

ZLATOPOLJČAN

JUNIJ 2020

LETO XXXI

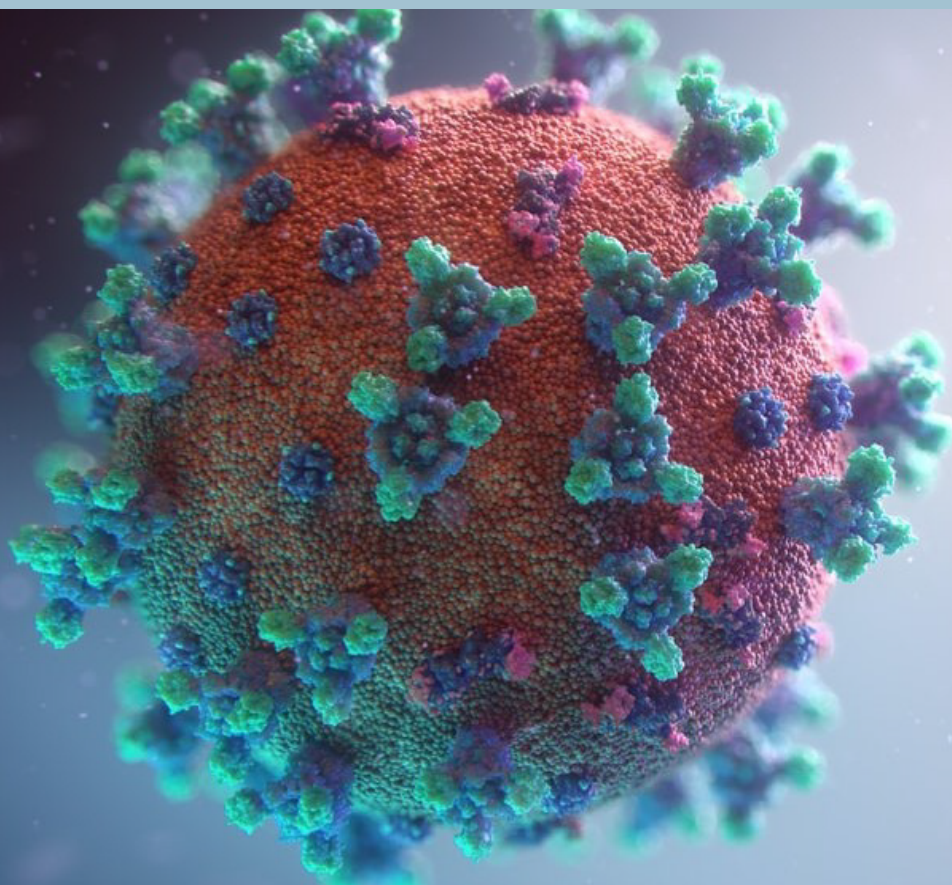


FOTO: www

IZ VSEBINE:

- *Kaj moramo vedeti o bolezni COVID - 19?*
- *Organiziranje dela v zavodih med pandemijo*
- *Nasvet policije o vožnji, ko cesto delijo motorna vozila in kolesarji*
- *Dogajanje v javnih ustanovah na Zlatem polju in še mnogo več*

Korona uvodnik

Pozdrav iz novih časov, ko nas je povsem opredelila nova resničnost, ki jo je prinesla svetovna epidemija, pandemija – visoko kužna koronavirusna bolezen, uvožena s Kitajske, preko posrednikov prenesena na vse kontinente sveta, vse države, tudi k nam.

Na srečo so jo pred nami izkusili že drugje in se je država in zdravstvo lahko zgledovalo po rešitvah, ki so jih uveljavljali drugod in smo, gledano na splošno, zelo dobro prenesli ta prvi val.

V državi je bilo le nekaj pod tisoč petsto uradno okuženih od skoraj 80 tisoč testiranih, od tega v kranjski občini le nekaj deset. V Kranju tudi nihče ni prinesel virusa v dom upokojencev, zato smo jo res dobro odnesli. V domovih je bila namreč zabeležena večina smrti, posledice virusa, na račun slabše odpornosti starejših z različnimi kroničnimi zdravstvenimi težavami, vsi smo slišali za Metliko, Ljutomer, kjer je bilo tega res veliko.

Strokovnjaki sicer menijo, da je bilo okuženih še veliko več, a so bolezen preboleli brez zdravniške obravnave. Državni organi, posebej Civilna zaščita, ta tudi na občinski ravni, so se trudili z ukrepi, ki naj bi zmanjšali širjenje okužb, med drugim so delili tudi kirurške maske, ne sicer vsem, ker jih toliko ni bilo mogoče dobiti, niti ne v takih količinah, ki bi jih sicer potrebovali tisti, ki so res bolj ogroženi, saj so maske te vrste le za nekajurno uporabo. Zato je bila odrejena prepoved druženja izven družine, prepoved gibanja, omejevanje časa za nakupe – posebej za starejše od 65 let, prepovedane so bile vse prireditve, uporaba športnih in otroških igrišč, kar se je deloma izteklo z uradnim koncem epidemije, ki ga je razglasila vlada z 31. 5. 2020.

Virus s tem ni izginil, zato nam še vedno priporočajo previdno ravnanje, ko prihajamo v stik z ljudmi – še vedno naj bi si pogosto in temeljito umivali roke, nosili maske, še posebno v zaprtih prostorih od trgovin do avtobusov ipd.

Posledice tega zapovedanega načina življenja nas bodo verjetno še dolgo spremljale. Starši z majhnimi otroki, za katere ni bilo vrtčevskega varstva, niti pouka, sami pa niso mogli biti doma, odsvetovano je bilo varovanje pri starih starših, so imeli veliko težav pri usklajevanju službenih in družinskih obveznosti. Delo od doma je za neproizvodne delavce tudi pomenilo novo izkušnjo, zaprtje določenih delovnih okolij pa tudi odpuščanje ali vsaj čakanje na nov zagon. Upajmo, da se bo virus počasi poslovil sam in nam prizanesel z drugim valom.

Korona pri nas

Tudi v našem lokalnem okolju je bil vpliv pandemije velik – vsi smo bili bolj ali manj ves čas doma, odhod na delo ali v trgovino je bil dolgo edini mogoč razlog za zapustitev doma. Do zdravnika je bilo težko priti, menda so nekateri zelo pogrešali frizerje in druge storitvene dejavnosti, vendar – preživeli smo in gremo pogumno naprej.

Nemara kljub vsemu še vedno preveč živimo vsaksebi, premalo se družimo in si pomagamo, tudi v blokkih, kjer bi to bilo še kako zaželeno. Naših nekaj nad 300 krajanov, starejših od 75 let, pa tudi drugi malo mlajši ali drugače – npr. zdravstveno ogroženi, bi si najbrž zaslužili več pozornosti od svojih sosedov in nekaj pomoči, saj vsi ne morejo računati na pomoč sorodnikov. Ne želimo si ponovitve nekaj primerov pri nas v blokkih v zadnjem letu, ko so šele po več dneh ali celo tednih našli osamljene ljudi mrtve, saj jih prej nihče ni pogrešil.

Letos zaradi korone ne bo junijskega krajevnega praznovanja, od zadanih nalog smo v začetku marca skupaj z Rdečim križem izvedli srečanje najstarejših krajanov in z Zvezo borcev obeležili dan žena, 8. marec. Izvedeno je bilo tudi predavanje o naravnih načinih zdravljenja oz. življenja.

Ali bodo jeseni primerni pogoji za izvedbo nadomestnih prireditev, ki smo si jih v KS zamislili, še ne vemo.

Vsekakor pa je v tem času bilo vseeno kar nekaj aktivnosti, kjer smo s pomočjo občine uspeli doseči nekaj izboljšav krajevnega okolja – z obžagovanjem drevja, popravili raznih infrastrukturnih objektov, pa seveda tudi oskrbo starejših krajanov z zaščitnimi maskami, pri čemer smo bili posebej pozorni na tiste, ki jih je oskrbovala patronažna služba ali pomočniki – oskrbovalci na domu, tudi preko Doma upokojencev.

Take izkušnje si ne želimo ponoviti in upajmo, da nam je tudi ne bo treba.

Z optimističnim pozdravom vsem krajanom

KS ZLATO POLJE - (ZK)

Krajevni praznik – 56 letnica ustanovitve

9. junija letos bi praznovali 56-letnico ustanovitve naše krajevne skupnosti. Po dobrih 30 letih bo to prvič, da je ne bomo tudi proslavili. Vseeno se spomnite tudi nanjo, pogledjte na našo spletno stran, če imate dostop do interneta in nam pomagajte pri delu s svojimi predlogi!

Končno se problematika parkiranja začenja urejati in reševati tudi v naši krajevni skupnosti



Spoštovani sokrajan!

Čas hitro teče in za nami je že leto in pol mandata v sestavi novega sveta krajevne skupnosti. Tokrat vam s ponosom predstavljamo določene dosežke in se resnično veselimo, da nam je po dolgoletnih naporih uspelo pričeti reševati problematiko parkiranja v naši krajevni skupnosti. Pot je še dolga, a ključni premiki se dogajajo in vsi smo lahko resnično veseli in ponosni.

V tem obdobju smo bili precej aktivni in upamo, da ste s spremembami v svoji okolici do sedaj zadovoljni. Mi se trudimo še naprej in v tokratnih novicah imamo za vas

nekaj, še posebej dobrih novic. Kot smo vas že sproti obveščali, so bile naše aktivnosti predvsem usmerjene v reševanje dolgoletne problematike parkiranja znotraj Zlatega polja.

V začetku leta 2019 smo na občinsko upravo poslali skrbno pripravljeno gradivo, v katerem smo izpostavili nekaj najbolj perečih problemov in hkrati tudi naša videnja reševanja posameznih težav.

Po nekajkratni odložitvi roka izvedbe in na osnovi našega vztrajanja smo pred nekaj dnevi dokončno dobili zagotovila in terminske plane realizacije projekta: **"UVEDBE MODRE CONE NA OBMOČJU PODCONE C2-G ZA GOSPOSVETSKO ULICO 11, 13, 15, 17 IN 19"**.

Na vašo pobudo bo uprava mestne občine Kranj uvedla plačljivo parkiranje oziroma parkirne dovolilnice za stanovalce na Gosposvetski ulici 11, 13, 15, 17 in 19.

V prihodnjih dneh, bodo vsi stanovalci omenjenega področja prejeli dopis, v katerem bo natančna seznanitev z vsemi pogoji in pravicami stanovalcev na omenjenem področju. Priložena bo tudi vloga za izdajo parkirnih dovolilnic

Vlogo bo mogoče oddati **od 1. 7. 2020 naprej**, in sicer:

- na spletni strani <https://dovolilnice.kranj.si>

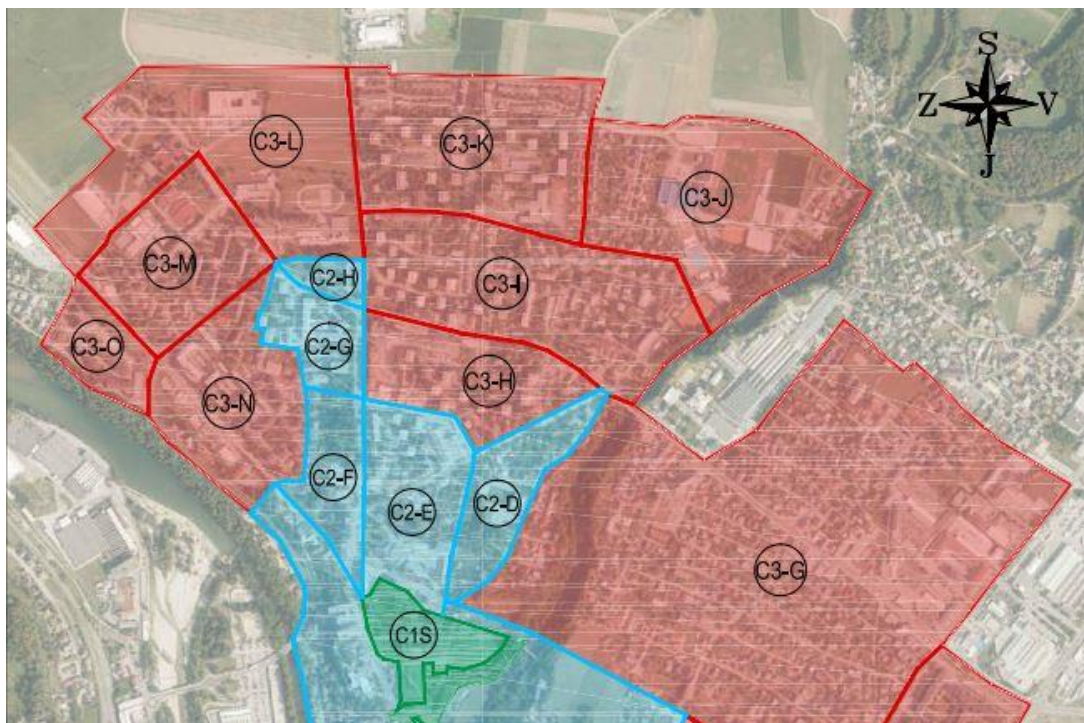
- osebno v sprejemni pisarni Mestne občine Kranj v času uradnih ur (v ponedeljek, torek, četrtek od 8.00 do 14.30, v sredo od 8.00 do 16.30 ter v petek od 8.00 do 12.30);
- po pošti na naslov Mestna občina Kranj, Slovenski trg 1, 4000 Kranj.

Za pridobitev dovolilnice se plača zakonska upravna taksa za vlogo in odločbo, materialni stroški za dovolilnico ter občinska taksa za drugo dovolilnico.

- Strošek za pridobitev prve parkirne dovolilnice na stanovanjsko enoto znaša **23,60 evrov/1 leto oz. 2 leti** za stanovalce s stalnim prebivališčem;
- Strošek za pridobitev druge parkirne dovolilnice na stanovanjsko enoto znaša **47,60 evrov/1 leto**.

Ob naslednjem podaljšanju dovolilnice pa je:

- strošek prve parkirne dovolilnice na stanovanjsko enoto **5,50 €/1leto**.
- Strošek za pridobitev druge parkirne dovolilnice na stanovanjsko enoto pa znaša **29,50 €/1 leto**. Prvo leto so dovolilnice dražje, ker se plača še odločba, ki se jo v kasnejših letih podaljševanja ne plačuje več.



