



OD TU IN TAM

E-NOVICE

ŠTEVILKA 3

LETO I

SEPTEMBER 2010

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE PRI DRUŠTVU UPOKOJENCEV ŠKOFJA LOKA

VSEBINA

OD TU:

Uvodnik	1
Naše razstave	1
Srečanje upokojencev Gorenjske	2
Izlet v Jeruzalem in Ormož	2
Krvavec – Veliki Zvoh	3
Učna pot Škocjan	4
Še vedno smo hodili visoko..	5
Šport	6
Bralna značka	7
Znaš, nauči drugega	8

OD TAM:

Giacomo Puccini LA BOHÈME	9
Baletni večer	9
Dvokrpi ginko	9
Večkrat ste želeli vprašati...	11
E-poštni bonton	11
Zaščita, reševanje in pomoč	11
Prijavnica za bralno značko	12

UVODNIK

LJUDJE, SLIKE, EMOCIJE

Jelka Mlakar

To so kratke besede, s katerimi bomo pospremili na pot 3. številko E- novic. In veste, kaj je pri tem najlepše? To, da so svoja doživetja strnili sami udeleženci različnih dogodkov in jih zaupali vsem, ki z veseljem pričakujete, kaj vam bo naš novi sistem obveščanja prinesel. Tokrat vas bodo zagotovo navdušili planinci, pohodniki in izletniki, kanček dobre volje vam bodo ponudili vtisi s srečanja upokojencev Gorenjske, popeljali vas bomo na fotografsko razstavo naše članice Marinke Berčič in vam zaupali še, katere izlete in pohode načrtujemo v DU Škofja Loka v prihodnjih mesecih. Prav ponosno bomo spregovorili tudi o bralni znački in vam postregli s seznamom knjig za branje.

Skoraj pravljico bomo beračev tokratnih E-novic zaključili z zapisom o GINKU, najstarejšem drevesu na našem planetu, ki je preživelo vse slabe vplive iz okolja in je staro preko dvesto milijonov let. V Sloveniji ga poznamo sto let, v Škofji Loki pa ponosno stoji od leta 1958 pred Namom in pri Kocjančičevi hiši na Šolski ulici.

Čisto na koncu novic pa vas čaka še nekaj zelo koristnih napotkov.

OD TU:

FOTOGRAFSKA RAZSTAVA V GALERIJI HODNIK.

Zlata Ramovš

V ponedeljek, 6. 9. 2010, smo odprli fotografsko razstavo naše članice Marinke Berčič.

Razstava je pripravljena v galeriji v avli



društva, ki smo jo poimenovali galerija Hodnik.

Fotografinja razstavlja slike narave z naslovom STVARJENJE MED NEBOM IN ZEMLJO, ogledate pa si jih lahko do konca meseca oktobra.

Srečanje upokojencev Gorenjske POKLJUKA 2010

MOJE SREČANJE GORENJSKIH UPOKOJENCEV

Maruša Mohorič

Pokljuka nas je pričakala v soncu, jutro pa je bilo mrzlo. Prizorišče srečanja gorenjskih upokojencev na Rudnem polju poleg novega biatlonskega strelišča je bilo pripravljeno na sprejem množice zvedavih mlajših in malo manj mladih upokojencev, tudi malce starejši niso manjkali. Program je bil precej standarden, govorniki so povedali tisto, kar smo že večkrat slišali, nekaj skečev in »štosov« in malo glasbe. Možnosti za popestritev dneva je bilo kar nekaj, od pohoda na Viševnik za prave korenine, obiska zdravilnega parka z energetskimi kamni do ogleda učne poti na Goreljku.

Moja velika želja pa je bila, da spet najdem Zajamnike, prekrasno poključsko planino. Najti moram sorodno dušo in pot. Ko je Katarina rekla, da jo zanima in ko sem našla pravi zemljevid in infor-

macije, se je pojavil deus ex machina - Štefan z avtom. Odpeljal naju je proti cilju. Sprehodili smo se po planini, uživali v rajskem miru in božanskih razgledih. Ko stopiš k pravemu kamnu na pravo višino, opaziš Bohinjsko jezero in cerkev Sv. Janeza z mostičkom, pa celo verigo hribov in gora in obujaš spomine. Kot češnjo na torti na koncu Triglavske ceste, kjer bi moral zagledati naš ponos, Triglav, zagledaš le nekaj oblakov. Takrat spoznaš, da res ne moreš dobiti vsega. Na poti nazaj smo srečali deset mušnic na enem mestu, kar smo morali ovekovečiti.

Na Rudno polje smo se vrnili pravočasno, sonce je še grelo upokojence, plesalci so vneto plesali, mnogi pa počivali po prijetnih doživetjih in se pripravljali na odhod proti domu. Nekateri so bili prvič na srečanju in nekateri celo prvič na Pokljuki. Meni pa bo ostala v spominu zato, ker se mi je izpolnila velika želja.



