



Center za
izobraževanje in
kulturo Trebnje

UTZNOVIČNIK

Trebnje

8 / 11-2021

Poštnina
plačana pri
pošti 8210
Trebnje

VSEBINA

- 2** KAJ BOMO
DELALI LETOS?
- 5** POVZETEK
PREDAVANJ
- 8** PRISPEVKI
ČLANOV UTŽO-ja
- 10** GALERIJA TREBNJE
PREDSTAVLJA
- 11** KVIZ
- 11** UTŽfOn

LEPO JE NA NOVO ZAČETI.
ZAČETKI SO NEPOPISAN LIST,
NA KATEREGA SE LAHKO NAPIŠE
NAJBOLJŠE MOJSTROVINE,
NAJVEČJE SKRIVNOSTI, NAJBOLJ
IZBRANE BESEDE. PRIČETI POMENI
USTVARJATI SVET NOVH MOŽNOSTI,
KI JIH PREJ ŠE NI BILO.

JULIA DORIA

UVOD

Počitniški dnevi so hitro minili in narava se je odela v tople barve, da nas še zadnjič ogreje, preden se poda na počitek. Hladni in megleni jesenski dnevi so lahko dolgi in žalostni. Lahko pa so priložnost za druženje, sklepanje novih znanstev, pa tudi za učenje v okviru Univerze za tretje življenjsko obdobje (UTŽO).

Za nami je prvi mesec izbranih in zanimivih učnih doživetij. Prvič smo se srečali na Mirni, kjer smo z iskrivim nastopom gostje Saše Pavček slovesno vstopili v novo študijsko leto. V želji zagotoviti varen obisk in zdravo okolje vsem udeležencem, smo s torkovimi delavnicami nadaljevali »hibridno«: v prenovljenem Kulturnem domu v Trebnjem in preko spletne povezave. Na predavanjih smo se prepustili čarom Nove Zelandije in se opremili z napotki, kako ugnati stres, tesnobo in depresijo. Oktober smo zaključili s potepom in z vlakom obiskali deželo polžev in čebelic ter zgodovinsko bogato Višnjo Goro.

S svojim delom so začeli tudi številni krožki, na katerih člani urijo jezikovne, ustvarjalne in računalniške veščine ter s plesom in gibanjem krepijo svoje zdravje in telo.

Zbrali smo nekaj zanimivih doživetij, spoznanj in povabil, ki vam jih v branje ponujamo v prvi jesenski številki časopisa. Lepo je, da se srečujemo in si ne dovolimo, da bi virus zatrl našo radovednost. To so majhna veselja, ki nam prinesejo vsakodnevno zadovoljstvo in dobro počutje. Če se pri tem še kaj novega naučimo, pa je užitek popoln.

Želim vam prijetno branje.

Patricija Pavlič

UTŽnOvičnik

Izdajatelj: Center za izobraževanje in kulturo Trebnje / Zanj: Patricija Pavlič / Uredniški odbor: Tanja Vrčkovnik, Martina Podlesnik, Vesna Breznikar, Stanka Jurak, Silva Mežnar / Urednica: Patricija Pavlič / Jezikovni pregled: Bojana Lekše / Fotografije: Arhiv UTŽO Trebnje, CIK Trebnje in osebni arhiv avtorjev prispevkov, Freepik.com / Oblikovanje in prelom: Meta Gabrijel / Tisk: PARTNER GRAF zelena tiskarna d.o.o. / Naklada: 300 izvodov

Center za izobraževanje in kulturo Trebnje / Kidričeva ulica 2, 8210 Trebnje, Slovenija /

T: 00386 (0)7 34 82 100 / E: info@ciktrebnje.si / www.ciktrebnje.si

Copyright by Center za izobraževanje in kulturo Trebnje, oktober 2021. Vse pravice pridržane. Tiskano v Sloveniji.

Delovanje UTŽO Trebnje omogočajo: CIK Trebnje, Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport, Občina Mirna, Občina Mokronog - Trebelno, Občina Šentrupert, Občina Trebnje.

ISSN 2784-4153



OBČINA
MIRNA



OBČINA
MOKRONOG-TREBELNO



OBČINA
ŠENTRUPERT



OBČINA
TREBNJE

RAZGIBAJMO MOŽGANE IN TELO TUDI V TRETJEM ŽIVLJENJSKEM OBDOBJU

Patricija Pavlič

Vseživljenjsko učenje ni nujno, vendar z znanjem opremljen posameznik bogati sebe, svojo družino, prijatelje in okolico. Zato je pomembno, da vsak dan izkoristimo za učenje in razgibavanje možganov. Življenje nas dnevno preseneča z novostmi, ki jih ne obvladujemo, ali pa nas čez noč osami. Ko se jim pridružijo še neugodni demografski trendi, staranje družbe, daljšanje delovne dobe in medgeneracijske vrzeli, se izzivi še poglobijo.

