

BTC CITY
VODNIK
IZ MESTA 360° V ŽIVO



LIVE

OKTOBER 2016
ŠTEVILKA 7, LETNIK 24

FESTIVAL NAKUPOV IN ZABAVE

Ne spreglejte popustov na www.btc-city.com/fnz že v petek, 14.10.2016



festival nakupov in zabave
BTC City Ljubljana, 15. in 16. oktober

MEGA POPUSTI SUPER
ZABAVA NAGRADNA IGRA



Tiskano na papirju iz odgovornih virov.

MOBILNI PAKET BREZSKRBNI C

Klici in sporočila
v **Sloveniji** in v **EU**



Prenos podatkov
v **Sloveniji**

30 GB

Prenos podatkov
v **EU**

1 GB

**DO PET
UPORABNIKOV**

ŽE OD
17³⁵€*
/mesec
NA OSEBO

Bodite brez skrbi **doma in v tujini** s paketom **Brezskrbni C** za vso družino. Skupaj uporabljajte **neomejene klice** ter **sporočila v Sloveniji in EU**, **30 GB** prenosa podatkov **v Sloveniji** ter **1 GB v državah območja EU**. Če si paket deli 5 uporabnikov, lahko brezskrbno komunicirate **že od 17,35 EUR*** mesečno na osebo.

Naj vas nič ne ustavi.
www.telekom.si

TelekomSlovenije

*Cena od 17,35 EUR na osebo je izračunana iz mesečne naročnine paketa Brezskrbni C skupaj s štirimi podrejenimi naročniškimi razmerji Druga številka – Brezskrbni in upoštevano ugodnostjo Poveži in prihrani. Paket Brezskrbni C z mesečno naročnino 40,95 EUR oz. 34,95 EUR z ugodnostjo Poveži in prihrani, vključuje neomejene pogovore ter neomejene SMS-/MMS-e v vsa slovenska omrežja, 30 GB paketnega prenosa podatkov (velja za storitve opravljene v mobilnem omrežju Telekom Slovenije), ter opcijo EU zakup. Naročniško razmerje Druga številka – Brezskrbni je dodatno podrejeno naročniško razmerje, ki ga lahko sklenejo naročniki paketa Brezskrbni C. Naročnik paketa Brezskrbni C lahko sklene do največ štiri razmerja Druga številka – Brezskrbni in eno razmerje SIM 2 – Brezplačno. Z vklopom podrejenega naročniškega razmerja Druga številka – Brezskrbni ali SIM 2 – Brezplačno prejmejo naročniki dodatno kartico SIM, ki uporablja zakupljene količine nosilnega naročniškega razmerja paketa Brezskrbni C. Ob vklopu podrejenega naročniškega razmerja Druga številka – Brezskrbni se nosilnemu naročniškemu razmerju zaračuna dodatek k mesečni naročnini v višini 12,95 EUR. Za paket Brezskrbni C in Druga številka – Brezskrbni, ter SIM 2 – Brezplačno, se po preseženju vključenih količin prenosa podatkov v mobilnem omrežju Telekom Slovenije (30 GB), na vseh SIM karticah, hitrost prenosa podatkov omeji na 0 kb/s v smeri k uporabniku in 0 kb/s v smeri od uporabnika. Po preseženju vključenih količin prenosa podatkov v državah območja EU (1 GB) se hitrost prenosa podatkov omeji na 0 kb/s v smeri k uporabniku in 0 kb/s v smeri od uporabnika. Z naslednjim obračunskim obdobjem se ponovno vzpostavi običajna hitrost prenosa podatkov, kot jo zagotavlja Telekom Slovenije. Količine veljajo v okviru enega obračunskega obdobja. Neporabljene količine se ne prenašajo v naslednje obračunsko obdobje. Ponudba velja od 1. 9. 2016. Cene so v EUR z DDV. Neomejeni pogovori v vsa slovenska omrežja in neomejena sporočila SMS/MMS so namenjena običajni uporabi storitve. Za več informacij o ponudbi in ceniku drugih storitev obiščite www.telekom.si, Telekomov center, pooblaščen prodajno mesto ali pokličite 041 700 700 ali 080 8000. Telekom Slovenije, d.d., Ljubljana

NAPOVEDNIK

VROČE

5

INTERSPORT

OUTLET

MODNO

12

MODA ZA

Hladnejše

Jesenske

dni

VŠEČNO

14

OVIJTE

SVOJ

DOM V

BARVE

JESENI

ZGOVORNO

16

VESNA

PERNARČIČ

DOMAČE

18

BOGASTVO

RASTLINSKIH OLJ

GURME

19

STE ŽE

NAŠLI

SVOJ

OKUS?

ODGOVORNO

20

SOUSTVARJAMO

POZITIVNE

ZGODBE

ZDRAVO

21

LEPIH ROK IN

NOG NAOKROG

DRUŽABNO

22

BARVITA

JESEN

UVODNIK



JESEN, PA KAJ!

Letošnji september zagotovo nikogar ni pustil ravnodušnega. Topli dnevi, v katerih so celo babice in dedki pozabili opozarjati vnučke, naj v rosnih jutrih le ogrnejo nekaj toplega, saj se vendar bliža jesen, so bili kot nalašč za podaljšan konec tedna nekje ob morju, kjer so – še zadnjič v tem letu – lahko zaplavali tudi tisti, ki po naravi niso najbolj drzni za športne aktivnosti v naravi, za prijetne sprehode v še vedno poletno lahkotnih oblačilih, skratka za vse, ki so še v prvih, vedno krajših oktobrskih dneh skušali ujeti še poslednje tople poletno-jesenske žarke. Danes, ko so temperature že nižje in so poletni »rekviziti« pospravljeni, ko jopice in jakne že objemajo naša ramena in je jesen končno pokazala svoj pravi obraz (česar so se najbrž razveselili le vremenoslovci, ki so opozarjali na rekordno topel september), si najbrž lahko priznamo, da so nam korak v jesen vendarle olajšali poletni spomini in da se – kljub šoli, učenju, obveznostim doma ali v službi – v mislih že veselimo prvih toplih dni v pomladi prihodnjega leta.

A naj z jesenjo ne bo konec veselja, zabav in medsebojnih druženj! Tudi če bo ta deževna in meglena in vas ne bo prevzela s svojo rdečkasto-rjavo preobleko drevesnih krošenj, ni razlogov za jesensko melanholijo. Z dobro voljo in energijo, ki smo (in ste) si ju nabrali v poletnih mesecih, v oktobru v BTC Cityju za vas prirejamo vrsto dogodkov, ki bodo – o tem smo prepričani – v vas obudili tudi nekaj poletnega razpoloženja. Če je poletje čas najrazličnejših festivalov, je prav, da z njimi nadaljujemo tudi jeseni. V soboto in nedeljo, 15. in 16. oktobra, zato prirejamo že tradicionalni jesenski Festival nakupov in zabave (FNZ), ki ga bodo tudi tokrat zaznamovali predvsem veliki popusti na območju BTC Cityja Ljubljana, poleg tega pa še privlačen otroški, kulinarični, športni, kulturni in zabavni program za vse generacije.

In ker je Festival nakupov in zabave v prvi vrsti namenjen nakupovanju, tej »panogi« posvečamo tudi to številko BTC City Vodnika. V rubriki Vroče vas seznanjamo z novimi, nedavno odprtimi ali prenovljenimi trgovinami (Intersport Outlet, Baby Center, Pri Levčku), za katere sem prepričana, da jih morate obiskati – tako kot lične kulinarične hiške pod imenom Novi okusi, ki so v začetku maja letos zaživele na prenovljenem južnem delu Tržnice BTC City in od katerih prve tri predstavljamo v rubriki Gurme. V znamenju nakupov in jeseni sta tudi rubriki Modno in Všečno – v prvi vam predstavljamo jesenske modne novosti zanjo in zanj, ki smo jih našli v trgovinah BTC Cityja, v drugi pa nekaj pohištvenih elementov in dekorativnih predmetov, s katerimi boste lahko prenovili ali le poživali svoj dom v barvah jeseni. Ker pa je jesen obenem čas, ko občinstvu svoja vrata na široko odprejo gledališča, objavljamo tudi intervju z dramsko igralko in odlično komičarko Vesno Pernarčič, ki skupaj z igralsko zasedbo gledališke uspešnice Mame v izvedbi SiTi Teatra BTC v začetku novembra pripravlja njeno nadaljevanje z naslovom Še vedno mame.

Da sta festivalska dneva, ko boste lahko v trgovinah kupovali po znižanih cenah, zadosten razlog za obisk BTC Cityja, najbrž ni potrebno poudarjati. In verjemite: ob pohajkovanju po trgovinah in nakupovanju bo še tako turoben jesenski dan – lepši!

P. S.: Prav danes, ko tik pred tiskom pišem tale uvodnik, so v Doho, glavno mesto Katarja, na svetovno prvenstvo v cestnem kolesarstvu odpotovale kolesarke profesionalne ekipe BTC City Ljubljana. Dekleta, držimo pesti za dobro uvrstitev!

Maja Oven

Odgovorna urednica

BTC CITY

DELOVNI

ČAS

NASLOVNICA:

Festival nakupov in zabave

Vse cene v BTC City Vodniku veljajo do razprodaje zalog.

Pridržujemo si pravico do spremembe cen.

Za tipkarske napake ne odgovarjamo.

TRGOVSKO SREDIŠČE

pon.–sob.: 9.00–20.00

TRŽNICA BTC CITY

pon.–pet.: 8.00–18.00, sob.: 7.00–17.00

VODNO MESTO ATLANTIS

vse dni v letu: 9.00–23.00

ŠPORTNI CENTER MILLENIUM

pon.–pet.: 7.00–23.00,

sob., ned., prazniki: 8.00–23.00

BTC CITY VODNIK

Brezplačni časopis poslovno-nakupovalnega športno-zabavišnega ter kulturnega središča BTC City Ljubljana

ODGOVORNA UREDNICA

Maja Oven

IZVRŠNI UREDNIK

Matic Žehelj

OBLIKOVANJE IN TEHNIČNO UREJANJE

Nicha d. o. o.

UREDNIK FOTOGRAFIJE

Aljoša Rebolj

STALNI SODELAVCI

Miha Trefalt, Sara Bogomolec, Polja Pretnar, Anja Drobne Oven, Tina Oven, Iztok Dimc

LEKTORIRANJE

Mamblin d. o. o.

OGLASNO TRŽENJE

BTC d. d., Šmartinska 152, Ljubljana, matic.zehelj@btc.si

IZDAJATELJ

BTC d. d., Šmartinska 152, Ljubljana

TISK

Delo, d. d., Tiskarsko središče

NAKLADA

100.000 izvodov

DISTRIBUCIJA

Delo, d. d.

V uredništvu ne odgovarjamo za tiskarske napake in spremembe v programu prireditev po zaključku redakcije.

3

Pazi to! Vikend prihaja!

Ti se osredotoči na
zabavo, mi pa se bomo
na tvojo varnost.
Skleni Nezgodno
zavarovanje za mlade
prek spleta ter izkoristi
10% popust!



