkov Slovencev išče ljubezen na spletu.

ALISTE ŽRTEV?

Verjetno poznate pregovor, ki pravi: »Ko posodite denar prijatelju, izgubite denar in prijatelja.« Odvetnik Gregor Verbajš pravi, da se iz Netflixovega filma lahko na hitro naučimo dve lekciji, in sicer, da je vse pogodbe treba sklepati pisno (tudi posojilne pogodbe med sorodniki in prijatelji) in da naj pogodbe sestavljajo pravniki. »Zavedati se morate, da tudi če boste imeli pisno pogodbo in dolжник ne bo imel premoženja oziroma vaše terjatve ne bodo ustrezno zavarovane, je verjetnost uspešne izterjatve precej majhna. Zato preden posodite denar, dobro premislite in se posvetujte«, opozarja odvetnik, medtem ko strokovnjaki in policija opozarjajo,

da je prvo pravilo, ko se znajdete v vlogi žrtve, da vas ni sram in prevaro čim prej prijavite ter seveda nemudoma prekinete vsakršen stik, ob tem pa shranite vso korespondenco.

Sicer pa je dobro ravnati preventivno in biti pozoren na sumljive zanke, kot so polomljena slovenščina, slovnične napake in nerodni izgovori. Če se dogovorite za osebno srečanje, družinskim članom in prijateljem povejte, kam greste, nikoli ne pošiljajte denarja in ne razkrivajte podrobnosti kreditnih kartic, spletnih računov ali kopij osebnih dokumentov.

OBSTAJAJO RAZLIČNE SPLETNE GOLJUFIJE

Na Policijski upravi Koper opozarjajo, da poleg "ljubezenskih" spletnih prevar se v zadnjem obdobju srečujejo tudi s t.i. nigerijsko prevaro, pri kateri gre za domnevna izplačila dediščine in loterijskih dobitkov, kjer spletni prevaranti od žrtev zahtevajo plačilo davkov, carin, poštnin in drugih stroškov. Prisotne so tudi t.i. direktorske goljufije (CEO fraud), prevare pri prodaji predmetov na spletu, prevare, kjer storilci prek spleta ponujajo različne oblike lahkega zaslužka in druge oblike spletnih prevar, ki so vsakič znova dokaz, da človeška domišljija nima meja.

V letu 2021 je bila skupna materialna škoda različnih spletnih goljufij na območju PU Koper skoraj 885 tisoč evrov, v prvih dveh mesecih letošnjega leta pa že skoraj 470 tisoč evrov.

In za konec še češnja na tortici. Ravno v času zaključevanja članka, na moj elektronski naslov prispe sporočilo odvetniške družbe iz tujine, ki me prosi za prenos skoraj 19 milijonov dolarjev zapuščine pokojnega gospoda z mojim priimkom. Gospodu Samuelu Cooperju, ki se je name obrnil s polomljeno slovenščino, seveda nisem odgovorila. Elektronsko sporočilo pa nemudoma izbrisala.

Foto: vir unsplash

Foto: Simon Leviev (vir: Facebook)



ELEKTROCENTER

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

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



JANEZ SKAZA

Vsak mesec predstavimo vsaj enega vrhunskega istrskega glasbenika. Tokrat se bomo prvič pogovarjali z nekom, ki ni avtohtoni domačin. Če na obletnico mature ne hodiš na Obali, potem nisi domačin, je menda pravilo.

Kam hodiš na obletnice osnovne in srednje šole?

Pozdrav vsem! Me veseli, da orjem ledino med t.i. forešči in da sem si očitno vendarle uspel prislužiti pridevnik vrhunski. (nasmeh)

Torej po tej definiciji zagotovo nisem domačin, sicer pa na vprašanje, od kod prihajam vedno pogostejše odgovorim iz Kopra, demonim se pa še vedno glasi in se bo še dolgo glasil Zrečan, kar pomeni, da se obletnic osnovne šole udeležujem v Zrečah, gimnazije pa v Celju.

Na tem mestu naj se še pohvalim, da zmagovalci letošnje EME prihajajo prav z gimnazije, ki sem jo obiskoval.

Si iz Zreč, a pot te je pripeljala k morju. Je za to kriva glasba, profesionalno življenje ali morda ljubezen?

Vse po malem, a nič od naštetega ni bil ravno povod, gledena to, da je dekle Dolenjka. Pripeljala me je avtocesta A1, smer Koper, morska klima, super družba, seveda tudi glasba in projekti, ki se v veliki večini dogajajo v Portorožu, burja in refošk.

Kako to, da te je pot pripeljala v glasbo?

