

VODNIK

Številka 3, letnik 22

MAREC 2013

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

OTROCI OBLECIMO MATURANTA VELIKA NOČ



UVODNIK3



Maja Oven
odgovorna urednica

ZA POPOTNICO OTROKOM

Ko sem pred dnevi skozi okno pisarne opazovala starše, kako skupaj s hčerami ali sinovi, skorajšnjimi maturanti, hitijo od trgovine do trgovine, v kateri naj bi našli maturantsko obleko, jemajočo dih tako sosedom kot sošolcem, sem nehotе pomislila, ali je dolga šelesteča obleka s pripadajočimi svilenimi čevlji, za katero bo treba odšteti kar nekaj denarja, res tisto, kar naj bi starši podarili otroku na enem od prvih korakov k zrelosti? Ali bo ta obleka res nadomestila vse, kar je bilo zaradi pomanjkanja časa pri čustvih in vzgoji zamujeno?

Otroci potrebujejo veliko naše ljubezni in našega prostega časa. Ljubezni zato, da bodo zrastle v čustveno zrele mladostnike ter nato v pozorne partnerje in ljubeče starše, čas pa zato, da jim privzgojimo pozitiven odnos do kulture, umetnosti in športa ter jim približamo izpolnitvene in moralne vrednote. Rada se spominjam let, ko sta bili moji (danes že odrasli) hčeri še majhni: v času porodniškega dopusta se je svet okoli mene ustavil in zavedala sem se, da se še nikoli nisem imela tako lepo, ter sem se neizmerno zabavala ob igranju in ustvarjanju z njima. Tudi pozneje sem jima posvetila veliko svojega časa. Če ga nismo skupaj preživljale na vrtu naše hiše na obrobju mesta, smo ga v hlevu pri kmetu, kamor smo hodile po mleko, ali pa v živalskem vrtu, ki smo ga kar nekaj let obiskovale tudi trikrat tedensko (od tod silna ljubezen do živali pri mlajši hčeri). Materialna plat je v življenju pomembna, vendar nikoli pomembnejša od časa, ki ga posvetiš tistim, ki jih imaš rad. Otroke je treba spodbujati k letenju do ciljev s čim manj padci. Tako počasi pridobivajo tudi življenjsko modrost, ki jo lahko izkoristijo na poti odrasčanja in dozorevanja.

Ker si tudi v BTC Cityju želimo, da bi bilo življenje otrok kar najbolj srečno, njim, prav tako tudi njihovim staršem, posvečam to številko Vodnika. V njej predstavljamo Otroški center Beti in Cej, v katerem bodo vzgojiteljice v času vaše službe ali opravkov poskrbele za varstvo vaših otrok; otrokom namenjamo tudi rubriko Gurne do receptoma, ki bosta do teka pripravila še tako izbirične jedce; v rubriki Atlantis delimo izkušnje z mamo Barbaro o njeni sedemčlanski družini in plavanju; v nadaljevanju vam svetujemo, kako obleči maturanta; namesto vas pa smo pobrskali še po policah naših trgovin ter izbrali nekaj izdelkov, s katerimi bosta priprava hrane in okrasitev velikonočne mize okusnejši in zabavnejši.

Želim vam prijetne velikonočne praznike, dela prosti dan pa izkoristite za druženje in veselje z otroki, še posebej najmlajšimi.

VSEBINA

5 AKTUALNO NOVOSTI



6 AKTUALNO DRUŽBENO ODGOVORNO



9 VODNO MESTO ATLANTIS PRAZNUJTE Z NAMI



10 PRAZNUJEMO 2. OBLETNICA OTROŠKEGA CENTRA BETI IN CEJ



11 INTERVJU BILJANA ZEROSKA STANOVNIK



12 – 13 STIL OBLECIMO MATURANTA



15 REPORTAŽA EN NALET VIŠJE



16 – 17 TREND VELIKA NOČ



19 TRŽNICA BTC UGODNA PONUDBA



21 GURME ZDRAVA OTROŠKA PREHRANA



22 DRUŽABNO PESTRO FEBRUARSKO DOGAJANJE



23 SITI TEATER POMLADNE CVETKE



BTC CITY / DELOVNI ČAS

INFORMACIJE 01/585 22 22 // www.btc-city.com

Trgovsko središče // ponedeljek–sobota: 9.00–20.00

Tržnica BTC // ponedeljek–petek: 8.00–19.00 / sobota: 7.00–18.00

Vodno mesto Atlantis // vse dni v letu: 9.00–23.00

Športni center Millenium // ponedeljek–petek: 7.00–23.00 / sobota, nedelja in prazniki: 8.00–23.00

Do konca leta ob nakupu mobitela v paketih Povezani 2000 in 2400. Akcija traja do 30.4.2013.**

Sony Xperia T
Paket Povezani 2000 in Povezani 2400
Akcijaska cena na obroke
24 x 16€*

HTC Desire X
Paket Povezani 2000 in Povezani 2400
Akcijaska cena na obroke
24 x 7€*

Nokia Lumia 820
Paket Povezani 2000 in Povezani 2400
Akcijaska cena na obroke
24 x 15€*

Samsung Galaxy Ace 2
Paket Povezani 2000 in Povezani 2400
Akcijaska cena na obroke
24 x 7€*

V paketu **Povezani 2000** z mesečno naročnino 23 EUR je do konca leta vključenih kar **1000 minut klicev v omrežje Mobitel** in **1000 minut klicev v ostala slovenska omrežja, 1000 SMS/MMS sporočil in 1000 MB podatkov**. Tudi v paketu Povezani 2400 z mesečno naročnino 30 EUR vam količine vključenih storitev podvojimo do konca leta. Akcija traja do konca aprila 2013.**

* Akcijska ponudba velja ob sklenitvi/podpisu naročniškega razmerja za storitve Mobitel za 24 mesecev z obročnim plačilom kupnine za napravo v 24 enakih zaporednih mesečnih obrokih v znesku 7 EUR (24 mesecev po 7 EUR, skupaj 168 EUR za Samsung Galaxy Ace 2 in HTC Desire X) ali v znesku 15 EUR (24 mesecev po 15 EUR, skupaj 360 EUR za Nokia Lumia 820) ali v znesku 16 EUR, skupaj 384 EUR za Sony Xperia T), ki se zaračunajo na osnovi računa za telekomunikacijske storitve. Velja za vse, ki imate veljavnega Anexa (UMTS-B: 14.2009 vs. UMS-B: 14.2013) Povezani (24 mesecev) ali samostojnega Anexa (GSM-B: 16.2009 vs. GSM-B: 16.2013) Povezani (24 mesecev) ali UMS-B: 17.2013 (24 mesecev) ali UMS-B: 18.2011 (24 mesecev) ali UMS-B: 19.2012 (24 mesecev) in izpolnjujete ostale pogoje. V akciji ponudbi so količine naprav omejene. Več o obročnem plačilu naprav na obroke v Pogojih akcijskega nakupa naprav na www.mobitel.si.
** Telekom Slovenije, d.d., omogoča novim ali obstoječim naročnikom storitve Mobitel v obdobju od 1. 3. 2013 do 30. 4. 2013 sklenitvi naročniškega razmerja za naročniški paket Povezani 2000 in Povezani 2400 z dvignimi količinami do 31. 12. 2013. Naročniško razmerje za Povezani 2000 lahko sklene le fizična oseba, naročniško razmerje za Povezani 2400 pa lahko sklene fizična oseba, pravna oseba, samostojni podjetnik ali druga fizična oseba, ki opravlja poslovno dejavnost. Pogoji za pridobitev dvojnih količin izbranih paketov in nakup subvencioniranega mobitela v obdobju od 1. 3. 2013 do 30. 4. 2013 ob sklenitvi/podpisu naročniškega razmerja za naročniški paket Povezani 2000 ali Povezani 2400 za 12 ali 24 mesecev v skladu s pogoj akcijskega nakupa naprav, ki so objavljeni na spletni strani www.mobitel.si. Dvojni količine izbranih paketov bodo upravičeni naročniki na voljo v promocijskem obdobju do 31. 12. 2013. Paket Povezani 2000 z dvignimi količinami do 31. 12. 2013 vključuje 4.000 enot storitev, od tega 1.000 minut klicev in videoplice v omrežje Mobitel, 1.000 minut klicev in videoplice v ostala slovenska omrežja, 1.000 sporočil SMS/MMS in 1.000 MB paketnega prenosa podatkov, za ceno 23 EUR mesečno. Paket Povezani 2400 z dvignimi količinami do 31. 12. 2013 vključuje 4.800 enot storitev, od tega 1.200 minut klicev in videoplice v omrežje Mobitel, 1.200 minut klicev in videoplice v ostala slovenska omrežja, 1.200 sporočil SMS/MMS in 1.200 MB paketnega prenosa podatkov, za ceno 30 EUR mesečno. Vključene količine veljajo za storitve, opravljene v domačem omrežju Mobitel v okviru enega obračunskega obdobja. Navedene količine se ne prenašajo v naslednje obračunske obdobje. Za obračun velja interval 60/1, kar pomeni, da se prvi minuta obračuna v sekundi, naslednji pogovor pa po sekundah. Cene pogovornih in videoplicev veljajo za količino in Prodajni ponudbi Povezani 2000 in Povezani 2400 so objavljeni na www.mobitel.si. Pri sklenitvi naročniškega razmerja zaračuna Telekom Slovenije, d.d., naročniku priključno takso v višini 1,87 EUR v primeru spremembe iz obstoječega naročniškega paketa v paket Povezani 2000 ali Povezani 2400 zaračuna Telekom Slovenije, d.d., naročniku enkratni znesek v višini 9 EUR. Silke so simbolične. Cene so navedene v EUR in vključujejo DDV. Količine mobitelov so omejene. Telekom Slovenije, d.d., si pridržuje pravico do spremembe cen in pogojev. Za dodatne informacije obiščite najbližji Telekomov prodajni center, www.mobitel.si ali pokličite Center za pomoč uporabnikom na 041 700 700 ali 080 80 80.