Nezgodno
zavarovanje za mlade



Vse bo vredu.

triglav

www.triglav.si

NOVOSTI



INTERSPORT OUTLET

Nov format prodajalne odslej tudi v Sloveniji
Intersport želi kupcu vedno ponuditi pestro izbiro najnovejših izdelkov priznanih blagovnih znamk za različne športne aktivnosti. Ker pa zanje potrebuje prostor, ki ga pogosto zasedajo še zadnji kosi izdelkov iztekajoče sezone, so odprli nov format prodajalne s širokim izborom izdelkov, ki so jim zaradi zmanjšanja količin znižali cene. V novi Intersportovi prodajalni Intersport Outlet, ki se na 1.500 m² razteza v dveh nadstropjih, je na voljo pestra ponudba kakovostne športne opreme, obutve in oblačil po znižanih, zmagovalnih cenah.



Dvorana 10
T: 051/290 515
www.intersport.si



BABY CENTER JE TU ZA VSE VAŠE ZAČETKE

V Baby Centru pozdravljajo začetke, saj vedo, da z njimi rastemo, napredujemo in se učimo. Biti starš pomeni stopati po poti, polni presenečenj, nepričakovane sreče, truda in veselja. Ko na tej poti potrebujemo vzpodbudo, je za vse starše in dojenčke tukaj Baby Center.

V Dvorani 11 ljubljanskega BTC Cityja je po 25 letih svojega delovanja trgovina Baby Center pošteno spremenila svojo podobo. Trgovina z najširšo ponudbo priznanih blagovnih znamk otroške opreme se razprostira v treh nadstropjih in skupno obsega preko 2.300 m² površine.

V osrednjem delu nudijo vse od oblačil in čevljev za prve samostojne korake do igrač za otroke vseh starosti. Na prenovljenem oddelku z otroško opremo

na enem mestu najdete najširši nabor mednarodno priznanih blagovnih znamk otroških vozičkov in varnostnih otroških avtomobilskih sedežev pa tudi vse, kar vaš novorojenček potrebuje za prvo kopanje in hranjenje. Spodnja etaža bo pomagala ustvariti prve radožive spomine z najširšo ponudbo večjih igral za uporabo v stanovanju ali na dvorišču.

Strankam prijazna trgovina omogoča udobno gibanje po prostoru nosečnicam in mamicam z otroškimi vozički, saj je prehod med nadstropji omogočen z dvigalom, znotraj prodajnega prostora pa najdete tudi prostor za počitek, dojenje in simpatično opremljeno previjalno sobico. Prenovljena trgovina je odprta vsak delavnik od 9.00 do 21.00, po novem pa tudi ob nedeljah in praznikih od 9.00 do 15.00.

Dvorana 11
T: 01/545 10 80
www.babycenter.si

KOLENDAR DOGODKOV

Več o dogodkih na: www.btc-city.com/dogodki



Vabljeni na večerno druženje ob 1. obletnici zavoda Atelje Art Murn International v prvo nadstropje Nakupovalne galerije. Vse do tretje ure vas bo razveseljeval program, ki obeta obilo smeha, zabave in dobre glasbe. Na dogodku bodo prisotni avtorji in umetniki, ki sodelujejo z ateljejem pa tudi visoki predstavniki kulture, gospodarstva in politike.



FESTIVAL NAKUPOV IN ZABAVE

15.-16. oktober, BTC City Ljubljana

Tradicionalni jesenski Festival nakupov in zabave bo znova ponudil nepozabno nakupovalno izkušnjo, saj bodo trgovine pripravile številne ugodnosti, akcije in darila. Nakupovalno doživetje bo pospremil nepozaben otroški, športni, kulturni in zabavni program za vse generacije.



YPSILON PREDSTAVITEV ČLANSTVA

19. oktober ob 17. uri, ABC HUB

Članstvo v Zavodu Ypsilon (dogodek je namenjen vsem aktivnim predstavnikom Y generacije) prinaša mnogo prednosti, od pridobivanja znanja do razvoja poslovnih idej ali odkrivanja potenciala za karierni preskok. Prijave na info@ypsilon.si, več informacij na www.ypsilon.si.



3. ALIVE STEP UP

19. november 2016, Kristalna palača

Ob otvoritvi zimske tekaške sezone bo več kot 500 stopnic znova izzvalo vse športne navdušence. Tek po stopnicah je namenjen vsem generacijam, pomerili pa se bodo tudi gasilci. Ne odlašajte, saj cenejše prijave zbiramo do 1. 11. oz. za zamudnike do 13. 11. 2016. Prijave in informacije na www.alive.si.



JUNIOR

Za radovedne malčke

Otroška trgovina Junior, ki z najlepšimi vozički v mestu in s čudovitimi otroškimi in mladinskimi sobicami ter z ostalo opremo že od leta 2011 razveseljuje starše in bodoče starše, sedaj širi svoje prostore. Poleg pestre ponudbe vozičkov in skrbno izdelanega otroškega pohištva boste v trgovini našli tudi prikupne otroške avtomobilske sedeže, igrivo oblikovano posteljnino in blazine, raznorazne pripomočke za nego ter kakovostno anatomsko oblikovano obutev za radovedne malčke vseh starosti. Dovolite, da trgovina Junior postane del vaše sreče!

Dvorana A, klet
T: 031/739 282
www.trgovina-junior.si



PRI LEVČKU

Vse za umetnost in prosti čas

Na novo razširjena trgovina Pri levčku je na več kot 250 kvadratnih metrih površine pravi raj za »kreativce«. Osrednji del je namenjen materialu za izdelovanje nakita, precej so obogatili tudi oddelek s papirji in kartoni različnih formatov. Na šolskem oddelku boste našli vse za likovno umetnost, na slikarskem pa je pozornost usmerjena v trend Mixedmedia, ki se vse bolj uveljavlja po svetu. Z razširitvijo bodo na svoj račun prišli tudi tisti, ki bi se radi naučili česa novega, saj bodo v trgovini izvajali delavnice in predstavitve.

Dvorana A, klet
T: 01/585 16 19
www.prilevcku.si



EXTREME INTIMO

Perilo in pižame za vso družino

Extreme Intimo že dvajset let iz naravnih materialov ustvarja spodnje perilo, spalni in plažni program za vso družino. Odkrijte novo in igrivo jesensko kolekcijo, s katero boste lahko razveselili prav vsakega družinskega člana. Ženske z linijo Exclusive občutite ženstvenost v polnem sijaju, moški se po vojaško pokažite v Army stilu, otroci pa se bodo v središču pozornosti znašli z igrivo oblikovanimi pižamami. Obiščite trgovino Extreme Intimo in z drznimi trendi prihajajoče jeseni poskrbite za atraktiven videz.

Dvorana A, pritličje
T: 01/810 70 29
www.extremeintimo.si



KERIN.DOM

Ko sanjska kuhinja postane resničnost

Si poleg nove kuhinje kot piko na i želite še vrhunski mešalnik KitchenAid? **Izberite poljuben model kakovostne nemške kuhinje Nobilia ali Häcker s kar 50-odstotnim popustom.** V salonu Kerin.dom vam izoblikujejo najboljšo ponudbo, ob tem pa vam podarijo še kulturni kuhinjski mešalnik KitchenAid v vaši najljubši barvi. Ob njegovi elegantni in brezčasni obliki ter brezhibnem delovanju se boste počutili kot najboljši kuharski mojstri. Več o posebni akcijski ponudbi si preberite na www.kerin-dom.si.

Dvorana 4, osrednji del
T: 01/585 18 60
www.kerin-dom.si



MINICITY

Slastne novosti v kavarnici in slaščičarnici

V Minicity kavarnici in slaščičarnici se lahko razvajate z raznovrstnimi sladkimi dobrotami, kot so smutiji, pekovski izdelki in tortice. Ob tem vam postrežejo še z vrhunsko kavo, na voljo je širok izbor osvežilnih pijač, v ponudbi pa boste našli tudi zdrave, sveže in okrepčilne malice. Izbirate lahko med bogatimi solatnimi krožniki, domačimi zelenjavnimi pitami in sendviči, slastnimi picami ter alergikom prijaznimi okrepčili. Vabljeni!

Dvorana A, sever
T: 041/377 366
www.minicity.si



BOLLYWOOD

Odlične indijske dobrote za vse okuse

Konec septembra se je na Tržnici BTC City predstavila najnovejša restavracija hitre prehrane z imenom Bollywood, ki nudi tradicionalne indijske jedi, pripravljene z ljubeznijo. Mesne in vegetarijanske dobrote za vse okuse nastajajo izpod rok vrhunskega indijskega kuharja Nishaba, ki si je kuharske izkušnje pridobil v vrhunskih restavracijah v Indiji in Dubaju, v Slovenijo pa ga je zanesla ljubezen. Obiščite jih v pokritem delu Tržnice BTC City in dovolite, da vas to jesen pogrejejo pisane dobrote raznovrstnih okusov.

Tržnica BTC City, jug
T: 070/161 144
www.bollywood.si





sezonska delovna oblačila HELLY HANSEN

Prodajno-svetovalni center ZAVAS
BTC City Ljubljana, spodnja etaža Dvorane A



DENTOTEKA

Vse za popoln nasmeh

Dentalni center Clarus je razširil svojo ponudbo z novo trgovino Dentoteka, ki se nahaja poleg vhoda v Diagnostični center Clarus. V Dentoteki boste našli ekskluzivne pripomočke za vsakodnevno ustno higieno ter ekskluzivne zobne paste in ščetke, ki jih za popoln nasmeh, zdrave dlesni in sijoče bele zobe priporočajo najboljši slovenski zobozdravniki. V trgovini se nahajata še zobni rentgen in zobozdravstvena info točka.

Dvorana 9, osrednji del
T: 040/278 410
www.clarus-dental.si



BTC CITY LJUBLJANA GOSTIL DVA POSLOVNA HACKATHONA

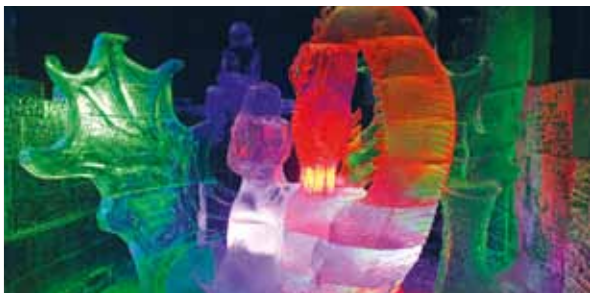
Septembra je Lidl Slovenija v sodelovanju z ABC pospeševalnikom priredil t. i. poslovni hackathon. Na Lidlovem inovativnem vikendu so udeleženci iskali rešitve za izboljšanje prodaje, logistike, nakupovalne izkušnje ali podpornih procesov. Temu je oktobra sledil še Petrolov poslovni hackathon, kjer so udeleženci razvijali novo mobilno aplikacijo »Na poti«. Oba dogodka sta potekala v zagonskem vozlišču ABC Hub v BTC Cityju Ljubljana. Pestro dogajanje, ki v sodelovanju s partnerskimi organizacijami poteka v tem inovacijskem središču, prispeva k utrjevanju ugleda BTC Cityja Ljubljana kot inovativnega mesta.