Imaš glasbeno izobrazbo, te je morda za instrument navdušil kdo od sorodnikov, mladostnih idolov?

Formalne glasbene izobrazbe nimam, saj je Biotehniška fakulteta (vsaj takrat) ni ponujala. Sem pa z glasbo obkrožen, da ne rečem kar stoodstotno okupiran, pravzaprav od rojstva. Prihajam namreč iz glasbene družine in odraščal sem v hiši, kjer glasba precej glasno igra od jutra do večera, tako da je za mojo neskončno ljubezen do nje "kriv" predvsem oče, ki jo je meni in bratoma, ki sta tudi oba glasbenika, predstavil na zelo lep, neobvezujoč način. Preprosto dovolil je, da smo se sami neskončno zaljubili vanjo, tako da je bila izbira poklica oz. kariere povsem jasna.

Kje najraje nastopaš? Sodeluješ tako s štajerskimi glasbeniki kot s Primorci. S kom trenutno največ ustvarjaš?

Rad nastopam povsod, kjer publika ceni zvok, ki ga z glasbeniki, s katerimi v tistem trenutku stojimo na odru, pošiljamo in v njem uživa. Tako je moje oziroma naše poslanstvo glasbenika res izpolnjeno.

Sodelujem ne samo s Štajerci in Primorci. Mislim, da v številnih projektih, v katerih sem soudeležen, pokrijem kar veliko večino naših narečnih skupin,

tudi tujih jezikov ne manjka.

Če se dobesedno oprem na glagol "ustvarjati", sem trenutno najbolj okupiran s snemanjem albuma svoje skupine 500m (500 metrov), torej s Štajerci, za katerega sem napisal veliko večino glasbe in besedil. Na odru sem v zadnjem obdobju aktiven predvsem z Evo Boto, Tinkaro Kovač, Leo Sirk, Milizza tribute to police, Blue Angel Gang, MONO trio, muzikal Cvetje v jeseni, ... V preteklosti sem dolga leta delil oder z Nino Pušlar, letos poleti pa se na naše odre vrača vsestranska umetnica iz Združenih držav, Gwen Hughes. Vabljeni tudi na enega izmed njenih koncertov, pred tem se pa vidimo še na Melodijah morja in sonca.

Na prvi pogled se zdi, da se žanrsko ne omejuješ. Kako izbiraš projekte?

Žanrsko se je po mojem mnenju zelo težko opredeliti, še težje omejiti, tako da sem si s to neomejenostjo verjetno celo olajšal življenje. Zagotovo določeni slogi igranja pri posamezniku izstopajo bolj kot drugi, ampak to se da dobro izkoristiti za nadaljnje raziskovanje instrumenta. Konec koncev imam navado, kot najbrž tudi ostali kolegi, vaditi sloge, žanre tehnike itd., ki mi v danem trenutku niso najbolj domači. Všeč so mi zvoki z vseh koncev sveta. V zadnjih letih sem svoje "nekajtedenske odrske premore" (beri: letni dopust) preživel na afriški celini in močno vzljubil tamkajšnjo glasbo. Stric, priznan glasbenik, pogosto rad reče, da obstajata samo dve vrsti glasbe: slaba in dobra. Tako, da najbrž izbiram projekte, ki so dobri, ... upam (smeh).

Z Obale, še posebej iz majhnega Pirana prihaja veliko vrhunskih glasbenikov. Si se hitro vključil v "lokalno sceno", spoznal veliko glasbenikov ali obstaja kakšna tekmovalnost med vami?

V Istro me je med drugim pripeljala tudi dobra družba, tako da sem svoje življenje tukaj začel že delno vključen, tudi ogromno tukajšnjih glasbenikov sem že poznal. Sicer pa celotna Slovenija premore ogromno dobrih glasbenikov, že samo, če vzamemo za primere majhne Zreče... (smeh).

So me pa obalni glasbeniki že pred leti, ko smo se z nekaterimi spoznali, navdušili predvsem s svojo profesionalnostjo, odrskimi izkušnjami, dobro opremo in neverjetnim občutkom za rock'n'roll.

Dvomim, da vlada med nami tekmovalnost, če smo preživeli koronski čas. Tista zdrava mogoče, ki pa je vedno dobrodošla.

Se lahko ukvarjaš in preživljaš le z glasbo? Samo z igranjem in ustvarjanjem ali tudi z učenjem, produciranjem, ...?

Že dolga leta živim od glasbe. Poleg nastopov je tu še redno poučevanje kitare, katerega izvajam v



sodelovanju z Leo Sirk in njeno šolo, lotim se tudi produkcije, pisanja glasbe, tekstopisja, pa tudi kakšen kabel potegnem po odru, da se prikupim tehnikom, da kdaj pospravijo za mano.

