

4

LETNIK 3
APRIL 2022
ISSN 2712-5874

NAŠA SKUPNOST



GLASILO ČETRTNE SKUPNOSTI POSAVJE
MESTNE OBČINE LJUBLJANA



ORGANIZACIJE

PODNEBNE SPREMEMBE

ČISTILNA AKCIJA

Glasilo Naša skupnost je vpisano v razvid medijev Ministrstva za kulturo Republike Slovenije pod zaporedno številko 2021.

Izdajatelj:

Četrtna skupnost Posavje
Mestne občine Ljubljana,
Bratovševa ploščad 30,
1131 Ljubljana

Glavni in odgovorni urednik:

Amir Cmojević

Uredniški odbor:

Nataša Pečnik, dr. Boštjan Petelinc,
Tomaž Pišlar, Bojan Žibert

Oblikovanje:

Maša Deu

Lektoriranje:

Aleksandra Kozarov

Tisk:

Schwarz print d.o.o., Ljubljana

Naklada:

4.800 izvodov

Glasilo Naša skupnost izhaja dvakrat letno. Brezplačno ga prejmejo vsa gospodinjstva z območja Četrtna skupnosti Posavje Mestne občine Ljubljana. Glasilo raznaša Pošta Slovenije.

Članki izražajo stališča avtorjev in ne nujno tudi stališča uredništva.

Naslednja številka glasila izide predvidoma septembra 2022.

Vabljeni, da svoje prispevke za naslednjo številko pošljete v elektronski obliki na e-naslov: glasilonasaskupnost@gmail.com najpozneje do 30. junija 2022.

Če želite sodelovati s prispevkom, nam sporočite, da vam bomo posredovali navodila avtorjem za pisanje člankov. Prispevki, ki bodo prispeli prepozno, ne bodo vključeni v septembrsko številko.

Objava komercialnih oglasov

V prihodnjih številkah glasila bomo prostor namenili tudi komercialnim oglasom. Če bi želeli objavo, sporočite to na e-naslov

mol.posavje@ljubljana.si.

Cena objave oglasov je v skladu s cenikom oglasnega prostora, ki ga je Svet Četrtna skupnosti Posavje Mestne občine Ljubljana sprejel na 15. seji 9. aprila 2016.

Uvodnik	3
Dan sosedov 2021	4
Novosti v naši skupnosti	5

Organizacije v naši skupnosti 6

Društvo Abstincent	8
Gerontološko društvo Slovenije	9
Dihamao z naravo v ČS Posavje	10
Otoki športa	11
Župnija Ježica	12
Knjižnica Glinškova ploščad	13
Sedem let Uličnih zmajev v ČS Posavje	14
Talita Sofija Komelj	15
Invazivna navadna barvilnica	16

Podnebne spremembe 17

Čistilna akcija 20

Četrtna skupnost Posavje
Mestne občine Ljubljana,
Bratovševa ploščad 30,
1131 Ljubljana
T: (01) 566 11 23
E: mol.posavje@ljubljana.si
W: www.ljubljana.si /zavihek
ČS Posavje
FB: Četrtna skupnost Posavje

Uradne ure:

ponedeljek: od 8.30 do 13. ure
sreda: od 8.30 do 12. ure in
od 13. do 17. ure
petek: od 8.30 do 12. ure

Strokovna sodelavca:

mag. Hermina Rupnik in
Miran Vratanar

Predsednik ČS Posavje Amir Cmojević je tudi osebno na voljo za pogovor s krajanke in krajan. Vljudno prosimo, da se na razgovor z njim prijavite v času uradnih ur na zgoraj navedeni telefonski številki ali prek e-pošte. Pogovori potekajo po predhodnem dogovoru na se-dežu ČS Posavje.

UVODNIK

SKUPNOST JE PRILOŽNOST ZA POVEZOVANJE

April je mesec, ko vam v branje ponujamo že četrto številko glasila Naša skupnost. V tokratni številki vam predstavljamo organizacije, ki sodelujejo s ČS Posavje in soustvarjajo našo skupnost, v ospredje pa postavljamo nekatere, ki delujejo tudi zunaj lokalnega okolja. Vabljeni k branju intervjuja z našo krajanke, ambiciozno študentko opernega petja Talito Sofijo Komelj, ki letos tekmuje tudi v izboru za Miss Slovenije 2022.

Pomladni meseci prinašajo novo upanje in predvsem lepše vreme, ki nas kar vabita k dejavnostim na prostem. Otoki športa, ki so primerni za športno vadbo vseh generacij, so v vseh 17 četrtnih skupnostih; v naši so kar trije, in sicer v Športnem parku Bratovševa (na območju nekdanjega balinišča), na Tesovnikovi ulici (zraven košarkarskega igrišča) in na območju Rekreativno-izobraževalnega centra Sava.

In ne pozabimo, pomlad je tudi čas, ko v Ljubljani že tradicionalno organiziramo čistilno-olepševalno akcijo Za lepšo Ljubljano, ki bo v naši četrtni skupnosti letos potekala v soboto, 23. aprila, z začetkom ob 9. uri. Skupnostna akcija bo na dveh območjih, in sicer Kmečka strojna skupnost Savlje Kleče organizira čistilno akcijo na območju Roj, Savelj in Kleč, ČS Posavje pa v soseski Ruski car. Pridružite se nam in s tem pokažite, da vam je mar za okolje, v katerem živimo, saj je okoljska ozaveščenost danes še kako pomembna. Na lastni koži namreč lahko prav vse generacije že opažamo podnebne spremembe, o katerih tokrat pišemo tudi v glasilu.

Predstavljamo župnijo Ježica, ki je že več stoletij aktivno vpeta v naše lokalno okolje in v okviru župnijske Karitas med drugim skrbi za krajanke, ki so se znašli v različnih stiskah. Tudi ČS Posavje MOL vsako leto nameni del sredstev za program Pomoč socialno šibkim družinam z območja ČS župnijske Karitas Ježica. Pišemo tudi o tem, da lahko mladi svoj prosti čas kakovostno preživite z Uličnimi zmaji, ki v naši skupnosti že sedem let vsako sredo izvajajo številne aktivnosti, malo manj mladi pa se lahko pridružite Šoli zdravlja, ki že več kot deset let skoraj vsak dan skrbi za jutranjo telovadbo na prostem.

Uvodnik končujem v upanju, da bodo prihajajoči meseci prijazni do vseh nas. Čaka nas tudi super volilno leto, ko bomo izbirali predstavnike oblasti, države in lokalne skupnosti. Volitve so naša državljanska pravica in moralna dolžnost, zato vas tudi sam vabim, da se jih čim bolj množično udeležite in ste tako dejavni soustvarjalci naše skupne prihodnosti.

