z vami že 25 let

Interni časopis podjetja Želva d.o.o.

Št. 2, marec 2017

ŽELVAK

Kulinarika:
Naravno barvanje pirhov

Zdravje:
Probiotiki

Tema meseca:
Bivalna enota Ig

Dogajalo se je ...
Pust v Želvi

Postavljanje latnika

Intervju z Liljano Kotnjek

Sodelovanje na 15. razstavi jaslic

Uvodnik

Marec – mesec obračunov, čas, ko se pospešeno pripravljajo zaključni računi za preteklo leto in letna poročila. Pričakovanja so visoka in prve informacije kažejo na to, da smo poslovali pozitivno. Bolj podrobno vam bom poslovanje predstavila naslednjič, ko s pregledom poslovnih knjig zaključijo tudi revizorji. Med tem časom smo revidirali poslovne knjige Zavoda Nova Želva, kar je Svet Zavoda na svoji redni seji tudi potrdil.

V času od decembra 2016 do februarja 2017 je potekal tudi redni letni Popis sredstev in obveznosti ali »inventura«, kot mu na kratko rečemo. K takšnemu popisu nas zavezuje Zakon o gospodarskih družbah in Slovenski računovodski standardi. Običajno v komisijo imenujem zaposlene, ki vsaj malo poznajo naš poslovni sistem, predvsem in izključno zato, da delo poteka hitro in učinkovito. Ker zavedanja glede samega popisa še nismo v celoti sprejeli, bi ponovno izpostavila dejstvo, da je popis obvezen in zavezuje vse zaposlene v podjetju.

S prvim februarjem je začel veljati tudi nov Pravilnik o ugotavljanju prisotnosti alkohola, drog oziroma drugih prepovedanih substanc na delovnem mestu. Pravilnik je dosegljiv na vseh dogovorjenih mestih. S samo vsebino ste bili seznanjeni že pred sprejetjem, tako da se za morebitna dodatna vprašanja obrnite na pooblaščene osebe v podjetju.

Z novim letom sem kot direktorica Želve postala tudi članica Lions kluba Ljubljana-Barje, kjer sem na uvodnem sestanku predstavila Želvo in njeno delovanje ter dosežke, ki jih je podjetje doseglo v 25 letih obstoja.

Vsakodnevni ritem nas je pripeljal že v tretji mesec letošnjega leta, ki je zaznamovan s praznovanjem žensk.

Dan žena (izvirno »Dan delovnih žena«) je mednarodni praznik žensk, ki ga v približno 100 državah praznujejo vsako leto 8. marca. Je dan praznovanja ekonomske, politične in socialne enakopravnosti ter dosežkov žensk. Boji za enakopravnost žensk so potekali v Evropi in po svetu ter tudi na slovenskih tleh. Tako je že leta 1897 začel izhajati ženski časopis Slovenka, medtem ko je bilo prvo žensko društvo ustanovljeno leto kasneje. Pomembna je letnica 1906, ko je Marija Urbas kot prva Slovenka doktorirala, in sicer iz filozofije na graški univerzi. Ženske pa so se približale enakopravnosti s tem, ko je bila leta 1945 uzakonjena splošna volilna pravica. *(vir: https://sl.wikipedia.org).*

8. marec je torej dan, ki ga praznujejo vse ženske po svetu in se na ta način med seboj povezujejo. Prav tako tudi 25. marca povsod po svetu praznujemo materinski dan, ki je posvečen izkazovanju pozornosti, hvaležnosti in priznanju materam za njihovo poslanstvo.

Kaj pravzaprav ženska predstavlja v današnjem svetu? Pritrdile mi boste, moje drage sodelavke, da je to vse prej kot lahka naloga, vendar obenem tudi čudovita. Današnja ženska je ujeta v pričakovanja družbe, poslovnega sveta, družine, moških in nenazadnje lastnih želja in hrepenenj. Ženske smo tiste, ki imamo moč in sposobnost, da spremenimo svet, zato ob praznovanju žensk v tem mesecu čestitam vsem svojim sodelavkam, poslovnim partnericam, ter vsem ženskam, ki so na kakršen koli način povezane z Želvo, za njihov pogum, vztrajnost in sposobnost biti ženske v vseh vlogah, ki jih živimo.

