



OBČAN

GLASILO OBČINE DESTRNİK • december 2022
številka 11 (244) • leto XXVII • tiskovina

PRAZNIČNI DECEMBER



3

KULTURA



8

ZGODBE IZ DESTRNİKA



9

Srečno 2023!

V DRUŠTVIH SE DOGAJA



11



Vlasta Tetičkovič - Toplak je z mesecem decembrom postala nova županja Občine Destrnik. S polno odgovornostjo je prevzela vodenje občine. Pri svojem delu bo sledila uresničevanju dobrih ter uspešnih zgodb za občanke in občane ter razvoju domačega kraja in celotne regije.

»Prepričana sem, da bomo s skupno vizijo, idejami, znanjem in dobro voljo naš Destrnik popeljali v lepo ter plodno prihodnost. Nadaljevali in nadgrajevali bomo že začete projekte ter ob tem nove zamisli udeležili s projekti, pomembnimi za razvoj občine,« pove županja in doda, da se veseli sodelovanja s svetniki. *»Potrebno bo vzpostaviti dialog, sklepati kompromise, prisluhniti različnim željam in potrebam. Na teh temeljih bomo v občini zagotovo poslovali kakovostno, racionalno in transparentno,«* je prepričana županja Tetičkovič - Toplakova.

Spoštovane občanke in občani,

iskrena hvala za izkazano podporo vsem in vsakemu posebej. Zaradi vas in vaše energije je bilo vredno. V prazničnem mesecu decembru se vsaj za hip ustavite ter uživajte trenutke toplote, radosti in domačnosti. Božične čarovnije ne moremo niti videti niti slišati. Lahko pa jo občutimo. Ne prezrite njene skrivnostnosti in veličine. Naj v vašo dušo prinese mir, prežene grenkobo ter vas obda s hvaležnostjo in poveže v iskreni ljubezni. Srečno!

Vaša županja
Vlasta Tetičkovič - Toplak
Pripravila: Špela Pokeržnik



**Spoštovane občanke in
spoštovani občani!**

Želimo vam blagoslovljen Božič.

**Novo leto 2023 naj bo radodarno
z zdravjem, veseljem,
srečo, uspehi
in preživeto v sodelovanju.**

Županja Vlasta Tetičkovič - Toplak,
občinski svet in občinska uprava

Izdajatelj: Občinski svet občine Destrnik
Uredniški odbor: Tadej Urbanija, Tanja Hauptman, 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

ŠOLA IN VRTEC

Učenci pokazali veliko mero ustvarjalnosti

Novembrski tehnični dan na OŠ Destrnik-Trnovska vas je bil praznično obarvan. Učenci 4.a in 5.a razreda so ustvarjali na temo adventa.

»Učenci so že vnaprej zbirali naravni material, ki so ga ob tej priložnosti uporabili. Težko pričakovani dan se je pričel z razkrivanjem prinesenega materiala. Pokazali so svojo ustvarjalnost z izdelovanjem adventnih aranžmajev in venčkov za božično dekoracijo doma. Ustvarili so tudi snežno kroglo s smrečico in svečnik iz steklenega kozarca. Z nastalimi izdelki so v praznično podobo odeli šolski hodnik pred učilnicama. Učenci so resnično vložili veliko truda in pokazali svoje ustvarjalne sposobnosti. Pri delu so uživali in svoj predpraznični čas polepšali z iskrenimi nasmeški,« je o dogajanju povedala Daniela Spevan.

Pripravila: Špela Pokeržnik



VSEBINA

POZDAV ŽUPANJE	2	ZGODBE IZ DESTRNIKA	9
PRAZNIČNI DECEMBER	3	• ZLATA POROKA ZAKOCEV KOSER	9
• ŠOLA IN VRTEC	3	V DRUŠTVIH SE DOGAJA	10
• BOŽIČNO-NOVOLETNE DELAVNICE V VRTCU DESTRNIK	4	• OKOLI TROJIŠKEGA JEZERA	15
• OTROCI V VRTCU SO USTVARJALI	5	• POKRBIMO ZA ZDRAVJE	11
• ORATORIJ SV. URBANA DESTRNIK	6	• DEPRESIJA IN TESNOBNOST	11
• MIKLAVŽEVANJE	6	• BOŽIČ V ČANIKU	12
PRAZNIČNI OBISKI	7		
KULTURA	8	V SPOMIN	13
• KOZVONOV ZAPOJO	8	VOŠČILA	14
• 120 LET ORGANIZIRANEGA KULTURNEGA UDEJSTVOVANJA	8		

Božično-novoletne delavnice v Vrtcu pri OŠ Destrnik

V vrtcu Destrnik so se v teh dneh dogajale čudežno čudne stvari. Otroke je presenetilo nenavadno pismo, ki jih je spodbudilo, da so ob pomoči svojih staršev ustvarjali božične okraske.