Ob tej priložnosti vas želimo obvestiti, da smo na zadnjem skupnem sestanku predstavnikov Mestne občine Kranj in predstavnikov omenjenih blokov dosegli dogovor, ki je v skladu s pričakovanji vseh stanovalcev in ki predvsem definira vprašanja, ki so med stanovalci najbolj pogosta in pomembna.

Pravilniki so vedno pisani v skladu z veljavnimi predpisi, včasih določene obrazložitve pač ne zajamejo vseh potencialnih vprašanj in ne nudijo odgovorov na vsa pereča vprašanja.

Dogovor, ki smo ga sklenili z občino, je, da se bodo posebna vprašanja za posameznike reševala individualno in da se nikomur od stanovalcev ni treba bati, da bo imel težave s pridobitvijo dovolilnic. To je bil pomemben dogovor.

Če se bodo pojavljala kakršnakoli vprašanja in pomisleki, pa se vsi stanovalci omenjenega področja lahko obrnete na svoje koordinatorje in na krajevno skupnost. Potrudili se bomo, da boste dobili vsa pojasnila in vam pri pridobivanju dovolilnic tudi pomagali, če bo to potrebno.

Zakaj se trudimo spremeniti parkirni režim v naši krajevni skupnosti?

Zato, ker nam kronično primanjkuje parkirnih mest, naselje je bilo zasnovano in zgrajeno pred mnogimi leti, ko potrebe in razpoložljivost osebnih vozil niso bile na tem nivoju kot danes. Ker ima naša krajevna skupnost pomembno lego, ker imamo v naši sredini šole, fakulteto, zdravstveni dom, porodnišnico in še kaj, je pritisk zaposlenih, ki delajo v teh in drugih ustanovah v okolici, velik. Mnogi si zjutraj poiščejo parkirno mesto in pustijo v našem naselju vozilo skoraj ves dan. Ko se naši krajani popoldan vračajo iz služb, pa je seveda pomanjkanje parkirnih mest, ki je že tako pereče, zaradi tega pa še večje.

Zato smo se v tem mandatu na krajevni skupnosti zelo trudili, da se razmere tudi glede razpoložljivih parkirnih mest bistveno izboljšujejo.

Tako smo prišli do novih parkirnih mest na področju bivše kotlovnice in stare reševalne postaje, ki bodo v veliki meri razbremenile parkiranje zaposlenih zdravstvenega doma in porodnišnice. Ko bodo vsi ti zaposleni parkirali na za to urejenih parkiriščih, bo pritisk na parkirna mesta v naselju bistveno manjši.

Del parkirišča ob bivšem Slončku se bo najbrž vrnil na razpolago stanovalcem, na vhodu v mesto z gorenjske strani pa bo na področju sedanjih vrtičkov do vhoda v Lidl zgrajeno novo parkirišče, tako imenovani »PARK AND RIDE«. Tudi tu bo prostora za 54 avtomobilov.

Ob skrbi za parkirišča smo se zavzemali tudi za manjša popravila cest, parkirišč, ureditev zelenic in izgradnjo novega drevoreda ob Koroški cesti.

Z občino smo se uspeli dogovoriti, da se bo že letos izvedla sanacija nekaj parkirišč in del asfalta na Kidričevi cesti, na delu t.i. konjske poti ter na vhodu na parkirišča med blokoma Gosposvetska 17 in 19. Obnovile se bodo označbe nekaterih parkirnih mest in uredil režim prometa mimo garaž na križišču Gosposvetske ulice in ulice Franca Rozmana Staneta.

Kot lahko vidite in preberete, smo aktivni in se v imenu vseh krajanov zavzemamo, da naša krajevna skupnost - s svojo strateško lego - ostane med vodilnimi sredinami, ki Kranju prinašajo napredek, znanje, razvoj...

Osebnostno vam obljubljam, da se bomo trudili, da bomo vaš zaupan glas na preteklih volitvah predstavljali v najboljši možni meri in vas o pomembnih dogajanjih sproti obveščali. Seveda je poleg naštetih problemov, še veliko število drugih, ki jih tokrat nismo omenili, a bodo v prihajajočem obdobju vsekakor prišli na vrsto.

Ob tej priložnosti pa tudi pozivam vse krajanke in krajane, da se obrnete na nas s predlogi in problemi preko elektronskega naslova naše krajevne skupnosti kszpkr@gmail.com. Takoj, ko bomo pridobili odgovore ali mnenja, vam bomo odgovorili, ravno tako pa smo vam na razpolago vsak prvi torek v mesecu, med 17.00 in 18.00 uro v prostorih krajevne skupnosti - razen poleti, ko smo dosegljivi po telefonu in e-pošti.

V imenu sveta krajevne skupnosti Zlato polje, vam želim lepo, razigrano, zadovoljno in uspešno poletje. Ostanite zdravi in zadovoljni.

Gorazd Copek

Predsednik sveta krajevne skupnosti ZLATO POLJE

Pisne predloge in vprašanja spremljamo na e-naslovu kszpkr@gmail.com, kako nujno zadevo pa lahko sporočite tudi na tel. 04 2011 972.

Vsem, ki ste se oglasili na KS tako ali drugače, se zahvaljujemo za angažiranost, prav tako vsem, ki ste pomagali pri obveščanju stanovalcev o posameznih dejavnostih. K temu vabimo še kakega prostovoljca – saj drži, če nas je več, je delo hitreje opravljeno!

(tajnica KS)



PIZZERIJA
gorenc®



UREJEN LETNI VRT IN IGRALA ZA OTROKE

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

DNEVNA PONUDBA MALIC
NOV LETNI VRT ZA SONČNE DNI
PONUDBA HRANE:

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

ODPRTO: VSAK DAN od 11.00 do 23.00

Vljudno vabljeni!

Krajanom Zlatega polja čestitamo ob krajevnem prazniku

Zahvala župana:

**Spoštovane Zlatopoljčanke,
cenjeni Zlatopoljčani,**



zagotovo nas vse veseli, da se po dveh mesecih in pol skoraj popolne blokade javnega življenja zaradi epidemije novega korona virusa Covid - 19 razmere umirjajo in normalizirajo. Poletje je pred vrati in vsi si zaslužimo nekaj oddiha po obdobju, ki je bil preskušnja za vse nas. A danes lahko s ponosom ugotovimo, da smo jo v Mestni občini Kranj zelo dobro prestali. Okužb je bilo le dobrih dvajset, a prav nobene v vam bližnjem Zdravstvenem domu Kranj, čeprav je tam potekalo testiranje oseb s sumom na okužbo, in prav tako ne v Domu za upokoјence Kranj. Tudi v Kliniki Golnik, kjer so zdravili težje primere bolezni zaradi covid-19, so širjenje okužbe zatrli v kali.

A pohval si ne zasluži le zdravstveno in negovalno osebje, ki se je znašlo kljub pomanjkanju zaščitne opreme na začetku, pač pa tudi vse občanke in občani Kranja. Ker če ne bi dosledno upoštevali higienskih in preventivnih ukrepov, epidemiološka situacija v Kranju in okolici najverjetneje ne bi bila tako dobra, kot je bila. Spremeniti ste morali svoje življenjske navade, omejiti stike s svojimi najbližjimi in najljubšimi ter se naučiti vzdrževanja stroge, skoraj bolnišnične higijene.

Ob tej priložnosti bi se vam rad znova zahvalil za vašo doslednost in karakter: da ste vztrajali, čeprav so ukrepi za zamejevanje epidemije globoko zarezali v način življenja, kakršnega smo bili vajeni doslej. Poleg tega se je v tem času pokazalo, kako solidarni znamo biti v Kranju: na poziv občine, zlasti Civilne zaščite Mestne

občine Kranj (CZ MOK), ki je v teh težkih tednih delala brez premora, se je odzvalo več kot 170 prostovoljcev, pripravljenih priskočiti na pomoč najbolj ranljivim ali pomoči potrebnim. CZ MOK je poskrbela tudi za nabavo zaščitnih mask za najbolj ogrožene skupine, pri čemer so ji občutno pomagale krajevne skupnosti, med njimi tudi vaša. Hvaležen sem za vaš hiter odziv in učinkovito organizacijo tako obveščanja kot razdeljevanja mask tistim krajanom, katerih zdravje je bilo treba čim prej zaščititi. Na dober odziv je naletela tudi prošnja ravnatelja OŠ Franceta Prešerna Aleša Žitnika, saj so številni Kranjčani donirali rabljene računalnike in tako omogočili šolanje na daljavo tudi tistim učencem, ki prej računalnikov doma niso imeli. Mestna občina Kranj je pobudo komunikacijsko podprla, s poslovno skupnostjo AmCham Slovenija pa izpeljala še donacijo skupno 40 računalnikov in tablic. Dodatno je učencem brez dostopa do interneta pomagala s podaljšanjem brezplačne uporabe brezžičnega omrežja KRANJopen.

V Kranju smo izvajali še številne druge ukrepe, da bi bilo življenje občanov v času epidemije čim bolj znosno: od uvedbe brezplačnih parkirišč po začasni zaustavitvi javnega prevoza do informiranja občanov, kje lahko kupijo lokalno pridelano hrano, zaščitno opremo, se dogovorijo za dostavo osnovnih živil, nujnih zdravil ali za varstvo otroka.

Kljub temu, da je občina med epidemijo zaprla svoja vrata za neposredne stike s strankami, so bili zaposleni na voljo prek telefona ali elektronske pošte. Poleg tega je skoraj tekoče izpolnjevala svoje obveznosti tudi do izvajalcev projektov, države in dobaviteljev: od projekta GORKI 2, do več obnov cestišč in spremljajoče infrastrukture, šole pri Prešernovem gaju, delali pa smo – in še bomo – tudi na območju vaše krajevne skupnosti. KS Zlato polje predstavlja enega bolj vitalnih delov mesta, saj se v njej izvaja večina pomembnih dejavnosti, še zlasti zdravstvo in šolstvo. S projekti, o katerih si lahko več preberete v nadaljevanju, pa bomo na Mestni občini Kranj poskušali kakovost življenja dvigniti na še višji nivo. Hvala vam, ker pri tem tvorno sodelujete s svojimi predlogi in pobudami.

Skupaj zmoremo več!

Matjaž Rakovec, župan

Investicije so potekale po načrtih

(Projekti, ki jih je Mestna občina Kranj na območju KS Zlato polje in v bližnji okolici izvedla v času epidemije)

Nova cestna preobleka

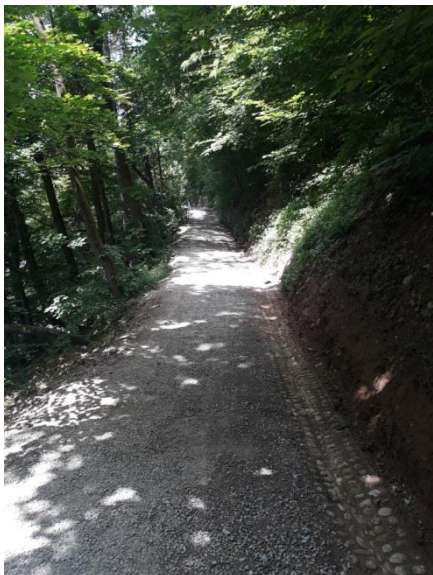


V začetku maja se je zaključila obnova vozišča na Ulici XXXI. divizije, ki je bilo močno poškodovano: uničen asfalt, velike luže v času deževja zaradi posedkov, tudi do deset centimetrov dvignjeni pokrovi jaškov ... Ker je bila obnova vozišča zares nujna, so v MOK težavo za nekaj let premostili v okviru rednega vzdrževanja cest in jo tako izpeljali z manjšim finančnim vložkom, celostno obnovo pa bodo izvedli v okviru prihodnjih proračunov.

FOTO:

Obnovljeno vozišče na Ulici XXXI. divizije. Foto: MOK

Še bolj varno in udobno za krajane



Pred kratkim je MOK z bitumensko protiprašno prevleko zaščitila in tako uredila prvotno makadamsko vozišče na območju za trgovskim centrom Lidl, novo podobo ima tudi pot ob Savi. MOK je namreč s pomočjo Komunale Kranj utrdila in na približno dva metra razširila slab kilometer dolgo makadamsko pot, ki je del kolesarske povezave Stara cesta – Struževo. To je nov korak k čim bolj povezanemu omrežju kolesarskih poti, občani pa so s tem dobili še boljše pogoje za rekreacijo in posledično tudi boljše zdravje.

FOTO:

Utrjena in razširjena kolesarska pot ob Savi. Foto: MOK

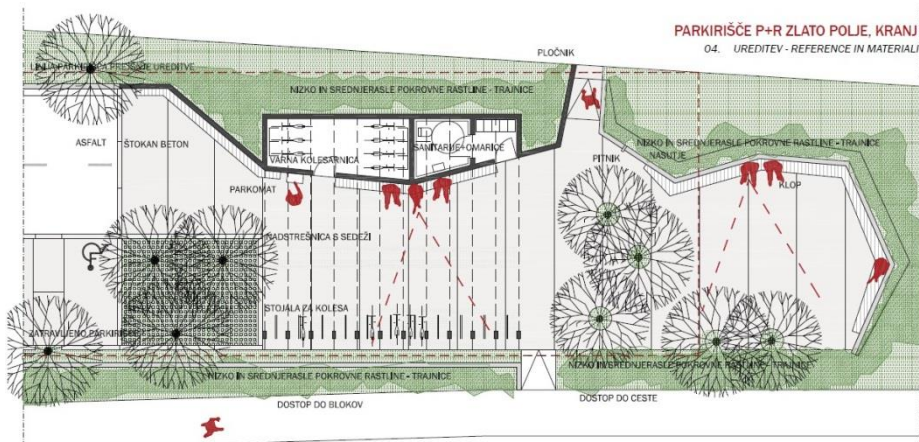
Načrtovani projekti in v izvajanju

Na Zlatem polju je v načrtih MOK nekaj posegov, za katere se že nekaj časa pripravlja vso dokumentacijo. Največji med njimi bodo obnova dveh obstoječih križišč z gradnjo avtobusnih postajališč na Koroški cesti, gradnja trgovine Hofer severno od Koroške ceste in vzpostavitev parkirišča P+R južno od nje.

