HELA PFAJFAR
FRANCI ČERNE

TUDI JESEN JE LEPA

HELA PFAJFAR
FRANCI ČERNE

TUDI JESEN JE LEPA

Gradivo za voditelje skupin starejših ljudi za samopomoč

LESCE, RADOVLJICA 2018

PREDGOVOR

Leta 1999 me je gospa Metoda Bole sprejela v skupino voditeljic skupin starih za samopomoč, ki so že vrsto let delovale v okviru Medgeneracijskega društva Čebelica Radovljica in je eno od društev, ki so povezani v Zvezi društev za socialno gerontologijo in gerontagogiko Slovenije.
Po začetnem usposabljanju sva z Marico Benedik ustanovili skupino Narcise v domačem okolju v Lescah. V skupino sva povezali deset starejših in pričela so se naša tedenska srečanja.
Prvi napotki so naju usmerili v sistem dela, ki se je dopolnjeval in prilagajal potrebam, zaupljivosti in staranju skupine.
Prva leta je bila prisotna izjemna vedoželjnost članic skupine. Kasneje so bile pomembnejše čustvene teme, zdravstvene drobtinice in miselne vaje.
Vsa dogajanja v najini skupini so bila zame pravi izziv, saj sem o temah, ki sem jih želela predstaviti in se o njih pogovarjati, morala pripraviti, pobrskati po časopisju, revijah, knjigah, priročnikih, internetu ali pa iz lastnega znanja in izkušnjah.
V teh letih delovanja smo se pogovarjali o mnogih temah. V tem gradivu niso zajete vse teme. Pogosto so bila srečanja skupine namenjena priložnostnemu dogodku in trenutnemu razpoloženju članov skupine.
Posebej so se zaznamovali rojstni dnevi, kulturni dogodki, aktualna dogajanja.
Vse to nas je povezovalo, bogatilo in med nami so se stkali osebni prijateljski odnosi.
V okolju je še veliko osamljenih starih ljudi, ki nimajo možnosti vključitve v tako skupino in izboljšati kvaliteto svoje starosti. Zato bi bilo zelo pomembno, da bi pridobili še več prostovoljcev, voditeljev skupin.
Pri pripravah tem so se mi kopičili zapiski na drobnih lističih in zvezkih z različnimi vsebinami. Sklenila sem, da jih dam še drugim voditeljem skupin kot pomoč pri delu s skupino.
Zapiske je bilo potrebno natipkati, vsebinsko dopolniti in opremiti slikovno. To veliko delo je opravil moj stanovski kolega, tudi voditelj skupine Franci Černe.
Ta najin priročnik je povzetek mojega osemnajstletnega dela v skupini Narcisa.
Namenjen je vsem prostovoljcem, ki želijo vodenje svoje skupine popestriti in bogatiti.

HELA PFAJFAR

UVOD

V zadnjem desetletju se življenje tako bliskovito spreminja, da še čas hitreje beži. Temu pripomorejo znanstveniki s svojimi odkritji na področju tehnike, zdravstva, prehrane in še in še.
Tudi ljudje živimo dlje. Vedno več je starostnikov, ki so bistri, telesno dokaj samostojni, vendar od mlade generacije odmaknjeni.
Ko se mladi zaposlijo, jih služba posrka vase. Kar imajo prostega časa, jim ga zmanjka celo za svojo družino.
V našem medgeneracijskem društvu Čebelica je ena od skupin starih, ki ljudem v tretjem življenjskem obdobju bogati življenje na mnogih področjih:
- pri zdravstvenih tegobah,
- pri razgibalnih vajah,
- pri urjenju spomina,
- pri spoznavanju novosti, ki se dogajajo v njihovi okolici,
- pri seznanjanju s pravicami, ki jih imajo kot kupci in uporabniki storitev,
- pri varnosti v prometu,
- pri ozaveščanju o zdravi prehrani,
- pri pravilnem jemanju zdravil,
- pri varnem delu v kuhinji,
- pri hoja po stopnicah, mokrih tleh,
- pri uporabi kuhinjskih pripomočkov ipd.

In ko se oblikuje homogena skupina starostnikov, pridejo tudi izlivi čustev, ki so jih morda posamezniki leta in leta zadrževali v sebi.
Kako oblikovati skupino? Vsak v svojem kraju pozna ljudi, ki bi jim sodelovanje v skupini popestrilo življenje. Ker pa smo ljudje različni, je ustvariti dobro, notranje povezano skupino včasih prava sreča, ki ni odvisna samo od vodje skupine, temveč tudi od prilagodljivosti, interesov, predznanju posameznikov in še česa.
Primerni trenutki za predstavitev namena medgeneracijske skupine so upokojenski izleti, srečanja ob Novem letu in ob drugih podobnih dogodkih.
Ob prvih druženjih, ki so običajno s številčnejšo udeležbo, posamezniki bolje spoznajo namen srečanj in pripeljejo naslednjič s seboj še koga, marsikdo pa tudi odide iz skupine, ker ga to ne zanima.
Vsebine prvih ur so namenjene medsebojnemu spoznavanju, vendar je pomembno, da so začetna vprašanja taka, ki ne posegajo pregloboko v njihovo intimo. Marsikdo je obrnjen vase in ne želi "tujim ljudem" razkrivati svoje življenjske poti, Nekateri pa potrebujejo čas, da pridobijo zaupanje.
Že pri prvih srečanjih se privzgajajo načini pogovorov v skupini, ko je, kar je osnovno pravilo, čas, ko posameznik govori in čas, ko posameznik posluša. Ob vsakem srečanju mora vsak priti do besede in ko odide domov, nese v spominu s seboj tudi nekaj novega.
Ura srečanja se običajno razdeli na tri dele:
- na uvodni del, ki obsega razgibavanje rok, oči, vratu in sploh telesa,

- na glavni del, ko voditelj napove namen in cilj ure, temo, ki jo s pomočjo razgovora in
  dopolnilnim znanjem izpelje in
- zaključek, ki je pogovor o aktualnih dogodkih.

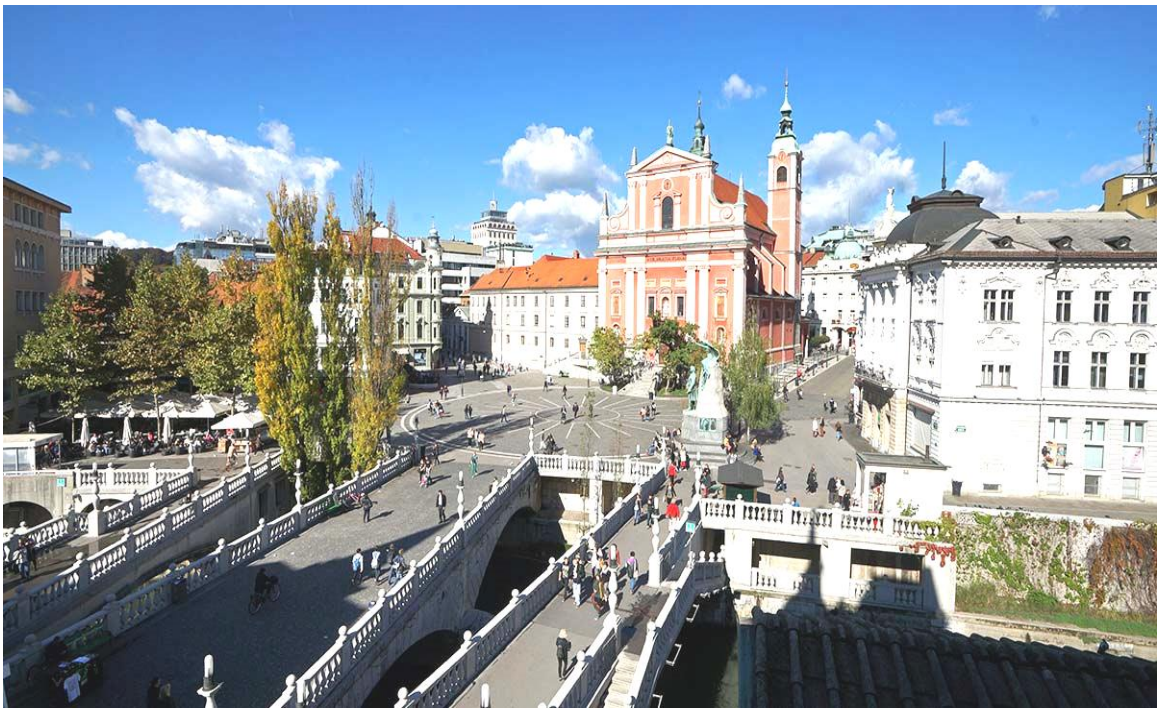
V skupini, ki jo je več let vodila Hela Pfajfar, so izpeljali številne teme. Prve so bile povezan z domačim krajem, krajem, kjer živimo. Šele kasneje so spoznavali izvor stvari, ki nam lajšajo delo, pa ne vemo, od kod so prišle in kakšna je bila njihova pot razvoja, in še številne druge zanimivosti, ki nam popestrijo vsakdan.

TU SMO DOMA

Z vprašanji o domačem kraju in njegovi bližnji okolici se med udeleženci srečanja zbudijo zanimanja še za druge kraje. Obujajo se spomini s pripovedmi iz bližnje in daljne preteklosti, obnavljajo se znanja. Ker udeleženci skupine prihajajo iz različnih krajev, se tako širi njihovo obzorje. Védenja se dopolnjujejo o našem razvoju, o znamenitih in zanimivih osebnostih in znanja, o njih se obudijo spomini z recitacijami, s pripovedmi o vsebinah knjig, o razstavah, ki so si jih ogledali, o kulturnih znamenitostih, ki jih poznajo...
Predstavitev ponujenih tém tega gradiva in povezave z njimi so samo orientacija, kam se lahko razširijo področja pogovorov. Tako niso zajete številne teme, ki se lahko nanizajo v pogovoru z udeleženci srečanj.

NAŠE GLAVNO MESTO

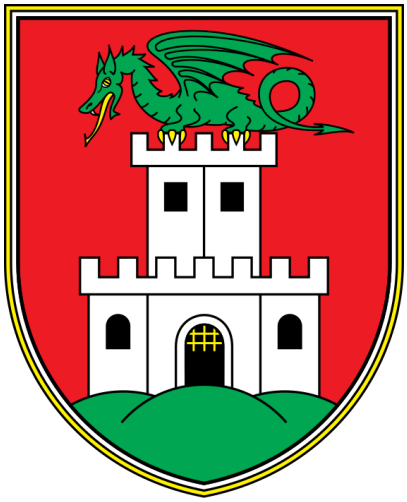
Kaj vemo o Ljubljani? Kdaj smo jo obiskali prvič in kdaj zadnjič, zakaj smo jo obiskali in koliko jo poznamo?
Poglejmo nekaj znanih in manj znanih podatkov o našem glavnem mestu.
Ljubljana je ne samo največje mesto Slovenije, je tudi geografsko, kulturno, znanstveno, ekonomsko, politično in administrativno središče države. Tu je križišče germanskih, romanskih in slovanskih narodov, njihovih jezikov, šeg in navad.



Prešernov trg s stolnico, tromostovjem in Prešernovim spomenikom

Prva naselbina, kjer danes stoji Ljubljana, naj bi bila, kot pravi legenda, tam, kjer so jo ustanovili Argonavti. Starogrški junak Jazon, ki naj bi kralju Aitesu ukradel

zlato runo (krzno krilatega ovna Krisomalesa) in nato s tovariši zbežal pred zasledovalci z ladjo, je potoval čez Črno morje in po Donavi in Savi do Ljubljanice. Ladjo naj bi nato Argonavti razstavili in prenesli po kopnem do Jadranskega morja.
Ob izviru Ljubljanice naj bi živela zelena dolgorepa pošast. Jazon se je spoprijel z njo in jo premagal. Pošast, s katero se je spoprijel Jazon, naj bi prebivala tudi, ali pod Krimom in povzročala poplave, ali pod goro Košuta in povzročala potrese.
Z zmajem naj bi se spoprijel tudi sveti Jurij, o čemer priča kapela na gradu. Danes zmaj krasi mestni grb. V grb ga je postavil Janez Vajkard Valvazor. Zmaj je naslikan nad utrdbo, ki predstavlja utrjeno srednjeveško mesto. Štirikrat ga srečamo upodobljenega na Zmajskem mostu, ki velja za najlepši most dunajske secesije. Most je bil tudi prva prava železobetonska konstrukcija v mestu ter eden prvih, pa tudi največjih tovrstnih mostov v tedanji Evropi. Na njem so prvič v Sloveniji položili asfaltno prevleko.



Ljubljanski grb

Pred mestno hišo sta nekoč stala tudi kipa Adama in Eve in vsak, ki je prvič prišel v mesto, je moral, za srečo, najprej poljubiti kamnito devico.
Izvor imena Ljubljana ni popolnoma pojasnjen. Po eni razlagi je ime iz staroslovanskega vodnega božanstva Laburusa, po drugi iz latinskega izraza za reko, ki poplavlja (aluviana), spet tretja razlaga je iz nemške besede za mlačen potok, Laubach ali Laibach oziroma Luwigana, lahko pa tudi iz slovanskega osebnega imena Ljubovid ali po reki, ki so ji Slovani imenovali Ljubija.
Koliščarji so bili prvi znani prebivalci. Okoli leta 2000 pred našim štetjem so naselili Ljubljansko barje. Njim so sledili Iliri, Veneti, Kelti in Rimljani.
Emono so v mesto prvi oblikovali Rimljani. Naselbina je nastala na lokaciji vojaškega tabora v prvem stoletju našega štetja. Naselje je štelo med pet in šest tisoč prebivalcev, večinoma so bili to trgovci in rokodelci pa tudi uradniki in vojni veterani. Ulice so bile tlakovane, zidane hiše opremljene z javno kanalizacijo in centralnim ogrevanjem. V mesto je bilo speljanih več vodovodov. Leta 452 so jo porušili Huni pod Atilovim vodstvom, kasneje še Vzhodni Goti in Langobardi.

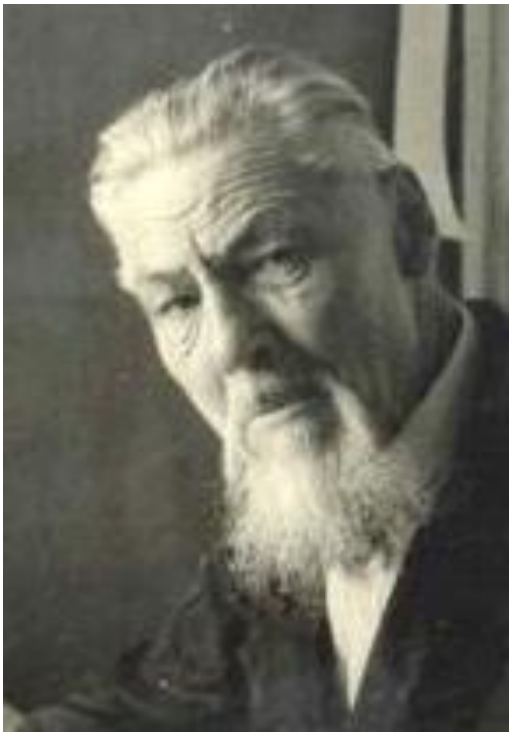
Slovani so se postopoma priseljevali ob koncu šestega stoletja. S svojimi imeni so poimenovali posamezne predele. Tako je Ajdovščina (v Ljubljani) dobila ime iz besede Ajdi, ker naj bi Slovani verjeli, da so na tem območju živeli Ajdi, velikani s človeško podobo.
V 13. stoletju so takratno Ljubljano sestavljala tri z obzidjem zaščitena in ločena jedra: Stari, Mestni in Novi trg. Vanjo je vodilo pet vrat. Stari in Mestni trg sta povezovala Spodnji (Špitalski) in Zgornji (Čevljarski) most. S pridobitvijo mestnih pravic leta 1220 so na gradu lahko kovali tudi lasten denar. Takrat je Ljubljana postalo tudi glavno mesto dežele Kranjske.
Ljubljanski grad (hrib) je stalno naseljena od leta 1200 pr.n.š., prvič pa je bil omenjen leta 1161. Med leti 1485 in 1495 je bil zgrajen na hribu današnji grad s stolpi. Stolp je dolgo služil kot zapor (Ivan Cankar). Leta 1905 je grad prešel v mestno last in doživel prenovo leta 1960. Od leta 2006 je z vzpenjačo povezan s središčem mesta.
Leta 1278 je mesto prešlo pod oblast Habsburžanov in se uradno poimenovalo Laibach. Habsburška vladavina je trajala, z izjemo časa Ilirskih provinc, do konca prve svetovne vojne. 1461. je Ljubljana z ustanovitvijo škofije pri cerkvi sv. Nikolaja postala stolno mesto.
Academie operosorum Labacensis, družbo so ustanovili leta 1693 jezuiti. V mesto so prišli tuji stavbarji in kiparji (Francesco Robba), ki so v baročnem slogu prenavljali oziroma sezidali tudi večino cerkva.
Academia philharmonicorum je bila ustanovljena leta 1701. To je bilo eno prvih tovrstnih glasbenih združenj izven Italije. Častni člani Filharmonične družbe so bili tudi skladatelji Haydn, Beethoven in Brahms, violinist Paganini, dirigent Gustav Mahler…
Ilirske province (1809–1813) so pomenile okupacijo, a smo Slovenci bili eden redkih evropskih narodov, ki smo slavili Napoleonov prihod. Zakaj? Uradni jezik je postala slovenščina!

spomenik Iliriji

Na trgu Francoske revolucije stoji danes v čast Napoleonu in Ilirskim provincam spominski steber, ki ga je izdelal Jože Plečnik. V njegovo vznožje je vgrajen pepel neznanega francoskega vojaka, ki je padel ob umiku francoske vojske.

Sveta aliansa je leta 1821 imela v Ljubljani kongres, na katerem so evropski veljaki določili nove evropske meje. Na zbor danes spominjajo imena Kongresni trg, Cesta dveh cesarjev, Bavarski dvor in gostilna Pri ruskem carju.

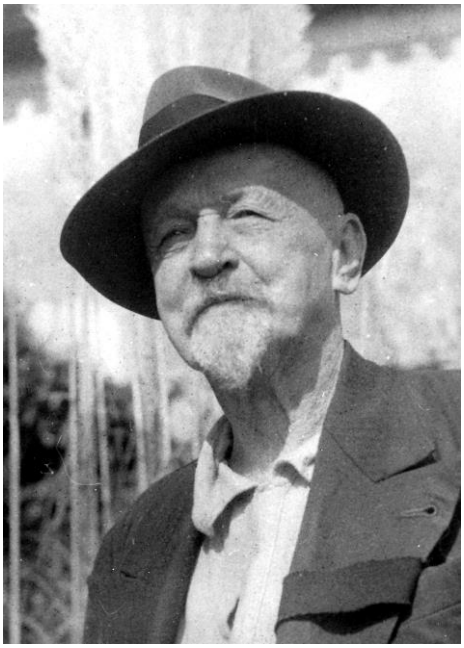
Križanke je skupno ime nekdanjega samostana nemškega viteškega reda križnikov. Naloga križnikov je bila skrb za obrambo dežele in izobrazbo ljudi. Red je ustanavljal hospitale, ki so bili deloma zavetišča za popotnike, deloma za bolnike. Križanke so služile kot samostan do leta 1949. Že precej dotrajan samostan leta 1952 je Jože Plečnik kot svoje zadnje večje delo, preoblikoval v šolo za Umetno obrt. Kasneje so Križanke postale še prizorišče letnega festivala Ljubljana. Na stavbi v preddverju Križank je Jože Plečnik zapisal:



»Minljiv si, le tvoja dela so tvoj spomin«

Prvi vlak je z Dunaja v Ljubljano pripeljal leta 1849, stavba železniška postaje pa je bila zgrajena že leto prej. Osem let pozneje pa je bila zgrajena celotna južna železnica in s tem povezava Dunaja s Trstom.

Potres leta 1895 je porušil deset odstotkov mesta in ljudje so morali bivati tudi v sodih. Podobno kot po potresu leta 1515 so mesto obnovili. Maks Fabjani in Jože Plečnik sta napravila obnovitveni načrt mesta. Veliko zaslug pri tem je imel župan Ivan Hribar, saj je mesto na prelomu stoletja dobilo: vodovod (1890), elektriko in sodobno kanalizacijsko omrežje (1898), tramvaj (1901) ter prvi kino (1907).



Maks Fabiani

Ivan Hribar

Leta 1914 so mestu priključili Spodnjo Šiško, 1929 Zgornjo Šiško, Moste in Vič in tako je do leta 1935 nastala "velika" Ljubljana.

Hotel Slon na vogalu Slovenske ceste in Čopove ulice je znan že iz 18. stoletja. Ime je dobil po slonu, ki ga je s poti iz Španije vodil s seboj vojvoda Maksimilijan II.

Stolnica sv. Nikolaja je edina ljubljanska katedrala. Prepoznavna je zaradi svoje zelene kupole in dvojnega zvonika.

Prešernov spomenik je izdelal akademski kipar Ivan Zajec, lokacijo in podstavek si je zamislil Maks Fabiani. Spomenik je bil odkrit 1905 in je naletel na kritike predvsem cerkvenih krogov zaradi razgaljene muze. Nadškof Anton Bonaventura Jeglič je protestiral pri županu Ivanu Hribarju in zahteval, da se kip umakne izpred cerkve. Zaradi škofove ogorčenosti je politično-satirični dnevnik Osa objavil pesem neznanega avtorja z naslovom Muza in škof.

Škof: Oj muza gola ti nesramna, kaj delaš bosa vrhu kamna?
Muza: Pri miru pusti tujo stvar, ki tebi čisto nič ni mar!
Škof: Oj naga in nesramna muza, povej mi, kje je tvoja bluza?
Muza: Le čevlje naj kopitar sodi, nosu ne vtikaj vsepovsodi!
Škof: Če hočeš, prezebli ti otrok, ti kupim prav gorek, dolg havelok,
batirko, copate, seve, vse na puf, in kočemajko in topel muf.
Muza: Za zdravje moje se ne boj, premili, sladki Jeglič moj!
Še kikeljco prodala bom, za sladko vince dala bom!
Škof: Oh, če se prehladila boš, še jetiko staknila boš!
Muza: Ne draži me, preskrbni škuf, ne da ti več nihče na puf -
ne jezi se, presvitli škof, da ti ne poči žlahtni krof!
Kaj potlej škof naredil je, na prvi strani vidi se:
po muzi zlil je žlindrin zos, ves svet se držal je za nos.

odkritje Prešernovega spomenika

Tromostovje je še ena ljubljanska znamenitost. Leta 1842 so na mestu starega lesenega mostu zgradili kamniti Špitalski most. Povečanje mostu so leta 1932 zaupali Plečniku, ki je obstoječemu mostu dodal dva nova mostova za pešce.
Plečnikovo delo je tudi Zmajski most s štirimi zmaji iz let 1940-1944.
Univerza v Ljubljani je bila ustanovljena leta 1919. Sestavlja jo triindvajset fakultet in tri akademije.
UKC (Univerzitetni klinični center) je osrednja slovenska zdravstvena ustanova. Pod različnimi imeni deluje že od leta 1786, ko je cesar Jožef II. podpisal odlok o ustanovitvi Civilne bolnice v Ljubljani.
NUK (Narodna in univerzitetna knjižnica) je imela leta 2004 skupno 1.169.090 knjig.
Ljubljana ima tudi več nacionalnih raziskovalnih ustanov, med njimi so Inštitut Jožef Stefan, Kemijski inštitut in Nacionalni inštitut za biologijo, čez dvesto spominskih obeležij, nad štirideset delujočih vodnjakov in med njimi najpomembnejšega, Robbov vodnjak, ki predstavlja tri reke Savo, Ljubljanico in Krko.

Robbov vodnjak

Mesto ima tudi živalski in botanični vrt. Botanični vrt deluje že od leta 1810 in je najstarejša kulturna, znanstvena in izobraževalna ustanova pri nas.
K mestu sodi približno trideset hektarjev parkov, največji je Tivoli in osemindvajset manjših, med katerimi so najbolj znani Argentinski, Šmartinski, park Zvezda (Kongresni trg) in Ajdovščina.
V Ljubljani deluje 15 muzejev, 41 galerij, 11 gledališč, 4 profesionalni orkestri in več kinodvoran. Slovenska filharmonija, ki je osrednja glasbena ustanova v Ljubljani in Sloveniji, je bila ustanovljena že leta 1701 v okviru Akademije Operosorum in spada med najstarejše tovrstne ustanove v Sloveniji in Evropi.
Večina splošno-informativnih časopisov in revij, sedeže več radijskih postaj, javna radiotelevizija ter več komercialnih televizijskih postaj najdemo v Ljubljani.
Najpomembnejši mestni športni objekti so Plečnikov stadion Bežigrad, Hala Tivoli, Stadion Stožice in Arena Stožice. V svoji zgodovini pa je Ljubljana gostila svetovna prvenstva v športni gimnastiki (1922 in 1970), kajaku in kanuju (1955, 1991 in 2010), košarki (1970), umetnostnem drsanju (1970), hokeju na ledu (1966) in evropski prvenstvi v rokometu (2004) in košarki (2013).
Ljubljana je pobratena z 18 mesti iz različnih delov sveta.
V njej so bile rojene ali so delovale znane osebnosti: Janez Vajkard Valvasor (1641-1693), kranjski polihistor, topograf ter kronist, Josef Ressel (1793-1857), izumitelj ladijskega vijaka, France Prešeren (1800-1848), pesnik, Jakob Missia (1838-1902), ljubljanski škof, goriški nadškof in prvi slovenski kardinal, Charles de Bourbon (1849-1909), madridski vojvoda ("de facto" španski kralj in francoski prestolonaslednik), Friderik Pregl (1869-1930), kemik in Nobelov nagrajenec, Jože Plečnik (1872-1957), arhitekt, Ernst Moro (1874-1951), zdravnik za otroške bolezni, Ivan Cankar (1878-1918) pisatelj, Stanko Bloudek (1890-1959), športnik, izumitelj, konstruktor letal in skakalnic, Edvard Kardelj (1910-1979), politik, Marijan Lipovšek (1910-1995), skladatelj, Franc Rode (1934), ljubljanski nadškof in kardinal, Ivo Daneu (1937), košarkar, Miroslav Cerar (1939), telovadec in olimpionik, Urška Hrovat (1974), alpska smučarka, Slavoj Žižek (1949), filozof…

Stanko Bloudek ob avtu Triglav

Italijanski okupator je februarja 1942 mesto obdal s trideset kilometri bodeče žice, po sledeh katere danes poteka sprehajalna pot.
25. junija 1991 je bila v Ljubljani razglašena neodvisnost Slovenije.
Ljubljanica je reka posebnica zaradi njenega obsežnega kraškega zaledja in sedmero imen:
Trbuhovica, ki izvira na robu Prezidskega polja (Hrvaška), teče skozi vas Prezid ter izgine v ponoru Mrzla jama, skoraj nikoli ne doseže Babnega polja,
Obrh je ponikalnica na Loškem polju. Nastane iz Malega in Velikega Obrha ter se ponovno pojavi na Cerkniškem polju,
Stržen je ponikalnica Cerkniškega polja, ki ponikne v jamski sistem Velike in Male Karlovice in podzemno teče proti Rakovemu Škocjanu,
Rak je ponikalnica v Rakovem Škocjanu. Priteka iz Zelških jam in ponikne v Tkalca jamo, od koder teče podzemno proti Planinski jami in se združi z reko Pivko,
Pivka izvira pri vasi Zagorje, teče po Pivški kotlini ter podzemno skozi Postojnsko jamo do Planinske jame, kjer se združi z Rakom v Unico,
Unica ponikalne na Planinskem polju ter nadaljuje kot podzemni tok proti izvirom pri Vrhniki,

Ljubljanica pred Tromostovjem

Ljubljanica nastane iz več močnih kraških izvirov v bližini Vrhnike in Verda in se v Savo izliva pri Podgradu. Najbolj znan je izvir Močilnik.

» JAZ PA POJDEM NA GORENJSKO…«

V preteklosti so ljudem kazale poti reke. To so bili najlažje prehodni predeli, kjer je bila tudi voda in hrana. O tem pričajo izkopanine (okostja, posode, okraski, orodje, orožje, zidovi, pepel…). Marsikje so bile najdene izkopanine po naključju (gradnja cest, zgradb ipd.) ali pa z logičnim razmišljanjem arheologov. Vsako ljudstvo, ki se je pojavilo na določenem področju, je namreč tam pustilo svoje sledi.
V naši okolici, poimenovani Dežela, so pomembna najdišča: Ajdna nad vasjo Potoki pri Žirovnici, prva naselja na terasah od današnjih Most pri Žirovnici do Begunj, žarno grobišče v Smokuču in izkopanine, ki kažejo na utrjeno gradišče med Bratranco pri Vrbnjah in Zgošo, rimski zid na Žalah v Radovljici, pri Lescah so našli rimske kovance in nagrobnik, v Dvorski vasi, Begunjah in na Bratranci so izkopali konjske podkve. Leta 1997 sta bili najdeni jamski zavetišči, eno nad vasjo Poljšica pri Zgornjih Gorjah in drugo na Jamnikovem spodmolu na pobočju Vrš nad Kočno. Na Gradaščici pod Predtrgom (Lapuhova ulica v Radovljici) je bila odkrita dvojna naselbina, vas, stara čez štirideset tisoč let. Najdena so bila ognjišče, shrambna jama, kurišče, keramično posodje, deli stenskega ometa in kamnito žrmlje.

žrmlje

Tudi začetki priseljevanja Slovanov so pustile sledi. Ob pregledu zemljišč, po katerih naj bi potekali avtocestni odseki na Gorenjskem, so arheologi odkrili ostanke slovanske naselbine. Najdba pri viaduktu Peračica je drugo odkritje staroslovanske naselbine na Gorenjskem. Prvo so arheologi našli na blejski pristavi.
Iz obdobja srednjega veka naj omenimo leta 1418 prevzem posesti Ortenburžanov zaradi smrti Friderikom III. celjskih grofov, (Pegam in Lamberger). Tu so obdobja turških vpadov in kmečkih uporov (1515, 1573, 1713), potres 1515 v Deželi in drugi dogodki.

DEŽELA

Dežela, tudi Blejsko radovljiška kotlina ali Radovljiška ravan in Blejski kot, je geografska pokrajina v Ljubljanski kotlini, ki so jo z odlaganjem materiala oblikovali umikajoči se ledeniki ter z erozijo reki Sava Bohinjka ter Sava Dolinka. Radovljiška ravan skupaj z Blejskim kotom ustvarja eno najlepših in najslikovitejših okolij. Prešeren je zapel:

Dežela kranjska
nima lepš' ga kraja,
ko je z okol'šč'no ta,
podoba raja.

Prešernov obelisk na Bledu

Dežela se razprostira med verigo visokih gora na severu in dolino reke Save na jugu. Ljubljanska kotlina se tu razširi in ustvari zeleno ploščad, ki z vsake točke ponuja pogled na Triglav v objemu Julijskih Alp na eni strani in mogočni Stol v verigi Karavanke na drugi strani.
V Deželi so štiri občine: Radovljica, Žirovnica, Bled in Gorje.

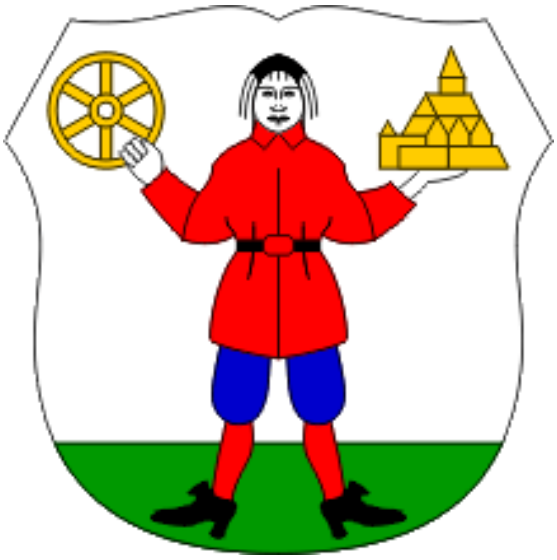
OBČINA RADOVLJICA

Občina Radovljica obsega dvainpetdeset naselij. Po ravnini kot razmetani ležijo majhni grički, morenski nasipi ledenikov. Pri Radovljici sta taka naravna spomenika Voljčev hrib in Obla gorica. Manjši morenski nasipi so še ob vaseh Hraše in Hlebce pri Lescah.
Radovljiška občina se ponaša s petimi muzeji: Čebelarskim in Mestnim muzejem ter Galerijo Šivčeva hiša v Radovljici, Muzejem talcev v Begunjah in Kovaškim muzejem v Kropi.
Radovljica je kot srednjeveško mesto zraslo v 14. stoletju na terasah 75 m nad sotočjem Save Bohinjke in Save Dolinke na nadmorski višini 491 m. Sestavlja ga vzhodni del pomola s starim mestnim jedrom in novejši del, ki se širi proti severozahodu.

Radovljica

Naselje leži izven glavne cestne povezave, a je važno prometno vozlišče, kjer se križajo ceste proti Lescam (Bled, Bohinj) in Kamni Gorici (Kropi, Podnartu). Ob obrežju Save Bohinjke vodi cesta preko Ribnega na Bled, pešpot po Fuksovi brvi pa čez Savo v Kamno Gorico.
Brv naj bi obstajala že leta 1865. Sedanje ime pa je dobila po pravniku Riku Fuxu (1887-1940) iz Bele Krajine, ki je dal pobudo in prispeval finančna sredstva za obnovo brvi. Brv je izdelal tesarski mojster Franc Šparovec iz Lipnice in jo postavil leta 1931. 1965 je narasla Sava odnesla Pižov most na Lancovem in plavajoče tramovje mostu je uničilo tudi Fuksovo brv. Brv je spet obnovljena.
Radovljica je bila naseljena že v rimskih časih. V Predtrgu so našli nekaj ostankov, ki nakazujejo, da je bilo tam stalno naselje. Novo naselje, ki je nastalo na pomolu, so poimenovali Radman (Radmansdorf). V 11. stoletju je Radovljica pripadala briksenškim škofom nato Ortenburžanom, ki so imeli sedež na Pustem gradu

(Wallenburg) na desnem bregu Save. Ko so z Rodin prenesli sedež prafare (plebs sancti Petri) v Radovljico (med letoma 1173 in 1296, znan je tudi njen župnik-plebanus Laurentius), so Ortenburžani poleg cerkve sv. Petra postavili svojo graščino. Tako je nastalo utrjeno tržno naselje in farno središče. Za Ortenburžani so po dedni pogodbi zavladali Celjani grofje (1420-1456), po njihovem propadu pa Habsburžani.
Leta 1333 je dobila Radovljica status trga. V boju za celjsko dediščino je dal Lamberg trg zažgati. Leta 1473 se je mesto obdalo z obzidjem kot obrambo pred bližajočimi napadi Turkov, ki so jo 1475 tudi napadli.
Med letoma 1478 in 1498 (dokument o tem ne obstaja) je dobila Radovljica mestne pravice in s tem tudi sodno oblast. Od leta 1510 se ime Radovljica kot mesto redno uporablja, s tem pa je dobila tudi pravice trgovanja z vinom in soljo in pravico do mitnine. Mitnice so bile v Radovljici, na Jesenicah (ki je 1579 sodila v belopeško deželsko sodišče) in v Bohinju.
Mestni grb predstavlja moža, ki v desnici drži kolo, v levici pa maketo mesta.



grb občine in mesta Radovljica

V obdobju reformacije se je po zaslugi Krištofa Fašanga in Petra Kuplenika v mestu zelo zasidral protestantizem. Svojo cerkev so imeli na sedanjem Linhartovem trgu. Radovljica je nekajkrat gorela. Prvi omenjeni požar je bil 1457. leta, 1654 je požar uničil enajst hiš, 1761 je v požaru zgorelo sedem ljudi in oseminštirideset hiš v mestu, sedeminštirideset v Predtrgu in še cerkev.
Leta 1840 je Radovljica postala sedež okraja, 1868 je s sedežem okrajnega sodišča postala središče zgornjega dela Gorenjske. Vodilno gospodarsko vlogo je ohranila do obdobja po prvi svetovni vojni, ko so to vlogo prevzele gospodarsko razvitejše Jesenice.
Radovljica ima kar nekaj zanimivosti. Hotel Grajski dvor, kopališče pod Oblo gorico (zdaj podrt original) in Savnikova vila, ki so delo arhitekta Ivana Vurnika. Gabrov drevored je ostanek graščinskega baročnega vrta rodbine Thurn-Valsassina, ki je bil z graščino povezana najprej z lesenim hodnikom, kasneje pa s še danes uporabnim

nasipom. Poznosrednjeveški obrambni jarek ob vhodu v staro mestno jedro je edini ohranjeni jarek na Slovenskem. V zadnjih letih je bil obnovljen. Vstop v staro mestno jedro sta varovala in krasila še dvižni most in obokan obrambni stolp. Osrednji mestni trg ima na obeh straneh vzdrževane spomenike srednjeveške in renesančne meščanske arhitekture. Prvotno ortenburško graščino je po potresu leta 1511 prezidal tedanji najemnik grof Dietrichstein, kasneje so jo dodatno razširili grofje Thurn-Valsassina. V pritličju graščine je danes Glasbena šola, v nadstropju Čebelarski muzej in Mestni muzeji s predstavitvijo življenja in dela Antona Tomaža Linharta.
Župnijska cerkev sv. Petra je bila sezidana pred 750 leti v romanskem slogu. Sredi 15. stoletja je bila prezidana in povečana. Župnišče je obkroženo z renesančnimi in baročnimi freskami na pročelju.

cerkev sv. Petra z župniščem

V Malijevi hiši je bila od 18. stoletja dalje strojarska delavnica, hišo pa krasi na stebre oprt pomol nad vhodnimi vrati. Klop med stebri je služila za sramotilni steber-pranger. Šivčeva hiša ima ohranjeno dvoladijsko vežo v pritličju. Zunanjo stran krasi freska iz 17. stoletja. Ohranjeno je stopnišče v prvo nadstropje, kot je bilo v času nastanka hiše ter kuhinja, shramba in stanovanjski prostori. V enem od njih je danes poročna dvorana. V Lectarjevi hiši je od leta 1822 gostilna in zdaj tudi lectarski muzej z delavnico. Na trgu stoji spomenik Josipini Hočevarjevi, dobrotnici, ki ga je leta 1908 izklesal domačin Josip Pavlin. S sestro Dralko je darovala hišo za učitelje in pripravila sklad za podporo radovljiškim učencem. Ti dejanji sta ji prinesli naziv častne meščanke mesta Radovljica. Srednjeveški vodnjak na trgu so odkrila arheološka izkopavanja ob obnovi mestnega jedra.
Znameniti Radovljičan je gotovo Anton Tomaž Linhart, dramatik, avtor prve slovenske igre, zgodovinar, šolnik, pesnik… Spomenik Antonu Tomažu Linhartu

stoji nasproti Ekonomske gimnazije in srednje šole in je delo akademskega kiparja Staneta Kolmana. Na Linhartovi rojstni hiši pa je spominska plošča (tudi z napisom v brajici).

Linhartov portret v zbirki portretov cesarja Franca I.
iz slikovnega arhiva Avstrijske nacionalne knjižnice na Dunaju

France Prešeren je Antonu Tomažu Linhartu zapel:

Steze popustil nemškega Parnasa,
je pisal zgodbe kranjske star'ga časa.
Komu Matiček, Micka, hči župana,
ki mar mu je slovenstvo, nista znana?
Slavile, dokler mrtvi se zbudijo,
domače bote ga Talija, Klijo.

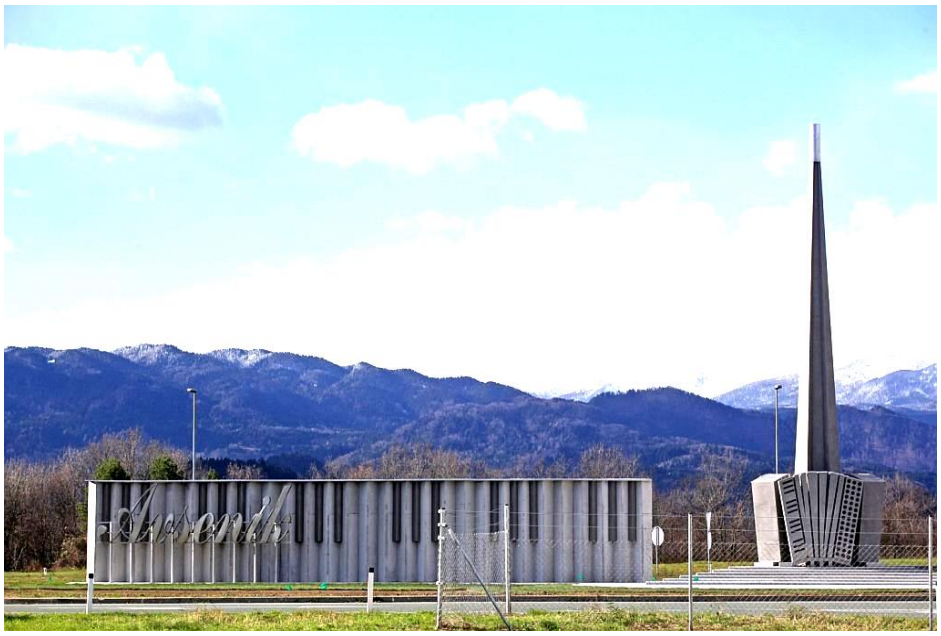
Ostali pomembni Radovljičani so še: Avgust Bukovec, urednik, prevajalec, čebelar; Josipina Hočevar, dobrotnica; Ivan Vurnik, arhitekt; Marija Helena Vurnik (Marija Rafaela Vurnik), misijonarka; France Vurnik, pesnik; Ivan Hribovšek, pesnik in filolog; Jože Slivnik, kemik; Pavel Šivic, glasbenik; Andrej Gollmayer, nadškof; Valentin Meršol, organizator zdravstva v Ameriki; Cene Avguštin, umetnostni zgodovinar…

Lesce so industrijski in turistični kraj ob stari glavni cesti Radovljica-Bled. Del naselja na zgornji savski terasi je industrijski, spodnji na terasi ob Savi pa je namenjen turizmu.
Po omembah v starih zapisih spadajo Lesce med najstarejša naselja na Gorenjskem. Arheološke najdbe datirajo tudi že v rimsko obdobje in zgodnje obdobje krščanstva (4. stoletje). V pisnih virih se Lesce prvič omenjajo leta 1004, ko je bilo ozemlje vključeno v posesti briksenške škofije.
Staro jedro obvladuje cerkev Marijinega vnebovzetja, ki stoji na mestu prvotne lesene cerkve omenjene že leta 1140. Cerkev je bila vse do 19. stoletja znano romarsko središče. Na fasadi je slika Marije z Jezusom iz okoli leta 1400, delo Nikolaja in Štefana iz Gorice, prvih po imenu znanih mojstrov furlanske slikarske smeri fresk na Slovenskem. Zunanjost cerkve krasi tudi nova freska Sv. Krištofa in grb Janeza Krstnika Prešerna. Posebnost je tudi zvonik, ki stoji ločeno od cerkve in je bil sezidan med letoma 1523 in 1524. Legatova hiša iz zgodnjega 17. stoletja je lep primer podeželskega dvorca. Predstavnica bogate kmečke hiše, domovanja premožnih kmetov v 18. in 19. stoletju je tudi Španova hiša. Tik ob starem jedru stoji osnovna šola Frana Saleškega Finžgarja s kipom akademskega kiparja Bojana Kunaverja.

Lesce v ozadju Triglav

Odsek gorenjske železnice je v Lesce pred prvo svetovno vojno in po njej pripeljala industrializacijo (tovarna verig, tovarna čokolade Zavrtanik/Gorenjka…). Danes je na prostoru bivše tovarne Veriga industrijska cona, v okolici pa trgovsko nakupovalni center.
Ob cesti proti Bledu teče kolesarska steza in leži hipodrom, pod njim pa v borovem gozdičku med Savo Dolinko in umetnim jezercem kamp Šobec, največji in eden najbolje urejenih kampov v Sloveniji. Na cesto proti Bledu je tudi največje golf igrišče v Sloveniji, zgrajeno že pred drugo svetovno vojno na pobudo regenta kneza

Pavla Karađorđevića s »Kraljevim igriščem« z osemnajstimi polji in »Jezersko igrišče« z devetimi polji. Alpski letalski center se ponaša s tradicijo in uspehi športnega letalstva, jadranja, padalstva in modelarstva. Center je bil prizorišče 1. svetovnega prvenstva v padalstvu leta 1951. Dejaven je tudi pihalni orkester, ki deluje že več kot petdeset let. Na krožišču za Bled stoji spomenik ansamblu Avsenik.



obeležje Avsenik na krožišču Lesce

Lesce so premogle tudi nekaj zanimivih osebnost. Edinstven je zagotovo Legatov Tonček. O njegovih podvigih so poročali časopisi, pisale so se povesti in snemali filmi. Med obema vojnama je slovel po svojih domislicah in potegavščinah. »Nesmrtno slavo« si je prislužil, ko je v »cesarskih« oblačilih izvedel državniški obisk kot etiopski cesar Haile Selassie v sosednji Bohinj in bil sprejet s pravimi državniškimi častmi. Druga zanimiva osebnost je bila Ela Triplat, Prežla, ki je slovela kot ljudska zdravilka s svojim črnim mazilom proti revmatizmu. Franci Petek je leta 1991 postal svetovni prvak v smučarskih skokih, za svoj novi dom si je Lesce izbral tudi Jakov Fak, dobitnik olimpijski kolajn v biatlonu.

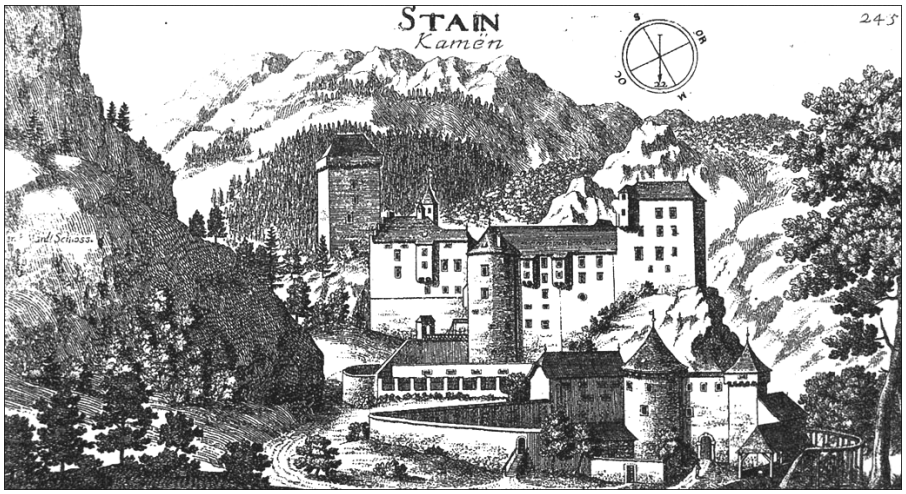
Studenčice so majhna vas v krajevni skupnosti Lesce, kjer v cerkvi hranijo votivno sliko požara v Radovljici leta 1654. V vasi je preživljal otroška leta Iztok Čop, olimpijski zmagovalec in svetovni prvak v veslanju.

Begunje, Bégne kot jim rečejo domačini, ležijo ob potoku Begunjščica. Osrednji del vasi je cerkev sv. Urha na eni in mogočna graščina Katzenstein s parkom na drugi strani ceste.

Še pred vasjo je tovarna Elan. Pri Jožovcu je bil doma Slavko Avsenik, legende in začetnika slovenske narodno-zabavne glasbe. Ob potoku je ohranjen Robačnekov mlin.

Območje je bogato z arheološkimi najdbami. Najstarejše sledi človekove naselitve so iz mlajše kamene dobe v jami Zijalka pod Jamarskim vrhom. Pod njim je na naravni

terasi gradišče Njivice s sledovi iz starejše bronaste do starejše železne dobe. Začetek stalne naselitve potrjujejo najdbe rimskega nagrobnika, novcev in nekaj drugih predmetov te dobe. Med najdbami iz časa Slovanov so skeletni grobovi. V srednjem veku so naselju vladali Ortenburžani in pozneje Lambergi z gradu Kamen in graščine Katzenstein.



grad Kamen

Prve zapiske o gradu Kamen zasledimo v 12. stoletju, ko je bil še v lasti gospodov s Kamna. Leta 1261 je prešel v last Ortenburžanov in kasneje Celjanov. Valvasor poroča, da se je tu leta 1428 pri padcu s konja ubil Herman III., sin Hermana II. Celjskega. Po izumrtju Celjanov je grad prešel v posest Habsburžanov. Lastniki so se kasneje večkrat menjali. Med njimi je bil tudi znameniti vitez Gašper Lambergar, zmagovalec v 58 turnirjih, ki ga opeva tudi ljudska pesem o Pegamu in Lambergarju. V 18. stoletju so grad opustili. Legenda pravi, da naj bi leta 1740, ko so v Begunjah gradili novo župnijsko cerkev, z grajskih streh sneli opeko (bobrovec) in jo v sklenjeni vrsti podajali iz rok v roke od gradu do cerkve.

