



Vodnik



ŠTEVILKA 3
LETNIK 29

JESEN 2021



VROČE

DIGITALNO SREDIŠČE SLOVENIJE

MODNO

VSE ZA ŠOLO IN PROSTI ČAS

FOOD BLUZ

OTROCI KUHAJO

OBIŠČITE NAS

BTC City Ljubljana,
Dvorana 10

in izberite vse za:



DOM



DELO



PROSTI ČAS

Delovni čas:

pon-sob 8.00 do 20.00



IGLU ŠPORT

gizmo.si

THE
NUTRITION

KAMM

TRVC

alpies

kuhinje
gorenje

SOFO
štrukelj

KEMO & PLAST
Svet talnih oblog

ID INTER
DISKONT

petbox
fishbox

Okay

mint
cafe snack lounge bar

UVODNIK



Maja Oven, odgovorna urednica

OTROCI SO NAŠE NAJVEČJE BOGASTVO

Oguljena fraza, ponarodeli rek ali vendarle resnica, sem se oni dan vprašala ob razmišljanju o tokratnem uvodniku, ki je posvečen našemu največjemu bogastvu, otrokom. Ljudje smo takšni, da iz generacije v generacijo radi predajamo znanje, izkušnje in vrednote. Ni lepšega na svetu, kot če otroci z veliko žlico zajemajo znanje od staršev, učiteljev, dedkov in babic in skozi igro drug od drugega. Tako spoznavajo prave vrednote, ki poganjajo ali pa bi morale poganjati svet v pravo smer, ne samo v pridobivanje materialnih dobrin in uničevanje narave.

Svetla plat današnjih dni so naši športniki, ki so se nedavno vrnili z olimpijskih iger v Tokiu. Kar poistovetili smo se z njimi, strastno navijali, oni pa so Sloveniji dali nov zanos in energijo. In nanje smo sila ponosni. Kako pa so Tina, Janja, Primož, Tadej in Benjamin prišli do olimpijskih odličij? Tako, da vse življenje živijo prave vrednote, usmerjeni so v en sam cilj – biti najboljši. Z garanjem, disciplino, odrekanjem in spoštovanjem nasprotnika. Za večino ljudi šport predstavlja sprostitev, preživljanje prostega časa, druženje s prijatelji, skrb za zdravje, nekateri pa se z njim ukvarjajo profesionalno. Cilj ukvarjanja s športom niso in ne smejo biti rezultati, osvojene medalje, denarne nagrade. Glavna korist športa so vrednote in spretnosti, ki se jih posameznik nauči ob ukvarjanju s športom, na treningih in tekmovanjih.

Vrnimo se k našemu največjemu bogastvu, otrokom. Novo bitje prinese v družino neznansko veselje pa tudi radost, skrb in velikansko odgovornost za vse življenje. Vseskozi upamo, da bo naš otrok zdrav, priden, vesel, se rad učil, odraščal brez prevelikih odklonov, se ukvarjal s športom, morda še z glasbo, umetnostjo, bil gasilec, član folklorne skupine ali celo simfoničnega orkestra, končal najmanj eno fakulteto, bo poslovno uspešen, se zaljubil in si ustvaril družino, ki bo njegov »varen mehurček« vse življenje. To so pač norme današnjega sveta. In tako se svet vrti že od Adama in Eve dalje. Ko nekdo umre, pravijo, naredi prostor za novega zemljana. Morda za novega genija. Pravijo, da imamo vsi ljudje eno neozdravljivo bolezen – in to je življenje. Zato prevetrimo svoje navade, bodimo skromni v prehrani, se gibajmo in si polepšajmo svoj vsakdan z drobnimi radostmi – skupaj s svojimi najmlajšimi.

NAPOVEDNIK

4 VROČE
Digitalno središče Slovenije

10 ZGOVORNO
Marko Juhant

14 GREMO V ŠOLO
Kateri učni stil je pravi za vas?

16 MODNO
Vse za šolo in prosti čas

22 TREND
Otroška sobica

26 FOOD BLUZ
Otroci kuhajo

29 ATLANTIS
Celoletna plavalna šola

32 MILLENIUM
Jesen je čas za ŠC Millenium

34 SOUSTVARJAMO PRIHODNOST
Ponosni na naše olimpijce



BTC CITY VODNIK Brezplačni časopis poslovno-nakupovalnega športno-zabavišnega ter kulturnega središča BTC City Ljubljana **Odgovorna urednica** Maja Oven **Izvršna urednica** Polja Pretnar, polja.pretnar@btc.si **Oglasno trženje** Matic Žehelj, matic.zehelj@btc.si **Oblikovanje in tehnično urejanje** Nicha d. o. o. **Urednik fotografije** Aljoša Rebolj **Stalni sodelavci** Miha Trefalt, Sara Bogomolec, Anja Drobne Oven **Lektoriranje** Mamblin d. o. o. **Izdajatelj** BTC d. d., Šmartinska 152, Ljubljana **Tisk** Radin Print d. o. o. **Naklada** 53.000 izvodov **Distribucija** Delo, d. o. o. **Naslovnica** Modela na naslovnici in v Modno: Valentina in Alex (Avdicija.com)

Vse cene v BTC City Vodniku veljajo do razprodaje zalog. Pridržujemo si pravico do spremembe cen. V uredništvu ne odgovarjamo za tiskarske napake in spremembe v programu prireditev po zaključku redakcije.

VROČE

PRVO DIGITALNO SREDIŠČE SLOVENIJE V OSRČJU BTC CITYJA



Predstavljajte si znanje, rešitve, izdelke in storitve ter talente, ki izžarevajo tehnologije prihodnosti, na enem mestu. To je Digitalno središče Slovenije – Tehnologija za ljudi, ki je sredi BTC Cityja zaživel v juliju. Projekt je del uresničevanja ene izmed prednostnih nalog Republike Slovenije v času predsedovanja Svetu Evropske unije – digitalizacije in zelenega prehoda. Če tudi vas privlačijo tehnologije prihodnosti, lahko središče obiščete vse do konca decembra.

Digitalno središče Slovenije (DSS) v šestih mesecih, od julija do konca decembra, ponuja prek 80 dogodkov s šestih različnih področij, povezanih s tehnologijami prihodnosti. Obiščete ga lahko fizično v Dvorani 1 v našem središču ali pa kar iz udobja domačega naslanjača, saj Digitalno središče Slovenije deluje tudi na spletu v virtualni različici. Obiskovalci se lahko udeležijo številnih predavanj, izobraževanj, konferenc, delavnic, hekatonov, poslovnih srečanj, se mrežijo s poslovnimi partnerji ali obiščejo predstavitevni del z razstavnimi prostori.

Digitalno središče Slovenije kot okno v svet in v prihodnost

V Digitalnem središču Slovenije se najdejo vsebine za vsakogar. Namen je tehnologijo približati ljudem, uporabnikom, podjetjem in javnim institucijam, hkrati pa tudi širši javnosti, saj bodo v času delovanja v njem obiskovalci lahko spoznali najnovejšo tehnologijo od blizu, spoznali in preizkusili njihovo delovanje ter spoznali razvojno naravnano





slovenska podjetja, ki soustvarjajo našo prihodnost. V Digitalnem središču se odvijajo tudi številna izobraževanja in delavnice za podjetja, institucije, nevladni sektor, zaposlene, iskalce zaposlitve, mladostnike in otroke. Vse to z namenom krepite digitalnih kompetenc, spodbujanja digitalne preobrazbe in podpore novim tehnologijam, ki lahko obogatijo naše življenje.

Vsak mesec nova tema o naprednih tehnologijah

V Digitalnem središču Slovenije vsak mesec do konca decembra nosi svojo temo. Že v prvem mesecu so se zvrstili številni dogodki na temo pametnih mest in skupnosti. Ob tem sta med drugim obiskovalce navduševala razstavi prostor podjetja Tushek supercars, ki je v veliko veselje avtomobilskih navdušencev na ogled postavil produkt znanja in tehnologij slovenskega podjetja – avtomobil v vrednosti 1,5 milijona evrov, in prostor slovenskega podjetja C-Astral s predstavitvijo izjemnega brezpilotnega letala BRAMOR C4EYE. Med dogodki se je med drugim odvil FinTech Day, ki je postregel z vsebinami na temo uporabe tehnologij na področju financ.



V avgustu so lahko obiskovalci spremljali zanimive vsebine o trajnostni družbi in gospodarstvu, september bo usmeril žaromete na umetno inteligenco, oktober pa na tehnologije 5G in kibernetno varnost. Novembra se lahko veselijo vsi navdušenci nad digitalizacijo, v zadnjem mesecu pa se bodo vsebine vrtele okoli industrije 4.0 in robotike, kjer boste robote lahko spoznali tudi od blizu.

Obiščite Digitalno središče Slovenije in spoznajte tehnologije prihodnosti!

Koledar dogajanja v prihajajočih mesecih si lahko ogledate na spletnem mestu Digitalnega središča Slovenije:
<https://eu2021.dihslowenia.si/>



NE ZAMUDITE!

Prijavite se na e-novice
 BTC City in prejmite
 novice o novostih, aktualnih
 akcijah in dogodkih
 v svoj e-nabiralnik!





AAMI CORPORATION

Kulturna obogatitev v spodnji etaži Emporiuma

Podjetje AAMI Corporation se je iz Kristalne palače preselilo v veliko večje prostore v spodnji etaži Emporiuma, kjer se nahajajo pisarne podjetja, galerija, manjši prireditveni prostor, tehnična enota za storitve videoprodukcije in fotografije ter delavnica za napenjanje platen in uokvirjanje slik. V novih prostorih lahko obiskovalci ob predhodni najavi uživajo ob ogledu in nakupu več sto umetniških del in izdelkov, obiščejo različne dogodke, razstave in srečanja članov klubov Salvador in Botticelli.

Spodnja etaža Emporiuma, aamicorporation.com

VODNO MESTO ATLANTIS

Otvoritvena ponudba v prenovljenem Centru azijskih masaž

V Vodnem mestu Atlantis vas vabijo, da obiščete prenovljeni Center azijskih masaž, kjer bodo poskrbeli, da boste njihove prostore zapustili prerojeni. Strokovno usposobljene maserke in maserji vam zagotavljajo popolno sproščenost, potovanje do harmonije telesa in duha ter ožvitev življenjske energije. Izbirate lahko med bogato ponudbo tajskih in indijskih ayurvedskih masaž, masaž z vročimi vulkanskimi kamni, azijsko nego in masažo stopal.

Do konca septembra si vse 50-minutne masaže lahko zagotovite po promocijski ceni 36,00 €! Rezervacije na: 051/394 772.

Vodno mesto Atlantis, www.atlantis-vodnomesto.si



komedije

25.8., 10.9., 22.9.

JANEZ NOVAK Premiera

Klemen Slakonja, Tadej Toš,
Gregor Podričnik

8.9.

ČUDOVITA Premiera Lj.

Vesna Pernarčič, Primož Forte,
Franko Korošec, ...

29.8.

SEKS PO SLOVENSKO

Vid Valič

2.9.

SLOVENEK IN POL

Perica Jerković, Aleš Novak

4.9.