IZLETI

IZLET V JERUZALEM IN ORMOŽ

Zlata Ramovš

V sredo, 15.9.2010, smo se odpeljali na izlet v Jeruzalem, štajerski vinorodni okoliš, ki te dni že prireja prve trgatve ranih sort grozdja. Najprej smo se ustavili v Ormožu, si ga na kratko ogledali, nato pa pohiteli proti jeruzalemskim vinskih goriscam, ki jih po razgibanosti in lepoti po pravici primerjamo



z italijansko Toskano. Čeprav si gorice še niso nadele živih jesenskih barv, so nas njegovi slikoviti vinogradi očarali s svojimi simetričnimi vrstami trt, ki se vijejo po zelenih gričkih in zvoki lesenih klopotcev. Trte so krasili veliki kobuli zrelega grozdja, vrhove hribčkov pa ravne vrste visokih dreves, ki tako spominjajo na Toskano. Žal se nam je zaradi potekajoče trgatve izjalovil ogled ene največjih vinskih kleti in pokušanje zrelega grozdja,



obiskali pa smo zidanico Malek, eno najstarejših zidanic, ki prireja degustacije svojih vin. Ima tudi vinogradniški muzej, prodajalno vin in posebnost – kapelico sredi hiše, ki je starejša od hiše same. Zidanico so zgradili okoli kapelice.

V zidanici smo poizkušali kvalitetna jeruzalemska vina, od katerih je bil večini najbolj všeč muškat otonel s svojo odlično cvetico in okusom po bezgu. Ob jeruzalemskem dvorcu smo si ogledali še lično cerkvico iz leta 1652, v kateri še danes hranijo kipec Marije, prinešen z romanja v Jeruzalem. Po njem je dobilo to ozemlje tudi svoje ime.

Po kosilu v ormoški gostilni Prosnik smo se domov vračali po lokalnih cestah. Ob njih so nas pozdravljale njive z dolgimi vrstami zrelih buč, polnih semen, tako dragocenih za pridelavo odličnega bučnega olja.

To je bil izlet, od katerega smo največ imeli tisti, ki smo pridno pritiskali na sprožilce in v fotografijah ohranjali lepote, ki jih je v toplem, sončnem vremenu ponujal ta štajerski vinorodni okoliš.

POHODNIKI

KRVAVEC – VELIKI ZVOH

*Besedilo Maruša Mohorič,
fotografija Alenka Dolenc*

Spet je bil torek, tokrat 10. avgust. Vremenska napoved ugodna, avtobus zaseden, družčina precej predvidljiva, čeprav je bilo tudi nekaj novih obrazov.

Avtobus nas je odpeljal do vznožja Krvavca, na višino 1420 metrov, potem pa pot pod noge in gremo do Doma na Krvavcu. Nekaj bolj ravninske poti, potem pa smo grizli kolena proti cilju, se ustavljali in



lovili sapo, malo pogledali naokrog in uživali v vsem, »kar ti stvarnica ponudi«. Vzeli smo si čas za počitek in malico in tisto, kar sodi zraven, mimogrede si ogledali še zunanost Plečnikove kapelice, o kateri je naš vodnik Edo našel kar nekaj podatkov, potem pa nadaljevali proti končnemu cilju, skoraj dvatisočaku Zvohu (1971m). Malo megle, oblakov, ki so preprečili rajske razglede. Potem pa glasno ropotanje vojaškega helikopterja, ki je imel namen pristati točno tam, kjer smo se zadrževali mi in ga občudovali kot šolski ali vrtčevski otroci na sprehodu. Ker pa smo odrasli, smo popustili in nadaljevali po strmini,

ki nas je privedla do akumulacijskega jezera in do končnega cilja. Srečni in zadovoljni smo na poti navzdol lahko občudovali obilne krave pri počitku, velike bodeče neže, zanimive smerokaze, hotelske zgradbe v Tihi dolini, razvejan sistem žičnic, brunarice in planšarije, pa lepe vikend hiše in še marsikaj. Spet smo lažje dihali. Na Krvavcu je bilo kar precej obiskovalcev, grelo nas je sonce, privoščili smo si hrano in počitek, potem pa še pot do avtobusa in veselo nazaj v dolino, vsi ponosni in srečni, saj smo premagali kilometrsko višinsko razliko dobrih petsto metrov gor in prav toliko nazaj, kar je za našo »ta lažjo« skupino velik podvig.

UČNA POT ŠKOCJAN - ŠKOCJANSKE JAME

*Besedilo Tončka Triler,
fotografija Sonja Dolinar*

Po nekaj dneh slabega vremena smo na dan pohoda imeli sonce. Odpeljali smo se na Kras, da si ogledamo učno pot Škocjan in Škocjanske jame, ki so biser Krasa, saj so vpisane v UNESCO. Prisluhnilo smo izčrpni razlagi mladih vodičev.