Sv. Peter nad Begunjami

Iz Begunj je le kratek vzpon do razgledne srednjeveške cerkvice sv. Petra na griču z znamenitimi freskami.
Nekdaj so Begunje stale na vozlišču trgovskih poti, ki je vodila čez planino Prevala in prelaza Ljubelj na Koroško, in poti, ki je vodila pod Dobrčo proti Tržiču. Danes lokalna cesta vodi mimo gradu Kamen v dolino Draga, kjer je izhodišče za pohode v Karavanke (Roblekov dom, Begunjščica).
Pred drugo svetovno vojno je bila graščina Katzenstein ženska kaznilnica. V času druge svetovne vojne pa so Nemci imeli v njej zapore, od koder so pošiljali zapornike v druga koncentracijska taborišč, ali pa so jih streljali kot talce. Grobišča in obeležja ustreljenih talcev so ob graščini in v dolini Draga. Danes je v graščini psihiatrična bolnica.
Zapuže so dolgo veljale za mesto sukna. Nekoč bogata predilska obrt se je s tovarno razvila in tudi propadla.
Zgornji Otok je vas, kjer so stare gorenjske hiše nanizane ob t.i. Cesarski cesti, ki je bila nekoč glavna prometna pot preko radovljiške ravnine. V Globočnikovi hiši, "Pr' Brinšk", je bila stara pošta, trgovina in gostilna. Hiša ima zanimiv portal iz zelenega peraškega tufa in postiljon na zgornjem delu vratnega portala.

vrata Pr' Brinšk' na znamki

Spodnji Otok je od glavne ceste odmaknjen proti severu s cerkvijo sv. Janeza Krstnika z ohranjenimi freskami iz 15. stoletja. V času turških vpadov so okrog nje zgradili obzidje. Iz tega časa izvira tudi legenda, ko so se vasi in cerkvi približali Turki, so njihove konje napadli sršeni in jih pognali v beg. Ker se je to zgodilo

natanko ob 11. uri, v cerkvici še vedno ob tej uri zvoni poldne. Legenda tudi pravi, da je neki Turek svojega konja tako močno pognal v beg, da je ta s kopitom udaril v cerkvena vrata in za vedno zapustil za seboj vdolbino.

Mošnje so ob potoku Dobruša, ki teče skozi Graben. Za potok je značilno, da se so ob njem nekdaj nahajali mlini in žage. Znamenitost vasi je grad Podvin. Danes je graščina preoblikovana v gostinsko-turistični objekt. Cerkev sv. Andreja je verjetno že iz 10. stoletja. V njej so freske iz 15. stoletja ter baročni oltarji. K župniji Mošnje je do 21. stoletja spadalo romarsko središče Brezje. Pri gradnji avtoceste so odkrili vilo rustico iz rimskega obdobja.

Brezje so bile v pisnih virih prvič omenjene že v 11. stoletju. Nastanek imena ima več razlag, po eni iz številnih brez, ki naj bi rasle na tem območju. Domačini uporabljajo besedo breški (breško polje, breška Marija), medtem ko je uradno brezjansko polje, brezjanska Marija. Osnovno preživetje Brezjanov je bilo kmetovanje in konjereja, dodaten zaslužek pa je bilo kamnoseštvo, ki je temeljilo na zelenem peraškem tufu**.**

Slava Brezij se je pričela v 19. stoletju, ko se je zgodilo nekaj čudežnih ozdravljenj. Podobo Marije Pomagaj je naslikal Leopold Layer. Po legendi se je v ječi zaobljubil, da bo, če bo kdaj izpuščen, poslikal kapelico Matere Božje na Brezjah. Ko je leta 1814 prišel na prostost, je obljubo izpolnil in poleg ureditve kapelice naslikal še oljno podobo Marije Pomagaj. Leta 1988 je cerkev papež Janez Pavel II. razglasil za baziliko, leta 2000 pa je bila bazilika Marije Pomagaj razglašena za slovensko narodno svetišče.

bazilika na Brezjah s kipom Janeza Pavla II.

Za svetišče skrbijo frančiškani, ki so ob cerkvi postavili samostan. Na dvorišču je kapela po načrtih arhitekt Ivan Vurnik. Ob baziliki je kip papeža Janeza Pavla II. delo Staneta Kolmana in urejen park s kipom svete družine, velikim križem, v prostoru nekdanjega hleva je urejen Muzej jaslic z bogato zbirko jaslic z vsega sveta.

Na Brezjah se je rodil glasbeni pedagog in zborovodja Janez Bole. V svojem več kot petinpetdesetletnem umetniškem delovanju je ustanovil ali na novo oblikoval in vodil enaindvajset zborov, med njimi Slovenski oktet (od ustanovitve do leta 1957), Akademski pevski zbor Tone Tomšič, zbor Slovenske filharmonije in Slovenske madrigaliste. S slednjimi je posnel prvo ploščo Gallusovih motetov in madrigalov.

Janez Bole

Ljubno je vas na griču nad vasjo imenovanem Luben, ki je staroslovanskega izvora in pomeni vzpetino. Po farnem zavezniku sv. Lovrencu se je nekaj časa vas imenovala tudi Sveti Lovrenc v Leševju. Že leta 1538 se omenja lončarska obrt (ljubenska skleda). Zanimiva je legenda o Mariji Udarjeni. V Ljubnem je Janez Puhar napravil prvo fotografijo na steklu (1842). V vasi pa je deloval župnik in pisatelj Janez Jalen.

Kropa je razpotegnjeno naselje z gručastim jedrom ob vzhodnem vznožju Jelovice.

kroparski kovač

Naselje se deli na Zgornji in Srednji konec ter Stočje. Slovi po tradicionalni kovaški dejavnosti. V Kropi se je rodil operni in koncertni pevec, lirski tenor, orglavec in pedagog, član dunajske državne opere Anton Dermota. Po drugi svetovni vojni je slovel kot eden najboljših interpretov Mozartovih oper. Znana je glasbena družina Gašperšič (Egi, Zlata /Ognjanović/).

Podnart je naselje ob sotočju reke Save in potoka Lipnica pod konglomeratno steno, nartjo, iz česar izvira tudi poimenovanje vasi (pod-nart). Pred zgraditvijo gorenjske železnice kraja skorajda ni bilo. Danes je središče krajevne skupnosti.

Podnart

Otoče so postale pomembne s prihodom gorenjske železnice leta 1874. Sprva so se vlaki ustavljali ob majhni leseni postaji, z razvojem romarskega središča na Brezjah pa je postala leta 1939 najbolje opremljena železniška postaja Otoče-Brezje. Na visokem stebru je bil postavljen Marijin kip, ki je pozdravil romarje. Po drugi svetovni vojni je

Otoče

bil kip prestavljen na Brezje, od leta 2009 pa stoji replika ponovno v park ob postaji. Vas je verjetno ime dobila po reki Savi, ki pod vasjo naredi ovinek in oblikuje polotok, na ravnini ob reki pa je industrijska cona z več podjetji.

Dobrava pri Kropi zajema vasi Mišače, Lipnica in Srednja, Spodnja in Zgornja Dobrava. Dobrava je dobila ime po dobu, vrsti hrasta. Na dobravskem pokopališču skupaj s soborci počiva dobravski učitelj, ljudski prosvetitelj in narodni heroj Stane Žagar. Osemnajst zlomljenih žitnih klasov partizanskega spomenika so po načrtu arhitekta Borisa Kobeta leta 1957 skovali v Kropi, verz na spomeniku pa je spesnil Matej Bor ("…in vendar je vaše seme pognalo").

spomenik na Srednji Dobravi

Preko Srednje Dobrave poteka Aljaževa spominska pot, saj je tu služboval Jakob Aljaž. Na nagrobnik na cerkvenem zidu je »triglavski kralj« dal vklesati verze v materin spomin. V cerkvi Povišanje sv. Križa je iz srede 18. stoletja križev pot, ki ga je upodobil kranjski slikar Leopold Layer (avtor brezjanske Marije Pomagaj).

Kamna Gorica je bila fužinarski kraj. Ponaša se tudi z nekaterimi pomembnimi osebnostmi. Tu so se rodili Matevž Langus, slikar (Primicova Julija), misijonar Marko Anton Kappus, ki je deloval kot jezuit med ljudstvom Opata v Mehiki in ki je prvi v Evropo sporočil, da je Kalifornija (ZDA) polotok (1701. leta) ter brata Zupan, izdelovalca orgel (v Ribnem pri Bledu in drugod).

Kamna Gorica, rojstna hiša Matevža Langusa

OBČINA ŽIROVNICA

V občini Žirovnica je deset vasi. Skupno ime za strnjene vasi je tudi Kašarija. Po občini poteka Pot kulturne dediščine, kjer so bila domovanja velikanov žirovniške občine in Slovenije.
V dolini reke Završnice, ki leži za grebenom Rebra, so leta 1914 zgradili prvo javno hidroelektrarno na Slovenskem, leta 1952 pa je začela obratovati hidroelektrarna Moste, prva hidroelektrarna na reki Savi. Soteska Kavčke je od tedaj pregrajena s šestdeset metrov visoko pregrado, najvišjo v Sloveniji.

grb občine Žirovnica

Občina meji na občine Bled, Gorje, Jesenice, Radovljica in Tržič, na severu pa na Republiko Avstrijo. Sedež občine je na Breznici.
Vrba je vas poleg znane cerkvice svetega Marka ("…bo bližnji sosed varoval svet Marka"). Sredi vasi raste lipa in okoli nje je položenih šestnajst kamnov, kar nakazuje, da je bilo včasih tam šestnajst kmetij (sedaj jih je le še sedem ali osem). Največja znamenitost vasi je rojstna hiša pesnik Franceta Prešerna, ljubljanskega nadškofa Antona Vovka in ljubljanskega škofa Janeza Zlatousta Pogačarja. Hiša je danes preurejena v muzej.
Breznica leži ob vznožju najvišje karavanške gore Stola. Znana je kot rojstni kraj slovenskega čebelarja in slikarja Antona Janša. Tam stoji tudi replika njegovega čebelnjaka.
Zabreznica se ponaša z osnovno šolo, vrtcem in športno dvorano za vso Kašarijo. Nad vasjo, na pobočjih Reber, stoji cerkev sv. Lovrenca, ki je bila na novo pozidana na osnovi leta 1821 porušene romanske cerkve.
Žirovnica je znana od leta 1253. Leta 1797 se je v kraju rodil prijatelj Franceta Prešerna Matija Čop, literarni zgodovinar in književni kritik, ki je leta 1835 utonil v Savi pri Tomačevem.

Matija Čop in France Prešeren

Doslovče so rojstni kraj pisatelja Frana Saleškega Finžgarja. Pisateljeva rojstna hiša je preurejena v muzej.

Moste imajo hidroelektrarne, ki zaustavlja vodo v rečnem jezeru vse do Jesenic. Ob stari cesti proti Jesenicam stoji spomenik talcem. Tu se tudi odcepita cesti, ena do umetnega jezera v dolino Završnice in druga do znamenitega arheološkega najdišča Ajdna nad Potoki.

Rodine ležijo na poti kulturne dediščine. V vasi je rojstna hiša pisatelja Janeza Jalna. Leta 1959 so v vasi potekala arheološka izkopavanja in odkrili so hišo iz rimskega obdobja.

Selo pri Žirovnici so ena izmed približno stotih vasi na Slovenskem, ki jim je skupno ime Selo, Sela ali Sele.

Smôkúč se deli na dva dela, na stari in novi. Vas je znana predvsem po arheološkem najdišču in stari vaški pralnici. Izvor imena kraja ni natančno znan. Po eni od razlag naj bi bilo ime vasi izpeljano iz staroslovanskega izraza za nestrupeno kačo smokuljo, drugo izročila, ki velja med domačini, pa izhaja iz razlage, da je po nekem potresu bil slišan klic: "Smo v kuč (smo v koči)". Ime se prvič omenjeno v neki dunajski listini izdani leta 1328. Predvideva se, da je bila na mestu, kjer je sedanja vas, vas že v obdobju 8. ali 9. stoletja. Ta vas naj bi se imenovala Krničice ali Krnice.

OBČINA BLED

Občino Bled sestavljajo deset naselij.

Bled spada med starejše in najlepše turistične kraje v Sloveniji. Leži sredi ledeniško preoblikovane pokrajine. Današnje mestno naselje je nastalo iz vasi Grad, Mlino,

Rečica, Zagorice in Želeče, ki so razporejene okoli jezera, ločuje pa jih vrsta samostojnih vzpetin (Grad, Straža, Kozarca, Osojnica in Ravnica). Posestvo med rekama je bilo vse do sredine 19. stoletja z nekaj vmesnimi prekinitvami v lasti briksenških škofov.

grb občine Bled

Zasluge za razvoj turizma pripisujejo Švicarju Arnoldu Rikliju. Velik vpliv na razvoj blejskega turizma je imela izgradnja železniške proge Ljubljana-Trbiž leta 1870, oziroma Beljak-Trst 1906. Zaradi znanih oseb, ki so obiskovale kraj (dinastije Karađorđević, Tito in drugih), se je začel Bled razvijati v prestižen turistični kraj.
Bled je prvi na današnjem ozemlju Slovenije dobil asfaltirane ceste, že leta 1914 pa elektriko in vodovod. Med najbolj znamenitimi posebnostmi Bleda je poleg blejskega gradu in otoka zagotovo blejska kremna rezina (kremšnita).
Blejski grad se dviga na strmi pečini nad jezerom. Po pisnih virih spada med najstarejše gradove v Sloveniji. Z gradu je čudovit razgled na jezero z otokom, Julijske Alpe, Karavanke in Deželo. Cesar Henrik II. je leta 1011 z darovnico podaril grad na pečini (castellum Veldes) briksenškemu škofu Adalberonu. Ime se v srednjeveških pisnih virih omenja v nemški obliki kot Veldes.
Bled in njegovo lepoto so opisovali mnogi popotniki. Med njim je bil tudi Janez Vajkard Valvasor pisec Slave vojvodine Kranjske. V času Napoleonove zasedbe je blejsko gospostvo pripadlo Ilirskim provincam. Leta 1838 je briksenška grofija dobila blejsko imetje nazaj, ki pa so ga zaradi velikih stroškov leta 1858 prodali lastniku jeseniške železarne Viktorju Ruardu. 1882 je Ruard prodal grajsko posest in grad veletrgovcu Adolfu Muhru. Naslednji lastnik je bil blejski hotelir Ivan Kenda, ki je grad želel preurediti v hotel. Zadružna gospodarska banka je Ivanu Kendu leta 1937 zasegla vse premoženje, za njo pa je dobila grad v posest Dravska banovina.
Na Blejskem gradu so poslopja razvrščena okoli dveh dvorišč. Gospodarska poslopja so bila nekoč ob spodnjem dvorišču, stanovanjski prostori pa ob zgornjem dvorišču.

Grad so stalno obnavlja in prilagaja turističnim ogledom. Temeljite obnove je bil deležen v letih od 1952 do 1961 po načrtih arhitekta Toneta Bitenca in po letu 2015. Muzejski del gradu je bil prenovljen leta 2008.
Blejsko jezero, ki je dolgo 2,12 km in široko od pol do enega kilometra, v mrzlih zimah zamrzne. Znane pa so prvomajske veslaške regate na jezeru.

Izročilo o nastanku Blejskega jezera

Kjer danes leži Blejsko jezero, nekoč ni bilo vode, ampak cvetoča, travnata dolina sredi katere je stal hribček, na katerem je bila velikanska skala. V mesečnih nočeh so ob tej skali plesale gorske vile.

V dolini so pastirji pasli drobnico. Vile so pastirje prosile, naj ogradijo prostor okoli skale, da ne bodo ovce pomulile vse mehke zelene trave. Pastirji jih niso poslušali. Vile so jim zagrozile, da bodo one ogradile skalo. Tudi tej grožnji so se pastirji smejali.
Ker kmalu ni bilo več trave, ampak gola zemlja, si je najmlajša in najlepša vila na plesu zlomila nogo. Jezne vile so z gora priklicale studence in potoke, ki so dolino okoli skale zalili. Ostal je samo hribček sredi vode, na katerem so vile potem lahko plesale. Vilinski otok je z jezerom ostal, čeprav je že dolgo od tega, kar so vile odšle.

Drugo izročilo o nastanku jezera

Živel je pastirček po imenu Janek, ki je pasel ovce bogatih Blejcev. Do pastirčka niso poznali usmiljenja, velikokrat je bil tepen, pa tudi spat je šel večkrat lačen. Na paši je Janek hodil k Marijini kapelici, ji nosil rože in se ji zaupal. Nekega dne pa je na paši izgubil ovco. Na robu obupa in ves trd od strahu pred kaznijo se je obrnil na Marijo. Naenkrat se mu je prikazala, ga pobožala in mu v naročje dala ovco, ki jo je izgubil. Rekla mu je, naj Blejce opozori na njihov napuh in grešno življenje. Ko je Janek Marijine besede posredoval Blejcem, mu niso verjeli, celo norčevali so se iz njega in ga napodili od hiše. Marijo pa je njihova trdosrčnost tako razjezila, da je

stopila na skalo in priklicala nevihto. Vas se je pogreznila. Ostal je le otoček, na katerega je zlezel pastirček in ostal živ.

Blejski otok po Valvazorju

Pripovedka o zvonu želja

Na blejskem gradu je živela mlada gospa. Razbojniki so ji ubili moža in ga vrgli v jezero. V spomin nanj je zbrala vse svoje srebro in zlato ter dala uliti zvonček, da ga daruje Mariji. Med vožnjo na otok se je razbesnela nevihta in čoln z zvončkom je potonil. Vdova je ostalo premoženje darovala za gradnjo Marijine cerkve na otoku in se v svoji žalosti umaknila v samostan v Rim.

zvon želja

Papež je po njeni smrti na Blejski otok poslal drug zvon, na katerega ljudje že vse od takrat radi pozvanjajo, ob tem izražajo svoje želje in se s prošnjami obračajo po pomoč k Materi Božji na jezeru.

Zgodba o Babjem zobu na Jelovici

Nedaleč od Bleda je v starih časih živel sedmeroglavi zmaj. Nekega dne ga je začel boleti zob, ker je pojedel preveč otrok. Šel je k velikanu Robavsu, da bi mu zob izpulil.

Robavs je vzel ogromne klešče in mu zob izdrl. Zob se je odkotalil po hribu in se ustavil v majhni jami. Tam nas še danes spominja na zmaja.

Drugo izročilo o Babjem zobu

Stari ljudje pravijo, da je na Jelovici živela stara baba. Nekateri so celo trdili, da je bila stara več kot sto petdeset let in da je bila čarovnica, ki se je skrivala, da je ne bi zažgali na grmadi. V dolini so se je vsi bali. Nekega dne, ko ni nabrala dovolj zelišč, je z jezo metala preko roba planote uroke. Spodrsnilo ji je in omahnila je v globino. Iz odmeva gora je bilo slišati v dolino urok: "Jelovica ti ne boš strma kot prej, takoj škrbino naredi na mesti tej." In na koncu Jelovice, ki se zaključuje proti Bohinjski Beli, se vidi velik Babji zob, kot ga domačini imenujejo.

OBČINA GORJE

Gorje ali Gorjanski kot, kot pojmujejo ta del pokrajine domačini, je skupino vasi in zaselkov oddaljenih kakih pet kilometrov od Bleda v smeri Pokljuke, dolini Radovne in Mežakle. Ime naj bi pomenilo, da so ti kraji »gor«, da so visoko. Gorjanske vasi so res zadnje večje vasi pod Triglavom. Gorjansko območje sega od roba blejskega kota v nadmorski višini 603 m do malega Triglava 2700 m nadmorske višine.

Občina je najmlajša med gorenjskimi občinami. Po številu prebivalcev in velikosti je 55. v Sloveniji. So pa v občini nekatere naravne znamenitosti, ki si jih velja ogledati. To so Pokljuška luknja, soteska Vintgar in del planote Pokljuka.
Gorjanski kot je znamenit po Pocarjevi domačiji, Psnakovem mlinu in žagi, po izdelovalcih kravjih zvoncev, Napoleonovem kamnu, kamniti babi, ostankih v drugi svetovni vojni požgane Radovne, Gogalovi lipi in grajskem mlinu, katerega temelji so stari okoli dva tisoč let, o tem priča najdena rimska klet…

grb občine Gorje

Imena vasi so stara in so nastala predvsem po imenih okoliških hribov. Vas Višelnica se imenuje, ker je višje od središča, Zatrata je za trato, Poljšica za poljem, Podhom pod hribom Hom, Krnica, ker leži v tipični ledeniški obliki krnici.
Zgornje Gorje so središče občine.
Spodnje Gorje pa so po površini in številu prebivalcev največja vas.

Zgornje Gorje

Poljšica ima dokaze poselitve še iz starejše kamene dobe. Arheologi so v jami nad Poljšico, ki ji pravijo Poglejska cerkev, našli kamnito orodje.

ZGORNJESAVSKA DOLINA

Zgornjesavska dolina se prične v Ratečah pri dolinskem razvodju rek Save Dolinke in Ziljice (reki tečeta v različni smeri) in konča pri Žirovnici. Dolina je naravnogeografska meja med Julijskimi Alpami in Karavankami.

OBČINA KRANJSKA GORA

Občina Kranjska Gora je se je oblikovala, ko se je izločila iz občine Jesenice, podobno kot občina Žirovnica (ali blejska in bohinjska iz občine Radovljica, ali gorjanska iz blejske). Občina obsega sedem krajev.

Kranjska Gora, ali po starem Borovška vas, je središče občine ob izlivu Pišnice v Savo Dolinko. Prvotni prebivalci, Borovci, so se priselili s koroške strani.

Borovška vas - Kranjska Gora

Naselje je postalo prometno dostopnejše, ko so 1870 zgradili železniško progo Jesenice-Trbiž, a so jo leta 1966 opustili (zadnja železniška postaja pri nas je bila Rateče-Planica).

Iz Kranjske Gore vodita v nedrje Alp dolini Male in Velike Pišnice. V stenah na poti na Vršič lahko občudujemo Ajdovsko deklico in Prisankovo (Prisojnikovo) okno.

Legenda o ajdovski deklici

Ajdovska deklica je bila dobrega srca. Živela je pod previsnimi stenami Prisanka in vodila popotnike skozi snežne zamete preko Vršiča v Trento. Ko so se popotniki vračali, so ji pod Prisankom puščali hrano, tako da nikoli ni bila ne žejna in ne lačna. Bila pa je tudi sojenica in je mladim materam prerokovala novorojenčkovo usodo. Neke noči je obiskala planšarico v Trenti, ki je pravkar rodila sina. Ker je mati spala, se je ajdovska deklica neslišno približala otroku in mu prerokovala, da bo postal lovec, da bo ustrelil zlatoroga in z njegovimi rogovi prišel do bajnega bogastva. Ko so za prerokbo slišale sestre ajdovske deklice, so jo preklele, ker je napovedala smrt

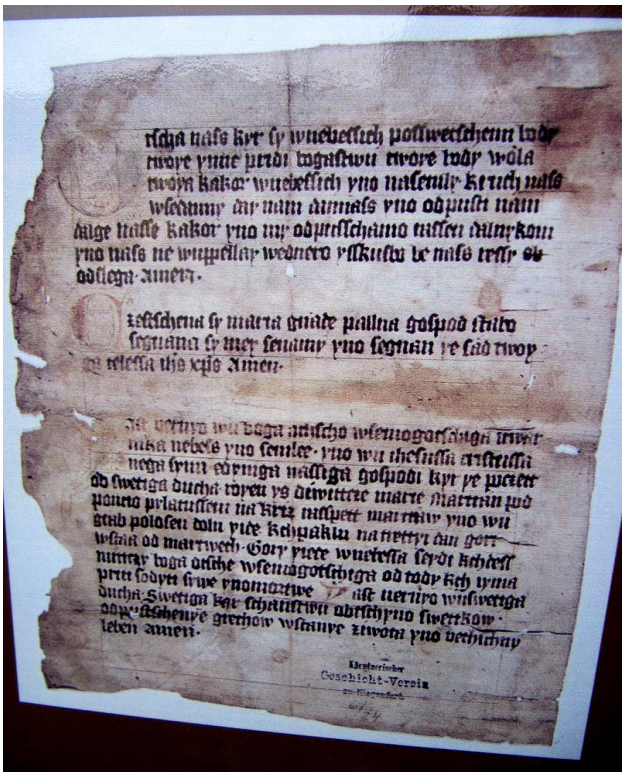
zlatorogu. Ko se je ajdovska deklica vrnila pod Prisojnik, je okamnela in njen obraz lahko občudujete v njegovi steni.
Kranjska Gora je bila prvič omenjena leta 1326 kot podružnica radovljiške prafare. V starem vaškem jedru današnje Kranjske Gore stoji cerkev Device Marije Vnebovzete. Med posvetnimi stavbami je najbolje ohranjena tristo let stara Liznjekova domačija. Tu je še rojstna hiša pisatelja Josipa Vandota, avtorja priljubljenih zgodb o Kekcu. Ob jezeru Jasna stoji kip kozoroga Stojana Batiča.

Ruski vojni ujetniki in avstro-ogrski stražarji pred kapelico leta 1916

Med prvo svetovno vojno so ruski ujetniki zgradili cesto čez Vršič, najvišji cestni prelaz (1611 m) v Vzhodnih Julijskih Alpah, ki je naravna povezava med savsko in soško dolino. Ob cesti na Vršič je postavljena v spomin na preminule ruske vojake, ki jih je zasul snežni plaz med gradnjo ceste čez ta gorski prelaz, ruska kapelica.
8. aprila 1941 so Kranjsko Goro zasedli Italijani, a so jo kmalu morali prepustiti nemškemu okupatorju.
Rateče so bile nekoč zadnje naselje pred mejnim prehodom z Italijo.
Rojstva rek so zelo različna. Sava Bohinjka izvira v slapu Savica, njen drugi krak Sava Dolinka pa pod pobočjem Vitranca v Zelencih. Izvorni krak najdaljše (219 km) slovenske reke je v izviru potoka Nadiža blizu planinske koče v Tamarju, ki večji del teče pod gruščem. Izpod Jalovca, Ponc in Mojstrovke je drsel planiški ledenik, ki je s seboj prinesel velike količine grušča, v okolici Podkorena zajezil reko Savo in ustvaril Korenško jezero, katerega ostanka sta jezerce Zelenci in močvirje Blata.
Voda v Zelencih privre na dan v obliki "vulkančkov". Zaradi izrazito zelene barve je izvir tudi dobil svoje ime. Temperatura vode je vse leto okoli 5°C. Ob urejenih poteh so postavljene pojasnjevalne table ter razgledni mostovž s stolpom. Struga reke Save nastane šele pri vasi Podkoren.

Zelenci

Sir Humphry Davy, oznanjevalec krasot te gorske krajine, je zapisal: "Najbolj se mi je priljubila savska dolina s svojimi slapovi in jezeri. Ne poznam v Evropi nič lepšega." Sir Davy ima v Podkoren pri Razingerju, vzidano spominsko plošča.
V okolici izvira uspevajo rastline, ki potrebujejo veliko vlage (šaš, jelša in vrba). Poleg potočne postrvi, ki živi v jezercih in se hrani z ličinkami enodnevnic in vrbnic, na tem območju živi še nekaj ogroženih živalskih vrst.
Kraj se prvič omenja leta 1385. Župnijska cerkev sv. Duha je poznogotska. V cerkvi sv. Tomaža, ali nekje v okolici Rateč, naj bi bil v drugi polovici 14. stoletja nastal Rateški ali Celovški rokopis, ki je eden najzgodnejših jezikovnih spomenikov v slovenskem jeziku. Vsebuje očenaš, apostolsko vero in čaščeno Marijo (starejšo obliko molitve zdrava Marija). Rokopis zdaj hranijo v celovškem deželnem muzeju.



Rateški rokopis

Dolina pod Poncami, bolj znana kot Planica, se razteza od naselja Rateče do planinskega doma v Tamarju, od tam naprej pa se dolina nadaljuje pod imenom Tamar. Dolina je znana po smučarskih skakalnicah. Leta 1936 je bila v Planici prvič presežena stometrska meja, leta 1994 pa je človek preskočil še druga magična meja 200 metrov.

Podkoren je naselje, kjer se od glavne ceste Jesenice-Rateče odcepi cesta čez Korensko sedlo v Avstrijo. Zgornji del Zgornjesavske doline je bil vse do zgraditve železnice leta 1870 bolj povezan s Koroško. Tu je bila mitniška postaja.

Podkoren

Na severnih pobočjih Vitranca so smučišča za tekmovanja v svetovnem pokalu. Ob zahodnem robu naselja stoji barokizirana gotska cerkev sv. Andreja. V jedru vasi so številne v osnovi gotske in poznogotske hiše.

Verjetno ni fantiča, ki se mu pred Miklavžem ne bi tresle hlače. Parkeljni teden dni prej

podkorenski Trentar

strašijo poredne in tudi pridne otroke. V Podkorenu ta večstoletna tradicija ni nikoli zamrla. V zadnjem desetletju so se jim pridružili še parkeljni iz Avstrije in Italije in skupaj pripravijo pravo ognjeno prireditev.
Sprva so se v parkeljne oblačili le vojaški rekruti. Nekoč se je med njimi znašlo tudi dekle in menda je bilo zelo neprizanesljivo do poredneže v. Podkorenške otroke so strašili rogljati in "ta mulasti" parkeljni. Posebnost pa je Trentar, ki ima dvanajst rogov. Vsak rog predstavlja en mesec v letu. Ime je verjetno dobil po divjih lovcih iz Trente, ki so se jih ljudje bali.

Gozd Martuljek je razpotegnjeno naselje na obeh bregovih Save Dolinke med Karavankami na severu in vršaci Martuljške skupine v Julijskih Alpah z izstopajočim lepotcem Špikom na jugu. Nekdaj se je kraj imenoval Rute.

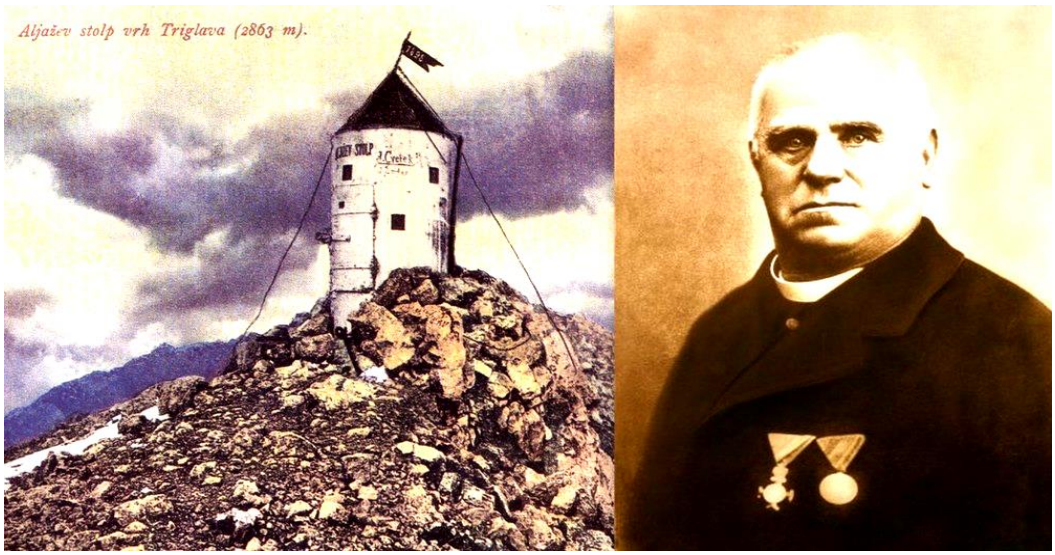
Gozd Martuljek

Naselje sestavljata Spodnje Rute in Zgornje Rute. S severnih pobočij Martuljške skupine se vode stekajo v znamenite Martujške slapove. Vzhodno od naselja je občasni slap Lucifer (imenovan tudi Mokre Peči). Ob Belem potoku pod Kukovo špico so številni slapiči (skočniki). Nad Gozdom Martuljkom je vas Srednji Vrh, ki je odlična razgledna točka za ogled Martuljške skupine gora ter izhodišče nekaterih pešpoti po Karavankah. Znamenita je kamnita oglata Bukeževa hiša.

Mojstrana leži ob sotočju Save Dolinke in potoka Bistrica, ki vodi v ledeniško dolino Vrata. Ogleda vredne zanimivosti so cerkev sv. Klemena iz 17. stoletja, planinski muzej, orjaški vaški oreh z obsegom 470 cm, Šmercova in Ambrožičeva hiša, visoka slapova Spodnji in Zgornji Peričnik, ostanki akvadukta za nekdanjo cementarno, Aljažev dom in spomenik padlim partizanom gornikom v dolini Vrat, severna stena Triglava, ledenik Zeleni sneg in ob njem Triglavsko brezno.
Iz Mojstrane izhajajo smučarski skakalec Janez Polda, smučarja Jure Košir in Alenka Dovžan, športna plezalka Martina Čufar in Julka Starič, slovenska gledališka in filmska igralka. Leta 1955 je nastopila v filmih Tri zgodbe in Trenutki odločitve.

Dovje ležijo nad cesto Jesenice-Kranjska Gora. Kraj se prvič omenja med leti 1029 in 1045 z imenom Dolgo Polje. Župnijska cerkev sv. Mihaela je iz začetka 14. stoletja. V njej je osemintrideset let maševal Jakob Aljaž. Aljaža poznamo kot

skladatelja (Oj, Triglav, moj dom, po prvem prevodu Sveta noč, blažena noč Franca Gruberja), kot gornika, ki je za en goldinar kupil vrh Triglava in postavil znameniti Aljažev stolp, zgradil domova na Kredarici in v Vratih in še in še. Počiva na dovškem pokopališču. V župnišču mu je posvečena spominska soba, ob magistralni cesti med Mojstrano in Dovjem pa stoji njegov spomenik.



Jakob Aljaž in njegov stolp na vrhu Triglava

Na Dovjem se je rodil Rudi Kosmač, slovenski igralec. Kot igralca ga velja omeniti v filmih Koplji pod brezo, Lucija, Samorastniki, Dolina miru ter Balada o trobenti in oblaku.

Belca je vas ob izteku doline potoka Belca, ki priteče izpod Kepe in Črnega vrha v Karavankah ter se izliva v Savo Dolinko. Na Belci se je rodil alpinist Miha Potočnik, ki velja za legendo slovenskega planinstva in je dobil v Ljubljani trg poimenovan po njem. Vrednote alpinizma je dojel v družbi s Stankom Tominškom, Jakom Čopom in Klementom Jugom.

Stanko Tominšek Joža Čop Miha Potočnik

OBČINA JESENICE

V jeseniško občino sodi mesto Jesenice in enajst naselij.

Jesenice kot mesto ob izteku Doline v Radovljiško ravan so pomembne kot železniško križišče. Železniška proga zgrajena 1870 skozi Jesenice proti Trbižu pelje z odcepom pri Hrušici skozi karavanški predor (7976 m) do Beljaka (zgrajena 1906) in odcep po bohinjska proga proti Novi Gorici (zgrajena tudi 1906) .

Jesenice so najvišje ležeče slovensko mesto (584 m) in so dobile mestne pravice leta 1927. Mesto je začelo nastajati na Murovi, kjer so se ob cerkvi sv. Lenarta razporejale hiše, ki so povezane z razvojem fužinarstva ob reki Savi.

Razvoj rudnikov, plavžev in fužin se je začel konec 14. stoletja z ortenburškim rudarskim redom. Poleg fužin na Savi, Javorniku, Plavžu in Murovi so bile fužine tudi v Mojstrani, Radovni in Bohinju. Veliko rudnih polj v Karavankah je pripadalo veletrgovcu Michelangelu Zoisu, najmočnejšemu fužinarju na Kranjskem.

1869 je bila ustanovljena Kranjska industrijska družba (KID). Ko je Viktor Ruard pristopil h KID, se je pričela nova era železarstva. Dve fužini sta se združili v največjo industrijo v Vojvodini Kranjski. Iz fužin je na Savi zrasla moderna železarna.

Jesenice na Valvazorjevem bakrorezu

Pomembni Jeseničani so: Tone Čufar, pisatelj, Miha Baloh, igralec, Pavle Zidar, pisatelj in pesnik, Rudi Šeligo, pisatelj in politik, Andrej Smolej, kitarist Slovenskih muzikantov, Tomo Križnar, popotnik in mirovnik, Helena Blagne, pevka, Jure Robič, ultra maratonski kolesar, Anja Klinar, plavalka, Maruša Ferk, alpska smučarka....

Zanimive so tudi nekateri kulturni spomeniki. Zgodba o Kosovi graščini pravi, da je čevljar Kos ukradel francoskim vojakom sod z zlatniki in obogatel. Hotel Korotan je bil predelan iz pekarne in gostilne. Na čelni fasadi hotela so reliefi dečkov, ki predstavljajo veje znanosti. Na Jesenicah deluje gledališče Toneta Čufarja.

Prva zasilna bolnišnica na Jesenicah je bila zgrajena vzporedno z graditvijo železarne med leti 1880 in 1890. V njej je bilo prostora za deset postelj. Stara bolnišnica se je začela graditi med letoma1895 in 1896, novo bolnišnico pa leta 1938, a je sprejela prve bolnike šele leta 1948.

jeseniška bolnišnica danes

Za bolnico je bil pomemben dr. Aleksander Rjazancov, ki je iz kemijskega tehnika postal doktor medicine. Bolnica se je dograjevala tudi v zadnjih letih.

Hrušica leži zahodno od Jesenic ob glavni cesti proti Kranjski Gori. Leta 1906 so pri Hrušici zgradili 7976 m dolg dvotirni železniški, 1991 pa še 7864 m dolg cestni predor. Na Hrušici se je rodil znani slovenski hokejist Anže Kopitar.

vhod v karavanški železniški predor

Slovenski Javornik je zdaj del Jesenic. Nekoč samostojno naselje je imelo močni železarsko tradicijo.

Planina pod Golico se je do leta 1955 imenovalo Sveti križ. Že v 14. stoletju so kopali in predelovali železovo rudo. Blizu Savskih jam (znano sankališče) so še vidni ostanki rudarskih rovov. Tu je do leta 1907 obratoval rudnik. Kraj pa je znan po poljanah narcis in Avsenikovi polki Na Golico.

poljane narcis

Blejska Dobrava je naselje s cerkvijo sv. Štefana. Cerkev obdaja zid, za katerim je staro, opuščeno pokopališče. Ohranjenih je le še nekaj grobov, med njimi grob Prešernovih sester Katre in Jere z nagrobno ploščo vzidano v cerkveno fasado.

Koroška Bela je stisnjena v dolini potoka Bela. 1789 je močno deževje odtrgalo del plazu Čikla in zasulo velik del vasi. Pod zemljo je ostalo 47 hiš in veliko domačinov. Na Koroški Beli je bil rojen Franc Košir, član Ansambla bratov Avsenik.

Koroška Bela

Potoki so najvzhodnejše naselje občine Jesenice. Nad Potoki je skalna vzpetina Ajdna, na kateri je arheološko najdišče iz obdobja pozne antike. Najstarejša poselitev z najdbo kamnite sekire datira med 3. in 2. tisočletje pr.n.št. Ponovno je bil hrib poseljen v rimski dobi. Iz tega časa so bili najdeni ostanki zidanih objektov na spodnji naselbinski terasi. Najdeni so bili tudi ostanki zgodnjekrščanske cerkve z enajstimi grobovi in več stanovanjskih stavb (okoli 20).

arheološko najdišče Ajdna

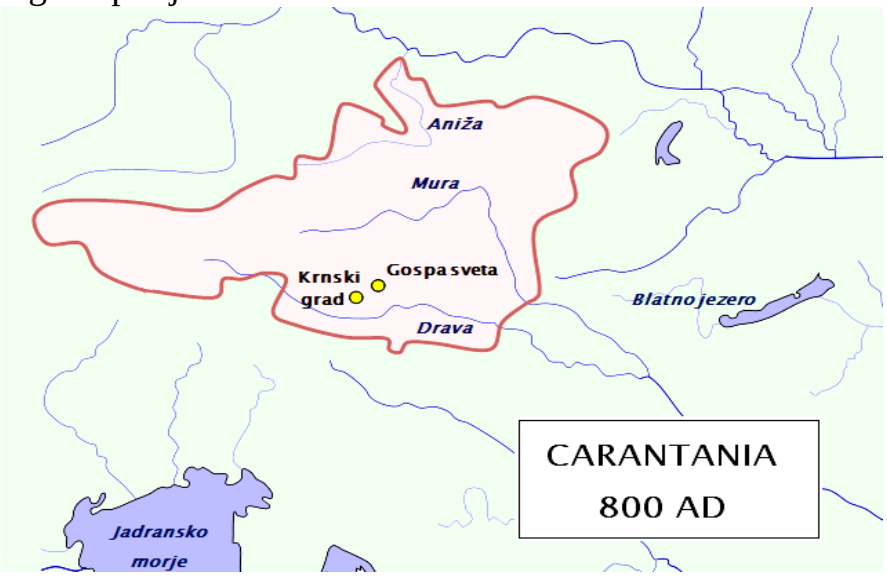
Cerkev je bila enoladijska, razdeljena na prostor za vernike in dvignjenim prostorom za duhovnike. Prizidana ji je bila vhodna lopa-narteks in manjši dvodelni prostor, morda krstilnica. Hiše so bile delno vklesane v skalo. Glede na drobne najdbe so se prebivalci ukvarjali s poljedelstvom (železni srp, lemež), živinorejo (škarje za striženje ovac) in železarstvom.

ZANIMIVOSTI O SLOVENIJI IN SLOVENCIH

Slovenci smo izredno zanimiv narod. Zanimivosti o nas in naši deželi je obilo:
- **slovenski jezik** je eden najbolj arhaičnih jezikov v Evropi. Eden redkih narodov smo med uradnimi jeziki Evropske Unije, ki pozna dvojino. Med slovanskimi jeziki dvojino poznata samo še čakavščini in lužiška srbščina. Slovenščina ima tudi največ narečnih skupin in narečij na število prebivalcev, ki ga uporabljajo kot materni jezik,
- **Slovenec** je imel manj kot odstotek možnost, da bi umrl kot državljan države v kateri se je rodil. Tako govori statistika zadnjih sto petdeset let, saj smo Slovenci živeli v avstro-ogrskem cesarstvu, kraljevini in republiki Jugoslaviji in zdaj v samostojni Sloveniji,
- **najstarejše leseno kolo z osjo na svetu** je bilo najdeno na Ljubljanskem barju. Z radiokarbonsko metodo so nastanek umestili v obdobje med leti 3350 in 3100 pr.n.št.

leseno kolo z osjo

- **Karantanija** je bila prva slovenska in hkrati tudi slovanska državna tvorba po razpadu rimskega imperija.



Samova Karantanija

Karantanija je obstajala v različnih ozemeljskih in političnih ureditvah do konca dvanajstega stoletja, ko je postopoma razpadla na Veronsko in Istrsko krajino ter Koroško, Štajersko in Kranjsko vojvodino,
- **črni panter** je najstarejši slovenski grb in uvršča se med najstarejše evropske grbe.

karantanski črni panter

Izpričan je na bojnem praporu imenovanem gonfalon ali bandera leta 1160. Njegove barve je okoli leta 1210 opisal viteški pesnik Wolfram von Eschenbach v delu 'Parzival', kjer dobesedno navaja "črni panter na ščitu iz hermelina", kar postane kasneje črni panter na srebrnem (belem) ščitu,
- **obred ustoličevanje** karantanski knezov in vojvod na Gosposvetskem polju je potekalo na knežjem kamnu v slovenskem jeziku. Leta 1414 je bil ustoličen knez Ernest Železni iz rodu Habsburžanov kot zadnji po stari šegi in v slovenskem jeziku. Do leta 1651 je potekal poklon deželnih stanov vladarju na vojvodskem prestolu, nato pa do 1728 v deželni hiši v Celovcu, prav tako v slovenščini.