PROFESOR KUZMAN MLAJŠI

Uroš Kuzman

mojekarte.si



25.8.-25.9.2021, BTC CITY
v sodelovanju z Zavarovalnico Generali



SIMBIOZA BTC CITY LAB

Nova sezona brezplačnih delavnic

Socialno podjetje Simbioza Genesis septembra začne novo sezono dogodkov za digitalno opismenjevanje starejših (55+). Posebno skrb bodo namenili začetnikom, za katere bo septembra ob četrtkih v živo potekal tečaj osnovnih veščin uporabe pametnih telefonov. Na daljavo pa se jim lahko pridružijo vsi, ki bi svojo digitalno pismenost radi nadgradili na različnih delavnicah IKT ali pa se udeležili drugih medgeneracijskih aktivnosti. Podroben program in informacije najdete na spletni strani.

Spodnja etaža Emporijuma, www.simbioza.eu

DORMEO OUTLET

Priložnost za ugodnejše nakupe

V oktobru ne zamudite odprtja začasnih Dormeo Outlet trgovine, v kateri lahko po znižani ceni – tudi do 90 odstotkov – kupite izdelke priznanih blagovnih znamk za dom in gospodinjstvo Dormeo, Delimano, Rovus, Walkmaxx, Top shop in Wellneo. Izkoristite popust na Dormeo ležišča, vzglavnike, odeje, nadvložke, na posodo Delimano, obutev Walkmaxx, sesalce in pripomočke za čiščenje Rovus in ostale Top shop izdelke, ki za svojo kakovost jamčijo tudi z nedavno osvojenim nazivom odličnosti Superbrands Slovenija.

Dvorana A, klet, www.dormeo.net



Koristite bone za nakup učbenikov in delovnih zvezkov

Z letošnjimi boni za gostinstvo, turizem, šport in kulturo (BON21) boste še do konca leta lahko nakupovali tudi v BTC Cityju Ljubljana – v poslovalnicah DZS in Office&More. Bone lahko unovčite za nakup šolskih učbenikov in delovnih zvezkov (za osnovno in srednjo šolo, glasbeno šolo idr.) ter nakup literature oziroma leposlovja v slovenskem in tujih jezikih. Najmanjši znesek nakupa v poslovalnicah DZS je 20 evrov, v poslovalnicah Office&More pa znesek ne pogojuje nakupa.

ŠOLA, PRIHAJAM!



intersport.si

Popust velja od 18. 8. do 30. 9. 2021 za izdelke v zalogi prodajaln Intersport in v spletni trgovini. Cene so v EUR.



adidas

Tensaur Run C

fantovski ali dekleški

32,99 **-25%**

24,74

INTERSPORT IS d.o.o. Naklo
The Heart of Sport / V srcu športa

INTERSPORT

THE HEART OF SPORT



ARGENTINO STEAKHOUSE

Jesen na prenovljeni terasi

S specialitetami z žara, na katerem po tradicionalnih argentinskih receptih vrhunski kuharji pripravljajo meso pašne vzreje in kontrolirane kakovosti goveda Black Angus, v restavraciji Argentino svoje goste razvijajo že vse od leta 2005. Ponudbo so pozneje razširili še z najširšo paleto dobrot iz Argentine (Argentino Lounge) in Argentino Caffè Clubom, v katerem vam postrežejo s pijačo in slaščicami, v zadnjih poletnih in prvih toplih jesenskih dneh pa vas vabijo, da se jim pridružite še na nedavno prenovljeni terasi restavracije Argentino v naravni senci borovcev in palmovcev.

Argentinska restavracija, www.argentino.si



GIN'S BAR & LOUNGE

Ponudba za vse okuse

Bogato gostinsko ponudbo BTC Cityja je nedavno dopolnil gostinski lokal Gin's Bar & Lounge, ki po interierju in ponudbi prepleta koncepte gin & tonic, aperitivo in espresso bara. S svojo ponudbo nagovarja širok krog obiskovalcev, od poslovnežev do obiskovalcev tržnice in družin z otroki. Atraktivna in prijetna notranost ponuja udoben prostor za kratek postanek ali daljše druženje, sprostitve ali sestanke. Poskrbeli bodo tudi za ljubitelje starih rumov, raznovrstnih aperitivov in še vedno priljubljenega gin-tonica.

Latinski trg

RIBJA KUHN'CA

Najboljši okusi morja

Ribarnica Mare Marko se ponaša s skoraj 30-letno tradicijo in bogato dnevno ponudbo sveže ulovljenih ali gojenih sladkovodnih rib, belih in modrih rib, pa tudi glavonožcev, rakov in školjk s preverjenim poreklom. Poleg ribarnice so na Tržnici BTC City odprli še Ribjo kuhn'co, kjer vas v prijetnem ambiantu razvijajo s svežimi morskimi specialitetami.

Tržnica BTC City, sever, maremarko.si



ŠPORTNA HIŠA ZABAVE

Nova otroška igralnica

V Športni hiši zabave za jesen napovedujejo kar nekaj novosti, med njimi v sodelovanju s trgovino Mali zakladi prenovljeno otroško igralnico, namenjeno najmlajšim in njihovim staršem ali skrbnikom, ki bodo obiskali Športno hišo; medtem ko bodo slednji lahko brezskrbno poklepetali v športnem baru, bo za otroke poskrbelo osebje hiše. Ob novih vsebinah igralnice obljublajo tudi prenovljeno ponudbo otroških rojstnodnevnih zabav, ki bodo ponovno zaživele ob odprtju igralnice. Razlogov za obisk Športne hiše zabave je torej dovolj!

Dvorana 18, www.nogometnahisa.si



MOJI ŠTRUKLJI BTC

Okusite legendarne »struklje s Kofc«

V štrukljarnici Moji štruklji BTC vaše brbončice razvijajo z dnevno sveže pripravljenimi štruklji. Štruklje – imajo jih več kot 25 vrst – pripravljajo iz vlečenega, kvašenega, listnato-kvašenega, polnozrnatnega ali ajdovega testa in jih napolnijo z najrazličnejšimi nadevi. Poleg štrukljev goste razveseljujejo tudi z mesnimi krožniki z okusnimi domačimi omakami, h katerim se štruklji odlično podajo kot priloga.

Tržnica BTC City, jug, www.moji-struklji.si

KUPON

10-% popust na celoten nakup,

NA VSO PONUDBO HRANE IN PIJAČE
(ne vključuje dnevnih malic).



POPUST VELJA V RESTAVRACIJI

Moji štruklji BTC

ob predložitvi kupončka.

Kupon velja do 31. 12. 2021.

COOL CLUB

NOVA KOLEKCIJA
OBLAČIL IN OBUŠVE
Na voljo v poslovalnici
BTC Hala II

babycenter

ORIGINAL MARINES
italiandesign

babycenter

ZGOVORNO Z MARKOM JUHANTOM

OTROK LAHKO STARŠEM POSTANE
PRIJATELJ, KO ZAPUSTI DOM

Je človek dejanj, ne besed. Zato verjame, kot sam pravi, v zdravo kmečko pamet ter v praktične pristope in prijeme, ki v praksi dejansko delujejo, tudi ko gre za tako občutljivo področje, kot je vzgoja otrok. Z njimi pa tudi z njihovimi starši se specialni pedagog Marko Juhant ukvarja že dobrih 40 let.

Z novim šolskim letom se bodo številni šoloobvezni otroci, predvsem prvošolčki in tudi njihovi starši, znašli pred novimi nalogami, pričakovanji, zadolžitvami, tudi dvomi. S katerimi besedami naj starši otroke prvič pospremito čez šolski prag?

Tako otroci kot njihovi starši se v določenih življenjskih obdobjih srečujejo z novimi začetki. Področja, na katera vstopajo prvič, so različna, eno od njih je zagotovo tudi vstop v šolo. V tistem trenutku je otrok kot nepopisan list, ki čaka na nove zgodbe; nihče ne ve, kako daleč bo prišel, kaj vse se bo naučil, kaj odkril, kaj vznemirljivega spoznal. Prvi šolski dan naj bo zato nekaj vzpodbudnega, otroka naj nanj pripravijo vsi v družini. Povedati mu morajo, da prihaja drugačen, vznemirljiv čas, ki bo namenjen tako delu kot igri. Največja napaka in škoda, ki jo lahko starši naredijo otroku pred vstopom v šolo, je priljubljeni stavek njihovih babic: »Igrače boš pospravil, ker prihaja šola, šola pa je resna stvar.« S takšnimi in podobnimi izjavami otroka prestrašijo, otrok verjame, da se ne bo smel več igrati, in začetka šole se zato sploh ne veseli.

Krivda, da se nekateri otroci ne veselijo vstopa v šolo, najbrž ni le na strani njihovih babic, ampak tudi na strani njihovih sorojencev, ki imajo s šolo morda že slabe izkušnje ...

Če je nekdo vse dni v življenju srečen, pomeni samo eno – da je nor. Prav zato nihče ne pričakuje, da bosta šola in delo za šolo otroka veselila prav vsak dan. Starši naj otroku, ki kaže odpor do šole, povedo, da je vsako opravilo sestavljeno iz bolj in manj prijetnih trenutkov; da igranje nogometa ni le tekanje za žogo, temveč zahteva tudi naporne kondicijske treninge, palačinke pa so lahko za večerjo odlična izbira, toda pred tem je treba pripraviti maso, jih speči, pogrniti mizo, pozneje za seboj še pospraviti, pomiti, prezračiti ... Kako pristopimo

k problemu, tudi k šoli, je tako stvar izbire. Izbrati velja tisto, kar je bolje. Starši naj zato otroku predstavijo prijetne in manj prijetne plati šole in mu svetujejo, da velja izbirati prijetnejše. S takšnimi mislimi bo odhod v šolo lažji. Seveda pa so lahko sorojenci takemu otroku in staršem v pomoč. Če predšolski otrok spremlja delo starejšega brata ali sestre, bo morda hitreje usvojil poštrevanko, saj v proces »učjenja« vstopa neobremenjen. Če se tak otrok pozneje šole ne veseli, ga spomnimo, da je to ali ono nekoč že znal in da bo zdaj, ko je zrelejši in izkušenejši, brez težav zmožni tudi šolske obveznosti.

Morda se zdi, da v nižjih razredih osnovne šole otrok še ne potrebuje izrazitejših delovnih navad, toda njihov manko se hitro pokaže v drugem in zadnjem triletju. Kako otroku privzgojiti te navade?

Delovne navade se žal ne podedujejo in jih moramo zato otroku privzgojiti. To lahko dosežemo le z navajanjem na železni urnik, ki naj mu otrok sledi od ponedeljka do vključno petka popoldan. V tem času mora opraviti vse šolske obveznosti, starši pa naj mu pomagajo, da jih opravi na preprost in dovolj hiter način. Če otroka navajajo na tak način dela, bo delovne navade osvojil že v mesecu dni. Pri tem mu lahko pomagajo na različne načine, tudi tako, da naredijo učenje »sladko«; to pomeni, da otrok dobi svojo priljubljeno žvečilko samo takrat, ko dela domače naloge ali se uči. Izbrani okus bo kmalu povezal z učenjem in naslednjič bo k nalogam sedel z manjšim odporom. Možnosti je veliko, pomembno pa je, da otrok svoje dolžnosti opravlja vsak dan ob isti uri. Enak dnevni ritem za otroka pomeni varnost, zato ukvarjanje z obšolskimi dejavnostmi ob različnih urah dneva v otrokovo življenje vnaša nered. Kam nerednost lahko pripelje otroka, smo videli ob zadnjem zaprtju šol; otroci so bili doma prepuščeni lastnim urnikom, starši pri izvajanju

domačih šolskih obveznosti premalo dosledni in raven znanja je padla.