Avtor fotografije: Stan Olszewski/SOSKIphoto

ABC POSPEŠEVALNIK ODPRL PODRUŽNICO V SILICIJEVI DOLINI

Potem ko je ABC pospeševalnik iz BTC City Ljubljana julija letos odprl podružnico Venture Gates v Münchnu, je svoja vrata septembra odprl še v ameriški meki podjetništva in inovacij. Odprtja ABC Global Home, Silicon Valley so se razveselili startupi iz vse Evrope. Novo inovacijsko središče v Silicijevi dolini je še posebej zanimivo za mlada podjetja, ki že imajo uveljavljen produkt in iščejo večje investitorje. Več kot 1.200 kvadratnih metrov prostorov, ki predstavljajo podjetniški most med Slovenijo in Silicijevo dolino, so s slavnostnim rezanjem traku otvorili Dejan Roljič, ustanovitelj ABC pospeševalnika, podjetnica Ana Lukner in Jože Mermal, predsednik uprave družbe BTC.



VRAČA SE LEDENA DEŽELA

Ledena dežela poleg Vodnega mesta Atlantis 18. novembra ponovno odpira magična vrata. Razstava ledenih skulptur, izdelanih iz več kot 60 ton ledu, vas bo letos popeljala v čas naših prednikov Slovanov ter njihovih bogov in mitoloških bitij. Osrednji lik razstave bo Perun, mogočni bog strele in groma, ob njem pa vas bosta med drugim pričakala še magična Živa, boginja življenja, in skrivnostni Veles, bog podzemlja. Vsem je skupna povezanost z naravo in običaji, ki so našim prednikom pomagali razumeti svet, v katerem so živeli.

STEP UP

TEK NA KRISTALNO PALAČO

19. november, 2016

BTC City - Kristalna palača

Ujemi cenejše prijave na: www.alive.si

Logos: alive, BTC CITY, SENCILA, etc.

vita care
BIO MARKET

Akcija -33% velja do 31.10.2016

BIO SENDVIČI	
* BIO sendvič MOZARELA pirina bagetka, mozarela, paradižnik, namaz bazilike	cena 3,99 EUR
* BIO sendvič VEGANSKI pirina bagetka, tofu, solata, kalčki	cena 3,99 EUR
* BIO sendvič KRAŠKI polnozrnata bagetka, pršut, sir, namaz, solata	cena 4,99 EUR
BIO SOLATE	
* BIO solata DNEVNA 4 različne BIO zelenjavne sestavine	cena 3,49 EUR
* BIO solata s PIŠČANEC piščanec, solata, paradižnik, koruza, korenje	cena 4,49 EUR
* BIO solata CAPRESSE mozarela, paradižnik, olive, bazilika	cena 4,49 EUR
BIO TOPLE JEDI	
* BIO enolončnica DNEVNA 0,4l	cena 3,99 EUR
* BIO enolončnica VEGANSKA 0,4l	cena 4,99 EUR
* BIO enolončnica KLASIKA 0,4l	cena 4,99 EUR
BIO NAPITKI	
* BIO sok POMARANČA 100% 0,5l (113859)	cena 3,49 EUR
* BIO sok RDEČE PESE 0,5l (701561)	cena 2,49 EUR
* BIO sok KORENČEK 0,5l (701559)	cena 1,99 EUR
* BIO sok iz PARADIŽNIKA 0,5l (70158)	cena 1,99 EUR
* BIO sok iz ZELENJAVE 0,5l (701594)	cena 1,99 EUR
* BIO voda iz KOKOSA 0,33l (596935)	cena 2,99 EUR
* BIO sok JABOLKO 0,2l (700964)	cena 1,49 EUR
BIO SMOOTIE (dnevno svežo pripravljeni)	
* BIO smootie SADNI jabolčni sok, banana, avokado, gozdni sadeži	cena 3,99 EUR
* BIO smootie ZELENJAVNI jabolčni sok, zelena, špinata	cena 3,99 EUR
BIO KRUH (dnevno sveže pečen)	
* BIO Bagetka pirina 140g	cena 1,19 EUR
* BIO Bagetka polnozrnata 150g	cena 1,19 EUR
* BIO Bagetka pšenična 140g	cena 0,99 EUR

Malice lahko naročite po telefonu 01 541 60 60 Vitacare BTC (nasproti koloseja)
Nudimo tudi brezplačno dostavo na območju BTC ob naročilu nad 20€.



FITNES IN SKUPINSKE VADBE ZA AKTIVNO IN ZDRAVO JESEN

S koncem poletja in jesenjo, s katero prihaja tudi deževno in hladnejše vreme, se športne aktivnosti znova selijo v zaprte prostore, zato vas vabimo, da se nam pridružite na fitnes vadbi v ŠC Millenium, kjer vadba na vrhunskih Precor trenažerjih ob pomoči strokovno usposobljenih fitnes trenerjev in ustreznem prehranjevalnem režimu lahko postane tudi vaš zdrav način življenja.

V ŠC Millenium ničesar ne prepuščamo naključju, zato novim članom ponujamo brezplačni predstavitveni trening, kjer vas bomo seznanili z vsem, kar morate vedeti, da bo vadba v fitnesu potekala nemoteno, pravilno, varno, predvsem pa učinkovito (bonton, oprema, nastavitve naprav, raztezanje, vaje za moč itd.). Vsi, ki si želite večjega napredka in pravilne, svojim željam in potrebam prirojene vadbe, se lahko odločite za individualni mesečni program. Najprej opravite testiranje, nato pa vam bo trener za ceno 29 € oblikoval program vadbe, s katerim boste hitreje dosegli zastavljeni cilj.

Za vse dosedanje člane pa tudi za tiste, ki se nam boste pridružili do konca oktobra, smo pripravili še posebej ugodno ponudbo **Kupiš 3, dobiš 4**, ki vam za ceno treh mesečnih kart za fitnes omogoča štirimesečno obiskovanje, še vedno pa si lahko kupite tudi **akcijsko letno karto za fitnes za le 1 € na dan**.

PO VADBI ŠE SKOK V SAVNO

Po vadbi se lahko v ŠC Millenium umirite in sprostite v dveh finskih, dveh turških in dveh infrardečih savnah ter v hladnem bazenu. Ločen sklop savn s turško savno in infrasavno je na voljo tudi za najem in razvajanje v dvoje – VIP savna.

Za vse, ki bi ob fitnes vadbi radi redno obiskovali tudi savno, smo pripravili akcijsko karto **Fitnes plus**, ki ob doplačilu 22 € vključuje štiri obiske savne v ŠC Millenium.



ZA GIBANJE NI NIKOLI PREPOZNO

Za vse, ki ste dopolnili vsaj štiri desetletja ali pa vas že pestijo prve starostne tegobe, smo pripravili skupinski vodeni vadbi **BodiFit** in **BodiOsteo**, kjer boste ob glasbi, prijetni družbi in dobrem vzdušju izboljšali svoje počutje, okrepili telo in ostali vitalni.

Vrsti vadbe se med seboj ne razlikujeta v tolikšni meri, kot bi morda sklepali iz njunih imen; pri obeh se vaje med seboj prepletajo in ponavljajo, le da so nekatere za eno skupino pomembnejše kot za drugo. Z ustreznimi vajami vam bomo pomagali povečati mišični tonus in izboljšati elastičnost mišic ter s tem razbremeniti sklepe. Izboljšali in vzdrževali boste tudi koordinacijo in ravnotežje, znižali krvni tlak ter zmanjšali možnost nastanka starostno pogojene osteoporoze.

Vadbi potekata v majhnih skupinah in temeljita na individualnem pristopu. Vadba poteka ob raznoliki glasbi, vadeči pa lahko s seboj prinesejo tudi svojo najljubšo glasbo. **Cena mesečne karte je 38 €, cena osmih obiskov pa 48 €.**

Oblikovanje telesa, sproščanje duha, druženje z enako mislečimi v prijetnem vzdušju s strokovnim osebjem in najmodernejšo opremo – vse to vam nudi ŠC Millenium.

BREZPLAČEN OBISK FITNESA

Če bi radi preizkusili fitnes v ŠC Millenium, vam s tem kuponom omogočamo en brezplačen obisk.

Kupon velja do 20. oktobra 2016.

3 ZA 4

V ŠC Millenium lahko samo do konca oktobra izkoristite ugodnost in ob predložitvi tega kupona **ob nakupu 3-mesečne karte za fitnes prejmete 4-mesečno.**



**ŠE VEČ IDEJ ZA TRENING
V NAJNOVEJŠEM VODNIKU
ŠPORT LJUDEM**



ENERGETICS
ENERGETICS Gimnastična žoga Gymnastic Ball

12,79 ~~15,99~~
55-65 cm

15,19 ~~18,99~~
75-85 cm



ENERGETICS
ENERGETICS Fitnes podloga NBR

13,99 ~~19,99~~
142 cm

25,19 ~~35,99~~
183 cm



ENERGETICS
ENERGETICS Masažni valjar Foam Roller

15,99 ~~19,99~~



ENERGETICS
ENERGETICS Eliptični trenažer XT 520p

279,99



ENERGETICS
ENERGETICS Sobno kolo CT 740tx

279,99



ENERGETICS
ENERGETICS Tekalna steza PR 7000hrc

799,99



Ponudba velja od 5. do 31. oktobra 2016 v prodajalni INTERSPORT Ljubljana-BTC (dvorana 6) in v ostalih prodajalnah INTERSPORT po Sloveniji. Ponudba je veljavna tudi v spletni trgovini. Cene so v evrih. Več na www.intersport.si.

SPORT TO THE PEOPLE

INTERSPORT



SAVNA – KORISTNO S PRIJETNIM

Stara finska ljudska modrost pravi, da je savna »zdravilo revežev« in da tam, kjer ne pomagajo smola, žganje ali savna, tudi za bolezen ni zdravila. Savna še danes velja za naravno zdravilo, saj krepi našo odpornost in nam pomaga k boljši kondicijski pripravljenosti, ker pa obisk savne vse bolj postaja del sprostitelne dejavnosti, je morda prav, če zapišemo, da je savna mesto, kjer lahko združimo koristno s prijetnim.

V Vodnem mestu Atlantis se zavedamo pomena zdravja in vitalnosti vašega telesa, zato smo Deželo savn zasnovali tako, da lahko ugodi željam, navadam in zdravstvenim tegobam vsakega obiskovalca. V dveh nadstropjih vam ponujamo kombinacijo suhih (finskih) in parnih (turških) savn pa tudi infrardeče savne, ki postaja med obiskovalci vse bolj priljubljena.

V Deželi savn vas bomo razvajali s terapijami s soljo, čokolado, kredo, algami, blatom in različnimi dišavami ter s hamam terapijo, v panoramski savni pa 4-krat dnevno izvajamo vrtinčenje zraka z aromaterapijo.

V zunanjem delu si večjo imunsko odpornost telesa zagotovite v tematskih savna hiškah (zemeljska, rudniška, planšarska in panoramska savna), zgrajenih iz posebnega polarnega kelo lesa, na voljo pa sta vam tudi dva bazena, panoramska soba in terasa za počitek.