Pismo je prišlo od daleč, zelo daleč, iz dežele, ki ji pravimo Laponska in kjer skriti pred očmi radovednežev živijo palčki skupaj z Božičkom. Res je, da je Božiček tisti, ki prejema pisma otrok, a tu in tam se zgodi, da Božiček s svojimi palčki piše otrokom. Eden od palčkov, ki se je skrivaj pretihotapil v vrtec, da bi zbral pisma otrok in preveril, ali ti pridno pospravljajo igrače, je namreč opazil, da v vrtcu še nimajo okrašenega božičnega drevesa! Vest se je kot požar razširila vse do daljnega severa, kjer so nemudoma ukrepali in napisali pismo ter otrokom predlagali, da v vrtec povabijo starše ter jim skupaj z vzgojitelji pomagajo pri izdelovanju božičnih okra-



skov. Starši so vzeli povabilo zelo resno in v velikem številu priskočili na pomoč. Nastali so čudoviti pisani in bleščeči okraski, ki se bohotijo ter lesketajo na zimzelenih smrečicah, ki pričarajo praznične iskrice v otroških in tudi odraslih očeh.

*Pripravil: Tadej Urbanija
skupaj z Vrtcem pri OŠ Destrnik*



OTROCI V VRTCU SO USTVARJALI ...



VABILO

PRIREJA DOBRODELNI
BOŽIČNO-NOVOLETNI KONCERT,

KI BO V ČETRTEK, 22. 12. 2022, OB 18. URI
V TELOVADNICI OŠ DESTRIK

Zbrana sredstva bomo namenili za plačilo
ŠOLE V NARAVI posameznim učencem.

Otroci, učenci in delavci šole

NASTOPAJO:

UČENCI VSEH RAZREDOV

OŠ Destrik -Trnovska vas • Otroci iz vrtca Destrik

Otroci iz vrtca Trnovska vas



JAVNI VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNI ZAVOD
OSNOVNA ŠOLA DESTRIK-TRNOVSKA VAS



KAJ POČNEJO NA ORATORIJU ŽUPNIJE SV. URBAN DE-STRNIK?

Birmanske delavnice in oratorijski dan

Mladinska skupina se je na oratorijski dan z birmanskimi delavnicami za obe župniji pripravljala že spomladi. Ker jim dogodka takrat ni uspelo izvesti, so ga združili z izdelovanjem adventnih venčkov.

»Na zadnjo novembrsko soboto se nas je zbralo okoli 50. Že zjutraj smo pričeli z izdelovanjem čudovitih venčkov, ki smo jih do nedelje pustili v cerkvi, kjer so pri sveti maši dobili še blagoslov, in sedaj že krasijo naše domove. Tema oratorijskega dneva so bili advent, božič in Miklavž. Skozi delavnice in igro smo se naučili nekaj novih stvari ter obnovili, kar smo že vedeli. Veliko smo tudi peli, saj smo se tako tudi pripravljali na sodelovanje pri sveti maši,« pripoveduje Mirjana Fladung, ki se za pomoč pri organizaciji zahvaljuje Majdi Petrič in Marjani Malek.



Vsem občankam in občanom želijo lepe ter blagoslovljene božične praznike. »Na predbožični dan pa vse vabimo v cerkev, kjer si boste lahko ogledali, kaj še pripravljamo v teh dneh,« zaključuje Fladungova.

Pripravila: Špela Pokeržnik

Foto: Mirjana Fladung



MIKLAVŽEVANJE

Tudi letos je v cerkvi Svetega Urbana Miklavž obiskal pridne otroke. Vsakega je razveselil z darilom. Seveda pa ni prišel sam, saj je imel spremstvo angelov.

»Prihod sv. Miklavža v našo cerkev je že tradicionalen. Otroci so Miklavža priklicali s pesmijo in molitvijo. Prinesel jim je darila in obljubil, da se naslednje leto spet vrne, če bodo ostali tako pridni,« je povedala Mirjana Fladung.

Sv. Nikolaj je živel v 4. stoletju in je bil škof v mestu Mira v Mali Aziji (današnji Demre v Turčiji). Bil je sin edinec, saj njegova starša dolgo časa nista mogla imeti otrok. Starša sta bila odprta za reveže, sin Nikolaj ju je v tem posnemal. Ko sta mu starša zapustila lepo premoženje, ga je razdelil med reveže, sam pa je postal redovnik.



Ko je v Miri umrl škof, so se verniki odločili, da bodo za škofa izbrali tistega duhovnika, ki bo naslednje jutro prvi stopil v cerkev. To je bil ravno Nikolaj. Sv. Nikolaj je eden izmed najbolj priljubljenih svetnikov vzhodne Cerkve.