Zato je naša Univerza odlična priložnost za premagovanje teh ovir, je rešitev, ki se že dve desetletji spretno prilagaja izzivom trenutnih okoliščin in potrebam časa.

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE TREBNJE V ŠTUDIJSKEM LETU 2021/2022

UTŽO Trebnje je namenjena izobraževanju, druženi in dejavnemu preživljanju prostega časa starejših v občinah Trebnje, Mirna, Šentrupert in Mokronog-Trebelno. Tudi v tem študijskem letu smo pripravili bogat in razgiban program. Ob torkih bodo potekala redna tedenska **predavanja (delavnice)**, konec vsakega meseca se bomo podali na **strokovno ekskurzijo (Popotno malho)**, na voljo pa je tudi pestra ponudba **krožkov, krajših usposabljanj in tečajev**, ki bodo organizirani na različnih lokacijah: v Trebnjem, na Mirni, v Mokronogu, Šentrupertu, Šentlovrencu itd.

Delavnice bodo potekale ob torkih od 9. do 11. ure v Trebnjem ali na daljavo. Na predavanjih bomo usvajali znanja različnih področij: medicine in varovanja zdravja, zgodovine in drugih humanističnih ved, ekonomije in gospodarstva, prava, kulinarike in zdrave prehrane, hortikulture in agronomije, kulturne in naravne dediščine, varovanja okolja in drugo. Razpored aktualnih predavanj in strokovnih ekskurzij je dosegljiv na spletni strani <https://ciktrebnje.si/utzo/delavnice-utzo/>.

Člani UTŽO-ja lahko svoje znanje poglobljate in utrjujete tudi v okviru krožkov in tečajev: angleščine, nemščine, francoščine, španščine, računalništva, uporabe digitalnih orodij in pametnih naprav, zgodovine umetnosti, ustvarjalnosti in ročnih spretnosti, vitalnosti duha in telesa lahko krepite v okviru številnih plesnih skupin ter se rekreirate v obliki različnih vadbenih skupin, pohodništva in nordijske hoje.

Z namenom, da osvežimo pridobljene veščine in znanje, bo tudi v tem letu izhajal brezplačni časopis UTŽO-Novičnik z zanimivimi članki, igrami in nagradami.



foto: arhiv CKZ Trebnje

UČENJE NA DALJAVO

Vse dejavnosti UTŽO Trebnje bojo potekale v učilnicah CIK-a in na drugih lokacijah, v primeru ostrejših ukrepov za preprečevanje okužb s covidom-19 bojo naša srečanja potekala na daljavo, ob podpori računalniške aplikacije Zoom. V ta namen smo za vas pripravili brezplačna usposabljanja, na katerih se boste naučili uporabljati različna digitalna orodja in naprave (računalnik, tablico, pametni telefon) ter se usposobili za samostojno in kakovostno spremljanje izobraževanj UTŽO-ja na daljavo. Na voljo so tudi individualne učne ure na lokacijah VGC Marela na Mirni, Mokronog-Trebelno, Veliki Gaber in Šentrupert. Vso podporo članom UTŽO Trebnje nudijo zaposleni na CIK Trebnje, prijave pa zbiramo na telefonski številki 07/ 34 82 100 ali e-naslovu utzo@ciktrebnje.si.

NOVO VODSTVO UTŽO TREBNJE

Člani UTŽO Trebnje so v torek 19. 10. 2021 izvolili novo vodstvo. Ob tej priložnosti se predsednici Milici Korošec in članom UO UTŽO Trebnje iskreno zahvaljujemo za uspešno vodenje UTŽO Trebnje v zadnjem mandatu ter želimo obilo uspehov v novem mandatu. Krmilo Univerze je za štiriletni mandat prevzel upravni odbor v zasedbi:

- Marija Fink
- Stanka Jurak
- Milica Korošec
- Silva Mežnar
- Marija Šušteršič
- Viktor Uhan
- Martina Podlesnik, predstavnica CIK Trebnje

Za vršilko nalog vodenja UTŽO Trebnje je bila imenovana Patricija Pavlič, za namestnico predsednice pa Milica Korošec.

PROGRAM DELAVNIC UTŽO TREBNJE ZA OBDOBJE OKTOBER – DECEMBER 2021

Delavnice bojo potekale ob torkih, od 9.–11.00 ure, v predavalnici ali na daljavo ali v hibridni obliki. Izvedba delavnic se bo prilagajala aktualnim navodilom pristojnih za zajezitev bolezni covid-19. Zato vas vabimo, da pred vsako delavnico preverite na spletni strani <https://ciktrebnje.si/utzo/delavnice-utzo/> ali v tajništvu CIK-a, v kakšni obliki bo delavnica potekala.