WWW.MOBTEL.SI



Fotografija na naslovnici:
lokacija: igralnica Mothercare,
oblačila: Mothercare
frizure: Frizerski salon Mali
fotografija: Aljoša Rebolj

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:** Janez Vidrih, Nait d. o. o. **UREDNIK FOTOGRAFIJE:** Aljoša Rebolj **STALNI SODELAVCI:** Miha Trefalt, Sara Bogomolec, Anja Oven, Tina Oven, Maj Pavček **LEKTORICA:** Nuša Mastnak **OGLASNO TRŽENJE:** BTC d. d., Šmartinska 152, Ljubljana, matc.zehelj@btc.si **IZDAJATELJ** BTC d. d., Šmartinska 152, Ljubljana **TISK:** Delo, d. d., Tiskarsko središče **NAKLADA:** 150.000 izvodov **DISTRIBUCIJA:** Delo, d. d., Žurnal Media, d. o. o.

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

Triglav komplet



- ✓ Že dve avtomobilski zavarovanji sta Triglav komplet.
- ✓ Več zavarovanj združite v Triglav komplet, več prihranite.
- ✓ Skupni popust izkoristijo vsi člani Triglav kompleta.

**Več zavarujem,
več privarčujem.**



Vse bo v redu.

triglav

www.triglav.si

OTROŠKA OBUTEV v ŠTEVILKAH 0-31 VIZBRANIH TRGOVINAH



COLOR KIDS

Fantovski športni copati
Flash (vel. 20-26).



pediped
grip-go

Balerinke
Sadie Pink (vel. 19-23).



Nike

Fantovski športni copati
Pico (vel. 21-27).



COLOR KIDS

Dekliški športni copati
Flash (vel. 20-26).



pediped
grip-go

Fantovski športni copati
Jones Grey (vel. 19-23).



adidas

Dekliški športni copati
Snice II (vel. 21-28).

**BABY
CENTER**

www.babycenter.si

AKTUALNO

www.btc-city.com

NOVOSTI

5

BLAGOVNICA MASS ODPRTJE PRENOVLJENE TRGOVINE

Prenovljena blagovnica MASS v BTC Cityju Ljubljana bo svoja vrata predvidoma odprla 21. marca. Največja trgovina obute v Sloveniji bo odslej še sodobnejša, obutev v njej pa kot vedno modna in kakovostna. Pozdravila vas bo tudi nova kolekcija pomlad-poletje 2013.

Blagovnica Mass / Dvorana 7
01 586 44 10 / www.mass.si



COCOZEBRA ZAPESTNICE CRUCIANI – MODNI DODATEK S SPOROČILOM

Ljubke in očarljive čipkaste umetnine, zapestnice Cruciani, s svojimi skrbno izbranimi barvnimi odtenki in sporočili (ljubezen, sreča, svoboda, neskončnost so le nekatera izmed njih) krasijo zapestja mladih po vsem svetu, vse bolj pa se nad njimi navdušujejo tudi imena iz sveta slavnih. Čaru maleda talismana se ni mogel upreti niti korejski zvezdnik PSY, ki je v kolekcijo zapestnic Cruciani dodal novo You Star; Gangan Cruciani style je že osvojil urbana plesišča. Zapestnice Cruciani razveseljujejo ne glede na spol in starost. Zakaj bi se upirali? Izberite zapestnico zase ali za darilo in uživajte v lastnem, unikatnem izboru – najmanj dveh.

Trgovina Cocozebra / Dvorana A (pritličje)
www.cocozebra.com



MALA MALI - MALA USTVARJALNICA, MALA KAVARNICA, MALI SALON

Mala Mali je skupno ime za koncept, v katerem so na enem mestu združili aktivnosti, ob katerih lahko družine, otroci do 14. leta, očki in mamice, bodoče mamice, dedki in babice, varuške in vsi ostali v prijetnem okolju preživljajo svoj prosti čas. V okviru Mala Mali delujejo Mala Ustvarjalnica (velika in moderno opremljena otroška igralnica, v kateri izvajajo tudi inovativni koncept ustvarjalnih delavnic po načelih pedokinetike), Mala Kavarnica (kjer pripravljajo otroške zajtrke, otroško kavico, prigrizke, toast, rogljičke, vedno je na voljo sveže sadje, pa piškotki, razvijate se lahko tudi z dobro pra-

vo kavo ali vročo čokolado, pripravijo vam tudi vse potrebno za praznovanje rojstnega dne) in vrhunski frizerski salon Mali, ki ima že dolgoletno tradicijo, vsaki stranki pa postrežejo tudi kavo ali čaj iz naše kavarnice. V salonu so poseben kotiček namenili tudi najmlajšim strankam.

Mala Mali / Dvorana 10 - Mothercare
Mala kavarnica 041 789 554
Frizerski salon Mali 040 128 082



DRUŽBENO ODGOVORNO6

BTC ZA PORODNIŠNICO NA MADAGASKARJU

Katarina Šabič, ki je v letih 2009–2011 na Madagaskarju pri očetu Pedru Opeki kot medicinska sestra prostovoljka sodelovala v tamkajšnji bolnišnici in porodnišnici, se v letošnjem letu ponovno odpravlja na Madagaskar. Tokrat se je odločila, da bo ob tem izvedla dobrodelni projekt za zbiranje sredstev za gradnjo porodnišnice na Madagaskarju. Na pot se bo odpravila s kolesom, za zbiranje donacij pa je zasnovala posebno spominsko knjigo, v katero lahko vsakdo zapiše dobro misel oz. posvetilo očetu Pedru Opeki, Malgašem ali njej. Knjiga bo s Katarino »kolesarila« vse do Madagaskarja, zbrane donacije pa se bodo prek Misijonskega središča Slovenije po Katarininem prihodu na Madagaskar nakazale na račun Akamasoe, združenja, ki ga vodi oče Pedro Opeka. V spominsko knjigo smo se s pozitivno mislijo in donacijo vpisali tudi v družbi BTC.



