

ZLATOPOLJČAN

DECEMBER 2023

LETO XXXIV



Foto: KP

IZ VSEBINE:

- odprt prvi P+R na Gorenjskem
- obisk dedka Mraza za najmlajše krajanje
- aktualno dogajanje in zanimivosti v ustanovah na Zlatem polju
- in še mnogo več ...

Pozdrav Zlatopoljčanom, malim in velikim, starejšim in mlajšim, vsem, ki nas berete

Druga letošnja številka je natisnjena pred vami, drugo polletje leta 2023 je skoraj mimo in spet se srečamo na teh straneh.

Vsako leto je nekaj posebnega, tudi to se je začelo z relativno slabimi obeti za ljudi, cene so podivjale, oskrba z zemeljskim plinom je vsem, ki so priključeni na omrežje, povzročila težave z iskanjem novega dobavitelja, električna energija je prav tako kot plin postala precej dražja. Na srečo so na vladi ustrezno ukrepali in cene energentov zamejili za prebivalstvo, a so v gospodarstvu vseeno ostale visoke in pognale inflacijo v višave, ki jih zadnjih več kot 20 let ni bilo, vse se je podražilo, od solate do mesa, od bencina do raznih storitev.

Na to smo se vsaj malo navadili, čeprav vseeno bentimo nad temi cenami, saj se plače in pokojnine temu niso kaj dosti prilagajale. Vseeno je zdaj, proti koncu leta nekoliko bolje, čeprav še ne dobro.

Po drugi strani nas letos spremljajo posledice klimatskih sprememb, suša in jeseni poplave, ki jih mi na Zlatem polju nismo bili deležni, gotovo pa vsak pozna koga, ki je imel poplavljen vsaj klet ali pa njivo, ali ki se je bal plazu z bližnjega hriba. Vročina je poleti spet dosegala največje izmerjene vrednosti, vetrovi so hitrejši kot kadarkoli prej, in vseeno nekateri še vedno ne verjamejo v to, da se podnebje segreva. Če bi vsak s svojim ravnanjem pripomogel z vsaj kapljico, bi se te kapljice združile v potoček, rečico in morda v reko dejanj, ki bi ta trend počasi ustavila. Kaj bomo mi starejši sicer zapustili svojemu potomstvu?

Kaj pa je novega pri nas?

Če pa zdaj pogledamo še malo po naši najbližji okolici, smo v preteklih mesecih vseeno lahko opazili nekaj izboljšav. Najbolj veseli smo bili novo zarisanih parkirnih prostorov na skoraj vseh naših ulicah (žal Gosposvetska ni imela te sreče, upamo pa, da bo prišla na vrsto prihodnje leto), nekaj krpanj asfalta smo tudi bili deležni, razen makadamskega dovoza na Kidričevi – zahodna stran, ki bo urejen prihodnje leto.

Dočakali smo tudi P&R parkirišče na mestu vrtičkov nad sosesko Gradbinec, menda do sedaj še ni polno zasedeno, pogoj za uporabo pa je ali abonma za KRsKolesom ali letna karta za lokalni promet, oboje je na razpolago ob parkirišču (abonma na Komunalni Kranj). Kar zadeva parkiranje, je gradnja zaključena, ni pa še dokončno urejena pešpot iz soseske do Koroške ceste (del ograje, tlaka, ...).

Po uvedbi modre cone po osrednjem delu KS, je nekaj voznikov – migrantov zakupilo parkirni prostor (abonma) s podobnimi pravicami kot jo nudijo dovolilnice, ostali pa so se preselili na ulice, kjer modre cone še ni. Zato tudi tam stanovalci želijo čimprejšnjo uvedbo cone. Parkirišča v šolskem centru (okrog športne dvorane, PFOV in DŠD, pa celo na Lidlovem parkirišču, ob ledeni dvorani in celo ob konjski poti nasproti Lidla so polno zasedena, saj so še brezplačna.

Potem pa so tu še rezultati participativnega proračuna – letos je realizirano vadbišče za odrasle in starejše pri kurilnici šolskega centra oz. dijaškega doma, letos ga verjetno ne bomo prav veliko uporabljali, saj smo sredi zime, želimo pa si, da bi zaživelu spomladi in postalo vsakodnevna postaja za čim več krajanov.



KS je dala tudi pobudo, ki je bila v novembru tudi uresničena – sanacija dvorišča (dovoza in parkirnih prostorov) pri Gosposvetki 19 in 17. Odstranjena sta bila tako zakrpan asfaltni dovoz in parkirišče, tlakovano s travnimi ploščami, narejena in utrjena nova podlaga in čez vse izvedeno enoplastno asfaltiranje, za katerega upamo, da bo zdržalo nekaj prihodnjih desetletij. Manjkajo še zaris modre cone na obeh dovozi in parkirnih mest, ki so tudi malce večja od prejšnjih, saj so tudi vozila precej »zrasla« zadnje trištiri dekade, od fičkov in jugov do sedanjih SUV in dolgih limuzin.



Foto ZK

Letos je Mestna občina Kranj znova razpisala natečaj za predloge glede porabe sredstev participativnega proračuna (24 tisoč evrov) za prihodnje leto, od štirih potrjenih predlogov sta največ glasov dobila predloga za dve zunanji namiznoteniški mizi na dvorišču OŠ F. Prešerna in za postavitev klopc ob sprehajalnih poteh na Zlatem polju. Glasovalo je le 4,21 % od vseh krajanov nad 16 let starosti – konkretno 104 ljudi. Tretjeuvrščena prenova konjske poti od križišča s Kidričevo do Kron Telekom tako ne bo prišla v poštev, morda pa naslednje leto.

<https://predlagaj.kranj.si/participativni-proracun-2024/rezultati-glasovanja-2024>

Škoda je, da se teh možnosti ne izkoristi v večjem obsegu – tako glede predlogov kot glede glasovanja, dobri 4 % niso slišati prav obetavno.

Mestna občina Kranj je letos zastavila tudi ureditev zemljišča ob Bleiweisovi cesti od avtobusne postaje do NIJZ, ki je bilo prej večinoma v zasebni lasti, zdaj pa bo postalo mestni park s potkami, igrali in klopami, prav kmalu pa naj bi bila vzpostavljena tudi peš-kolo-pot, ki bo v nadaljevanju Levstikove povezala Gosposvetsko ulico z Bleiweisovo cesto.



Načrt ureditve parka (<https://www.kranj.si/mestna-obcina-kranj-ureja-novi-park-najvecji-v-mestu-bleiweisov-park>)

(ZK)

***Vam in vašim najbližjim,
v imenu ekipe svetnikov, naše tajnice in
urednika našega časopisa,
želim srečno, zdravo in uspešno 2024.***

Skupaj in složni zmoremo več.

Gorazd Copek - predsednik sveta krajevnje skupnosti ZLATO POLJE

OBISK DEDKA MRAZA

Vabimo vas na predstavo z obiskom dedka Mraza, ki bo v četrtek, 21. 12. 2023, ob 16.30 v dvorani Osnovne šole Franceta Prešernā.

Vabljeni otroci od letnika 2017 do 2022.



KRAJEVNA SKUPNOST
ZLATO POLJE



Beseda predsednika sveta KS Zlato polje:

Spoštovani sokrajani!

Veseli me, da vas v imenu sveta krajevne skupnosti Zlato polje ponovno lahko nagovorim v našem glasilu in vam obenem podam kratek pregled dogajanja v letu 2023, ki je tako kot vsa prejšnja, zopet minilo zelo hitro.

V letošnjem letu smo se s svetniki naše KS redno sestajali in pripravljali predloge za potrebne projekte, ki v osnovi temeljijo na potrebah vas, prebivalcev naše krajevne

skupnosti. Tako smo sestavili predloge, ki vam jih bomo predstavili v nadaljevanju, le te pa smo seveda predstavili tudi na mestni občini Kranj.

Pot do realizacije takšnih predlogov je običajno naporna in dolga, ker sredstev za zadovoljitev vseh želja Kranjčanov in Kranjčank žal v občinskem proračunu ni dovolj. Obljubljamo pa vam, da se bomo trudili, da v tem mandatu zaključimo vsaj nekaj projektov, ki smo si ji zadali kot prioritete za ta štiriletni mandat.

Veseli nas, da so nekateri rezultati tudi že vidni in še posebej, da se je letos končno realiziral projekt sanacija dovoza in parkirnih prostorov pri Gosposvetski 19 in 17. Kar nekaj let smo na občini prosili za to obnovo in sedaj je na zadovoljstvo tamkajšnjih stanovalcev le ta končana.



Kot res lepo pridobitev za vse krajanje lahko pokažemo tudi realiziran projekt vadbišča na prostem, ki se nahaja ob poti proti Kalii, ob pasjem parku. Vadbišče je namenjeno vsem krajanom in še posebej primerno tudi za starejše. Vsi vam želimo res lepo in čim bolj pogosto uporabo, saj se zavedamo, da je zdravje vsakega

posameznika zelo pomembno, z gibanjem in razgibavanjem, pa zanj lahko sami storimo največ.



NEKAJ PRIORITETNIH PROJEKTOV, KI JIH SVETNIKI NAŠE KS ŽE NEKAJ LET ŽELIMO REALIZIRATI IN ZA KATERE UPAMO, DA NAM BODO NA MOK PRISLUHNI IN JIH BOMO V TEM MANDATU ZAKLJUČILI.

1. Nadaljevanje širitve modre cone na preostali del KSZP

MOK smo pozvali, da prične s postopki priprave in uvajanje modre cone na preostali del KSZP, ki modre cone še nima vzpostavljene. Pričakovano je bilo, da se bo z uvedbo trenutne modre cone povečal pritisk na parkirna mesta v naselju, kjer je še ni. Tako je področje med Kidričevo cesto (št.: 01 do 45) in Fakulteto za organizacijske vede prenatrpano z vozili. Ljudje, ki se izogibajo plačljivemu parkiranju, sedaj iščejo prosta parkirna mesta v tem delu naselja.

Z uvedbo modre cone na tem preostalem delu, bi se dokončno uredile parkirne razmere za prebivalce Zlatega polja, hkrati pa bi se napolnila parkirišča, ki so bila narejena za parkiranje dnevnih obiskovalcev, tako na področju KSZP kot tudi v bližnjih krajevnih skupnostih.

2. Popravilo poseđenega asfalta in uničenih asfaltnih površin med Kidričevo 24 in Gosposvetsko 11

Kot je razvidno s slike, se je asfaltni plato pred stopnicami posedel v nasprotno smer od planiranega padca, zato ob deževju nastane luža, ki pot popolnoma preseka in hoja po njej ni več možna. Ljudje morajo hoditi po zelenici in blatu. V zadnjih nekaj letih smo imeli nekaj ogledov skupaj s predstavniki MOK in tudi že predlog rešitve s strani MOK in Komunale, kasneje pa je sledil odgovor, da je ta parcela v lasti ELEKTRO Gorenjske in da MOK v to ne more posegati. Od takrat je minilo nekaj let in stanje se je še dodatno izredno poslabšalo.

MOK v teh letih ni uredila statusa lastništva z ELEKTRO GORENJSKA, vendar ne more zanikati, da stanovalci niso prebivalci naše krajevne skupnosti in da niso enakovredni prebivalci mesta Kranja. Torej je nujno potrebno te res neprimerne

razmere urediti, saj je stanje resnično nesprejemljivo. Zato je svet krajevne skupnosti ponovno pozval MOK k ureditvi stanja v najkrajšem možnem času.



3. Prenova Gradnikove ulice, ki je v zelo slabem stanju.

Pred skoraj 10 leti se je v naselju sanirala asfaltna površina na Levstikovi ulici in ulici Franca Rozmana Staneta. Že takrat se je začelo pogovarjati o možnostih sanacije Gradnikove ulice, ki je seveda po desetih letih še v precej slabšem stanju kot je bila takrat.

Asfalt je luknjast, razpokan in posečen, tako da je ob dežju stanje zelo slabo, polno luž...