Direktorica Mira Potokar, mag. posl. ved

Kolofon

ŽELVAK

Letnik 3, št. 2, marec 2017
Interni časopis podjetja Želva d.o.o., Ulica Alme Sodnik 6, 1000 Ljubljana
Telefon: 01 280 33 00, e-pošta: info@zelva.si, www.zelva.si
Ilustrator naslovnice in ilustracij: Izidor Fiegl
Oblikovanje in prelom: Patricija Kastelic
Uredništvo: Tina Ponikvar, Kosana Jarec, Silvana Lešnjek, Barbara Škerlj

Dogajalo se je ...

SAMOPOMOČ PRI STRESU

Zaposlene obveščamo, da bomo v letu 2017 po enotah podjetja Želva izvajali predavanja Samopomoč pri stresu, ki jih bosta vodili Suzana Bohorč in Darja Jamnik. O datumu in kraju izvedbe bodo zaposleni obveščeni naknadno.

SODELOVANJE NA 15. SLOVENSKI RAZSTAVI JASLIC Z MEDNARODNO UDELEŽBO

V LANSKEM LETU SMO ŽE TRETJE LETO ZAPORED SODELOVALI NA 14. RAZSTAVI JASLIC Z MEDNARODNO UDELEŽBO NA SVETI GORI PRI NOVI GORICI. TOKRAT SE JE S SVOJIMI GLINENIMI JASLICAMI PREDSTAVILA NAŠA UPORABNICA SAŠA DOPONA.

Saša je zelo ustvarjalna, ima smisel za estetiko, in tako je ustvarila čisto posebne jaslice. Kombinirala je dve različni glini, belo in rjavo, kar je precej zahtevna tehnika, saj ima vsaka glina svoje lastnosti. Za izdelavo je prejela posebno priznanje, jaslice pa so bile na ogledu v mesecu decembru na Sveti Gori.

Lidija Šošter

IGRAJ SE Z MANO

V OKVIRU MEDNARODNEGA FESTIVALSKEGA LETA »IGRAJ SE Z MANO« JE 14. FEBRUARJA V CANKARJEVEM DOMU ŽE DESETIČ TRADICIONALNO POTEKAL MEDNARODNI LIKOVNI NATEČAJ »BODI UMETNIK« Z RAZSTAVO LIKOVNIH DEL, KI SMO SE GA UDELEŽILI TUDI UPORABNIKI VARSTVENO-DELOVNEGA CENTRA TER UPORABNIKI SOCIALNE VKLJUČENOSTI.

Po uvodnem delu z bogatim kulturno-animacijskim programom je sledila postavitev izdelkov na panoje. Nato smo se zabavali na ustvarjalnih delavnicah

ob jazz glasbi. Za zaključek smo si ogledali muzikal Pogum v produkciji OŠ Gustava Šeliha Maribor.

Tomaž Pišlar

Kadrovske novice

Jubilanti

V mesecu februarju in marcu je svoj jubilej obeležilo kar 15 zaposlenih.
Jašaragić Meho, Kopač Lucija, Martinčič Katja, Milošević Predrag, Mišmaš Anton, Osterman David in Ribić Jasminka so obeležili 5. jubilej; Kovač Vesna, Krpan Elizabeta in Bradač Iztok so obeležili 10. jubilej; Cimperman Milka, Koritnik Ksenija, Pogorelec Barbara, Zajc Martina in Beć Boris pa so naši sodelavci že 15 let.

PUST V ŽELVI

OGLED HELIOPORTA IN REŠEVALNE POSTAJE UNIVERZITETNEGA KLINIČNEGA CENTRA V LJUBLJANI

VARSTVENO-DELOVNI CENTER PODJETJA ŽELVA ŽE TRETJE LETO SODELUJE Z ZDRAVSTVENO FAKULTETO V LJUBLJANI NA PODROČJU ŠTUDENTSKE PRAKSE. V ENI OD SKUPIN SO BILI ŠTUDENTI, KI ŠTUDIRAJO OB DELU. MED NJIMI JE BIL ŠTUDENT, KI DELA NA REŠEVALNI POSTAJI UNIVERZITETNEGA KLINIČNEGA CENTRA IN JE SAMOINICIATIVNO POVABIL UPORABNIKE IZ VDC- JA NA ROZMANOVI NA OGLED HELIOPORTA IN LJUBLJANSKE REŠEVALNE POSTAJE.