Omenili ste obšolske dejavnosti, kamor starši vpišejo otroke v želji, da bi ti bili »pametnejši« in zato v življenju uspešnejši. Vi ste obšolske dejavnosti označili za »kradljivce časa«. Zakaj?

Starši zmotno verjamejo, da šola otrokom ukrade otroštvo, ob tem pa pozabljajo, da čas, ki ga otroci preživijo v šoli in ob domačih nalogah, ni daljši od časa, ki so ga njihovi otroci še nedavno morali preživeti v vrtcu. Šola zato ne krade otroštva, kradejo pa ga pretirane obšolske dejavnosti. Nujne za otrokov razvoj so namreč le tiste, pri katerih se otrok razgiba, kajti šolski predmet šport, nekdanja telesna vzgoja, že dolgo ne pomeni več toliko igranja nogometa in košarke, teka ali telovadbe, temveč celo reševanje testov. Otroci, predvsem dekleta, si radi izberejo več obšolskih dejavnosti hkrati, zato morajo biti starši tisti, ki bodo dovolj pametni in bodo znali otroka ustaviti.

Kaj pa tisti otroci, ki pokažejo izrazito nadarjenost za določeno področje, na primer šport?

Starši tistih otrok, ki so do začetka osnovne šole prepoznani za nadarjene na določenem športnem področju, bodo morda lahko vzgajali vrhunškega športnika, toda zavedati se morajo, da bo tak otrok do svojega 30. leta zaradi športa utrpel veliko telesnih poškodb, tudi nepopravljivih. To pa je davek za starševsko vest, saj so starši tisti, ki bi morali poznati posledice, ne otroci. Pogosta napaka je tudi ta, da starši vpišejo otroka k športni aktivnosti zaradi njegove tekmovalnosti in pomanjkanja socialnega duha, upajoč, da bo otrok pri skupinskih športih najboljši, ali pa zato, ker ima otrok težave pri komunikaciji z vrstniki in upajo, da bodo skupinski športi te težave odpravili. Tako prvim kot drugim svetujem, naj se raje ukvarjajo z individualnimi športi, kot so veslanje, plavanje, lokostrelstvo, suvanje krogle, tek ... Prvim zato, ker bo med njimi in ekipo nenehno prihajalo do nesoglasij, drugim zato, ker morajo najprej pridobiti višjo samopodobo pri individualnem športu, šele nato se lahko vključijo v skupinske.

Kolikokrat pa so obšolske dejavnosti le odraz nerealiziranih želja staršev?

Tolikokrat, da so svojčas na eni od ljubljanskih glasbenih šol ob vpisu otrok vedno vprašali, če niso morda starši tisti, ki se želijo vpisati v glasbeno šolo. Verjemite ali ne, toda kar nekaj mam se je vpisalo! (smeh) Starševski vzgib omogočiti otroku vse, kar njim ni bilo omogočeno, je med najbolj plemenitimi, težava pa se pojavi, ko otrok te dejavnosti zavrača. Na starševsko vprašanje, kako naj prisilijo otroka, da nadaljuje z obiskovanjem glasbene šole, vedno odgovorim, naj bodo otroku zgled, naj se tudi sami vpišejo, nato pa doma vadijo skupaj z otrokom. Pot z dobrimi željami je včasih tlakovana tudi na ta način.

Mnogi starši se tako pri vzgoji kot pri navajanju otroka na samostojno delo opirajo na različne vzgojne pristope, metode (sočutna, permisivna, avtoritativna, finska vzgoja ...). Kakšno sito naj uporabijo za svoje odločitve?

Najnovejši vzgojni pristopi so praviloma modni in nepreverjeni, četudi se bodo v specifičnih okoliščinah izkazali za dobre; finski pristop k vzgoji na primer odlično deluje na finske otroke, dokler jih starši vzgajajo v domačem okolju. Ko pa se ti otroci preselijo v drugo državo in se parametri spremenijo, finska vzgoja preprosto ne deluje več. Pri vzgoji večine otrok zato velja uporabljati preverjene pristope in metode. Starši se lahko odločijo za nainovejše, toda ko

opazijo, da te ne učinkujejo, naj brez zadrege izberejo starejše, predvsem na domačih tleh preverjene metode, ki jih v svojih priročnikih za vzgojo priporočam tudi sam. Sito, po katerem vprašujete, naj bodo vrednote, po katerih so starši živeli že pred otrokovim prihodom. Če je ena od teh vrednot zdravje, si bodo ti starši najbrž prizadevali tudi za zdrav način življenja otroka. Če starši verjamejo, da obstoječi šolski sistem otroku ne bo prinesel delovnega mesta in plačila, je njihova odločitev za šolanje otroka na domu najbrž razumna; takšni starši bodo zagotovo poskrbeli za nekaj individualnih učiteljev in sami opravili velik del vzgojnega procesa, otrok pa bo ob koncu šolskega leta opravil le izpit. Če otroke vzgajamo po lastnih vrednotah, je vzgoja lahko vedno intuitivna.

Kako se v vaše pojmovanje vzgoje vključuje kazen? Kaj je primerna kazen v času, ko nas otrok zaradi »dveh po riti« že lahko toži?

Zakonodaja je pri nas popolnoma jasna. Fizično kaznovanje in psihično maltretiranje nista dovoljena, četudi nekateri starši nevede to še vedno počnejo (stresanje otroka). Zgodi se tudi, da starši otroka fizično kaznujejo z »dvema po riti«, ko se ta znajde v nevarnosti in vedo, da je otrok ogrožen, če ne bodo ničesar storili. Takšno kaznovanje otroka je odraz njihovega trenutnega čustvenega odziva, zvišanega adrenalina, strahu in ljubezni, s takšnim kaznovanjem pa otroku posredujejo jasno sporočilo, da napake ne sme več ponoviti. Povsem drugače pa je, če otrok stori enak prekršek in ga starši fizično ali psihično kaznujejo šele čez čas, ko se na primer vrnejo domov. V tem primeru že lahko govorimo o nasilju, ki ima za otroka lahko resne posledice. Fizičnemu kaznovanju nasprotujem, čeprav vem, da v določenih situacijah lahko pride tudi do njega.

Kakšna naj bo, če že mora biti, kazen, da bo vzgojna?

Idealna kazen je naravna posledica – otrok pozabi vzeti rokavičke, zato ga pozneje zebe v roke. Toda ker nanjo ne gre vedno računati, otroka kaznujemo tako, da mu odvzamemo privilegije, za katere verjame, da mu pripadajo: pametni telefon, računalnik, izvenšolske dejavnosti, pravica do lastnega razpolaganja s časom ipd. Večina staršev se bo najbrž strinjala, da otroku, če se ta ni učil in če je zaradi neznanja dobil nezadostno oceno, za štirinajst dni odvzame telefon. Otrok bo seveda rekel, da je telefon zastarel in da mu je vseeno zanj, s



ZGOVORNO Z MARKOM JUHANTOM

tem pa »prepričal« starše, da kazen predčasno preklicajo. In jo tudi bodo. Če bodo starši vztrajali in bo taka kazen trajala štirinajst dni, obstaja nevarnost, da bo otrok postal pasiven in le počakal, da kazen mine. Prava in primerna kazen bi bila v tem primeru tista, ki bi trajala toliko časa, dokler otrok ocene ne popravi. Otroku bi s tem dobil priložnost, da aktivno poseže v »dogajanje«, in se naučil, da se je vredno potruditi za boljše ocene, s tem pa si »kupiti« tudi mir pred starši. Ne pozabite, da je prvi razlog za učenje pri otrocih mir pred starši, učenje zaradi znanja pa je šele na 9. mestu.

Nekateri starši se v želji po približevanju otroku/mladostniku trudijo postati njegovi prijatelji, ne starši. Je takšna »menjava vlog« lahko produktivna?

Otroci lahko postanejo prijatelji staršem šele takrat, ko postanejo samostojni, finančno neodvisni, se odselijo od doma in so sposobni sami skrbeti zase. Vse do tedaj ostajajo otroci. Naloga staršev zato je, da otroku dovolijo odrasti, skrb za otroke mora zato biti zmerna, ne pretirana, hkrati pa mora odnos med starši in otroci temeljiti na zaupanju. Starši, ki želijo biti starši in ne »prijatelji«, morajo imeti avtoriteto. Najstniki, ki jo je zapustil fant, prava mama ne bo prijateljica v pretakanju solza, temveč se bo s hčerko o tem, kaj storiti, pogovorila kot odrasla in odgovorna oseba, ki zna reševati otrokom in najstnikom neznane situacije. Četudi odgovora ne bo našla takoj, bo poznala pot, kje odgovor poiskati, če se le da skupaj s hčerko. Če pa je

mama hčeri »prijateljica« in ima v zakonu slabe izkušnje, bo za hčerino nesrečo hitro okrivila vse moške in s tem partnerstvo že v naprej označila za nekaj slabega.

A če se vrnem k pravemu prijateljstvu med starši in otroci in se izrazim v prisposobi, lahko rečem, da naši otroci v naših očeh postanejo naši prijatelji šele takrat, ko se nam med skodelice s kavo prikradeta dve rahlo okrušeni. Eno okrušeno damo sebi, drugo sosedi na obisku. Odraslemu otroku pa celo, ker ga cenimo najbolj. S tem jim povemo, da jih spoštujemo, da so nam najljubši ljudje. Morda jih imamo premalo ob sebi, saj nenehno hitijo, a spoštujemo jih do te mere, da jim ponudimo skodelico, ki je bila doslej namenjena le gostom.

V luči novega koronskega vala in morebitnega vnovičnega zaprtja šol so starši prepričani, da so njihovi otroci že v času prvih dveh zaprtij veliko zamudili. Ne, ko gre za znanje, temveč ko gre za socialne stike, druženje, odraščanje. Je ta »zamuda« res tako velika, da bi lahko na otrocih pustila posledice?