Prijetno branje glasila vam želim.

Amir Cmojević, glavni in odgovorni urednik
predsednik ČS Posavje MOL

DAN SOSEDOV 2021

Tomaž Pišlar,
predsednik Odbora za kulturo in šport pri Svetu ČS Posavje MOL

Četrtna skupnost Posavje je v soboto, 11. septembra 2021, za svoje krajanke organizirala tradicionalno prireditev Dan sosedov v Centralnem parku soseske Ruski car, s katerim smo zaznamovali praznik četrtna skupnosti.

Na prireditvi, namenjeni vsem generacijam, so se predstavile različne lokalne organizacije in društva. Za zabavni program je poskrbel stand-up komik Rok Škrlep s predstavo Svetovne fore.

Na dogodku je veljal poseben režim gibanja v skladu s smernicami in priporočili Nacionalnega inštituta za javno zdravje. Za vstop na prizorišče je bil pogoj PCT (preboleli, cepljeni ali testirani).

Tudi letos bomo organizirali Dan sosedov, ki bo predvidoma v soboto, 10. septembra 2022. Se že veselimo ...



NOVOSTI V NAŠI SKUPNOSTI

Uredniški odbor



Na pobudo Sveta ČS Posavje Mestne občine Ljubljana je Mestni svet Mestne občine Ljubljana poimenoval in označil park, ki je že od nekdaj namenjen predvsem športnim dejavnostim in je umeščen med Ulico Staneta Severja, pešpotjo pri Vrtcu Ajda, Ulico prvoborcev in Slovenčevo ulico, v Športni park Bratovševa.



Na pobudo Sveta ČS Posavje Mestne občine Ljubljana je bil v Športnem parku Bratovševa postavljen pitnik za vodo. Odžejate se lahko v obdobju od aprila do oktobra, ko ni nevarnosti zmrzali.



Na pobudo Sveta ČS Posavje Mestne občine Ljubljana je Mestni svet Mestne občine Ljubljana območje med Ulico 7. septembra, Glinškovo ploščadjo, Ulico Rezke Klopčič in Mucherjevo ulico poimenoval in označil Centralni park soseske Ruski car. Ime označuje središčno umeščenost v naši skupnosti.



Oktober 2021 je bil urejen varen nivojski prehod čez železniški tir pri železniškem postajališču Ljubljana Ježica, ki omogoča varno prečkanje tira za pešce in kolesarje, kar je bila ena od prednostnih nalog Sveta ČS Posavje Mestne občine Ljubljana. Projekt sta financirala podjetje Slovenske železnice in Mestna občina Ljubljana.

ORGANIZACIJE V NAŠI SKUPNOSTI

Uredniški odbor

ORGANIZACIJA	DEJAVNOST
Prostovoljno gasilsko društvo Ježica, Ježica 11, Ljubljana	Opravljanje javne gasilske službe
Prostovoljno gasilsko društvo Stožice, Stoženska ulica 18, Ljubljana	Opravljanje javne gasilske službe
BEŠTEKteater, Savlje 101, Ljubljana	Organizacija gledaliških iger, kinopre
Humanitarno društvo Nikoli sam, Bratovševa ploščad 6, Ljubljana	Čaj ob petih – Tedenske srečevalni
	Risarsko izražanje Riši, barvaj in ust
	Živimo zdravo in srečno – energijske
	Brezplačno merjenje krvnega tlaka Brezplačne meritve in diagnostika z
Kulturno umetniško društvo Zrela pot, Bratovševa ploščad 30, Ljubljana	Glasbeno področje – ženska vokaln smi za dušo, ki ne smejo v pozabo, glasbi drugih narodov, partizanskih p
	Področje ohranjanja kulturne dedišč izdaja tematskih zloženok in organiza
Spominsko društvo Novi cvet, Ulica prvoborcev 13, Ljubljana	Organizacija tradicionalne proslave in organizacija komemoracije na pa mrtve.
Društvo Vrtnica, Bratovševa ploščad 30, Ljubljana	Ples za vse generacije
Pobuda Skupaj na ploščad!, Bratovševa ploščad 7, Ljubljana	Skupaj na ploščad! prebivalce sos o potencialih odprtih površin med b celovite prenove. V tem okviru organ Pot dobrot, vodene sprehode po Po dejavnosti za skrb in oživitev javnih p
Skupina ljubiteljice joga za starejše, Bratovševa ploščad 30, Ljubljana	Joga za starejše
Disc golf klub Ljubljana, Linhartova cesta 94, Ljubljana	Vadba disk golfa (2x na teden), bre skupine, klubski turnirji, rekreativni tu dnevi, športni dnevi za šole
Društvo Šola zdravja – skupina Ruski car, Slamnikarska cesta 18, Domžale	Jutranja telovadba 1000 gibov