V Škocjanu je le nekaj hiš, nekaj so jih uredili v muzeje. Posebej smo občudovali urejenost jame in tišino, ki jo motijo le kapljice pronicajoče vode ali deroča reka Reka. Kraško podzemlje nudi varno zavetje številnim živalim, ki jih ne najdemo nikjer drugje na svetu.

Pohodniki želimo še več tako zanimivih pohodov.



V ŠKOCJANSKIH JAMAH

Katarina Šegula

Po nasvetu izkušene novinarko upokojenskega glasila »Mi o sebi«, Maruše Mohorič, me je doletela naloga, da naj bi jaz, Katarina, brez novinarskih izkušenj opisala, kako je 31. Avgusta potekal naš izlet v Škocjanske jame.

Izletov, ki jih vodi Matevž Trilar, se že vnaprej veselimo ter komaj pričakamo torek. Matevževi izleti so polno zasedeni, zato se je treba pošteno »zagrebsti«, da dobimo sedež v avtobusu. Tako je bilo tudi 31. avgusta, čeprav se je usoda nekoliko poigrala z Matevževim kolenom in je kot vodja ter zvesta pomočnica vskočila njegova soproga Tončka s pomočnico Dolinarjevo.

V veselem razpoloženju smo se ob 7. uri zjutraj odpeljali iz Škofje Loke. Po stari navadi smo se spotoma ustavili na Ravbarkomandi in si privoščili obvezno kavico. Po polurnem postanku smo brez nadaljnjih prekinitev nadaljevali pot do Škocjanskih jam.

Pričakal nas je vodič in nas najprej popeljal po učni poti. Obširno nam je opisal živali in rastline v tamkajšnjih gozdovih, posebej pa se je potrudil s pripovedjo o črnem boru in razložil, kdaj se je začel zaraščati ta kamniti kraški svet. Po dveh urah hoda smo pot sklenili in začeli pohod v podzemlje.

Vodička, ki nas je spremljala v jamah, nam je v vsaki dvorani posebej zelo podrobno razložila, kaj vse je tam vredno pozornosti. Najbolj akustična je srednja dvorana, v kateri smo zapeli mojo najljubšo pesem »Čez zelene trate«. Občudovanja vredne pa so vse dvorane. Človek se kar ne more načuditi lepotam, ki jih zna ustvariti narava.

Občudovanja vredno je speljana tudi pot, ki so jo tam ustvarile človeške roke in opremile z vsemi mogočimi varovali, da nam je tisto lepoto dano tudi varno videti. Dve uri v jami sta se hitro iztekli in spet smo prišli na svetlo, kar nekam utrujeni in tudi lačni. V tej jami sem bila tokrat že tretjič, a se ne bom pritoževala, če mi bo dana še kakšna priložnost za

ogled.

Nato je bilo na vrsti kosilo na kmečkem turizmu, kjer so nas postregli z zelo dobrim domačim golažem, njoki in jabolčnim zavitkom. Potem smo se, vsestransko bogatejši, vrnili v avtobus in se peljali v Škofjo Loko, kamor smo prispeli ob 18. uri.

Izlet je uspel v zadovoljstvo vseh udeležencev, upam pa, da tudi obeh Tončk, ki sta nas spremljali in vodili.

Posnetek s prijetnega druženja skupine Matevževih pohodnikov pri Zalubnikarju, kjer jih je bogato pogostila družina Omejc.
Fotografija: Lojze Sovinec



PLANINCI

ŠE VEDNO SMO HODILI VISOKO IN PO ZANIMIVIH POTEH

Besedilo in fotografije: Mira Kofler

Fotografija z Ojstrice: Slavica Laznik

Mesec avgust je čas, ko je gorniška sezona na vrhu. Sredogorje in visokogorje vabita vse, ki so željni višine in lepih razgledov. Tudi mi smo bili med njimi.

4. in 5. avgusta smo se mudili v Kamniško Savinjskih Alpah. S planine Podvežak in preko Sedelca smo prvi dan ponosno osvojili 2350 m visoko Ojstrico. Kar nekaj spretnosti je bilo potrebno, a smo vse zmoгли in se veselili vrha.

Po noči, ki smo jo prespali v Kocbekovem domu na Korošici, je sledil vzpon na 2023 m visokega Lučkega dedca. Kar nekako prestrašil se je, da ga namerava osvojiti toliko žensk in se je hitro zavijal v meglo. Toda kljub vsemu je bil osvojen, a je zaradi bližajočih se oblakov polnih vode sledil hiter spust na planino Podvežak in nazaj domov.

Nova dvatisočaka. Ni slabo, ni slabo !

*

Hudičev graben je bil v avgustu naslednja znamenitost, ki smo jo obiskali. V ozki, temačni soteski, ki spominja na pravo divjino in kjer čez strugo čez in čez ležijo trhla debla, smo se oprijeli jeklenice in nad šumečo vodo in slapiči nadaljevali pot.