Na svetu krajevne skupnosti se pogosto pogovarjamo o tej problematiki, krajani ste s stanjem upravičeno zelo nezadovoljni, tako da svetniki naše KS še naprej vztrajamo pri zahtevi do MOK, da se sanacije loti v najkrajšem možnem času. Dokaz da je situacija rešljiva, je sanacija asfaltnih površin Levstikove in ulice Franca Rozmana Staneta, ki so bila takrat izvedena skozi redna vzdrževalna dela.



4. Postavitev klopi ob sprehajalnih poteh po KSZP

Pred dvema letoma smo Svet krajevne skupnosti ZP dali pobudo, da v kolikor MOK ne more financirati tega projekta, da s svojimi sredstvi v naselju postavimo nekaj klopi, ki bi bile na voljo vsem sprehajalcem in našim krajanom v smeri proti vrtnemu centru Kalia in na še kakem bolj odročnem in mirnem kraju.

Odgovor s strani MOK, da to nikakor ne gre in se bo to reševalo v sklopu postavljanja klopi s strani MOK, nam je bil sprejemljiv in podali smo celo predloge za mesta, kjer bi lahko namestili klopi.

Žal do realizacije še ni prišlo, zato smo ponovno pozvali MOK, da uresniči te zahteve.

5. Problematika parkiranja v delu naselja ulice ZLATO POLJE, parc. št. 460/1 in 460/2, k.o. Kranj

Ukvarjamo se tudi z iskanjem rešitve za povečanje števila parkirnih mest na tem predelu. Tu so možnosti žal zelo omejene, a moramo najti rešitev, ki bo vsaj malo pripomogla k izboljšanju stanja in povečanju števila parkirnih mest za stanovalce. V preteklih letih smo MOK večkrat pozvali k reševanju tega problema, predlagali smo izdelavo študije...

MOK je v letu 2021 v NRP 40619003, ki govori o gradnji malih parkirišč, umestila tudi predlog o odpovedi pogodb vrtičkarjem na lokaciji parc. št. 460/1 in 460/2, k.o. Kranj (poleg Lidla), ki se nahajajo neposredno nad delom naselja Zlato polje. S tem bi se ustvarili pogoji, da se prične urejati parkirišče, ki bi bilo namenjeno prebivalcem tega dela naselja. Predvideno je bilo 20 parkirnih mest.

Ponovno smo svetniki pozvali MOK, da izpolni obljubljeni in vzpostavi pogoje za pričetek omenjenega projekta.

V tem delu naselja je tudi nujno potrebno obnoviti zelo dotrajane asfaltne in nekatere betonske površine, zelo smiselno pa bi bil tudi minimalen poseg v zelenice ob dovoznih poteh, saj bi se s tem ustvarilo pogoje za normalno parkiranje ob sami dovozni poti.



6. Makadam na lokaciji pred Kidričevo 15-17

To parkirišče in dostop do garaž je že vrsto let problematično, MOK pa se ravno tako že vrsto let poziva k sanaciji in asfaltiranju površine. Dejstvo je, da se parkirišče velikokrat popravlja, dosipa se pesek, da se sanirajo luknje, ki so seveda ob dežju



polne vode in dostop do parkirišča, ki so tam parkirana, je res otežen. V vseh letih, ko MOK prosimo za ureditev, so bili stroški nenehnih sanacij/dosipanj peska in ravnanje terena, gotovo že večji od stroška, ki bi bil potreben za asfaltno preplastitev. Svetniki KSZP smo ponovno pozvali MOK k sanaciji in asfaltiranju parkirišča.

7. Širitev parkirišča pred blokom Kidričeva cesta 43 in 45

Stanovalci na naslovu Kidričeva cesta 43 in 45 so se pred časom odločili za obnovo stanovanjskega bloka (fasada) in ostala pripadajoča dela. Po izvedeni obnovi je fasada zavzela del asfaltirane površine na severni strani bloka Kidričeva 43 in 45. Posledično se je zožil prostor za vožnjo mimo bloka in označenih parkirnih mest, ki so vzporedno z objektom Kidričeva 41.

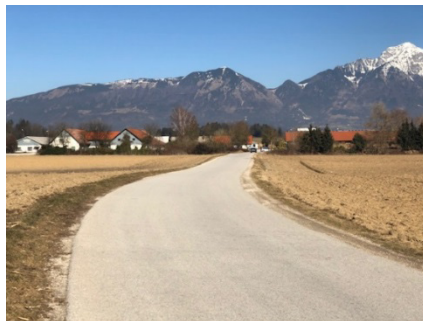
Na svet KSZP so se obrnili stanovalci omenjenega bloka, v želji, da se jim nekoliko razširi parkirišče na zelenico, ki je ob trenutnih parkiriščih. Problem je res velik, saj vožnja mimo obeh vhodov, ki sta neposredno na robu vozišča omenjene ulice (Kidričeva cesta) predstavlja nevarnosti za stanovalce, ker je vozišče res ozko, ko pa je tam parkiran kak večji avtomobil, pa je že skoraj nemogoče peljati mimo.

S tem problemom smo že seznanili predstavnike MOK in bilo nam je rečeno, da je zadeva izvedljiva. Žal do realizacije v zadnjem letu in pol še ni prišlo.

Svetniki KSZP smo pozvali MOK, da se zadeve, ki je dokaj preprosta, loti v najkrajšem možnem času.

8. Gradnja pločnika in javne razsvetljave ob cesti proti vrtnemu centru Kalia (od Bleiweisove do Kalie in naprej do DŠD)

To je zelo priljubljena sprehajalna pot, ki jo koristi širši krog Kranjčanov, ne le prebivalci Zlatega polja. Ker ni pločnika niti normalno prehodnega dela ob asfaltnem cestišču, je sprehajanje, predvsem med tednom, ko je cesta precej prometna, dokaj neprijetno. MOK smo že večkrat pozvali k pripravi predloga rešitve, potencialne umestitve pločnika...



9. Ureditev, preplastitev asfalta parkirišča pri Mercatorjevi trgovini

Parkirišče je v katastrofalnem stanju, že nekaj let res potrebno preplastitve. Svetniki KSZP pozivamo MOK, da se v najkrajšem možnem času loti tega projekta. Morda bo potreben dogovor z Mercatorjem, a je nujen.

Hkrati tudi pozivamo MOK, da se dogovori z Mercatorjem za zaprtje zemljišča neposredno za trgovino, saj je tam že nekaj let zbirališče odvisnikov.

Stanovalci nas že nekaj let pozivajo k reševanju tega problema, verjetno je rešljiv le na način, da se dostop na ta del prepreči s postavitvijo fizične ograje.

Zbiranje omenjene populacije je zelo moteče, v prvi vrsti za stanovalce bloka, po drugi strani pa nevarno za mladino, na katero prežijo prekupčevalci z drogo.

Svetniki KSZP pozivamo MOK, da nemudoma začne reševati nastale okoliščine.



V okviru naše krajevne skupnosti se nam torej v prihajajočih letih obeta še kar nekaj zanimivih sprememb, izvedenih projektov, izboljšav... O njih vas bomo sproti obveščali.

Žal finančni del projektov ni v naših rokah, zato ne storimo toliko, kot bi si vsi skupaj želeli, a trudimo se po naših najboljših močeh.

Zame osebno in za svetnike naše krajevne skupnosti je pomembno, kako vidite naše delo, koliko ste z njim zadovoljni in predvsem nam je pomembno izpolnjevanje naših obljub in ciljev, ki smo si jih zadali v tem mandatu. Nekaj rezultatov naših aktivnosti se lahko opazi v vsakodnevem življenju, nekatere aktivnosti pa so na prvi pogled skrite, a vseeno potekajo v zadovoljstvo nas vseh.

Ob koncu leta pa še posebej iskrena zahvala nekaterim posameznikom in skrbnikom blokov, ki ste s svojim angažmajem doprinesli svoj delež v zagotavljanju dobrih pogojev bivanja v naši krajevni skupnosti. V času, ki prihaja, vas vse pozivam, da se medsebojno spoštujemo, da si pomagamo in poskrbimo za tiste, ki našo pomoč potrebujejo.

Prazniki pred nami so primeren čas, da ne pozabimo na soljudi in se imamo med seboj radi. (Vse fotografije GC)

Gorazd Copek - predsednik sveta krajevne skupnosti ZLATO POLJE

Krvodajalska in prostovoljska proslava RKS OZ Kranj, 16. 11. 2023



V organizaciji RKS Območnega združenja Kranj je bila v četrtek, 16.11.2023 redna letna prostovoljska in krvodajalska proslava, na kateri smo podelili priznanja zaslužnim krvodajalcem in prostovoljcem. Proslava je bila tokrat v dvorani Mestne občine Kranj.

Na krvodajalski proslavi, ki združuje krvodajalce in prostovoljce iz RKS OZ Kranj, smo vsem jubilarom – krvodajalkam/cem in zaslužnim prostovoljkam/cem, podelili priznanja in zahvale za minulo delo. Skupno je krvodajalska priznanja, za različno število darovanj krvi in krvne plazme, prejelo več kot 220 krvodajalcev, takšnih, ki so kri darovali več kot 50x je bilo 14. Rekord je dobil priznanje za 220 krat darovano kri in krvno plazmo.



Dušan Kotnik – prejemnik priznanja za 80x darovano kri

Med njimi so bili tudi krvodajalci iz Krajevne organizacije Rdečega križa Zlato polje, kar dva pa sta kri darovala 80 krat in sicer gospod Bogomir Grašič in Dušan Kotnik, za kar se jima iskreno zahvaljujemo in veselimo njunih krvodajalskih aktivnosti tudi naprej. Na Zlatem polju sicer aktivno obiskuje krvodajalske akcije okoli 270 krvodajalk/cev.

Prav tako smo podelili prostovoljska bronasta, srebrna in zlata priznanja RKS, ki jih je prejelo 23 prostovoljk in prostovoljcev iz različnih krajevnih organizacij

Rdečega križa. Trije prostovoljci pa so prejeli posebno priznanje za kar 50 let prostovoljskega dela na RKS OZ Kranj in sicer iz krajevne organizacije RK Primskovo Stane Kalan in iz krajevne organizacije RK Cerklje Nada Preša in Vid Močnik. Tokrat prejemnikov prostovoljskih priznanj iz Krajevne organizacije RK Zlato polje ni bilo, bomo pa veseli če se boste novi prostovoljci pridružili Krajevni organizaciji Rdečega križa Zlato polje in ustvarjali nove humanitarne zgodbe. Več informacij lahko dobite pri predsedniku Krajevne organizacije RK Milanu Korbarju.

Priznanja prostovoljcem sta podeljevala podpredsednik RKS in predsednik RKS OZ Kranj Franci Strniša in predstavnik RKS Boštjan Novak, priznanja zaslužnim krvodajalcem pa predsednica komisije za krvodajalstvo in priznanja Marjana Jekovec in predsednik RKS OZ Kranj Franci Strniša. Slovesne podelitve so se udeležili tudi podžupanja Mestne občine Kranj Manja Zorko, gostje iz pobratenega Doberdoba, in drugi. Na proslavi smo povabljenim pripravili krajši kulturni program, nastopil je Gorenjski oktet. Iskrene čestitke vsem nagrajenkam/cem.

RKS OZ KRANJ

Kavarna ZLATO POLJE

Koroška cesta 30, Kranj

Vljudno vabljeni na prijetno druženje.

Odprto vse dni v tednu:

pon. - pet. od 7 - 24 ure

sob. od 8 - 24 ure

ned. od 7. - 23 ure



***Krajankam in krajanom Zlatega polja želimo srečno,
predvsem pa trdnega zdravja polno novo leto 2024***

NASVETI POLICIJE:

Policisti Policijske postaje Kranj smo vsakodnevno prisotni med vami in se vam s policijskim delom v skupnosti želimo približati in čim hitreje odzvati na morebitne izpostavljene nepravilnosti in predloge za izboljšanje situacije v skupnosti. V drugi tretjini koledarskega leta smo se v krajevni skupnosti Zlato polje srečevali predvsem s problematiko uporabnikov električnih skirojev v cestnem prometu. V zadnjem času se je namreč število uporabnikov električnih skirojev močno povečalo, posledično se je povečalo tudi število prometnih nesreč in dogodkov, povezanih z njimi. Ugotavljamo, da številni uporabniki električnih skirojev še vedno niso dovolj ozaveščeni o pravilnem načinu vožnje in o drugih zakonskih obvezah. Zato poudarjamo, da je čelada obvezna do 18. leta, uporaba mobitela in vožnja pod vplivom alkohola in prepovedane droge prepovedana, vožnja pa dovoljena ob desnem robu ceste v naselju, kjer je omejitev 50 km/h ali po kolesarskem pasu, poti ali stezi. Vožnja po pločniku ni dovoljena!