V savnah, ki se spogledujejo s tradicijo tematsko urejenih savn s počivališči, s hladnimi in vročimi notranjimi in zunanjimi bazeni, opremljenimi z masažnimi šobami, se boste zagotovo sprostiti, zbistriti duha, predvsem pa največ storili za svoje telo in ga ubranili pred nadležnimi zimskimi okužbami.

NOVA, VEČJA IN SODOBNEJŠA INFRARDEČA SAVNA

Novost letošnje jeseni je infrardeča savna za 12 oseb, ki bo nadomestila dosedanja dve manjši in za ljubitelje savnanja manj udobni infra savni. Sodobno oblikovana savna s celostensko zasteklitvijo omogoča

sproščujoč pogled na zunanji bazen in je opremljena z najsodobnejšimi infrardečimi medicinski ABC grelci. Za popolno zadovoljstvo njenih uporabnikov pa so tu še zunanje počivalne klopi iz vibrirajočih grafitnih vlaken, ki telo segrejejo in poživijo metabolizem.

Spomnimo: infrardeči žarki ogrevajo tkivo do 4 cm globine, torej tudi notranje organe, na to pa se telo odzove s povišanim srčnim utripom in povečanjem količine pretoka krvi skozi srce. Ker pa to povišanje ni tako izrazito kot pri finski in turški savni, je infrardeča savna za ljudi s srčno žilnimi težavami varnejša.

Vesele urice v Deželi savn

Od ponedeljka do petka od 13. do 16. ure vam v Deželi savn ponujamo 20-odstotni popust ob nakupu 2- ali 4-urne vstopnice.

Več informacij:

T: 01/585 21 42

E: savne@btc.si

CENTER AZIJSKIH MASAŽ – MASAŽA Z DODANO VREDNOSTJO

Savna učinkuje na telo zdravilno in sproščujoče, za popolno razvajanje telesa in sprostitev duha pa vam v Vodnem mestu Atlantis priporočamo obisk Centra azijskih masaž.

Zakaj prav azijske masaže? Mojstrica tradicionalne tajske masaže Jutamas Kuljittipinyo iz Centra azijskih masaž je prepričana, da zato, ker je masaža tudi način življenja. »V nasprotju z zahodno masažo, ki temelji na gnetenju in glajenju mišic, tajska tradicionalna masaža temelji na stimuliranju akupresurnih točk, ki jih zahodna masaža ne pozna; tajska masaža izhaja iz poznavanja meridianov na telesu, na katerih so nanizane akupresurne oz. energetske točke, s katerimi lahko znova vzpostavimo energetsko ravnovesje telesa. Po več zaporednih masažah lahko za ohranjanje dobrega počutja zadostuje že ena masaža na mesec.«

V Centru azijskih masaž lahko tajsko, indijsko ali kitajsko tradicionalno masažo nadgradite s plavanjem v Termalnem templju (2 uri), uporabo infra savne in z bogatim sadno-vitaminskim krožnikom, obisk masaže pa lahko zaključite tudi s čajem po vašem okusu. In še: vsako 10. masažo vam podarimo!

Več informacij:

T: 051/394 772 (vsak dan od 10. do 22. ure)

Ugodnosti:

Paket Atlantis DeLuxe: 50-minutna masaža po izbiri in 4-urna vstopnica v Deželo savn le 56 €.

Vesele urice: od ponedeljka do petka od 13. do 16. ure 50 minutna masaža po izbiri le 31,50 €.

Last minute: če ste že v VMA si lahko 50 minutno masažo izberete le za 31,00 €!

NOVO V SVETU DOŽIVETIJ

Za vaše otroke smo prenovili otroški bazen z igrali, zato bo v času krompirjevih počitnic obisk Vodnega mesta Atlantis še bolj radosten in razigran!



www.mass.si

MASS

Ustvari svoj stil.



MASS d.o.o. Virška cesta 1, 1230 Domžale

Severine

Največje modne zapovedi že lahko občudujete na nogah fatalne Severine v naši novi modni kampanji. Z letošnjim sloganom 'Ustvari svoj stil' nagovarjamo in spodbujamo vse modne navdušence, da izberete najljubši par trendi obutve in ustvarite samo svoj stil ter se prepustite toku svoje lastne kreativnosti.

ECHO ITALIA
PRODUCED IN ITALY

MODA ZA HLADNEJŠE JESENSKE DNI

Obiščite Dvorano A in Spodnjo etažo Emporium

Poletje se je poslovilo, jesenska jutra ter popoldnevi so že pošteno hladni, ne manjka tudi deževnih dni. Tudi v neprijetnem vremenu smo lahko modni, saj so ena jesenskih modnih zapovedi gumijasti škornji ter gležnarji, ki jih kombiniramo s krilom ali hlačami. Te naj se malo svetijo, saj so svetleče barve drugi jesenski modni hit. Pri moških pride v poštev klasika, ki ji dodamo kakšno živahno barvo, ki popestri monotonost.



Gumijasti škornji 34,90 €, **Petka**, Dvorana A, pritličje



Dvostranska jakna s pravim krznom 999,00 €*, **Utva**, Spodnja etaža Emporium



Hlače 26,99 €, **Monday by Two Way**, Dvorana A, pritličje

Usnjena jakna 199,00 €*, **Utva**, Spodnja etaža Emporium



Plašč 38,99 €, **Monday by Two Way**, Dvorana A, pritličje

Zapestnica 12,99 €, **Mistik**, Dvorana A, pritličje



Krilo 25,00 €, **Katja Pro**, Dvorana A, klet



Torbica 19,90 €, **Nova Fashion**, Dvorana A, klet



Usnjena jakna 156,00 €*, **Utva**, Spodnja etaža Emporium



Jakna 156,00 €, **Katja Pro**, Dvorana A, klet

Majica 32,00 €, **Katja Pro**, Dvorana A, klet



Pas 5,99 €, **Monday by Two Way**, Dvorana A, pritličje



Brezrokavnik 59,99 €, **Mistik**, Dvorana A, pritličje



Krilo iz umetnega usnja 25,00 €, **Nova Fashion**, Dvorana A, klet



Čevlji 220,00 €, **Ecco premium outlet**, Dvorana A, visoko pritličje



Usnjena jakna 189,00 €*, **Utva**, Spodnja etaža Emporium



Hlače 29,00 €, **Katja Pro**, Dvorana A, klet



Čevlji Ara Goretex 109,95 €, **Petka**, Dvorana A, pritličje

*Cene so v akciji, ki traja do 30.10.2016.



Ogrlica 6,99 €, **Monday by Two Way**, Dvorana A, pritličje



Pončo s krznom 99,99 €, **Mistik**, Dvorana A, pritličje



Plašč 125,00 €, **Katja Pro**, Dvorana A, klet



Top in ogrlica 24,90 €, **Nova Fashion**, Dvorana A, klet



Torbica 59,99 €, **Mistik**, Dvorana A, pritličje



Krilo 45,99 €, **Mistik**, Dvorana A, pritličje



Bluza 39,99 €, **Mistik**, Dvorana A, pritličje



Gležnjarji 140,00 €, **Ecco premium outlet**, Dvorana A, visoko pritličje



Majica 16,99 €, **Monday by Two Way**, Dvorana A, pritličje



Jopa 32,00 €, **Katja Pro**, Dvorana A, klet



Majica 19,50 €, **Katja Pro**, Dvorana A, klet



Torbica 24,99 €, **Monday by Two Way**, Dvorana A, pritličje



Hlače 16,99 €, **Monday by Two Way**, Dvorana A, pritličje



Hlače 59,99 €, **Mistik**, Dvorana A, pritličje



OVIJTE SVOJ DOM V BARVE JESENI

Danes je pravi izziv opremiti stanovanje, hišo ali sobo tako, da bo prostor moderen, a hkrati dovolj sproščen, da ga ne bo potrebno vsako leto prenavljati, ker bi bil popolnoma iz mode, predvsem pa tako, da nam bo všeč.

Morda so nam lahko v pomoč letošnji trendi, ki narekujejo moderno opremljene, prefinjene prostore, ki pa morajo ohranjati sproščeno ozračje in toplino. Letošnje leto je ovito v barve lesa, naravne materiale, nežne zemeljske barve in kovinske dodatke, manjkati pa ne smejo niti geometrični ali izstopajoči »vintage« stenski vzorci in preproge.

Za poživitev monotonosti si lahko omislite izstopajoče modne dodatke v podobi kuhinjskih aparatov, posteljnine, blazin, skodelic, kuhinjskih front in drugega. Kombinacij je neskončno!



Oljni parket HAIN, hrast z lavo, beljen;
od 48,00 €/m² brez DDV-ja;

Kerin.Dom, Dvorana 4, osrednji del

Posteljnina Harmony, 200 cm x 140 cm; 70,10 €;

Okrasna blazina Lana, 35 cm x 60 cm; 12,30 €;

Košara Lana z vrečko, 20 cm x 20 cm x 10 cm; 18,54 €;

Odeja, Spodnja etaža Emporium

Leseni kuhinjski pripomočki Rosamarino;

cena s 50 % popusta: 3,95 €/kos*;

Vitapur, spalni studio, Dvorana A, klet



Stenska tapeta, rola (1005 cm x 53 cm); od 25,00 € do 45,00 €/rolo;

Hamler, razstavno-prodajni salon, Kristalna palača, pritličje

Ekstraktor hranilnih snovi Nutribullet; 99,90 €;

Odeja in vzglavnik Warm hug; 49,90 €;

Dormeo, Studio BTC, Dvorana 4, osrednji del

Planetarni mešalnik Kitchen Aid
(na voljo v različnih barvah); 649,00 €;

Kerin.Dom, Dvorana 4, osrednji del



Odeja in vzglavnik Warm hug; 49,90 €;

Dormeo, Studio BTC, Dvorana 4, osrednji del

Linija Junior; cena je odvisna od sestava - 30 % popusta*;

Vitapur, spalni studio, Dvorana A, klet

Stenska tapeta, rola (1005 cm x 53 cm); od 25,00 € do 45,00 €/rolo;

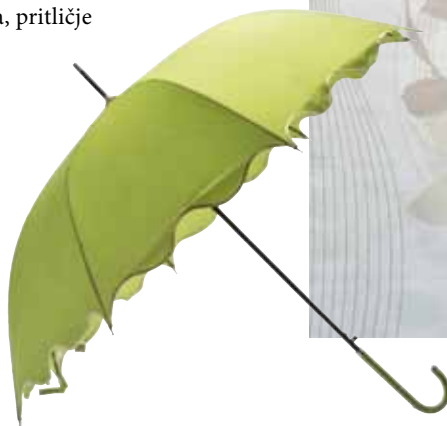
Hamler, razstavno-prodajni salon, Kristalna palača, pritličje



Stenska tapeta, rola (1005 cm x 53 cm); od 25,00 € do 45,00 €/rolo;
Hamler, razstavno-prodajni salon, Kristalna palača, pritličje

Naslanjač s taburejem EJERSLEV; 329,00 €;
 Set mizic ORDRUP; 74,99 €;
 Okrasna blazina MYRRAPP; 9,99 €;
Jysk, Spodnja etaža Emporium

Potovalni kovček, mali; 34,78 €;
 Dežnik; 8,50 €;
 Ženska ruta; 5,40 €;
 Ženska torbica; 27,80 €;
 Ženski škornji BY802; 20,91 €;
CS Kitajski center, Dvorana A, klet



Jedilna miza GAMMELGAB, 80 x 120 cm; 199,00 €;
 Jedilniški stol JONSTRUP; 44,99 €;
 Omarica GAMMELGAB; 199,00 €;
 Vitrina GAMMELGAB; 299,00 €;
 Namizna svetilka TONE; 26,99 €;
 Viseča svetilka TONE; 26,99 €;
 Okrasna škatla TORMOD; 11,99 €;
 Okvir za slike ARNT, 13 x 18 cm; 6,99 €;
Jysk, Spodnja etaža Emporium

Dekoratívna linija Amelia; cena s 30 % popusta:
 odeja 17,43 €*, vzglavnik 11,13 €*;
Vitapur, spalni studio, Dvorana A, klet

Stenska tapeta, rola (1005 cm x 53 cm); od 25,00 € do 45,00 €/rolo;
Hamler, razstavno-prodajni salon, Kristalna palača, pritličje

*Cene so v akciji, ki traja do 2.11.2016.