PROGRAM BTC CAMPUS ZA POMOČ MLADIM PRI ISKANJU PRVE ZAPOSLOTITVE

V februarju je zaživel izobraževalni program BTC Campus. Gre za iniciativo BTC za pomoč mladim brezposelnim pri iskanju zaposlitve. Mladi bodo v programu pridobili dodatna znanja, napotke in usmeritve, ki jim bodo v pomoč pri iskanju zaposlitve ali pa na začetku samostojne podjetniške poti. V BTC so k sodelovanju povabili Zavod RS za zaposlovanje, da je izbral prvo skupino 30 udeležencev, ki bodo sodelovali v BTC Campusu. Program, ki bo potekal tri mesece in ga bo sestavljalo 12 programskih modulov, bodo izvedli strokovnjaki Centra poslovne odličnosti Ekonomske fakultete v Ljubljani.



SPODBUJAMO PRIJATELJSTVO

V Sobivanju – Društvu za trajnostni razvoj so zasnovali projekt oziroma natečaj, ki so ga poimenovali Spodbujamo prijateljstvo. Z natečajem želijo otroke v vrtcih in osnovnošolce spodbuditi k pozitivnemu razmišljanju o odnosu do vrstnikov, prijateljev in domačih, kar je še posebej pomembno v današnjih kriznih časih. Oddelki oziroma otroci, ki se bodo natečaja udeležili, so povabljeni, da rišejo, pišejo, lahko tudi fotografirajo na temo spodbujanja prijateljstva, medsebojne pomoči, igranja ... Natečaj poteka do 24. aprila, zaključni dogodek z odprtjem priložnostne razstave pa bo 15. maja v spodnji etaži Emporijuma v BTC Cityju Ljubljana. V Sobivanju – Društvu za trajnostni razvoj sprejemajo izdelke do 24. aprila na naslovu: Društvo Sobivanje, Cesta v Kleče 9, 1000 Ljubljana ali na e-naslovu info@drustvo-sobivanje.si. K projektu je kot partner pristopila družba BTC, ki tudi sama že vrsto let izvaja ali pa sodeluje pri izvedbi projektov s področja trajnostnega razvoja.



Delavnice in zabava z Beti in Cejem v kleti Dvorane A Vsako soboto od 11. do 13. ure

- **23. marec MAMA, RADA TE IMAM**
Zgodba o veliki ljubezni vseh mamic in ustvarjanje darile za mamice – poslikava na porcelan.
- **30. marec VELIKA NOČ**
Ustvarjanje zajčkov, košaric in piščančkov iz eko-gline.
- **6. april PREBUJANJE NARAVE**
Ustvarjanje drevesa sreče iz kartona, poslikava lončkov in sajenje rožice.
- **13. april ROŽE IN ZELIŠČA**
Spoznavanje različnih rož in zelišč ter izdelovanje magnetkov v obliki rožic.

Poiščite še več dogodkov na: www.btc-city.com/dogodki

2. rojstni dan Otroškega centra Beti in Cej Sobota, 23. marec od 16. do 18. ure v Spodnji etaži Emporijuma

- Zabava s torto
- Delavnica o pripravi zdravih obrokov
- Izdelovanje daril za mamice

PRIDITE V OTROŠKI CENTER BETI IN CEJ IN SKUPAJ BOMO POSKRBELI ZA NEPOZABNO ZABAVO!

Število prijav je omejeno. Prijave za rojstni dan sprejemamo na e-pošti: info@otroski-center.si oz. na **040 454 454** ali **040 454 447**.



NAKUPOVANJE

VABLJENI V DVORANO A, KJER SO V VEČ KOT 190 TRGOVINAH ŽE PREDSTAVLJENE SPOMLADANSKE KOLEKCIJE.

Pri nakupu naj vas vodijo letošnji modni trendi:

- barvno in urbano
- črte, vzorci in čipke
- pretirani volumni

NAGRADNA IGRA

»Shop till you drop«

Z limuzino bomo tebe in tvoje tri prijatelje pripeljali v BTC City. Imeli boste 30 minut časa in 600 EUR žepnine, da osvežite svojo garderobo. Vam bo uspelo?

Več o nagradni igri na www.facebook.com/BTCCity.

Uradni prevoznik spomladanske preobrazbe: www.najemi-limo.si

Sponzorji:



TO JE MOJE MESTO!

WWW.BTC-CITY.COM

PRAZNUJTE Z NAMI!

A family portrait of the Smith family. The mother, at the top left, wears a patterned green and white top. The father, at the top right, wears a light blue button-down shirt. They are surrounded by five children: a baby in a green patterned onesie on the left; a boy in a blue and white plaid shirt in the center; a girl in a pink and white striped shirt on the right; a boy in a blue and white striped shirt in the foreground; and a girl in a light blue and pink striped shirt on the right foreground. They are all smiling and posing in front of a blue backdrop.

DETOX JOGA V VODNEM MESTU ATLANTIS



ATLANTIS
VODNO MESTO

Pripravite se na poletje!
S fitnessom Millenium do sanjske postave.

**Letna karta za fitnes za 1 EUR/dan -
prihranite 38%!***

Možnost odplačevanja na 4 obroke.

*** ob nakupu letne karte do 31. 3. 2013 dobite še 2 brezplačni uri z osebnim trenerjem + darilo (100% whey proteinski shake)**

Veljavnost ponudbe do 30. 4. 2013.

- Vrhunsko opremljen fitnes, enostaven dostop in brezplačna parkirna hiša.
- Prijeten, svetel in čist prostor z vrhunskimi napravami Precor ter garderobe na visokem nivoju.
- Trenerji fitnesa so vam vsak dan na voljo za pomoč, morebitna vprašanja in nasvete.
- Vsaka kardio naprava je opremljena z LCD televizorjem, kjer boste izbrali program po vaši želji.
- V fitnesu so pripomočki za funkcionalno vadbo (trx, bosu žoga, ...) ter velik prostor za raztezanje.
- Za nove člane je obvezen brezplačen predstavitevni trening.



Športni center Millenium • Šmartinska 152, Ljubljana • telefon: 01 585 15 00 • e-pošta: millenium@btc.si • www.millenium.btc.si

SAVNA

Kupon
2 za 1

Ob nakupu enega obiska savne, drug obisk savne brezplačen
(karti se obračunata kot nakup karte s 50% popustom, koristiti se morata istočasno).

Veliavnost kupona do 30. 4. 2013

Popust za nakup gospodinjskih aparatov v **GA** trgovinah

Kupon za popust

30 €

na redne cene aparatov nad 300 €

Kupon velja do 31.3.2013. Kupon ni zamenljiv za gotovino. Popusti se ne seštevajo

Kupon za popust

15 €

na aparate z GA klubsko ceno nad 300 €

Kupon velja do 31.3.2013. Kupon ni zamenljiv za gotovino. Popusti se ne seštevajo

Preprosto izrežite in nas obiščite!

Ponudbo in spisek GA trgovin najdete na **www.gospodinjski-aparati.si**

2. OBLETNICA OTROŠKEGA CENTRA BETI IN CEJ 10

VEČ KOT VARSTVO!

Pravijo, da so otroci naše največje bogastvo. To vedo tudi v Otroškem centru Beti in Cej, kjer v času, ko naku-pujete ali hitite po opravkih, vaših otrok ne le varujejo, temveč z njimi preživijo urico ali dan aktivno, športno in ustvarjalno. Celo več: v času varstva so vašim otrokom že dve leti na voljo različne dejavnosti, za tiste bolj radožive in njihove prijatelje pa v Centru Beti in Cej pri-pravijo tudi rojstnodnevno zabavo.

DOPOLDANSKO VARSTVO / Od 8. do 16. ure
Od 1. februarja so vrata Otroškega centra Beti in Cej odprta tudi dopol-dne. Za varstvo vaših otrok, starejših od enega leta, poskrbijo usposobljene vzgojiteljice. Cena ure dopoldanskega varstva je 2,40 evra, mogoče je tudi celodnevno, tedensko ali mesečno varstvo.