Uporabniki s spremljevalci so si najprej ogledali helioport. Izvedeli so, da helioport predstavlja veliko pridobitev za celotno Slovenijo in za povezave izven njenih meja. Uporabljajo ga za pristanke helikopterjev, ki prevažajo poškodovance, bolnike iz drugih bolnišnic, novorojenčke v inkubatorjih in podobne prevoze. Uporabniki so bili navdušeni nad požarno opremo helioporta, saj je opremljen s dvema gasilnima topoma in sistemom za samodejno gašenje, ki se sproži v primeru požara na helioportski ploščadi. Uporabnikom je bilo žal, da niso videli pristajanja helikopterja, so se pa lahko fotografirali na ploščadi helioporta. Sledil je ogled reševalne postaje. Prijazni reševalci so uporabnikom predstavili način in ključne podatke za klic v sili. Vsak, ki kliče številko 112, se predstavi, pove vzrok za klic in lokacijo poškodovanca oziroma bolnika. Ogledali so si predstavitveni film o storitvah nujne medicinske pomoči in nenujnih reševalnih prevozov, bodisi z reševalnimi vozili bodisi z motorjem. Po končani predstavitvi so si ogledali reševalna vozila: reanmobil, nujno reševalno vozilo za prevoz pacientov, nenujno reševalno vozilo in motorno kolo, specializirano za potrebe reševalca.

Uporabniki so z zanimanjem in navdušenjem spremljali predstavitev helioporta in reševalne postaje, zato ta dogodek ocenjujemo kot primer dobre prakse.

Kosana Jarec

POSTAVLJANJE LATNIKA V NOVI GORICI

POLEG DREVES, GRMOVNIC, TRAJNIC IN ENOLETNIH LEPOTIC PREDSTAVLJAJO POMEMBEN ELEMENT VRTA TUDI RAZLIČNI DODATKI, KOT SO KLOPI, OGRAJE ... TER OGRODJA OZ. LATNIKI ZA VZPENJAVKE, KIVI IN TRTE.

Ogrodja so lahko različnih oblik in materialov. Za Primorsko je značilen lesen latnik. Skoraj ni stare hiše, ki ne bi imela latnika za zaščito pred soncem, obenem pa je na njem obrodilo še grozdje.

Za latnik se najpogosteje uporabljajo koli iz akacije - po domače kaca. S posebnim strgalom se kole olupi. Po starem so konico kola, ki je bila zabita v zemljo, ožgali. S tem so podaljšali življenjsko dobo kola.
Dela na objektu je spretno vodil Uroš Humar. Za pokončna kola smo v zemljo pokončno položili večji odtočni cevi (vsaj za 10 cm večji premer od kola), ju zabetonirali, vanju položili akacijeva kola ter zasuli z mivko, ki zelo trdno drži kol. Nato smo na pokončna kola z vijaki in žico pritrdili prečni kol. Na fasadi hiše so bili že ob zidavi puščeni nosilci za prečne kole, ki smo jih na koncu položili in povezali. Zasadili smo trto in zdaj čaka lastnik le še na »bandimo«.

Izidor Fiegl

Ustvarjanje

ŽIVLJENJE NI IGRA

Mladostni čas, čas iskanja,
čas resnično bridkega spoznanja,
ko spoznaš,
da življenje ni več igra.

V življenju se smejiš,
v življenju tudi trpiš
in včasih se ti zdi,
da vse izgubiš.

Včasih je dan svetel,
da pela bi naglas,
potem pa ta dan iščem zaman,
saj prekril ga je čas.

Če živiš v preteklosti,
izgubljaš sedanjost,
saj je življenje samó
in le prihodnost.