Na Vzgoja.si opravljena obširna in podrobna raziskava med več tisoč anketiranimi starši v času prvega koronskega zaprtja pri nas je pokazala, da se je mnogim družinsko življenje v tem času izboljšalo in so bili z njim zadovoljni; izkazalo se je, da so imeli več časa za otroke, otroci različnih starosti in sposobnosti so se zaradi ukinitve obšolskih dejavnosti znova začeli igrati med seboj, kar 65-odstotkov anketiranih

staršev pa je zapisalo, da so otroci postali tudi manj ubogljivi. Večini otrok torej ni bilo hudega, na socialni ravni so izgubili le tisti, ki so bili v socialni interakciji manj spretni že prej; tisti bolj zaprti so se v celoti zaprli, starejšim ter bolj introvertiranim najstnikom pa je bolj ustrezalo, da so delali od doma. Več težav so imeli le otroci s posebnimi potrebami, saj zdravstvo ni delovalo, kot bi moralo. In kruto je bilo v družinah, kjer vladata nasilje ali alkohol. Na otrocih koronska kriza ne bo pustila večjih posledic, kajti če kdo, potem so otroci tisti, ki zamujeno najhitreje nadoknadijo. Pri vseh namreč razvoj poteka po enakem vrstnem redu, le da se pri nekaterih na določenem mestu začasno zaustavi, nato pa poskoči in pohiti. Mnogi otroci so v času zaprtja naredili v socialnem razvoju nekakšen premor, potem pa bodo pohiteli in dohiteli svoje vrstnike.

Torej čez desetletje ali dve ne bomo govorili o koronski generaciji, ki jo je zaznamovalo pomanjkanje socialnih veščin?

Četudi bomo, vzrok za to zagotovo ne bo koronska kriza, prepoved druženja ali zaprtje šol, temveč starši, ki jim je za vzgojo otrok zmanjkalo energije.

Je vzgoja otrok res tako naporna, kot se zdi iz vašega pripovedovanja?

Je naporna, predvsem pa znotraj sebe zelo kontroverzna. Poglejte: prvih pet let otroka učite, kako naj govori in kako naj se giblje, naslednjih deset let mu prigovarjate naj bo »tiho in malo bolj pri miru«. Ko ga naučite voziti kolo, mu že postavite mejo, do kje sme, sicer ga bo povozil avtobus. Vzgoja je hkrati učenje in omejevanje otrok. Če jim ponudite veliko možnosti, jih boste morali v mnogočem omejiti in omejevati. To je paradoks vzgoje!

Kot strokovnjaka za vzgojo so vas k sodelovanju povabili tudi v Minicityju, ki deluje v BTC Cityju Ljubljana. Za kakšno sodelovanje pravzaprav gre?

Gre za strokovno sodelovanje. Spremljam, kaj počnejo, včasih kaj zapišem, včasih kaj vprašam, izrazim svoje dvome, preverim. Za njihove redne obiskovalce, učitelje in vzgojitelje redno pripravljam predavanja na najrazličnejše teme s področja vzgoje, ki jih izbiram sam, ali pa jih na željo slušateljev in obiskovalcev Minicityja predlaga njegovo vodstvo. Drug drugega podpiramo, predstavljamo svoje aktivnosti in izmenjujemo izkušnje.

Miha Trefalt



Foto: Vzgoja.si, zajem ekrana



OUTDOOR SHOP

IGLU SPORT



GREMO V ŠOLO

KATERI UČNI SLOG JE PRAVI ZA VAS?

Ljudje se učimo na različne načine. Najpogostejši načini učenja so vidni ali vizualni, slušni ali avditivni in gibalni oziroma kinestetični. Odvisni so predvsem od tega, katero čutilo je pri posamezniku prevladujoče in kateremu čutnemu kanalu namenja prednost pri zaznavanju in sporočanju. S spodnjim testom ugotovite, kateri je najprimernejši za vas, ter na ta način za učenje porabite manj časa in energije.

1 Najlažje si zapomnim snov, ki:

- a) jo preberem na glas ali jo poslušam na posnetku.
- b) je razložena s fotografijami ali skicami.
- c) jo lahko dejansko tudi izkusim v praksi.

2 Med učenjem najpogosteje:

- a) snov ponavljam na glas.
- b) narišem miselni vzorec in naredim izpiske.
- c) delam praktične primere in vaje, dokler snovi ne obvladam.

3 Zame najbolj drži trditev:

- a) Rad/a imam predavanja, razprave in razgovore.
- b) Raje berem, kot poslušam.
- c) Rad/a sem z ljudmi, rad/a se jih dotikam in se jim približam.

4 Ko rešujem nalogo ali problem:

- a) po tihem razpravljam sam/a s seboj.
- b) si poskušam stvari predstavljati.
- c) hodim po sobi in se poskušam vživeti v snov oziroma problematiko.

5 Izberite, kaj od spodaj naštetega najbolj velja za vaš način učenja.

- a) Med učenjem govorim sam/a s sabo in uporabljam notranji dialog. Snov si zapomnim po korakih.
- b) Sem organiziran/a in sistematičen/a, snov urejam ob pomoči barv in skic.
- c) Med učenjem ne morem sedeti, veliko se gibljam in gestikuliram.

6 Najbolje si zapomnim navodila, ki jih od učitelja dobim:

- a) ustno.
- b) zapisana na papirju.
- c) podana med gibanjem, denimo med hojo.

7 Najraje berem:

- a) Na glas.
- b) Po tihem.
- c) Besedilu sledim s prstom.

8 Ali med učenjem potrebujete tišino?

- a) Da, hrup me zelo moti.
- b) Ne, hrup me ne moti.
- c) Ne, pomembno je le, da se lahko gibljam.

**NAJVEČ ODGOVOROV A.**

Najbolj vam ustreza avditivni učni slog, saj si odlično zapornite vse, kar slišite – med pogovori in predavanji. Po navadi se bolje odrežete pri spraševanju pred tablo kot pri pisnem preverjanju, zato je branje snovi na glas za vas odlično »orodje« (lahko pa se tudi posnamete in se učite s poslušanjem). Svoj učni kotiček organizirajte tako, da se boste lahko brez motenj pogovarjali sami s sabo. Hrupu se izogibajte, lahko pa si omislite prijetno in umirjeno glasbo, najboljše instrumentalno. Med poukom nikar ne lenarite, saj vam gre najbolje, če snov prejimate postopoma in si jo zapornite po korakih.



1 JBL Clip 4, prenosni zvočnik, modro-rozast, redna cena 64,40 €, akcijska cena **56,99 €*** **2** JLab JBuddies Studio Folding Kids, slušalke, sivo-vijolične, redna cena 17,99 €, akcijska cena **15,99 €*** **3** Sony mono ICD-PX370, digitalni diktafon, redna cena 74,98 €, akcijska cena **58,55 €*** **4** Sony MP3 NWZ-B183F, predvajalnik, moder, redna cena 69,99 €, akcijska cena **49,22 €*** **5** CellularLine MusicSound, brezžične slušalke, rdeče, redna cena 24,99 €, akcijska cena **21,87 €*** **6** JBL GO 3, brezžični zvočnik, rdeč, redna cena 40,60 €, akcijska cena **35,00 €*** – Mimovrste, Dvorana 8 **7** Flomastri z ojačano konico, 24 kosov, **4,40 €** **8** Faber Castell, metalik označevalci besedila, 8 kosov, **8,15 €** **9** Neon, samolepilni trakovi, 5 kosov, **4,25 €** – Pri Levčku, Dvorana A, klet **10** Deli, samolepilni lističi, različne oblike in barve, **1,19 €** **11** Muflon, samolepilni barvni papir, A4, 13 različnih barv, **3,69 €** – Office&More, Dvorana



⑦

NAJVEČ ODGOVOROV B.

Ste urejeni, organizirani in sistematični ter radi opazujete. Vaš način učenja je izrazito vizualen, zato se poskušajte čim pogosteje učiti tako, da si snov ponazorite s slikami ali skicami. Predavanja si natančno zapisujete in pri tem uporabljate slikovne podobe, skice ali simbole. Zelo vam pomagajo tudi barve – uporabljajte barvna pisala za podčrtovanje in se izogibajte ustnim navodilom, saj ta za vas niso najbolj učinkovita. Raje si jih takoj zapišite in se tako izognite pozabljanju.



⑧



⑪



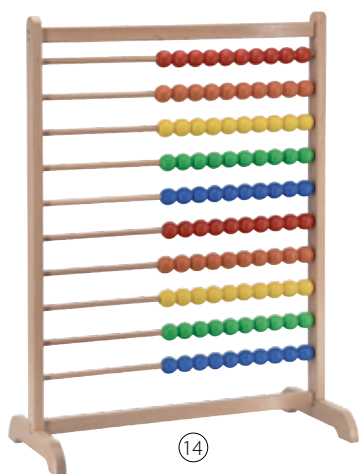
⑫



⑨



⑩



⑭



⑬

NAJVEČ ODGOVOROV C.

Ker se zelo radi gibate, se med gibanjem tudi najlažje učite. Ob učenju se sprehajajte po sobi (če to ne gre in morate sedeti, stiskajte v roki žogico), snov pa lahko zelo učinkovito obnavljate tudi na sprehodu ali celo med tekom v naravi. Vaš učni slog je kinestetičen, zato se najbolje učite takrat, ko določeno delo izvajate oziroma ga izkusite v praksi. Najbolje si zapomnite z opazovanjem in takrat, ko si snov razložite s svojimi besedami, zato se nikar ne poskušajte učiti na pamet. Ker je za vaš učni slog značilno, da si bolje zapomnite celotno izkušnjo kot pa podrobnosti, poskusite tem nameniti nekoliko več pozornosti.



⑮



⑯



⑰



⑱

A, visoko pritličje **12** Okrogle nalepke Emotikoni, 24 kosov, **2,50 €** – Pri Levčku, Dvorana A, klet **13** Tunturi, gimnastična žoga, 55 cm, modra, redna cena 14,90 €, akcijska cena **13,27 €***
14 Viga, lesen abakus, velik, redna cena 68,00 €, akcijska cena **55,26 €*** – Mimovrste, Dvorana 8 **15** Fimo, komplet modelirne mase, **9,50 €** – Pri Levčku, Dvorana A, klet **16** Blue Link, globus, 25 cm (26163), redna cena 28,39 €, akcijska cena **23,06 €*** **17** Gymstick, Antistress Ball žogice, 3 kosi, redna cena 16,90 €, akcijska cena **13,38 €*** **18** Celestron, mikroskop, 28-delni komplet, redna cena 44,76 €, akcijska cena **36,90 €*** – Mimovrste, Dvorana 8.

*Akcijska cena velja do 31. 8. 2021 oz. do razprodaje zalog.



VSE ZA ŠOLO IN PROSTI ČAS

v BTC Cityju Ljubljana

Modela: Valentina in Alex (Avdicija.com)

Fotografije: Aljoša Rebolj (Studio Bomba)

Stilistka: Sonja Rigler

Ličenje: Mini

Pričeska: Aleš Trunkelj (Mič Styling)

Fotografije so posnete v jezikovni šoli Lingula.