Uživaš v svojem poklicu? Kateri del biti glasbenik ti je najbolj pri srcu? Imaš morda kakšen projekt, na katerega si še posebej ponosen?

Če v poklicu ne bi užival, ga verjetno ne bi opravljal, tako da uživam prav v vseh aspektih, ki ga poklic glasbenika ponuja.

Mislim, da smo si s kolegi enotni, da nam največje zadovoljstvo in ponos prinašajo ravno avtorski projekti, tako da sem na album svoje skupine 500m, ki je trenutno v nastajanju, že zdaj zelo ponosem. Verjamem pa, da bom ob izidu še toliko bolj.

Si s kom še želiš sodelovati, pa ti do danes še ni uspelo?

Če "območje meritve" raztegnemo na ves. planet, me začne boleti glava, ko začnem razmišljati o tem, s kom vse mi še ni uspelo sodelovati.

Dvomim, da imam specifično željo, saj bi se tudi precej obiral z odgovorom na vprašanje, kdo je moj najljubši glasbenik, kitarist, skupina...

V življenju stvari ne kategoriziram, postavljam na lestvice in jih pretirano primerjam med sabo. Kar je dobro je dobro, tako da upam, da mi uspe sodelovati s čim več dobrimi, da naredimo nekaj dobrega. Turneje s Stingom se pa verjetno nihče ne bi branil.

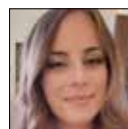
Te lahko kmalu kje slišimo v živo? Kje vse te lahko najdemo na spletu?

Seveda! Konec marca v teatru v Kopru ravno v družbi obalnih glasbenikov, v začetku aprila širom Slovenije na turneji z Evo Boto ob desetletnici njene kariere, temu pa sledi toplo vreme, veseli obrazi in zagotovo se kje srečamo. Včasih tudi v družbi koga povsem nepričakovanega. Kdo ve?!

Ker pretežno sodelujem z izvajalkami nežnejšega spola, ki v poznavanju družbenih omrežij nesporno vladajo, sem nemalokrat tarča njihovih kritik o moji "spletni pasivnosti". (smeh)

Ker pa moram priznati, da se zelo trudijo s t.i. označbami, jim ta trud seveda poplačam in poskušam objave karseda pogosto deliti. Tako da me na spletu najdete na FB in IG z imenom in priimkom Janez Skaza.

Manca Hribovšek



PREVERJAMO URBANE MITE



Naj vas spomladanska utrujenost ne preseneti

Kdor čaka, dočaka. Nestrpno smo jo pričakovali, odštevali dneve, delali križce na koledarju in zdaj je končno tu – pomlad. Prekrasen čas, ko se narava prebuja, dnevi se daljšajo, temperature so vedno višje, oblečemo si lahka oblačila in več časa preživimo na svežem zraku. Po vsem napisanem bi lahko rekli, da kar pokamo od energije, pa vendar se na začetku pomladi marsikdo ne počuti tako. V tem času pogosto slišimo, da se ljudje pritožujejo čez spomladansko utrujenost. A dejansko ta sploh obstaja ali je to samo mit oziroma dober izgovor, da si privoščimo kakšno urico ali dve popoldanskega spanca več?

1. **Spomladanska utrujenost je bolezen.** Ni res. Spomladanska utrujenost ni bolezen, ampak je stanje organizma, ki naj bi izhajalo še iz časov pračloveka, ko je ta pozimi zaradi temperatur in krajših dni miroval, spomladi, ko je bilo vreme lepše, pa je postal bolj aktiven, začel je nabirati plodove in loviti živali. Zaradi nenadne povečane aktivnosti pa se je pojavila utrujenost. Simptomi spomladanske utrujenosti so zaspanost, izčrpanost, pomanjkanje energije, brezvoljnost, bolečine v sklepih, nemir, razdražljivost, omotičnost, glavobol ... Pojavlja pa se predvsem od druge polovice marca do prve polovice aprila.

2. **Za spomladansko utrujenost so krivi hormoni.** Res je. Pozimi v našem telesu prevladujejo drugi hormoni kot spomladi. Ker je pozimi svetlobe manj in so dnevi krajši, naše telo ustvarja več melatonina, ki je tudi znan kot hormon spanja, in manj hormona sreče – serotonina. Spomladi

pa je ravno obratno, zato telo porabi več energije, da vzpostavi ravnovesje hormonov in se prilagodi spremembam. Zaradi višjih temperatur se poveča pretok krvi v možgane, žile se razširijo, presnova postane hitrejša, posledica vsega naštetega pa je spomladanska utrujenost. Prav tako se tudi podaljšajo dnevi, ravno to nedeljo smo uro premaknili na poletni čas, na kar se mora naše telo prilagoditi.