Trenutno varnostno situacijo v krajevni skupnosti ocenjujemo kot dobro. Bodite pozorni na dogajanje v vašem okolju, na osebe in vozila, ki ne sodijo v vaš vsakdan. Poskrbite, da vaš dom ne bo nikoli dajal videza, da v njem ni nikogar. V primeru, da zaznate karkoli sumljivega oziroma ste žrtev kaznivega dejanja, takoj pokličite na Policijsko postajo Kranj 04/233 64 00 ali na št. 113. V nenujnih primerih pa o varnosti v vašem okolišu lahko predebatirate z vodjo policijskega okoliša Rokom Jeršetom ali mu pišete na e-naslov rok.jerse@policija.si, ki je zamenjal dosedanjega vodjo policijskega okoliša Damjana Nartnika.

Ker prihaja čas božično-novoletnih praznikov in s tem posledično še vedno do uporabe pirotehničnih izdelkov, občanom svetujemo, da naj bodo pri uporabi previdni in izdelke uporabljajo v skladu z navodili, ki so na vsakem izdelku. Izdelke nakupujte izključno v zato namenjenih trgovinah. Če je le možno, naj bo uporabe le teh čim manj oziroma nič, saj boste s tem preprečili možne telesne poškodbe med uporabo, morebiten nastanek požara, onesnaževanje zraka in nenazadnje vam bodo hvaležne tudi domače živali in divjad. Naj se zgodi VIZIJA NIČ. Tako kot za volan ali krmilo vozila samo trezni, tako lahko dosežemo, da pirotehničnih izdelkov ne bi več uporabljali oziroma čim manj. Praznični december je lahko prijeten in zabaven tudi brez tega.

Prav tako prihaja čas zimske turistične sezone in zimskih aktivnosti na snegu. Naj bodo dnevi, namenjeni sprostitvi, zabavi in športu, res prijetni. Skrb za varnost na smučišču mora biti zato na prvem mestu. Za red in sožitje na smučišču smo odgovorni vsi. Smučanje bo lahko veselo in varno le, če bomo uporabniki smučišč dovolj ozaveščeni, obzirni do drugih, previdni in odgovorni. Spoštujte tudi opozorila,

odredbe in navodila nadzornikov, policistov in drugih oseb, ki skrbijo za varnost na smučišču.

Poleg užitka prinaša smučanje tudi določeno tveganje. Veliko povečanje števila obiskovalcev na smučiščih, novi načini in tehnike smučanja in drsenja na snegu, pa tudi novi pripomočki, dodatna oprema, slaba ozaveščenost, predrznost in nepredvidnost številnih uporabnikov belih strmin so namreč privedli do povečanja števila poškodb.

Vsem, ki načrtujete zimske aktivnosti na slovenskih smučiščih, predlagamo, da se seznanite s pravili Mednarodne smučarske zveze oz. s tako imenovanimi FIS pravili:

[QR koda 10. FIS pravil:](#)



Foto: PU Kranj, obravnava smučarske nesreče - vaja

Nasveti policistov za varno smuko:

- Prilagodite **hitrost in način smučanja** svojim izkušnjam, telesni pripravljenosti, snežni podlagi, lastnostim in zasedenosti smučišča ter vremenskim razmeram.
- Posebno pozorni bodite na **otroke** in smučarje ali deskarje novince, smučajte pa le na označenih in urejenih smučarskih progah. Kdor ne smuča, naj za hojo uporablja le rob smučišča.
- Zaščitna **smučarska čelada** je obvezna za otroke, mlajše od 14 let, njena uporaba pa je priporočljiva tudi za odrasle.
- Smučanje pod vplivom **alkohola ali mamil** je skrajno neodgovorno in nevarno za lastno življenje in življenje drugih na smučišču.
- Pazite na svojo **smučarsko opremo** oziroma je ne odlagajte tako, da bi ostala brez nadzora, ter na druge vredne predmete, ki jih imate s seboj.

Policisti Policijske postaje Kranj vam želimo mirne praznike in vse dobro v času, ki prihaja.

Rok Jerše, vodja policijskega okoliša za KS Zlato polje



P+R parkirišče na Zlatem polju

S 1. novembrom 2023 je začelo obratovati novo parkirišče na Zlatem polju, ki je prvo parkirišče P + R (parkiraj in prestopi; angl. park and ride) na Gorenjskem. Parkirišče P + R spodbuja trajnostno mobilnost in zmanjšuje količino osebnih vozil v središču mesta.



Parkiranje na P+R Zlato polje je dostopno le dveh skupinam uporabnikov, in sicer tistim, ki uporabljajo letne vozovnice mestnega potniškega prometa in uporabnikom letnih paketov sistema KRskOLESOM (Letni paket Gorenjska Bile).

Vloge za uporabo parkirišča sprejema Komunala Kranj na e-naslovu abonma@komunala-kranj.si.



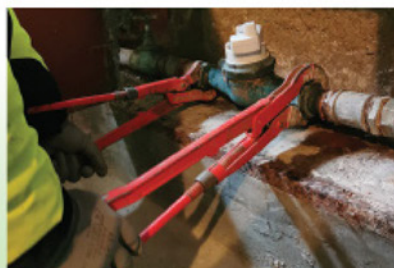
Obnova vodovodnih priključkov na Kidričevi cesti

Na območju krajevne skupnosti Zlato polje tudi v letošnjem letu Komunala Kranj, sektor Vodovod, nadaljuje z obnovami vodovodnih priključkov. Trenutno se obnavljajo priključki za večstanovanjske objekte na Kidričevi cesti 1 in 3, 5, 7, 9 ter 11. Predvidoma bodo priključki obnovljeni do konca leta.

Pri obnovi vodovodnega priključka se obstoječi vodomer prestavi izven objekta v zunanji betonski jašek, v katerega se vgradi pripadajoče elemente. S prestatvijo vodomera izven objekta se zagotovi nemoteno vzdrževanje in lažji nadzor. Zaradi lažjega zapiranja vode v objektu v primeru okvare ali kakršnih koli drugih del se v obstoječem vodomerem jašku v objektu ohrani zaporni ventil.



Stroški vodovodnega materiala, montažnih in gradbenih del pri obnovi priključka se krijejo iz postavke omrežnine, ki se uporabnikom mesečno obračuna pri oskrbi s pitno vodo. Komunala Kranj kot upravljalec javnega vodovodnega omrežja stremi k postopnemu obnavljanju vseh vodovodnih hišnih priključkov na območjih, kjer je bil v preteklosti že obnovljen vodovod. Pri obnovi se upošteva starost oz. dotrajanost in material cevi priključka.





REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KOHEZIJO IN REGIONALNI RAZVOJ



Na OŠ Franceta Prešerna Kranj



Projekt SCHOOL21 – GREMO VEN!

Projekt SCHOOL21, ki smo se mu priključili v preteklem letu, se nadaljuje. Počasi se približujemo že zadnjim mesecem projekta, v katerih bomo na noge postavili tudi učilnico na prostem ob naši osnovni šoli. Nakupili smo že kar nekaj pripomočkov in potrebščin, s katerimi bodo učenci v naši učilnici na prostem raziskovali in na drugačen način pridobivali zahtevana znanja.

Projekt norveškega finančnega mehanizma SCHOOL21 – gremo ven!, povezuje pet partnerjev – štiri iz Slovenije in enega z Norveške: Gimnazijo Franceta Prešerna Kranj, kot vodilno partnerico, Osnovno šolo Franceta Prešerna Kranj, BSC, d.o.o. Kranj, Regionalno razvojno agencijo Gorenjske, Socialno akademijo Ljubljana ter Møre and Romsdal County Council (z Norveške).

Glavni cilj projekta je, da s pomočjo razvoja nove metode in orodja poučevanja mlade že med procesom formalnega izobraževanja opremimo z veščinami in znanji 21. stoletja, ki so potrebni za samostojno življenje in delo.

Tako poleg pouka, ki poteka »klasično« v učilnicah, na šoli izvajamo številne dejavnosti – tako med poukom, kot tudi v okviru različnih interesnih dejavnosti.

Za različne aktivnosti je zelo primerno naše šolsko igrišče, travnate površine ob igriščih in pod drevesnimi krošnjami, seveda pa vsak kotic v bližnji ali daljni okolici šole lahko spremenimo v pravo učilnico na prostem. Zelo priljubljena učilnica na prostem postane tudi gozd, ki nudi neskončno možnosti raziskovanja in učenja na različnih področjih, od matematike, slovenščine in drugih jezikov, da o različnih naravoslovnih predmetih sploh ne govorimo.

Zakladnica možnosti za učenje se nam ponuja tudi ob načrtovanju iz izvajanju različnih taborov v naravi.

V juniju smo organizirali tridnevni planinski tabor na Zelenici (1536 m). Tabora se je udeležilo 19 otrok razredne stopnje z matične in podružnične šole. Vodili sva ga dve učiteljici, planinski vodnici.

Nastanili smo se v planinskem domu, ki je bil odlično izhodišče za naše planinske podvige. Že to, da so učenci spali v planinski koči, je bilo prav posebno doživetje. Prostor okoli doma je kot nalašč za uganjanje različnih športnih aktivnosti, raziskovanje in druženje s prijatelji.

Osvojili smo tudi dva vrhova. Drugi dan tabora smo se mimo doma pri izviru Završnice in sedla Šija povzpeli na Srednji vrh (1797 m), nato pa se s sedla po pobočju Vrtače vrnilo do koče na Zelenici. Popoldne smo imeli v okolici koče različne športne aktivnosti in prepoznavanje predmetov s pomočjo tipa, po večerji pa so nas obiskali vodniki treh reševalnih psov, ki so predstavili njihovo delo in dresuro. Mladi planinci so bili povsem navdušeni nad štirinožnimi kosmatinci, njihovimi vrlinami in osvojenimi veščinami. Ker pravi planinci nikoli nismo utrujeni, smo se zvečer podali še na nočni potep s čelnimi lučkami do doma pri izviru Završnice.

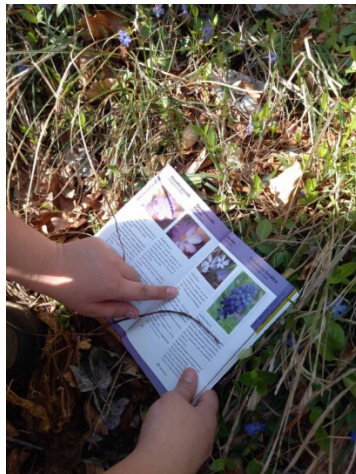
Zadnji dan smo zjutraj osvojili Triangel (1705 m), nato pa izvedli še kviz, v katerem so mladi planinci pokazali svoje planinsko znanje, veščine in spretnosti, marsikateri odgovor pa so našli tudi v okolici koče.



Narava, najboljša učilnica.



Ko ti nekdo zaveže oči, spoznaš kako dragocen je vid.



Prepoznavanje rastlin z Rastlinskim določevalnim ključem.



Na Srednjem vrhu



Otroci so bili zelo ustvarjalni in ustvarili »slike« iz materialov, ki jih ponuja narava.

Petra Mali, vodja projekta School21 - Gremo ven! na OŠ Franceta Prešerna Kranj



ŠBT IN NOČ BREZ TELEFONOV

Včasih želja, danes pa že skoraj leto in pol naša realnost. ŠOLA BREZ TELEFONOV.