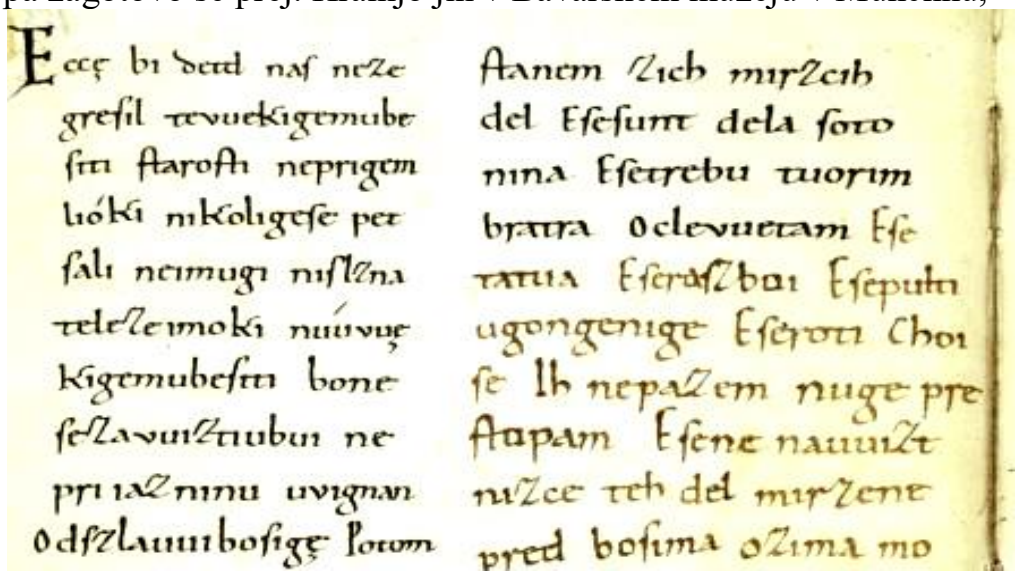
knežji kamen

knežji prestol

Prenos oblasti iz ljudstva na vladarja je utemeljil francoski zgodovinar prava in filozof Jean Bodin. Njegov opis ustoličevanja je bil navdih za nastanek ameriške

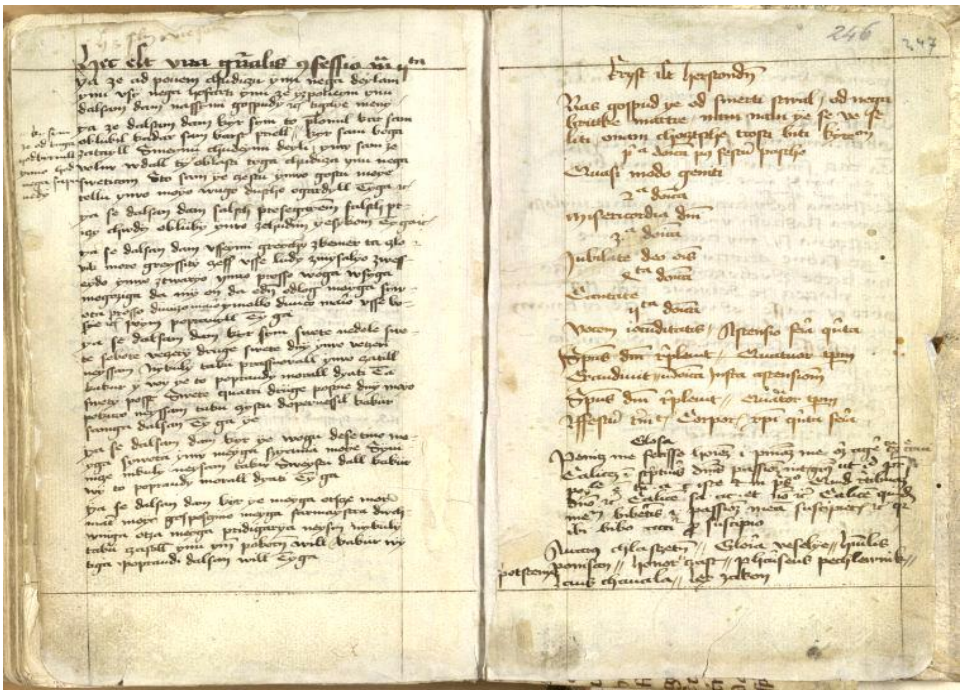
Deklaracije o neodvisnosti Thomasa Jeffersona. Jefferson je s svojima začetnicama posebej označil prav stran v knjigi, ki govori o slovenskem obredu ustoličevanja,

- **brižinski spomeniki** so najstarejši ohranjeni zapis v slovenščini in tudi v kateremkoli slovanskem jeziku. To so tri obredna besedila nastala iz 7. in 8. stoletja, originali pa zagotovo še prej. Hranijo jih v Bavarskem muzeju v Münchnu,



brižinski spomeniki

- **stiški rokopis** je poleg brižinskega drugi najstarejših zapisov v slovenščini. Že dobrih trideset let po nastanku cistercijanskega reda v Evropi je začela leta 1132 nastajati Stiška opatija, najstarejši samostan na slovenskem ozemlju, ki se je kasneje razvil v pomembno gospodarsko in kulturno središče. V samostanu, ki deluje še danes, je tudi znamenita samostanska lekarna,

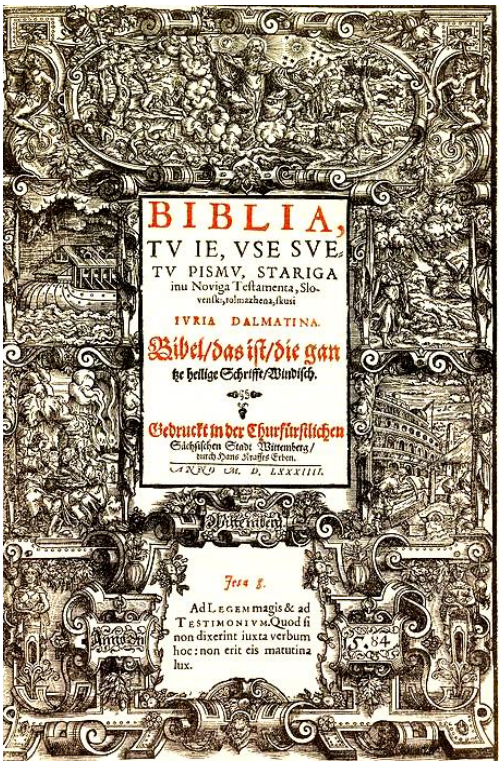


stiški rokopis

- **prva knjiga v slovenskem jeziku** je "domov" prišla v sodih. Primož Trubar je tako prevod Katekizma leta 1551 skrivaj prepeljal iz Tübingena. Katekizem je podpisal pod psevdonimom Rodoljub Ilirski. Za slovenski knjižni jezik je izbral takratni ljubljanski mestni govor s primesmi dolenjskega in gorenjskega narečja,

Primož Trubar na bankovcu za 10 tolarjev

- **Sveto pismo** (Biblijo) smo v maternem jeziku Slovenci dobili kot dvanajsti na svetu leta 1584. Prevedel ga je Jurij Dalmatin,



Dalmatinova Biblija

- **Herman Koroški** oziroma Herman iz Karintije je kot prvi že sredi 12. stoletja prevedel Koran v latinščino,

- **Celjski grofje** so na višku svoje moči kot knezi posegali po cesarski kroni rimsko-nemškega cesarstva. Bili so pravi slovenski plemiči. Njihove družinske povezave in

Barbara Celjska na kovancu za 2 evra

zavezništva so segale od otomanskega imperija, preko srbskih despotov, hrvaških banov, mogočnih Frankopanov, do poljskih in madžarskih kraljev. Barbara Celjska je bila celo madžarska in češka kraljica ter cesarica Svetega rimsko-nemškega cesarstva. Posedovali so ogromno bogastvo tako v zemlji kot v denarju, še zlasti pa so sloveli kot odlični vojaki. Ambicioznost, visoke želje in številne spletke, so jih pripeljale do zanje usodnega konca. Zadnjega moškega potomca celjske rodbine, Ulriha II. Celjskega, so hladnokrvno umorili leta 1456 v Beogradu,

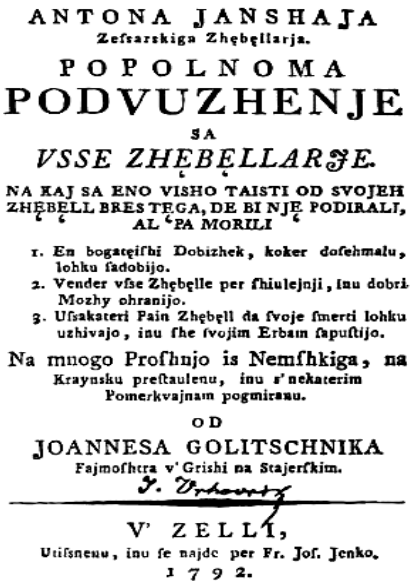
- **baron Jurij Vega**, slovenski matematik, je leta 1783 na Dunaju izdal logaritmovnik preračunan na sedem decimalk, ki je po kakovosti in obširnosti presegal vse dotedanje logaritemske tabele,

Jurij Vega na bankovcu za 50 tolarjev

Ta in vsi njegovi kasnejši logaritmovniki so se uporabljali po vsem svetu do izuma elektronskega izračunavanja logaritmov. Vega veljala tudi za utemeljitelja moderne

balistike, za kar je prejel v avstro-ogrski vojski najvišje vojaško odlikovanje Red Marije Terezije. Vzrok njegove smrti ostaja nepojasnjen,

- **kranjska sivka** se od svojih čebeljih sorodnic loči predvsem po nenapadalnosti, pridnosti in delavnosti. Najbolj znani slovenski čebelar Anton Janša je o čebelarstvu svetoval na avstrijskem cesarskem dvoru. 1771 je napisal Razpravo o rojenju čebel in Popolni nauk o čebelarstvu (1775),


ANTONA JANSHAJA
Zeſsarskiga Zhębęllarja.
POPOLNOMA
PODVUZHENJE
SA
VSSE ZHĘBĘLLARJE.
NA KAJ SA ENO VISHO TAISTI OD SVOJEH ZHĘBĘLL BRES TEGA, DE BI NJĘ PODIRALI, AL 'PA MORILI
1. En bogatęiſhi Dobizhek, koker doſehmalu, lohku ſadobijo.
2. Vender vſe Zhębęlle per ſhiulejnji, inu dobri Mozhy ohranijo.
3. Uſsakateri Pain Zhębęll da ſvoje ſmerti lohku uzhivajo, inu ſhe ſvojim Erbam ſapuſtijo.
Na mnogo Proſhnjo is Nemſhkiga, na Kraynsku preſtaulenu, inu s' nekaterim Pomerkvajnam pogmiranu.
OD
JOANNESA GOLITSCHNIKA
Fajmoſhtra v' Grishi na Stajerſkim.
V' ZELLI,
Utiſsneuu, inu ſe najde per Fr. Joſ. Jenko.
1792.

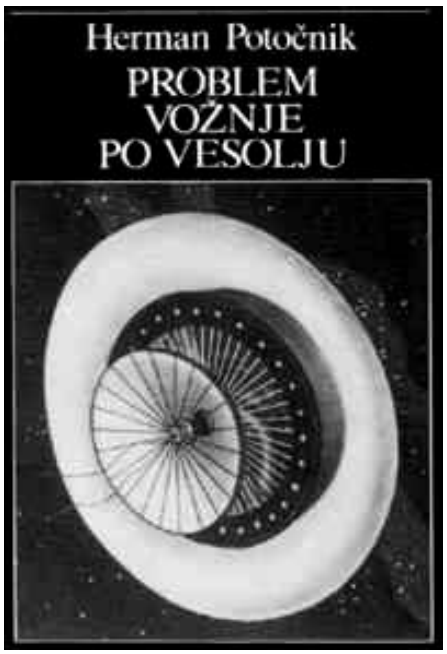
Janšev Popolni nauk o čebelarstvu

- **Edvard in Josip (Pepi) Rusjan** sta pionirja letalstva pri nas. Letala sta delala po vzoru bratov Wright. Bila sta načrtovalca, konstruktorja in pilota hkrati. Prvi pravi polet sta opravila že leta 1909 z letalom EDA1. Letalo je na višini dveh metrov preletelo razdaljo šestdeset metrov. Svojo konstruktorsko pot sta nadaljevala v Zagrebu vse do letalske nesreče Edvarda. Edvard Rusjan velja za prvega slovenskega letalca,

Rusjanovo letalo

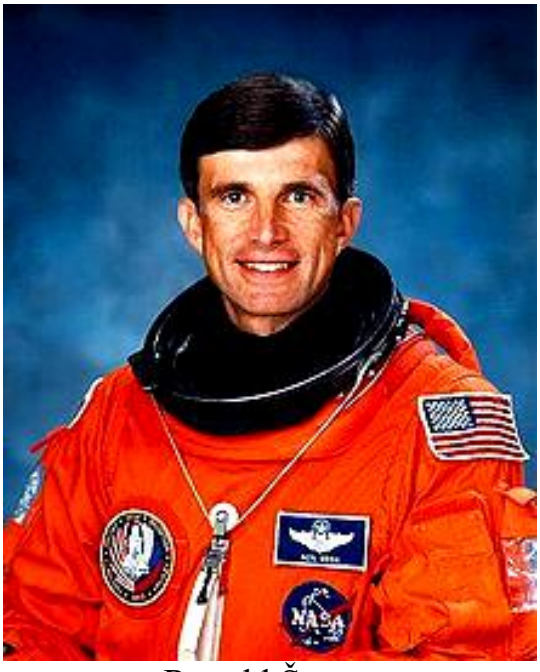
- **Herman Potočnik-Noordung** velja za pionir kozmonavtike, vesoljskih. V knjigi Problem vožnje po vesolju (1928) je do potankosti opisal človekov prodor in njegovo bivanje v vesolju,

Herman Potočnik Noordung



Problem vožnje po vesolju

- **vesoljski poleti** niso minili brez slovenskih astronavtov. Doslej so v njih sodelovali trije moški in ena ženska. Ronald Sega (Šega) je 1994 prvič poletel v raketoplanu Discovery in sto tridesetkrat obkrožil Zemljo. Bil je tudi poveljnik odprave raketoplana Atlantis, ki se je 1996 združil z rusko vesoljsko postajo Mir.



Ronald Šega

Jerry Linenger

Drugi je bil dr. Jerry Linenger. V vesolju je ostal 132 dni in s seboj vzel slovensko zastavo in podobo brezjanske Marije.

Randy Bresnik

Sunita Williams (Zalokar)

Randy Bresnik je v vesolju preživel 139 dni. Iz vesolja je videl Bled, Luče in Ljubno v Savinjski dolini, od koder so bili njegovi prastarši. 2007 se jim je pridružila še prva ženska astronavtka slovenskih korenin, Suni (ali Sunite) Williams (Zalokar). S seboj v vesolje je odnesla kranjske klobase, ki ji jih je v ta namen dala njena teta Marija Ana Zalokar Okicki,

- **Triglavski narodni park** ima 83.807 ha površine Slovenije. Idejni oče parka je bil Albin Belar. Slovenci smo peti narod v Evropi, ki smo ga leta 1924 ustanovili,

Triglavski narodni park

- **potica** je tradicionalna slovenska praznična poslastica. Gospodinje jo nadevajo z orehi, makom, rozinami, različnimi zelišči, skuto, medom ali celo z ocvirki. Potica je postala tudi eden bolj prepoznavnih znakov Slovenije. Na državniških, kulturnih in športnih srečanjih je zato "ambasadorka Slovenije". Zaščitena je v Evropski Uniji kot zajamčena tradicionalna posebnost (podobno še idrijski žlikrofi, kranjska klobasa, prekmurska gibanica…),

orehova potica

- **čipka** je že od nekdaj veljala za višek znanja in spretnosti v ročnih delih in ima v naših krajih dolgoletno tradicijo. Najbolj znana je idrijska čipka, ki ji po zgodovinskih zapisih sledimo več stoletij nazaj. V Idriji je bila že leta 1876 ustanovljena samostojna čipkarska šola, danes pa tradicijo nadaljujejo z vsakoletnim mednarodnim čipkarskim festivalom. Od idrijske se razlikujeta v podrobnostih čipki iz Žirov in Železnikov,

idrijska čipkarica

- **Idrija** se je ponašala z drugim največjim rudnikom živega srebra na svetu. Rudnik se po petsto letih obratovanja počasi zapira in preureja v muzej. Ponaša se z največjo leseno-železno črpalno napravo v Evropi izdelano leta 1792 imenovano kamšt (iz nemške besede Kunst-umetnost). Obstajalo je več kamštov, ohranil pa se je samo največji, ki je črpal vodo iz Jožefovega jaška. Premer kolesa je 13,6 metra. V eni minuti je kamšt izčrpal tudi do štiristo litrov vode, najprej iz globine 235 m, nato celo iz globine 283 m. Deloval 163 let, do leta 1953. Za posamezen obrat je kolo potrebovalo trinajst sekund, tako se je zavrtelo 4,5-krat na minuto. Idrijska kamšt stoji v parku Mejca ob Idrijci,

kamšt

- **piščal**, ki so jo leta 1995 izkopali v jami Divje babe v dolini Idrijce in je narejena iz kosa cevaste kosti mladega jamskega medveda, je stara kar 45 tisoč let. Piščal je nesporno najstarejše najdeno glasbilo na svetu. Njena najdba je začetke glasbenega ustvarjanja pomaknilo za deset tisoč let nazaj,

piščal iz Divjih bab

- **teran** je vino pridelano iz trte sorte refošk na planoti Kras. Vinu dajeta specifične karakteristike kraška prst in podnebje. Po zgodovinskih zapisih so teran visoko cenili že v rimskih časih, pripisovali pa so mu tudi številne zdravilne lastnosti,

grozdje refošk

- **kurent** je najbolj znana slovenska pustna maska. Kurent ali korant s svojo navzočnostjo preganja zimo in prinaša srečo. Kurent naj bi nekoč ugrabili celo samo smrt, tako da v tistem času v deželi ni nihče umrl. Drugače pa korantija ali kurentovanje izhaja iz ljudskega izročila slavljenja prihoda pomladi in konca zime,

ptujska kurenta

- **Jožetu Plečniku** pripada čast, da Ljubljano imenujejo kar Plečnikova Ljubljana. Njegove uresničene stvaritve so Narodna in univerzitetna knjižnica (NUK), Centralni stadion za Bežigradom, pokopališki kompleks Žale, prireditveni prostor Križanke, glavna tržnica, Tromostovje in še kaj. S svojim slogom je pustil močan vtis tudi v

Pragi in na Dunaju. Plečnik je bil tudi velik domoljub, njegova velika želja je bila samostojna slovenska država,

Plečnikova Katedrala svobode na kovancu za 0,10 €

- **Slovenska filharmonija**, ustanovljena leta 1701 kot Academia Philharmonicorum, je ena izmed najstarejših glasbenih ustanov v Evropi. Njeni častni člani so bili mnogi skladatelji Haydn, Beethoven in Brahms, Gustav Mahler pa je bil v sezoni 1881/82 dirigent njenega orkestra,

Slovenska filharmonija

- **kozolec** je slovenska posebnost. Namenjen je sušenju in spravilu sena in drugih poljskih pridelkov. Preprostejše oblike kozolcev najdemo tudi drugod (predvsem v srednji Evropi, kar tudi kaže na nekdanjo večjo razširjenost Slovencev), dvojni vezani kozolci ali "toplarji" pa so slovenska posebnost in znamenitost,

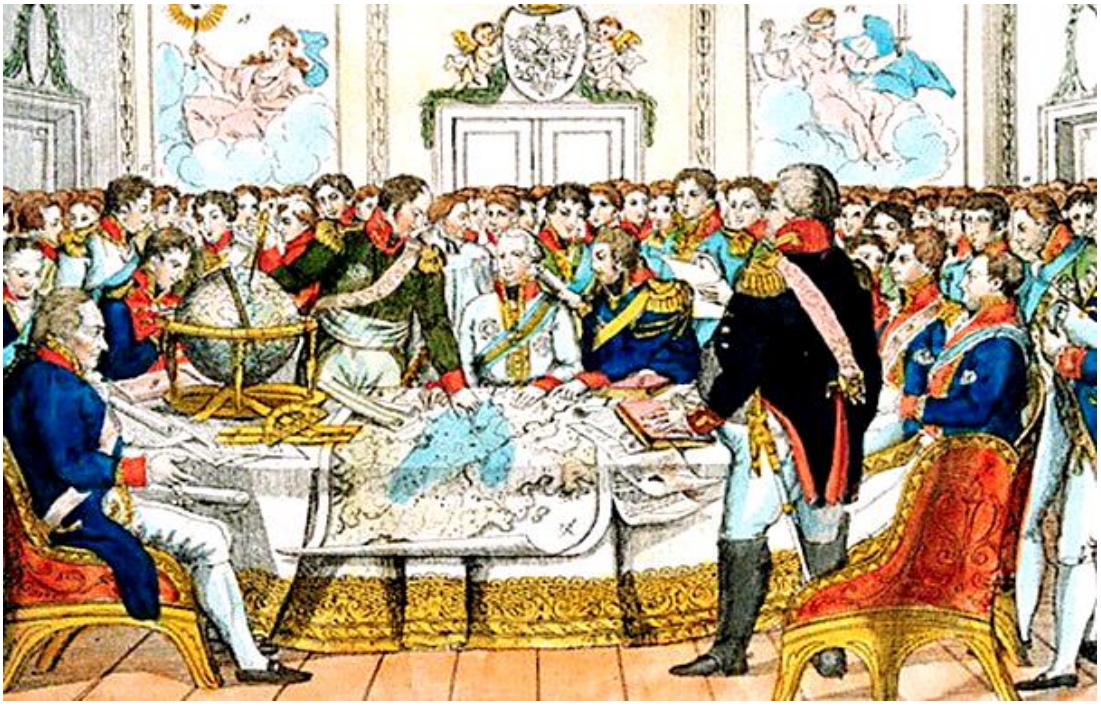
toplar

- **Guiseppe Tartini**, skladatelj in veliki mojster violine, se je rodil leta 1692 v Piranu. Ustvaril je obsežen opus sonat in koncertov, bil je pedagog, ki je uveljavil violinsko šolo kot najslavnejšo te vrste v 18. stoletju,

Guiseppe Tartini

- **Sveta aliansa** je bila politična in vojaška zveza, ki so jo leta 1815 podpisali vladarji Rusije, Avstrije in Prusije z namenom obdržati državno ureditev in preprečiti širjenje ideje francoske revolucije. Leta 1821 je imela aliansa v Ljubljani svoj kongres. Zbrali so se najvidnejši politiki in vladarji Evrope: idejni vodja avstrijski knez Metternich, avstrijski cesar in ruski car, neapeljski kralj in drugi. Zmagovalci

vojne proti Napoleonu so obnovili evropsko ravnotežje sil, ki so ga porušila Napoleonova osvajanja. Ljubljana se je s tem zapisala v anale evropske diplomatske zgodovine,



Sveta aliansa

- **Friderik Pregl** je edini Nobelov nagrajenec rojen v Sloveniji (v Ljubljani 1869). Leta 1923 je dobil najvišjo nagrado za zasluge za človeštvo na področju kemije,

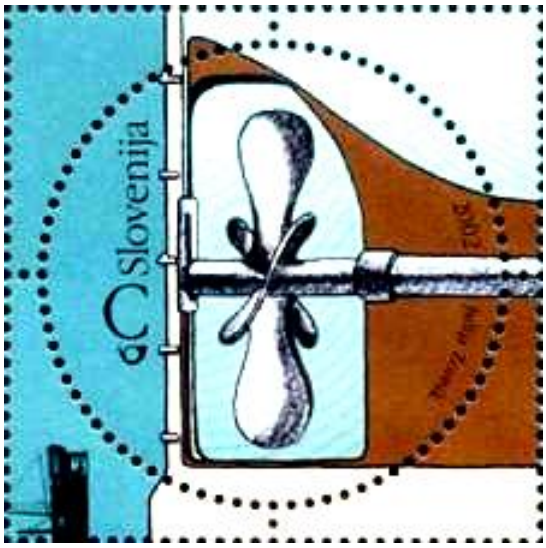
Friderik Pregl

- **Vinko Kristan** je slovenski izumitelja helikopterja. V prostem času je na svojem vrtu sestavljal helikopter, kar je bilo vsaj deset let prej, kot se je to zgodilo v Nemčiji. Radovedni sosedje so Kristanov izum imenovali samofrč. Sestavljen je bil v obliki

piramide, na vrhu katere je imel propeler, ob strani pa še manjšega za usmerjanje zraka. Helikopter je bila iz lesa in platna, poganjal pa se je s pedali,

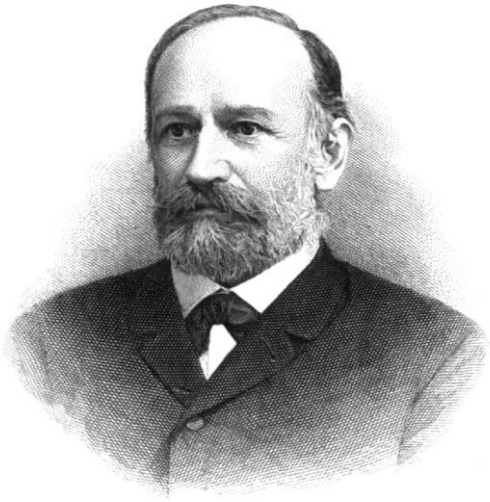
- **Josef Ressel (Jožef Resel)** je leta 1827 izdelal ladijski vijak, ki se uvršča med pomembnejša znanstvena odkritja na slovenskih tleh. Jožef Resel je bil po rodu Čehu, ki pa je velik del življenja prebil v Sloveniji,

Jožef Resel



Resljev vijak na znamki

- **Jožef Štefan** je utemeljitelj fizikalnega zakona o toplotnem sevanju in je edini Slovenec po katerem se imenuje kakšen fizikalni zakon. Po znamenitem rojaku se danes imenuje slovenski znanstveni inštitut v Ljubljani. Jožef Štefan je bil tudi velik slovenski domoljub in pesnik,



Jožef Štefan

- **France Prešeren** je pisal poezijo v različnih pesniških oblikah. Sedma kitica Zdravljice je besedilo slovenske himne. Višek njegove poezije sta pesnitev Krst pri Savici in Sonetni venec posvečen neuslišani ljubezni Primičevi Juliji.

MAGISTRALE

Poet tvoj nov Slovencam venec vije,
Ran mojih bo spomin in tvoje hvale,
Iz sŕca svoje so kalí pognale
Mokrócvetéče rož'ce poezije.

Iz krajov niso, ki v njih sonce sije;
Cel čas so blagih sapic pogrešvále,
Obdajale so utrjene jih skale,
Viharjov jeznih mrzle domačije.

Izdíhljeji, solzé so jih redile,
Jim moč so dale rasti neveselo,
Ur temnih so zatirale jih sile.

Lej! torej je bledó njih cvetje velo,
Jim iz oči tí pošlji žarke mile,
In gnale bodo nov cvet bolj veselo.

- **Ansambel bratov Avsenik** je najuspešnejša slovenska glasbena skupina vseh žanrov in dob. Ansambel je prodal okoli sto dvajset plošč in kaset v kar 31 milijonih izvodih. Ima svetovni rekord v neprekinjenem muziciranju na več kot tristo koncertih zapored. Brata Slavko in Vilko Avsenik sta tudi največkrat izvajana evropska skladatelja,

Slavko Avsenik z vnukom Sašom

- **Na Golici** je ena prvih inštrumentalnih skladb Slavka Avsenika, ki je tudi največkrat predvajana skladba dvajsetega stoletja na svetu,
- **Tomaž Humar** je leta 1999 preplezal do takrat še deviško južno steno 8167 m visoke gore Daulaghiri. To smer so Humarjevi predhodniki zaradi njenih nevarnosti poimenovali kar cona smrti. Njegov vzpon in plezanje v več kot 4000 metri visoki južni steni šeste najvišje gore na svetu tako velja za enega najzahtevnejših alpinističnih podvigov nove dobe,

Tomaž Humar

- **Davor Karničar** se je s smučmi spustiti z vrhov najvišjih gora na vseh celinah. Kot prvemu mu je uspelo najprej priplezati in nato s smučanjem sestopiti z Mt. Everesta,

Davo Karničar

- **Marija in Andrej Štremfelj** sta bila prvi zakonski par, ki je osvojil najvišjo goro sveta Mt. Everest. Na najvišji vrh sta skupaj stopila 7. vinotoka 1990. Z Nejcem Zaplotnikom je Andrej 13. maja 1979 kot prvi Slovenec stopil na vrh Mt. Everesta. Leta 1992 je za prvenstveni vzpon v alpskem slogu na južni vrh in drugi vzpon na goro Kangčendzenge (z Markom Prezljem) dobil Bloudkovo nagrado in Zlati cepin, najvišje francosko in svetovno alpinistično priznanje..Leta 2018 pa kot prvi slovenski alpinist zlati cepin za življenjsko delo,

Marija in Andrej Štremfelj

- **Benka Pulko** drži Guinnessov rekord v najdaljši samostojni ženski vožnji z motorjem. Popotnica je z motorjem v dva tisoč dneh prepotovala sedem celin in prevozila več kot 180 tisoč kilometrov,

Benka Pulko

- **Marko Baloh** je ekstremni kolesar, ki je v kimavca 2002 postavil svetovni rekord v dvanajsturnem kronometru. Prevozil je 452,73 km, kar pomeni, da je vozil povprečno več kot 35 km na uro! S tem dosežkom se je uvrstil tudi v Guinnessovo knjigo rekordov,

Marko Baloh

- **Martin Strel** je ultramaratonski plavalec, ki je preplaval pet velikih svetovnih rek: Donavo, Parana, Mississipi, Jang-ce in Amazonko. S svojimi plavalnimi dosežki se je vpisal v Guinnessovo knjigo rekordov,

Martin Strel

- **Rajmond Debevec** je osvojil zlato kolajno na olimpijskih igrah v Sydneyju 2000 in več kot petindvajset medalj na svetovnih strelskih tekmovanjih. Leta 1991 in 1993 je bil razglašen za najboljšega strelca na svetu. S svojimi strelskimi dosežki pa se je vpisal tudi v Guinnessovo knjigo rekordov,

Rajmond Debevec

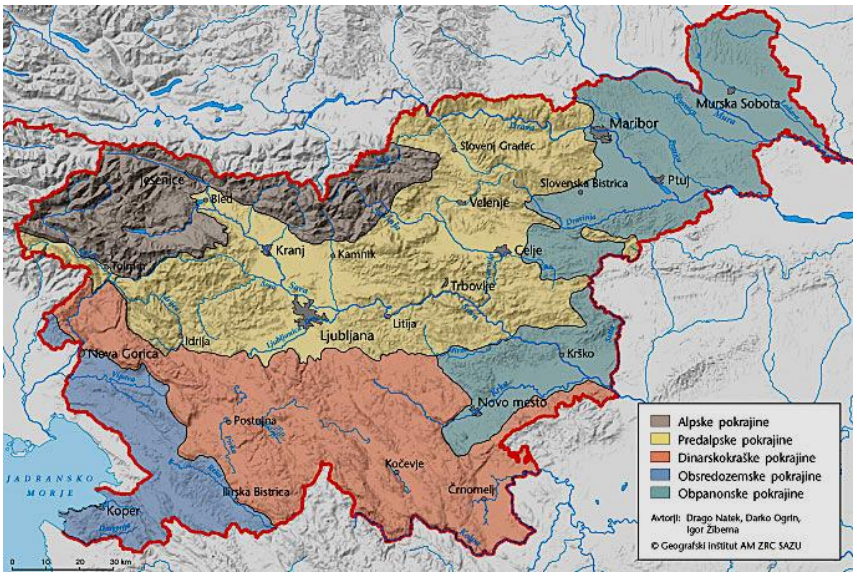
- **najstarejša vinska trta** na svetu raste v Mariboru. To je trta vrste žametna črnina (modra kavčina) katere starost ocenjujejo na preko štiristo let. Kljub častitljivi starosti vsako leto iz njenega grozdja pridelajo okoli petindvajset litrov vina, ki ga ustekleničijo za protokolarne zadeve. Cepič trte z Lenta ima poleg številnih svetovnih prestolnic in pobratenih mest tudi Radovljica. Trta raste na dvorišču gostilne Kunstelj poleg avtohtone gorenjske trte, ki daje radovljiško protokolarno vino šparon.

najstarejša trta na Lentu v Mariboru

- **58% površine Slovenije** pokriva gozd, kar jo uvršča med tri najbolj gozdnate države v Evropi. Slovenski delež gozda v zadnjih desetletjih narašča. Znana pa je tudi po izredni biotski raznovrstnosti. Pri nas živi kar en odstotek vseh znanih živečih vrst živih bitij na Zemlji in več kot dva odstotka celinskih vrst, ali zapisano drugače, vsako stoto znano vrsto vseh današnjih živih bitij in vsaj vsako petdeseto rastlinsko

vrsto sveta najdete v Sloveniji. Tako veliko število vrst na tako majhnem prostoru uvršča našo deželo med naravno najbogatejša območja Evrope in celo sveta,

- **0.033% človeštva predstavljamo Slovenci**, površina Slovenije pa je manj kot 0.004% celotne Zemljine površine,
- **20.273 km² površine Slovenije** ima pomembne geografske enote. Tako je na jugozahodu sredozemska pokrajina in podnebje, proti severovzhodu dinarsko-kraški



svet, na severozahodu se dviga alpski svet s predalpsko pokrajino, na severovzhodu oziroma v vzhodnih predelih Slovenije pa najdemo karakteristike panonske nižine. To omogoča raznovrstno dejavnost na isti dan. Dopoldan lahko obirate jesenske sadeže, se popoldan kopljete v morju, zvečer skočite še na nočno smuko in se zatem okopate ter sprostite v toplicah. Brez čarovnij in z običajnimi prevoznimi sredstvi,
- **najvišji klif** na jadranski obali se dviguje na Strunjanskem polotoku kar osemdeset metrov visoko. Polotok je zaradi svojih geomorfoloških posebnostih tudi naravni rezervat. V zalivu najdemo pojave, kot je npr. podvodni travnik,

strunjanski klif

- **drugo najkrajšo obalo** med vsemi sredozemskimi državami ima Slovenija. V največjem pristanišču Koper letno pretovori več milijonov ton tovora,
- **Sečoveljske soline** so zaradi svoje izjemne bogate naravne in kulturne dediščine uvrščene kot edino od slovenskih mokrišč na seznam UNESCO kot mokrišče mednarodnega pomena. V solinah pridobivajo sol po načinu starem čez sedemsto let,

sečoveljski solinar

V opuščenem delu solin je bogata zakladnica rastlinskega in živalskega sveta, med drugim etruščanska rovka, ki je najmanjši sesalec na svetu,
- **Kras** je planota, ki je dala ime krasu in kraškim pojavom. Italijansko je to Carso, nemško Karst… Planota Kras se strmo dviga nad okoliško pokrajino, na njej pa najdemo vse značilne kraške posebnosti: podzemne jame, vrtače, vodne ponore, brezna, votline, uvale, škrablje, presihajoča jezera... Kraška planota je tudi eno najstarejših poselitvenih območij v Sloveniji. Krasa sta celo dva. Drugega srečamo kot Slovenski Kras (Slovenský Kras) v Republiki Slovaška,

- **človeška ribica**, močeril ali proteus anguinus je prebivalka kraškega podzemlja. Njena koža spominja na človeško, od tod tudi ime človeška ribica. Slepe oči so prilagojene na večno temo. Je edini jamski vretenčar v Evropi. Znan je tudi črni močeril,

človeška ribica

Ko so nekdaj narasle podzemne vode človeško ribico naplavile na površje, so jo prebivalci pobijali, misleč, da gre za mlade zmaje. V Sloveniji je zavarovana od leta 1922. Od 1982. leta pa je tudi uvrščena na seznam redkih in ogroženih živalskih vrst. Leta 2017 smo bili prvič priče rojstvu novih človeških ribic,

- **Postojnska jama** je z dvajset kilometri rovov največja kraška jama v Sloveniji. Najgloblja je jama Čehi 2 na Rombonskih podih (1502 m) in je šele sedma najgloblja jama na svetu, ker ji še niso prišli do konca. Brezno jame Vrtiglavica v kaninskem pogorju pada 643 m globoko in je najgloblje enotno vhodno brezno na svetu,
- **Vilenica** je najstarejša turistična jama na svetu. V jamo so bili vodeni ogledi mogoči že v 17. stoletju, danes pa slovi po mednarodnem literarnem festivalu,

Vilenica

- **Škocjanske jame** so zaradi svoje naravne lepote uvrščene na seznam naravne in kulturne dediščine UNESCO,
- **Cerkniško jezero** se spomladi in jeseni napolni z vodo in postane največje slovensko jezero. Jezero polnijo številni pritoki in padavine, njegovo vodo pa odvajajo požiralniki in jame,
- **bloški smučarji** so izumili svoj model smuči in so še danes ena večjih slovenskih zanimivosti,

bloški smučarji

- **kobilarna Lipica** je v bila ustanovljena leta 1580. Značilnost odraslega konja sta bela barva in sposobnost učenja. Zaradi galantnega koraka so jih gojili za potrebe dunajskega dvora. Danes predstavljajo svetovno turistično atrakcijo,

- **knjigo** so v tretjem največjem slovenskem mestu Celju uspeli v dvanajstih urah napisati in izdati. Pri pisanju je sodelovalo dvanajst pisateljev. Z delom so začeli ob sedmih zjutraj, prve knjige pa so iz tiskarne prišle že nekaj pred sedmo uro zvečer. Ta knjiga velja za najhitreje napisano in objavljeno knjigo na svetu,
- **v Velenju** je v podzemnem muzeju premogovništva najnižje ležeča jedilnica v Evropi. Ob ogledu muzeja vam pristno rudarsko malico postrežejo sto osemdeset

metrov pod zemljo. Leta 2001 se je muzej ponašal z nominacijo za evropski muzej leta,
- **Ljubljansko barje** zaradi ohranjene narave slovi kot mednarodno pomembno mokrišče in območje za ptice. Na barju gnezdi čez sto vrst ptic, več kot sto pa ga obišče med preletom ali na njem prezimuje,

veliki škurh z barja

- **dežela cerkva** je Slovenija. Po podatkih slovenske rimskokatoliške cerkve je v Sloveniji skoraj tri tisoč cerkva, kapelic in drugih verskih znamenj,
- **bitka pri Mrzli reki,** verjetno pri Vrhpolju in izviru reke Hudelj v Vipavski dolini, je bila povod za razpad rimskega cesarstva na vzhodni in zahodni del. Bitka dveh stotisočglavih vojska pod vodstvom cesarja Teodozija in tekmeca Evgenija je potekala 5. in 6. oktobra leta 394 in jo je odločila močna burja, ker je Evgenijevi vojski obračala ščite, sulice in puščice,
- **Bled** je eden najbolj obiskanih turističnih krajev v Sloveniji. S svojimi naravnimi in kulturnimi lepotami privablja turiste iz celega sveta. Posebej zanimivo je jezero z otočkom, na katerem stoji cerkvica in do katerega se lahko pripeljete z za Bled značilno ladjo, imenovano pletna,

blejska pletna

- **Planica** ima največje skakalnice na svetu. Do sedaj so bili obiskovalci priča že več kot šestdesetim svetovnim rekordom v smučarskih skokih in poletih. Smučarskim skakalcem in letalcem je v Planici prvič uspelo prebiti magični meji stotih kot tudi dvestotih metrov,

Planica

- **Soška fronta** je bila med prvo svetovno ena pomembnejših frontnih linij. Tu so se odvijale največje gorske bitke v zgodovini človeštva. Na Soški fronti so se proti Italijanom na avstro-ogrski strani borile enote številnih narodov srednje Evrope. Vojaki slovenskih polkov so na hribu Škabrijel izbojevali zmago v eni najhujši bitki.

slovenske žrtve na Škabrijelu

Kar dva zgodovinopisca, Veith in Weber, sta o bitki na Škabrjelu zapisala, da je: "…87. Celjski pešpolk uspešno prestal najhujši boj, kar jih je kadarkoli bojevala katerakoli avstrijska enota!" Zgodovino soške fronte predstavlja enajst italijanskih ofenziv in ena s strani centralnih sil,

- **Primorska** je bilo že pred drugo svetovno vojno močno izpostavljena fašističnemu nasilju. To je sprožilo tudi prvi oboroženi upor proti nacifašizmu na svetu. Boj je pričela slovenska ilegalna organizacija TIGR (**T**rst, **I**stra, **G**orica, **R**eka) ustanovljena 1924, ki se je borila proti raznarodovalnemu in političnemu terorju fašistične Italije na slovenskih ozemljih, ki jih je Italija zasedla po prvi svetovni vojni,

spomenik bazoviškim žrtvam

- **slovenska vojna za neodvisnost**, znana tudi kot desetdnevna vojna, je trajala med 27. rožnikom in 7. malim srpanom 1991. To je bila prva vojna v Evropi po drugi svetovni vojni. Slovenija je z njo izbojevala svojo neodvisnost od Jugoslavije, Kljub svoji učinkovitosti in kratkotrajnosti je žal zahtevala 76 žrtev,

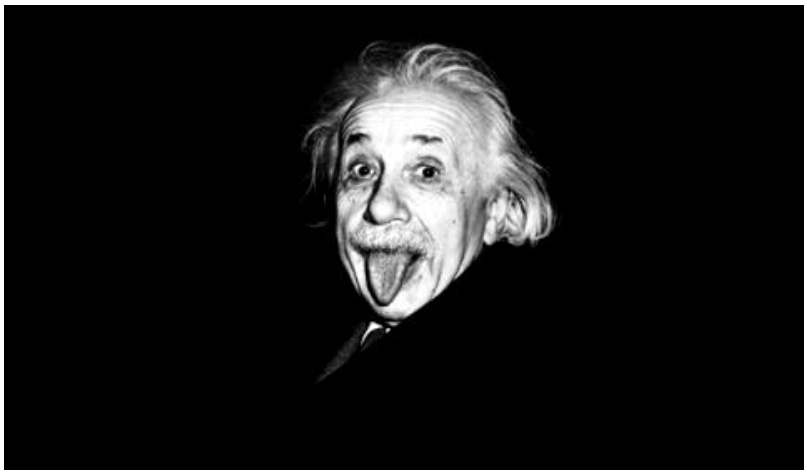
vojna za Slovenijo

- **čarovnice** so v slovensko kulturno izročilo močno vpete. Slovenijo bi lahko poimenovali kar Čarovniška dežela. Poleg bajk, pripovedk ter tudi daljših literarnih del je v Sloveniji več znanih "zbirališč" čarovnic, predvsem na vrhovih gora (Klek, Slivnica, Grintovec, Rogaška gora…). Po nekaterih krščanskih dogmah naj bi bile odposlanke hudiča. Svoje moči naj bi uporabljale v zle namene (povzročanje slabega vremena, bolezni in nesreče…) in tako škodovale ljudem.
Zato so jih začeli preganjati v srednjem veku inkvizicija. Čarovništvo so večinoma pripisovali nenavadnim, samotarskim ženskam. Največ žensk so jih pobili v 17. stoletju. Med brutalnimi čarovniškimi procesi naj bi obtožili in usmrtili skoraj 70 tisoč ljudi, čeprav so jih uradno popisali le 12 tisoč.

Pri nas se je prvi znan proces zgodil leta 1427 proti Veroniki Deseniški. Obtožena je bila, da je začarala sina celjskega grofa Hermana II., da jo je poročil in da je s pomočjo čarovniških veščin stregla po življenju tudi Hermanu II. Marina Češarek iz Ribnice pa naj bi bila zadnjih žrtev čarovniških procesov na Slovenskem (leta 1701).
Danes se shodi čarovnic dogajajo kot turistične prireditve. Največjega med njimi prirejajo na gradu Grad na Goričkem.
Praznovanje noči čarovnic in izrezovanje buč je prišlo k nam iz zahoda. Noč čarovnic, ali Halloween, je praznik, ki se dogaja v noči z 31. oktobra na 1. november. V resnici je to okrajšavo za »All Hallow's Eve« oziroma »Hallow Eve« (večer pred vsemi svetimi). Še en uvoz potrošništva (poleg valentinovega, božička coca cole…).
- **dinozavri** so pustili v Sloveniji sledi na Zalarjevem vrhu blizu Idrije. Sledi so iz obdobja triasa (pred 248 milijoni let), ko so bili dinozavri še manjši, dvonogi, dolgonogi, gibčni in izjemno hitri,
- **najvišji industrijski dimnik** v Evropi stoli pri termoelektrarni v Trbovljah. Visok je kar 326 metrov. Z njegovo izjemno višino so hoteli preprečiti onesnaževanje nižjih plasti zraka in zadrževanje dima v ozki dolini, kjer ležijo Trbovlje,

ALI STE VEDELI?

- srce je veliko toliko, kot je velika vaša dlan,
- otroško telo ima 300 kosti, odrasla oseba pa 206, ker se nekaj kosti združi,
- kar 25% človekovih kosti se nahaja v stopalih,
- otroške kosti se hitreje razvijajo poleti,
- jezik ima 16 mišic,



Albert Einstein

- mišice proizvajajo toploto, ki je potrebna za vzdrževanje telesne temperature,
- človeško telo ima vsega skupaj kar 96 tisoč kilometrov krvnih žil,
- najmanjša mišica v človeškem organizmu je v ušesu,
- moč, ki jo srce porabi za delovanje v enem dnevu, je dovolj velika, da bi lahko premikala avto, s hitrostjo 32 kilometrov na uro,
- ledvice očistijo kri celega telesa vsakih pet minut,
- če stisnete teniško žogico z vso silo, dobite moč, ki jo srce potrebuje, ko črpa kri, ki gre skozenj,
- žensko srce bije hitreje od moškega,
- 29. september je svetovni dan srca,

- največja celica v telesu je žensko jajčece, najmanjša pa moški spermij,
- noht na srednjem prstu raste hitreje od ostalih nohtov,
- do 70. leta starosti vdihnemo najmanj 600 milijonov krat,
- deklice rasejo hitreje od dečkov,
- kislina, ki je v želodcu, je dovolj močna, da bi lahko razgradila cink, a želodca ne poškoduje, ker se ta ves čas obnavlja,
- moški hitreje topijo mastno tkivo,
- nemogoče je kihniti z odprtimi očmi,

- v življenju človek proizvede toliko sline, da bi z njo lahko napolnili dva bazena,
- bolj, ko se najemo, slabše slišimo,
- če se slina ne bi pomešala s hrano, bi jo bilo nemogoče pogoltniti,
- oči so enako velike skozi vse življenje, medtem ko nos in ušesa rasteta vse življenje,
- zjutraj smo približno za centimeter višji, kot zvečer,
- novorojenčki rojeni v maju, so v povprečju 200 gramov težji od tistih, rojenih v drugih mesecih, njegova glava pa predstavlja kar četrtino njegove celotne telesne teže, znajo plavati ter instinktivno zadrževati zrak,
- ženske požmrknejo z očmi dvakrat pogosteje kot moški,
- mišice oči so poleg srca najbolj aktivne mišice našega telesa,
- vsako obrv sestavlja približno 550 dlačic,
- ljudje imamo okoli 10 tisoč okuševalnih brbončic,
- hladnejša kot je soba, v kateri spite, bolje verjetno je, da boste imeli slabe sanje,
- najtrša kost v človeškem telesu je čeljust,
- nohti na prstih na rokah običajno rastejo štirikrat hitreje kot tisti na nogah,
- moški so uradno najboljši pri previjanju dojenčka, ženske za zamenjavo pleničke v povprečju potrebujemo 2 minuti in 5 sekund, moški pa le 1 minuto in 36 sekund,
- kar eden od petih malčkov naj bi bil sposoben odpreti pokrov embalaže zdravil, tudi čistil, ki naj bi imela za otroke varno zapiranje,
- zobne ščetke je potrebno hraniti vsaj dva metra proč od stranišča, sicer so na njih iste bakterije, kot jih najdemo v stranišču.

GLASBA

Svetovni dan glasbe, 1. oktober, je razglasil Mednarodni glasbeni svet, ki velja za posvetovalno telo UNESC-a. Prvič so ga proslavili leta 1975. Pobudo zanj je dal violinist in dirigent Yehudi Menuhin (1916-1999).

Yehudi Menuhin

Glasbo sestavljajo petje, igranje na inštrumente in oponašanje zvokov ali ritmov. Glasbo delimo na vokalno, vokalno-inštrumentalno in inštrumentalno.
Začetki človekovega ukvarjanja z glasbo so zaviti v popolno temo. Ko proučujejo glasbo danes živečih divjih plemen, ugotavljajo, da so melodije iz dveh ali treh tonov in to v zaporedju korakov. Minila so tisočletja, da je glasba dobila lastno vrednost, dobili smo ton. O glasbeni preteklosti nam govorijo slike iz davnine.

glasbila starih civilizacij

Zgodovino glasbe lahko razdelimo po obdobjih:
- glasba starodavnih civilizacij (Sumercev, Asircev, Kitajcev…) do 800 let pr.n.št,
- antike (Grki in Rimljani) do 500 let pr.n.št.,
- srednjega veka (trubadurji, minesengerji, cerkvena glasba) od 5. do 15. stoletja,
- renesanse (Palestrina, Jacobus Gallus, Orlando di Lasso) 16. stoletje,
- baroka (Vivaldi, Tartini, Bach, Händel) od 1600 do 1750,
- klasicizma (Haydn, Mozart, Beethoven) 2. polovica 18. stoletja,
- romantike (Schubert, Smetana, Dvořak, Čajkovski, Chopin, Verdi, Schumann, Mendelssohn) 19. stoletje,
- glasba 20. stoletja (Struass, Mahler, Stravinski, Bartok, Debussy, Ravel, Prokofjev, Ramovš, Krek, Lebič).

Zgodovino glasbe lahko razdelimo tudi po obdobjih izključno enoglasnega petja, začetka večglasja, harmonske glasbe in obdobja, ko se vse umetnostne smeri v času svojega poteka označevale kot "moderne".
Razvijala so se tudi glasbila. Boben z velikostjo in debelino kože napete na buče ali les, piščali iz obdobja Divjih bab do kravjih rogov in flavte.

Perpetuum jazzile

Petje je v starih kulturah spremljalo različne družbene in družabne dogodke in je bilo pogosto bolj cenjeno od igranja na inštrumente. V srednjem veku je prevladovala vokalna glasba. Z razvojem večglasja so v času renesanse, ki jo imenujemo tudi zlata doba zborovskega petja, so nastali moteti (večglasna vokalna glasbena z verskim besedilom brez instrumentalne spremljave), maše, madrigali (vokalna glasba na posvetna besedila) ter vokalno-inštrumentalna in kot scensko najpopolnejša glasbena oblika - opera. Za barok je najbolj značilna vokalno-inštrumentalna glasba za soliste, zbor in orkester. Operi se pridružita vokalno-inštrumentalni obliki oratorij in kantata. Romantika je postregla s samospevom in zborovskim petjem.

Izvajalci vokalnih skladb so solisti. Pevec lahko poje ob spremljavi inštrumenta (samospev), orkestra (arija) ali zbora. Skupinsko petje dveh izvajalcev je duet, glede na število članov v zasedbi pa tercet, kvartet, kvintet, sekstet, septet, oktet in nonet. Ko število članov naraste do manjšega zbora, takšno zasedbo imenujemo komorni zbor. Pevski zbor je večja vokalna glasbena zasedba. Zbore delimo glede po barvi glasu, velikosti zasedbe, tematiki pevskega repertoarja ter na poklicne in ljubiteljska pevske zbore.
Ločimo pa tudi glasove po svojih karakteristikah. Ženske glasove delimo po višini na sopran, mezzosopran in alt. Moški glasovi pa so po višini kontratenor, tenor, bariton, bas-bariton, bas, s pomočjo pevske tehnike imenovane falzet pojejo moški tudi v najvišjih ženskih legah (sopran).

Slovenski oktet s častnim članom Tomažem Tozonom (na sredini)

Ljudska pesem je nastala še pred opismenjevanjem. Prenašala se je od ust do ust, zato so nekatere pesmi z istim naslovom zapete v drugih krajih drugače.
Pesmi so povezane z načinom življenja, zato poznamo:
- obredne (kolednice ob praznikih /božič, novo leto, svečnica/),
- vezane na poklice (Kmetič veselo na svetu živi, Bom šuštarja vzela…),
- vojaške (Regiment po cesti gre, Furmanska, Ribniška…),
- snubaške (Dober večer ljubo dakle, Al' me boš kaj rada 'mela…),
- ljubezenske (Pojdam u Rute, Zvedel sem nekaj novega…),
- šaljive (Čuk se je oženil, En kovač konja kuje…).