3. **Spomladanska utrujenost je zelo odvisna od našega načina življenja.** Res je. O spomladanski utrujenosti pogosteje tarnajo ljudje, ki pretežno sedijo in so manj športno aktivni, imajo previsok indeks telesne mase, pogosteje pa se pojavlja tudi pri osebah z oslabilnim imunskim sistemom in pri starejših. Največ si lahko pomagamo prav sami. Poskrbeti moramo, da se dovolj gibamo na svežem zraku, da spijemo vsaj dva litra tekočine na dan, da je naša prehrana polna sezonskih in lokalnih živil. Pozornost moramo posvetiti temu, da so naši obroki raznoliki, zdravi, z manj maščob in veliko beljakovin, vitaminov ter mineralov. Ne smemo pozabiti na vnos sadja in zelenjave. Piko na i našemu zdravju in odpravljanju spomladanske utrujenosti pa bo dodala primerna količina spanja. V posteljo naj bi se odpravili pred 22.00 uro in spali naj bi vsaj 8 ur v kosu. Znebiti pa se moramo slabih navad, kot so kajenje, prekomerno uživanje alkoholnih pijač in kave, nezdrava prehrana ...

Nekaj priporočil za uspešno kljubovanje spomladanski utrujenosti:

- Hrana za energijo. Jejite torej uravnoteženo, lahko hrano, bogato z vitamini, minerali,

vlakninami in zdravimi maščobami. Zjutraj ne preskočite zajtrka, nato pa imejte še vsaj tri do štiri manjše obroke. Izogibajte se težko prebavljivim živilom. V prehrano vključite živila, bogata z vitamini B, katerih pomanjkanje je lahko vzrok za slabo delovanje ščitnice, ki se kaže v cikličnem upadu energije. Za dobro presnovo so zelo pomembni vitamin C, magnezij, cink, železo in koencim Q10.

- Uvedite sadni, zelenjavni ali sadno-zelenjavni dan ali pa se vsaj potrudite zaužiti čim več presnega sadja in zelenjave. Lahko se lotite tudi posta, a če ne gre za kratek enodnevni ali nekajdnevni post, se prej posvetujte z zdravnikom.
- Bodite dovolj na soncu, saj svetloba zavre tvorbo melatonina, ki povzroča zaspanost.
- Dovolj se gibajte. Odlična sta že hoja in lahek tek, a nikar ne pretiravajte. Tudi v deževnih dneh se primerno oblecite, se odpravite vsaj na kratek sprehod in dihanje globoko. Ko čutite, da ste preobremenjeni in utrujeni, počivajte.
- Dovolite si kratek, a krepčilen popoldanski dremež. Zvečer ali ko začutite potrebo, vsaj za deset minut umirite misli in telo.
- Ukvarjajte se s stvarmi, ki vas veselijo in napolnijo z energijo.

(Vir: www.nijz.si)

Naj vas spomladanska utrujenost ne preseneti in ne dovolite, da boste zaradi nje zamujali dragocene trenutke na prijetnem spomladanskem soncu.

mizeinstoli.si

Tomaž Perovič

NAD OBALO SE JASNI - SREDA 30. MAREC OB 19.00

Časopis in spletni portal Obala plus v sodelovanju z Gledališčem Koper nadaljuje z organizacijo mesečnih pogovornih večerov »**NAD OBALO SE JASNI - VEČ KOT POGOVORNI VEČER**«.

V predvilnem obdobju bomo v sredo, 30. marca, ob 19. uri na velikem odru gledališča gostili predstavnike političnih strank, ki imajo po javnomnenjskih raziskavah možnost za vstop v državni zbor.

Prisotnost so nam potrdili Matej Vatovec (Levica), Meira Hot (SD), Silvano Radin (SDS), Sandi Čurin (LMS), Jaka Klajderič (SAB), Danijel Bešič Loredan (Gibanje Svoboda), Gregor Perič (gibanje

Povežimo Slovenijo) in Anton Harej (NSi). Gostitelj večera je urednik Tomaž Perovič. Za glasbo bo poskrbela skupina Tomija Puricha s Teom Collorijem in Caterino Stanisci. V drugem delu večera gostimo prim. mag. Dorjana Marušiča, direktorico gledališča Katjo Pegan in direktorja Vina Koper Boruta Fakina, s katerimi bomo ocenili izjave, obljube in sporočila politikov. Vstopnico lahko rezervirate najpozneje do srede, 30. marca do 12.00 ure na telefonski številki 05 663 43 80 (vsak delovnik med 10. in 12. uro, torek in četrtek pa tudi med 15. in 17. uro), po elektronski pošti info@gledalisce-koper.si, ali jo

vplačate na večer dogodka pri gledališki blagajni. Nakup vstopnic je možen tudi na povezavi: <https://gledalisce-koper.kupikarto.si>.