Trajnostni mobilnosti naproti

Parkirišče bo imelo 56 parkirnih mest za avtomobile in za štiri motorna kolesa, uredili bodo dve novi avtobusni postajališči, postavili dodatno postajo sistema izposoje javnih koles KRskOLESOM, postavili varno kolesarnico, nadstrešnico in stojala za kolesa, predvidene so tudi zasaditve in zelene površine. Vse skupaj bo navezano na že obstoječe površine za pešce in kolesarje, postavili pa bodo tudi prometno in urbano opremo (klopi, koši za smeti, stranišče, javna razsvetljava, signalizacija ...) ter namestili šest vtičnic za polnjenje električnih vozil.

Parkirišče P+R bo sicer namenjeno predvsem ljudem, ki prihajajo v mesto na delo ali v šolo in zdaj parkirajo tudi na območju Zlatega polja. Zamišljeno je, da bodo svoje avtomobile pustili na parkirišču, nato pa se do cilja odpravili z avtobusom ali kolesom, kar bo nekoliko razbremenilo ta okoliš. Predvideno je, da bi projekt zaživel že ob koncu leta 2021 oziroma najpozneje v sredini leta 2022.



PADEČ TERENA SE IZKORISTI ZA VIZUALNO IN ZVOČNO BARIERO PROTI CESTI.

Nove peš in kolesarske poti in Park Janeza Bleiweisa

Središče Kranja bo po načrtih prav tako že do konca prihodnjega leta ali sredine leta 2022 dobilo nov park. S tem, ko bo uredila površine za pešce in kolesarje med Gosposvetsko ulico in Bleiweisovo cesto, bo MOK pretežno pripravila že tudi parkovno površino v parku Janeza Bleiweisa, ki bo ob kranjski porodnišnici in zdravstvenem domu. Park bo nosil ime Kranjčana, dr. Bleiweisa, osrednje figure slovenskega naroda v 19. stoletju, ki ima izjemne zasluge za obstoj našega jezika in naroda, bil pa je tudi zdravnik in porodničar. Z novim parkom na trenutno zanemarjenem in zapuščenem območju bodo tako pešci kot kolesarji pridobili nove površine, s tem pa tudi krajšo, udobno, privlačno in predvsem varno povezavo do zdravstvenih objektov. Kranj bo s tem bogatejši za nov, urejen javni prostor v neposredni bližini starega mestnega jedra.

Severna vrata

V okviru omenjenega projekta, ki je prej zajemal tudi bodočo glavno avtobusno postajo, je predvidena gradnja podzemne garaže, sestavljena iz treh stolpičev, streha pa bo ozelenjena. Občina se trenutno pogovarja z lastniki nepremičnin, ki niso v lasti MOK, saj so urejena lastniška razmerja pogoj za kakršnekoli posege na tem območju.

Šolski center Zlato polje

Tudi pri tem projektu se stvari premikajo. Pred kratkim sprejete spremembe in dopolnitve zazidalnega načrta predvidevajo novo prometno ureditev Koroške ceste in priključevanje območja Zlatega polja na Koroško cesto. Namen je, da bi območje šolskega centra ob Koroški cesti, kjer so predvidena stanovanja, poslovno-trgovske dejavnosti, parkirišča in zelene površine, delovalo enotno in imelo tudi primerno urejeno infrastrukturo.

Komuniciranje Mestne občine Kranj

OBVESTILO KS ZLATO POLJE!

Krajane obveščamo, da si **žalno zastavo** lahko izposodijo:

- na KS Zlato polje **pokličete hišnika - Dare Pangrič**, tel. : 040 640 713 in

- **v City baru**, lokalu pri OŠ F. Prešerna, Kidričeva c. 47 (bivši samski dom), ki je odprt vsak dan, tel. : 070 833 894. (Delovni čas: od ponedeljka do petka od 8.00 do 22.00, ob sobotah od 9.00 do 23.00 in ob nedeljah od 15.00 do 22:00).

Obema smo za sodelovanje hvaležni, saj hudi trenutki pridejo nenapovedano in si časa ne moremo sami izbrati.



Kaj moramo vedeti o bolezni Covid-19?

Covid-19 je zelo nalezljiva bolezen. Dokazano je, da oseba s covid-19 lahko okuži od 2 do 3 zdrave osebe, kar izražamo z reprodukcijskim številom (R). Na število vpliva število okuženih oseb in izvajanje preventivnih ukrepov. Virus se prenaša s kapljicami skozi usta in nos in preko stikov kot so roke, pa tudi predmeti. Nukleinske kisline virusa so prisotne tudi v krvi, serumu, slini in urinu, blatu. S povečevanjem števila okuženih je vse več okuženih površin, zato je, poleg zaščite pred kapljičnim prenosom, potrebna velika pozornost tudi za preprečevanje morebitnih kontaktnih prenosov. Virus se na srečo ne prenaša po zraku, razen kapljic ob kašljanju ali kihanju. Izjeme so invazivni posegi, povezani z dihali v bolnišnicah, zobozdravstveni posegi, pa tudi jemanje brisa nosno-žrelnega prostora, zato je pri jemanju potrebno uporabiti posebno masko (FFP3), zaščitna očala, nitrilne rokavice, kapo in vodo-odporni plašč .

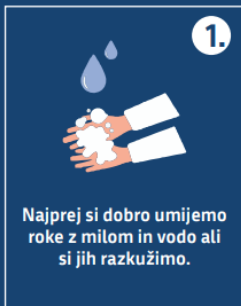
Inkubacija - Čas od okužbe do izražanja kliničnih znakov pri covid-19 traja 2 do 14 dni, v povprečju 4 do 6 dni. Testiranje takoj ali samo nekaj dni po izpostavitvi lahko poda lažno negativen rezultat.

Testiranje - Glede testiranja odloči zdravnik. Vsekakor je potrebno testirati vse osebe, ki imajo klinične znake respiratornih okužb.

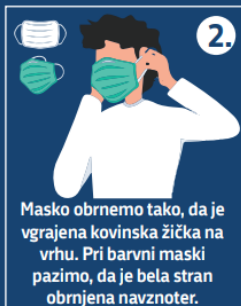
Uporaba mask v javnem življenju - Maske so obvezne v zaprtih prostorih, tam kjer ni možno vzdrževati fizične razdalje najmanj 1,5 m. Maske so že ves čas obvezne tudi za osebe z respiratornimi težavami, ki širijo okužbo naokoli. Na Kitajskem so to že dolgo nazaj sprejeli kot nekaj samoumevnega, Slovenci pa tega še vedno ne upoštevamo v celoti.

Higiena rok in nedotikanje obraza, obrazne maske, predmetov - Roke si moramo umivati, ko pridemo domov, po uporabi stranišča, pred jedjo, po jedi, po stiku z živalmi, po stiku z nečistimi predmeti, pred vstavljanjem kontaktnih leč, po previjanju, pred dojenjem in še bi lahko naštevali. Umivanje rok v domačem in javnem življenju je zelo učinkovito v preprečevanju prenosa okužb, tako da rok ni potrebno razkuževati, v kolikor imamo možnost umivanja. V kolikor pa ni te možnosti, potem roke razkužujemo. Ves čas se moramo zavedati, da se čim manj dotikamo površin in predmetov in da se, če je le možno, ne dotikamo oči, nosu, ust in obrazne maske.

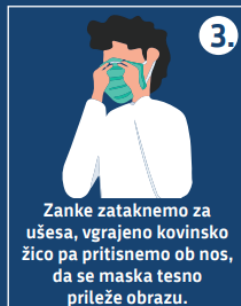
PRAVILNA NAMESTITEV ZAŠČITNE MASKE ZA ENKRATNO UPORABO



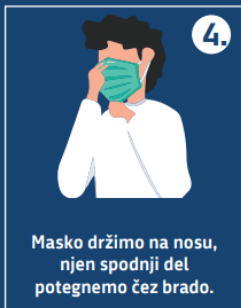
Najprej si dobro umijemo roke z milom in vodo ali si jih razkužimo.



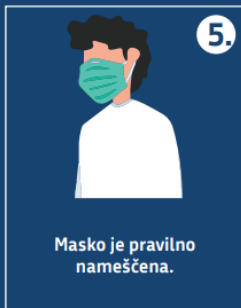
Masko obrnemo tako, da je vgrajena kovinska žička na vrhu. Pri barvni maski pazimo, da je bela stran obrnjena navznoter.



Zanke zatakamo za ušesa, vgrajeno kovinsko žico pa pritisnemo ob nos, da se maska tesno prileže obrazu.



Masko držimo na nosu, njen spodnji del potegnemo čez brado.

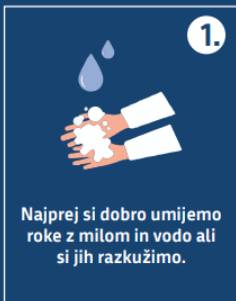


Masko je pravilno nameščena.

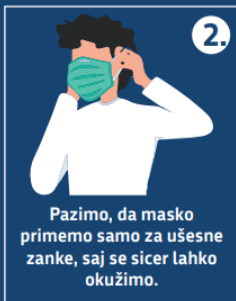
Maska je namenjena ENKRATNI uporabi. ZAMENJATI jo je treba po DVEH URAH oziroma POGOSTEJE, če je VLAŽNA.

Pravilno nameščena maska mora pokrivati USTA, NOS in BRADO.

PRAVILNA ODSTRANITEV ZAŠČITNE MASKE



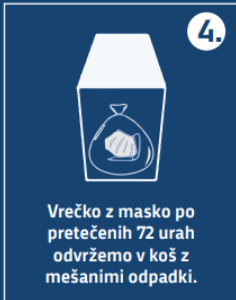
Najprej si dobro umijemo roke z milom in vodo ali si jih razkužimo.



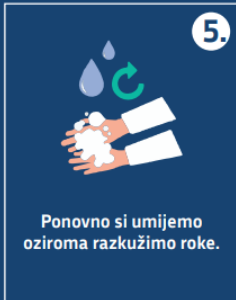
Pazimo, da masko primemo samo za ušesne zanke, saj se sicer lahko okužimo.



Masko vstavimo v plastično vrečko, ki jo z vozlom ali elastiko dobro zapremo in jo na varnem mestu hranimo 72 ur.



Vrečko z masko po pretečenih 72 urah odvržemo v koš z mešanimi odpadki.



Ponovno si umijemo oziroma razkužimo roke.



Masko smo varno odstranili z obraza.

Klinična slika bolezni - Nesreča te bolezni je, da ni jasnih bolezenskih znakov, ki bi usmerjali, da gre za covid-19. Posebej težko je, ker ima bolezen klinične znake podobne gripi in prehladu. Najpogostejši klinični znaki so vročina (88 %), kašelj (68 %) in občutek pomanjkanja zraka (do 46 %). Oboleli lahko zaznajo spremenjen voh (86 %) in okus (88 %).

V kolikor se pojavi težko dihanje pri bolniku, ki se zdravi doma, je to znak, da je bolezen prešla v nevarno fazo - možnost pljučnice in je potrebno poiskati zdravnika.

Drugače pa bolezen pri 80 % zbolelih poteka blago in zmerno, pri 15 % je potek hud, pri 5 % kritičen. Stopnja smrtnosti pri obolelih je največja v starosti nad 80 let.

Po podatkih v literaturi ima kar 20 do 40 % oseb okužbo brez simptomov.

Izolacija bolnikov traja v povprečju 14 dni. Pri bolnikih s srednjim potekom bolezni pa še 14 dni od umiritve simptomov.

Potek bolezni pri otrocih - Pri otrocih bolezen poteka ponavadi brez simptomov, pri ostalih pa v blagi obliki. Otroci največkrat kašljajo, jih boli žrelo in imajo telesno temperaturo do 38 stopinj. Bolezen se lahko kaže tudi kot driska in bruhanje. Vsekakor so tudi otroci dobri prenašalci bolezni.

Literatura:

1. Tomažič J. Covid-19.: kaj je dobro, da ve vsak zdravnik. Dostopno na: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/covid-19_tomazic_i.finito.pdf
2. NIJZ. Splošna uporaba mask Dostopno na: <https://www.nijz.si/sl/splosna-uporaba-zascitnih-mask>

*Doc. dr. Irena Grmek Košnik, dr. med., spec. klin. mikrobiol., spec. javnega zdravja
Nacionalni laboratorij za zdravje, okolje in hrano in Nacionalni inštitut za javno zdravje*

AQUAHIT
d.o.o.

CESTA STANETA ŽAGARJA 32
4000 KRANJ SLOVENIJA

MOBI: 041 644-984

TEL: 04 23-53-800

FAX: 04 23-53-801

EMAIL: aquahit@siol.net
www.aquahit.si



polkrožna steklena kabina
193€



WC kotlički
od 17€



armature - pipe
od 33€

VSE ZA VODOVOD, ZUNANJO KANALIZACIJO IN OGREVANJE, TUDI MONTAŽO



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

ČAS KARANTENE V VDC KRANJ

Marca smo se v VDC Kranj znašli v situaciji, katere si nihče ni predstavljal. Življenje se nam je obrnilo na glavo, zunanji svet se je na nek način ustavil. S pojavom korona virusa oziroma epidemije smo zaradi izrednih razmer s ciljem zaščite zdravja naših uporabnikov in zaposlenih, v mesecu marcu zaprli naša vrata in prenehali z izvajanjem storitve vodenja, varstva in zaposlitve pod posebnimi pogoji v enoti Kranj, Tržič, Šenčur in Škofja Loka. Uporabniki so v tem času zaživel v novih okoliščinah v krogu svojih družin oziroma v storitvi institucionalnega varstva VDC Kranj – v bivalni enoti Škofja Loka, kjer smo stanovalcem tudi v kriznih časih in ob soočanju z nepredvidljivimi situacijami ustvarjali občutek domačnosti, zadovoljstva in varnosti.