▲ **ONA:** GAP, pulover, **24,95 €**; Desigual, obleka, **49,95 €**; Calvin Klein, plašč, **149,90 €** – Emporium; Čevlji, **66,90 €** – Ciciban, Dvorana A, pritličje

ON: GAP, majica, **19,95 €**; Polo, jeans hlače, **84,95 €**; GAP, pulover s kapuco, **29,95 €**; Tommy Hilfiger, pulover, **74,90 €**; Polo, brezrokavnik, **134,95 €**; GAP, kapa, **14,95 €** – Emporium; Čevlji, **65,90 €** – Ciciban, Dvorana A, pritličje

◀ **ONA:** Pulover, **25,95 €**; Krilo, **29,95 €** – United Colors of Benetton, Dvorana A, pritličje; Nahrbtnik, **59,00 €** – Samsonite, Dvorana A, pritličje; Adidas, športni copati, **34,99 €** – Pittarosso, Dvorana A, visoko pritličje

ON: Majica, **17,95 €**; Jopica, **29,95 €**; Jakna, **35,95 €**; Jeans hlače, **29,95 €** – United Colors of Benetton, Dvorana A, pritličje; Champion, športni copati, **29,95 €** – Pittarosso, Dvorana A, visoko pritličje

IZDELKI NA STENI: Nahrbtnik, **49,00 €** – Samsonite, Dvorana A, pritličje; Globus, **27,10 €**; Juhej, že berem, bralna knjižica, **8,95 €**; Zvezek Računanje je igra, 1. del, **7,95 €** – DZS, Dvorana A, pritličje; Barvice, **24,99 €** – Office&More, Dvorana A, visoko pritličje



ONA: Baletna jopica, **9,99 €**; Baletni triko, **12,99 €**; Baletno krilo, **5,99 €**; Plesne gamaše, **3,99 €**; Črni copatki, **16,99 €**; Torba, **12,99 €** – Decathlon, Dvorana 18

ON: Nogometna majica, **7,99 €**; Nogometne hlače, **3,99 €**; Torba, **4,99 €**; Nogometne nogavice, **1,99 €**; Vratarske rokavice, **6,99 €**; Nogometni copati, **24,99 €**; Žoga, **9,99 €** – Decathlon, Dvorana 18



ONA: S.Oliver, krilo, **29,99 €**; S.Oliver, majica, **15,99 €**; S.Oliver, pullover, **29,99 €**; S.Oliver, jakna, **39,99 €**; Skechers, športni copati, **59,95 €** – Baby Center, Dvorana 11; Nahrbtnik, morska deklica, redna cena 56,00 €, akcijska cena **39,20 €***; Balon na palčki, morska deklica, **3,80 €** – Magic Shop, Dvorana A, klet

ON: S.Oliver, hlače, **35,99 €**; S.Oliver, majica, **17,99 €**; S.Oliver, pullover, **29,99 €** – Baby Center, Dvorana 11; Nahrbtnik, dinosaver, redna cena 66,00 €, akcijska cena **46,20 €***; Balon na palčki, dinosaver, **3,50 €** – Magic Shop, Dvorana A, klet

*Akcijska cena velja do 30. 9. 2021 oz. do razprodaje zalog.



ONA: Majica, 14,99 €; Pulover, 19,99 €; Pajkice, 14,99 €;
Športni copati, 24,99 €; Čelada, 22,99 €; Nahrbtnik,
99,99 €; Hulahup obroč, 5,99 € – Intersport, Dvorana 6;
Copati, 19,90 € – Alenka, Dvorana A, visoko pritličje

ON: Majica, 9,99 €; Jopica 42,99 €; Hlače, 29,99 €;
Športni copati, 29,99 €; Bidon, 16,99 €; Čelada, 39,99 €;
Nahrtnik 99,99 €; Rolka, 39,99 €; Skiro, 2v1, 69,99 € –
Intersport, Dvorana 6

MASS

Jesenski MODNI TRENDI iz Massa

Jesen nas bo razveselila z novimi modnimi trendi, ki vas že čakajo v prodajalnah Mass in na spletni strani www.mass.si. To jesen bodo modne smernice razveselile predvsem tiste, ki prisegajo na kombinacijo mode in udobja. Trend, ki je vedno bolj v ospredju, je monokromatska obutev v vseh barvnih kombinacijah, še posebej modni pa so odtenki v barvi, ki ji nekateri pravijo umazano bela, drugi pa barva smetane ali umazana bež.

Pri modnih supergah je še vedno prisoten poudarjen podplat, ki je pogosto v barvi superge ali pa v več skladnih barvnih kombinacijah. Še vedno se pojavljajo tudi logotipi in napisi, ki obutev nadgradijo in popestrijo. Nikakor pa ne gre spregledati nekoliko bolj retro modelov, ki se vračajo v omare vseh ljubiteljev mode.

Obvezen »it« kos te jeseni pa so vsekakor gležnarji. Podplati so nekoliko bolj robustni in pogosto v barvi zgornjega dela, kar ustvarja videz, kot da so izdelani iz enega kosa. V kolekciji boste našli modele Chelsea ali pa takšne z vezalkami, bolj izstopajoči modeli pa imajo tudi razne dodatke zaponk ali kamenčkov. Tudi modni škornji bodo letos večinoma na poudarjenih podplatih in pogosto v barvi zgornjega dela škornja. Skupno vsem letošnjim modnim kosom obutve pa je to, da bodo najbolj všeč tistim modnim navdušenkam, ki obožujejo udobno obutev.

Vsekakor pa se v kolekciji iz Massa najdejo tudi bolj klasični modeli vseh vrst jesenske obutve, ki je primerna za različne generacije in priložnosti.



GIOSEPPO, 79,99 EUR



DESIGUAL, 79,99 EUR



CALVIN KLEIN, 99,99 EUR



TOMMY HILFIGER, 99,99 EUR



TAMARIS, 79,99 EUR



BUGATTI, 79,99 EUR

TOMMY HILFIGER,
99,99 EUR

SKECHERS, 79,99 EUR



MJUS, 150,00 EUR



GUESS, 165,00 EUR



TAMARIS, 99,99 EUR



LIU JO, 170,00 EUR



GIOSEPPO, 89,99 EUR



CONVERSE, 110,00 EUR



TAMARIS, 59,99 EUR

TREND

SPREMENIMO
SOBICO*v otroške sanje*

September je mesec sprememb in tako je napočil tudi čas, da osvežimo ali pa popolnoma prenovimo sobe svojih otrok. Pustite domišljiji prosto pot in ustvarite čarobno pribežališče za svoje najmlajše. Pri opremljanju upoštevajte otrokovo starost, koliko časa preživlja v sobi, kako trajna želite, da bo sobica, in seveda tudi svoje finančne zmožnosti. Naj bo funkcionalna, za otroka udobna, v njej pa naj bodo stvari in motivi, ki jih ima otrok rad.

Na naslednjih straneh podajamo nekaj predlogov za opremljanje otroških sob in posamezne detajle, s katerimi lahko sobice zgolj osvežite.



②



①



③



④



⑥



⑦



⑤



⑨



⑩



⑧



⑪



⑫

1 Cardiff, postelja, dimenzije 140 cm x 70 cm, z možnostjo preoblikovanja v mladinsko posteljo, **229,00 €** – Yes, Dvorana A, klet **2** Ferotehna, namizna svetilka, **9,99 €** – Merkur, trgovski center, Dvorana 17 **3** Stenska ura N51038, **38,90 €** – Huda.com, popravilo ur in nakita, Dvorana A, klet **4** Lifetime Kidsrooms, šotor Dino, **176,00 €** – Kerin.Dom, Dvorana 4 **5** Lifetime Kidsrooms, polvisoka postelja, 207 cm x 102 cm x 152 cm, masiven les, bela, **1.047,00 €** – Kerin.Dom, Dvorana 4 **6** Lifetime Kidsrooms, blazina Dino, **44,00 €** – Kerin.Dom, Dvorana 4 **7** Alda, nočna omarica, **61,00 €** – Yes, Dvorana A, klet **8** Lifetime Kidsrooms, soba, masivno pohištvo: postelja 207 cm x 102 cm, **486,00 €**; zaščitna posteljna stranica z nosilci Space Dream, **154,00 €**; 2x predal pod posteljo, **382,00 €**; posteljina Space Dream, **68,00 €**; blazina Space Dream, **64,00 €**; stenski regal, **90,00 €**; clip-on lučka, črna, **57,00 €**; bombažne lučke, **35,00 €**; zaboj na kolesih, **101,00 €**; preproga Grey Wild 100 cm x 180 cm, **134,00 €**; regal s 3 policami, **356,00 €**; 2x predal za regal, **141,00 €**; vratca za regal, **95,00 €**; usnjeni ročaji, **12,00 €/kos** – Kerin.Dom, Dvorana 4 **9** Lifetime Kidsrooms, preproga Little Dreamer, ø 133 cm, **134,00 €** – Kerin.Dom, Dvorana 4 **10** Lifetime Kidsrooms, blazina Man Cave, **35,00 €** – Kerin.Dom, Dvorana 4 **11** Pikapoka, odeja, različne velikosti in barve, od **42,15 €** – Odeja, Spodnja etaža Emporiums **12** Otroška odeja opica, 80 cm x 100 cm, **19,90 €** – Vitapur, Dvorana A, klet



1 Komoda s predali, 209,90 €, in polička za previjanje, 26,00 € – Yes, Dvorana A, klet 2 Budilka, 12,90 € – Hudaura.com, popravilo ur in nakita, Dvorana A, klet 3 Cool Kids, soba: postelja Tipi Surf s predali in streho, 1.049,00 €; pisalna miza s predali, 369,00 €; regal z dvema predalom, 359,00 €; stol Wave, 282,00 € – Kerin.Dom, Dvorana 4 4 Lifetime Kidsrooms, blazina/valj Dottie, 77,00 € – Kerin.Dom, Dvorana 4 5 Sestavljanke po naročilu, 15,90 € (A4) ali 19,90 € (A3) – Cyber Print Shop, Dvorana A, visoko pritličje 6 Album za fotografije, 15,90 € – Cyber Print Shop, Dvorana A, visoko pritličje 7 Dormeo Shoo-Shoo, igrača, 19,99 € – Merkur, trgovski center, Dvorana 17 8 Lifetime Kidsrooms, tabure Princess Stars, 152,00 € – Kerin.Dom, Dvorana 4 9 Lifetime Kidsrooms, šotor, 158,00 € – Kerin.Dom, Dvorana 4 10 Jakob Extra, otroški vzglavnik, 6,60 € – Odeja, Spodnja etaža Emporijuma 11 Pisalna miza, 182,00 € – Yes, Dvorana A, klet 12 Clip-on lučka mint, 57,00 € – Kerin.Dom, Dvorana 4 13 MemoDream Junior, vzglavnik, 30 cm x 50 cm, 29,90 € – Vitapur, Dvorana A, klet 14 Lifetime Kidsrooms, kotni pograd, 1.697,00 € (cena brez dodatkov) – Kerin.Dom, Dvorana 4



Foto: Saša Kovačič

Minuta z ...

LILO PRAP

ARHITEKTA, OTROŠKA ILUSTRATORKA IN PISATELJICA

S katerimi tremi vrlinami se lahko pohvalite?

Z vztrajnostjo, domišljijo in samokritičnostjo. Vse, česar se namreč lotim, naredim do konca in tako, da sem sama zadovoljna.

Vsaj ena slabost, ki si jo upate javno priznati ...

Nerada priznam lastne slabosti.

Kaj vas spravi »na obrate«?

Zjutraj liter kave, zvečer televizijski Dnevnik.

Rana ura, zlata ura ali nočna ptica?

Jutranje količine kave o meni povedo vse.

Vsejedka, vegetarijanka, presnojedka ali veganka?

Vsejedka, četudi se mesu poskušam izogniti. Že od malega mi ne diši preveč.