Vsem obiskovalcem je na voljo tudi brezplačen prevoz z Artbusom, ki odpelje s piranske avtobusne postaje v sredo ob 18. uri in se po predhodni prijavi ustavi na vseh lokalnih postajališčih. Prijave sprejemamo na elektronski naslov maona@maona.si in telefonsko številko 031 630 680. Pokrovitelj prevoza je MEMENTO B&B Piran.

Po dogodku vas vabimo na pokušino vin pod pokroviteljstvom Vinakoper d.o.o.

OBALA[®] plus

Gledališče
Teatro Koper
Capodistria

radio capris



OBALA[®] plus
časopis in portal
s pogledom na morje

Imate dejavnost? Si želite novih strank, več kupcev vaših izdelkov ali več naročnikov vaših storitev? Tukaj je pravi prostor za vas! Vaš oglas bo vsak mesec dosegel **25.000** gospodinjstev na Obali! Pokličite nas na **040 600 700** ali nam pišite na marketing@obalaplus.si in izvedeli boste prednosti oglaševanja v časopisu in na spletnem portalu www.obalaplus.si

POMAGAJMO OHRANJATI OBSTOJ NARAVNIH OPRAŠEVALCEV



Javno podjetje OKOLJE Piran, ki že leta skrbi za čistočo in urejenost okolja, dela na različnih lokacijah ob slovenski obali, predvsem pa v Piranu. Verjamejo, da je napredek možen samo s sodelovanjem vseh zainteresiranih udeležencev, zato so odprto sodelujoče podjetje, ki je zavezujoče za vse zaposlene. Kljub natrpanemu urniku skozi vse leto pripravljajo v petek precej zanimiv dogodek.

25. 3. 2022, ob 11. 30 bo potekala manjša obeležitev vseslovenskega dneva sajenja medovitih rastlin z zasaditvijo lipe pred OŠ Sečovlje ter ureditvijo grede medonosnih trajnic. Po nekaj besedah župana Denia Zadkoviča ter krajšim nagovorom direktorja Okolja, se bo odvijalo skupinsko sajenje lipe.

K sodelovanju so povabljeni tudi člani društva Faros Piran - Univerza za tretje življenjsko obdobje, ki bodo prisotnim postregli s pecivi iz medu in tako spodbujali uporabo čebeljih pridelkov v prehrani. Greda bo poleg ohranitve obstoja naravnih opraševalcev služila tudi izobraževalnim namenom, saj bodo lahko učenci spoznavali najpogostejše medonosne rastline, njihov čas cvetenja ter opazovali čebele na delu.

Po zaključeni akciji direktor Okolja in predstavnik Občine posadita še lipo pri amfiteatru v parku Sonce v Luciji. »Sadike so nam bile dodeljene preko razpisa Čebelarke zveze Slovenije, dobimo pa jih v petek ob 16. uri, zato bomo v petek dopoldne simbolično zasadili le lipi pred šolo in v parku.« pravi Jana Pines, strokovna sodelavka za odnose z javnostjo JP Okolja.

LESENA PLOVILA ZA OHRANJANJE ISTRSKE DEDIŠČINE



V Piranu bo do začetka maja oživel projekt zavoda Mediteranum, ki ga vodi gospod Slobodan Simić, odprta bo Galerija pomanjšanih plovil Istre. Slobodan Simić, lokalcem bolj znan kot Sime, se že od otroštva ukvarja z lesenimi plovili, ker je v soseščini imel tri ladjedelce. »Ker smo bili tudi družinski prijatelji, jaz pa zvedav in spreten, sem se pogosto motal po teh kletah in jih hočeš, nočeš, motil pri delu. Da se me znebijo, so mi dali v roke kak kos lesa češ, naj izdelam to ali ono. In jaz sem z vso resnostjo to počel,« pravi Sime. »Oni so kasneje seveda te moje izdelke skurili pri zvijanju desk za kakšno barko, a v meni je vzplamtela

ljubezen do lesa, njegovega vonja, izdelovanja bark in vsega, kar je s tem povezanega in ta ljubezen je v meni še danes.«

Že dolga leta se ukvarja s konstrukcijo modelov ladij. Leta 2019 je Mediteranum končno pridobil preko LAS Istre Evropski projekt za postavitev centra znanj o plovilih, kar je Simetu omogočilo, da bo uresničil svoje vizije.