Uporaba telefonov je včasih na OŠ Helene Puhar Kranj predstavljala veliko težavo, saj so učenci pogosto uporabljali telefone med odmori in celo med poukom, učitelji pa smo bili precej nemočni ob izvajanju ukrepov proti uporabi telefonov v šolskem prostoru. Z željo po spremembah in z zavedanjem resnosti problematike, smo se problema lotili celostno.

Ob koncu šolskega leta 2021/2022 smo na aktivu učiteljev razmišljali o problematiki in skupaj iskali rešitve ter strategije za preprečevanje uporabe telefonov v šolskem prostoru. Različne ideje smo zbrali in jih med poletnimi počitnicami oblikovali v skupek pravil glede telefonov v šoli ter posledic neupoštevanja pravil. Dogovorili smo se, da bodo učenci zjutraj učiteljem predali svoje telefone, ki jih bo učitelj za čas pouka pospravil na varno, v za to namenjeno omarico. Razrede učencev smo opremili z omaricami, namenjenimi telefonom, poleg omarice je še plakat s povzetkom pravil in posledic neupoštevanja le-teh. S prvim šolskim dnevom smo šolo preplavili s plakati ŠBT (šola brez telefonov), za učence pripravili skeč »Šola brez telefonov«, ki smo ga odigrali v vseh razredih. Pripravili smo predstavitev za starše in učitelje o negativnih posledicah uporabe telefonov v šolskem prostoru, kar so razredniki staršem predstavili na prvem roditeljskem sestanku, posodobili smo hišni red in pravila šolskega reda, kar je potrdil svet šole.



Vrhunec celostne strategije proti uporabi telefonov učencev v šolskem prostoru je NOČ BREZ TELEFONOV, ki smo jo v letošnjem letu izvedli za učence 7. in 8. razredov. Učenci so se na dogodek prijavili prostovoljno, vstopnica na dogodek pa je bila njihov telefon. Z učenci smo preživeli popoldne, večer, del noči in jutro povsem odklopljeni. Z učenci smo se zabavali, se spoznavali, delili skrivnosti in se povezali ob različnih športnih in socialnih igrah, prespali na blazinah v telovadnici šole, zjutraj pa pospravili in se polni doživetij vrnili domov, kjer smo nadoknadili manjkajoči spanec.



Če smo še ne dolgo tega mislili, da ni mogoče, smo danes zelo ponosni, da nam je uspelo in da je ŠOLA BREZ TELEFONOV naša realnost. Zdaj pa že razmišljamo o novih izzivih, ki so pred nami.

zapisala Tina Markelj



PIZZERIJA
gorenc®

Koroška cesta 59, Kranj
tel.: 04/236 13 00



PONUDBA HRANE:

- odlične pice iz krušne peči
- kruhki različnih okusov
- lasanje in ostale testenine
- mesne in RAZNE druge solate
- zrezki različnih okusov
- lignji na več načinov

**Krajanom Zlatega polja želimo mirne praznike
ter sreče in zdravja v letu 2024**



REPUBLIKA SLOVENIJA
VARSTVENO DELOVNI CENTER KRANJ - VDC KRANJ
KIDRIČEVA CESTA 51, 4000 KRANJ



POMEMBEN MEJNIK ZA UPORABNIKE VARSTVENO DELOVNEGA CENTRA KRANJ

V Varstveno delovnem centru Kranj, dosledno zasledujemo svoje poslanstvo, ki temelji na kakovostnem izvajanju socialnovarstvenih storitev. Središče delovanja so zadovoljni uporabniki, pri čemer je ključno izhajanje iz njihovih potreb ter pri tem spodbujanje njihove individualnost.

V Skupnosti Varstveno delovnih centrov Slovenije je bila z namenom, tudi v praksi uresničevanja in uveljavljanja enakopravne vloge odraslih oseb z intelektualno oviro, v letošnjem letu ustanovljena nova sekcija uporabnikov storitve »Vodenja, varstva in zaposlitve pod posebnimi pogoji«.



V sekciji zastopa glas uporabnikov VDC Kranj, izvoljeni predstavnik, ki je aktiven tudi v Kolegiju uporabnikov z direktorico ter imenovan za predsednika v novem organu - Svet uporabnikov, zakonitih zastopnikov oziroma skrbnikov VDC Kranj. Postavljen je pomemben mejnik na področju aktivne vloge uporabnikov VDC-jev po Sloveniji, saj sedaj lahko spregovorijo o temah, ki se močno dotikajo njihovega vsakdana in kar je pri tem najbolj pomembno, da so slišani. Iskreno pričakujemo, da bo njihov glas ne le upoštevan, temveč tudi pomembno vplival na oblikovanje zakonodaje na področju obravnave odraslih oseb z intelektualnimi, gibalnimi in senzornimi ovirami. Življenjsko

je, da se le-ta oblikuje in sprejema v skladu s potrebami tistih, ki jih spremembe prvenstveno zadevajo in so jim namenjene.

Ustanovna sekcija uporabnikov je potekala v VDC Zasavje, udeležilo se jo je kar 38 predstavnikov iz 22 različnih organizacij.

Tema prvega srečanja predstavnikov je bila »Lepo, lepše, vključujoče za vse«. Vsak izmed udeležencev je lahko povedal svoje mnenje o tem, kar mu je v njegovem življenju, pri delu, bivanju všeč in kaj je tisto, kjer bi si želel spremembe. Najbolj izpostavljene teme so bile želja po večji meri spoštovanja v slovenski družbi ter po večji možnosti lastnega odločanja o svojem življenju. Velik pomen so uporabniki pripisali tudi želji po številnih druženjih na različnih dogodkih ter si zaželeli dobro medsebojno razumevanje in zdravje. Naslednje srečanje bo potekalo v prihodnjem letu v Drugi violini, v organizaciji CUDV Draga, tema razprave pa se bo glasila »Naše pravice in naše obveznosti«.



Za nami je torej zelo aktivno leto, polno pozitivnih sprememb. Uporabniki vas skupaj z zaposlenimi pričakujemo v naši praznično obarvani trgovini na Kidričevi cesti 51 v Kranju, kjer boste lahko kupili unikatna darila za vaše najdražje.

Naj bo vstop v novo leto 2024 v znamenju najlepših pričakovanj.

Kolektiv uporabnikov in zaposlenih VDC Kranj

Dilca d.o.o.

Smledniška cesta 128
4000 Kranj

041 625 480

04 23 58 720

info@dilca.si

www.dilca.si

DILCA
d.o.o.
KRANJ

ZAKLJUČNA DELA V GRADBENIŠTVU.

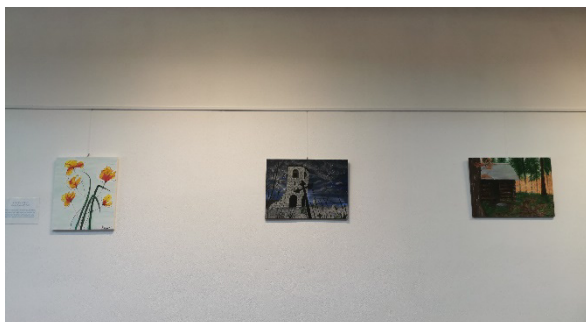
UMETNOST POD STREHO DIJAŠKEGA IN ŠTUDENTSKEGA DOMA KRANJ



DIJAŠKI IN ŠTUDENTSKI
DOM KRANJ

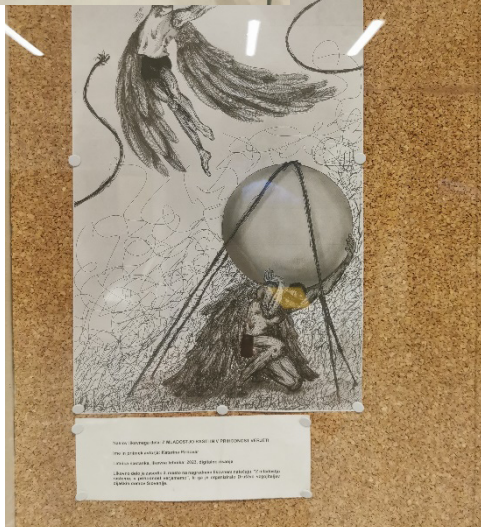
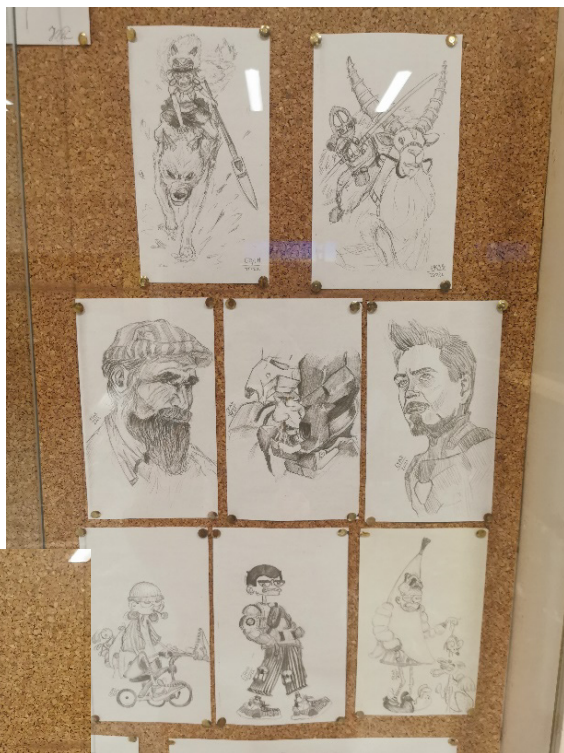
V DŠD Kranj smo ponosni na to, da pod našo streho bivajo najrazličnejši posamezniki, ki soustvarjajo in oblikujejo pisano domsko življenje. Med njimi se skrivajo tudi likovni talenti in v nadaljevanju prispevka bodo predstavljene tri umetnice, ki vsaka po svoje izražajo svojo ustvarjalnost.

Prva je Rebeka Černe, dijakinja 4. letnika BC Naklo, ki prihaja iz Dolenjskih toplic. Rebeka slika v svojem prostem času za sprostitev in za vzdrževanje lastne ustvarjalnosti. Na platno je začela slikati v zgodnjem otroštvu, pri petih letih. Trenutno so v domski jedilnici razstavljene njene slike, ki so ustvarjene na platnu z akrilnimi barvami. Ideje za motive so vzete iz raziskovanja Kočevarske kulturne dediščine ter iz lepote narave. Zelo rada je torej v naravi, iz katere črpa navdih, saj svojo ustvarjalnost izraža tudi skozi urejanje okolice, pri katerem ji je najbolj blizu japonski stil, ki ima v sebi globoko zakoreninjeno ljubezen ter spoštovanje do narave. Rebeka je tudi zelo uspešna lokostrelka. Lokostrelstvo trenira že 6 let in je tudi trikratna državna prvakinja v kategoriji mladink in članic.



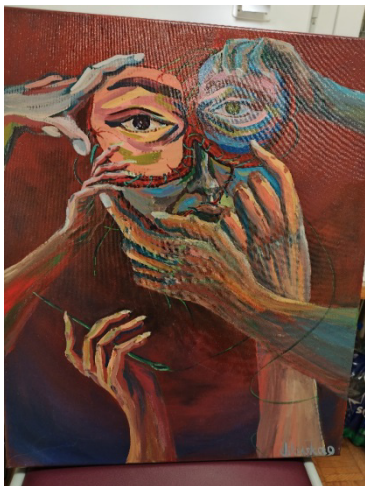
Slike Rebeke Černe

Druga je Katarina Pirnovar, dijakinja 3. letnika Gimnazije Franceta Prešerna, ki prihaja iz okolice Zagorja ob Savi. Njene risbe so trenutno razstavljene v vitrini domske avle, med njimi je tudi risba, ki je Katarini prinesla 3. mesto na natečaju 30. letnice Društva vzgojiteljev dijaških domov Slovenije. Risba z naslovom Z MLADOSTJO RASTI IN V PRIHODNOST VERJETI je narisana s tehniko digitalnega risanja. Katarina že od malih nog najraje riše s svinčnikom, poleg risanja pa je tudi velika ljubiteljica glasbe. Dijakinja je tudi uspešna smučarska skakalka, saj trenira in tekmuje v okviru Državnega panožnega nordijskega centra. Skoke trenira že 9 let. Januarja je tudi nastopila na Olimpijskem festivalu evropske mladine v Planici in na ekipni tekmi smučarskih skakalk na srednji skakalnici skupaj s še tremi dekleti osvojila zlato medaljo.