POPOLDANSKO VARSTVO / Od 16. do 20. ure
V okviru popoldanskega varstva otroci od tretjega leta dalje lahko obisku-jejo dodatne dejavnosti: vodeno športno vadbo, pravljичne urice, učenje angleščine z igro in minišola petja.

MAMI CLUB / Dan odprtih vrat v petek, 22. marca, od 10. do 12. ure
Klub in organizirana telovadba za mamice z dojenčki, vaje samo za mamice ter tematske klepetalnice. Vsak torek in četrtek, od 10. do 12. ure.

VODENA ŠPORTNA VADBA / Od ponedeljka do petka, ob 17.30
Športne dejavnosti v Otroškem centru Beti in Cej potekajo v dveh starost-nih skupinah (od 3. do 6. in od 7. do 10. leta starosti), od katerih ima vsaka starosti prilagojen program, svojo športno opremo in vaditelja. Vodena vadba v centru poteka po sistemu gibalne in športne vzgoje ElemeNta™, ki otrokom omogoča, da se med igro seznanijo s tridesetimi različnimi športi. Didaktična oprema in metodični postopki omogočajo kakovostni proces motoričnega učenja in s tem približanje športa otroku.

PRAVLJIČNE URICE / Torek, ob 16.30
Pravljіčne urice so oblika knjižne vzgoje, ki otroka postopno in sistematično uvaja v pravljіčni svet in pripravlja na vzgojo s knjigo. S prebiranjem domačih in tujih pravljіc in basni si otroci bogatijo besedni zaklad in širijo literarno obzorje, s pomočjo vzgojiteljice pa pravljico tudi nadgradijo – z risbico na temo pravljice, njeno dramatizacijo, petjem in igranjem na različne instrumente.

UČENJE ANGLEŠČINE Z IGRO / Sreda in petek, ob 16.30
Otroci so dojemljivi in se hitro učijo, a kaj hitro lahko izgubijo koncentracijo in zanimanje za določeno stvar. Zato je zanje zelo učinkovita metoda učenja kombiniranje učne vsebine s fizično dejavnostjo (športom, družabnimi igrami, plesom ipd.), saj gibanje povečuje zmožnost pomnjenja in je pomembno za zdrav telesni razvoj otroka in hkrati za njegov učni uspeh. Učenje angleščine z igro je namenjeno otrokom od 3. do 7. leta starosti.

MINIŠOLA PETJA / Sobota, ob 10. uri
Šola petja, namenjena pevsko nadarjenim otrokom, poteka v sodelovanju z Glasbenim studiem Osminka, ki se je v zadnjem desetletju uveljavil na področju glasbenega izobraževanja otrok in odraslih. Otroci prepevajo ob živi glasbeni spremljavi, najboljšim med njimi pa v Otroškem centru Beti in Cej omogočijo tudi nastop na otroškem pevskem festivalu Otroške zvezdice.

ROJSTNODNEVNE ZABAVE »NA KLJUČ«
Mladi slavlјenci lahko izbirajo med športnim rojstnim dnevom (športna vadba s profesionalnimi animatorji in posebno športno opremo ElemeNta™) in športno-tematskim rojstnim dnevom (poleg športa je vključena še princ-eskina, piratska ali indijanska zabava, lutkovna predstava ali ustvarjalne delavnice). Program za rojstnodnevno zabavo, ki ga vodita dva profesion-alna animatorja, vključuje: dve uri in pol pestre zabave, pijačo, torto, slane prigrizke, fotografiranje in darilo za slavlјenca/-nko.

POČITNIŠKO VARSTVO ZA OTROKE
V času šolskih počitnic v Otroškem centru Beti in Cej nudijo celodnevno varstvo za otroke, ki vključuje kopanje v Vodnem mestu Atlantis, filmsko projekcijo v Koloseju, bowling idr. Prav tako organizirajo tudi nepozabne počitniške taborе na najlepših točkah slovenskega zemljevida.

Poskrbljeno je tudi za otroke, ki ne govorijo slovensko; vzgojiteljice se sporazumevajo tudi v angleškem, italijanskem, francoskem, nemškem, srbskem, hrvaškem in makedonskem jeziku.

Otroški center Beti in Cej / Spodnja etaža Emporijuma
T: 040 454 447, 040 454 454 / info@otroski-center.si
www.otroski-center.si
Odprto od ponedeljka do petka, od 8. do 20. ure,
ob sobotah od 10. do 20. ure.



BILJANA ZEROSKA STANOVNIK 11

MED OTROKI NI RAZLIK!

Biljana Zeroska Stanovnik, diplomirana farma-cevtka in magistrica menedžmenta, ki jo je življenje pred dobrim desetletjem zaneslo v Slovenijo, kjer si je ustvarila dom in družino, je človek neizmerne energije, odličnih organizaci-jskih sposobnosti, predvsem pa topla oseba z izjemnim posluhom za otroke. Ni naključje, da je zato ob prihodu v Ljubljano skupaj s soprogom najprej ustanovila Društvo slovensko-makedon-skega prijateljstva, ki ga tudi vodi, nato pa – ob pomoči družbe BTC – še Otroški center Beti in Cej, ki domuje v spodnji etaži Emporijuma in bo 25. marca praznoval drugo obletnico delovanja. Ob tej priložnosti je nastal tudi ta pogovor.

Gospa Biljana, je preveč osebno, če vprašam, zakaj ste se kot farmacevtka in magistrica menedžmenta odločili za povsem drugačno dejavnost – odprtje otroškega centra?
Otroke imam rada in z njimi se ukvarjam že od študentskih dni. Kot glasbenica in ljubiteljica plesa sem jih v vrtcih in na otroških taborih učila plesati, zanje sem pripravljala koreografije in skupaj z njimi or-ganizirala plesne nastope in prireditve. Mnogi so opazili moj smisel za delo z otroki, tudi moji starši, in večkrat pripomnili, da sem dobra farmacevtka, a še veliko boljša učiteljica. Ko sem prišla na podip-lomski študij v Slovenijo, sem želela delo z najmlajšimi nadaljevati, zato sem po vzoru otroških festivalov v tujini pod okriljem Društva slovensko-makedonskega prijateljstva ustanovila otroški pevski festi-val Otroške zvezdice ter ga po dveh prireditvah v Unionski dvorani v letih 2005 in 2006 kot spremljevalni program Festivala nakupov in zabave ponudila v presojo vodstvu družbe BTC. Vodstvo je moj predlog sprejelo in še isto leto uvrstilo Otroške zvezdice v pro-gram FNZ. Začetek našega sodelovanja je bil uspešen, ustanovitev otroškega centra v nakupovalnem in zabaviškem središču, kjer še do nedavnega ni bilo prostora, kamor bi straši lahko med opravi ali nakupovanjem »oddali« otroke v varstvo, pa nekakšno logično nad-aljevanje sodelovanja.

Kaj je bilo osnovno vodilo pri snovanju Otroškega centra Beti in Cej – ekonomična cena ali želja, da se otroci v času varstva tudi česa naučijo?

Prvo in osnovno vodilo centra je, da med otroki ni razlik in da so naše storitve – seveda kar najbolj kakovostne – dostopne vsaki družini. A če sem hotela slediti temu načelu in zagotoviti ceno, ki bi bila dos-topna prav vsem staršem, tudi tistim, ki bi v naš center pripeljali dva ali tri otroke, sem morala upravo družbe BTC prositi za pomoč. Danes družba BTC za vsakega otroka subvencionira varstvo z dvema evroma dnevno, s čimer mi je uspelo doseči ravnotežje med ceno in kakovostjo programov, ki jih ponujamo obiskovalcem. Brez pod-pore družbe BTC bi bila primorana cene višati ali pa nižati kakovost storitev, s čimer bi izgubila kar nekaj strokovnjakov za delo z otroki.