Sledil je vzpon na Tolsti vrh in nato spust k Celjski koči, od koder smo se razgledali proti Celju in daljnji okolici. Mimo Pečovniške kočice smo odšli še na Grmado. Tu so roke pridno segale po zvonu in mu šepetale tihe, skrite želje. Naj se uresničijo !

Pri povratku v dolino so nas pozdravljali dišeči šopki ciklam, ki opominjajo, da čas hiti. In nam tega ni mar. Vsak polno preživet dan je sreča. Mi smo ga preživeli polno.



*

In že je september.

Kar mimogrede se je poslovilo poletje in ajda je pobelila polja. V rezkem jesenskem jutru smo se odpravili na goro, ki so ji koroški Slovenci dali ljubko ime- Košutica. Mi jo imenujemo manj prijazno- ljubeljska Baba.

Po lovski poti, ki se strmo vzpenja, smo kmalu prišli čez razrite trate. Ponoči so tu gospodarili divji prašiči in več kot dobro razrahljali zemljo.

Samo še malo in ugledali smo vitek, v nebo kipeči vrh 1968 m visoke Košutice. Prav ob meji s sosednjo Avstrijo smo grizli proti vrhu. Kavke nad nami so naznanjale, da smo blizu cilju. Znova lep vzpon in razgled, ki ga ne moreš pozabiti.

Veselje na vrhu, odprti nahrbtniki z dobrotami in pa razgledovanje na vse strani neba. Pod nami so v jasnem dnevu valovile gore bližnje in daljne okoličice. Dolgi hrbet Košute s Kladivom in Košutnikovim Turnom je vzbujal pravo

spoštovanje. In nato spust na planino Korošica. Tu nas je čakalo kosilo in čas za daljši klepet.

V lep sončen dan smo se spuščali nazaj v dolino. Sonce se je upiralo v hrbte in nas prijetno grelo, modri svečniki so cveteli v pozdrav. Le kaj bi si lahko želel več?

NAPOVEDNIK

Izleti:

6. 10. Terme Olimia

27. 10. Terme Topolšica

Pohodni izleti:

5. 10. Kosmačeva učna pot – Dolenja Trebuša

Planinski izleti:

14. 10. Zidani Most – Kopitnik – Gore – vlak



ŠPORT

DRŽAVNO PRVENSTVO V STRELJANJU

Ivanka Prezelj

V soboto, 13. septembra 2010, so na centralnem strelišču ob Dolenjski cesti, v Ljubljani potekale Državne športne igre upokojencev v streljanju z zračno puško. Mestna zveza upokojencev Ljubljana - Osrednjeslovenska zveza društev upokojencev je zaupalo strokovno izvedbo tekmovanja Mestni strelski zvezi Ljubljana.

V ženski konkurenci je nastopilo 6 ekip.

1. mesto smo s 485 krogi zasedle članice



Društva upokojencev Škofja Loka, 2. mesto je pripadlo strelkam DU Novo mesto (482 krogov), 3. mesto pa DU Vrbje pri Žalcu (477 krogov).

V moški konkurenci je sodelovalo 15 ekip. 1. mesto je zasedel Klub upokojencev Maksa Perca Ljubljana (523 krogov), 2. mesto DU Slovenj Gradec (521 krogov), 3. mesto DU Ljubečna (517 krogov). Naši strelci so ekipno dosegli 9. mesto.

BALINANJE

Ivanka Prezelj

Sobota, 18. septembra, nam bo ostala v spominu po prijetnih dogodkih:

Na ženskem turnirju v balinanju smo zmagale, presenetile so nas naše balinarke, ki so se v deževnem vremenu pripeljale na Jesenice in navijale za nas in po vrnitvi v Škofjo Loko smo ujele še zabavni del pogostitve ob praznovanju 50. letnice Balinarskega društva Trata. V prijetnem vzdušju smo okušale dobrote kulinarike Mateje in srkale energijo ansambla Štrio Jemec. Nepozabno!

Turnirja se niso udeležile balinarke iz Kanala ob Soči, ker zaradi obilnega dežja vlak ni vozil, zadržane so bile tudi balinarke iz Javornika, Lesc in Zasipa pri Bledu.

Za našo ekipo smo nastopile:

Marica Sorčan, Smiljana Oblak, Tončka Dolinar in Ivanka Prezelj.

Pri izbiri je bilo določeno, da bi prvič na tekmovanju v balinanju nastopila Katja Galof, vendar ji je nesrečna poškodba roke to preprečila in jo je uspešno nadomestila Tončka.

Dosežen rezultat:

1. DU Škofja Loka, 2. BK Jesenice 1.ekipa, 3. BK Jesenice 2.ekipa. Sledijo Žirovnica, Hrušica in Gameljne.

Tokrat so podeljevali medalje vsem balinarkam prvih štirih ekip brez pokalov. Izgleda, da je tudi drugod stiska s prostorom za shranjevanje pokalov v društvih.