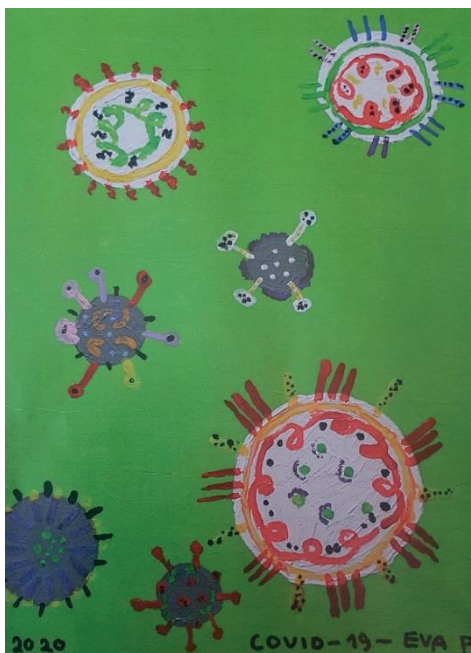
V VDC Kranj smo bili ves čas optimistično naravnani in zagotavljali podporo, usmerjanje in pomoč našim uporabnikom in njihovim zakonitim zastopnikom. V lahkem branju smo jih o korona virusu obveščali preko naše internetne strani in FB profila VDC Kranj. Pri tem smo izhajali iz osnovne pravice, da imamo vsi ljudje pravico do informiranja in da vsi ljudje potrebujemo informacije, zlasti v času epidemije. Uporabnikom in zakonitim zastopnikom smo napisali tudi pismo v lahkem branju. Spodbudili smo jih, da razmislijo o začasno potrebnih spremembah svojih navad in se prilagodijo novi situaciji, predvsem pa, da ostanejo aktivni, pogumni ter dobre volje. Podali smo jim tudi nekaj predlogov za preživljanje časa doma – pomoč pri gospodinjstkih opravilih, spremljanje novic, poslušanje radia, branje zanimivih knjig, ipd. Obvestili smo jih, da smo jim na voljo za pogovor in posvet preko telefona in jim tako v času zaprtja naših vrat zagotavljali psihosocialno podporo in pomoč. Kot odgovor na naše pobude, smo prejeli številne odzive, katerih smo bili zelo veseli.

Uporabnik **Jožko Oblak** je doma med drugim pisal pesmi. Povedal je, da je najbolj pogrešal svoje prijatelje, kar je tudi zapisal: »Prijatelj veliki, potrebujem tvojo roko, da me odpelješ tja, kjer nama bo iskreno lepo. Prijatelj, vsak trenutek se bojim zate, ker si na vozičku. Prijatelj, podaj mi roko, da ti iskreno povem, kako te cenim.«



Jožko Oblak - pisanje pesmi

Naša uporabnica **Eva Pirnat**, je korona virus naslikala in v pismu napisala, da hodi vsak dan na dolge sprehode ter da nabira regrat, čeprav ne je solate. Nekateri uporabniki so nam poslali svoje fotografije in povedali, da poskušajo dneve doma preživljati čim bolj aktivno.



Eva Pirnat - Covid 19



Sara Jelar - poslikava kamna

Prav vsi uporabniki, s katerimi smo bili v času zaprtja v stiku, so povedali, da zelo pogrešajo VDC, delo in svoje prijatelje. Veliko jih je potožilo, da jim je že dolgčas in da komaj čakajo, da gredo spet med ljudi.

V mesecu juniju smo s strani pristojnega ministrstva prejeli težko pričakovano »zeleno luč« za izvajanje storitve. V ponedeljek, 1. junija 2020, smo pričakali naše uporabnike z novim protokolom, s katerim smo poskrbeli za varnost ter tudi s torto dobrodošlice, ki je poskrbela za pravo presenečenje in dodatno veselje, ki je bilo ob ponovnem vstopu uporabnikov v našo enoto resnično neopisljivo.



Za konec naj povemo, da obolelih v času epidemije v VDC Kranj nismo imeli. Upamo, da bomo tudi vnaprej uspešni, saj smo sprejeli in izvajamo številne ukrepe, s katerimi se uspešno branimo pred okužbo. Marsikateri ukrep ni prijeten, zlasti prepoved druženja, pogrešamo predvsem objeme in stiske rok, s katerimi bi si pokazali, koliko si pomenimo. Ja, resnično smo pogrešali drug drugega in pa tudi delo.



Imamo pa že nekaj novih ustvarjalnih idej, zato lepo vabljeni v našo trgovinico na Kidričevi cesti 51, kjer zase in za svoje bližnje lahko izberete glinen izdelek našega lastnega programa.

Lepo vas pozdravljamo in ostanimo zdravi.

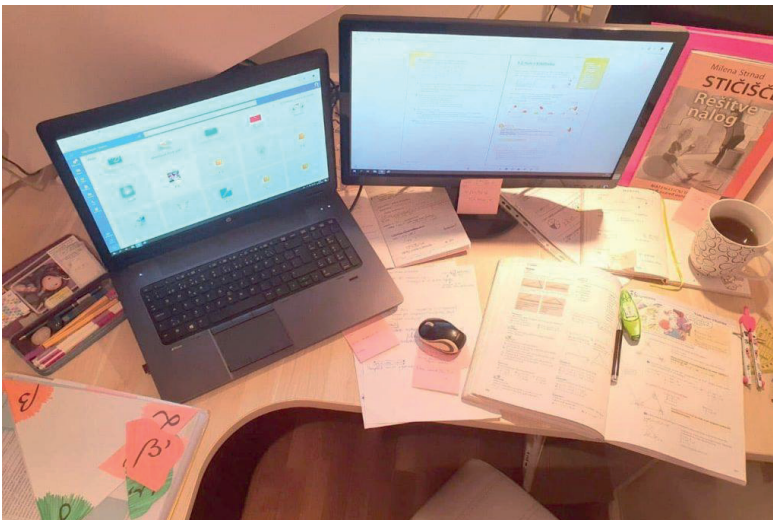
Kolektiv zaposlenih in uporabnikov VDC

Na OŠ Franceta Prešerna Kranj



Zaključek šolskega leta 2019/2020

12. marca nas je ministrstvo obvestilo, da se s ponedeljkom, 16. 3., šole zaprejo in bomo imeli pouk na daljavo. Nekako smo to že pričakovali, ker smo spremljali, kaj se dogaja na Kitajskem in okoli nas. V petek, 13. zjutraj, sem na sestanku celotnega učiteljskega zbora razdelil naloge in navodila za delo na daljavo. Pogovorili smo se o strategiji dela in pripravili prijavnice za vse otroke za delo s programsko opremo na spletu. Takoj že prvo uro ta dan so razredniki otrokom pojasnili osnove za delo na daljavo in jih seznanili z programsko opremo, ter jim razdelili uporabniška imena za dostop do spletnih programov. V ponedeljek smo že prestavili pouk iz učilnic na splet. Večina učencev je dobro pričela s spremljanjem in izvedbo zadolžitev. Nekaj otrok se je takoj »izgubilo« in prespalo nekaj prvih dni, nekaj jih nikakor nismo mogli vključiti skoraj do konca, ker so se nam uspešno izogibali. Nekateri pa niso imeli pogojev za delo. Med njimi najbolj izstopajo tujci, ki pa so bili zaradi nepoznavanja jezika skoraj nedosegljivi. Za tiste ki niso imeli pogojev, smo s pomočjo donatorjev zbrali računalnike, oziroma tablice. Na ta način smo dosegli 62 učencev, ponekod dva ali tri v družini z enim računalnikom.



Novo delovno mesto učitelja za računalnikom pri šolanju na daljavo

Naš računalničar je vse računalnike pregledal in usposobil za uporabo. Veliko je bilo tudi takih, da se jih ni dalo posodobiti z ustrezno programsko opremo. Tehnologija, ki jo uporabljamo za delo na spletu, zahteva kar zmogljive računalnike. Na nekatere računalnike je zmontiral še kamere in jim dodal brezžične ključke, da so se lahko priključili na brezžično omrežje. Akcijo je

koordiniral naš psiholog, ki je zbiral potrebe, hišnik pa je pobiral računalnike pri donatorjih in urejene, pripravljene za delo, dostavljal učencem na dom.

Začetni tedni so bili tudi za učitelje naporni, tudi sami so se morali, čeprav so poznali osnovno programsko opremo, dodobra usposobiti še za uporabo dodatnih programov.

Tako so veliko časa, poleg poučevanja učencev, porabili za učenje dela s programi za šolanje na daljavo. Je pa to stalen proces, programi se menjajo, posodablajo in smo z učenci vred, tudi mi učenci.

Danes, ko so učenci prišli nazaj, ugotavljamo, da polovica učencev, ki je redno sodelovala pri pouku na daljavo, snov obvlada in ni zaznati kakšnega občutnega primanjkljaja. Občuten primanjkljaj je pri tistih, ki so se uspešno izogibali klicem učiteljev in svetovalne službe. Naštudirali so cel kup izgovorov, ki jih pri delu z računalnikom ni težko. Od pogoste slabe, ali še bolje nedelujoče povezave, nedelovanja, zasedenosti pri drugih učiteljih ali predmetih. To, da niso imeli časa, kar je bil pogosto opravičilo v šoli, niso uporabljali prav pogosto.

Mi več kot to, da smo jih klicali, jih spodbujali, jim dajali še in še možnosti ob izbranem času, nismo mogli storiti. Od tu naprej so odgovorni starši, ki naj bi poskrbeli, da bi otroci sledili pouku. Na šoli smo imeli 6 telefonskih števil za pomoč otrokom in šest strokovnih delavcev, ki so pomagali razrednikom in se ukvarjali vsakodnevno samo s podporo otrokom. In bili so dobro zasedeni z učenci s težavami.

Sedaj so se otroci vrnil in je potrebno postopno zagnati vse kot je bilo prej. Vendar je to skoraj misija nemogoče. Že v normalnih pogojih smo imeli precej težav z organizacijo, na šoli je namreč veliko otrok in premalo prostorov, sedaj pa zaradi omejitev NIJZ nekaterih postopkov enostavno ni moč organizirati. Pouk poteka tako, da so otroci preko celega dne v isti učilnici, učitelji pa se selimo, z vsemi pripomočki, orodji, zemljevidi, preizkusi itd. Vsekakor pouk ne more biti tako kvaliteten, predvsem pri predmetih, ki potrebujejo specializirane učilnice, kemija, fizika tehnika, le šport lahko izvajamo zunaj.

Medtem ko je izven šole uporaba mask prepuščena presoji posameznikov, jih moramo v šoli še uporabljati, na hodnikih tudi učenci, starejši od 12 let. Režim razkuževanja in umivanja rok je dosleden. Garderob ne uporabljamo. Otroci oblačila in čevlje odložijo pod stol in na naslonjalo stola v učilnici, kjer sedijo vsak dan na istem mestu in prostor zapuščajo čim manjkrat. V šoli je prepovedno druženje z vrstniki iz drugih razredov

Tudi režim malic in kosil, prihodov in odhodov v šolo, izvedba izbirni predmeti, jutranjega varstva, podaljšanega bivanja, vse je prilagojeno ukrepom NIJZ. Vsem je nenavadno, še posebej, ker smo skupaj z učenci že navajeni, da so ukrepi zunaj šole zelo sproščeni, kjer skoraj ni več čutiti omejitvenih ukrepov.

Občutek imam, da bomo na ta način tudi pripeljali šolsko leto do konca.

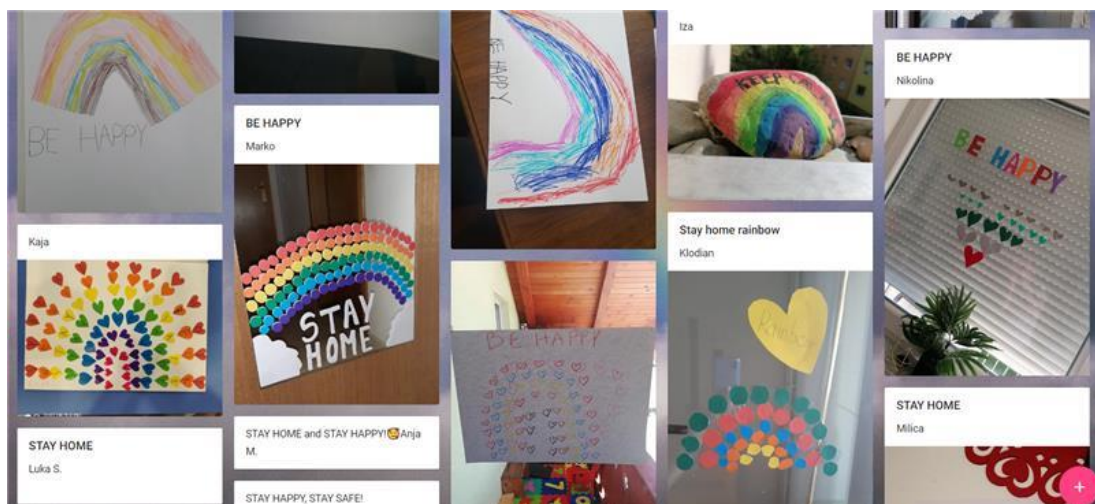
Kmalu nas zapušča 67 devetošolcev, letos bodo na žalost brez vate. Bomo pa pripravili z vsakim razredom kratko slovesnost, da jim vsaj malo bolj svečano izročimo priznanja za dosežene uspehe na različnih tekmovanjih in plakete. 13 devetošolcev bo prejelo priznanje za uspeh, njihovo povprečje ocen je višje kot 4,5.

V prvi razred jeseni se je vpisalo 98 otrok. Število učencev se bo tako kar znatno povečalo v naslednjem šolskem letu.

Kako bomo pričeli v jeseni, pa je nehvaležno napovedovati.

Nekaj iz življenja in dela v času zaprte šole

Z upanjem pa zremo v prihodnost. Čeprav vsak na svojem koncu mavrice, smo bili vsi združeni skupaj v širjenju pozitivnih misli. Nekaj izdelkov učencev, ki so jih nalepili na stekla in objavili na Padletu. Delček je na sliki, ostalo pa si lahko pogledate na QR povezavi:



V mesecu aprilu pa se je košček mavrice prikazal tudi z odobritvijo projekta Erasmus+ KA1, z naslovom Medkulturno povezovanje za bogatejše znanje (Intercultural cooperation for enriched education) ICEE, s katerim bomo pričeli v naslednjem šolskem letu.



Erasmus+

Glavni cilji projekta so: motivacija učencev za samostojno in odgovorno učenje ter prevzem odgovornosti nad lastnim učenjem, spoznati metode inkluzivnega poučevanja ter poučevanje s sodobno tehnologijo.

EVROPSKA VAS

Naše sodelovanje v projektu Evropska vas se nadaljuje tudi to šolsko leto. Malo nam jo je zagodla nepričakovana epidemija, vendar smo kljub temu uspeli izvesti kar nekaj aktivnosti. Tokrat naši učenci raziskujejo kulinarčno in kulturno zanimivo Francijo ter malo morsko državo Malto.