	KJE IN KDAJ SE IZVAJAJO DEJAVNOSTI/PROGRAMI	KAKO SE LAHKO PRIDRUŽIM/ KONTAKT
	Srečanja mladine do 15. leta ob ponedeljkih ob 17 h, nad 15 let ob torkih ob 20 h v prostorih PGD Ježica	Janja Juršič, predsednica E: info.jezica@gzl.si, T: 041 373 414
	Srečanja mladine vsak četrtek ob 18 h v prostorih PGD Stožice	Tedej Strah, predsednik E: predsednik.stozice@gzl.si T: 041 344 349
predstav, razstav, okroglih miz	Prosvetni dom Savlje-Kleče	E: bestek.teater@gmail.com FB in IG: bestek.teater
pece in ustvarjalnice	Vsak četrtek od 16 h do 19 h v kletnih prostorih ČS Posavje, Bratovševa ploščad 30	Iztok Kosenburger, predsednik E: nikolisam@outlook.com ali prek spletnega obrazca na spletni strani https://nikolisam.si/kontakt
varjav	Vsak četrtek od 17 h do 19 h v kletnih prostorih ČS Posavje, Bratovševa ploščad 30	Vseh dejavnosti se lahko udeleži vsakdo brezplačno.
e vaje in pristopi	Ob četrtekih od 17.30 do 19 h in po dogovoru ob sobotah od 17 h do 19 h	
	Vsak prvi četrtek v mesecu od 17 h do 18 h	
radiestezijskim nihalom	Vsak prvi četrtek v mesecu od 17.30 do 18.30	
na skupina Medenke, v kateri pojejo pesmi s poudarkom na slovenski ljudski glasbi, pesmih in starejših popevkah.	V kletnih prostorih ČS Posavje, Bratovševa ploščad 30	Lidija Deu, predsednica E: zrela.pot@gmail.com T: 041 278 082
šrine – organizacija tematskih predavanj, predavanja vodeni ogledov po Ljubljani.	Vodeni ogledi potekajo na območju Ljubljane, predavanja pa v dvorani ČS Posavje, Bratovševa ploščad 30	Nove pevke se lahko pridružijo, ko je prosto mesto, po opravljenem preizkusu. Vabila za vodene ogledne in predavanja so objavljena na obvestilnih mestih.
ob Dnevu ČS Posavje - 7. september	V Spominskem parku 7. septembra in na pokopališču Stožice.	Mojca Slovenc, predsednica E: mojca.slovinc@ljubljana.si
rtizanski grobnici ob dnevu spomina na	V kletnih prostorih ČS Posavje, Bratovševa ploščad 30, vsako sredo od 20 h do 22 h in vsak petek od 19 h do 22 h	Metka Pečan, predsednica E: gwinsy.meti@gmail.com ali Vincencij Jakopič E: vincencij.jakopic@gmail.com T: 041 830 209
seske Ruski car spodbuja k razmisleku bloki ter k vključevanju v proces njihove organiziranja dogodek Kino med bloki, Tržni dan poti dobrot, Urbano čebelarjenje ter druge površin v soseski.	Deluje na odprtih javnih površinah soseske Ruski car in ČS Posavje.	Damjana Zaviršek Hudnik, vodja pobude E: skupajnaploscad@gmail.com
	V kletnih prostorih ČS Posavje, Bratovševa ploščad 30, ob torkih in četrtekih od 9 h do 11 h	Božena Orličnik, vodja skupine E: bozena.orlcnik1@gmail.com T: 031 891 419
zplačne predstavitve za posameznike in turnirji za začetnike, teambuildingi, rojstni	Disk golf igrišče Stožice (zraven Hipodroma Stožice)	Aleksander Savnik, predsednik E: discgolf.klub.ljubljana@gmail.com T: 030 659 490
	V Športnem parku Bratovševa na rokometnem igrišču (med vrtcem in bifejem Forco) vsak dan, od ponedeljka do sobote, razen nedelje in praznikov, ob 7.30	Pridružite se vadbi skupine Ruski car in vzpostavite kontakt s Karlo Korošec, vodjo skupine. E: info@solazdravja.si T: 059 932 066

DRUŠTVO ABSTINENT

LAHKO VAM POMAGAMO ..., KER VERJAMEMO V SPREMEMBE

Društvo za urejeno življenje **ABSTINENT** je nevladna organizacija v javnem interesu za opravljanje človekoljubne dejavnosti socialnega varstva.

S svojim delovanjem si prizadevamo za reševanje stisk posameznikov, ki tvegano in škodljivo pijejo, ter njihovih svojcev. Podatki Nacionalnega inštituta za javno zdravje kažejo, da tvegano pije pol milijona Slovencev, težava pa je najpogosteje prikrita. Stigma glede alkoholizma je v Sloveniji še vedno zelo velika. Tvegano in škodljivo pitje alkohola posameznikom in družinam povzroča številne stiske in težave (socialne, finančne, zdravstvene), zato si želimo pomagati vsem, ki se s težavo soočajo.

Na nas se najpogosteje obrnejo svojci, ki pridejo v **Svetovalnico** na individualni pogovor, na katerem dobijo informacije, podporo in usmeritev za reševanje težave. Po vzpostavljeni abstinenca se posamezniki in svojci vključijo v **Skupine za urejanje**, katerih srečanja so namenjena ohranjanju abstinence in utrjevanju novega življenjskega sloga.

Vse, ki se kakorkoli srečujete z alkoholizmom in vas to spravlja v stisko, vabimo, da se oglasite na individualnem pogovoru, da skupaj ugotovimo, kako resna je težava.

Vabimo vas, da nas pokličete na **064 244 497** ali nam pišete na **društvo.abstinent@gmail.com**. Na voljo smo vam vsak delovni dan.

Vedno imamo možnost izbire. Vedno obstaja rešitev.

Program podpirajo Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, Ministrstvo za zdravje, Mestna občina Ljubljana, Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij v Republiki Sloveniji, Občine Brezovica, Ig, Kamnik in Medvode.



»Minister za zdravje opozarja:
Prekomerno pitje alkohola škoduje zdravju!«

GERONTOLOŠKO DRUŠTVO SLOVENIJE

Dr. Marija Milavec Kapun,
podpredsednica Gerontološkega društva Slovenije

Gerontološko društvo Slovenije v slovenskem prostoru deluje že več kot 50 let, vse od ustanovitve leta 1969. Društvo z interdisciplinarnim pristopom naslavlja različne vidike starosti in staranja posameznika in družbe. Na državni ravni trenutno izvajamo tri večje programe, ki jih podpira Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij v Republiki Sloveniji (FIHO): Starejši človek z demenco in njegova družina, Svetovanje starejšim ljudem o starostnem varstvu in problematikah v starosti ter Informiranje starejših ljudi. V programe, ki so za prebivalce Slovenije brezplačni, se letno vključi več kot 500 oseb. Zaradi potreb, ki smo jih zaznali v okviru našega terenskega dela, smo v lanskem letu razvili dva nova programa: Zagovorništvo in opolnomočenje starejših ljudi in Organizirano prostovoljstvo, ki ju že izvajamo.

V sodelovanju z Mestno občino Ljubljana že več let prirejamo strokovne in znanstvene posvete o temah s področja starosti in staranja ter s tem aktivno prispevamo k udejanjanju slogana Ljubljana – starejšim prijazno mesto. V zadnjih štirih letih smo izdali več publikacij, namenjenih tako strokovni kot laični javnosti. Izdali smo strokovno monografijo »Ljubljana – starejšim prijazno mesto: izboljšanje socialne vključenosti starejših v Mestni občini Ljubljana po pandemiji covid-19« in »Skupnostna skrb na področju demence v Mestni občini Ljubljana ter znanstveno monografijo Prilagoditve na trgu dela za starejše v Mestni občini Ljubljana« ter »Aktivno staranje v Mestni občini Ljubljana – izziv znanosti«. V okviru strokovnega posveta smo izdali zbornik prispevkov strokovnega posveta »Vadba na prostem za starejše v Mestni občini Ljubljana« in priročnik oziroma vadnica za starejše z naslovom »Vadba na trim otoku za starejše v Mestni občini Ljubljana«. Posebno skrb namenjamo tudi področju demence. Izdali smo priročnik »Ljubljana – starejšim prijazno mesto: družbeni napredek na področju skrbi za starejše ljudi v Mestni občini Ljubljana – Vaje za vadbo spomina in zbranosti 5«. Vse publikacije so na voljo v številnih splošnih in strokovnih knjižnicah po Sloveniji, nekatere pa lahko brezplačno dobite tudi na raznih dogodkih, kjer se predstavljamo in v naši društveni pisarni.