KNJIŽNICA

MARINKINA KNJIŽNICA je odprta vsak ponedeljek od 14.30 do 16.30, v sredo in petek od 11. do 13. ure.

Izposoja je brezplačna. V knjižnici sta na voljo tudi dva računalnika, ki imata internetno povezavo. Za vse informacije lahko pokličete na telefonsko številko 051 371 052 Marija ali 040 636 299 Katja.

Na zgornji telefonski številki lahko pokličete tudi v primeru, če želite, da Vam knjige prinesemo na dom. Z veseljem Vas bomo obiskali, se pogovorili z Vami, kakšne knjige berete in Vam jih tudi prinesli.

V knjižnici skrbimo za dobro urejenost in tako nastaja baza podatkov o knjigah v računalniku, pripravljamo pa se tudi na izvedbo bralne značke.

RAZPIS

Bralna značka za študijsko leto 2010-2011.

Vabimo vse člane društva upokojencev Škofja Loka, da sodelujejo v branju knjig iz Marinkine knjižnice in dosežejo bralno značko. V študijskem letu 2010-2011 je potrebno prebrati 5 knjig.

Podelitev značk bo v maju 2011, na dan odprtih vrat Marinkine knjižnice.

VABLJENI V SVET KNJIG

SEZNAM KNJIG ZA BRALNO ZNAČKO 2010/2011

PESNIŠKE ZBIRKE

Neža Maurer: Na tvojo kožo pišem verze
 Neža Maurer: po izboru
 Vlado Kreslin: Poezije ali Vriskanje
 Lučka Levstek po izboru
 Besede v vetru
 Marija Jenc po izboru
 Janka Jerman po izboru
 Silva Mizerit po izboru
 Andrej Rozman Roza: Razgibajmo se v križu

SLOVENSKA KNJIŽEVNOST

Ivan Sivec povesti in romani
 Ivan Sivec biografski romani
 Janez Kajzer: Macesen
 Janez Jalen po izboru
 Marjan Tomšič: Grenko morje
 Marjan Tomšič: Šavrinke

KNJIŽEVNOST TUJIH AVTORJEV

Biografski romani
 Mineko Iwasaki in Rande Brown: Jaz Gejša
 Marlo Morgan: Imenovali so jo dvoje src.
 Waris Dirie: Puščavska roža

Ostali romani

Jene Austen: Prevzetnost in pristranost
 Pearl S. Buck: Dobra zemlja
 Arto Paasilina: Rešitelj Surunen
 Berhart Schlink: Bralec
 Fulvio Tomizza: Boljše življenje
 Archibald J. Cronin: Španski vrtnar

Kriminalni romani

Agatha Christie po izboru
 John Le Carre: Vohun
 Minette Walters: Kiparka

Seznam bomo še dopolnili.

Prijavnico za bralno značko boste našli na zadnji strani novic.
 Lahko jo natiskate in izpolnjeno prinesete v Marinkino knjižnico

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

PRED ZAČETKOM NOVEGA ŠTUDIJSKEGA LETA

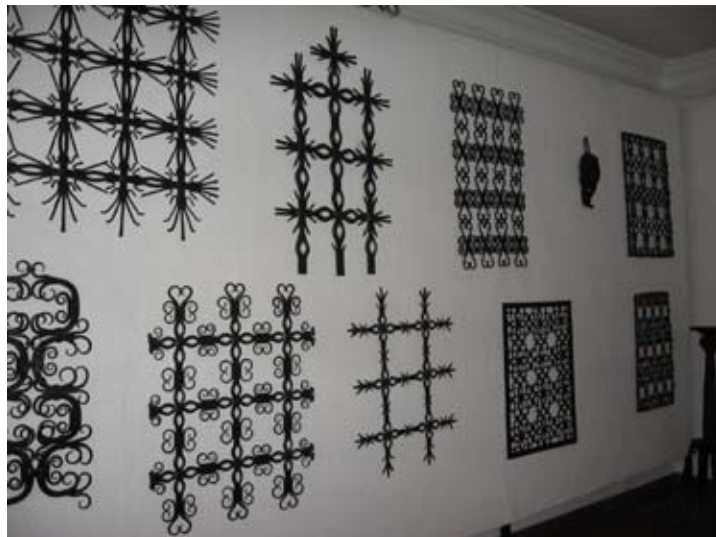
Borjana Koželj

V avgustu smo vas prijazno vabili k vpisu v novo študijsko leto. Na izbiro smo vam ponudili kar 21 študijskih krožkov. Nekateri člani so se odločili za nadaljevanje študija iz prejšnjih let, to velja predvsem za angleški jezik, drugi so se odločili za nove vsebine, ali vsaj dodali nekaj novega.