Nataša Karnel

Promocija zdravja

PROBIOTIKI

PORUŠENA ČREVESNA FLORA JE LAHKO VZROK ZA ŠTEVILNA OBOLENJA, KOT SO ASTMA, KRČI, BOLEZNI SRCA, AKNE, PREKOMERNA TELESNA TEŽA TER POVEČANO TVEGANJE ZA RAKAVA OBOLENJA. ČREVESNA FLORA SE LAHKO PORUŠI ŠE POSEBEJ TAKRAT, KO JEMLJEMO ANTIBIOTIKE, KI V TELESU POLEG SLABIH BAKTERIJ UNIČIJO TUDI DOBRE. NA PORUŠITEV ČREVESNE FLORE VPLIVA TUDI STRES IN VELIKA ŠPORTNA AKTIVNOST.

Za vzdrževanje normalne črevesne mikroflore je pomembno uživanje živil, bogatih s probiotiki. Probiotični prehrambni izdelki vsebujejo mikroorganizme, ki predstavljajo naravno črevesno floro in preprečujejo razrast patogenih bakterij v črevesju. Probiotične bakterije so odpornejše na želodčne kisline kot druge bakterije in zato preživijo prehod skozi prebavila. V spodnjem delu črevesja se namnožijo in tam učinkujejo blagodejno na zdravje.

Probiotiki dokazano pospešujejo presnovo laktoze, zatirajo patogene klice v črevesju ter zavirajo oz. blažijo drisko. Med drugim tudi krepijo imunski sistem, preprečujejo zaprtje, pripomorejo k zdravljenju želodčnih razjed, znižujejo raven holesterola v krvi itd.

Med najbolj priljubljenimi probiotičnimi živili so probiotični jogurti. Navadnega jogurta pa ne moremo imenovati probiotični jogurt, saj le-ta ne vsebuje probiotičnih bakterij ampak le mlečnokislinske bakterije. Med živila, bogata s probiotiki, sodijo še kislo zelje, kefir, kumarice …

Z rednim uživanjem probiotikov vplivamo na presnovo in zdravje našega telesa.

Silvana Lešnjek

BIVALNA ENOTA IG

PODJETJE ŽELVA D.O.O. ŽE VRSTO LET, NATANČNO OD LETA 2002, IZVAJA SOCIALNOVARSTVENO STORITEV INSTITUCIONALNEGA VARSTVA ODRASLIH OSEB Z MOTNJO V DUŠEVNEM RAZVOJU. S STRANI MINISTRSTVA ZA DELO, DRUŽINO, SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI IMA PODELJENO KONCESIJO ZA SKUPNO 38 UPORABNIKOV. STORITEV IZVAJA V DVEH BIVALNIH ENOTAH, NA IGU IN V VIŠNJI GORI, TER V STANOVANJSKI SKUPINI V MURSKI SOBOTI. TRENUTNO SO ZASEDENA VSA MESTA.

Bivalne enote uporabnikom nadomeščajo dom ali pa dopolnjujejo funkcijo doma ter lastne družine. Prizadevanja so usmerjena v: »Živeti tako normalno, kot je le mogoče.«

V bivalni enoti na Igu živi 14 uporabnikov. Skupina je mešana, tako po starosti kot po spolu. Najmlajša uporabnica je stara 22 let, najstarejši uporabnik pa 60 let, povprečna starost uporabnikov je 35 let.

Ker je glavni namen bivalne enote uporabnikom omogočiti čim bolj običajno življenje, je temu prilagojena tudi sama hiša, ki dejansko spominja na velik dom. Hiša zajema skupni dnevni prostor, kuhinjo s shrambo, pralnico, stranišča, v zgornjih nadstropjih pa so eno- in dvoposteljne sobe ter v vsakem nadstropju po dve kopalnici, za moške in ženske. Ena soba je namenjena zaposlenim. Po hiši je še nekaj pomožnih prostorov. Uporabniki oz. stanovalci imajo svoje sobe urejene po lastni želji, kar še dodatno prispeva k domačnosti hiše.