TUDI MAME SMO ŽENSKE



Foto: Tania Mendillo

V začetku novembra se na oder SiTi Teatra znova vračajo *mame*, ki se nekaj let starejše, nekatere že ločene in z otroki, ki so med tem postali najstniki, soočajo z novimi težavami in s krizo poznih srednjih let. S petčlansko igralsko zasedbo *mam* se v krstni uprizoritvi komedije *Še vedno mame* na oder SiTi Teatra vrača tudi Vesna Pernarčič, znova v vlogi radožive novinark Judite.

Besedilo *Mam* ste igralk, ki igrate v predstavi, napisale same, pisanje njegovega nadaljevanja *Še vedno mame* pa ste zaupale dramatičarki Jeri Ivanc. Zakaj?

Predvsem zato, ker nismo želele narediti *Mamam* podobne predstave, četudi z novim besedilom. Želele smo narediti nekaj drugačnega in zgodbi dodati trdnejši okvir. Odločile smo se, da to nalogo zaupamo komu, ki se s pisanjem ukvarja profesionalno, in Jera Ivanc, ki je nedavno tudi sama postala mama, vse nas igralk pa zelo dobro pozna, se nam je zdela najboljša izbira.

Ste ji pri pisanju predlagale tudi katero od svojih domislic ali duhovitosti, kakršnih v prvem delu najdemo polno?

Dogovorile smo se, da igralk sodelujemo pri nastajanju besedila. Z Jero smo se ob večerih pogosto srečevale in skupaj premleval, kaj vse bi se čez leta lahko zgodilo v življenju *mam* iz prvega dela; katera bi se lahko ločila, katera bi lahko imela ljubimca, kaj bi bilo zanimivo in zabavno povedati gledalcu in kakšen naj bi bil potek zgodbe. Jera je zelo dobro ujela like iz prvega dela in v kratkem, celo rekordnem času mojstrsko napisala v zgodbi tekoče in v dialogih duhovito besedilo. Zasnova zgodbe in dramskega dogajanja je njena, me smo dodale – in v času vaj še dodajamo – nekaj »ocvirkov« in anekdot.

V *Še vedno mamah* mame iz prvega dela spremljamo sedem let pozneje, ko se srečujejo na vajah za dobrodelno prireditel. Je res, da

ste v drugem delu že vse ločene in na novo »poparčkane«?

Ne bi rada preveč razkrila ... Ne vse – ne!

Tudi v drugem delu naj bi po grlih steklo kar nekaj alkohola, brez zavor, ampak res povsem brez – izjema je le Tamara – naj bi znova stekla beseda o seksu, dogajanje na odru naj bi bilo včasih prav po žensko kaotično, nervozno ... So *Mame* slovenska različica *Žensk na robu živčnega zloma*?

O vzporednicah s filmom nismo razmišljale, drži pa, da *Mame* in *Še vedno mame* zelo realno prikazujejo, kako se ženske obnašamo takrat, ko se nas zbere več in v bližini ni pripadnikov moškega spola. V nasprotju z njimi smo se sposobne pogovarjati o zelo različnih temah – ko se zberejo moški, ti lahko govorijo le o nogometu in avtomobilih – in prav v teh temah in v načinu pogovora med nami na odru se prepoznajo in se bodo prepoznale številne gledalke. O *mamah* bi zato lahko govorila kot o stereotipu sodobne slovenske ženske srednjih let in povprečne mame obenem.

***Mame* na odru na primer nenehno govorijo o seksu. Je tako tudi v realnem življenju?**

Smeh. Ja, veliko govorimo o seksu in to zagotovo bolj sproščeno kot moški! Pustiva vendar, kolikokrat tedensko v resnici skočimo med rjuhe, a o spolnosti se ženske res veliko pogovarjamo in to povsem brez zavor.

Je Judita, lik, ki ga igrate v *Mamah*, tudi v drugem delu še vedno tako radoživa in misli na seks tako rekoč vedno in povsod – »na kavi, med intervjuji, v banki, na avtobusu«?

Še vedno je radoživa in še vedno se v svoji koži odlično počuti! Da je tudi seksualno privlačna, dokazuje njen novi in kar nekaj let mlajši partner, da tudi sama neizmerno uživa v seksu, pa dokazuje njena strma pisateljska pot navzgor in nagrada, ki jo prejme za ljubezenske romane in pornografsko literaturo.

Tako kot v prvem, naj bi bile tudi v drugem delu vloge skoraj matematično enakovredno razdeljene, a vendar bi, tako se vsaj zdi, lahko vašo Judito označili za glavno ...

Ne morem reči, da je moj lik glavni, lahko pa povem, da se mu v času, v katerem se odvija zgodba, zgodi največji preobrat, podobno kot se je v prvem delu to zgodilo Tamari, ki se je zlomila in priznala, da je splavila, ali Jeleni, ki je na zabavi rodila. Nismo želele, da bi katerikoli lik postal glavni, gledalec bo morda le dobil tak vtis, saj gre za pet žensk z zelo različnimi stališči in reakcijami nanje in v teh so nekatere bolj zadržane, druge pa le bolj glasne in zato na videz »glavne«.

Mame v *Še vedno mamah* so zdaj sedem let starejše, njihovi otroci so postali najstniki, nekateri srednješolci. Kako dolga je pravzaprav »kariera« mame?

Ko otrok postane najstnik, je vloga mame že v zatonu; otroci z mamami nočejo več na morje, ne povedo jim več vsega, zahtevajo svoj mir, mame pa so dobre le za kuhanje, pranje in »sponzoriranje«. V tem obdobju otrokovega odrasčanja se mame pogosto čutijo odrinjene, predvsem tiste, ki so vse svoje življenje dale za svoje otroke. V sebi nenadoma občutijo veliko praznino, ki jo poskušajo zapolniti na druge načine. Prav o tem govori komedija *Še vedno mame* – o tem, kako se ženske spopadajo s starostjo, kako v tem »mama svetu« postajajo osamljene, kako si bodo življenje uredile naprej. Ko življenje ženske ni več usmerjeno v otroke, se odprejo povsem druge teme.

Še vedno drži rek: majhen otrok – mali problemi, velik otrok – veliki problemi?

Nisem vzorčen primer, saj večjih težav razen zavijanj z očmi, jezikanja in stalnega zijanja v ekrane s svojima odrasčajočima sinovoma nisem imela (*potrka na les*). Če bi se morala odločiti za obdobje, ki mi je bilo kot mami pri odrasčanju sinov najboljše, je to prav zadnje obdobje; sinova postajata samostojna, z njima se lahko že o marsičem pogovorim, vesta, kaj so neumnosti in nevarnosti. Ja, bolj sta rasla, boljše mi je bilo z njima.

Še vedno mame potemtakem najprej govorijo o ženskah, šele nato o mamah?

Kaj pa je mama? Tudi mame so ženske, a jih zaradi materinstva prepogosto sprejemajo z nekakšnim posmehom: »Ona je pač mama.« Vse mame smo najprej ženske in imamo povsem enake težave, želje in potrebe kot ženske, ki nimajo otrok. Mame smo ženske!

Komedija *Še vedno mame* bo zagotovo postala uspešnica. Ste razmišljale, da bi nekoč napisale še tretji del, v katerem bi nastopile kot babice?

O tem smo se že pogovarjale, toda ker besedili temeljita predvsem na naših lastnih izkušnjah, doživetjih in peripetijah, bi v zgodbo o babicah težko vtkale del sebe. Vprašajte me čez dvajset let, takrat se bomo morda znova našle in napisale besedilo, primerno našim letom.

Dobro desetletje in pol ste zaposleni v Prešernovem gledališču Kranj, pred tem ste delali v Slovenskem stalnem gledališču v Trstu, gostujete v drugih gledališčih ... Kako ocenjujete delo v SiTi Teatru BTC?

Morda se sliši nenavadno, toda to gledališče ima več, kot imajo velika: odnosi so tu bolj osebn, zaposleni delajo s srcem in čeprav država SiTi Teatra finančno ne podpira in so sredstva, namenjena projektom, manj razkošna kot v institucionalnih gledališčih, delo tu poteka profesionalno. »Mame« se tukaj dobro počutimo in vemo, da bo vse, kar je povezano z našo uprizoritvijo – v velikih gledališčih včasih stvari uidejo iz rok – dobro opravljeno. Super je!

Miha Trefalt

NOVA SEZONA, NOVE PREDSTAVE, NOVI KONCERTI

Z začetkom oktobra je ponovno zaživel SiTi Teater BTC, ki ljubiteljem dobre komedije, izbrane glasbe in otroških pravljicnih junakov tudi v prihajajoči sezoni obljublja pester in osvežen program predstav in koncertov.

Poleg še vedno aktualnih predstav preteklih sezon (*Divjak*, *Ebola*, *Zgodovina selfi butla*, *TAK SI*, *Mame*, *Pijem, ker sem pač žejna*, *Staro za novo*, *Jamski človek* itd.) prihajajo na program nove komedije, med katerimi kot prvo omenjamo domačo produkcijo *Še vedno mame*, ki bo premiero doživela v začetku novembra. Gre za nadaljevanje uspešnice *Mame* z že poznano petčlansko igralsko zasedbo in novimi komičnimi situacijami, namenjeno tako starim navdušencem kot novim gledalcem.

V SiTi Teatru napovedujejo še novo komedijo izpod peresa Gorana Vojnovića, v kateri je sodelovanje že potrdil legendarni Janez Hočevar – Rifle. Na oder prihajajo tudi sveže predstave gostujočih gledališč, kot so stand-up komedija *Slaba družba* z Admirjem Baltićem, sladka komedija *Sladoled* z Zvezdano Mlakar in Ivo Krajnc in *Cucki*, uspešnica Mestnega gledališča Ptuj s Klemnom Slakonjo, Gojmirjem Lešnjakom – Gojcem in Nenadom Tokalićem.

