

Brezplačna izobraževalno-zabavna revija za majhne in velike

Jesen / Zima
2016

SOBIVANJE



KVIZ: Varno v vrtec in šolo



NAREPI S.A.M.: Iskanje zaklada



Kako se prav ogrevamo



JESENSKO NAGRADNO GESLO



Kako ti je všeč naša druga številka?
Opazil boš, da nama tudi tokrat na nekaterih straneh
družbo delajo črke?

Pozorno preglej revijo in
prepiši črke od začetka do konca revije v enakem
zaporedju. To je naše jesensko geslo!



Napiši geslo in ga do 10. januarja pošlji na naslov: Društvo Sobivanje, Cesta v Kleče 9, 1000 Ljubljana.
Izžrebali bomo 3 srečneže, ki bodo prejeli zabavno družabno igro, primerno svoji starosti. Nagrajenci bodo objavljeni v
naslednji številki revije Sobivanje.



Hvala vsem za poslana nagradna gesla iz prve številke. Pravilna rešitev je bila PRIJATELJSTVO! Srečni izžrebanci so:
1. Anja Puckmeister iz Braslovč (11 let), 2. Katja Ivarnik iz Šentjanža pri Dravogradu (5let in pol), 3. Maj Erčulj iz Ljubljane (8 let).

REVIO SO OMOGOČILI



Slovenske železnice



Eko sklad
Slovenski okoljski javni sklad
Eco Fund
Slovenian Environmental Public Fund



VEČ KOT FER. HOFER.



JAVNA AGENCIJA
REPUBLIKE SLOVENIJE
ZA VARNOST PROMETA



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA INFRASTRUKTURO

DIREKCIJA REPUBLIKE SLOVENIJE ZA INFRASTRUKTURO



**Telekom
Slovenije**



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA OKOLJE IN PROSTOR



triglav



Sobivanje – brezplačna revija za otroke in starše, november 2016. Letnik 1, številka 2. Nosilec projekta: Sobivanje – Društvo za trajnostni razvoj. Izdajatelj: Bomark, d. o. o., Cesta v Kleče 9, 1000 Ljubljana. Odgovorna urednika: mag. Borut Petelin in Meta Škedelj, mag. medk. mngt. Besedila in urejanje besedil: Andreja Šeme. Strokovni sodelavci: dr. Lia Katarina Kompan Erzar, mag. Hinko Šolinc, Tomaž Oršič, Nada Pavšer, Lucija Šušteršič, mag. Igor Velov. Jezikovni pregled: Zorana Teran. Likovno uredništvo in oblikovanje: Nina Marselan. Fotografije: Shutterstock oziroma navedeni avtorji. Tisk: Izi print, d. o. o. Natisnjeno v 30.000 izvodih. Vsebina je zaščiteno avtorsko delo in jo je brez pisnega dovoljenja nosilca projekta prepovedano razmnoževati v kakršni koli obliki.

VSEBINA



SKRB ZA OKOLJE

- ★ ŽIVAL SE PREDSTAVI: Evropski ris **4**
- ★ KVIZ: Slovenska jezera **10**



ENERGIJA

- ★ Kako se prav ogrevamo **12**



VARNOST V PROMETU

- ★ VARNOST V PROMETU
- ★ Kaj moraš vedeti, da boš varen v prometu **20**
- ★ KVIZ: Varno v vrtec in šolo **22**



ŽIVIM ZDRAVO

- ★ Kar sejemo, to žanjemo **28**
- ★ NALOGA: Mini trening za oči **30**



SPODBUJAMO PRIJATELJSTVO

- ★ Najprej prijateljstvo **32**
- ★ NAREDI SAM: Iskanje zaklada **34**



SLOVENIJA, KOT JO VIDIMO OTROCI

- ★ V kateri pokrajini se skriva podzemni svet? **36**



ŽIVAL SE PREDSTAVI:

EVROPSKI RIS

KDO SEM?

Sem evropski ris. Nekateri mi rečejo tudi evrazijski ris, saj živim na območju od severne Evrope do vzhodne Azije. Spadam med zveri, v družino mačk. Veš, na svetu so poleg moje samo še tri druge vrste risov: rdeči, kanadski in iberijski ris. Med vsemi temi sem jaz največji. Pravzaprav sem celo tretji največji plenilec v Evropi. Večja od mene sta samo še medved in volk. Zrastem do 130 cm v dolžino in 75 cm v višino!



Ocenjujejo, da je
trenutno v Sloveniji
od 40 do 50 evropskih
risov.



KAKŠEN SEM?

Moja glava je podobna mačji. Imam kratko telo, dolge noge in velika stopala. Takoj me boš prepoznal po trikotnih ušesih z značilnimi črnimi čopki, po lisastem kožuhu in kratkem repu s črno konico. Ti imaš na rokah in nogah enako število prstov, jaz pa imam na prvih šapah pet prstov, na zadnjih pa samo štiri. Sprednje noge imam krajše kot zadnje, zato lahko zelo hitro tečem ter dobro in daleč skočim, kar mi je pri lovu v veliko pomoč.



SKRB ZA
OKOLJE



KAJ JEM?

Jem samo meso. Vsak dan ga pojem od 1 do 2,5 kilogramov – odvisno od letnega časa in lovske sreče. Pojem tiste živali, ki jih najlažje ujamem in jih je največ. Najbolj pogosto so to srne, gamsi in mufloni, če jih ne najdem, pa se zadovoljim tudi z zajci, pticami, lisicami in podobnimi manjšimi živalmi. Včasih pojem tudi kakšno domačo žival – ovco ali kozo. Ljudi ne napadam.



**Risi živijo okoli
15 let, tehtajo pa
od 30 do 40
kilogramov.**

KJE ŽIVIM?

Ko smo evropski risi v Sloveniji že skoraj izumrli, ste nas leta 1973 ljudje začeli načrtno naseljevati na področju našega prvotnega doma, na kočevskem. Živim na ogromnem gozdnatem področju velikosti 118.000 hektarov.



SKRB ZA
OKOLJE

KAJ POČNEM?

Sem samotar. Risi ne živimo v krdelih.

Predvsem sem lovec. Ponoči hodim po gozdu in iščem živali, ki bi jih lahko pojedel, podnevi pa počivam. V eni noči lahko prehodim tudi do 45 kilometrov!

NA POMOČ!

Včasih smo evropski risi živeli po vsej Evropi. Ko pa ste ljudje začeli gozdove sekati in tam graditi naselja ali urejati pašnike in njive ter nas začeli preganjati, smo skoraj izginili. Najmanj nas je bilo okoli leta 1950. Nato ste nas začeli po Evropi načrtno naseljevati in naše število je začelo naraščati. Danes smo zakonsko zaščiteni (ne sme se nas loviti). Dobili smo status redke in ogrožene živalske vrste. Hvala naravovarstvenikom in lovcem, ker skrbite za nas!