Na Igu je zaposlenih pet delavk, ki uporabnikom pomagajo, jih usmerjajo k čim bolj samostojnemu opravljanju vseh aktivnosti in spodbujajo njihovo samoiniciativnost. Glavni cilj je ohranjanje njihovih že pridobljenih znanj in spretnosti, včasih pa skozi usmerjanje in motivacijo uporabniki tudi napredujejo. Spodbujajo jih, da sprejemajo odgovornost zase, za svoje zdravje, za svoja ravnanja, velik poudarek je na ustvarjanju dobrih medsebojnih odnosov, solidarnosti, sprejemanju različnosti in ustreznem reševanju morebitnih konfliktov. S pomočjo zaposlenih uporabniki, vsak po svojih zmožnostih, sodelujejo pri skrbi zase, pri skrbi za svoje sobe in skupne prostore, pri pripravi obrokov in pri skrbi za urejeno okolico hiše.

Kot v vsakem domu pa je zelo pomemben tudi kvalitetno preživet prosti čas. Prosti čas je namenjen druženju in spodbujanju k čim večji gibalni aktivnosti. Med tednom uporabniki, ki so samostojni v gibanju po ožji in širši okolici, obiskujejo različne aktivnosti društva Sožitje, čez vikende pa se zaposlene delavke trudijo organizirati čim več izletov in drugih sproščujočih aktivnosti. Nekateri uporabniki hodijo redno čez vikende domov, nekateri občasno, nekateri pa žal nimajo te možnosti, zato je še toliko bolj pomembno, da jim vikende popestrijo delavke.

Ker je smisel bivalne enote omogočiti uporabnikom čim bolj običajno življenje, je tudi organizacija temu primerna. Bivalna enota je med tednom odprta od 15.00 do 7.00 zjutraj, ko uporabniki odidejo v varstveno-delovni center ali, kot sami radi rečejo, v »službo«. Samostojni uporabniki odidejo v ljubljanske oddelke VDC-ja z mestnim avtobusom, nesamostojne pa tja s kombijem odpelje delavec VDC-ja. Med vikendi in prazniki je bivalna enota odprta 24 ur.

Želvine bivalne enote vsem uporabnikom zagotavljajo ekonomsko varnost, primeren življenjski standard in, v skladu z njihovo samostojnostjo, odločanje in uresničevanje posameznikovih potreb in želja ter doživljanje sebe kot enakovrednega člana naše stvarnosti.

Mateja Zavašnik

INTERVJU Z LILJANO KOTNJEK, VARUHINJO V BIVALNI ENOTI IG

LILJANA KOTNJEK JE V PODJETJU ŽELVA ZAPOSLENA ŽE OD LETA 2003. DELALA JE KOT DELOVNA INŠTRUKTORICA V VARSTVENO DELOVNEM CENTRU NA TREBINJSKI ULICI V LJUBLJANI, OD OKTOBRA 2016 DALJE PA JE ZAPOSLENA KOT VARUHINJA V BIVALNI ENOTI IG.

Liljana, pred kratkim ste zamenjali delovno mesto. Kako doživljate razliko med delom v varstveno-delovnem centru in delom v bivalni enoti?
V času mojega dela v varstveno-delovnem centru sem razmišljala, kako težko je sodelavkam, ki delajo v bivalnih enotah, saj njihov urnik vključuje samo popoldanske, nočne, praznične in nedeljske ure. Pogosto sem na glas poudarjala, da imamo delavci v varstveno-delovnem centru zelo ugoden urnik, sodelavke v bivalni enoti pa zelo napornega.

Pred časom sem ugotovila, da mi jutranje vožnje na delovno mesto predstavljajo velik napor. Razmišljala sem, da bi mi bilo veliko lažje, če bi imela delavnik, ki od mene ne bi terjal vsakodnevne zgodnje jutranje vožnje, dolge 75 km. Kot o veliko stvareh sem tudi o tej govorila dovolj na glas, da se je vedelo, da želim delati v Bivalni enoti na Igu, ko se bo pojavila priložnost. Zgodilo se je, da je sodelavka iz Iga izrazila željo o zamenjavi delovnega mesta iz objektivnih razlogov. Njena želja je bila združljiva z mojo. Prišlo je do zamenjave.