»Kontrolfrikica« ali improvizatorica?

Težka improvizatorica. Naj se še tako trudim, da bi v mojem življenju in pri mojem delu vladal red, mi to ne bo uspelo nikoli.

Pri delu vas navdihuje ...

Tako kot vse nostalgike moje generacije me navdihuje glasba – nevsiljivi stari rock, jazz in blues.

Vaš prvi šolski dan – veselje in ponos ali »nočna mora«?

Ko so me prvi dan peljali v šolo, sem mislila, da me peljejo v bolnišnico, saj so na oknih obeh zgradb visele enake zavese. Težka nočna mora torej!

Največja šolska lumparija?

Ni jih bilo ali pa sem jih izbrisala iz spomina. Bila sem pridna učenka.

Znanje v glavi ali na »plonk« listku?

Tako kot večina sošolcev sem tudi jaz pisala »švinglceglce« in se takrat tudi največ naučila. Zadnjega sem napisala po več kot 50 letih za igranje bridža.

Najljubši in najbolj osovražen šolski predmet?

Najljubša predmeta sta bila risanje in telovadba, oba takrat obremenjena s precej manj teorije, kot sta danes. Najbolj pa sem sovražila vse tiste predmete, ki so jih predavali tečni učitelji.

Najljubši šolski krožek?

Likovni krožek in pevski zbor. Rišem še danes, pojem le, če je res nujno.

Kako se spominjate prve šolske ljubezni?

Na osnovnošolske simpatije je ostal le bled spomin. Pravzaprav se ne spomnim, ali si me je sploh kdo od sošolcev upal osvajati, saj sem bila večja in močnejša od njih.

Učenje za življenje ali življenje za učenje?

Ko si otrok, se učiš za življenje, ko pa si starejši in lahko rečeš, da življenje poznaš, si vesel in uživaš v tem, da se vedno naučiš kaj novega.

Na kaj ste v življenju ponosni?

Da sem uspela preživeti do upokojitve, na uspehe, ki so jih doživele moje avtorske slikanice, in kot vsaka mama – na svojega sina.

Kaj je sreča?

Sreča so trenutki. Vsak naslednji je že nepredvidljiv.

Neizpolnjena želja?

Jih nimam. Le tako nisem nikoli razočarana, če se ne izpolnijo.

Kaj vas je naučila koronska kriza?

Peči kruh, prepevati na domačem balkonu in čakati, da vse slabo mine. Predvsem pa se pri vsem zanesti sama nase.



Minuta s ...

PRIMOŽEM SUHODOLČANOM

OTROŠKI IN MLADINSKI PISATELJ

S katerimi tremi vrlinami se lahko pohvalite?

Koroška trma, nepopoljšljivi optimizem in pisateljska lenoba. Ko to združiš, pa mogoče lahko nastane kaj iz tega. Ali pa tudi ne.

Vsaj ena slabost, ki si jo upate javno priznati ...

Ko se zalotim, da sedim pred televizijo in preklapljam, ne da bi sploh kaj gledal. Takrat si rečem, ne, tako pa ne bo šlo! Življenje je prekratko za prelaganje daljinca iz roke v roko.

Kaj vas spravi »na obrate«?

Take zadnje sekunde pri »basketu«, ko se tekma lomi in je Prle polagal. Pa tisto, ko je Roglič mimo cilja še naprej dirkal, ker je najbrž mislil, da je še en krog kronometra.

Rana ura, zlata ura ali nočna ptica?

Kdor zgodaj zjutraj vstane, lahko prej kaj narobe naredi, heh. Pa vendar si vsako jutro rečem, glej, stari, zunaj nastaja nov, lep, topel in sončen dan. Tukaj je, s tabo. Nikoli ne reci 'saj je še jutri'!

Vsejedec, vegetarijanec, presnojedec ali vegan?

Zaradi preživetvenega nagona jem vse, kar je užitno. Tudi radovednost me je gnala, do zdaj še nisem ničesar odklonil. Na potovanjih (uf, kdaj spet bodo) sva z Liljano najraje jedla na ulici, kjer se dobi vse. Tej hrani praviva pocestnica in to v najboljšem pomenu te besede.

»Kontrolfrik« ali improvizator?

Redno moram kontrolirati samega sebe, ker preveč improviziram.

Pri delu vas navdihuje ...

Zagotovo jutro. Svet se prebuja, misli so čiste, zvoki ptic so tu nekje. Največ zgodb sem napisal zgodaj zjutraj.

Vaš prvi šolski dan – veselje in ponos ali »nočna mora«?

Veselje in ponos. Nočnih mor pa nisem imel, čeprav je bil moj oče tudi moj ravnatelj.

Največja šolska lumparija?

Na šolskem izobraževalnem izletu sem raje šel poditi race, kot pa da bi poslušal predavanje. Potem pa sem moral na zagovor k ravnatelju.

Znanje v glavi ali na »plonk« listku?

Ko smo doma gledali kvize in niso vedeli odgovora, so vedno rekli »očija vpraši«. Včasih je bilo znanje res v glavi, zdaj pa že za marsikaj potrebujem »plonk« listke. Vseeno pa sem počaščen, da sem bil vsaj malo pred stricem Googlom.

Najljubši in najbolj osovražen šolski predmet?

Najljubši predmet v šoli je bila šolska klop, pod katero sem imel knjige in stripe ter skrivoma bral. Najbolj osovražen pa je bil šolski zvonec, ki me je pri tem prekinil.

Najljubši šolski krožek?

Kuharski krožek pri gospodinjstvu. Čeprav takrat še nisem vedel, da zlate kroglice samo dodaš v juho. Za vsak primer sem jih kuhal kot špagete in potem se ni dobro izšlo. Kljub temu pa bom v naslednjem življenju zagotovo kuhar.

Kako se spominjate prve šolske ljubezni?

Kot izmenjave med tresenjem, vznemirjenjem in z veliko NTP. To je kratica, ki smo jo med prijatelji radi uporabljali, kadar smo se nesmrtno zaljubili. NTP – nežni telečji pogled.

Učenje za življenje ali življenje za učenje?

Vsak trenutek se učimo, da živimo, in živimo, da se učimo. Znanja in vedenja pa ti nihče ne more vzeti. Pa tudi, če nam nebo pade na glavo, kot je rekel Obeliks.

Na kaj ste v življenju ponosni?

Najprej na družino in prijatelje. Pa tudi na to, da še vedno radovedno pogledujem, kaj se skriva za hribom in kam me bo pripeljal naslednji ovinek.

Kaj je sreča?

Sreča je prijazen pogled, stisk roke in dolg objem.

Neizpolnjena želja?

Da bi bil visok 201 cm in zaigral v NBA.

Kaj vas je naučila koronska kriza?

Kot pravi sedmi Murphyjev zakon: »Nič ni tako slabo, da ne bi moglo biti še slabše«. Kar tudi ni tako slabo, saj je lahko od tam potem samo še boljše.

OTROCI KUHAJO

Starši se velikokrat srečajo z vprašanjem, kdaj so njihovi otroci dovolj veliki, da lahko začnejo pomagati pri kuhanju.

Različne kulture imamo različne načine vzgoje in zato pravega pravila pri tem, kdaj otroka postaviti v kuhinjo in mu dati v roke razne kuhinjske pripomočke, seveda ni. V azijskih deželah na primer otroci že pri približno štirih letih samostojno kuhajo in pripravljajo hrano – od začetka do konca oziroma od tega, da zakurijo ogenj, dajo nanj posodo z oljem, nato dodajo vse sestavine in skuhamo ravno tako dobro jed kot odrasli. Na drugi strani pa pri nas v Evropi včasih otroci še v najstniških letih ne znajo niti narezati zelenjave, kaj šele, da bi znali vključiti štedilnik ali pečico. Pri kuhanju z otroki je najboljša, da se držite načela starši vedo najbolje, saj lahko samo vi ocenite, kakšen je vaš otrok in česa je sposoben. Pa vendar le pogumno! Spodbujajte svoje otroke do varne samostojnosti v kuhinji.

Vse jedi in recepte zanje sta pripravila kuharja v Restavraciji City (13. nadstropje poslovne stolpnice BTC City) – Janja Merhar, vodja kuhinje, in Maksimiljan Kristan.

Vsi recepti so primerni za otroke, saj jedi po njih lahko pripravijo tudi sami.

RIŽOTA Z RAKCI, BUČKAMI, GRAHOM IN BAZILIKO*

Sestavine:

• olje • strok česna • manjša čebula • 40 dag rakcev • bučka
• grah • sol • poper • jušna osnova • maslo

Priprava:

Čebulo in česen olupimo in oboje na drobno nasekljamo. Na olju prepražimo čebulo, dodamo česen in narezane bučke ter na hitro popečene rakce. Začnimo s poprom in soljo.

Nato dodamo riž, premešamo, da postekleni, in zalijemo z vročo vodo ali jušno osnovo. Ko zavre, zmanjšamo ogenj in pokrito dušimo do mehkega.

Pred serviranjem dodamo grah in sesekljano baziliko ter vmešamo košček masla. Vse skupaj postrežemo s parmezanom.

**Priporočamo, da mlajšim otrokom, ki še niso večji kuharskih prijemov, pri pripravi jedi pomagajo odrasli.*





TORTILJA S PIŠČANČJIM MESOM IN ZELENJAVO*

Sestavine:

- pšenične tortilje • olivno olje • strok česna • čebula • lovorov list • rdeča paprika • bučka • korenje • paradižnik • koruza • paradižnikova mezga • mleta paprika
- ščepec soli



Priprava:

V ponvi segrejemo približno eno jedilno žlico olivnega olja, nato dodamo na majhne koščke ali trakove narezan piščančji file in ga popražimo, dokler ne izgubi rožnate barve. Dodamo nasekljano čebulo in česen, skupaj še malo popražimo in dodamo lovorov list. Ko čebula porumeni, dodamo na trakce narezano rdečo papriko, bučko in korenje. Nato po želji posolimo in zalijemo ter dušimo, dokler se zelenjava ne zmehča. Zatim dodamo

še olupljen in narezan paradižnik ter koruzo. Dušimo, dokler se paradižnik popolnoma ne zmehča. Popopravimo, dodamo paradižnikovo mezgo in mleto papriko. Dobro premešamo in pustimo, da se duši, dokler se nadev ne zgosti. V ponev za palačinke kanemo nekaj kapljic olivnega olja in popečemo tortilje. Tortilje nato nadevamo, dokler so še vroče, in jih pustimo, da se pečejo v pečici 10 min. Še vroče postrežemo.

**Priporočamo, da mlajšim otrokom, ki še niso večji kuharskih prijemov, pri pripravi jedi pomagajo odrasli.*



PUHASTI CARSKI PRAŽENEC Z DOMAČO MARMELADO*

Sestavine:

• 3 jajca • 4 dl mleka • ščepec soli • 25 dag moka • žlica sladkorja
• limonina lupinica • olje • sladkor v prahu

Priprava:

V dve posodi ločimo beljake od rumenjakov. V posodo z rumenjaki dodamo mleko, sladkor, limonino lupinico in sol. Zmes z metlico dobro premešamo, da se sestavine spojijo. Nato med mešanjem postopoma dodajamo moko in mešamo še toliko časa, da nastane gladka zmes brez grudic. Pustimo stati vsaj 10 minut. Beljake z električnim mešalnikom penasto umešamo in jih stepemo v čvrst in bleščeč sneg, ki ga z lopatko nežno ter počasi vmešamo v zmes rumenjakov.