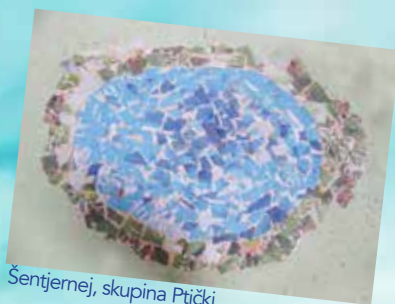
BESEDA STROKOVNJAKA:

VODA KAR NAPREJ POTUJE

Voda stalno kroži. Za kroženje je zaslužna vztrajna toplota sončnih žarkov, ki povzroča izhlapevanje vode.

Preko izhlapevanja se slana voda spreminja v sladko in zaliva vedno žejen kopni živi svet. Vsako minuto s površine planeta izhlapi okoli milijarda ton vode, največ seveda s površin morij. V višjih in hladnejših zračnih plasteh se vodni hlapi zgoščajo, oblikujejo se oblaki in s padavinami se voda spet vrne v morje in na kopno. Pomisli – vodne kapljice, ki danes krožijo po tvojem telesu, so se nekoč pretakale po žilah tvojih dedov, polnile strugo Drave, Save, Krke in vodnate Amazonke, zadrževale so se v ledenih prostranstvih Antarktike!

Nada Pavšer, predsednica društva Sobivanje



Šentjernež, skupina Ptički



Osnovna šola Šturje Ajdovščina



Vrtec pri PŠ Ptujška gora, skupina Žabice



VZ Kekec Grosuplje, skupina Račke



SKRB ZA
OKOLJE

ALI SI VEDEL

Poleg slavne bele človeške ribice živi pri nas tudi črna človeška ribica ali črni močeril (*Proteus anguinus* parkelj). Živi le v podzemlju v okolici Črnomlja, na površini, manjši od 100 m², in nikjer drugje na svetu.

Prvič so jo našli leta 1986.



Črna človeška ribica

KVIZ:

SLOVENSKA JEZERA



1. Presihajoče Cerknško jezero je največje jezero v Sloveniji. Katero pa je največje slovensko jezero, ki nikoli ne presahne?

- A) Čateško jezero.
- F) Bukovniško jezero.
- D) Bohinjsko jezero.
- T) Perniško jezero.



Cerkniško jezero

2. Zakaj so nastala tri Šaleška jezera v okolici Velenja?

- U) Zaradi potresa .
- I) Zaradi izkopavanja premoga so se tla ugreznila.
- Z) Zaradi naravnih dejavnikov.
- K) Zaradi neznanih vzrokov.



3. Kako še rečemo Triglavskim jezerom?

- P) Trojna jezera.
- D) Enajstera jezera.
- L) Osmera jezera.
- V) Sedmera jezera.



Dvojno jezero



SKRB ZA
OKOLJE

4. Katero slovensko jezero si
ogleda največ turistov?

- J) Blejsko jezero.
- A) Bohinjsko jezero.
- C) Slivniško jezero.
- M) Trbojsko jezero.



5. Jezera so tudi pod zemljo.
V kateri slovenski jami jih
najdemo?

- H) Krožna jama.
- E) Križna jama.
- Z) Kraška jama.
- O) Krška jama.



GESLO:

Kraško jezero pri Idriji, ki je
zavarovano kot spomenik in je
od leta 1972 urejeno za obisk
kot prvi slovenski muzej v naravi,
se imenuje (vpiši črke pred
priljubljenimi odgovori v krogce):



1

2

3

4

5



Blejsko jezero



Križna jama



KAKO SE PRAV OGREVAMO?

Če živiš v hiši in za ogrevanje kurite peč, moraš vedeti, kaj je dobro za kurjavo in kaj ne. Če boste poskrbeli za dobro stanje peči in kurili prave reči, boste doma privarčevali denar in hkrati varovali svoje zdravje in okolje.

Pokazatelj pravilnega kurjenja je redek in skoraj brezbarven dim, napačnega pa gost in sivkast dim.

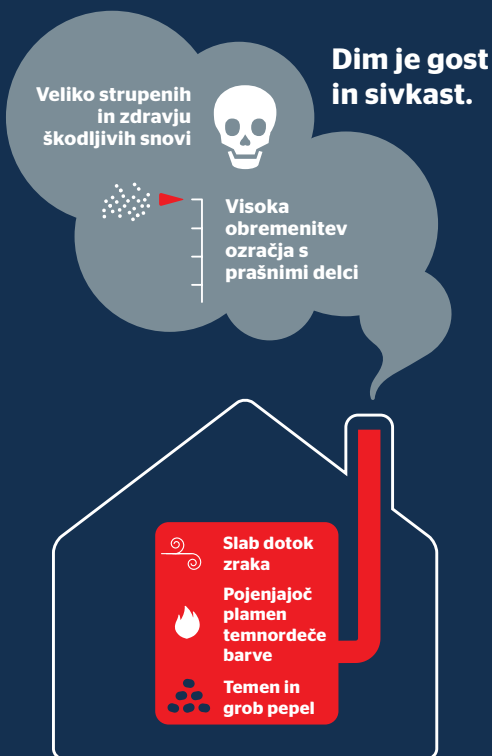




SKRBE ZA
OKOLJE

Pokazatelj pravilnega kurjenja je redek in skoraj brezbarven dim, napačnega pa gost in sivkast dim.

✗ Napačno



✓ Pravilno



✗ Neustrezno gorivo za kurjavo

Star papir in karton



Vlažen les



Plastika, embalaža, obdelan les in drugi odpadki



✓ Ustrezno gorivo za kurjavo

Suh les



Briketi in peleti iz naravnega lesa





PET PREPROSTIH NASVETOV ZA VARČEVANJE Z ENERGIJO



Porabo energije lahko zmanjšamo za eno tretjino z zelo enostavnimi ukrepi. Večino ukrepov lahko preprosto izvedemo in zahtevajo le nekaj trenutkov naše pozornosti. Ko ti ukrepi postanejo del vsakdanjih rutin, pa hitro opazimo prednost nižjih stroškov. In ne pozabi – najcenejša energija je tista, ki je ne porabimo!

VARČNE SIJALKE

Mizo imej čim bližje okna, da boš lahko dobro izkoristil dnevno svetlobo. Za osvetlitev mize uporablaj usmerjena svetila. Luč vedno ugasni, kadar je ne potrebuješ. Za luči, ki svetijo več kot 30 minut na dan, priporočamo varčne sijalke, saj lahko z njimi prihranimo tudi do 80 % električne energije.