Septembrsko izobraževanje, ki je bilo namenjeno predvsem prostovoljcem, je v polnem teku. Skupine na vseh treh področjih : Sedem sestavin za dobre medsebojne odnose - mentorica Damjana Šmid, Življenjske strategije in zakoni in delavnica: Različne generacije (lepo) živimo skupaj – mentorica Nataša Škofic Kranjc, bodo delo kmalu zaključile. Urnik za študijske krožke, ki bodo začeli z delom v oktobru, je v pripravi. Že preteklo leto smo občutili prostorsko stisko, letos pa bo moralo kar nekaj krožkov gostovati drugod. Nekateri krožki so pri vpisu presegli vsa naša pričakovanja in med temi je na prvem mestu krožek Vibracijska medicina mentorice Brede Poljanec. Veliko zanimanje je tudi za Urjenje spomina, vendar bo ta krožek na urniku šele v zimskih mesecih. Veseli nas, da se je prijavilo večje število članov tudi v krožek Sadjarstvo, Digitalna fotografija ter računalniški krožek. Dobro delo Bralnega krožka je pritegnilo še nekaj novih članov, prav tako pa bo zaživel študijski krožek Umetnost pripovedovanja. Oba krožka vodi mentorica Nataša Škofic Kranjc. Še vedno je nekaj prostih mest v krožku Plavanje in Slovenski slikarji od renesanse do impresionizma. Oba bosta začela z delom nekoliko kasneje. Premalo zanimanja je le za mizarski krožek.

Zanimanje je veliko tudi za medsebojno pomoč pri učenju računalništva.

»**Znaš, nauči drugega**« je geslo akcije Slovenske univerze za tretje življenjsko obdobje. Tudi naša univerza je vključena v to vseslovensko gibanje učenja.



Skupina Prostovoljni kulturni mediatorji v Loškem muzeju smo širili znanje o slovenski preteklosti v Kovaškem muzeju v Kropi.

Fotografija Borjana Koželj

IN OD TAM:

Organizator obiskov gledališča Jelka Dolinar:

Giacomo Puccini LA BOHÈME

Pretrsljiva drama, ki sooča brezskrbnost mladih boemov s kruto resničnostjo življenja, osredišči zgodbo o tragični ljubezni mladega pesnika Rodolfa in hudo bolne Mimi. Ni presenetljivo, da se La Bohème danes uvršča med največkrat izvajane opere, saj ganljivo zgodbo o ljubezni pripoveduje čudovita glasba, ki prepleta čustva ljubezni, ljubosumja, ognjene strasti, bolečine in upanja.

Opera v Mariboru, 7. oktobra 2010

Baletni večer koreografij Twyle Tharp in Dinka Bogdanića.

Baletni solisti in zbor SNG Opera in balet Ljubljana

Na sporedu je glasba Willia Smitha, Franka Sinatre in Louisa Armstronga. Suita za Sinatra je bleščeča predstava, ki slog Freda Astaira prepleta z senzibilnostjo. Ob Armstrongovi glasbi, pa je na oder postavljen ljubezenski trikotnik med belim parom in temnopoltim glasbenikom.

29. oktobra 2010 v Cankarjevem domu.

ZANIMIVOSTI

V Škofji Loki stoji pred Namo ginko. Posajen je bil leta 1958. Še eno drevo pa je pred Kocjančičevo hišo v Šolski ulici.

DVOKRPI GINKO (Ginkgo biloba)

Izveček iz opisa ginka, Braneta Šušteršiča, Ljubljana - pripravil Rudi Zadnik

Dvokrpi ginko je daleč najstarejša še živeča drevesna vrsta na planetu, katere zgodovina sega preko 200 milijonov let v preteklost. To je drevo, ki je preživelo vse katastrofe skozi preteklo zgodovino. Ginko je dvodomna rastlina (moško in žensko drevo), ki zraste preko 30 m visoko, v prsni višini doseže premer tudi preko 2 m. Spada med golosemenke, torej iglavce, postavlja se z edinstvenimi pahljačastimi listi, kar je ena od njegovih posebnosti. Deblo je visoko in vitko (posebno pri moških rastlinah), medtem ko imajo ženske rastline bolj košato krošnjo. Pri mladih drevesih se spola ne da ločiti. Plodovi na ženskem drevesu

so podobni manjšim slivam rumeno zelene barve in so neprijetnega vonja. Seme kali šele pri drevesu starejšem kot 70 let. Lepo zeleni pahljačasti listi, z vidnimi paralelnimi žilami in različno globoko zarezo med obema režnjema, jeseni na hitro porumenijo in odpadejo. Drevo doseže častljivo starost preko 1000 let, kar dokazujejo primerki v Aziji.