Kar pa se tiče primerjave samega dela, je delo v bivalni enoti popolnoma drugačno od dela v varstveno-delovnem centru. Skupni so le uporabniki, stanovalci.
Glede na to, da sem že dolga leta v podjetju, se poznam s skoraj vsemi uporabniki, saj sem jih imela priložnost spoznati skozi različne aktivnosti, kot so plesne vaje, folklora, spremljanje na letovanjih, izletih, športnih tekmovanjih in podobno, oziroma celo več kot to. Z njimi sem vzpostavila zaupljiv, prijateljski odnos, kar se mi zdi temeljno za delo z njimi.

V bivalni enoti uporabniki živijo skupaj, saj je to njihov dom, zato je med njimi treba vzpostaviti odnose,

ki temeljijo na medsebojnem spoštovanju in sodelovanju. Potrebujejo zavedanje, da je treba doma tudi kaj postoriti, za dobro vseh in za dobro doma, zato je zelo pomembno vključevanje posameznika v vsakodnevna opravila.

Moj moto »vsi smo enakovredni« zelo dobro poznajo in ga spoštujejo. Vedno, ko zaznam korak naprej v medsebojnem spoštovanju, medsebojni pomoči in razumevanju, to posebej pohvalim. To je nenazadnje pokazatelj, da je delo dobro opravljeno, da nisem spregledala bistva, da skupina, oziroma lahko rečemo družina, funkcionira sprejemljivo.

Liljana s sinom Tomažem, ki je uporabnik našega VDC-ja in živi v BE Ig

Kakšen je vaš odnos do uporabnikov?
Moj odnos do uporabnikov temelji na medsebojnem spoštovanju in na sprejemanju njihovih omejitev ter je usmerjen v prepoznavanje njihovih potreb in iskanje možnosti za njihovo zadovoljevanje.

Katera je vaša najljubša stvar, ki jo počnete z uporabniki?
Zelo rada in veliko se z njimi pogovarjam. Pogovarjamo se o vsem mogočem. Pogovori zajemajo raznolike teme, od njihovih otroških doživetij, izkušenj v raznih šolah, do ljubezenskih težav. Povedo mi kaj pogrešajo, sama pa iščem možnost, da jim želje uresničim. To je krasen način, da uporabnike bolje spoznam. Spoznavanju ni ne konca ne kraja. Velikokrat na ta način ugotovim, kaj posameznik potrebuje, na katerem področju mu je treba posvetiti več pozornosti, mu dati več priložnosti in zaposlitve. Lepo mi je, kadar lahko naredim situacijo, ki jih zares osreči in jim izboljša samopodobo. Takrat sem zadovoljna in vem, da je delo storjeno dobro. Rada uvedem aktivnost, pri kateri uporabniki sodelujejo, si pomagajo, se ob njej zabavajo in učijo. Rezultat na koncu je popolno zadovoljstvo, tako njihovo kot tudi moje. Mogoče lahko kot primer navedem peko pice. Na razpolago sem jim dala testo, vse mogoče sestavine in dodatke za oblogo pice. Vsak posameznik je pripravil svojo pico po lastnem izboru, okusu in obliki. Vsak je izbral sestavine, ki mu najbolj teknejo. Naenkrat je v kuhinji delalo 11 uporabnikov, vsak je pripravljal svojo večerjo. Pri pripravi večerje so medsebojno sodelovali, tekmovali, se veliko pogovarjali in uživali. Rezultat je bil neverjeten: uporabniki so bili ponosni na svoje pice, saj so si med seboj izmenjevali koščke pice za pokušino; krepili so odnose med seboj, osvajali veščine peke in kuhanja. To so navidezno majhni koraki, ki pa zanje in zame pomenijo veliko. Uporabniki so mi s ponosom povedali, da so na tak način prvič pripravili pico, po svojem lastnem okusu. Taki dogodki me napolnjujejo z energijo in optimizmom za nadaljnje delo.