GERONTOLOŠKO
DRUŠTVO
SLOVENIJE

V sodelovanju s Četrtno skupnostjo Posavje za vse zainteresirane krajanke in krajanje pripravljamo predavanje z naslovom **Kakovostna oskrba ljudi z demenco v domačem okolju**, ki bo v torek, **17. maja 2022, ob 17. uri v kletni dvorani Četrtna skupnosti Posavje**, Bratovševa ploščad 30, Ljubljana.

Predavatelj, dr. Nikolaj Lipič in Petra Boh, diplomirana delovna terapevtka, bosta na predavanju predstavila življenje človeka z demenco v demenci prijaznem okolju. Na predavanju bosta predstavila osnovne značilnosti demenc, pravice ljudi z demenco, kako kreirati in soustvarjati vsakdanjik človeka z demenco. Poudarek bo na pomenu vključevanja oseb z demenco v vsakodnevne dejavnosti ter prilagojeni verbalni in neverbalni komunikaciji, ki je primerna zanje. Dotaknila se bosta prehranjevanja ljudi z demenco, ustvarjanja dnevno-nočnega ritma kot tudi preprostih dnevnih opravil, kot so oblačenje, hranjenje in skrb za osebno higieno. Imeli boste možnost seznaniti se z nekaterimi tehnikami sproščanja, primernimi za ljudi z demenco. Na kakovostno življenje ljudi z demenco pomembno vplivajo njihovo počutje in zdravje ter tudi fizično okolje. Z namenom preprečevanja padcev vas bomo seznanili z ustreznimi prilagoditvami v domačem okolju, ki omogočajo lažje, predvsem pa bolj varno izvajanje dnevnih opravil. Vedenje človeka z demenco se občutno spremeni na bolje v okolju, ki ga sprejema in mu daje ustrezno podporo. Prav to bo osrednje sporočilo njunega predavanja. Toplo vabljeni k udeležbi, ki je za vas brezplačna.

Gerontološko društvo Slovenije, Trg prekomorskih brigad 1, Ljubljana.

T: 064 279 221 E: info@gds.si W: www.gds.si FB: Gerontološko društvo Slovenije

DIHAMO Z NARAVO V ČS POSAVJE

Bernardka Krnc,
Društvo Šola zdravja



Društvo Šola zdravja po vsej Sloveniji že 14 let izvaja jutranjo telovadbo po metodi 1000 gibov, ki smo jo lani uspešno dopolnili z novo dejavnostjo Dihamo z naravo.

V ČS Posavje deluje skupina **Šola zdravja Ljubljana Ruski car**, ki telovadi po metodi 1000 gibov **vsak dan razen nedelje in praznikov, ob 7:30 na roketnem igrišču pred Bratovševo ploščadjo** (med vrtcem in bifejem Forco). Vadba traja 30 minut.

V nedeljo, **21. maja 2022**, ob **17:30** bo v sodelovanju s ČS Posavje organizirana brezplačna vadba **dihamo z naravo v ČS Posavje**.

Zbirno mesto bo na roketnem igrišču pred Bratovševo ploščadjo (med vrtcem in bifejem Forco). Odpravili se bomo v miren kotiček v naravi, kjer bomo izvedli vadbo, ki jo bo vodil prof. športne vzgoje Andraž Purger.

Zakaj je vadba Dihamo z naravo edinstvena?

Vadba je del projekta, ki je humanitaren, medgeneracijski in brezplačen za vse udeležence.

Za koga je primerna vadba Dihamo z naravo?

Popoldanska vadba je primerna za vse, ki si želite nadgraditi znanje o svojem telesu in umu, pri čemer vas skozi gibanje in vizualizacijo vodijo usposobljene vaditeljice in vaditelji Društva Šola zdravja.

Kaj pridobim z vadbo Dihamo z naravo?

Naučite se preproste in enostavne metode za umirjanje uma, spoznate vaje za gibljivejšo hrbtenico, ki je steber živčnega sistema, in vaje za dvig imunskega sistema.

Kako poteka vadba Dihamo z naravo?

Aktivnost sestavljajo sprehod v naravi, umirjanje uma in telesa, dihanje s trebušno prepono, vaje za hrbtenico in dvig imunskega sistema in tapkanje celega telesa.

Koliko časa potrebujem za vadbo Dihamo z naravo?

Skupinska brezplačna vadba je na vsaki lokaciji enkrat tedensko popoldne, traja pa približno eno uro.

Seznam lokacij rednih vadb Dihamo z naravo je na spletni strani Društva Šola zdravja www.solazdravja.com.

Vabljeni, da se nam pridružite!



BREZPLAČNA VADBA ZA VSE GENERACIJE

Športna zveza Ljubljane v sodelovanju z Mestno občino Ljubljana že dolgo skrbi za ozaveščanje in izobraževanje o pomembnosti telesne dejavnosti, posebno pozornost pa namenja prav telesno manj dejavnim osebam.

Med različnimi programi, ki jih izvajajo v konzorciju Razgibajmo Ljubljano, je tudi brezplačna vadba na otokih športa. Na kar 17 lokacijah po Ljubljani bo od 1. marca potekala vodena vadba za razvoj splošne moči in gibljivosti. Vadba bo potekala enkrat tedensko po 60 minut.

Ste že našli primerno vadbo zase?

Od 1. marca dalje vabljeni na Otok športa.

Vadba v naši četrtini skupnosti bo potekala na **Trim otoku RIC Sava ob torkih ob 7. uri.**

Prijave niso potrebne. Vadbo izvajajo strokovno usposobljeni trenerji.

Športni strokovnjaki, vadba, svetovanje in dobra družba. Brezplačno!

Ostale lokacije in urnike preverite na www.razgibajmoljubljano.si ali na www.szlj.si.

Program sofinancirata Mestna občina Ljubljana in Fundacija za šport.



ŽUPNIJA JEŽICA

Tomaž Logar

V župnijo Ježica spadajo Ježica, Savlje, Kleče, Mala vas ter Bratovševa, Glinškova ploščad in Mucherjeva ulica. Središče župnije je cerkev svetega Kancijana in tovarišev.

Župnija je bila ustanovljena leta 1803. Vključevala je vse prebivalstvo in je postala središče vasi, ki takrat še niso bile del Ljubljane. Zraven cerkve so sezidali tudi šolo in društveni dom. Sedanjo podobo je cerkev dobila tik pred drugo svetovno vojno, ko so obstoječi stavbi prizidali še novi del.