SiTi Teater BTC je že peto leto zapored odprl vrata tudi za muzike željna ušesa. Koncertni cikel *SiTi za dobro musko* je s predstavitvijo novega albuma že otvorila kantavtorica Katarina Avbar, novo ploščo pa bo novembra predstavila tudi v glasbenem svetu vse bolj prisotna zasedba Moonlight Sky. V intimen ambient SiTi Teatra BTC se vrača tudi Big band RTV Slovenija, ki je za letošnji cikel BigBand@SiTi pripravil raznolik program šestih koncertov s številnimi gosti od Katrinas, Murata in Josea, Alenke Godec do Jurija Zrneca.

Stalnica programa ostajajo improvizacijske predstave *Maestro* (TM), v katerih se improvizatorji vsak mesec spopadajo za improprestol, in seveda *Sobotni dopoldnevi za najmlajše*, ki s poučnimi, z navihanimi in interaktivnimi predstavami že deveto leto zapored vsako soboto poskrbijo za kakovostno razvedrilo najmlajših obiskovalcev gledališča.



Uspešnica *Mame* bo novembra dobila nadaljevanje – komedijo z naslovom *Še vedno mame*.



sobota, 8.10., ob 20h

FOTR

monokomedija z Ladom Bizovičarjem

nedelja, 9.10., ob 20h

MULC ... VAS GLEDA

monokomedija z Bojanom Emeršičem

četrtek, 13.10., ob 20h

STARO ZA NOVO

komedija z Borisom Kobalom in Tinom Vodopivcem

petek, 14.10., ob 20h

PIJEM, KER SEM PAČ ŽEJNA

monokomedija s Polono Vétrh

četrtek, 15.10., ob 20h

NIČESAR NE OBŽALUJEM **NOVO**

monoigra z Metko Pavšič

nedelja, 16.10., ob 20h

JAMSKI ČLOVEK

monokomedija z Urošem Fürstom

torek, 18.10., ob 20h

ŽAN TETIČKOVIČ

koncert ob izidu albuma *The Port of Life*

četrtek, 20.10., ob 20h

SLABA DRUŽBA **NOVO**

monokomedija z Admirjem Baltićem

petek, 21.10., ob 20h

ZGODOVINA SELF BUTLA

monokomedija s Perico Jerkovičem

nedelja, 23.10., ob 20h

DIVJAK

komedija z Urošem Fürstom, Primožem Pimatom in Katarino Čas

torek, 25.10., ob 20h

MAESTRO™: ODPULJEN SPOPAD ZA IMPRO PRESTOL

improvizacijska komedija

četrtek, 27.10., ob 20h

EBOLA

gledališka video igra s Katarino Čas, Anžetom Zevnikom, Vidom Klemencem in Vidom Valičem

petek, 28.10., ob 20h

TAK SI

komedija s Klemnom Slakonjo in Tadejem Tošem

SOBOTNI DOPOLDNEVI ZA NAJMLAJŠE:

sobota, 8.10., ob 11h

113 – MALI OJOJ! **1000. PONOVIČEV**

lutkovna predstava za otroke od 3. leta

sobota, 15.10., ob 11h

MOJCA POKRAJČULJA

lutkovni mjuzikal za otroke od 2. leta

sobota, 22.10., ob 11h

PETER KLEPEC

lutkovna predstava za otroke od 2. leta

sobota, 29.10., ob 11h

ZACARANA BUČA IN ČAROVNIK URŠOLIN

igrana predstava za otroke od 3. leta

NAPOVEDUJEMO

nedelja, 6.11. ob 20h **PREDPREMIERA**

torek, 8.11. ob 20h **PREMIERA**

ŠE VEDNO MAME

nadaljevanje uspešnice *Mame* z Vesno Pemarčič, Tijano Zinajč, Nino Valič / Barbaro Medvešček, Vesno Slapar / Ajdo Toman in Ano Urbanc / Gorko Berden

BOGASTVO RASTLINSKIH OLJ

V času, ko debelost predstavlja resen problem, je veliko govora o tem, kako škodljive so maščobe. Pa vendar to ne velja za vse. Vsakodnevna uporaba nekaterih maščob je celo priporočljiva, a seveda v zmernih količinah in na način, ki ne povzroča spremembe v njihovi sestavi.

Pri izbiri olj moramo biti pozorni tudi na to, katero vrsto olja bomo uporabili za kakšen namen. Med cvrtjem in pri visokih temperaturah se namreč olje razgrajuje, oksidira, s tem pa nastanejo transmaščobne kisline, ki lahko škodujejo našemu telesu. Oksidirane maščobe v naših telesih razgrajujejo pomembne vitamine (nekateri B vitamini, vitamina A in E), zmanjšujejo absorpcijo hrane v črevesju in dražijo njegovo sluznico.

Zato bi morali izbiro olja za določen namen dobro pretehtati. Za solate so najprimernejša olja, pridobljena s praženjem semen (brez rafinacije), in hladno stiskana olja (na primer oljčno olje), medtem ko moramo za toplotno obdelavo, tudi pri višjih temperaturah (cvrtje), posegati po rastlinskih jedilnih oljih (na primer sončnično), ki so bila med postopkom rafinacije toplotno obdelana.

Kokosovo olje Bio Planet, 1 l; 18,59 €;
Ekošara Jablana, Tržnica BTC City, sever



Kokosovo olje
Pridobivajo ga s stiskanjem kokosa, sadeža kokosove palme, iz česar dobijo kokosovo maščobo. Kokosovo olje nastane iz kokosove maščobe s segrevanjem pri 24 °C. Znano je, da je odličen antioksidant, ki se izjemno obnese pri negi las, izboljša videz nohtov in kože, krepi imunski sistem, pomaga v boju z glivičnimi obolenji, uravnava holesterol v krvi in pomaga pri uravnavanju telesnih maščob in teže.

Olje oljne ogrščice, prehransko dopolnilo, 100 ml; 15,90 €;
Čebelarstvo in zeliščarstvo Vasič, Tržnica BTC City, sever



Oljna ogrščica – prehransko dopolnilo
Vsebuje prvotno alfa-linolensko kislino (ALA omega-3) v idealnem razmerju z linolno kislino (LA omega-6), vsebuje pa tudi veliko vitamina E. Pomaga pri optimalni absorpciji kisika v eritrocite, skrbi za pravilen srčni ritem, izboljša delovanje srčno-žilnega sistema, pomaga preprečevati debelost, z njo pa izgine tudi želja po mastni in sladki hrani, ker popolnoma zadovolji človeške potrebe po maščobnih kislinah.



Ekstra deviško oljčno olje Olyssos, 0,5 l; 6,47 €;
Ekošara Jablana, Tržnica BTC City, sever

Oljčno olje Terra Creta v kantici, 3 l; 29,90 €;
Oljčno olje Terra Creta v steklenički, 250 ml; 5,40 €;
Oljčno olje Terra Creta v steklenici, 500 ml; 7,50 €;
Čebelarstvo in zeliščarstvo Vasič, Tržnica BTC City, sever

Oljčno olje Vinakoper; 9,99 €;
Hiša refoška, Tržnica BTC City, jug



Oljčno olje
Izmed vseh oljčnih olj je najboljši in najbolj cenjen ekstra deviški oljčni olj, ki ga pridobivamo s prvim hladnim stiskanjem primerno zrelih plodov oljk – oliv. Poznamo še naslednja oljna olja: deviško, rafinirano, čisto, olje iz oljčnih tropin, rafinirano iz oljčnih tropin ter lahko in ekstra lahko. Olivno oziroma oljčno olje vsebuje veliko vitaminov E in K, železa ter omega-3 in omega-6 maščobnih kislin. Je lahko prebavljivo in pomaga pri boljši prebavi, znižuje krvni tlak, pomaga pri diabetesu, zmanjšuje tveganje za srčni infarkt, zaustavlja razvoj osteoporoze, varuje pred rakom na dojki, zvišuje raven HDL-a, dobrega holesterola itd.



Laneno olje Pečarič, 250 ml; 7,35 €;
Ekošara Jablana, Tržnica BTC City, sever

Laneno olje
Je bogat vir esencialnih maščobnih kislin, bogat vir omega-3 maščobnih kislin, vsebuje pa tudi pomembne sestavine, kot so fitosteroli, sistosteroli in fosfolipidi. Z njegovim uživanjem koža postane bolj gladka, povečata se imunska odpornost in raven energije, izboljša se hormonsko ravnoesje itd.



Konoplino olje, 250 ml; 12,06 €;
Čebelarstvo in zeliščarstvo Vasič, Tržnica BTC City, sever

Konoplino olje
Lahko je hladno stiskano nerafinirano (jedilno) ali rafinirano (uporaba za kozmetiko), oboje pa pridobivajo iz konopljinih semen. Vsebuje linolenske kisline ter omega-6 in omega-3 maščobne kisline. Pozitivno vpliva na preprečevanje bolezni srca in ožilja, odpravlja težave, ki se pojavijo kot posledice multiple skleroze in raka, itd.



Olje oljne ogrščice, hladno stiskano, 1 l; 11,00 €;
Čebelarstvo in zeliščarstvo Vasič, Tržnica BTC City, sever

Olje oljne ogrščice
100 % hladno stiskano, je blagega okusa in vsebuje veliko vitamina E, uravnoteženo razmerje med omega-3 in omega-6 maščobnimi kislinami ter veliko sestavin v manjših količinah (rastlinski steroli, folna kislina, polifenoli). Je zelo odporno na visoke temperature.



Svetlinovo olje Biotop, 200 ml; 16,05 €;
Ekošara Jablana, Tržnica BTC City, sever

Svetlinovo olje
Pridobivajo ga iz svetlina, divje rastline z lepimi, rumenimi cvetovi, ki prihaja iz Severne Amerike. Vsebuje gamalinolensko kislino (GLA) in je bogat vir vitamina E ter omega-3 in omega-6 maščobnih kislin. Lajša in odpravlja številne ženske težave, kožne bolezni in težave s sklepi, vpliva na boljše razpoloženje in odpravlja utrujenost, skrbi za lepšo kožo in lase, pomaga lajšati težave revmatičnega artritisa itd.



Gorčično olje Uncle Roy's, 500 ml; 19,50 €;
Ekošara Jablana, Tržnica BTC City, sever

Gorčično olje
Vsebuje veliko vitaminov (beta karoten, vitamini E, B in C), mineralov (selen, cink, fosfor, magnezij, kalcij in železo), kakovostnih beljakovin, ogljikovih hidratov ter omega-3, -6 in -9 maščobnih kislin. Ima antioksidativen in antikancerogen učinek, pomaga pri težavah z artritisom, osteoporozo, s ščitnico in z astmo, stimulira rast in obnovo las itd.