TESNILO ZA OKNA IN VRATA

Veliko toplote pobegne skozi okna in vrata, ki slabo tesnijo. Zato priporočamo njihovo zatesnitev. Penaste ali gumijaste samolepilne tesnilne trakove lahko namestimo sami, pri tem pa moramo biti zelo natančni. Tesnila lahko prihranijo 5 do 20 % energije za ogrevanje! Kadar okna dobro tesnijo, moramo stanovanje zračiti večkrat na dan, da odstranimo vlago in preprečimo pojav plesni.

REFLEKTOR ZA RADIATOR

Gre za aluminijasto folijo, ki jo položimo na podlago iz stiropora ali pene. Z njeno uporabo prihranimo pri energiji za ogrevanje, saj zmanjšamo prehajanje toplote skozi zid za radiatorjem in toplota se od folije odbije v sredino prostora. Folijo postavimo med radiator in steno, ob koncu zime pa jo enostavno odstranimo.





ENERGIJA

PODALJŠEK S STIKALOM ZA IZKLOP

Električne naprave z gumbom za stanje pripravljenosti (stand-by) ponoči porabljajo energijo, čeprav jih ne potrebujemo.

Priporočamo, da naprave, ki delujejo skupaj (npr. TV, DVD predvajalnik, TV komunikator in igralna konzola) priključimo na podaljšek s stikalom za izklop. Tako lahko z enim gumbom iz električnega omrežja hkrati izklopimo več naprav in tako prihranimo pri stroških za elektriko.

VARČEVALNI NASTAVKI ZA PIPO IN PRHO

Omejevalec pretoka zmanjša pretok vode (uporaba za prho in pipo), aerator zmanjša pretok vode, hkrati pa ji primeša zrak, zato se nam zdi, da voda teče enako kot prej (z enakim pritiskom, enako hitro, v enaki količini) – uporabno le za pipe. Omejevalec pretoka za prho vgradimo med glavo prhe in cevjo ali pa med cev prhe in pipo. Z namestitvijo nove varčne ročne prhe zmanjšamo porabo vode ter obenem tudi stroške ogrevanja vode.

ZMAGOVALCI NATEČAJA

»Energetsko znanje za odgovorno ravnanje«

Mlajša kategorija vrtci in mlajši učenci osnovne šole

1. mesto: OŠ Luisa Adamiča, podružnična enota Šmarje Sap, učenci 4–6 razreda
2. mesto: Vrtec Mengeš, Skupina Kapljice, 4–6 let
3. mesto: OŠ Savsko naselje, 4. b razred

Starejša kategorija osnovne in srednje šole

1. mesto: Šolski center Velenje,
2. mesto: OŠ Dobje, krožek Logika
3. mesto: Gimnazija in ekonomska šola Trbovlje

Tudi pozimi je treba zračiti:
štirikrat na dan za le nekaj
minut!





OLJENKA

Jesenski in zimski dnevi so krajši, zato porabimo veliko več električne energije za osvetljavo prostorov. Kaj pa če bi kakšen večer preživel brez elektrike? Je to sploh mogoče? Seveda je mogoče! Naredi oljenko in ko bo osvetljevala prostor, lahko pojete ali si pripovedujete zgodbe, želje ... Tako so večere preživljali naši pradedki in prababice in prav fino so se imeli.

Potrebuješ: oljčno olje, manjši steklen kozarec s pločevinastim pokrovčkom na navoj, podlago, žebelj in kladivo, pletilko ali izvijač, staro bombažno majico.





ENERGIJA



1. Odvij pokrovček in kozarec skoraj do vrha napolni z oljčnim oljem.
2. Pokrovček obrni z dnom navzgor in ga postavi na kos lesa.
3. Na sredino pokrovčka namesti žebelj in po njem udari s kladivom, da se naredi luknjica. Nato luknjico še malo razširi (npr. s pletilko ali izvijačem).
4. S stare bombažne majice odreži 2 cm širok trak, dolg okoli 10–20 cm (odvisno od velikosti kozarca).
5. Trak pomoči v olje, da se ves napoji.
6. Trak vtakni skozi luknjo v pokrovčku s spodnje strani in ga skozi vrhnji del pokrovčka povleci navzgor. Na vrhnjem delu pokrovčka naj bo okoli 2 cm traku, ostalo pa spodaj.
7. Privij pokrovček, prižgi oljenko in druženje ob oljenki se lahko začne!
8. Če želiš, lahko oljenko tudi okrašiš. Na kozarec lahko prilepiš kakšne nalepke, risbico, fotografijo družine in prijateljev, s katerimi se boste družili ob oljenki.

Če potrebuješ
pri 3. in 7. koraku
pomoč, prosi učiteljico,
vzgojiteljico ali starše.





BESEDA STROKOVNJAKA

KAKO ZMANJŠATI KOLIČINO PRAHU V STANOVANJU

Prah v zraku je ena največjih okoljskih in zdravstvenih težav v večjih mestih. Pozimi se količina prahu v zraku zelo poveča, saj se prahu prometa in tovarn pridruži še prah iz starih peči, pa tudi prah od posipanja cest s soljo in peskom. Pozimi so dovoljene vrednosti prahu v zraku večkrat presežene. To pomeni, da je zrak zelo onesnažen in da takrat gibanje zunaj ni priporočljivo.



Večina gospodinjstev v Sloveniji ima stare peči. Količino prahu bi lahko zelo zmanjšali z uporabo sodobnih peči na lesno biomaso (peleti, sekanci in drva), saj imajo večji izkoristek in boljše izgorevanje, zato porabijo manj lesa, dim pa vsebuje zelo malo prahu.

Eko sklad spodbuja zamenjavo starih peči. Finančne spodbude so na voljo za nove peči na lesno biomaso, za toplotne črpalke za ogrevanje prostorov, za sončne kolektorje in za priklop na učinkovito daljinsko ogrevanje. Spodbujamo tudi druge ukrepe za zmanjšanje porabe toplote za ogrevanje in posledično emisij prahu in toplogrednih plinov: nova energetska učinkovita lesena okna, izolacija fasade in podobno.