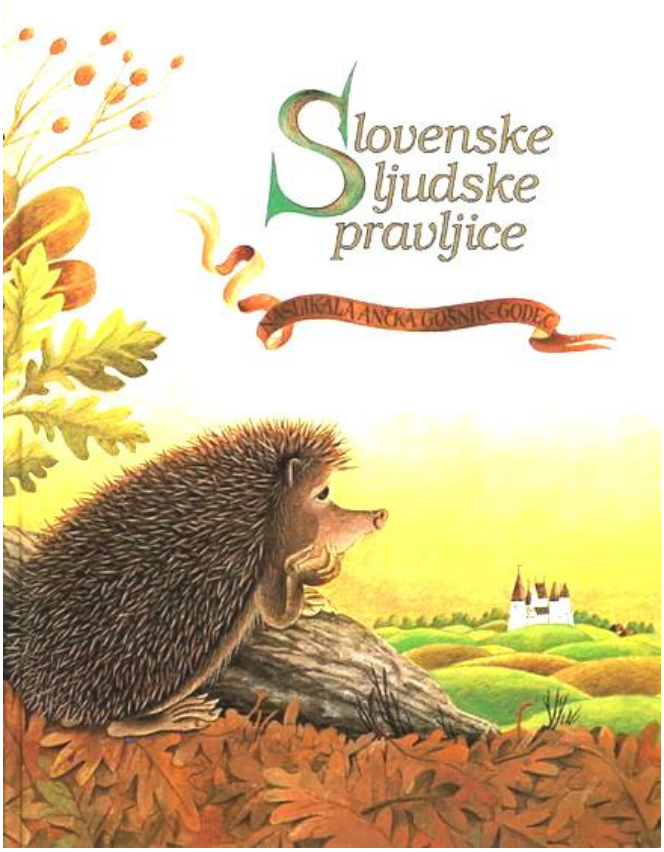
MOJA PRVA VOŽNJA Z AVTOM

Osebni avto je star nekaj čez sto let. Prvi avto, na paro, takrat še kočijo, je leta 1771 naredil Francoz N. Cougnot (Kunjo). Karl Benz, nemški inženir je 1885. izdelal trikolesno vozilo z bencinskim motorjem in to je bil prvi pravi avto. Danes poznamo številne avtomobilske tovarne: Fiat, Renault, Volvo, Volkswagen, Škoda, Peugeot in japonske, indijske, korejske, ameriške… izdelovalce avtomobilov.
Težko si je predstavljati voznika, ki je nekoč s hupanjem opozarjal, kam bo zavil. Mnogo kasneje so nastala pravila vožnje (po levi v Evropi in Ameriki, po desni Velika Britanija, Avstralija, Azija). Sposobnost upravljanja avtomobila danes preverjajo na vozniškem izpitu. Šele vozniško dovoljenje dovoljuje vožnjo z motornim vozilo.

Na Gorenjskem (predvsem na Bledu in Lescah) se še marsikdo spominja bradatega taksista Tinčka z Bleda, ki je opravljal številne vožnje (na poroke, nujne prevoze bolnih, taksi vožnje). Danes takih posebnežev ni več.
Tudi marsikdo iz skupine je prišel do avta in vozniškega izpita. Številne prigode so povezane z opravljanjem izpita in pri vožnji z avtom. O teh prigodah bi se dalo napisati debele knjige.

DEDEK IN BABICA STA MI PRIPOVEDOVALA

Babice in dedki svojim vnukom zagotovo berejo pravljice. Vsak narod ima zbirko pravljic, ki je povezana z njihovo okolico in njihovim načinom življenja. Vsi poznamo Sneguljčico, Pepelko...



Veliko pravljic je ostalo v spominu. Zelo blizu so nam pripovedke, ki pa se razlikujejo od pravljic, ker imajo zgodovinsko osnovo. Poznamo Petra Klepca, ki je zarana pregnal Turke, pa Martina Krpana in njegovo kobilico in druge junake. Bera ljudskih in umetnih pravljic in pripovedk je velika.
Za opismenjevanje našega naroda je pomembnih kar nekaj mož. Primož Trubar nam je dal slovensko pisano besedo (Abecednik), Anton Tomaž Linhart prvo igro (Županova Micka) in Valentin Vodnik pesem (Zadovoljni Kranjc).
Kknjige si izposojamo v knjižnicah. Beremo različne zvrsti čtiva (zgodovina, ljubezen, pustolovščine). Časopise in revije običajno kupujemo po našem okusu.
Če knjige ustvarjajo pisatelji, časopise in revije napolnjujejo z vsebinami novinarji, razumniki, poročevalci...
Slog v časopisih je poljuden in zajema vsa področja človekovega delovanja. Revije pa so lahko tudi zelo strokovne.
Običajno prelistamo dnevno časopis. Za prebiranje revij pa si že vzamemo več časa. Čtiva imajo svoje bralce (otroška literatura, mladinski tisk).

ČAS

Po cesti sva šla jaz, korak za mano Čas.
Drseč za sabo vlekel je stopinje, mu plašč zamazan v sapi je pofrfotaval.
Pri luknjah noter, ven skozi rokave se je veter skrivalnice igral,
lase razmršil in jih sipal čez oči, ki bodle so kot brinje.
Ves šumni dan do pozne tihe tja noči pretrgano je suho pokašljeval.
A jaz ves mlad in zdrav naprej sem hitel kakor val vihrav
in nisem mu privoščil ne pogleda ne pozdrava.
Korak za mano šel je Čas!

Po cesti šla sva jaz in poleg mene Čas.
Pogledal sem v obraz razbičan mu, v oči, in videl sem, da take so kot moje,
in čutil sem, da isto v srcih obeh živi, da kri obema divje poje.
Podal sem mu roko, in šla sva, eno oba, v trpljenje,
v boje tovariš Čas in poleg njega jaz!

Po cesti stopa Čas, za njim grem jaz.
S ponosno dvignjeno glavo, s korakom prožnim gre naprej,
saj svet njegov je ves brez mej in on za večno,
za vsakdar njegov je silni gospodar.
A meni v srcu je bolno, mi v prsi leze mrtvi mraz.
A tam, pred mano, Čas.
Počakaj Čas, za tabo grem! Ne smem? Ne smem!
Ah, meni že tako je mraz...
Čas....! Čas....!

Čutila za čas ni. Za človeka pa je bil čas pomemben v preteklosti in pomemben je tudi danes. Čas so merili že v davnini na različne načine in z različnimi pripomočki.
Pogosto slišimo: "Nimam časa, mudi se mi!" Marsičemu se odrekamo, ker nam zaradi slabo organiziranega dela zmanjkuje časa. Menda zato, ker nimamo časa. Kaj vse je čas naredil iz nas? Srečujemo se in se ne srečamo, videvamo se in se ne vidimo, poslušamo se in se ne slišimo, hodimo drug mimo drugega pa se ne pozdravimo. Pa ga res nimamo ali ga nočemo imeti?

URA

Ura je merilo časa. Merilo časa pa ni samo ura.
Dnevni čas razdelimo na jutro, dopoldan, poldan, popoldan, večer.
Letni čas zaznamujemo z dnevi, tedni in meseci.
Koledarski časi nam prinašajo zimo, pomlad, poletje in jesen.
Življenjski čas pa sega od rojstva, otroštva, mladosti, zrelih let do starosti in smrti.
Človeku so nekoč določali čas sonce, luna in zvezde, ki pa so se skrile za oblake in treba je bilo najti druge načine merjenja čas. Točnega merjenja časa takrat še ni bilo. Z razvojem prve birokracije, vere in ostalih aktivnosti se je pojavila potreba po boljši organiziranosti. Tako so ljudstva Bližnjega vzhoda in Severne Afrike pričela deliti dan na več delov.
Obelisk nam zastavlja uganko: Katera ura ni peščena, ne tiktaka, nima baterije pa nikoli ne zamuja? Sončna ura!
Sončno uro so stari Grki prevzeli od Babiloncev. Prvo napravo za merjenje časa s pomočjo sonca so pred približno 3500 let pr.n.št. postavili Egipčani. To je bil obelisk.

obelisk na trgu sv. Petra v Rimu

Obelisk je visok in piramidno oblikovan monolit iz enega samega kosa marmorja ali granita, s štirimi stranicami in težo nekaj ton. Njihova senca prikazuje čas v dnevu in tudi najdaljši in najkrajši dan v letu. Kasneje so dodali še označbe, ki so kazale čas natančneje. Danes je le še 27 egipčanskih obeliskov, največ v Italiji in Egiptu, so pa

še v Angliji, Franciji, Turčiji, Izraelu in ZDA. Najbolj znan je verjetno 25 metrov visok in 331 ton težak obelisk na Trgu svetega Petra v Rimu.
Kot simbol so obeliski s svojo obliko vplivali na oblike objektov kot so stolpi, minareti, zvoniki, televizijski stolpi in druge zgradbe.
Sončne ure vidimo danes na stenah cerkva in drugih zgradbah, uporabne pa so samo v sončnih dneh. Najstarejša sončna ura pri nas je rimska sončna ura iz Lokev pri Novi Gorici in je shranjena v goriškem muzeju. Najzanimivejša je v kartuziji Pleterje, ki ne kaže le ur v različnih delih sveta, ampak tudi čas ponoči s pomočjo zvezdne karte. Narejena je bila leta 1873. Na kapeli v kartuziji Žiče je sončna ura z letnico 1469, obnovljena ljubljanska stolnica je dobila uro leta 1613, grad Bistra pri Vrhniki 1669, Srednja vas v Bohinju 1688. Sončne ure imajo tudi nekatere kmečke hiše (Mojstrana, Ljubno na Gorenjskem, Podmelec itd).
Vodna ura je pogruntavščina Egipčanov približno 1500 leti pr.n.št. Danes jo shranijo v kairskem muzeju. Ura je bilo s hieroglifi (egipčanskimi pismenkami) okrašeno vedro, ki je imelo na dnu luknjico, skozi katero je kapljala voda, zareze na notranji strani so kazale upadanje vode in s tem minevanje časa.

vodna ura

V Grčiji je bila ura deležna rednega razvoja. Tako so razdelili takratne merske enote časa v enote, ki jih poznamo še danes, na mesece, tedne in dneve (minute in sekunde izvirajo iz sumerskega matematičnega sistema).
V Rimu se je pojavila kombinacija vodne in sončne ure. Voda je premikala zobata kolesca, ki so bila povezana s kazalcem in številčnico. Vodne ure so se izpopolnjevale, umetniško oblikovale in sodile v pomembna darila vladarjem in cerkvenim dostojanstvenikom.
Peščena ura ima svoj izvor nedvomno pri Grkih. Po vsej verjetnosti je s križarskimi vojnami ura prišla tudi v Evropo. Ure so bile uporabne tudi pozimi, ker niso zamrznile kot vodne. V 14. stoletju so peščene ure uporabljali na ladjah, v samostanih za čas molitev, za merjenje obhoda straž… Tudi peščene ure so bile dragocene, saj so ogrodja izdelovali iz slonovine, ebenovine in zlata.
V srednjem veku je bil podoben način prikazovanja časa pri urah na izgorevanje. Najbolj preprosta je bila sveča s kovinskimi zatiči. Ko je sveča dogorevala, je kovinski zatič padel na kovinski podstavek in prisotne opozoril na minevanje časa.

peščena ura

Kovinska oljna svetilka pa je z izgorevanje olja z lestvico začrtanega čas beležila nočne ure. Danes uporabljamo peščene ure le še za merjenje časa kuhanja jajc.

Mehanska ura z mehanizmom na zobata kolesa in utežmi je pomenila neodvisnost merjenja časa od vremena in položaja sonca. Od 14. stoletja dalje so cerkvene ure poleg naznanjanja polne ure dobile tudi napravo za bitje vsake četrt ure. Urarji so poleg ur na zvonike cerkva postavljali tudi na mestne hiše. Mehanske ure s figurami vidimo v Angliji (Big Ben), Franciji, Italiji, na Hrvaškem (Dubrovnik). Najbolj znamenita pa je ura poimenovana orloj v Pragi. Ob urah se na njej prikaže mimohod dvanajstih svetnikov. Narejena je bila leta 1410.

astronomska ura orloj v Pragi

Iznajdba jeklene vzmeti za pogon kolesja ure je njen razvoj močno pospešila. Tako danes poganja jeklena vzmet stoječe, stenske, namizne, žepne... ure. Pri izdelavi različnih ur so sodelovali ključavničarji, kovači, mizarji, zlatarji, rezbarji, livarji, kiparji, slikarji in še kdo.
V 15. stoletju se je pojavila prva žepna ura, ki si jo je do 18. stoletja lahko privoščil samo premožnež. Ure so visele na trakovih, verižicah ali bile spravljene v usnjenem mošnjičku za pasom ali v posebnem žepu (narodna noša). Hkrati so se pojavile tudi prve ženske ure, ki pa so bile le zapestne.
Ura na nihalo se je pojavila leta 1656 in je kazala zelo točen čas. Razvil jo je Christian Huygens. Skozi izboljšave je nihajna ura postala prva naprava za merjenje časa, ki je kazala tudi minute.

Dolgi Luka kratki Miha
čudna dva možica,
venomer po eni nogi
v krogu se vrtita.
Kratki Miha težko diha
revež zaostaja,
dolgi Luka hitro smuka
vedno ga prehaja.

Plečnikova nihajna ura

Ko nihalo v uri niha, obrača zobnik mehanizma, ki premika kazalce. Nihalka izgubila po določenem času svoj zagon, zato je potrebno jekleno vzmet ponovno naviti. Ob razvoju nihajne ure sta se pojavili še dve merski enoti časa. Ker dvanajsturna ura predstavlja tudi štirindvajseturni dan, mora urni kazalec narediti dva cela kroga v enem dnevu. Zato štejemo ure od 1 do 24.

Kvarčna ura (quartz) se je pojavila leta 1920 in je tip ure, ki se uporablja v modernih stenskih, ročnih in namiznih urah. Poganja jo električna baterija. V celoti je mehanska in uporablja mineral za spremljanje časa električnega toka. Čas meri natančno do sekunde.

kvarčna ura

Digitalna ura je začela kazati čas leta 1956. Ura uporablja mehanizem podoben kvarčnemu, vendar z možnostjo prikaza časa z vrsto digitalnih številk do minute, sekunde pa samo utripajo. Po letu 1970 digitalna ura prikazuje časa na videorekorderjih, filmskih kamerah in drugih tehničnih napravah.

digitalna ura

Čas danes merimo digitalno, a sončne ure so še vedno enako točne kot pred tisočletji. Danes dobimo ure vseh cenovnih razredov z ročnim ali avtomatskim navijanjem ali jih poganja energija baterij.

Ure na Slovenskem so se pojavile zelo zgodaj. Urarji so večinoma prihajali iz drugih dežel. Kot prvega urarja omenja zgodovina neznanega Škofjeločana. Z besedo "uhrmacher" se prvič srečamo leta 1548. Prve ure so se pojavile v Ljubljani.

ura na cerkvi sv. Klemena na Rodinah

Domači urarji so bili na Ptuju in tudi Kropa se je zapisala v urarsko zgodovino. Stari zapisi omenjajo Jurija Pirca, ki je izdelal uro na ljubljanski šempetrski kasarni. Znana pa sta tudi njegov nečak Matija Pirc in Janez Pogačnik.

KOLEDAR

Čas pa nam ne kaže tudi koledar. Ob novem letu na steno obesimo novega, ki nam bo kazal čas v letu, ki prihaja.
Koledarji so za različne namene. So stenski, namizni, žepni, setveni, reklamni itd.
Ljudje so od nekdaj čutili potrebo, da merijo in porazdelijo čas, po katerem bi uravnavali svoje življenje. Pri tem so opazovali na naravo, nebesna telesa in njihova gibanja (astronomija) in druga znamenja minevanja časa. Najprej so opazovali luno in ugotovili, da merjenje časa po luninih menah ni najbolj natančen, zato so leto začeli razumevati po gibanju zemlje okoli sonca.
Današnji koledar temelji na sončevem letu, na času, ko zemlja obkroži sonce. Prvi tak koledar se je imenoval po Gaju Juliju Cezarju julijanski koledar in so ga uvedli leta 45 pr.n.št. Leto je bilo razdeljeno na 365 dni, 12 mesecev in za izravnavo je bil vsako četrto leto dodan še en dan (prestopno leto). Tak koledar uporabljajo še vedno v pravoslavni cerkvi. Ostali svet se ravna po gregorijanskem koledarju, ki ga je leta 1582 razglasil papež Gregor XIII. in z njim izravnal težave pri proslavljanju velike noč.

najstarejši koledar je imel deset mesecev

S koledarjem so povezana imena mesecev. Najstarejši seznam slovenskih imen za mesece je v Škofjeloškem rokopisu iz leta 1466.

Januar ali prosinec je "prosil proso". Poimenovan je po rimskem bogu Janusu. Janus je imel dva obraza. S prvim je gledal naprej v prihodnost, z drugim pa nazaj v preteklost.

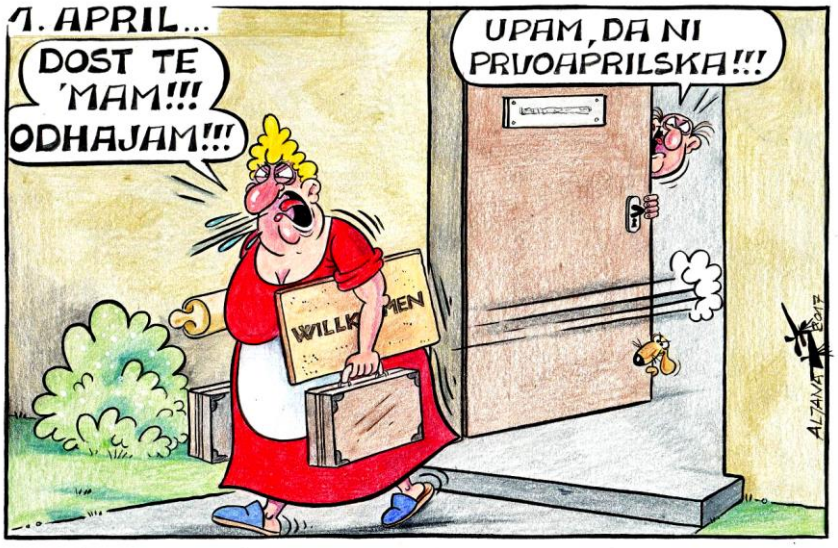
Slovenska imena za januar so še zimec, lednik, snežnik, mali božičnjak, novoletnik…
Pregovori: Če bo prosinca mokrilo, bo polje in grozdje slabo rodilo. Če vidiš prosinca komarja igrati, je treba s senom varčno ravnati. Če prosinca grmi, slabo vreme naredi. Če je Pavla dan (15. ali 25. januar in 6. februar) oblačen, bo trebuh večkrat lačen.

Februar ali svečan je dobil ime po latinskem prazniku sprave in očiščenja zlih duhov zime in je bil zadnji mesec rimskega koledarja.

Slovenska imena zanj so še mali mesec, sečan, talnik, poznozimec, drugnik, veseljak, po mitološkem liku Vesni so ga imenovali tudi vesnar.
Pregovori: Če svečana ozeleni, se rado posuši. Če na svečnico (2. februar) prej od strehe kot od sveče kane, hujša zima in dobra letina nastane. Sveti Valentin (14. februar) je prvi pomladin. Kadar Matija (24. februar) zmrzuje, še štirideset dni mraza prerokuje. Pustna nedelja pod oknom, velika noč za pečjo. Zeleni pust, bela velika noč. Če pustni dan deži, fižol bogato obrodi. Pust zjutraj oblačen, kmet ajde jeseni bo lačen. Bolj bode pridna pozimi predica, dalj bo rožljala pod palcem petica.
Marec ali sušec pomeni čas, ko zemlja pije snežnico, se sušiti in se pripravljati na pomladno rast pa tudi po rimskem bogu vojne Marsu, ki je utelešal skrivnostne sile narave.

Slovenska imena za marec so še brezen, gregurščak, vetrnik, sušnik, postnik, ceplenjak, brstnik…
Pregovori: Sušcev prah in kup zlata, sta iste vrednosti doma. Ko pride pomlad tudi žabe kvakajo. Če na štirideset mučenikov (10. marec) zmrzuje, še štirideset mrzlih noči prerokuje. Po Gregorju (12. marec) od vsakega vetra sneg kopni. Trte se jokajo, potlej rodé, kteri pít hočejo, naj se poté.

April ali mali traven je iz latinske besede aperire, ki pomeni odprta pot soncu in verjetno pomladnemu prebujanju. Še tale zanimivost: april se vsako leto začne na isti dan v tednu kot julij, v prestopnih letih pa tudi na isti dan kot januar.



Slovenska imena za april so še zelenár, deževni mesec, travnik, jurjevščak...
Pregovori: April sedemkrat na dan podi kmeta s poljan. Če je moker april, bo kmet veliko pridelkov dobil. Če spomladi grmi, se zima ponovi. Marec suh in april moker, blažen kmet, ki je sejal. Prezgodaj toplota, pozneje mrzlota. Kadar murka že brsti, slane se več bati ni. Jablane, hruške in druge cepé cepi v mladosti za stare zobé.
Maj ali veliki traven je dobil ime po rimski boginji Maji. V katoliški cerkvi je maj posvečen Mariji.

Druga imena za maj so še majnik, cvetnik, binkoštnik (prekmursko risalšček)...
Pregovori: Kadar pride mesec maj, vpraša, če je v kašči kaj. Maja hlad lepo daje zelenjad, vina, žita in sena, ti obeta do vrha. Če marec suši, april deži in majnik hladi, kašče in sode polni. Saditi fižol na Florjana (4. maj) je dovolj zarana. Če Urbana (25. maj) greje zelo, dobra trgatev bo. Kocijan (Kancijan 31. maj) gobe seje, Primož (9. junij) jih pobira. Natvóra (narava) jeseni pretrudna zaspi, zato se spomladi vesela zbudi.

Junij ali rožnik se imenuje po rimski boginji Juno, boginji neba, ženi Jupitra, najvišjega rimskega boga. Juna je bila tudi zavetnici zakonov in porodov. Z Jupitrom in Junono so Rimljani zamenjali grški božanstvi Zevsa in Hero.

Slovenska imena za junij so še pšeničnik, srpan, lipan, kresnik, žetnjak....
Pregovori: Če je junija suho, postane grozdje prav dobro. Ako na Medarda (8. junij) je lepo vreme, še leni kosec spravlja suho seno. Če na kresni dan (21. junij) dežuje, orehom slabo prerokuje. Lepoto dá zemlji toplo lét, nedolžnost mladenčem pravi cvet.

Julij ali mali srpan je dobil ime po Gaju Juliju Cezarju, rimskem politiku, ki je vpeljal julijanski koledar.

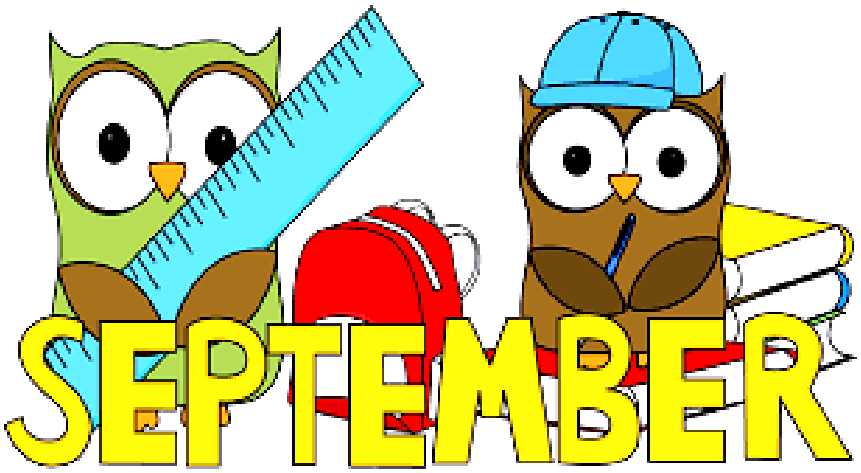
Druga imena so še: jakobnik, jakobščak, šentjakobski mesec, boboucvet, ržen cvet…
Pregovori: Če dežuje na Ladislava (Vladimir 15. julij), dež še dolgo zemljo napaja. Dež na Ladislava poletje po vodi splava. Pusta in vlažna Marjeta (20. julij) nič dobrega ne obeta. Če Magdalena (22. julij) deži, dež se rad obdrži. Pred Jakobom (25. julij) tri dni lepo, rž v redu zorela bo.

Avgust ali veliki srpan ima ime po Gaju Avgustu Oktavijanu. Mesec ima enaintrideset dni, ker je Avgust želel imeti v svojem mesecu toliko dni kot Julij Cezar v svojem juliju. In tako smo dobili še dvanajsti mesec.

Avgust Černigoj: Srečko Kosovel

Slovensko ime za avgust je tudi mlatnik, velikomešnjak, kimovic, kolovoznik...
Pregovori: Jakobova (25. julij) ajda in Ožboltova (Osvald-Ožbalt 5. avgust) repa je redko lepa. Če do Urha (4. julij) slišiš kukavico in Urh z Marjeto (20. julij) kače pase, posevek dobro rase. Obirajo hajdo (ajdo) nedolžne tatice, čbelárjem pa nósjo debele mošnjíce.

September ali kimavec prihaja iz latinske besede septem, ki pomeni sedem. September je bil po rimskem koledarju sprva sedmi mesec v letu, preden so vstavili januar in februar. September se vsako leto začne na isti dan v tednu kot december.



Druga imena za september so še poberuh, jesenik, mihalšček (prekmursko)…
Pregovori: Če Mihael (29. september) v želodu leži, obilno s snegom božič gnoji. Teríce pogačo, potvico jedó, lanóvi Slovencem ruménce nesó.

Oktober ali vinotok izhaja iz besede octo, kar v latinščini pomeni osem. Po starem koledarju je bil oktober osmi mesec. Za našega vinogradnika je vinotok mesec, ko "vino teče" v sode po veseli trgatvi.

Druga imena za oktober so tudi kozoprsk, listognoj in moštnik. V 15. stoletju je kozoprsk zaznamoval november, a ga je Primož Trubar sredi 16. stoletja določil za mesec oktober.
Pregovori: Oktober je dober. Če vinotoka mraz in burja brije, prosinca in svečana sonce sije. Oktobra se od sonca poslovi in k peči primakni. Kadar drevje pozno listje sleče, huda zima bliža se preteče. Grozdje mastí veseli Dolénjc, vózi pa mošt bogati Gorénjc.
November ali listopad je po starem rimskem koledarju deveti mesec. Beseda novem v latinščini pomeni devet. Po našem koledarju je november enajsti mesec.

Druga slovenska imena so še vahtnik, martinščak, gnilec, listognoj…
Pregovori: Če ima Lenart (6. november) sneg na planini, ga ima božič v dolini. Če hrast listje obdrži, bo mraz vse zimske dni. Ako na mrtvi dan (1. november) dežuje, zamete zima pričakuje. Če pred Martinom (3. ali 11. november) zmrzuje, je pred božičem povodenj. Sveti Martin iz mošta dela vin. Cecilije (22. november) grmenje, dobre letine znamenje. Sveta Katra (25. november) porine sneg pred vrata.

December ali gruden V latinščini decem pomeni deset in je bil deseti mesec po starem rimskem koledarju. Naš kmet je v zadnjem mesecu leta opazoval zemljo in ugotovil, da je pozimi zemlja zaledenela v grude, od tu ime gruden.

Dobri mož v Radovljici

Slovenski imeni za december sta tudi velikobožičnjak, andrejšček.
Pregovori: Prvi teden huda zima, osem tednov ne odkima. Polna luna okrog božiča hudo zimo nam zapriča. Božič vetrovno, ob letu sadja polno. O božiču belo, o veliki noči zeleno. Kdor klobas pozimi hrani, se poleti muham brani.
Vsak dan uporabljamo izraze, ki nam pomenijo določen čas ali določeno stanje na nebu. Pa vendar:
- dan je čas med dvema sončnima zahodoma,
- mesec ima štiri obraze lune, ki se menjajo na sedem dni,
- leto je čas, ko zemlja enkrat obkroži sonce,
- letni časi so deli leta s posebnostmi, to so pomlad, poletje, jesen in zima,
- lunine mene:

prvi krajec polna luna-ščip zadnji krajec mlaj-prazna luna

Prvi in zadnji krajec bomo najlažje ločevali, če si predstavljamo, da se ob prvem krajcu luna debeli (D), ob zadnjem krajcu pa crkava (C).

ZNAČILNOSTI LETNIH ČASOV

Kateri letni čas imamo pri nas, je odvisno od vrtenja naša zemlja okoli sonca. Ko se zavrti enkrat okoli njega, je to čas enega leta. Ker sončni žarki padajo na zemljo zaradi vrtenja pod različnimi koti, prihaja do sprememb, ki jim pravimo letni časi.

Zima je letni čas, ki traja od 21. decembra (zimski sončev obrat - zimski solsticij) do 21. marca (pomladno enakonočje - ekvinokcij). Meteorološka zima zajema december, januar in februar, na južni polobli pa junij, julij in avgust. Pozimi se življenje upočasni.

Zima je čas, ko enoletne rastline odmrejo (rastlin, ki od semena do sadike zrastejo v enem letu (solata, paradižnik, fižol, žita).

Dvoletnice živi dve vegetacijski sezoni. V prvi sezoni zrastejo in se razvijejo samo vegetativni deli (listi, stebla in korenine), v drugi sezoni pa cvetijo in razvijejo seme, potem propadejo (korenje, peteršilj, zelje, zelena).

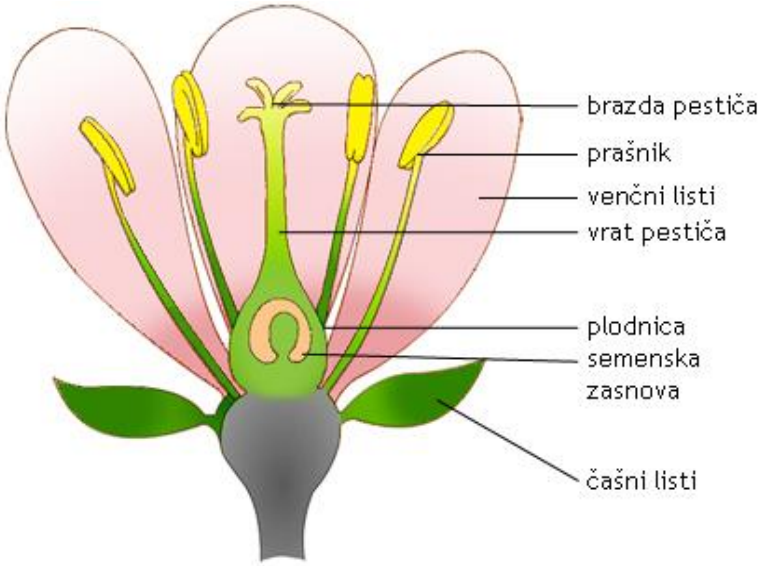
Trajnicam ob koncu vegetacijske dobe nadzemni deli odmrejo, podzemni deli pa prezimijo in iz njih spomladi poženejo novi poganjki. Podzemni deli teh rastlin so odebeljeni (korenika, gomolj) in shranjujejo hranilne snovi (hren, krompir, zimzelene rastline, drevesa, grmi).

Živali zimo preživijo različno. Toplokrvne živali so aktivne vso zimo (lisica, sove...), nekatere ptice se odselijo (lastovica, štorklja…), ostanejo samo tiste, ki se hranijo s semeni (vrabec, sinica..). Nekatere živali zimo prespijo ali predremljejo (medved, polh...), hladnokrvne živali otrpnejo ali se zabubijo (kače, žabe, muhe...).

Pomlad traja od 21. marca, (pomladno enakonočje - ekvinokcij), do 21. junija (sončni obrat - poletni solsticij). Meteorološka so to marec, april in maj. Narava se prebuja (trobentice, teloh, jetrnik, regrat...). Te prve rože ne dišijo, zato okrog njih ne brenčijo čebele, ki še varno domujejo v čebelnjakih. Potem zacvetijo drevesa.

V naravi divja boj za obstanek in rastline so na to pripravljene. Tak red in domiselnost v naravi presega vse računalnike. Da rastlina ne propade, poskrbijo sama, saj imajo v sebi vse, kar potrebujejo za preživetje. To je cvet.

Prašnik je moški del cveta in vsebuje pelod, zrnca, ki pridejo z oprašitvijo ali padejo pri samooprašitvi na brazdo pestiča. Oprašitev lahko opravi tudi človek (križanci). Ta zrnca poženejo mešiček v plodnico in tako pride do oploditve. Oplojena plodovnica se začne deliti, nastane plod, ostali deli cveta pa propadejo. Oploditev je možna med istovrstnimi rastlinami.
Pestič je ženski del cveta, ki ima lepljivo brazdo in plodovnico.



Posamezne rastline imajo lahko samo moške (včasih kumare), druge pa samo ženske cvetove (hmelj).
Cvet se opraši s pomočjo vetra, to so vetrocvetke (leska, trave, žita…), z žuželkami, to so žužkocvetke (čebele, metulji, ptiči..), ali s samoopraševanjem (paradižnik, grah, vijolica…), lahko tudi z vode (morska trava). Praprotnice nimajo cvetov in se razmnožujejo s trosi.
Rezanje cvetja režemo zvečer, ko imajo rastline največ energije. Narcise, nageljne, vrtnice, potonike, tulipane režemo, ko so še v popkih. Voda v vazah naj ima temperaturo prostora. Svežega cvetja ne dajemo v vaze s starim cvetjem. Vodo menjamo vsak dan.
Cvetovi različnih cvetic imajo svoje različne pomene. Tako pomenijo cvetovi:
- frezija - prijateljstvo,
- gladijola - moč značaja,
- lilija - lepota, čistost,
- rdeči nagelj - uteha za ubogo srce,
- vrtnica - ljubezen,
- orhideja - trdoživost,
- sončnica - občudovanje,
- vijolica - zvestoba, skromnost,
- rdeči tulipan - oznanilo ljubezni.

Poletje se na severni polobli začne 21. junija (sončev obratom - poletni solsticij) in traja do 23. septembra (jesenskega enakonočja - jesenski ekvinokcij). Na južni polobli pa se poletje začne 21. decembra in konča 21. marca. Meteorološko je poletje na severni polobli junija, julij, avgust, na južni december, januar in februar.
Rastje se poleti ob primerni toploti in vlagi bohoti. Na travnikih srečujemo kosce, na sadnem drevju se v plodovih nabirajo hranljive snovi, jagodičevje nas s svojimi

sladkimi plodovi gosti celo poletje (jagode, maline, robide, ribez…), nabiramo zdravilna zelišča (arnika, meta, bezeg, kamilice..).

Ivana Kobilca: Poletje

Jesen se kot astronomska čas začne 23. septembra (jesensko enakonočje - ekvinokcij) in traja do 21. decembra (zimski solsticij). Meteorološko so to september, oktober in november, na južni polobli marec, april. maj.

Jeseni kmet pričakuje plačilo za svoj trud, pospravlja poljske pridelke, vinogradnik obira grozdje, sadjar se veseli okusnih plodov, gospodinja polni shrambo z vloženo zelenjavo in marmelado.
Za tople jesenske dneve v septembru in oktobru sta znana tudi izraza indijansko poletje, ki je prišlo iz Amerike in slovenski izraz babje leto ali babje poletje.

PREHRANA

Naša prehrana naj bi bila uravnotežena. Zato je potrebno, da smo pozorni, kaj zajtrkujmo, kakšno je kosilo, kaj si naročimo v restavraciji, kolikokrat gremo v restavracije s hitro prehrano...

prehranski trikotnik

Veliko je tistega, kar najraje jemo, zato najboljšo hrano pripravimo za nedeljska kosila. Paziti pa je potrebno pri izbiri. Ni vsaka hrana zdrava in ni je priporočljivo uživati ob katerem koli času. Zato nekaj nasvetov:

- sadje uživajmo pred obrokom,
- sadja ne uživajmo hkrati z zelenjavo,
- surovo hrano jejmo pred kuhano,
- hrano dobro prežvečimo,
- kuhani oboki naj ne bodo prevroči,
- ne jejmo, če smo čustveno vznemirjeni,
- ne pozabimo piti vode.

Jabolko naj bi bilo v vsakodnevni prehrani. Zato si odgovorimo:

- katere vrste jabolk poznamo,
- koliko jih pojemo v enem dnevu,
- katere sladice pripravljamo iz jabolk (jabolčni zavitek, jabolčna kaša),

- kaj napravimo z jabolčnimi olupki (čaj),
- za kaj uporabljamo suhe krhlje….

Jablana (drevo) je prišla iz Zakavkazja. Poznamo zgodnje, jesenske in zimske sadeže. Ločimo pa jih po barvi, okusu in obliki.

Jabolko (sadež) ima zdravilne učinke in urejuje prebavo. Sveže naribano jabolko odpira, porjavelo zapira. Bogato je z vitamini A, B, C in kislinami, sladkorjem in minerali. Jabolko zdravi revmo, protin, jetrne in ledvične bolezni, poapnenje žil, izboljšuje kri, lepša kožo, umirja živce…

Nenavaden dogodek se je zgodilo v Angliji. Po cestah in vrtovih so ležala jabolka. Ljudje so sprva mislili, da je to šala, toda sadežev je bilo preveč. Strokovnjaki so kasneje ugotovili, da je dogodek povzročil mini tornado, ki je na poti skozi srednjo Anglijo posrkal vase jabolka, ki so kasneje popadala za tla.

Zelo pomembno je, kje shranjujemo jabolk. Pozorni moramo biti na temperaturo in vlago v prostoru. Redno se pregleduje stanje jabolk, ker je gnila potrebno izločiti. Za gnila jabolka vam bodo zelo hvaležni v zimskem času kosi.

Znan je rek: eno jabolko na dan prežene zdravnika stran.

Jabolka pa so tudi osnovna surovina za jabolčni kis.

Kis je uporaben v zdravilstvu in gospodinjstvu.

Poznamo več vrst kisa (jabolčni, vinski, balzamični, alkoholni, solatni...). Kisu izboljšamo okus z dodatki pehtrana, lovorja, bazilike, šetraja….Posebno mesto ima balzamični kis, ki nastaja v posebnih pogojih tudi do dvajset let.

Kis naredimo lahko tudi sami. Če delamo kis prvič, poslušajmo nasvete posameznikov, ki so ga že delali sami doma.

Vinogradniki vedo, da se mošt, ko ga stisnejo iz grozdja zaradi gliv kvasovk spreminja v vino. Glivice ocetne glive pa alkohol pretvarjajo v ocetno kislino, v kis.

Izjemno močna naravna zdravilna mešanico je "kis štirih tatov".

Najprej legenda o "kisu štirih tatov".
V srednjem veku, v času epidemije kuge, naj bi četverica moških ropala domove umrlih in bolnih. Eden izmed njih je bil, kot pripoveduje legenda, zeliščar. Poznal je koristnost jabolčnega kisa z zelišči. Ko so tatove ujeli, jim je seveda grozila smrtna kazen. Vendar pa oblastniki nikakor niso mogli razumeti, kako jim je uspelo izvesti tatvine, ne da bi se pri tem sami okužili. V zameno za življenje so izdali skrivnost "kisa štirih tatov", ki jih je obvaroval pred okužbami, ne vemo pa, če pred kaznijo.
Priprava "kisa štirih tatov":
- 2 žlici posušenega timijana,
- 2 žlici posušenega rožmarina,
- 2 žlici posušenega žajblja,
- 2 žlici posušene sivke,
- 2 žlici posušene mete,
- 8 strokov nasekljanega česna,
- 1 liter jabolčnega kisa.

"Kis štirih tatov" pripravite tako, da vsa zelišča stresete v večji steklen kozarec. To prelije z jabolčnim kisom in kozarec tesno zaprete. Ne uporabljajte kovinskih pokrovčkov! Kozarec se postavi na hladno in temno mesto. Vsak dan se kozarec pretrese, da se sestavine premešajo. Po dveh mesecih se mešanico precedi in kis prelije v manjše kozarčke ali stekleničke, ki se hranijo v hladilniku. Odrasli naj večkrat dnevno zaužijejo po eno žlico razredčenega kisa.
"Kis štirih tatov" učinkovito odganja tudi različne insekte, če po koži popršite mešanico kisa in vode. Razmerje naj bo en del kisa in štirje deli voda. S pomočjo "kisa štirih tatov" lahko tudi pospešite okrevanje pri prehladu, gripi, odpravi glivic na stopalih in prhljaju. "Kis štirih tatov" je tudi čistilno sredstvo, z njim lahko očistite svoj dom brez uporabe škodljivih kemikalij.
Čebula je ena najstarejših zelenjav na svetu. Spada v družino lukavke (luk, Lukarija) mednje še por, šalotko, česen, drobnjak,vanež, čemaž…

K nam naj bi zašla preko Italije iz Indije. Poznamo več vrst čebule. Po obliki je ploščata, okroglo, hruškasta, po barvi bela ali rdeča.

Surova čebula vsebuje sladkor, maščobe, beljakovine, vitamine A, B_1, B_2, B_3, B_6, B_9, B_{12}, C, E, K, kalcij, železo, magnezij, fosfor, kalij, natrij, cink.
V sumerijskem klinopisu je zapisano: Če uživam v času vetrov (jeseni) čebulo, bom šele v času deževja (spomladi) spet trpel za bolečinami v trebuhu.
Sok čebule čisti kri, krepi živce, odganja vetrove, topi sluz, razkužuje, spodbuja prebavo in preprečuje napenjanje, zdravi vneto grlo, deluje proti kašlju in bronhitisu, preprečuje infekcije dihal in želodčne ter črevesne bolezni. Redno uživanje zmanjšuje nevarnost obolenja za rakom želodca, debelega črevesa, danke, jajčnikov in grla. Preprečuje zastajanje tekočin, nastajanje sečnih kamnov in artritisa, diabetesa, osteoporoze, vsebuje kemijske snovi, ki naj bi imele protiholesterolne, antirakotvorne in antioksidativne lastnosti. V večjem delu sveta so čebulo uporabljali za zdravljenje žuljev, turov in bul. S čebulnim listjem barvamo pirhe, volno in blago. Močneje ko diši, bolj je zdravilna. Čebulo dodajamo mnogim jedem (golaž, juhe, priloge mesnim jedem...)
Sir ni samo eden, ampak jih je več različnih vrst in različnih okusov. Razlike so v pikantnosti, trdoti in dodatkih. Nam znane vrste sira znamo tudi poimenovati, kupujemo pa tiste, ki so nam po okusu najbližji. Siri so dopolnilo k prehrani.
Legenda pravi, da je sir pred štiri tisoč leti slučajno odkril arabski trgovec, ki je potoval čez puščavo z zalogo kameljega mleka v mehurju. Vročina je mleko sesirila, sirotka se je ločila od skute. Trgovec je lahko tako jedel sir in pil sirotko.
Mleko je osnova vseh mlečnih izdelkov in sir ima zato iste sestavine kot mleko: beljakovine, maščobe, vitamine in rudnine.
Sir je svež ali zorjen, čvrst ali polčvrst izdelek, ki se pridobiva z zgoščanjem (koagulacijo) posnetega ali delno posnetega mleka, smetane ali pinjenca po delni odstranitvi sirotke, ki je posledica zgoščanja.

Ko sirar iz kravjega, kozjega, ovčjega, osličjega, kobiljega ali kameljega mleka v postopku sirjenja naredi sveži sir, ostane kot stranski proizvod tekočina, ki ji rečemo sirotka. Zdravilne učinke sirotke je poznal že znameniti starogrški zdravnik Hipokrat. Danes jo nespametno uporabljajo kot krma za živali, še največ se je zlije stran. Vedno več se je porabi za proizvodnjo albuminske oziroma tako imenovane sirarske skute, ki vsebuje najbolj kakovostni beljakovini, globulin in albumin. Raziskave so pokazale, da je albuminska skuta zaradi globulina in albumina najbližja materinemu mleku! Pripravijo jo tako, da sirotko segrejejo in na površju izstopi albuminska skuta. Siri se med seboj ločijo po številnih karakteristikah. Evropa je razvila vrsto sirov. V Italiji je nastal parmezan, v Franciji kamamber, iz Švice sta ementalec in grojer, z Nizozemske prihajata edamec in gavda.

Sire ločimo po trdoti:
- zelo trdi (parmezan, zbrinc),
- trdi (bra, čedar, ementaler, grojer, bohinjski, nanoški, tolminski…),
- poltrdi (edamec, gavda, gorgonzola, jošt, kranjski, posavski, trapist…),

- polmehki (mohant),
- mehki: z belo plesnijo (brie in kamamber),
  z modro plesnijo (gorgonzola, rokfor),
  s plesnijo na površini (limburški, romadur)
  in siri v slanici.

Siri so lahko:
- sveži (mocarela) in zrnati (skuta),
- topljeni v trikotnikih ali lističih (zdenka, slovenka…).

Posebnost so siri:
- z dodatki: orehov, popra, oliv, paprike, grozdjem, z zelišči (peteršilj, žajbelj ...),
- vloženi: v olivnem, sončničnem, ogrščičnem ali aromatiziranem olju (česen, pehtran, bazilika, lovor, meta, majaron, timijan, rožmarin, šetraj, kumina),
- dimljeni (paški, zarica, jošt),
- ovčji, kozji, kobilji, kamelji.

Sir lahko narežemo na koščke kot prigrizek, ga ocvremo, topljenega namažemo na kruh, nastrgamo na juhe in prikuhe…

Koristni nasveti:
- v hladilniku se sir shranjuje v bližini zelenjave, ki vsebuje veliko vlage,
- nikoli ga ne ovijamo v folijo, ker bo začel plesneti,
- trde sire ovijemo v slano vlažno krpo, mehke shranimo v tesno zaprti posodi,
- sire, ki jih kupimo v tekočini, shranjujemo v njej,
- pred serviranjem sir pustimo vsaj uro na sobni temperaturi, da razvije pravi okus.

Sir ima kar nekaj blagodejnih učinkov na naše telo. Tako pomaga ščititi naše zobe pred kariesom in osteoporozo, ker vsebuje kalcij in fosfor. Dnevno količino kalcija pokrijemo že s tremi rezinami sira. Ker je v siru tudi sol, je dejavnik tveganja za bolezni srca in ožilja. Z uživanjem sirov ne smemo pretiravati.

Posebnost med našimi siri je mohant. To je polmehki sir iz Bohinja, ostrega vonja in pikantnega okusa

.

mohant

Delajo ga iz mleka avtohtone pasme krav, bohinjske cike. Sir mohant je prvi gorenjski prehranski izdelek, ki je z označbo geografskega porekla zaščiten na celotnem območju Evropske unije.

Podoben sir močnega vonja in okusa je kvargel. Izhaja s Češke, ime pa so mu dali Nemci. Slovenci smo si zaradi izredno močnega vonja izmislili rečenico: Si pokvarjen kot kvargel.
Na Veliki planini izdelujejo iz skute iz ogretega kislega mleka z dodatkom smetane v kepo oblikovan in osušen trdi sir trnič.

Po izročilu je pastir jeseni po končani paši na planini, en trnič izročil svoji izvoljenki, drugega, enakega, pa zadržal zase. Če je mladenka trnič sprejela, je pomenilo, da je pristala na dvorjenje. Trnič ima obliko dojke in je okrašen z ornamentom vtisnjenim z izrezljano paličico.
Med je sladka in židka tekočina, ki jo čebele in druge žuželke proizvajajo iz cvetličnega nektarja (medičine) ali iz mane, ki jo izločajo nekatere uši. Čisti med ne vsebuje nobenih dodatkov, ne vode in ne drugih sladil. Tekoči med se ne pokvari, lahko edino kristalizira v trdno stanje.
Ljudje med nabirajo že zelo dolgo. Najstarejša upodobitev človeka, ki nabira med, je iz jame v Španiji in je stara vsaj osem tisoč let. Poslikava prikazuje dva nabiralca medu, ki iz gnezda divjih čebel odstranjujeta med in satje. Pri delu uporabljata lestve, vrvi in košare (sliko si lahko ogledate v Čebelarskem muzeju v Radovljici).
Najstarejši ostanki medu izvirajo iz Gruzije, kjer so ga arheologi našli v glinenih posodah, ki so bile grobni pridatki. Grobovi so stari okoli pet tisoč let. V starem Egiptu so med uporabljali kot sladilo za peciva, za slajenje ostale hrane in pri postopku balzamiranja trupel. V Indiji je uporaba medu v duhovne in zdravilne namene opisana v različnih ajurvedskih spisih, ki so starejši od štiri tisoč let. Plinij Starejši opisuje čebele in uporabo medu v kulinariki antičnega Rima. Pri nas je bilo v urbarjih 13. stoletja zapisano, da je bil méd tudi mêd dajatvami fevdalcu.

med v slovenskem kozarcu

Med je različnih vrst: cvetlični, akacijev, gozdni, ajdov, kostanjev, hojin, timijanov, lipov, smrekov…odvisno, kje so čebele nabirale medičino.
Uporabljamo ga večjo za osebno odpornost, peka peciva, zdravljenje določenih vrst bolezni… Če ga uživamo na žlico, med v ustih premešamo s slino in šele nato pogoltnemo. Medu lahko dodajamo tudi dodatke (ingver, cimet, čebulni sok...) Če se med strdi, slovenski izraz za med je strd, ga v tekoče stanje pretvorimo s segrevanjem do 40°C. Če to temperaturno mejo presežemo, med izgubi zdravilne lastnosti.
Zgodovina organiziranega čebelarstva pri nas se je začela leta 1781 na Rodinah, ko so ustanovili "Čebelarsko bratovščino". Njihov začetek se je hitro končal. Leta 1873 je bilo v Ljubljani ustanovljeno "Kranjsko društvo za umno čebelarstvo". Leta 1883 so čebelarji v Lescah ustanovitvi "Čebelarsko in sadjarsko društvo za Kranjsko", 1897 se je oblikovalo "Čebelarsko društvo za Kranjsko, Štajersko in Koroško" in začelo je izhajati glasilo "Slovenski čebelar", ki izhaja še danes.