Na kuhalnik pristavimo ponev, v kateri segrejemo olje. V ponev z zajemalko vlijemo debelejšo maso. Palačinko pečemo na nizkem ognju in ko se na spodnji strani zlatorjavo zapeče, jo s topo lopatko razdelimo na četrtine ter vsako posebej previdno obrnemo. Počakamo, da se

četrtine zapečejo še na drugi strani, nato pa jih z lopatko razrežemo oziroma natrgamo na manjše kose, ki jih previdno obračamo, vendar ne potiskamo ali mečkamo. Pečemo še toliko časa, da se kosi zlatorumeno zapečejo z vseh strani.

Pripravljen carski praženec serviramo na krožnike in ga posujemo s sladkorjem v prahu. Pripravljeno sladico postrežemo, dokler je še topla. Zraven ponudimo domačo marmelado ali čežano.

**Priporočamo, da mlajšim otrokom, ki še niso vešči kuharskih prijemov, pri pripravi jedi pomagajo odrasli.*

ZA PLAVALNO ŠOLO NI NIKOLI PREPOZNO!

Odrasli si svojega športnega »konjička« izberemo sami, otrokom ga največkrat pomagamo izbrati starši. Želje in sposobnosti tako prvih kot drugih so pogosto različne, a z nekaj dobre volje jih lahko uskladimo – tudi z obiskom celoletne plavalne šole Vodnega mesta Atlantis.



Drži! Celoletna plavalna šola v Vodnem mestu Atlantis je namenjena tako otrokom od tretjega leta starosti dalje kot odraslim in tako neplavalcem kot tistim, ki bi želeli svoje plavalno znanje izpopolniti, predvsem pa vsem, ki si želijo, da bi plavanje postalo ena od (športnih) dejavnosti, ki bi jo z veseljem opravljali skozi vse leto.

»Pri učenju plavanja se pri otrocih razvijata tudi motorika ter čut za odgovornost in timsko delo,« pojasnjuje vodja plavalne šole Vodnega mesta Atlantis Irena Tihel in dodaja: »Statistika pri športni rekreaciji, kot je plavanje, beleži najmanj poškodb pri plavalcih vseh starosti. V nasprotju z drugimi športi, na primer s plesom in z golfom, se pri plavanju enakomerno razvija mišična masa in ni možnosti za razvoj asimetrije mišic. In ne nazadnje – biti v vodi samostojen, biti plavalec je danes s stališča varnosti pravzaprav nuja.« To pa velja tako za otroke kot odrasle, kajne?

Učenje plavanja v celoletni plavalni šoli poteka v majhnih skupinah, ki še omogočajo individualen pristop do vadečih, zanj pa so odgovorni licencirani učitelji, ki z vsakoletnim izobraževanjem dopolnjujejo svoje pedagoško znanje.

Trajanje plavalne šole: od oktobra 2021 do maja 2022 (skupaj 30 ur).

Informacije: www.atlantis-vodnomesto.si

KUPON

PROST VSTOP ZA PRVOŠOLČKE

z rumeno rutko v spremstvu starša/ev

* Prost vstop za prvošolčke z rumeno rutko se obračuna oziroma izvede kot popust v vrednosti otroške vstopnice.

Ponudba velja ob predložitvi kupona na recepciji Vodnega mesta Atlantis v terminu od 1. do 31. septembra 2021 ob nakupu posameznih vstopnic za Svet doživetij. Ena oseba lahko unovči en kupon. Ponudba ne velja ob nakupu darilnih bonov. Akcije se izključujejo.

NEPOZABNA ROJSTNODNEVNA ZABAVA

SKENIRAJTE



Naj vaš otrok doživi nepozabno vodno zabavo v družbi prijateljev.

Skenirajte QR kodo in rezervirajte super doživetje s pestrim programom aktivnosti z animatorji. Poskrbimo tudi za hrano, pijačo in slastno torto.

Informacije in rezervacije na 051 376 398



POTEPANJA

STE ZA **KRIŽARJENJE** PO SREDOZEMLJU?



Zahodno sredozemsko morje je eno najlepših, peščene plaže ter šarmantne prestolnice pa se po turističnem mrtvilu že počasi prebujajo. Po dolgem premišljevanju in naveličanosti nad neprestanimi spremembami pri prehodu meje s Hrvaško smo se tokrat odločili za križarjenje z novo potniško križarko Costa Firenze. V osmih dneh smo obiskali Rim, Neapelj, Catanio, nekaj najlepših plaž na Siciliji in Sardiniji, Palermo, Cagliari. V mestih zaenkrat gneče še ni, je pa na plažah, ki jih obiskujejo tudi domačini. Naše plavajoče mesto Firenze lahko sprejme med 4000 in 5000 potnikov, tokrat je bilo zasedenih 40 % zmogljivosti. Vsakdo od 1200-članske posadke je imel svojo kabino, v običajnih razmerah pa bivajo po štirje skupaj. Manj potnikov na ladji pomeni večje udobje, boljše storitve in večji občutek varnosti.

Kljub epidemiji je ladjar ponudil številne možnosti za izlete, ki vsi po vrsti potekajo po strogem Covid protokolu – v mehurčku. Tudi cene izletov niso tako zasoljene kot pred epidemijo. Tako lahko obiščete Pompeje, se povzpnete na Etno, občudujete slikovito obalo Sorrenta, Positana, Ravello in Amalfija, kjer imajo številni znani na pečinah nad morjem svoja luksuzna domovanja (Sofia Loren, Roger Moore itd.). Ti kraji so navdihnili skladatelje, glasbenike in pisce z vsega sveta. Tu je Richard Wagner leta 1880 sestavil drugo dejanje opere Parsifal. Živahna stara mesta so polna

trgovin in restavracij ... Lahko pa z gliserjem odplujete na otok ljubezni Capri ali na katero izmed najlepših plaž v Italiji – kar sedem izmed desetih se jih nahaja na Sardiniji. Križarjenja ladjarjev Costa in MSC, ki jih ponujata Svet križarjenj in B2B križarjenja, so postala pravi hit letošnjega poletja. Sam postopek vkrcanja je sicer malce zapleten in dolgotrajen, saj je pred vstopom na ladjo obvezno PCR testiranje, ki se ponovi še tretji dan. Vsak dan si morajo potniki obvezno meriti temperaturo. Evropsko digitalno COVID potrdilo žal, ali pa na srečo, ni dovolj.



Bivanje na Costi Firenze je udobno, posadka pa izredno ustrežljiva in prijazna, nikoli nihče ne reče ne. Večina strežnega osebja in sobaric prihaja s Filipinov, vsi pa delijo široke nasmehe in dobro voljo med potnike. Pri zaposlitvi imajo prednost, ker govorijo angleško, mnogi tudi italijansko.

Kulinarična in vinska ponudba je vrhunska, posebnost vsakega dne je destinacijski meni, s katerim želijo izpostaviti tradicionalne jedi posameznih območij. Italija je domovina





NA KRIŽARJENJE Z OTROKI ...

Juhu, gremo na križarjenje, zdaj pa potrebujemo še seznam stvari, ki so na križarjenju obvezne:

Če se boste do pristanišča odhoda odpravili sami, se na pot odpravite dovolj zgodaj, da bodo otroci večji del poti prespali v avtomobilu. Za kratkočasenje imejte s seboj kakšno zabavno knjigo in najljubšo igračo vašega mulčka. Pogovarjajte se z njimi o zabavnih dogodivščinah na ladji in jim razložite, kje boste pluli in na katere izlete se boste odpravili.

Večjo prtljago vam dostavijo v kabine, pri sebi imejte:

- manjši nahrbtnik,
- vlažilne robčke,
- pleničke, če je otrok mlajši,
- adaptirano mleko po potrebi,
- otroško knjigo, karte, igro spomin, igračke,
- komplet rezervnih oblačil v primeru, da pride do »lužice«,
- plastenko z vodo, če bo žeja res huda, sicer pa je na ladji jedilnica večinoma odprta 24 ur na dan.



testenin, svetovno znane so njihove napolitanske pice, sladki sicilijanski kaneloni, limončelo in melonin liker iz Amalfija. Na plavajočem mestu ni nikoli dolgčas. Dneve lahko zapolnite z ogledom znamenitosti, športnimi aktivnostmi, spoznavanjem kulture, izobraževalnimi izleti ali enostavno počivate ob bazenu in se sprostite. Zvečer uživate v

plesnih in glasbenih predstavah v gledališču ali številnih barih, preizkusite svojo srečo v igralnici, plešete v baru oz. diskoteki ali pa ob koktajlu le tiho občudujete zvezde. Posebno pozornost namenjajo otrokom, zanje je res dobro poskrbljeno. Na voljo so številna igrala, od toboganov in bazenčkov s pravičnimi junaki pa do organiziranih animacij

ter predstav ob bazenu, v otroškem klubu in v gledališču.

Smo vas prepričali v odhod na križarjenje? Še ne? Morda vas prepriča podatek, da imajo križarjenja od vseh turističnih oz. počitniških panog najvišji odstotek zadovoljnih gostov. Informacije o križarjenju najdete na www.svet-krizarjenj.si ali www.krizarjenja-b2b.com.

koncerti

28.8.

DAN D: Tiho

3.9.

HAMO & TRIBUTE 2 LOVE: Iz4 kani

9.9.

1na1: GUŠTI & TOMI M.

17.9.

NUŠKA DRAŠČEK: Re-Belle

18.9.

1na1: ŠTRAS & BOJAN CVJETIČANIN

24.9.

**PRISMOJENI PROFESORJI
BLUESA: Prismojeni?**

25.9

SLADICA 20 LIVE

mojekarte.si



25.8.-25.9.2021, BTC CITY
v sodelovanju z Zavarovalnico Generali

MILLENIUM

JESEN JE ČAS ZA ŠC MILLENIUM

V Športnem centru Millenium že dobri dve desetletji skrbijo za dobro psihofizično kondicijo svojih obiskovalcev, ki telo in duha glede na telesno pripravljenost, starost ali želje krepijo na fitnes vadbi, na vodenih vadbah in na petih pokritih teniških igriščih, po zaključenih aktivnostih pa se lahko sprostijo v savni ali pa se okrepcajo v družabnem središču, Watch baru Millenium. Pridružite se jim to jesen tudi vi!