Kot svojega zavetnika ga častijo mornarji, brodarji in splavarji. Prve cerkve, njemu v čast, so postavljali ob vodah. Ljubljanska stolnica, ki je posvečena sv. Nikolaju, je bila prvotno cerkev ljubljanskih ribičev in čolnarjev. Na Slovenskem je temu priljubljenemu svetniku posvečenih največje število cerkva – okoli 200.

V 19. stoletju se je skoraj po vseh slovenskih pokrajinah razširilo miklavževanje – obhod Miklavža s spremstvom na predvečer svetnikovega godu. Po legendi namreč ta svetnik na predvečer svojega godu s spremstvom (angeli in parkeljni) hodi od hiše do hiše in pridnim otrokom prinaša darila, porednim pa šibe. (Vir zapisa: Spletna stran Katoliske cerkve)

Pripravila: Špela Pokežnik



Foto: Majda Petrič

PRAZNIČNI OBISKI

OB DARITEV STAREJŠIH UPOKOJENCEV

Prihajajo dnevi, ko bo izrečenih vse polno dobrih besed in želja. Upravni odbor društva se vsako leto spomni starejših občanov, ki so dopolnili 80 let, in jih v prazničnem decembru obiše. Tako bo tudi letos.

»Obiskali jih bomo pred prazniki in z njimi pokramljali o vsakdanjih stvareh, vremenu, politiki in vaških čenčah, pa tudi o novostih v društvu. Včasih nekoga osreči že topla in iskrena beseda. Voščili si bomo, da bi imeli

prijetne in lepe praznike, da bi bili v prihajajočem letu zdravi in zadovoljni. Prepričani smo, da bo največ želja namenjenih prav zdravju, kajti, če smo zdravi, imamo vse,« pove Feliks Majerič in dodaja, da bodo te člane društva, ki jih je kar 72, obdarili tudi s praktičnim darilcem. Z manjšo pozornostjo pa se bodo spomnili tudi hudo bolnih in invalidov.

Pripravila: Špela Pokeržnik



MINUTA ZA KULTURO



KO ZVONOVI ZAPOJO

Avtor: Andrej Šifrer

Ko zvonovi zapojo, v sebi čutim novo moč,
sok svetlobe bo popila nova žejna noč,
Ko zvonovi zapojo.

Starec sklonjen nad zemljo in poboža jo z roko,
s svojo hrapavo dlanjo, kot da začutil bi slovo,
ko zvonovi zapojo.

Ko končajo se poti, ko naenkrat jih več ni,
ko si le še sam s seboj, kot se zgodilo je nocoj,
ko zvonovi zapojo.

Molitve novih dni počasi odkrivajo sledi
do koč osamljenih ljudi.
Le pajčevina še drži do skritih pesmi,
ki smo jih ukradli večnosti.

Vem, da je vse več ljudi, ki ne slišijo zvonov,
ko se v poznih urah sami z dela vračajo domov
in zvonovi zapojo.

Vsi osamljeni ljudje so le školjke stisnjene,
ki začutiš jih šele, ko školjka sama se odpre
in zagledaš bisere.

120 LET ORGANIZIRANEGA KULTURNEGA UDEJSTVOVANJA

V nedeljo, 11. decembra, je Kulturno društvo Destrnik pripravilo slovesnost ob obeležitvi ustanovitve prvega kulturnega društva, leta 1902 je bilo v našem kraju namreč ustanovljeno Gospodarsko bralno društvo.



Na začetku prireditve je predsednik Kulturnega društva Destrnik Simon Fridl povzel aktivnosti ljubiteljske kulture od čistih začetkov do današnjih dni ter izpostavil sekcije, ki danes v društvu aktivno delujejo in so se na prireditvi tudi predstavile. Tako sta se predstavili otroška folklorna skupina pod vodstvom Marka Pukšiča s spletom Pametva, pametva ... in moška komorna skupina, ki jo vodi Damjana Žampa.

Po pesmi Sij Destrnika v izvedbi Mladinskega pevskega zbora Osnovne šole Destrnik-Trnovska vas pod taktirko Ernesta Kokota sta besedo dobila tudi dolgole-

tni župan Franc Pukšič in novoizvoljena županja Vlasta Tetičkovič Toplak, ki je ob priložnosti dejala: »Spodbudno je, da v društvo znova in znova prihajajo mladi z novimi idejami, veščinami, znanji in željami ter tisti, ki želijo znanje o običajih, plesni dediščini in drugih kulturnih vsebinah. S tem se seznanjajo z lastno in izvorno identiteto svojih prednikov, svojega rodu in slovenskega naroda.«

