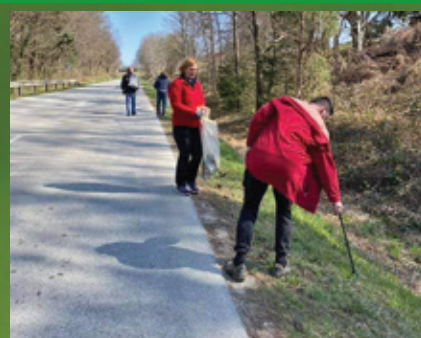




OBČAN

GLASILO OBČINE DESTRNİK • maj, junij 2021
številka 3 (235) • leto XXVI • tiskovina

IZ OBČINSKE HIŠE



3

V DRUŠTVIH SE DOGAJA



8

KULTURA



9

ŠOLA IN VRTEC



14

OBČINSKI PRAZNIK

Občina Destrnik 25. maja obeležuje občinski praznik. V ta namen je v soboto, 23. maja 2021, v Volkmerjevem domu kulture potekala novinarska konferenca, ki je bila na ogled virtualno. Župan Destrnika, Franc Pukšič, je skupaj s predstavniki občinske uprave in drugimi gosti predstavil pomembne pridobitve ter potencialne naše občine. Dogodku je sledila slavnostna seja, ob praznovanju občinskega praznika pa so pozornost posvetili tudi 30. obletnici osamosvojitve Slovenije.

»V veliko zadovoljstvo mi je, da smo uspeli premagati to zares težko obdobje. Ob ustreznih potezah trenutne vlade smo namreč dokazali, da znamo sprejemati tudi drugačen način življenja, kar kaže na našo odgovornost in poslušnost do sočloveka. Še vedno pa upoštevamo vsa navodila naše vlade ter jih izvajamo v dobro naših občanov in občanov. Preteklo obdobje je močno zaznamovalo naša življenja in naš cilj je s pomočjo vseh projektnih dejavnosti, ki že potekajo, in tistih, ki so še v pripravi, ustvariti ustrezne pogoje za vse skupine naših občanov in občanov ter hkrati doprinesti številni koristi v splošno zadovoljstvo vseh nas,« ob tem praznovanju strne misli župan Pukšič. Pri tem dodaja, da je navdušenje in praznično razpoloženje zaradi posledic epidemije COVID-19 vendarle nekoliko zadržano, čeprav se položaj nekoliko umirja. Ob tem jih še vedno pesti skrb tudi zaradi še vedno nepojasnjene- ga izginotja občanke Simone Meglič iz Levanjev.

»Izjemno me veseli zajehtno in uspešno opravljeno delo, ki smo ga postorili v zadnjem obdobju. Konsolidirali smo naše javne finance in že drugi proračun sestavili brez nujnosti kredita, ob čemer je izgradnja optike v polnem zamahu in se v naslednjih mesecih nadaljuje po pesniški dolini. Veliko skrb namenimo tudi starejšim, zato smo z upokojenci podpisali pogodbo o brezplačnem najemu prostorov za 20 let, s čimer smo se na nek način zahvalili članom DU Destrnik, ki so brez plačila požrtvovalno gradili s svojimi žulji in veliko prispevali tudi z materialnimi dobrinami. Intenzivno delamo na sanaciji infrastrukture. Pripravljamo projekte za krožišča, rešujemo probleme s slabo oskrbo vode občanov v Placarju in pripravljamo sanacijo hidrantne mreže. Ob tem se nadaljuje še čiščenje mulja, naplavin in zagozd v Rogoznici ter Pesnici,« z zanosom našteva župan in nadaljuje, da skupaj z Elektrom iz Ptujja in Radgone gradijo nova elektroenergetska omrežja v Jiršovcih, Vintarovcih in Ločkem Vrhu ter nadaljujejo s prenosi zemljišč in izravnjavami meja v naravi. Izdeluje se tudi OPPN za Janežovski vrh in Zasadi ter nadaljuje izdelava OPN.

»V naši občini prvič razpisujemo štipendije za srednješolce. Dokončujemo tudi LAS projekt rekreacijske poti, v jeseni pa bo znova pričela delovati pošta na stari lokaciji Vintarovci 50 s 40-urnim delovnikom,« pove Pukšič. Ob tem navaja še že izvedeno nakazilo v vrednosti 80.000 EUR PGD Destrnik za nakup novega gasilskega vozila z vso pripadajočo tehniko. Občina Destrnik se je z donacijo 5 ton moke odzvala tudi na katastrofalni potres v Petrinji.

»Če se poraja vprašanje, kako naprej, imamo odgovore. Dela je veliko, tudi načrtov, predvsem pa volje, da dosežemo vse, kar je v naši moči. V načrtih je sprejem proračuna. Poleg nujne investicije v pokopališče in izgradnje javne razsvetljave je potrebna tudi sanacija občinske stavbe ter preselitev pošte in upravne enote. Lotili se bomo izdelave Urbanističnega načrta razvoja Destrnika za naslednjih 10 let skupaj z UM ter pridobili novo dokumentacijo in zaključili dela na državnih cestah Janežovci-Selci z AP, Zasadi-Gomilci in OŠ Destrnik-Gasilski dom Destrnik,« pojasnjuje župan.

Delo Občine Destrnik se nadaljuje tudi v smeri iskanja investitorjev za stanovanjski kompleks na Otmarjevem, nasproti gasilskega doma v Destrniku. Prav tako se iščejo novi investitorji za dom starejših v Zasadih, za katerega so na razpisu zmanjkale 4 točke. »Projekt Terme Janežovci se približuje zaključni fazi, moram pa povedati, da nam veliko energije jemlje projekt kolesarke, kajti ena stranka ni podpisala notarske izjave za odkup zemljišča, medtem ko so vsi ostali lastniki to storili. Nekoliko nam je zaostal tudi projekt GTE -5MW s koriščenjem toplotne energije, česar pa se bomo lotili čim prej,« je jasen župan, ki poudarja, da mu je vodenje skupnosti v izjemen ponos, čeravno ni vedno lahko.

»Dokazali smo, da lahko s strpnostjo in pozitivno voljo, predvsem pa s sodelovanjem, v življenju veliko dosežemo. Potrebno je ohraniti trezen način razmišljanja, združiti moči, zaupati in verjeti ter se suvereno podati na pot, kakor smo se pred natanko 30 leti v slogi podali k ustanovitvi samostojne Republike Slovenije,« je suveren župan, ki občankam in občanom iskreno čestita ob praznovanju 23. občinskega praznika ter 30. obletnici samostojne države Republike Slovenije. K temu dodaja še čestitko ob prazniku patrona Sv. Urbana in zaključuje: »Moja čestitka je namenjena še posebej vsem starejšim in tistim, ki se v tem trenutku borijo za svoje zdravje. Vse dobro vam želim, naj vas vodijo pozitivne misli in predvsem ostanimo zdravi!«

Špela Pokeržnik

Izdajatelj: Občinski svet občine Destrnik
 Uredniški odbor: Tadej Urbanija, Monika Hameršak, Tanja Hauptman, Tjaša Oman, Simon Fridl
 Glasilo prejemajo vsa gospodinjstva v občini Destrnik brezplačno
 OBČAN, Janežovski Vrh 42, 2253 Destrnik • Tel.: 02 761 92 50 • Fax.: 02 761 92 52 • E-pošta: obcan.clanki@gmail.com
 Naklada: 950 kosov
 Odgovorni urednik: Špela Pokeržnik, mag.
 Računalniška priprava in tisk: Grafična forma Hutter

OBČINSKI PRAZNIK OBČINE DESTRNIK

Ob praznovanju 23. občinskega praznika in 30. obletnice osamosvojitve Slovenije je v Volkmerjevem domu 23. maja potekala Slavnostna seja Občinskega sveta Destrnika.

Vodstvo občine Destrnik ter svetnica in svetniki Občinskega sveta so se zbrali na slavnostni seji, na kateri je župan Franc Pukšič uvodoma strnil delovanje občine v preteklem obdobju in izpostavil nekaj ključnih naložb ter izpeljanih projektov. Hkrati je pohvalil uspešno delovanje občine v času epidemije koronavirusa, predstavil zastavljene načrte in vsem zbranim iskreno čestital v upanju na uspešno sodelovanje v prihodnje.