Risbe Katarine Pirnovar

Tretja je Anzhelika Semenuita, ki prihaja iz Ukrajine in v DŠD Kranj biva že skoraj dve leti. Stara je 26 let. Svojo prvo sliko je naslikala že v petem razredu, zato jo je babica spodbudila, da se vpiše v likovno šolo. Po likovni šoli je študirala na univerzi in pridobila naziv učiteljica likovne umetnosti. V času študija je preizkusila različne tehnike in stile risanja, sedaj pa zase pravi, da je njen stil nadrealizem. Najpogosteje slika z akrilnimi barvami in vsaka slika pove eno zgodbo iz njenega življenja. Dela Salvadorja Dalija so ji v navdih, saj je tudi znani slikar svoje življenje upodabljal na platnu. Anzhelika v prostem času tudi riše na grafično tablico in se ukvarja s 3D modeliranjem. Prav tako piše pravljice za otroke v slovenščini ter se uči slovenščino in španščino. V tem letu se je tudi pridružila Kulturnemu društvu likovnikov Kranj in aktivno sodeluje v različnih razstavah po vsej Sloveniji. Svoje slike bo kmalu razstavila tudi v domu.



Slike Anzhelike Semenuite

Kot je razvidno iz zapisanega, dekleta niso samo likovno nadarjena, temveč imajo še druga močna področja, ki jih prav tako razvijajo. Želimo jim veliko uspeha pri doseganju nadaljnjih ciljev in željno pričakujemo njihove nove stvaritve, ki jih bodo delile z nami.

Nina Mikić, vzgojiteljica DŠD Kranj

"Vsi, ki bi želeli sodelovati v kakršnikoli družabni dejavnosti v prostorih Krajevne skupnosti Zlato polje, se oglasite s svojimi predlogi v sredo 10. in/ali 17. januarja 2024 med 10. in 11. uro. Poskusili bomo najti kaj zanimivega, kar bi nas družilo. Lahko je to sprehod, knjiga, scrable ali samo klepet, ostale predloge boste podali vi.

TOPLO VABLJENI

če ne utegnate, pokličite 04 2011 972 ali pišite na kszpkr@gmail.com



Gimnazija
Franceta
Prešerna

Gimnazija Franceta Prešerna

Kidričeva cesta 65, 4000 Kranj | T: 059 093 340/343 | F: 059 093 370

E: tajnistvo@gfp.si | www.gfp.si

@GIM_FP | Gimnazija Franceta Prešerna

Gimnazija Franceta Prešerna v iztekajočem letu

Iztekajoče leto zaključujemo z zadovoljstvom, saj so naši dijaki na maturi dosegli zelo lep uspeh. Maturantje **splošne gimnazije** so bili **stoodstotno uspešni**. Odlično znanje na maturi so pokazali tudi **maturantje ekonomske gimnazije**, njihove ocene so krepko **nad slovenskim povprečjem strokovnih gimnazij**. V šoli pridobljeno znanje smo nadgrajevali s številnimi projekti, mednarodnimi izmenjavami in tekmovanji. Najboljši v generaciji sta bili **zlati maturantki Neža Strojan Šporar in Paulina Lina Tomažič** iz splošne gimnazije. Paulina Lina nas je skozi vsa štiri leta šolanja na naši gimnaziji navduševala z mojstrskimi tenkočutnimi zapisi, za katera je prejela številne literarne nagrade, osvojila je tudi trikrat zlato Cankarjevo priznanje in enkrat srebrno. Zato se nam je zdelo prav, da ji ob zaključku njenega uspešnega šolanja omogočimo izdati njen **knjižni prvenec, zbirko zgodb Minljiva**, ki ga je obogatila z **ilustracijami** prav tako naša **nekdanja dijakinja Hana Ribič**.



Paulina Lina Tomažič ob izdaji knjižnega prvenca

V programu splošne gimnazije smo na maturi imeli dva oddelka. V šolskem letu 2023/24 pa smo vpisali v 1. letnik **dva oddelka gimnazije, en športni oddelok gimnazije in dva oddelka ekonomske gimnazije** ter **športni oddelok ekonomske gimnazije**. Zaradi velikega zanimanja za vpis na GFP smo omejitev imeli na gimnaziji in ekonomski gimnaziji.

Novo šolsko leto se je začelo pestro s tabori in ekskurzijami tako po domovini kot tujini ter različnimi strokovnimi predavanji in predstavami. Tudi med letom dijakom omogočamo številne obšolske dejavnosti. V letošnjem šolskem letu je eden zanimivejših projektov School21, mednarodni projekt, ki povezuje pet partnerjev, štiri slovenske in enega norveškega. V projektu sodelujemo **Gimnazija Franceta Prešerna** kot vodilni partner, **OŠ Franceta Prešerna, Socialna akademija, BSC Kranj** ter norveški partner iz uprave okrožja **More Romsdal**, ki je odgovoren za 23 srednjih šol z 2.000 učitelji. Od junija 2022 do aprila 2024 bomo poleg izgradnje učilnic na prostem izvedli tudi izobraževanja za učitelje – t. i. multiplikatorje. S pilotnim projektom bomo pridobljeno znanje prenesli v prakso v ostale slovenske osnovne in srednje šole.

Načrtujemo tudi novo sodelovanje s finsko športno akademijo iz mesta Hämeenlinna, pri katerem bodo sodelovali predvsem dijaki športniki, in z Norveško. Nadaljujemo tudi z že tradicionalno izmenjavo z nizozemsko šolo Van der Capellen in partnersko šolo iz francoskega Cordouana ter s pobrateno Gimnazijo Svetozar Marković iz Novega Sada.

Pri mnogih aktivnostih, ki se dogajajo na šoli, je zelo aktivna dijaška skupnost. Organizirali so krst, »fazaniranje«, za prvošolce, predajo ključa modrosti za četrtošolce, mnoge dobrodelne dejavnosti ... V predprazničnem času smo že tradicionalno obiskali **starostnike v domu za ostarele v Preddvoru**, za katere smo pripravili darila in kulturnozabavni program. Denar smo prispevali vsi dijaki in zaposleni in starostnike razveselili z darilci. Prisrčno druženje, topli stiski rok, ko smo drug drugemu povedali kaj lepega in spodbudnega, je bilo še posebej neprecenljivo.



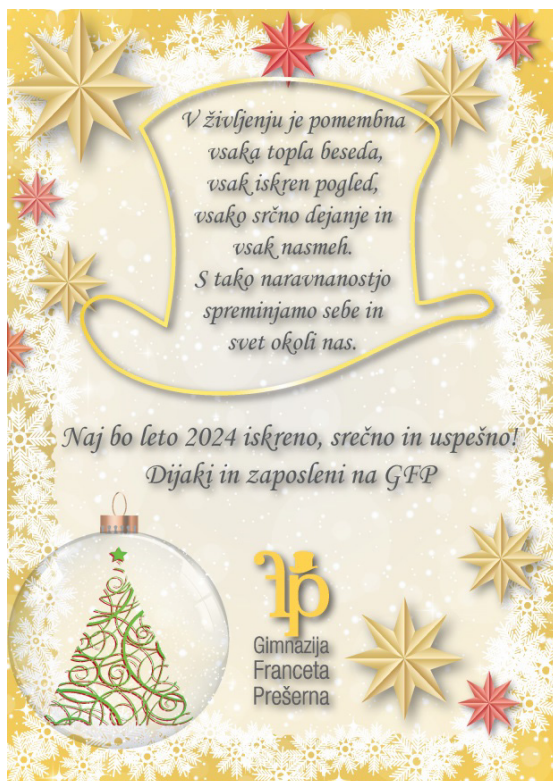
Obisk starostnikov v domu za ostarele v Preddvoru



Nismo pozabili niti na mlajše, ki so v socialni stiski. Postali smo tudi letos **Božički za en dan**. Vsak razred je pripravil darilno škatlo za velik nasmeh. Darila smo dostavili v Božičkovo delavnico in prepričani smo, da bomo marsikateremu otroku in starostniku, ki so tudi vključeni v projekt, polepšali praznične dni. Ponosni smo, da smo naredili nekaj dobrega in priklicali nasmeh na lica ne samo mladim ampak tudi starejšim ter na ta način doprinesli k boljšemu medgeneracijskemu sožitju.

Trudimo se delati v dobrobit dijakov, zato nas je zelo razveselilo pismo zahvale družine Langus, objavljeno v Gorenjskem glasu 4. 8. 2023. Njihov sin Nace Langus, perspektivni slovenski hokejist, se je vsa štiri leta šolal na daljavo. Živel in treniral je v Kanadi in na Švedskem, letos je maturo uspešno opravil v prvem roku. Med drugim so starši zapisali: Tako izobraževalno ustanovo lahko priporočimo vsakomur, saj si je lahko vsi samo želimo, zato je hvala za Gimnazijo Franceta Prešerna premalo. Tu resnično učijo profesorji z veliko začetnico, učitelji za življenje.

Dijaki in profesorji GFP





Šolski center Kranj
Kidričeva cesta 55, 4000 Kranj
tel: (04) 280 40 00
fax: (04) 280 40 35
www.sckr.si



Strokovna ekskurzija »Berlin in BMW«

Večino dijakov **Srednje tehniške šole** navdušujejo in zanimajo hitri in dragi avtomobili in motorji. V njih je namreč skrite ogromno tehnike in tehnologije, za katero se naši dijaki izobražujejo v okviru strokovnih predmetov iz področij **mehatronike**, **računalništva** in **elektrotehnike**.



Ekskurzija v Berlin za dijake **Šolskega centra Kranj** je bila že dolgo načrtovana, potem pa nam je korona na žalost takratnih dijakov izvedbo zamaknila za nekaj let. Ideja pa je še vedno tlela in tiho čakala, da pride spet na plano.

Berlin je ena najboljših destinacij za šolsko ekskurzijo. Lahko je avtomobilistična ekskurzija, ki ponuja od **BMW** in **Mercedesa** do **Porscheja** in **Ferrarija**. Pomemben je z zgodovinskega vidika, vse od Prusije do postavitve in padca berlinskega zidu. Arhitektura je čudovita in mogočna. Zabava je zagotovljena –

Berlin je mesto, ki živi - svetovljanski in očarljiv, preprosto ga moraš imeti rad.

V Berlin smo se odpravili v noči na 30. oktober. Da pot ne bi bila predolga, smo eno noč prespali v Leipzigu, največjem mestu na Saškem. Tam smo si najprej ogledali spomenik bitki narodov, posvečen zmagi nad Napoleonom. Sledil je **ogled tovarne električnih BMW vozil**, do katere so bili dijaki sprva skeptični, po ogledu pa navdušeni. Večer smo izkoristili za spoznavanje mesta. Sprehodili smo se po mestnem jedru, si ogledali zgodovinsko arhitekturo in moderno obnovljene stavbe, ustavili pa smo se tudi pri cerkvi sv. Tomaža, v kateri je deloval Bach. Zvečer smo se

povzpeli na 142 metrov visoko stolpnico Panorama, z vrha katere smo imeli krasen pogled na osvetljeno mesto.

Naslednji trije dnevi so bili posvečeni Berlinu. Od vsega, kar mesto ponuja, smo izkoristili vsakega malo. Takoj po prihodu smo si najprej ogledali zahodni del mesta: olimpijski stadion, vrtove dvorca Charlottenburg, postajo ZOO, spominsko cerkev cesarja Viljema, veleblagovnico KaDeWe in turistično najbolj oblegan nekdanji mejni prehod med vzhodnim in zahodnim Berlinom: Checkpoint Charlie.