V kulturnem programu so ob sekcijah društva nastopili tudi Marija Dvoršak in Damjana Žampa ter člani Folklornega društva Rožmarin Dolena s plesi iz Goriškega. Prav poseben gost, ki obiskovalcev ni pustil ravnodušnih in jih je z zgodbami popeljal po poti svojega življenja, je bil Tone Partljič. Med drugim je navdušil s kratko uprizoritvijo znane predstave največjega



dramatika Williama Shakespearja, Romeo in Julija, v katero je kot igralce vključil kar posameznike iz občinstva. Med drugimi je v igri sodelovala tudi povezovalka programa Daniela Cartl. Smeha in aplavzov tako ni manjkalo. Po prireditvi si je bilo mogoče ogledati tudi razstavo umetniških del Vere Kovačević, ki v društvu vodi likovno sekcijo, in fotografij Tadeja Turka.

Pripravi: Simon Fridl

ZGODBE IZ DESTRIKA

ZLATA POROKA ZAKONCEV KOSER



Častitljivo 50. obletnico poroke – zlato poroko – sta v letošnjem letu praznovala Ciril in Danica Koser iz Janežovskega Vrha. V zakonu sta doživela veliko, od smeha do solz, od grenkih do najlepših trenutkov življenja; eden slednjih je bil gotovo dan, ko sta se poročila ter si obljubila ljubezen in zvestobo do konca svojih dni.

Življenje v zakonu temelji na povezanosti in skupni moči, kjer dve osebi rasteta in se dvigujeta nad prepreke, ki jih postavlja življenje. »Petdeset let skupnega življenja je za naju gotovo poseben mejnik, zato sva želela, da se ob tej priložnosti združi vsa družina in to proslavimo,« pove Ciril in nato doda, da sta z ženo najbolj srečna v trenutkih, ki jih lahko preživljata s svojimi najdražjimi.

»V vseh teh letih človek spozna, da je družina resnično največje bogastvo, zato naju osrečuje dejstvo, da sva ustvarila topel in ljubeč dom. Veseliva se prihajajočih božičnih praznikov, ki nas bodo znova zbrali in nam podarili prijetne skupne trenutke,« še doda Ciril.

Poročno obljubo sta obnovila v minulem poletju, poročni obred zlote poroke pa sta opravila bivši župan Franc Pukšič in takratna direktorica občinske uprave Vlasta Tetičkovič - Toplak.

Bog živi zakonca Koser!

Pripravila: Špela Pokeržnik

OKOLI TROIŠKEGA JEZERA

Zadnji petek v oktobru je lepo in sočno vreme pospremila tradicionalni pohod članov Društva upokojencev Sv. Urban Destrnik in Društva upokojencev Andraž nad Polzelo.

Preko štirideset pohodnikov je dan pričelo s skupno jutranjo kavico in prigrizkom ter se podalo na pot. »Najprej do trga, kakor smo ta kraj nekoč imenovali. Tu je bila delikatesna trgovina, mesnica in kmetijska trgovina. Nobene ni več. Prišli smo na plac, prostor, kjer danes stojijo gasilski, turistični in zdravstveni dom. Tu je bilo nekoč šolsko igrišče, na katerem so tudi starejši radi igrali predvsem odbojko. Na sredini tega placa je stal leseni križ, okoli pa so rastle akacijeva drevesa. Na tem prostoru so gasilci prirejali veselice. Tu blizu sta tudi Občina Destrnik in turistično društvo postavila dva čudovita objekta: lanišnico in prešo. Oba je v besedi predstavil predsednik Turističnega društva Destrnik, Ivan Hauptman,« pripoveduje Feliks Majerič in nadaljuje, da jih je pot popeljala v občino ob Trojiškem jezeru.

»Sv. Trojica, ki se je nekoč imenovala Gradišče v Slovenskih goricah, je kraj v Slovenskih goricah, ki je viden tudi od nas. Najprej smo se ustavili ob umetnem jezeru, ki je nastalo z zaježitvijo potoka Velka. Okoli

njega je speljana 3-kilometrski sprehajalna pot. Tu in tam je postavljenih nekaj klopi. Srečali smo nekaj pohodnikov in ob jezeru videli precej ribičev. Ko smo prispeli do številnih energijskih točk, smo se ustavili pri trioglata kapelici, od katere vodijo kamnite stopnice proti cerkvi na griču. Pot je bila za nekatere nekoliko naporna, a je bil njihov trud vsekakor poplačan. Na griču namreč stoji cerkev Svete Trojice, po kateri je naselje dobilo ime. S svojimi tremi zvoniki že od daleč pozdravlja domačine in vabi prihajajoče popotnike. O zgodovini in še čem nam je pripovedoval tamkajšnji pater frančiškan. Ogledali smo si tudi samostansko klet, ki je ena večjih in lepših kleti daleč naokrog. Sedaj je v upravljanju Občine Sveta Trojica ter služi različnim protokolarnim in drugim dogodkom,« pot in znamenitosti opisuje Majerič.