Omenili ste programe, ki jih ponujate. Kako to, da med njimi prednjači šport?

V zgodnji fazi otrokovega razvoja, do osmega leta starosti, se otrok uči s pomočjo gibanja. Dokazano je, da se med gibanjem sproščajo hormoni sreče in da smo po gibanju sposobni večjih umskih napor-ov. Tudi otroci se bodo po uri ali dveh varstva, ki ga bodo preživeli »športno«, počutili bolje in bodo lažje sedli k domačim nalogam. Tisti mlajši, predvsem predšolski otroci pa se bodo ob naših športnih igrah tudi veliko naučili – spoznavali bodo barve, oblike, dele telesa in se naučili šteti. Razlog, da smo športu namenili več pozornosti, pa je tudi ta, da se otrok v ustvarjalnih delavnica del hitro naveliča; ko enkrat nariše ali nalepi medvedku oči, smrček in ušesa ... se začne dolgočasiti. Pri telovadbi se kaj podobnega ne zgodi; tudi po nekaj urah tekanja, plezanja in igranja skupinskih iger skorajda ne boste slišali, da bi imel kateri izmed otrok tekanja dovolj. To je razlog, da smo se odločili predvsem za športne dejavnosti, šele nato za ust-varjalne delavnice, pevske, pravljіčne ali likovne urice.

Kaj pa otroci, ki niso ljubitelji športa in gibanja? Kako poskrbite zanje?

Če starši v naš center pripeljejo takega otroka, in to v času, ko po-teka vodena športna telovadba, ima otrok na razpolago učilnico, vzgojiteljico in vrsto najrazličnejših ustvarjalnih iger. A saj so tudi



»športniki« kdaj utrujeni in takrat jih prevzame vzgojiteljica. Nekat-eri otroci sami dobro vedo, kaj želijo, in sami povprašajo po pobar-vankah, kockah in drugih igračah. Mi smo pripravljeni na vse, naše skladišče je polno najrazličnejših igral in materialov za ustvarjanje, zato se ni treba bati, da bi se »nešportniki« kdaj dolgočasil.

Na vaši spletni strani lahko preberemo, da želite otroke se-znaniti s športom, razviti njihove talente, jih spodbuditi k zdravemu načinu življenja ... Menite, da starši pa tudi vrtci in šole v tej smeri ne naredijo dovolj?

V vrtcih, še bolj pa v šolah so tovrstni programi odlični, a kriteriji so togi in enaki za vse otroke. Individualnega pristopa tam ne poznajo in zato otroke obravnavajo kot »vojačke«, saj je tako lahko ohranjanje disciplino. V našem centru si pedagogi sicer prizadevajo za skupno disciplino, a so vedno pripravljeni prisluhniti vsakemu otroku pose-bej, saj se zavedajo, da je vsak otrok individuum in zato zahteva in-dividualni pristop. Če pri katerem od otrok odkrijem poseben dar, to staršem tudi povem. Zakaj ne bi omenila, da njihov otrok igra te-nis bolje kakor vsi drugi ali da me je narisal tako dobro, da sem se v otroški risbici prepoznala?

V popoldanskem času organizirate za otroke tudi dodatne de-javnosti – vodeno športno telovadbo, mini šola petja, učenje angleščine s pomočjo igre, pravljіčne urice ... Se lahko otrok skupini, v kateri ne sodeluje od začetka, pridruži tudi pozneje?
Vprašanje se najbolj nanaša na učenje angleščine za predšolske otroke, pri katerem se otroci jezika učijo s pomočjo igre. Starši, ki želijo svojega otroka vključiti v že obstoječo skupino, lahko pri nas dobijo navodila in se morda dvanajst zamujenih besed z otrokom naučijo doma. Program angleščine ni zahteven, učimo se s pomočjo igre, naš cilj pa je otroke pripraviti na vpis v jezikovno šolo, jim približati jezik in jih spodbuditi k nadaljnjemu učenju tujih jezikov. Podobno je pri vodeni športni telovadbi. Mentor bo otroku, ki na novo pride v naš center, namenil več pozornosti, tako da se bo otrok z lahkoto vključil v skupino.

Od letošnjega februarja je center odprt tudi ob dopoldnevih ... V dveh letih delovanja smo, tudi v pogovorih s starši, prišli do spoznanja, da kar nekaj staršev občasno potrebuje dopoldansko varstvo; mamice, zaposlene s polovičnim delovnim časom, tujci, ki živijo v Sloveniji, in celo tisti, ki ne hodijo v službo in njihovi otroci

zato niso v vrtcih. Da bi si zagotovili dodatna sredstva, smo se prijavili na evropski razpis socialnega podjetništva na Ministrstvu za delo in družino, in denar tudi dobili. Tri nove vzgojiteljice zdaj varujejo otroke ob dopoldnevih, na željo staršev tudi na domu. Ker gre za projekt, narejen po meri družine, smo ga poimenovali Družinski servis.

Lahko govoriva že o vrtcu?

Verjamem, da bo center v prihodnje zaživel tudi kot vrtec za otroke tistih staršev, ki so zaposleni na območju BTC Cityja. Izkušnje za-hodnih evropskih držav, v katerih imajo velika podjetja celo svoje vrtce, so namreč pokazale, da je za starše nadvse priročno, če je vrtec v bližini njihove službe in lahko otroka med odmorom za kosi-lo celo obiščejo. V času počitnic smo tako v sodelovanju s Simobi-lom, ki ima upravo na območju BTC Cityja, za otroke tam zaposlenih organizirali počitniško varstvo, in to v obojestransko zadovoljstvo. Center bo zato v prihodnje v dopoldanskem času deloval tudi kot vrtec, popoldanska dejavnost pa bo ostala enaka dosedANJI.

Je cena vašega dopoldanskega varstva primerljiva s cenami vrtcev?

Vrtci so dragi. Cena mesečnega varstva za enega otroka je odvisna od družinskih prilivov in se giblje med 200 in 400 evri. Če jo prim-erjam s ceno Družinskega servisa, ki je subvencioniran z evropskimi sredstvi – cena znaša od 200 do 300 evrov –, smo na tržišču zago-tovo konkurenčni.

Z ustanovitvijo Otroškega centra Beti in Cej ste povečali prepoznavnost družbe BTC kot družbeno odgovornega pod-jetja. Se je povečala tudi prepoznavnost blagovne znamke za otroke Beti in Cej?

Ker so starši nad ceno ure varstva, ki znaša 2,40 evra, največkrat presenečeni, jim vedno povemo, da varstvo njihovega otroka subven-cionira družba BTC. Starši so navdušeni, saj BTC v njihovi zavesti velja predvsem za komercialno središče, kot družbeno odgovorno podjetje pa si je zdaj še povečalo že pridobljeno zaupanje obiskovalcev. Starši, ki bodo pripeljali otroke v Otroški center Beti in Cej, si bodo za naku-povanje zdaj vzeli več časa in s tem družbi BTC vrnili več denarja. Z našim centrom se je prepoznavnost družbe BTC zagotovo povečala, hkrati z njo pa tudi prepoznavnost blagovne znamke Beti in Cej.

Miha Trefalt

OBLECIMO MATURANTA

12

Uvod v pomlad je čas, ko srednješolci, predvsem pa srednješolke pričnejo stikati glave in premlevati, kako bi se kar najlepše oblekli za prihajajoči maturantski ples. Ta slovesni dogodek ni samo ples, je mejnik, ki predstavlja uvod v samostojnejše in bolj zrelo življenje najstnikov. Zato so nervoza in obsežne priprave bodočih maturantov na ples razumljive. In ker ima vsak izmed njih svoj slog, je pomembno, da se v sicer slavnostnih oblačilih tudi dobro počutijo. Da bi vam olajšali delo, smo v BTC Cityju izbrali nekaj trgovin, v katerih boste našli popolno maturantsko obleko.