Božidar Jakac: Anton Janša

Anton Janša z Breznice pri Žirovnici je bil na dunajski čebelarski šoli, ki jo je ustanovila Marija Terezija, učitelj čebelarstva. V nemškem jeziku je napisal dve pomembni knjigi: Razpravo o rojenju čebel (1771) in Popolni nauk o čebelarstvu (1775).
Na svetovnem nivoji so se začela prizadevanja, da bi 20. maj (rojstni dan Antona Janša) postal svetovni dan čebel. Pobudo Čebelarske zveze Slovenije so Združeni narodi sprejeli in svetovni dan čebel in se je prvič praznoval leta 2018. Istega leta je evropski parlament nagrado Državljan Evrope podelil Čebelarski zvezi Slovenije.

Bivališče čebel je čebelnjak, kjer so čebelji panji pod eno streho in jim les omogoča najugodnejše bivalne razmere. Zaradi boljše paše nekateri čebelarji uporabljajo prevozne čebelnjake.

Janšev čebelnjak na Breznici

V čebelnjaku so panji. V Sloveniji imamo zelo malo ohranjenih zelo starih lesenih čebelnih panjev. Ime kranjič ne označuje naših najstarejših čebelnih panjev, ampak samo komercialni čebelni panj. Janšev panj iz leta 1775 je prvi standardni panj na svetu. Zasnoval ga je na temelju kmečke tradicije in je osnova za vse ostale panje. Tudi AŽ panj (Anton Žnidaršič) je povzet pa prvem Janševem panju.
Vsaka vrsta medu ima svoj okus in vonj. Čebela osnovno surovino za med najdejo na cvetu, ko iz njega posrka nektar (medičino) in nabere pelod. Poleg nabiranja medičine čebela hkrati tudi opraši cvet. Čebela prinese nektar ali mano v panj. Nektar v panju mlade delavke delno izsušijo. Predelano medičino, ki ji zdaj pravimo med, shranijo v voščenih celicah satja, ki ga same izdelajo.
Med pa ni edini čebelji proizvod. Tu so še matični mleček, propolis ali zadelavina, cvetni prah in čebelji vosek.
Matični mleček je izloček žlez mladih čebel dojilj, katerih naloga je skrb za zarod, za matico, čebele delavke in trote. Njihove žleze začnejo delovati šele po četrtem dnevu življenja in prenehajo izločati hranilni mleček po enajstem dnevu. Matični mleček čebelar pobere po dobrih dveh dneh, ko se izleže matica.
Matični mleček krepi življenjsko moč, krepi imunsko odpornost, zvišuje telesne in umske zmogljivosti, zavira procese staranja, povzroča splošno dobro počutje, omogoča daljše umsko delo brez utrujenosti, povečuje tek, normalizira razvoj rasti pri otrocih, pri ženskah blaži težave pred in po meni, povečuje odpornost organizma proti boleznim, pospešuje rast las, deluje kot krvotvorni spodbujevalec, dobro učinkuje pri pomanjkanju vitaminov, odstranjuje kronične oblike utrujenost, daje izčrpanim občutek moči, učinkovito blaži živčno razvranost, pri izčrpanih ljudeh izboljša delovanje žlez, učinkovito blaži težave, ki so povezane s srcem, jetri ali želodcem.
Propolis ali zadelavina je smolast čebelji proizvod. Beseda je grškega izvora in pomeni obrambo mesta.

propolis ali zadelavina

Čebele propolis nabirajo na popkih topola, breze in na drugih rastlinah s smolo. S predelano smolo premažejo notranje stene panja, razpoke in špranje, uporabijo za

popravilo satja. Zato propolisu čebelarji pri nas pravijo tudi zadelavina. Čebelarji propolis postrgajo in razredčijo z alkoholom za uporabo v zdravilstvu.
Cvetni prah ali pelod je čebelam edini izvor beljakovin, poleg medu in vode pa njihova glavna hrana. Čebela na enem poletu obiskuje praviloma samo eno vrsto cvetov in zbira torej samo eno vrsto cvetnega prahu. Ko čebela sede na cvet, se nanjo ujamejo zrnca cvetnega prahu. Med letom čebela spravi ves cvetni prah do zadnjih nog (zato tudi obnožnica), kjer ima košek in ščetko za zbiranje cvetnega prahu. Cvetni prah je glavna hrana za zarod ličink, iz katerega se razvije nov roj.
Pri ljudeh cvetni prah ureja delovanje črevesja, trdovratne driske se hitro ustavijo, slabokrvnim otrokom se s cvetnim prahom izboljšajo hemoglobin in celotno počutje, ostareli in prebolevniki pridobijo na teži in povrnejo se jim moči, zbuja apetit, izboljšuje razpoloženje, živčnost in razdražljivost popustita, olajšuje duševno delo, zboljšuje prekrvitev možganov, pospešuje rast, zboljšuje vid, pomaga bolnikom z obolelo prostato, vnetje pojenja prej kot samo s standardnim zdravljenjem, deluje protivnetno in nima škodljivih posledic.
Čebelji vosek izdelujejo medonosne čebele v voskovnih žlezah. Pogoj je tudi zaloga medu v panju, ki ga čebele zaužijejo kot surovino za izdelavo voska. Da čebela izdela en kilogram voska, mora zaužiti dobrih osem kilogramov medu. Vosek uporabljajo čebele za izdelavo satja, ljudje pa v medicini in kozmetiki.

čebelji vosek

Čebela je samo ena izmed približno dvajset tisoč vrst žuželk. Med njimi je najbolj znana družina pravih čebel, kamor uvrščamo medonosne čebele in čmrlje.
Večina čebel je samotarskih. Gnezdijo v luknjah, ki si jih izkopljejo v tla ali votlem lesu. Približno tretjina svetovnega pridelka hrane zraste na rastlinah, ki so jih oprašile čebele. Zaradi tega je njihov pomen za preživetje človeštva izjemen. Albert Einstein je rekel, da bo človeštvo izumrlo v štirih letih, če bodo izumrle čebele!
Izmed vseh vrst čebel je v Sloveniji prisotna njena avtohtona podvrsta kranjska sivka.

kranjska sivka

Kranjska sivka, tudi kranjica, je umirjena pasma, namenjena pridobivanju medu in drugih čebeljih pridelkov v gosto naseljenih območjih.
Čebeljo družino tvorijo čebele delavke, dojilje, čistilke, stražarke, nabiralke, matica in troti. Vsaka čebela ima ob svojem času svojo vlogo v panju.
Kdor je že videl satovje, si je verjetno mislil, da morajo biti čebele odlične v matematiki. Še sam Galileo Galilei se jim ni mogel načuditi. Satovje je sprva okroglo, ko pa se segreje, se vosek preoblikuje v pravilni šestkotnik.
Ko čebela najde hrano, izračuna pot v obe smeri in s "čebeljim plesom" obvesti ostale čebele v panju o oddaljenosti, zalogi in smeri paše. Ker čebele z izredno občutljivimi receptorji zaznajo cvetni prah že od daleč, so jih preizkusili tudi v iskanju eksplozivnih sredstev, in strokovnjaki so bili navdušeni.
Mlade čebele najprej pri starejših čebelah spremljajo delo in se učijo. Ko se čebelam po nekaj tednih obrabijo krila, jih zato čaka “delo v pisarni”, učiti morajo mlade čebele opravil v panju in izven njega. Ko v panju umre katera od čebel, so določene čebele zadolžene za odnašanje mrtvih čebel. Delujejo tudi kot varnostniki, saj iz panja izločijo bolne čebele in odvečne samce.
Čebele tudi pičijo. Žal s pikom zaradi kaveljcev na želu, iztrgajo celotno želo in zato poginejo. Sposobne so prepoznavati obraze na enak način kot ljudje in si jih tudi zapomnijo. Na glavi imajo pet oči, a zaradi tega ne vidijo dosti bolje od ostalih živali. Par velikih oči ob strani služi vidu, medtem ko troje manjših oči na sredini glave pomaga pri letenju. Čebele zaznavajo zelo malo barv, verjetno vidijo le tiste v spektru med modro in zeleno. Rdečo barvo vidijo kot črno, lahko pa zaznajo ultravijolično svetlobo. Brez te sposobnosti ne bi nabirale medu, razen ob hudi lakoti.
Medtem ko ljudje zaznavamo petdeset “sličic na sekundo”, jih čebele tristo. Poleg tega imajo izredno razvit voh, s katerim zaznajo tako rastline kot tudi morebitne partnerje. Vsaka skupina čebel ima svoj vonj in ko se matica odloči zapustiti gnezdo, ji troti sledijo prav zaradi vonja.

Spolno življenje čebel je zanimivo. Matica zleti na parjenje šesti dan po rojstvu. Trot, ko jo oploditev, izgubi spolno trolo, ki ostane v čebeli matici. Matica jo namreč skupaj s spermo shrani. Ta oploditev ji zadostuje za večletno zaleganje jajčec. Čebelja dieta je dokaj običajna: cvetni prah za ličinke in nektar za trote ter delavke. Če zmanjka čebelam hrane, jedo ličinke in mlajše čebele zato, ker so odličen vir beljakovin. Zaradi kanibalizma nad ličinkami lahko propade celoten panj.
V kuhinji bomo s pomočjo medu napekli medenjake, lahko pa izdelali tudi lectova srca.
Za medenjake potrebujemo:
- 25 dag moke,
- 20 dag sladkorja,
- 2 jajci,
- 2 žlici medu,
- ščepec cimeta in klinčkov,
- 2 žlički pecilnega praška,
- 10 dag orehov,
- 10 dag masla.

Vgnetemo testo oblikujemo v piškote. Na vsak piškot pred peko damo orehovo polovičko in pečemo na 180 stopinjah deset do petnajst minut.
Vino je alkoholna pijača, ki nastane z alkoholnim vrenju grozdnega soka.

Kaj je znano kot arcnija,
merič več pa kakor strup,
črno, belo um zalija,
obnori, rodi obup?

Od več sto sort trte jih je le nekaj deset primernih za vzgojo grozdja za vino. Vsaka posamezna sorta ima svoje ime, ljudsko, lokalno in nacionalno ime (francoska burgundec, bordojec, portovec, nemška renski rizling, traminec, sivi pinot).

Vino so odkrili pred približno šest tisoč leti v Mezopotamiji, ko so grozdni sok po nesreči fermentirali s kvasovkami. Egipčani so razvili pridobivanja grozdja za vinarstvo, Grki so razširili pridelavo vina po Sredozemlju, Rimljani pa so s pridelavo vina razvili posel, Španski so prenesli vino v Ameriko, drugi Evropejci pa v Azijo, Avstralijo in Južno Afriko.
Najzahtevnejše delo pri pridelavi vina je kletarjenje. Kvasovke sladkor v grozdju z vretjem spreminjajo (fermentirajo) v alkohol in plin (nevarnost zastrupitve v vinski kleti). Vinarji z upočasnitvijo fermentacije želijo pridobijo več okusov, še posebej pri rdečih vinih.
Skoraj cela grozdna jagoda vsebuje čisti sok. Rdeča vina dobijo barvo iz olupka grozdne jagode, bela le iz soka. Svoje osnovne značilnosti dobi vino iz grozdja, aroma pa iz načina obdelave grozdja. Na kakovost vina vplivajo območje, kjer raste trta, zrelosti grozdja, količine kvasovk, temperature, skladiščenja in materiala za sode. Iz vsake posamezne vrste trte dobimo svoje vrsto vina (trta refošk dá vino teran). Osnovno delitev vin je na sortna vina in zvrsti.
Sortna vina so tista, ki so pridelana iz posameznih sort vinske trte:
- rdeče sorte trte dajejo modro frankinjo, modri pinot, gamay, teran, cabernet, žametno črnino, modro portugalko, barbero, refošk, merlot…
- bele sorte trte dajo laški in renski rizling, šipon, zeleni silvanec, chardonnay, sauvignon, traminec, rumeni muškat, muškat otonel, sivi pinot, beli pinot, rebulo…

Zvrsti nosijo ime vinogradniškega okoliša in so mešanice različnih belih in rdečih vin. Taka vina so: haložan, virštanjčan, janževec, ritoznojčan, jeruzalemčan, vrtovčan, vipavec, bizeljčan, cviček, metliška črnina…
Kakovosti vina delimo na
- namizno (najmanj kvalitetno),
- kakovostno (iz grozdja obranega v polni zrelosti),
- vrhunsko (grozdje obrano v polni zrelosti oz. prezrelosti).

Vrhunska vina se ne dosladkajo.
Kozarci so za vsako vrsto vina določene oblike. Delimo jih v skupine za bela, rdeča in peneča vina.

kozarci za rdeče in belo vino in šampanjec

Belo vino se servira v ožjem kozarcu z daljšim pecljem. Kozarec vedno primemo za pecelj, da se vino v roki ne segreje.
Rdeče vino točimo v večje, debelejše kozarce, ki so zoženi na vrhu. Večji kozarec poveča površino vina, da se razvije v ustih okus.
Penino vedno postrežemo v ozkih in visokih kozarcih, da mehurčki počasi potujejo od dna proti vrhu. S kozarci penine ne trkamo!
Vina okušamo z vsemi našimi čutili. Prvi korak pri uživanju vina je oko (vid). Ko vino teče v kozarec, opazujemo njegovo barvo, njegove nianse in odbleske.
Drugi korak je vonj (nos). Vino natočimo do točke, kjer je kozarec najširši. Kozarec rahlo zavrtimo, da se vino razlije po kozarcu in povonjamo.
Tretji korak je okus (usta). Srknemo požirek, da v ustih oblije jezik in ustno votlino.
Ko trčimo s prijatelji, je zadovoljen tudi sluh (uho).
Predvsem rdeča vina je treba v dekanterju prezračiti (npr. modro frankinjo, cabernet sauvignon), da dobijo polnejši vonj in okus.

dekanter

Vina so tudi mlada, ledena, buteljčna, šampanjci.
K vsaki jedi spada drugačna vrsta vina. Rdeče k divjačini, belo k ribam….
Temperatura vina je pomembna zaradi vonjev in okusov. Primerna temperatura za serviranje belega vina je od 9°C do 14°C, rdeča vina se strežejo za dve do tri stopinje hladnejša od temperature prostora, kjer se vino uživa.
Vino zaprto s plutastim zamaškom mora biti shranjeno leže, da ostane pluta vlažna.
Tradicionalno se vino prodaja v steklenici, kjer etiketa pove izvor grozdja.
Slovenija je bogata vinorodna pokrajina. Razdeljena je na vinorodne predele:
- Primorska: Koper, Goriška Brda, Vipavska dolina,
- Podravje: Maribor, Radgona, Kapela, Ljutomer, Ormož, Haloze, Slovenske gorice, Prekmurje,
- Posavje: Bizeljsko, Sremič, Dolenjska, Bela krajina.

Trto napadajo tudi bolezni. Borba z njimi je dolgotrajna. Te bolezni so peronospora in oidij (pepelovka) in tudi uši.

Najbogatejši slovenski vinski arhiv je v Ptujski klet, v kateri so zbrana vina od letnika 1917 dalje.

vinski arhiv

Poznavalec vina in vseh obredov ob njem (hrana, kozarci, mešanje pijač) je sommelier (somelje).
Slovenski vinarji so združeni v vinskih institucijah evropskega reda vitezov vina, redu sv. Fortunata in konventu sv. Urbana.

slovenski del evropskega reda vitezov vina z vinsko kraljico

Od leta 1995 Slovenska vinska akademija po vzoru drugih evropskih držav podeljuje naslov slovenska vinska kraljica, katere mandat traja eno leto.
"Življenje je prekratko, da bi pili slabo vino." (avtor neznan)

Začimbe in zelišča so rastline ali njeni deli (list, cvet, steblo, plod, korenina…), ali sinonim za zdravilne rastline in dišavnice (sivka, timijan, borovnica, rožmarin, krhlika, lovor, glog, seno). Nekatera zelišča se uporabljajo v kulinariki, farmaciji in zdravilstvu, začimbe pa dopolnjujejo okus in vonj, spodbujajo tek, izboljšujejo prebavo in konzervirajo jedi. Vsako začimbo ali zelišče prepoznamo po značilnem vonju ali okusu. Večina začimb je prišla k nam iz drugih dežel, zato je seznam, ki ga danes najdemo v naših kuhinjah, zelo pester (cimet, čili, gorčica, ingver, kajenski poper, klinčki, koriander, kumina, kurkuma, lovor, muškatni orešček, mleta paprika, origano, sol. Najdražje začimbe so vanilija, kardamom in žafran (drag kot žafran), nekoč pa je bil to poper.

Zelo pomembne so sveže začimbe in zelišča. Te niso pripeljane od drugod, ampak so na naših vrtovih, balkonih in okenskih policah.

zeliščni vrt na okenski polici

Med domače začimbe spadajo peteršilj, zelena, šetraj, rožmarin, bazilika, timijan in še katera, ki jih uporabljajo kuharice kot svojo skrivnost.

ODPADKI

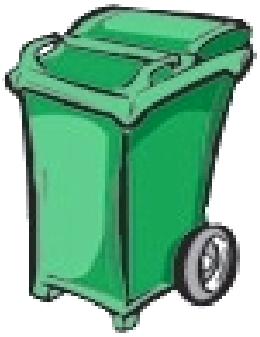
Izdelke kupujmo v različnih embalažah. Lahko so v papirni, stekleni, plastični, kovinski in še kakšni drugi embalaži.
Problem embalaže je, ker po porabi vsebine, postane odpadek. Največji problem je plastična embalaža, ki ima zelo dolgo dobo razgradljivosti, ali ostane nerazgradljiva. Ko kupujemo v plastični embalaži, povečujemo količino te vrste odpadkov (posode za skuto, namaze, slaščice, kis, olje, sladke pijače...) Da bi zmanjšali količino plastično embalažo, jo lahko delno večkrat uporabimo (lončki za sadike, vrečke za shranjevanje v zamrzovalniku...) Največ pa bomo storili za ohranjanje narave, če bomo nakupovali v platnenih torbah ali papirnatih vrečkah iz razgradljivih snovi.

Smeti in smetnjaki

Ob odgovornem ravnanju z odpadki se pogosto zastavi vprašanje, kje in kam naj jih odložimo ali kako drugače odstranimo.
Vredno si je zapomniti: najboljša rešitev je zabojnik. Pa ni samo eden! Preden odložite posamezen odpadek, premislite, ali ga odlagate v pravi zabojnik. Z malo truda boste tudi sami pripomogli k čistejšem okolju, ohranjanju naravnih virov in ne boste po nepotrebnem obremenjevali odlagališča odpadkov.

vrste odpadkov

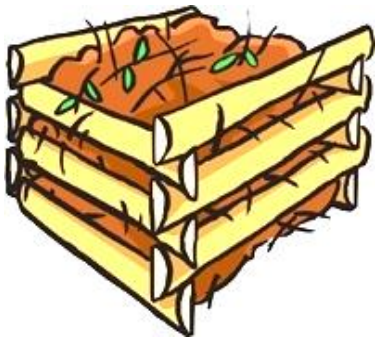
Vsako gospodinjstvo ima odpadke. Običajno jih odlagamo v posode, ki so pred individualnimi ali večstanovanjskimi objekti. Pa vemo v kateri zabojnik spadajo posamezne vrste odpadkov?



V zabojnik **z zelenim pokrovom** odlagamo:
umazano embalažo in papir, plastificiran papir, manjše količine stiropora, zamaščene folije, cigaretne ogorke in ohlajen pepel, plenice in sanitarne izdelke, vrečke sesalnikov, ostanke pometanja, mačji pesek, pluto in gumo, keramiko, porcelan in žarnice, kristalno steklo, kosti, lase, dlako, vreče apna, cementa, krmil.

V zabojnik z **rumeni pokrovom** odlagamo:
votlo embalažo tekočin (mleko, sok, jogurt itd.), plastenke, plastične kozarčke in lončke, plastično embalažo, pločevinke pijač in konzerve, kovinske pokrovčke, vrečke in folije, tube − plastične in kovinske, ostalo sestavljeno embalažo.

V zabojnik **rjave barve** spadajo biološki odpadki:
zelenjavni in sadni odpadke, kuhani ostanki hrane, kavna gošča ter kavni in čajni filtri, onesnaženi papirnati robčki, brisače in vrečke, jajčne lupine, vrtni odpadki, plevel, pokošena trava.



V **kompostnikih** kompostiramo:
ostanke hrane, kave, čaja, olupke, zelenjavo, hišni prah iz sesalca, mlet ali raztrgan papir, lepenko, pepel in saje, travo, plevel, zmlete veje sadnega drevja, odpadke žive meje, grmičevja, ostanke vrtnin, ovenelo cvetje, listje in žaganje (v tankih plasteh), slamo, steljo.

Zbiralnica je posebno urejen in opremljen prostor za ločeno zbiranje in začasno hranjenje posameznih ločeno zbranih odpadkov. Zabojniki v zbiralnicah so večji kot zabojniki za gospodinjstvo.

rdeči pokrov rumeni pokrov zeleni pokrov beli pokrov

V zbiralnicah odlagamo v zabojnik z:

- **rdečim pokrovom** časopise in revije, kataloge in prospekte, knjige in zvezke, pisma, pisarniški in ovojni papir, koledarje, papirnate nakupovalne vrečke, kartonasto embalažo in valovito lepenko,
- **rumenim pokrovom** votlo embalažo tekočin (mleko, sok, jogurt itd.), plastenke, plastične kozarčke in lončke, plastično embalažo, pločevinke pijač in konzerve, kovinske pokrovčke, vrečke in folije, tube − plastične in kovinske, ostalo sestavljeno embalažo,
- **zelenim pokrovom** prazne in čiste steklenice, stekleno embalažo zdravil in kozmetike, kozarce vloženih živil, razbite kozarce in steklenice,
- **belim pokrovom** kovine.

Posebni odpadki so gradbeni material, avtomobilske gume, nevarni odpadki pa barve, laki, topila, smole, kiti, razredčila, odpadna mazalna in jedilna olja, kemikalije, čistila, kozmetična in pralna sredstva, farmacevtski in fitofarmacevtski izdelki, akumulatorji, baterije, neonske žarnice in pršilke in onesnažena in odpadna embalaža nevarnih odpadkov. Nevarne odpadke prepoznamo po označbah na embalaži.

označbe nevarnih snovi na embalaži

DA SE MOŽGANI NE POLENIJO

Spomin se slabša, ko se staramo. Več pozabljamo, ko nas pretresajo skrbi, strah, preobremenjenost in še kaj.

Spomin slabijo:

- prevelike ali redne količine alkohola, kajenje, kava, telefoniranje z mobilnim telefonom, zdravila (antidepresivi in zdravila proti visokemu pritisku).

Spomin krepijo:

- vonjave (čutilo za voh je tesno povezano s spominom),
- besedne igre (križanke, rebusi, iskanje sopomenk, besede na določeno črko...)
- razgibalne vaje, ki povečajo prekrvavitev,
- lecitin, ki je potreben za nastanek snovi, ki jih možgani potrebujejo za delovanje spomina (najdemo ga v jajčnem rumenjaku, soji in oreščkih),
- vitamin B_1 in E, ki upočasnita izgubo spomina,
- ginko čaji, ki spodbujajo preskrbo možganov s krvjo (ginkgo biloba - drevo).

ginkgo biloba

Možgane zaposlimo lahko kot telo. Ko nekaj naredimo, glasno to ponovimo dvakrat, trikrat. Možgani imajo majhno sposobnost kratkotrajne zapomnitve. Spominu dodajajmo novosti postopoma. Spomin je odvisen tudi od našega zanimanja.

Pomembne so vaje. Take vaje so lahko pisanje z levo roko različnih imen in priimkov (za desničarja), spisek za trgovino, risanje enostavnih predmetov (hiša, vaza…)

Ljudje pozabimo osem do deset odstotkov imen in kar šestdeset odstotkov kam smo založili kakšno stvar (ključi, denarnica, telefon…).

In zanimiva ugotovitev, če bi imeli resnične težave s spominom, se ne bi spomnili, da smo pozabili! Kljub temu pa možgane lahko spodbujamo k delovanju in tako krepimo spomin. Pri tem so nam v pomoč tudi:

- učenje besedil ali pesmi na pamet,
- hrana (borovnice, jagode, špinača, česen, slive, brokoli, ohrovt, pesa, jajčni rumenjak, soja, oreščki…).

MOJ MATERNI JEZIK

Prisluhnimo jeziku z reševanjem nalog na pripravljenih listih.

1. Kaj imajo skupnega naslednje besede? (Rešitev posamezniki preberejo, nejasnosti in napačne rešitve se razložijo.)

   - kazalec (ura-roka)
   - igla (gramofonska-krojaška)
   - črnilo (nalivno pero-morska sipa)
   - rdeča barva (paradižnik-semafor)
   - kopito (konj-čevljar)
   - kovač (uho-kladivo)

2. Pred vsako besedo dodajte črko, da dobite besedo z novim pomenom:

   _REDNIK (prednik, črednik), _NOTA (enota), _LAŽNOST (vlažnost), _LEGIJA (elegija-otožna, žalostna pesem), _UČENEC (mučenec), _PRAVNIK (upravnik), _PREVOD (sprevod), _PRAVILO (spravilo), _OKOVANJE (rokovanje), _METANJE (ometanje) , _GODBA (zgodba)

3. Iskanje ponovljenih besed.

   kolo - luč - jabolko - telefon - skodelica - jabolko - dežnik - škarje - čevelj - torta - sveča - telefon - brivnik - vrata - luč - mast - ključ - čevelj - roka - stol - drevo - hladilnik - cvetica - škarje - cerkev - pes - stol - čokolada - zveze - cvetica

4. Povezovanje posameznih pojmov z ustrezno barvo:

zemlja	zelena
trava	modra
srce	rumena
pomaranča	bela
noč	rjava
morje	rdeča
sneg	črna

5. Razporeditev živali glede na skupne življenjske prostore.

KOPNO	VODA	ZRAK
slon	srna	svizec
som	sipa	sokol

6. Ugotavljanje kaj ne spada med naštete besede in zakaj!

KOZA, KOKOŠ, OVCA, SRNA (srna ni domača žival)
AVTO, KOLO, TOVORNJAK, AVTOBUS (kolo ima nožni pogon)
JABOLKO, ČEŠNJA, ANANAS, HRUŠKA (ananas ne raste pri nas)
SVINČNIK, RADILKA, ŠILČEK, RAVNILO (svinčnik ni pripomoček)

7. Iskanje živali v črkovni skupini?

ČAKMA (mačka), RAKAS (sraka), ZAOK (koza), BOADL (labod), GERIT (tiger), DOKORILK (krokodil), RAVAN (vrana), NEEJL (jelen), LEŽAV (želva)…

8. Povezovanje rekov med seboj:

A/ se napihuje	1. kakor megla brez vetra
B/ se vleče	2. kakor muha v močniku
C/ se vrti	3. ko črna živina
Č/ dere se	4. kot jesihar
D/ spi	5. kot kovaški meh
E/ vpije	6. kot polh
F/ gara	7. kot riba
G/ pije	8. kot slavček
H/ molči	9. kot sraka
I/ poje	10. kot žolna

9. Primerjava človeških lastnosti z živalskimi. Pravilne primerjave se preberejo.

hraber	konj
kratek	krava
močan	kura
pijan	lev
počasen	lisica
siten	miška
tih	muha
trmast	osel
uren	ovca
zbegan	pes
zvest	podlasica
zvit	polž

10. Nadaljevanje z besedami, ki so s prvo povezane.

HIŠA (dom, blok, vila, ...)
MIZA (pisalna, kuhinjska, sejna, vrtna.....)
PETA (pri nogi, maša, naloga…)

11. Dopolnjevanje pregovorov!

Laž ima.....
Vsak je svoje.....
Kdor ne dela.....
Kdor drugemu jamo.....

12. Iskanje in zapisovanje besede na prvi dve črki:

TR (trava, tramvaj, trot…),
DR (Dragica, držalo, dim…),
ST (stric, stenica, stroj…),
BR (Branka, brana, briškola…),
PR (prah, prašič, preval…),
KR (krava, kreda, krma…),
MR (mravlja, mreža, mrest…),
AV (avto, avgust, avba…),
ŽV (žvrklja, žvirca, žvižg….),

Miselne vaje

1. Reševanje kombinacije črk in številk:

PA3CIJA
5ROL
3GLAV
PO2ZICA

2. Razdelitev besede, da se dobi nov pomeni:

ŽE/RJAV
VILI/ČAR
OP/ANKA
LED/ENKA
MOKA/SIN
S/POZABA

Besede z več pomeni

1. Uporaba besed v dveh ali več vsebinah. (Posamezne besede se uporabijo v povedih, ki se nato glasno preberejo. Težje besede se razložijo.)

   DRAGA: draga hči, draga ura, šel sem v Drago,
   JEZIK: v ustih in čevljih,
   VEST: novica, stanje duševnosti (vest me peče),
   LUČKA: sladoled, osebno ime, majhna svetilka,
   KOVAČ: priimek, poklic, kovači usode, pregovor (vsak je svoje sreče kovač), bankovec (za 10 din),

In še: GOLOB, ALBIN, ATLAS, BABICA, BLED, RED, TONE, AKT, ANTENA, BELJAK, BOB, KOS, META, ROK, ANTENA, VEST, JASNA, LUKA, POT, JANA, DELO, LOKA, PETA, MESTO, KRILO, ŠKODA, LOKA, AKORD…

2. Besede s spremenjenim naglasom. (Iščejo se besede, ki s spremembo naglasa spremenijo pomen. Vsaka razlaga besede z dvojnim pomenom se utemelji.)

   góvori, govôri, govorí;
   Vêra, véra;
   jêsen, jesén;
   móra, môra;
   klóp, klôp…

3. Iskanje besed na začetno črko za živali, kraje, reke, gore, rastline…

   - živali na k: konj, kobilica, kamela...
     g: gos, gazela, gnida...
     ž: žaba, žrebe, žolna...
   - kraji na k: Kranj, Kočevje, Kidričevo, Kijev…
     g: Grosuplje, Gorica, Gornji grad, Grenobel…
     ž: Žabnica, Žirovnica, Žlebič, Ženeva…

4. Poiskati besede s končnicami:

   - ož, - eta, - oda, - ika, - eka...
   (mož, Portorož, mrož…teta, Meta).

Kviz

Kje je lev večji od slona? (v Ljubljani hotela Lev in Slon)
V katerem mesecu ljudje najmanj pojedo? (februar, ker je najkrajši mesec)
V kakšne kozarce najraje natakamo vino? (v prazne)

Kaj ima Adam spredaj in Eva zadaj? (črko A)
Kako daleč teče v gozd zajec? (do polovice, potem teče iz gozda)
Kaj dobimo, če besedo KRIMINALIST razrežemo na tri del? (kri-mina-list)
Katero živilo kuhamo v slani vodi pa ni slano, ko je kuhano? (jajce)….

Računajmo!

1. Štejete z dvakratniki, trikratniki... večkratniki števil:

- 2 (4, 6, 8, 10...)
- 3 (6, 9, 12,15....)
- 5 (10, 15, 20, 25....)…
- 9 (18, 27, 36…)

2. Štejemo naprej in nazaj po navodilih (štej od 25 do 35, štej od 50 do 40).

rusko računalo abakus slovensko otroško računalo

3. Seštevanje, odštevanje, deljenje, množenje!
   Računi so napisani na listu papirja, po končanem računanju se preverjajo rezultatov. Take vaje se delajo z določenim časovnim zamikom skozi vse leto. Sestavljajo se samo take vrsto računov, ki so primerni sposobnostim posameznikov v skupini. Izogibamo se težjim računom, predvsem pri deljenju.

12+7 =	27-9 =	8.5 =	18:2 =	2356
18+6 =	45-6 =	7.3 =	72:8 =	+ 4697
37+4 =	73-8 =	3.9 =	24:6 =	
24+5 =	61-7 =	6.4 =	40:8 =	7895
64+8 =	13-5 =	7.8 =	35:5 =	- 4358

RAZGIBAJMO SE, POJDIMO NA IZLET

Razgibavajmo se z vajami, ki jih lahko delamo sami sede:
- oči: pogled desno, levo, gor, dol, kroženje z očmi v obe smeri,
- ramena: dvigovanje in spuščanje, kroženje naprej in nazaj,
- vrat: kroženje z glavo v obe smeri, spuščanje glave na prsi, nagibanje desno in levo,
- masiranje lasišča,
- globok vdih, zadržanje sape, globok izdih (pazimo, da se nam ne zavrti).

Pojdimo na krajše ali daljše sprehode in udeležujmo se organiziranih izletov. Izlete organiziramo v bližnje kraje glede na pohodne sposobnost ali možnosti prevoza. Kam na izlete naj bo tudi pobuda članov skupine.

na izlet

Za boljše počutje starostnikov si v domovih za starostnike organizirajmo tudi obiske. To je lahko zdravstveni delavec (merjenje tlaka, pogovor o boleznih srca…), farmakolog (uporaba tablet…), popotnik (opis potovanj), zeliščar (nabiranje, uporaba in učinki zelišč), glasbenik in glasbene skupine in druge zanimive oseb.

obisk (Skupina Gadi v domu dr. J. Benedika v Radovljici)

OBLAČILA

V posameznih letnih časih se oblačimo času primerno. Tudi naše počutje v oblačilih je različno. Danes je oblačenje drugačno, kot je bilo nekoč. Naši dedje in babice so se ob svečanih dogodkih oblačili lepše (narodna noša).
Organiziramo obisk para v narodno nošo, da razložita posamezne dele noše, kdaj se danes še oblečejo v narodno nošo in kako se ta oblačila razlikujejo med seboj glede na pokrajine (Belokranjci, Prekmurci, Primorci, Gorenjci).

Ob tem spoznavamo pot lanene bilke do vezenega prta in ugotavljamo, da poznamo:

- platneno blago iz lanu in bombaža,
- volnene tkanine,
- svilene tkanine.

Tkanine se med seboj ločijo po načinu tkanja. Danes so mnoge vrste tkanin samo spomin, ki jih ne dobimo več ali pa zelo redko in s posebnimi naročili. Take tkanine so šantung, žamet, organdi, flanela, inlet, til, gabarden... Mnogo tkanin se izdeluje iz umetnih vlaken (najlon, perlon, druge vrste sintetike), iz nafte, od naravnih materialov pa tudi bambus.

Volna je živalskega izvora, dajejo jo ovce, lame, koze, zajci, kamele...

surova volna

Iz nje izdelujejo blago in pletenine. Postopek od surove volne do volnene niti je dolg (pranje, gradašanje /česanje, mikanje/, predenje, tkanje).
Volneni izdelki so priporočljivi, ker so topli, zračni, manj sprejemljivi za umazanijo. Volno moramo obvarovati pred škodljivci (molji). Poleg kemičnih sredstev za zaščito volnenih izdelkov so tudi naravna sredstva (sivka, orehovo listje, časopisni papir...).
Bombaž najdemo v naši garderobi v spodnjem perilu, bluzah, oblekah, posteljnini, kuhinjskem perilu.... In kakšen je bombažev cvet?

bombaž

Kvaliteta bombaža je odvisna od dolžine vlakna (4mm). Najkvalitetnejši znamki bombaž sta Mako iz Egipta in Sea Island Cotton iz ZDA.
Bombažne tkanine imajo zelo ugoden vpliv na naše telo.
Lan je enoletna ali dvoletna kulturna rastlina, ki zraste do enega metra visoko. Cvetovi so majhni, temno do svetlo modri, vijoličasti in tudi beli.

cvetoče laneno polje

Lastnosti lanenega platna so zračnost, hladen poleti in topel pozimi. Zrela lanena stebla izpulijo iz zemlje, sortirajo in posušijo, nato godijo (rosenje, namakanje), sušijo, tarejo, otepajo in češejo.

Laneni izdelki se zelo radi mečkajo in tudi krčijo. Z lanenim blagom so ovijali Egipčani mumije. Iz lanenega platna je belokranjska narodna noša.

belokranjske terice lanu

Laneno seme označujejo za najbolj zdravilno rastlino na svetu, saj so ga uporabljali že Babilonci. Zmanjšuje tveganja za srčne bolezni, preprečuje celo srčno kap, uravnava krvni tlaka in preprečuje poškodbe ožilja. Vsebuje omega 3 in omega 6 maščobne kisline, uravnava prebavo… Eno do dve žlički semena strtega (v terilniku) ali celega (namočenega v vodi) zaužijemo zjutraj pred ali med obrokom.
Iz lanenega semena se lahko speče tudi kruh.

Svilo je tkanina iz svilenih vlakna, to pa dobimo iz kokonov sviloprejke.
Metulj svileni prelec odloži jajčec na liste murve, iz njega se izleže gosenica, ki objeda liste in se kasneje zabubi v zapredek (kokon). Bubo v kokonu z vročo paro ali zrakom uničijo in svileno nit odvijejo.

metulj svileni prelec

gosenica sviloprejka in kokon

Nit je lahko dolga tudi do štiri kilometre, uporabne pa jo je samo en kilometer. Za kilogram svile so potrebni štirje kilogrami suhih kokonov. Kokone sortirajo po

velikosti, kvalitet, obliki, čistosti in barvi. Bube v najlepših kokonih ohranijo za razplod.
Svila je prišla v Evropo iz Kitajske po svilnati poti, bube sviloprejke pa so pretihotapili v votli bambusovi palici.

Vrv, ože, konopec, štrik, vož so imena za pripomoček s katerim prevezujemo darila, pakete, knjige in privezujemo prtljago, ladje v pristanišču...
Vrv je pomemben pripomoček. Kmet je v srednjem veku moral dajati graščaku dajatev tudi v določenem številu metrov vrvi. Na podeželju se vrv še uporablja za privez živine, za vprego v vozove, pri vleki vode iz vodnjaka, hlodov iz gozda, pa pri zvonjenju v cerkvah… V Ljubljani je bil v 17. stoletju en sam vrvar, sto let kasneje pet, v 20. stoletju pa jih je bilo na Slovenskem čez štirideset! S pravo proizvodnjo vrvi sta se pri nas najprej ukvarjala neki Adamič iz Kamnika in Šinkovec iz Kranja.
Vrvi danes srečamo tako na kopnem kot na vodi, v gradbeništvu, kmetijstvu, športu, pri otroških igralih....
Vrvi so izdelane iz različnih materialov. Lahko so iz konoplje, jute (žaklovina), iz vlaken agave, lanu, ozkih trakov usnja, sintetike (dvakrat močnejša od naravnih vlaken), kokosovih vlaken (kokosova palma), lesa (vlakna za izdelavo ščetk, predpražnikov, blazin), rafije (afriška palma za senčila, torbe...).

Posebno močne so jeklene vrvi, ki so splet več jeklenih žic. Uporabljajo se v rudarstvu, pri dvigalih, pri gradnji visečih mostovih... Vrvi so najprej izdelovali posamezni kmetje, kasneje obrtniki - vrvarji, danes pa je to prevzela industrija.
Vrv je tudi simbolika vzpona, predstavlja vse vrste vezi, ljudje ji pripisujejo magično moč, je pomembne element pri verovanju.
Žal je vrv na Slovenskem prevečkrat tudi izhod v obupu.

OBRT IN OBRTNIKI

Da se je zavaroval pred mrazom, se je človek oblačil. V Potočki zijalki so našli koščeno iglo, verjetno najstarejšo šivanko na svetu.

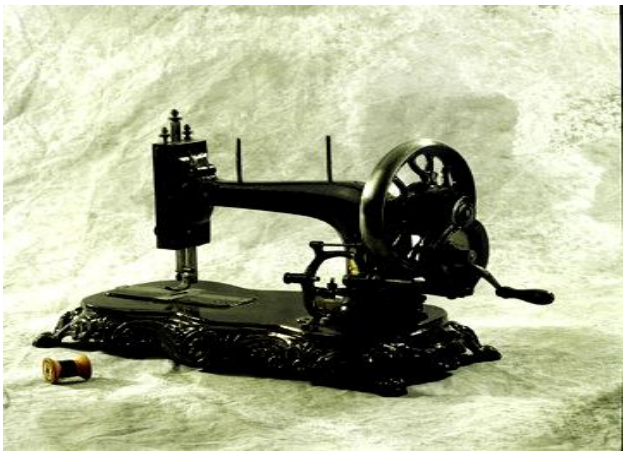
Pletarska šola v Radovljici leta 1908

Domača obrt se je izoblikovala kot postranska dejavnost kmeta. Povezana je bila z osnovno dejavnostjo kmetije ter je pomenila dodaten zaslužek. Kriza domače obrti se je pojavila v drugi polovici 19. stoletja zaradi močne industrializacije. Danes je domača obrt bolj znana kot izdelovanje izdelkov, ki služijo za osebno rabo ali prodajo izdelkov v turistične namen.

Šiviljsto in krojaštvo, ali ju ločimo? Bo novo obleko iz prinesenega blaga sešila šivilja ali krojač? Kaj šiva krojač, kaj šivilja? Kdaj smo nekoč dobili novo obleko (prvo obhajilo, birma, poroka, velika noč, božič, druge posebne prilike)? Kdo je šival vsakdanja oblačil (mama, ki je bila prva učiteljica šivanja)?

šiviljski tečaj

Revolucijo je sprožil šivalni stroj. Od stroja na ročni pogon se je razvil na nožni in končno na električni pogon. Gospodinje in tudi obrtniki so cenili stroje singer, pfaf, ruža, slavica, gritzner, bagat... Večina je uporabnih še danes.
Pri nas se je pojavil prvi šivalni stroj v 19. stoletju. S pojavom šiviljstva in krojaštva kot rokodelstva pa so se delavnice združevale v cehe.



šivalni stroj na ročni pogon

Šivilja potrebuje, da sešije oblačilo veliko mizo za krojenje, različno oblikovana ravnila (šablone), posebno kredo, različne vrste škarij, sukanca, igel, modele (pupe), kroje, modne revije, drobni material (gumbi, elastika, trakovi, naprstnik, vrvice..), vatelin, flizelin, valčke za prirezovanje krojev, koščene luknjače in še kaj, kar je že šlo v pozabo.
Obleka se je izdelovala po meri in se pomerjala med šivanjem do končne oblike.
Videz oblek se je spreminjal z modo. Usmerjali so jo modni oblikovalci (Armani, Coco Chanel, Dior, Cardin, Versace...). Danes je izdelavo oblačil prevzela industrija, ki naredi izdelke hitreje in po dostopnejših cenah (tudi zaradi cenene delovne sile).
Pri oblačilih ima besedo tudi naš okus. Oblačila naj bodo zračna, iz naravnih materialov, pralna in ne prezahtevna za likanje.
Posebna vrsta blaga je irhovina.

irharice

Irhovina (irh) je mehko usnje iz kož divjadi, drobnice, običajno kosmateno na obeh straneh. Z irhovino je možno obrisati očala, izdelati hlače (irharice), rokavice, suknjič… Irhovino dobimo s strojenjem kože, a je vezano na veliko vode, kemikalij in delovne sile. Dežele, ki na veliko uporabljajo irhovino so Tirolska, Bavarska in tudi pri nas (hlače moške narodne noše). Največ irhovine prihaja iz dežel s poceni delovno silo (Bangladeš). Tovarnar, ki je prevzel naročilo irhovine, se je sprva čudil nenavadnemu kroju hlač, danes pa so njegovi delavci sposobni irhovino razporejati po barvah, jo krojiti s pomočjo računalnikov in izkoristiti ves material.
Ker so to hlače, ne gre brez gumbov. Prvotni gumbi irharic so bili iz kravje roževine, zdaj pa se izdelujejo iz bivoljih rogov.
Čevljarstvo je obulo naše noge. Ko kupujemo čevlje smo pozorni na udobnost, primerno velikost, ustrezen material, pravo opetnico in še kaj. Obutev kupujemo popoldne, ko so noge rahlo utrujene.
Obutev je več vrst: ženska, moška, otroška, vojaška, zimska, letna, visoka, nizka, pohodniška, športna, draga, poceni…
Ko se obutev obrabi, obiščemo čevljarja, da nam obutev popravi. Čevljarjev je komaj še za vzorec. Usnje je namreč zamenjala plastika. O čevljarski delavnici pa je ostal v nas poseben vonj po usnju, čevljarski smoli, lepilih, nošenih čevljih.

čevljarska delavnica

Čevljar in njegov pomočnik sta sedela na nizkih trinožnikih stolih, na sebi sta imela usnjen predpasnik. Nizka delovna miza je bila polna orodja (šila, leseni žebljički, kladiva z okroglo glavo, šivalni stroj za šivanje usnja), materiali za popravilo (smola, dreta, lepila...), noži za rezanje usnja, škarje in ostali pripomočki (lesena kopita).
Čevljarji so sami izdelovali celotno obuvalo. Za različne velikosti nog so uporabljali ustrezna kopita. Oblikovanje čevlja je zahtevalo spretnost in znanje.
Prva tovarna obutve pri nas je bila tovarna Peko v Tržiču (**Pe**ter **Ko**zina).
V modernih tovarnah obutve je delo razdeljeno po fazah. Eden pripravljal podplate, drugi zgornji del, tretji lepi, četrti šiva, peti uliva....
Danes čevljarji večinoma popravljajo samo pete, zlepijo odlepljeno gumo, zašijejo ...

Dežnikarstvo je obrt, dežnik pa priprava za zaščito pred dežjem in soncem in kot modni dodatek. O tem pričajo stenske slike z daljnega vzhoda (Japonska). Za zaščito so najprej uporabljali palmove liste, pri dežnikih pa naoljeno usnje ali svilo.
Pred dvesto leti je dežnik preplavil megleni in deževni London, od koder se je širil v druge evropske dežele. Kasneje se je dežnik pojavil tudi kot statusni simbol med premožnejšimi meščani in bogatimi kmeti, saj so ga uporabljali tudi pri hoji.
Na Slovenskem je prvič zabeležena omemba dežnika leta 1667 v Ljubljani. Leta 1838 srečamo dežnik na Gorenjskem. Imel je leseno kljuko in povoščeno platno. Korošci in Dolenjci so jih imeli iz bombažnega blaga, ki pa ga je rado premočilo. V drugi polovici 20. stoletja je dežnik postal nepogrešljiv del vsakdanje garderobe.
Največ dežnikov naredijo na Kitajskem.
Dežnike so nekoč popravljali potujoči dežnikarji (običajno Romi) ali pa so bile temu namenjene bile posebne delavnice.

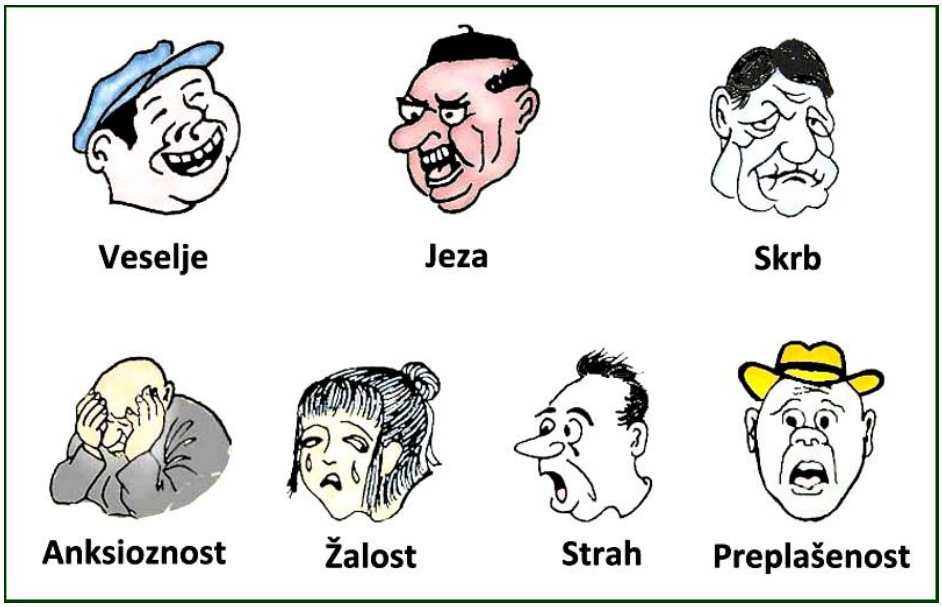
Dežniki so različnih oblik in iz različnih materialov. Sestavljajo ga palica s kljuko ali okroglim držalom, kovinske napere (špice), varovalna zaščita na koncu naper, zaščita na vrhu dežnikove palice, nepremočljivo enobarvno ali pisano blago in zatič, da ostane dežnik odprt ali zaprt z možnostjo ročnega ali avtomatskega odpiranjem. Največ je zgodb o pozabljenih dežnikih, o vetru, ki ga je obrnil. Dežnik ima različna poimenovanja, lahko je omrela, dežobran, štorica...
Dežniki so lahko moški (večji in običajno črne barve), ženski (manjši in raznobarvni), otroški (pisani), zložljivi (primerni za v torbice), protokolarni (večji), reklamni (z napisi), sončniki /senčniki za doma in za odprte prostore.
Z dežnikom so povezane tudi vraže. Nikoli ga ne shranjujmo pod posteljo in ne podarjajmo kot darilo.
Pri nas so izdelovali dežnike v Lendavi.
Rokavičarstvo obleče prste in jih zavaruje pred mrazom kot nogavice v čevljih prste na nogi.
Zgodovinski viri navajajo uporabo rokavic že pred tri tisoč leti (Egipt, Perzija, Grčija, Rim). O njih je pisal Homer. Leta 1119 so v Franciji ustanovili prvi rokavičarski ceh. Primat so obdržali do Napoleonovega obdobja. Sprva so rokavice (bele) nosili duhovniki, kočijaži, natakarji in služabniki.