Navdušeni nad lepoto jezera in okoljem so se odpravili nazaj v Destrnik, kjer je v športnem objektu sledilo še druženje ob dobri malici in še boljši kapljici. Ob slovesu so si obljubili, da se ponovno srečajo na pohodu v Andraž prihodnje leto.

Avtor vsebine: Feliks Majerič
Oblikovala: Špela Pokeržnik

Foto: Dragan Josifovski



POSKRBIMO ZA ZDRAVJE



Spoštovane občanke in občani, približuje se konec leta, čas, ko smo že zelo praznično razpoloženi.

Pa vendar se najde kdo, ki mu v tem času ni posebno lepo. Lahko so to starejše osebe, ki so bolne in osamljene, ali pa gre tudi za mlajše osebe, ki živijo zelo stresno – zaradi službe, prehitrega tempa, preveč obveznosti ... Hitro se lahko zgodi, da položaja ne znamo in ne zmoremo več obvladati, zato smo se v naši organizaciji odločili, da vas seznanimo, kako ravnati v primeru pojava simptomov tesnobe, stiske ...

V upanju, da članek preberete, vam želim zdravja in čim manj stresnih položajev. Želim vam mirne, lepe in vesele praznične dni, polne zdravja in ljubezni.

*Predsednica OO RK Destrnik
Majda Petrič*

DEPRESIJA IN TESNOBNOST

V zimskih mesecih se pogosteje kot običajno pojavijo težave z razpoloženjem, nelagodje, izguba volje do veselja, druženja, nespečnost in podobno. Prav tako lahko na pojav tesnobnih simptomov in depresije vpliva povečan stres.

Ko se pojavijo težave, kot so potrtost, žalost, nespečnost, utrudljivost, brezvoljnost, motnje apetita, spominske motnje in anksioznost, lahko gre za depresijo. Prizadeta oseba mora biti pozorna, kdaj so se težave pojavile in koliko časa trajajo. Če trajajo več kot dva tedna, gre že za depresijo, ki bi jo moral obravnavati družinski zdravnik in po potrebi tudi specialist psihiater. V primeru, da gre za reaktivno depresivno motnjo, denimo zaradi stresa v službi, problemov v družini, smrti družinskega člana ali kakšnega drugega stresnega dogodka, bi namreč v dveh tednih težave morale izzveneti in bi dotična oseba morala vzpostaviti normalno razpoloženje. Posamezniki, ki zbolijo za depresijo, ki traja več tednov, pričakujejo, da bodo težave minile same po sebi, in odlašajo z obiskom zdravnika ter začetkom zdravljenja. Zaradi tega zdravljenje potem traja precej dlje, kot bi sicer, če bi se z njim dovolj hitro začelo.

Depresijo se zdravi s psihoterapijo, zdravili ali kombinacijo obeh. Najprej se poskusi s psihoterapijo, potem pa z zdravili – antidepresivi.

Zdravljenje z antidepresivi je učinkovito. Tam, kjer se je zelo povečala uporaba antidepresivov, recimo v velikih ameriških mestih in Skandinaviji, se je precej zmanjšalo število samomorov. Moramo pa vedeti, da je zdravljenje depresije dolgotrajno. V primeru, ko gre za prvo epizodo depresije, mora dotična

oseba jemati antidepresiv vsaj eno leto in več. Če ga bo jemala manj kot eno leto, je velika verjetnost ponovitve bolezni. Če se depresija ponovi drugič ali tretjič, mora zdravljenje potekati vsaj tri leta ali več. Na ta način jemanje antidepresivov vzdržuje dobro počutje in preprečuje ponovitev bolezni.

Treba je razlikovati med **starejšo generacijo** antidepresivov, kot so heterociklični ali triciklični antidepresivi, ki so bili zelo učinkovita, toda v primeru nepravilne uporabe tudi nevarna zdravila, in **novo generacijo antidepresivov**, ki so povsem prevladali v klinični praksi. Starejša generacija antidepresivov je s številnimi neugodnimi neželenimi učinki vplivala na to, da jih bolniki zelo pogosto niso redno jemali. Novejši antidepresivi imajo relativno neproblematične neželene učinke, ki ne ogrožajo bolnika in pri rednem jemanju zdravil izzvenijo v nekaj dneh ali tednih. Nato se kažejo samo klinični učinki teh zdravil, v smislu izboljšanja razpoloženja, spanja, apetita, energije, spomina, občutkov zadovoljstva. Skratka, neželeni učinki se lahko pojavijo, čeprav se pri številnih bolnikih praktično sploh ne opazijo.