S svojo udeležbo in nagovorom je zbrane počastil gospod Andrej Čuš, državni sekretar na Ministrstvu za gospodarski razvoj in turizem Republike Slovenije.

S prijetnimi glasbenimi ritmi so dogajanje popestrile nadarjene domačinke Damjana Žampa, Gabrijela Grabušnik in Eva Šnut. Po zaključku seje pa so zbrani položili venec na pokopališču in prižgali sveče zaslužnim občanom.

Špela Pokeržnik



VSEBINA

KLEPET z županom	2	• SLOVENIJA, NAŠA DOMOVINA	12
IZ OBČINSKE HIŠE	3	• IDEJNI INKUBATOR KULTURNE DEDIŠČINE – HERITAGELAB	13
• OBČINSKI PRAZNIK OBČINE DESTRNIK	3	ŠOLA IN VRTEC	14
• POZDRAV OBČANOM	4	• Z GIBANJEM SE UČIMO	14
• 20 LET BREZPLAČNEGA NAJEMA ZA DESTRNIŠKE UPOKOJENCE	4	• POMLADNI UTRINEK IZ VRTCA DESTRNIK	14
• Z GLAVO V NARAVO	6	ZDRAVJE JE VREDNOTA	16
• V DESTRNIKU GRADIJO NOVO REKREACIJSKO POT	7	• LEONIDA HAJD: Z JOGO DO ZDRAVEGA TELESA	16
V DRUŠTVIH SE DOGAJA	8	• SVETOVNI DAN ČEBEL	17
• NOVO DOMOVANJE NAJVEČJH EVROPSKIH PTIC V LEVANJCIH	8	NOVIČNIK	18
• POSEJALI SMO LAN PRI SEVROVIH	8	• FIZIOTERAPIJA V DESTRNIKU	18
KULTURA	9	• DO SPECIALISTA BREZ ČAKALNE VRSTE...	18
• OBČNI ZBOR KD DESTRNIK TOKRAT V SPLETNI OBLIKI	9	• V SPOMIN	19
• MINUTA ZA KULTURO	10	• SPOMLADANSKI RECEPT	20
• ALEŠ BELŠAK KOT ABEL VON RUST	10		

POZDRAV OBČANOM

BESEDA ANDREJA ČUŠA ob imenovanju za državnega sekretarja na Ministrstvu za gospodarski razvoj in tehnologijo.

Spoštovani,

v zadnjih letih, odkar nisem več profesionalno prisoten v slovenski politiki, so me številni spraševali, če se bom še kdaj vrnil, a temu nisem bil najbolj naklonjen.

A sam zelo dobro vem, da največje premike lahko narediš takrat, ko si v položaju, ki ti omogoča, da zamisli tudi aktivno realiziraš. Pred dnevi je minilo leto dni od razglasitve epidemije, ki je močno zarezala v naša življenja in nas prisilila v spremembo naših navad in načina življenja. S posledicami epidemije se že soočamo, naloga nas vseh pa je, da po naših najboljših močeh prispevamo k čimprejšnjemu povratku nazaj v normalno življenje ter k čim hitrejši odpravi vseh negativnih posledic.

Pred časom sem s strani podpredsednika Vlade RS in ministra za gospodarski razvoj in tehnologijo Zdravka Počivalška bil povprašan, če sem pripravljen aktivneje pristopiti k reševanju težav v Sloveniji in kot predsednik Zelenih Slovenije prevzeti mesto državnega sekretarja na Ministrstvu za gospodarski razvoj in tehnologijo za področje zelenega gospodarstva in pobude mladih. Drži, najlažje bi bilo zamahniti z roko in zavrniti povabilo. A tega si ne bi nikoli odpustil. Zakaj? Prvič po 27 letih bo v slovenski vladi sodeloval predstavnik kakšne od zelenih strank. Si predstavljate koliko let smo čakali, da predstavnik zelene stranke prevzame kakšno od najodgovornejših mest v naši državi? Predolgo.

Sam se ne bom obračal stran od problemov, temveč bom na njih glasno opozarjal, hkrati pa v sodelovanju



z vsemi deležniki tudi predlagal realno izvedljive rešitve. Zavedam se, da je do konca mandata le še leto in pol, a menim, da je to dovolj časa, da na tem položaju pustim svoj pečat.

Kdor me pozna, dobro ve, da sem bil v politiki predvsem človek terena in iskrenega stiska rok, ob tem pa sem vedno podpiral dobre predloge tako na državnem kot tudi lokalnem nivoju. Ne glede na to, kdo je bil predlagatelj. Želim si, da bi se v slovenski politiki več pogovarjali o vsebinah in manj o ljudeh.

Imenovanje si štejem kot veliko priznanje mojemu delu v slovenski politiki od srednje šole pa do danes. Leta 2018 sem kot predsednik Zelenih Slovenije kandidiral na državnozborskih volitvah, da bi kaj spremenil. Sedaj sem dobil priložnost, da ne kritiziram, temveč aktivno pristopim k reševanju težav sedanjosti in prihodnosti. Imenovanje na mesto državnega sekretarja daje tudi podporo prizadevanjem po večjem povezovanju in sodelovanju v slovenski politiki, kar smo predstavili skozi pobudo Povežimo Slovenijo.

Čaka nas veliko dela. Hvala vsem, ki ste mi na moji poti stali ob strani in mi stojite še danes. Dal bom vse od sebe, da vas ne razočaram. Ne bom pozabil na to, od kod prihajam in kje sem kandidiral.

*Lep pozdrav,
Andrej*

20 LET BREZPLAČNEGA NAJEMA ZA DESTRNIŠKE UPOKOJENCE

Zgodba med Občino Destrnik in Društvom upokojencev Sveti Urban – Destrnik je po obdobju zapletov končno dobila epilog. Podpisana je bila pogodba o dvajsetletnem brezplačnem najemu objekta za športne dejavnosti društva.

Zapletlo se je pri pojasnjevanju lastništva objekta, v katerega so vlagali tako občina kot društvo upokojencev še v mandatu prejšnjega župana. »Člani društva smo že pred leti izdatno pomagali pri gradnji objekta, saj smo želeli v svoje vrste vnesti tudi nekaj športnega duha, objekt pa bi bil namenjen tudi



športnim aktivnostim, kot so pikado, kegljanje, za naše člane. Vložili smo ogromno truda in materiala. Vse to pa se je dogajalo v mandatu prejšnjega župana,« pojasnjuje Feliks Majerič iz Društva upokojencev Sveti Urban – Destrnik.

Objekt se nahaja na občinskem zemljišču. Po vseh razprtijah se zadeve končno kristalizirajo, namreč, Društvo upokojencev Sveti Urban – Destrnik pravno formalno ne more biti lastnik objekta. »Lastništvo nam onemogoča zakon, pri čemer pa sem mnenja, da je sprejeta odločitev o brezplačni najemnini zelo korektna, saj društvo kot tako zaradi prenizkih prihodkov takšnega objekta ne bi moglo vzdrževati,« še dodaja Majerič.

Občina Destrnik in društvo upokojencev sta podpisala pogodbo o dvajsetletnem brezplačnem najemu objekta za športne dejavnosti društva. V objektu bo delovalo izključno to društvo. S tem se je strinjalo 21 članov od 21, torej soglasno vsi. Feliks Majerič še pove: »Menim, da gre za ugoden razplet, ki pa je v našem društvu povzročil precej težav in nasprotovanj. Ostali smo tudi brez predsednika, ki je zaradi nestrinjanja podal odstopno izjavo. Izvolili smo podpredsednico in jo imenovali za podpis pogodbe, sedaj pa bomo iskali novega predsednika ali predsednico društva.«

Zadovoljen z odločitvijo upokojencev o podpisu pogodbe je tudi župan Franc Pukšič, ki pojasnjuje, da je bila odločitev o nelastništvu objekta sprejeta dne 25. 10. 2017, ko je g. Branko Goričan v imenu DU

Destrnik podpisal pogodbo o sofinanciranju tega objekta. »Celoten postopek ni bil skladen s projektno dokumentacijo, zato je zadeva prišla celo tako daleč, da se je občina samoprijavila in plačala uзорpacijo. Tako smo lahko na novo uredili potrebno projektno dokumentacijo in s strani upravne enote dobili uporabno dovoljenje,« je jasen župan in dodaja, da med županom in upokojenci nikoli ni bilo nobenega konflikta, pač pa je negativno vzdušje ustvarjal predsednik in istočasno svetnik Občinskega sveta iz liste bivšega župana.