Naslednji dan smo si ogledali **BMW Motorrad Welt** (BMW svet motorjev), odprt komaj konec septembra letošnjega leta, se sprehodili do spomenika holokavstu v bližini točke, kjer je bil med drugo svetovno vojno Hitlerjev bunker in si privoščili ulično kosilo na Alexanderplatzu. Sledil je obisk parlamenta, kjer smo se povzpeli na kupolo.



Zadnji dan Berlina smo si ogledali Berlin še s perspektive ladjice, obiskali najbolj slikovit ostanek Berlinskega zidu – East side gallery in za zaključek obiskali živalski vrt ter akvarij. Dolgo vožnjo domov smo popestrili z obiskom **BMW Welta v Münchnu** in tako zaključili našo zgodbo o BMW.

Alenka Potočnik Zadrgal

Posvet o vodiku

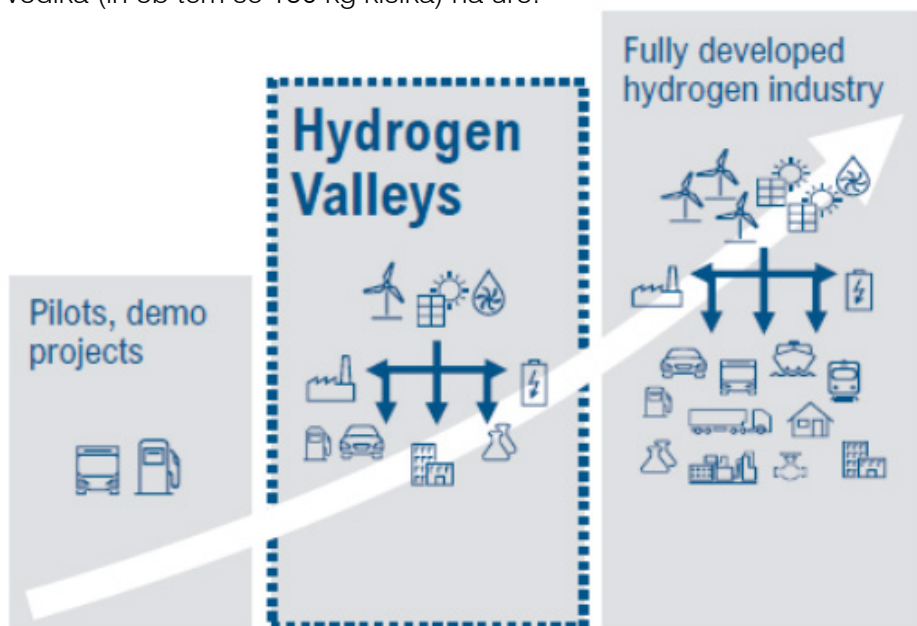
Študentje zadnjega letnika programa Elektroenergetika iz VSŠ ŠC Kranj so se udeležili Posveta o vodiku, ki ga je v Ljubljani organiziral Cigre 15. 11. 2023. Dogodek sta odprla ministra, ki sta oba elektroenergetska inženirja: mag. Kumer in uni. prof. dr. Papič. Potem pa so strokovnjaki s pomočjo predstavitev predstavili različne projekte. Ta predavanja si lahko s pomočjo prenosa predstavitev iz Cigre spletne strani tudi ogledate: <https://www.cigre-cired.si/event/posvet-o-vodiku-v-slovenski-energetski-prihodnosti-15-11-2023-grand-plaza-hotel/>



Posvet o vodiku 15. 11. 2023 v Grand Plaza Hotelu (100 udeležencev) v organizaciji CIGRE

Raziskovanje potenciala vodika v elektroenergetskem sektorju je ključno pri iskanju trajnostnih energetskega rešitev. Vodik, kot čist in vsestranski vir energije, obeta zmanjšanje ogljičnega odtisa pri proizvodnji električne energije, uravnoteženju omrežja in sezonskem shranjevanju energije. Razumevanje njegovega vpliva, izzivov in priložnosti je ključno za deležnike industrije, odločevalce in raziskovalce. Posvet je ponudil platformo za izmenjavo znanja, spodbujanje sodelovanja in spodbujanje inovacij v spreminjajočem se okolju elektroenergetike. Z združevanjem strokovnjakov si prizadevamo za ustvarjanje pomembnega napredka proti zeleni in učinkovitejši energetskega prihodnosti.

Vodik se danes uporablja (100 mio ton) predvsem kot industrijski plin v rafinerijah, pri izdelovanju umetnih gnojil (amonijak), v jeklarnah. Steklarna Hrastnik bo prva steklarna na svetu, ki bo delovala 100 % samo na vodik. Mestna občina Ljubljana bo v naslednjih 4 letih kupila 40 avtobusov na vodik, vsako leto po 10. Ta vodik bodo pridobivali s pomočjo sončne elektrarne, ki bo dajala elektriko elektrolizerju, ki bo iz vode delal vodik in kisik. Nova težka e-vozila (avtobusi, tovornjaki, letala) ne bodo imela baterij, ampak rezervoarje vodika in gorivno celico ter elektromotor. Avtobus z gorivno celico bo porabil 9 kg vodika na 100 km (osebni avto z gorivno celico pa 1 kg). Mag. Ileršič iz Plinovodov (SOPO za plin) je povedal, da se po EU že gradi hrbtenica vodikovodov (53.000 km do 2040) in 60 vodikovih dolin, iz katerih se bo razvila vodikova energetika (proizvodnja, prenos, shranjevanje, razdeljevanje in uporaba vodika). G. Bahor iz HSE je opisal, kako Holding Slovenskih elektrarn sodeluje v Severnojadranski vodikovi dolini (NAHV). Izdelujejo pilotni projekt 6 MWp velikih sončnih elektrarn in 19 MW elektrolizerjev, ki bosta proizvedla 3.000 ton vodika. Cena kg vodika je na trgu med 10 € in pada proti 2 €. Slovensko podjetje GP Sistemi v Dalmaciji gradi velik vodikov pilotski projekt s 60 MWp SE in pridobivanjem 19 kg vodika (in ob tem še 150 kg kisika) na uro.



Vodik naj bi nadomestil fosilna goriva. Danes ne znamo sezonsko shraniti velikih količin elektrike. OVE niso samooskrbni, saj recimo s SE ne moremo doseči, da bi poletne viške elektrike uporabljali pozimi, ko SE dajejo zelo malo elektrike. Vrsta energije, ki bo poganjala elektrolizo vode in izdelovala vodik, nam pove barvo vodika: OVE zelena, viški elektrike iz električnega omrežja rumena, JE roza, črna s pirolizo premoga, modri in sivi iz metana, turkizna s pirolizo lesa in bioodpadkov.

Hydrogen Valleys are truly going global – As of today, we have identified **more than 80 Hydrogen Valleys** under development around the world

Europe

Asia-Pacific

Americas

Middle East & Africa

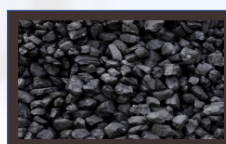


POSVET O VODIKU

V SLOVENSKI
ENERGETSKI PRIHODNOSTI

Ljubljana, 15.11.2023

CCS



Z univ. prof. dr. Blažem Likozarjem s Kemijskega inštituta, ki je tudi sodeloval na predavanju in omizjih, sem se dogovoril za obisk s študenti v njihovem demonstracijskem oddelku za vodik in baterije, kjer bodo tudi pojasnili, kako napredujejo pri razvoju električnih baterij v 20 mio € projektu z japonsko Hondo.

Predavatelj: Robert Šifrer, univ. dipl. ing.

Predavanje na temo Trajnostni razvoj – ekodizajn storitev in uporabniške izkušnje na primeru družbe T2 d.o.o., Ljubljana

Predavanje na temo Trajnostni razvoj – ekodizajn storitev in uporabniške izkušnje na primeru družbe T2, d. o. o, Ljubljana, pri predmetu Poslovno pravo, sta 27. 10. 2023 izvedla g. Aleksander Bergant, vodja sektorja za produkte in inovacije, in g. Rok Bojanc, vodja produkta e-Vital, ekodizajn skozi proces PLM (Product lifecycle management).

V okviru raziskovalne naloge v sodelovanju z gospodarstvom, na temo trajnostni razvoj – ekodizajn storitev in uporabniške izkušnje na primeru družbe T2, d. o. o, Ljubljana, sta dne 27. 10. 2023 gostujoča predavatelja g. Aleksander Bergant, vodja sektorja za produkte in inovacije, in g. Rok Bojanc, vodja produkta/storitve e-Vital, izvedla predavanje z delavnico.

Dogodka so se udeležili študenti 2. letnika programa Ekonomist, komercialna smer s predmetno predavateljico, študenti 1. letnika programa Ekonomist, s predmetnim predavateljem in ravnateljica Višje strokovne šole Kranj, mag. Lidija Grmek Zupanc. Družba T2 uporabnikom ponuja kakovostne in zanesljive telekomunikacijske, informacijske in medijske storitve.

Namen ekodizajna je optimizirati vse faze življenjskega cikla izdelka (od razvoja do odstranitve) za zmanjšanje porabe virov in emisij in uveljavljanje okolju prijaznih praks v industriji za izboljšanje trajnosti.

Predstavnika podjetja sta se, na podlagi predhodno zastavljenih raziskovalnih vprašanj in študija virov, s študenti poenotila glede odgovorov na navedena vprašanja.

Po predstavitvi novih storitev podjetja bodo študenti v nadaljevanju opisali vpliv produkta na okolje z vidika osnov ekodizajna, pri čemer bodo morali razmišljati o celovitem življenjskem ciklu njihovega produkta/storitve (proizvodnja, razvoj, uporaba, ponovna uporaba ali reciklaža).

Predstavnikoma podjetja se za izvedeno predavanje z delavnico ter strokovno usmerjanje raziskovalnega tima študentov naše šole iskreno zahvaljujemo!

Predavateljica Milena Matić Klanjšček, univ. dipl. prav., univ. dipl. pol.



Strokovna tehniška gimnazija – inovativna gimnazija za bodoče inženirke in inženirje

Strokovna gimnazija Šolskega centra Kranj je manjša tehniška gimnazija, ki je edina te vrste na Gorenjskem. Je **več kot gimnazija**, saj ponuja svojim dijakom poleg gimnazijskega programa tudi možnost učenja na strokovnih področjih **računalništva, strojništva in elektrotehnike**. Namenjena je fantom in dekletom, ki imajo radi naravoslovje in jih zanimajo tehnična področja in moderne tehnologije.

Ena izmed posebnih nalog šole je tudi spodbujanje **podjetnosti in inovativnosti** pri mladih. Na Strokovni gimnaziji se zavedajo, da se svet spreminja precej hitreje kot se spreminja šolski sistem ali mladi, zato je razvoj različnih kompetenc, med katerimi izstopa prav podjetnost, še kako pomembno. Tako je šola v preteklem šolskem letu uspešno kandidirala na razpisu organizacije SPIRIT Slovenija in pridobila sredstva za izvajanje aktivnosti za spodbujanje ustvarjalnosti, podjetnosti in inovativnosti med mladimi. »Aktivnosti financira SPIRIT Slovenija, javna agencija ob finančni podpori Ministrstva za gospodarski razvoj in tehnologijo.«

V mesecu oktobru je tako na tehniški gimnaziji potekal start-up vikend, kjer so se dijaki učili razvoja lastne ideje z namenom reševanja posameznih izzivov, ki bi jih lahko spremenili v donosno podjetniško idejo. Dijaki so skozi delavnice in timsko delo spoznavali vse korake procesa razvoja neke podjetniške ideje, kot



so hitro prototipiranje, raziskava trga, izračun finančnega modela, priprava

kratke predstavitve oz. pitcha, itd. Dijaki so zadnji dan predstavili svoje ideje v obliki zanimivih pitchev in bili pri tem zelo inovativni in uspešni.