Vsem skupaj želim, da bi v prihajajoči zimi čim manjkrat presegli največjo še dovoljeno količino prahu v zraku in da bi se celo zimo lahko gibal zunaj in dihali čist zrak.

mag. Hinko Šolinc, direktor Eko sklada Republike Slovenije

Nasveti za pametno uporabo mobilnega telefona

Pomembno je, da se odgovornemu in varnemu ravnanju z mobilnimi napravami posvetimo vsi skupaj – mobilni operaterji, starši in mladostniki. Če misliš, da potrebuješ mobilni telefon, se o tem najprej pogovori s starši. Skupaj razmislite, za kaj bi mobilni telefon potreboval in koliko časa na dan. Večina sodobnih mobilnih telefonov in tablic že nadomešča računalnik in z njimi lahko prebrskamo celoten splet, naložimo uporabne aplikacije ali izvedemo nakup. Priporočamo zaščito mobilnega telefona pred virusi in drugimi spletnimi nevarnostmi in uporabo samo preverjenih aplikacij. Lastnosti mobilnega telefona in mobilnih storitev lahko hitro osvojiš, saj so dovolj enostavne tudi za prve korake v svetu telekomunikacij.

Telefonska številka je osebni podatek, zato pazljivo izbiraj, komu jo zaupaš.

Vedno se oglasi staršem.

Zaradi mobilnega telefona ne zanemari hobijev, prijateljev in druženja v živo.

Ne uporablaj ga med obroki, družinskim druženjem in poukom.

Ne vračaj klicev na neznane številke, še posebej ne tujih, saj gre lahko za zlorabo in dobiš visok račun. Če kdo resnično želi govoriti s tabo, bo poklical še enkrat.

Ko si v tujini, splet uporablaj premišljeno, da ne dobiš vrtoglavega računa.

www.telekom.si



Oglasno sporočilo

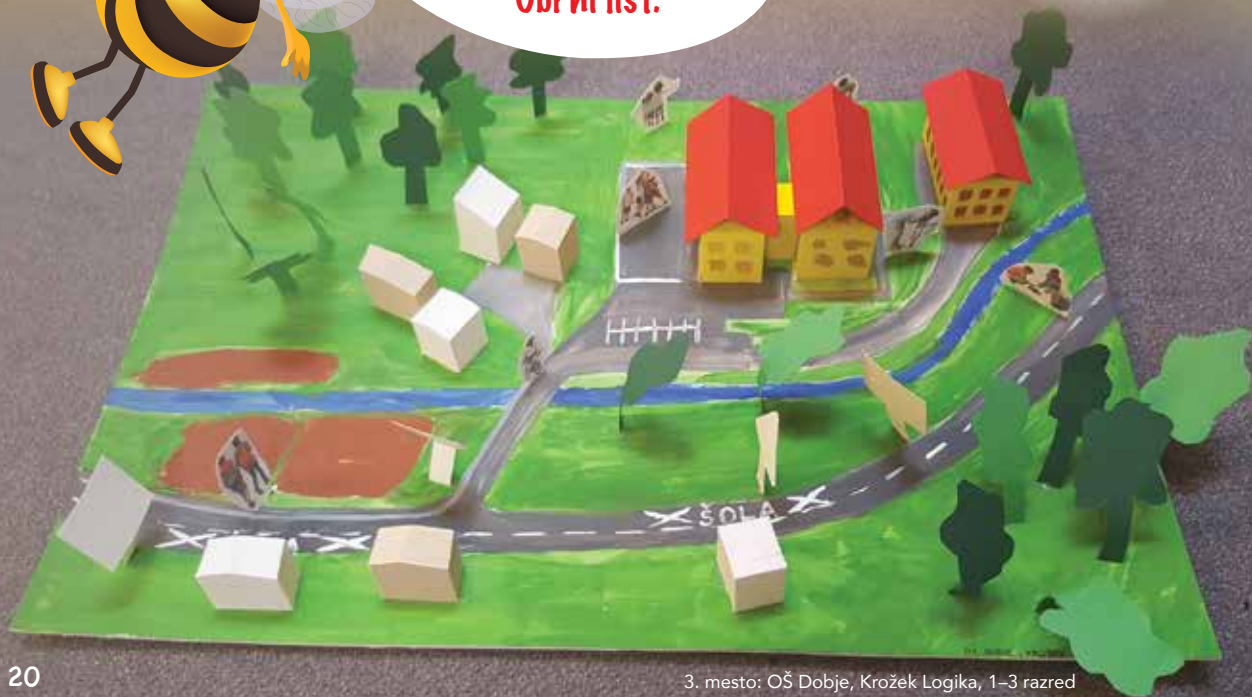
KAJ MORAŠ VEDETI, DA BOŠ VAREN V PROMETU?

Odrasli pogosto rečemo, da morate biti otroci v prometu previdni. Zdaj je čas, da skupaj ponovimo glavna pravila glede varnosti na poti v vrtec ali v šolo. Cesto prečkamo samo na prehodih za pešce. Pred prečkanjem se moraš vedno ustaviti in prepričati, da je cesta prosta. Vedno tudi nosi kresničko, da boš boljše viden v prometu, v prvem razredu pa tudi rumeno rutico. Pomembno vlogo pri tvoji varnosti imajo tudi odrasli, ki te morajo spremljati in učiti o prometu. Zato na Javni agenciji RS za varnost prometa skozi celotno šolsko leto izvajamo različne prometno-vzgojne programe, kot so projekt Pasavček, kolesarski izpiti, prometni dnevi. Skupaj s starši se pridruži in prispevaj k skupnemu cilju: brez smrtnih žrtev in huje poškodovanih otrok v prometu.

Mag. Igor Velov, direktor Javne agencije Republike Slovenije za varnost prometa



**Preizkusi svoje
znanje v kvizu!
Obrni list.**



NAGRAJENCI NATEČAJA

VARNO V VRTEC IN ŠOLO

VRTCI

1. mesto: Vrtec pri OŠ Žirovnica, skupine Miške, Gosenice in Čebele
2. mesto: Vrtec Mladi Rod, enota Stonoga, skupina Sovice
3. mesto: Vrtec Kolezija, enota Murgle, in Vrtec Vitanje

ŠOLE

1. mesto: OŠ Brezovica, PŠ Notranje Gorice
2. mesto: OŠ dr. Janeza Mencingerja Bohinjska Bistrica
3. mesto: OŠ Dobje, krožek Logika, 1–3 razred

Vrtec pri OŠ Žirovnica, skupine Miške, Gosenice in Čebele



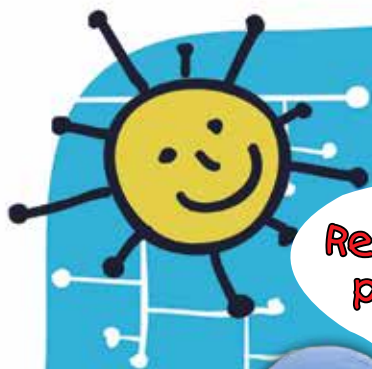
VARNOST V
PROMETU

Hvala za
super izdelke!



KVIZ

VARNO V VRTEC IN ŠOLO



Red je vedno
pas pripeti!