»Vesel sem, da nam je zgodbo uspelo pripeljati do konca in so v Društvu upokojencev Sveti Urban – Destrnik sprejeli ta sklep o podpisu pogodbe o najemu, ki je izključno samo za njihove aktivnosti, ne glede na vse govornice, ki so se pojavljale v zadnjem času. S podpisom so upokojenci dobili uporabno dovoljenje, hkrati pa sta s tem poplačana tudi njihova trud in delo, ki so ga v preteklih letih vlagali v ta objekt.«

Župan Pukšič zatrjuje, da upokojencev v občini namenja veliko pozornosti in prioritete. »Starejšim se v naši občini namenja posebna pozornost in potrudili smo se ter izkoristili vse možnosti, da smo jim vedno zagotovili prostor. Brezplačne prostore so imeli že v nekdanji občinski stavbi,« pojasnjuje župan.

Sicer pa župan že vseskozi podpira upokojence, prepričan pa je, da bodo po 20 letih dobili prav tako ugodno ponudbo za nadaljnji najem, npr. 90-odstotno znižanje najemnine.

Špela Pokeržnik





Z GLAVO V NARAVO

Konec meseca maja je Občino Destrnik zaznamovala čistilna akcija, poimenovana Z glavo v naravo. Združila je preko 250 občanov in prostovoljcev, ki jim je mar za naravo ter okolje, v katerem živijo.

V spomladanskem času po vsej državi potekajo že tradicionalne čistilne akcije. Izvedli smo jo tudi v naši občini. Udeleženci pravijo, da namen čiščenja lastnega kraja ni samo zbiranje odpadkov, temveč tudi skrb za ozaveščanje glede pomena trajnostne naravnosti. »Velika zahvala gre prav vsem udeležencem čistilne akcije, ki so si vzeli čas in prostovoljno poskrbeli za lepšo okolico. Seveda nam brez društev ne bi uspelo, še posebej Lovska družina Destrnik je

tista, ki je veliko pripevala k tej akciji,« pojasnjuje direktorica občinske uprave, Vlasta Toplak Tetičkovič.

Količina odpadkov ob cestah je bila daleč od zadovoljivega, zato so hvaležni slehernemu posamezniku, ki se je udeležil čistilne akcije. »Ugotovili smo, da je število odpadkov v naravi zastrašujoče, zato pozivamo predvsem odrasle občane, naj bodo boljši zgled otrokom in naj ne odlagajo odpadkov v naravo. Količina odvrženih odpadkov v naravi se bo zmanjšala le na tak način, s tem pa boste prispevali tudi k ohranjanju narave, kar bi moral nenazadnje biti cilj vsakega posameznika in celotne družbe,« dodaja ga. Toplak Tetičkovič.

Špela Pokeržnik





V DESTRNIKU GRADIJO NOVO REKREACIJSKO POT

Nova rekreacijska pot, ki nastaja v okviru projekta LAS, bo vodila od občinske stavbe mimo Parka prostoživečih živali vse do kmečkega turizma Lovrec.

»Če govorimo o rekreaciji, lahko mirno rečemo, da je za gibanje v naravi bolje izbrati makadamske poti, ki so prijetnejše in manj obremenjujoče za korak. Seveda pa morajo biti primerno urejene. Omenjena rekreacijska pot v Destrniku bo pravzaprav kombinirana – kjer je že asfalt, bo le-ta ostal, drugje pa bo makadam. Urejena bo infrastruktura, v gozdnem in gričevnatem delu pa bo poskrbljeno tudi za odvodnjavanje. Sama investicija je vredna 70.000 EUR,« razlaga župan Pukšič. Pri tem dodaja, da bodo v sklopu tega dobili še 2 električni in 4 navadna kolesa, ki si jih bodo lahko tako družine kot turisti tudi izposodili.

Nova rekreacijska pot za pešce in kolesarje je dobrodošla za marsikoga, tudi za destrniški Park prostoživečih živali, saj poteka tod mimo. »Ta projekt nam predstavlja zelo veliko pridobitev. Gostje in obiskovalci se bodo lahko po novem do Parka prostoživečih živali pripeljali tudi s kolesi,« je navdušen Andrej Horvat.

Da bo možnost kolesarjenja še večja, so na Občini Destrnik poskrbeli tudi za možnost izposoje koles tako za posameznike kot tudi družine. Kolesa so že prispela in čakajo na odprtje rekreacijske poti. Ce-

lotna trasa poti bo označena z lesenimi kažipotmi in zato ne bo dodatno bremenila okolja. Poleg ureditve rekreacijske poti in nabave koles bodo skupaj s partnerji na občini poskrbeli tudi za lesene kažipote, kolesarsko opremo, leseni nadstrešek za kolesa in stojala, plezalno motorično napravo za otroke, turistično zloženko, električna kolesa in urbano opremo ter izvedli medgeneracijske športne igre s predstavitvijo zloženke.

»Ta pot je najlepša, če jo prekolesariš ali prepeščiš v družbi, prav škoda se je čez te čudovite kraje odpraviti z avtomobilom,« še zaključuje Pukšič.

Špela Pokeržnik



NOVO DOMOVANJE NAJVEČJIH EVROPSKIH PTIC V LEVANJCIH

V Levanjcih v spomladanskem času že vrsto let neučakano opazujejo, kdaj se bodo ljubke pernate sovaščanke štokrlje vrnile nazaj v svoje gnezdo. Tudi letošnjo pomlad ni bilo nič drugače. Dočakali so njihovo vrnitev, ki je tokrat potekala nekoliko drugače.

»Že lansko leto smo opazili, da star leseni drog, na katerem so imele štokrlje svoje gnezdo, ni več stabilen, zato je obstajala verjetnost, da se podre. Tako smo se Levanjčani na pobudo predsednika vaškega odbora takoj, ko je bilo to zaradi ukrepov vladajoče epidemije mogoče, ob vseh pravilih varnosti zbrali ter opravili vsa dela za rušenje starega in namestitve novega betonskega stebra z že rahlo spletenim gnezdrom s kovinsko konstrukcijo,« pripoveduje Damjana Žampa. »Gospod štrk« je kljub svoji nastanitvi ravno na večer pred menjavo stebra nadobudno spremljal dogajanje iz bližnjega kandelabra in ni prav nič za-

meril. Še več, takoj naslednje jutro je ponovno začel z nabiranjem vej in pripravo novega gnezda, v katerem se je po nekaj dneh pojavila tudi njegova spremljevalka.

»Za plemenito dejanje se najlepše zahvaljujemo organizatorju Antonu Žampi, izdelovalcu kovinske konstrukcije Antonu Polancu, Jožetu Zeleniku, ki je na pomoč pristopil z bagerjem in tako olajšal izkop jame, ter vsem ostalim vaščanom, ki so kakorkoli pomagali, hkrati pa tudi tistim, ki so dogajanje opazovali in ga polepšali s svojo prisotnostjo na varni razdalji,« hvaležnost izrazi Damjana Žampa, ki dodaja, da štokrlje simbolizirajo srečo in Levanjčanom jo resnično prinašajo, saj je že sam pogled nanje sredi vasi ena sama sreča.

Damjana Žampa in Špela Pokeržnik



POSEJALI SMO LAN PRI SEVROVIH

Sicer naj bi se lan po tradiciji sejal stoti dan v letu, a ker je letošnje leto posebno v vseh pogledih, je tudi setev potekala nekoliko kasneje.