Kako bo potekala delavnica v hibridni obliki?

Izvedba delavnice v hibridni obliki omogoča, da se predavanja lahko udeležite v predavalnici CIK-a, ali pa ga spremljate doma preko aplikacije Zoom.

Predavatelj bo predaval v živo, v veliki predavalnici CIK Trebnje, hkrati pa se bo njegovo predavanje prenašalo preko aplikacije Zoom. Za udeležbo delavnice v predavalnici so potrebne predhodne prijave, ki jih sprejemamo do ponedeljka do 12. ure pred vsako torkovo delavnico, na kontaktne podatke utzo@ciktrebnje.si ali 07 34 82 100.

Delavnice v živo se lahko udeležijo zdrave osebe, ki izpolnjuje pogoj PCT (prebolevnosti, cepljenosti ali testiranja). Pogoj se dokazuje z dokazili, ki jih določajo aktualna navodila pristojnih.

Program delavnic se lahko tudi spremeni, zato spremljajte aktualne obvestila na <https://ciktrebnje.si/utzo/delavnice-utzo/>

Vljudno vabljeni.

DATUM	DELAVNICA/POPOTNA MALHA
5. 10. 2021	OTVORITEV Kulturni dom Mirna
12. 10. 2021	NOVA ZELANDIJA – Jasna Žaler Culiberg
19. 10. 2021	SOPRIJEMANJE Z DEPRESIJO/ TESNOBO/STRESOM – Prah Sabina CKZ Trebnje
26. 10. 2021	Popotna malha – VIŠNJA GORA Z VLAKOM
2. 11. 2021	JESEN ŽIVLJENJA – Biserka Marolt Meden
9. 11. 2021	SIBIRIJA – Ema Berlih
16. 11. 2021	PODNEBNE SPREMEMBE – Taj Zavodnik (Focus – društvo za sonaravni razvoj)
23. 11. 2021	KREATIVNOST, MIŠLJENJE – mag. Nastja Mulej
30. 11. 2021	BREŽICE Z VLAKOM – predavateljica Alenka Černelič Krošelj
7. 12. 2021	ZIMSKA ISLANDIJA Z ZNANSTVENO RAZLAGO NARAVNIH POJAVOV – Katarina Hočevar
14. 12. 2021	NOVOLETNO SREČANJE

INFORMACIJE IN PRIJAVE:
CIK Trebnje,
07/34 82 100,
utzo@ciktrebnje.si.

KROŽEK	KRAJ IZVAJANJA	ČAS IZVAJANJA
ANGLEŠČINA IV	CIK Trebnje	zbiramo prijave na utzo@ciktrebnje.si
ANGLEŠČINA V	CIK Trebnje	četrtek, 9.30–11.00
ANGLEŠČINA VIII	CIK Trebnje	četrtek, 8.00–9.30
ANGLEŠČINA X	CIK Trebnje	četrtek, 8.30–10.00
ANGLEŠČINA XI	CIK Trebnje	ponedeljek, 9.30–10.30
NEMŠČINA - NADALJEVALNI	CIK Trebnje	ponedeljek, 11.00–12.30
FRANCOŠČINA	CIK Trebnje	sreda, 14.00–15.30
GLASBENI KROŽEK BRENKICE	CIK Trebnje	ponedeljek, 9.30–11.00
FOLKLORNA SKUPINA NASMEH	CIK Trebnje	četrtek, 9.00–11.00
PLESNA SKUPINA AJDA	CIK Trebnje	ponedeljek, 13.00–15.00
PLESNA SKUPINA MAVRICA	CIK Trebnje	ponedeljek, 8.30–10.00
RAČUNALNIŠTVO I	CIK Trebnje	zbiramo prijave na utzo@ciktrebnje.si
RAČUNALNIŠTVO II	CIK Trebnje	zbiramo prijave na utzo@ciktrebnje.si
KALIGRAFIJA - NADALJEVALNI	CIK Trebnje	torek, 11.00–12.30
KLEKLJANJE - NADALJEVALNI	CIK Trebnje	zbiramo prijave na utzo@ciktrebnje.si
NORDIJSKA HOJA	Trebnje	zbiramo prijave na utzo@ciktrebnje.si
POHODNIŠTVO	Slovenija	druga sreda v mesecu
ZDRAVA REKREACIJA TREBNJE I	CIK Trebnje	zbiramo prijave na utzo@ciktrebnje.si
ZDRAVA REKREACIJA TREBNJE II	CIK Trebnje	zbiramo prijave na utzo@ciktrebnje.si
ZGODOVINA UMETNOSTI SKOZI ČAS	Galerija Trebnje	četrtek, 9.00–10.30
LIKOVNO USTVARJALNI KROŽEK TREBNJE	CIK Trebnje	sreda, 9.00–11.00
SPOZNAVANJE IN UPORABA ZDRAVILNIH ZELIŠČ ŠENTLOVRENC	Izletniška kmetija Kazina	torek, 15.00–16.30
REKREACIJA - MIRNA	OŠ Mirna	ponedeljek, 14.00–15.30
ROČNA DELA	DU Mirna	četrtek, 13.00–14.30
USTVARJALNI KROŽEK ŠENTRUPERT	Občina Šentrupert	sreda, 9.00–11.00
LIKOVNE USTVARJALNICE	Mokronog	petek, 11.00–13.00