Tudi v Sloveniji rastejo posamezna ginkova drevesa, ki so stara preko 100 let, visoka preko 25 m in obsega debla v prsni višini preko 300 cm. **V Škofji Loki stoji ginko pred Namom, posajen leta 1958** (označen z zlato tablico) in **pred Kocjančičevo hišo v Šolski ulici.**



Ginko je odporen na napade raznih škodljivcev in bolezni. Še več! Ginko je zelo odporen proti onesnaženemu zraku, kislemu dežju, izpušnim plinom... Domnevno zato, ker je bila koncentracija CO₂ in raznih strupenih plinov v »njegovih časih« bistveno večja kot danes. Obenem ginko ne motijo niti nizke temperature (do - 30 0C) niti močan veter.

Ko so 06.08.1945 odvrkli uničujočo atomsko bombo na mestu Hirošima, se je vse spremenilo v pepel in kjer ni preživel noben predstavnik rastlinske ali živalske vrste, je naslednjo pomlad kot prvi znak življenja iz ožganega ginkovega štora oz. korenine pognal nov poganjek. Od takrat na Japonskem ginko velja za simbol upanja v prihodnost.

Po eksploziji reaktorja jedrske elektrarne Černobil (nekdanja Sovjetska zveza), ko je radioaktivni oblak zajel domala vso Evropo, so v Nemčiji presenečeni ugotovili, da Geigerjev števec pod krošnjami ginkovih dreves ne zazna več radioaktivnega sevanja (G. W. Schmidt). Zanimiva so tudi novejša radiestezijska merjenja, ki so pokazala, da se pod krošnjo ginka in njegovi neposredni bližini močno zmanjšajo ali celo izničijo negativna sevanja.

Da ima ginko izredne zdravilne lastnosti je že pred tisočletji odkrila tradicionalna kitajska medicina, ki je ginkove liste in seme uporabljala pri zdravljenju kašlja, bolezni mehurja, driski, uhajanju urina, predvsem pa za boljšo prekrvavljenost možganov. Že pred 3000 leti stari kitajski zapisi omenjajo ginkove liste, češ da koristijo možganom, danes pa kitajski naravni zdravniki imenujejo ginko kar »drevo spomina«.

Sodobna medicina se je v drugi polovici 20. stoletja začela intenzivneje ukvarjati z zdravilnimi učinki ginkovih listov. Danes se pod enotnim imenom v medicini uporablja oznaka GBE – Ginkgo biloba extract (izvlečki ginkovih listov), učinkovina, ki širi žile in redči kri, s čimer se poveča prekrvavitev tkiv in njihova oskrba s kisikom in hranilnimi snovmi. Zato izvlečki ginkovih listov pomagajo pri problemih cirkulacije, predvsem pri pomanjkanju krvi (kisika) v možganih, kar lahko povzroča pešanje spomina, vrtoglavico, glavobol in tudi depresijo. Nadalje ti izvlečki krepijo kardiovaskularni sistem (ščitijo pred boleznimi srca, ožilja in infarkti), ščitijo centralni živčni sistem in delujejo kot antioksidant, kar zaustavlja proces staranja. GBE največkrat priporočajo starejšim ljudem, ki imajo probleme z demenco (izguba spomina, pozabljanje), mladim pa izboljšuje spomin, koncentracijo in druge miselne sposobnosti. Pri moških ga tudi uporabljajo, ko se pojavijo problemi s potenco, pri ženskah pa blaži predmenstrualne sindrome. Nekateri menijo, da pomaga tudi pri problemih z zanositvijo. Novejše raziskave kažejo, da se ginkovi izvlečki uspešno uporabljajo celo pri zdravljenju zgodnejšega stadija Alzheimerjeve bolezni!

Ginko je drevo vredno pozornosti in vsega spoštovanja. Koliko zdravilne energije in znanja še skriva v sebi in kdo ve, kaj vse bo še preživel. Če posadite svojega ginka ste naredili nekaj zase in za planet. Posadite in vzgajajte ga z občutkom ter s spoštovanjem.

VEČKRAT STE ŽELELI VPRAŠATI...

ZAKAJ NAJ BEREM KNJIGE?

Raziskovalci ugotavljajo, da imajo ljudje, ki veliko berejo knjige, precej bogatejši besedni zaklad in da se izboljšuje funkcionalna pismenost bralcev. Knjige in zgodbe v njih vplivajo na domišljijo ljudi in s tem tudi na kvaliteto življenja. Knjige in zgodbe v njih so velikokrat odsev resničnega življenja. Ali se ob nesrečah v rudniku kdaj spomnite na roman, ki opisuje podobne dogodke? Zaradi knjig si boljše predstavljamo, kaj doživljajo rudarji in njihovi domači.

Vabljeni v svet domišljije in zgodb.