ON: Obleka 120 € / srajca 35 € / kravata 15 € / pas 25 € // Trgovina Tinkom, Dvorana A
čevlji 79,90 € // Trgovina Mass, Dvorana 7

ONA: Obleka 215 € / torbica 20 € // Trgovina Tinkom, Dvorana A
čevlji 39,90 € // Trgovina Mass, Dvorana 7

ONA: Obleka 48 € / torbica 19 € // Trgovina By American, Dvorana A
čevlji 39 € // Trgovina Funky Fashion, Dvorana A



OBLECIMO MATURANTA

13

ON: Hlače 49 € / srajca 49 € / jopič 79 € // Trgovina By American, Dvorana A
čevlji 89,90 € // Trgovina Mass, Dvorana 7

ON: Obleka 164 € / srajca 28,80 € / kravata 14,40 € / pas 24 € // Trgovina Vestido, Dvorana A
čevlji 84,90 € // Trgovina Alpina, Dvorana 3

ONA: Obleka 55 € // Trgovina Špela Boutique, Dvorana A
čevlji 39,90 € // Trgovina Mass, Dvorana 7



EN NALET VIŠJE

15


LJUBNO 2013

V soboto in nedeljo, 16. in 17. februarja, so na Ljubnem ob Savinji že drugo leto zapored pod generalnim pokroviteljstvom BTC potekale tekme za svetovni pokal v smučarskih skokih za ženske, pomembne za razvoj tega športa tako doma kot v svetu. Z organizacijo tekmovanja smo namreč skakalkam prvič v zgodovini omogočili nastop na zimskih olimpijskih igrah, ki bodo prihodnje leto v ruskem Sočiju. Na Ljubnem je za najboljše skakalke na svetu v dveh dneh navijalo rekordno število obiskovalcev, več kot 9000, pred televizijskimi sprejemniki pa se jim je pridružilo še pol milijona gledalcev. Ljubno 2013 si bomo zapomnili po odlično pripravljeni ljubenski skakalnici, sproščenem vzdušju in dolgih skokih, v katerih so uživali tako gledalci kot tekmovalke.




MASS d.o.o., Šmartinska 152/VII, Ljubljana



Relance
very me

**Nova modna sezona v Massu
zapoveduje barve in obvezno platformo**

V Massu smo že pripravljeni na pomlad in poletje, zato vas vabimo v modni svet pisanih barv, odličnih materialov in vrhunske kakovosti.

www.mass.si
MASS HAVE

IZBIRAJTE MED ŠTEVILNIMI VELIKONOČNIMI IZDELKI TUDI V BTC CITYJU

Veliko noč danes praznujemo verni in neverni, mladi in stari. Velika noč je čas, ki povezuje morda že malo razrahljane družinske vezi, in čas, ko obujamo spomine. Na ta praznik se za mizo, ki se šibi od dobrot, kot so šunka, potica, pirhi in hren, zbere vsa družina, in pojedina se lahko začne. Za okrasitev mize in pripravo jedi pa potrebujemo razne pripomočke in sestavine, ki jih boste v tednih in dneh pred omenjenim praznikom – ta bo letošnje leto že 31. marca – našli tudi v trgovinah v BTC Cityju. Tudi v tokratni številki rubrike Trend smo pobrskali po policah nekaterih naših trgov in za vas izbrali nekaj zanimivih izdelkov, s katerimi bosta priprava hrane in okrasitev velikonočne mize še zanimivejši, okusnejši in zabavnejši.



Leonardo velikonočni zajec; od 10,95 € (kos); Kerin.Povirk, Dvorana 4, osrednji del



Kuhinski aparat Mulinex; 199,90 €; M - Tehnika (M - Dom), Dvorana 18, sever



Potičnica Nosan (domača obrt); 33 €; Kelih, Dvorana A, osrednji del, pritličje
Pisanica Kastelic(domača obrt); 4,50 € (kos); Kelih, Dvorana A, osrednji del, pritličje



Posoda (domača obrt); 9,5 €; Kelih, Dvorana A, osrednji del, pritličje



Zajček, igračka eko; 19,00 € (kos); Zelena trgovina, Dvorana A, osrednji del, klet



Silikonski valjar; 21,79 €; M - Tehnika (M - Dom), Dvorana 18, sever
Silikonska lopatica; 7,09 €; M - Tehnika (M - Dom), Dvorana 18, sever
Silikonska metlica; 13,69 €; M - Tehnika (M - Dom), Dvorana 18, sever



Kovinsko posipalo; 7,69 €; M - Tehnika (M - Dom), Dvorana 18, sever



Leonardo velikonočne ovčke; 7,50 € (kos); Kerin.Povirk, Dvorana 4, osrednji del



Košara vrba; 3,99 €; M - Tehnika (M - Dom), Dvorana 18, sever



Skleda (zadaj levo; domača obrt); 41 €; Kelih, Dvorana A, osrednji del, pritličje
Skleda, manjša (spredaj in zadaj desno; domača obrt); 25,50 € (kos); Kelih, Dvorana A, osrednji del, pritličje



Presna organska čokolada bio; 4,49 € (kos); Zelena trgovina, Dvorana A, osrednji del, klet



Kakav v prahu bio; 12,35 €; Zelena trgovina, Dvorana A, osrednji del, klet
Kokosovo maslo bio; 13,35 €; Zelena trgovina, Dvorana A, osrednji del, klet



Kokoš Bernik (domača obrt); 38,50 €; Kelih, Dvorana A, osrednji del, pritličje
Pisanica Kastelic (domača obrt); 4,50 € (kos); Kelih, Dvorana A, osrednji del, pritličje



Pletena košara; 4,44 €; M - Tehnika (M - Dom), Dvorana 18, sever



Silikonski pekač za kolače; 21,79 €; M - Tehnika (M - Dom), Dvorana 18, sever



Modelčki za muffine eko; 3,50 €; Zelena trgovina, Dvorana A, osrednji del, klet
Papir za peko eko; 3,90 €; Zelena trgovina, Dvorana A, osrednji del, klet



Lêkuê, model za velikonočne zajčke in pirhe; 16,30 €; Kerin.Povirk, Dvorana 4, osrednji del



Presni organski čokoladni gumbki; 1,72 €; Zelena trgovina, Dvorana A, osrednji del, klet



Kokosovo olje bio; 14,99 €; Zelena trgovina, Dvorana A, osrednji del, klet

1 €

Ob nakupu kuhinje Nolte: **indukcijska kuhalna plošča** Siemens EH675MB11E za 1,00 €.

Akcija velja do 30. marca 2013

40% popust

nolte
KÜCHEN

Nolte Nova Lack.
Funkcionalna.
Z oblinami.

- **Nastavljiva višina pulta.**
- **Velika izbira barv in detajlov, kot so ročaji ali profili.**
- **Odpiranje zgornjih elementov z dotikom dlani.***

Že sam ogled kuhinj Nolte je doživetje, zato vas pričakujemo v naših salonih v Ljubljani in Murski Soboti. Ob nakupu kuhinje Nolte vam do 15. marca 2013 podarimo 40% popust, kuhalno ploščo Siemens EH675MB11E pa za en sam evro.

Murska Sobot
Il Ambianti
Obrtna ulica 11
T 02/534 88 40
www.ilambianti.com

Galerija Rolf Benz
BTC, Kristalna palača,
Nakupovalna galerija
T 01/810 90 37
www.rolf-benz.si

ROLF BENZ

POHIŠTVO
AMBIENTI

ARENA Play & Party / BTC

SOB, 23.03., 22:00

Pravo Kazalište

Prodaja vstopnic v Koloseju in vseh Eventimovih prodajnih mestih.