Člani Turističnega društva Destrnik so se pri Sevrovih zbrali v četrtek, 29. aprila. »Na kmetiji pri Sevrovih so nam, kot je že v navadi, znova odstopili njihovo njivo za setev lanu. Posejali smo seme, pridelano lansko leto prav na tej zemlji. Setev smo opravili ročno, kot so naši predniki to počeli nekoč,« opisuje Ivan Hauptman, predsednik društva. Turistično društvo Destrnik tako uspešno nadgrajuje projekt Od lanu do platna. Prizadevni člani društva upajo, da bo na novo posejan lan dovolj gost in med njim ne bo prostora za plevel ter travo.

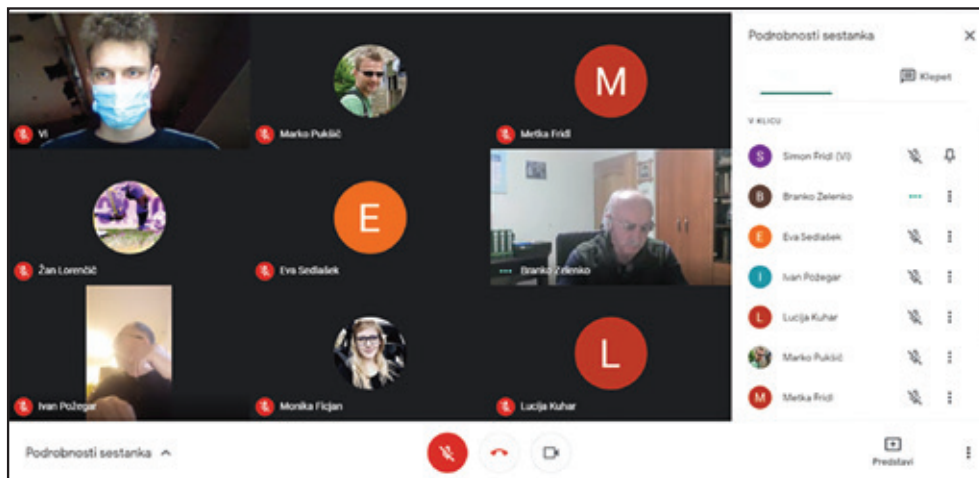
Dela se pri Sevrovih zmeraj zaključijo z dobro malico in žlahtno kapljico. »Člani društva upamo, da bodo vremenske razmere ugodno vplivale na lepo rast lanu in čim manj plevela,« še dodaja predsednik, hkrati pa se že veselijo puljenja, ki bo predvidoma potekalo v začetku avgusta.

Tanja Hauptman



OBČNI ZBOR KULTURNEGA DRUŠTVA DESTRIK TOKRAT V SPLETNI OBLIKI

Delovanje Kulturnega društva Destrnik je preteklo leto zaznamovala – tako kot življenje vsakega izmed nas – epidemija bolezni covid-19. Iz poročila predsednika društva, Simona Fridla, na občnem zboru je razbrati, da so se uspešno prilagodili novemu položaju in kljub mnogim omejitvam izpeljali številne projekte ter pripravili načrt dela za leto 2021.



Občni zbor društva, ki je potekal 16. 4. 2021, je bil izveden v spletni obliki. Poskrbljeno je bilo tudi za člane brez primerne tehnologije, saj so se lahko zborovanja udeležili v kulturni dvorani, kjer so organizatorji poskrbeli za prenos dogajanja in jim tako omogočili sodelovanje. Kot je razvidno iz poročila predsednika društva, so člani izvedli številne projekte, ki so jih uspešno prilagodili nastalemu položaju.

V decembru so tako ponovno prižgali praznične luči v organizaciji otroške folklorne skupine. Posnetek prireditve brez obiskovalcev si je bilo mogoče ogledati na njihovi facebook strani, kjer je društvo redno aktivno. Ob koncu decembra so posneli in objavili pravljica večera za otroke v izvedbi Urške Hlupič Voda, največji projekt preteklega leta pa je bil Obhod Božička. V sodelovanju z občino so v 2 dneh obiskali vse predšolske otroke in tiste, ki obiskujejo prvi razred osnovne šole, ter tako na dom prinesli božično veselje več kot 150 otrokom v občini.

Društvo je redno prisotno v glasilu Občan s svojo stalno rubriko Minuta za kulturo. Člani so na lanskem občnem zboru potrdili novi statut in izvolili vodstvo za prihodnja 4 leta. Podpisali so tudi novo pogodbo o bančnih storitvah in s tem znižali mesečne stroške za vodenje računa, še pred zaprtjem države pa so vložili in potrdili uradno overjen statut.

Do marca so vse sekcije izvajale redne tedenske vaje in se pripravljale na prihajajoče projekte. Pripravili so tudi pristopno izjavo v skladu z zakonodajo o obdelavi podatkov in uporabo drugega materiala za objavo. Ob koncu leta so poskrbeli še za podpis nove pogodbe in si tako zagotovili prostore, ki jih uporabljajo, znižali pa so se jim tudi stroški najemnine.

Glede načrta dela za leto 2021 je predsednik društva med drugim dejal: »V prihajajoče leto zremo s trpkim optimizmom, ne vedoč, kaj nas čaka jutri. Pa vendar bomo na različne načine aktivni. Nadaljevali bomo z objavljanim prozih del in lepih mislih v naši stalni rubriki Občana, Minuta za kulturo, v kateri k izboru pesmi vsakič povabimo drugega člana društva. Aktivno bomo delili objave in obujali spomine na facebook strani Kulturnega društva Destrnik. Preko spleta in televizije bomo v primeru zaostrenih razmer izvedli še kakšno prireditev ali ustvarjalno delavnico, predvidoma ob 30. obletnici samostojnosti in v drugi polovici leta. Upam, da bomo v jeseni lahko pričeli z dokaj normalnimi vajami vseh sekcij in da nas bo obiskal Ansambel Saša Avsenika z izvedbo manjšega akustičnega koncerta, ki smo ga želeli izpeljati že lani. V načrtu je tudi prižig lučk in obeležitev obletnice Prešernovega rojstva, ob koncu leta pa pravljica večer in obhod Božička. Če bodo razmere dopuščale, bomo morda organizirali še kakšen koncert. Prizadevali si bomo tudi za ureditev zgodovine društva, s čimer smo že pričeli, in deljenjem nove pristopne izjave, ki je v skladu z vsemi zakonskimi določbami.

Potrudili se bomo pripraviti in vložiti vlogo za delovanje društva v javnem interesu, kar nam bo omogočilo pridobivanje več finančnih sredstev. Nadaljevali bomo tudi s prizadevanji za večjo vez s kulturnim društvom v Trnovski vasi in drugimi kulturnimi društvi.«

Besedilo: Tadej Urbanija
Foto: Simon Fridl

MINUTA ZA KULTURO

V počastitev dneva upora proti okupatorju vam v tokratnem izboru prilagamo pesem Karla Destovnika Kajuha, ob praznovanju dneva državnosti pa pesem Marjana Stareta, ki ga je v svet ponesel Ansambel bratov Avsenik. Kulturniki si želimo, da se čimprej ponovno srečamo na kakšni prireditvi in skupaj iz srca zapojemo ter zaplešemo.



Kulturno društvo Destrnik

Slovenija, od kod lepote tvoje

Povsod, kjer mi seže pogled, lepota zasanjana.
Kje najti še lepši je svet, kje lepše je kot doma?
Se s hribov v daljave zazrem, prek gričev, dolin, gora,
v daljavi še modro morje uzrem, kje lepše je kot doma?

Slovenija, od kod lepote tvoje?
Pozdravljamo te iz srca in srečni tu smo doma.
Slovenija, naj tebi pesem poje,
ne išči sreče drugod, kot le doma.

Povej še oblaček ti bel, obhodil že ves si svet,
je lepša dežela še kje, kot naša, kjer sem doma?
Je vetrič veselo zapel, preletel je prek sveta
in takih lepot ni našel nikjer, kot tule, kjer sem doma.

Bosa pojdiva, dekle, obsorej

Bosa pojdiva, dekle, obsorej,
bosa pojdiva prek zemlje trpeče,
sredi razsanjanih češnjevih vej
sežem ti nežno v dlani koprneče.

Beli so, beli so češnje cvetovi,
temni, pretemni so talcev grobovi.
Kakor ponosni galebi nad vodo,
taki so pali za našo svobodo.