PRIČETEK NOVEGA ŠTUDIJSKEGA LETA UNIVERZE ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE TREBNJE

Tanja Vrčkovnik

Z jesenjo se odpirajo vrata naše Univerze, ko se ponovno srečujemo na torkovih delavnicah, popotnih malhah in krožkih v živo ali na daljavo.



foto: Saša Kovarčič

V novo študijsko leto smo zakorakali v torek, 5. 10. 2021, ob 9. uri v prenovljeni dvorani KD Mirna. Otvoritve se je udeležilo 49 članov, vse prisotne pa je pozdravil župan Občine Mirna Dušan Skerbiš ter direktorica CIK Trebnje Patricija Pavlič, na prireditvi so bili prisotni tudi predstavniki preostalih občin ustanoviteljic CIK Trebnje.

Že tradicionalno nas je predsednica Milica Korošec za uvod seznanila z analizo aktivnosti preteklega študijskega leta, tokrat lahko rečemo kar »Zoom« leta. V študijskem letu 2020/2021 je kljub vsem oviram aktivnosti univerze obiskovalo 211 članov. Predstavljen je bil tudi bogat program torkovih delavnic in krožkov za novo študijsko leto.

S svojim prispevkom je kulturni program obogatila akademska igralka Saša Pavček, ki nas je navdušila z odlomkom iz svoje komedije ter recitalom lastne poezije.

Roke

Bolniškim sestram, negovalkam in prijateljicam

*Roke drsajo dlan ob dlan.
Zdaj so ogrete za darovanje.
Roke se spustijo na telo.
Telo je togo in razboleno.
Roke ga posvečeno negujejo,
kot bi mesile kruh za svojo družino.
Neznani človek pod čutečimi prsti postaja domač.*

*Roke spolzijo v neotipljivo,
pobožajo človekovo dušo.
Roke odplavljajo njeno temino.*

*Roke so hvaležne
za vsak drobcen premik,
za vsako bilko upanja.*

*Roke ničesar ne želijo v zameno,
samo prepustitev.
Zaupanje, da roke zmorejo premagati oklep.*

*Da zmorejo tisto,
kar so vse ženske roke zmeraj zmogle,
biti v oporo življenju, ki jih potrebuje.*

*Saša Pavček: Zastali čas
Mladinska knjiga, 2021*

Saša Pavček se je rodila v Ljubljani, je diplomirana dramska in filmska igralka, pesnica, esejistka in dramatičarka, redna profesorica na Akademiji za gledališče, radio, film in televizijo v Ljubljani, kjer je leta 1983 diplomirala. Odigrala je več kot 120 različnih vlog v gledališču, filmih in na televiziji, je nosilka klasičnega in modernega repertoarja. Za igralsko in literarno delo je prejela dvaindvajset nagrad in nominacij, med njimi: nagrado Prešernovega sklada (2000), dvakrat Severjevo (1982, 1992), Zlato ptico za plesno umetnost (1982), Borštnikovo (2007), Kocjančičevo za igralsko in literarno delo (2010), Veljko Maričič (1986), filmsko nagrado Vesna (2011). (vir: https://sigledal.org/geslo/Sa%C5%A1a_Pav%C4%8Dek)

SPOPRIJEMANJE S STRESOM, TESNOBO IN DEPRESIJO

(19. 10. 2021)

Dr. Sabina Prah,
CKZ Trebnje

V torek, 19. 10. 2021, je dr. Sabina Prah, psihologinja iz Centra za krepitev zdravja v Zdravstvenem domu Trebnje, za člane UTŽO Trebnje pripravila predavanje z naslovom Spoprijemanje s stresom, tesnobo in depresijo.