ARENA PLAY & PARTY www.arena.si **Vstopnina: 10 €, po 23:00 15 €**

UGODNA PONUDBA

19

KUPUJMO DOMAČE,
KUPUJMO KAKOVOSTNO

Če se do danes še nismo vprašali, od kod prihaja hrana, ki jo postrežemo na naših krožnikih, je morda prav, da takrat razmislimo tudi o tem. Zadnje čase namreč potrošnike pretresajo afere o sumljivem izvoru in poreklu raznih živil, zato je še toliko pomembneje, da se zavedamo, kaj kupujemo in od kod ti izdelki oziroma pridelki prihajajo. Na Tržnici BTC se dobro zavedamo, da je izvor hrane pri marsikaterem kupcu na prvem mestu, zato podpiramo kupovanje lokalne, slovenske hrane. S kupovanjem takšnih živil pomagamo ohranjati ne le domače gospodarstvo, ampak tudi vsebnost hranilnih snovi živil, saj živila do kraja prodaje niso prepotovala na stotine kilometrov ali bila več dni ali tednov hranjena v hladilnici. Poleg tega vemo, od kod so ti izdelki prišli, na kakšnih tleh so rastle in koliko časa je minilo od takrat, ko so jih utrgali, do takrat, ko so se znašli pri nas na krožniku. Slovenski izdelki, ki jih nudimo na Tržnici BTC, se torej ponašajo s sledljivostjo in kakovostjo, ki ji lahko zaupamo. O raznovrstni in kakovostni ponudbi slovenskih izdelkov pri nas se prepričajte tudi sami ter nas obiščite!



↑ **Prekajena šunka ali vrat BK**, sušena na domač in klasičen način z uporabo bukovih drv iz bohinjskih gozdov
Redna cena: 8,32 €/kg
Akcijna cena: 7,99 €/kg



↑ **Mlado goveje stegno brez kosti**
Redna cena: 8,80 €/kg
Akcijna cena: 7,99 €/kg



↑ **Paniran piščančji file, 1 kg**
Redna cena: 7,88 €/kg
Akcijna cena: 3,94 €/kg



↑ **Katra VP – polovička**
Redna cena: 9,52 €/kg
Akcijna cena: 4,76 €/kg



↓ **Bakalar na belo Mr.Fin, 100 gr**
Redna cena: 3,20 €/kg
Akcijna cena: 2,90 €/kg



↓ **Stoletni kruh, 750 gr**
Redna cena: 3,06 €/kg
Akcijna cena: 2,29 €/kg



ZDRAVA OTROŠKA PREHRANA 21

RAZVESELIMO OTROKE S KROŽNIKOM, POLNIM VITAMINOV

Iznajdljivost in potrpežljivost sta ključ do želodčka, polnega zdrave hrane

Starši se pri vzgoji mnogokrat soočamo z izbirčnimi otroki, kot jim radi pravimo, pa vendar vsi le niso tako izbirčni, kot mislimo. Nekateri otroci preprosto potrebujejo več časa, da se privadijo na novi okus, teksturo ali pa celo videz hrane. Ključnega pomena pri uvajanju nove hrane sta zagotovo potrpežljivost in iznajdljivost.

Tudi odrasli smo se že srečali s hrano, ki je ne maramo, a smo jo vseeno verjetno prej tudi poskusili, da zdaj vemo, da je ne maramo. Ko odraščamo, se nam okus lahko spremeni in morda neko hrano, ki je v otroštvu nikoli nismo jedli, v najstniških letih ali pa še pozneje z veseljem pohrustamo ali pa celo postane ena izmed naših najljubših jedi.

Tudi pri naših najmlajših je tako – na okus nove hrane se morajo preprosto privaditi. Pri uvajanju novih reči, tudi sadja in zelenjave, je tako zelo pomembno, da vztrajamo in otroku večkrat ponudimo isto hrano. Morda jo bo desetkrat zavrnil, toda enajstič se bo opogumil in jo bo poskusil. Pomembno je tudi, da otroka vključujemo v pripravo jedi – naj kaj sam olupil ali nareže –, da mu ponudimo možnost izbire – naj sam izbere, ali bo družina danes jedla cvetačo ali grah, in morda bo kasneje, ko bo obrok pripravljen, bolj zainteresiran zanj, saj jo je navsezadnje tudi sam pomagal izbrati.

Ne smemo pa pozabiti niti na prezentacijo hrane. Bolj ko

bo hrana zanimiva na pogled, raje jo bodo otroci poskusili. Spremenimo sadni ali zelenjavni krožnik v obraz, palmo ali kaj podobnega. Iznajdljivost je ključnega pomena, prav tako ne bo škodovalo, če si o hrani izmislimo zgodbo; vanjo vključimo različne vrste sadja in zelenjave, ki smo jih drugače poimenovali – na primer kolobarji korenčka lahko postanejo oči nekega lika, cvetača na primer drevo, banana usta ipd. Vse omenjeno lahko pripomore k temu, da bo otrok pripravljen poskusiti tudi kaj nenavadnega, novega, vendar pa se to ne sme dogajati pod prisilo. Otroci nikoli ne smemo siliti v to, da nekaj poskusijo, saj ima lahko pritisk zgolj nasprotni učinek od želenega. Namesto tega otrokovo trmo raje ignoriramo in se z otrokom pogovarjamo o čem drugem. Čez čas bo morda pozabil, katere hrane ne mara, in po pomoti dal v usta prav tisto hrano, ki je prej ni želel poskusiti. Če pa kljub vašemu trudu ne bo želel pojesti nove hrane, tudi prav. Morda bo bolj pripravljen sodelovati naslednjič, čez nekaj dni ali tednov, ko mu boste zavrnilo hrano ponovno ponudili. Ključnega pomena je, da starši ne obupajo že prvič, ko otrok česa ni želel pojesti sli celo poskusiti, in da pogumno poskušajo znova in znova.

V tokratni številki rubrike Gurme smo se posvetili pripravi hrane na način, da bo otroku zanimiva že na prvi pogled in jo bo zato z veseljem poskusil. Jedi in recepte je tokrat pripravila Janja Merhar iz Restavracije City, ki se nahaja v trinajstem nadstropju poslovne stolpnice v BTC Cityju.



Palačinke s špinačo

Spečemo palačinke.

Špinača:

- 40 dag špinače (poleti sveže, pozimi pa kar pretlačene zamrznjene),
- 1 dag masla,
- 1 žlica moke,
- 2 dcl mleka,
- sol,
- poper,
- muškatni orešček,
- 1 žlica kisle smetane.

Priprava

Razpustimo maslo, dodamo česen in nato moko, in ko zadisi, prilijemo mlado špinačo. Sveže blanširamo. Če prilijemo mleko, dodamo zamrznjeno špinačo. Pokuhamo in dodamo kisloto smetano.

Zelenjavni nadev:

- 1 manjša čebula,
- olje,
- 1 korenje,
- ½ bučke,
- nekaj pora (ali katera druga poljubna zelenjava).

Priprava

Na masčobi prepražimo čebulo, dodamo vso naribano zelenjavo in prepražimo. Blago začnimo. Ko se nadev shladi, ga nadevamo na palačinke in zvijemo, čez pa položimo rezino paradižnika in košček sira ter damo v pečico, da se pogreje.

Pire:

Krompir in korenje skuhamo. Odlijemo vodo, dodamo žlico masla in pretlačimo.

Sadni smoothie

- 1 pomaranča,
- 1 jabolko ali ½ korenja,
- 1 hruška

Priprava

Sestavine očistimo, operemo in stisnemo v sokovniku. Kozarec s smoothijem poljubno okrasimo.

Zraven ponudimo:

Rižev narastek z marelicami

- 10 dag riža,
- ½ l mleka,
- ščepec soli,
- 3 dag masla,
- 10 dag sladkorja,
- drobtine za modelčke,
- 2 jajci,
- sladkor za posip
- ¼ kg marelic (lahko vloženi)
- 1–2 dcl vode,
- sladkor,
- vaniljev sladkor,
- limonin sok

Priprava

V mleko zakuhamo opran riž; med stalnim mešanjem ga kuhamo 10 minut, nato ga ohladimo. Posebej umešamo rumenjake in sladkor, dodamo vaniljev sladkor in nastrgano limonino lupino. Dodamo ohlajen riž in sneg iz beljakov. Modelčke namažemo z maslom, potresemo z drobtinami in vanje vlijemo pripravljeno zmes. Pečemo približno pol ure pri 180 stopinjah. Pečen narastek obrnemo na krožnik in okrasimo s prelivom. Tega pripravimo tako, da zavremo sladkano vodo, jo ohladimo in primešamo zmlete marelice.