Cerkvena stavba je znana predvsem po mozaikih. Del mozaikov je naredil Stane Kregar, najnovejše pa naš župljan Lojze Čemažar. Predstavljajo vso zgodovino odrešenja od stvarjenja sveta do Jezusovega vstajenja, najnovejši pa upodabljajo Marijino življenje.

V župniji se pri nedeljski mašah zbere približno 400 ljudi. Svete maše v nedeljo so ob 8 h, 10 h in 19 h. Ob delavnikih so maše ob 19 h, razen ob torkih, ko so ob 7.30.



V župniji deluje več skupin. Otroci obiskujejo veroučno šolo, v kateri se učijo o veri in se pripravljajo na odgovorno odraslo življenje. Fantje se lahko pridružijo ministrantom, v župniji so tudi skavti, ki se zbirajo iz več sosednjih župnij. Mladostniki lahko sodelujejo v mladinski ali študentski skupini. V župniji je tudi več zakonskih skupin, v katerih se pogovarjajo o različnih temah, ki jih prinaša sedanj čas v naše družine. Imamo tudi dve skupini starejših in dva pevska zbora.

V župniji je zelo dejavna Karitas, ki pomaga ljudem v naši okolici. Nekaterim razdeljujejo hrano, drugim svetujejo, nekaterim pa pomagajo s plačevanjem položnic, da prebrodijo finančno krizo.

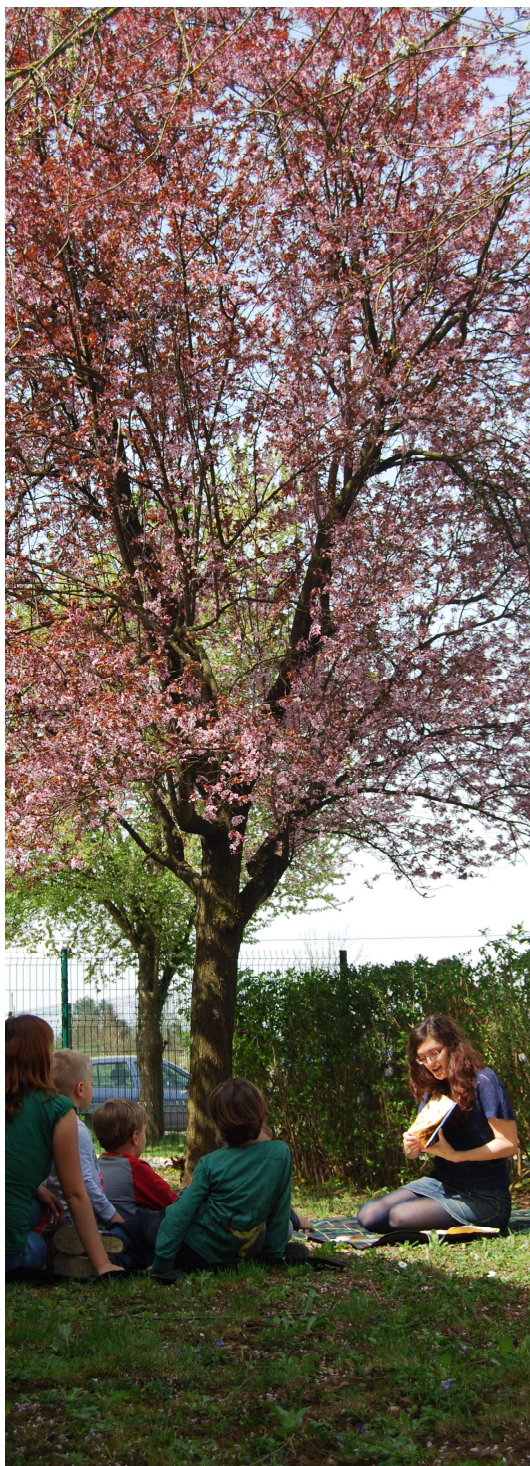
Zraven cerkve je edini samostan sester misijonark ljubezni v Sloveniji, ki so bolj znane kot sestre matere Terezije ter delujejo na različnih področjih v Ljubljani in Sloveniji. Imajo hišo za brezdomce, poleg tega obiskujejo ljudi v zaporih, bolnišnicah, domovih za starejše ...

Vabljeni ste, da se pridružite župnijskemu utripu ali obiščete našo cerkev.

Sedanji župnik na Ježici je Sebastjan Likar, ki je med nami že skoraj dve leti. Aktualne dogodke lahko spremljate na internetni strani <http://zupnija-lj-jezica.rkc.si>. Vsak mesec izdamo glasilo *Beseda spodbude*, v katerem so poudarki meseca, ki je pred nami. Naslov župnije je **Kališnikov trg 3**, telefon pa **01 561 22 23**.

KNJIŽNICA GLINŠKOVA PLOŠČAD

Lavra Tinta in Katarina Zidar Dolničar,
Mestna knjižnica Ljubljana



Knjižnica Glinškova ploščad je ena od 35 knjižnic v razvejeni mreži Mestne knjižnice Ljubljana. V svojih prostorih ponuja raznovrstno knjižnično gradivo za vse okuse in generacije, na voljo pa so tudi prijetni in svetli čitalniški prostori z izborom revij, ki si jih lahko izposodite na dom. Otrokom je namenjen samostojen oddelek, kjer se lahko igrajo, berejo ali v pravljčni sobi vsak četrtek ob 17. uri med oktobrom in aprilom prisluhnejo pravljicam. Pred vstopom v knjižnico vas objame velik zelen vrt, kamor v spomladanskih in poletnih mesecih vabimo obiskovalce na branje knjig, listanje revij, klepet ob kvačkanju, na urejanje zeliščnega vrtička in hotela za žuželke ter na delavnice za otroke, na katerih izdelujemo različne izdelke.

Od leta 1993 v knjižnici sistematično predstavljamo dela slovenskih ilustratork in ilustratorjev. Razstave ilustracij in knjižnega slikarstva pripravljamo z namenom, da bi sledili poslanstvu knjižnice – knjižne ilustracije se v knjigi zlijejo z besedilom v celoto, na razstavi pa se predstavijo s samosvojo likovno govorico. Vsako leto postavimo dve razstavi, spomladi in jeseni, predvsem uveljavljenih ilustratorjev, obenem predstavimo knjižnično gradivo, povezano z razstavljavci. Odprtje spomladanske razstave je 2. aprila, na mednarodni dan knjig za otroke. Kulturni program je tako namenjen prav njim, hkrati pa je to tudi začetek dogajanja na knjižničnem vrtu.