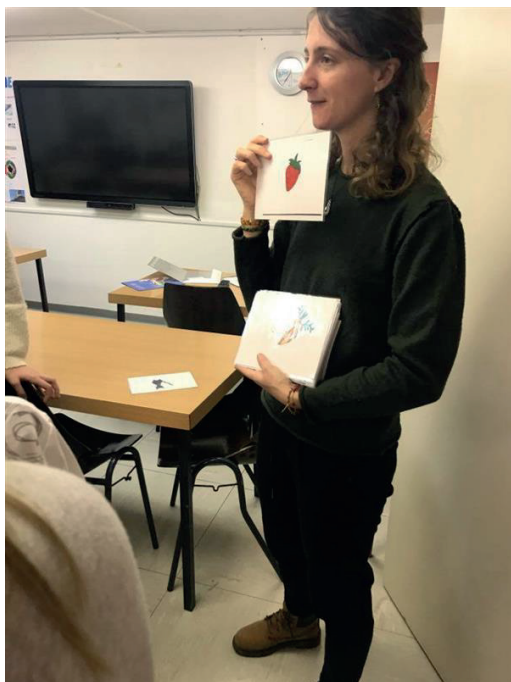
2020 je v Franciji leto stripa, zato smo v mesecu marcu obiskali Striparno Stripolis v Ljubljani. Sprejel nas je znani slovenski stripar Izar Lunaček in nam predstavil svoje delo, svoje prve korake, trenutno produkcijo in dejavnost kolektiva Stripolis. Tudi naši četrtošolci so se zabavali ob branju priljubljenih francoskih stripov Asterix in Obelix ter se preizkusili v risanju glavnih junakov.

Tanja Müller



»FRANCE VOYAGE« tudi na naši šoli

Naša šola je v letošnjem šolskem letu ponovno sodelovala v projektu France Voyage, ki ga organizira Francoski inštitut v Ljubljani. Program se izvaja že četrto leto in je namenjen učencem osnovnih in srednjih šol. Francoska lektorica Romane je z učenci naše šole izvedla tri delavnice, na katerih je učencem predstavila svoj materni jezik in francosko kulturo. Odkrivanja francoskega jezika so se učenci lotili na igriv način, s pomočjo družabnih iger in ustvarjalnih dejavnosti. Delavnic so se udeležili učenci, ki se učijo francoščino v okviru izbirnih predmetov in interesne dejavnosti ter učenci, ki so vključeni v projekt Evropska vas, v okviru katerega raziskujejo Francijo.



Na OŠ Helene Puhar Kranj:



»Tudi ti si angel«

je dobredelna akcija, s katero slikar Janez Štros zbira sredstva za otroke s posebnimi potrebami. Začel je pred nekaj leti, ko je izdal prvo knjigo z naslovom »Tudi ti si angel«. Prvi knjigi so sledile še tri. Ob izidu vsake knjige pripravi odmevni dogodek, na katerem nastopijo priznani glasbeniki in se ga udeleži veliko število ljudi. Na dogodkih razstavi nekaj slikarskih platen, katerih reprodukcije so objavljene v knjigi. Janez Štros knjig ne prodaja. Knjigo podari vsakemu, ki v dobrodelni akciji daruje 10 evrov.

Cilj dobrodelnih akcij »Tudi ti si angel« je pomagati ustanovam, v katerih so otroci sprejeti v vsej svoji posebnosti, tako v Sloveniji kot tudi v drugih državah. Ti otroci, družba jih je poimenovala otroci s posebnimi potrebami, so "naši" otroci in si zaslužijo več naše pozornosti, saj so prevečkrat porinjeni na rob družbe ter nemalokrat tudi pozabljeni.

V preteklih dveh letih je Janez Štros z zbranimi sredstvi pomagal več ustanovam: Osnovni šoli Janeza Levca v Ljubljani je pomagal pri opremlitvi dveh sob z gibalno senzorno opremo, v Osnovni šoli Jela Janežiča v Škofji Loki je sodeloval pri nabavi pripomočkov za multisenzorno sobo, z donacijo je pomagal tudi društvu SONČEK, doniral je tudi sredstva za nevrofizioterapije...

Ponosni, počaščeni in izredno veseli smo, da je bila OŠ Helene Puhar Kranj prva šola, ki ji je Janez Štros preko akcije »Tudi ti si angel« z zbranimi sredstvi pomagal. V preteklih letih je zaradi njegove nesebične pomoči, srčnosti, energije, entuziazma.. šola postala »bogatejša« za: multisenzorno sobo, čutno pot, asfaltno igrišče in tartanske podlage v zunanjih učilnicah - *(fotografije na naslednji strani desno)*.

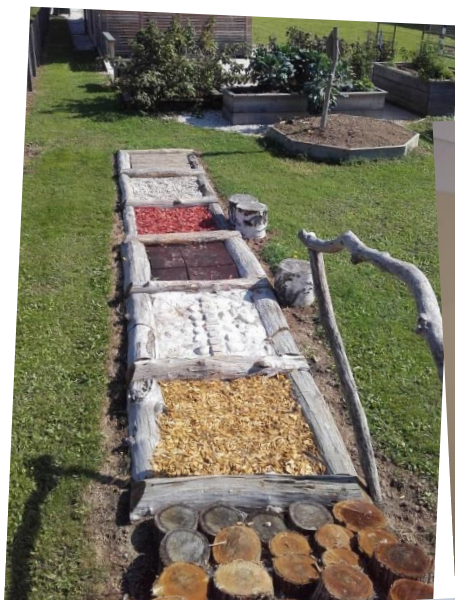
Janez Štros je doma iz Bitenj. S slikarstvom se je začel ukvarjati pred približno 15 leti, ko je na slikarsko platno začel prenašati svoja čutenja, doživljanja in obujanja spominov. V zadnjih petih letih je razstavljal v številnih evropskih galerijah od Dunaja, Londona, Rima, Pariza, Berlina ... Zapisan je v številne kataloge sodobnih slikarjev. Tako v Sloveniji kot v tujini je prejel več nagrad.

Dobredelna akcija »Tudi ti si angel« je poznana tudi prek meja: na Hrvaškem, v Italiji, Nemčiji, Avstriji, Franciji in Veliki Britaniji. Pri izvedbi akcije Janezu Štrosu pomaga Rotary club Kranj.

Na OŠ Helene Puhar Kranj smo veseli, da nas je Janez Štros »našel« in da nam pomaga ne le z zbranimi sredstvi, temveč tudi z omenjanjem v različnih medijih in

preko socialnih omrežij. Janez za nas ni le nekdo, ki nam pomaga, nas ceni.... Janez je naš velik prijatelj.

Janez Cuderman
Ravnatelj OŠ Helene Puhar Kranj



POLICIJA svetuje

KOLESARSKI PAS NA VOZIŠČU!

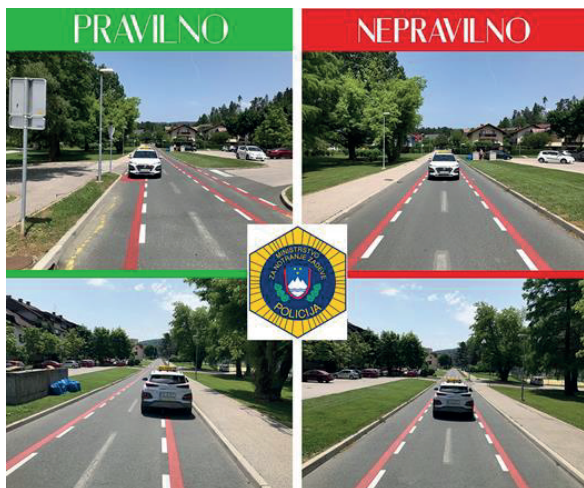
Na določenih cestah v Mestni občini Kranj in okolici že nekaj časa opažamo novo ureditev in sicer kolesarski pas na vozišču. Zaradi zmede in vprašanj Policija voznike obvešča, kakšna je pravilna vožnja na takšnem vozišču.

Načrtovanje kolesarskih površin

Za načrtovanje kolesarskih površin imamo sprejet pravilnik, kjer v **8. členu Pravidnika o kolesarskih površinah** pravi, da je souporaba prometnega pasu dopustna v primeru, ko prostorske omejitve ne omogočajo izvedbe drugačne vrste kolesarske površine, v sami izvedbi pa je lahko souporaba prometnega pasu na eno ali dvosmernih cestah. Na enosmernih cestah lahko poteka promet kolesarjev po istem prometnem pasu kot promet motornih vozil, v nasprotni smeri pa po označenem kolesarskem pasu ali označenem delu vozišča.

Zakaj je ločilna črta izbrisana?

V **Pravidniku o kolesarskih površinah** je v **6. členu** (kolesarski pas na vozišču) zapisano, da je kolesarski pas vzdolžni del vozišča, ki je označen s predpisano prometno signalizacijo in je od prometnega pasu ločen z ločilno neprekinjeno ali prekinjeno vzdolžno označbo. Namenjen je prometu koles in mopedov, katerih konstrukcijsko določena hitrost ne presega 25 km/h. Kolesarski pas na cestah v naselju, ki je od prometnega pasu ločen s prekinjeno vzdolžno označbo, je poleg prometu iz prejšnjega stavka, namenjen tudi prometu drugih vozil. Iz **16. člena** (souporaba prometnega pasu) je razvidno, da lahko kolesarski promet lahko poteka skupaj z motornim prometom na cestah z označenimi ali neoznačenimi prometnimi pasovi.



Prikaz pravilne in nepravilne uporabe vozišča z vrisano kolesarsko stezo

Pravilno

Motorna vozila se morajo voziti ob desnem robu vozišča, kar pomeni, da se vozite TUDI po kolesarski stezi.

Zakaj? Ker je to ločilna prekinjena vzdolžna označba in je možna vožnja po ali mimo nje.

Nepravilno

Vozilo se vozi med označenima kolesarskima pasovoma.

Zakaj? To pomeni da se vozite po nasprotnem prometnem pasu v nasprotni smeri.

V zaključku lahko navedemo, da smo policisti kljub relativno sveži novi ureditvi voznih površin s talnimi označbami obravnavali zanemarljivo število prometnih nesreč, kateri vzrok je bil nepravilna smer na danih površinah. Zaradi navedenega ob upoštevanju, da so tudi kolesarji in uporabniki mopredov pridobili svoj del voznih površin z relativno majhnimi stroški izvedbe, navedeno pridobitev pozdravljamo.

*Damjan Nartnik
vodja policijskega okoliša PP Kranj*

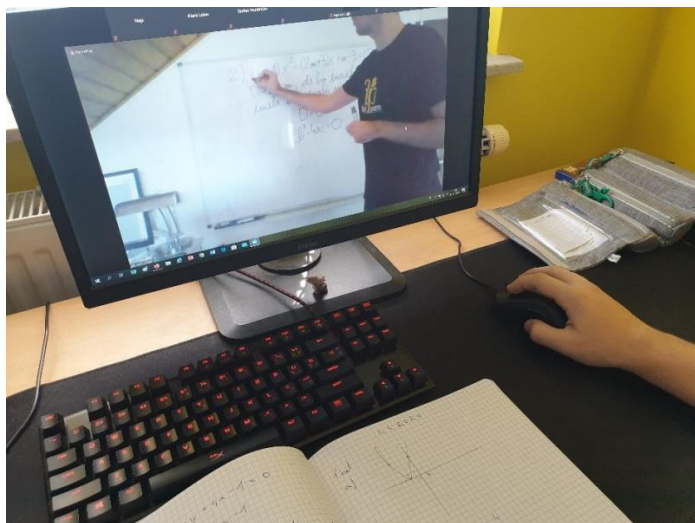
Sabina Omejec
 Smedniška cesta 128 a
 4000 KRANJ
 GSM 041/822-017

frizerski
salon

Življenje GFP-jevcev v času pandemije

Na Gimnaziji Franceta Prešerna poučujemo na daljavo že več kot desetletje. Naši dijaki so ob pomoči učiteljev razvili tudi eAsistenta, ki ga danes uporablja večina slovenskih šol.

K poučevanje na daljavo nas je spodbudilo specifično delo, ker se je na naši gimnaziji vedno šolalo veliko dijakov športnikov. Že leta 2009 sta naša nekdanja dijaka Vladimir Balukčič in Mihael Mirt ob pomoči profesorja za informatiko združila znanje podjetništva in programiranja ter pričela ustvarjati zgodbo o eAsistentu. Njegovi snovalci si verjetno niti v sanjah niso mogli predstavljati, da bo prišel čas, ko bo celoten pouk potekal na daljavo. Izredne razmere zaradi pandemije koronavirusa so povzročile ravno to.

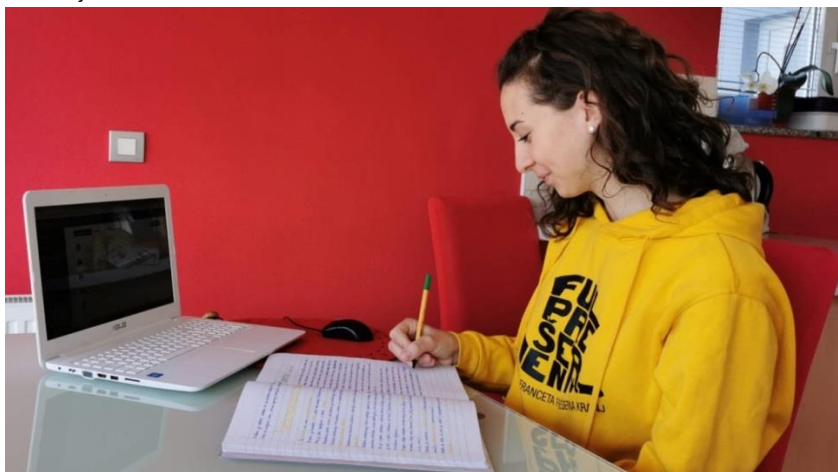


Šolanje na daljavo

Na GFP smo do sedaj vsako šolsko leto imeli nekaj dijakov, ki so se šolali izključno na daljavo. Večina dijakov je šolanje kombinirala. Kadar so jim športne obveznosti dopuščale, so bili v šoli, v času treningov in tekmovanj pa so se izobraževali na daljavo. Pandemija je tudi našo gimnazijo postavila pred zanimiv izziv. Naenkrat smo na daljavo izobraževali okrog 550 dijakov. Ponosni smo, da imamo poučevanje na daljavo na šoli tako razvito, da omogočamo dijakom kakovostno izobraževanje in da nam je v pomoč pripomoček, ki so ga razvili naši dijaki.