KULINARIKA

BTC CITY GURME

Kulinarična ponudba BTC Cityja na enem mestu www.BTC-City.com/GURME

- Restavracije, pivnice in picerije
- Bari, pubi, kavarne in slaščičarne
- Delikatese, pekarnice
- Ribarnice
- Ponudniki sadja in zelenjave
- Vinotoči

Ne spreglejte na
BTC City Gurmeju:

DNEVNE IN
TEDENSKE PONUDBE
GOSTINSKIH
LOKALOV

NAGRADNA IGRA

Veliki mojstri, izkažite se!

Zaupajte nam svoj najljubši recept in se potegujte za eno od nagrad:

- **20 predpasnikov** BTC City Gurme
- **10 nakupovalnih vrečk** BTC City

Nagrada igra traja od 15. marca do vključno 20. aprila 2013.
S sodelovanjem se strinjate s pravili nagradne igre.

TO JE MOJE MESTO!

WWW.BTC-CITY.COM



Trainer Fitness 3 suha hrana 2kg pakiranja za pse majhnih pasem

Cena varčnega paketa
puppy: 31,65 €
Redna cena: 35,97 €

Cena varčnega paketa za
odrasle in starejše pse: 30,60 €
Redna cena: 34,77 €

12%
popust

VARČNI
PAKET!

ob nakupu
treh vreč

Ob nakupu varčnega
paketa prejmete
**6 GRATIS 150g
PLOČEVINK!**

Akcije, znižanja in posebne ponudbe se izključujejo. Akcija velja do 30.4.2013. Zaloge so omejene.

Taste Of The Wild 13,61 kg

Redna cena za kos: 72,50 €
Akcijska cena za kos: 59,99 €

Cena za kos ob nakupu
VARČNEGA PAKETA: 55,19 €

110³⁸

VARČNI
PAKET!

ob nakupu
dveh vreč

PRIHRANITE
34,62 €

Akcije, znižanja in posebne ponudbe se izključujejo. Akcija velja do 30.4.2013. Zaloge so omejene.

KUPON
za nakup
hrane

-15%

Kupon velja za nakup enega izdelka iz programa
hrane. Kupon ne velja za izdelke, ki so že v akciji.
Veljavnost do: 20.4.2013

Mr. Pet
Trgovina za naše ljubljence

KUPON
za nakup opreme,
posladka ali igrače

-20%

Kupon velja za nakup enega izdelka iz programa
opreme, posladkov in igrač. Kupon ne velja za
izdelke, ki so že v akciji. Veljavnost do: 20.4.2013

Mr. Pet
Trgovina za naše ljubljence

PESTRO FEBRUARSKO DOGAJANJE 22

NAJBOLJŠA PUSTNA ZABAVA V BTC CITYJU

Zabave v Otroškem centru Beti in Cej v spodnji etaži Emporia se je udeležilo več kot 300 obiskovalcev, najbolj izvirne, družinske, najmlajše ... maske pa smo tudi nagradili.



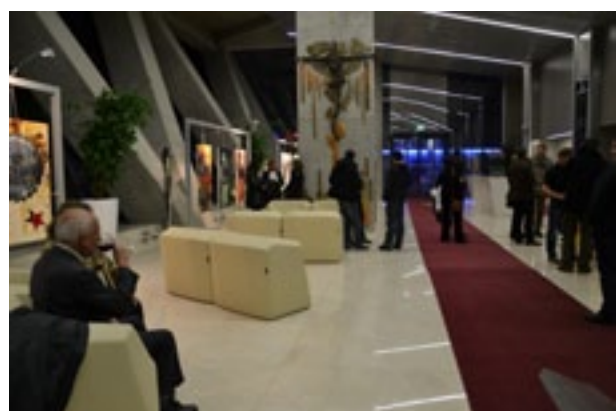
OBISK SKAKALK PRED DOMAČIMI TEKMAMI NA LJUBNEM

V Nakupovalni galeriji Kristalne palače so nas obiskala Vražja dekleta, najboljše slovenske skakalke in njihova ekipa.



RAZSTAVA GRAFFIT PAINT

Na valentinovo smo odprli razstavo Graffit paint avtorja Vo-jka Tominca. Na ogled je bila do 15. marca.



POMLADNE CVETKE 23

Pomlad, ki se nam približuje s svetlobno hitrostjo, je predčasno pokukala tudi v SiTi Teater. S cvetočimi novostmi napoveduje pisano razpoloženje na travniku ljubiteljev gledališča. Svoj cvet bo kmalu ponosno pokazala nova predstava **Radio Ga Ga**. V izvedbi Saša Hribarja, Tilna Artača in Jureta Mastnaka lahko pričakujemo ostro, humorno, kritično, nepristransko in aktualno predstavo o ljudeh, ki jih vsak dan gledamo in poslušamo, čeprav nas zaradi njih vsak dan bolj boli glava. Premiera bo 21. marca, prva ponovitev pa že tri večere kasneje. V SiTi Teater prihaja 23. marca gostujoča predstava SLG Celje **Sleparja v krilu**, ki združuje čare gledališča z vsakdanjim življenjem. Ljubezenske dogodivščine in nepričakovane zaplete dveh moških, preoblečenih v ženski, je z duhovitimi dialogi prepletel v briljantno komedijo po besedilu sodobnega ameriškega dramatika Kena Ludwiga Boris Kobal. Z iskreno neotesano komedijo **Moja nit je rdeča** bo SiTi Teater počastil materinski dan. Eva Škofič Maurer bo s pomočjo rdečega noska postala zagrizena vohunka, spolno prebujena deklica, kičasta patriotka, nevesta brez ženina, noseča baletka in osamljena gospa pred menopavzo ... Vse to in še več!



SOBOTA, 16.3. ob 18h
Star fotr
monokomedija

SOBOTA, 16.3. ob 20h
Star fotr
monokomedija

NEDELJA, 17.3. ob 20h
Improliga - Ekshibicije
finale 8. medfakultetnega improvizacijskega prvenstva

ČETRTEK, 21.3. ob 20h
Radio Ga Ga **PREMIERA**
komedija

SOBOTA, 23.3. ob 20h
Sleparja v krilu
komedija

NEDELJA, 24.3. ob 20h
Radio Ga Ga
komedija

PONEDELJEK, 25.3. ob 20h
Moja nit je rdeča
glasbeno gledališka burleska

ČETRTEK, 28.3. ob 20h
Best of stand up
večer stand up komedije

PETEK, 29.3. ob 20h
Piaf, Edith Piaf **100 PONOVITEV**
glasbena monodrama

SOBOTA, 30.3. ob 20h
Moja dežela
komedija

NEDELJA, 31.3. ob 20h
Odspejsani
komična drama

SOBOTNI DOPOLDNEVI ZA NAJMLAJŠE

SOBOTA, 16.3. ob 11h
Prava princeska
multimedijška predstava za otroke od 4. leta

SOBOTA, 23.3. ob 11h
Tinca Binca in njena violinca
glasbeno lutkovna predstava za otroke od 2. leta

SOBOTA, 30.3. ob 11h
Glavko in Zbrk
igrana predstava za otroke od 3. leta

www.sititeater.si, 070 940 940
prodajna mesta: Info točka Citypark, Info točka BTC – dvorana A, Petrol, Big Bang, 3dva
in uro pred predstavo v SiTi Teatru BTC, spletna prodaja: www.eventim.si,
telefonska prodaja: 01 420 5000 (pon-sob: 8h-18h)



NOVA KOLEKCIJA
POMLAD 2013

Stephane



MASS

MASS HAVE
www.mass.si