Fitnes vadba

V ŠC Millenium, v katerem so vse kardio naprave opremljene z zasloni, na katerih lahko vadeči med vadbo spremljajo svoje priljubljene televizijske kanale, ničesar ne prepuščajo naključju, zato so poskrbeli tudi za to, da med vadbo ne boste prepuščeni sami sebi. Za pravilno izvedbo vaj – naj gre za pridobivanje mišične mase, rehabilitacijo po poškodbah ali zgolj za krepitev mišičnih skupin, ki jih zahteva vaš priljubljeni šport – poskrbijo strokovno usposobljeni fitnes trenerji, diplomanti Fakultete za šport, ki vse nove člane na brezplačnem predstavitvenem treningu seznani z vsem, kar morajo vedeti, da bo vadba v fitnesu potekala varno in učinkovito. Vsak, ki si želi večjega napredka in vadbe, sestavljene prav za njegove potrebe, se lahko odloči za mesečni program vadbe. S trenerjem bo na podlagi svojih želja opravil testiranje, trener mu bo zatem sestavil program, po katerem bo hitreje in zagotovo dosegel svoj cilj. Na voljo je velik prostor in raznoliki rekviziti za funkcionalno vadbo.

Vodene vadbe

Manj zagrizenim individualistom so namenjene tri starostno diferencirane vodene vadbe, ki potekajo v dovolj majhnih skupinah, da trenerjem še omogočajo individualni pristop do vadečih in pomoč pri pravilni izvedbi vaj. Še vedno aktivni populaciji, ki se vsakodnevno sooča s pomanjkanjem časa, je namenjena vadba Aktivno jutro (vsak torek in četrtek od 7. do 8. ure), ki jim omogoča, da čas pred službo izkoristijo za jutranjo rekreacijo in se na delo podajo polni energije in pripravljeni na nov dan, starejši generaciji pa sta namenjeni vadbi Senior fit in Bodiosteo; prva je namenjena vsem, ki želijo izboljšati telesno pripravljenost ali ohraniti vitalno telo, druga preprečevanju in razvoju osteoporoze.



Tenis



Topla jesen lahko teniško sezono na zunanjih igriščih podaljša za nekaj dni, celo tednov, toda teniški navdušenci bodo v deževni jeseni svoj »prostor pod soncem« zagotovo našli na enem od petih sodobnih pokritih (zagotavljajo temperaturo najmanj 17 stopinj Celzija) teniških igrišč v ŠC Millenium, na katerih bo igranje tenisa tudi v hladnih dneh postalo užitek. Razlog več za obisk je tudi specializirana trgovina s teniško opremo S Šport in možnost zakupa igrišča za določen dan in uro v tednu vse do konca sezone oziroma do 15. maja 2022.

Kineziološka soba

Novost letošnje jeseni je prostor, namenjen individualnim vadbam s trenerjem (funkcionalna vadba, joga, »anti-gravity« joga, kardio vadba), t. i. kineziološka soba s pripadajočimi rekviziti za dober trening. Vadeči si lahko vadbo popestrijo še z virtualnim kolesarjenjem po trasah, ki si jih na spletu izberejo sami. V kineziološki sobi lahko kolesarita največ dva kolesarja, ki se pomerita med seboj.

Po vadbi sprostitev v savni

V ŠC Millenium si lahko po športni aktivnosti ali kar tako privoščite še obisk savne (dve finski, dve turški, dve infrardeči savni), solarija ter bazena s prijetnim zunanjim in notranjim počivalnim prostorom, VIP-savno pa lahko rezervirate le za vaju.

Razlogov za obisk je torej dovolj. Če k temu dodamo še čiste in urejene prostore, najsodobnejše trenažerje in rekvizite za vadbo, strokovnost zaposlenih ter lastno parkirišče, izgovora, zakaj ne bi obiskali ŠC Millenium, preprosto ne boste našli več.

Več informacij:
01/585 15 00
millenium@btc.si
www.millenium-btc.si

SOUSTVARJAMO PRIHODNOST

ZMAGOVALCI TUDI TO POLETJE

Da stojimo na ramenih svojih prednikov, da bi videli dlje, kot je pred stoletji zapisal znameniti fizik, vemo tudi v družbi BTC, zato danes ustvarjamo boljši jutri na vseh področjih človekovega ustvarjanja. Tudi na področju športa, kjer športniki ob podpori družbe BTC že vrsto let dosegajo zavirljive rezultate – tudi to poletje, tudi na olimpijskih igrah.



Marku Balohu znova zlato odličje

Ultramaratonski kolesar Marko Baloh, ki ga na njegovi kolesarski poti že vrsto let podpiramo, je na svoji premierni udeležbi na dirki Race Across Germany (RAG) osvojil zlato odličje v kategoriji Masters (50+) in odlično drugo mesto v skupni razvrstitvi, s tem pa znova dokazal, da se lahko kosa tudi z mlajšimi tekmovalci. 1.117 kilometrov dolgo traso z okoli 8.500 metri višinske razlike, ki se je po treh dneh zaključila pod skakalnico v Garmisch-Partenkirchnu, je prevozil v času 40 ur in 30 minut.

Že tretjič zlati Tim Toplak

Na evropskem prvenstvu v ju-jitsuju za člane, ki je od 17. do 22. julija potekalo v nemškem Maintalu, je Tim Toplak, sponzoriranec družbe BTC in svetovni prvak iz leta 2019, znova osvojil zlato odličje. V kategoriji do 69 kilogramov se je pomeril s predstavniki Rusije, Danske in Srbije ter se tako prebil že v peti zaporedni finale na evropskih prvenstvih, tam pa se je ponovno srečal z največjim rivalom Dimitrijem Bešnecom iz Rusije in zmagal. Čestitkam se pridružujemo tudi mi!



Ana Šteblaj in Nejc Žnidarčič na stopničkah

V začetku julija sta na tekmi svetovnega pokala v spustu na divjih vodah v Banjaluki (Bosna in Hercegovina) slavila kar dva varovanca družbe BTC; najprej je navdušila kajakašica Ana Šteblaj, ki je že s svojim prvim nastopom na tekmah SP v karieri v sprintu osvojila prvo mesto, njen kajakaški kolega Nejc Žnidarčič pa tretje. Obema sta se mesec in pol pozneje za las izmuznili medalji na EP v spustu na divjih vodah v španskem Saberu, kjer sta priveslala na 4. mesto, na prvenstvu pa se je Nejc Žnidarčič veselil zmage v ekipni tekmi.



Foto: Paolo Codeluppi

Podpora akciji #podarizvezek

Z namenom, da otrokom iz socialno ogroženih družin iz Pomurja tudi letos olajšamo vstop v novo šolsko leto, smo se že peto leto zapored pridružili tradicionalni dobrodelni akciji #podarizvezek. Eno od zbirnih mest je bila tudi letos Info točka v BTC Cityju. Akcijo je koordinirala Lokalna razvojna fundacija za Pomurje v okviru Regionalnega stičišča nevladnih organizacij Pomurja v sodelovanju z Dobrodelnim društvom Pomagajmo odprtih src.

Odličja za kolesarke Alé BTC Ljubljana

To poletje so slavile tudi kolesarke, članice italijansko-slovenske ekipe Alé BTC Ljubljana. Štiri članice, med njimi tudi Slovenka Eugenia Bujak, so nastopile na olimpijskih igrah v Tokiu, kjer je Švicarka Marlen Reusser osvojila srebrno medaljo v kronometru. Sredi avgusta pa je del ekipe nastopil na dirki svetovne serije po Norveški, Ladies Tour of Norway, kjer je Mavi Garcia osvojila 3. mesto v 3. etapi. V Franciji je istočasno slavila Marta Bastianelli, ki je na dirki La Périgord Ladies osvojila 1. mesto, na dirki La Picto – Charentaise pa 2. mesto.

SOUSTVARJAMO PRIHODNOST

PONOSNI NA NAŠE OLIMPIJCE

V družbi BTC podpiramo številne športne organizacije in športnike, ki dosegajo uspehe na tekmovanjih na nacionalni in mednarodni ravni, kot dolgoletni sponzor Olimpijskega komiteja Slovenije in slovenske olimpijske reprezentance pa ponosno podpiramo tudi olimpijsko gibanje.

V času letošnjih olimpijskih iger v Tokiu smo zato navijali in stiskali pesti za nastope prav vseh slovenskih športnikov, s ponosom pa spremljali tudi tiste, ki jih podpiramo na njihovi športni poti – moško namiznoteniško reprezentanco Slovenije (Darko Jorgič, Bojan Tokić, Deni Kožul, Peter Hribar), članico Slovenske strelske zveze Živo Dvoršak, ritmično gimnastičarko Ekaterino Vedeneeva, kolesarko Eugenio Bujak in judoistko Tino Trstenjak – ter se veselili njihovih izjemnih uvrstitev.

Zavedamo se, da se športni uspehi začnejo z željo po izjemnih dosežkih in zavidljivih rezultatih, a uresničijo jih številni mali koraki, ki so sestavljeni iz vztrajnosti in trdega dela. Vsi ti mali koraki se danes zrcalijo tudi v kar petih olimpijskih medaljah izjemnih slovenskih tekmovalcev: srebrne Tine Trstenjak v judu, zlatega Primoža Rogliča v vožnji na kronometer, bronastega Tadeja Pogačarja na cestni dirki, zlate Janje Garnbret v športnem plezanju in prav tako zlatega Benjamina Savška v slalomu na divjih vodah.

Vsem športnikom se zahvaljujemo, da so ime naše Slovenije znova ponesli v svet, dokazali, da tudi tako maloštevilni narodi, kot je naš, premorejo veliko športnih junakov, predvsem pa, da so morda navdušili mlajše generacije športnikov, ki se bodo odločili stopati po njihovih stopinjah.

Bravo, fantje in dekleta, bravo naši olimpijci!



Foto: Sašo Radej

Fotografije: Aleš Fevžer

V času Olimpijskih iger Tokyo2020 smo z agencijo PM, poslovni mediji, zasnovali olimpijsko kampanjo, v kateri smo tri izmed naših olimpijcev – Tino Trstenjak, Kristjana Čeha in Eugenio Bujak – »soočili« s prav posebnimi voditelji! Nastala je serija petih zabavnih videov, ki si jih še vedno lahko ogledate na spletni strani www.btc-city.com, za hiter dostop pa poskenirajte QR kodo:



Tvoj prvi izbor vsega, kar je povezano z Applom in še mnogo več!

Najdi najboljšo ponudbo Apple izdelkov v Ljubljani, z vrhunskimi servisnimi in poslovnimi storitvami.

iSTYLE Kristalna palača



Ameriška ulica 8, 1000 Ljubljana

Obratovalni čas:

Ponedeljek - sobota 9:00 - 20:00
Nedelja: Zaprto

Telefon: +386 70 666 222
E-pošta: ljubljana@istyle.si

iSTYLE Citypark



Moskovska ulica 4, 1000 Ljubljana

Obratovalni čas:

Ponedeljek - petek: 9:00 - 21:00
Sobota: 8:00 - 21:00
Nedelja: Zaprto

Telefon: +386 59 209 395
E-pošta: citypark@istyle.si

Preživiš veliko časa na spletu?

Skeniraj QR kodo, se prijavi na iSTYLE spletne novice ter **izkoristi popust pri spletnem nakupu Apple izdelkov na istyle.si**



Digitalna poslovalnica i.triglav

Blizu smo si.
Kjerkoli že ste.

Na daljavo enostavno:

- sklenite, podaljšajte in plačajte zavarovanja,
- prijavite škodo,
- imejte pregled nad škodnim zahtevki in naložbami.



Vse bo v redu.

triglav

triglav.si