1. Kaj pomeni rdeča barva na semaforju ali na prometnem znaku?

- a) Da je moderna.
- b) Hitro naprej.
- c) Stop, ustavi!



2. Kaj moraš narediti vedno, ko sedeš v avto?

- a) Vključiti radio.
- b) Pripeti varnostni pas.
- c) Nadeni čelado.



3. Do katere višine moreš sedeti v otroškem varnostnem sedežu?

- a) Do višine 150 cm.
- b) Do višine 160 cm.
- c) Do višine 140 cm.





VARNOST V
PROMETU

4. Kako lahko povečaš svojo vidnost na cesti?

- a) Z zastavico.
- b) S kresničko.
- c) S klobukom.



5. S čim nase v prometu opozarjajo prvošolčki?

- a) Z rumeno rutico.
- b) Z rumeno kapico.
- c) Z rumenimi škornji.



6. Kako pravilno prečkaš cesto?

- a) S palico.
- b) Hitro stečeš čez cesto.
- c) Ustaviš se korak pred robom, pogledaš levo–desno–levo in se prepričaš, da je prečkanje varno.



Pravilni odgovori: 1-c, 2-b, 3-a, 4-b, 5-a, 6-c



Obiščite Pasavčka
na www.avp-rs.si

VAREN AVTO

Ali veš, na katerih pet stvari pri avtu morajo biti tvoji starši pri vožnji še posebej pozorni, da lahko varno vozijo?

Wolfi ti jih je v pomoč zapisal spodaj. Poišči jih na sliki in v krogec vpiši pravilno številko!

Zapomni si te stvari in ko sedete v avto, starše spomni nanje.

Skupaj preglejte, če je vse pripravljeno za varno vožnjo.

- 1) Pnevmatike (primerne letnemu času in ustreznega profila).
- 2) Luči (delujoče in očiščene).
- 3) Smerniki (delujoči).
- 4) Brisalci (pazi na tekočino za vetrobranska stekla).
- 5) Vzratna ogledala (ustrezno nastavljena).



WOLFIJEVA NAGRADNA IGRA

Da boš na cesti varen, moraš biti previden. Poznati pa moraš tudi nekatere prometne znake. Spodaj predstavljamo znake, ki jih na poti do šole ali vrtca najpogosteje vidimo. Te res moraš poznati.

Reši kviz in črke pred pravilnimi odgovori zapiši v spodnja polja. Izžrebali bomo deset otrok in jim poslali prikupno nagrado – igračo Wolfija. Rešitev nam pošlji na Društvo Sobivanje, Cesta v Kleče 9, 1000 Ljubljana.

Srečno na poti!

Kaj pomeni prometni znak?



- G) Otroci na cesti.
- W) Prehod za pešce.
- B) Spalna soseska.



- E) Prepovedan promet za pešce.
- L) Prepovedan promet.
- O) Stop (ustavi).



- M) Nogometno igrišče.
- S) Zasebno dvorišče.
- L) Območje umirjenega prometa.



- T) Pozor maratonci.
- F) Pozor šola.
- Z) Pozor steza za pešce.



- I) Pozor železniški prehod.
- A) Pozor železniški muzej.
- O) Pozor tramvaj na cesti.



TRIJE NASVETI ZA VARNO VOŽNJO

Sem LPP-jev metanbus!
S predstavo Detektiv in zmaj lahko
pridem nastopat k tebi v šolo.
Lahko pa me tudi obišeš.
Piši na: mail@lpp.si.



Vožnja z avtobusom je zelena odločitev. Še posebej okolju prijazni so avtobusi na stisnjen zemeljski plin metan, ki v zrak ne spuščajo zdravju škodljivih izpuhov. V Ljubljani vozi že 68 takih avtobusov! Z njimi podjetje LPP prispeva k čistejšemu zraku v mestu in večji potovalni kakovosti (vsi naši avtobusi so že nizkopodni, klimatizirani in ustrezno prilagojeni za osebe z oviranostmi).

Da bo vožnja z avtobusom prijetna, imej v mislih naslednje:

1. Odstopi sedež starejšim ali nosečnicam.

Če poleg tebe stoji starejša oseba ali nosečnica, ji ponudi svoj sedež. Boš videl, kako jo boš razveselil.



2. Dobro se drži.

Na cesti se lahko pojavijo nepredvidene situacije in takrat mora voznik na hitro zavirati. Zato je med potovanjem najbolje sedeti. Če želimo stabilno stati, pa stojimo bočno v smeri vožnje in se vedno držimo za drog. Naše noge naj bodo razširjene v širini ramen.

3. Pazi na svoje stvari.

Preden vstopiš v avtobus, imej v roki pripravljeno enotno mestno kartico Urbano, denarnico, telefon in druge vredne stvari pa pospravi v torbo. Torbo imej križno čez prsi, drži jo ob sebi, z zadrgo obrnjeno proti telesu, saj bi nepridipravi lahko bili zelo spretni.

CESTA JE OUT!



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA INFRASTRUKTURO
DIREKCIJA REPUBLIKE SLOVENIJE ZA INFRASTRUKTURO

KAR SĚJĚMO, TO ŽANJĚMO



Letni čas, ki je najbolj bogat s plodovi, je gotovo jesen.

Čebulo in česen spletemo v kite in obesimo, dišavnice posušimo ali zamrznemo. Izruvamo, osušimo in oluščimo grah in fižol. Dozoreli so tudi koruza, krompir, pesa, koleraba, kumarice, bučke. Bogato je obrodilo sadno drevje. Kam in kako spraviti vse dobrote?

Najbolje, da se lotimo priprave ozimnice. Vse plodove z vrtov, njiv in sadovnjakov bomo shranili na naraven način in jim tako podaljšali rok trajanja. Zelje skisamo, v kis vložimo kumarice, v slanice zakuhamo fižol, iz sadja pripravimo sladke kompote in marmelade, iz preostale zelenjave pa tudi slastne omake. Ozimnico hranimo v hladnih prostorih – v kletih, po odprtju pripravkov pa jih shranimo v hladilniku. Kis, sladkor in sol so naravni konzervansi, zato z uživanjem ozimnice krepiš svoje zdravje. Če boš pogosto jedel kislo zelje in joto, boš gotovo zelo zdrav.

Lucija Šušteršič, svetovalka za prehrano po licenci AFP





ŽIVIM
ZDRAVO



Veliko boljše od jušnih kock
in popolnoma naravno!

DOMAČ ZELENJAVO - SOLNI CVET

Zdaj, ko je na vrtu veliko zelenjave, je zamisel o pripravi domačega začimbnega koncentrata odlična. Zdrav pripravek, s katerim lahko začiniš številne jedi, lahko pripraviš tudi sam in z njim dopolniš okus juh, omak in drugih jedi.