Ričkovo (totrovo) olje Bio Planet, 100 ml; 4,06 €;
Ekošara Jablana, Tržnica BTC City, sever

Ričkovo (totrovo) olje, 250 ml; 14,30 €;
Čebelarstvo in zeliščarstvo Vasič, Tržnica BTC City, sever

Totrovo ali ričkovo olje
Je bogato z omega-3 maščobnimi kislinami in vitaminom E, vsebuje tudi okoli 40 % polinenasičenih kislin, ki jih naše telo samo ne proizvaja. Priporočajo ga za lajšanje težav, kot so nizka odpornost, nespečnost, razdražljivost, želodčne težave, alergije in težave s kožo, bolezni srca in ožilja, predmenstrualne in klimakterijske težave, zniževanje holesterola in diabetes.



STE ŽE NAŠLI SVOJ OKUS?

V začetku maja letos so na prenovljenem južnem delu Tržnice BTC City zaživele lične kulinarične hiške pod imenom Novi okusi na Tržnici BTC City.

Središče dogajanja predstavljajo gostinski ponudniki v šestih hiškah, ki svojim gostom nudijo pestro in raznoliko kulinarično izkušnjo t. i. ulične prehrane. Obiskovalci lahko poskusijo različne specialitete: od vegetarijanskih, španskih, tajskih, do takšnih, ki v svojih sestavinah prisegajo na domačo, slovensko ponudbo. Lična ureditev Novih okusov je osvežila in poživila južni del Tržnice BTC City in hkrati lepo zaokrožila novo prometno ureditev BTC Cityja.

Hood Burger, Frks – sveže zavite dobrote, Top Dunaj'c, Chuty's, Radha Govinda in Španska vas – dobrote španskega podeželja vas vabijo, da jih obiščete vsak dan od ponedeljka do sobote med 10. in 21. uro.

HOOD BURGER Domač' krompirček

Hood Burger je prva novodobna burger restavracija v Sloveniji, ki širi kulturo hamburgerjev, deli svoj krompirček in srečo v družbi dobrih ljudi.

1 kg slovenskega krompirja
vsaj 1,5 l arašidovega olja
sol
sveže začimbe po želji

Krompir olupimo in ga razrežemo na vžigalice, krlje ali kolobarje, pomembno je le, da je ves krompir narezan enakomerno debelo. Sledi recept za približno na 1 cm debelo narezane palčke.

Narezan krompir položimo v posodo, ga prelijemo s hladno vodo in čez noč pustimo v hladilniku. Voda iz krompirja potegne odvečen škrob, olje pa bo med cvrtjem zapolnilo prostor, kjer je prej bil škrob, in poskrbelo za hrustljivo skorjico. Krompir odcedimo in osušimo. Cvrtnik ali posodo napolnimo z oljem vsaj do tretjine in segrejemo na dobrih 120 °C. Krompir cvremo postopoma, da posoda ni prepolna in da

temperatura olja ne pade. Posamezno rundo cvremo 7 minut, odvisno od debeline narezanega krompirja, tako da je krompir pečen in še vedno skoraj bel. Krompir odcedimo in položimo na kuhinjske brisače, da vpijejo odvečno maščobo.

Tako pripravljen krompir pustimo stati vsaj pol ure, da se ohladi – takšnega lahko pustimo čez noč v hladilniku ali 1 mesec v zamrzovalniku. Za dokončanje krompirčka segrejemo olje na 180 °C in po rundah cvremo 4 minute, spet odvisno od debeline narezanega krompirja. Krompirček pobiramo s penovko in polagamo na kuhinjski papir. Na koncu ga še dobro posolimo in po želji dodamo različne sveže začimbe.

TOP DUNAJ'C Top Lublan'c

V Top Dunaj'cu po ugodnih cenah dobite »Top Dunajce« vseh vrst, »fingerse«, govejo pečenko, pljučno pečenko, T-bone zrezke, najboljše čevapčiče, razne mesne in vegetarijanske solate, blejsko grmado po izvirnem receptu, nefiltrirano pivo Union ter kot novost tudi najboljši ljubljanski zrezek s pršutom in sirom. Vse je slovenskega porekla in sveže, posebnost je krompirjev in polnozrnat kvader (kruh), ki je unikaten domač izdelek.

30 dag purana
2 rezini pršuta
1 rezina sira Ementaler
1 jajce
0,5 dl mleka
10 dag drobtin
10 dag moke
peteršilj, sladka paprika, origano, česen v prahu
poper, sol, vegeta
0,5 l olja za cvrtje

Meso potolčemo, da dobimo večji zrezek, nanj položimo rezino pršuta, na pršut rezino sira in na to rezino sira še eno rezino pršuta. Vse skupaj zavijemo v rulado, ki jo s koncema spodvihamo tako, da nam sir in pršut med cvrtjem ne uideta. Vse skupaj povaljamo v moki, nato v jajcu, ki smo mu dodali mleko in

začimbe ter vse skupaj premešali, in nazadnje seveda v domačih krušnih drobtinah.

Lublan'ca pustimo nekaj časa počivati, da se napoji z jajčno mešanico, nato ga približno 12 minut – odvisno od debeline mesa – cvremo v vročem olju (170 °C).

Okusen Top Lublan'c, kot ga pripravljamo pri nas v Top Dunaj'cu, je pripravljen za orgazmične užitke.

FRKS Frks Mexico

Osnova Frksovega poslovanja je ponudba hitro pripravljene, sveže in zdrave prehrane. Trudijo se, da so jedi vedno polnega okusa, narejene z ljubeznijo, osebje pa nasmejana in veselo hitrega pogovora z obiskovalci. Vse Frksove dobrote – frkse, burgerje in solate – vedno pripravijo sveže iz skrbno izbrane zelenjave in mesa. Meso prihaja iz Slovenije, omake pa pripravljajo sami. Kuharji dobrote pripravljajo sproti, tako so vse sestavine brez konzervansov ali ojačevalcev okusov. Ne pretiravajo z maščobami, saj hrano pripravljajo brez cvrtja.

65 g tortilje
100 g piščanca
40 g zelene solate
30 g zelene paprike
30 g koruze
35 g fižola
40 g salse
40 g nacho sira

Tortiljo pogrejemo, nanjo položimo popečenega piščanca z žara, dodamo zeleno solato, narezano papriko, kuhano koruzo, kuhan fižol in vse skupaj prelijemo z rahlo pikantno salso in nacho sirom. Zavijemo in postrežemo.



SOUSTVARJAMO POZITIVNE ZGODBE

misija: **BTC CITY**
zeleno

Družba BTC v okviru družbene odgovornosti podpira več kot 200 izjemnih posameznikov in organizacij z raznolikih področij. Vsak dosežek orje ledino odličnosti, na kar smo v družbi izjemno ponosni. Tako smo z veseljem podaljšali sodelovanje z izvrstno judoistko in olimpijsko prvakinja Tino Trstenjak ter se veselili uspeha njenega športnega kolega Andraža Jereba v Zagrebu. Pozorno spremljamo zavidljive uspehe naše kolesarske ekipe BTC City Ljubljana, za varnost najmlajših kolesarjev pa skrbimo s pomočjo projekta Varno na kolesu. Mislimo tudi na okolje, zato smo v BTC Cityju Ljubljana odprli postajališča za souporabo električnih vozil in uvedli novo prometno ureditev.

S TINO TRSTENJAK DO OLIMPIJSKIH IGER 2020

Olimpijski ogenj v Braziliji je morda ugasnil, a športni uspehi bodo odmevali še dolgo. Tina Trstenjak, ki jo pri športnih podvigih podpira tudi družba BTC, je namreč postala olimpijska prvakinja. Da je za njo resnično uspešna sezona, priča tudi dejstvo, da se je 25-letna Celjanka poleg olimpijskega zlata okitila tudi z laskavima nazivoma evropske in svetovne prvakinja v kategoriji do 63 kilogramov, kar je tudi prva slovenska zlata medalja v judu na svetovnih prvenstvih. V družbi BTC s ponosom spremljamo Tinine uspehe, zato smo z vedno nasmejanom judoistko podaljšali sodelovanje, kar pomeni, da bomo njene podvige z veseljem podpirali do naslednjih olimpijskih iger v Tokiu 2020.

ANDRAŽ JEREB OSVOJIL ZAGREB

Izvrsten slovenski judoist Andraž Jereb, ki ga na športni poti podpira tudi družba BTC, je ponovno dokazal, da se trdo delo, potrpežljivost in vztrajnost bogato poplačajo, saj je v velikem slogu slavil na

tekmi svetovnega pokala v Zagrebu. Potem ko je v finalu ugnal izjemnega izraelskega nasprotnika Bauch Shmailova, si je v kategoriji do 66 kilogramov priboril prvo slavo v svetovnem pokalu, še pred tem pa na poti do finala suvereno vknjižil tri zmage. Andraž je tako ponovno dokazal, da slovenski športniki sodijo v sam vrh te borilne veščine.



Foto: Carlos Ferreira

PRVA ZMAGA BTC CITY LJUBLJANA NA WORLD TOUR

Članice ekipe BTC City Ljubljana se lahko pohvalijo z odličnimi rezultati na elitnih tekmovanjih. Barve naše ekipe so prvič zaznamovale najvišjo stopničko na prestižnem ženskem kolesarskem tekmovanju World Tour. Dirka GP Plouay je ob veliki množici navijačev potekala na zahtevni, 121-kilometrski trasi, na kateri je Eugenia Bujak prehitela vso konkurenco in si priborila prestižno zmago. Na drugem koncu sveta je brazilsko sonce očitno ustrezalo Poloni Batagelj, ki je na cestni preizkušnji na olimpijskih igrah osvojila 32. mesto. Poleg Polone so na olimpijadi nastopile tudi druge članice ekipe BTC City Ljubljana: Azerbajdžanka Olena Pavlukhina, Avstrijka Martina Ritter in Poljakinja Anna Plichta. Uspehe naše ekipe je zaokrožila Mía Radotić z zmago na letelih ciljnih na dirki La Madrid Challenge by la Vuelta, ženski različici odmevne španske kolesarske preizkušnje Vuelta.

ZA VEČJO VARNOST NAJMLAJŠIH KOLESARJEV

Z novim šolskim letom je družba Butan plin skupaj s partnerji, ki se jim pridružuje tudi družba BTC, ponovno pognala kolesje razpisa Varno na kolesu, namenjenega šolarjem, ki se pripravljajo na kolesarski izpit. V okviru projekta bodo otroci opazovali šolske poti in prepoznali nevarne odseke na svoji poti v šolo, prav tako pa bodo razmišljali o kolesu kot zdravju in okolju prijaznem prevoznem sredstvu. Na razpisu, ki poteka že peto leto zapored, je do sedaj sodelovalo več kot 7.000 učenc in učencev iz več kot 200 osnovnih šol iz vse Slovenije.