Ključno za uspešnost zdravljenja je redno jemanje zdravil, zato je potrebno, da je bolnik tako s strani zdravnika kot tudi farmacevta, ki mu izda zdravilo, dobro poučen o zdravilu, njegovih učinkih in velikem pomenu rednega jemanja zdravila.

Za dobro razpoloženje lahko veliko naredimo tudi sami. V nadaljevanju sledi nekaj nasvetov k ohranjanju zdravega razpoloženja.

Pri blagih simptomih si lahko pomagamo z zdravim življenjskim slogom. Telo se mora za vsakodnevne izzive dobro spočiti, čemur je namenjena noč in do-

volj dolgo spanje. Kavo in druge energijske pijače (tudi zeleni čaj) uživamo le v dopoldanskem času. V večernem času se izogibajmo alkoholu in prav tako kajenju. Spalnica naj bo temna, hladna in tiha. Redno izvajanje telesne dejavnosti pripomore k boljši fizični in psihični kondiciji. Telesna dejavnost naj bo takšna, da se med dejavnostjo še dobro počutimo in smo po njej prijetno utrujeni. Od prehrane se je dobro držati zelenjave in sadja, predvsem banane, orehi in pomaranče so zelo priporočljivi.

Pri blagih simptomih depresije si lahko pomagamo tudi z rastlinskimi pripravki, kot so baldrijan, meli-

sa in tudi šentjanževka. Pri uporabi šentjanževke je potrebno biti zelo previden, saj lahko povzroča fotosenzitivnost (koža reagira z vnetjem na sončno svetlobo) in ima veliko interakcij z različnimi zdravili. Preden se odločimo za kak pripravek, se posvetujmo z zdravnikom ali farmacevtom.

*Bojan Potrč, mag. farm. spec.
Lekarniška podružnica Destrnik
Destrnik 9
2253 Destrnik
OO RK Destrnik*

BOŽIČ V ČAJNIKU

Dišečo mešanico za božični čaj lahko zmešate sami. Začimbe bodo čudovito zadišale in pričarale pravo praznično vzdušje. Simbol božičnih praznikov so nageljnovke žbice ali po domače klinčki ter cimetove palčke. Cimet, nekoč draga začimba, ki si jo je lahko privoščil le malokdo, je znan tudi po zdravilnih učinkih. Slabost, gripa, revmatizem, visok krvni tlak in holesterol je le nekaj težav, ki naj bi jih lajšal.

Zvezdasti janež je s svojo zvezdasto obliko kot nalašč za bližajoče se praznične dni, njegova eterična olja pa sproščajo prijeten vonj. Janež je treba uporabljati previdno in v manjših odmerkih. Odpravljal naj bi bolečine v trebuhu in želodcu ter pomagal pri prebavnih motnjah in napenjanju.



Potrebujete: cimetove palčke, nageljnovke žbice, šipek, jabolčne krhlje, janež, košček ingverja in rezino pomaranče. Čaj sladkajte z medom in poživite z rezinami agrumov.

Na zdravje!

Avtor: Manca Borko

VABILO

Tadej Toš

Volkmerjev dom kulture
10. 2. 2022 ob 19.00



Si kot sonce življenja sijal,
za vse svoje ljubezen razdal.
Od zdaj pa si zvezda svetleča
in ti v nebesih naj bo dana sreča.

V SPOMIN

19. novembra je minilo dve leti,
odkar nas je za vedno zapustil dragi mož, oče, tast,
dedek, pradedek in brat

JOŽE POTOČNIK

iz Jiršovc 47

Hvala vsem, ki stojite ob njegovem grobu in mu prižigate sveče ali podarite cvet.

Tvoji najdražji



Ni te več na pragu, ni te več v hiši,
nihče več tvojega glasu ne sliši.
Zato pa pot nas vodi tja,
kjer rože ti cvetijo in sveče v spomin gorijo.

V SPOMIN

3. 1. 2023 bo minilo 20 let, odkar nas je zapustil dragi mož,
oče, deda in pradedi

MILAN DOMINKO

iz Strmca pri Destrniku

Hvala vsem, ki se ga spominjate in stojite ob njegovem grobu.
VSI NJEGOVI, KI GA ZELO POGREŠAMO



Je čas, ki da,
je čas, ki vzame,
pravijo, da je čas,
ki celi rane,
in je čas,
ki nikdar ne mine,
ko zasanjaš se v spomine.

V SPOMIN

23. januarja minevata dve leti, odkar nas je zapustila naša
draga mama, tašča, babica in prababica

TEREZIJA PETRIČ

rojena Požegar, iz SVETINCEV 37

Iskrena hvala vsem, ki v srcu ohranjate spomin nanjo, ji namenite molitev,
prižgete svečo ali poklonite cvetje.