Potrebuješ:

- 1 kg različne sveže zelenjave za juho: korenje, peteršilj s korenino, koleraba, por, zelena, lahko tudi paprika ...,
- 250 g grobo mlete piranske soli.

1. Zelenjavo operi in osuši na kuhinjski krpi.
2. Nato jo zelo drobno zmelji ali seseklaj z multipraktikom.
3. Kilogramu zelenjavne mešanice dodaj 250 g grobo mlete piranske soli.
4. Zelenjavo in sol dobro premešaj in nadevaj v steklene kozarčke s pokrovčki in shrani v hladilnik.
5. Ko boste kuhali kosilo, dodaj žličko ali dve v juho ali omako in okus jedi bo postal še boljši.





ŽIVIM
ZDRAVO

NALOGA:

MINI TRENING ZA OČI

Tako kot skrbiš, da je tvoje telo v dobri kondiciji, moraš skrbeti tudi za dobro kondicijo svojih oči. Včasih so gledali predvsem na daleč, ko so iskali hrano. Danes pa oči uporabljamo predvsem za gledanje na blizu – v ekran, knjigo ...



Priporočamo ti, da vsak dan narediš tele štiri preproste vaje očesne telovadbe v enakem zaporedju, kot so zapisane. Vsako vajo ponovi petkrat, začni in končaj jo vedno na isti točki. Po očesni telovadbi bodo oči dobro razmigane.



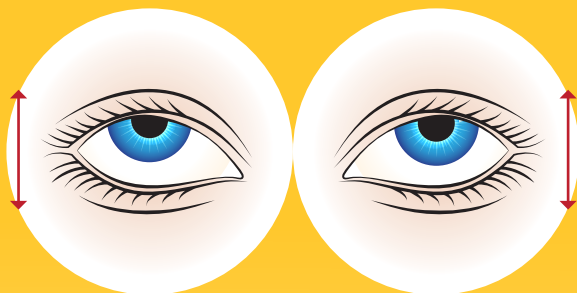
Pomembno je, da med očesno telovadbo ne premikaš glave, ampak samo oči.

Med posameznimi vajami oči zapri in nanje položi dlani.



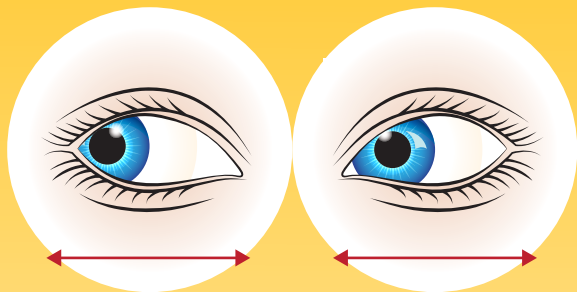
1. vaja: gor–dol

Oči premikaj navpično v smeri gor–dol. Pogled visoko v strop in navzdol, globoko v tla. Petkrat ponovi.



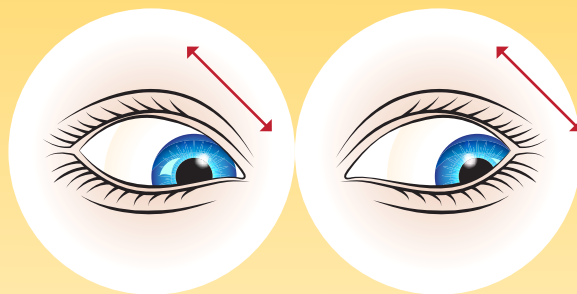
2. vaja: levo–desno

Oči premikaj vodoravno v smeri levo–desno. Pogled v skrajni desni kot in nazaj v skrajni levi kot. Sledi navidezni vodoravni črti in ne spuščaj pogleda. Petkrat ponovi.



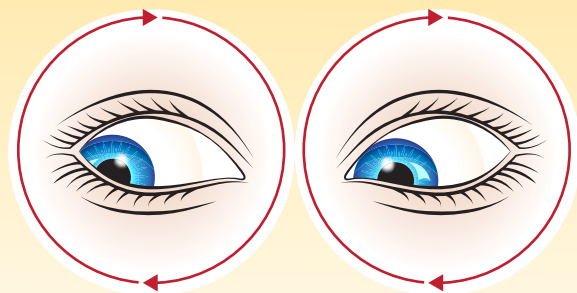
3. vaja: diagonalno

Oči premikaj diagonalno: v smeri desno zgoraj–levo spodaj. Pogled usmeri v zgornji desni kot, nato pa preko navidezne ravne poševnice navzdol v skrajno levo točko in znova navzgor v zgornji desni kot. Po petih ponovitvah zapri oči. Nato vajo petkrat ponovi po nasprotni diagonalni: levo zgoraj–desno spodaj.



4. vaja: kroženje

Kroži z očmi. Predstavlja si zares veliko uro, oči pa vodi počasi po krožnici v smeri urnega kazalca: od številke 12 in naprej po številčnici desno proti 1, 2, 3 ... do 12. Petkrat ponovi, nato pa vajo petkrat ponovi še v drugi smeri: od 12 levo proti 11, 10, 9 ...



NAJPREJ PRIJATELJSTVO



Počitnice so se končale. Kako jih lahko prinesemo v novo šolsko leto? Tako, da se o njih pogovarjamo z novimi prijatelji in skupaj v šoli vsak dan naredimo tudi malo počitniški. Počitnice so lepe zato, ker nas ni strah, ker se lahko igramo in družimo, ker doživljamo veliko novega in ker so tudi starši navadno med počitnicami bolj zabavni. Zato naj bo vsak šolski in vrtčevski dan namenjen temu, da pozdravim sošolca in sošolko, se mu nasmejem in ga s tem spomnim, da imamo vsi radi, če nas je kdo vesel in če kdo prvi spregovori, ko nam je nerodno. Vsak nov deček ali deklica, ki ga srečam, je lahko moj prijatelj, eden za igro, drugi za učenje, smejanje, praznovanje rojstnih dni in za iskanje koščka počitnic v vsakem dnevu, ki ga bova preživela skupaj v vrtcu ali šoli. Zato ob novem šolskem letu kličemo tudi odraslim – staršem, vzgojiteljicam in učiteljem: »Nasmehnite se nam in dovolite, da vam vsak dan prinesemo spomin na počitnice in na to, da je najbolj pomembno najprej biti prijatelj!«

Potem se bomo lažje učili in z veseljem odkrivali skrivnosti, ki nam jih boste pomagali razumeti!