Bosa pojdiva, dekle, obsorej,
bosa pojdiva med bele cvetove,
v krilo nalomiva češnjevih vej,
da jih poneseš na talcev grobove.

ALEŠ BELŠAK KOT ABEL VON RUST



Nekateri ga poznajo kot osnovnošolskega učitelja športne vzgoje, mladega očeta ali aktivnega vaščana, drugi pa ga spremljajo pod imenom Abel von Rust. To je del Aleša Belšaka iz Janežovskega Vrha, ustvarjalca iz materialov, ki ga obdajajo. Samostojen podjetnik obuja stare pozabljene ali zavržene stvari ter jim daje nov pomen in uporabno vrednost.

Na kratko smo že povzeli, kdo ste in kaj vas veseli, od kod pa vaše umetniško ime Abel von Rust?

Ime, pod katerim ustvarjam, je bilo težko sestaviti. V prvem delu je tvorjeno iz črke »A« kot Aleš in »bel« kot Belšak, nato sledi von kot nek plemeniti naslov s

pridihom starih časov ter Rust, prevedeno iz angleščine kot rja, kar pove, s čim se ukvarjam.

Od kod izvira ljubezen do lesa, industrijskih kosov in obnavljanja? Kaj vas navdihuje?

Začel sem pred 3 leti, ko smo pričeli z obnovo hiše. V tem času smo pričakovali dojenčka in potrebno je bilo izdelati previjalno mizico, igračke ter kakšen obešalnik, pri tem pa sem spoznal, da mi je les pri srcu, rad sem se ukvarjal z njim. Kmalu je sledil en izdelek za drugim – najprej izdelava starinskega umivalnika iz starih kletnih vrat, od tam pa so stvari eskalirale do izdelovanja svetil, miz. Potem smo podrli staro hišo in iz odpadnega lesa sem izdelal veliko mizo ter jo poimenoval Bratstvo. S tem kosom pohištva sem se prvič predstavil kot to, kar si želim. Želim obuditi stare stvari, ki propadajo in ležijo po vseh hlevih, povsod. Ta miza je to, kar sem hotel, nek industrialni stil pohištva. V vseh izdelkih gre za ponovno uporabo lesa in kovine, zelo malo je tega, da bi kaj dejansko kupil na novo in ne bi že kje le-



žalo. Nič načrtovanega. Navdihuje me industrijska doba od leta 1900 naprej, vse, kar je bilo takrat proizvedeno, je lepo, v stilu in slogu, vse je imelo smisel, tudi če je bila popolnoma vsakdanja zadeva, na primer tudi sod je bil lepo izdelan, okrašen, imel je nek karakter, dušo. To poskušam prenesti v svoja dela, izdelke. Kaj me navdihuje? Stara okna, les, lahko so to kakšni stroji, zobniki, ni da ni, vse, kar je nekaj posebnega, nenavadnega, nevsakdanjega.

Omenili ste že, da uporabite, kar vam pride pod roke, od kod torej material za delo?

Ko sem začel, sem imel srečo, da sta bila klet in podstrešje polna stare krame. Kasneje sem začel po internetu iskati predmete, ki so me navdušili, sedaj pa med raziskovanjem spoznavam nove ljudi. Novice grede tudi iz ust do ust in včasih me že kdo sam pokliče ter vpraša, če bi kaj potreboval, če bi si to ali ono odpeljal, na tej stopnji so stvari zelo napredovale. Načeloma vzamem ves material, od navadne deske do okna, pri katerem mi v glavi naredi: »Klik, to bi pa jaz imel.«

Pride kdaj najprej do ideje in nato načrtno izbire kakšnega kosa?

Teško je opisati. Navadno si – ko vidim kako stvar – že predstavljam, kaj bi iz nje lahko izdelal. Zelo odvisno je, neke ideje že imaš v glavi in ko vidiš primeren kos, te enostavno potegne in že veš, kaj boš iz tega naredil. Nikoli nisem namensko iskal stvari. Vem recimo, kakšna podnožja ali litoželezne stvari potrebujem, nikoli pa nisem ničesar izrecno iskal. Ko vidim kakšen kos, točno vem, in ta potencial želim pokazati v čim boljši luči, čim lepšem izdelku.

Kakšen je osnovni postopek pri obdelavi lesa in kovine?

Veliko tega poskušam prikazati na svoji facebook in spletni strani. Osnova pri lesu sta čiščenje in dezinfekcija, da odstranimo vse zajedavce, potrebno ga je tudi toplotno obdelati, če se delajo kakšne mize ali plošče, dodatno posušiti, sledi pa klasična mizar-ska obdelava.

Pri kovini poskušam čim bolj ohraniti izvorni izgled izdelka, čim manj poskušam odstranjevati barvo, da

je v kar se da originalnem stanju. Tako gre predvsem za čiščenje, razmaščevanje in fino čiščenje; če je izdelek v slabem stanju, pa je potrebno vse odstraniti v kompletu, kakšne manjše stvari na roko, večje pa se speskajo, potem pa jih je potrebno nadalje zaščititi, da preprečimo rjavenje, razpadanje in uničevanje s strani zunanjih dejavnikov.

Na katere projekte ste najbolj ponosni in kaj pripravljate v prihodnje?

Gotovo na mizo Bratstvo. Kot sem že omenil, je to izdelek, v katerega sem dal vse, kar sem si želel, je zelo poseben, unikaten kos. Pravzaprav je vsak izdelek zgodba zase in pusti neke izkušnje, občutke, posebej pri obdelavi lesa, kjer občutiš to toploto, lepoto. Popolnoma vsak izdelek posebej te navdušuje. Odličen izdelek je tudi nedavno izdelano ogledalo dimenzij 2 x 1,20 m, pa predelana stara televizija in še bi lahko našteval, vsak posebej ima svoj čar. Za prihodnost nimam posebnih projektov, imam že nekaj naročil in nekaj zamisli, ki pa naj zaenkrat ostanejo skrivnost. Nikoli ne odklonim pomoči, rad pomagam, ker sem bil tudi sam v položaju, ko nisem imel znanja. Tu sta mi ogromno pomagala soseda: mizar, krovec in zidar Andrej Irgl, ki mi je kot mentor in mi nudi vso podporo, kar se tiče strojne obdelave, saj si sam ne bi mogel privoščiti strojev, na drugi strani pa mojster Franc Cizerl, ki je že tretja generacija kovačev. Slednji mi nudi zelo koristne podatke o kovinah in na splošno o kovaštvu. Rad bi se vsega naučil, vendar je res ogromno stvari, podatkov in znanja; delam pa na tem, da pridobim čim več. Lahko delam z lesom in kovino, saj ta kombinacija da nek karakter, dušo izdelku.

Kje si lahko ogledamo vaše izdelke in vas spremljamo?

Na Facebooku in Instagramu sem zelo dejaven, vključeni tudi k ogledu spletne strani Abel von Rust, kjer so zbrani vsi moji izdelki. Stran se obnavlja in dopolnjuje na tedenski bazi, sproti pišem tudi, kako poteka zgodba od obdelave do končnega izdelka. Rad bi, da ljudje spoznajo, kaj je v ozadju posameznega izdelka. Vsi vidijo lepoto nekega izdelka, marsikdo pa se ne zaveda dolge poti izdelave ter koliko znanja in časa je potrebno zanj, zato želim prikazati tudi to.

Bi ob koncu želeli še kaj povedati, nagovoriti bralce?

Rad bi še povedal, da mi pri vseh aktivnostih pomagajo prijatelji, mreža dobrih ljudi, ki me obdajajo. Ogromno mi je pomagal fotograf Tadej Turk, predvsem kar se tiče fotografije in postavitve spletne strani, brez prijateljev Abel von Rust ne bi obstajal v takšni luči. Zato velik poklon vsem, ki me spremljajo. Tudi partnerka Sara, ki ureja vse objave, saj mi za vse enostavno zmanjka časa. Važno, da se z vsemi dobro razumemo, tu je vsa zgodba v ozadju, eno z drugim, brez tega ni nič. Če nimaš prijateljev, ljudi, ki so ti pripravljeni pomagati, na začetku ne moreš nič naredit sam, razen če imaš močno finančno zaledje, ki pa ga večina nima.