Predavanju je prisluhnilo preko 50 slušateljev v dvorani KD Trebnje in preko spletne povezave. Predavateljica je spregovorila o tem, kaj je stres, kaj je evolucijski stresni boj ali beg odziv in kako se odraža v posameznikovem mišljenju, čustvovanju, telesnem doživljanju in vedenju. Predstavila je tudi najpogostejše posledice dolgotrajnega stresa, med katere sodita tudi tesnoba in depresija.

Slušatelji so ozavestili, da so nesprijemanje situacije, ukvarjanje le s simptomi, premlevanje in pa-



foto: Shutterstock

sivnost nezdravi načini spoprijemanja s težavami. Namesto tega je smiselno, da aktivno rešujemo situacije, če pa to ni možno, poskusimo spremeniti naš pogled na to. Pri tem so nam lahko v pomoč številne miselne tehnike, npr. stop tehnika, preusmerjanje pozornosti ali preoblikovanje naših misli v bolj realne in spodbudne ter tehnike sproščanja. Slušatelji predavanja so praktično preizkusili nekatere dihalne tehnike in postopno mišično sproščanje.

MIGAJMO SKUPAJ – PRSTNI SPREHOD

NAMEN: KREPITEV TREBUŠNIH MIŠIČ.

OPIS VAJE: Ležimo na hrbtu. Križ je pritisnjen ob blazino. Noge so pokrčene, stopala so na tleh. Roke položimo na boke. Počasi se s prsti začnemo vzpenjati proti kolenom, dokler ne dosežemo vrha kolen. Nato se počasi spuščamo nazaj, vendar se morajo prsti še vedno dotikati stegna. Ko pridemo nazaj v ležeči položaj, smo vajo zaključili. Vajo ponovimo 5-krat.

Vir: <https://www.kreal.si/vadba-za-starejse/>



MENI ŠE VEDNO NAJLJUBŠA DEŽELA – NOVA ZELANDIJA

(12. 10. 2021)

Jasna Žaler Culiberg

Sem velika ljubiteljica potovanja in svoja doživetja z veseljem delim z drugimi na blogu **2many4granny**. V tokratnem prispevku bom skupaj z vami podoživela moje potepanje po meni še vedno najljubši deželi – Novi Zelandiji, kjer sem bila dvakrat.

Nova Zelandija je eden najbolj oddaljenih krajev na svetu, pot do tja pa vzame od enega do dveh dnevov, odvisno, koliko sreče imaš pri rezervaciji letov. Za obiske do treh mesecev viza za slovenske državljane ni potrebna, prav tako niso potrebna nobena dodatna cepljenja. Pomembno je, da si uredite veljaven potni list za celoten čas potovanja. Če tam nameravate najeti vozilo, morate imeti mednarodno vozniško dovoljenje.

Nova Zelandija ima svojo valuto novozelandski dolar, ki ga v Sloveniji niti po predhodnem naročilu ni mogoče dobiti. Cene so tam visoke. Vreme na Novi Zelandiji je spremenljivo, iz sončnega predela lahko zelo hitro pridete v neurje. Obisk je pametno prilagoditi njihovemu poletju, torej januarja in februarja. Točno nad Novo Zelandijo je ozonska luknja, zato se je treba zaščititi pred soncem. Obvezno kupite pršila proti komarjem in peščenim muham. Z razumevanjem novozelandskega jezika boste imeli velike težave.

JUŽNI OTOK

Južni in severni otok se zelo razlikujeta. Pot sva začela v Christchurchu in preko prelaza **Arthur Pass** prečkala otok od vzhoda proti zahodu na zahodno obalo v **Greymouth**. Slikovita gorska pokrajina z zasneženimi gorskimi vrhovi in kristalno čistimi rekami, obdanimi z vijoličastimi rožami, naju je vedno znova presenečala.

Na poti sva iz vodiča Lonely Planet s prijateljico razbrali nekatere skrite lepote in kraje ter se tako ustavili ob jezerih in slapovih, kot je **Dorothy Falls**. V začetku decembra je bilo še premrzlo za kovanje. Pot sva si



foto: Jasna Žaler Culiberg

nato načrtali po zahodni obali navzdol do prečudovitih Alp in največjega ledenika **Franz Josef** in **Fox Glacier**. Nikjer drugje na svetu ledenik, ki se nahaja tako blizu ekvatorja, ne dosega take bližine morja kot ta v Novi Zelandiji. Iz ljubke gorske vasice Franz Josef s kočicami vodijo številne nekajurne do nekajdnevne pešpoti na ledenik.