Ker so dijaki zelo inovativni, na šoli že nekaj časa deluje tudi skupina inovativnih dijakov vseh letnikov pod imenom **Glave skupaj**. Dijakom je sodelovanje v skupini v veliko veselje in izziv. Ob tem razvijajo ne samo svoje **talente in inovativnost**, pač pa tudi podjetnost in spretnosti kot so timsko delo, sodelovanje, komunikacija, nastopanje, predstavljanje svojih idej in izdelkov. Tako so nedavno pripravili že peti dogodek **Inženirke in inženirji bomo!** z naslovom: »Od radovednosti in igrivosti - do inženirstva«. Samega dogodka se je poleg dijakov Strokovne tehniške gimnazije udeležilo kar nekaj gorenjskih devetošolcev, ki so ta dan prišli na Dan odprtih vrat. Na prireditvi se je predstavila akustična zasedba šolskega benda SG, dijaki, ki sodelujejo pri produkciji šolskega podkasta, kot tudi dijaki inovatorji. Še posebej atraktivna je bila okrogla miza z inženirji in pilotom, kjer so gostje odgovarjali na zanimiva vprašanja o tem, kako izbrati karierno pot in biti pri tem uspešen, pomerili so se tudi v izzivu izdelave in uspešnega vzleta papirnatega letala.

Na okrogli mizi so sodelovali: **Anže Rovanšek**, inženir strojništva, pilot helikopterja v Letalski policijski enoti, **Matej Košmrlj**, inženir matematike, ustanovitelj in dolgoletni direktor Nicelabel (Loftware), **Nina Seifert**, inženirka elektrotehnike, samostojna razvojna inženirka za inovacije v družbi Iskraemeco in **Kristina Batistič**, inženirka računalništva in informatike ter svetovalka za kibernetsko varnost v podjetju NIL. Dogodek je bilo mogoče v živo spremljati tudi prek našega Youtube kanala.



Za vse, ki vas tehniška gimnazija zanima, se nam od decembra dalje lahko pridružite v akciji: **Postani dijak Strokovne tehniške gimnazije za en dan** in preizkusite, kaj pomeni biti dijak tehniške gimnazije. Na ta način lahko spoznali

šolo, dijake, profesorje, kako poteka pouk in tudi sami začutili utrip naše šole.

Prijavite se na: <https://sgschr.si/postani-dijak-za-en-dan/>.



**SREDNJA EKONOMSKA,
STORITVENA IN
GRADBENA ŠOLA**
ŠOLSKI CENTER KRANJ

Start up vikend na SESGŠ ŠC Kranj

Srednja ekonomska, storitvena in gradbena šola že dolgo ni več le prostor izobraževanja, temveč tudi gnezdo ustvarjalnosti in podjetniškega duha. Tudi letos se je na naši šoli že tradicionalno odvijal podjetniški dogodek za naše nadobudne dijake. Start-up vikend, organiziran v sodelovanju z dijaki različnih izobraževalnih smeri, je bil prava paša za oči in priložnost, da smo pokazali, kako lahko raznolika znanja naše šole združijo moči v ustvarjanju inovativnih podjetniških idej. Dijaki, ki so se udeležili vikenda, so prihajali iz različnih panog: ekonomije, frizerstva in gradbeništva. Naši dijaki so se združili v heterogene skupine, ki so presegale meje



njihovih izobraževalnih smeri. Frizerji so tako sodelovali z ekonomisti, gradbeniki pa z dijaki, specializiranimi za storitvene dejavnosti, kar je privedlo do presenetljivih kombinacij znanja in spretnosti. Ta kreativni hibrid je bil lepa predstava o tem, kako raznolikost lahko postane gonilo inovacij. Dijaki so svoje inovativne in praktično uporabne ideje

tudi predstavili, kar je bil eden izmed vrhuncev vikenda. Rezultati so bili več kot impresivni. Vsaka ideja je bila unikatna, a hkrati izjemno vsestranska – aplikacije za spletne rezervacije frizerskih storitev so združevale modo in tehnologijo, ekonomsko vzdržni gradbeni projekti pa so postavljali temelje za trajnostno prihodnost. V ozadju domišljenih predstavitev se je rodilo tudi pomembno spoznanje, kako inovativnost včasih ni dovolj, potrebna je vztrajnost pri delu.

Start-up vikend ni le dogodek, ki je združil različne strokovne smeri, temveč je postal trajen most sodelovanja. Dijaki so prepoznali vrednost raznolikosti in vzpostavili povezave, ki se bodo nadaljevale onkraj tega dogodka. To je postalo pravo gnezdo s sijajnimi rezultati, kjer se srečujejo različne smeri izobraževanja. V ozadju vsega tega stoji tudi poseben poudarek na mentorstvu in podpori, ki dijakom omogoča, da razvijajo svoje ideje in se učijo skozi praktične izkušnje. Profesorji niso samo

predavatelji, temveč tudi vodniki in spodbujevalci ustvarjalnosti. Zaključujem s ponosom na naše dijake ter vabim vse bralke k spremljanju uspehov naše šole.



Srednja ekonomska, storitvena in gradbena šola, Šolskega centra Kranj, ni le šola, ampak skupnost ustvarjalcev, ki vzajemno oblikuje prihodnost. Naša vrata so vedno odprta za inovativnost, ustvarjalnost in sodelovanje, ki so ključ do uspešne poti v podjetništvu.

Miha Povšič, pomočnik ravnateljice na SESGŠ



20 KORAKOVIH LET



Letošnje leto je za Center Korak, Kranj praznično, saj je 1. junija minilo 20 let od njegove ustanovitve.

Mnogo se je v teh letih spremenilo: lokacija in opremljenost prostorov, število uporabnikov, kadrovska zasedba, naša prepoznavnost v strokovnih krogih in družbenemu okolju, strokovna rast, pridobitev in delovanje po standardih kakovosti, širina programskih vsebin v centru, razvoj Zaposlitvenega centra,... A za rast in razvoj so potrebni trdni temelji in ti so v naših temeljnih vrednotah: strokovnost, fleksibilnost, dostojanstvo, samostojnost in toplota, pri čemer slednja ni protiutež prvim štirim, ampak je trdno vpeta v vsako od njih.

Naše poslanstvo »Osebam po pridobljeni možganski poškodbi omogočati čim bolj kvalitetno, samostojno in odgovorno življenje« živimo torej že 20 let. Uradno smo ga obeležili s Korakovim svečanim bazarjem 27. 11. 2023 v Kongresnem centru na Brdu pri Kranju. Dogodek je bil poln emocij, prepletanj prijateljskih in strokovnih vezi ter življenjskih zgodb, ki se človeka dotaknejo. Veliko vas je, ki ste nam včeraj izrekli pohvalo, nam stisnili roko in nam čestitali, še več vas je takih, ki ste bili z nami tekom našega 20-letnega popotovanja in nam s svojo srčnostjo to pot olajšali ali olepšali. Hvala vsem, vidnim in 'nevidnim' podpornikom, kajti zgodba, ki jo s ponosom pišemo, je taka tudi zaradi vas.

Eva Ristič, Marjan Kalamar - Center KORAK, Kranj







Previdno pri uporabi elektronskih naprav!

Družbena omrežja so nov način komunikacije med otroci in mladostniki, naloga staršev pa je, da jih poučijo o tem, kako naj bo ta komunikacija varna in primerna. Dejstvo je, da mlajša generacija komunicira preko mobilnih omrežij in mi jim te komunikacije ne smemo vzeti. Gre za socialne stike z vrstniki in ne smejo biti brez tega. Pri uporabi družbenih omrežij sta potrebni previdnost in zmernost. Kje je meja med primerno in pretirano uporabo se otroci ne zavedajo, zato imajo tako starši kot tisti, ki se dnevno srečujejo z njimi, nalogo, da jih poučijo o varni in primerni komunikaciji pri uporabi družbenih omrežij.

Elektronske naprave posegajo tudi v družinsko življenje in marsikje izpodrivajo pogovore in medsebojne odnose. Starši naj bodo zgled otrokom in naj vzpostavijo družinska pravila uporabe zaslonov, ki naj veljajo za vse družinske člane. Predlagam, da se dogovorijo, da so pri mizi en obrok na dan vsi brez elektronskih naprav. Vendar naj to velja za vse družinske člane, tudi za starše, ki naj morebitne službene klice za tisti čas odložijo. Kot opažamo, je težava, da otroci gledajo starše s telefonom v roki in jim je to zgled, pri čemer pa še zlasti majhni otroci ne vedo, da starš morda bere strokovno literaturo, knjigo, novice, ki jih potrebuje za službo, ali pa kaj ureja preko telefona. Za mlade se mi zdi najbolj delikatna uporaba Tik toka. Na tej aplikaciji se objavljajo tudi neprimerne vsebine: nasilje, spolne zlorabe, posnetki pomanjkljivo oblečenih posameznikov. V nekaterih državah so Tik tok prepovedali, predvsem zaradi nevarnih spletnih izzivov. Uporaba te aplikacije je za mlade najbolj tvegana, potrebna je previdnost. Na najstnike lahko vplivajo tudi „popolne“ podobe spletnih vplivnic in vplivnežev. Med srednješolci je precej razširjen Instagram. Pri ženskah so ideal velike prsi, ozek trebuh in večja zadnjica in se je že zgodilo, da so se srednješolke odločile za lepotne operacije, da bi imele manjši obseg pasu, fantom pa je vseč, da se jim vidijo mišice, zaradi česar nekateri uživajo škodljive steroide. A kot vemo, so te fotografije predelane.

Najstniki za komunikacijo pogosto uporabljajo Snapchat, ki je posodobljena različica Vibra ali Messengerja. Razlika je, da lahko uporabnik deli lokacijo in lahko njegovi prijatelji vidijo, kjer je in koliko je oddaljen od njih. Med mladimi je v zadnjem času vse bolj popularna aplikacija BeReal. Je precej podobna Instagramu, a je v bistvu njegovo nasprotje. Instagram predstavlja ideale, pomembno je, da na posnetku lepo

izgledaš, BeReal pa zasleduje realnost in uporabnike spodbuja, da se slikajo takrat, ko dobijo opomnik. Po 24 urah naj bi se objava sicer izbrisala, vendar vse ostane v medmrežju in na spletu. Otroci pod 13. letom starosti ne bi smeli uporabljati prej omenjenih aplikacij in tudi ne YouTubea, WhatsAppa, Twitterja oz. po novem aplikacije X ... Nekatere aplikacije tudi zahtevajo soglasje odrasle osebe nad 18 let, a lahko najstniki to hitro zaobidejo z izmišljeno letnico rojstva. Ko gre za vsebine, ki so zabavo oz. ki jih uporabljajo v prostem času, je za mlade med 13 in 18 let maksimalna uporaba dve uri na dan, za odrasle pa načeloma prav tako. Staršem svetujemo tudi, naj otroci prvega telefona ne dobijo za darilo. Telefon naj bo od staršev, otrok pa naj bo njegov uporabnik. Če je telefon v otrokovi lasti, ga starš ne more vzeti. Če pa je od starša, ga ta lahko kadarkoli vzame. Starši naj se z otrokom čim več pogovarjajo o temah, povezanih z uporabo elektronskih naprav in družbenih omrežij. Aplikacije naj na napravo naloži skupaj s starši. Otroka je treba poučiti, naj gesla, ki jih uporabljajo za dostop do svoj profilov, ne razkrijejo, da ne pride do zlorab, če bi se v njegov profil prijavila druga oseba. Pomembno je tudi, da ustvari varno geslo. Treba se je pogovoriti, kje je meja, kakšne so nevarnosti in pasti, otroka opozoriti, da se neznancev ne dodaja med spletne prijatelje, saj se lahko predstavijo kot vrstniki, nato pa pride do spletnega nasilja ali celo živega posilstva.

Prekomerna raba zaslonov lahko vodi v zasvojenost. Obstajajo različni testi za prepoznavanje zasvojenosti z internetom. Dobri spletni testi so na voljo na Safe.si ali Logout, kjer so tudi informacije, kam se obrniti po pomoč. Sicer pa tu vidim vlogo predvsem staršev, oni morajo otroku reči – ne, dovolj je bilo. Zaradi pretirane uporaba zaslonov in spleta se lahko, kot je opozorila, pojavijo tudi psihične težave, odmaknjenost od družbe, socialnih veščin ni več, razširila sta se debelost med otroki in upad rezultatov v športnem kartonu. Otroci do dveh let nikakor ne bi smeli uporabljati elektronskih naprav.