*Pripravil: Simon Fridl
Fotografije: Tadej Turk*

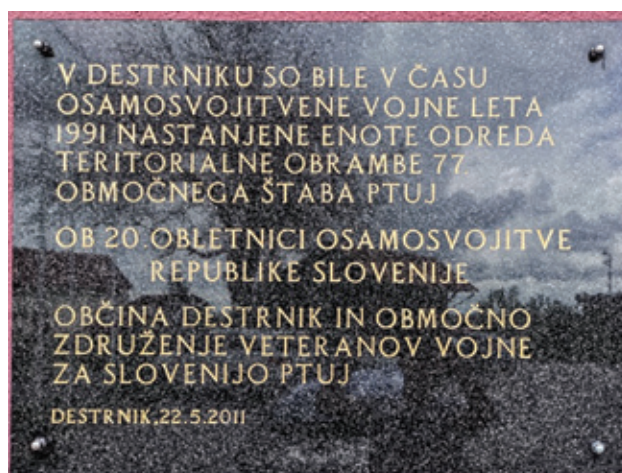


SLOVENIJA, NAŠA DOMOVINA

25. junija obeležujemo dan državnosti, dan, ko je Slovenija pred 30 leti sprejela Deklaracijo o neodvisnosti in Temeljno ustavno listino o samostojnosti ter tako formalno postala neodvisna. Sledil je čas 10-dnevne vojne, ko je bilo potrebno poprijeti tudi za orožje in obraniti domovino. Tudi Destrnik beleži pomembne dogodke ter naloge Teritorialne obrambe in Milice.

Znano je, da so leta 1991 na kmetiji Lovrec v Jiršovcih hranili del orožja, ki so ga zasegli jugoslovanski narodni vojski iz skladišča pri Slovenski Bistrici, in je varovanje nad njim prevzela takratna Milica. Tudi

Marjan Lovrec je bil v tem času aktiviran iz njenega rezervnega sestava in o času vojne pove: »Oddelek miličnikov, nastanjen na našem območju, je imel pomembno nalogo ob osamosvajanju, varovati je bilo potrebno premoženje občanov in opravljati tudi druge naloge. Glede na okoliščine smo imeli pri sebi orožje in strelivo, ki bi ga lahko v izjemnem primeru uporabili, tudi tisto, ki je bilo zaseženo JNA in skrito na naši kmetiji.« Naloge Milice so bile različne, o čemer priča tudi njena sestava – od vojaškega dela do posebnih in zaščitnih enot. Oddelek v Destrniku je bil nastanjen v bloku, člani Teritorialne obrambe pa v gasilskem domu.



»Ena od nalog je bila tudi varovanje mostu v Placarju, saj bi bila v primeru njegove porušitve prekinjena vez s Ptujem. Pomembni so bili tudi občani, ki so nudili hrano in druge dobrine, vedeli so, da si želijo samostojnosti in so nam bili pripravljene stati ob strani,« opisuje Lovrec in poudari pomembnost vsakega posameznika ob takratnih dogodkih.

Novembra 2019 je bila na lovski dom na Drstelji postavljena spominska plošča v spomin na tajno skrivališče orožja Teritorialne obrambe. Predsednik Območnega združenja veteranov vojne za Slovenijo Ptuj, Vlado Žgeč, je kot takratni pripadnik vojaških sil povedal: »Na območju Destrnika je bila nastanjena enota odreda Teritorialne obrambe 77. območnega štaba Ptuj, ki je bila v gasilskem domu, o čemer priča tudi obeležje, in je imela ob rednih tudi nalo-

go vodenja formiranega zbirnega centra za zajete in prestopljene častnike, podčastnike in vojake iz JNA za širše ptujsko območje.« O teh dogodkih priča le malo poročil in popisov, prevladujejo kasnejši opisi: »Zapisov iz tega časa res ni veliko, saj je delovanje temeljilo na tajnosti in zaupanju med ljudmi,« še doda Žgeč. Natančnejši oris dogodkov, med drugim tudi akcije letalstva JLA nad Velovlekom, Levanjci in Desenci, lahko preberemo v knjigi Ptuj in leto 1991. Tako Marjan kot Vlado sta si enotna, da brez Milice in Teritorialne obrambe ter predvsem sodelovanja lokalnega prebivalstva svoboda države ne bi bila tako hitro in učinkovito ubranjena.

Besedilo in fotografije: Simon Fridl

IDEJNI INKUBATOR KULTURNE DEDIŠČINE – HERITAGELAB

Pogosto mladih kulturna dediščina ne zanima, česar se zavedajo tudi razne organizacije, ki jih poskušajo z novimi, kreativnimi idejami pritegniti, da pričnejo z njo ustvarjati, sobivati. Tako trajnostno ohranjajo našo kulturo in z njeno pomočjo rešujejo probleme sodobnega časa, stanovanjsko in okoljsko problematiko, naravno gradnjo ter oživljanje perifernih območij.

Pod okriljem smernic Novega evropskega Bauhauasa, ki jih je izdala Evropska komisija, se zbirajo ideje za trajnostno, zeleno obarvano skupnost. Zavod ID20 in društvo Idrija 2020 sta izvedla inovacijski vikend, na katerem so skupine iz celotne Slovenije reševale dani problem, najboljša ideja pa je bila nagrajena. Vodja ekipe Alternativa-perspektiva, Monika Ficjan, je o dogajanju povedala: »V soboto, 8. maja, smo prejeli precej široko zastavljen izziv na temo ohranjanja dediščine, povezovanja mladih in drugih ogroženih skupin ter oživljanja periferije. Ves dan smo imeli čas pripraviti projekt ali izdelek, ki smo ga v nedeljo predstavili komisiji. Pestra ekipa iz Štajerske v sestavi Eve Voda, Simona Fridla, Sare Korošec in Mihe Žurana je pokrila območje Slovenskih goric in Haloz, kjer se srečujemo z odseljivanjem mladih v urbana središča ter zapuščenjem starih kmetij.« Rešitev so oblikovali kot obnovitev stare kmetije z naravno gradnjo, pri čemer bi v bivalnem delu omogočili mladim, da vstopijo na samostojno pot, v gospodarskem posloplju pa bi zasnovali skupnostni prostor za delavnice in prireditve ter turistična doživetja, kot na primer spanje na krmi.

»Sicer naša rešitev ni bila zmagovalna, smo pa nabrali ogromno izkušenj ekipnega dela in različnih interdisciplinarnih pogledov na probleme ter pridobili dobre ideje za uresničitev projektov v prihodnje. Kot smo povedali v nedeljski predstavitvi, želimo, da je naša dediščina sodelovanje, zato ne konkuriramo, temveč sodelujemo,« še doda Ficjanova in z nasmehom



pove, da bi izkušnjo še večkrat ponovila, želi pa si tudi več dialoga z lokalnimi in državnimi ustanovami pri reševanju problemov, saj mladi pogosto vidijo nerešljivo rešljivo.

Pripravil: Simon Fridl
Fotografiji: Eva Sedlašek

Z GIBANJEM SE UČIMO

Urška Jaroš, magistrica profesorica inkluzivne pedagogike in profesorica športa, izpostavlja, da se v zadnjem letu opaža velik upad gibalnih sposobnosti otrok ter mladostnikov v Sloveniji, ki so posledica zaprtja šol, športnih klubov in društev.