SEVERNI OTOK

Presentilo naju je, da je **Auckland** popolnoma drugačen od vseh ostalih mest na Novi Zelandiji, neke vrste »New York med vasmi«. V njem živi okoli 1,5 milijona ljudi, kar je več kot 30 % vseh prebivalcev na Novi Zelandiji. Začuda pa ni prestolnica Nove Zelandije, temveč je to Wellington, precej manjše in manj raznoliko mesto. Čeprav je mesto veliko in ga ob tem še zelo pospešeno gradijo, ga je možno prehoditi peš. Midva sva se odločila za obisk Sky Towerja, najvišje zgradbe v mestu.

Kljub veliki oddaljenosti in za nas zelo visokem življenjskem standardu je Nova Zelandija država, ki bi jo moral obiskati vsak. Če ne drugega, že samo zato, da vidite, da še obstaja svet, kjer stvari temeljijo na zaupanju in poštenju, kjer praktično ne poznajo goljufanja turistov in kjer vas nihče ne bo vlekel za rokav in ob pozdravih v desetih jezikih vsiljivo vabil v svojo restavracijo.

V VIŠNJO GORO Z VLAKOM

Poročilo s 1. Popotne malhe
v šolskem letu 2021/22

Lojze Čeh

Na oblačni dokaj sveži torek, 26. 10. 2021, smo se zbrali (17 ♀ + 1 ♂) na železniški postaji v Trebnjem, kjer nas je pričakala naša prijazna vodnica Maja Kos. Ob 8.20 smo vstopili na vlak s polnimi nahrbtniki in nameščenimi zaščitnimi maskami.

Pogovori so stekli in čez dobre pol ure smo že morali izstopiti na železniški postaji v Višnji Gori. Tam nas je pričakal prijazni lokalni vodnik Pavel Groznik, ki nam je na kratko predstavil zgodovino Višnje Gore, vlogo železniške postaje v 2. svetovni vojni in na koncu napovedal, »da bo Višnja Gora v naslednjih letih dobila še drugi železniški tir«.

Mimo velikega priklenjenega polža – simbola mesta, smo odšli do bližnjega bara in se ogreli s toplimi napitki. Pot smo nadaljevali z minibusom, prečkali avtocesto in se ustavili pri župnijski cerkvi Sv. Tilna iz 15. stoletja ter si ogledali kip in grob višnjegorskega župnika Janeza Ciglerja, pisca prve slovenske povesti Sreča v nesreči. Med vožnjo smo pomahali Korletovemu kozolcu, znanemu po detajlih iz turških časov, in se ustavili pri cerkvi Žalostne Matere Božje iz 15. stol. v Dednem Dolu s kapelo Božjega groba in kapelico križevega pota.

Ker Hiša Kranjske čebelice (obnovljena stara šola, ki bo večnamenski objekt) za obiskovalce še ni bila odprta, smo spremenili načrt in se odpeljali proti Polževemu. Vijugali smo po ozkih mestnih ulicah, spoznavali znamenitosti in pomembne osebnosti preteklega in sedanjega časa (kot npr. Marko V., Sandi G., Darja G., Mario G., Sašo H. in drugi), šli mimo razgledne točke v Kriški vasi, skozi Novo vas in se ustavili pred hotelom Polževo. Iz »ruzaka« smo si privoščili dobrote, ki smo jih prinesli s sabo, napolnili želodčke in potešili žejo ter se po smučišču povzpeli do vrha, kjer stoji zelo lepa gotška cerkvica Sv. Duha, pod njo pa velik sadovnjak.