Kaj si želite, da bi drugi razumeli o vas?
Nimam tovrstnih želja, da bi drugi razumeli mene. To bi bilo skoraj nekaj abstraktnega. Bolj si želim, da bi znali v mojem načinu dela z uporabniki videti moj dober namen, moje lepe občutke do njih in moje spoštovanje njihovih potreb in želja. Vse, kar naredim v odnosu do uporabnikov, naredim enako, kot sem ali še naredim v odnosu do svojih otrok ali drugih najbližjih, s trudom in namenom, da je moj odnos do njih vedno dober.

Veščina, v kateri ste dobri?
Težko je govoriti le o eni veščini, v kateri sem dobra. Verjetno bi vsakdo izmed nas bil v zadregi, kaj povedati na to temo, zato naj morda rečem tako: glede na to, da sem mama odraslega sina z motnjo v duševnem razvoju, ki je nenazadnje tudi stanovalec Želvine bivalne skupnosti, 30 let sem prostovoljka v društvu Sožitje Kočevje in mnogo let sodelujem pri realizaciji nacionalnih programov Zveze Sožitje ter že kar nekaj let delam z uporabniki tudi profesionalno, sem poznavalka velikega kroga uporabnikov, njihovih družin in strokovnjakov s tega področja, skratka, ne samo s strokovnega vidika, temveč s povsem življenjskega. To so razlogi, da se občasno preprosto ne strinjam s stroko, kajti moja filozofija je, da življenje piše teorijo, ne teorija življenja.

Pogovarjali sta se Liljana Kotnjek in Tina Ponikvar

IDEJE ZA NARAVNO BARVANJE PIRHOV

VELIKA NOČ ALI VUZEM JE NAJPOMEMBNEJŠI KRŠČANSKI PRAZNIK, KO KRISTJANI PRAZNUJEJO JEZUSOVO VSTAJENJE OD MRTVIH – JE PRAZNIK VESELJA IN UPANJA, SAJ KRISTJANI VERUJEJO, DA JE JEZUS S SVOJIM VSTAJENJEM PREMAGAL TELESNO IN DUHOVNO SMRT TER ZA VSE PRINESEL UPANJE, ZA KRISTJANE PA UPANJE NA VSTAJENJE PO SMRTI.

Veliko noč letos praznujemo 16. aprila, saj je praznik premakljiv. Na prvem ekumenskem koncilu v Nikeji so namreč določili, da se veliko noč praznuje na prvo nedeljo po prvi pomladni polni luni. Tako je lahko velika noč med 22. marcem in 25. aprilom, kar pa Cerkev nikoli ni popolnoma prilagodila najnovejšim astronomskim odkritjem. *(vir: https://sl.wikipedia.org)*

Vir: http://www.ichkoche.at

Do velike noči morajo gospodinje veliko opraviti, saj morajo pospraviti celotno hišo od kleti do podstrehe, pomiti okna, pripraviti pa morajo tudi številne jedi. Velikonočne jedi (potica, šunka, hren in pirhi) imajo pomembno mesto v velikonočnem praznovanju.

Ker je Kristus vstal iz kamnitega groba, podobno kot pišče pride iz jajca, in ker tudi krst pomeni vstop v novo življenje, je jajce znamenje Kristusovega vstajenja in hkrati tudi krsta. Jajce predstavlja ljubezen in prijateljstvo ter celotno stvarstvo kot kozmično jajce. In kako lahko naravno obarvamo jajca? Danes obstaja vrsta barv, ki jih dobimo v trgovini z živili, s katerimi lahko obarvamo jajca, vendar te barve vsebujejo

Vir: http://www.ichkoche.at

škodljive kemikalije, zato se v zadnjih letih ljudje raje lotevajo barvanja na naraven način.

KAVA - rjava barva jajc: če želite jajca obarvati rjavo, v hladno vodo stresite toliko kave, kot jo običajno porabite za kuhanje turške kave, in dodajte jajca ter jih na minimalnem ognju počasi skuhajte.

BOROVNICE - vijolična barva jajc: jajca skuhajte v čaju iz posušenih borovnic, ki jih malo pretlačite z vilicami.

ŠPINAČA - zelena barva jajc: špinačo 4-5 ur namakajte v vodi, nato vodo segrejte in v zelenem soku namakajte še vroča jajca.