BON-TON UPORABE E-POŠTE - tretji del

ODGOVARJANJE NA SPOROČILO

Zaželjeno je, da na vsako sporočilo odgovorite v najkrajšem možnem času oziroma v roku 24 ur. Če bi vam pisanje odgovora vzelo preveč časa, pošljite pošiljatelju sporočilo, da ste njegovo sporočilo prejeli in da mu boste odgovorili takoj, ko boste utegnili. Ko odgovarjate na sporočila, vedno uporabite funkcijo **Odgovori (Reply)** oziroma **Odgovori vsem (Reply to All)** in pustite originalno sporočilo nedotaknjeno pod svojim odgovorom. Zaradi obilice sporočil, ki jih vsakodnevno pošljemo in prejmemo se namreč lahko zgodi, da prejemnik ne bo natančno vedel, na katero sporočilo se nanaša odgovor. Če bo pod vašim sporočilom še sporočilo, ki ga je poslal, bo v trenutku vedel za kaj gre.

VIDEO POSNETKI, PPT PREZENTACIJE, SLIKE, VERIŽNA PISMA

Nikomur ne pošiljate verižnih pisem (ang. chain letters), ki so velika nadloga za vsakogar, ki mu je mar za svoj čas. Če pošiljate opozorila pred virusi, najprej preverite, ali ne gre za potegavščino. To lahko storite na Symantecovi strani (<http://www.symantec.com/av-center/hoax.html>), kjer boste našli seznam in podrobnejši opis vseh lažnih opozoril. Bodite konservativni pri tem, kar pošiljate in liberalni pri tem kar prejmate.

Eden izmed najpogostejših načinov maltretiranja uporabnikov je pošiljanje »duhovnih« sporočil, ki se najpogosteje nahajajo v .ppt obliki, ki so roko na srce vseh le redkim izjemam. Pri pošiljanju najrazličnejših datotek se morate zavedati, da nimajo vsi enakega smisla za humor in enakih pogledov kot vi. Kaj hitro se lahko zgodi, da boste nekoga z neokusno šalo ali pornografskim posnetkom užalili. Obstaja tudi veliko uporabnikov, ki tovrstnih sporočil sploh ne želijo prejemati. Zaradi tega raje dvakrat premislite preden boste prek e-pošte razpošiljali tovrstne šale.

Pripravila Nevenka Mandić Orehek

Rudi Zadnik nam je posređoval zanimive in uporabne informacije. Objavili jih bomo v več delih

ZAŠČITA, REŠEVANJE IN POMOČ

KLIC V SILI 112

Številka 112 za klic v sili se v Sloveniji uporablja od leta 1997. To številko lahko prebivalci ali obiskovalci Slovenije, uporabijo kadar se znajdejo v stiski in potrebujejo pomoč gasilcev, nujno medicinsko pomoč, nujno veterinarsko pomoč, ali pomoč katere koli druge reševalne službe. Na tej številki lahko dobijo tudi pomembne podatke in informacije o vremenskih, vodnih, snežnih in drugih razmerah, ki so pomembne za varnost in pomoč ob naravnih in drugih nesrečah.

Številka je 24 ur dosegljiva. Izpišete samo številko 112, brez karakteristične številke (področne kode), ne glede kje ste, se vam bo oglasil najbližji regijski center za obveščanje. Številka deluje, če tudi je vaša mobi kartica v GSM-u prazna.

KLICANJE NA POMOČ!

Če pride do požara ali druge nesreče v vašem stanovanju ali okolici in da ga sami ne moremo pogasiti, oz. nuditi ustrezno pomoč ali odpraviti nesrečo pokličemo na številko **112**.

V primeru požara ali druge nesreče moramo sporočiti predvsem naslednje podatke:

- KDO** kliče
- KAJ se je zgodilo**
- KJE se je zgodilo**
- KDAJ se je zgodilo**
- KOLIKO je ponesrečencev**
- kakšne so POŠKODBE**
- kakšne so OKOLIŠČINE na kraju nesreče (požar, nevarne snovi, poškodovane --plinovodne ali druge napeljave...)**
- kakšno POMOČ potrebujete.**

Čim bolj natančni bodo vaši podatki, hitreje bo prišla pomoč.

Predvsem pa moramo paziti na lastno varnost in varnost ljudi, ki so v bližini.

Ne pozabite! Pri večini nesreč je čas najpomembnejši dejavnik, zato sami takoj storite vse, kar znate in zmorete.

Spletne novice OD TU IN TAM je uredila Borjana Koželj in oblikovala Nevenka Mandić Orehek.

Če E-novice ne želite prejemati, nam to sporočite na naslov:

loka3univerza@gmail.com

Če pa poznate koga, ki bi novice rad dobival, prosimo, da nam posredujete njen ali njegov elektronski naslov.



Univerza za tretje
življenjsko obdobje
Šolsko leto 2010/2011

Društvo upokojencev Škofja Loka
Partizanska cesta 1
4220 Škofja Loka

PRIJAVNICA

Ime in priimek _____

naslov _____

se prijavljam za tekmovanje za bralno značko Marinkine knjižnice.

Prebral(a) bom vsaj pet leposlovnih knjig iz Marinkine knjižnice.

Škofja Loka, 2010

Podpis