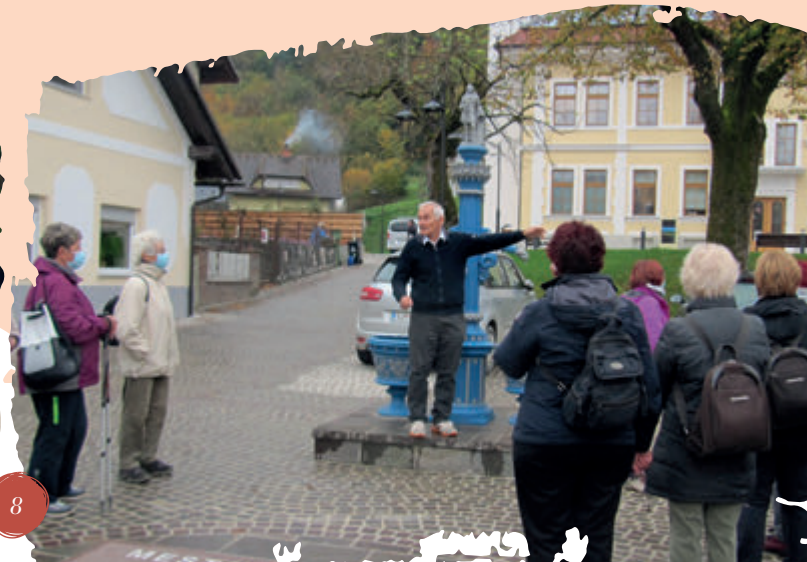


foto: Ana Murn

Po isti poti smo se vračali mimo vzgojno-varstvenega zavoda in izstopili na Mestnem trgu, si ogledali Valvasorjev vodnjak, obeležje kranjski čebeli, park medovitih rastlin, na katerem stoji čebelnjak kranjske sivke, pred mestno hišo nas je pozdravil kip utemeljitelja kranjske čebele, trgovca in čebelarja Emila Roschütza Rožiča. Nadaljevali smo mimo kipa mestnega simbola, to je z zlato verigo priklenjen polž, ter vstopili v mestno cerkev Sv. Ane iz 15. stoletja, v kateri smo si ogledali novo izdelan križev pot, ki je delo domačina Janeza Kastelica. Poslovili smo se s pesmijo in pot nadaljevali mimo ostankov obrambnega zidu iz časa turških vpadov v 15. stoletju. Po mestnih stopnicah smo se spustili do mestnega letnega kopališča s kavarno in avtokampom, mimo katerega teče potok Višnjica.

Poslovili smo se od vodnika in se ustavili še v kavarni. Vidno zadovoljni z vodenjem in rahlo utrujeni smo še zmogli pot do železniške postaje, na kateri smo pomahali Višnjegorčanom v slovo okoli druge ure popoldne.

Kratek povzetek: odlično vodenje, veliko zanimivosti, bogata zgodovina mesta polžev in čebel. Pogrešali smo le gostinsko in trgovsko ponudbo ter krajane, ker jih v času našega potepanja nismo srečali niti toliko, kot je prstov na eni roki. Sicer je Višnja Gora zelo majhno mestece in samostojna krajevna skupnost v Občini Ivančna Gorica.



SASME+: Pišem, torej sem!



BREZPLAČNA DELAVNICA KAKO NAPISATI DOBER ČLANEK

v ponedeljek, 29. novembra 2021,
ob 9. uri v prostorih CIK Trebnje.

Izvajalka: Petra Krnc Laznik

INFORMACIJE IN PRIJAVE:

Tanja Vrčkovnik, 07 34 82 108 | 041 567 772
tanja.vrckovnik@ciktrebne.si

Kako pomemben je naslov članka? Kaj naj vsebuje uvod? Kako dolgo naj bo jedro? Kakšen zaključek je najboljši? Ali je vseeno, za koga pišem? Kaj pa fotografije – morajo biti vedno moje ali lahko najdem simbolne? Na ta in še marsikatero vprašanje bomo odgovorili na delavnici, na kateri se boste naučili izbrati prave besede za članek, v katerem boste samozavestno posredovali vtise z dogodka, razmišljanja o aktualni problematiki ali misli o določeni temi.

Delavnico Kako napisati dober članek financira EU iz programa ERASMUS+ v sklopu projekta SASME+, zato je **ZA UDELEŽENCE BREZPLAČNA**.



ALI STE VEDELI?

V večini lokalov in pri drugih gostinsko-turističnih ponudnikih na mizah ne najdem jedilnih listov in cenikov, temveč QR kode. Te se uporabljajo v izogib prenašanju covid-19. Tudi v reklamnih letakih se pojavlja vedno več QR kod, na katerih si lahko preberete več podrobnosti o posameznem izdelku.



STE V REKLAMI ŽE VIDELI LEPO SLIKO TORTICE ALI JEDI, POLEG KATERE JE QR KODA? NA NJEJ SI LAHKO PREBERETE RECEPT ZA PRIPRAVO JEDI.

QR koda (QR je kratica za quick response oziroma hiter odziv) je na prvi pogled abstrakten črno-beli diagram, a ta slika lahko skriva množico podatkov in omogoča precej kreativnosti.

KAKO UPORABLJATI QR KODO?

Nekateri modeli pametnih telefonov imajo QR kodo že naloženo, ostali pa si jo lahko naložite po naslednjih korakih:

- Naložite aplikacijo (pazite, da bo slovenska) iz Trgovine Play/Galaxy Store ali pri Apple telefonih App store.
- Aplikacijo odprete.
- Z okvirčkom posnamete kodo.
- Kliknete na dobljeno povezavo in se vam odpre meni/opis izdelka/recept.
- Če ste zaprli Čitalnik QR kode, ne potrebujete ponovno skenirati kode, greste pod Zgodovina in najdete povezavo, na katero kliknete, in se vam ponovno odpre.