Mlade (od 7 do 16 let) vsako poletje povabimo k sodelovanju pri projektih **Poletavci** in **NajPoletavci**. Tiste, ki med poletnimi počitnicami berejo, septembra povabimo na sklepno prireditev, na kateri prejmejo majico in priznanje ter sodelujejo v nagradnem žrebanju.

Odrasle vabimo k sodelovanju v našem projektu **Mesto bere**. V trenutni sezoni branj predstavljamo 30 zanimivih zgodb sodobnih slovenskih avtorjev in avtoric, ki jih med vrsticami različno povezuje mesto Ljubljana. Branja začnemo vsako leto na Ta veseli dan kulture 3. decembra in sklenemo 3. maja. Še je čas, da se nam pridružite!

Berite z nami! Če pa želite poleteti na krilih ilustracij, vas trenutno v knjižnici pričakujejo ilustracije Hane Stupica iz slikanice Rokavička.

SEDEM LET ULIČNIH ZMAJEV V ČS POSAVJE

Katarina Paska, vodja terenske ekipe Uličnih zmajev
Nejc Benčič, koordinator mladinskega uličnega dela Javni zavod Mladi zmaji



Ulični zmaji smo že vrsto let znani obrazi soseske Ruski car. Verjetno ste nas že prepoznali po naši glasnosti, razigranosti, prijaznosti ali pa vsaj po živo zelenih jopicah z napisom Mladi zmaji. Naj se vam na kratko predstavimo.

Ulični zmaji smo mobilna ekipa Javnega zavoda Mladi zmaji, ki izvajamo program mladinskega uličnega dela na različnih lokacijah Mestne občine Ljubljana. Naše poslanstvo je, da mlade opolnomočimo za uresničevanje svojih idej ter jih obveščamo o dogodkih, programih in dejavnostih, ki so jim namenjeni v mestni občini, drugod po Sloveniji in v tujini. Svoje dejavnosti izvajamo v četrtnih skupnostih Šmarna gora, Vič, Golovec in Posavje ter v soseski Celovški dvori. Najdete pa nas tudi na dogodkih za mlade Mestne občine Ljubljana.

Kdaj in kje se znajdemo pri vas ?

Ulične zmaje najdeš v tvoji četrtni skupnosti vsako sredo med 16. in 18. uro, med poletnimi počitnicami pa med 17. in 19. uro. Največkrat nas najdeš na igrišču zraven bara Forca, kjer z mladimi igramo nogomet ali košarko, družabne igre ali se pogovarjamo ter snujemo nove projekte. Če si star(a) med 10 in 29 let in imaš idejo, kako aktivno preživeti prosti čas, ali pa ti je samo dolgčas, nas obišči in se z nami zabavaj.

Najdeš nas tudi med zimskim časom, ko se pred mrazom skrivamo v prostorih Četrtna skupnosti Posavje na Bratovski ploščadi 30, ki nam jih četrtna skupnost vsako sredo velikodušno odstopi za izvajanje programa.

Kaj vse pripravljamo letos ?

Letos, kot vsako leto, v sodelovanju s Četrtno skupnostjo Posavje pripravljamo tokrat že šeste **Posavske igre**. Namenjene so mladim in bodo potekale v zadnjem tednu šole v juniju. Namen Posavskih iger je združevati mlade iz soseske ter ustvariti prijetno razpoloženje in krepiti vzajemnost.

Aprila bomo za mlade pripravili **Lov na zaklad**, pa tudi kakšna čistilna akcija ne bo manjkala. Mesec bomo posvetili predvsem športu in ozaveščanju skupnosti o ekoloških temah. V jesenskih mesecih vam skupaj s stanovalci Bratovski ploščadi pripravimo še kosanjev piknik, v zimskih mesecih pa potopisno predavanje.

Vabljeni, da nas obiščete in se nam pridružite.

Dogodke in druge zanimivosti lahko spremljate na instagram profilu **@ulicnizmaji** in na spletni strani **www.mladizmaji.si**.



Talita Sofija Komelj iz Četrtna skupnosti Posavje je 22-letna študentka opernega petja na Akademiji za glasbo v Ljubljani. Je prejemnica številnih nagrad in priznanj na domačih ter mednarodnih pevskih tekmovanjih. Konec februarja je postala tudi finalistka tekmovanja za Miss Slovenije.

Talita o svoji izkušnji:

»Projekt Miss Slovenije je že do zdaj presejal moja pričakovanja. Prijavila sem se bolj za hec, prejela pa sem ogromno darilo: mnoga, koristna izobraževanja z zelo uspešnimi poslovnimi partnerji, priložnost pospešenega osebnostnega razvoja, za katerega si tako ali tako nenehno prizadevam, poslovne priložnosti in čudovita nova znanstva z dekleti. Vsaka se ukvarja s čim zanimivim, smo z zelo različnih področij, družijo pa nas to, da smo vse zelo ambiciozne, se pripravljene razvijati in entuziastično delati za uresničitev svojih sanj. V taki družbi res uživam, navdihuje me!«

Talita pravi, da tudi na lastne oči opaža, da ima še vedno veliko ljudi predsodke do tovrstnega sodelovanja, saj si predstavljajo kopico rivalskih deklet, ki se znajo samo smehljati in sprehajati v kopalkah.

»V resnici gre za nekaj povsem drugega; to ni več lepotno tekmovanje, ampak projekt z vsebino, ambasadorstvo Slovenije, kar je bila tudi prva stvar, ki jo je na razgovoru poudarila organizatorica in lastnica licence Miss Slovenije Jelka Verk.«

V sodelovanju z Varstveno-delovnim centrom (VDC) Zasavje Talita opozarja tudi na družbeno odgovornost, medgeneracijsko povezanost in vključevanje ljudi s posebnimi potrebami. Pravi, da ji je to področje še posebno pri srcu.

»Ponosna sem, da kot bodoča operna pevka tudi sama prispevam k podiranju stereotipa, da so misice neumne in neizobražene. Sodobne misice so pogumne, inteligentne, delavne in močne, vsestransko sposobne ženske.«

Spremljajte Talito in druge finalistke pri njihovih izzivih na Facebooku na uradni strani *Miss Slovenia for Miss World (Official)*. Letos bo v fokusu Občina Braslovče, rdeča nit projekta pa podjetništvo na podeželju. Septembra bo tam potekal tudi končni izbor. Držimo pesti!

Talita Sofija v lastni kreaciji, ekološki obleki iz Tosaminih odpadnih materialov, ki jo je nosila na polfinalu Miss Slovenije v Zagorju konec februarja 2022.