Izvajalci zdravstvene vzgoje za otroke in mladostnike o tem seznanjamo otroke, dijakke po osnovnih in srednjih šolah v območni enoti Kranj.

Tanja Podlipnik, mag. zdr. nege

Počutje med prazniki

Prazniki so čas veselega vzdušja, hvaležnosti, dobrote in preživljanja časa z bližnjimi. Kljub temu pa se tudi med prazniki lahko pojavijo neprijetna čustva in občutki, kot so žalost, potrnost, tesnoba, osamljenost, razdražljivost ... Zaradi pestrega dogajanja se lahko pojavijo težave s spanjem in manj ugoden način prehranjevanja. Pestijo nas lahko finančne skrbi ali krivda zaradi obdarovanja. Morda se ob praznikih spominjamo prijetnih trenutkov z bližnjimi osebami, ki niso več z nami. Zaradi vsega

tega so prazniki lahko tudi vir stresa. Pojavi se lahko občutje praznične otožnosti (ang. *Holiday Blues*).

Praznike si poskusimo olajšati preko nekaterih načinov, kot so:

- **Prilagodimo pričakovanja**: ob primerjanju svojega načina praznovanja s praznovanjem drugih ljudi lahko občutimo žalost, sram ali krivdo, saj naši prazniki izgledajo drugače, kot vidimo na družbenih omrežjih ali slišimo od prijateljev. Ob tem se skušajmo opomniti, da opustimo nadzor nad tem, kako bi nekaj *moralo* biti in poskusimo biti preprosto hvaležni za to, kar je.

- **Pozornost namenimo skrbi zase**: kljub prazničnim dobrotam in obredom ohranimo svojo rutino skrbi zase. To pomeni, da ne pozabimo na redne in uravnotežene obroke, počitek ob napornih aktivnostih, urnik spanja in telesno dejavnost.

- **Dopustimo si občutiti vsa čustva**: ob prazničnih mesecih smo lahko nostalgичni, otožni ali pa žalujemo za preteklimi spomini, ljudmi, odnosi ... Pomembno je, da svojega doživljanja ne zatiramo, četudi nam ob njem ni vedno prijetno. S tem, ko bomo sami sebi dopustili prostor za vsa čustva, bo teža bremen teh občutkov lahko nekoliko popustila.

- **Poiščemo pozitivne malenkosti**: v obdobju praznične evforije in hitenja nas v dobro voljo lahko spravijo majhna dejanja. To so lahko poslušanje najljubše božične melodije, peka piškotov, izdelava voščilnic, vonj božičnih začimb, dejanja pozornosti in prijaznosti do sočloveka ...

- **Poiščemo si družbo**: čeprav so prazniki čas druženja z ljudmi, ki jih imamo radi, se včasih lahko zgodi, da navkljub vsem druženjem občutimo osamljenost. Kljub temu bo za nas dobro, če si poiščemo podporno družbo, kjer bomo lahko delili svoja razmišljanja ter se počutili slišane in razumljene. Stik z ljudmi lahko ohranjamo na različne načine, kot so telefonski klic sorodniku, pisanje voščilnice prijatelju, obisk znanca. Družbo si lahko poiščemo tudi v lokalnih društvih, medgeneracijskih centrih ali prostovoljnih organizacijah.

Prazniki trajajo le krajši čas v letu, zato ne bodimo prestrogi do sebe ali drugih. Svoj čas in energijo skušajmo nameniti ljudem, ki jih imamo radi in svojim hobijem, v katerih se lahko sprostimo.

Želimo vam sproščene in izpolnjene božično-novoletne praznike, Center za krepitev zdravja Kranj. V letu 2024 pa Vas ponovno vabimo na naše delavnice in stojnice v lokalnem okolju.

Maša Lebar, mag. psih., pripravnica

Naj pade samo osel na led

Ko pozimi stopinje padejo krepko pod ničlo ali ko zapade vsaj nekaj centimetrov snega, postanejo površine izredno spolzke in zdrsljive. Če nismo pozorni, se lahko hitro zgodi, da nerodno pademo in se pri tem poškodujemo. Pozorni moramo biti vsi, še zlasti pa starejši ljudje, ki imajo še toliko bolj krhke kosti, ki se ob padcu hitreje zlomijo.

Pomembno vlogo pri preprečevanju padcev pri starostnikih poleg primerne obutve in izogibanju drsečim površinam, ključno vlogo igra tudi ravnotežje, ki je pomembno v njihovem vsakdanjiku, ko opravljajo povsem običajne stvari, kot je skrb za osebno higieno, oblačenje in slačenje, ko vstajajo iz kadi ali iz avtomobila. Pomembno je tudi pri pospravljanju, doseganju in pobiranju predmetov. Starostniki z dobrim ravnotežjem se počutijo varnejše, udeležujejo se več aktivnosti in lažje skrbijo zase.

Kako torej preventivno nad padci? Raziskave kažejo, da je najbolj učinkovita kombinacija samostojne vadbe v domačem okolju z organizirano skupinsko vadbo. Za zmanjševanje tveganja padcev se priporoča vadba za ohranjanje ravnotežja. Za ohranjanje ravnotežja se lahko izvajajo vaje, kot so: dvig na prste nog, stoja na eni nogi, stoja pri miru z zaprtimi očmi in odročnimi rokami. Samo ohranjanje ravnotežja se lahko vključi že v vsakodnevne aktivnosti. Tako lahko starostnik stoji na eni nogi, ko si umiva zobe, ko pomiva posodo ali ko obeša perilo. Pomembno je, da ima v bližini trdno oporo, za katero se lahko oprime, če izgubi nadzor nad težiščem telesa. Priporočljivo je izvajanje vadbe 2 – 3x na teden, dobro pa je vključevati vaje za ravnotežje v vsakodnevne aktivnosti. Začetniki, ki imajo zelo oslabiljeno ravnotežje, vaj ne smejo izvajati sami, saj je nevarnost za padeč velika.

Ker nesreča nikoli ne počiva, je vadba za ravnotežje dobra preventiva pred padci. Vabimo vas, da se oglasite v Centru za krepitev zdravja Kranj, kjer vam bomo svetovali in pomagali.

Sara Rojnik, mag. kin.



Osnovno zdravstvo Gorenjske
Zdravstveni dom Kranj

CENTER
Za krepitev Zdravja





Gorenjci najboljši, občani Kranja pa potrebujemo malo spodbude...

Zdravje je pomembno za dobro počutje in uspešno vsakodnevno delovanje, njegovo ohranjanje in krepitev pa ključnega pomena za vsakega od nas. V Sloveniji imamo na tem področju številne preventivne in brezplačne programe, med njimi ima Program Svit pomembno mesto. Gorenjci so pri odzivnosti nanj najboljši, Kranjčani pa potrebujejo malo spodbude...

Program Svit je državni presejalni program za preprečevanje in zgodnje odkrivanje raka na debelem črevesu in danki, ki vključuje vse prebivalce, stare od 50 do 74 let z urejenim obveznim zdravstvenim zavarovanjem. Test z navodili za odvzem vzorca blata ciljna skupina prejme kar na dom in ga brezplačno vrne po pošti. Ob pozitivnem vzorcu na prikrito krvavitev v blatu sodelavci programa osebo obvestijo in napotijo na kolonoskopsko preiskavo. Z rednim sodelovanjem v programu na vsake 2 leti omogočimo pravočasno odkrivanje predrakavih ali rakavih sprememb na debelem črevesu in danki ter s tem preprečimo razvoj težje oblike raka. V zdravstveni regiji Kranj smo ponosni, da smo glede na ostale zdravstvene regije v prvem polletju 2023 zabeležili najvišjo odzivnost v program (skoraj 69 odstotkov). Uspešnost Programa Svit se že kaže na zdravju prebivalcev, saj število na novo odkritih rakov debelega črevesa in danke po uvedbi upada, prav tako pa je več rakov odkritih bolj zgodaj.

Dejstva o raku debelega črevesa in danke na Gorenjskem:

- četrti najpogostejši rak pri moških in pri ženskah,
- pri moških je pogostejši (odkritih 14 odstotkov več novih primerov tega raka kot pri ženskah),
- umrljivost je pri moških 1,9 krat višja kot pri ženskah.

Kako se Gorenjci odzivamo na vabila Programa Svit (podatki iz prve polovice 2023):

- najboljša regija v Sloveniji: skoraj 69 odstotkov vabljenih sodeluje v programu,
- sodeluje le 63 odstotkov moških in 74 odstotkov žensk,
- željeno vsaj 70 odstotno odzivnost dosega osem občin: Železniki, Gorenja vas – Poljane, Gorje, Šenčur, Škofja Loka, Žiri, Žirovnica ter Cerklje na Gorenjskem.

Občani Kranja zaostajate!

- le 65 odstotkov se vas odzove na vabilo Programa Svit,
- med njimi je le slabih 60 odstotkov moških in skoraj 71 odstotkov žensk.

Načelnik GRZ postaje Tolmin gospod *Metod Fon* je v okviru Festivala zdravja v Kobaridu podpisal svečano listino, s katero je Gorska reševalna zveza Slovenije postala podpornik Programa Svit in poudaril: « V Gorski reševalni zvezi Slovenije velik pomen namenjamo zdravju reševalcev, zato tudi podpiramo Program Svit, saj menimo, da je dobra in redna preventiva v današnjem času stresa, hitenja in velikih obremenitev edina pot k zgodnjemu odkrivanju raka, ki ga je danes vedno več. Podpiramo in z veseljem sodelujemo, ker je zdravje pomembno za vse nas in za vsakega posameznika posebej. »

**Ste letos že prejeli Svitovo vabilo in ga pospravili v predal?
Odzovite se zdaj in nato vsaki 2 leti!**

Za vse informacije o Programu Svit in za pomoč pri vključevanju v program se obrnite na Svitovo podporo v zdravstvenih domovih na Gorenjskem, lahko pa pišete tudi na svit@nijz.si ali pokličete na 01/62 04 521.

Najbližja Svitova podpora v vaši bližini:

ZD KRANJ

PONEDELJEK	7.00 – 18.00
TOREK	12.00 – 17.00
SREDA	7.00 – 18.00
ČETRTEK	10.00 – 18.00
PETEK	8.00 – 12.00

E-naslov: erika.povsnar@zd-kranj.si in kaja.galun@zd-kranj.si

Telefon: 031 425 687 in 030 450 664

Kako sodelujem?

Svit 
rešuje
življenja!





Želimo vam mirne božične praznike ter vse dobro v novem letu 2024!

Družba Domplan je sodoben upravljelec nepremičnin, ki nudi uporabnikom storitev, torej etažnim lastnikom, celovito upravljanje z namenom ohranjanja in dviga vrednosti nepremičnine, s tem pa zagotavljanje nemotenega in udobnega bivanja strank.

Spoštovani etažni lastniki,

Izbor upravnika stavbe predstavlja veliko odgovornost, s katero se začne trdo delo grajenja zaupanja med upravnikom in lastniki. To zaupanje mora temeljiti na dejanskih osnovah in pozitivnih izkušnjah. Družba Domplan se trudi izvajati storitve upravljanja kakovostno in po konkurenčni ceni, zaupajte nam upravljanje vaših nepremičnin tudi Vi.

Vaš upravnik – Družba Domplan,
»skrben gospodar vašega premoženja«!

INŽENIRING

NEPREMIČNINE

URBANIZEM

ENERGETIKA

Domplan d.d., Bleiweisova 14, 4000 Kranj,
T 04/20 68 700, F 04/ 20 68 701
I www.domplan.si, www.domplan-upravljanje.si



URADNE URE V TAJNIŠTVU KS ZLATO POLJE:

Naslov krajevne skupnosti Zlato polje: ul. Franca Rozmana Staneta 13 - 1. nadstropje. Za sestanek s predsednikom ali tajnico se lahko dogovorite po telefonu 04 20 11 972 ali preko e-naslovov ks.zlatopolje@kranj.si ali kszpkr@gmail.com.
Več informacij lahko dobite tudi na naši spletni strani <http://www.ks-zlatopolje-kranj.si>