PREIZKUSITE,
ALI STE
USPEŠNO
NALOŽILI
APLIKACIJO.

Galerija Trebnje predstavlja

Kultura in umetnost imata v življenju poseben pomen; združujeta, izobražujeta in spodbujata razmišljanje. Zato tudi v šolskem letu 2021/22 nadaljujemo s srečanji v okviru krožka Zgodovina umetnosti skozi čas, kjer pridobivamo znanje s področja umetnosti in se skozi likovna dela seznanjamo z življenji umetnikov, spoznavamo zgodovinske okoliščine in preizprašujemo razloge za nastanek likovnih del.

V tem šolske letu bomo nadaljevali spoznavanje umetnosti 20. stoletja. Če smo prejšnje šolsko leto po Zoomu spoznavali impresionizem in se dotaknili ekspresionizma, se tokrat posvetimo ekspresionizmu in njegovi povezavi s filmom. K sodelovanju smo povabili filozofa dr. Jožeta Hrovata, s katerim smo se družili že v preteklosti.

Srečanja pa bo obogatila tudi arheologinja Helena Fornazarič, ki se bo osredotočila predvsem na lokalna arheološka odkritja ter osvetlila ostaline na območju Temeniške in Mirnske doline.

Hkrati pa določena predavanja namenimo tudi izbranim temam. Tokrat se bomo posvetili temi hrane v umetnosti, saj so Združeni narodi leto 2021 razglasili za leto sadja in zelenjave.

Šolsko leto smo običajno zaključili s strokovno ekskurzijo in upamo, da nam to uspe tudi v tem šolskem letu.

Veseli bomo, če se nam pridružite.

Andrejka Vabič Nose



KVIZ

1. Akademska igralka Saša Pavček je prejemnica:
 - a) Štigličeve nagrade
 - j) Severjeve nagrade
 - p) Bloudkove nagrade
2. Katero valuto uporabljajo na Novi Zelandiji?
 - t) ameriški dolar
 - b) britanski funt
 - e) novozelandski dolar
3. Kaj je simbol kraja Višnja Gora?
 - s) polž
 - a) mačka
 - b) stonoga
4. Galerija likovnih samorastnikov Trebnje v tem letu praznuje:
 - a) 55 let
 - o) 53 let
 - e) 50 let
5. V okviru projekta Sasme+ bomo izvedli delavnico:
 - b) Postal bom novinar
 - n) Kako napisati dober članek
 - f) Ambasador izobraževanja

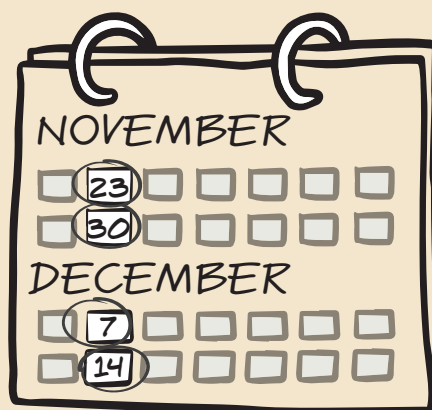
REŠITEV

Pravilne odgovore nam pošljite na info@ciktrebnje.si ali CIK Trebnje, Kidričeva ulica 2, 8210 Trebnje **do nedelje, 5. 12. 2021.**

Med prejetimi odgovori bomo izžrebali 3 prejemnike simboličnih nagrad.

Nagrajenci pretekle številke so: Ljudmila Kosem, Fani Medved in Lojzka Zver. Čestitamo.

NAPOVEDUJEMO



KAKO SE NAM LAHKO PRIDRUŽITE?

Vsi, ki se nam še niste pridružili na torkovih delavnicah »na daljavo«, nam na e-naslov martina.podlesnik@ciktrebnje.si pošljite vaš aktualni e-naslov. Na ta naslov vam bomo poslali navodila, kako se nam lahko preko orodja Zoom pridružite na predavanjih. Ne skrbite, po telefonu vam bomo pomagali in vas usmerjali, da si boste aplikacijo naložili na svoj računalnik.

P. S. Tudi vaši otroci in vnuki vam lahko pomagajo.

UTŽE FON

SVETOVALNO
SREDIŠČE
CIK TREBNJE

TUKAJ SMO ZA VAS, DA VAM:

SVETUJEMO
glede aktivnosti UTŽO Trebnje,
POMAGAMO
pri vzpostavitvi digitalnih orodij in predvsem
PRISLUHNEMO
ter se z vami pogovarjamo.

T: 031 745 575 / 07 34 82 108

E: kristina.jeric@ciktrebnje.si,
tanja.vrckovnik@ciktrebnje.si