Vsi njeni domači





**PIZZERIA IN OKREPČEVALNICA »pri MICI«
želi vsem cenjenim gostom in poslovnim partnerjem
BLAGOSLOVLJEN BOŽIČ IN SREČNO 2023.**

Tudi v novem letu se tople priporočamo!



OBČINSKA ORGANIZACIJA RDEČEGA KRIŽA DESTRNIK



želi vsem svojim članom, spoštovanim krvodajalcem
in njihovim družinskim članom

SREČEN BOŽIČ ter ZDRAVO in VESELJA POLNO NOVO LETO 2023.

DAROVATI pomeni BITI. DARUJMO KRI. KRI JE ŽIVLJENJE.

HVALA za Vašo dobrodelnost.

RAČUNOVODSKE STORITVE

Kokol Marjeta s.p.

Janežovci 12/b

2253 Destrnik

VESELE BOŽIČNE PRAZNIKE IN SREČNO, ZDRAVO TER ZADOVOLJSTVA POLNO NOVO LETO 2023



Ljudski voščili

Bog vam daj toliko dobrote,
ko je na peči mokrote;
Bog vam daj toliko sreče,
ko je na peči zelene leče!

.....

Bog vam daj toliko otrok,
ko je ajdovskih kop;
da bi imele kobile piščeta,
krave žrebeta in kokle, teleta!
Ptičica lipo poje, nove leto zove.
Da bi rodilo žitno polje in vinske trte.
Da bi dolgo živeli, vsi zdravi, veseli,
da bi vsako nesrečo prenesli skoz srečo.



KURETOVANJE 2023 * 11.-21. 2. 2023

JANUAR	FEBRUAR	MAREC	APRIL	MAJ	JUNIJ
1 N Novo leto	1 S Ignac	1 S Albin	1 S Hugo	1 P Praznik dela	1 Č Fortunat
2 P Makarj	2 Č Svečnica <small>KORANTI SV. SV. SV. SV.</small>	2 Č Janja	2 N Franc	2 T Boris	2 P Erazem
3 T Genovefa	3 P Blaž	3 P Marin	3 P Ljuba	3 S Aleksander	3 S Pavla
4 S Angela	4 S Andrej	4 S Kazimir	4 T Izidor	4 Č Cveto/Sv. Florjan	4 N Franc
5 Č Simeon	5 N Agata	5 N Janez	5 S Vinko	5 P Angel	5 P Valerija
6 P Trije kralji	6 P Doroteja	6 P Nika	6 Č Viljem	6 S Janez	6 T Norbert
7 S Zdravko	7 T Egidij	7 T Tomaž	7 P Darko	7 N Stanko	7 S Robert
8 N Severin	8 S Slov. kult. pr.	8 S Dan žena	8 S Albert	8 P Viktor	8 Č Dan P. Trubarja
9 P Julijan	9 Č Polona	9 Č Franciška	9 N Velika noč	9 T Gregor	9 P Primož
10 T Gregor	10 P Viljem	10 P 40 mučencev	10 P Velikon. pan.	10 S Izidor	10 S Marjeta
11 S Pavlin	11 S Marija	11 S Krištof	11 T Leon	11 Č Žiga	11 N Srečko
12 Č Tatjana	12 N Damijan	12 N Gregor	12 S Lazar	12 P Pankracij	12 P Janez
13 P Veronika	13 P Katarina	13 P Kristina	13 Č Ida	13 S Servacij	13 T Anton
14 S Srečko	14 T Valentin	14 T Matilda	14 P Valerij	14 N Bonifacij	14 S Vasilij
15 N Pavel	15 S Jurka	15 S Klemen	15 S Helena	15 P Zofka	15 Č Vid
16 P Marcel	16 Č Julijana	16 Č Hilarij	16 N Bernarda	16 T Janez	16 P Beno
17 T Anton	17 P Silvin	17 P Jerica	17 P Rudi	17 S Jošt	17 S Adolf
18 S Marjetka	18 S Simeon	18 S Edvard	18 T Konrad	18 Č Erik	18 N Marko
19 Č Marj	19 N Julijan	19 N Jožef	19 S Leon	19 P Ivo	19 P Julijana
20 P Boštjan	20 P Leon	20 P Srečo	20 Č Neža	20 S Bernard	20 T Silverij
21 S Neža	21 T Irena, Pust	21 T Benedikt	21 P Simeon	21 N Feliks	21 S Alojz
22 N Vincenc	22 S Marjeta, Pepelnica	22 S Vasilij	22 S Leonida	22 P Milan	22 Č Ahac
23 P Rajko	23 Č Marta	23 Č Jože	23 N Vojko	23 T Željko	23 P Kresnica
24 T Felician	24 P Matija	24 P Gabrijel	24 P Jurij	24 S Suzana	24 S Janez
25 S Darko	25 S Sergij	25 S Minka	25 T Marko	25 Č Gregor	25 N Dan državnosti
26 Č Pavla	26 N Andrej	26 N Maksima	26 S Marcellin	26 P Zdenko	26 P Stojan
27 P Janez	27 P Gabrijel	27 P Rupert	27 Č Dan upora	27 S Janez	27 T Ema
28 S Peter	28 T Roman	28 P Janez	28 P Pavel	28 N Avguštin/Sinkoti	28 S Hotimir
29 N Franc		29 S Ciril	29 S Robert	29 P Magdalena	29 Č Peter, Pavel
30 P Martina		30 Č Bogo	30 N Katarina	30 T Ivana	30 P Emilija
31 T Janez		31 P Benjamin		31 S Angela	