»Vse to znanje sem vtikal v željo, da o tej najpomembnejši dediščini obale najprej seznanim kar največ ljudi in nato, kolikor se le da, to dediščino revitaliziram.« Lahko rečemo, da bo Slobodan Simić z odprtjem Galerije ta cilj dosegel.

Po besedah gospoda Simića bomo v galeriji lahko do zadnje potankosti spoznavali ladjedelstvo dediščino, kajti tam bodo izpostavljene vrhunske makete in načrti teh plovil. V galeriji bo možno tudi izvedeti, kako se izdelajo tako makete kot tudi prava plovila.

Center informacij in znanj za ohranjanje dediščine tradicionalnih plovil in ribolova Slovenske Istre v galeriji bo edini takšen v Istri. Gospoda Simića veseli, da bo odprt prav v Piranu, zgodovinsko pomembnem mestu lesnega ladjedelstva.

POVEZANI – HUMANITARNI KONCERT ZA EUROPA DONNA OBALA



5. marca je bil Kulturni dom Izola skoraj premajhen. Potem, ko se se kovid ukrepi zrahljali, je Lions club Izola – Isola po treh odpovedih končno le uspel organizirati koncert, ki je bil glasbeno nadaljevanje lanskega dobredelnega

roza oktobra. Takrat so z donacijo omogočili nakup naprave za limfno drenažo, ki jo članice Europa Donna Obala lahko uporabljajo samostojno v zasebnosti svojega doma. Aparat lajša težave ob pojavu limfedema, ki nastane po

operacijah, kjer se odstranijo tudi pod pazdušo bezgavke. S tokratnim koncertom so z zbranimi prostovoljnimi prispevki občinstva v višini 1433 evrov omogočili nakup dodatnega masažnega pripomočka k obstoječemu aparatu, primaknili pa so še nekaj sredstev za nakup kozmetike, ki lajša težave po posegih in masažah.

Na koncertu POVEZANI – INSIEME so se izolski lionsi povezali s Centrom za kulturo, šport in prireditve, ki je nudil prostor in tehnično pomoč, ter glasbeniki, ki so podarili svoj nastop: Pihalni orkester Izola pod vodstvom dirigenta Mirka Orlača, vokalna skupina Kompanija Izolana in Slavko Ivančič. Večer je bil glasbena poslastica tudi, ker so vokalisti nekatere skladbe z novimi priredbami dirigenta orkestra prvič izvedli ob zvokih orkestra. Koncert je bil obenem znak dobrodošlice sekciji Europa Donna Obala, ki je s pomočjo Komunale Izola, ki upravlja z občinskimi prostori, dobila ustrezne prostore za delovanje, srečanja in predavanja za okoli 170 članic na Plenčičevi ulici v Izoli. Na koncertu je predsednica Europa Donna Obala, Darji Rojec, izolski župan Danilo Markočič izročil ključ za pisarno. Gostoljubje jim je Izola izkazala srčno, veselo in Povezano.

NAPORNO LETO ZA PREKMURSKEGA PESNIKA

12. marca je legenda slovenske glasbe Vlado Kreslin za Piran pripravil posebno presenečanje. Pirančani so ga v gledališču Tartini sprejeli z navdušenjem in toplim vzdušjem. Gledališče je bilo polno ljudi ter petja na ves glas, smeha in plesa v pričakovanju, da bo v njihovem mestu še veliko podobnih koncertov.

Vlado Kreslin se je Piranu zahvalil za tople sprejem, prav tako pa tudi svojemu posebnemu gostu večera, enemu najvidnejših slovenskih trobentačev, Denisu Beganoviču, ki je poskrbel, da je bil koncert izjemen. Edina pripomba je bila, da so pozabili zapeti "Z Goriškega v Piranu," pravi

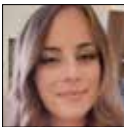
Vlado.

Prekmurski glasbenik je za maj napovedal tudi zanimivo glasbeno turnejo, na kateri ga bo spremljala edinstvena zasedba Teo Collori in Momento Cigano. Začetki tega sodelovanja segajo še v leto 2020, ko so glasbeniki skupaj nastopili na festivalu Arsana na Ptuj. Kasneje, istega leta so pa posneli pesem in videospot z naslovom »Temna je noč«. Kreslinov glas, oblečen v edinstven slog enega najbolj iskanih instrumentalnih ansamblov v Sloveniji, je nekaj, česar se ljudje vsekakor veselijo.