Nekaterim dijakom izobraževanje na daljavo celo bolj ustreza kot obiskovanje pouka v šoli. Velika večina pa bi se po začetnem navdušenju zelo rada hitro vrnila v šolske

klopi. Ljudje smo socialna bitja, mladostniki pa še prav posebej potrebujejo druženje in socialne stike. Ko so se po devetih tednih virtualnega druženja v šole vrnili četrtošolci, smo bili vsi, dijaki in učitelji, presrečni. Šola je z mladostniško energijo spet zaživela in dobila svoj pravi smisel. Marsikaj smo v tem času spoznali drug o drugem, česar prej vsa leta nismo opazili. Žal pa bodo morali nižji letniki šolsko leto zaključiti na daljavo.



Šolanje na daljavo

Dijaki so v času, ko jih ni bilo v šoli, pridobivali kompetence tudi na področjih, za katera običajno niso imeli časa, da bi jih bogatili. Pregled šolskega Facebooka in Instagrama je navdihujoč. Risali so slike, pisali poezijo, priporočali sošolcem v branje kakovostne knjige, celi razredi so pekli kruh, pripravljali zdrave obroke zajtrka in kosila in vse dokumentirali ter slike pošiljali v šolo, da smo jih objavljali na socialnih omrežjih. Nekateri so peli in plesali, spet drugi skrbeli, da bi bili v tem času vsi športno aktivni ter objavljali svoje motivacijske posnetke. Spoznavali smo tudi čarobni svet matematike in ga s prosojnicami prikazovali na socialnih omrežjih, gledali okoljevarstvene filme, delali kot prostovoljci in skrbeli za svoje hišne ljubljence. Ob vseh aktivnostih in izobraževanju na daljavo pa smo se spomnili tudi prav vseh praznikov, ki so bili v tem času, in obeležili njihov pomen.



Ustvarjalnost tudi v času šolanja na daljavo

Dijaki so, ko je bilo najtežje, pokazali svojo zrelost. Izpit, ki ga je pred njih postavilo življenje, so opravili z odliko, in v njem, dragi dijaki, imejte eno samo vodilo, ki ste ga v času pandemije in izobraževanja na daljavo tudi živeli: V življenju ni problemov, so samo izzivi in spopadanje z njimi.

dijaki in učitelji GFP

Slovo od maturantov Gimnazije Franceta Prešerna

Maturantje Gimnazije Franceta Prešerna bi morali v petek, 15. maja, doživeti enega najlepših dogodkov v življenju, maturantski ples. Virus je razblinil mnoge sanje. Ker ta večer nismo mogli skupaj z dijaki zaplesati in zapeti *Gaudeamus igitur*, so se razredniki in vodstvo šole od maturantov poslovili na simboličen način. Posneli so jim maturantski ples, na katerem so zaplesali sami in jim namenili poslovilne besede. Simbolno dejanje je navdušilo maturante in njihove starše. Opazili pa so ga tudi nekateri mediji kot tudi ministrica za izobraževanje, znanost in šport, dr. Simona Kustec, ki je filmček objavila na svojem Facebooku.



»Maturantski ples« razrednikov in vodstva

Za podobno simbolno dejanje smo se odločili tudi zadnji dan pouka, ko bi se maturantje morali svečano sprehoditi v maturantskem sprevodu po Kranju, pred Prešernovim spomenikom tradicionalno zapeti *Gaudeamus igitur* in na ulicah Kranja odplesati četvorko. Posneli smo jim film, v katerem smo se od njih v šoli poslovili in jim pomahali v slovo ter jim zaželeli srečo v življenju. Generacija 2020, na katero smo še prav posebej ponosni, se je morala marsičemu odreči in se v negotovih časih pripravljati na maturo, vendar je s svojo zrelostjo in nesebično medgeneracijsko solidarnostjo to zmogla.



Pomahali so jim v slovo na »maturantskem sprevodu«.

Po devetih tednih izobraževanja na daljavo so se četrtošolci le lahko vrnili v šolske klopi. Veseli smo bili, da smo lahko teh nekaj dni, kar jih je ločilo do mature, preživeli skupaj in še malo oplemenitili njihovo znanje. Dijaki pa so poskrbeli, da se bo tradicija nadaljevala. Mentorju dijaške skupnosti so v skrbno hrambo dali šolski ključ modrosti. Letošnji 3. letniki pa si ga bodo morali prihodnje šolsko leto priboriti, ko resnično upamo, da se bodo sedanje razmere umirile.



Vrnitev v šolo po devetih tednih

Dragi četrtošolci, bilo nam je v veselje in čast, da smo skupaj v štirih letih doživeli lepe in nekoliko manj lepe stvari. Ko je bilo najtežje, ste pokazali svojo zrelost in naj bo tako tudi na maturi. Generacija 2020, svoj zrelostni izpit, ki ga je pred vas postavilo življenje, ste vi že opravili z odliko.

SREČNO GFP-jevci, GENERACIJA 2020!

učitelji GFP

Šola s posluhom za naravo

Idilčna lokacija Srednje ekonomske, storitvene in gradbene šole Šolskega centra Kranj je obdana z zelenjem in s prelepim šolskim vrtom ob neposredni bližini reke Kokre, ki ob toplih dnevih poskrbi za prijetno ohladitev športnega parka za šolo. Že sama lokacija šole napoveduje, da se je kot ena izmed prvih šol vključila v program Ekošola in aktivno sodelovala pri dejavnostih, ki spodbujajo ekološke aktivnosti dijakov. Dijaki so nas že pred časom opozorili na vedno večji problem upada številčnosti čebel, ki so ključne za obstoj človeka, saj predstavljajo več kot eno tretjino hrane, ki jo človek zaužije.



Dijaki Srednje ekonomske, storitvene in gradbene šole Šolskega centra Kranj so pod mentorstvom učiteljev najprej zrisali ter nato v sklopu praktičnega pouka postavili učni čebelnjak v parku pred šolo. Postavitev čebelnjaka v urbano okolje se je v zadnjih desetletjih razširila po svetu, v Kranju pa je urbano čebelarstvo še slabo zastopano. Pri ureditvi okolice in planiranju

šolskega čebelnjaka je dijakom svetoval Boštjan Noč, predsednik Čebelarke zveze Slovenije. Medtem ko so čebelnjak v celoti postavili dijaki, je panje priskrbel lokalni mizar in tesar Luka Demšar. Čebelje družine je priskrbel domači čebelar Mitja Smrdel, ki bo za čebele skrbel tudi v prihodnje. Dijaki s čebelnjakom, katerega namen je delovati kot učilnica na prostem, poglobljajo znanje o čebelah ne le teoretično, temveč tudi praktično, razvijajo pa tudi pozitiven odnos do čebel in dodobra spoznavajo njihov pomen v naravi. Čebelnjak je otvoril Matjaž Rakovec, župan Mestne občine Kranj, ki je izkazal posluh za prizadevanje dijakov pri izdelavi in postavitvi čebelnjaka ter izkazano zanimanje za čebelarstvo, ki ima v slovenski kulturi velik pomen. Dijaki, ki so ob vodstvu mentorjev čebelnjak postavili, so pri tem upoštevali najnovejše smernice, tako pri uporabi ekoloških materialov kot pri izbiri panjskih končnic. Dijaki so sledili zadnjim smernicami, ki narekujejo, da lahko

čebelam pomagamo z jasnimi, preprostimi in velikimi končnicami modrih, zelenih, rumenih ali oranžnih odtenkov. Še boljše pa si čebele zapomnijo, če dodamo še preproste in kontrastne motive, nemara abstraktne geometrijske vzorce. Posledično so ustvarili drugačno obarvane panjske končnice, ki pomagajo čebelam pri prepoznavi svojega domovanja ter na ta način zmanjšajo čas lebdenja pred panjem.

Poleg izdelave in postavitve šolskega čebelnjaka smo se na Srednji ekonomski, storitveni in gradbeni šoli odločili še za postavitev gnezdilnic v sami šoli. Za ta projekt smo se odločili, ker smo opazili, da so se mladički postovk, opazovanih zadnjih deset let, vsako leto uspešno izvalili in zapustili podstrešne prostore. Ker pa smo pri projektnih dnevih s pomočjo ornitologa že izdelovali in nameščali valilnice za manjše ptice, smo si zadali izziv, da bi s postavljanjem valilnic pomagali še večjim pticam. Ravno velike ptice – ptice ujede skrbijo za uravnavanje biotskega ravnovesja v naravi. Domovanje, kjer bi lahko na naši šoli poskrbeli za takšne ptice, je bila podstreha, sploh zaradi prehodnosti za delo in odprtine, ki so primerne za postavitev valilnic. Ker se dijaki naše šole zavzemajo za ohranjanje narave in ker je gospa ravnateljica Nada Šmid z veseljem prisluhnila našemu predlogu, smo poskušali z idejami še dlje. Porodila se nam je zamisel, da bi v valilnici namestili kamere in spremljali ter snemali potek valjenja katerekoli naseljene ptice. Tudi tu smo bili uslišani. Finančno je bilo končno urejeno in pridni dijaki Srednje tehniške šole so za svoj šolski projekt na podstreho namestili internetno povezavo. Pri postavitvi, obročkanju in dodatnih nasvetih sta nam pomagala ornitologa Dare Fekonja in Aljaž Mulej. Pri vsem skupaj pa je tudi asistiral naš nepogrešljivi računalnikar Grega Belovič, ki je celo priskočil na pomoč postovkam in razmak med steno ter gnezdilnico dodatno zaščitil po nekem neprijetnem nočnem obisku kune.



Kaj se je dogajalo in se dogaja v gnezdilnicah pa spremlja tudi prof. Janez Černilec, ki je priredil povezavo na spletu. Ta je dostopna na uradni spletni strani šole, kjer si lahko na računalniku ogledajo posamezne dogodke tudi tisti, ki jim je narava blizu in lahko na tak način občudujejo njene čudeže, ki so bili do sedaj skriti očem.

zapisal: Miha Povšič, prof.

ZADJEGA POL LETA V DŠD KRANJ



DIJAŠKI IN
ŠTUDENTSKI
DOM KRANJ

Zaradi znane situacije v zvezi z epidemijo novega koronavirusa je tudi Dijaški in študentski dom Kranj moral 13. marca 2020 zapreti svoja vrata za dijake in študente, delo z osnovno populacijo je za lep čas zastalo. Vendar je bilo kljub temu od zadnjih domskih novic v decembrski številki Zlatopoljčana nekaj dogodkov in dejavnosti, o katerih je vredno poročati v lokalnem okolju.



V začetku februarja nas je presenetil močan veter, ki je povzročil veliko škode tudi drugod, pri nas pa je poškodoval streho na študentskem domu, podrl smreko ob igrišču in poskrbel za precej dramatično popoldne.

Ob tej priložnosti je treba pohvaliti takojšnje in profesionalno ukrepanje pristojnih služb, od policije do Civilne zaščite, ki so poskrbele za varnost stanovalcev in ostalih v našem domu. Zlasti pa velja velika pohvala in zahvala gasilcem, ki so se odzvali na težave na terenu in že naslednji dan poskrbeli za zasilno sanacijo naše strehe in s tem preprečili hujšo škodo.

Po objavi epidemije vsi stanovalci doma niso mogli oditi domov. Zaradi zaprtih meja in ukinitve potniškega prometa so pri nas ostali tuji študenti, ob njih pa tudi skupina kitajskih športnikov, s katerimi že drugo leto uspešno sodelujemo. Tako naš dom tudi v mesecih epidemije ni bil popolnoma zaprt, ampak smo v omejenem obsegu organizirali delo kuhinje, tehnične službe in recepcije in po svojih najboljših močeh

poskrbeli, da so naši stanovalci preživeli krizni čas v urejenem, čistem, varnem in prijaznem okolju.



Konec marca se je izteklo naše sodelovanje pri projektu *Učim se biti učitelj* (razpis Šole za ravnateljce), v okviru katerega smo v domu za pol leta zaposlili mlado magistrico filozofije in sociologije in ji tako omogočili prijavo na strokovni izpit. Še vedno pa teče projekt *Mladi za mlade* (razpis Zavoda za šport Planica), v katerega smo tudi vključeni in ki naj bi poskrbel, da se mladi bolj ukvarjajo s telesno dejavnostjo in s tem poskrbijo za svoje zdravje.

Prav te dni se zaključujejo dela na našem internetnem omrežju, ki ga bomo popolnoma prenovili in s tem omogočili uporabnikom sodobnejše, hitrejše in bolj kakovostno povezovanje s svetovnim spletom. Dela potekajo v okviru projekta *SIO 2020* in v sodelovanju z Arnesom, ki je projekt pripravil in nudi vso strokovno podporo. Odločili smo se za menjavo dostopovnih točk, stikal, glavnega stikala ter optične povezave, kar bo zanesljivo močno dvignilo kakovost storitev in poskrbelo za večje zadovoljstvo naših uporabnikov.



Najpomembnejša pa je seveda novica, da bomo končno, po več kot štirih letih priprav, sprememb, dopolnitev in drugih administrativnih ovir, ki se jim je na koncu pridružil še novi koronavirus, začeli z energetsko sanacijo kotlovnice na Zlatem polju in vseh štirih VIZ zavodov, ki so nanjo priključeni: poleg našega doma so to še Fakulteta za organizacijske vede Univerze v Mariboru, Šolski center Kranj in Gimnazija Franceta Prešerna. 14. maja letos smo predstavniki teh zavodov podpisali pogodbo s Petrolom, ki bo kot nosilec javno-zasebnega partnerstva v naslednjih mesecih s svojimi izbranimi izvajalci ter ob sodelovanju naših pristojnih ministrstev poskrbel za novo kotlovnico ter menjave ali sanacije dotrajanih fasad, streh, stavbnega pohištva, razsvetljave, internih toplotnih postaj in še za druge posege na navedenih zavodih, ki bodo zagotavljali zmanjševanje porabe energije in racionalno upravljanje sistemov ogrevanja. Predvideno je dokončanje del do konca tega koledarskega leta in v letu 2021 lahko pričakujemo, da bo tudi ta del Zlatega polja, kjer se vsakodnevno srečuje in preživlja svoj čas na stotine mladih, dobil novo, lepšo podobo, ki bo v zadovoljstvo in v ponos tako lokalnemu okolju kot vsem nam, ki v teh objektih živimo in delamo.