Rokavice so lahko usnjene, volnene, bombažne, s prsti, brez prstov, gumijaste za gospodinjstvo, zaščito za vrt in v delavnici, smučarske, motoristične, boksarske…

Leta 1807 je Anglež Winter izumil stroj za izdelavo rokavic in s tem so dobile dokončno podobo in postale cenejše in dostopnejše za vse.
Ko kupujemo rokavice, jih pomerimo. Merijo se po velikosti, ki jo dobimo z obsegom dlani.
Najbolj tople pa so tiste, ki jih je spletla mama.

ČUSTVA

Čustvo je duševni proces, ki izraža človekov vrednostni odnos do zunanjega sveta in sebe.



sedem osnovnih čustev

Poleg sedmih osnovnih čustev poznamo še usmiljenje, odpuščanje, sovraštvo, bes, sreča, bojazen, groza, strahopetnost, pogum, zamera, žalitev, prijaznost…
Čustva so pozitivna ali negativna. Temu primerno se odražajo tudi dejanja. Na izbruh čustev naletimo v stikih v družini, službi, trgovini, pri sosedih, v uradih, pisarnah, šoli…
Čustveno življenje je posebej močno v času vojne. To potrjujejo križarski pohodi, kmečki upori, obe svetovni vojni … V naši domovini so še vedno boleči spomini na 2. svetovno vojno. Domobranci so s svojim nazivom predstavljali borce za domovino. Ker pa so sodelovali z okupatorjem, se tu križajo poti s partizani, ki jih niso sprejeli za domoljube. Zato se še danes bije boj med njimi. Še vedno pa so med nami posamezniki, ki jih je vojna prizadela z ene ali druge strani. In oboji imajo pravico, da o svoji bolečini spregovorijo. Kako se bomo tega rešili?

Jeza je čustvo, ki se je razvilo iz želje po samoobrambi. Spomnimo se zgodbe o očetu in sinu, ko je sin zaradi izbruhov jeze moral vsakokrat zabiti žebelj v plot.
Tudi vsakdo izmed nas je bil že kdaj jezen. Razlikovati pa moramo jezo zaradi užaljenosti ali žalosti.
Jezni smo, če nas avto oškropi, če nam kdo zaradi malomarnosti povzroči škodo, če nam prodajalka podtakne gnilo sadje, če nam mesar skrije maščobo pod spodnjo stran mesa, če nas obrekuje nekdo, ki smo mu verjeli...
Jeza da človeku dodatno moč in ga požene v boj za svojo pravico. Jezni smo, ko je ogroženo tisto, kar nam veliko pomeni.

Če nas kritizirajo, je ogrožena naša samopodoba, vložen trud v neko delo, dejanje, občutek krivičnosti, če je bila neopravičena kritika. Vendar ni nujno, da bomo jezo tudi izrazili. Lahko jo zadušimo ali potisnemo v podzavest.
Kakšno bo naše ravnanje, kadar smo jezni, je odvisno od našega značaja, samozavesti, zaprtosti vase, kakšne spomine imamo na otroštvo…
Napadalnost se izraža fizično (pretep), verbalno (zmerjanje), nebesedno (loputanje z vrati). Običajno se psihično in fizično močnejši jezi na šibkejšega (doma ali v službi).

Lahko pa se zgodi, da šibkejši dobi dodatno moč in premaga močnejšega (lonec je prekipel, dvignilo mu je pokrovko).
Moč jeze ni niti pozitivna niti negativna. Pomembno je kako energijo jeze uporabimo in kako s to močjo ravnamo. Premisliti je treba, da ne bomo v jezi naredili kaj takega, kar ne bo mogoče kasneje popraviti.
Jeza je neprijetno in nezaželeno čustvo. Že v otroštvu nam niso dovoljevali, da bi izrazili svojo jezo. Tako se nismo naučili uporabljati jezo, s katero bi dosegli svojo pravico in se branili na tak način, da ne bi prizadeli, ogrožali ali žalili druge. Ker tega ne znamo, se nam včasih lonec napolni in postanemo napadalni.
Običajno nismo pozorni na vsebino, temveč na način sporočanja. Agresivni, napadalni, močni ljudje skušajo nasprotnika predvsem utišati. Niso sposobni, da bi se vživeli v drugega, da bi razumeli, kako je biti nemočen in prizadet.
Plahi ljudje jezo le redko izražajo. To je odvisno od vzgoje, počutja nemoči, mnenja, da morajo poskrbeti za druge in nase pozabljajo. To močni posamezniki kmalu ugotovijo in zlahka vdirajo v polje šibkejšega. Prizadeti se jezi nase, namesto da bi jezo uporabil za uveljavljanje svojega prav. Posledice so psihosomatske narave (motnje preteklih čustvenih konfliktov). Odločnost naj predstavlja mejo, ki je drugi ne smejo prestopiti, da ne bi ogrožali našega dostojanstva.

Jezo povzročajo nepravične okoliščine. Gre za zmoto, ali smo dali problemu preveliko težo, ali pa smo sami ugotovili, da smo stvari videli prečrno. Sporočilo jeze naj bo jasno in razumljivo, predstavimo ga kot svoj zorni kot in ne kot dejstvo. biti mora dovolj močno, da pri drugem izzove vsaj minimalno neprijetnost, ki je potrebna za spremembo vedenja. Biti mora tudi časovno dovolj blizu dogodku, s katerim je neprimerno vedenje povezano.
Ko izlijemo ali obelodanimo svoj problem, ga nasprotnik sprejme ali ne. Če ga sprejme, se z njim pogovorimo na nivoju, ki ustreza problemu in osebnosti in smo pomirjeni. Če pa je nasprotnik povzročitelj problema, ki se brani napadalno, neargumentirano, nas žali, ponižuje in dokazuje, kako nismo razumeli njegovih besed, dejanj ali kaj drugega, ugotovimo, da se z njim lahko samo hudo spremo. Zato se umaknemo iz njegovega življenja ali se mu zaradi ljubega miru prilagodimo, na vsak način pa z njim ne moremo ostati v prijateljskih odnosih.
Aristotel, starogrški filozof, je rekel: "Ujeziti se ni težko, ampak umetnost je razjeziti se na pravo osebo, ravno prav in v pravem trenutku iz pravega razloga."
Strah ima velike oči, okrog je votel, v sredini pa ga nič ni.
Pa vendar nas je strah bolezni, padca in poškodbe, prometa, množice ljudi, neprijetnega odziva sorodnikov, prijateljev, znancev in sosedov, operacije, temé, potresa, ognja, smrti...

Strah je tudi koristen. Naravni strah je za našo varnost nujen. Nastopi takrat, ko nam nekaj ogroža življenje. Zato pred močno svetlobo zapremo oči, ne skačemo v vodo, če ne znamo plavati, ne primemo vroče posode, ko se zbodemo nagonsko odmaknemo roko, če nas nekaj boli, se posvetujemo z zdravnikom, ko nismo na varnem, se bojimo, kaj bo prinesla prihodnost. Strah nas je tudi, da ne bi koga razočarali, da ne bi zgubili ugleda (pijanost, varanje, preklinjanje…).
Strah je nagonsko čustvo. Kadar pa predvidevamo neprijetno možnost, je strah namišljen. Strah lahko postane navada. Svoje strahove moramo opazovati. Tako stanje nas spravlja v psihično napetost in nam preprečuje, da bi se veselili drobnih radosti življenja.

O strahu govorimo lahko tudi kot o fobiji. To je strah, ko njegova moč človeku onemogoča normalno opravljanje aktivnosti in ga ovira v vsakdanjem delovanju. Fobija je vrsta strahu pred predmeti, okoliščinami oziroma situacijami. Pri fobiji se soočamo z velikim nelagodjem. Posledično imamo lahko težave tudi pri opravljanju poklica ali v družbi.

Fobij je mnogo vrst (pred mački, psi, kačami, dvigalom, višino, zaprtim prostorom, injekcijo, krvjo, predorom, letalom, grmenjem, strelo, pred ljudmi, pred moškim…)

Žalost doživljamo zaradi izgube ljubljene osebe, pridelka na njivi po toči, razbitja dragocene vaze, izgubljenega predmeta, ki je bil drag spomin....

Žalost nas obrne k sebi. Izražamo jo z mimiko, solzami, zapiranjem vase... Na ta način sporočamo okolici, da je nekaj narobe in prav je, da se okolica na to odzove in nam pomaga.

Vsakdo ima pravico žalovati. V svoji žalostjo si moramo vse izpovedali, da nas bo zapustila, sicer bomo zapadli v otopelost, tesnobo, brezvoljnost in depresijo.

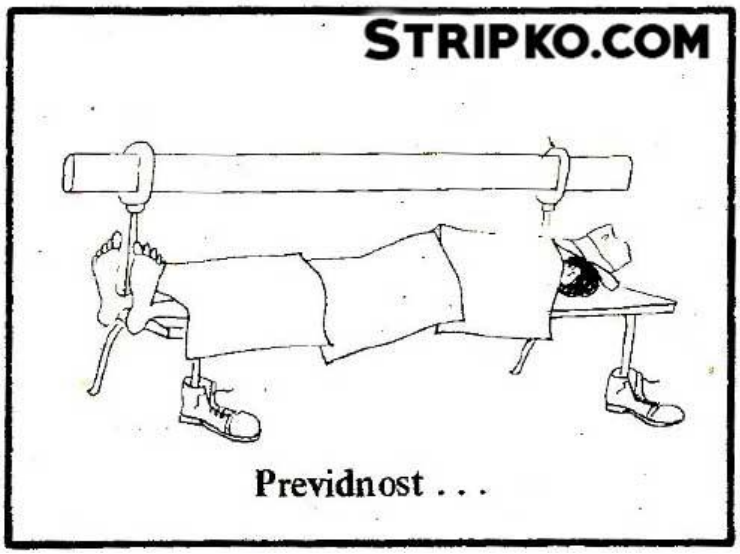
Tudi skupina starih ljudi za samopomoč ima za nalogo sprejeti in pomagati v žalosti, žalost skušati razumeti in prizadetim stati ob strani.

V pomoči pri premagovanju žalosti ob izgubi najdražjih je hospic. Slovensko društvo hospic skrbi za hudo bolne ljudi in njihovih svojcev (odrasle in otroke /levjesrčni/) v procesu žalovanja. Prirejajo predavanja, tabore za najmlajše in seminarje namenjene ozaveščanju in izobraževanju o umiranju, smrti in žalovanju.

Previdnost je mati modrosti. Da bi dnevi potekali umirjeno, brez večjih pretresov, moramo biti pozorni na dogajanja okoli nas. Tako se bomo izognili marsikateri nevšečnosti.

Skušajmo si zato oblikovati nekaj pravil o previdnosti doma in izven doma.

Varnost doma si lahko zagotovimo, da preverimo komu odpiramo vrata (kukalo), ne shranjujmo ključev stanovanja pod predpražnikom, na okenski polici ali lončku za rože, ko odidemo od doma za dan ali več, obvestimo o tem sosede, z njimi se dogovorimo za praznjenje poštnega nabiralnika, pustimo eno od luči v stanovanju prižgano, pred odhodom pregledamo, če je vse ugasnjeno (štedilnik, električni aparati), če so zaprte vodovodne in plinske pipe, zaklenjena vsa vrata, ki vodijo v hišo, ne pustimo rolet spuščenih do konca, ohranimo stanje, kot da smo doma….



Varnost izven doma pa pomeni, da vemo v katerem žepu imamo denarnico, da ne odpiramo denarnice pred tujci, pazimo na robnike ob cesti in drogove cestnih svetilk, da imamo s seboj telefonske številke svojcev ali znancev, da jih lahko pokličemo v sili, da smo v mraku in temi dovolj osvetljeni z odbojnimi pripomočki, po neosvetljenih poteh si svetimo z baterijo, če smo s skupino na izletu ali potovanju, se držimo dogovorov o kraju in času zbiranja, če smo v tujini, da poznamo kako do diplomatskega predstavništva…

Imam prav? je eno od prepričanj, ki nam je skupno. Razčlenimo razmišljanja o tem vprašanju**.**

Za sproščen in ustvarjalen pogovor se moramo prilagoditi tudi drugim. Imeti vedno prav in zagovarjati svoja stališča povzroča napetosti. To lahko spoznamo iz našega vsakdanjega življenja, ko smo hoteli imeli vedno prav.

Če imamo mi prav, se drugi zato moti in obratno. To je razmerje, ko je vedno nekdo v obrambi. Nekateri so podzavestno prepričani, da je njihova življenjska naloga dokazovanje, da so izjave drugega, njegov način razmišljanja, razumevanje življenja, čutenje... napačno in da bo oseba, ki jo popravljajo, vesela njihove pomoči in se bo kaj pametnega naučila, ker imamo mi in nihče drug vedno prav.
Tak način komuniciranja vsi sovražimo, a ga uporabljamo v komunikaciji z drugimi. Ob pogovoru o doživetjih posameznikov v komunikaciji z drugimi se bo odprl marsikateri predalček podzavesti in na plano pridejo ponižanja, ki so jih posamezniki doživeli zaradi ljudi, ki so vedno hoteli imeti prav. Vsi pa si želimo biti slišani, sprejeti in razumljeni.
Način komuniciranja je tisti, ki nam omogoča umiritev. S pogovorom dokažemo tudi drugim, da imajo tudi oni prav. Sprejmimo njihovo resnico, prenehajmo jih popravljati in s tem bodo do nas manj uporni.
Ko se vojna egov ustavi, se pričnejo plemenita srčna razmerja.
Ego-jaz je lahko samozavesten, plašen, ponižen, potrpežljiv, popustljiv, samosvoj...
Vsi se zavedamo, da nas nekdo opazuje. To so lahko domači, partner, otroci, prijatelji, sosedje, nadrejeni... Ker želimo biti sprejeti, smo pozorni na njihove pripombe, ocene in se jim nezavedno prilagajamo. Delamo drugače kot bi sicer naredili, če tega ne bi bilo. Svoje potrebe zanikamo.
Če se to pogosto dogaja, sebe nezavedno spreminjamo. Naša notranjost se temu upira, zato smo jezni, nezadovoljni sami s seboj. Ker ne bomo spremenili drugih, moramo nekaj spremeniti pri sebi.
Zanimiv je predlog, da bi en dan na mesec minil brez sodb, kritik in podobnega. Potrebujemo drug drugega, potrebujemo drugačnost, tako se tudi učimo.
Morda tale primerjava: čokolada ne more razumeti lešnika in lešnik ne čokolade, lahko pa se združita v slastno lešnikovo čokolado.

V vsakdanjem življenju je drugače in ne gre vedno tako, da se dobro druži z dobrim. Včasih je dobrota sirota. Pomembno je, kaj je na drugi strani, kajti poskusiti ni greh.

TEŽAVE NAŠEGA ŽIVLJENJSKEGA OBDODJA

Ne vidimo vsega. Česa? Majhnih madežev na pohištvu, obleki in zidu, na čevljih ali štedilniku, znanca na daleč… Vse to nam povzroča slab občutek, tesnobo, nemoč.
Ker tega ne moremo spremeniti, pomislimo, kaj pa radi vidimo?
Lepoto narave, ki nas obdaja, jesenske barve, sončni zahod, nam drage predmete v stanovanju, prijazen nasmeh na prijateljevem obrazu…
Ne slišimo vsega ali samo slišimo slabše?
Kakšni so naši odzivi, ko nekega dne slišimo: "Povej bolj na glas!" To se tudi nam dogaja ob določenem času dneva, ob določenih šumih, nerazločnem govoru, hrupu okolice...
Včasih je kar prav, da nečesa ne slišimo ali preslišimo. Zato imamo več notranjega miru. Dobro je, če ne slišimo prepira med mladimi, godrnjanja partnerja, kričanja in krega sosedov…
Vsakdo od nas je bil že kdaj v smešni situaciji, ki se je zgodila zaradi pozabljivosti. Iskali smo očala, ki so bila na nosu, ne najdemo zobne proteze, ki je že v ustih, pozabimo na mleko na štedilniku, ne vemo, kje smo pustili ključe, s smetmi smo odvrgli jedilni pribor, med belo perilo je prišlo kaj pisanega, ki gre ob barvo... …
Zaradi pozabljivosti se nam pripetijo različne dogodivščine.

Pozabljanje je lahko tudi neprijetno. Pozabljen prižgan likalnik, nezategnjena ročna zavora v avtu, prižgane luči v kleti, brez denarja v trgovini….
Dobro pa je, če pozabimo na neprijetne dogodke z ljudmi, ki so nas v preteklosti prizadeli, ponižali, užalili. Če smo jih pozabili, pomeni, da smo jim odpustili.
Pomembno je, da smo v svojih odločitvah trdni, strpni in zanje tudi sprejemamo odgovornost.

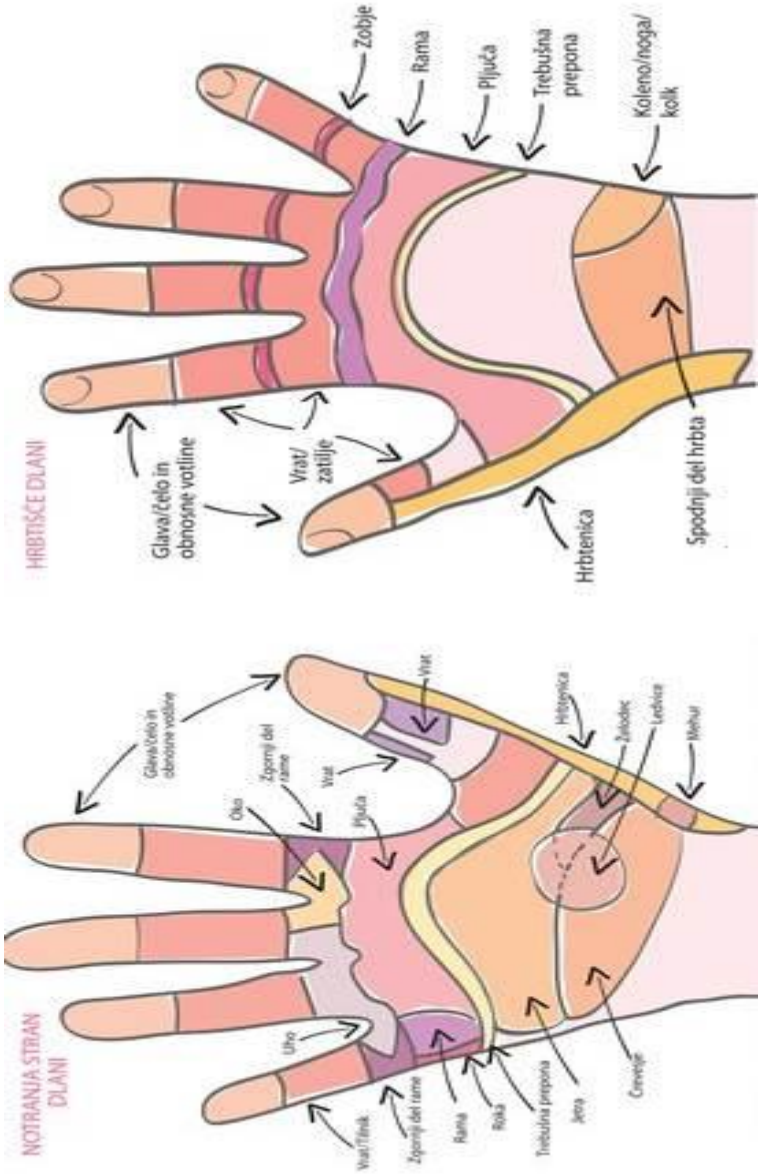
DROBNI NASVETI

Drobni zdravstveni in drugi nasveti za vsak dan nam marsikaj olajšajo. Zato
- proti gripi po hodniku, spalnici, kuhinji razpostavimo prerezano čebulo, grgramo timijanov poparek ali slano vodo,
- za zakisano telo pijemo limonado ali ursi čaj le en teden,
- za dobro spanje pijemo baldrijan po kapljicah ves dan,
- da ustavimo driske, nam pomaga muškatni orešček,
- za zmanjšanje osteoporoze v kozarec položimo celo jajce, zalijemo z limoninim sokom in pustimo čez noč, jajčna lupina zgine, jajce vzamemo iz soka, jajčno ovojnico zavržemo, vse premešamo in pijemo po žličkah vsak dan,
- jajčne lupine zdrobimo in potresemo po zelenjavi,
- pri možganski kapi, ki nas ohromi, vtiramo tinkturo potrošnika (cikorije, plavi regrat zaradi modrih cvetov), ki ga nabiramo v času cvetenja,
- srbenje kože po vsem telesu omilimo s poparkom hrastovih listov, ki naj nekaj časa stojijo v ohlajeni vodi, in se umivajmo po vsem telesu,
- pri revmatoidnem artritisu utirajmo tinkturo arnike ali koprive, ali se mažimo s šentjanževim oljem,
- priti mašenju žil uživamo od tri do dvajset kapljic tinkturo česna na dan,
- herpes odpravimo s pripravo ameriškega slamnika, ki ga uživamo trikrat po petindvajset kapljic z vodo in sladkorjem,

- za škodljivo bakterijo kandido v črevesju, uporabimo česnovo tinkturo,
- pri slabi prebavi v jogurt zamešajmo vsaj eno žličko zmletega lanu,
- zamašen nos odpremo s korenino ajbša, ki jo operemo, nastrgamo, posušimo in potem vonjamo,
- vrtoglavica odpravimo s čajem iz rožmarina, poprove mete in koprive, čaja popijemo tri skodelice na dan,
- močenje postelje preprečimo s 6 dl čaja preslice, ptičje dresni, šentjanževke, divje mačehe in listov breze, ki jih popijemo do šestih zvečer,

- marmor očisti limona s soljo, belim vinom in kisom,
- zelene madeže od trave očistimo z bencinom,
- lakoto trenutno lahko potešimo s pusto skuto,
- razbito kristalno steklo pobiramo z mokro vato,
- oči ohranjamo zdrave z uživanjem vitaminov A, B, E in C.

Eno od domačih pomagal je refleksoterapija. Refleksoterapija je metoda, ko s pritiskanjem na posamezne točke stopala ali dlani sprostimo in harmoniziramo celotno telo in tako ugodno vplivamo na naše zdravje in počutje.



Posamezne točke na dlaneh in stopalih so povezane z določenimi deli telesa (organi, organskimi sistemi) in odražajo stanje posameznih delov. S pritiskom na posamezne točke sprožimo odziv v ustreznih telesnih delih in uravnotežimo njihovo delovanje, posledično pa delovanje celotnega organizma.

SPOŠTOVANJE LASTNE OSEBNOSTI

Samozavesten je tisti, ki zna hitro odgovoriti v izredni situacij, ki ga ne zmede ostrina nasprotnika, ki se postavi za svoj prav, ki se lahko hitro odloči in ima določene vrednote, kot so delavnost, varčnost, pogum, čast, iskrenost, zmogljivost....
Arogantni pa so ljudje, ki so polni samega sebe, niso samokritični, ne dvomijo o sebi in svojih odločitvah in se posmehljivo, celo zaničevalno obnašajo do drugega.
Kdor samemu sebi ne zaupa, nikoli ni prepričan v pravilnost svojih odločitev. Spoštovati moramo najprej samega sebe, šele potem lahko pričakujemo, da nas bodo spoštovali tudi drugi.

Uspehi krepijo našo samozavest. Zgodbe posameznikov o njihovih življenjskih dosežkih so odraz njihove samozavesti. To so gotovo šoferski izpit, nakup stanovanja, izgradnja hiše, izdelava zanimivih predmetov, pomoč domačim, prijateljem in znancem...
Krivda nastopi, ko nekaj nismo naredili prav in nas peče vest. Življenjski primeri slabe vesti so opustitev pomoči, čeprav bi lahko pomagali, uporaba nizkotnih besed in s tem poniževanje drugega, osramotitev koga pred drugimi, izdaja zaupane skrivnosti...
V čustvenem navalu včasih prekoračimo moralne vrednote in nam je potem žal, občutimo krivdo. Pričakovati, da bomo vsi v vsakem trenutku sposobni dosledno spoštovati svoje vrednote, je pretirano. Ljudje nismo popolni in včasih storimo tudi napake.
Občutek krivde nas opozarja, da smo zašli iz svojega vrednostnega sistema. Zdrava krivda nas varuje, da ne zaidemo s poti moralnih vrednot, pretirana krivda pa nas v življenju ovira.
V nobenem primeru pa ne prevzemajmo krivde drugih. Nismo mi krivi, če naš partner ni mogel uresničiti svojih ciljev. Med nami so tudi ljudje, ki za svoje zgrešeno vedênje krivijo druge ali pa celo zanikajo svoje dejanje. Nekateri občutke krivde potlačijo in se občutek krivde vrne šele čez čas.

PISAVA IN PISALA

V 2. stoletju pr.n.št. so Grki iznašli pergament. Pridobili so ga z luženjem živalskih kož. Pergament je kasneje zamenjal manj obstojen papirus.

V antiki je bilo prepisovanje besedil dolžnost sužnjev. V srednjem veku so prepisovali menihi besedila na pergament z ošiljenimi paličicami, ki so jih pomakali v črnilo. Rokopis je izpodrinil prvi tisk imenovan inkunabula. Na Slovenskem se je doba rokopisov zaključila s prvo tiskano slovensko knjigo (Primož Trubar 1550). Z razvojem šolstva se je začelo pisati na tablice s posebnim pisalom. Sledil je razvoj pisal, ko so otroci uporabljali za pisanje črnilo in navadno pero.
Pisálo je pripomoček, s katerim označujemo, pišemo, pa tudi rišemo. Ima konico, ki pušča barvo, ko z njim povlečemo po papirju ali nekem predmetu.
Pisala so svinčnik, kemični svinčnik (kuli), mehanski svinčnik, nalivno pero, ...
Svinčnik je še vedno osnovno pisalo. To je v lesenem ovoju siv do črn mehak mineral kovinskega sijaja, lahko različnih trdot. Na svinčnikih je trdota izražena s črkami in številkami. S črko B označujemo mehkobo (B1, B2...), s črko H trdoto mine (H1, H2 ....), oznaka HB označuje srednjo trdoto.

Nalivno pero je drugo najbolj uporabno pisalo. Oče nalivnega peresa je hrvaški izumitelj slovaškega rodu Eduard Penkala, od tod tudi drugo ime za nalivno pero penkalo. Pero je patentiral leta 1906 v Zagrebu. Danes se nalivna peresa uporabljajo

v šoli, posebna izjema pa je podpisovanje pomembnih uradnih dokumentov, posebno v politiki in diplomaciji (z dokumentarnim črnilo).

Kemični svinčnik različnih oblik najdemo v vsaki družini, pri vsakem posamezniku. Kljub hitremu napredku tehnike (telefon, računalnik) so pisala in papir še vedno zelo uporabna. Večinoma zdaj pišemo s kemičnim svinčnikom. Namesto grafitnega jedra, kot pri svinčniku, imajo kemični svinčniki zamenljivo jedro napolnjeno s črnilom.

To pisalo je razvil Jozsef Laszlo Biro leta 1938. Bil je urednik madžarskega časopisa. Ker je veliko pisal, ga je motilo stalno pomakanje v črnilnik ali polnjenja nalivnega peresa. Z bratom Georgom, kemikom, oba sta bila Juda, ki sta pred nacisti zbežala v Argentino, je po osemnajstih letih razvoja izumil osnovno obliko današnjega kemičnega svinčnika s kroglico, preko katere se nanaša barvo na papir. Prvi preboj kemičnega svinčnika na trg je omogočil britanski poslovnež Henry George Martin. Odkril je, da je kemični svinčnik idealen v letalstvu, ker na veliki nadmorski višini, ne kaplja kot črnilo. Od Birója je odkupil patentne pravice in leta 1944 v Angliji ustanovil prvo tovarno kemičnih svinčnikov za množično proizvodnjo. Že v prvem letu proizvodnje je dobavil trideset tisoč kemičnih svinčnikov vojnemu letalstvu Združenega kraljestva.

POŠTA

Brez ključka je zaklenjeno,
čez goro je namenjeno,
vsak lahko ve komu in kam,
kako in kaj, pa eden sam.

V delu našega življenja smo se obveščali med seboj s pisanjem pisem. Pismo smo opremili z znamko, oddali na pošti ali v poštni nabiralnik in bilo je poslano naslovniku. Vse je potekalo ročno in bilo drugačno kot danes. Tudi izgled pošte v domačem kraju je bil nekoč drugače. Tam so bili poštni uslužbenci, poštarji, tehtnice, znamke, žigi, vse je bilo bolj domače
Zaradi posebnega razvrščanja pisem je danes drugače. Predpisano je, kako mora biti opremljeno z naslovnikom in naslovom ter ostalimi podatki.

Sli so bili prvi prenašalci sporočil v zgodovini. Najbolj znan je grški vojak Filipid (sporočilo o zmagi na Maratonskem polju). Kasneje so bila sporočila poslana s prižiganjem kresov, streljanjem s topovi ali zvonjenje cerkvenih zvonov (prihodi Turkov), prenašanjem sporočil s konji (Pony express), s poštnimi kočijami, z organiziranjem poštne službe, telegrafom, teleprinterjem, s sporočili preko računalnika, satelita…. K poštni zgodovini je treba dodati še golobe pismonoše, ki so bili eden prvih prenašalcev sporočil. Golob si prostor, kjer se je izvalil, zapomni. Tako se tudi po več letih zna vrniti v svoje gnezdo. Kot prenašalce sporočil so jih verjetno prvi uporabljati Perzijci. Z golobi je s svojih bojnih pohodov domov pošiljal sporočila Aleksander Veliki, leta 52 pr.n.št. je Julij Cezar poslal v Rim sporočilo o zmagi nad Galci. Od 12. stoletja so jih uporabljali za prenašanje sporočil v Bagdadu, uporabljali so jih trgovci v Siriji in še marsikje drugje. Vojaki so jemali s seboj

domačega globa in ga s sporočilom poslali domov. Golobov pismonoš je danes v Sloveniji okoli 250.

Klinopis je štiri tisoč let stara pisava na glinenih ploščicah. Razvili so ga Sumerci pred približno 5300 leti. Pisali so s trsteno paličico v mehko glino od leve proti desni (kot mi danes). Ogromno klinopisnih ploščic s sporočili so našli v mestu Ninive.

Prvo pošiljanje sporočil so organizirali Egipčani, pošiljanje pa so poznali tudi Kitajci in Perzijci.

klinopis

Pošta v naših krajih se je začela v času Rimljanov. Rimska pošta, Cursus publicus, je bila državna kurirska služba s poštnimi postajami ob cestah. Tam so se zamenjale živali, posadke so dobile okrepčila in tudi prenočišče. Razdalja med posameznimi poštnimi postajami je bila razdalja enodnevnega potovanja. Poslovanje pošte pri nas je spremenil Karel VI., oče Marije Terezije, ki je pošto podržavil. Osrednji poštni urad je bil na Dunaju, po deželah so bili višji poštni uradi. Poseben pravilnik je urejal odnose med pošiljatelji in prejemniki pošte, vsak je plačal polovico poštnih stroškov. V času poštnih kočij so bili znani napadi nanje (Ravbarkomanda), zato ob poteh poštnih kočij ni smelo biti gozda ali žive meje.

Po ustanovitvi kraljevine Srbov, Hrvatov in Slovencev je bil glavni poštni urad v Beogradu. Ljubljana je dobila samo poštno in brzojavno ravnateljstvo, glavni poštni urad šele leta 1960. Razvoj pošte je šel v smeri poštnih nabiralnikov, pisemskih kuvert, denarnih nakaznic, dopisnic, razglednic, razvojem letalske pošte, teleprinterskih in kasneje telefaks povezav in leta 1974 tudi s satelitsko povezavo.

Naša medsebojna komunikacija se je razvijala z razvojem tehnike. Poštarji nam v večini prinašajo samo še položnice in reklamni material. Tudi naše medsebojno komuniciranje po pošti se je zmanjšalo. To so samo še redka osebna pisma, kratka sporočila na dopisnici, voščila na voščilnicami ob rojstnih dnevih, čestitke ob uspešno opravljeni matur, sožalne brzojavke...

Danes največ komuniciramo z e-pošto, še vedno pa nas razveseli prijazna razglednica s podpisi hčera, sinov in vnukov z dopusta na morju.

Znamka se je pojavila leta 1840 v Angliji (črni peni). Z njo je bila poštnina plačana vnaprej. Idejo za znamko pa pripisujejo tudi Slovencu Lovru Koširju, ki je zamisel predlagal že leta 1835.

znamki s portretom Lovra Koširja
(leva z napako DJ namesto DU)

Dobil sem pisemce,
žalostne šriftice,
za moje bolno,
oj, bolno srce.

Notri tako stoji:
ljub'ca bolna leži,
fantič zakaj le,
zakaj te več ni.

Drevi pa pojdem k nji,
ljubici ljubljeni,
da bom tolažil,
oj, srčece ji.

Dragi, podaj m' roko,
vzela da bom v slovo,
mojega zdravja
nikol' več ne bo.

Meni je zdaj umret'
in ta svet zapustit',
tebi pa voščim
jaz drugo ljubit'.

Zame nobene ni,
bila si samo ti,
zmeraj le tebe
bom 'mel pred očmi.

NAPRAVE, KI NAM LAJŠAJO ŽIVLJENJE

Nedeljsko kosilo, sončen dan, gora posode. "Kdo se javi za pomivanje posode?" "Jaz!" se oglasi pomivalni stroj.

Pomivalni stroj je gospodinjski aparat in pomočnik gospodinji.

Največ poskusov izdelave pomivalnega stroja je bilo v Ameriki. Uspešna je bila Josephine Cochane, hči inženirja, ki ni imel moškega potomca. V družini je prehajal iz roda v rod čudovit porcelan, ki so ga služabniki marsikdaj poškodovali. Zato se je pomivanja lotila običajno sama, kar pa je bilo za njene roke težko. Pričela je razmišljati o stroju za pomivanje. Oče ji je zapustil dolgove in zato je bila še bolj odločena, da ustvari nekaj, kar bo lahko tržila. V pomoč ji je bil lokalni mehanik, ki je njeno idejo uresničil.

Pomivalni stroj je prišel na trg šele leta 1893 na svetovni razstavi v Chicagu in dobil najvišje priznanje za inovativnost. Takoj je našel uporabnike v restavracijah in hotelih. Josephine je ustanovila svoje podjetje pod imenom whirpool, ki deluje še danes.

Pomivalni stroj je danes nepogrešljiv del vsake kuhinje. Posodo za pranje v stroju pripravimo tako, da jo očistimo večje umazanije, posušeno umazanijo namočimo, pripravimo ustrezno količino čistila in izberemo ustrezen program pomivanja.

Ročna svetilka (baterija) je naprava s katero si svetimo. V temi so vse stvari drugačne, razdalje večje, sence daljše, drevesa grozljiva... Koga le ni strah teme? Nekoč so premagovali temo s trskami, oljenkami, svečami, petrolejkami, karbidovkami. Danes nam različna svetila razsvetljujejo dom, ulico, trgovino, v bolnici si težko predstavljamo zahtevne operacije brez dobre razsvetljave. Ko ni elektrike, preženemo temo s pripomočki, ki svetijo, čeprav niso priključeni na električno omrežje. Lahko je to sveča, petrolejka ali baterijska svetilka.

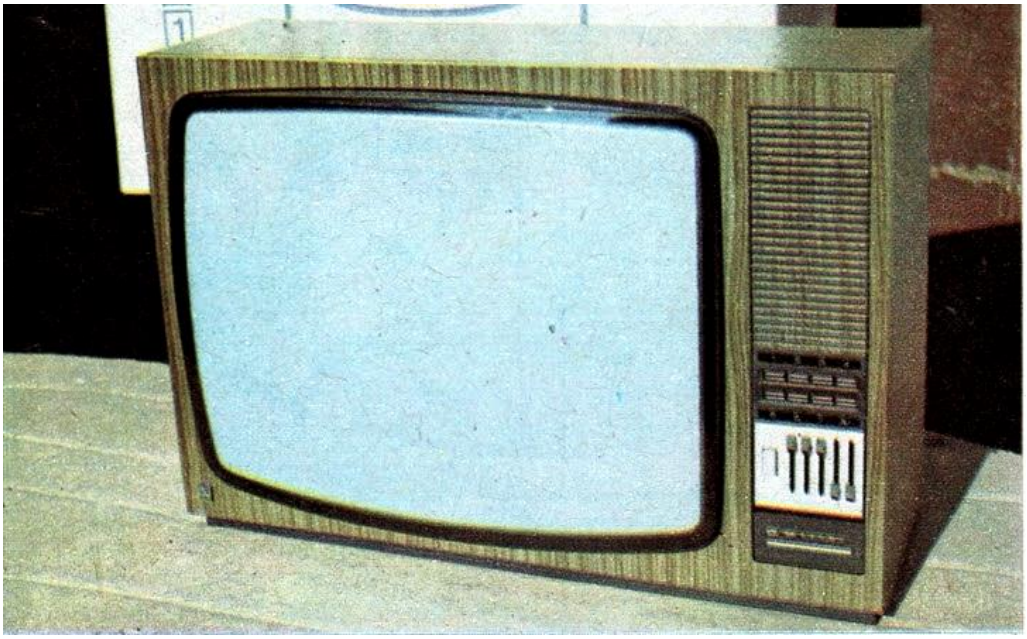
Conrad Hubert, beloruski Žid, se je v Berlinu kot najstnik ukvarjal z žganjekuho. Da bi si izboljšal socialni položaj, se je izselil v Ameriko in se začel ukvarjati z

elektromehaniko. V svoji delavnici je z Davidom Misellom oblikoval prvo ročno svetilko iz kartonastega ohišja in baterijskim vložkom.

Izdelek je podaril newjorški policiji, ki je bili nad pripomočkom navdušena. Svetilka je bila leta 1905 tudi patentirana. Hubert je po smrti svoje bogastvo zapustil Židom.

Termo steklenica (termovka) je posoda za ohranjanje temperature tekočine. Škot James Dewar je pri petnajstih letih osirotel. Ker je bil bister, so ga skrbniki poslali v šole. V Edinburgu je pri devetnajstih letih diplomiral in se kot znanstvenik posvetil utekočinjanju plinov. Iz znanja o plinih je leta 1892 nastala termo steklenica-termovka. Ker izuma ni patentiral, je izgubil tožbo proti nemški tovarni Termos, ki je začela posodo izdelovati. Termovke danes uporabljamo v gospodinjstvu in gospodarstvu za hranjenje vročih in hladnih tekočin.

Televizija je tehnologija, ki prenaša zvok in sliko na razdaljo, televizor je naprava, ki oddaja sliko in zvok in je postal naš večerni prijatelj. Z razvojem se je spremil tako televizor s svojo obliko, načinom sprejemanja programov pa tudi vsebine programov.



Za spremljanje televizijskega programa potrebujemo anteno (sobno, zunanjo ali satelitsko), ali kabelsko povezavo. Programe v televizorju je potrebno nastaviti, kar marsikomu povzroča preglavice, saj se tehnologija izpopolnjuje. Glede na številne programe si ni težko izbrati vsebine, ki nas zanimajo. Za nekoga so to dnevne novice, za drugega verske oddaje, nekdo gleda kuharske ali zdravstvene nasvete, veliko ljudi zanimajo filmi, nadaljevanke, zabavne oddaje…

Zamisel o prenašanju slike je leta 1883 dal Poljak Paul Nipkow. Do uresničitve ideje je prišlo šele leta 1926, ko je škotski izumitelj John Logie Baird izvedel prvi prikaz prenosa slike na svetu.

V Sloveniji je znan kot prvi raziskovalec televizije (tudi pionir avtomobilizma in izumitelj številnih drugih patentiranih naprav) Anton III. baron Codelli plemeniti Fahnenfeld (umrl 1954 v Švici, lastnik graščine Turn, predelu Ljubljane, ki se imenuje po njem, Kodeljevo).

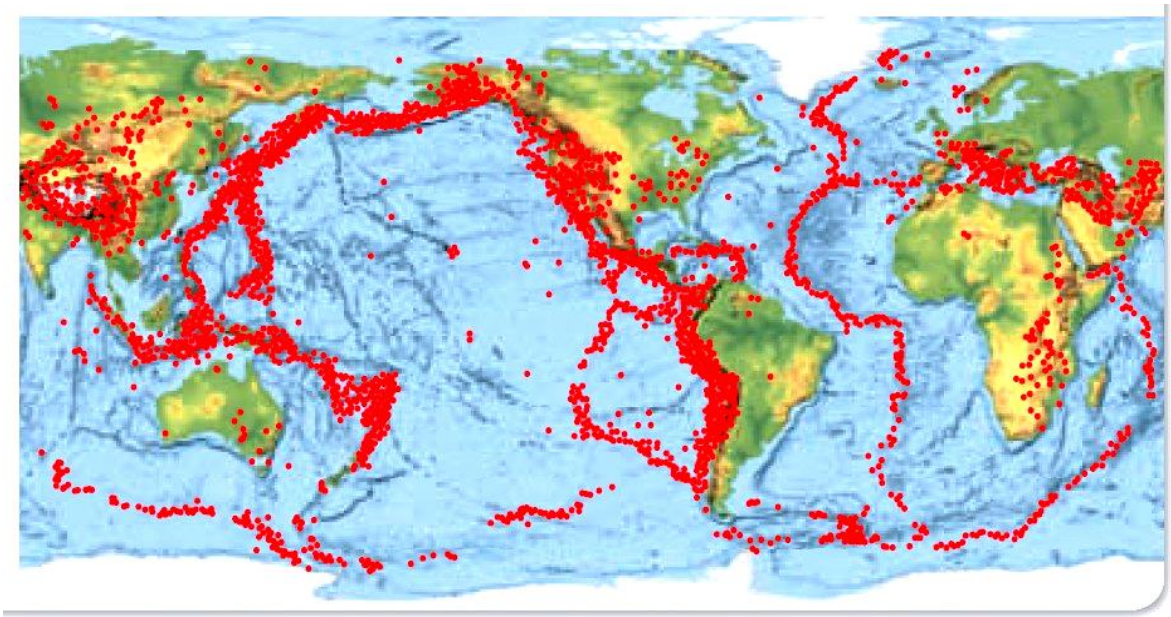
Anton Codelli

Med prijavitelje patenta na področju televizije se je vpisal tudi Ljubljančan Vladimir Šlebinger, ki je 1932. leta prijavil patent sinhronizacije sprejema televizijske oddaje na katodno cev.

V Sloveniji je bil v Ljubljani aprila 1949 ustanovljen prvi televizijski laboratorij. Leta 1958 se je začel redni eksperimentalni program iz studia Ljubljana, 1966 je bilo prvo televizijsko oddajanje v barvah, na satelitsko omrežje pa se je prešlo leta 1993. Prvi televizijski dnevnik v slovenščini je bil predvajan 15. aprila 1968. Med najbolj prepoznavnimi televizijskimi obrazi začetne dobe televizije so Marija Velkavrh, Vili Vodopivec, Janez Čuček, Nada Pengov in še koga.

TEGA SE BOJIMO

Potres je že nekajkrat zatresel tudi naše kraje. Tesnobnega občutka ob tresenju tal se stežka znebimo.
Potresi so nihanja tal zaradi premikanje in narivanja zemeljskih plasti druga na drugo in njenega ohlajanja in krčenj (vsa telesa se pri segrevanju širijo /železniki tiri imajo zato ob stikih razmake/, pri ohlajanju se krčijo /razen vode, ki se širi, ko prehaja v led/). Žareča notranjost zemlje brbota in sili proti površju v obliki vulkanskih izbruhov. Pred izbruhi vulkanov se običajno pojavljajo potresi.
Po izvoru ločujemo vulkanske, udorne in umetne potrese (jedrska eksplozija).



zemeljske potresne prelomnice

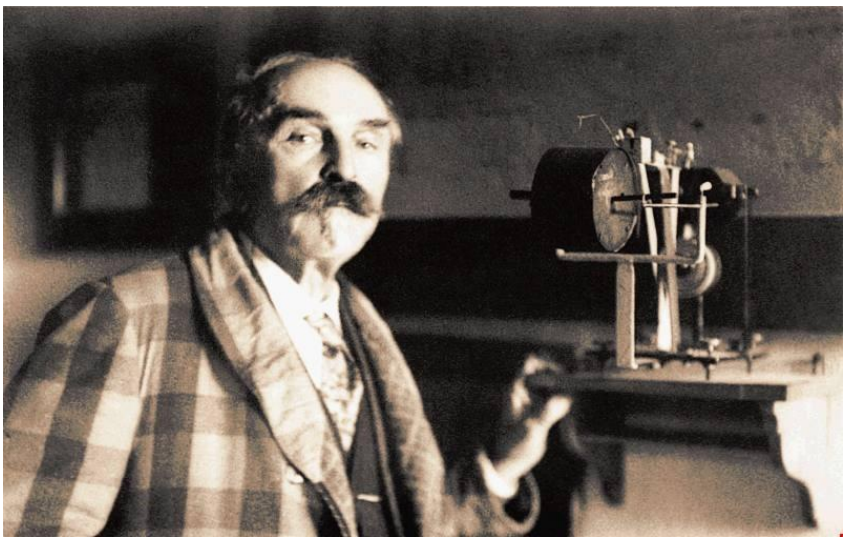
Premiki zemeljskih plasti so v različnih globinah in različnih jakosti. Jakost merijo po različnih stopnjah. Mercallijeva lestvica ima dvanajst stopenj, toliko jih pozna tudi Evropska lestvica. Rihterjeva potresna lestvica jih ima samo osem.
Po Richterjevi potresni lestvici zaznajo potres:
- manj kot 3,5 stopnje le instrumenti,
- do 4. stopnje nihanje zaznajo le občutljivi ljudje,
- od 4. do 5. stopnje zanihajo viseči predmeti,
- od 5. do 6. stopnje zazvonijo cerkveni zvonovi, pokajo stene, odpada omet,
- od 6. do 7. stopnje se podirajo dimniki, slabo grajene stavbe se podrejo,
- od 7. do 8. stopnje nastanejo zemeljske razpoka, podre se večina stavb, plinovodi, električni vodi in vodovodi so poškodovani, požari, poplave, plazovi,
- 8. stopnja - popolno uničenje, tla so vzvalovana in razpokana.

Na svetu se vsak dan zgodi do tisoč potresov (vsako sekundo 87!).
Veliki koroški potres je bil eden najhujših potresov pri nas. Njegovo žarišče je bilo v bližini Beljaka. Tla so se stresla januarja 1348. S tem potresom se ne more primerjati

noben potres v vsej srednji Evropi. Potres je terjal celo do 40. tisoč žrtev. Pri tem se je podrlo pol gore Dobrač, ki je pod seboj pokopal 17 vasi. Drugi najhujši potres je bil leta 1511, ki zahteval do trideset tisoč življenj. Čutili so ga tudi po velikem delu Evrope. Leta 1895 je potres prizadel Ljubljano. Mnogi ljudje so ostali brez domov, zato so zasilno bivališče dobili v sodih.
Največ potresov je na Japonskem, najhujši pa so bili na Kitajske, v Indoneziji in Čilu, ki so zahtevali tudi več deset tisoč žrtev.
Moč potresov merijo seizmografi. Prvo napravo za zaznavanje potresov je izdelal kitajski znanstvenik Čang Heng leta 132.

Čang Heng in posoda, ki je "pljuvala" kroglice

Leta 1856 pa je Italija Luigi Palmieri izdelal seizmograf, ki je beležil sunke.
Prvi slovenski seizmolog je bil Albin Belar. Izdelal je »tremomer«, napravo za merjenje potresov. Napravo je tako izpopolnil, da je dolgo veljala za najboljšo na svetu. Leta 1897 je ustanovil prvo potresno postajo v tedanji habsburški monarhiji in Ljubljana je postala pomembno središče evropske seizmološke znanosti. Po prisilni upokojitvi je imel v Podhomu pri Bledu manjšo potresno opazovalnico.



Albin Belar s tremomerom

Strela je naravni pojav, ki ga sestavljata blisk in grom. Ko se zabliska, najprej vidimo svetlobo, ker je njena hitrejša večja od zvoka (hitrostjo je približno tristo tisoč km/s, nato šele zaslišimo grom (hitrost zvoka je približno 340 m/s).
Strele se pojavljajo ob nevihtah in so lahko nevarne za ljudi in naprave, saj se sprosti velika količina energije. Stavbe so zato zaščitene s strelovodi, ki naj bi zmanjšali učinek strele oziroma odvedli tok v zemljo. Poskuse s strelami in prve strelovode je izdelal Benjamin Franklin. Brezžične prenose električne energije visokih napetosti (t. i. »umetne strele«) pa je preučeval Nikola Tesla.