PIZDONKOLA NAS BO NAPOLNILA Z ENERGIJO IN PREGNALA UTRUJENOST

Manca Hribovšec



Ker smo ravno med časom štiridesetdnevne posta, ki traja do velike noči, sem se odločila, da bom v tokratni izdaji z vami delila recept lahke istrske jedi. Dobro smo vstopili v pomlad, ki nas na vsakem koraku razvaja z lokalno, sezonsko zelenjavo in sadjem, kar moramo seveda dobro izkoristiti. Tokrat bo v ospredju rastlina, ki jo v istrskem narečju imenujemo pizdonkola. Za tiste, ki morda ne veste in ste se ob tem izrazu rahlo namuznili, naj vam povem, da govorimo o regratu. Prav zdaj je namreč sezona tega zelo zdravega, z vitamini in minerali polnega živila, ki naj bi po ljudskih vražah preprečevalo tudi staranje. V kuhinji uporabljamo regratove liste in tudi korenino. Spodbuja delovanje jeter in drugih žlez, ublaži prebavne težave, ima več vitamina A kot korenje, v velikih količinah pa deluje tudi kot diuretik, kar pomeni, da spodbuja odvajanje vode. Uporabljamo ga tudi kot sredstvo za pospeševanje prebave, zato je odlično živilo za tiste, ki se borijo s prekomerno težo, pa tudi za

sladkorne bolnike, saj vsebuje veliko inulina. Regrat vsebuje približno 85,6 odstotkov vode, 2,7 odstotkov beljakovin, 0,7 odstotkov maščob in 9,2 odstotka ogljikovih hidratov. Iz njegovih listov in korenine si lahko pripravimo tudi poparek. To naredimo tako, da uporabimo regratove liste in jih prelijemo z dvema decilitroma vrele vode. Sicer pa lahko regratovo korenino dodamo juham, rumene cvetove pa slaščicam, nadevom, nekateri pa naredijo celo vino ali medu podoben sirup. Najbolj znani pa so regratovi listi, ki si jih pripravimo kot solato.

Sestavine za 1 osebo:

- dve pesti regrata,
- 2 večja krompirja,
- konzerva rjavega fižola,
- jajce,
- strok česna,
- sol, olje, kis, poper.

Priprava:

Krompir operemo in ga v olupkih do mehkega skuhamo v osoljeni vodi. Sočasno lahko damo kuhati tudi jajce (kuhamo ga do trdega, prbl. 10 do 12 minut). Očiščen in opran regrat damo v posodo z malo vode in pustimo, da vre, dokler ne postane mehek. Nekateri vodo, v kateri se je kuhal regrat, shranijo in jo kasneje pijejo po požirkih. Krompir, regrat in jajce narežemo v posodo, dodamo nasekljan strok česna in fižol. Po okusu zabelimo z domačim olivnim oljem, kisom in začnimo s soljo ter poprom. Postrežete lahko še rezini popečenega kruha.

Regrat oziroma pizdonkolo lahko pobiramo sami, saj raste povsod. Pozorni moramo biti samo na to, da ga ne pobiramo v bližini cest, na travnikih, kjer se sprehaja veliko psov ali kjer jih kmetje zalivajo z gnojnico. Pa še sadjarji vam bodo hvaležni, saj čebele raje obiskujejo regrat kot sadno drevje, ki tako pogosto ostane neoprašeno.