*Dr. Lia Katarina Kompan Erzar,
Študijsko-raziskovalni center za družino*



NAGRAJENCI ZAKLJUČNIH POGODKOV NATEČAJA

Murska Sobota

Vrtci

1. mesto: Vrtec Lendava, skupina De II
2. in 3. mesto: otroci iz vrtca Manka Golarja

Šole

1. mesto: OŠ Karla Destovnika Kajuha Šoštanj, 5. a razred
2. mesto: OŠ Dobje, krožek Logika
3. mesto: OŠ Apače, PŠ Stogovci, 1–6 razred

Novo mesto

1. mesto: Vrtec Gumbek v OŠ Dolenjske Toplice, skupina: Balončki
 2. mesto: Vrtec Gumbek v OŠ Dolenjske Toplice, skupina: Delfini
 3. mesto: Vrtec Cepetavček v OŠ Toneta Pavčka, skupina: Palčki
- Vrtec Gumbek v OŠ Dolenjske Toplice, skupina: Medvedki
- Vrtec Cepetavček v OŠ Toneta Pavčka, skupina: Miške
- Vrtec Gumbek v OŠ Dolenjske Toplice, skupina: Zlate ribice

Ljubljana (Festival Sobivanje)

Vrtci

1. mesto: Vrtec Brezovica, skupina Navihanci
2. mesto: Vrtec Ciciban, enota Lenka
3. mesto: Vrtec Renče Šole

1. mesto: OŠ Majde Vrhovnik, 1–5 razred
2. mesto: OŠ Louisa Adamiča Grosuplje, PE Šmarje Sap, 7. razred
3. mesto: OŠ Simona Jenka Kranj, 7. razred

KOKOŠKA IN PAV



PRIJATELJSTVO

Kokoška je vse poletje vsak dan hodila v gozd nabirat drva. Njen prijatelj pav pa se je vsak dan odpravil na kakšen izlet: »Pridi z mano,« je pav vsak dan znova vabil kokoško. Nekajkrat je kokoška res šla, večino poletnih dni pa je pripravljala kurjavo za zimo. Pav je spoznal nove prijatelje in z njimi užival v poletju.

Kmalu je zapadel sneg. Kokoška je vsako jutro zakurila in bilo ji je prijetno toplo. Nekega dne pa se je pred njenimi vrati pojavil pav in drgetal: »Joj, kako me zzzzebbbe. Se grem lahko k tebi pogret?«

Kokoška je za hip pomislila, kako brezskrbno je pav preživil poletje, in mu rekla: »Vse poletje si užival, jaz pa sem se trudila s pripravami na zimo in nikoli mi nisi pomagal.

Zdaj pa pričakuješ, da ti bom jaz pomagala?«

Pav jo je žalostno pogledal in že hotel

oditi. Kokoška pa ga je objela in rekla:

»Seveda ti bom pomagala! Vstopi

in se pogrej! Pa še juho bom

kuhala.«

Nauk: Prijatelja spoznaš v nesreči.

Napisala: Andreja Šeme



NAREDI SAM:

ISKANJE ZAKLADA



Potrebuješ:

park, vrt ali gozd,
kredo, papir in flomaster,
lepilni trak, zaklad
(to je lahko jabolko, bonbon
ali piškot za vsakega prijatelja).

Premisli, kje je dovolj varen in raznolik prostor za igro iskanja zaklada. Morda je to bližnji park, vrt ali gozd. Odloči se, kje bo začetek poti in kje konec. Poskrbi, da bo pot dovolj dolga, da prijatelji zaklada ne bodo prekmalu našli. S kredo zariši pot po tleh in jo označi z velikimi puščicami – npr. na drevesu ali na klopici. Na prostorih, kjer je trava in s kredo ne moreš pisati, si pomagaj z listi papirja, na katere s flomastrom narišeš puščico in jo obrneš v ustrezno smer. Če imaš s sabo še lepilni trak, lahko papir s puščico tudi kam prilepiš. Na konec poti skrij škatlo z zakladom. Recimo za drevo, v grm ali pod kup listja. Ko vse to opraviš, pokliči prijatelje in jim povej, naj sledijo puščicam, pa bodo našli zaklad. Prijatelje spremljaj na poti, a jim ničesar ne izdaj. Ko prijatelji najdejo zaklad, pojdite skupaj nazaj in poberite papirje s puščicami, da bo za vami ostalo vse lepo čisto. Znake s kredo pa bo spral prvi dež.





PRJATELSTVO





SLOVENIJA, KOT
JO VIDIMO
OTROCI

V KATERI POKRAJINI SE SKRIVA PODZEMNI SVET?

Le kdo ne pozna Postojnske in Škocjanske jame z osupljivimi kapniki? Tudi za človeško ribico si gotovo že slišal. Kaj pa za rjavega medveda, ki živi v prostranih gozdovih dinarskih planot? Ali veš, da imamo v Sloveniji tudi pragozd, ki se imenuje Kočevski pragozd? In Cerknjiško jezero je tudi nekaj posebnega, saj je njegovo skrivnostno pretakanje vode že v srednjem veku opisal Janez Vajkard Valvasor in ga predstavil širnemu svetu.

Vse te zanimivosti najdeš na zahodnem, južnem in jugovzhodnem delu države. To območje se imenuje DINARSKI SVET. Je edina pokrajina pri nas, kjer lahko natančneje raziskujemo podzemski svet. Dinarski svet je res lep. Kadar boste s starši iskali idejo za izlet, je to gotovo odlična izbira.

Tomaž Oršič, profesor geografije in zgodovine

NAGRAJENCI NATEČAJA

»Slovenija, kot jo vidimo otroci«

Vrtci

1. mesto: Vrtec Ajdovščina, Rumene in Modre pike
2. mesto: Vrtec Sežana, enota Hrpelje
3. mesto: Vrtec Mengeš, skupina Kapljice

Šole

1. mesto: OŠ Josipa Plemlja Bled
2. mesto: OŠ Frana Roša Celje, 4. razred
3. mesto: OŠ Primoža Trubarja Laško, PŠ Debro



BUDANJE, BUDANJCI IN NJIHOVA IMENA

Budanje so prelepa vas, ki leži na južni strani Kovka. Stari starši so nama povedali, da so Budancem pravili tudi metličarji, škatlarji in škorpijonarji. Vprašali sva jih, zakaj so se tako imenovali.

Nono se je nekaj časa obotavljal, ker ni vedel, kaj bi nama odgovoril. Skozi priprta vrata, ki so vodila v kuhinjo, je zadišalo po potici. Nona je naredila potico! Ja, tudi potice delamo Budanjci. Saj res, nono lahko vprašava! Stekli sva v kuhinjo. Nona nama je ponudila potico. Medtem ko sva se sladkali, sva jo vprašali, zakaj so se Budanjci nekoč tako imenovali.

Odgovorila nama je:

Metličarji so dobili ime po izdelovanju metlic. Metlice so izdelovali iz sirka, jih prodajali in z njimi dobro zaslužili. Metlice so uporabljali za pometanje in čiščenje.