»Po priporočilih svetovne zdravstvene organizacije (WHO) naj bi otroci med 5. in 17. letom starosti imeli vsaj 60 minut vsakodnevne zmerne do visoko intenzivne športne/gibalne aktivnosti, pri kateri se jim dvigne srčni utrip, se zadihajo in rahlo oznojiijo. Odrasli jim moramo omogočiti številne priložnosti za gibanje in osvojitve različnih gibalnih znanj, saj s tem razvijamo gibalne spretnosti in pozitiven odnos do športa. Ko jih na nek način »zasvojimo« s športom, postane to del njihovega življenja,« pojasnjuje Jaroševa in dodaja, da številne raziskave pričajo o tem, da so gibalne sposobnosti povezane z učno uspešnostjo. Gibalno učinkovitejši otroci in mladostniki imajo tako boljši učni uspeh. »Tega se dobro zavedamo tudi na naši šoli, kjer pripisujemo velik pomen gibanju in vsestranskemu razvoju naših učencev in učenk. Vključeni smo v nacionalni sistem SLOfit, kjer lahko šolarji in njihovi starši z uporabo aplikacije SLOfit spremljajo, kakšen je njihov telesni in gibalni razvoj v primerjavi z dosežki enako starih slovenskih vrstnikov. S tem lahko pridobi-



mo pomembna izhodišča za nadaljnjo načrtovanje in izbiro gibalnih dejavnosti. Z različnimi gibalnimi dejavnostmi pa se lahko tudi učimo. Sedeče šolsko delo je pomembno, vendar v proces učenja vključujemo tudi veliko gibanja. Gibanje v povezavi z učenjem je za otroke lažje in učinkovitejše. Predvsem pa so pri delu motivirani in dalj časa ohranjajo aktivno pozornost ter tako povezujejo različna predmetna področja,« razlaga Urška Jaroš in poudari, da so na OŠ Destrnik-Trnovska vas v ta namen uredili kotiček, kjer se lahko učenci in učenke na zabaven ter zanimiv način urijo v znanju poštevanke. »Naredili smo že veliko skokov, v prihodnje jih bomo še več. Z igro in gibanjem se učimo,« še zaključuje.

POMLADNI UTRINEK IZ VRTCA DESTRIK

Gospodična Pomlad je obiskala tudi najmlajše v Vrtcu Destrnik. Otroci iz skupin Bibe in Srčki so v pomladnih mesecih v družbi pikapolonice raziskovali travnik ter travniški svet.

»Pikapolonica z nami kobaca, išče srečo, uči nas o drugačnosti, prijateljstvu in medsebojnih odnosih. Skupaj z njo pojemo, plešemo, štejemo, rišemo, se igramo rajalne in družabne igre. Zastavlja nam uganke, z zgodbami pa z njo poletimo v pravljčni svet. Kdo ve, mogoče obišče tudi vas...«

Vzgojiteljice in vzgojitelji
Vrtca Destrnik





LEONIDA HAJD: Z JOGO DO ZDRAVEGA TELESA

»Čez dan imamo veliko različnih vlog, ampak zvečer, ko zapremo oči, smo samo mi,« pogovor pričanja Leonida Hajd, učiteljica joge iz Destrnika, ki neizmerno uživa v vlogi mame ter raziskovanju življenja in ljudi.

»Zelo me zanima človek kot fizično in duhovno bitje. Odkrivanje človekovih potencialov in globin človeškega življenja je zanimivo področje, ki predstavlja življenjsko učenje. Učimo se namreč vse življenje in ne samo v času formalnega izobraževanja. Sama sem po izobrazbi upravni tehnik ter organizator poslovanja v turizmu in gostinstvu, ob tem pa sem različna znanja pridobivala izven poklicnega področja,« o sebi pove Leonida, ki se v zadnjem času posveča predvsem poučevanju joge.

»Z jogo sem se srečala že ob koncu osnovne šole. V domači dnevni sobi sem pričela s prvimi asanami oz. elementi iz joge po navodilih iz knjige, ki sem si jo izposodila v knjižnici. Že takoj na začetku me je pritegnilo nekaj več kot samo vaje in počasi sem spoznavala namen teh tehnik gibanja telesa,« pripoveduje Leonida ter dodaja, da jo je navduševalo dejstvo, kako zelo fleksibilno postaja njeno telo in kaj vse zmore.

Po turbolentnem najstniškem obdobju je svoj čas in energijo pričela intenzivneje posvečati raziskovanju življenja in človekovih globin ter pridobivanje znanj, za katere je čutila, da jih bo v življenju še potrebovala. »Moja želja po poznavanju tega področja me je pripeljala do Urške Božič, certificirane učiteljice Iyengar joge, ki svoje znanje predaja naprej v City joga centru v Ljubljani. Pri njej sem opravila izobraževanje za učiteljico pravljicne joge za otroke. Ta vrsta joge je razvita v terapevtske namene in zdravljenje določenih bolezenskih stanj, pri čemer me je posebej navdušila natančnost, eksaktnost in prizemljenost vadbe,« izpostavlja in meni, da v zahodnem svetu preveč poudarjamo izobrazbo in ne uporabnosti, medtem ko je v Indiji nekoliko drugače, saj ljudje učitelju zaupajo zaradi ugleda in učiteljske linije, iz katere izhaja.

Joga sicer izvira iz Indije, kjer predstavlja življenjsko tradicijo in filozofijo, ne religijo, kot nekateri na Zahodu zmotno mislijo. Je skupek starih hindujskih duhovnih praks, imenujejo jih tudi 8 krakov joge:

- jama (socialne vrednote in etično delovanje),
- nijama (samodisciplina, zapovedi do nas samih),
- asane (jogijski položaji),
- pranajama (dihalne tehnike),
- pratjahara (utišanje čutov),
- dharana (koncentracija),
- dhjana (meditacija),
- samadhi (samouresničitev).



Postati učitelj joge pomeni večletno vključevanje v intenzivni učiteljski tečaj, dokler mentor ne presodi, da si osebnostno zrel in dorasel poučevanju drugih. »Izpit sem opravila pod mentorstvom Zdenke Bratec. Poučevanje joge je odgovorno delo, saj se lahko pri nepravilnem izvajanju vaj tudi poškodujemo. Skozi poučevanje sem opazila, da se pri določenih ljudeh pojavlja tako močna mišična zakrčenost, da je osnovno gibanje za njih boleče. Kar je logično, saj če želimo raztegniti mišico, ki je v osnovi zakrčena, bo raztegovanje boleče, lahko pa si pridemo tudi kakšno poškodbo. Takšnemu stanju kronične mišične zakrčenosti oz. kronično povečanega mišičnega tonusa radi rečemo, da smo trdi, okoreli, nerazgibani in neprožni. Resnica pa je, da smo sami odgovorni za stanje, v katerem se nahajamo, in če smo trenutno v stanju kroničnih bolečin, ne pomeni, da mora biti kronična bolečina naša stalna spremljevalka v življenju. To spoznanje sem pridobila skozi spoznavanje kineziologije in predvsem AEQ metode®.«



Gre za metodo, ki je nastala na podlagi somatike in klinične somatike, dodan pa je zelo pomemben dejavnik naših težav, to so čustva. *»Vsaka bolečina in neurejeno gibanje kaže na nered v telesu ter prisotnost senzomotorične amnezije, kar pomeni, da smo izgubili nadzor nad določenimi gibom in giba niti ne čutimo, ali pa imamo popačene občutke o tem, kako gib izvajamo. Hiter tempo življenja, (pre)hiter napredek in želja, da v kratkem času ustvarimo največ, kar zmoremo, so pripeljali do tega, da pozornosti ne usmerjamo več toliko v telo in učinkovito gibanje, ampak imamo večino časa pozornost zunaj telesa. Posledice so togost, neodzivnost mišic in neusklajeno gibanje, kar povzroča bolečine. Če te bolečine ignoriramo ali prekrijemo, nas to vodi v kronično bolezensko stanje. Z izvajanjem AEQ® vaj se učimo bolje začititi, katere mišice imamo napete ter kdaj in tako lahko krepimo izmenjavo podatkov med možgani in mišicami ter se naučimo zavestno nadzorovati mišice in hkrati čustvene odzive,«* razlaga Leonida Hajd, ki jogo že več let poučuje v Mariboru, pred kakšnim letom pa je z izvajanjem pričela tudi v Dornavi. Zaradi dobrih odzivov in želje po obisku vadb kmalu načrtuje izvajanje tudi na Ptuju.