INVAZIVNA NAVADNA BARVILNICA

Marija Stare

V naši četrtini skupnosti je bila na nekaterih vrtovih opažena invazivna navadna barvilnica, ki je bila še nedavno v naših krajih neznana rastlina, zato vam jo želim na kratko predstaviti.

Navadna barvilnica (*Phytolacca americana*) je prišla v Evropo iz Severne Amerike kot okrasna rastlina v 17. stoletju. Šele na začetku 21. stoletja, z začetkom klimatskih sprememb, pojavom kratkih in milih zim, tornadov in žleda, je začela kazati invazivni značaj. Najprej se je začela močno širiti v gozdovih zahodne Evrope, ki so jih prizadeli tornadi.

V Sloveniji se je začela množično širiti po letu 2014, ko sta slovenske gozdove prizadela žled in nato še podlubniki. Na nastalih velikih posekah se je začela barvilnica kot svetloboljubna rastlina takoj invazivno širiti.

Barvilnica je trajna zelnata rastlina. Njeni nadzemni deli z začetkom zime odmrejo. Močne, mesnate in razmeroma mehke korenine pa zimo preživijo in spomladi iz korenin odženejo številni poganjki. Starejša ko je rastlina, več poganjkov požene in bolj je podobna grmu. Zraste lahko do tri metre in pol visoko. Ima velike liste, ki so podobni listom tobaka. Poleti se začnejo stebela barvati rdeče. Cveti so bele ali roza barve, združeni v številna grozdasta socvetja. Cveti vse poletje, do pozebe. Medtem ko cveti, se že razvijajo na grozdih jagode, ki so sprva zelene, nato rdeče, popolnoma zrele so temno vijoličaste, skoraj črne. Vsebujejo sok magentne barve in v vsaki jagodi je deset semen. Obod semena je velik, seme pa je kalivo do 40 let.

Barvilnica oddaja v zemljo toksine, ki preprečujejo kaljenje semena gozdnega drevja. Tvori velike, goste in neprehodne sestoje, ki obstoječemu avtohtonemu rastju jemljejo svetlobo in hrano. Preprečuje obnovo gozda. Strupena je za človeka in živali, z izjemo nekaterih ptic, ki se z njenimi jagodami prehranjujejo in raznašajo seme na nove lokacije.

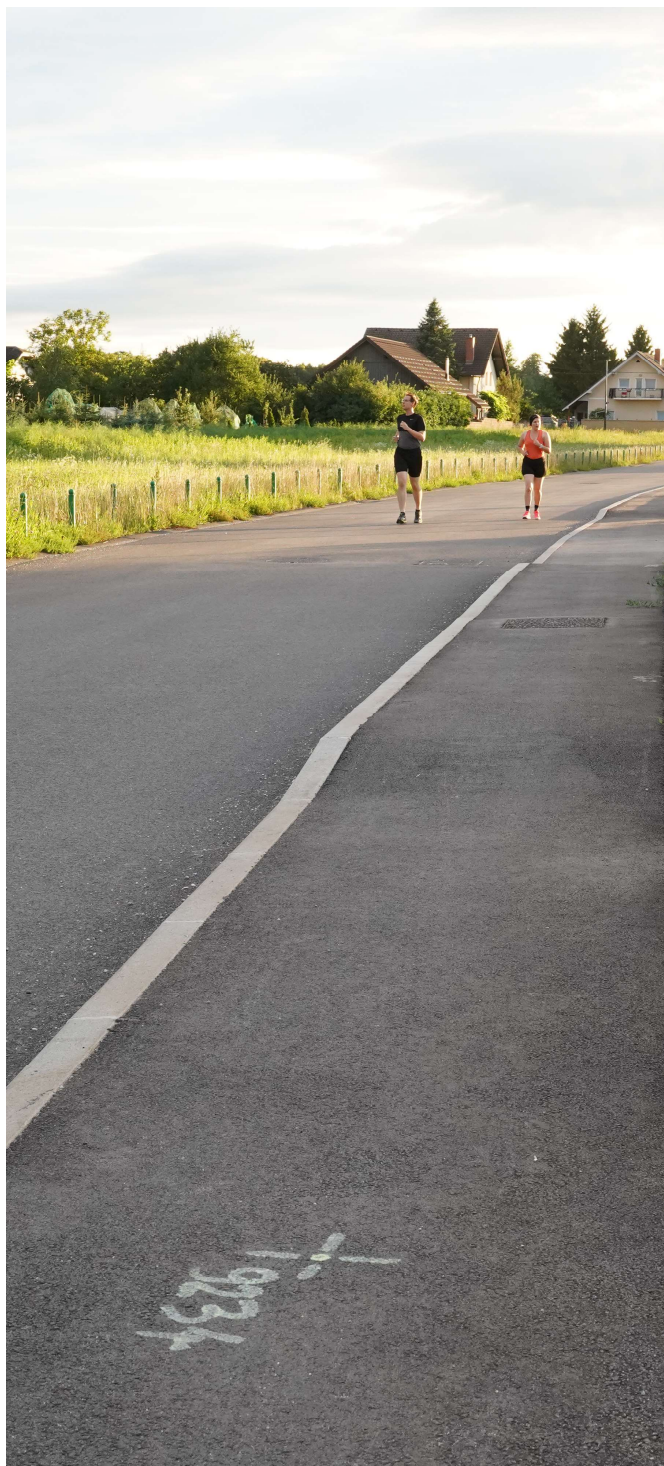
Uničiti jo je mogoče tako, da z nožem, sekiro ali rovnico odrežemo od tri do pet centimetrov vrhnjega dela korenine, kjer so zbrani vsi poganjki. Odrezanih in izpuljenih korenin ne smemo pustiti ležati na zemlji, ker se lahko spet ukoreninijo. Preostali, odrezani del korenine lahko ostane v zemlji, kjer propade. Kjer je rastlin veliko, jih lahko izčrpavamo s tem, da jih pokosimo, takoj ko se začnejo odpirati prvi cvetovi. Košnjo je treba ponavljati več zaporednih let. Predvsem je treba preprečiti tvorbo semen.

Odstranimo jo z naših vrtov, da zavarujemo naše gozdove!



PODNEBNE SPREMEMBE – KAJ SO IN KAJ LAHKO STORIMO

Dr. Boštjan Petelinc,
podpredsednik ČS Posavje MOL



Vse bolj se ljudje zavedamo, da so bile napovedi strokovnjakov v poznih 80. letih prejšnjega stoletja o podnebnih spremembah pravilne. V zadnjih desetletjih zime niso več, kar so bile, zabrisuje se meja med letnimi časi, prehod iz enega obdobja v drugega je neverjetno hiter, temperature v vročinskih valovih so višje in trajajo dlje, neurja so močnejša in pogostejša. Prav tako imamo v posameznem letu več sušnih obdobj, kar neugodno vpliva na pridelavo hrane. Ljudje podnebne spremembe doživljamo različno, nedvomno pa je, da lahko vplivajo na naše zdravje, sposobnost pridelave hrane, varnost in delo.