								SLOVENSKI ILUSTRATOR IN FILMSKI ANIMATOR ZVONKO (R.1956)		MESTO NA JAPONSKEM OTOKU HONŠU		ŠTRUCA KRUHA		PREBIVALCI ESTONIJE		LUKNJAČ (STAR.)																							
								INDIJSKA SABLJA																															
								LEDVICA (REDKO)																															
								ZAČASNA, NAVADNO IZ ČASTNIKOV SESTAVljena VLADA																															
								KOLESARSKA DIRKA PO ITALIJI		LESEN PLUG, RALO (STAR.)		SKRIVALIŠČE ZA LOVCE, NAREJENO IZ VEJ RDEČI KRIŽ																											
								▶								ROBERT REDFORD																							
SESTAVIL Boris Kvesić		SKUPINA NIČVREDNIH LJUDI, DRHAL		ITALIJANSKI GLASBENI PISEC VITO		MESTO V EGIPTU		23. ČRKA ABECED		▶		EGIPČANSKI BOG SONCA		VERSKI POGLAVAR MUSLIMAN. ŠITOV		NAJSTAREJŠA GRŠKA NASELBINA V ITALIJI		PRAVILNIK, POSLOVNIK DRUŠTVA		SLOVENSKI PESNIK, PISATELJ IN UREDNIK JANI		▶				CRISTIANO RONALDO AMERIŠKI SAKSO FONIST ALBERT													
GLAVNI ŠTEVNIK								AFRIŠKA ANTILOPA												OSVEŽILNA PIJAČA						VZDEVEK MICHAELA JORDANA DEL TRBOVELJ													
KRATICA ZA NEKDANJO FRANCOŠKO DESNICARSKO ORGANIZACIJO								SLOVENSKI SLIKAR VLADIMIR MEHKA TKANINA												ZNAMENITE BARVICE NESTORJEV OČE								KRČEVIT JOK, MOČNA, KRČEVITA JEZA		SMUKEC, LOJVEVEC									
KRAJ NA MADŽARSKEM OB SLOVENSKI MEJI												NEMŠKA IGRALKA BETTY														IKRAVEC, APNENEK NEVARNA BOLEZEN													
RIMSKI KOMEDIO- GRAF												ZVEZDNI UTRINEK, IZPODNEBNI KAMEN BABICA														AREST, ZAPOR, JEČA													
ANTON INGOLIČ						SLOVENSKI IGRALEC BAN RUS. PISATELJ MAKSIM						HRVAŠKI OTOK		ZELENE ALGE												NEMŠKA SMUČARKA MARTINA TV VESOLJEK													
STAROITALSKO ROPARSKO IN BOJEVITO LJUDSTVO, KI SO SI GA PODREDILI RIMLJANI				POLJSKI KARDINAL Z DREVNIJEM PORASEL SVET										MATEJA, TEJKA (POG.) SUHO VINO												GRŠKI BOG MRAKA		ALEŠ KLINAR AFRIŠKA ANTILOPA											
JAZ, POSAMEZNIK KOT ZAVESTEN SUBJEKT (LAT.)								ELEMENT (OKR.)		NORVEŠKI DRSALEC ROALD KISELKAST OKUS VINA						JAN ČESLA CUNJA (NAR.)						ZDRAVILO (KNIŽ.) VRHUNSKI ŠPORTNIK, PRVAK						NARAVA, ČUD		NEKDANJA SLOVENSKA ALPSKA SMUČARKA NUŠA									
LESENA ZAJEMALKA ZA ZAJEMANJE VODE										SRBSKI IGRALEC JOVAN FR. PISATELJ JEAN						VOJAŠKI ČIN, VIŠJI ČASTNIK		OSTER JAVNI NASTOP PROTI KOMU BRIVSKI PRIPOMOČEK																					
KLIC, VZKLIK (ZAST.)										AMERIŠKI IGRALEC JEFFREY NORD. IZRAZ ZA SMUČI														REKA V ŠPANJI ZVRST GLASBE															
IME NEGDANJEGA UGANDSKEGA DIKTATORJA AMIN DADA						HITER KONJSKI TEK						HIMALAJSKA KOZA RAFKO VODEB								RADO BOHINC KEMIJSKI ZNAK ZA NEON						ANDREJ MLAKAR VZDEVEK HINKA BRATOŽA													
▶																						ŠVEDSKI SPIDVEJIST FUNDIN LUTKAR MAJARON																	
										IGOR VIDMAR						OTEPEN PLOD DOVOLJENJE ZA POT V TUJINO																		TEKOČINA BREZ BARVE		AFRIŠKA JEZIKOVNA IN PLEMENSKA SKUPINA			
										JUŽNOMERIŠKA KUKAVICA Z GRBAŠTIM KLJUNOM				KONOPEC FIGURA, PODOBA										IME AMERIŠKEGA IGRALCA BEATTYJA		SLAVNA PEVKA POMEMBNA TELESNA TEKOČINA													
▶										NEKDANJI AMERIŠKI BOKSAR MUHAMMAD								PRIPADNIKI INKOV										OSKAR KOGOJ OTON ŽUPANČIČ											
										DEL TENIŠKE IGRE										HRAST Z ZELO HRAPAVO SKORJO						SLAVILNA, VZVIŠENA LIRSKA PESEM													
										KRAJ PRI OPATJI												PEVEC SMOLAR						SLOVENSKI SMUČAR KRANJEC											

OBIST: ledvica NELEJ: Nestorjev oče RAEI: it. pevec PLAVT: rim. komediograf GLEMP: polj. kardinal EKVI: italško ljudstvo AMANN: nem. igralka CAU: fr. pisatelj



POMORSKA LOGISTIKA

KOPENSKA LOGISTIKA

- železniški promet
- cestni promet

ZRAČNA LOGISTIKA

CARINSKE STORITVE

TERMINALSKE STORITVE