PESA - rožnata barva jajc: pol kilograma pese narežite in jo skuhajte. V soku pese nato počasi skuhajte jajca.

Tina Ponikvar

www.brezideje.si/splet-idej/prazniki/velika-noc/naravne-barve-za-pirhe/

Ali ste vedeli?

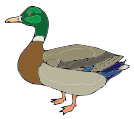
Lastovke se vsako pomlad vračajo v ista gnezda, katerih gradnja je zelo zahtevna. Da lastovka zgradi svoje gnezdo, potrebuje v povprečju 1300 poletov. Večino dela pri gradnji opravijo samice, samci opravijo le četrtino poletov. Za samce pri teh pticah velja, da so uspešnejši in lepši samci bolj leni in niso tako pridni pri gradnji gnezda. Življenjska doba lastovk je 2–3 leta, posamezno gnezdo pa lahko različni pari uporabljajo 10–15 let.

Iskrice

"Uspeh ni skrivnost temveč sistem."

F. S. Shinn

Križanka

				AVTOR: MATJAŽ HLADNIK	PLAČILO V ZVEZI POSTOPKA, PRISTOJBINA	PLIN VISOKO V OZRAČJU, O_3	GLASBENI FILM, MUSICAL		
				IGRALEC CRUISE					MODERNA ZVRST GLASBE
				NEBESNA, SVETLO MODRA BARVA					
				PASTIR KOZ					
				IGRALKA LONGORIA					
POMOČ: AZUR PELOD VRŠA	ČAS, KO PREHAJA NOČ V DAN	PRODAJALNA MESA							
		KAVELJČEK ZA RIBOLOV							
TVEGANA NAPOVED NA SREČO						NAPUŠČ			
						PROSTOR ZA DOSTOP DO VLAKA			
PLETENA KOŠARA ZA LOV NA RAKE					PAULA ABDUL			NEPRAVI OČE	DESKA
					PEČENJE				
JUŽNOAMERIŠKI INDIJANEC				PELODNA ZRNA					
				TRENJE					
GLEDALIŠČE							4. IN 10. ČRKA		
							DEČO ŽGUR		
		PRIPRAVA, DOGOVOR, UREDITEV							

Pregovor meseca

Človek, ki nima nasmeha na obrazu, naj ne odpira trgovine.

Misel meseca

"Vse, kar se moramo odločiti, je, kaj storiti s časom, ki nam je dan."

(J.R.R. Tolkien)

Rešitev prejšnje križanke:
SREČNO NOVO LETO

NAGRAJENCI:

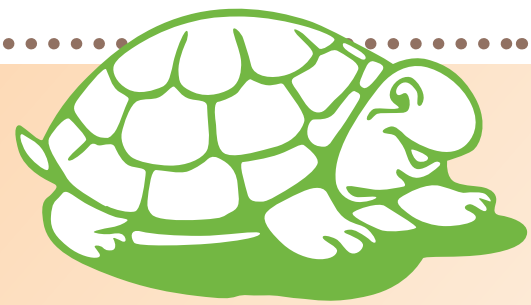
1. nagrada (vrednostni bon 40€)
Matjaž Balažic

2.nagrada (Želvin izdelek)
Ažbe Krevel

3.nagrada (Želvin izdelek)
Maja Becele

Rešitev križanke - geslo v sivem polju lahko pošljete do **28. aprila 2017** na e-mail **info@zelva.si** ali pa ga napišite na kos papirja in ga skupaj s svojim imenom, priimkom in vašim naslovom pošljite na naslov: **Želva d.o.o., za Želvaka, Ulica Alme Sodnik 6, 1000 Ljubljana.**

Nagrade lahko osebno prevzamete v Ljubljani, na Ulici Alme Sodnik 6 v tajništvu. Lahko pa pokličete na številko 01/280 33 00 in dogovorili se bomo za način prevzema.



Želvakov nasvet

Če hočeš postati moder, se nauči pametno spraševati, pazljivo poslušati, mirno odgovarjati in umolkniti, ko nimaš več kaj reči.
(J. Lafater)