TRAJNOSTNA MOBILNOST ZA ŠE BOLJ ZELENO PRESTOLNICO

V BTC Cityju Ljubljana smo odprli štiri nova postajališča za souporabo električnih vozil, vključenih v »car sharing« sistem Avant2Go. Za uporabo sistema, ki zaradi večje izkoriščenosti vozila zmanjšuje prometne zastoje, uporabniki potrebujejo zgolj veljavno voziško dovoljenje in aplikacijo na pametnem telefonu. Prav tako BTC City Ljubljana uvaja nov prometni režim, po katerem ulice skladno s konceptom skupnega prometnega prostora prehajajo v širšo uporabo za vse udeležence v prometu, tudi za pešce in kolesarje. Projekti trajnostne mobilnosti družbe BTC sledijo globalnim smernicam trajnostnega razvoja, hkrati pa podpirajo prizadevanja za trajnostni razvoj v okviru projekta Zelene prestolnice Evrope 2016.

www.misijazeleno.si

LEPIH ROK IN NOG NAOKROG

Stopala, noge ter roke so med najbolj izpostavljenimi deli telesa, zato potrebujejo posebno nego.

Veliko ljudi ima težave z nogami in s stopali, pestijo jih krčne žile ter posledično utrujene noge. Te težave lahko v določeni meri ublažimo sami, pomaga gibanje, nošenje kompresijskih nogavic ter masaža s posebnimi zeliščnimi kremami, ki blažijo pojav utrujenih nog.

Tudi stopala potrebujejo posebno nego, potrebno je odstranjevati trdo kožo oziroma mazati stopala z vlažilnimi kremami, da do pojava trde kože sploh ne pride.

Roke so pozimi izpostavljene neugodnim vremenskim razmeram, zato jih je potrebno vlažiti in negovati z negovalnimi kremami, ki preprečijo izsušeno ter razpokano in pekočo kožo.

BOTTEGA VERDE

Dvorana A, visoko pritličje

Valjček za pedikuro z diamantno glavo; 39,99 €
Piling za suha stopala; 13,99 €
Argan – hranilna krema za nego rok; 11,99 €;
Čilenska vrtnica – krema za nego rok in nohtov; 11,99 €
SOS krema za noge in pete, 25 % Urea; 12,99 €



TOSAMA BELA ŠTACUNCA

Dvorana A, visoko pritličje



Zeliščna kopel Fusskraft; 8,65 €
Negovalna krema za roke Eubos; 11,17 €
Zaščitna krema Anios; 5,93 €
Balzam za zaščito pred vetrom in mrazom; 10,69 €
Lahkonog dobrodejna krema Lekovita; 15,89 €

JABLANA

Tržnica BTC City, sever

Dermontana, posip za čiščenje in nego oboleni kože; 5,10 €
Večnamenska antiseptična krema; 15,10 €
Olje čajevca (protiglivično delovanje); 7,50 €



NORTH

Tržnica BTC City, sever

Krema iz planike za nego kože; 11,65 €
Venina; 12,50 €
Ognjičevo mazilo za nego kože; 11,65 €
Gel divjega kostanja; 11,65 €
Kostanjeva krema; 11,65 €



KOZMETIČNI SALON BJUTIK

Ob nakupu paketa 6 IPL tretmajev, 2 dodatna tretmaja brezplačno.

Ponudba velja do 31. oktobra 2016.



V prijazni, strokovni in trendovski oazi kozmetičnega salona Bjutik ponujajo različne vrste nege obraza in telesa. Razvijate se lahko s pedikuro in manikuro (Jessica in shellac) ali pa si privoščite sodobno LPG masažo za odstranjevanje celulita, za ljubitelje poletnega videza pa sta na voljo tudi porjavitev Fantasy Tan in po novem tudi trajno odstranjevanje dlavic po metodi IPL. Za kozmetične storitve skrbijo z izbranimi izdelki vrhunske francoske znamke Thalgo.

Vodno mesto Atlantis
T: 040/681 833, bjutik.si

CENTER ZDRAVJA IN LEPOTE IMPERIJA

Klasična* ali medicinska pedikura in lakiranje: 20 €.**

*Doplačilo za permanentno lakiranje: 8 €.

**Doplačilo za sponko proti vraščanju nohta: 20 €.

Ponudba velja do 31. decembra 2016.



Prijeten prostor in prijazno ter strokovno osebje Imperije ponujata celo vrsto storitev za lepoto in sprostitev. Privoščite si prilagojeno nego obraza, fotopomlajevanje z IPL laserjem ali pa trajno odstranjevanje dlak. Lepa stopala so znak urejenosti, v primeru težav pa je najbolje, da jih prepustite izkušeni pedikerki. Ta bo poskrbela, da bodo vaša stopala ponovno zasijala v vsej svoji lepoti.

Dvorana Mercurius
T: 051/444 299, www.imperija.si

PEDIPROF

10-odstotni popust na estetsko in medicinsko pedikuro.

Kupon velja do 31. oktobra 2016.



Ker so stopala najbolj obremenjen del človeškega telesa, jih je potrebno negovati skozi celo leto. Med obiskom BTC Cityja si vzemite čas zase in se prepustite strokovnjakom za estetsko in medicinsko pedikuro ali pa si privoščite manikuro z naravnimi ali s permanentnimi laki. Za dobro počutje poskrbijo z izdelki za nego rok in nog Akileine, v jesenskem času pa priporočajo naravni sistem za učvrstitev nohtov IBX. Za vse, ki še ne veste, kaj bi podarili svojim najdražjim, so na voljo tudi darilni boni.

Dvorana A, visoko pritličje
T: 041/550 334

BARVITA JESEN

Medtem ko nas že razveseljujejo obarvani listi in pečeni kostanji, so uvod v barvito jesen dodatno popestrili številni dogodki v BTC Cityju Ljubljana. Konec poletja smo proslavili s sprejemom slovenske olimpijske reprezentance. Poletje se je poslovilo, za visoke temperature pa je v začetku septembra v Vodnem mestu Atlantis poskrbel izbor Miss Slovenije. Za naslov se je na finalni prireditvi potegovalo 12 deklet iz vse Slovenije, laskavi naziv pa bo letos nosila Maja Taradi, ki je bila v finalnem izboru poleg Miss Slovenije imenovana še za Model Atlantisa. Konec septembra so zaznamovali inovativni poslovneži, ki so na Lidlovem inovativnem vikendu v sodelovanju z ABC pospeševalnikom s pomočjo kreativnih idej reševali poslovne izzive. Ljubitelji kulinarike so na svoj račun prišli zadnji vikend septembra, ko je Tržnica BTC City gostila vseslovenski Festival buč. Za lažji prihod v šolske klopi in popoln začetek novega šolskega leta pa smo poskrbeli s sejmom rabljenih šolskih učbenikov. Vse barvite utrinke pisane jeseni v BTC Cityju Ljubljana si oglejte v fotogaleriji.



Zatopljene v izziv



Veliko zanimanje za bučne jedi



Zmagovalna ekipa FANTastic_4



Zmagovalci tekmovanja za največjo, najmanjšo in najbolj zanimivo bučo



Peter Kauzer, Tina Trstenjak in Vasilij Žbogar



Vsi olimpijci skupaj



Zabava z Magnificom



Zlata Tina Trstenjak v družbi podpornika Jožeta Mermala (predsednika uprave družbe BTC)



BTC – BUTIČNI TOFOV CENTER

Oblegan predsednik

Posebni »paparac« Vodnika je tokrat zasledoval predsednika uprave družbe BTC, gospoda Jožeta Mermala, in ugotovil, da je poslovno uspešen tudi v prijetni družbi. Na tednu mobilnosti pred magistratom mu je vse skrivnosti električnih taksijev razložila ljubljanska podžupanja Tjaša Ficko, na sprejemu olimpijske reprezentance v BTC Cityju pa je srebrna plavalka Sara Isaković predsedniku Mermalu pojasnila tehniko plavanja, ki zagotavlja, da se v vsakem trenutku obdržiš nad vodo.



Tjaša Ficko (podžupanja MOL) in Jože Mermal (predsednik uprave družbe BTC)



Jože Mermal (predsednik uprave družbe BTC) in Sara Isaković

Dvojni naslov za Miss Slovenije

V Vodnem mestu Atlantis je v Termalnem templju spet potekal izbor za najlepšo Slovenko. Komisija, ki ji je predsedoval direktor Atlantisa Miha Rakar, je za najlepšo v deželi tej izbrala 25-letno Ljubljanko Majo Taradi – Miss Slovenije za Miss Sveta. Izjemna lepotica Maja pa je bila izbrana tudi za model Atlantisa, kar dokazuje, da lahko Vodno mesto predstavljajo le najlepše Slovenke.



Miha Rakar (direktor Atlantisa in ŠC Millenium) in model Atlantisa Maja Taradi



Lepotice so se z odločnimi koraki podale v svet slave

Sejem rabljenih učbenikov

V prvih septembrskih dneh je na Trgu mladih spet potekal sejem rabljenih učbenikov. Zanimanje je bilo izjemno, opazili pa smo, da so – še posebej mladi – več prodajali, kot pa kupovali. Tako so lahko že zelo zgodaj spoznali, da se trženje znanja kar izplača.



navdih
urejenega
doma



FESTIVALSKA
CENE
do 50%

festival
preprog



SALON CREATINATM

BTC City Ljubljana
dvorana 2
in dvorana A
www.creatina.si



FESTIVAL NAKUPOV IN ZABAVE BTC CITY LJUBLJANA

SOBOTA, 15. OKTOBER - NEDELJA, 16. OKTOBER



NAGRADNA IGRA
V VREDNOSTI 3.000 EUR
DARILNIH BONOV
BTC CITY

SITITEATER:
PREDPREMIERNA
PREDSTAVITEV
MONOKOMEDIJE
SLABA DRUŽBA,
V IZVEDBI ADMIRJA
BALTIČA

**ŠTORKOVO
OTROŠKO IGRIŠČE**
BABY CENTER

RITMIČNA
GIMNASTIKA

FOTO
KOTIČEK



ZNANI OBRAZI:
SAMUEL LUCAS
MIŠO KONTREC
JANA ŠUŠTERŠIČ



BREZPLAČNO
LIČENJE



TENIS SLOVENIJA
SE PREDSTAVI



PRAVO DRŠALIŠČE
I-LUCKY LAND

**PREIZKUS VOZNIH
SPOSOBNOSTI**
Z NAPREDNIM
SIMULATORJEM VOŽNJE
ZAVAROVALNICE
TRIGLAV

PLES
MASKOT



DOŽIVITE
IZKUŠNJO Z AVANT2GO
NAJBOLJ VROČO
MOBILNOSTJO TA HIP

POLICIJA SE
PREDSTAVI

KOLO
SREČE

USTVARJALNE
DELAVNICE
"NOČ ČAROVNIC"



OKUSI NA TRŽNICI

"FLASH MOB"

ČAROVNIK
ALEKSANDER

MODNA REVIJA

NE SPREGLEJTE POPUSTOV!

Od petka, 14. 10. 2016, bodo popusti objavljeni na www.btc-city.com/FNZ, lahko pa jih prejmete tudi po elektronski pošti z naročilom na eČasopis na www.btc-city.com/FNZ.

Več o programu in pravilniku nagradne igre Festivala nakupov in zabave na www.btc-city.com/FNZ

Delovni čas trgovin: sobota, 15. oktober od 9. do 21. ure in nedelja, 16. oktober od 9. do 15. ure.

Delovni čas Tržnice: sobota, 15. oktober od 7. do 17. ure in nedelja, 16. oktober od 9. do 15. ure.