Univerza v Mariboru

Fakulteta za organizacijske vede

Kidričeva cesta 55a

4000 Kranj, Slovenija

Fakulteta za organizacijske vede

Univerze v Mariboru

V študijskem letu 2019/2020

Na Fakulteti za organizacijske vede Univerze v Mariboru (FOV UM) smo v letošnjem študijskem letu, ki se bo izteklo 30. septembra 2020 izvedli kar nekaj prilagoditev vezanih na dogajanje v okolju. S pedagoškim procesom smo pričeli 1. oktobra 2019 in ga izvajali kot običajno, izvedli kar nekaj dogodkov na fakulteti ter že po zaznavanju neugodne situacije v mednarodnem okolju, vezane na epidemijo, predstavili tradicionalno mednarodno znanstveno konferenco o razvoju organizacijskih ved iz marca 2020 na september 2020 v Kranjsko Goro. S pričetkom dela na domu v sredini meseca marca 2020 smo vse aktivnosti zgledno in brez posebnih težav prenesli v spletno okolje ter tako danes s ponosom lahko ugotavljamo, da bomo celoten pedagoški proces izpeljali in da smo pripravljeni tudi na izpite v poletnem izpitnem obdobju, ki se prične z 8. junijem 2020.

V celotnem obdobju trajanja epidemije je tako pedagoški, znanstveno raziskovalni, strokovni in administrativni proces potekal brez večjih zapletov, kar pomeni, da z imenom Fakulteta za organizacijske vede uresničujemo tudi ta del, ki se nanaša na takojšnjo prilagoditev organizacije dela na način, ki so ga zahtevale zahtevne razmere časa. V letošnjem letu so se na našo fakulteto vpisali tudi številni tuji študenti, kar nam je v ponos in potrditev, da naše več kot 60-letno delo na področju razvoja organizacijskih ved in managementa seže tudi daleč izven naših nacionalnih meja. Preko spletnih omrežij smo v času epidemije na fakulteti izpeljali karierne dneve za študente in diplomante, informativni dan za bodoče študente, številne sestanke in tudi okrogle mize ter peljali raziskovalne in študentske projekte. V mesecu juniju 2020 nas čaka med drugim izvedba tradicionalne blejske e-konference, ki se bo odvila preko spletnih omrežij in še nekaj dogodkov, preden se bomo odpravili na letne dopuste. Mesec september pa bo kot vsako leto pester z vidika vpisov, novih dogodkov, konference in še mnogo drugih aktivnosti, ki bodo zaživele polno pred novim študijskim letom.

Nas pa v letošnjem letu čaka še projekt izvedbe energetske sanacije, ki naj bi se pričel odvijati že v mesecu juniju. Pri tem bi izpostavili poseben dogodek slovesnega podpisa pogodbe o energetske sanacije, ki se je odvil še v času epidemije in je potekal pred fakulteto v mesecu maju 2020. Z izvedbenimi deli se bo tako še letos uresničilo tudi tisto, kar smo načrtali v letu 2016 in je več kot očitna potreba današnjega in prihodnjega časa. V novi podobi in s precej večjo energetsko učinkovitostjo bo na Zlatem polju v Kranju kmalu zasijalo pet stavb, namenjenih predvsem mladim: Fakulteta za organizacijske vede Univerze v Mariboru, Gimnazija Franceta Prešerna Kranj, Šolski center Kranj, Dijaški in študentski dom Kranj ter Dvorana Zlato polje.



FOTO: Gorazd Kavčič/Gorenjski glas



Želimo si, da poletje zadihamo s polnimi pljuči in jeseni načrtamo novo pot študentkam in študentom, ki jih bo jasno popeljala do zelene kariere. Predvsem pa, da smo s poslanstvom družbeno odgovorne fakultete, ki vselej deluje – tudi pod okriljem eko šole – trajnostno naravnano, ponosni na vse naše ambasadorje znanj, diplomantke in diplomante, ki naše znanje prenašajo v delovna okolja v Sloveniji in v tujini.

Izr. prof. dr. Polona Šprajc

V ZDRAVSTVENEM DOMU KRANJ



PSIHOEDUKATIVNI OPORNI KARTONČKI »KO SEM«



Osnovno zdravstvo Gorenjske
Zdravstveni dom Kranj

CENTER
Za krepitev Zdravja

Tina Rehberger, univ. dipl. psih.

*OZG, OE ZD Kranj, Center za krepitev zdravja
Kranj*

V Centru za krepitev zdravja Kranj izvajamo raznolike **preventivne delavnice**, s katerimi želimo prebivalcem iz Kranja in okolice pomagati v njihovih prizadevanjih za krepitev telesnega in duševnega zdravja. H kreptivi duševnega zdravja prispevamo z delavnicami, ki pokrivajo tri različne, vendar med seboj prepletajoče psihološke vsebine, in sicer učimo, kako se učinkovito spoprijemati s stresom, tesnobo in depresijo. Vse psihološke delavnice so psihoedukativne narave. Kaj to pravzaprav pomeni? **Psihoedukacija** je oblika izobraževanja o duševnih težavah oz. motnjah in njihovem zdravljenju. Informacije, s katerimi opremimo udeležence, so strokovno preverjene, podane sistematično in strukturirano, na razumljiv način in ob obliki konkretnih primerov. V okviru delavnic se srečujemo enkrat tedensko, štiri zaporedne tedne. Ker potekajo v majhnih skupinah, obenem udeležencem omogočajo medsebojno izkazovanje razumevanja in podpore ter obilico izmenjave izkušenj.

Ker smo morali v obdobju epidemije koronavirusa prekiniti z vsemi preventivnimi dejavnostmi, tudi s tistimi za krepitev duševnega zdravja, smo svoj čas in zavzetost v preteklih tednih usmerjali v pripravo spletnih in drugih oblik vsebin, ki so lahko v pomoč pri spopadanju z neprijetnimi doživljaji in tegobami, kot so razdražljivost, potrnost, vznemirjenost, zdlgočasnost in nespečnost. Nastali so **Psihoedukativni oporni kartončki »Ko sem«**, ki so lahko tudi dobrodošlo dopolnilo vsebinam, ki jih obravnavamo na prej omenjenih delavnicah. Oporni kartončki vsebujejo preprosta

navodila in strategije, ki nas prijazno opominjajo in nam pomagajo, da se lotimo spoprijemanja z neprijetnimi občutki in situacijami na konstruktiven način. Lahko jih razumemo kot »**prvo pomoč za duševno zdravje**«. Pripravljeni so tako, da jih je mogoče izrezati in pospraviti v denarnico, nalepiti na hladilnik, postaviti na nočno omarico ali na ogledalo v kopalnici; tudi v službi pri računalniškem zaslonu utegnejo biti na pravem mestu. Strategije, preprosto opisane na opornih kartončkih, lahko uporabite enkrat, priporočljivo pa je, da jih večkrat ponovite, saj je učinek tako večji. Kmalu boste ugotovili, da strategije učinkujejo. Ugotovitev vas bo spodbudila, da jih boste pripravljene uporabljati tudi pri drugih obremenjujočih in težkih situacijah. Kartončki so napisani **v obliki samoinstrukcij – torej navodil, ki jih damo sami sebi**. S tem gradimo moč in krepimo samozaupanje, da se lahko v življenju z marsičem spopademo - in uspemo.

Recite si »Danes pa res začnem« in si zagotovite našo pomoč!

Oporni kartončki bodo kmalu na voljo **v PDF obliki na uradni spletni strani ZD Kranj**, zavihek »Center za krepitev zdravja – Program za krepitev zdravja odraslih«, naročanje na delavnice (Spoprijemanje s stresom, Podpora pri spoprijemanju s tesnobo in Podpora pri spoprijemanju z depresijo) pa je mogoče **na telefonski številki 04/20-82-116**, kjer prejmete tudi vse podrobnejše informacije.



Slika 1: Primer opornega kartončka



Slika 2: Tina Rehberger, univ. dipl. psih.

TESTIRANJE TELESNE PRIPRAVLJENOSTI:

Kako si postaviti realne in dosegljive cilje na področju telesne dejavnosti



Osnovno zdravstvo Gorenjske
Zdravstveni dom Kranj

CENTER
Za krepitev Zdravja

Jošt Torkar

*OZG, OE ZD Kranj, Center za krepitev zdravja
Kranj*

Obdobje, ki ga je zaznamoval ključnik *#OstaniDoma*, počasi preraščajo priložnosti, da vse, kar smo na področju telesne dejavnosti v obdobju razglašene epidemije zamudili, čim bolj učinkovito nadoknadimo. Pri tem obstaja nevarnost, da se tega izziva lotimo preveč nepremišljeno in na hitro, bodisi z izbiro za nas neustrezne telesne dejavnosti bodisi s postavitvijo ciljev, ki so neoprijemljivi, nemerljivi, nespecifični in nerealni. Vse to vpliva na našo kasnejšo motivacijo in vztrajnost, obenem pa z neustrezno telesno dejavnostjo lahko negativno vplivamo na naš mišično-skeletni sistem ali celo poslabšamo potek nekaterih kroničnih bolezni.

Namen testiranja telesne pripravljenosti, ki ga izvaja Center za krepitev zdravja Zdravstvenega doma Kranj, je ozaveščati ljudi o stanju njihove telesne pripravljenosti, predvsem pa jih **spodbuditi k zanje primernim oblikam gibanja** za zagotavljanje zdravja in dobrega počutja. Včasih se radi pošalimo, da malce spominja na športno-vzgojni karton, ki smo ga nekoč izvajali kot šolarji.

Dosežek na vsakem izmed testov testirancu predstavimo v kontekstu rezultatov, ki jih na istem testu dosegajo predstavniki njegove starosti in spola. Fizioterapevti in kineziologi na ta način lažje identificirajo področja, kjer je pri posamezniku še prostor za napredek, in skupaj z njim predvidijo najustreznejše oblike tistih telesne dejavnosti, ki ta področja ciljano krepijo.

Skupina testov telesne pripravljenosti za odrasle je v celoti varna **za zdrave odrasle osebe brez akutnega bolezenskega stanja ali neurejene kronične bolezni**. Pri posameznikih z zvišanim krvnim tlakom, sladkorno boleznijo, boleznimi srca in ožilja, astmo, kronično obstruktivno pljučno boleznijo, rakavimi obolenji, duševnimi boleznimi, mišično-skeletnimi boleznimi, inkontinenco, bolečino in tiščanjem v prsih, vrtoglavico, bolečinami v hrbtenici in debelostjo pa teste izvedemo prilagojeno oziroma v posvetu s posameznikovim družinskim zdravnikom. Enako velja tudi za posameznike, starejše od 65 let.

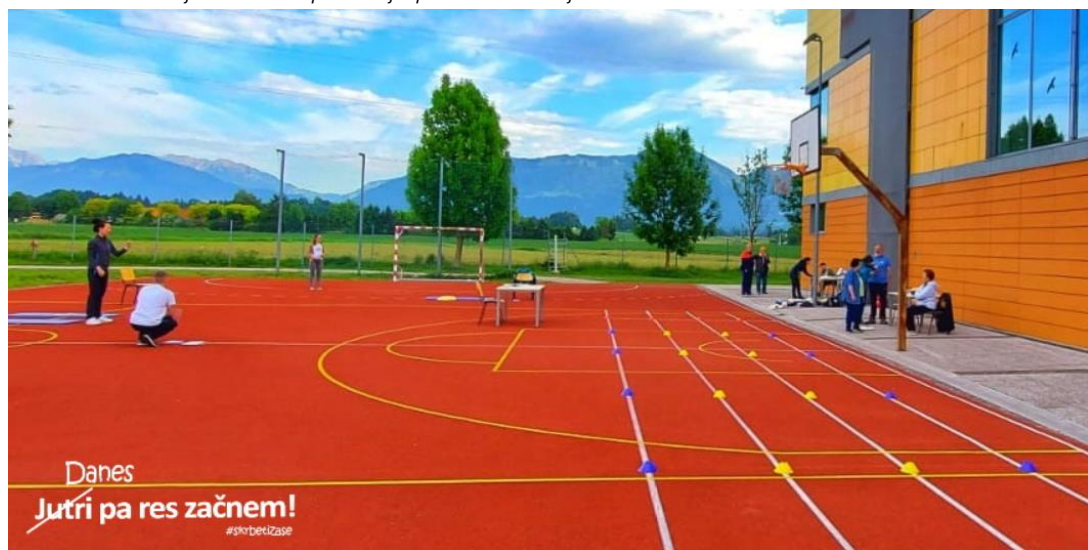
V poletnem času Center za krepitev zdravja testiranja telesne pripravljenosti izvaja pri Gimnaziji Franceta Prešerna, saj je svoje prostore v Zdravstvenem domu začasno namenil lažjemu spoprijemanju lokalne skupnosti z epidemijo bolezni COVID-19.

Za dodatna vprašanja v povezavi s testiranjem so vam strokovnjaki Centra na voljo prek elektr. naslova delavnice@zd-kranj.si ali na telefonski številki **04/20-82-115**.

Slika 1: Skupina testov za odrasle osebe med 18. in 65. letom starosti.

Telesna pripravljenost za zdravje: SKUPINA TESTOV TELESNE PRIPRAVLJENOSTI ODRASLIH OSEB (18–65 let)			
Arterijski krvni tlak in sestava telesa	Motorične sposobnosti	Mišično-skeletna pripravljenost	Kardiorespiratorna pripravljenost
Arterijski krvni tlak v mirovanju	Test stoje na eni nogi	Gibčnost ramenskega obroča in vratu	6-minutni test hoje ALI
Razmerje obsega pasu in telesne višine	Tek v osmici	V-doseg sede	Queens College test stopanja
Indeks telesne mase		Zmogljivost prijema	
		Izteg trupa	
		Delni upogib trupa	
		Sklece z dotikom dlani	
		Skok v višino z mesta	

Slika 2: Testiranja trenutno potekajo pred Gimnazijo Franceta Prešerna.



Center KORAK za osebe s pridobljeno možgansko poškodbo
 Kidričeva cesta 53, 4000 Kranj,
 T: 04 28 18 611, E: info@center-korak.si, S: www.center-korak.si,
 DŠ: 35283246, MŠ: 1638696000



Center KORAK
 za osebe s pridobljeno možgansko poškodbo



Center KORAK, Kranj – širitev koncesije in nadomestni programi na daljavo v času prekinitve izvajanja storitve po navodilu MDDSZ v času pandemije COVID-19

Center KORAK za osebe s pridobljeno možgansko poškodbo je zasebni zavod s koncesijo MDDSZ, ki izvaja javno službo za izvajanje socialnovarstvene storitve vodenja, varstva in zaposlitve pod posebnimi pogoji, uporabnikom pa nudi tudi zdravstvene storitve. Je dnevni center, vanj so uporabniki vključeni od ponedeljka do petka med 7.00 in 15.00, v obsegu najmanj 5 ur dnevno.