Škatlarji so dobili ime po izdelovanju škatel, v katerih so shranjevali marelice. Škatle so izdelovali iz lesa. Vsaka škatla je imela na pokrovu ime in naslov lastnika.

Škorpijonarji so hodili na Kovk, kjer so lovili škorpijone in njihov strup prodajali v lekarnah.

Tako sva v enem dnevu izvedeli, zakaj in kako so dobili taka imena, zraven pa se posladkali z nonino potico.

Zapisali: Nina Breščak, 5. r. in Ana Gorup, 5. r.



*»Le kako iznajdljivi so bili Budanjci, ko so z metlicami začeli služiti kruh.«
Blaž Kate, 5. r.*



*»Čas nabiranja marelic mi je zelo všeč. Spominjam se dne, ko sem jih prvič nabirala s svojo prijateljico.«
Ana Gorup, 5. r.*



*»Lepo se je potepati po dišečem budanjskem sadovnjaku, polnem marelic.«
Samo Praček, 5. r.*

UROŠ NA POTEPU Z VLAKOM

Mali Uroš obožuje potovanja z vlakom. Obiskal je že veliko prekrasnih mest po celotni Sloveniji pa tudi tujini in vedno znova kuje načrte za nove dogodivščine. Dovolil nam je, da smo pobrskali v njegov spominov poln »dnevnik potovanj«, kjer boste tudi sami dobili marsikatero idejo za zabavne izlete.

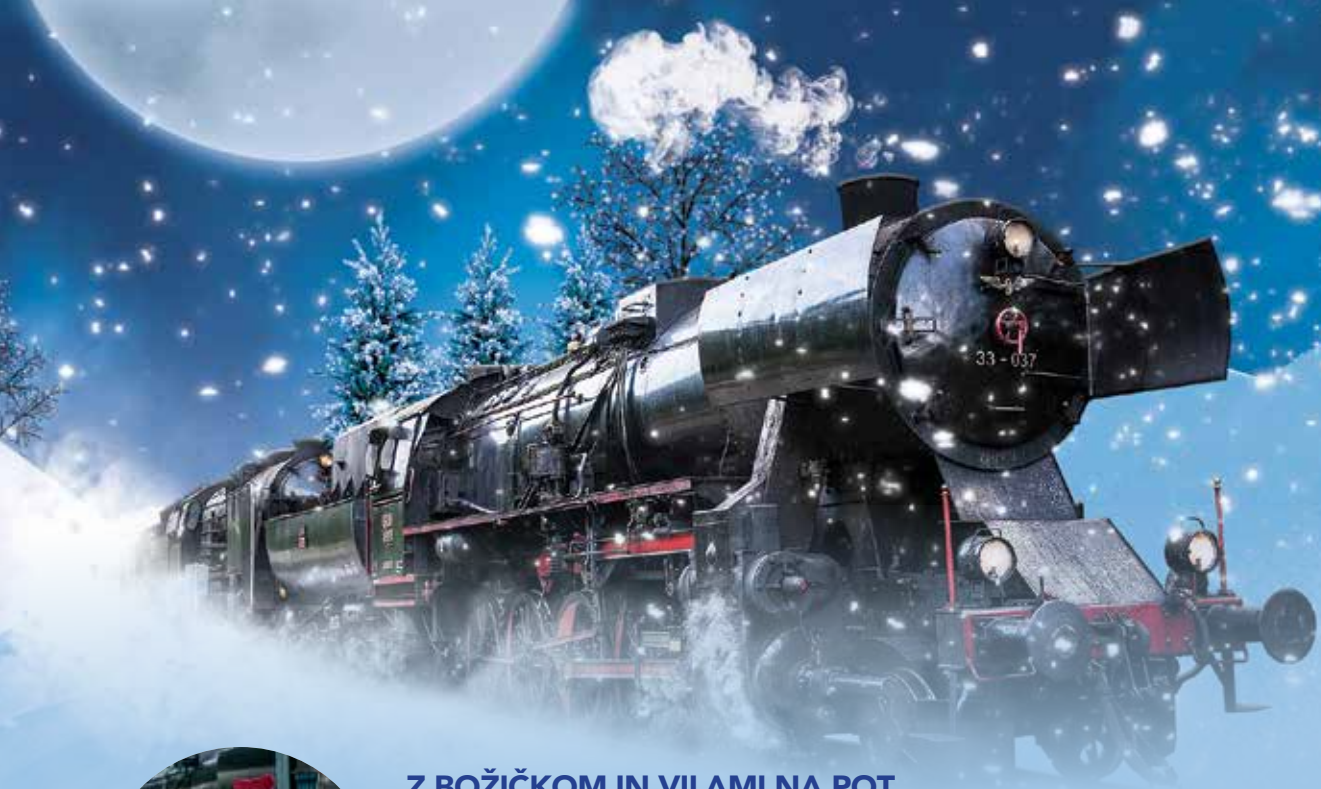
»Pozdravljeni, otroci! Se tudi vi radi vozite z vlakom, katerega tiri potujejo po neokrnjeni naravi? Skozi okno zrete v prelepo naravo naše krasne deželice? Ja? ... Hej! Vabim vas na popotovanje po mojih spominih!



NA SKOKE V PLANICO

Saj poznate tiste dni planiškega praznika, ko nas razveseljujejo naši skakalni asi s Prevcem, Kranjcem in Tepešem na čelu. Ufff, kako noro je navijati v gruči razgretih Slovencev! Pridruži se nam, to preprosto moraš doživeti!





Z BOŽIČKOM IN VILAMI NA POT

Na železniški postaji se zberemo otroci in z nasmehom do ušes pričakamo pravi Božičkov vlak! Na njem se skrivajo čisto prave pravljичne vile, ki nam razdelijo slastne slaščice, potem pa vsi skupaj priključimo Božička, ki prinese velik koš presenečenj!

AVANTURA V PRAGI

Si predstavljaš, da sedeš na vlak in čez nekaj ur si v znameniti prestolnici Češke, Pragi? Slednja velja za eno najlepših evropskih metropol! Ja, tako preprosto je to. Samo za tak lep izlet moraš biti pa še posebej priden v vrtcu in šoli.



V POSTOJSKO JAMO

Postojnska jama je s svojim čudovitim bogastvom kapnikov in znamenito človeško ribico ena najbolj znanih kraških jam na svetu. Prav prijetno se je peljati z vlakom do Postojne, kjer leži železniška postaja z najvišjo nadmorsko višino v Sloveniji. Poskusi, ne bo ti žal!

Poglej, kaj vse rad počne Kuža Pazi.

Poišči pare.