ZDRAVJE JE ENO SAMO

Poklici v zdravstvu so na različnih nivojih. Usposabljanje je na srednjih zdravstvenih šolah, višjih šolah za zdravstvene delavce in medicinski fakulteti.
K medicinskim sestram in tehnikom s srednjo in višjo izobrazbo štejemo strežnice, maserke, mavčarje, babice, laborantke, patronažne sestre, reševalce....

pri operaciji

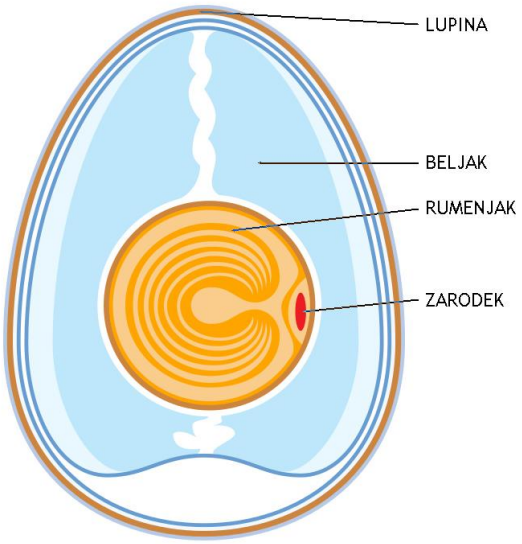
Zdravniki so splošne in družinske medicine, specialisti različnih profilov od kirurgov, patologov, onkologov, rentgenologov, okulistov, ortopedov, otorinolaringologov, ginekologov, dermatologov, farmakologov, porodničarjev, pediatrov, farmacevtov, zobozdravnikov, psihologov, psihiatrov...
V zdravstvu delajo tudi številni drugi delavci: kuharji, administrativno osebje, čistilke, inženirji, ki skrbijo za zdravstvene aparate.....
Rentgen je naprava, s katero dobimo pregled nad notranjostjo našega telesa. Če zdravnik ni prepričan o vzrokih naših težav, nas pošlje na rentgen. Tam ugotovijo zlome, težave z notranjimi organi (pljuča, ledvica, žolčnik, jetra) in drugo.

rentgensko slikanje

James Clerk Maxwell (kot fotografu mu je uspelo narediti prvo barvno fotografijo leta 1861) je elektriko, magnetizem in svetlobo obravnaval skupaj in napovedal njihov obstoj kot elektromagnetizem. Heinrich Rudolf Hertz pa je to praktično dokazal. Wilhelm Conrad Röntgen pa je po naključju odkril nov tip elektromagnetnega valovanja, ki ga je poimenoval "žarki X".

Odkril je tudi zaslon, s katerim se to valovanje zazna in se z njim opazuje strukture človeškega telesa. Rentgenski aparat na podlagi osvetlitve pokaže sliko kosti in mehkega tkiva, rentgenska slika pa odkrivanje bolezni in poškodb. Wilhelm Röntgen je za svoje odkritje prejel prvo Nobelovo nagrado za fiziko leta 1901.

Holesterol je nujen za življenje. Le prekomerne količine povzročajo težave in druge zdravstvene zaplete. Holesterol je pomemben za tvorbo žolča, ki pomaga prebavljati maščobe. In kako si doma pomagamo za uravnavanje pravega holesterola?
Pripravimo 6 limon, 30 strokov česna, pest peteršilja, 1,5 l vode. Limone olupimo, zrežemo na kvadratke, česen in peteršilj sesekljamo. Vse zmiksamo in zalijemo z vodo. Ko zavre, takoj odstavimo, ohladimo, precedimo in damo v hladilnik. Pijemo zjutraj na tešče dve veliki žlici.
Jajčna lupina je sestavina, ki nikakor ne spada v smetnjak. Zbiramo jih in posušene zmeljemo v mlinčku za mletje kave. Če pečemo kruh sami doma, na en kilogram moke umešamo v testo eno zvrhano žličko jajčnega prahu. Kruh bo imel posebno dober vpliv na presnovne procese v našem telesu.



zgradba jajca

Jajčni prah lahko primešamo tudi prsti, kjer bomo vzgajali sadike ali pa ga posujemo v kompost. Dolgoletna opazovanja vrtnarjev so pokazala, da kalcij v procesu aktivira zemljo tako, da rastline ne sprejemajo radioaktivnih snovi iz zemlje.
Soda bikarbona, učeno natrijev bikarbonat, po domače jedilna soda, je bel kristalni prah. Soda bikarbona je sestavni del pecilnega praška. Ker je v vodi topna, nastane plin, ki se dviguje, zato se nam peha in testo vzhaja.
Soda bikarbona je danes uporabna:
- v zdravstvu,
- pri čiščenju zob, zobne proteze (dve žlički sode vmešamo v kozarcu tople vode in vanjo namočimo zobno protezo),
- blagodejno vpliva na lase in lasišče (žličko sode dodamo šamponu, vtremo v lasišče in izperemo),
- zmanjšuje sončne opekline (na opeklino položimo pasto pripravljeno iz sode in nekaj kapljic vode),
- zmes sode in vode olajša pike žuželk,
- nevtralizira želodčno kislino (težave z zgago, prebavne motnje),

- v hladilniku, pomivalnem stroju, košu za odpadke odganja neprijetne vonjave,
- razmaščuje mastne površine,
- dodamo jo vodi, kjer peremo sadje, da zmanjšamo učinek škropiv,
- z raztopino spiramo kožna vnetja,
- dodamo jo vodi, kjer kuhamo fižol,
- čistimo srebrnino, kozarce, odtoke (zmešamo del kisa s sodo bikarbon) in še in še.

Soda bikarbona je presenetila že Egipčane, pred sto petdesetimi leti pa so bili medicinski in drugi učinki sode bikarbone prepoznani še s strani farmakologov.

Glivice so problem nohtov na nogah. Vzroki za nastanek glivic so stres, obutev, prekomerna teža, tudi sprejemljivost zaradi dednosti.
Ko se pojavijo, jih je treba zdraviti.

Za odpravo glivic uporabimo domača zdravila. Na poškodovan noht navežemo narezano čebulo namočeno v kisu, lahko pa tudi s farmacevtskimi pripomočki. Včasih pomaga tudi ustna vodica za spiranje zob.

Pegasti badelj je zdravilna rastlina. Spoznali ga bomo po bledozelenih listih z belimi lisami, zato ga ne bomo zamenjali z osatom.

pegasti badelj

Pravijo mu tudi Marijin osat. Legende pravi, da je Devica Marija iskala miren kraj za dojenje otroka. Osat je to opazil in zaščitil mater in otroka z listi. Nekaj kapljic mleka je padlo na liste in zato imajo listi danes bele lise in črte in ime pegasti badelj.
Danes se pegasti badelj uporablja pri boleznih jeter. V domačem zdravilstvu uporabljamo seme, ki ga zmeljemo in namočenega v olivnem olju pojemo. Pri poškodovanih jetrih jemljemo po eno žličko pegastega badlja zjutraj in zvečer. Kura naj traja 14 dni. Pri preventivnem jemanju pa je dovolj ena žlička na dan.

Oči so organ vida, ki zaznava svetlobo. Najenostavnejše oči v živalskem svetu zaznavajo le razliko med svetlim in temnim, bolje razvite živali pa razlikujejo tudi med oblikami in barvami. Vidna polja nekaterih dobro razvitih oči, npr. pri človeku, se med seboj prekrivajo in s tem omogočajo zaznavanje globine. Pri zajcih in kameleonih pa so nameščene tako, da je prekrivanje kar se da majhno.

Na vnete oči polagajte tople obkladke čaja iz smetlike.

Lasje, ki jih je povprečno na človeškem lasišču okoli sto tisoč, so lahko črne, rjave, rdeče ali blond (plavi) barve. Popolna ali delna odsotnost las je plešavost.

Nekaj pravil, ki jih naj upoštevamo pri laseh: ne posojajmo glavnika ali ščetke, ne spimo z mokrimi lasmi, ne uporabljajmo preveč šampona, ne sušimo predolgo in s prevročim zrakom, ne spenjajmo las pretrdo, ne izpostavljajmo jih soncu.

Neurejena prebava (zaprtje) je težava številnih ljudi. Urejujemo jo s pravilno prehrano, rednim odvajanjem blata in domačimi načini lajšanja težav. Eden od možnih načinov zmanjševanja težav je da zmiksamo 15 dag suhih fig, 15 dag suhih sliv, 5 dag suhega sena (čaj dobimo v lekarni)in 15 dag rozin. Vse zmiksamo.

Zmes zapremo v plastično posodo in shranimo v hladilniku. Po potrebi pojemo zvečer kot oreh veliko kroglico. Ko preverimo učinkovitost zmesi, lahko povečamo ali zmanjšamo količino kroglic. Hranjena v hladilniku ostane zmes užitna več mesecev.

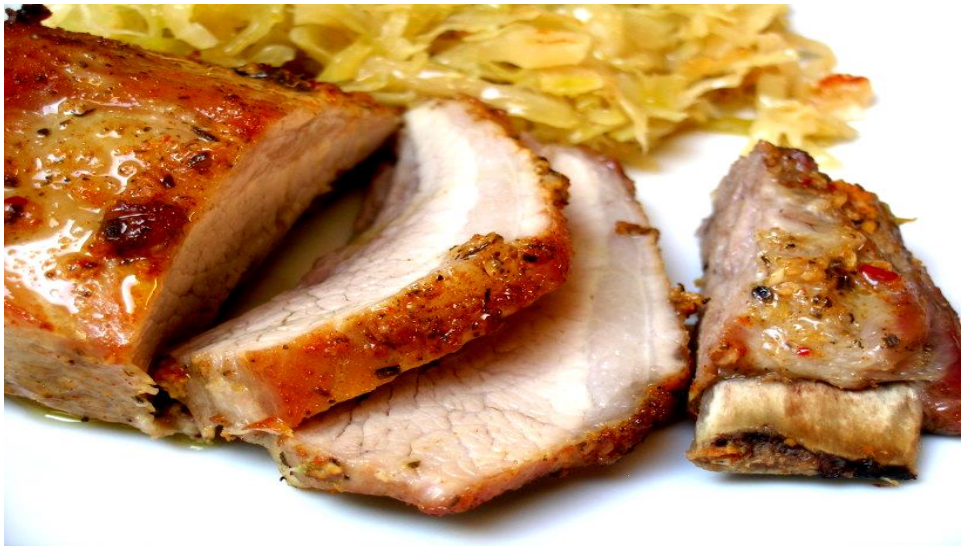
Opekline so različne. Najpogostejše so sončne, težje opekline so zaradi vročine, sevanja, kemikalij ali elektrike (tudi strele). To so ožganine.

Opekline delimo na površinske in globoke in so lahko prve, druge, tretje in četrte stopnje. Pri opeklinah, ko je poškodovana samo zgornja plast kože, opekline hladimo z mrzlo vodo, vendar ne dlje kot pol ure, ali obolelo mesto namažemo z medom. Pri povrhnjih sončnih opeklinah (če je koža samo pordela) namažemo kožo s hladnimi kremami ali pa z borvazelinom (glej tudi temo o sodi bikarboni).
Pri globokih opeklinah so poškodovane vse plasti kože. Teh opeklin praviloma ne hladimo. Nanje položimo le sterilno gazo in za nadaljnjo pomoč poiščemo zdravnika.
Bradavice so nadloga, saj jih je več vrst. Najpogostejše so navadne bradavice, ki so trde, prekomerno poroženele ali nekoliko temnejše. Navadno niso večje od enega centimetra in se najpogosteje pojavljajo na dlaneh, hrbtišču prstov ter ob nohtih (te so lahko boleče). Bradavica, ki se pojavil prva, je po navadi največja. Okrog nje so dostikrat nove (hčerinske) bradavice.

Bradavice na podplatih se pojavljajo na mestih, kjer je rožena plast zelo debela. Navadno jih je več in povzročajo bolečine pri hoji. Bradavice se odstranjuje z zamrznjenim plinom, z ostro britvico ali laserskimi žarki. Za domačo uporabo lahko poskusimo tudi, da jih namažemo z mlekom nezrele fige ali s sokom regratovega mlečka, lahko pa nanjo navežete tudi žajbljev list.

VONJI, KI OSTANEJO

Kosila ob določenih praznikih (novo leto, velika noč, rojstni dan...) so drugačna kot vsak dan. Tudi hrana ob praznovanjih nekoč je od današnje drugačna. Okusi hrane iz mladost ostanejo ohranjeni v spominu tudi v pozni starosti.
Ko gremo v času kosila po stopnišču bloka, lahko na osnovi vonjav spoznamo jedilnike posameznih gospodinjstev. Podobno je, ko gremo mimo gostišč, le da so vonjave drugačne zaradi umetnih dodatkov, pogrevanj in dodanih konzervansov.
Posamezne vrste hrane imajo svoj značilen vonj (zelje, goveja juha, pražen krompir, vampi, ribe...).
Za kuhinjo je bila nekoč hrana nabrana ali nalovljena v okolici bivališč. Šele kasneje so se jedilniki ustalili in način priprave hrane se je zabeležil v obliki receptov. Zelo zanimivo je prebirati kuharske recepte iz starejših kuharskih knjige. Že jezik je arhaičen, med recepti pa se skrivajo pravi biseri kulinarike.
Danes oživljamo stare jedi. Pripravljajo se jedi značilne za določen kraj, za določene jedi ali praznike. Taki so dnevi praženega krompirja, špargljev, golaža, bograča....
Ohranjati moramo tudi družinski okus, saj je hrana vir zdravja in redko komu škodi.
Drugače je pri hrani kupljeni v trgovini. Pri hrane v konzervah vedno preverimo rok uporabe in navodila za pripravo, pri drugih prehranskih artiklih pa preberimo tudi drobni tisk zaradi sestavin, aditivov in drugih primesi.



Drobni nasveti o vrsti hrane na našem jedilniku:
- izogibajmo se maščobam,
- cvrtim jedem,
- sladkorju in slaščicam,
- večjim količinam mesa,

Težave, ki jih povzroča določena hrana pa so napihnjenost, vetrovi, krči, zaprtje, driska.

MARČEVSKA PRAZNIKA

Marec prinaša dva praznika: praznik žensk in praznik mater.

Najprej je sama tema,
najprej je velik nič,
potlej je majcena deklica
in iz nje ljubek deklič.

Iz njega mamica zraste,
a raste dolgo in mnogo let,
potem pa je to kar naenkrat
in jaz pridem na svet.

Iz mamice zraste mama
bogvekdaj, kar nekega dne,
ko še sama ne ve,
da ji pada prvi sneg na lase.

Ko jaz odrastem,
raste mama počasi nazaj,
dokler babica ne postane
in pride z vnuki v raj.

Udeleženke srečanja opisujejo vlogo ženske, matere in žene, kot so jo doživljale same o možnostih šolanja, enakosti pri plačilu za enako delo z moškimi, enakopravnost pri zaposlovanju, vlogi doma in družbi…

Materinski dan izvira iz ZDA. Za utemeljiteljico velja Anna Marie Jarvis, ki je 12. maja 1907 ob drugi obletnici smrti svoje mame, priredila srečanje v njen spomin. Naslednje leto se je zavzemala, da bi bila druga nedelja v maju posvečena materam. Kot izraz ljubezni do matere je pred lokalno cerkvijo razdelila 500 belih nagljev.

V želji, da bi bil materinski dan uradno priznan, je pisala najpomembnejšim funkcionarjem tistega časa. Tako so materinski dan leta 1909 v ZDA praznovali že v petinštiridesetih zveznih državah. 8. maja 1914 je ameriški kongres drugo nedeljo v maju uradno potrdil kot materinski dan. Še istega leta so Američani praznovali materinski dan kot državni praznik. Zaradi komercializacije praznika pa se je Anna Marie Jarvis potem neuspešno borila za njegovo ukinitev.

Na naših tleh se je praznovanje materinskega dne pojavilo po prvi svetovni vojni. Sprva se ga je praznovalo tako kot v ZDA, 15. maja, nato se je praznovanje prestavilo na 25. marec, dan Marijinega oznanjenja.

Praznik žensk, originalno "Dan delovnih žena", je mednarodni praznik žensk, ki ga v približno stotih državah praznujejo ženske vsako leto 8. marca. To je praznovanje ekonomske, politične in socialne enakopravnosti in dosežkov žensk.

8. marca 1857 so delavke v tekstilnih tovarnah v New Yorku organizirale protest zaradi nečloveških delovnih pogojev in nizkih plač. Policija je protestnice napadla in številne pridržala. Dve leti kasneje so te ženske ustanovile prvi delavski sindikat, da bi si pridobile nekaj osnovnih pravic.

8. marca 1908 so se v New Yorku spet zbrale in zahtevale krajši delovni čas, boljšo plačo in volilno pravico. Njihov slogan je bil: “Kruh in vrtnice”. Kruh je simboliziral ekonomsko varnost, vrtnice pa boljšo kvaliteto življenja.

8. marca 1908 so se v New Yorku spet zbrale in zahtevale krajši delovni čas, boljšo plačo in volilno pravico. Njihov slogan je bil: “Kruh in vrtnice”. Kruh je simboliziral ekonomsko varnost, vrtnice pa boljšo kvaliteto življenja.
Leta 1910 je na mednarodni socialistični konferenci v Kopenhagnu nemška feministka in socialistka Clara Zetkin predlagala priznanje mednarodnega praznika žensk. Predlog so sprejeli in dan žensk namenili počastitvi boja za ženske in tudi volilne pravice. Vendar še niso izbrali datuma praznovanja.
Prvič so ženske praznovale svoj dan leta 1911 v Avstriji, Nemčiji, Švici in na Danskem, takrat še 19. marca, v Sloveniji (še v Avstro-Ogrski) pa leta 1913 v Ljubljani, Trstu in Trbovljah.
8. marca 1917 so v Petrogradu (kasneje Leningradu, danes St. Peterburg) ženske pričele s protestom, ki je bil podkrepljen s sloganom “Kruh in mir". Kljub pritiskom ženske s protestom niso prenehale in začasna vlada jim je priznala volilno pravico. To je bilo 23. februarja po julijanskem, ali 8. marca po gregorijanskem koledarju.
Tudi začetek ženskega boja za enakopravnost na Slovenskem se je začel zelo zgodaj. Leta 1897 je začel izhajati ženski časopis Slovenka, ki ga je urejala Marica Bartol, mati slovenskega pisatelja Vladimirja Bartola.
Prva politična stranka zagovornica žensk v Sloveniji je bila Slovenska ljudska stranka. 15. maja leta 1920 je bila v Sloveniji prvič uzakonjena splošna volilna pravica, a jo je leta 1921 Kraljevina Jugoslavija odpravila. Dokončno so volilno pravico ženske dobile šele leta 1945.

VELIKE ŽENSKE

Mnoge ženske so pustile v človeški zgodovini pečat sebe in mnogo stvari, ki nas nanje spominjajo še danes.

Marija Terezija je bila nadvojvodinja Avstrije (1740), kraljica Ogrske (1741) in Češke (1743) ter edina ženska vladarica habsburških dednih dežel. S cesarskim kronanjem moža Franca I. Štefana pa je postala tudi cesarica Svetega rimskega cesarstva. Imela je šestnajst otrok. V času njenega vladanja je izpeljala obširne reforme. Marija Terezija je bila »razsvetljeni absolutist«.

Marija Terezija

Indira Gandhi je bila hči indijskega predsednika vlade Jawaharlala Nehruja (in ni bila v sorodu z Mahatmo Gandhijem). V zgodovino se je zapisala kot dvakratna predsednica indijske vlade. Leta 1984 je bil nanjo izveden atentat. Po smrti jo je na mestu predsednika vlade nasledil njen sin Rajiv Gandhi, ki je bil prav tako žrtev atentata.

Indira Gandhi

Marie Skłodowska-Curie je z možem Pierrom leta 1902 odkrila kemijska elementa polonij in radij. Za odkritja je Marie kot prva ženska dobila dve Nobelovo nagrado, leta 1903 za fiziko in leta 1911 za kemijo. Tako je poleg Paulinga edina, ki je prejela Nobelovo nagrado za dve različni znanstveni področji. Poleg znanstvenega dela je vzgajala tudi svoji hčerki Ireno in Evo. Med 1. svetovno vojno je organizirala 20 mobilnih sanitetnih avtomobilov z radioaktivnimi preparati, ki so jih zdravniki uporabljali kot pomoč za ranjene vojake na fronti.

Marie Skłodowski-Curie

Mati Terezija, rojena kot Anjeza Gondže Bojadžiu v Makedoniji, je bila ustanoviteljica reda Misijonark ljubezni. Uvrščajo jo med humanitarne delavce in dobrotnike človeštva. Njen moto je bil:"Daj prisrčno in brezplačno pomoč najrevnejšim!" Na njenem nagrobniku piše: »Ljubite se med seboj, kakor sem vas jaz ljubila«.

Janez Pavel II. in mati Terezija

Janez Pavel II. jo je 2003. proglasil za blaženo, papež Frančišek pa 2016 za svetnico.

Valentina Vladimirovna Tereškova je bila prva ženska in civilna oseba, ki je leta 1963 v vesolju 48-krat obletela Zemljo. V kabini Vostoka 6 se je komaj gibala, medicina pa ni znala predvideti vpliva tridnevnega bivanja na žensko telo. Polet se je končal skoraj tragično. Šele mnogo let pozneje je razkrila, da je imela raketa napačne izračune, zaradi tega bi lahko trajno ostala v orbiti, namesto da bi se vrnila na Zemljo.

Valentina Tereškova

To pa niso vse velike ženske. Med znamenitimi ženskami so tudi Evita Peron, Madona, Pearl Buck, Elizabeta II., Ivana Orleanska, Katarina II., Coco Chanel, Sapfo, Maria Callas....
Pomembne so tudi Slovenk, zato zaslužijo nekatere pozornost, da jih omenimo.

Zofka Kveder je med prvimi slovenskimi pisateljicami.

Zofka Kveder

Pred njo so ustvarjale Luiza Pesjakova, Josipina Urbančič-Turnograjska in še katera. Ženska je večinoma tudi glavna junakinja njenih del, največkrat nastopa kot mati. V številnih besedilih se posveča motivoma nosečnosti in rojevanja.

Ivana Kobilca je najpomembnejša slovenska slikarka. Leta 1891 je za sliki (Poletje in Likarice) na razstavo v pariški Salon prejela naziv associée (sodelavka). Med najpomembnejše njene stvaritve sodijo Kofetarica, Poletje, Likarice, Šopek dalij…

Ivana Kobilca, avtoportret

Ana Mayer-Kansky je uvrščena na 72. mesto žensk na svetu, ki so do leta 1920 prejele naziv doktorice znanosti. Postala je tudi prva doktorica znanosti na slovenski univerzi in ena prvih slovenskih znanstvenic na področju naravoslovja.

Ana Mayer-Kansky

Omenimo še nekaj pomembnih Slovenk. Fany Hausman je objavila pesmi v prvem slovenskem političnem listu Slovenija leta 1848, 1907 smo dobili prvo zdravnica Eleonoro Jenko Groyer, Valerija Strnad je prva zdravnica s popolno medicinsko fakulteto (1916), Angela Boškin je bila prva šolana medicinska sestra (1918, delala tudi na Jesenicah), Marija Wirgler Jezernik je bila prva akademsko izobražena učiteljica, Marija Urbas pa je opravila doktorat iz filozofije (obe 1906 na graški univerze), Minka Skaberne je naučila branja in pisanja slepe in je ustanoviteljica prve knjižnice za slepe, ki je začela delovati leta 1918,

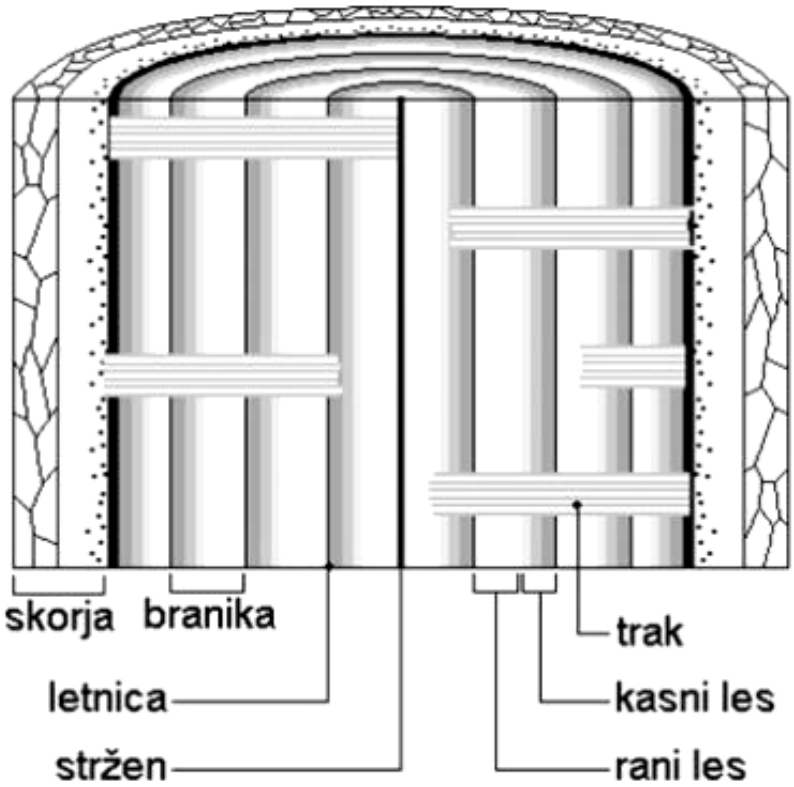
Minka Skaberne

To je samo naključen izbor. Omeniti velja še dobrotnico Josipino Hočevar, redovnico Felicito Kališnik, pesnico Lili Novy, pisateljico Mimi Malenšek, operno pevko Marjano Lipovšek, igralko Dušo Počkaj, flavtistko Irena Grafenauer, popotnico Almo Karlin, odvetnico Ljubo Prenner, disidentko Angelo Vode, skladateljico, pisateljico in tudi pesnico Josipino Urbančič-Turnograjsko, športnico Tino Maze…

Alma Karlin

LES

Sprehodi po gozdu so vedno pomirjajoči in koristni. V posameznih letnih časih v gozdu nabiramo gobe, jagode, kostanj, maline, robido, šipek in tudi zdravilne zeli (dobro misel, širokolistni vrbovec, smrekovi vršički). Pomemben je tudi les, ker je obnovljivi vir energije in eden ključnih energentov.
Drevo ima krošnjo, deblo in korenine, med seboj se ločijo pa obliki listov, plodovih in skorjah debel.
Krošnjo tvorijo veje, ki se spomladi olistijo (tudi iglice so listi, ki pa ne odpadejo vsako leto/razen macesnu/). Listi so tovarna očiščevanja zraka, tvorbe kisika in rasti plodov (fotosinteza).
Deblo je nosilec vej.
Korenine rastejo iz glavne ali srčne korenine v stranske, ki se delijo na koreninice, na katerih so koreninski laski. Tako nastane koreninski sistem, ki pričvrščuje drevo v zemljo. Koreninski sistem tudi črpa hranljive snovi iz zemlje.



prečni prerez debla

Nastanek lesa imenujemo olesenitev. Zunanji del prerezanega debla je skorja. Skorji sledi kambij, ki je pomemben za rast drevesa, skrbi za delitev celic in priraščanje lesa navznoter ter skorje navzven. V normalnih okoliščinah nastane ena prirastna plast letno in jo imenujemo branika.
Na skorji olesenele rastline so žile zamašene, voda se pretaka po najmlajšem braniki (letnem prirastu). Izraz letnica, ki jo pogosto uporabljamo, pomeni le mejo med

dvema branikama. Z letnicami določamo starost drevesa. Les, ki nastane zaradi počasnejše rasti pozimi, je kasni les. Sredi prečnega prereza je stržen, ki ni sestavljen iz običajnih lesnih celic.
Posekan les se prodaja v surovi obliki kot hlodovini. Na žagah se razžaga na tramove, lege, plohe, deske in late. Najfinejša obdelava je furnir.
Vrste lesa so zaradi svojih raznolikih lastnosti uporabne za kurjavo, izdelavo glasbil, papirja, železniške pragove, iverke, kiparjenje, rezbarjenje, izdelavo orodja, skodel, dež sodov, pohištva in v gradbeništvo. Izdelki so odvisni od dežele, kjer je drevo raslo. Rast pa od podnebnih razmer.
Posamezne dele drevesa uporabljajo v različne namene (npr. s palmovim listjem pokrivajo strehe, iz vlaken izdelujejo ščetke, čopiče, predpražnike, iz afriške palme pa rafijo za izdelavo torbic, senčil in podobno).

- prva vrsta: bor, smreka, macesen, brin

- druga vrsta: trepetlika, gaber, breza, jelša

- tretja vrsta: bukev, hrast, brest, češnja

- četrta vrsta: hruška, javor, lipa, jesen

Nasekanim kosom lesa, ki jih kurimo, pravimo drva, kurimo pa tudi sekance, pelete in brikete. Zmlet les se uporablja pri proizvodnji papirja. Najbolj tradicionalne oblike obdelave lesa v Sloveniji so v mizarstvu, izdelavi suhe robe, skodel…

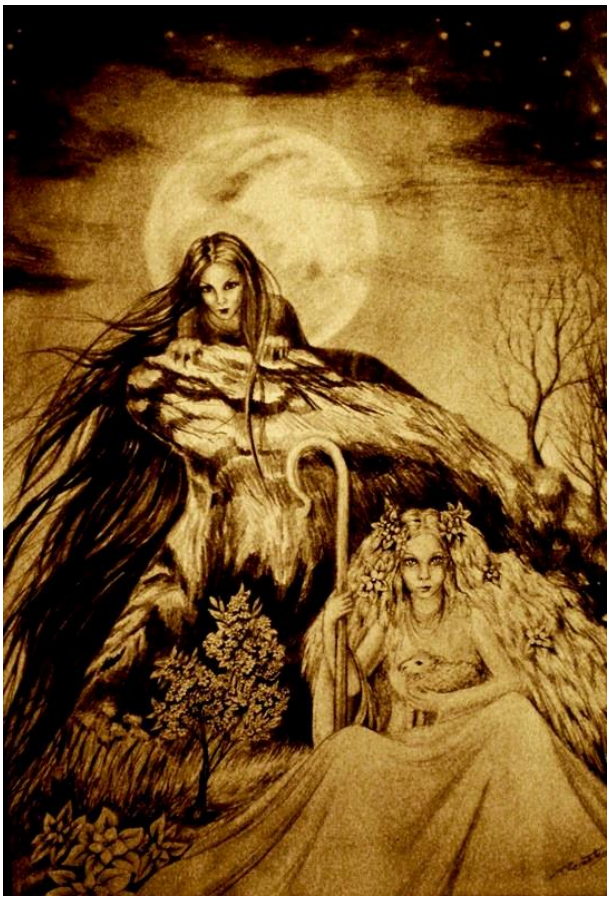
STAROSLOVANSKI BOGOVI

Slovenci imamo zelo bogato mitologijo, a jo premalo poznamo. Slovani, ki so prišli v ta del sveta z glavo polno svojih bajeslovnih bitij in pošasti, so se morali počutiti nemočne ob neukročeni naravi. Krščanstvo je poskušalo izbrisati poganska verovanja, a določeni miti in legende so se vseeno vtihotapili v krščansko verovanje.
Pri predkrščanskih Slovencih so se pojavljali trije miti o nastanku sveta. Po enem je božanstvo s pogledom ustvarilo svet in nebesna telesa, po drugem se je luna (ki je tudi božanstvo) potopi v morje in z dna prinesla talno zemljo, po tretjem pa je neko božanstvo ljudem zapustilo svoje telo in iz tega telesa je nastala plodna zemlja.
Slovenska mitologija je tudi polna dobrih in slabih duhov. Zanimiva je legenda o duhovih, ki prebivajo v lesu. Iz te legende se je tudi rodilo trkanje po vratih. Namen trkanja namreč ni, da bi priklicali gospodarja, temveč da bi priklicali nekaj nadnaravnega, ker v drevesih prebivajo dobri duhovi. Ko drevo posekajo, ti duhovi ne umrejo, temveč prebivajo v izdelkih, ki se narejeni iz lesa in običajno so bila to vrata. Trkanje po lesu prikliče te dobre duhove in nam ter gospodarju prinesejo srečo in zdravje. Od tod tudi trkanje po lesu, da potrdimo neko napoved.
V slovanski mitologiji nastopa vrsta pomembnih bogov Svarog, Perun, Kresnik, Vesna, Veles, Triglav, Morana, Svetovid, Dažbog, Svarožič**…**
Svarog, imenovali so ga tudi Svarun, je bog neba in oče vseh slovanskih božanstev ter stvaritelj sveta.

Svarog

Svetovid (ohranjen v liku sv. Vida) je eden bog, ki ga povezujejo z vojno in prepirom. Po navadi je upodobljen s štirimi glavami, ki gledajo na štiri različne strani neba. Po legendi naj bi jezdil na belem konju, njegov meč (ali včasih lok) pa je bil nepremagljiv. Že njegovo ime pravi, da je videl in vedel vse na svetu.
Perun je vrhovni slovanski bog, je bog strele in groma, bog dežja, na splošno bog kmetijstva. Njegov simbol je hrast, ki so ga stari Slovani častili kot neke vrste tempelj. Seveda najdemo tudi drugačne razlage.

Kresnik je povezano s soncem in ognjem. Oborožen s strelo, kladivom, sekiro, kijem ali mečem je potoval po nebu v svoji zlati kočiji. Velja za slovanskega Herakleja, saj je tudi on naredi dvanajst dobrih del. Pri njegovih junaštvih mu včasih pomaga njegov štirioki pes. Kresnik se je bojeval tudi s kačjo kraljico. Če bi kdo omenil njegovo pravo ime, bi to božanstvo umrlo. Kresnik se je spopadel s Potoglavom. Ko je premagal rivala, je padal blagodejen dež in potem je nekaj let zemlja obilno rodila, rasla je zlata pšenica. Boj je bil na kresni dan, zato se v spomin na ta dogodek prižigajo kresovi in ljudje se polivajo z vodo.
Veles je bog podzemlja in bogastva. Prevzemal je lahko podobo kače, bika, zmaja ali volka. Je precej nenavaden bog, saj ga označujejo tudi kot boga vojne, pa tudi živine in poezije. Veles je znan tudi po tem, da lahko vzame dušo človeka, ki je prelomil obljubo.
Triglav je ime troglavega slovanskega božanstva. V nekaterih mitih ga povezujejo tudi s Svarunom. Ime pomeni gospodarja zraka, zemlje in vode. Število tri je v mnogih verah veljala in še velja za magično število in v primeru Triglava ni nič drugače. Ker ima tri glave, vidi vse, zaradi tega predstavlja tudi modrost
Vesna je boginja pomladi, plodnosti in obilja. Predstavljena je kot lepa ženska, ki prinaša blagostanje.
Morana je boginja smrti, zime in teme. Njeno ime izhaja iz indoevropskega korena mer, ki pomeni smrt. Po nekaterih legendah naj bi se po tej boginji imenovala reka Mura.



Morana in Vesna

STAROSLAVANSKI HOROSKOP

Drevesa rastejo počasi in dolgo, tisa lahko tri tisoč let, lipa tisoč. Ljudje so si les prisvajali kot del osebnosti glede na čas rojstva.
Tako se je ohranil keltski horoskop, kjer ima vsak posameznik glede na rojstvo zaveznika v svojem drevesu. Keltski svečeniki, druidi, so bili tudi astrologi. Keltsko leto je imelo trinajst lunarnih mesecev, vsak je bil povezan z drevesom. Drevo, v znamenju katerega ste rojeni, naj bi simboliziralo vašega duhovnega vodnika. Po druidskem izročilu bi moral vsak posaditi svoje drevo, kjer bi našel mesto svoje opore, sprostitve in poživitve.
Seveda so tudi drugi in drugačni horoskopi. Tako poznamo tudi cvetličnega, astrološkega, indijskega, egipčanskega…
Tudi staroslovanski horoskop naj bi vodil k drevesu kamor sodi posameznikov značaj. Danes komaj kdo omenja staroslovanski horoskop. Kako pa so naši predniki človeške usode povezovali s simboli v naravi, je izredno zanimiv.

Hrast 21. marec

Že sama podoba drevesa pove, da so ljudje rojeni v njegovem znaku, praviloma močni in lepi..

Ne potrebujejo nikakršne zaščite, ker imajo prirojeno moč in jo lahko ponudijo tudi drugim ljudem. Zelo se bojijo za svoje zdravje in so že v primeru najmilejše bolezni zelo zaskrbljeni, kljub temu pa niti pomislijo ne, da bi svoji okolici priznali trenutno slabost. Ob pogledu na kri jim je neprijetno, zato se praviloma izogibajo ljudi, ki krvavijo. Ljudje tega drevesa sodijo med stabilne in vztrajne, ker pa posedujejo veliko mero poguma in ponosa, najbolj cenijo svojo in tujo svobodo.

Breza 21. junij
Oseb rojene v znamenju breze so polne življenjske energije, živahne, lepo vzgojene in vedrega razpoloženja, zato jih vsaka družba ljudi rada vidi v svoji sredini.

Moški so strogi moralisti, ženske pa ne marajo vulgarnosti in ekscentričnosti. Kot ljubimci so mlačni in nekoliko nezainteresirani. So sentimentalni, zvesti partnerju, visoko inteligentni, imajo izredno domišljijo in so neizčrpen vir delovne energije.

Češnja 23. september
Ljudi rojene v znamenju češnje ščiti sonce. V dnevih brez sonca so depresivni in nesrečni. Njihovi odliki sta miroljubnost in modrost, kakršne koli prevare so jim tuje. Neverjetno lahko jih je izzvati in v takšnem stanju se pogosto vedejo nepremišljeno.

Ker niso ljubosumni in zavistni, se iskreno veselijo uspehov drugih ljudi. V različnih življenjskih situacijah ohranijo trezno glavo in rešijo težave z veliko mero realnosti.

Bukev 22. december
Ljudje rojeni v tem znamenju so mnogo bolj zanimivi v starosti kot v mladosti. V mladosti so lahko nesrečni in preobčutljivi, še posebno, če jim nasprotni spol ne vrača pozornosti in naklonjenosti.

Radi so urejeni in elegantni. Prirojena varčnost jih lahko pripelje do prave skoposti. Zelo težko posojajo denar, saj imajo vedno pri roki izgovor, da tega ne storijo. Cenijo visoko moralo in kakršno koli tradicijo. Otroke naravnost obožujejo in so edino na tem področju lahko prav razsipni.

Leska 22. - 31. marec in 24. september - 3. oktober
Že drevo samo je označeno kot drevo magije. Ljudem, rojenim v znamenju leske, se pripisuje visoka stopnja inteligence. V ljubezni in sovraštvu poznajo samo skrajne meje, nagibajo se k maščevanju in agresivnosti.

Zaradi samoljubja pogosto uničijo svoje ljubezenske zveze, krivdo pa pripisujejo partnerju. Stremijo k prevladi in vodilnim položajem, za dosego cilja ne izbirajo sredstev.

Nešplja 1.- 10. april in 4. - 13. oktober
Ker je nešplja drevo velike čustvenosti, se ta lastnost prenaša tudi na ljudi rojene v njenem znamenju.

V ljubezni se nesebično razdajajo, vendar postavljajo visoke zahteve in neprestano iščejo potrditve v ljubezenskem odnosu. Samsko življenje odklanjajo, saj jim družabni in družinski uspeh predstavljata najvišji vrednoti. Praviloma nikoli ne povzročijo razveze

Javor 11. - 20. april in 14. - 23. oktober
Javor označuje ljudi z visoko inteligenco, ki neprestano raziskujejo, odkrivajo nova obzorja in iščejo vedno nove poti do izbranih ciljev. Prav neopazno in nevede odkrivajo različne skrivnosti drugih ljudi, katere pa znajo zadržati za sebe.

Imajo močno razvito željo po vzbujanju pozornost z zunanjostjo in bistrostjo. Na ljubezenskem področju imajo vizije za novosti in drugačnosti. Staro ljudsko izročilo pravi, da je javor sveto drevo. Tudi zato se po njem imenujejo številni slovenski kraji. Javorje najdemo v občinah Črna na Koroškem, Gorenja vas-Poljane, Šmartno pri Litiji, Šentjur pri Celju, Velike Lašče, Hrpelje-Kozina…

Oreh 21. - 30. april in 23. oktober - 7. november
Oreh je drevo in zaščitnik nenavadnih posebnežev. Ljudje rojeni v tem znamenju, se nagnjeni k hitrim in nasprotujočim se menjavam razpoloženja, volje in prijateljstva. Ker se bojijo svetu prikazati v pravi luči, imajo vedno na obrazu masko izbrano po trenutnem razpoloženju. So izredno sramežljivi.

Ker so po svoji naravi zelo ljubosumni in agresivni, zelo težko svojemu partnerju ali drugim ljudem nudijo občutek varnosti.
Kostanj 15. - 24. maj in 8. - 21. november
Najmočnejša lastnost kostanje je pravičnost, zato ljudje tega znamenja običajno hipno in brez razmišljanja reagirajo na kakršnokoli krivico. Ker jim istočasno v takšnih trenutkih primanjkuje taktičnosti, jih okolica na sprejema, saj s svojimi dejanji vnašajo nemir vsepovsod, kjerkoli se pojavijo.

pravi kostanj

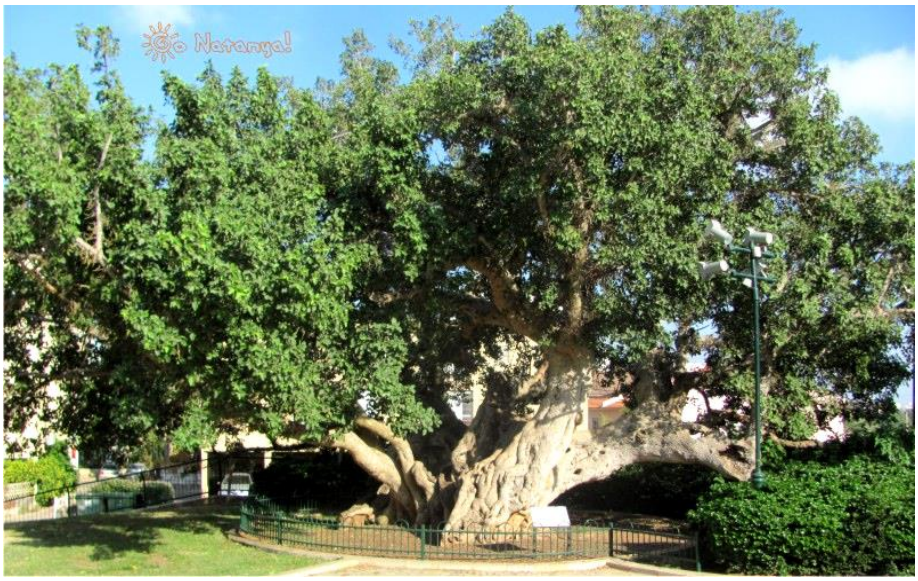
divji kostanj

Zelo radi pretirano trošijo, ne branijo se špekulativnih in drugih sumljivih poslov, če le prinašajo zaslužka. So zelo nesamozavestni, zato lahko najbolje delujejo in ustvarjajo s pomočjo partnerja ali prijateljev katerim zaupajo.

JESEN 25. maj - 3. junij in 22. november - 1. december
Ljudje, rojeni v tem znamenju, so zelo ambiciozni, zato je z njimi zelo težko deliti mizo in posteljo, saj spreminjajo vedenje in prepričanje pogosto na račun drugih. Svojemu partnerju dajejo veliko mero podpore in zvestobe.

Zaradi prirojene modrosti so poslovno zelo uspešni. Pogosto svoj razum uporabljajo za intuitivna predvidevanja, zato njihova zunanjost izžareva magičnost in skrivnostno privlačnost, kateri se je z zdravim razumom težko upreti.

Sikomora 4. - 13. junij in 2. - 11. december
Sikomora je sveto drevo, zatočišče egipčanske boginje neba Nut. Beseda izhaja iz hebrejščine in označuje sikaminino drevo, o katerem govori Lukov evangelij. Sikomora je drevo umetnosti. Rojeni v tem znamenju delujejo oholo in s prezirom gledajo na stvari, ki jih ne zanimajo. Ker so vizionarji, zelo težko pridejo do samega bistva in srži neke zadeve. stvari, ki jih ne zanimajo. Zelo se bojijo osamljenosti, zato se radi vrtijo v družbi, kjer jim lažni sijaj in šopirjenje predstavljata eno od odlik. Nesposobni so sprejemati kakršnekoli novosti, zato se trdoglavo upirajo napredku.



Figovec 14. - 20. junij in 12. - 21. december

Ker je figovec drevo močnega čustvovanja, so tudi ljudje rojeni v tem znamenju zelo občutljivi in čustveni. Niso sposobni živeti izven določenega znanega prostora ali brez topline. Obremenjeni so z različnimi obveznostmi in prepovedmi, največkrat v svojo škodo.

Čeprav jih pogosto vidimo prezaposlene, je to samo dobra maska njihove prirojene lenobe. Tudi na zdravstvenem področju je močno izražena njihova občutljivost, še posebno v zimskih mesecih.

Jablana 23. december - 1. januar in 22. junij - 4. julij

Jablana je drevo ljubezni, zato so ljudje rojeni v tem znamenju zelo čuteči, ljubki in nežni. Zaradi svojega šarma so priljubljeni v vsaki družbi. Partnerstvo in ljubezensko življenje je področje, kjer največ dajejo in sprejemajo. Stalno so v dolgovih.

Življenje živijo tukaj in zdaj, zato nikoli ne načrtujejo, saj nimajo časa razmišljati, kaj jih čaka v prihodnosti. Zaradi takšne naglice lahko hitro postanejo žrtve lažnih prijateljev, ki jih speljejo na tanek led.

Jelka 2.- 11. januar in 5.- 14. julij
Jelka sodi med drevesa mističnosti. Ljudje tega znamenja se stalno pritožujejo ali pa so prekomerno egocentrični. Zelo so glasbeno nadarjeni in uživajo v intimnih prostorih ali starinarnicah.

jelka

smreka

Zaradi svoje dolgočasnosti so prava mora za partnerski odnos, pogosto sebe postavijo v središče življenja. Na ljubezenskem področju so zelo skrajni, zahtevajo in vzamejo vse, dajejo zelo malo. Mnogo bolj kot v ljubezni so uspešni na poslovnem področju, kje pride njihova umska sposobnost do polnega sijaja.

Brest 12. - 24. januar in 15. - 25. julij
Brest poznajo ljudje kot drevo privlačnosti. Osebe, rojene v tem znamenju, so lepo grajene in izjemno lepe, še posebej dekleta tega znamenja so tiste lepotice, za katerimi se moški ozirajo na ulici.

Podobno je z moškimi, le da so po tridesetem letu nagnjeni k debelosti. Zdravstveno stanje je tisto, zaradi česar niso nikoli povsem mirni v življenju. Praviloma so miroljubni in imajo prirojeno sposobnost deljenja pravice.

Cipresa 25. januar - 3. februar in 26. julij - 4. avgust
Cipresa je drevo zvestobe. zato rojeni v tem znamenju kažejo svoje lastnosti na ljubezenskem ali prijateljskem področju. Zaradi prilagodljivosti hitro sprejmejo nove pogoje za življenje. Po postavi so običajno zelo visoki, močni in gibčni ljudje. Zanje je značilno, da srečajo samo eno in edino veliko ljubezen, kateri so zvesti do konca življenja. Zaradi svoje velike potence in seksualnosti imajo izjemno pestro vsakodnevno ljubezensko življenje.

Topol 4. - 8. februar, 1. - 14. maj in 5. - 13. avgust
Topol je drevo pesimizma. Zato so ljudje tega znamenja črnogledi.

Izjemno natančno ocenjujejo nastale situacije in se z lahkoto pripravijo na kakršnokoli neprijetno presenečenje. Imajo prirojen cinizem, so zelo samostojni, težko si nadenejo masko z lepim nasmehom. Iz leta v leto se njihov razum bolj razvija, kar lahko otežuje vsakodnevno komunikacijo z okolico

Mandelj 9.- 18. februar in 14.- 23. avgust
Mandelj sodi med drevesa optimizma, zato rojeni v tem znamenju posedujejo veliko sposobnost prilagajanja vsaki situaciji. Neprestano želijo biti v središču pozornosti in kar prekipevajo od zdravja in samozavesti.

Zaradi večnega optimizma in plemenitosti si želijo slave, pozornosti in občudovanja, kjer se pojavijo. Pogosto se hitro zapletejo v romantične zveze, katere so več kot le avanture, v primeru razočaranja se iz takšne zapletene zveze izkopljejo le s težavo.
Bor od 9. do 29. februarja in od 24. avgusta do 2. septembra
Bor je sinonim za prefinjenost, zato so osebe tega znamenja zelo ozaveščene in poznajo svoje kvalitete in vrednosti.

Potrebujejo življenje v mirni naravi, pogosto poznajo svoje življenjske cilje, za katere se tudi uporno borijo. Primanjkuje jim plemenitosti, saj pogosto izpostavijo sebe, da bi podcenili ali zasenčili druge ljudi, ker imajo prirojen občutek večvrednosti. V ljubezenskem življenju so skoraj sadistični, ker zahtevajo, da je vse podrejeno njihovim željam in pričakovanjem.