Center KORAK, Kranj je bil ustanovljen leta 2003, takrat za 15 uporabnikov storitve, v letu 2009 se je število uporabnikov povečalo na 25, sledila pa so leta gospodarske krize, zato zaradi odsotnosti razpisa nadaljnja povečanja števila koncesijskih mest niso bila možna. Število prosilcev, ki so več let zaman čakali na sprejem, se je iz leta v leto povečevalo (v letu 2019 jih je bilo že preko 40), s čimer se jim povzročala nepopravljiva škoda. Neizbežno je namreč dejstvo, da ima oseba, ki utрпи poškodbo možganov, največjo možnost napredka v prvih 6 mesecih od poškodbe, po 12 mesecih od poškodbe pa je napredek v rehabilitaciji že opazno upočasnjen.



V letu 2019 je bil končno objavljen javni razpis za podelitev koncesije za izvajanje socialno varstvene storitve vodenja, varstva in zaposlitve pod posebnimi pogoji. Na omenjenem razpisu smo uspeli in ponosni smo, da smo v letu 2020 lahko pričeli s sprejemom novih uporabnikov. Zdaj ponosno omogočamo dolgotrajno rehabilitacijo 45 osebam po pridobljeni možganski poškodbi.

Posledično smo se s povečanjem števila uporabnikov tudi kadrovsko okrepili, prostorske kapacitete pa smo razširili – poleg pritličja in 1. nadstropja – še v 3. nadstropje Dijaškega in študentskega doma Kranj. (foto levo)

Na tem mestu gre iskrena zahvala vsem donatorjem in

prijateljem Centra KORAK, Kranj, ki so z nami že leta in so tudi omogočili, da smo lahko prenovili in opremili prostore, ki so postali bolj funkcionalni in čudoviti.

Usoda pa je hotela, da bo leto 2020 nepozabno – ne zato, ker smo končno lahko dali možnost rehabilitacije večini prosilcev, ki so za to izkazali namero, ampak zato, ker smo po navodilu Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti v smeri prizadevanj za preprečevanje in obvladovanje širjenja kapljičnih okužb zaradi novega koronavirusa SARS-CoV-2, 13. 03. 2020, morali do nadaljnjega prekiniti z izvajanjem storitve.

Ker ima prekinitev rehabilitacijskega procesa negativne učinke tako na nove uporabnike, kot na tiste, ki so v rehabilitacijskem procesu že več let, je vodstvo Centra KORAK, Kranj takoj odreagiralo in vpeljalo nadomestne programe – na daljavo – z namenom nudenja psihosocialne podpore uporabnikom.

Med drugim so bili že v prvih dneh prekinitve uvedeni naslednji ukrepi:

- ❖ Vzpostavili smo dežurne »linije« za uporabnike - če bi v času prekinitve izvajanja storitve potrebovali pomoč, če bi se znašli v stiski oz. bi imeli kakšna vprašanja. Vsem uporabnikom sta bili posredovani dve mobilni telefonski številki in e-naslov.*
- ❖ V ponedeljek, 16.3.2020, je strokovno osebje zavoda stopilo v telefonski kontakt z vsemi uporabniki storitve, da je preverilo njihovo počutje, odgovorilo na njihove stiske in jim ponudilo možnost nadaljnjega sodelovanja na daljavo.*
- ❖ Strokovno osebje je pričelo spremljati razpoloženje uporabnikov, s tistimi, ki so se znašli v stiski, smo razbremenilne razgovore izvajali pogosteje.*
- ❖ 17.3.2020 je pričel dnevno izhajati Korakov Povezovalac – spletni časopis, katerega so s svojimi prispevki in povratnimi odzivi sooblikovali tudi uporabniki ter njihovi svojci. Eno bistvenih sporočil Korakovega Povezovalca, poleg interaktivnosti, deljenja informacij in konkretnih napotkov za varno bivanje v izrednih okoliščinah je bilo to, da uporabniki niso ostali sami. V času prekinitve izvajanje storitve je izšlo 46 številčk omenjenega časopisa.*
- ❖ Zelo pomemben program, ki je bil vzpostavljen vzporedno z začasnimi nujnim zaprtjem prostorov Centra KORAK, je bil omogočanje nadaljnjega poteka rehabilitacije v okviru danih možnosti. Z namenom zagotavljanja zdravja, varnosti, ohranjanja samostojnosti in odgovornosti je bil uporabnikom ponujen program, v katerega se je vključila večina uporabnikov. Strokovni delavci iz različnih področij (nevrofizioterapije, delovne terapije, psihologije, socialne pedagogike idr.) so pripravljali individualno prilagojene vaje, katere so*

uporabniki prejeli 1-3 tedensko preko e-pošte. Strokovni delavci so bili z uporabniki v kontaktu – na voljo za dodatne napotke in povratne informacije.

Center KORAK, Kranj je bil torej z uporabniki, ki so glede tega predhodno podali strinjanje, konstantno v stiku tako telefonsko kakor tudi po elektronski pošti.

Vsem uporabnikom smo nudili psihosocialno podporo in pomoč ter jim pomagali pri spopadanju z življenjem v okoliščinah izolacije (npr. ureditev medikamentozne terapije, prehrane, vodenje osebnih financ). Nekateri naši uporabniki živijo namreč sami in so zato še toliko bolj ranljivi.

Posledice pandemije koronavirusa so zelo posegle v delovanje našega Centra in izvajane rehabilitacije za uporabnike in z uporabniki. Glede na potrebe oseb s pridobljeno možgansko poškodbo, ki so vključeni v naš Center, smo bili primorani narediti hitre, smiselne, konstruktivne in strokovne spremembe. Veseli smo, da smo Centru KORAK, Kranj razvili uspešen koncept t.i. telerehabilitacije – rehabilitacije na daljavo za naše uporabnike, ki so se na tak način počutili varne, slišane in so si tako ne-nazadnje lažje osmislili vsakdanjik in ohranjali občutek lastne vrednosti.



Prvi dan po vrnitvi

A kljub povedanemu se je izkazalo tudi to, da je pri uporabnikih redna, dnevna vključitev v proces rehabilitacije v prostorih Centra nenadomestljiva in da je prihajalo do poslabšanj na različnih področjih njihovega delovanja in počutja. Strokovni tim je tako že pred razglasitvijo konca epidemije pripravil Načrt dela in izvajanja aktivnosti v času epidemije z virusom SARS-CoV-19 v Centru KORAK, Kranj, usposobil kader ter fizično pripravil prostore in tako ustrezno pripravljen, med prvimi, že 25. 5. 2020, ko glede na obvestilo Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti ni

več veljala omejitev izvajanja storitev, nadaljeval z izvajanjem storitve vodenja, varstva in zaposlitve pod posebnimi pogoji.



Glasbene urice po vrnitvi

*Mateja Korošec, Marjan Kalamar
Center KORAK, Kranj*

www.DILCA.si
PODJETJE ZA STORITVE IN TRGOVINO, D.O.O.

Smedniška c. 128, 4000 Kranj
dilcadoo@siol.net, www.dilca.si
tel: 04/ 235 87 20, fax: 04/ 235 87 21
gsm: 041/ 618 790, 041/ 625 480

Zaključna dela v gradbeništvo

Parketarstvo ➤

Polaganje vseh vrst PVC tlakov in podov ➤

Knauf suhomontažne stene in stropi ➤

Izsuševanje novogradenj ➤

Freziranje betona ➤

Polaganje keramike ➤

Slikopleskarska dela ➤

Izvedba ➤

elektroinstalacij, vodoinstalacij, centralnega ogrevanja



Domplan d.d., Kranj

Bleiweisova cesta 14, 4000 Kranj

p.p. 139, T 04 2068 700, F 04 2068 701

ID za DDV: SI66384010

UPRAVNIK STAVBE SKUPAJ Z ETAŽNIMI LASTNIKI V ČASU EPIDEMIJE COVID-19

V času razsajanja koronavirusa COVID-19 smo tudi upravniki večstanovanjskih stavb prilagodili svoje delo stanju in razmeram razglašene epidemije. Prvenstveno smo uspešno zagotavljali svoje poslanstvo - to je zagotavljanje normalnih pogojev bivanja v vsaki stavbi. Veš čas smo bili dosegljivi in ostali stalno v stiku s stanovalci.

Se je pa v tem obdobju poznalo pri našem delu, saj ga je bilo nekoliko več, bilo je več telefonskih klicev, tudi kar nekaj intervencij in organizacije popravil. Veliko pa je bilo tudi ne nujne elektronske pošte in telefonskih razgovorov, nekateri stanovalci so potrebovali samo pogovor, da so občutili, da niso sami.

Največ dela v tem obdobju smo imeli upravniki z razkuževanjem skupnih prostorov in naprav po stavbah.

IZVAJANJE OBVEZNEGA RAZKUŽEVANJA V VEČSTANOVANSJKIH STAVBAH V ČASU RAZGLAŠENE EPIDEMIJE

Konec marca je stopil v veljavo vladni **Odlok o obveznem razkuževanju večstanovanjskih stavb**, ki je zahteval obvezno razkuževanje opreme v skupnih prostorih v ali ob večstanovanjski stavbi in sicer najmanj 2x dnevno. V družbi Domplan d.d., **smo k izvajanju vladnega odloka pristopili nemudoma** ter etažnim lastnikom stavb v upravljanju, v najkrajšem možnem času od začetka veljave odloka, ponudili dve možnosti:

1. *Razkuževanje se izvaja preko čistilnega servisa,*
2. *Razkuževanje se izvaja v režiji etažnih lastnikov, pri čemer smo vam mi dostavili potrebna razkužila;*

Večinoma so se lastniki po stavbah odločili za izvajanje razkuževanja v lastni režiji, manjše število stavb pa se je odločilo za najem zunanjih profesionalnih izvajalcev razkuževanja - kar pa je na koncu lahko predstavljalo kar velik dodatni strošek na položnici.

Vsem stavbam, kjer so se lastniki odločili, da bodo razkuževanje izvajali sami, je bilo preko upravnika dostavljeno eno izmed možnih kvalificiranih razkužil in sicer razkužilo na osnovi več kot 70% alkohola - Clanex Pro, ter dve različni vrsti na osnovi klora

Ecocid (v prahu) ali Baktaklor (tekoče). Družba Domplan je v tem primeru stanovalcem obračunala le **strošek materiala po nabavni ceni**. Stroške lastne logistike, skladiščenja in distribucije po stavbah s potrebno zaščitno opremo za razvoz, je upravnik pokrila sam.

Veliko je bilo potem primerov, da je to razkuževanje znotraj stavb izvajal kdo od stanovalcev. V tem primeru se je za to delo praviloma sklenila posebna Podjemna pogodba, strošek razkuževanja skupnih delov in prostorov stavb je obratovalni strošek, ki se je delil med uporabnike po stanovanjskih enotah.

NADALNJA PRIPOROČILA ZA ČIŠČENJE SKUPNIH PROTOROV IN OPREME V VEČSTANOVANJSKIH STAVBAH

Po odpravi obveznega razkuževanja večstanovanjskih stavb z dnevom 13.05.2020, so na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje pripravili posebna ***Priporočila za čiščenje skupnih prostorov in opreme ter prezračevanje v večstanovanjskih stavbah***. Razkuževanje večstanovanjskih stavb, ki je bilo obvezno mesec in pol po dvakrat na dan, tako ni več obvezno. Sedaj se mora poskrbeti za redno čiščenje skupnih prostorov, saj se tam srečuje večje število ljudi, kar povečuje verjetnost za prenos okužbe z novim koronavirusom.

Na NIJZ so v priporočilih glede čiščenja predvsem navedli, da je potrebno redno čiščenje avle, predprostorov, stopnišč, hodnikov in drugih skupnih prostorov z vodo in čistilnimi sredstvi, še posebej skrbno pa naj bo čiščenje kljuk na vhodu v večstanovanjsko stavbo, stikal v skupnih prostorih, ograj in oprijemal, stikal za upravljanje dvigala in druge opreme, kjer je mogoče pričakovati dotikanje veliko ljudi. Skupni prostori pa se morajo večkrat na dan zračiti.

Skladno s temi Priporočili pa je nujno poskrbeti za namestitve ustreznih **podajalnikov razkužila za roke**. Vsaj eden v stavbi mora biti nameščen ob vhodu v večstanovanjsko stavbo, tam kjer je dvigalo, tudi v bližini dvigala. Podajalniki razkužila za roke so praviloma ali samostojni na posebnem stojalu ali pa stenski. Ponudbe za raznovrstne podajalnike za razkužila je na trgu v zadnjem obdobju ogromno, od navadnih klasičnih na potisk s komolcem do senzorskih, od lesenih, PVC do kovinskih... tako so tudi cene zelo različne. Lastniki se po stavbah sami odločajo, kakšne podajalnike za razkužila bodo namestili.

SKUPAJ NAPREJ

V tem času epidemije se je še bolj izrazilo zaupanje v delo upravnikov, prav tako se je izkazalo, da lahko skupaj s stanovalci zmoremo čez te težke čase, saj se vsi zavedamo, koliko smo pomembni en drugemu.



Družba Domplan je sodoben upravljalec nepremičnin, ki nudi uporabnikom storitev, torej etažnim lastnikom, celovito upravljanje, z namenom ohranjanja in dviga vrednosti nepremičnin s tem pa zagotavljanje nemotenega 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 tu Vi.

**Vaš upravnik-Družba Domplan,
»zaupanja vreden skrbnik vašega premožena«**

↑ 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,
E domplan@domplan.si



URADNE URE V TAJNIŠTVU KS ZLATO POLJE:

Uradne ure so vsak prvi torek v mesecu od 17. do 18. ure v prostorih KS Zlato polje, ul. Franca Rozmana Staneta 13 - 1. nadstropje
Stranke osebno sprejema tajnica KS. V času uradnih ur tudi na telefonski št.: **04/ 20 11 972.**

Sporočila pregledamo na naslovu: kszlatopolje@t-2.net. Tekoča obvestila spremljajte na internetni strani: <http://www.ks-zlatopolje-kranj.si>