Srečno 2023!



JULIJ	AVGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DECEMBER
1 S Bogoslav	1 T Peter	1 P. Tilen	1 N Julija	1 S Vsi sveti	1 P Marijan
2 N Marija	2 S Alfonz	2 S Štefan	2 P Bogumil	2 Č Dušanka	2 S Blanka
3 P Irenj	3 Č Lidija	3 N Dora	3 T Terezija	3 P Silva	3 N Franc
4 T Urh	4 P Dominik	4 P Rozalija	4 S Franc	4 S Drago	4 P Barbara
5 S Ciril, Metod	5 S Marija	5 T Lovrenc	5 Č Marcel	5 N Zaharija	5 T Savo
6 Č Bogomila	6 N Ljubo	6 S Zaharija	6 P Vera	6 P Vera	6 S Miklavž
7 P Vilibald	7 P Kajetan	7 Č Marko	7 S Marko	7 T Engelbert	7 Č Ambrož
8 S Špela	8 T Miran	8 P Marija	8 N Brigita	8 S Bogomir	8 P Marija
9 N Veronika	9 S Janez	9 S Peter	9 P Abraham	9 Č Teodor	9 S Valerija
10 P Ljubica	10 Č Lovrenc	10 N Nikolaj	10 T Danijel	10 P Andrej	10 N Smijan
11 T Olga	11 P Suzana	11 P Milan	11 S Milan	11 S Martin	11 P Danijel
12 S Mohor	12 S Klara	12 T Gvido	12 Č Maks	12 N Emil	12 T Aljoša
13 Č Evgen	13 N Lilijana	13 S Filip	13 P Edvard	13 P Stanislav	13 S Lucija
14 P Franc	14 P Demetrij	14 Č Rasto	14 S Veselko	14 T Nikolaj	14 Č Dušan
15 S Vladimir	15 T Marijino vneb.	15 P Pimmarokki & smiltsin-pöytäjuhki	15 N Terezija	15 S Leopold	15 P Kristina
16 N Marija	16 S Rok	16 S Ljudmila	16 P Jadviga	16 Č Jerica	16 S Albina
17 P Aleš	17 Č Za vsakršnih Slovenov & vsakršnih nacianov	17 N Franciška	17 T Marjeta	17 P Gregor	17 N Lazar
18 T Miroslav	18 P Helena	18 P Irena	18 S Luka	18 S Roman	18 P Teo
19 S Vincenc	19 S Ljudevit	19 T Suzana	19 Č Etbin	19 N Elizabeta	19 T Urban
20 Č Marjeta	20 N Bernard	20 S Svetlana	20 P Irena	20 P Srečko	20 S Julij
21 P Danilo	21 P Ivana	21 Č Matej	21 S Urška	21 T Marija	21 Č Tomaž
22 S Majda	22 T Timotej	22 P Mavericj	22 N Vendelin	22 S Cilka	22 P Mitja
23 N Branislav	23 S Filip	23 S Dan soverskeje športa	23 P Severin	23 Č Dan R. Maistra	23 S Viktorija
24 P Kristina	24 Č Jernej	24 N Nada	24 T Rafael	24 P Janez	24 N Eva
25 T Jakob	25 P Ludvik	25 P Gobjmir	25 S Dan suverenosti	25 S Katarina	25 P Božič
26 S Ana	26 S Viktor	26 T Justina	26 Č Lucijan	26 N Konrad	26 T Dan samostojn.
27 Č Sergij	27 N Jože	27 S Kozma, Damjan	27 P Sabina	27 P Virgil	27 S Janez
28 P Zmago	28 P Avguštin	28 Č Venčeslav	28 S Simon	28 T Jakob	28 Č Živko
29 S Marta	29 T Janez	29 P Mihael	29 N Ida	29 S Radivoj	29 P David
30 N Julita	30 S Roza	30 S Sonja	30 P Marcel	30 Č Andrej	30 S Evgen
31 P Ignac	31 Č Rajko		31 T Dan reformacije		31 N Silvester