Vrba od 1. do 10. marca in od 3. do 12. septembra
Vrba je drevo, ki simbolizira žalost. Ženske, rojene v tem znamenju, so zelo hrepeneče, ranljive in ljubke, nujno potrebujejo toploto in vodo.

Moški predstavniki tega znamenja uživajo v življenju brez omejitev, še posebno na raznih zabavah. Ker so zelo svobodoljubni, ne marajo omejitev ali prepovedi, prav tako nimajo razvite sposobnosti ukazovanja. Uživajo na področju umetnosti, radi potujejo tako na kratke kot nekoliko daljše razdalje, kjer pričakujejo obilo izzivov in pustolovščin.
Lipa od 11. do 20. marca in od 13. do 22. septembra
Lipa sodi med magična in čarobna drevesa. Ljudi, rojene v tem znamenju, prav neverjetno privlačijo razna tajna in prepovedana društva ali sekte.

Praviloma se ti ljudje po 30. letu umirijo in močno zredijo, predvsem zaradi neaktivnosti. Čeprav so sami veliki avanturisti, so do svojih partnerjev bolestno ljubosumni in so zato neusahljiv vir prepirov in neprijetnih situacij za vso okolico. V primeru, da srečajo podobno dušo, še najbolje enakega znamenja, se obeta ena od najbolj kvalitetnih ljubezenskih zvez.

PRIIMKI

Vsako živo bitje, vsak predmet, vsak kraj je bilo potrebno poimenovati. Poimenovanje vsega okoli nas in nas samih je trajalo tisočletja. Pri imenih je bilo to do sredine 11. stoletja, ko so v beneški republiki ugotovili, da morajo tudi dediči za umrlim plačati davke. Če je ime vezano na enega človeka in izgine z njim, si je treba izmisliti ime, ki je dedno. Katerokoli ime je lahko postalo priimek in je prešlo na sina.

Ko se je Janez poročil, je bil že zapisan kot Janez zidar, ali pa Janez Pavletov sin, ali kot Janez šepavi. Uporaba teh oblik imen je v mestecu, ki je imelo pet tisoč prebivalcev, omogočilo razlikovanje med dvajsetimi Janezi, ki so živeli sočasno. Benečani so si izmislili pravilo, pa katerem je drugo ime postalo priimek, lahko pa je celo iz prvega imena nastal dedni priimek.

Priimki so bili pogosto podeljeni na različnih osnova Tako so priimki lahko po:

- geografskih pojmih (Gorjanc, Hribar, Poljanec, Korošec, Dolinar …),
- poklicih (Kovač, Zidar, Žagar, Tišlar, Žnidar, Šuštar, Fajfar, …),
- osebnih imenih (Štefančič, Marušič, Janežič, Petrovič, Jurčič…),
- telesnih lastnostih (Debelak, Majcen, Mali,…),
- živalskem svetu (Petelin, Kos, Medved, Vrabec, Jereb, Golob, Orel…),
- po vrstnem redu otroka (Sedmak, Devetak, Šestak, Tretjak…),
- od kod je kdo prišel in s kom je trgoval (Nemec, Čeh, Hrvat, Rus, Lah…),
- po funkcijah (Župan, Škof, Cesar, Knez…),
- pa tudi kočljivi priimki (Okorn, Štor, Prešiček, Pezdir…).

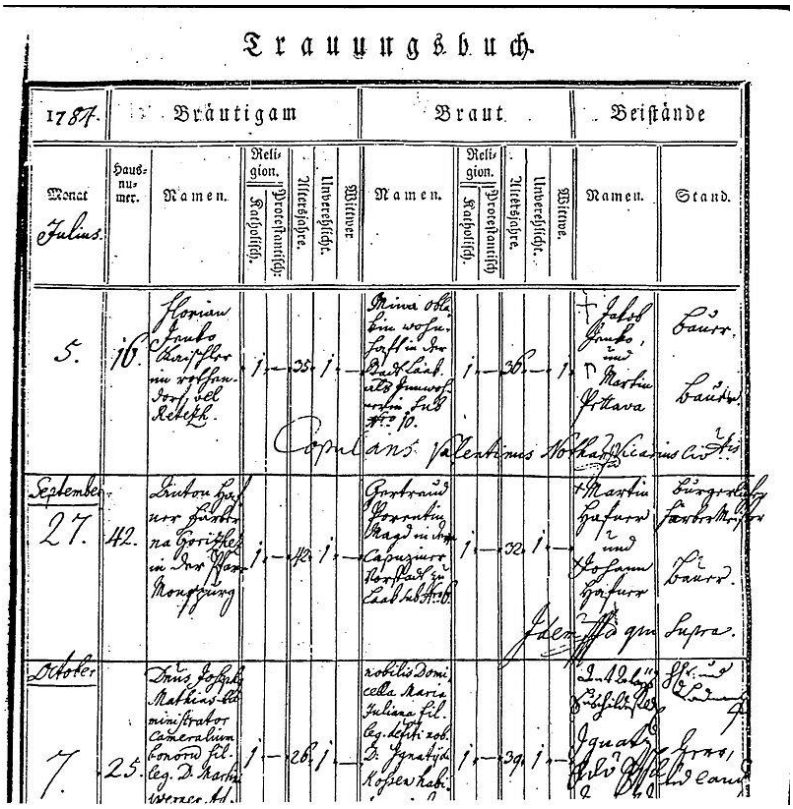
Leta 1780 je patent o uvedbi priimkov tudi za slovenske dežele izdal mož, ki sam priimka ni potreboval, saj so ga klicali kar po številki: cesar Jožef II. (Polno ime: Joseph Benedikt August Johann Anton Michael Adam von Habsburg-Lothringen, Rimsko-nemški cesar, kralj Ogrske, Hrvaške, Slavonije, Dalmacije, Češke in Italije, avstrijski nadvojvoda).

Jožef II.

Podobno kot pri priimkih je pri imenih. Danes starši otroku imena ne izbirajo po pomenu, ampak kar je trenutno v modi in jim je všeč. Posebno pri eksotičnih imenih ne razmišljajo o pomenu, ampak se nagonsko odločajo o imenu. Premalo pa poznamo tudi pomene nekaterih znanih imen. Recimo ime Klaudio pomeni šepavega človeka, Blaž krivonogega ali jecljavega, Andrej možatega, junaškega človeka.
Vse do srednjega veka viri omenjajo devet desetin moških in samo desetino ženskih imen, ker ženska ni igrala v družbi vloge, kot jo ima danes. Drugače je pri Islandcih, ki jih je vsega 250 tisoč in še niso sprejeli priimka. Pri njih gre tudi za nacionalni ponos, da ne rabijo priimka. Slovenščina je zlasti v primerjavi s skandinavskimi jeziki zelo bogata. Tam se vrsta priimkov konča z vedno istim, ponavljajočim se -son (v švedščini), ali -sen (v danščini).
Na banki ali pošti ne urediš nič, če ne dokažeš, da je tvoj priimek takšen in ne malce drugačen. V obdobju cerkvenih matičnih knjig in potem tudi civilnih, sta si duhovnik in uradnik upala spreminjati obliko priimka po svojem občutku (brata Avsenik, Slavko je Avsenik, Vilko je Ovsenik). V Istri so tako bili isti priimki včasih italijanski, včasih slovenski, včasih hrvaški.
V zgodovini najdemo ogromno priimkov, ki imajo negativni pomen, in nihče ni v preteklosti čutil želje, da jih popravi. Slovenski priimek Drekonja (48 jih je) vsekakor ne izraža nič prijetnega, vendar ga ljudje nosijo in molčijo. V 14. stoletju je bili v Trstu priimek Volkojebec, to je bil pastir, ki je bil zadolžen, da ubija volkove. Je Vodopivec asket, ki pije samo vodo? Ne, to je šaljivo ime, včasih so pijančku pravili vodopivec, češ ta pije samo vodo.
Priimka Hudič pri nas ni, skriva pa se v priimkih Zlobko, Zlodnjak, Zlodej… Če vidimo kakšnega Zlobca vemo, da nima nič s hudičem, vsaj ker je pomemben mož, pesnik Ciril Zlobec. Janez Menart ga je v pesmi preimenoval v Čiro Vrag.

Ciril Zlobec

Zgodovinske študije so dokazale, da nikoli ni bilo v zgodovini nobenega sv. Jurija, ki je zavetnik Anglije in ne sv. Mohorja, oglejskega patriarha, katerega so stoletja častili in po njem dajali imena.
Slovenskih priimkov je približno dva tisoč devetsto. Samo priimkov na črko "A" je šestdeset. Najpogostejša priimka sta Novak in Horvat, najpogostejši imeni pa sta Franc in Janez ter Marija in Ana.
Rodoslovje ali genealogíja je veda, ki proučuje in zasleduje družinsko poreklo ter vključuje imena živih in preminulih sorodnikov ter kraje, kjer so prebivali. V rodoslovju s pridom uporabljajo izsledke jezikovnih raziskav v imenoslovju ali onomastiki, ki kot veda obravnava osebna imena, priimke, vzdevke in hišna imena ter raziskave razlag besed po izvoru.


Trauungsbuch.

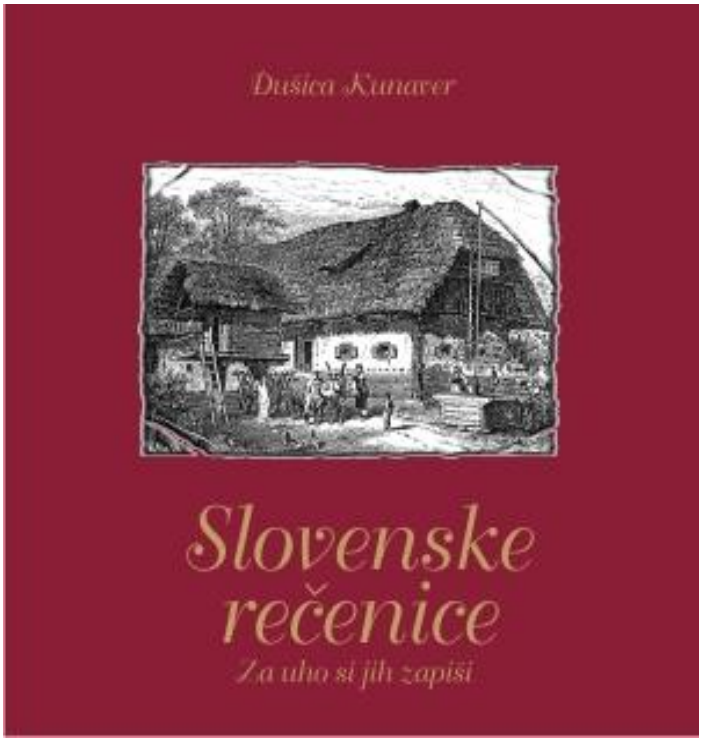
1787.	Bräutigam						Braut						Beistände	
Monat	Hausnumer.	Namen.	Religion. Katholisch.	Religion. Protestantisch.	Alterejahre.	Unterefsichs.	Witwer.	Namen.	Religion. Katholisch.	Religion. Protestantisch.	Alterejahre.	Unterefsichs.	Witwe.	Namen.	Stand.
Julius 5.	16.	Florian Gruba Kreßler in Rothan Sohn vel Rebekh.	1	—	25	1	—	Maria Oblin wohn. Laßl in der Bad Lad. alt Gemeinsohn Sohn Nro 10.	1	—	26	—	1	Jakob Gruba, und Martin Sitava	Bauer. Bauer.
								Copul.	ans.	Valentinus				Nokhar Valicanus	Civ.
September 27.	42.	Lukas Gaßner Gartner na Goriflek in der Pfarr Mongzing	1	—	42	1	—	Gertraud Pfarrerin Magd in der Capuziner Vorstadt zu Laibach	1	—	32	1	—	Martin Gaßner und Johann Gaßner	Bürgerl. Gartnersohn Bauer.
														Jakob	Supra.
Oktober 7.	25.	Franz Joseph Mathias Administrator Cameralium Herrn Sohn Sohn Eg. D. Mathias Werner Ad.	1	—	26	1	—	nobilis Domicella Maria Juliana Filia Eg. Joseph zob. D. Ignatius Rojevskh.	1	—	39	1	—	Ignatz Sohn	Graf, und Cam.

Poročna matična knjiga za leto 1784 iz ljubljanskega nadškofijskega arhiva

Danes se obujajo spomin na stara hišna imena, ki posebej umetelno izdelana v zdajšnjem času keramiki krasijo domov (na Bledu: Pər Tonc, Pər Kohu… Bohinju: Pər Gromu, Pər Nežci… Rateče: Pər Šurcu, Pər Govedarju…Radovljica: Pər Katrinek, Pər Zakotarju….).
Kakšna so stara hišna imena in kakšen je njihov izvor? Kakšen je izvor lastnega priimka? Kaj skriva družinsko, rodoslovno in genealoško drevo (razvoj rodbine in njenih zvez), urejen zapis posameznikovih prednikov?
Namen je prikazati krvno sorodstvo med posameznikov (z dodanimi letnicam, kraji rojstev, smrti, poklicev…) in grafičnim prikazom porok, izven zakonskih zvez in poreklo. Vse to pa skrivajo matične, krstne, mrliške in poročne knjige.

REKI IN REČENICE

Rek je z besedami povedano mnenje, izraženo življenjsko pravilo ali izrek. Na ta način pomagamo spoznavati značaje in duševna občutja, ne samo s sočnimi miselnimi utrinki, ampak tudi z modrostjo, šegavostjo in zgoščenostjo. Nekaj rekov:
Česar oko ne vidi, tega srce ne poželi.
Če nisi z menoj zadovoljen, povej meni, če si, ne povej drugim.
Če je človek še tako star, si bo želele še eno leti živeti.
Z žlico medu ujameš več muh, kakor s polnim sodom kisa.
Grlo zapravi več hiš, kakor vojska, grom in blisk.
Hude nevihte ne trajajo dolgo.
Kakršna ptica, taka pesem.
Krava se pri gobcu molze.
Kruha ne napravi moka, ampak roka.
Skopuh občuti hkrati vse skrbi bogataša in težave siromaka.
Slaba novica ima peruti kot ptica.
V vinu je resnica.
Meni luč, tebi ključ.
Ima jezik kot krava rep.
Vi, ki vstopate, vsak up pustite.
Rečenica so rekla, fraze, stari pregovori za katere je dobro poznati njihov izvor. Take rečenice so:
- nesreča nikoli ne počiva,
- na lovorikah sedeti,
- rogove nositi,
- vsa pota vodijo v Rim,
- držiš se kot lipov bog,
- lepo kašo si mi zakuhal,
- ta človek je pa res malo čez les,
- srečal je Abrahama,
- petek slab začetek,
- imeti sol v glavi,
- drag kot žafran,
- po francosko oditi,
- za dobrim konjem se rado kadi,
- ne kriči kot jesihar,
- vse je bob ob steno,
- še na boben boš prišel,
- to ti dam za božji lon....



Dušica Kunaver: Slovenske rečenice

PRAZNIKI NAS DRUŽIJO

Koledar je na papirju ali kako drugače zabeleženo tekoče leto. Na njem so dnevi, tedni in meseci, zaznamovana so še imena in prazniki, lunine mene… Poznamo tudi posebne koledarje (setveni, cerkveni…). Slovenci smo med prvimi narodi na svetu, ki smo dobil koledar. "Ta slovenski koledar" je leta 1557 izdal Primož Trubar.

Novo leto je običajno praznični dan, ko obeležujemo začetek novega koledarskega leta. Po rimskem koledarju je bil začetek leta 1. marec.

Julijanski koledar temelji na sončevem letu (imenuje se po Gaju Juliju Cezarju) in se začenja 1. januarja. V veljavo je prešel leta 45 pr.n.št. (pred našim štetjem) Julijanski koledar uporablja še vedno pravoslavna cerkev, zato novo leto po gregorijanskem koledarju praznujejo 14. januarja. Naše štetje let je uvedel opat Dionizij Mali leta 532 n.št. (naše štetje) in se šteje od Kristusovega rojstva (AD - Anno Domini). Leta 1582 n.št. je papež Gregorij XIII. izboljšal približek prestopnih let. Ob uvedbi tega koledarja so opustili deset dni, tako da je po četrtku, 4. oktobra leta 1582, sledi petek, 15. oktobra istega leta. Gregorijanski koledar so prevzele vse krščanske dežele.

Muslimansko štetje let se začne leta 622 n.št. Tako se je gregorijansko leto leta 2008 ujemalo z muslimanskim letom 1429 (ker se muslimansko leto ravna po luni, prihaja do razlik). Judovsko štetje let se je začelo leta 3761 pr.n.št. Tako je bilo leto 2018 leto 5779 po judovskem koledarju.

Štetje let je pri mnogih narodih različno. Stari Grki so jih šteli po olimpijadah, Rimljani od ustanovitve Rima, kitajski koledar ne uporablja zaporedno štetih let. Trenutno so v rabi vsaj tri različna štetja po gregorijanskem koledarju, 4715, 4716 ali 4655. Večina narodov je imela ali še ima svoja štetja let (azteški, majevski, egiptovski, japonski…).

K slovesnemu prehodu v novo leto sodijo različni običaji od ognjemetov do bogato obloženih miz in drugih lokalnih tradicij.

Jedilniki so pestri, prilagojeni so okusu in navadam. V Sloveniji naj bi na novega leta dan vedno jedli svinjino, ker je veljalo, da prinaša srečo. Ni pa dobro jesti perutnine. Prašič namreč rine naprej, kura praska nazaj. V okolici Ljubljane velja, da če bodo jedli perutnino, bo sreča odletela iz hiše. Med najzanimivejšimi šegami za novo leto sta darovanje vodi ter okraševanje studencev in vodnjakov. Voda ima čarobno moč, zato na novoletni dan vodi darujejo denar, jabolka, orehe ali bršljan rekoč: "Na, voda, to darujem tebi, tudi ti daruj meni."
Zanimiva so še druga verovanja, ki so v ljudskih rekih povezanih s prvim dnem v novem letu:
Ako imaš na novo leto dolg, ne znebiš se ga vse leto.
Vse leto boš delal to, kar si delal na novo leto.
Kdor je na novega leta dan lačen, potem je lačen vse tisto leto.
Kdor vstane zgodaj na novega leta dan, bo zgodaj vstajal vse leto, kdor pa vstane pozno, bo vstajal pozno vse leto.
So pa še druge šege:
- tisti, ki si na novo leto prvi umije zobe, naj bi dobil zlate, zato si nekateri umivajo zobe takoj po polnoči,
- na novo leto zgodaj zjutraj bi morali tudi pri studencu natočiti vode, v kateri bi se morali umiti vsi, ki so pri hiši, ker bo to zagotavlja, da bomo vse leto sveži in nas bosta spremljala sreča in blagostanje,

Znani so tudi številni reki:
- na novega leta dan je dobro, če je prvi gost v hiši moški, če vstopi v hišo najprej ženska, prinese nesrečo, tudi ni dobro, če na cesti najprej srečamo žensko,
- pometanje na novo leto sprosti neznane moči, dekle pa mora pomesti sobo trikrat in odnesti smeti na vrt, jih tam raztrositi, da bo v novem letu sadje bolje obrodilo, pometati pa mora od praga proti mizi in ne nasprotno, sicer bi utegnila vreči srečo čez prag.

Po svetu ljudje vstopajo v novo leto z različnimi tradicijami, na mizah naj bi bile povsod jedi, ki simbolizirajo srečo, obilje, denar in zdravje. Poleg svinjine, ki simbolizira napredek in obilje, med novoletne jedi nekateri uvrščajo tudi lečo zaradi oblike, ki spominja na zlatnike in sarmo, ker naj bi kuhani zeleni listi zelja spominjali na zložen denar. Tudi okrogle sladice naj bi simbolizirale srečo in bogastvo.

leča

Francozi uživajo v dobri hrani, ki je prav tako razkošna kot za božič, Grki se običajno preizkusijo v tradicionalni igri s kartami imenovani 31. Španci ob vstopu v novo leto pojejo dvanajst grozdnih jagod, za vsak udarec zvona eno, kar naj bi prineslo srečo, za boljše ljubezensko življenje pa si nadenejo rdeče spodnje perilo. Mehičani se oblečejo v rdeče ali rumeno spodnje perilo, rdeče za srečo v ljubezni, rumeno za srečo v poslu. Ni pa redko, da se pred vhodi domov znajdejo kovčki, ti naj bi prinesli veliko potovanj v novem letu.
Novoletni dan, 1. januar kot prvi dan v letu, pišemo z veliko začetnico (srečno Novo leto), pisano z malo pa je 365 dni v letu (srečno v novem letu).

Svečnica je krščanski praznik, dan Gospodovega darovanja. Obhaja se 2. februarja, štirideset dni po božiču. Ime svečnica izhaja iz tradicionalnega blagoslavljanja sveč po cerkvah. Na ta dan sta Marija in Jožef novorojenega Jezusa odnesla v jeruzalemski tempelj in se Bogu obredno zahvalila za sina.

Na Slovenskem je še vedno navada, da ostajajo do tega dne domovi krašeni z božično smrečico, gotovo pa z jaslicami, ki jih je prav na svečnico treba razdreti, o čemer pojo tudi nekatere svečniške kolednice. Praznik, ki ima poganski izvor, je na Slovenskem že dolgo zasidran kot del cerkvenega leta.
O svečnici je pisal Valvazor v Slavi vojvodine Kranjske takole: "Dan pred svečnico napravijo voščenjak. Na svečnico ga nesejo ob spremstvu godcev v cerkev, da bi ga blagoslovili." Sv. Blaž je upodobljen v alpskem svetu z dvema svečama. Pri Blaževem blagoslovu duhovnik podrži dve sveči verniku pod vrat. Blažev žegen pa v ljudskem reku pomeni nekaj neučinkovitega.

Pust je čas, ko se ljudje našemijo. Najstarejša podoba maskiranca je stara morda dvajset tisoč let in je ohranjena na skalni steni v jami v francoskih Pirinejih. Tako kot pri večini narodov so se maske pojavile tudi pri nas.
Beseda pust je nastala verjetno iz besede mesopust, torej meso pusti. V italijanščini je beseda karvenal (carnevale) istega pomena.

Karnevala je najbolj znan v Italiji, saj je beneški karneval znan že od leta 1096. Znana sta tudi karnevala v Rio de Janeiru, San Remu.. Pri nas so znani kurentovanje, borovo gostüvanje, laufarija in škoromatija.

godba pustnega sprevoda v Radovljici 1970

Pust je premični praznik, a je vedno na torek. Sedem tednov pred veliko nočjo je pustna nedelja imenovana tudi predpostna nedelja, ki je poleg pustnega torka pravi pustni dan. Konec pustnega praznovanja je pepelnična sreda, ko se začenja post. (O pustu so zrele neveste, o postu pa preste.) Konec posta je sonce že močnejše in ljudem je bilo dalo upanje, da je konec zimskega stradanja. Proslavljanje pusta in posta poznajo po številnih deželah.
Na pepelnično sredo duhovnik posipava ljudi s pepelom lanske oljke z mislijo, da si prah in se v prah povrneš. Na pepelnico se tudi vleče ploh. Vleklo naj bi ga dekle, ki je bilo dovolj staro, da bi se omožilo, a se do pusta to ni zgodilo.
Kurent ali korant je osrednji lik kurentovanja. Po izročilu s poskakovanjem s hudim truščem (zvonjenjem) iz dežele odganjajo zimo in zlo, vanjo pa kličejo pomlad ter dobro letino.

kurenti na pustnem sprevodu v Radovljici

Kurent je oblečen v ovčjo kožo, okrog pasu ima pripete zvonce, na glavi masko, na nogah pa gamaše. Zraven njega običajno hodi vrag ali hudič.
Kurent je bog razuzdanosti. Nekoč so se maskirali samo moški, ker je šlo za mitološko vsebino. Mogočne magične prvine se spreminjajo v pustne zabave. Ena od zgodb pripoveduje, da je nekoč kurent privezal smrt za drevo in zato ni dolgo nihče umrl.
Velika noč (tudi vuzem) je najpomembnejši krščanski praznik. Kristjani na ta dan praznujejo Jezusovo vstajenje od mrtvih. Velika noč je za kristjane praznik veselja in upanja. Ker je velika noč premakljiv praznik, so od datuma velike noči odvisni tudi datumi nekaterih drugih cerkveni praznikov. Velika noč se praznuje prvo nedeljo po prvi pomladni polni luni. Tako je lahko velika noč med 22. marcem in 25. aprilom.
Cvetna nedelja je uvod v veliki teden, ko se kristjani spominjajo zadnjih dni Jezusovega zemeljskega življenja. V cerkvah se bere daljše poročilo o Jezusovem trpljenju, to je pasijon (pogosto v nekoliko dramatizirani ali peti obliki).
Zelo znan je škofjeloški pasijon (Processio locopolitana), dramsko besedilo, ki je nastalo okrog leta 1715 (s popravki do 1727).

Škofjeloški pasijon

Po predlogah starejših slovenskih pasijonskih procesij ga je napisal loški kapucin pater Lovrenc Marusič, oče Romuald iz Štandreža.
Škofjeloški pasijon je najstarejše ohranjeno dramsko delo v slovenščini in najstarejša ohranjena evropska režijska knjiga, edina iz baročnega obdobja. Besedilo je v slogu verzificiranih monologov trinajstih slik povzetih po svetopisemskih besedilih. Sestavlja ga 869 verzov v starološkem narečju.
Cvetna nedelja (tudi cvetnica) je zadnja nedelja pred veliko nočjo, ko verniki blagoslavljajo cvetni snop zelenja ali oljčne veje. To je razširjeno po Evropi že od 9.

stoletja, saj naj bi zelenje ljudi varovale pred ujmami, pospeševalo rast in plodnost, odganjalo zle sile in bolezni.
V Sloveniji so različni načini izdelovanja in poimenovanja tega zelenja. Na Gorenjskem je cvetni snop butara, beganca, hebanca ali prakelj (Kranjska Gora), na Dolenjskem pušelj ali žegen, Bela krajina ima drenek, na Štajerskem poznajo snop, presmec ali pegelj, v Zgornji Savinjski dolini potice, v Zasavju je to rep, Koroška ima prajtelj, Primorska veja ali vevnik, ljubljanska okolica butarico, ki je narejena iz lesenih oblancev.
Povsod med Slovenci je cvetni snop sestavljen iz različnega rastlinja. Glavni okras so bile krone iz bršljana, iz nje pa so morale gledati pušpan, mačice, srobot, brinje z jagodami, dren, oljčne vejice... Marsikje so nanje obešali jabolka, pomaranče, mandarine in pisane ter prepletene papirnate trakove. Neodvisno od pokrajine pa je vsaka butara morala biti sestavljena iz bršljana, brinja, leske in drena, dodalo pa se je še druga zelenja, da je v vsaki butari bilo sedem vrst lesa in vsak les je imel svoj pomen.
Velika sobota skupaj z velikim četrtkom in velikim petkom sestavlja velikonočno tridnevje. Na veliko soboto poteka blagoslov ognja, vode in velikonočnih jedi.

Maksim Gaspari

Značilna predpustna jed je aleluja, najbolj tipična velikonočna jed povezana s šegami in simboli pa je jajce, ki ga omenja že Valvazor kot zametek in izvor vsega stvarstva.
Poslikana jajca so že poznali Kitajci, Egipčani, Perzijci in Rimljani.
Písanice ali velikonočno jajce ponekod imenujejo pirh, pisanka ali remenka. Prvotna barva je bila rdeča (iz grščine ogenj). Slovenske pisanice so med najlepšimi v Evropi. Običajno s pirhi nastopa tudi zajec. V germanskem poganskem svetu naj

bi zajec nesel jajca. Na Gorenjskem zajci pirhe skrivajo, da jih otroci iščejo po vrtovih in grmovju.

Tradicionalna velikonočna pojedina poleg pirha, ki simbolizira kaplje Kristusove krvi, so še hren, ki predstavlja ostrino žebljev s katerimi je bil Jezus pribit na križ, potica kot simbol trnjeve krone in šunka, ki simbolizira Jezusovo telo. Nekateri dodajajo še klobase (simbol vrvi, s katerimi je bil Jezus zvezan) in pomarančo.
Prvotno so za praznik ljudje lomili oljčne in palmove veje ter jih polagali kot preprogo pred Jezusom Kristusom, ko je ta na oslu prijahal v Jeruzalem in tu doživel navdušen sprejem.

ROŽE

Človeku rože pobožajo dušo, krasijo nam stanovanja, balkone, pa tudi grobove. Poklanjamo jih ob srečnih dogodkih, spremljajo nas tudi na naši zadnji poti.
Že v najstarejših vrtnarskih virih je opisano cvetje, ki razveseljuje vse leto. Martin Humek je leta 1924 takole predstavil suho rožo: "Molci ali suhe rože so posebne cvetice, katerih cvetni listi ne zvenijo, ne izgube barve in ne odpadejo, ampak otrde kot slama. Take porežejo in uporabljajo pozimi, ko ni drugega cvetja."
Danes poznamo številne enoletnice primerne za šopke iz posušenega cvetja. Za sušenje jih odrežemo, ko so cvetovi popolnoma odprti. Zanimive so tudi okrasne trave: tagetes, ščir, glavinec, pajčolanko, molucelo, zmajevkasto salvijo, grintavec, velikocvetno žametnico...
Hortenzija nam od junija do jeseni poživlja vrtove s svojimi veliki cvetovi. Hortenzije so nepogrešljiv del zasaditve za senčne lege.

hortenzija

Sivka z modrimi do sivovijoličnimi drobni cvetovi cveti julija in avgusta. Cvéti in vsa rastlina značilno diši in ima nekoliko grenak okus. Posušena sivka ima več dišavnih snovi kot zelena. Pri sivki so zdravilni cvetovi, listi in vsa cvetoča zel. Najbogatejši s sivkinim oljem je cvet tik preden se odpre. Posušene cvetove zaradi njihovega vonja dajemo v garderobne omare, kjer tudi odganjajo molje.

polje sivke

Rman cveti od junija do septembra. Cvetovi so lahko beli, rumeni, oranžni, rožnati ali rdeči, saj jih je kar petinosemdeset vrst. Rumeni rman pri nas ni samonikla rastlina, ampak je prišel k nam s Kavkaza. Zraste do metra visoko. Večinoma ga uporabljajo kot okrasno rastlino. K rmanom spada tudi pelin.

rman

Navadni bodoglavec od julija do septembra cveti z modrimi cvetovi in snežno belimi listi. Socvetje je sestavljeno iz množice koškov z enim samim jezičastim cvetom in večlistno ovojko. Gojijo ga tudi kot okrasno rastlino, ki v soncu/polsenci na normalno kislih tleh zraste do 1m.

navadni bodoglavec

Suha roža je rastlina, ki jo prepoznamo po koškastem socvetju raznih barv. Domovina je Avstralija. Cveti od julija do oktobra. Bujno grmasto rastoče suhe rože moramo redno dognojevati in obilno zalivati.

suhe rože

Suhim rožam redno odstranjujemo odcvetele cvetove, saj le tako zasijejo v vsej svoji lepoti. Sadimo jih v prostorna korita ali večje sklede, zavarovane pred dežjem. Suhi cvetovi se zvečer zaprejo, prav tako, ko so mokri.
Lampijončki imajo pravo imen navadno volčje jabolko. Domovina rastline je Japonska. Pri nas se je zanjo udomačilo ime lampijončki.

lampijončki

Oranžno obarvani imajo kot češnja velik plod bledo oranžne do močno oranžne barve. Plod je sicer užiten, vendar ne preveč okusen. Celo rastlino uporabljajo v kitajski tradicionalni medicini, plodovi pa so bogat vir vitamina C. Pri nas jo v glavnem gojimo v okrasne namene.
Bodeča neža ali brezstebelna kompava je trajnica. Njeno steblo je zelo kratko ali pa ga sploh ni, korenina je debela in sega navpično globoko v zemljo.

bodeča neža

Bodeča neža ima velike bele cvetne koške, listi pa so tik nad zemljo združeni v listno rozeto, njihovi robovi so ostri in posuti z bodicami. Korenine rade izkopavajo divje svinje za hrano, zdravilne pa so tudi za nas. Izkopavajo se spomladi ali jeseni.

Lobodika raste v zahodnem in južnem delu Srednje Evrope, v Mali Aziji, na Krimu in Kavkazu. Pri nas je od leta 1981 delno zavarovana na območju Nove Gorice.

lobodika

Užitni so mladi spomladanski poganjki in praženo seme, ki so ga nekoč uporabljali kot kavni nadomestek. Lobodika je lepa samo kot posušena roža.

POJDIMO V NARAVO!

Gledamo. Pa znamo videti? Ob mrazu, megli, dežju, je naše počutje zlovoljno, smo nerazpoloženi, žalostni, zagrenjeni, vse nas boli, smo zajedljivi, radi smo sami…Na naše razpoloženje lahko vpliva vreme, neprijazni sosed, spor v družini… Vse te tegobe lahko iz misli preusmerimo na svetlejšo plat s sprehodom v naravo, v okolico domačega kraja, tja, kjer nas ne bo nihče motil.
V naravi bo pritegnilo našo pozornost žuborenje vode, pok suhe veje, drevje, trave, grmovja, gore…Narava nas bo pomirila, umirila naše misli… Občudujmo sončnega zahod, polne lune, poti in oblike oblakov, vse to nas pomirja.
Kdaj smo zadnjič obiskali kakšno naravno zanimivost (Pokljuška luknja, Rakov Škocjan, Hrastovlje…)? Samo čas si je treba vzeti!
Vreme nas v zadnjem desetletju močno preseneča. Vreme je skupek vremenskih pojavov kot so dež, naliv, toča, sonce, megla, oblačnost, sneg, veter, temperatura…
S pojmom vreme so povezani meteorolog ali vremenoslovec, vremenska postaja, vremenske naprave (barometer, termometer, seizmograf, merilniki dežja, merilniki moči vetra, merilniki vlažnosti zraka…).

Miran Trontelj

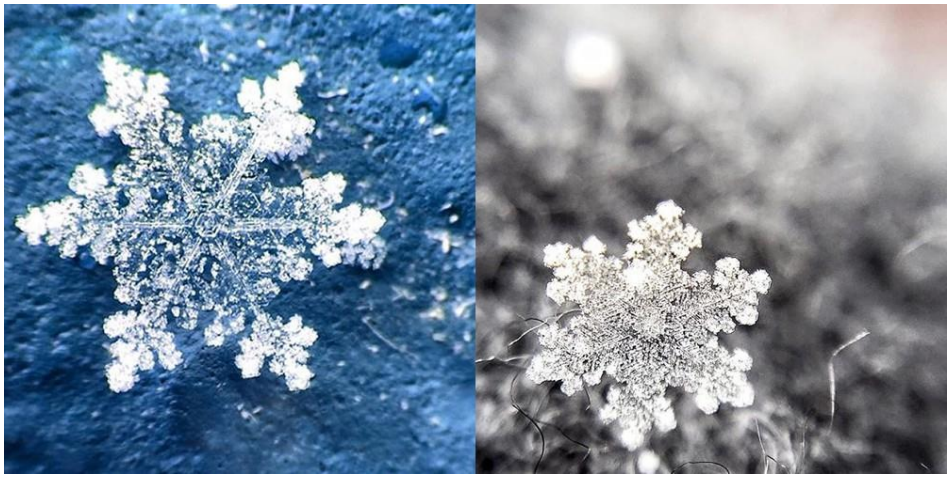
Vreme so nekoč napovedovali s pregovori povezanimi s koledarskim dogajanjem:
- o kresi se dan obesi (poletni solsticij od 20. do 23. junija),
- sv. Matija led razbija, če ga ni, ga pa nardi 24. februar),
- mala maša za suknjo vpraša (8. september),
- če Zofija zemlje ne škropi, vrem poleti prida ni (15. maj),
- če prosinca ni snega (januar), ga mali traven da (maj),
- kar v svečana (februar) ozeleni, se rado posuši,
- če na 40 mučencev (10. februar) ni lepo, še 40 dni bo tako,
- sončen je april in suh, bo maj za lepo vreme gluh,
- če se Medard (8. junij) kislo drži, do konca mesece ni sončnih dni,
- če na Jakoba dežuje (25. junij), ostro zimo oznanjuje,
- veliki šmaren (15. avgust) brez dežja, sladko vince bo doma,

- Mihael (29. september) pašo zapre, Jurij (23. april) pa jo odpre,
- če je na Uršule dan (21. oktober) lepo, čez tri dni deževalo bo,
- če je na mrtvih dan dež, vreme po snegu diši,
- če na božič dežuje, prihodnje leto močo oznanjuje…

Seveda je vremenskih pregovorov veliko.

Sneg je zima in zima je sneg. Zima je s snegom radodarna ali pa ne. Sneg ni samo užitek, ampak tudi nevarnost zaradi plazov, snegolomov, zametov, zastojev v prometu, zatrpanih dovozov, napluženega snega, čas poledic, ledenimi sveč, zlomljenih udov, nenadnih otoplitev, poplav...

Sneg je padavina v trdem stanju, ki nastaja v oblakih iz drobnih kapljic vodne pare. Vodna para pri temperaturi pod 0°C preide v trdo stanje. Če je prehod postopen, ledeni kristali dobivajo več ali manj pravilno obliko. Pri padanju se spajajo kristali in nastanejo snežinke. Odvisno od temperature je sneg moker ali suh. Snežinke so različne kristalne zvezdice, ki so pomešane z navadnimi ledenimi kristali.


oblike snežink

Poglejmo nekaj zanimivih podatkov o snegu in sneženju v Sloveniji:
- najvišja snežna odeja, 7 metrov, je bila na Kredarica 22. april 2001,
- največ snega v 24-ih urah, 125 cm, je padlo pri domu na Komni 29. marec 1951 in 4. marec 1970,
- največ snega v štiriindvajsetih urah v krajih pod 500 metri nadmorske višine (m.n.v.), 105 cm, je padlo v kraju Soča 4. marec 1970,
- največ snega v sezoni, 16 metrov in pol, je bilo na Kredarici v zimi 2000/01, kjer je bilo v zimah 1976/77 in 1984/85 tudi najdaljše trajanje snežne odeje, 290 dni,
- najzgodnejše sneženje v krajih pod 500 m.n.v. je bilo 11. september 1972 v Kotljah in Šmartnem pri Slovenj Gradcu,
- najpoznejše sneženje v krajih pod 500 m.n.v pa 10. junij 1974 v Nomenju.

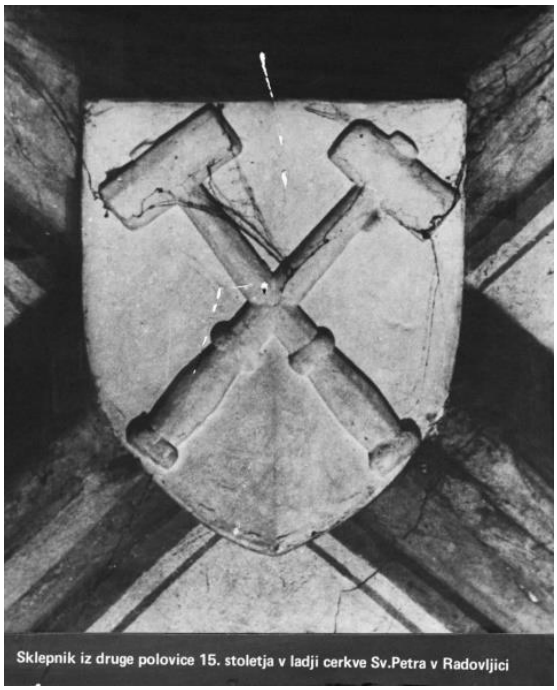
In kaj nam prinaša sneg? Igre na snegu, delanje snežakov, metanje podob v sneg, kepanje, sankanje, smučanje, drsanj po torbah... Le snega je zaradi vremenskih sprememb vedno manj in tudi otroške igre so postale drugačne.

RUDNIK

Spomnimo se pravljice o Sneguljčici. Hudobna mačeha jo je hotela ubiti, usmiljeni lovec pa jo je pustil v gozdu živo. Tam je srečala palčke, ki so prepevali: Haji, hajo z dela zdaj gremo…
O rudnikih in rudarjih največkrat slišimo, ko se zgodi nesreče. Leta 1942 se je zgodila doslej najhujša rudarska nesreča. Na Kitajskem je ob eksploziji v premogovniku, ki ga je Japonska uporabljala kot delovno taborišče, umrlo 1.549 rudarjev. Leta 1906 je na severu Francije v rudniku umrlo 1.099 rudarjev. Najhujša rudniška nesreča v Sloveniji pa se je zgodila leta 1893, ko je v velenjskem rudniku umrlo dvaintrideset rudarjev. Zaradi eksplozije metana je trinajst življenj zahtevala nesreča v jami Kotredež v Zagorju leta 1961.

Vsak rudnik mora imeti prezračevalne naprave, možnosti črpanja podtalnice, zasipavanje, les ali drug material za podporo rovov... Po obzorjih rudnikov so nekoč vozile rudo konjske vprege, zdaj vozijo vlakci, tovornjaki in tekoči trakovi.
O rudniku in rudarjih vemo malo. Komaj kdo je bil v rudniku, sploh v tistem, ki je v obratovanju.
Med izkopane materiale sodijo vse vrste rude, premog, diamanti, sol..
Pri nas sta delujoči samo še dva premogovnika: Velenje in Trbovlje-Hrastnik (ki je v zapiranju). V slovenski zgodovini pa je bilo delujočih skoraj šestdeset rudnikov. Med njimi so bili rudniki Idrija (živo srebro), Mežica (svinec, cink), Kanižarica (premog), Žirovski vrh (uran), Šentanski v Podljubelju pri Tržiču (živo srebro), Begunjščica (mangan), Črna pri Kamniku (kaolin)….
Rudarji imajo za vsako dejanje ali dele rudnika svoje izraze. Tako je "gverk" izraz za rudnik, sodelavec je "kamerat", rudar "knap", "koplampa" je svetilka, šaht" vertikalni rudniški jašek, "štempl" podpornik v jami, "marijatrošt" dan pred plačo, "marijaherbgeben" plačilni dan.

Poznamo beli (dnevni kop) in črni (podzemni) kop. Podzemni kop je sistem navpičnih in vodoravnih rovov. Navpični rov je jašek, vodoravni, kjer se koplje ruda, so obzorja.
Sv. Barbara je zavetnica rudarjev.
V rudnikih naj bi bil tudi škrat perkmandeljc (tudi bergmandeljc), ki je varuh rudarjev pa tudi navihanec. Pripovedke govorijo o fantih, ki so bili prvič v rudniku, da jim je pomagal polniti in voziti vozičke. Perkmandeljc je rudarje opozarjal na nevarnosti, jim pojedel malico, povzročal škripanje, se hihital, skratka rudarjem je paral živce. Večkrat so rudarji perkmandeljca izkoristili kot šalo. Nemalokrat jih je rešil v trenutku, ko so ga zasledovali po rovih. In mnogokrat se je na njihovem delovišču zgodila nesreča.



kladivo in macola, simbol rudarstva na sklepniku iz 15. stoletja
v cerkvi sv. Petra v Radovljici

Rudarski pozdrav je: Srečno!

ZAKLJUČEK

Ker morajo biti srečanja taka, da jih posameznik spremlja z zanimanjem in čustvenim odnosom, je posebno pomembna izbira teme.
Če skupina deluje več let z istim voditeljem in istimi člani, je iskanje snovi kar zahtevno.
Kratek opis zanimivih dogodkov, predmetov, krajev in še kaj, je lahko voditelju v pomoč pri izpeljavi srečanje.
Res pa je, dan člani sami pogosto iz svojih spominov ponudijo vsebine, ki so zanimive za vse, hkrati pa njihovo razmišljanje vzpodbudi druge, da pričnejo v skritih kotičkih podzavesti iskati dogodke, ki os njim zaznamovali življenje.
Tako si ohranjamo delovanje naših miselnih sposobnosti

Hela Pfajfar

Viri:

Wikipedija - prosta enciklopedija
France Prešeren: Poezije
Franc Ankerst: 1001 uganka
Branko Berčič: Čas
Tone Pavček: Kako raste mama
Maksim Gaspari: K žegnu
Niko Kuret: Praznično leto Slovencev
Nada Trošt: Lesce z okolico
Oton Župančič: Uganke
Jožef Lavtižar: Zgodovina župnij v dekaniji Radovljica
Janez Vajkard Valvazor: Slava vojvodine Kranjske
Enciklopedija Slovenije, 4. zvezek
Slovenski pregovori in reki
Jure Sinobad, risba radovljiškega grba
Mencinger: Godba pustnega sprevoda 1970
Aljana Primožič, karikatura
osebni arhiv in zapiski

VSEBINA

PREDGOVOR....4
UVOD....5
TU SMO DOMA....7
Naše glavno mesto....7
JAZ PA POJDEM NA GORENJSKO....15
Dežela....16
Občina Radovljica....17
Radovljica....17
Lesce....21
Studenčce....22
Begunje....22
Zapuže....24
Zgornji Otok....24
Spodnji Otok....24
Mošnje....25
Brezje....25
Ljubno....26
Kropa....26
Podnart....27
Otoče....27
Dobrava pri Kropi....28
Kamna Gorica....28
Občina Žirovnica....29
Vrba....29
Breznica....29
Zabreznica....29
Žirovnica....29
Doslovče....30
Moste....30
Rodine....30
Selo pri Žirovnici....30
Smokuč....30
Občina Bled....30
Bled....30
Izročilo na nastanku jezera..32
Drugi izročilo o jezeru....32
Pripovedka o zvonu želja....33
Zgodba o Babjem zobu....34
Drugo izročilo o zobu....34
Občina Gorje....34
Zgornje Gorje....35
Spodnje Gorje....35
Poljšica....35
Zgornjesavska dolina....36
Občina Kranjska Gora....36
Kranjska Gora....36
Legenda o ajdovski deklici....36
Rateče....37
Podkoren....39
Gozd Martuljek....40
Mojstrana....40
Dovje....40
Belca....41
Občina Jesenice....42
Jesenice....42
Hrušica....43
Slovenski Javornik....44
Planina pod Golico....44
Blejska Dobrava....44
Koroška Bela....44
Hrušica....43
Potoki....45
ZANIMIVOSTI O SLOVENIJI IN SLOVENCIH....46
ALI STE VEDELI?....74
GLASBA....76
MOJA PRVA VOŽNJA Z AVTOM....79
DEDEK IN BABICA STA MI PRIPOVEDOVALA....80
ČAS....81
Ura....82
Koledar....87
Značilnosti letnih časov....95

PREHRANA....98
Jabolko....99
Kis....99
Čebula....101
Sir....101
Med....104
Vino....110
Začimbe....113
ODPADKI....115
DA SE MOŽGANI NE POLENIJO....118
MOJ MATERNI JEZIK....119
Prisluhnimo jeziku....119
Miselne vaje....121
Besede z več pomeni....122
Kviz....122
Računajmo....123
RAZGIBAJMO SE, POJDIMO NA IZLET....124
OBLAČILA....125
OBRT IN OBRTNIKI....129
Šivilja in krojač....129
Čevljar....131
Dežnikarstvo....132
Rokavičarstvo....132
ČUSTVA....134
Jeza....134
Strah....136
Žalost....137
Previdnost....138
Imam prav?....138
TEŽAVE NAŠEGA ŽIVLJENJSKEGA OBDOBJA....140
DROBNI NASVETI....141
SPOŠTOVANJE DO LASTNE OSEBNOSTI....143
Krivda....143
PISAVA IN PISALA....144
POŠTA....146
Sli....146
Klinopis....147
Pošta....147
Znamka....148
NAPRAVE, KI NAM LEPŠEJO ŽIVLJENJE....149
Pralni stroj....149
Ročna svetilka....149
Termo steklenica....150
Televizija....150
TEGA SE BOJIMO....152
Potres....152
Strela....154
ZDRAVJE JE ENO SAMO....154
Poklici v zdravstvu....154
Rentgen....154
Holesterol....156
Jajčna lupina....156
Soda bikarbona....156
Glivice....157
Pegasti badelj....157
Oči....158
Lasje....159
Neurejena prebava....159
Opekline....160
Bradavice....160
VONJI, KI OSTANEJO....161
MARČEVSKA PRAZNIKA....162
Materinski dan....163
Praznik žena....163
VELIKE ŽENSKE....165
Marija Terezija....165
Indira Gandhi....165
Marie Skłodovska-Curie....166
Mati Terezija....166
Valentina Tereškova....167
Zofka Kveder....167
Ivana Kobilca....168
Ana Mayer-Kansky....168
LES....170
STAROSLOVANSKI BOGOVI....172
STAROSLOVANSKI HOROSKOP....174
PRIIMKI....185
REKI IN REČEICE....188

PRAZNIKI NAS DRUŽIJO.....189
Koledar.....189
Novo leto.....188
Svečnica.....191
Pust.....191
Kurent.....192
Velika noč.....193
Cvetna nedelja.....193
Pisanice.....194
ROŽE.....196
POJDIMO V NARAVO.....200
Vreme.....200
Sneg.....201
RUDNIK.....202
ZAKLJUČEK.....204
VIRI.....205
VSEBINA.....206