Po navedbah strokovnjakov Združenih narodov se podnebne spremembe nanašajo na dolgoročne spremembe temperatur in vremenskih vzorcev. Ti so lahko naravni, na primer zaradi sprememb v sončnem ciklu. Od leta 1800 so bile glavno gonilo podnebnih sprememb človeške dejavnosti, predvsem izgorevanje fosilnih goriv, ki ustvarja emisije toplogrednih plinov, te pa delujejo kot odeja okoli Zemlje, ki ujame sončno toploto in dvigne temperature. Primera izpustov toplogrednih plinov, ki povzročajo podnebne spremembe, sta ogljikov dioksid in metan. Vzrok za izpuste je uporaba bencina za vožnjo avtomobila ali premoga za ogrevanje stavbe. A tudi čiščenje zemlje in gozdov lahko sprošča ogljikov dioksid. Glavni vir emisij metana pa so odlagališča odpadkov. Ključni povzročitelji emisij v okolje so energija, industrija, promet, zgradbe, kmetovanje in raba zemljišč.

Podnebne spremembe so dejstvo in meritve kažejo na znaten trend dvigovanja temperature zunanega zraka, priča smo tudi pogostejšim in širše izraženim ekstremnim vremenskim dogodkom. Po ocenah znanstvenikov cilja Pariškega sporazuma o omejitvi dviga globalne temperature znatno pod 2 stopinje Celzija do leta 2050 v primerjavi s predindustrijsko dobo skoraj zagotovo ne bomo dosegli. To pomeni, da lahko v prihodnje pričakujemo še večje in bolj izražene spremembe. Slovenija, ki je država raznovrstnih pokrajin in podnebnih tipov, ocene o izraženosti posameznega vpliva podnebnih sprememb zato še toliko

bolj potrebuje. Hkrati pa so podnebne projekcije zaradi velike podnebne pestrosti Slovenije tudi bolj negotove kot na nekaterih drugih območjih Evrope in sveta.

Evropska unija je leta 2020 sprejela tako imenovani evropski zeleni dogovor, s katerim naj bi se EU preoblikovala v sodobno, z viri gospodarno in konkurenčno gospodarstvo in ki bi zagotovil, da bomo na območju EU do leta 2050 dosegli ničelne neto emisije toplogrednih plinov. Pri tem bo gospodarska rast ločena od rabe virov in tako noben človek kot noben kraj ne bi smel biti prezrt. To je bila pogumna odločitev, ki ji bodo sledile vse države Unije. Za doseg tega cilja se morajo sedanje ravni emisij toplogrednih plinov v naslednjih desetletjih znatno znižati. Kot vmesni korak k ogljični nevtralnosti je EU povečala podnebne ambicije do leta 2030 in se zavezala, da bo do tega leta zmanjšala emisije za vsaj 55 odstotkov. EU v okviru svežnja Pripravljeni na 55 pripravlja revizijo evropske zakonodaje na področjih podnebja, energije in prometa, da bi sedanje zakone uskladila z ambicijami za leti 2030 in 2050.

V Sloveniji za obdobje do leta 2030 podnebna strategija sloni na sprejetih odločitvah, opredeljenih v različnih sektorskih dokumentih, med katerimi igra pomembno vlogo Celoviti nacionalni energetskega podnebni načrt, ki prevzema vlogo akcijskega dokumenta. Podnebna strategija sektorske dokumente nadgrajuje z zastavljeno vizijo in dolgoročnimi cilji do leta 2050 ter usmeritvami za njihovo doseganje. Prav tako si z Resolucijo o dolgoročni podnebni strategiji Slovenije do leta 2050 (podnebna strategija) zastavlja jasen cilj, da do leta 2050 doseže podnebno nevtralnost. Emisije toplogrednih plinov





bo do leta 2050 zmanjšala za 80 do 90 odstotkov glede na leto 2005, izboljšala ponore (shranjevanje ogljika v tleh) ter hkrati pospešila izvajanje politik prilagajanja na podnebne spremembe in zagotavljanje podnebne varnosti prebivalcev.

Strategije prilagajanja na podnebne spremembe so potrebne tudi na lokalni ravni, mesta pa imajo pri njihovem izvajanju pomembno vlogo. Prilagajanje mest na podnebne spremembe dopolnjuje prizadevanja za zmanjšanje izpustov toplogrednih plinov v mestih, kot so energetske prehode v mestih, mobilnost, krožno gospodarstvo ter trajnostna raba zemljišč in rešitve, ki temeljijo ohranjanju in vzpostavljanju čim bolj naravnega okolja v mestih.

Na najnižji, a nadvse pomembni ravni k zmanjšanju podnebnih sprememb lahko prispevamo tudi posamezniki. Eden od osnovnih korakov je, da kupujemo lokalno in trajnostno in da ne odmetavamo hrane. Krajanke in krajanje ČS Posavje imamo srečo, da temu osnovnemu cilju lahko sledimo v naši bližini na Poti dobrot, ki vodi do kmetij na Ježici, v Savljah in Klečah, prav tako lahko v okviru Mestne občine Ljubljana na urejenem vrtničarskem območju Ježica najamemo lasten kos zemlje in sami pridelamo zelenjavo. Prispevamo lahko tudi tako, da odgovorno ravnamo z vodo, ločujemo in zmanjšujemo odpadke, smo odgovorni do narave, spodbujamo pospešen prehod v nizkoogljično družbo z zeleno energijo ter za pot na delo uporabljamo kolesa, javni prevoz in druga nepotrpatna prevozna sredstva.



SOBOTA

23. APRIL OB 9:00

PRED LEKARNO



OČISTIMO NAŠO OKOLICO

AKCIJA SE IZVEDE V VSAKEM VREMENU.
ČS POSAVJE BO ZAGOTOVILA ZAŠČITNE ROKAVICE IN VREČKE.
ZA ČISTILNO AKCIJO OBUJTE POHODNE ČEVLJE.
ZA OKREPČILO IN DOBRO VOLJO BO POSKRBLJENO.
ČISTILNE AKCIJE NAJ SE UDELEŽIJO LE ZDRAVE OSEBE
BREZ ZNAKOV PREHLADNIH BOLENJ.



Četrtna skupnost
Posavje

Mestna občina
Ljubljana



LJUBLJANA.
Zate.