»Joga v celoti zaobjame več nivojev človekovega življenja, na nas samih pa je odločitev, kaj bo predstavljala nam. Pomembno je, da pri tej odločitvi izhajamo iz sebe in svojih potreb. Iyengar joga obsega natančen program vadbe, ki omogoča začetnikom zanesljiv in varen napredek, od osnovnih do postopoma zahtevnejših položajev. Napredovanje po stopnjah težavnosti poteka vzporedno z razvijanjem raztegljivosti, moči, občutljivosti uma, telesa in duha,« še dodaja na koncu in vadbe priporoča vsakomur, ki bi želel pridobiti bolj prožno, krepko telo, miren in zbran um ter tako dvigniti kvaliteto svojega življenja.

Za več informacij pišite na elektronski naslov leonida.hajd@gmail.com.

Avtor: Špela Pokeržnik
Fotografije: Leonida Hajd



SVETOVNI DAN ČEBEL

V Sloveniji se vse bolj zavedamo pomena ohranjanja čebel in čebelarstva. 20. maja 2021 smo obeležili svetovni dan čebel, že četrtega po vrsti.

Čebelarstva zveza Slovenije kot pobudnik razglasitve namenja posebno skrb spodbujanju varovanja okolja in čebel ter ozaveščanju o njihovem pomenu za naravo in človeka.

Z nagovorom je praznovanje in aktivnosti v okviru svetovnega dne čebel podprl tudi župan Destrnika, Franc Pukšič: *»Svetovni dan čebel nas spominja na pomembnost čebel pri obstoju življenja na našem planetu. Ta drobna bitja so sestavni del večine ekosistemov in ravno zato je skrb zaradi njihovega morebitnega izumrtja še toliko večja. Harmonija med človekom in naravo je bistvena pomena za kakovost življenja in prav vsak izmed nas lahko prispeva k ohranjanju čebel. Naj bo prvi korak že ta, da napolnite svoj vrt s čebelam prijaznimi medonosnimi rastlinami. Vsem*

čebelarjem in čebelarkam čestitam ob svetovnem dnevu čebel in vam želim vse dobro pri uresničevanju vašega poslanstva tudi v bodoče.«



FIZIOTERAPIJA V DESTRNIKU

V Destrnik prihaja nova fizioterapevtka Tamara Šebela. Po besedah direktorice Zdravstvenega doma Ptuj je delo najprej opravljala v ptujskih toplicah, v mesecu juniju pa bo pričela z delom v destrniški ambulanti.

Obveščamo vas, da so že pričeli z naročanjem pacientov na fizioterapijo v Ambulanti Destrnik. Za informativni termin lahko pokličete na telefonsko številko 02/787 16 13, ali pišete na elektronski naslov fizioterapija@zd-ptuj.si. Naročanje poteka s poslanim delovnim nalogom v JZ ZD Ptuj. Zraven dopišite vašo telefonsko številko in pripis za ambulanto Destrnik.



DO SPECIALISTA BREZ ČAKALNE VRSTE...

V vsakdanjem življenju se znajdemo v različnih položajih in se srečujemo z mnogimi izzivi. Kadar smo zdravi, vse prepreke lažje prestopimo, zalomi se, kadar se zgodi nepredviden dogodek: zbolimo, ali se poškodujemo.

Ko potrebujemo zdravnika, smo postavljeni v ne-ljub položaj. Čimprej želimo diagnozo in zdravljenje, vendar lahko samo na pregled čakamo več mesecev. Z zdravljenjem je potrebno pričeti takoj in ne čez leto in pol, kolikor znaša morebitna čakalna doba za pregled, ki ga potrebujemo. Skoraj 10 mesecev čakamo za operacijo kolena, 2 leti za operacijo krčnih žil, 8 mesecev za pregled pri dermatologu in še nekaj mesecev več za obravnavo pri revmatologu. To so le nekatere čakalne dobe v našem javnem zdravstvu.

Rešitev je samoplačniški zdravstveni pregled, za katerega pa moramo običajno seči globoko v žep. Če potrebujemo le en pregled, nam to morda še ne predstavlja večje finančne težave, vendar se pregledi nato običajno kar vrstijo. Večja težava se lahko pojavi tudi, če potrebujemo operativni poseg. Tako lahko stroški narastejo tudi na tisoče in tisoče evrov. Prav tako pa so se tudi v samoplačniških ambulantah čakalne dobe zaradi posledic epidemije podaljšale.

PRIMAVITA
Z vami na področju zdravja, varnosti in naložb.



Nimate potrpljenja za dolge čakalne vrste pri specialistih? Zavarovanje Specialisti z asistenco vam omogoča, da ste lahko na vrsti že v 10 dneh. Tako lahko v času, ko bi v javnem sistemu čakali na prvi pregled, znotraj mreže zdravnikov zavarovalnic opravite že vse preglede, morebitne fizioterapije, operativne posege in morda z zdravljenjem celo že zaključite.

Hitro pridete do diagnoze in pričnete z zdravljenjem.

Za vsa vprašanja smo vam na voljo na elektronskem naslovu info@primavita.si ali telefonski številki 051 280 802.



*Ne jočite za menoj,
le mirno h grobu pristopite,
kakšno svečko mi prižgite.
Večni mir mi zaželite.*



ZAHVALA

ob boleči izgubi našega očeta, dedka,
brata, svaka in strica

ALOJZA ARNUŠA
iz Doliča 44, Destrnik

Iskreno se zahvaljujemo vsem sorodnikom, sosedom, znancem in prijateljem, ki ste ga pospremili na njegovi zadnji poti, darovali cvetje, sveče, za sv. maše in nam izrekli sožalje. Hvala g. župniku Jožetu Škofiču za pogrebni obred. Hvala pogrebniemu podjetju Almaja, d. o. o., za njegove storitve, pevcem, zastavonoši in ge. Danici za besede slovesa. Hvala vsem in vsakemu posebej.

Vsi tvoji, ki te pogrešamo

*Našteto svečk je zgorelo,
našteto rožic ovenelo,
našteto solz preteklo je,
življenja naša so se spremenila,
a srca naša tebe ne bodo pozabila*



V SPOMIN

15. junija mineva 16 let žalosti, odkar nas je zapustil dragi mož,
ata, tast, dedek in pradedek

ALOJZ FUKS
iz Janežovskega Vrha 15

Hvala vsem, ki postojite ob njegovem grobu, mu prinašate sveče in se z lepo mislijo spomnite nanj.

Tvoji najdražji, ki te imamo radi in te pogrešamo.

PITA S ŠPARGLJI IN PANCETO

TESTO:

- 200 g moko
- 2 ščepta soli
- 100 g hladnega masla, narezanega na koščke
- 3 žlice hladne vode (po potrebi več ali manj)

NADEV:

- 500 g svežih špargljev
- 2 jajci
- 1 beljak
- 175 ml kisle smetane
- 100 ml sladke smetane ali smetane za kuhanje
- 70 g naribanega sira
- začimbe po okusu (sol, poper, vegeta)
- 50 g narezane pancete



PRIPRAVA TESTA

V skledo presejemo moko, dodamo sol in vse skupaj premešamo. Dodamo na koščke narezano maslo in ga vgnemo, da dobimo maso, podobno drobtinam. Dodamo hladno vodo in na hitro pregnetemo v gladko testo. Oblikujemo kepo in testo zavito v živilsko folijo postavimo v hladilnik za 30 minut.

Medtem, ko testo počiva v hladilniku, pripravimo šparglje. Najprej jih operemo in jim odstranimo olesenele dele, nato jih narežemo na manjše dele. V ponvi razpustimo 25 g masla, na katerem na hitro prepražimo šparglje.

NADEV

Z ročno metlico zmešamo jajca, beljak, kisko smetano, sladko smetano oz. smetano za kuhanje in začimbe. Ko je dobro premešano, zmesi dodamo sir in pražene šparglje.

Testo vzamemo iz hladilnika in ga razvaljamo na pomokani površini v velikosti pekača. Previdno ga predamo v z maslom namaščen pekač. Dobro ga pritismo na dno in ga na več mestih prebodemo z vilicami. V testo vlijemo nadev, na katerega nadevamo manjše koščke pancete.

Pečemo v segreti pečici na 200 °C od 35 do 40 minut, da se nadev in testo lepo zlato rjavo zapečeta. Pečeno pito pustimo 10 minut počivati v pekaču.

Dober tek.

*Izbor: Društvo kmetič Destrnik
Fotografija: A. Gajšek*